

Poliamor Estável

S.R.Martinez



S.R.Martinez

apresenta:

POLIAMOR ESTÁVEL

Amores Sustentáveis V.2

Brasil

2018

*Quando Poliamares,
Que o faças em águas tranquilas
E comigo ao teu lado...*

(Declaração Compersiva de Poliamor)

Dados Gerais da Obra

Publicado em versão Impressa e E-book.

Copyright: use livremente as informações aqui contidas, desde que se faça a menção expressa à fonte.

Contatos com o autor: dr.srmartinez@gmail.com

Obra individual, informativa, sobre a temática do Amor, Poliafetividade, Relacionamentos

Ficha Catalográfica

M385p	<p>MARTINEZ, Sergio Rodrigo, 1973 -</p> <p>Poliamor Estável: amores sustentáveis. V. 2. Tupã: Edição do Autor/Clube dos Autores, 1.ª ed. 2018.</p> <p>ISBN: 978-85-910307-9-8</p> <p>273 p.; 21 cm.</p> <p>1. Amor. 2. Poliamor 3. Relacionamentos Afetivos</p> <p style="text-align: right;">CDD 178 CDU 159.964</p>
--------------	---

* Este livro é orientado à faixa etária maior de **18 anos**, cuja capacidade os permite fazer suas livres escolhas éticas, afetivas e relacionais.

** As imagens internas de domínio público sem requisito de atribuição foram obtidas em www.pixabay.com; as imagens externas são de autoria do próprio autor, obtidas em espaços públicos na cidade de Zurique, na Suíça, em 2017.

Dedicado às minhas mães, Deise e Maria.

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	10
CAPÍTULO I – Aos Monogâmicos em Crise	14
1 O Poliamor Estável a partir de Freud	15
2 Dilema Fidelidade e Poliamor	19
3 Dona Flor, Dois Maridos e o Inconsciente Coletivo	22
4 O Poliamor nos Dedos das Mãos	25
5 A Fidelidade enquanto Contrato Temporal	28
6 A Matrix da Poliafetividade Inconsciente	30
7 A Filosofia do Poliamor Estável	34
8 Dilemas Amorosos: a liberdade do outro	37
9 Liquidez Amorosa, Promiscuidade e seus Riscos	40
10 Liquidez x Poliamor	43
11 Amar é criar Laços Gregários	46
12 Beauvoir: entre conservadores e progressistas	49
13 Novos Relacionamentos e a Fonte da Juventude	53
14 Observações nas Vivências de Trisais	56

15 Amores são Triangulares.....	61
16 Dualidade Afetiva Madura	63
17 Estruturação Amorosa dos Trisais.....	68
18 Um Conto sobre Trisais	74
19 Tons Mais Alaranjados	78
20 Poliafetividade e Sexualidade na Escala Kinsey	81
21 Ligas Sistêmicas Inevitáveis.....	84
22 A Promiscuidade Destruidora	86
23 Desafios da Vivência à Três	89
24 Trisais Triangulares	95
25 Redundância Compersiva	97
26 Monogamismo	99
27 Poligamia Multiangular	101
28 Desejos e a Economia da Libido	103
29 A Genética do Poliamor.....	105
30 Amadurecimento e suas Decorrências	108
31 Não Espere Aceitação Social	111

32 Repertório Amoroso.....	115
33 Os Dilemas dos Mono/Poli	118
34 Parceiros Compersivos.....	121
35 Amantes que Não Aceitam o Poliamor	124
36 Poliamor e Apetites Afetivos.....	128
37 Princípios do Poliamor.....	132
CAPÍTULO II – Máximas do Poliamor	136
1 Realizações à Três.....	137
2 Poliamor e Fidelidade	140
3 Poliamor e Relacionamentos.....	144
4 Insatisfação Afetiva	147
5 Poliamor e Felicidade	150
6 Poliamor e Viagens	155
7 A Era dos Amores Líquidos	158
8 Medo de Poliamar	160
9 Possibilidades Poliafetivas	167
10 Formação do Trisais	172

11 Intimidade e Vida Privada	177
12 Realização Poliafetiva	181
13 Poliamor e Direito	186
14 Poliamor e Livros	190
15 Quadrisais	192
16 Sexualidade	196
19 Contrato Poliamoroso	202
20 Freud e Jung	208
21 Poligamia	210
22 Resolução de Conflitos no Trisal	212
23 Série Eu, Tu, Ela (1.ªT).....	221
25 Poliamor e Sociedade.....	241
26 Outras Séries para Assistir	243
27 Filmes sobre Jung	245
28 Filmes sobre Poliamor	251
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	267
BIBLIOGRAFIA.....	270

APRESENTAÇÃO

A Liberdade de Amar e ser Amado

Imaginar o Poliamor enquanto uma “crise da família” do século XXI é encobrir uma ocorrência afetiva humana para além da curta e recente história do amor romântico.

Trata-se aqui de entender que, a par da norma moral dos relacionamentos tradicionais, focada no dogma da monogamia, podem existir pessoas diversas, com demandas diferentes de afeto, sem que isso seja considerado algo errado, ilegal ou moralmente culpável.

Liberdade da expressão afetiva é uma conquista das sociedades livres, complexas, onde a diversidade não é a regra, mas sim, uma opção privada que só diz respeito aos interessados em compartilhar tal território íntimo.

Assim, não ser monogâmico só diz respeito aos envolvidos nestas relações poliamorosas. Quem está de fora, pode não concordar e não querer tal experiência, porém, não lhe cabe um juízo de preconceito moral.

O ideal aqui é afastar-se das hipocrisias sociais, dos falsos moralismos, ainda mais quando amantes são figuras

recorrentes, assim como a livre opção pela superficialidade dos afetos, na Era Líquida atual.

Segundo a Psicanálise, você também é poliafetivo, ou seja, capaz de nutrir afeto por mais de uma pessoa ao mesmo tempo. Assim o fazemos com nossos pais, amigos, irmãos e colegas de jornada. O dogma da monogamia somente incomoda socialmente no que diz respeito à intimidade sexual, coisa que só cabe à vida privada de quem avança a poliafetividade ao amor.

O Poliamor Estável não é a quebra da fidelidade, mas a sua reconfiguração a maior. A hipótese defendida aqui é a de que um relacionamento, possa ser, de maneira permanente e fechada, compartilhado com mais de um companheiro, com lealdade e fidelidade.

A Jurisprudência já reconhece esta ocorrência enquanto “uniões dúplices”, a decidir por direitos iguais a todos os envolvidos, no caso de divisão patrimonial, ou ainda, ao pensionamento compartilhado.

Se tais trisais (casais à três) não quiserem configurar um relacionamento estável, estaremos em face de amores livres, relações conjugais abertas ou outros fenômenos

afetivos diversos. Entretanto, são outras propostas contemporâneas fora do propósito analítico desta obra.

Ninguém precisa concordar com tais possibilidades relacionais. Suas razões e emoções dizem respeito à sua liberdade afetiva. Mas há que se respeitar a liberdade afetiva na alteridade. Todos podem conviver em paz, desde que o respeito seja reconhecido e colocado como valor a maior, num mundo cada vez mais complexo e diversificado, onde casamentos tradicionais cada vez duram menos.

Nossa metodologia analítica advém da observação de casos concretos e da revisão de dados sobre o assunto. O objeto de pesquisa aqui enfrentado é sustentabilidade amorosa quando a poliafetividade é posta à prova.

Para tanto, no primeiro capítulo são apresentados ensaios construídos ao longo de dois anos no blog “Amores Sustentáveis”, do qual emanou as primeiras análises específicas sobre esta temática.

No segundo capítulo, segue a apresentação de máximas, conjuntos de pensamentos apresentados sobre o assunto na página “Poliamor Estável”, durante o ano de 2016, 2017 e início de 2018.

Se você tem curiosidade sobre o assunto em sua manifestação prática, independente de desejar ou não viver a experiência, não deixe ler o segundo capítulo, para entender como o fenômeno da poliafetividade não só existe, mas tem uma via de materialização.

Como diria Freud, enquanto seres faltantes permanentes, desejamos e agimos para ir de uma situação de menor satisfação para outra de maior satisfação.

Para Jung, esse movimento em busca da satisfação existencial significa um processo dinâmico de centramento e individuação, perante suas necessidades e realidades.

Estaremos aqui para auxiliar pela Psicanálise, nessa série contínua de obras sobre os “Amores Sustentáveis”, a colaborar nessa busca dinâmica por equilíbrio afetivo, seja qual for seu modo ou desejo de amar.

*Verão de 2018, Tupã (cidade do registro da 1.^a
Declaração de União Poliafetiva do Brasil)*

CAPÍTULO I – Aos Monogâmicos em Crise



Figura 1 - Michal Zacharzewski

1 O Poliamor Estável a partir de Freud

A poliafetividade, descrita por Freud na sua análise do Complexo de Édipo, é base do entendimento da viabilidade das relações poliamorosas. Com este entendimento produzido nos idos de surgimento da Psicanálise, seria possível traduzir o fato de que os seres humanos são capazes de estabelecer relações afetivas por mais de uma pessoa ao mesmo tempo, a contrariar o dogma da monogamia.

Quando Freud fez a conjectura de que o afeto da criança é estruturado tanto pelo pai ou pela mãe, ou ainda por seus cuidadores próximos, ele reconheceu o espaço da poliafetividade, algo que seria normal e isento de qualquer característica inicialmente sexual.

Trata-se da teoria de construção recíproca do amor por ambos os genitores, onde o "locus" da aprendizagem possibilita ao indivíduo, em formação cultural e social, estruturar sua própria personalidade afetiva, para que um dia, mais a frente, por suas próprias decisões e escolhas, eleja seus objetos amorosos com maturidade.

Como pode ser observado nas relações sociais, desde que não se trata de compartilhar sexo entre mais de uma pessoa, a sociedade é plenamente afável a admitir relações afetivas múltiplas. Ou seja, você pode nutrir afeto por pais, parentes, amigos, colegas de trabalho, sem que isso se configure em algo moralmente questionável.

Porém, o problema do dogma da monogamia só começa a incomodar grande parte das pessoas, quando se coloca em plano a possibilidade de se manter intimidade afetiva/sexual, com mais de um parceiro. Quando isto acontece, a moral social é dominante em condenar tais práticas, pelo rompimento do modelo monogâmico.

Não se trata de uma restrição afetiva, mas sim, de cunho apenas sexual, focando-se a intimidade corporal/genital, enquanto espaço relacional a ser exclusivo de apenas um parceiro, a cada compromisso.

Na Era dos Amores Líquidos, para se evitar essa imposição do dogma moral monogâmico, surge a estratégia de não manter relações afetivas estáveis, ou as manter em curta duração.

Outra saída contra a monogamia é encobrir as relações íntimas paralelas, na escolha de amantes, ou acompanhantes, com os quais se possa manter uma afetividade secreta. Trata-se da popular hipocrisia social, quando se dá vazão encoberta à poliafetividade que não se pode admitir ou permitir-se viver abertamente.

Freud, apesar de viver cercado de mulheres (vide obra "As Mulheres de Freud"), conseguiu permanecer monogâmico e direcionar sua libido a fins sublimatórios intelectuais, apesar do próprio autor reconhecer, em outra obra, "O Mal-estar na Civilização", não ser este um caminho fácil a todos.

Não valeria a pena viver o Poliamor, pela perspectiva psicanalítica? Deve-se olhar de Freud a partir de seu tempo, perante uma sociedade puritana, cuja limitação das possibilidades sexuais gerava as famosas histerias.

Quando se observa que é o inverso o vivido atualmente, na Era dos Amores Líquidos, com oportunidades afetivas/sexuais abundantes, mas

superficiais, não deveríamos contextualizar o Poliamor Estável como algo entre a monogamia e a liquidez?

Nesse sentido, uma relação poliamorosa não estaria psicanaliticamente afeita ao Complexo de Édipo, com três pessoas adultas, a desempenharem aquela forma de triangulação poliafetiva primordial?

Isto sem falar nos casais de longo prazo, que se amam, tem muita afinidade conjunta, querem manter seu relacionamento, mas enfrentam os dilemas dos desgastes da relação. Entre o divórcio ou manter relações paralelas encobertas, não seria direito de tais casais buscarem novas formas de amar e, assim, criarem condições de permanecerem juntos?

Longe da hipocrisia social ou imposições morais dominantes, Freud nunca se deteve a enfrentar tais temas da afetividade/sexualidade de seus tempos. Aos psicanalistas dos tempos líquidos, cabe também a tarefa de ajudar a construção do amor, dentro das possibilidades atuais. Como se sabe, moral social vale na rua. No divã e na vida privada, vale você, seus desejos e necessidades de busca de felicidade, monogâmicas ou não.

2 Dilema Fidelidade e Poliamor

Há pessoas que estão vivendo um relacionamento amoroso confortável e sadio, gostam-se muito, querem permanecer estavelmente na relação, porém, sentem a falta de algo a mais em termos afetivos. Desejariam viver mais experiências, mas sem romper com o parceiro e com de tudo de bom que compartilham e construíram.



Por vezes, essa insatisfação pode ser sentida por somente um dos parceiros, o qual deseja manter abrir-se ao Poliamor, mas sem querer romper com o relacionamento estável já existente.

