

No Biblia Relacional

La guía no definitiva de las relaciones no definitivas

Prefacio

Guía de supervivencia a la cultura no monógama

“Caminante no hay camino, se hace camino al andar” Un anuncio de aceite.

Estos escritos son producto de una reflexión tras años de militancia y diversión. Creemos que como comunidades no monógamas nos hemos atascado, hemos creado una ideología que es muy idealista pero muy poco práctica. Nos hemos centrado en hablar de los problemas del resto de modelos relacionales que nos hemos olvidado de combatir los problemas de los nuestros. Se están dando situaciones de violencia dentro de las comunidades que nos cuesta identificar y erradicar. Se están creando negocios en torno a las no monogamias y no se está reaccionando de manera crítica hacia los mismos. Se están popularizando los términos y la población está accediendo en masa a conocer este mundo.

Citar a Eduardo Galeano es la cúspide del hippismo pero vamos a tirar de una de sus frases más famosas para introducirnos en esta guía “la utopía está en el horizonte. Camino dos pasos, ella se aleja dos pasos y el horizonte se corre diez pasos más allá. Entonces, ¿para qué sirve la utopía? Para eso, sirve para caminar.”. No deberíamos contentarnos con lo que se haya alcanzado y pararnos. Deberíamos pararnos y reflexionar sobre lo andado.

La presente publicación no pretende sentar cátedra sobre ningún aspecto de las no monogamias. Pretendemos abrir debate en torno a diferentes temas que creemos que están en un segundo plano o que no se abren al público en general. Nos gustaría que fuese un espacio dinámico, donde los comentarios constructivos de las

personas que nos lean nos lleven a una mejor redacción del contenido. Queremos que aquellos debates que se puedan generar también aporten información o nuevos planteamientos sociales.

En realidad estamos cansados de los diferentes libros que se han publicado y vemos huecos argumentales en todas las formas de relación humana.

LIBRO PRIMERO

Génesis

Versículo Primero: Introducción a las no monogamias, glosario relacional

La vida moderna está llena de términos a cada cual más enrevesado e hilarante para denominar una cosa que en el pasado se explicaba de una manera más fácil y entendible por la población en general. Por eso es importante manejar un glosario de términos y así no perderse en el mapa ideológico relacional de los nuevos tiempos:

Monogamia. Se teoriza mucho en torno al origen de la monogamia y de su relación con el resto de sistemas opresores (Véase Guía de supervivencia al capitalismo o Guía de supervivencia al sistema patriarcal). Pero en realidad todo el mundo tiene algún familiar monógamo al que observar y del que sacar conclusiones.

A primera vista puede parecer un sistema fácil. La suma de dos sujetos que se quieren y se enfrentan al mundo y a sus dificultades. No me pararé demasiado en él ya que no soy un experto, y gracias a Internet cualquiera puede tener acceso a películas de ciencia ficción en torno a esto ("El diario de Noah" por ejemplo).

Es difícil no criticar a la monogamia como sistema considerándose una persona de izquierdas radical. Considero esto un error, tanto por la posición de superioridad moral en la que coloca a aquellos que realizan la crítica como por el efecto que esta crítica supone en las personas que practican esta forma relacional.

Por favor, no se ría de la monogamia.

Poligamia. Son todas aquellas prácticas relacionales que resultan molestas porque lo han inventado antes pero de una manera que nos parece poco "civilizada". Resultaba tan molesto que, existiendo este término (Y que sonoramente es mucho más revolucionario) nos hemos inventado el de poliamor para hacer esa gran distinción (y que suena muy ñoño para mi gusto). Para más información leer "Pensamiento monógamo, terror poliamoroso" donde la idea está más desarrollada y de una manera más seria.

Por favor no se ría de la Poligamia.

Swinger. Son todas aquellas prácticas relacionales que se encuentran a medio camino entre la Monogamia y la no monogamia. Es un sector difícil de definir, donde las parejas llegan a acuerdos de prácticas sexuales con otras personas, desvinculando lo sexual de lo emocional, pero manteniendo la estructura base. Es como cuando consigues tu primer empleo pero sigues viviendo con tus padres y teniendo una asignación semanal. Por otro lado se trata de un mundo por el que se inician muchas personas, cercano a la no monogamia y puente hacia la sociedad monógama. En nuestro contexto cultural, la mayoría de personas tiene una idea mental de lo que es un Swinger y eso puede ser un punto de partida para explicarlo todo.

Por favor no se ría de los Swinger.

Poliamor. Son todas aquellas prácticas relacionales no monógamas que tienen en común recordarte cada cierto tiempo que no se trata de un movimiento sexual mientras las relaciones amorosas son uno de sus pilares fundamentales.

Por favor no se ría de los poliamorosos.

Anarquía Relacional (AR): Son todas aquellas prácticas relacionales no monógamas que te recuerdan cada cierto tiempo que los acuerdos que son tomados entre las personas son de carácter individual y que la jerarquía está mal. Pretenden ser una versión de la anarquía llevada al mundo relacional y acaban siendo una versión del anarcocapitalismo llevado al mundo relacional.

Por favor no se ría de la Anarquía relacional.

La Agamia. Hasta la fecha no he sabido qué tipo de performance es esta. Soy como el meme del perro jugando a un juego de mesa que no sabe cómo funciona, pero aún así sigue en la mesa. Voy a intentarlo otra vez:

- La agamia es la no creación de parejas.

- Osea como la Anarquía Relacional.
- No, no. Nada que ver.
- La agamia supone la no aceptación de jerarquías.
- Osea como en la Anarquía Relacional.
- No, no. Sin ninguna duda muy diferente.
- La agamia rechaza el amor.
- Nadie puede rechazar el amor como concepto, osea puedes rechazar el amor de personas concretas pero...
- Además estamos en contra de los cánones normativos de belleza.
- Nunca te he visto relacionarte con alguien mucho más mayor que tú, ni con alguien que te llevase muchos kilos de diferencia.
- Eso no tiene nada que ver. Además sustituimos los celos por la indignación.
- ¿...?

Podeis reiros de la agamia, hasta que se demuestre que no es un chiste.

7. Magicogamia. Se trata de aquel modelo relacional que fija su mirada en todo aquello que tiene que ver con elementos sobrenaturales o de relación forzosa con la naturaleza. En este tipo de modelo relacional prima la participación en el Reiki, el fluir relacional, las constelaciones familiares, el tantra y sus energías masculinas y femeninas... Cuanto más exótico mejor.

No os riáis de la magicogamia. El reírse de ella hace que crean aún más en sus movidas.

Probablemente existan muchos modelos más (O no) con lo que lo más fácil es hablar de monogamia y de no monogamias e ir al punto importante que queda enmascarado por el desarrollo político de todas las definiciones: Como nos comportamos con quien nos relacionamos.

Versículo Segundo: Las No Monogamias, Mito y realidad

El error principal de las No monogamias es su origen teórico como confrontación con la monogamia. Es decir, el contenido teórico del modelo relacional viene dado por la negación de su “contrario”, haciendo una polarización del discurso (Vamos que o eres de izquierdas o de derechas, del Madrid o del Barça...). Este hecho produce dos cosas: Por un lado aquellos elementos que pueden resultar funcionales de la monogamia quedan completamente invisibilizados y todos los modelos relacionales que no sean “puros” quedan minorizados, marginados y tratados de traidores (Como el amor que procesa un Estalinista hacia un Trotskista).

El convertir a la monogamia en la mala de la película resulta peligroso por tres motivos. El primero es que nos coloca en una situación de diferenciación ante aquellas personas que nos rodean, con una actitud prepotente y de desvalorización. Es decir, por un lado está la gente “normal”, la gente “muggle” o simplemente “monógama” y por otro aquellas personas que hemos elegido bien, que estamos libres de violencia relacional y que nuestro modelo es auténtico. Sentimos que esa gente no nos comprende cuando les explicamos nuestros dramas con varias parejas ¿Pero los entendemos cuando nos presentan sus dramas con una única pareja?. Estas personas son nuestros vecinos y vecinas. Son nuestros familiares, son nuestros amigos y amigas, compañeros y compañeras de trabajo... Son nuestros vínculos no románticos. Estas personas son parte de nuestra sociedad, parte activa de nuestras vidas que con nuestro discurso contrapuesto estamos minusvalorando.

Por otro lado al llegar al mundo de las no monogamias se supone un desarrollo personal y una deconstrucción que en la monogamia no se da. (Este pensamiento mágico se crea debido al punto anterior de diferenciarse de la gente monógama). ¿Qué supone esto? Tener la guardia bajada ante cualquier posible abuso relacional o de género. Hace unos años ante uno de los múltiples asesinatos machistas o ante una de las violaciones grupales que tanto gustan a los medios, alguien inició un debate en internet sobre el hecho de que nosotros como personas no monógamas estábamos libres de esa “lacra”. Probablemente junto al pensamiento mágico de deconstrucción existe un alto cargo de clasismo disfrazado de buen rollismo.

El tercero y último es que, al crear la identidad como una contraposición es muy difícil elaborar contenido nuevo. La ideología está marcada por unos límites visuales. Es como si las preocupaciones, temas de conversación y creación estuvieran cerrados mediante unos macos (unos lindes) inamovibles.

¿Pero qué es eso tan malo que tiene la monogamia y que deberíamos eliminar de nuestras vidas? ¿Qué es eso que usamos en negativo como base para asentar una ideología relacional?:

La exclusividad sexual.

La exclusividad afectiva y jerarquización relacional.

La romantización del vínculo.

Estos tres puntos siguen dándose en las no monogamias pero con mucha más gente.

La exclusividad sexual es un término curioso. Tal y como se usa en las no monogamias, es un término que hace referencia a la prohibición de prácticas sexuales con personas que no sean tu pareja. Es decir, la monogamia es malvada porque reduce tus posibilidades de follar. Sin entrar en una delimitación de qué es follar y que representa para cada persona. ¿En serio tantos años de pensamiento nos llevan a reducirlo al número de personas con las que se folla? ¿Y si no se folla?.

No es la primera vez que se pone en duda el concepto de jerarquización relacional y exclusividad afectiva y se reconoce los papeles de otras figuras relacionales como las amistades o la familia. Pero la jerarquía es buena (Tomaros unos segundos para cargar vuestras armas) siempre existen personas que son más importantes en nuestras vidas que otras, sería absurdo negarlo. Si hay algo que hace bien la monogamia como modelo relacional es reconocer el papel que juega cada persona en la vida del resto. Cada parte de las relaciones tiene clara su función y la distribución temporal y de recursos tanto materiales como afectivos que les pertenecen. Es decir, en una pareja tradicional sabemos que existen unas expectativas y unos papeles que cada uno va a jugar en la vida del otro. En las no monogamias este es un elemento que está presente pero que queda diluido y escondido en la ideología.

Se habla mucho de los posibles pactos entre las personas que practican las no monogamias y poco del esquema relacional en el que nos encontramos. El negar la jerarquía nos lleva al negar el sistema. El negar el sistema nos lleva a no tener en cuenta realmente al resto de elementos que conforman "la familia".

