

All we need is LOVE(S)?

O femeie iubește un bărbat. Bărbatul o iubește la rândul lui. Doar că mai iubește și o altă femeie, care e la rândul ei implicată într-o altă relație. Sau viceversa. Nu, nu e un scenariu dintr-un viitor îndepărtat. E lumea relațiilor etice non-monogame, unde iubirea nu este împărțită doar între două persoane. Natalia Muntean a încercat să afle cum e să îți împărți iubirea cu mai mulți parteneri.



„Potim?”, am reușit să bâiguie, în timp ce m-am grăbit să înghit vinul care brusc mi s-a părut mai sec. „De când m-am despărțit de mama copiilor mei, practic poliamoră”, a repetat bărbatul din fața mea, în timp ce trăgea încet dintr-o țigară. Am simțit cum mi se îneacă corăbiile și așa șubrede, una câte una. Era prima oară după multă vreme și multe întâlniri mediocre când simțeam că un bărbat îmi trezise interesul, însă împărțirea acestuia cu alte persoane nu intră nicidecum în planurile mele de viitor. „Da, partenera mea primară știe că mă văd cu tine în seara asta.” Nu aș spune nicidecum că aș fi o pudică, cred că fiecare persoană este liberă să experimenteze, să se bucure de corpul său și aibă parte de cât mai multă dragoste, fizică și emoțională, însă în acest moment

al vieții mele mi-aș dori un partener care să își dorească să își împartă inima și penisul doar cu mine. Până la 30 de ani, abia de-am reușit să fac să meargă niște relații monogame (și alea schiopătânde), așa că nu aș putea să îmi imaginez cum aș putea să jonglez cu mai mulți parteneri.

„Aproximativ unu din cinci cupluri trece printr-o astfel de experiență, însă foarte puține cupluri păstrează acest stil de viață cu foarte multe implicații emoționale”, îmi povestește Domnica Petrovai despre experiențele cu poliamoră ale cuplurilor care i-au cerut sfatul. În încercarea mea de a înțelege mai bine

locul relațiilor non-monogame în societatea românească de astăzi, am decis să aflu opiniile unui profesionist care se întâlnește zi de zi cu sușurile și coborășurile relațiilor de cuplu: Domnica Petrovai este psihoterapeut de cuplu, fondatoare a Școlii pentru Cuplu și autoare a cărții „Iubește și fii iubit(ă): aproape totul despre relația de cuplu”. Ea este de părere că un avantaj al poliamorăriei ar fi experiențele noi și posibilitatea de a-ți cunoaște propria persoană într-un alt mod, însă crede că acest câștig are un preț prea mare.

De la monogamie la non-monogamie

„Iubirea nu este limitată, dacă dau într-o parte nu înseamnă că iau din cealaltă parte. Nu e un joc cu sumă nulă”, îmi spune Monica, în timpul conversației noastre. Monica Barbovschi are 37 de ani,

este de profesie sociolog, organizează retreaturi de weekend pentru persoane care practică non-monogamia și cuddle parties, petreceri la care oamenii merg să învețe despre consimțământ și contact fizic lipsit de tentă sexuală, și de curând a pus bazele asociației C.A.R.E., care urmărește să promoveze diversitatea felurilor de a fi împreună. Glumește că până acum a reușit să evite două divorțuri și îmi povestește că profesia ei a provocat-o să chestioneze anumite lucruri legate de atracție, iubire, relații, pe care obișnuim să le luăm ca atare – „intrăm în relații pentru că trebuie; ne căsătorim pentru că trebuie; facem copii pentru că trebuie.” Întrebările care au început să apară odată cu practicarea sociologiei au fost completate și de căutărilor și introspecțiile pe plan personal. „Am fost implicată

într-o relație monogamă de lungă durată, iar în 2010 am cunoscut pe cineva poli și de atunci a început traseul meu în această comunitate. La început am fost într-o relație ierarhică, după care a urmat o relație în V, unde un partener este un partener comun pentru ceilalți doi, care nu relaționează între ei.” Despre tranziția către un stil relațional non-monogam, Monica îmi povestește că nu a fost ușoară și că s-a produs mai întâi la nivel rațional, munca la nivel emoțional fiind mai dificilă, pentru că a necesitat analizarea fiecărei reacții, a fiecărui automatism luat de-a gata și preluat din copilărie