Como pode ser observado, esse dilema não é algo novo, dando ensejo historicamente a variados casos de amantes, relações paralelas e outras formas de manter uma união dúplice com outros parceiros, sem que isso afete ou prejudique a relação amorosa já havida.

Claro que isso rompe com a regra social dominante da monogamia, relegando o Poliamor a algo proibido, culpável e reprovável, dentro de um dogma de fundo religioso, que não leva em consideração os desejos e as necessidades de cada pessoa, na sua busca à felicidade.

Há que se entender existirem sim, pessoas poliafetivas, personalidades e individualidades capazes e desejantes de amar duas pessoas ao mesmo tempo, na medida que o faziam durante a estruturação afetiva, no Complexo de Édipo vivido perante os pais/cuidadores.

Por vezes, tais poliafetivos são até mais fiéis, lineares e não promíscuos que a maioria dos líquidos. Estes trocam de parceiro como trocam de roupa, mas se justificam por assim serem, ao estarem na busca de um amor maior, só que nunca encontrável, uma vez que suas insatisfações crônicas não podem ser superadas.

Daí a necessidade de se fazer uma distinção clara entre os poliafetivos e os líquidos. Entre os que querem estabilidade, construir algo duradouro em Poliamor Estável, diferenciando-os daqueles que, cujo vazio crônico, apenas os fazem consumir parceiros como se consomem bens pouco duráveis.

Por isso que o "Poliamor Estável" é essencial ao entendimento de quem busca um real relacionamento fechado à três, tem essa necessidade e fará de tudo para atender as necessidades de seus parceiros, com fidelidade e lealdade, dentro compromisso formado no trisal.

Isto significa repactuar o que mais importa na monogamia, que não é o "mono" número de parceiros, mas sim, a fidelidade e a lealdade mantida entre eles.

Tudo não passa, afinal, de avançar para além da possessão obsessiva e fantasiosa sobre o corpo do outro, das respostas históricas, em relações afetivas ocultas ou neuroses adaptativas utilizadas na supressão do desejo poliafetivo latente. Não que a sociedade esteja pronta a isto, pelo contrário, nunca estará, mas você pode estar, por sua livre e espontânea escolha e autonomia de amar.

3 Dona Flor, Dois Maridos e o Inconsciente Coletivo

Quando Jorge Amado escreveu o romance "Dona Flor e seus Dois Maridos", depois imortalizado em série televisiva centrada por Sônia Braga, ele conseguiu captar a essência da poliafetividade existente no inconsciente coletivo.

Como diria Jung, tudo que está no inconsciente coletivo faz parte do plano metafísico da cultura humana, aquilo que foi construído com o tempo, nos costumes e conhecimentos da humanidade, e assim vai se cristalizando e se reorganizando conforme vão avançando as sociedades.

O inconsciente coletivo é composto pelos inconscientes individuais de cada ser humano vivente em determinado tempo histórico. A cada nascimento, o novo indivíduo acaba por assimilar todo esse conjunto de arquétipos culturais que o antecede, sendo a linguagem o pareamento básico para a estruturação da linguagem e, logo, dos pensamentos e sentimentos de cada nova vida.

Para Lacan, a questão da linguagem é central nesse processo de individuação, do tornar-se pessoa e assim poder viver e ser aceito em sociedade. Amar e ser amado dependem dessa capacidade de interagir com o outro, pois sem esses códigos, sinais e símbolos introjetados na linguagem, não poderia ocorrer o amor.

Dona Flor e seus Dois Maridos é assim, uma leitura da estrutura amorosa humana, feita de maneira sublime por Jorge Amado. Nesse romance, ele consegue captar o arquétipo da alma poliamorosa e sua necessidade de viver o afeto, ao mesmo tempo em que demonstra o interdito monogâmico também existente sobre isso.

Como diria Freud, o qual sempre se repisa aqui, todos nascem poliafetivos. O interdito moral não está em você gostar de várias pessoas, mas sim, na proibição de ter intimidade sexual com mais de uma ao mesmo tempo.

E a saída contemporânea ou a adaptação neurótica contra essa limitação moral da monogamia está na base da criação da Era dos Amores Líquidos. Ou seja, da liquidez permite que se viva uma intimidade rápida de cada vez, mas de maneira que não se castre o desejo, já que as

relações serão superficiais na medida em que o indivíduo tenha necessidade de manter sua liberdade, para ter intimidade com outros parceiros.

A liquidez afetiva nada mais é do que certa reação ao interdito moral monogâmico do desejo. Uma busca por liberdade de realizar a intimidade sem as restrições monogâmicas que as relações estáveis exigem.

A grande questão que ressurgiu, agora com a tratativa do Poliamor Estável é a pergunta: por que tudo deve ser assim, nos polos, entre 8 ou 80, por que ou se é monogâmico ou se é líquido?

Não seriam possíveis outras opções que não sejam encobertas, como amantes e garotas de programa, para aqueles poliafetivos que demandem compromisso afetivo?

Nos dias de hoje, com a democracia afetiva sendo um marcador do desejo, a liberdade de cada um escolher seu caminho relacional deve ser reconhecida.

Seria isso possível? Talvez só o tempo poderá dizer se entre líquidos e monogâmicos haverá um meio termo efetivo entre um e outro. Ou talvez ele já exista isso no inconsciente coletivo, como já retratou Jorge Amado.

4 O Poliamor nos Dedos das Mãos

A tendência humana à poliafetividade pode ser explicada de maneira multifatorial, social, cultural e moral. Do ponto de vista fisiológico, a produção a maior ou menor de testosterona no organismo, em homens e mulheres, pode ser um indicador fundamental ao comportamento monogâmico ou ao desejo inconsciente de relacionar-se com mais parceiros (Poliamor ou liquidez promíscua).

Do ponto de vista genético, pesquisas replicadas indicam que o tamanho do dedo indicador em relação ao dedo anelar, é um dado objetivo, relacionado à presença de mais o menos testosterona no organismo.

Por esta hipótese científica, se o dedo anelar é maior que o indicador, isto seria uma representação dessa ocorrência biológica, em pessoas cuja quantidade de testosterona é maior que a média e logo, teriam mais propensão a vivenciar mais experiências sexuais.

Com base nesses dados, outros pesquisadores estudaram o comportamento sexual e descobriam um

padrão binário dominante: pessoas monogâmicas de um lado e pessoas poliafetivas de outro.

Tais pesquisas confirmaram que, os possuidores de dedos anelares maiores que os indicadores, tem uma tendência a possuir maior quantidade de parceiros sexuais em sua vida e isso poderia ser explicado pela maior produção de testosterona em seu organismo.

Faça o teste consigo e verifique se o tamanho do seu dedo anelar de ambas as mãos é maior, menor ou igual aos dedos indicadores. Depois disso, tente verificar, com honestidade íntima, se seu comportamento sexual ou de busca até hoje de parceiros afetivos é dentro da média do local onde vive, se é superior ou se é menor.

Claro que a mera presença a maior ou menor de testosterona no organismo não seria o único elemento motivador ao padrão de realização afetiva monogâmica. A influência social, cultural e religiosa impinge a introjeção desse comportamento aceito, a ser replicado pela maioria das pessoas.

Todavia, do ponto de vista psicanalítico, se confirmada essa tese, a repressão do desejo seria algo

neurotizante nos possuidores de maior testosterona, quando de sua busca em seguir o padrão monogâmico? Isso implicaria na propensão a maior de casos de infidelidade, agressão doméstica, distúrbios emocionais, alimentares e outras formas de compensação nessas personalidades reprimidas e insatisfeitas?

Por outro lado, nos líquidos, seria predominante a maior quantidade de testosterona a determinar sua promiscuidade efetiva?

Essas são hipóteses interessantes a serem estudadas e podem dizer um pouco mais sobre sua estrutura emocional, a ser entendida visando constituir relações amorosas mais sustentáveis.

Mas não vá, apesar da curiosidade científica, rotular o comportamento afetivo das pessoas próximas pelo tamanho dos dedos. Trata-se de apenas um dado a ser observado no universo multifatorial do assunto.¹

¹ Para ler mais: https://super.abril.com.br/comportamento/tamanho-do-dedo-pode-prever-com-quantas-pessoas-voce-va-transar/?utm_source=redesabril_jovem&utm_medium=facebook&utm_campaign=redesabril_super Acessado em 06/09/2017.

5 A Fidelidade enquanto Contrato Temporal

A Monogamia é uma regra social, cultural e moral, aplicável aos relacionamentos afetivos enquanto modelo dominante de conduta a ser seguido, por quem quer instituir uma entidade familiar com outro parceiro.

Todavia, do ponto de vista contratual do casal, a fidelidade adentra ao relacionamento enquanto cláusula de duração temporal, a implicar em fidelidade recíproca e lealdade, enquanto perdurar a relação.

Neste sentido, a fidelidade é uma criação contratual amorosa que dominou o espaço da realização do afeto humano. Sem qualquer tendência assertiva ou crítica, esse é o padrão seguido por grande parte da população. No Brasil, por exemplo, os casamentos duram, em média, 15 anos.² Este seria um dado objetivo sobre a fidelidade enquanto contrato temporal.

Aquela ideia moral de que casamento dura para sempre foi superada por sua antítese, a liquidez, cuja

² https://ww2.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/16122002_reg_civil.shtm. Acessado em 15 de outubro de 2017.

matriz está na total ausência de compromisso afetivo, com fins a permitir exatamente o oposto do que sugere a monogamia.

Não é de se estranhar que, com base no pêndulo psicanalítico pensado por Freud, quem permaneceu muito tempo sob o contrato amoroso, tenha a tendência de, em seguida ao término da relação, vivenciar a liquidez sem limites, sem compromissos e, logo, sem as exigências.

Como disse em sua separação, a famosa atriz Scarlett Johansson, "monogamia não é algo natural". E ela disse isso logo depois de sair de um casamento! Observa-se em suas palavras o esgotamento do contrato e o desejo de partir para algo mais leve, livre e sem o compromisso inerente a quem viveu tal modelo tradicional amoroso.

A presente análise não visa demover sua crença no padrão monogâmico. Nem negar a existência de muitos casais fiéis de sucesso, que perduram no tempo, mas isso não significa ser essa a única opção afetiva viável.³

³ <http://emails.estadao.com.br/noticias/gente.monogamia-nao-e-natural-diz-scarlett-johansson-apos-separacao,70001669660>
Acessado em 06/09/2017

6 A Matrix da Poliafetividade Inconsciente

Como já dizia Freud, todos são poliafetivos. Isto é, todos os seres humanos são capazes de estabelecer relações simultâneas de afeto com várias pessoas. Até aí, nada de novo, pais amam seus filhos ao mesmo tempo em que amam seus pais. Irmãos e amigos compartilham afeto fraterno recíproco e por aí vai.

A complexidade dessa temática só começa a existir quando entra em cena o espaço da realização íntima do afeto, isto é, o espaço da sexualidade.

Nesse ponto, o modelo religioso hegemônico do ocidente trouxe o interdito religioso das relações afetivas que envolvam sexo com mais de uma pessoa. Ou seja, você poderá estabelecer relações simultâneas de afeto com todos os seres humanos do planeta, mas somente poderá ter relações íntimas com uma delas.

Colaboraram a esse interdito moral a criação do romantismo do século XVIII, o qual contribuiu ao modelo arquétipo romântico/afetivo tradicional, idealizado por um casal heterossexual e sua prole. Cristalizado no tempo, tal

modelo romântico é convergente com a moral social religiosa dominante no mundo ocidental.

Até aqui, não há novidade para a maior parte da população mundial, uma vez que o poder dos arquétipos é exatamente esse, normalizar pensamentos, sentimentos e ações. O inconsciente coletivo é um verdadeiro "Matrix" que pacifica emocionalmente e permite um equilíbrio e a forma de realização existencial e afetiva.

O problema só começa a quem quer divergir e sentir-se insatisfeito perante este modelo e, neste momento, três respostas inconscientes são previsíveis e verificadas em grande escala.

A primeira delas é a repressão do desejo. Muito usual, ela pode requisitar algum tipo de conduta compensatória para se conseguir lidar com a frustração dessa demanda de poliafetividade. Por exemplo, intensificar crenças religiosas, aumentar a ingestão de alimentos ou até adotar alguma outra forma de compensações neuroquímicas à insatisfação (medicamentos psiquiátricos muito requisitados entram aqui).

Outra saída vem pelos subterfúgios sexuais. A profissão mais antiga do planeta é tão forte quanto a hipocrisia social que a repele. Garotas de programa e amantes existem e sempre existiram, enquanto mecanismos compensatórios do interdito monogâmico. Sites de encontros rápidos, assim como escapadas com colegas de trabalho, parceiros eventuais, para um sexo casual e em segredo, sempre estiveram em moda.

Por último, a pós-modernidade trouxe a saída pela liquidez afetiva. Com ela, se é possível viver a poliafetividade ilimitada de parceiros, sem qualquer condenação do interdito moral social, sobre sua sexualidade.

Com grande oferta de oportunidades afetivas líquidas, pode-se ir substituindo diariamente os parceiros. Uma vez mantida a possibilidade de reencontros eventuais, cria-se uma rede de afetos e de sexualidade compartilhada, continuada e variada.