El último punto destacado de la crítica a la monogamia son las romantizaciones del vínculo. ¿Que supone romantizar un vínculo? ¿Supone coger la caja de VHS con todas las películas románticas de los 90, meterlos en una trituradora y dárselos de beber a nuestra nueva relación? ¿Supone enchocharse y no ver más allá del nuevo ligue? ¿Suponen velas, pétalos y bombones?. Ideológicamente nos hemos vuelto a equivocar. El problema no es el amor romántico, sino los tipos de vínculos que creamos y cómo estos se manifiestan.

Tanto es la identificación de la monogamia como el enemigo a abatir que se editó un libro que se llama “En defensa d’Afrodita. Contra la cultura de la monogamia”. Un libro básico en la creación de la identidad de las personas que se identifican como AR, pero que falla en los puntos antes señalados y en algunos más:

-Identificación de la monogamia como el origen de la violencia de género como una violencia monógama, entrelazada con el machismo.

-Identificación de la pareja como un ente aislado, como una especie de núcleo que vive fuera de relaciones familiares o de amistades. Según este planteamiento la violencia se da en la monogamia, por que en la monogamia se produce aislamiento social. Un argumento vacío y que niega la existencia de grandes comunidades de familias extensas que vive en monogamia. Este argumento relega a los familiares y amigos a meros observadores, secundarios en las historias personales.

Este es un buen libro, un recogido de textos de diferentes autores, con lo que la divergencia entre ellos es normal. Puede sentar una buena base, pero ha de leerse con crítica hacia la misma.

Versículo tercero: Crianza y no monogamia. Por favor dejemos de salir por la tele

En primer lugar empezaré por una excusa: Yo no soy una persona que esté criando activamente. No me he reproducido, ni tengo parejas que se hayan reproducido ni actualmente es una aspiración personal. Dicho esto, mi trabajo se centra en la crianza de personas que han sido excluidas (De forma temporal o permanente) por diferentes motivos de sus familias y el Estado ha de hacerse cargo. Es un trabajo muy duro, donde me veo expuesto a muchas violencias y soy el ejecutor de muchas otras (Véase guía de supervivencia a la educación social). Estos trabajos para mí ya cumplen mi máximo de exposición a la crianza. Dicho esto, no soy padre pero he participado en muchos y muy diversos procesos de crianza.

Después de esta excusa os digo: Creo que no se debería hablar con los medios de comunicación sobre crianza y poliamor hasta que se haya acabado la tutela según la legislación vigente.

Se pueden crear múltiples espacios donde hablar de los procesos de crianza. Eventos donde el conocimiento se acumule y pueda ser útil a aquellas personas que

necesiten esa información. Grupos de padres y madres, quedadas para la discusión de temas específicos, convivencias familiares temáticas... Eventos en los cuales pueda salir material preciado que sea debidamente clasificado y etiquetado.

¿Cómo es un texto debidamente clasificado y etiquetado? Primero necesitamos que sea lo menos personalista posible (Los testimonios de "Me encanta que mis otras parejas acompañen a mis hijos a la escuela" son contraproducentes). Segundo, ha de estar fechado (Este texto ha sido producido en las conferencias con la asistencia de X personas y en las fechas de) y por último si hace un análisis de momentos concretos de la crianza, ha de hacer referencia al momento de desarrollo psicosocial en el que se encuentren.

El problema de las personas que salen por la televisión (O radio, o periódico...) hablando de lo maravillosa que es la crianza dentro de un modelo no monógamo es que es difícil confrontar lo equívocas que resultan este tipo de declaraciones, porque para hacerlo deberíamos tomar información privada de como son en realidad sus relaciones. No se puede atacar a compañeras y compañeros de militancia con la distribución de las tareas de cuidado que hay detrás de sus prácticas, con sus planes de ocio y quien sale desfavorecido o con qué pasará con sus relaciones a medio y largo plazo. Como comunidades estamos adorando a líderes de paja, imágenes públicas que al medio y largo plazo pueden ser perjudiciales.

La crianza en no monogamia, hasta que existan experiencias datadas y de éxito, debería ser un tema de debate interno como si las comunidades no monógamas fuesen logias masónicas.

Versículo Cuarto: El daño de la literatura sin pensamiento. Metamor, compersión y otros vocablos del montón

Antes de entrar en desarrollar este punto, me gustaría poner encima de la mesa una serie de vocablos inventados (o hispanizados a partir de vocablos americanos):

-Compersión. Una situación compersiva la definen como el momento en el que te sientes contento o feliz por la felicidad de tu pareja al ser feliz con otra persona. Es la situación idílica supuestamente deseable, a la que deberíamos llegar. Es por lo tanto un vocablo que nos crea una expectativa y que desvirtúa otros sentimientos que puede ser legítimos como no soportar a esa otra persona.

-Metamor. Metamor es la palabra generada para hacer referencia a otra pareja de tu pareja. Es algo así como la copareja. Lo que de toda la vida fue "la otra/ el otro" pero con un nombre bonito. Ponerle un nombre así supone darle siempre un valor y retirarle la posibilidad de odio o rechazo. (Vamos que llamarle Metamor supone forzar una relación aunque no sea deseada).

-Escalera relacional. Es un término traducido del inglés que tiene que ver con que las relaciones suponen una progresividad. Algunas personas lo ponen en duda, pero es normal que esto exista ya que todos tenemos unas expectativas relacionales. Si es importante ponerle nombre y hablar de ellas pero es algo que ocurre con cualquier interacción social.

-NRE (New Relationship Energy). Un término yanqui para definir el "enchoche".

-Gestionar. Consideramos gestionar todos los esfuerzos puestos en buscar algún cambio relacional, organizar el tiempo o hacer que las cosas funcionen bien. A veces supone forzar, supone hacer que algo vaya como queremos que vaya por nuestra cabezonería y por lo tanto puede estar asociado a sufrimiento.

Ya tenemos suficientes ejemplos. Hemos leído en múltiples libros de autoayuda no monógama que hay una serie de formas de hacer las cosas. Existe una relación idílica, un punto de equilibrio al que podemos llegar...

Mi punto de partida es que esa situación es irreal ya que partimos de una situación lejana a nuestra realidad social. En primer lugar porque hasta ahora los manuales eran de origen anglosajón y carecían de contexto cultural adaptado a nuestro ambiente (Ética promiscua nos recomienda ligar en festivales del Renacimiento y lo más parecido que tenemos es la Reconquista en Vigo). A partir de ellos hemos creado nuestro sistema ideológico y hemos desvirtuado elementos propios de nuestra forma relacional a favor de estos sistemas externos.

No podemos forzar relaciones porque es lo que idílicamente nos narran las tablas de la ley. No podemos tomar los libros de autoayuda como si se tratasen de Biblias relacionales.

A veces llevarse bien con nuestro "Metamor" es imposible. Uno por qué se trata de una competición directa por la intimidad. Dos porque aún habiendo un acuerdo de tiempos esta persona puede no agradarte. Puede ser distinta a ti, ideológicamente opuesta, parecerte gilipollas, tonta o cualquier otra característica que no te agrade.

Si en los grupos de amigos nos alejamos de aquellas personas que nos resultan insoportables... En los grupos afectivos lo forzamos. No se puede forzar lo afectivo.

En este contexto y bajo la premisa de "Es lo que debemos hacer por qué es lo socialmente deseable" podemos esconder nuevamente situaciones de abuso.

Es necesario replantearnos nuestra agenda grupal en aras de comprobar si nos estamos encerrando en nuestra parcela de felicidad. Si nuestro grupo de amigos es "sólo" el de los grupos no monógamos. Si no tenemos vida de parejas más allá de las actividades de estos grupos. Si nuestras gestiones nos comen más tiempo que nuestras celebraciones. Si usamos una jerga que nuestros vínculos de fuera no entienden... A lo mejor estamos escondiendo nuestro malestar detrás de una idea que nos agrada como modo de vida.

Si nos sentimos culpables por decisiones lógicas que llevan impactos relacionales. Si continuamos una relación más allá de lo que vendría siendo sano (lo que los libros ahora llaman "tóxica") por qué es lo que se supone que debe ser en este contexto.

Si enmascaramos situaciones negativas bajo la premisa de que mejorará o que es lo que hay que hacer, estamos escondiendo el abuso tras la ideología.

Versículo Quinto: La nevera de Linterna Verde en las no monogamias. El recurso dramático del "no gestiona bien"

Un gancho argumental de DC cómics en su momento fue matar a la novia de Linterna Verde y guardarla en la nevera, para cuando éste fuese a por un yogurt clamase venganza. Matar a un personaje con una relación sentimental se convirtió en cliché y las mujeres en los guiones pasaron a ser los objetos en torno a los cuales iniciar una vendetta muy básica que nos entretenga durante hora y media.

https://vignette.wikia.nocookie.net/marvel_dc/images/b/b0/Women_in_Refrigerators.jpg/revision/latest/top-crop/width/360/height/450?cb=20090901153506

En las no monogamias tenemos nuestro propio recurso dramático hiperexplotado a la hora de hablar mal de otras personas (O de relaciones pasadas) y es el "no gestiona bien": Hablamos de los afectos como si se tratase de una inversión en bolsa o de llevar una granja en Pasión de Gavilanes.

En una ocasión alguien me habló de una persona que tenía muchas parejas pero ninguna de ellas "respondía" por ella para ir a una fiesta en concreto. Cuando esta persona les preguntaba, daban evasivas y no afrontaban la realidad, pero cuando hablaban en la intimidad sobre ella "Es que no gestiona bien".

Entendemos pues que esta persona en la intimidad para follar bien, pero no respondo de ella para un evento grupal porque me estropea mis posibilidades de pasármelo bien. Es el efecto contrario a cuando una persona cae mal, la soportas en los eventos grupales pero nunca tomarías algo con ella en plan "amiguís".

Cuidado cuando utilicemos la expresión "no gestiona bien". Podemos estar tapando violencia grupal, un no enfrentar a esa persona de manera directa pero sí a nivel de fama (que es mucho más cómodo). Podemos estar hablando de relaciones que no tienen nada que ver con nosotros pero disfrutando del cotilleo y ayudando a expandir una noticia falsa relacional.

A veces ese "no gestiona bien" está escondiendo a una persona que oculta su responsabilidad de haber forzado una situación. Pongamos un ejemplo: Se le puede atribuir el "no gestiona bien" a una persona que en una serie de fiestas llora rompiendo el rollo a los asistentes. Pero detrás de esa expresión sentimental, puede haber muchas representaciones emocionales: me estás haciendo ir a un evento en el que no quiero estar, nuestra relación va mal y me colocas en o voy contigo y sufro o vas solo y sufro...

Algunos "no gestiona bien" vienen derivados del deseo de que todo sea muy bonito y todo el mundo esté bien. Puede que un miembro de la relación (llamémosle el bien posicionado) desee que todos sus amores se lleven bien entre sí (metamores felices juntos es sexo con más de una persona) o que uno de esos metamores decida de manera unilateral que tiene que ser una relación de megaamiguís con la pareja de su pareja.

Recordemos que no llevarnos bien con todo el mundo es un derecho. Mandar a la mierda a la gente puede ser sano. Y no ceder ante la tiranía grupal. Los planes de grupo son opresores porque a ellos se les atribuye un poder social, se cede individualidad y se les acaba atribuyendo una personalidad propia.

