

PREGUNTAS SOBRE ANARQUÍA RELACIONAL, MONOGAMIA Y POLIAMOR

Periodista: Elena Recio

Entrevistada: Alejandro Thompson Sariego

Formación de la entrevistada: Psicología, máster de psicología de la educación, teatro

- 1- Los defensores de las relaciones tradicionales aseguran que “el hombre y la mujer necesitan mantener vínculos exclusivos para **garantizar la continuidad de la especie**, y no hay razón para que esto deje de ser así, por mucho que haya avanzado la manera en que entendemos los vínculos amorosos”. ¿Cuál es tu opinión sobre esta afirmación?

Me hace gracia la palabra tradicional porque una de las características definitorias del ser humano, posiblemente la más importante, es que somos mortales. Esto hace que nuestra memoria cultural sea mucho más corta de lo que pensamos. Hace 500 años, La Celestina era una obra de teatro radical que reivindicaba el derecho a casarse por amor con quien tú quisieses en una época en que la mayoría de los matrimonios tenían otros fines.

De la misma forma que en la corte de Luis XIV sólo los hombres de mayor proximidad y confianza del rey eran permitidos llevar tacones y hace 100 años el color rosa se definía como un color masculino. Las relaciones monógamas no son mejores ni peores que otras y, sin duda, no son necesarias para garantizar la continuidad de la especie.

A las personas que están consternadas por la continuidad de la especie las dirigiría hacia problemas como el cambio climático o la falta de tiempo y recursos que las sociedades avanzadas actuales otorgan para la crianza y el cuidado de los hijos. A mí me parece que esa cita esconde un sentido oculto que tiene que ver con otra cuestión importante y que preocupa mucho más a los que la declaran: El envejecimiento de la población, no humana sino nacional.

La población humana, la especie, está creciendo a un ritmo vertiginoso y muy preocupante. Estamos consumiendo bastante por encima de los límites planetarios, creo que la especie por ahora está continuada. Reduciendo la mira a España, por ejemplo, nuestra población cada vez está más envejecida y no es coincidencia que los “defensores de las relaciones tradicionales” coincidan con aquellos que quieren otorgar más ayudas a las familias para incitar la procreación.

Yo creo que dicen especie cuando quieren decir raza. El envejecimiento de la población española, que nos preocupa a todos, se puede solucionar de dos formas científicamente probadas: Teniendo más hijos o permitiendo una mayor tasa de inmigración. La primera, en términos de especie, por la superpoblación mundial de la que he hablado antes, no me parece muy recomendable porque está contribuyendo a un problema aún mayor que el envejecimiento de la población española e, irónicamente, puede acabar contribuyendo a la extinción de la especie que estamos tratando de continuar.

La segunda me parece mucho más acertada y no sólo en términos poblacionales, sino también económicos, sociales y culturales. Tampoco es coincidencia que estos mismos defensores se solapen con aquellos en contra de ciertas formas de inmigración, lo que temen es no reconocer al concepto de español que tienen en la cabeza.

2- ¿Consideras que la monogamia es natural o intrínseca a nuestra naturaleza?

Si nos pusiésemos realmente tradicionalistas y nos remontásemos a los inicios de la especie, no serían pocos los antropólogos que señalan que no hay nada intrínseco al ser humano que indique que somos una especie monógama. Dirigiría vuestra atención a libros como *Sexo Al Amanecer* de Christopher Ryan y Cacilda Jethá, dos antropólogos que argumentan precisamente que en los orígenes el ser humano era comunitario y poliamoroso. Si os interesa algo más light que un libro de antropología, el cómic número 4 de la serie de *Los Picapiedra* de DC cuenta cómo Pedro Picapiedra decide tener una relación monógama con Wilma, en oposición a los defensores tradicionales de su sociedad ficticia que temen que las relaciones monógamas son perjudiciales para la continuidad de la especie.

Lo que sí considero es que nuestra capacidad de amar es algo muy personal, individual e identitario. Hay gente que sólo podría tener relaciones monógamas porque la intensidad a la que ama sólo es capaz de dedicársela a una persona y eso está bien.

Pero también considero que hay mucha gente en relaciones monógamas que no ha conocido alternativa y se sienten asfixiadas por ellas. Creo que, al igual que la orientación sexual y la identidad de género, la forma de relación de cada uno existe en un espectro desde la monogamia hasta la anarquía relacional y que varía en función de cómo siente y define cada persona el amor, en mi opinión no es una elección, no es posible forzar a alguien a sentir el amor de una forma determinada.

Nadie puede forzarse a ser poliamoroso o anarquista relacional por convicción, de la misma forma que **nadie debería forzar a alguien a ser monógamo como se viene haciendo actualmente desde la norma**. Hacerse poliamoroso o anarquista relacional no es como hacerse vegano.