Se essa é a nova normalidade afetiva do mundo pós-moderno, ela vem eivada de neuroses adaptativas, muito mais incoerentes do que a opção pelo Poliamor.

Como se tratam de adaptações visando conviver com o arquétipo romântico afetivo/tradicional dominante, melhores opções de realização do afeto sempre estarão à disposição a quem sem cansar das respostas neuróticas anteriores.

A busca de um sentido existencial a maior, também poderia ser outra saída à canalização da libido afetiva, conquanto o foco da vida deixa de ser a afetividade e passa, por sublimações, a outras demandas, existências, intelectuais, assistenciais ou espirituais.

Mesmo nesses casos, o aspecto das necessidades instintivas e afetivas não desaparece e ainda haverá alguma forma de libido a ser canalizada aos relacionamentos ou adaptações neuróticas a falta deles.

Há que se jogar limpo, ter clareza e consciência de suas demandas e desejos, além de coragem com essa temática da sua satisfação afetiva, sem hipocrisias.

Você realmente ter certeza que quer mudar seu modo de amar? Ou seria melhor deixar de lado a pílula vermelha, escolher a "pílula azul" e voltar ao inconsciente (qualquer referência ao "Viagra" é mera coincidência).

7 A Filosofia do Poliamor Estável

Se a afetividade nos poliamores é naturalmente múltipla, a filosofia do Poliamor Estável é garantir a quem se sentir apto a tal vivência, o direito de expressar-se nesta forma de relacionamento, da melhor maneira possível.

Como visto, o grande problema da poliafetividade só ocorre quando a ele é relacionada a questão da sexualidade. Ou seja, o grande tabu ocidental é o interdito moral. Pode-se até gostar de mais de uma pessoa, mas terá que fazer a escolha íntima por uma delas, ou será mais um “imoral”, mesmo que não tenha consciência sobre esse interdito moral presente no inconsciente coletivo humano.

Como já dito, amores líquidos nada mais são do que um mecanismo encoberto de defesa contra essa castração da libido de fundo moral e, apesar de tal assunto não ser aceito ou discutido com a devida profundidade, representam um modelo alternativo de viver a afetividade sem ser limitado pela monogamia ou por condenações sociais, na atualidade.

As experiências poliamorosas estáveis, por seu turno, surgem como ajuste similar ao modelo tradicional de amar, porém apenas a diferir de relacionamentos estáveis e fechados, pela presença de mais de um parceiro íntimo.

Em muitos desses casos, a pessoa não quer viver a liquidez, mas fica sem saída a experimentar seu desejo e sentimento, estando num relacionamento estável que não quer romper. Acaba por se render à hipocrisia social, mediante o ocultamento e a dissimulação dessas formas diferentes de vivenciar os múltiplos afetos (ex. amantes).

Apesar das revoluções de costumes afetivos terem sido realizadas no mundo ocidental desde a década de 60, do século XX, perseveraram restrições ao Poliamor, mesmo que sabido estar presente há tempos em outras culturas, a exemplo do mundo árabe.

Superar esse bloqueio requer entender que o princípio da afetividade e da busca pela felicidade é o principal atualmente, longe de qualquer preconceito. Se você é adulto e capaz, sua vida não deve ser ditada por ninguém, a não ser você mesmo.

Logo, onde se há espaço para a liberdade afetiva, cada qual deve viver sua vida privada da melhor maneira que quiser. Esse entendimento é essencial para que no plano interno das relações, os parceiros possam agir com lealdade e em conformidade com seus desejos versos os controles morais da psique: liberdade x responsabilidade.

Se o seu pêndulo existencial vai à progressão em prol da poliafetividade, tudo não passa de uma questão individual e íntima. A única coisa externa que se requer é a coerência e a lealdade, com dos demais parceiros envolvidos na relação.

Só desse modo a ideologia do Poliamor será libertária, na medida em que permitiria ao indivíduo fazer suas escolhas de amar, mas também respeitar a liberdade dos seus parceiros fazerem escolhas.

Em suma, mas seria a ideologia do Poliamor uma forma neurose? Qualquer adaptação social não seria “menos” neurótica de que o Poliamor, em face de que, qualquer escolha civilizatória implica na castração da libido e desejo. O que vale, é sua liberdade afetiva e, acima de tudo, a sua responsabilidade pelas escolhas feitas.

8 Dilemas Amorosos: a liberdade do outro

Amor, amar, gostar, implica em algum tipo de vinculação a dois se há relacionamento. Daí um contrato afetivo a compactuar a restrição as liberdades afetivas, sua e dos objetos amados reciprocamente elegidos.

Tais preços são normais a se pagar na assunção de um relacionamento amoroso. Fazem parte dos contratos onde a fidelidade de corpos e a lealdade de propósitos são exigidas. Sem isso, não se chega a configurar um "relacionamento sério", assim entendido aqueles namoros, noivados, visando futuras uniões estáveis ou matrimônios, nos quais há um investimento afetivo de ambas das partes.

Nesses casos, requer-se concessões concorrentes no ajuste das condutas pessoais, em busca de um ponto de equilíbrio, capaz de manter o prazer do amor encontrado e com quem se compartilhar o viver, sem que isso gere insatisfações pelas diferenças pessoais.

Geralmente, tais insatisfações começam a surgir com o tempo e com os desgastes normais das relações estáveis. Quando isso ocorre, o normal seria o casal

repactuar a relação, fazer concessões a mais para recuperar a estabilidade e evitar algum desprazer surgido.

Quando o custo da manutenção do relacionamento amoroso sofre a inflação dos desgastes normais e das concessões feitas, e o desprazer nivela a relação, será hora de repensar profundamente o casal.

Caso não se chegue a um novo denominador comum, o dilema amoroso da liberdade voltará à tona, com os pensamentos sobre o término do relacionamento. Se os desgastes ultrapassaram a capacidade de suporte do casal, por brigas, diferenças, opções divergentes, caminhos opostos ou traições, o sinal vermelho acenderá.

Quando se chega a esse estágio terminal do relacionamento amoroso, há uma única certeza de saúde mental que devemos ter, é conceder a liberdade a quem tanto amamos e permitir-se viver o luto e seguir em frente.

Libertar o outro, é antes de tudo, libertar a si mesmo. Mas não duvide que haverá várias resistências psíquicas dolorosas até se chegar a essa conclusão. Saber lidar com os dilemas morais da liberdade que dói não é fácil a ninguém. Dar a liberdade ao amor que se acabou, para

quem ainda mantém sentimentos, por vezes, antagônicos, pode exigir de você alguma ajuda psicológica para conseguir caminhar e atravessar esse momento.

Para algumas pessoas, quando em face da descoberta da traição, pela presença de outro afeto mantido na vida de seu parceiro, haverá um amargo sentimento de quebra da lealdade e ressentimento.

Nessas horas, há que se dar um tempo. Assentar as coisas e os sentimentos, pois neste momento terminar a relação pode ser tão doloroso como aceitar a traição. Converter isso em vingança ou manter o relacionamento com tal finalidade não será algo saudável a ambos.

Mais uma vez aqui vem à tona a questão dos dilemas da liberdade. Se aceitar ficar, deve entender que seu parceiro(a) é poliafetivo(a) e, por mais que você não entenda ou não concorde, para a Psicologia Sistêmica, incluir um terceiro na relação foi a forma de salvá-la.

Antes de permitir que o orgulho em face de uma traição encaminhe sua decisão ao rompimento da relação, verifique como isso ocorreu e se ainda não há amor possível a encaminhar uma solução via o Poliamor.

9 Liquidez Amorosa, Promiscuidade e seus Riscos

A Era dos Amores Líquidos apresenta uma grande oportunidade de encontros, desencontros e novos amores. Mas com ela veio diretamente o aumento dos riscos sanitários decorrentes da promiscuidade sexual. Doenças venéreas antigas, e até então em desaparecimento, retornam com sua força e resistência aos medicamentos que antes eram suficientes ao seu tratamento.

Doenças sexuais (Gonorreia e Sífilis) reapareceram ultimamente em forma epidemiológica, especialmente entre jovens. Outrossim, mesmo em face da gravidade de AIDS e da Hepatite B e C, grande parte da população sexualmente ativa parece não dar importância a tais riscos de contágio, ampliados pela liquidez afetiva.

Na mesma esteira vieram vírus, como HPV e Herpes, transmissíveis pelo mero contato com a pele, lembrando que alguns tipos de HPV são cancerígenos no longo prazo, apesar de imperceptíveis na pele.

O ideal, sem moralismo barato, a quem vive liquidez do amor, é a adoção consciente de posturas defensivas de

sua sanidade pessoal, ante aos riscos inerentes. O uso de preservativo deve ser adotado em todos os casos.

Sem qualquer tipo de avaliação higienista das opções sexuais, a questão está em se respeitar a si mesmo e aos outros. Transmitir doenças sexuais é um desrespeito afetivo, uma quebra dos vínculos de confiança e de intimidade estabelecidos, além de configurar um crime.

Por outro lado, relacionamentos fechados deveriam ser o caminho de proteção recíproca dos parceiros, mas que também exigem alguma contratação prévia e clareza quanto à abertura eventual em termos de poliafetividade.

Exames recíprocos, fidelidade acordada, assim como anticoncepcionais são procedimentos a serem adotados quando se contrata o início de um relacionamento. Sem hipocrisia, casais estáveis, em grande parte, abandonam o preservativo e, por isso, seu contrato amoroso deve ser bem claro sobre a lealdade em relação a esses riscos assumidos fora da relação.

Relações abertas são mais complexas e os parceiros devem estabelecer claramente os procedimentos de segurança a serem adotados nos encontros amorosos

com terceiros. Aqui o que vale é o jogo limpo e a responsabilidade sobre a saúde do parceiro.

Trisais e quadrisais trazem complexidade ao assunto, uma vez que tais relacionamentos podem não necessariamente ser fechados para todos os parceiros. Com isso, há brechas e riscos assumidos por todos e a prevenção e lealdade deve ser a regra.

Se fechados, os riscos devem ser contratados e afastados com clareza e, mesmo assim, demandarão cuidados e proteções a todos os envolvidos, em razão do compromisso estável assumido.

Com um mundo de oportunidades e novos parceiros, riscos da liquidez amorosa exigem posturas conscientes, pois amar deve ser um processo construtivo e não destrutivo. Pulsões de morte ao se assumir riscos devem ser evitadas, pois tais tipos de neuroses ameaçam a sua saúde futuramente. Não há prazer perverso justificável em transgredir a proteção sexual dos parceiros amados, que justifique correr tais riscos no Poliamor.

10 Liquidez x Poliamor

Paradoxalmente, quando se observa as relações amorosas por uma variável temporal e quantitativa, poderá ser observado que líquidos, em regra, terão mais parceiros que os poliamoristas. Entenda o porquê a seguir.

Aqui se deve entender líquido aquele preso à constante busca por um amor idealizado que nunca ocorre. Ao viver as frustrações normais do dia a dia de qualquer relação, líquidos acabam recorrentemente a vivenciar prematuros rompimentos ou desinteresse progressivo pelo parceiro, seguidos de um novo ciclo de busca incessante de um amor maior, nunca encontrável.

O resultado disso: cada vez mais experiências amorosas curtas e uma perda progressiva de profundidade afetiva e de parâmetros sobre o amor e sobre como se relacionar de maneira estável, enfileirando relacionamentos rompidos, ex-parceiros e cada vez mais conexão superficiais, com dificuldade de aprofundar-se.

Por seu turno, os poliamoristas devem ser entendidos como aqueles voltados a relacionamentos

amorosos com mais de uma pessoa, em trisais (3 parceiros), de maneira fechada e voltado a uma convivência afetiva compartilhada e estável entre eles.

Aparentemente, pode-se atribuir aos poliamoristas o desejo de manter-se em Poliamor Estável, de maneira acordada de fidelidade e lealdade, assumida por todos.

Desse modo, quando se observa a quantidade de parceiros no tempo, serão os líquidos, aqueles quem possuirão o maior número parceiros amorosos, por sua dinâmica de busca promíscua interminável.

Apesar de se considerarem monoafetivos, isto é, aparentemente voltados a estabelecer relacionamentos monogâmicos, seu processo líquido de desconstrução dos relacionamentos, os levam a viver a não-estabilidade continuada e retiradamente superficial.

Podem, por exemplo, ainda manter-se ligados aos ex-parceiros ao iniciar uma nova relação, assim como, manter-se em redes infindáveis de sexo casual, situação a qual retroalimenta constantemente suas insatisfações.

Como podem a qualquer momento trocar de parceiros, mantendo uma lista de possibilidades em aberto,

antigas e novas, os líquidos, na verdade, podem também ser considerados poliafetivos, abertos a amores livres.

Por pressão social, repressão individual ou adesão formacional, religiosa e cultural, os líquidos acabam por camuflar essa sua poliafetividade, tendo em vista que ela pode não ser atraente a novos parceiros.

Enquanto isso, poliamoristas pagam o preço social por suas opções, ao contrariar o mito do amor romântico e a visão conservadora que não aceita publicamente tais tipos de relações estabelecidas para além da monogamia.