În timpul discuției noastre, Monica mi-a explicat că poliamorria este doar una dintre modalitățile diverse de a fi într-o relație etică non-monogamă și presupune relații stabile de lungă durată, unde implicarea nu se limitează doar la latura sexuală. Mai există ierarhii în relații, cu un cuplu cu parteneri sateliți, relații deschise, în care accentul este pus mai mult pe explorări sexuale și mai puțin pe parteneriate de durată. O practică mai puțin cunoscută în România este anarhia relațională, continuă Monica să îmi povestească, „nu neapărat relația romantică, sexuală este cea mai valoroasă formă de relație, se pune mult accent pe prietenie, pe conexiunea umană și lasă libertate pentru trecerea fluidă dintr-un tip de relație în altul. De exemplu: acum suntem iubiți, dar poate dispare atracția sexuală, însă putem lăsa relația să treacă într-o prietenie platică, nu ne «despărțim», ci renegociem relația cu celălalt.” Mai există și solo poliamorria – în rândul persoanelor care au ca relație centrală relația cu propria persoană și au un grad de autonomie foarte ridicat și nu se implică în coabitare, de obicei; acest lucru nu înseamnă însă că nu dezvoltă relații asumate, în care se implică.

O reîntoarcere la origini?

Relațiile non-monogame au existat, se pare, din cele mai vechi timpuri, de când oamenii trăiau în comunități, unde aveau grijă unii de ceilalți. Jean-Paul Sartre și Simone de Beauvoir au trăit și ei o relație considerată neconvențională, alegând să locuiască separat și să își ofere libertatea de a fi și cu alte persoane. Apoi, formele de relație opuse monogamiei au cunoscut un avânt odată cu revoluția sexuală a anilor '60 și cu inventarea pilulei contraceptive. În prezent, acest stil de relaționare are parte de mai multă vizibilitate și în cultura pop, celebrități precum Ezra Miller, Tilda Swinton sau Jada Pinkett-Smith recunoscând că relațiile în care sunt implicate ies din ramele „tradiționalului”. Interesant este faptul că tot mai multe persoane, care până

acum câțiva ani s-au identificat drept monogame, încep să adopte ideile și principiile poliamoriei, în mare parte datorită internetului și a posibilităților de a afla cum funcționează relațiile în care numărul de parteneri este mai mare de doi. Există grupuri pe reddit, podcasturi ca *Poly Weekly*, *Savage love*, BBC a lansat un serial în care personajul interpretat de Toni Collette și soțul ei explorează ideea de a-și deschide relația (*Wanderlust*, pe Netflix), iar jurnalistul Louis Theroux a interacționat cu membrii comunității poly din Portland, Oregon, unde se regăsește cea mai mare concentrație de poliamorosi din Statele Unite ale Americii. Conectarea cu persoane care împărtășesc această viziune asupra relațiilor romantice a devenit infinit mai ușoară datorită Internetului, un exemplu fiind grupul de Facebook pe care Monica l-a înființat acum trei

ani și care numără în prezent 700 de membri în România. Tipul din întâmplarea mea a ajuns la poliamorie după ce a trecut prin două relații monogame de lungă durată, din care au rezultat trei copii. „Dacă aș fi avut pe cineva în viața mea, care să îmi povestească despre acest mod de a trăi iubirea pe când aveam 19 ani, probabil că aș fi evitat niște suferințe. Ale mele și ale altora”, îmi povestește el. Christopher Ryan și Cacilda Jethá, autorii cărții *Sex at Dawn*, vorbesc despre influența pe care dezvoltarea agriculturii a