Versículo sexto: La viga en el ojo propio, la paja en el ojo monógamo

Hay veces que consideramos violencia lo que ocurre en la monogamia, pero cuando se da en el contexto no monógamo lo ignoramos o alentamos. Un ejemplo muy claro es lo censurado que está dentro de la monogamia el hecho de acostarse con personas que están dentro de las relaciones de otra persona que nos importa:

Inventemonos un caso que en realidad no es inventado. Digamos que Manuela conoce a Josep en el ambiente activista. Rápido entablan un contacto cercano y poco a poco sienten deseo mutuo. Un día tras una manifestación feminista, fruto de las cañas de Moritz que se han tomado, se acaban liando y teniendo sexo. Su relación, aunque no se atreven a verbalizarla como tal, se vuelve más seria teniendo encuentros de manera continuada. Una tarde Manuela le presenta a Josep a Raquel, su mejor amiga. Josep vuelve a sentir tensión con esta nueva chica y se acaban liando y entablando una nueva relación. Esto causa malestar en Manuela. ¿Será que no estoy lo suficientemente deconstruida y aún pienso y siento como una monogama?.

Es importante plantearse no sólo lo bueno o malo que son las estructuras y las jerarquías si no las interrelaciones que se dan entre ellas. Como ya hemos dicho anteriormente, la teoría sobre no monogamias se centraba en las parejas y dejaba fuera de las explicaciones a otras figuras como las amistades o la familia, que también tienen un papel relevante en nuestras vidas. En el ejemplo anterior no se trata de analizar las relaciones Manuela-Josep-Raquel en términos de parejas, si no la repercusión en vínculos de amistad que pueden traer las mismas.

Con esto no deseo censurar la creación de parejas en grupos de amigos, cosa que ha pasado desde siempre. Me gustaría que, de producirse, la gente fuese consciente si existen o no algunas “leyes de amigas” (Por llamarlo de alguna manera) y las repercusiones que éstas tienen. No se trata de verbalizar y contar todos aquellos encuentros afectivos y sexuales que tenemos con nuestros vínculos, se trata de notificar aquellos que son importantes y los límites que pueden existir pero que no se están viendo.

Existen muchas experiencias de éxito en la monogamia que ignoramos al centrar la mirada en las parejas que fracasan. Hay rupturas en la monogamia que deberían ser ejemplo de sostenibilidad relacional, parejas que antes de que su vínculo acabe estallando en una relación “tóxica” deciden separarse. Hay parejas que por algún motivo saben mantenerse felices a lo largo de muchos años (y son dignas de estudio). Como cualquier sistema hegemónico tiene muchas situaciones, desde los abusos y los feminicidios hasta las parejas felices.

Como ya se comenta antes, uno de los elementos que caracteriza a las comunidades no monógamas es el creerse con menos machismo que el resto. Este pensamiento mágico derivado del asociar a la monogamia como el lado oscuro de las relaciones (hay quien incluso lleva el argumento al extremo de culpar a la monogamia de los feminicidios) nos lleva a estar expuestos y no preparados. ¿Cual es el impacto emocional cuando existe un convencimiento de que esto no puede pasar? ¿Puede que esté pasando y nos lo ocultemos para evitar confrontarlo? ¿Se pueden estar dando nuevas versiones de abuso, que se esconden mejor? ¿No tenemos violencia física pero somos los reyes de las acciones pasivo agresivas? ¿Cómo andamos de esa cosa a la que llamamos luz de gas tanto a nivel de relaciones de pareja como a nivel de comunidad?.

Otro elemento que criticamos de la monogamia es la creación e imposición de cánones sociales y de diferenciar normalidad de anormalidad. Desde las no monogamias se hace lo mismo y además se castiga a aquellas personas que conservan rasgos del modelo que se critica.

Ejemplos de herejías a los cánones de las no monogamias:

- Permanecer en monogamia pese a definirse como no monógamo.
- Reconocer la existencia de relaciones principales y relaciones secundarias.
- Realizar un proceso de crianza tradicional, que pase por una escuela pública con unas metodologías de las de toda la vida.

Creo que un paso ideológico que nos queda por aceptar es la variabilidad a lo largo de la vida de nuestro sistema relacional. Debemos aceptar que nuestra forma de relacionarnos evoluciona al igual que lo hacemos nosotros, que nuestros gustos cambian, que nuestras circunstancias son otras y que nuestra vida nos puede llevar a ser otras cosas. Al igual que se pone en duda o se invisibiliza la bisexualidad en algunos ambientes de lucha LGTBI (y por la sociedad en general) el mismo pensamiento binario nos lleva a no tolerar aquellos cambios circunstanciales.

Existen cambios circunstanciales que nos pueden llevar a estructuras que consideramos opresoras. Me explicaré con un ejemplo: Hace unos años en una cena con unos amigos, estos dedicaron gran parte del tiempo de conversación a explicar su decisión de contraer matrimonio bajo el pretexto de la necesidad de comprar un piso. Nadie en esa mesa había pedido esa aclaración, pero las personas necesitaban expresar su “excusa perante a la comunidad” para tomar la decisión de abrazar la institución del matrimonio.

No me gusta pertenecer a comunidades donde tenga que dar explicaciones sobre mis formas de vida. Prefiero que no se pregunte, o que este tipo de cuestiones queden en algo muy íntimo a la necesidad de desarrollar la parte de mi identidad que es más normativa con un discurso contranormativo. Se trata de expiar unos pecados conforme a una ideología que nos une, como si fuésemos Pablo Iglesias buscando la aprobación de sus militantes a la hora de comprarse una casa.

Y si la no monogamia no es lo nuestro, tenemos derecho a equivocarnos y a tomar otras decisiones. ¿Pero y si estamos todos equivocados? ¿Y si al igual que las anteriores generaciones aceptaron la monogamia en masa por que era el modelo heredado, nosotros nos adecuamos a la no monogamia porque es el pautado por la ideología que nos atrae? ¿Y si somos víctimas de otra ola del amor libre setentoso, pero esta vez bajo un remake mal hecho?.

El miedo a la equivocación relacional será algo que nos acompañe a lo largo de nuestras vidas. Sea cual sea el modelo que sigamos, nos imaginamos de mayores con un resultado. Y es en ese resultado donde está la red afectiva. Nadie puede prever la red afectiva futura que tendrá ni ahora ni en el momento de su muerte. Los hijos pueden enfadarse, enfermar o morir. Las parejas pueden enfadarse, enfermar o morir. Todo el mundo puede desaparecer. Y aunque es un panorama que no nos gusta pensar, es algo que puede estar presente. La pregunta no es si nos equivocamos con la red afectiva, si no qué estamos dispuestos a hacer con ella y para ella. Y apoyándonos en una fe relacional, extrapolar lo que creemos que harán por nosotros.

Versículo séptimo: Las no monogamias, intersecciones y otros problemas

En las no monogamias se da una especie de prejuicio ideológico: “Todo el mundo es de izquierdas hasta que se demuestre lo contrario”. Somos unas comunidades que nacen en los márgenes (o eso nos creemos) y por tanto se sobreentiende que esta identidad va acompañada de otras muchas como son: Ser de izquierdas (como mínimo socialdemócrata) defender la soberanía de los pueblos, ser antirracista, comprensivo con las diversidades funcionales y la salud mental etc.

A veces resulta que algunas de esas afirmaciones puede no darse en un sujeto. ¿Aceptamos de la misma manera a una persona que se dice no monógama pero que

cree en Dios? ¿A una persona que vota a la derecha? ¿A alguien que su trabajo va en contra de nuestra perspectiva de vida (Un banquero por ejemplo)? ¿A alguien que se define como Español? ¿Y si discrepamos en nuestra visión ante la prostitución? ¿Y si opinamos diferente en torno al papel de las mujeres en las prácticas de BDSM? ¿Cual es nuestra postura ante una persona que cree en un modelo educativo diferente (Por ejemplo la educación en casa vs la escuela tradicional)? ¿Y si la otra persona ha metido la pata usando el humor negro (Mi caso muchas veces)?.

Se habla mucho de la intersección entre diferentes movimientos de izquierda. Ninguna militancia es más primordial que otra, todo es un ecosistema identitario. ¿Pero cómo se traduce esto en cuanto a las actitudes que tenemos ante aquellas personas que por ideología deberíamos tratar bien pero por sistema de vida casi no conocemos? ¿Deberíamos desear como comunidades que a nuestras reuniones se unan personas de otros orígenes socioculturales, dejar que estas personas tengan sus propias revoluciones o ser un ente participe en la mejora de sus condiciones pero desde las necesidades que estas transmitan? ¿Somos accesibles o somos persecutorios?.

Una vez acudí a una conferencia sobre cómo crear espacios sex positive. En ella se hablaba de cómo el clima grupal era importante y de que todas las personas que conformaban la comunidad tenían una responsabilidad a la hora de cuidar al resto. En el momento de interpelar con preguntas recurrí a mi incomodidad de serie ¿Como hacen para ser inclusivos con colectivos con dificultades? ¿Como mejorar la accesibilidad de espacios sexuales? La respuesta del gurú de aquel evento es que “Ellos no eran servicios sociales”.

No se trata de invitar a las fiestas privadas a las ONG y asociaciones. Parte del activismo debería pensar en cómo sacar fuera de nuestros grupos cerrados todo el conocimiento en torno a las relaciones y a las posibles libertades. Si realmente consideramos el mundo de las no monogamias un espacio de activismo deberíamos reconectar con todas aquellas personas que no forman parte de las comunidades. ¿Dónde queda nuestra responsabilidad ante las nuevas generaciones que se inician en sus primeras relaciones sexo-afectivas? ¿Seguimos perpetuando el secretismo y la mala educación sexual o creamos materiales adecuados a diferentes rangos de edades? Los grupos que están en contra de la libertad sexual hacen su trabajo propagandístico y nosotros nos encargamos únicamente de un proselitismo interno. Todo lo que se reflexiona es universalizable, aplicable a relaciones monógamas de ser necesario. Es hora de crear productos que fomenten la sexualidad abierta y sana. Es hora de crear productos de consumo, productos que gusten aunque sean de baja calidad. Novelas Bestsellers que presenten ejemplos de empoderamiento,

relatos que hablen de lo bueno y de lo malo de las no monogamias. Recursos educativos disponibles que hablen de los problemas de prácticas sexuales concretas y de cómo reducir riesgos. Materiales que no traten a las personas como culpables de los problemas que les pueden surgir, si no que den recursos para evitarlos.

Una vez el idealismo nos pudo. Nos centramos en hablar de nuestras comunidades como pequeños islotes de felicidad y olvidamos el mundo que nos rodea. ¿Cuántas charlas de los encuentros se dedican a hablar de nuestro papel en otros espacios? ¿Qué nos pesa más la identidad como personas no monógamas o las otras identidades que nos definen? ¿Como comunidad existen más puntos en común que el hecho de que neguemos la monogamia? ¿De qué hablamos cuando quedamos, de lo muy poco monógamos que somos?