Com o predomínio cada vez maior de líquidos a indagação que fica é: conseguirão tais poliafetivos viver indefinidamente sem firmar relacionamentos estáveis? Depois de tantas experiências poliafetivas acumuladas, estarão eles mais afeitos a retornar à monogamia, o que realmente pode ocorrer, ou seguirão o caminho desafiador do Poliamor Estável?

Pelo sim, pelo não, a liquidez da afetividade é um desafio contemporâneo não só aos relacionamentos tradicionais monogâmicos, como também ao Poliamor Estável.

11 Amar é criar Laços Gregários

Uma das coisas que o existencialismo de Sartre afirma é a convicção de que o ser humano está sozinho no mundo e que, seu desenvolvimento, felicidade e destino, dependem essencialmente de sua capacidade de interagir uns com os outros.

Em “O Ser e o Nada”, Jean-Paul Sartre faz essa ilação de que, se não há Deus, logo, não haveria um ente superior a governar as vidas individuais e caberia a cada um determinar livremente sua existência. Servir e interagir com o próximo, seriam os caminhos ao preenchimento das inseguranças naturais de cada indivíduo, abandonado à própria sorte no planeta Terra.

Enquanto ser gregário, ao se interagir em rede, os seres humanos deixam o abandono e passariam a contar uns com os outros, a colaborar na construção conjunta do seu desenvolvimento e da felicidade.

Essa seria a moral social válida para Sartre, aquela voltada à ética do servir, perante a qual vida a só ganharia

sentido existencial pela opção dirigida em atender gregariamente uns aos outros.

Nesse ponto, as relações humanas, especialmente as conexões amorosas, teriam um papel importante na formação dos laços sociais, aproximando indivíduos e criando uma rede de cognição e comunicação entre as pessoas, norteadas pelo afeto sentido entre elas.

O amar deixa a esfera do possuir, para a esfera do cooperar e servir, na criação de elos sociais recíprocos e duradouros. Mas isso não eliminaria a questão da monogamia e seu interdito sexual.

Aqui há que se fazer uma leitura acurada de Freud, uma vez que realização de todos os desejos não é algo possível, em razão do princípio civilizatório, que a todos unem em forma de Contrato Social.

Ou seja, a regra e o limite aos desejos do outro são também elementos essenciais para que a vida possa ser gregária e satisfatória a todos. Assim, o interdito sexual é algo civilizatório, na medida em que permite canalizar as energias de todos a outras pulsões de vida construtivas úteis à sociedade gregária.

Porém, isto não significa que a égide do interdito sexual da monogamia seja algo absoluto. Cada qual tem a liberdade de dosar seu nível de interação íntima, dentro dos limites do possível e do saudável. Assim, há espaço ao Poliamor Estável e isso também deve ser entendido como uma forma gregária possível ao amor tradicional.

Quantas rupturas de relacionamentos poderiam ser evitadas se a compersão estivesse presente e impedisse escolhas desleais dos parceiros por poliamores encobertos. Isto sem falar no custo emocional de tais rompimentos traumáticos, quando o evento motivador é um só: a poliafetividade que dificulta a adesão absoluta ao interdito e às insatisfações decorrentes da monogamia.

Assim, quando for iniciar uma relação estável com alguém, seria importante deixar claro suas demandas, limites e necessidades afetivas.

Independentemente de você concordar ou não com Sartre, quando o relacionamento é rompido traumáticamente após uma traição, será a hora de rever conceitos absolutos que podem afastar definitivamente e não agregar mais nada ao casal que ainda se ama.

12 Beauvoir: entre conservadores e progressistas

Depois que figurou na redação do Enem anos atrás, simpatizantes elevaram, mesmo sem saber muito bem de quem se trata, a figura de Simone de Beauvoir ao rol dos memoráveis pensadores progressistas, sem noção clara de sua coerência pessoal com o que ela realmente defendeu no campo do amor.

Sabem apenas que ela foi uma alma liberta e aberta ao pensamento progressista. Sua principal obra, “O Segundo Sexo”, foi a precursora do movimento feminista e sua parceria existencial com Sartre, a demonstração clara de que um casal pode atuar conjuntamente ao conhecimento da humanidade, por sua construção teórica afinada e que muito contribuiu ao Existencialismo.

Até aqui, leigos não teriam o que reclamar de Simone de Beauvoir, já que suas concepções são adequadas a seus pressupostos de sua ideologia aceita. Mas nem tudo são flores, especialmente quando se avança para entender algo a mais sobre o amor em Simone de Beauvoir: sua vertente poliafetiva e livre.

Desse modo, ser simpatizante de Simone de Beauvoir, num país essencialmente conservador nas relações amorosas, conforme os moldes religiosos de família, depende de que se saiba diferenciar a escritora existencialista, da pessoa em sua liberdade de amar.

Simone de Beauvoir não teve filhos e dedicou a sua vida à intelectualidade, mas também ao hedonismo afetivo com o qual conduziu seu caminho. Além de lutar expressamente a favor do aborto, os mais conservadores a acusarão de ser uma libertina sem limites, apesar de que isso não ser o que se observa em sua biografia.

Simone de Beauvoir, apesar de seu compromisso amoroso com Sartre, manteve uma abertura poliafetiva a outros parceiros. Sua orientação bissexual a acompanhou por toda sua vida. Não só a dividir parceiras com Sartre, mas também estabelecendo, durante sua vida, relações amorosas em paralelo com outros homens e mulheres, em relacionamentos sem a participação de Sartre.

Outrossim, o existencialismo presente no pensamento de Simone de Beauvoir, não só no tocante ao direito à liberdade afetiva e corporal máxima, também

englobava a defesa da liberdade do uso de drogas, o qual também faz parte de suas experiências de vida.

Com essas informações, há que se observar que a corrente de liberdade do Existencialismo defendida por Simone de Beauvoir acaba por chocar os mais conversadores, enquanto é defendida pelos progressistas.

Não há nada de errado em ser conservador e tradicional no amor, ser contra o aborto ou contra as drogas, porém, há muito de errado em não respeitar a liberdade e as opções privadas de Simone de Beauvoir.

As opções pessoais foram dela e assim também são as suas, caro leitor. Cada qual, em democracias, deve prezar por sua liberdade e autodeterminação em temas que só dizem respeito a si, por suas escolhas íntimas, quanto ao seu corpo e mente.

Ninguém é obrigado a concordar com o Poliamor, porém, requer-se entender que sua liberdade termina na porta da vida privada do outro.⁴

⁴ Para saber mais, vide o documentário Simone de Beauvoir e o Feminismo. Versátil Home Vídeo, 2016.

Jean Paul Sartre e Simone de Beauvoir construíram sua experiência poliamorosa leal, mas aberta à liberdade de corpos, que perdurou por toda vida. Prova desse compromisso ocorreu quando Simone foi pedida em casamento por Nelson Algren, o outro grande amor de sua vida, mas ela recusou, tendo em vista seu compromisso existencial com Sartre.

Detalhe final importante sobre a vida poliamorosa de Simone de Beauvoir. Ela pediu para ser enterrada junto com Sartre e mantido em seu dedo, o anel de pedido de casamento que lhe fora dado por Nelson Algren.

Isso só prova que ao final, a autora de "O Segundo Sexo", precursora do Feminismo, defendeu a igualdade e os direitos das mulheres, mas sem perder sua conexão poliafetiva estável, com os homens amados de sua vida.



13 Novos Relacionamentos e a Fonte da Juventude

Quando se estabelece um novo relacionamento amoroso, ocorre a chamada primavera do afeto, no aflorar de sentimentos, energias e de toda ação fisiologia do indivíduo, em prol do amor que começa a ser vivido.

Nesse ponto, ao se iniciar um novo relacionamento amoroso, todo o organismo tende a atuar otimamente para ampliar as potencialidades fisiológicas do indivíduo. Trata-se de um mecanismo basal voltado à procriação, com nítidos efeitos sobre ambos os parceiros, nos campos mentais, emocionais e corporais. A essa ocorrência pode-se atribuir a ideia de fonte da juventude acessível no amor.

Do ponto de vista mental, a neurofisiologia ampliará a secreção de neurotransmissores, a estimular a serotonina, logo, em consequência, as sensações e pensamentos positivos, a esperança decorrente do novo encontro, do estabelecimento daquela relação afetiva, a partir das expectativas desejadas de sua evolução.

Nesta cadeia de efeitos, do ponto de vista emocional, florescem os sentimentos de amor, por vezes,

as paixões avassaladoras (devido as altas descargas de dopamina), a mover a alma em direção ao outro, na busca de sua presença e de se compartilhar o amor em toda a sua plenitude.

Do ponto de vista bioenergético, há a potencialização pela conexão das auras e dos corpos energéticos, ampliando a energização de ambos, a liberação das energias básicas e sua expansão a criar um campo de vibração ampliado.

Do ponto de vista sexual, há a ampliação do fluxo sanguíneo, o estímulo à produção de hormônios do bem-estar e das funções sexuais (testosterona e estrógeno), a ativação dos músculos e dos órgãos e, por fim, a liberação da ocitocina, o hormônio do amor, a cada orgasmo compartilhado com desejo e sentimento.

Logo, quem não quer viver essa fonte da juventude? Sua função na vida afetiva de qualquer indivíduo vem para contribuir à sua melhoria e desenvolvimento existencial. Quem recusa existirem tais efeitos na obtenção de um novo amor é porque já se esqueceu das potencialidades de amar e ser amado.

De outro lado, relacionamentos monogâmicos invariavelmente produzem seus efeitos no tempo, ao aplacar a chama fisiológica do casal, enquanto o amor amplia-se indefinidamente para algo mais maduro, seguro, estável e confortável.

Tais eventos parecem ser paradoxais com as possibilidades da fonte da juventude disponível a todos. Quantos não são os divórcios motivados por esse quadro de transformação da chama apaixonada em amor fraterno.

Mas tem que ser assim? Não haveria outra possibilidade de se evitar a ruptura dessas relações profundas e estáveis, com que se ama plenamente?

Em tais condições reflexivas, uma abertura ao Poliamor Estável poderia ser uma saída a ser pensada, quando o desejo de permanecerem juntos for suficientemente forte para aceitar a compersão de novos amores recíprocos e rejuvenescedores a ambos.

14 Observações nas Vivências de Trisais

Uma das coisas que está a gerar curiosidade atualmente é a formação de trisais ou casais a três públicos. Não é assunto novo, nem novidade na área dos relacionamentos amorosos, mas vem ganhando notoriedade e maior foco em razão do aumento das mídias sociais digitais.

O assunto não é isento de controvérsias, uma vez que impera o postulado da monogamia e expor-se socialmente significaria avançar contra uma regra moral de conduta afetiva-sexual dominante. Isso não é aceito por grande parte das pessoas e pode gerar admoestações.

Claro que, no mundo contemporâneo, como Freud já previa, o importante é focar-se no desejo e na própria busca da felicidade individual. A sociedade e as regras morais valem enquanto não tolherem sua liberdade de escolher seus caminhos de realização do afeto, cujos limites são apenas os de não fazer mal a si ou a outrem.

Assim, com mais liberdade individual no mundo contemporâneo, cada qual tende a buscar sua felicidade

em variadas formas de amar e ser amado, sem que isso deva ser condenado moralmente ou gerar alguma forma de castração social.

Quando se observa e se pesquisa sobre o assunto, algo se aprende sobre as dinâmicas desses tipos de relacionamentos. A primeira evidência observada diz respeito à formação dos trisais. Em grande parte dos casos, são casais heterossexuais que, a partir da abertura de um dos parceiros, buscam um novo companheiro a compartilhar o relacionamento a ser ampliado.

A segunda evidência é que, essa busca, tem foco não só em aspectos de ampliação do prazer sexual, mas estaria também focada em estabelecer laços existenciais com outro parceiro, capazes de ampliar o âmbito de realização a ser compartilhada, em níveis de cooperação mais completos do que os vividos entre casais normais.

Um outro dado de prática dos trisais está em observar o papel que o novo componente assume na relação, especialmente em relação ao outro parceiro do mesmo gênero. Isso é importante ser observado pois, se houver uma disputa agressiva pela posição dominante da

relação, haverá quebra imediata do equilíbrio e o casal à três tenderá ao fracasso.

Nas observações práticas realizadas, notam-se 4 comportamentos predominantes entre os parceiros do trisal, aqui numerados por “alfa (dominante), beta (assistente), gama (provedor) e delta (independente)”.

Dentre os parceiros, geralmente o parceiro “alfa” é o central, aquele mais maduro advindo da relação de casal anteriormente existente, por uma dialética posicional por antiguidade e experiência.

Entretanto, tal forma de sobreposição só se valida quando tal pessoa tenha a sensibilidade e amorosidade suficientes para acolher e gerar conforto afetivo nos demais parceiros.

Aos demais parceiros na relação, conforme suas características pessoais, outras possibilidades de vivência em forma de papéis ocorrerão: “beta, gama ou delta”. As vantagens de não ser o alfa, são evidentes, uma vez que permite aos parceiros serem acolhidos e servidos na relação e daí, a usufruir desse espaço privilegiado pré-construído que a eles deverá ser concedido.