Poliamoroso, anarquista relacional o monógamo se es, sólo requiere hacer un buen viaje introspectivo para descubrirlo, lo que yo llamo chistosamente la “papiroflexia mental”, igual que la orientación sexual y la identidad de género. Hay mucho poliamoroso en el armario que no lo sabe todavía y que sufre en sus relaciones. Yo lo único que defiendo es que las relaciones no sean tóxicas, que haya inteligencia emocional y que se tenga cuidado con la co-dependencia. Esto puede ocurrir en cualquier forma relacional, no es exclusivo de ningún tipo de relación.

3- ¿De qué crees que depende que una persona tienda a la monogamia o a otro tipo de relaciones no normativas?

Yo creo que hay gente que tras realizar la “papiroflexia mental” llegan a la conclusión de que son monógamas, de que sólo son capaz de sentir ciertos sentimientos a una cierta intensidad en exclusiva con una persona y eso está perfecto.

Pero también creo que hay influencias externas que poco a poco se van erosionando que invisibilizan cualquier tipo de relación que no sea la monogamia, bien sea en tu entorno cultural, social, político o religioso.

Hay muchas más relaciones monógamas que personas monógamas y es porque así es como nuestras sociedades lo plantean. Como con casi todo, la normatividad es una ilusión y una prisión para muchos. Romper con la idea de que existe una normatividad es muy importante. Las preguntas filosóficas básicas que hay que hacerse para descubrir la forma de relación propia

de cada uno son “¿qué es el amor para mí?”, “¿hay diferentes tipos de amor?”, “¿qué es para mí enamorarme?”, etc. Y si se quiere examinar cuánta es la influencia externa a cada respuesta le preguntaría “¿Por qué pienso así?”. Manteniendo ese diálogo socrático con uno mismo y siendo honesto en las respuestas se descubre cómo siente uno y con qué tipo de relación se identifica más.

- 4- Las personas que se consideran poliamorosas o anarquistas relacionales tienden a “ahogarse” dentro de relaciones monógamas normativas. ¿A qué se debe esto?

A que es un tipo de relación que exige exclusividad afectiva, emocional, física y de intimidad con una única persona. Para una persona que siente que puede, quiere y necesita conectar con más de una persona a esos niveles supone coartarse cuando establecen en algún momento una conexión con otra u otras.

Se ha ensalzado dentro de la defensa de la monogamia ese tipo de contención como una virtud, pero a mí esa visión me parece una pena. **Conseguir conectar con otro ser humano es algo precioso que no se debería autocensurar.** Uno de los estereotipos de las personas poliamorosas o anarquistas relacionales es que “tienen miedo al compromiso” y que “por eso se ahogan”, pero en mi opinión **el compromiso está más ligado a los cuidados que a la exclusividad.**

Cuando se establece una amistad, una relación romántica o cualquier tipo de relación humana son necesarios ciertos compromisos de confianza, afectivos, de honestidad que dan forma a la relación. Los sentimientos que se puedan generar por una tercera persona no invalidan o sustituyen los ya existentes por aquella con la que ya tienes una relación. Nuestra capacidad de amar como seres humanos es infinita.

- 5- ¿Es posible que una persona que se considere monógama pueda tener una relación con una persona que no lo es?

Sí, rotundo. Como seres humanos nos gusta la simetría y tendemos a pensar que ambas partes de una relación han de ser simétricas, si no es así tendemos a pensar que se está cometiendo una injusticia o que alguien se está aprovechando de alguien.

Para que una persona con un sentir monógamo esté en una relación con alguien que no lo es debe, siendo consciente de cómo siente el amor, estar muy seguro en su relación con ella y saber darse cuenta de que el amor que su pareja le profesa nunca está en entredicho, no queda invalidado porque su pareja quiera a otras personas. De hecho, incluso, puede que se alegre por su pareja cuando le cuenta que ha conocido a alguien interesante o especial y no sentirse amenazado. **Se habla mucho en esta sociedad de los celos, pero muy poco de la compersión, que es su sentimiento opuesto y que significa precisamente sentirte feliz cuando una persona a la que quieres se siente feliz con otra persona o haciendo algo ajeno a ti.** La persona monógama puede que no quiera, pueda o necesite sentir una conexión a un nivel tan profundo con más personas, pero puede entender que su pareja sí y eso me parece muy bonito.

- 6- Leo que una relación basada en la Anarquía Relacional “no diferencia **de forma jerárquica** a alguien con quien se relacione de manera romántica de alguien con quien se relacione de manera no romántica”. ¿Jerarquizar en cuanto a tiempo, a prioridad de

quedar, a qué? A la hora de la práctica, ¿en qué se notaría esta ausencia de jerarquía entre una relación de amor y de amistad?