El día del Orgullo se suelen organizar en algunas ciudades “Un bloque no monógamo” para acudir a las manifestaciones y desfiles. Bajo la idea de dar visibilidad al movimiento de las no monogamias...Cada vez que se acerca la fecha, vuelve a salir el debate en torno a la idoneidad de la participación en la manifestación con una pancarta propia. Mi postura en torno a esto es la participación individual y no como colectivo, sin ninguna identificación como agrupación. Si el deseo es hacerse ver como colectivo, la acción lógica es la creación de un puesto de información en aquellos espacios habilitados para las asociaciones, sin tomar la identidad de un evento al que se acude por otro tema diferente. O como hemos dicho anteriormente, dejemos de salir por la tele.

LIBRO SEGUNDO

Éxodo

Versículo Primero: Los vínculos. Desempolvar apuntes de facultad para hablar de nuestras relaciones

Si nos vamos a la literatura seria, que analiza los tipos de vínculos nos encontramos con una cosa curiosa que es la Teoría del Apego. Esta teoría es una de las bases fundamentales para entender nuestra forma de comportarnos racionalmente e incluso un punto importante a la hora de hablar de los orígenes de la monogamia el día que tengamos un especial de ciencia ficción.

“La teoría del apego mantiene que todo ser humano nace dotado de un sistema de comportamental organizado para la obtención de diversos objetivos (...) El objetivo principal es la búsqueda de un adulto con la capacidad de cuidar y proteger.” Javier Gómez Zapiain (2009).

Vamos que la teoría del apego sostiene que buscamos figuras adultas con las que nos sentimos cuidados y protegidos. Primero para desarrollarnos como personas y luego para emparejarnos.

Si el sistema de apego “no funciona” los humanos tendemos a responder con estrategias secundarias a la hora de comportarnos:

La hiperactivación. Implica la exageración del peligro. Es una conducta que reclama atención y afecto y supone una hiperdependencia. En los grupos de poliamor se habla mucho de cómo “hacer frente a los celos” existiendo toda una

teoría en torno al “Pulpo de los celos”. Yo creo que todo lo que tiene que ver con este sentimiento deriva de la necesidad de afianzar nuestro vínculo y comprobar si la relación es segura. Puede que se trate de un problema derivado de nuestra forma relacional o que si exista algún motivo en las acciones de la otra persona para la existencia de ese sentimiento.

La desactivación. Puede ser que nos hayamos expuesto tanto al peligro que nuestro comportamiento vaya por la línea de exponernos lo menos posible. Esto pasa por evitar la intimidad y la creación de distancia.

(Las personas detrás de estas letras van alternando ambos modos de enfrentarse a las situaciones relacionales).

Ahora mismo habrá dos grupos de psicólogos buscando en google nuestra dirección para pegarnos:

-Los puristas que sabrán mejor esta teoría que yo y me dirán que he metido la pata por varios lugares.

-Los mágicos que dirán que mis palabras están equivocadas por que... (Introduzca aquí teoría mágica).

Una señora llamada Ainsworth (1989) realizó una serie de experimentos que denominó “la situación extraña”. Suponía exponer a diferentes bebés a la ausencia de sus figuras cuidadoras principales y ver cómo estos responden. Luego vinieron otras dos personas investigadoras llamadas Bartholomew y Horowitz (1991) y fijaron cuatro modelos de apego en adultos:

-Seguro: El adulto que tiene apego seguro es una persona a la que cualquiera admiraría y desearía estar en su piel. Se trata de alguien que se siente cómodo con la intimidad, tiene bajo nivel de dependencia afectiva y bajo nivel de evitación. Vamos un crack relacional.

-Preocupado: Alguien con el apego preocupado es una persona que se muestra ansiosa y ambivalente en situaciones de proximidad. Es poco evitativa pero mantiene grandes niveles de dependencia. (Catalogado dentro del ansioso).

-Ausente: Una persona con el modelo de apego ausente es aquella que niega la necesidad de apego, mostrándose evitativa. Posee un alto nivel de evitación y un bajo nivel de dependencia. Quizás pierda muchos amigos diciéndolo, pero la mayor parte de personas que se creen Anarquistas Relacionales las catalogaría en este cajón relacional. (También catalogado como evasivo).

-Miedoso: Una persona que procesa este tipo de apego es aquella que tiene temor a la intimidad. Es consciente de su necesidad hacia los demás pero tiene miedo a la confrontación. (Ansioso).

Nos gustaría creer que esto no es algo estático. Que las relaciones positivas pueden modificar nuestra forma de relacionarnos y por lo tanto cambiar nuestro estilo de apego. Pero no tengo la formación necesaria como para sentar cátedra sobre ello y en las pocas lecturas que hemos hecho no hemos encontrado nada respecto a si existe variabilidad o no. Así que por nuestra parte es importante destapar la conciencia en torno a nuestros modelos de apego y tenerlos en cuenta a la hora de relacionarnos.

Personalmente soy un miedoso. Este apego miedoso me hace comportarme de dos maneras. Evito comunicar mis sentimientos y deseos (Lo cual es un problema por que me cuesta salir del foso relacional y quemó relaciones de pareja por inanición) o recorro al humor en cuanto me veo vinculando. Y como mi recurso de humor principal es el humor negro, digo burradas. Y como digo burradas la gente se ofende. Y cuando la gente se ofende me rechaza, y cuando la gente me rechaza... Así que mi única salida real es intentar comunicar más lo que siento para evitar meter la pata.

En conclusión, analiza tu forma de apego e intenta echar el menor número de balones fuera posibles. Quizás sea interesante practicar algún tipo de situación extraña con las personas que practican la no monogamia.

Mi hipótesis es que los apegos seguros no llegan a la no monogamia por qué ya se sienten seguros en una relación monógama. Los apegos ansiosos llegamos a estos mundos deseando múltiples apoyos afectivos, varios vínculos que acallen nuestras ansiedades relacionales. Por otro lado las personas evitativas llegan bajo el deseo de legitimizar la práctica de vincularse manteniendo la distancia y la independencia, teniendo varias personas que les alejen del aburrimiento relacional.

Versículo Segundo: Terapeutas monógamos para problemas no monógamos

Hace unos años se creó una lista de terapeutas que estaban a favor de las no monogamias y que por lo tanto no iban a juzgar a sus clientes poniendo sus

prácticas relacionales como los focos de origen de sus problemas. Cualquier activista puede creer que una persona de su ámbito ideológico-relacional será válida para tratar sus problemas ya que existe un alto factor de vínculo y comprensión. Este planteamiento es un error ya que:

Un buen terapeuta no pone en duda de manera confrontativa directa un elemento relacional que para su paciente es un punto esencial en su identidad. Podrá creer que esa forma relacional no es la adecuada e incluso que de ella pueden provenir parte de sus problemas e inseguridades. (Terapeutas serios odíenme otra vez) Un buen terapeuta acompañaría a su paciente en la detección de que elementos de sus relaciones no monógamas son positivos y cuales son negativos, ayudándolo a confrontar y confrontarse con los negativos. Si un terapeuta ha conseguido mejorar la vida de personas con problemas de salud mental graves, ha trabajado con familias con dinámicas de maltrato etc. Es un terapeuta válido.

A lo largo de los años que he estado presente en comunidades no monógamas, he visto florecer varios negocios en torno al "acompañamiento". Personas de dentro y fuera de las comunidades, que han sabido aprovechar el momento para pasar por caja... Estos servicios específicos no solo han sido ejecutados por personas con preparaciones técnicas, si no que existen algunos negocios que deberían cerrar por fraudulentos. Como comunidades no solo hemos permitido su existencia, se ha abierto la puerta a que realicen conferencias en foros específicos y que tomen el lugar como figuras públicas respetables. Es una gran contradicción definirse como diferentes movimientos de izquierdas (Incluso anticapitalistas) y luego permitir que estos negocios tengan espacio en nuestros foros y reuniones.

No nos equivoquemos. Recurrir a terapeutas no monógamos es buscar que los procesos terapéuticos sean cómodos, o lo que es lo mismo, evadir el conflicto que supone analizarnos a nosotros mismos. Si creemos que encontrar a un terapeuta que pone en duda nuestra no monogamia es un problema, a lo mejor nuestra identidad como no monógamos no está tan anclada como nosotros pensamos.

Nota aclarativa: un terapeuta monógamo puede ser comprensivo con las relaciones de pareja no monógamas. Puede entenderlas y analizarlas. El punto importante es encontrar aquellos terapeutas con los que consigamos hacer vínculo y a la vez podamos trabajar aquellos puntos que nos resultan problemáticos.

Versículo Tercero: El ser hombre y las no monogamias, los percales del poder

Hace unos años participé en dos talleres en torno a las no monogamias en un encuentro de fin de semana. El primero, propuesto por mi parte, “Masculinidades Kamikazes”, pretendía hablar sobre las actitudes de las personas que nos identificamos como hombres en los espacios públicos (Sobre todo en eventos como ese). En ese taller mixto a uno de los participantes se le ocurrió preguntar directamente a las mujeres que estaban presentes cuál debería ser nuestro camino de acción... La respuesta fue uno de los mejores memes de “Thug Life” que podríamos pensar en nuestras vidas: No se trata de que nosotras os digamos cual es el camino a seguir. Os podemos recordar donde meteis la pata. Os podemos decir cuando os equivocais. Pero en ningún momento debemos volver a haceros el trabajo. Si quereis saber como os comportais con nosotras, no tenemos problemas en deciroslo. Pero el trabajo de mejora es vuestro, no nos hagáis cargar otra vez con el doble esfuerzo.

El “doble esfuerzo” es un término muy amplio pero en muchos casos se refiere a la necesidad de que una parte de la pareja sea la encargada de llevar las dos partes del trabajo emocional. No se trata únicamente de ser responsable de la elaboración de los procesos de sí misma, si no que, ha de decodificar lo que siente su pareja y ayudarla en todo su proceso de entendimiento. Se habla poco del cansancio emocional que recae muchas veces en una única parte de la pareja y que en la mayor parte de las parejas heterosexuales es en el lado femenino.

El otro taller al que acudí se llamaba “Terror anal”. Se trataba de un taller no mixto en torno a las relaciones de los hombres con sus propios anos. He de decir que el planteamiento general era bueno, pero que se generó una especie de extraña competición en torno a quien tenía una relación más precoz o más curiosa con su ano. Salían en conversación los objetos más curiosos que las personas asistentes habían usado para estimularse. Pero no salía un tema que para mi es fundamental: El problema no es nuestra relación con nuestro ano, el problema es la relación de los demás con él. La homofobia interiorizada y los límites que nos ponemos a la hora de compartir espacios con otras personas de nuestro mismo género. Y como la homofobia interiorizada aunque exista una postura ideológica LGTBI o en algunos casos prácticas y sexualidades no heterosexuales siguen presentes.

Como el papel de la crianza y la escolarización siguen presentes a día de hoy, hay un resquicio en muchos de nosotros de cierta homofobia relacional. ¿Cómo nos comportamos en intimidad con otros hombres? ¿Establecemos relaciones íntimas o nos quedamos en la superficie? ¿Existe una diferencia relacional entre la

generalización de nuestras intimidades con personas declaradas como hombres y personas declaradas como mujeres?¿Cómo nos comportamos en situaciones de violencia? ¿Cuando tenemos una discusión con otra persona, como es el tono de la misma? ¿Cómo nos gestionamos ante un simple juego?.