avut-o asupra modului în care oamenii tratau ideea de intimitate, sex și familie. Se pare că acum sute de mii de ani, strămoșii noștri nu aveau nicio rețineră în a lega relații sexuale și afective cu alți membri ai comunității din care făceau parte. Ryan și Jethá, soț și soție de altfel, afirmă că este important să revizuiem preconcepțiile despre sexualitatea umană, pentru că adesea modul în care ar trebui să simțim și cum simțim, de fapt, sunt în contradicție și provoacă suferință. O înțelegere mai profundă și lipsită de judecăți ar putea duce la toleranță față de propriile dorințe, față de relații despre care se crede că ies din limitele „normalului”, cum ar fi relațiile poliamorose. De fapt, lupta nu se duce între persoane cu idei diferite despre dragoste, ci lupta se dă între idei învechite despre sexualitate și dorințele, și fanteziile ascunse, pe care le are fiecare persoană, spun ei. Dacă vorbim despre sentimentele față de mai multe persoane, Domnica Petrovai consideră că acestea sunt posibile fără să provoace durere partenerului, dar crede că atașamentul romantic sigur este față de o singură persoană. „Iubirea care te ajută să evoluezi și să îți accepți vulnerabilitatea este una monogamă”, este convinsă Domnica Petrovai. La polul opus, Monica Barbovschi susține că este imposibil să îți explorezi

„Lupta nu se duce între persoane cu idei diferite despre dragoste, ci lupta se dă între idei învechite despre sexualitate și dorințele, și fanteziile ascunse, pe care le are fiecare persoană.”

toate fațetele personalității cu o singură persoană, pentru că „modelul monogam ne limitează foarte mult expresia și impune reguli și constrângeri asupra altora, nu mi se pare corect că o persoană din exterior să decidă ce e mai bine pentru mine”. La fel ca și autorii cărții *Sex at Dawn*, Monica este convinsă că noi, oamenii, suntem atrași de mai multe persoane, iar într-o relație monogamă nu suntem încurajați să vorbim despre acest lucru. „Nu mai concep să am relații în care să nu împărtășesc ce simt, ce trăiesc, inclusiv atracția față de alte persoane”, spune ea.

Despre etică și gelozie

În dialogul cu Monica, termenul etic a fost menționat în repetate rânduri, pentru că unul dintre principiile de bază ale relațiilor non-monogame este corectitudinea față de parteneri, dar și față de propria persoană, propriile dorințe și nevoi. De aceea, munca de introspecție și autocunoașterea sunt alte principii pe care se pune accent în comunitățile poliamoroase. Într-o relație cu mai mulți parteneri există (sau ar trebui să existe) foarte multă comunicare și negociere, iar un alt lucru extrem de important este și consimțământul informat. Principii despre care aș putea spune cu certitudine că ar trebui să stea la baza tuturor relațiilor în care ne implicăm, fie că sunt amoroase sau nu. Una dintre cele mai populare cărți care susține practicarea relațiilor non-monogame a fost scrisă în 1997 de către Dossie Easton și Janet Hardy, iar în titlul acesteia este prezent iarăși cuvântul etic. *The ethical slut* (n. red.: în traducere liberă, *Târfa etică*) ar putea reprezenta un oximoron pentru majoritatea oamenilor, pentru că am fost învățați să credem că o târfă este o persoană imorală. Dar Easton povestește că acest cuvânt peiorativ înseamnă, de fapt, celebrarea sexualității, dar că acest lucru trebuie făcut atunci când îți definești propriul cod etic și trebuie să o faci respectându-i pe toți cei cu care alegi să îți explorezi corpul, personalitatea și sufletul. Autoarea cărții povestește într-un

interviu că a luat decizia de a nu mai fi monogamă în 1969 și că nu și-a schimbat opinia de atunci. Ce și-a dorit să transmită prin intermediul cărții este faptul că oamenii pot să își exprime sexualitatea în cele mai variate moduri și a încercat să ofere un ghid pentru „navigarea” în lumea relațiilor non-monogame.