Toda relación es una conversación entre dos personas. Tenemos relaciones todo el rato. Con el casero, con el frutero, con nuestros padres, amigos, profesores, etc. Para no volvernos locos categorizamos esas relaciones: Con el casero y el frutero tengo una relación transaccional, económica, con mis profesores tengo una relación intelectual experto-novato, con mis padres una relación padre-hijo, etc.

Pero ¿qué pasa si siempre voy a la misma frutería y al cabo de un tiempo nos conocemos, hablamos de todo e incluso le ayudamos a cerrar si vamos a última hora? ¿En qué momento deja de ser “el frutero” y se convierte en “mi amigo”? ¿Cuándo quedamos por primera vez alejados de la frutería a tomar algo, al hacer un viaje juntos?

La anarquía relacional se clasifica muchas veces, erróneamente en mi opinión, dentro del poliamor. Pero hay una característica fundamental que las diferencia. En el poliamor se tienen varias relaciones amorosas pero se siguen distinguiendo del resto de relaciones tu vida, en la anarquía relacional no. **Toda relación es una conversación entre dos personas que se van construyendo desde el momento de saludar a alguien.** Un componente esencial de todo anarquismo es el cuestionamiento de lo ya establecido y categorizado para su análisis y evaluación. **Un anarquista relacional ve toda relación sin categorías y sin orden de importancia.** Esto no quiere decir que tengas la misma relación con la casera que con tu padre que con tu mejor amiga, pero sí que todas se han ido construyendo en base a las conversaciones que se han tenido con ellas. El grado y la naturaleza del compromiso que se ha establecido con cada una de estas personas es diferente y se puede considerar que la relación con tu mejor amigo es más importante para ti que la que tienes con tu jefe, pero incluso eso puede llegar a variar a final de mes. Lo importante es que tu escoges compartir tiempo y actividades con diferentes personas, pero para mí al llegar a ciertos niveles de intimidad, confianza, etc. empiezas a no distinguir entre qué persona es más importante porque todas son igualmente importantes.

La ausencia de jerarquía se nota en que amor es igual a amistad. Yo tengo una visión muy romántica de la amistad que me hace pensar que para mí la amistad es la forma de amor con mayor nivel de pureza. Igual que los valencianos sólo llaman a la paella valenciana paella y el resto es arroz con cosas, yo siento que la amistad es el amor y el resto es amor con cosas.

Las distinciones entre amor de amistad, amor de pareja y amor de familia corresponden a que se aglutina dentro de la definición de esos tipos de amor otras cosas como la responsabilidad por traer a una persona al mundo o la gratitud hacia el responsable de tu supervivencia en el caso de los hijos hacia los padres, pero no dejan de ser añadidos. Igual que el amor romántico es un mito, el amor incondicional también. Todo depende de cómo sea la relación. Por lo tanto, cuando dos personas alcanzan cierta relevancia en tu vida da igual si con una mantienes relaciones sexo-afectivas o no, las dos son igualmente importantes sin distinción.

- 7- A nivel teórico, la AR suena fascinante, así como el poliamor, pero ¿existen algún tipo de pautas que puedan seguirse para aprender a llevar este tipo de relaciones o es quizá algo con lo que se nace? Es decir: ¿“anarquista/poliamoroso se nace o se hace”?

Anarquista/poliamoroso se descubre. Se nace sin saber cómo uno siente, se nace sin tener herramientas de introspección. Con suerte, se desarrolla inteligencia emocional y pensamiento

crítico que permite a uno examinarse y decidir cómo uno está más cómodo y porque uno está más cómodo de cierta manera o de otra, ¿es influencia externa, es crianza o es un sentimiento interno e infranqueable? Explorarse y descubrirse es fundamental para saber cómo uno siente y se siente, es cuestión de identidad.

- 8- ¿Hasta qué punto están relacionadas las inseguridades con la apetencia de tener una relación monógama? ¿Tiende la gente segura de sí misma a tener relaciones menos normativas?

No están relacionadas y no. Todos tenemos inseguridades, hay gente que siente auténtico pavor a estar sola y engancha relación tras relación para no estarlo, bien sean relaciones lianas monógamas o poliamorosas. **Para explorarse a uno mismo hay que cuestionarse cosas, para cuestionarse cosas hay que estar inseguro de las respuestas.** Ni la inseguridad es mala ni la seguridad es buena. Puedes estar seguro de ti mismo y ser un narcisista inaguantable, puedes ser inseguro pero vivir tu inseguridad de forma honesta y no está nada relacionado con tu forma de relacionarte.