Pessoas mais tranquilas, com temperamento mais calmo e linear, doadoras e positivas, tendem a assumir a posição “beta”, configurada como a de assistente à relação. Talvez esse seja a configuração de maior sucesso observada entre os trisais que deram certo, com um dos parceiros fazendo o papel do mediador e integrador dos demais, sempre auxiliando na sustentação da relação.

Desse modelo “beta” é que saem as mais fortes amizades entre os parceiros, especialmente entre os do mesmo gênero e assim, isso facilita a compersão e evita a competição entre eles, pelo sentimento de aceitação recíproca vivido.

Pessoas com mais possibilidades econômicas e profissionais, adentram à relação enquanto provedores experenciais, pois podem usar suas possibilidades a serviço das realizações de todos, ampliando o sucesso, ou ainda, na sua capacidade de contribuir economicamente para o conforto do trisal. São os papéis “gama” assumidos.

Tal modelo tende a dar certo, desde que os parceiros com mais possibilidades econômicas e

profissionais não adentrem a uma disputa pela posição “alfa”, que quebre o equilíbrio dessa relação poliamorosa.

Por último, o parceiro pode adentrar na modelagem “delta”. Geralmente nos papéis daquelas pessoas que necessitam de um espaço de independência e autonomia pessoal, fora do trisal. Querem manter a continuidade de sua vida pessoal e outras atividades suas, mas com pleno respeito ao contrato poliamoroso estabelecido.

Ou seja, os “deltas” firmam-se no trisal, enquanto relacionamento afetivo fechado, mas querem manter isso em sigilo e certa distância, perante sua vida social, familiar ou profissional, a fim de garantir seu equilíbrio a partir de sua realidade vivida.

Tais modelagens, “alfa, beta, gama e delta,” podem circular dinamicamente em trisais mais desenvolvidos no tempo, algo a ser construído aos poucos, conforme a relação vá se aperfeiçoando a relação poliamorosa.

Esse foi um apanhado do que se observou em alguns casos de vivências reais de trisais até o momento.

15 Amores são Triangulares

A crença romântica criada no mundo ocidental, no século XVIII, de que o amor é algo a ser vivido a dois, demanda esforços na vida diária. Vilipendiando o ditado, "duas andorinhas sozinhas não fazem verão", qualquer relação afetiva só se estabelece com o sentimento, os prazeres e com as concessões feitas constantemente entre os parceiros.

Mas com o tempo numa relação, o elemento imaterial do prazer deixa de ser suficiente para manter um relacionamento afetivo, uma vez que seres humanos são movidos busca de satisfação, que os faz cotidianamente testarem suas realidades a evitar o desprazer.

Como todo relacionamento, com o tempo, deixa de ser somente uma fonte de prazer e passa também a gerar desprazer pelas frustrações normais causadas por qualquer relação, acaba-se por surgir o espaço às crises do casal e a busca por adaptações e novas realizações.

Como diz a Psicologia Sistêmica de Casais, as crises são combatidas com todos os tipos de tentativa de

salvar a relação. Daí surgem uma miríade de possibilidades de ações perante um terceiro elemento: adições, filhos, adquirir bens, viagens, projetos profissionais, projetos educacionais, projetos sociais, crenças e atividades assistenciais, amantes ou até agregar mais um parceiro poliamoroso à relação.

Quando se observa o padrão das sociedades latinas, ter um filho pode ser uma saída bem usual na triangulação das relações. Mesmo que não estabilizem casais no longo prazo, acabam contribuindo ao escopo para um novo direcionamento dos esforços e das energias dos parceiros no médio prazo.

Essa constatação serve à afirmação de que triangulações são mecanismos de ajustes do casal, a integrar algo externo à relação em crise para se retornar ao seu equilíbrio.

O que divergir de casal para casal serão os terceiros a serem escolhidos para tal ação defensiva, dentre escolhas discernidas sobre o melhor ou o pior a ser colocado em prática para salvar a relação.

16 Dualidade Afetiva Madura

Na vida real, a dualidade afetiva é algo corriqueiro, uma peça do destino na vida da determinada pessoa. Por exemplo, a pessoa tem um relacionamento equilibrado, feliz e confortável. Num determinado momento, aparece uma nova pessoa em sua vida, que o faz nutrir novos sentimentos afetivos, sem que isso implique em romper com o anterior afeto já estabelecido. Como lidar com isso?

Uma vez verificado o dilema existente, ou seja, nutrir afeto por duas pessoas ao mesmo tempo, com o desejo de compartilhar sua intimidade sexual com ambas, poderá surgir um interdito culpável, a colocar sua mente fora do equilíbrio e da capacidade de operacionalizar tal ocorrência, dentro de uma perspectiva de normalidade.

Nesse sentido, dificilmente a pessoa admitiria sua nascente poliafetiva ou tenderia a propor abertamente uma relação poliamorosa com ambos os parceiros amados (coisa rara, ainda mais em sociedades extremamente conservadoras no amor e que reprovam claramente o que transcende ao modelo tradicional).

A esperada das opções será romper dolorosamente com um dos parceiros, mesmo que para isso também sofra e não deseje o fazer no fundo. Mas terá que tomar tal decisão, para que possa pacificar-se intimamente e conseguir retornar ao seu equilíbrio emocional, sem as pulsões sociais e também aquelas emergidas do Superego. Essa seria a saída admissível na moral dominante.

A segunda saída, bem usual, será a de estabelecer relações paralelas, ocultas e dissimuladas, tentando manter ambos os parceiros dissuadidos da duplicidade de vínculos (ao menos um deles), como forma de encontrar um meio de manter social e moralmente organizada a sua vida afetiva, sem abrir mão dos dois amores. Não é rara esta saída, pois amantes são uma das mais antigas formas de relacionamentos poliamorosos ocultos existentes.

A terceira saída, também questionável contra si e contra seus parceiros, está em terminar um dos relacionamentos para se permanecer agora com o parceiro mais próximo, mas mantendo algum tipo de conexão com o outro para que, assim que possível, e em caso de

rompimento, reatar a relação e poder viver o que fora interdito no passado.

A quarta saída, é arrumar, vez o outra, um rompimento da relação por meio de uma briga e, assim, poder ter um tempo para conviver com o outro parceiro amado, retornando ao primeiro após certo período. São os parceiros ping-pong, pois quando uma briga acontecer, você já saberá de antemão em qual outra parte da mesa de jogo, a “bolinha” do parceiro irá “pingar” rapidamente.

Por último, a quinta saída, a mais "hardcore" delas, está em terminar os relacionamentos com ambos os parceiros, para que possas manter, de maneira líquida e livre, a conexão com cada um deles, da maneira que bem e quando bem entender. Trata-se de uma forma de viver a poliafetividade sem ter que assumir um relacionamento poliamoroso com ninguém.

Tais ocorrências parecem histórias insólitas de romance ficcional, porém, podem ser observadas na vida real, nos consultórios de psicanálise ou até dentro do seu próprio quarto. Como não custa sempre repetir Freud em

relação aos inconscientes emocionais humanos: "decifra-me ou te devoro".

Já na dualidade afetiva madura, a saída estará no jogo aberto, na conversa sadia com o parceiro do relacionamento existente, para que se possa verificar, primeiramente, qual a posição dele em relação a essa ocorrência. Se há, por parte dele, a compensação ou não, em aceitar esse novo afeto, ou exigir seu afastamento para não romper com você. Ao menos, será uma decisão livre.

Essa última opção levanta a questão da dualidade poliafetiva, quando então, uma pessoa vivencia na pele dois sentimentos não antagônicos ou excludentes e não sabe como lidar com isso de uma maneira convergente.

Não é fácil lidar com uma situação dessas na prática, pois apesar de ser uma ocorrência natural, da natureza afetiva humana, admitir que isso aconteceu, para alguém que já é casado, não cai bem e fere a moral social esperada. Como se, ao se casar, o afeto pudesse ser dominado e controlado, coisa que não acontece na prática. Pode-se sim, discernir e optar pelo respeito ao

compromisso assumido, em silêncio, como na maior parte dos casos.

No sigilo dos divãs da Psicanálise, angústias deste tipo são o tema central de várias terapias, onde o paciente busca uma saída para a sua dualidade.

Isso não quer dizer que se tenha uma solução terapêutica pronta, um guia para se escolher A, B ou A+B. Há que vasculhar seu desejo, sua abertura e capacidade de lidar com as consequências e castrações presentes em qualquer das escolhas.

Afetividade é algo que não se controla a ocorrência. O que se pode controlar é seu alcance e efeitos, pois isso reside apenas internamente em cada ser humano, enquanto não for manifestada pela comunicação.

Por seu turno, só haverá problema moral uma vez manifestada a sexualidade. Assim, desejar e nutrir afeto, sem que isso tenha se manifestado, não representa um rompimento do compromisso monogâmico, mas só ocorrência de um fenômeno normal da psique humana.

Portanto, quando acontecer, avalie sua dualidade afetiva sem culpar-se por ela. Discernimento é a saída.

17 Estruturação Amorosa dos Trisais

Este tópico trata das relações poliamorosas assumidas publicamente, com clareza e honestidade de propósitos, com intuito de constituir família e durar no tempo. Enquanto modelo de família instituído como qualquer outro, as chamadas relações poliamorosas fechadas ainda são mal compreendidas, uma vez confundidas com casais abertos, em busca de parceiros sexuais eventuais e swingers.

Ainda há preconceito quanto ao assunto, tendo em vista o foco apenas no tocante à intimidade sexual, coisa que só cabe à vida privada dos parceiros do trisal.

Basta se olhar o exemplo de três amigos, que se gostam e decidem morar juntos ao montar uma república estudantil, há algum problema nisso ou essa ocorrência seja aceita com naturalidade por todos?

Agora, basta dizer publicamente que os três mantêm entre si relações sexuais, ou seja, não só dividem a habitação, mas também a intimidade. Pronto, as opiniões mudarão rapidamente sobre o assunto, com preconceito.

Só em razão do sexo, Poliamor, aos olhos públicos, é algo ainda tido como um tabu social no mundo ocidental. Nem a própria Psicanálise clássica ousou avançar e aprofundar tais assuntos, apenas os configurando enquanto perversão sexual, nítida adesão de outrora ao dogma da monogamia, algo que é completamente estranho aos seus postulados libertários de hoje.

Visando preencher essa lacuna psicanalítica, até para que se possa contribuir à sustentabilidade dessas relações poliamorosas no tempo, alguns estudos podem ser realizados, após o atendimento terapêutico e observação dos trisais atuais na sua dinâmica familiar.

Um primeiro ponto de estudos a chamar a atenção nos trisais atuais, é o grau de lealdade desses relacionamentos, quando firmados por parceiros com real desejo de constituir família a três.

Nesses casos, apesar de aparentemente haver somente um amor compartilhado, será possível observar como, na prática, o dogma da monogamia foi adaptado à condição de estabelecer-se uma família de três parceiros, em vivência fechada e com fidelidade recíproca.

Nestes relacionamentos também há um contrato amoroso estabelecido, com todos aderindo ao projeto familiar estabelecido. De maneira secundária, há três feixes bilaterais estabelecidos, contratados em pares pelos parceiros, a ressaltar o respeito e as regras de convivialidade recíproca (A com B; A com C; B com A).

Quem convive em trisal triangulares sabe dos desafios de equalizar a intimidade e a afetividade recíprocas entre três pessoas, na prática vivida no dia a dia, mesmo sem saber da existência desses três feixes.

O foco desejo na constituição da família poliamorosa será o mesmo de qualquer relacionamento tradicional, a possibilidade de compartilhar, alegrias, prazeres, sucessos e realizações humanas.

Nos trisais, os desafios iniciais, especialmente no início da formação desses relacionamentos poliamorosos, estará em equalizar esses feixes afetivos bilaterais, para que, no conjunto, possa ser atingido um grau de interações positivas entre todos os parceiros, hábeis a tornar essa triangulação estável e com duração no tempo.

Tais três feixes são dinâmicos e por isso, a todo momento podem sofrer adequações emocionais para melhor ou não, incluir, excluir, prevalecer, convergir, divergir, dividir, dependendo das ocorrências do desenrolar da relação no dia a dia do trisal.

O ideal, é no começo da relação serem estabelecidas as regras gerais de convivência recíproca, dentro da proposta de um contrato amoroso paritário (por igual vontade e liberalidade), a ser dialogado entre todos, os cuidados mútuos e as formas prévias de resolver os conflitos possíveis no futuro.

Quando o trisal começa por um casal que decide abrir a relação e incluir um novo integrante a ela, haverá já em curso uma contratação amorosa previamente existente. Essa força reguladora do casal prévio deve ser levada em consideração, pois este será um feixe tendente a ser o dominante na relação poliamorosa, por sua etimologia e isso influenciará as regras do Poliamor em formação.

Visto isso, observa-se que os feixes com o novo parceiro serão também orientados pelo que já existia anteriormente no casal (o feixe dominante).

Entre o feixe bilateral dominante e o feixe bilateral mais frágil, haverá o chamado feixe médio. Geralmente é esse feixe responsável pela sustentação da harmonia inicial do trisal, formado por um dos parceiros dominantes e o outro mais novo da relação.