Un element central al relațiilor non-monogame este compersion sau compersia, ce presupune să te bucuri de fericirea celuilalt, chiar și atunci când această fericire nu este cauzată de tine: de exemplu, atunci când partenerul tău s-a îndrăgostit de o persoană nouă, care îi va deschide noi orizonturi. Acest nivel de dezvoltare emoțională nu le este accesibil persoanelor monogame, este de părere Monica, pentru că majoritatea dintre noi am fost învățați să îi vedem pe ceilalți drept rivali. „Partenerii partenerului meu, numiți metamori, nu sunt rivalii mei, ci îmi pot fi prieteni și parte a unui sistem de suport.” Firesc, nu m-am putut abține să nu o întreb despre gelozie și dacă aceasta există în relațiile non-monogame. „Există, doar că este abordată dintr-un unghi diferit și o privim drept un simptom al unei insecurități și frici mai adânci de a fi înlocuiți, abandonati de partener, care se leagă de formele de atașament învățate în copilărie”. „Gelozia este că o răceală, se tratează”, glumește Monica. Și deși la nivel rațional înțeleg ce îmi explică, nu concep că persoana despre care am fost învățată să cred că va fi jumătatea mea să nu mai fie o jumătate, ci o treime sau o pătrime care să fie completată și de existența altor relații romantice, iar acest lucru să nu îmi stârnească gelozia.

Starea monogamiei și a non-monogamiei în România

Conform Institutului Național de Statistică, în 2017, numărul divorțurilor din România a crescut cu 650 de cazuri față de 2016, acest număr fiind tot mai mare în fiecare an, un semnal care vorbește despre fațeta mai puțin idilică a monogamiei și despre faptul că siguranța cu care am fost obișnuiți să privim acest tip de relaționare își pierde încet din credibilitate. În plus, din această statistică lipsește numărul persoanelor care își înșală partenerul și își trăiesc fanteziile, dorințele sau iubirile pe ascuns. „Dezavantajul oricărui tip de relație este această iluzie de siguranță pe care încercăm să ne-o creăm”, îmi spune Monica. Pentru cei care practică poliamoria, dar și alte stiluri de relaționare non-monogame, este clar faptul că monogamia nu mai funcționează atât de bine atunci când depășești primii ani de iubire, uneori sufocantă. Dar în conversația despre modalitățile de a trăi iubirea, intră în discuție și factori precum sensibilitățile de ordin religios, cultural, propriile inhibiții, simțul responsabilității și al rușinii față de familie, prieteni, societate, care ne ghidează deciziile și alegerile în viață. Dezamăgiri în dragoste, adulter și durere resimțită în relații sunt lucruri de care aproape fiecare persoană are parte în anumite

Toni Collette și Steven Mackintosh, în serialul *Wanderlust*, disponibil pe Netflix.



momente din viață, de aceea una dintre cele mai apreciate persoane în materie de relații, terapeuta Esther Perel, a încercat să cerceteze motivele pentru care oamenii înșală, în cartea sa, *The State of Affairs*. Unul dintre miturile pe care Perel încearcă să le demonteze este ideea că o singură persoană poate fi totul pentru partenerul său: suflet pereche, amant, cel mai bun prieten. În viziunea ei, o persoană înșală pentru că își dorește o reinventare în ochii partenerului, își dorește să trezească din nou interes, dorință, iubire. Perel încearcă să transmită mesajul că adulterul nu reprezintă, în majoritatea cazurilor, o încercare de a-l respinge pe celălalt.

Despre cum este să practici non-monogamia în România, Monica îmi povestește că este dificil din cauza multiplelor stereotipuri care există despre acest tip de relaționare. „Oamenii au tot felul de prejudecăți legate de non-monogamie. Își imaginează că suntem „ăștia care își schimbă partenerii între ei” sau au în față imaginea familiilor de mormoni, unde bărbatul e înconjurat de mai multe femei.” O altă idee despre poliamorie întâlnită adesea este că ar fi, de fapt, un bilet de voie pentru a înșela, o concepție care este greșită, îmi explică Monica despre poliamorie, care e mai degrabă despre relații de lungă durată, care pot sau nu să aibă aspecte sexuale. „Încă suntem o societate destul de tradiționalistă, în care persoanele care sunt implicate în relații deschise sunt privite drept promiscue, imorale. Ca femeie, ești văzută drept o femeie ușoară, ca bărbat, întâlnești reticență din partea femeilor care te pot percepe drept cineva care își dorește doar să facă sex cu cât mai multe persoane.” Iar soluția pentru ca aceste stereotipuri și prejudecăți să fie demistificate este vizibilitatea și familiarizarea cu tipurile de relaționare non-monogamă.