Versículo Cuarto: La no monogamia como escape a la crisis relacional

No tengo capacidad para hacer un análisis cuantitativo, pero cada vez puedo ver como existe un perfil de persona participante en las no monogamias que se repite de manera reiterada. Se trata de aquellas personas que tras años de un matrimonio, encuentran en las no monogamias un camino a seguir para mejorar su estado relacional.

He visto multiples parejas que, después de quemar sus estadios relacionales, antes de plantearse un posible divorcio, usan las no monogamias como un estadio a medio camino del divorcio. Un espacio que les permite experimentar nuevas relaciones, sin perder aquella que les resulta cómoda por la estabilidad intrínseca a un matrimonio normativo. Muchas parejas se plantean el poliamor como una forma de hacer lo que tradicionalmente se hacía pero de una manera pública y legal. “Cada uno se acuesta con quien quiere y puede, pero sigue existiendo un hogar común”. Una actitud que muchos critican por mantener una jerarquía, pero que en el fondo el principal problema es la falta de honestidad. Nos ahorraríamos muchos problemas si verbalizáramos nuestras verdaderas intenciones: “Quiero estar contigo por que me resulta cómodo. No me veo viviendo en una situación de no pareja y aunque esto me trae inconvenientes, creo que podemos luchar por soportarnos lo suficiente”. Si existiesen comedias románticas no monógamas, esta sería una de las frases cliché.

Un sujeto que puede ser incómodo en las no monogamias son las personas que se acaban de divorciar. Muchas llegan tras un proceso de autoconocimiento y exploración, que conocen los límites de los espacios y de las personas. Otras llegan con la actitud “de un niño en una tienda de gominolas” (Perdón por este símil tan adultocéntrico). En este contexto, estas personas pueden ser incómodas por su insistencia y es necesario ahondar en el origen de ambos problemas: La incomodidad y la insistencia.

Versículo Quinto: la no monogamia como práctica de fé. Apóstoles Poliamorosos, Profetas anarquistas, predicadores sexuales y actos de fé

Admitámoslo, las comunidades no monógamas funcionamos como sectas. Hemos substituido la relación con Dios como forma de espiritualidad, por la relación íntima con varias personas al mismo tiempo. Podemos crear organizaciones más transparentes o más cerradas, más horizontales o más verticales, abiertas a los movimientos sociales o cerradas a contenidos políticos... Pero como grupo tenemos una ideología base que puede ser tomada como identidad única para las personas que acuden a nuestras quedadas. Hay quien encuentra en las no monogamias un sistema de vida y a la vez hay quien lo convierte en su único modelo, cerrando su tiempo y sus grupos sociales a lo que esto le ofrece.

Por otro lado se da un elemento peligroso dentro de estos movimientos: Es imposible separar el mensaje del mensajero. Todas las personas que tomamos un papel de activistas públicos en torno a las no monogamias debemos cuidar nuestro historial relacional y expresar nuestras cagadas relacionales como parte de los procesos de aprendizaje.

Aquellas personas que tomemos riendas sobre la deriva ideológica de los movimientos no monógamos estamos a ejercer de predicadores. Nuestra responsabilidad social pasa por medir nuestras palabras en redes sociales en torno a todos los temas polémicos (Siendo conscientes del poder grupal que tiene una palabra de alguien con estatus social) elegir bien a aquellos actos sociales, fiestas y eventos a los que vamos, con los que colaboramos o a los que damos publicidad (Nunca acudiría a una fiesta o evento programado por un abusador sexual, por un maltratador etc.). Soy el menos indicado para decir esto pero, hemos de tener cuidado con las implicaciones de nuestro humor personal y los efectos que puedan tener nuestros chistes sobre los demás. Nuestro discurso no ha de ser una utopía abstracta, ha de pasar por la relación con todos nuestros errores de historial relacional "No hemos fracasado, hemos descubierto 999 maneras de como no relacionarnos".

¿Se ha de combatir a aquellos predicadores que no convienen a la comunidad? ¿Se ha de prestar batalla a esas personas que usan los grupos sociales como su plataforma para conseguir otras cosas? ¿Qué indicadores podemos usar para detectar aquellas personas que predicán pero no ejemplifican? A continuación podemos ver unas características que pueden resultar esclarecedoras:

-Habla de manera abstracta pero no concreta su conocimiento. O lo que es lo mismo, vende humo. Es incapaz de llevar a ejemplos prácticos en las relaciones lo que tiene muy elaborado en cuanto a base ideológica.

-No se le conocen relaciones más allá del mundo no monógamo. De cara al público nunca habla de sus amigos, de sus relaciones familiares, de sus vecinos, compañeros de trabajo... De cualquier humano que no forme parte de nuestra secta particular.

-Las parejas o ligues dentro del grupo desaparecen de los eventos sociales al poco de tener problemas con esta persona.

Versículo Sesto: Salud mental y no monogamias, las virtudes del autodiagnóstico

En los últimos años dentro de los diferentes activismos se ha estado dando una situación de apropiación de las identidades de aquellas personas que tienen enfermedades de salud mental.

Es difícil hacer una genealogía de esta situación, pero lo tengo visto sobre todo en torno al espectro autista. Como profesional de los servicios sociales y la acción comunitaria, me parece un gran error permitir que en los espacios de activismo se permita esta autoapropiación. Son muchos años de activismo por parte de las asociaciones (Tanto de las Asociaciones de familiares como la de las personas afectadas) para la reclamación de servicios y atenciones por parte del Estado, como para poner estas atenciones en duda, debido a la modificación de las fronteras debido a la autodiagnos.

Se puede criticar el privilegio extrovertido o hacer ver las facilidades que tenemos las personas con mayores habilidades sociales a la hora de interactuar socialmente (Y de invisibilizar a aquellas que les cuesta más) sin realizar una acción de apropiación de dolor y la lucha de otros colectivos.

Se puede militar en la defensa de los derechos de las personas con dificultades relacionadas con la salud mental sin robar el protagonismo de la misma. No confundamos la crítica a la extrema medicalización o a la falta de alternativas en comunidad, con la atribución de competencias médicas.

Versículo Séptimo: La dificultad del análisis de los "celos" y la facilidad de las trampas de autoayuda

Durante un tiempo en Barcelona estuvimos realizando quedadas mensuales en torno a esta temática. Se trataba de un grupo autoorganizado pero que era capitaneado por dos personas con estudios en el mundo psicológico y educativo.

Bajo las virtudes de la relación en comunidad y el peso del apoyo mutuo se convirtió una idea genial (hablar de nuestros problemas afectivos en común) en una búsqueda de soluciones universales, o en el anclaje de nuestros criterios previos en criterios absolutos. La racionalización absoluta nos puede dar problemas a la hora de tratar situaciones afectivas.

El pulpo de los celos (del que hablamos antes) es citado en miles de eventos. Se habla de él como un gran recurso que nos permite analizar de dónde vienen nuestros celos. Un recurso que, en nada que lo analicemos, vemos que se trata de un modelo muy de "autoayuda".

Cuando sentimos inseguridad relacional es importante pararse a pensar si se trata de una ansiedad por separación de la figura afectiva de referencia, si se trata de una envidia por ausencia de experiencia (Tú lo haces, yo no) o un caso de miedo a la pérdida del vínculo. Claramente estos tres puntos están interrelacionados y es muy difícil separarlos de manera objetiva.

No existe un Catálogo de recursos para evitar los celos. Van a estar ahí. Si somos evitativos buscaremos recursos que nos ayuden a barrerlos debajo de la alfombra (los videojuegos son mi gran amigo) y si somos intensos nos regocijaremos en ellos. Es necesario enfrentarnos a nosotros mismos (Frase muy new age) y empezar a barajar más factores que

Sentir celos está vinculado a muchas cosas. Unas de ellas son nuestra ansiedad y la capacidad de "paranoia" (Esto de crear una historia y desarrollarla en la cabeza). Por lo tanto es parte de nuestra salud mental, con lo que no existen soluciones universales. La reflexión new age del día: Es un trabajo personal de autoanálisis.

Pero... Existen responsabilidades externas a nuestros sentimientos de celos?. Es importante diferenciar celos de estar sufriendo una situación de trato desfavorable por parte de tu vínculo. Podemos llegar a normalizar la bandera del abandono social ya que la otra parte la defiende como una ataque de celos.

O pulpo sempre a feira.

Versículo Octavo: la importancia de desvincularse. Reconocer errores después de cada ruptura y desear salpicar menos

Un discurso que se ve en las comunidades no monogamas es el que se genera en torno a las rupturas y el mantenimiento del vínculo. Muchas parejas sostienen públicamente haber roto pero mantener una relación cercana, que a efectos prácticos es la misma relación pero con pequeños cambios.

Ese discurso público, que nos permite mantener una relación de amistad preciosa con nuestras exparejas viene acompañado de un gran peso comunitario: desvirtuar el peso dramático de la separación y la validez de la distancia afectiva con un antiguo vínculo.

Desvincularse no es fácil. No se produce de un día para otro (por lo menos en la mayoría de los casos) y no es un proceso acabado y de una única dirección. Siempre tendremos recuerdos positivos de relaciones pasadas, pueden generarse narrativas de cómo sería el futuro si... (Como los cómics de qué pasaría si el mundo de Marvel fuese invadido por zombies) o darse nuevos encuentros en el futuro.

Pero la literatura en torno a las no monogamias habla sobre el desapego? Las reuniones, simposios y congresos enfrentan este tema? Es una conversación entre las amistades? No dar espacio al tratamiento de las rupturas (desde un punto de vista no utópico) es necesario para no cargar de culpabilidad a aquellas personas que rompen sus relaciones sin seguir la nueva norma.

Hay locales hippies donde en el baño de hombres hay un cartel que nos invita a "sentarnos" cada vez que orinemos. Es todo un tema porque estamos acostumbrados a mear de pie, pero en cuanto nos sentamos nos damos cuenta de algo maravilloso... se salpica menos. Cualquiera diría que teniendo un pene se puede apuntar con facilidad, pero eso no es cierto. Con los vínculos pasa un poco lo mismo. Creemos que apuntando se ensucia menos (Vamos a romper pero evitando todo lo malo, para que en realidad todo siga igual) pero lo menos dañino es sentarse (Tomemos distancia y ya luego si tal vemos que ha ocurrido o si podemos llevarnos bien).

Mientras uno mea sentado, puede pensarse cosas en torno al mear. Que como se comportó aquel día que había mucha cola en un lavabo, que si la pareja que escribió eso en la puerta seguirán juntos, si realmente el número que hay ahí escrito es real y si vende leña o no... Pues en el mundo relacional se puede pensar

en los tiempos pasados sin estar en las brasas de lo que acaba de ocurrir. Y eso pasa con cierto espacio.

Cada uno tiene sus tiempos y su zona física de confort. Recuerdo "amantes" con los que retome contacto meses después, personas con las que un tema se convirtió en tabú porque que ninguno de los dos deseaba hablar de lo ocurrido (y se quedó en un sabemos que entre nosotros dos pasa esto, pero si tal lo ignoramos y compartimos espacio).