No começo, será natural que o novo integrante (o terceiro) se sinta afetivamente mais próximo de um dos parceiros do casal. Isso não quer dizer ausência de afeto pelo outro, mas sim, uma gradação que diz respeito a um mecanismo natural humano de desenvolvimento na formulação do afeto.

A esse feixe mais frágil deve-se dar mais atenção no início da relação, já que nele se encontram as maiores fragilidades, passíveis de gerar o rompimento do trisal, durante as primeiras crises relacionais.

Por outro lado, se houver o rompimento e a dissolução do relacionamento poliamoroso ocorrer, geralmente o feixe dominante irão prevalecer e quem deixará a relação será o novo integrante, permanecendo unido o casal previamente.

É importante aos parceiros do triângulo identificarem quem exerce a posição central mediadora e combinarem como ele poderá colaborar para harmonizar as crises e conflitos, até as coisas irem se ajustando e avançando com mais equilíbrio, ao se eliminarem as maiores fragilidades dessa relação triangular.

Claro que tais feixes podem ser melhorados logo de início, evitando-se o excesso de dominância, amparando a fragilidade, com todos contribuindo para a mediação e harmonização, quando necessário.

Tudo dependerá da capacidade de cada parceiro doar-se e harmonizar-se em trio e fazer, cada qual, as concessões e adaptações necessárias ao sucesso deste casal à três.

As relações poliamorosas, acima de tudo, são encontros de pessoas, de afetos e desejos cuja materialização exigem novos entendimentos e estudos. Longe de “psicoanalisar” certo ou errado nas vidas alheias, o que se quer é assistir e contribuir ao êxito das relações poliamorosas com sustentabilidade.

18 Um Conto sobre Trisais

Para certas pessoas que foram criados intensamente por vários afetos presentes na vida familiar, fica difícil na adultidade reprimir certas demandas de poliafetividade que, perante o modelo tradicional de relacionamentos amorosos bilaterais, não são suficientes para castrar aquilo que se deseja em termos satisfação amorosa e busca da felicidade.

No caso em análise, foram muitos anos de terapia para João Pedro até ele admitir que sim, é possível sentir, sem culpa ou repressão, afetos por mais de uma pessoa ao mesmo tempo, sem que isso seja algo incorreto ou imoral, mesmo que a moral social diga o contrário.

Todavia, entre entender-se a si mesmo, suas necessidades e formas individuais de estruturar o afeto, e colocar isso em prática, na vivência efetiva de um trisal, houve um caminho longo a ser experienciado.

Primeiro, até ele encontrar uma parceira que também desejava viver nessa forma de relacionamento poliamoroso. Segundo, porque cada qual, em sendo

poliafetivo, terá suas preferências próprias, a compartilhar suas opções de afeto hétero, bissexual ou homoafetivo.

Não é tarefa fácil colocar em prática esse desejo, ainda mais num momento da história humana em que, segundo Zygmunt Bauman, vive-se a Era dos Amores Líquidos, no qual as relações afetivas são fluidas a ponto de durarem, algumas, apenas até o raiar do próximo dia.

Foi assim que João Pedro, intercalado de dúvidas, angústias e desejos, lançou-se a buscar seus amores. Como em grande parte dos casos, essas histórias amorosas são iniciadas a dois, por um casal prévio que, por convergência de seus desejos, passam a buscar um terceiro componente à relação.

Apesar de alguns casais optarem por manter somente experiências curtas, abrindo a relação à parceiros eventuais, João Pedro, desde que conheceu Vanessa, confidenciou a ela sua busca pela formação de um trisal estável e duradouro, a fim formar família.

Para surpresa de João Pedro, Vanessa lhe confidenciou ter tido experiências íntimas com outra mulher e que, apesar de manter uma opção heterossexual

predominantemente em sua vida, já havia nutrido sentimentos recíprocos por um antigo namorado, ao mesmo tempo em que mantinha paralelamente e em segredo, relações afetivas com sua melhor amiga.

João Pedro pensou ter "achado uma agulha no palheiro", já que Vanessa não só compartilhou com ele o desejo de formar o trisal, como também demonstrou possuir segurança íntima necessária à compersão afetiva, requisito essencial nas relações poliamorosas.

Compersão afetiva é essencial, tanto nos trisais angulares, quanto mais nos triangulares, pois nestes a intimidade compartilhada à três requer harmonizar-se sentimentos vivenciados reciprocamente.

Com o passar das tentativas frustradas de formar um trisal, a dificuldade de Vanessa e João Pedro agora era conseguir superar a fase das experiências que nunca davam em nada. Por um bom tempo, todos os lances com novas parceiras resultavam apenas em relações superficiais e facilmente terminadas.

Parecia haver uma barreira ao avanço das relações, não por parte do casal, Vanessa e João Pedro, mas sim,

por quem os conhecia intimamente e acabava não se afinizando com a dinâmica de vida própria, já estabelecida pelo casal. Foram então em busca de ajuda.

Em terapia, eles acabaram entendendo que o terceiro, a outra companheira esperada, não poderia apenas ser vista enquanto um objeto de prazer sexual e de posse afetiva do casal. Ela deveria ser aceita na relação poliamorosa de igual para igual e que, para isso acontecer, uma relação de amizade e confiança deveria ser estabelecida entre elas primeiro, enquanto um núcleo de força essencial, para contrabalancear a força do feixe dominante do casal já existente.

E foi por esse caminho que surgiu na vida do casal Jaqueline, uma jovem sonhadora e muito intelectualizada, com a qual Vanessa se encantou desde o começo. Sua relação de amizade e afeto por Vanessa, sua maneira carinhosa, atenciosa e cuidadosa com a companheira, construiu uma base de sentimentos positivos entre elas, a qual também permeou de amor João Pedro.

Não que os desafios do dia a dia desse trisal tenham sumido, mas elas continuam juntos, até os dias de hoje.

19 Tons Mais Alaranjados

A cor vermelha é o símbolo da paixão, do sexo e da intensidade afetiva. Se ela está presente nos encontros iniciais dos parceiros, não necessariamente perdura com o tempo, quando a candura e o carinho recíprocos substituem a cor vermelha por tons alaranjados das conexões afetivas.

Isso não é um problema para quem entende que a chama do prazer básico, expressa pela cor vermelha, é algo essencial ao começo do amor e ao relacionamento, mas deve ser, aos poucos equilibrado com cores mais pastéis de outros prazeres da vida à dois.

O problema só ocorre quando o relacionamento desbota. Isto é, perde a vibração e a intensidade das cores. Deixa o brilho dos tons laranjas da alegria e amarela-se, acentuando-se em neuroses materiais adaptativas (compulsão de consumo, material, alimentar ou laboral).

Outras formas de lutar contra o amarelamento da relação estão na tradicional opção pelos amantes, em relações de poliamor oculto totalmente desleais.

Ainda há a saída pelas experiências eventuais com profissionais do sexo, abuso de drogas (lícitas e ilícitas), enquanto saídas inadequadas para a superação de suas crises conjugais. Juntos podem até buscar prazer na utilização de acessórios, algum sadomasoquismo leve ou outras parafilias (fantasias) aceitas e disponibilizadas pela indústria do consumo de produtos eróticos.

O que grande parte dos casais se esquece são das bases bioenergéticas do prazer, daqueles conhecimentos ancestrais do oriente, especialmente advindos da Índia e da China, cuja cultura milenar há tempos experienciava formas de interagir para além do mero coito físico.

Atingir a tais tons mais bioenergéticos do amor depende da capacidade, curiosidade e instigação a ser vivida pelos casais, na busca desses conhecimentos, cuja prática depende de estudo e aplicação das técnicas.

Tantrismo é esse caminho. Apesar de requeitado no ocidente apenas enquanto prática de estimulação sexual, não se deve deixar de lado o seu real alce bioenergético e espiritual, que é de ativar processos metafísicos de interação, pelos parceiros interessados.

Como é algo que não pode ser consumido instantaneamente, o Tantrismo requer prática e investimento, até se tornar um roteiro espiritualizante a ser desenvolvido pelos parceiros.

São poucos os sexólogos, psicólogos e psicanalistas que ousaram aprofundar-se para além da teoria nesses assuntos, uma vez que, a filosofia tântrica requer prática pessoal além de teoria.

Há no Tantrismo uma ritualista, a ser aplicada com certa disciplina, envolvendo exercícios meditativos, sensoriais para a abertura e reconexão dos chakras (centros, vórtices energéticos do corpo energético humano).

Além de recuperar a vitalidade e a vibração energética, o Tantrismo enquanto filosofia busca o caminho da libertação dos corpos, desrepressão emocional e expansão espiritual.

Nesse processo de reciclagem relacional e reabertura energética do casal, haverá espaço a novas formas de observar como se amar e ser amado, sem os limites morais impostos no mundo ocidental.

20 Poliafetividade e Sexualidade na Escala Kinsey

A incompreensão e a própria tradução dos textos de Freud do Alemão para o Inglês, e depois para outras línguas, criou uma celeuma grandiosa quanto aos estudos iniciais da Psicanálise até os dias atuais.

Traduzida incorretamente primeiro ao Inglês e depois ao Português, como "bissexual", Freud, ao reconhecer a capacidade “biafetiva” do infante amar, tanto a seu pai quanto à sua mãe reciprocamente, apenas demonstrou a capacidade humana de estabelecer mais de um afeto ao mesmo tempo.

Nesse sentido, a melhor tradução seria de que todos estruturam sua personalidade afetiva de maneira “biafetiva” e, a partir deste núcleo primordial, vão adquirindo sua capacidade de vivenciar a poliafetividade.

Da afetividade múltipla, à construção da sexualidade e suas opções e cores, segundo Freud, isto será feito progressivamente e somente a partir da adolescência até a adultidade, quando o indivíduo fará suas escolhas afetivas por sua livre e autônoma decisão.

Nos estudos sobre sexualidade do pesquisador Alfred Kinsey, as opções do indivíduo adulto podem variar, desde o padrão fixo heteroafetivo, de um lado, até extremo oposto, onde estará a homoafetividade.

A grande descoberta desse pesquisador foi pela existência de vários padrões intermediários entre a bifetividade ao centro. Seriam escalas de opções adultas, com alterações possíveis de serem observadas nos contextos de vida, conforme o momento e as oportunidades vivenciadas a cada situação.

Assim, um indivíduo adulto, a partir de um dos polos de orientação inicial, fixados no seu desenvolvimento, poderia transitar por outros comportamentos sexuais, a partir de uma ampla gama aberta de possibilidades de desenvolver afetos múltiplos e diversos.

O fato de que alguém entenda-se a partir de uma conduta padrão, heteroafetiva ou homoafetiva, não implica na sua retenção a esta escolha, tendo em vista uma gama diversificada de diferentes amores e formas de relacionamentos possíveis de serem vividos futuramente, durante o transcorrer de toda a sua vida adulta.

Por outro lado, enquanto seres poliafetivos, vivenciar o afeto por pessoas múltiplas não implica no direcionamento ou abertura da sexualidade a todos por quem nutre afeto. Apenas significa a não existência de limites da expressão afetiva, onde cada qual, por sua liberdade, faz opções de graus de intimidade e pode as adequar no tempo.

Nesse sentido, opções afetivas dizem respeito à liberdade individual e não são consideradas para outros fins de controle social (moral) fora da vida privada.

A antiga configuração de perversão, hoje só vale para aqueles que rompem a regra ética básica e “fazem mal a si ou a outrem”. Nesses casos, a perversão se dá pela ausência de limites e regras, essenciais à vida perante si e a sociedade, quando se faz mal a outrem ou a si.

No Poliamor, tais possibilidades afetivas dizem respeito ao grande número de configurações de relacionamentos poliamorosos, a serem construídos por parceiros de vários tons e matizes presentes na diversidade humana.

21 Ligas Sistêmicas Inevitáveis

Dentre os elementos objetivos da capacidade de satisfação amorosa, estão as ligas de casal, ou seja, tudo aquilo que une o casal objetivamente, para além de aspectos subjetivos, atrativos, físicos, psicológicos e mentais.

Nessas triangulações sistêmicas, estão incluídas as parceiras profissionais, os hobbies recíprocos, os prazeres culturais, os projetos futuros de realização existencial, a espiritualidade. Sem essas ligas ou em face da maior ou menor força delas, é que se pode avaliar sobre a sustentabilidade objetiva de uma relação amorosa.

Na Era dos Amores Líquidos, muito se espera em relação ao amor especial desejado, mas pouco se faz ou se pensa sobre as ligas que se quer formar com esse amor esperado. O que se quer construir com ele e quais serão os desafios e os passos esperados de si, para o fortalecimento e aparecimento dessas ligas.

Como tudo na vida requer esforço e dedicação, esquecer-se desses deveres sobre a construção prévia da

aptidão individual às ligas amorosas, poderá resultar em mais do mesmo. Esse mais do mesmo perante a liquidez atual está se obter “mais” relacionamentos superficiais, “do mesmo”, pouco duradouros e estáveis.

Como as ligas podem ser construídas e escolhidas, há um grande livre arbítrio individual e uma grande abertura à determinação pessoal em construir para si, atributos e qualidades, visando as ligas futuras, que se quer ver compartilhadas com o parceiro escolhido.