Relațiile ca oglinzi

Un lucru pe care l-am înțeles din experiențele amoroase personale și l-am regăsit în discuțiile cu Monica și cu Domnica este faptul că relațiile au capacitatea de a aduce la suprafață ce e mai bun și ce e mai rău în oameni. Traume neprelucrate și frici pe care am ales să le ascundem undeva, într-un colț al sufletului și minții, își pot arăta fața. Așadar, examinarea propriei persoane este vitală înainte de a începe o nouă relație amoroasă. „E foarte greu să nu te confrunți cu tine atunci când practici acest tip de relații, dacă le practici în mod asumat și corect, pentru că e nevoie de o muncă profundă de autocunoaștere. Trebuie să te cunoști pe tine ca să poți să comunici ce vrei. Dacă tu nu îți înțelegi mecanismele și cum funcționezi, nu vei putea să-i

comunici ce nevoie ai partenerului sau partenerilor”, spune Monica. În *Iubește și fii iubit(ă)*, Domnica Petrovai schițează alfabetul unei relații de cuplu în care nu crede că există loc pentru poliamorie, deși interesul pentru acest tip de relaționare este în creștere printre cuplurile care îi cer sfatul. „Sunt din ce în ce mai mulți adulți, indiferent de identitatea lor sexuală, care vin la terapie pentru a înțelege atracțiile lor emoționale și sexuale, și suferințele lor în dragoste.” Dar experiența pe care ea a căpătat-o lucrând cu persoane implicate în relații i-a arătat că există și cazuri în care unul dintre parteneri acceptă, din dorința de a nu-l pierde pe celălalt, relații în afara relației, și este convinsă că acest lucru reflectă temeri mai profunde.

Conversația cu Monica m-a făcut să respir adânc de câteva ori pentru a-mi pune în ordine emoțiile gestionate în mare parte de către șabloanele preluate din societatea în care am crescut, de la filmele și cărțile care mi-au influențat ideea despre iubire și despre relații. Dar și pentru că acest dialog m-a făcut să mă gândesc la dorința mea de a fi aleasă drept jumătate a unei alte persoane, de a mă simți specială și m-a făcut să mă întreb dacă există frici și nevoi neîmplinite ce se ascund în spatele acestei dorințe de exclusivitate în relațiile amoroase, pentru că în toate celelalte legături din viața mea sunt capabilă să ofer iubire mai multor persoane.

O altă viziune asupra relațiilor

Intenția acestui text este departe de a oferi un verdict, de a decide cum ar trebui să arate o relație „normală” sau de a crea o formulă universală pentru iubire.

Ce este cu adevărat important este să se creeze spațiu în societate pentru a aduce în discuție și alte opțiuni decât cele cu care am fost obișnuiți, să facem loc și pentru o altă viziune despre ce înseamnă atașamentul și angajamentul în relații amoroase. Pentru că lumea evoluează, speranța de viață a oamenilor este în continuă creștere, iar odată cu ea și numărul de ani pe care cuplurile îi petrec împreună. Așadar, poate că angajamentul nu mai reprezintă un inel pe degetul inelar și promisiunea de a fi fidel până la capăt. Poate că, pentru unele persoane, angajamentul este promisiunea de a fi deschis și flexibil în fața schimbărilor prin care trece cealaltă persoană. Un lucru asupra căruia par să cadă de acord toate persoanele implicate în acest material este faptul că oamenii sunt în căutarea unei iubiri care să nu le mai aducă atât de multă suferință, insecuritate și durere. La rândul meu, îmi doresc asta: să se creeze o punte care să le permită oamenilor să se iubească mai mult, pentru că *all we need is love*, nu-i așa?

„Iubirea nu este limitată, dacă dau într-o parte nu înseamnă că iau din cealaltă parte. Nu e un joc cu sumă nulă”, îmi spune plină de convingere”, spune Monica Barbovschi