Versículo Noveno: Maltrato y relaciones no monógamas

El maltrato dentro de las relaciones de pareja es todo un tema del que en ocasiones se ha visto "presumir" que no ocurre. Esta afirmación, a falta de datos de estudio, es tan falsa como verdadera, por lo tanto es falsa. El hecho de que se plantee la posibilidad de su ausencia (Ya que no existen feminicidios declarados como no monógamos) a mí ya me hace tener miedo del idealismo relacional que se puede llegar a crear. No se trata de negar esa posibilidad o de teorizar que vivimos mejor que "la antítesis monógama", se trata de hacer visibles aquellas situaciones que resulten de maltrato, tanto dentro como fuera de nuestras comunidades.

Y si existen violencias de pareja propias de relaciones no monógamas? Son nuestros modelos relacionales una cortina para permitir acciones que en relaciones monógamas no permitiríamos? Deben ser los toques de atención de nuestro círculo monógamo cercano un piloto de aviso de que nos estamos cegando con nuestra ideología?.

Si nos vamos al mundo del análisis sistémico de las relaciones de pareja (las formas de abuso de Juan Luis Linares) existen dos tipos de relación de pareja: las relaciones simétricas y las relaciones complementarias.

Las relaciones simétricas son aquellas en las que el poder está distribuido por igual entre sus miembros. Los conflictos surgen cuando se ha de reestructurar el sistema ya que se ha dado un cambio en estas fuerzas.

Las relaciones complementarias son aquellas en las que el poder está dividido de manera desigual en diferentes aspectos de la relación. En este tipo de relaciones se dan aquellos momentos de un cuidador y una persona con "síntomas" de estar

mal. El problema de las relaciones complementarias es que el desequilibrio de poder puede ir en escalada, llevándonos a una persona dependiente despersonalizada y a otra que ejerce el poder en todo momento. Una situación cansada para ambas partes, que se encontrarán en un punto de desesperación constante al no poder cambiar nada.

No he encontrado bibliografía donde se hable de estas configuraciones en relaciones de más de dos personas, pero creo que sería un punto interesante a desarrollar por personas con estudios técnicos.

[Amarna Miller y el maltrato](#)

[Paloma Palenciano no sólo duelen los golpes](#)

LIBRO TERCERO, LEVÍTICO

Organizaciones no monógamas

Versículo Primero: Conflictos y comunidades no monógamas

“Los conflictos son cosas que pasan.” Cualquiera, hablando de conflictos.

Los conflictos son situaciones que se dan en todas las agrupaciones humanas e incluso a veces uno tiene conflictos consigo mismo. Una divergencia, una diferencia, una discrepancia... Una serie de sinónimos que nos devuelven a lo mismo... Aunque pensemos de manera similar en muchos aspectos, las percepciones de cada persona son diferentes, nuestra historia de vida pasa por otros puntos y siempre existirán divergencias a la hora de conceptualizar los problemas.

Un hippie me dijo una vez “Los conflictos son oportunidades de crecimiento ya que cuando los resolvemos aumenta nuestra capacidad creativa”. Ese hippie había estudiado, tenía un buen empleo como agente inmobiliario y sus habilidades sociales eran altas. Su historia en cuanto a salud mental estaba vacío y su familia siempre se había llevado bien entre ella. Esa capacidad creativa le venía dada de la comodidad del poco miedo a la pérdida.

Si nos salimos del conjunto de hippies con capacidades, el resto de mortales cuando enfrentamos un conflicto, nos enfrentamos a la posibilidad de perder. A la posibilidad de no tener una situación ventajosa. O simplemente al hecho de tener

que hacer algo que queremos evitar... A veces enfrentarnos a un conflicto es algo que podemos hacer solos, a veces es algo en lo que necesitamos un apoyo.

Ahora me centro y hablo de los diferentes tipos de conflicto que se dan en comunidades y que por lo tanto es extrapolable a las comunidades no monógamas:

-Un conflicto de interés. Es una divergencia de deseos ante la toma de decisiones para una situación que en un primer momento es dicotómica, o con muy pocas posibilidades de atención a la diversidad. Por ejemplo: Partamos de la idea de que junto a un grupo de amigos decido montar un evento de fin de semana en torno a las No monogamias. Un evento amplio, donde únicamente como criterio común tengamos el deseo de acudir un fin de semana a una casa rural y hablar sobre nuestras cosas. Luego, cada una de las personas organizadoras tiene un deseo de modelo de evento. En el proceso de creación de estructura de este evento surge una confrontación "Hacer el evento lo más accesible posible a personas que tienen pocos recursos o destinar parte del presupuesto en traer a ponentes expertos que nos hablen de cómo se llevan las no monogamias en otras partes del mundo".

-Un conflicto ideológico. Es una divergencia en torno a las ideas sobre la forma de vida, de producción, de organización o de sistema. Un conflicto ideológico puede ser por ejemplo considerar que las no monogamias han de ir acompañadas de otros activismos como pueden ser el feminismo, el anticapitalismo etc. o que pueden ser movimientos aislados sin interrelación entre ellos. Un conflicto ideológico puede enmascarar un conflicto de interés, por ejemplo desear cambios en una normativa de un evento para que se adecue más a lo que tu desees, bajo una argumentación ideológica.

-Los conflictos de relación son aquellos que están relacionados con la posición que las personas ocupan en los esquemas relacionales del resto. Pueden estar enmascarados en conflictos de posición o ideológicos. Por ejemplo un conflicto de relación puede ser aquel que tiene una pareja que reclama más atención o exige la eliminación de privilegios existentes en otras relaciones. (El discurso en torno a los privilegios puede parecer un conflicto ideológico, pero en su contenido es un discurso relacional).

-Los conflictos que incluyen una agresión (Tanto física como verbal). Aquí es necesario parar las máquinas y que cada comunidad debata sus límites en torno a la violencia. ¿Qué consideramos violencia y qué no? ¿Está permitida si ambas partes la consienten? ¿Qué nos ha llevado a que se produzca esta violencia? ¿Era evitable? ¿Qué podemos hacer para restaurar la situación? ¿En qué posición social deja la agresión a la persona agredida y al agresor?. Hay mucho que copiar en la justicia restaurativa.

La polarización de las posiciones en los grupos ante un conflicto con agresión es peligrosa. Por un lado dejar a la víctima sola, aislada y con sentimiento de culpabilidad en torno a lo que haya ocurrido es algo que se da en nuestra sociedad demasiadas veces. Si se recurre a las hemerotecas podemos encontrar esta posición con multitud de víctimas de agresiones sexuales. ¿Pero eso sólo ocurre en la sociedad malvada monógama, verdad?.

Por otro lado la posibilidad de que el agresor se convierta en el enemigo público número uno está presente. Existe un principio que tenemos que tener en cuenta y es el de "Todo el mundo la caga". Pueden darse situaciones de confusión, errores de percepción, malentendidos. Y las comunidades deben velar por reducirlos y aprender de ellos.

Siempre existe la posibilidad de la existencia de sujetos deconstruidos que nunca acaban sus procesos y que usan estos mismos como excusa para continuar perpetuando sus agresiones. Es importante que se hable de cómo comportarse ante estas situaciones así como identificar técnicas de dominación. Vamos un jeta de toda la vida. Como el que argumenta que el profesor le tiene manía o que el perro se ha comido sus deberes.

Hay personas que hablan del uso de la "fama" como una forma de saber qué personas son adecuadas. (Un historial oculto pero público de las burradas que ha hecho cada persona de la comunidad). La existencia de estos avisos sólo favorece a las personas que se encuentran con una buena posición social (Sea por recursos económicos, por el capital sexual o social que manejan...) y pueden llegar a joderle la vida a alguien que no está bien posicionado. Tengo una amiga a la que en una ocasión le fue mal con una pareja (Nada fuera de lo común) pero el entorno cercano a la pareja aún sigue dando el coñazo con que ella no es de fiar. A veces es necesario el derecho al olvido y al perdón.

El problema son los sujetos que en base a su posición perpetúan esos comportamientos, que en otras personas marcamos como expulsión sin dar espacio a reparación.

Internet puede ser un mal compañero de cama. Los conflictos vividos en redes sociales pueden salpicar a los sistemas relacionales. Los debates que pueden empezar como una diferencia de opinión, puede derivar en una diferencia ideológica con bandos personalizados y en una escisión grupal. Las escisiones grupales son propios de la vida de los grupos y asociaciones, pero pueden romper de manera que en su proceso se lleven por delante.

Versículo segundo: Como gestionar a personas incómodas

En cuanto a la gestión de personas incómodas es necesario dedicar un punto a parte de la gestión de conflictos. No se trata de una divergencia ante un hecho, si no de la existencia de un patrón conductual sostenido en el tiempo y que abarca a diferentes personas afectadas.

1. Cuál es el origen de la incomodidad?

Es importante analizar de dónde viene la incomodidad con esa persona. ¿Se trata de cómo esta persona se comporta con nosotros? ¿Es una respuesta grupal ante algo inherente a la persona?.

Es importante volver a hablar de las normativas en los espacios. Si en la normativa ya está presente que una acción no es aceptable, a la persona que recurre varias veces en ella se le puede realizar una intervención basada en lo que se tenga previsto como reacción institucional. Me explico: Si la normativa tiene como epígrafe “Los encuentros no son unos espacios para ligar” (Robado de algún espacio conocido) cuando una persona se salta esta norma de manera reiterada, se le ha de confrontar con ello. ¿Pero somos igual de permisivos con todas las personas?.

La flexibilidad y conceptualización de la norma es un punto que nos debemos poner en duda. No es la misma reacción por parte de las personas asistentes cuando la persona que se salta la normativa cumple los cánones sociales que cuando no. ¿Nos incomoda que una persona se salte la norma de no ligoteo o nos incomoda que una persona gorda se salte la norma de no ligoteo? ¿Cuál es el límite a la hora de comunicar una situación incómoda con alguien que le cuesta entenderlo? ¿Ponemos el énfasis en la cantidad de veces que lo comunicamos o en la calidad del mensaje?

2. Cómo transmitimos que esa incomodidad es algo incorrecto?

Hemos decidido que somos los causantes de nuestra incomodidad en relación al otro pero no somos capaces de modificar su origen.

Hemos decidido que la causa de esa incomodidad es la otra persona.

Hemos decidido que la causa de la incomodidad es el comportamiento de la otra persona.

A este punto os he mentado y no tengo una respuesta a cómo transmitir esta incomodidad de una manera correcta. No hay una manera correcta de transmitir que la incomodidad sin que nos resulte molesto (Ya parte de un punto molesto, ya estamos incómodos).

Puedes buscar en google formas de Comunicación No Violenta (CNV) y estarás perpetuando otra forma de violencia. La CNV son una serie de habilidades comunicativas que nos permiten transmitir la culpabilidad al oyente, desarmando cualquier respuesta posible a esa situación ya que la manera de transmitir el mensaje es muy correcta. No recurramos a la CNV como forma de comunicación, inventemos modelos alternativos que no pasen por la manipulación total de nuestro interlocutor. Para transmitir una incomodidad:

1. Reconozcamos nuestra incomodidad. Verbalizamos que esto es incomodo. Por ejemplo: Esta situación me es incomoda ya que no me gusta que me toquen personas con las que no tengo confianza. Podrías por favor me cago en todo, dejar de acercarte tanto. En serio te huele el aliento toma un caramelo. (Vale, he sido un poco bruto, pero creo que se entiende.).