As melhores ligas são aqueles em que se somam qualidades entre os parceiros. Por exemplo, atividades profissionais próximas, são uma boa forma de aproximar eventuais pessoas aptas a relacionar-se à três.

Outros dados objetivos como proximidade das residências, renda, formação, cultura, influência familiar, religião, existência ou não de filiação, influenciaram no sucesso do trisal e precisam ser levadas em consideração.

Ligas também levam em consideração não só os dados objetivos, mas também os subjetivos, como a afinidade recíproca entre todos, a representar alguma forma de transferência ou projeção positiva entre todos.

22 A Promiscuidade Destruidora

Na Era dos Amores Líquidos, a grande ameaça à sustentabilidade das relações afetivas tradicionais não advém das opções poliamorosas.

É a promiscuidade líquida daqueles que se dizem fiéis o caminho à destruição de qualquer sustentabilidade ou possibilidade de relacionamentos estáveis e duradouros.

Não há que se esquecer que a liquidez do mundo contemporâneo se perfaz para aquém do afeto, ela está impregnada na cultura de massa, no modelo pós-industrial do consumo de experiências, focado numa busca hedonista por prazeres consumíveis e descartáveis.

No fundo, a liquidez trabalha com uma característica da personalidade neurótica em civilização, descoberta em Freud: o dogma da incompletude existencial. A sintomática desta ocorrência na atualidade é a insatisfação afetiva acentuada.

Esse querer mais e mais, novas experiências, novos parceiros, novos objetos amorosos, como se o afeto e a

sexualidade dele decorrente fosse o algo a ser consumido, pronto, sem nada mais a ser construído.

Isso despersonaliza o encontro e o minimiza em importância da construção do amor para que o relacionamento ganhe em sustentabilidade.

Em tal neurose contemporânea do amor, a pessoa até se diz monogâmica e em busca de um relacionamento estável, mas, na prática, vive o fluxo do hiperconsumo dos relacionamentos. Como resultado, não percebe o porquê os relacionamentos nunca darem certo ou durarem.

Por outro lado, como a opção consciente pela promiscuidade não é moralmente aceita, sua presença será sempre encoberta. O problema dessa opção geralmente é a deslealdade para com o parceiro, aquele que, por vezes, nutre expectativas de fidelidade e acaba por em agir em erro.

A promiscuidade pode tornar-se um hábito neurótico permanente, com características de vampirização, com a necessidade de conquistar cada vez mais e mais parceiros e levar a quadros de insatisfação crônica e perdurável. Se

se atinge esse estágio, passa a requerer intervenção psiquiátrica e psicoterápica.

A terapêutica da promiscuidade se faz na clínica psicanalítica de longo prazo, com o estabelecimento de um link de transferência terapêutica hábil a reconfigurar a expressão o afeto e as pulsões negativas sobre este.

Ser promíscuo não é um ilícito, mas configura uma imaturidade sobre si, a partir de uma incapacidade de relacionar-se ou identificar no objeto amado algo mais que um mero aporte da satisfação das tensões sexuais.

Nos relacionamentos poliamorosos estáveis, a exemplo do que ocorre em outras culturas, não caberá a promiscuidade, uma vez que se exige firmar um compromisso amoroso fechado e com parceiros fixos.

Trata-se sim de uma adaptação do dogma da monogamia, com os limites de fidelidade e lealdade do compromisso assumido pelos parceiros.

Portanto, o que se muda é alcance da fidelidade no Poliamor Estável, a contemplar a inclusão de um outro parceiro, a compartilhar as mesmas regras do contrato poliamoroso formulado em relacionamentos tradicionais.

23 Desafios da Vivência à Três

Cinco desafios devem ser encarados pelos parceiros que realmente desejam vivenciar uma união estável poliamorosa, uma vez que ela vai além dos meros encontros sexuais, feitos por casais abertos ou adeptos dos amores livres.

Contrato de União Estável Poliamorosa. Esse é o primeiro desafio daqueles que concordam em viver essa experiência afetiva. Sem regras, não há como manter uma relação desse nível no tempo. O contrato amoroso deve estar bem claro e transparente para todos os parceiros, no sentido de se manter a confiança contínua entre os parceiros relacionados. Pode ser escrito e registrado, ou apenas estabelecido verbalmente entre os parceiros.

O desafio maior em relação à confiança está naqueles momentos da vida cotidiana, em que os parceiros compartilhem vivências, bens materiais e rendas entre si. Nessas horas, pode rolar algum tipo de conflito material, possessão ou competição, mesmo que essas ocorrências

não signifiquem a exclusão ou uma ameaça a quem menos contribuiu.

São situações delicadas, a serem acordadas de antemão, para se evitar futuros conflitos judiciais, já que é normal em situações onde os parceiros poliamorosos estáveis acabam por dividir sua morada, despesas e patrimônio obtido.

Combater o "locus vazio". Como uma relação poliamorosa significa, ao menos, a soma de três relações bilaterais, quando, por circunstâncias normais da vida, apenas dois parceiros estiverem juntos haverá a ocorrência do chamado "locus vazio" (sensação de ter perdido algo) para aquele que não participou daquele determinado momento da experiência.

O "locus vazio" pode ser encarado numa boa, quando haja confiança e respeito recíprocos e isso esteja claro no contrato amoroso e efetivamente exista compensação entre todos. Ou seja, exista um sentimento recíproco de confiança e aceitação de que os outros parceiros possam ter compartilhados momentos afetivos sem a sua presença.

Quando não previsto ou não dialogado, o locus vazio pode dar ensejo ao surgimento da desconfiança e levar a conflitos e até ao rompimento da relação. Isso ocorre porque, durante o locus vazio, aquele que ficou fora e não participou de alguma situação normal do dia a dia, poderá começar a desenvolver equivocadamente sentimentos de melindre, exclusão, somado a algum tipo de ansiedade e incômodo emocional do afastamento.

Se isso não for bem trabalhado no momento certo, o locus vazio abrirá as portas a gerar um quadro de insustentabilidade na relação poliamorosa, a desestabilizar um dos seus parceiros, geralmente aquele mais inseguro e sensível emocionalmente.

Estabelecer a comunicação aberta. Só a comunicação franca e aberta é capaz de permitir as correções de rumo, concessões e ajustes necessários à manutenção sustentabilidade da relação poliamorosa. Sem estabelecer a comunicação franca, transparente e despojada, onde se enfrenta claramente os problemas e as demandas de afeto de todos os parceiros, ficará difícil manter os vínculos em equilíbrio.

Discutir a relação à três é muito diferente das famosas “DR” (diálogos para discutir a relação) de um casal, pois aquele mais isento na briga deverá colaborar e mediar os demais, visando a composição amigável do ocorrido e não a intensificação e rompimento coletivo. É seu papel também requisitar a comunicação aberta e buscar pacificar o entrevero a tempo.

Outrossim, a democracia das soluções requer o consenso de maioria e o aceite da minoria, desde que isso não vilipendie direito individual ou abuso de vontade sobre aquele que não concorda.

Rever as dinâmicas rotineiramente. Com a adoção da comunicação franca e aberta, as demandas e necessidades vividas na dinâmica do relacionamento poliamoroso deverão ser refeitas e repactuadas dinamicamente. Esse recontratar precisa ser feito até que se chegue a novos níveis de equilíbrio relacional, toda vez que haja novas demandas das dinâmicas afetivas e conflitos em curso.

Na relação estável e de propósitos de longa duração, especificamente por ser poliamoroso, há mais

complexidade e isso, no transcorrer do tempo, implica em ajustes necessários pois são três ou mais pessoas a seguir caminhos convergentes e que, portanto, para assim permanecerem, precisam ser ajustados com frequência.

Manter a atenção e o cuidado. Numa relação plural, há que se redobrar a atenção e o cuidado entre os parceiros, para que os desafios anteriores sejam vencidos a contento. Por isso, há que se manter o carinho e a aceitação recíproca, observar as dificuldades de todos e colaborar para que a relação sempre evolua a melhores condições de convivência e conforto dos parceiros.

Nesse sentido, todos devem cuidar um dos outros, com a maior dedicação possível, ajudar no equilíbrio da relação, para que ela possa ser sustentável, vencendo as dificuldades, desafios sociais e eventuais conflitos.

Outro ponto de atenção e cuidado está em garantir a prosperidade e a evolução das realizações profissionais dos parceiros. Compartilhar projetos recíprocos, profissões próximas é uma forma de estabelecer uma liga forte entre todos, além do lazer, patrimônio e aquisições culturais.

Como visto, não são os simples encontros sexuais que caracterizam os relacionamentos poliamorosos. Há muito mais do que isso, em termos de sentimento, cuidado e respeito, dentre os inúmeros desafios que à convivência estável, entre três ou mais pessoas, que precisariam ser enfrentados em conjunto.

O importante é saber respeitar as opções da busca da felicidade das pessoas. Se tais esforços não são de interesse seu, tente verificar outras formas de amar e ser amado.

Adentrar a um projeto de Poliamor Estável sem estar disponível a enfrentar tais desafios para tanto não valerá à pena. Seja feliz também, da sua própria maneira, mas sem elevar experiências eventuais ao nível de relações poliamorosas, cuja complexidade exige algo a mais.

Não se quer aqui desanimar os navegantes de primeira viagem, nem aqueles cuja experiência poliamorosa ainda não atingiu ao grau de estabilidade esperado. Toda construção depende de uma base forte, de alicerces seguros e bem assentados. Feito isso, o Poliamor Estável pode dar certo.

24 Trisais Triangulares

Relações poliafetivas ocultas, em formas de amantes, feedbacks do passado, ficantes e amores pagos, não são uma novidade na história afetiva da humanidade. Ocorrem e não vão deixar de ocorrer. Para quem condena moralmente essa ocorrência prática, cuidado com quem escolhe compartilhar seu afeto, para não adentrar a uma relação poliafetiva, por tabela.

Há casos em que, mesmo sabido por todos os participantes, apenas um dos parceiros é quem compartilha ambos os afetos diretamente, advindos dos demais. Trata-se de um trisal angular (mais comum de ocorrer), do que os trisais triangulares (intimidade plena).

Entretanto, nesses dois tipos de trisais, há uma forma de afeto cruzado indireta, cujo surgimento não pode ser evitado e que poderá indicar desde a compersão (aceitação recíproca) ou, no outro polo, uma competição (consciente ou inconsciente), com uma tentativa de eliminação do pretenso oponente (possessão).

No caso de trisais triangulares, o grau mais elevado de complexidade requer mais cuidado, pois os três compartilham, entre si, intimidade e afetividades recíprocas. Há vários feixes de afeto em conjunto que, para serem mantidos, requerem uma constante dinâmica de concessões e interações positivas, necessários a manter a triangulação estável, sem competições ou possessões.

As relações poliafetivas, acima de tudo, são encontros de pessoas, de afetos e desejos cuja materialização vai além do modelo tradicional de relacionamento. Logo, pode necessitar de um tempo de adaptação a todos os parceiros, até que consigam vencer este desafio afetivo e avancem ao modelo triangular pleno.

Daí, a escolha por vivenciar trisal angular de início, pode ser uma forma saudável de testar aos poucos a possibilidade de avançar ou não ao modelo triangular.

Vencida esta fase, um segundo passo, ainda sem a existência de intimidade conjunta à três, na transição de um trisal angular ou triangular, poderia ser conviverem mais tempo juntos, até dosarem os limites de respeito e conforto do que cada um pretende compartilhar à três.

25 Redundância Compersiva

A compersão é a capacidade de amar e aceitar, de maneira livre, esclarecida e com paz emocional, o afeto do parceiro por outra pessoa, a quem ele também pode ou não amar. Geralmente a compersão é observada nas chamadas relações poliafetivas, quando há, ao menos, uma triangulação amorosa angular.

Ainda são raros casos onde a questão da poliafetividade é colocada às claras, em pratos limpos e a triangulação é compartilhada por todos na relação. Em ambos os casos, a sustentabilidade desses acordos de afeto dependerá da chamada redundância compersiva.

Redundância compersiva significa que, na triangulação amorosa, angular ou triangular, os parceiros envolvidos, mesmo que não compartilhem intimidade recíproca, devem vivenciar a compersão, ao se aceitarem mutuamente. Se somente uma das partes compartilha o afeto em compersão e a outra não, isso tenderá a criar um rompimento do equilíbrio relacional.

Um dos grandes erros, nesses casos, ocorre quando a pessoa não aceita a situação poliafetiva, mas age apenas aparentemente em compersão, visando encobertamente sua contrariedade com o ocorrido.

Ou seja, se não há tal compersão recíproca, de maneira, consciente ou inconscientemente, um dos parceiros poderá agir deslealmente até conseguir excluir o outro parceiro da relação e assim, permanecer com o amado somente para si, em relacionamento tradicional.

Nesses casos, uma vez obtido o que deseja, terá demonstrada a ausência da redundância compersiva e sua deslealdade para com os demais parceiros.

Lidar com essas situações de maneira aberta e com diálogo preciso e claro é essencial. Apesar de ser algo complexo, você não precisa aceitar a poliafetividade e pode dizer, a qualquer momento, que não aceita ou não quer mais viver assim, em Poliamor.