- 9- ¿Cómo deben gestionarse los celos? ¿Es una gestión íntima o en pareja? (Danos trucos)

No lo sé. Aquí confieso algo muy importante y que sé que me caracteriza como raro pero es que no entiendo el concepto de celos. Igual que Sheldon, el personaje de The Big Bang Theory no entiende ni es capaz de comprender el sarcasmo a mí me pasa con los celos. Me los han intentado explicar un montón de veces, he intentado entender lo que me contaban, pero ni los he sentido ni sé cómo se sienten. Puede sonar falso, pero es una incapacidad real que me impide sentir una sensación que parece tan común a todos los seres humanos.

Yo disfruto compartiendo mi tiempo con gente a la que aprecio y siento verdadera felicidad si dicha gente disfruta compartiendo su tiempo conmigo y con otros. Si mi mejor amiga toca un concierto en radio 3 no siento envidia de que ella lo esté haciendo y yo no, siento orgullo porque ¡mi amiga ha llegado a dar un concierto en la tele y lo estoy viendo!

Si alguien a quien quiero me cuenta que ha conocido a un chico fantástico que le encanta y se va a vivir con él a Barcelona me alegro por esa persona, pero no pongo en duda sus sentimientos hacia mí ni me siento menos importante en su vida.

Por lo tanto, lo único que puedo ofrecer, es que leáis sobre **el concepto de compersión**, tratéis de entenderlo y os familiaricéis con él. Muchas veces no sentimos cosas porque no sabemos que es posible o que está permitido.

- 10- Otra de las premisas de las que se abandera la AR es que “las relaciones radicales deben tener como eje central **la conversación y la comunicación**, no como un estado de emergencia que sólo asoma cuando hay “problemas”. ¿No deberían ser así todas las relaciones? ¿Por qué hay tantos problemas de comunicación entre parejas normativas?

Como dije antes, la conversación es la base de toda relación humana, sea del tipo que sea. La conversación se puede dividir en componentes como por ejemplo intelectual, afectivo, de intimidad o físico. El sexo no es más que un componente físico y de intimidad de la conversación que tienes con una persona. Me fastidia mucho cuando el hecho de liarse o follar con alguien cambia y domina la naturaleza de la relación que tienes con esa persona. Se generan

expectativas, por ejemplo. En cambio, considero, la conversación es la misma antes y después de follar con alguien, sólo se ha añadido un tema más del que hablar. No se puede relacionar sin conversar, pero se puede conversar sin comunicar, entendido como expresarse uno mismo, ahí es donde yo creo que está el fallo.

Muchas veces evitamos comunicar sentimientos por cómo puedan afectar al otro o por miedo a ser contradictorios porque ni siquiera estamos seguros de lo que sentimos. Muchas veces procrastinamos hasta tener algo conciso que comunicar. Nos afecta a todos la idea de que si no tenemos algo claro, si estamos indecisos, no vale la pena comunicarlo, pero creo que es importante reivindicar la indecisión y la contradicción como algo humano y decir “siento esto, no sé por qué lo siento ni si tiene que ver contigo pero lo siento, puede que mañana sienta lo contrario y no sé a qué se debe pero quizá en el futuro lo identifique”.

Cualquier relación, sea del tipo que sea, se beneficia de la honestidad, aunque dicha honestidad pueda hacer daño al otro, si sentimos algo contrario a los términos de la relación que se ha establecido con otra persona más nos arriesgamos a tener que reexaminar esos términos y, por lo tanto, a que se termine la relación o que se vea de forma distinta. Creo que cuando estás en una relación monógama hay más en juego a la hora de comunicarse lo que acrecienta ese riesgo y por lo tanto ese miedo, pero no creo que la falta de comunicación sea exclusiva de la monogamia.

- 11- ¿Tienes algún tipo de pregunta que se pueda hacer una pareja cuando intenta tener una conversación profunda o una guía para emprender una relación sana, sea del tipo que sea? ¿Cómo puede empezar una conversación sobre una relación sin que necesariamente suene al mítico “tenemos que hablar”?

Empezaría por establecer que **hablar con esa persona es un espacio seguro, libre de juicios, que ambas personas se quieren y que nada de lo que se diga va a cambiar eso**. Después habría que hacer un ejercicio de empatía para entender cómo siente y conceptualizar con la otra persona el amor y si hay tipos o no.

Después es necesario examinar si estas dos visiones son compatibles y de qué forma, simétrica o asimétrica, y ser honestos con el resultado. A las personas con relaciones cerradas que buscan abrir su relación y me han preguntado les digo siempre lo mismo: “No caigáis en la trampa de pensar que estáis ‘abriendo’ la misma relación que veníais teniendo. Estáis terminando esa relación y empezando otra de cero con términos distintos”. Siempre me dicen que ese consejo les ha servido.