2. ¿Cuáles son nuestros límites?. Antes de comunicarnos de manera sincera con otras personas y cagarnos en la existencia, es importante fijar límites.

3. Permitamos el mismo nivel de sinceridad en ambas partes y llevemoslo hasta donde podamos.

4. En caso de ser posible cuidemos el vínculo.

Vamos a un ejemplo práctico: Tenemos un amigo que resulta molesto al ligar. Se pone nervioso e invade espacios personales... Ahora analicemos: La incomodidad viene por dos puntos. Uno por que nuestro amigo invade demasiado el espacio personal de otros. Otro por que nuestro amigo no cumple los cánones sociales de belleza y claro con una persona guapa de ver existen menos límites.

En este caso existe la responsabilidad social de transmitir la incomodidad por respetar el espacio de los demás y el cuidado oportuno de acompañar a nuestro amigo en su falta de canonia social.

En un caso en el que una persona resulta pesada por algún tipo de diversidad funcional, se ha de repetir la misma consigna sobre los límites hasta que esta persona deje de acudir a nuestras quedadas grupales. O ignorarlo hasta que desaparezca.

Después de decir estas dos estupideces, creo muy necesario abrir el debate en torno a cómo nos comunicamos en las comunidades y grupos ante las situaciones que resultan incómodas. No se trata de aplicar un manual comunicativo de manera taxativa, se trata de analizar el poder de nuestra comunicación.

-¿Comunicaría igual esta información a alguien que está bien posicionado en el grupo que a esta otra persona?.

-¿Existe alguna diferencia de lo que voy a comunicar por que se trate de esta persona en concreto?.

-¿Si esta situación nos pasa a varias personas, como es que nadie lo ha dicho hasta ahora? ¿O se ha dicho y no tiene ningún efecto? ¿Hay alguna otra manera de comunicarlo?.

Transmitir una incomodidad va a ser incómodo. No transmitirla va a mantener la situación en el tiempo y a traernos problemas mayores. Es importante que rompamos las incomodidades y que nos enfrentemos a ellas. Y para ello es necesaria una buena normativa de las comunidades e instituciones, donde se reflejen todas estas conductas y sus repercusiones.

Versículo tercero: El clasismo existe y no se va a ir deseandolo muy fuerte

¿Cuántas veces has renunciado a un evento porque se salía del presupuesto?

¿Cuántas veces has oído de personas que no han podido acudir a eventos por problemas de dinero?

¿A cuántos eventos no has podido ir porque no se podían compatibilizar con un trabajo precario?

¿La eterna pregunta, monetizar el trabajo de las personas organizadoras de eventos es una traición a nuestros principios?

(Parto ahora desde una perspectiva de considerar a las no monogamias como parte de una cultura igualitaria y de un proceso de cambio social que consiga el regreso de la Unión Soviética.).

La mayor parte de los eventos en torno a las no monogamias o a la sexualidad son caros. Hay que conseguir un espacio donde realizarlo, movilizar el transporte, tener las personas que se encargaran de los talleres, material, comida, agua etc. Eso supone hacer números. Y luego tener una postura política con ellos.

Hay eventos que toman la decisión de tomar como base del coste el coste real por persona. (Es decir, que cada uno se pague lo suyo). Hay eventos que introducen la subvención de algunos puestos a cambio de trabajo en el evento. (Llevar el bar,

hacer talleres etc.) Hay otros eventos que han apostado por la aportación de mayor cantidad de dinero en caso de que se pueda, para "becar" las plazas de otras personas en peor situación de ingresos.

Por muy hippy se sea la diferencia de clase social siempre sale a la luz. Pongamos un ejemplo claro: Organizamos un festival alternativo, que busca la creación de espacios diferentes y para ello tomamos como lugar, yo que sé, un desierto.

Tenemos nuestro desierto y la idea es sobrevivir una semana con lo que llevemos encima... Pues habrá quien no pueda acudir por el precio, por qué lo realizamos en verano (y la precariedad laboral nos lleva a que en esos momentos los que vivimos de substituir gente es cuando trabajamos o los trabajos de restauración y turismo están en el punto más alto)... Habrá quien acuda con cosas compradas por wallapop y quien alquile una autocaravana.

Se puede ser muy hippie por fuera pero cuando sale la solidaridad en el capital es cuando se ve si realmente existe un compromiso de comunidad. (Para follar estamos todos pero cada uno paga su cuenta).

Versículo cuarto: Como organizar tu evento sin morir en el intento

Lo primero es encontrar a unas personas tan incautas como tú, que deseen ser parte de la organización de un evento que requerirá mucho esfuerzo, mucho gasto (temporal y económico) así como un desgaste personal y social importante.

Cuando has conseguido un grupo de incautos, es necesario exponer los mínimos de vuestro evento. Los mínimos pasan por varios factores:

-Factor ideológico. Qué entendéis entre todos por el concepto central del evento y como se define ante el público.

-Factor social. A quién va dirigido y con qué motivación. Puede ser al público en general que se apunte, a personas activistas, presentar un carácter monolingüe o plurilingüe, ser no-mixtas etc. Esto os va a llevar un tiempo salvo que seáis compañeros de partido político.

-la normativa. Que se puede y que no se puede hacer en el evento. Ejemplos de sanciones. Espacios del mismo y su uso.

-la localización y la temporalización. Conseguir un buen lugar donde llevar a cabo un evento es todo un proceso largo y tedioso. Tiene que ser un lugar que esté a favor del contenido de tu encuentro. Debe de tener salas adecuadas al contenido que desees tratar. Debe estar conectado con buenas redes de transporte... La duración es importante. Cuanto más tiempo dure más costoso será el evento y más esfuerzos tendrán que hacer los asistentes para conciliarlo con su vida social, laboral y de familia.

Es importante cuidar el grupo con el que organizas el evento. Deberíais tener un orden del día donde se refleje todo lo que hablaréis (así las personas en todo momento saben qué esperar) y un acta de lo tratado. De vez en cuando perderéis el norte y hablaréis de chorradas. Es normal pero reducídlas en lo posible.

La comida y la bebida unen. Un poco de hummus no le viene mal a nadie (salvo a las personas con alergia).

LIBRO CUARTO, NÚMEROS (SI, EXISTE UN LIBRO CON ESE NOMBRE)

Gente kinky, gente oscura

Versículo Primero: Consejos de un familiar

“Me da la sensación de ser amada, pese a sus 50 sombras, tiene una tonelada de amor que regalar” Anastasia Steele en 50 Sombras de Grey

El mundo de las no monogamias está relacionado con el mundo del BDSM de alguna manera. A veces se trata de que son las mismas personas las que los practican, a veces por el hecho de que usan los mismo espacios para reunirse o simplemente por ser un universo compartido (A lo cameos de superhéroes en Marvel). Negar la interrelación entre ambos mundos es como negar la influencia de la gravedad en la lluvia.

Dicho esto para mí lo más importante no es delimitar de qué se tratan las prácticas BDSM si no de su diferenciación entre práctica DS y relación DS. Una práctica DS es un juego pautado donde existe un inicio y un final así como una delimitación de pautas para parar en caso de que algo esté ocurriendo mal. Existe un espacio de cuidados final y terminado el juego, la relación vuelve a su “estado natural”. En una relación DS el juego se elimina y pasa a ser la constante relacional.

¿La diferencia relacional nos puede hacer felices? ¿Los “castigos” pueden enmascarar violencia de género? ¿Es una relación DS algo que puede ser deseado

o enmascara otros problemas? ¿Continua como parafilia en el DSM (Ese libro que usan en psiquiatría para ver cuantificar tus problemas) por motivos morales y religiosos o es parte de este manual por que existen vínculos con diferentes problemas de la salud mental? No creo que se pueda dar una respuesta unívoca y científica a estas preguntas. Cualquiera de las posibles respuestas está cargada de ideología y cualquier estudio que niegue o afirme estará haciéndolo desde el preconcepto.

¿Sabéis esos familiares alarmistas que dicen cuidado cuando salgas de noche que echan droga en las copas para violarte, robarte, engancharte a la droga etc.? Pues no me gusta tomar esa actitud ante una posible relación DS. Me gusta la actitud de la madre enrollada, que da consejos culpabilizadores pero desde la buena intención. Lo equivalente a “que te acompañe un amigo” o “pillate un taxi para volver a casa” es el “Fija muy bien tus límites antes de dar el consentimiento” o “Es una relación gradual, donde la intensidad debe ir subiendo desde la confianza”.

Por eso aquí viene mi top de comentarios culpabilizadores y recuerdos de cuidados en caso de decidir formar parte de una relación DS:

-Un elemento importante es el no permitir el veto de personas de tu vida o el descalificativo de aquellas que son tus amistades. Si vas a formar parte de una relación DS, un límite inamovible es la no afectación del grupo de amigos y familia. Estas redes son tuyas y solo se deben modificar bajo tu criterio. Comentarios negativos en torno a ellas y órdenes para alejar o reducir el contacto tienen una base peligrosa.

-Ten siempre en cuenta tu autonomía económica y de habitabilidad. No dejes que una relación DS influya en el lugar donde vives o en los empleos en los que trabajas. No permitas que las indicaciones DS modifiquen tu estado económico. Evita la dependencia habitacional y de recursos ya que en casos de ruptura o crisis pueden llevar graves problemas asociados.

-Tu identidad como individuo es importante. No dejes aficiones o estudios por que tu relación DS te lo indique. No permitas que el tiempo que necesitas para tus espacios personales sean alterados de forma sistemática por las órdenes de tu relación DS.

-En caso de que tu relación DS lo impregnase todo, ten siempre un plan de salida. Piensa en los maletines de los espías, donde guardan dinero y documentación para desaparecer unos días... Piensa en un lugar al que ir donde te sientas bien. Un lugar donde dormir unos días sin tener presente en todo momento tu relación. Algo que te permita repensar tu vida actual... Una salida de emergencia.

Vale ahora supongamos que te he convencido y que no quieres una relación DS pero te gusta mucho el jugueteo BDSMero. ¿Tendría más consejos de familiar mayor preocupado?:

-Antes de practicar cualquier juego, mira como juegan el resto de personas a algo similar. Los talleres de iniciación al BDSM pueden ser un buen punto de partida para alguien que nunca ha practicado. (bDSMK)

-Encontrar alguien con quien jugar puede ser difícil. Exponerse a un extraño por internet puede ser una práctica repudiada por muchas personas. No vamos a decirte que no lo hagas, pero si decides hacerlo no quedes directamente para jugar. Conoce a las personas primero y ante el primer juego avisa a una persona de confianza de que vas a jugar y los márgenes horarios y lugar. (S´i, esto es muy alarmista, pero estoy en modo familiar preocupado).

-No descartes jugar en fiestas o en locales. Siempre hay más gente jugando y ante cualquier problema puedes tener la respuesta de la gente del entorno.

-Si deseas una práctica en específico lee sobre la misma. Encuentra las posibles dificultades y ten en cuenta tus problemas propios de salud. Incluso pregunta en tu centro de salud. ¡Hola me gusta practicar asfixia! ¿Esto puede influir en mi (Introduzca aquí su problema)?. Si no tienes confianza con tu personal médico de referencia pregunta a otro...

-Marca bien la diferencia temporal dentro del juego. Ten en cuenta la existencia de tiempos posteriores de cuidado y comprobación del estado emocional de la(s) otra(s) persona(s).

-Existen comunidades virtuales donde la gente habla sobre estas prácticas. No deja de ser una red social como facebook pero del "mundillo". Tendrá sus cosas buenas y sus cosas malas (Como todo), pero existen.

Es importante diferenciar cuando una persona acaba en una relación DS por qué desea ese tipo de sexualidad (ya ha leído, ha visto prácticas se ha interesado por el tema...) a cuando una persona acaba en ese sistema relacional por qué es la única manera de estar con esa persona o incluso cuando conoce a alguien y es "iniciad@" en el mundo.

Por último creo que una relación DS tiene una base de ideología de derechas. Esto ya es una opinión personal, pero la institucionalización relacional de una diferencia es por naturaleza conservadora. La obligación de cumplir un rol de sumisión sin una pauta de juego es esclavismo algo que en teoría luchamos por abolir aunque nos ponga cachondos.

Versículo Segundo: ¿Como sobrevivir a mi primera orgia? ¿Qué es sex-positive y qué no? En qué berenjenales meterse y en cuales desconfiar

Antes de empezar a hablar de orgías es importante analizar las posiciones que existen en torno a las sexualidades dentro de las no monogamias. Existen tres posibles posturas: La separación de la sexualidad, la exaltación de la sexualidad y la postura sex-positive.

La separación de la sexualidad de las no monogamias supone defender el no vínculo directo entre las mismas. Dentro de estas posturas se defiende el movimiento como un proceso político y afectivo en el que pueden o no darse situaciones sexuales, pero que "no va de eso". Es una postura que pretende ser inclusiva con las personas asexuales y que además es una excusa perfecta para no hacerse cargo cuando en un evento o un taller se sale "de lo esperable" y toma aspectos sexuales.

Otra postura es la aceptación de la sexualidad como algo inherente al movimiento de las no monogamias, inseparable e incontrolable. En esta postura pueden existir varios modelos: el modelo en el que el grupo se autoregula (la mano invisible del liberalismo en los eventos grupales, más conocida como la mano que pregunta) el modelo de responsabilidad individual (tú eres responsable de ti mismo, por lo tanto autoregulate) y el modelo caótico donde la sexualidad está por todas partes, no se regula de ninguna manera y salpica a todo el mundo.

La última postura posible es la apuesta por la reapropiación del concepto sex positive acompañado de una regulación soviética de los espacios. ¿Qué supone esta regulación? Supone que las organizaciones han de tener un Reglamento de Régimen Interno (RRI), que marque aquellas conductas que son consideradas negativas y punibles. Esto no tiene que suponer ir purgando a las personas que no se conforman de una forma recta y pura.

Un buen RRI es público para todos los usuarios y todas las personas son conocedoras de las repercusiones en caso de saltarse el mismo. Además deberían incluir un sistema alternativo de resolución de conflictos, que permita ahondar en la causa y sanar en lo posible el vínculo entre las personas afectadas. Es decir, podemos copiar lo que en otras instituciones se hace (Como los servicios de mediación entre pares que existen en algunos colegios) para hacerlo en los eventos grupales.

Dicho esto... ¿Cómo identificar un evento que puede tener contenido sexual como un espacio adecuado?:

La existencia de una normativa y de un reglamento para la gestión de conflictos.

La diferenciación de espacios (Un espacio de socialización y un espacio sexualizado).

La existencia de personas de la organización fuera de dinámica, cuidando espacios y personas.

La no restricción de sentidos (Vista y oído sobre todo) como requisito fundamental para participar en el evento.

La existencia y exigencia de métodos de barrera si se produce contacto genital. Parón y limpieza en caso de existencias de salpicaduras.

No tienen por qué darse todos los puntos señalizados, pero recomendaría la presencia de al menos 2 de los puntos marcados.

Uno de los elementos que has de tener en cuenta a la hora de acudir a un evento sexual es tu estado emocional. No has de forzarte (Que no te de pena perder una entrada), has de evitar la anticipación exagerada (Pensar demasiado en el evento, darle muchas vueltas al concepto...) y sobre todo si es la primera vez que acudes, acude acompañado con alguien que en caso de que se genere en ti un ataque, responda y te cuide. Si tienes muchas dudas sobre este tipo de eventos, te recomendaría que en tu primera incursión acudieras a socializar. (Normalmente existen espacios donde las personas están tomando algo con tranquilidad y no influyen en los juegos de las demás personas).

Versículo Tercero: La sexualidad es algo más que un conjunto de prácticas

Si fuera un rancio de la vida diaria “Hay que follarse a las mentes” como en esa película que no he visto cómo es Martín H. También podría apelar a definiciones como son las de grisexualidad o asexualidad para exponer lo amplio que es el mundo de las sexualidades y que no se queda en un listado único de tipos de persona que te atraen. Por otro lado podría hacerme el deconstruido y hablar de la performatividad de la sexualidad y de las múltiples posibilidades de la disidencia sexual... Pero como ninguna de esas cosas me apetece especialmente, expondré en

este apartado cómo la sexualidad tiene un apartado de escenografía y cómo esto puede ser una práctica en sí misma.

Me voy a los ejemplos que más me gustan: Las religiones. Las religiones están llenas de rituales (Concretando más, las europeas contemporáneas) que expían los pecados realizados hacia Dios. La doctrina cristiana está llena de Santos Mártires que, a la hora de experimentar la muerte pasaron por torturas que harían que Hannibal Lecter fuera un alumno de parvulario en comparación. Todos estos elementos son sexuales en sí mismos y pueden ser trasladados a prácticas modernas.

Reproducir algunos estereotipos pueden ser juegos sexuales en sí mismos sin que supongan un contacto corporal. Por ejemplo, reproducir escenas como las de "animales que toman té en un bosque" puede ser una práctica de lo más friki y divertida, y que acompañe un cierto regusto sexual (Bien sea por lo transgresor, por la vergüenza...).

La gente que hace postporno tiene todo mi respeto. Recuerdo videos como los de un señor que tiene sexo con un tronco entre la tierra (Me pareció peligroso por aquello de tener contacto de la tierra con las mucosas, pero en el fondo divertido e interesante) mujeres masturbándose ante un señor que realizaba un atracón de comida, masturbaciones con iconos religiosos o políticos... A veces lo que resulta incómodo en un primer visionado lleva consigo una excitación que no nos permitimos sentir, pero que después de una exposición a la misma nos puede resultar placentero.(Queda fuera de esta categoría todo aquello relacionado con la pornografía infantil y con animales claramente).

La imaginación sexual solo debe estar limitada por los principios Constitucionales y los demás tratados de Derechos Humanos firmados por el Estado Español.

[https://www.youtube.com/watch?](https://www.youtube.com/watch?v=qewsMDCz8oA&feature=youtu.be&fbclid=IwAR04S31CMZYy8_NjJ1YreWVz9S8BN9gF8f8F71Kc)

[v=qewsMDCz8oA&feature=youtu.be&fbclid=IwAR04S31CMZYy8_NjJ1YreWVz9S8BN9gF8f8F71Kc](https://www.youtube.com/watch?v=qewsMDCz8oA&feature=youtu.be&fbclid=IwAR04S31CMZYy8_NjJ1YreWVz9S8BN9gF8f8F71Kc)

Versículo Cuarto: Drogas, alcohol y otras difusiones grupales

El consumo de alcohol es algo normalizado en nuestra sociedad. Salir a tomar unas cañas es un plan social estándar. Las terrazas en verano nos gustan tanto como el derecho a las vacaciones pagadas. Si salimos de fiesta bebemos para tolerar los garitos a los que vamos. Una fiesta gastronómica sin una buena cunca no es nada... Vamos que el alcohol está en todos los eventos de nuestras vidas (Hasta en misa) y lo percibimos como algo neutro.

Esa neutralidad del alcohol hace que no nos planteemos su consumo. Cuando se hace un plan social, el alcohol es como el "he leído las normas y condiciones de uso" al instalar un videojuego.

Qué ocurre cuando se niega el consumo de alcohol? Se produce la necesaria explicación de los motivos de no consumo. Se tratan de frases como "no me gusta", "no me apetece" etc. Y siempre hay quien insiste, como aquellos familiares que en navidades te echan más en tu plato aunque hayas dicho basta.

Es necesaria la programación de eventos en los que el consumo de alcohol no esté presente. No sólo por qué a nuestro alrededor pueden existir personas que hagan un uso patológico del mismo. No sólo por los efectos que el alcohol produce en nuestras interacciones sociales. Si no por el hecho de redescubrir interacciones no alcohólicas.

Otro aspecto a destacar ya es el consumo de "drogas", ese cajón amplio con el que nos metían miedo en la escuela. Ese sistema educativo que equiparaba el consumo de heroína a hacerse un porrillo. Las pastillas que te mataban y que salían como última noticia en el programa de Ana Rosa Quintana de los 90... Hemos pasado de mirar con respeto (y deseo también) a estas sustancias a que sean un producto común en los eventos. Cada vez está más normalizado el "chemsex" (vamos a follar colocados) y hay eventos que su objetivo es ese.

No se trata de demonizar la práctica de "chemsex", o de aplicarle un filtro de moralina más.(Follar mucho y en grupo sí, pero con drogas mal). Se trata de tener un pleno conocimiento de los efectos que produce cada una, dónde y cuando está la dependencia y el punto más importante el efecto social que acompaña.

No estoy en contra de las drogas y el alcohol. Estoy en contra del efecto que en la socialización pueden producir. No me gusta la gente pesada, ergo no me gusta la gente que tiene menos filtro por estar borracha. No me gusta la gente violenta, ergo no me gusta la gente más violenta por estar colocada.

Si la gente necesita el consumo de una sustancia para socializar tenemos un problema como sociedad que no estamos tratando.

Versículo Quinto: Pactos de fluidos, ese pacto con nombre de grupo punk

Una cosa que se puede leer en múltiples referencias bibliográficas son los pactos de fluidos. Un pacto de fluidos es un acuerdo entre dos o más personas para el no uso de medidas de barrera en las prácticas sexuales. Pueden ser desglosados en diferentes prácticas como son: Sexo oral, sexo vaginal, sexo anal, juguetes o en diferentes grupos de personas: Tendremos sexo sin barreras entre estas personas.

Los pactos de fluidos no protegen de la transmisión de enfermedades. Podemos creer muy fuertemente en ello, pero si las personas que los firmamos no los cumplimos se queda en papel mojado. Así que la práctica de pactos de fluidos supone la creencia total y absoluta de que el resto de personas va a ser fiel a su palabra. Cuántas más personas conformen los grupos afectivos, más posibilidades existen de que se de algún pequeño error en los términos del pacto y se transmitan ITS dentro del grupo.

El salto de pactos de fluidos son uno de los elementos que podríamos considerar “cuernos” dentro del mundo de las no monogamias. Supone exponer a las personas con las que tienes contacto sexual a riesgos sin que ellos sean plenamente conscientes de ellos ya que están bajo un juramento.