Redundância compersiva é algo inerente à maturidade de quem abriu-se ao Poliamor. Converse, dialogue e, caso não perceba sua ocorrência, coloque isso às claras, mas de maneira amorosa para ser equalizado.

26 Monogamismo

Monogamia é o comportamento afetivo padrão em grande parte das sociedades humanas, por meio do qual os parceiros mantêm acordada a fidelidade sexual enquanto for mantido o relacionamento afetivo estabelecido.

Monogamismo é a neurose decorrente das pulsões libidinais represadas pela castração da libido, ao viver um relacionamento tradicional, a ser incorretamente direcionada a formas neuróticas de compensar as frustrações afetivas naturais dessa opção.

Deve ficar claro que viver em fidelidade é algo saudável, adequado e, conforme estudos científicos, a melhor opção para a qualidade de vida e para a saúde.

Relacionamentos estáveis produzem condições de equilíbrio afetivo e realizacional importantes para se garantir aos parceiros maior longevidade e qualidade de vida, se comparado aos solteiros promíscuos.

Porém, monogamismo decorre do erro ou fantasia em se fazer a opção imatura pela fidelidade e depois

canalizar suas pulsões decorrentes das frustrações naturais da castração da liberdade afetiva, que não estava realmente disposto(a) a enfrentar. Por exemplo, poderia haver monogamismo na compulsão alimentar, no uso de drogas, no consumismo, nas traições e até na agressão ao parceiro.

Tudo decorre de uma dissonância cognitiva, entre o querer viver um relacionamento em fidelidade, e as canalizações das frustrações a outros desejos por válvulas de escape neuróticas.

A opção pela monogamia sustentável requer consciência de quem as energias libidinais deverão ser canalizadas de maneira positiva, na construção de projetos de vida e ligas, que gerem prazeres conjuntos, aceitando-se as castrações naturais desta opção tradicional.

Pode também haver monogamismo no Poliamor Estável? Quando o relacionamento, ao invés de permitir o equilíbrio e satisfação a maior entre os parceiros, acabar por gerar a necessidade de outras compensações, o mecanismo neurótico em curso será o mesmo.

27 Poligamia Multiangular

Em relações poliafetivas onde ocorra um compromisso de longo prazo entre as partes envolvidas são diferentes das relações poligâmicas, onde os múltiplos dos companheiros são unidos por questões sociais.

Nas relações multiangulares, observadas em comunidades ou culturas poligâmicas, um dos parceiros (geralmente um homem) exerce o papel de centro da relação. Esse parceiro central é o responsável por estabelecer matrimônio com cada uma de suas parceiras, sem que, entre elas, haja qualquer relacionamento íntimo.

Por exemplo, isso ocorre tanto nas comunidades mórmons ortodoxos existentes nos EUA, quanto nos muçulmanos, quando o homem centraliza a relação, contraindo matrimônio com várias mulheres, cada qual com sua vida própria, patrimônio e filhos.

Em parte dos casos de países e culturas que aceitam a poligamia, o casamento deverá ser celebrado em separado com cada uma das parceiras. Em alguns casos, com limites no número de parceiros e outros não.

Uma relação poligâmica multiangular tende a ter a questão afetiva colocada em segundo plano, porquanto prevalecem as regras sociais, culturais e religiosas.

Em certas tribos africanas, o seu líder pode possuir várias esposas, com as quais terá vários filhos. Em muitos casos, elas convivem nas mesmas moradas e só se afastam nos momentos de intimidade com o marido em comum.

Os filhos de todas são criados cooperativamente em ajuda mútua e são tratados como irmãos, sem qualquer tipo de diferenciação, salvo o predomínio etário.

Nesses casos, a noção de compersão é algo cultural é vem de maneira inata, não havendo espaço a possessão de afetos. Pelo contrário, ser escolhida como a nova esposa é uma questão de alegria e comemoração na tribo.

Pode sim, haver algum tipo de hierarquização por antecedência conjugal entre elas, porém tal organização não gera conflitos morais, pois advém de regras sociais.

Isto só demonstra que as opções humanas de amar podem ser diversas e sem possibilidade de se julgar uma cultura por outra ou querer se impor o padrão eurocêntrico.

28 Desejos e a Economia da Libido

Como todo processo afetivo, que pressupõe a organizar a vida afetiva e determinar-lhe uma forma de conduta de padrão ético, o Poliamor Estável depende de compromisso a limitar a liberdade afetiva/sexual dos parceiros envolvidos, para com terceiros fora da relação.

Desejos são a representação das forças da vida, emanados das instâncias mentais do Ide, onde estão instintos e a libido. Seu contraponto, o Superego, faz o controle daquilo que pode ser exteriorizado e vivenciado. Assim se faz, segundo Freud, a economia da libido, no balanceamento e controle das pulsões e suas energias libidinais, perante a realidade civilizatória.

Por exemplo, quando alguém casado tem sonhos "calientes" de experiências à três, em que se fantasiam desejos, há uma forma de descarga das energias libidinais do Ide, represadas pelo Superego. Também podem surgir os devaneios amorosos, as chamadas fantasias acordadas, quando se imaginam situações afetivas em trisal e isso é um indício do desejo latente.

Quanto isso acontece, a pessoa pode ficar preocupada em estar, mesmo que em pensamento, traindo o parceiro. Deve ficar claro que não há como se deter tal processo de elaboração inconsciente durante a descarga dos desejos em formas de sonhos.

Isso não pode ser considerado traição, apenas um sintoma de que o desejo existe e emanou através de brechas inconscientes e se apresentou ao seu consciente. Decidir-se por dar vazão a este desejo, a partir daqui, deve ser algo a ser medido e elaborado lealmente perante o parceiro, se houver espaço e confiança para tanto.

Caso a pessoa queria silenciar-se e dar outra canalização e não colocar em prática as vivências do Poliamor, o melhor caminho dado por Freud não é a repressão, mas sim, a sublimação. Sublimar significa direcionar as energias libidinais às realizações da vida, no campo intelectual, cultural, educacional, profissional, esportivo, artístico, assistencial, filhos, espiritualidade.

A única saída errática é a desleal, na escolha das relações poliamorosas ocultas, prejudiciais e antiéticas a todos os envolvidos.

29 A Genética do Poliamor

Como negar o papel da genética enquanto variável multifatorial do amor? Entender essa variável não deve levar em consideração somente os genes sexuais, há muito mais do que isso, pois existem dois tipos de sequências de genes que, desde as origens do homem, podem influenciar as formas de amar.

Essas sequências separavam os homens primitivos em dois grupos: os nidículas e os desbravadores. As sequências de genes predominantes nos nidículas estimulam a busca por segurança, estabilidade, daí um padrão mais voltado ao estabelecimento de comunidades e vida afetiva estável.

Por outro lado, aquelas sequências de genes desbravadores são os responsáveis pela expansão territorial da humanidade. São genes mais voltados ao risco, à aventura, daí sua abertura a uma vida afetiva despojada e rica.

Tais sequências de genes parecem influenciar primeiramente o tempo de duração da dopamina no

cérebro e daí seu impulso a uma vida mais estável ou aventureira. Enquanto neurotransmissor cerebral catecolamínico, sua função atua sobre a busca por prazer e a sensação de recompensa obtida.

Além disso, há um gene conhecido por sua atuação chamada "busca de novidade" (novelty-seeking). A atuação desse gene pode ser potencializada na Era dos Amores Líquidos, entre os buscadores de mais e mais vivências afetivas.

Entender a existência dessas variáveis genéticas pode contribuir para explicar parcialmente a predominância de comportamentos monogâmicos ou não em determinadas culturas.

Para se ter uma ideia da força dessas sequências genéticas no comportamento e na cognição, em estudo comparando os humanos com os Chimpanzés, espécies que compartilham 99% de identidade do material genético, e são diferenciadas somente por 6 sequências de genes que fizeram a diferença, em prol da evolução humana.

Segundo Klaus Manhart (2014), essa sequência de gens desbravadores estaria presente em 25% dos

Europeus e Africanos, comparativamente aos 66% dos Sul-americanos. O que atestaria essa influência de imigrantes com essa sequência genética desbravadora na América do Sul, apesar de que esse dado não serve para atestar qualquer padrão de relacionamentos afetivos.

Do ponto de vista individual, esse entendimento poderia ajudar a entender que uma predisposição genética à busca de relações poliafetivas? Sem respostas certas, faça sua autoavaliação sobre as necessidades individuais de afeto e relacionamento(s), para identificar seus genes.⁵



⁵ Para ler mais: MANHART, Klaus. No limite. **Revista Mente Cérebro. Edição Especial: Cérebro em Movimento 2.** n.45. 2014. ISSN. 1807943-1.

30 Amadurecimento e suas Decorrências

"O anel que era vidro se quebrou, o amor que tu me tinhas era doce e se acabou". Essa frase espelha bem as relações amorosas atuais, consumíveis numa velocidade nunca antes observada, a permitir, por vezes, a vivência sequencial de inúmeras experiências, cada qual com um afeto estabelecido.

O detalhe é que, quando se coloca um ponto final na intimidade e cada qual vai para o seu lado, as conexões energética, afetiva e espiritual, entre o casal, não se apagam assim tão facilmente.

Pelo contrário, podem ser reconectadas a qualquer momento, num novo encontro do destino ou num átimo de pensamentos e sentimentos trocados à distância.

Surge daí, por vezes, a dificuldade em se construir uma nova relação afetiva duradoura, quando se busca estabelecer, diferentemente das experiências anteriores, um vínculo permanente de longo prazo, como se o passado estivesse a bloquear o presente.

Isso ocorre porque tais conexões do passado, ainda estão conectadas de alguma maneira inconsciente, e você precisa aprender a lidar com isso para se poder avançar livremente.

Trata-se de tornar clara a noção da poliafetividade de sua vida amorosa que, apesar de pregressa, faz parte agora de sua história e nunca deixará de existir.

Tudo o que ocorreu afetivamente na sua vida, faz parte de quem você é hoje, não como um inimigo de seu sucesso amoroso presente, mas algo a ser colocado em seu devido lugar afetivo, com maturidade.

Há que se saber gerenciar os afetos já construídos no passado. Essa maturidade implica que, quando optares por um novo afeto, isso não necessitar apagar o passado, desde que não mais sofra e se esforce para mantê-los. Basta focar-se no presente, no sentimento a ser construído e seguir em frente.

Por exemplo, um homem, casado pela quarta vez, com três ex-esposas com quem teve filhos, não pode dizer que não mantém afeto por suas ex-parceiras ao encontrar um novo amor. Mas deve deixar claro sua libertação de

eventuais amarras afetivas, traumas ou rancores com o passado.

Uma pessoa madura, terá sua poliafetividade de forma natural, em termos cognitivos, emocionais e transpessoais. Não sofrerá por ter vivido seus amores e ainda, se tiver abertura para tal, poderá agora, com maturidade, aceitar-se e permitir-se viver mais de um amor ao mesmo tempo.

Para a psicanálise do Amor, o importante é saber se você já se encontra maduro e apto a fazer suas próprias escolhas com liberdade afetiva e assim, tomar os rumos da sua realização amorosa, monogâmica ou não.

Nesse sentido, não existe certo ou errado ao se tratar de sua vida amorosa. O que existe é você estar bem, feliz e satisfatoriamente equilibrado.

Satisfação é algo dinâmico e precisa ser vivenciado no dia a dia do relacionamento amoroso. Sustentabilidade e estabilidade amorosas vem com o tempo, logo, precisam ser construídas, aprendidas, apreendidas e reconfiguradas com a experiência.

31 Não Espere Aceitação Social

O direito de livre expressão moral e religiosa é assegurado no Brasil, assim como o de livre expressão de não se considerar religioso ou se filiar a qualquer linha de pensamento moral, credo ou ideologia.

Desse modo, a liberdade de escolher por determinado pensamento ou crença faz parte da individualidade, das opções que somente cabem ao indivíduo fazer e, a partir de então, responsabilizar-se por suas escolhas. Tal regra vale também para sua opção por viver a regra da monogâmica ou o Poliamor.

Do ponto de vista psicanalítico, nada impede que você tenha uma determinada moral, religião e faça uma opção por mais satisfação, mas não espere ser aceito socialmente, ao ser poliamorista.

Se o princípio da monogamia nas relações afetivas advém de uma estruturação moral das relações afetivas no mundo ocidental, ele é a regra sobre o assunto. Está na base da cultura dominante e orienta a vida de grande parte da população, em suas realizações amorosas.

Se é assim para você, está feliz e satisfeito afetivamente, ótimo. Se tal orientação moral ou religiosa no seu dia a dia traz significado, equilíbrio e conforto, siga assim e seja feliz. Entretanto, se não precisa e não quer, também é direito seu discordar e poder buscar satisfação amorosa de outras formas, sem necessitar de aceitação social e receber apoio terapêutico para tanto.

Ninguém é constitucionalmente obrigado a seguir ditames morais ou religiosos, pois o Brasil é um país laico, cabendo a cada um a autodeterminação de sua realização afetiva, da maneira que bem lhe provier, com liberdade e igualdade. Uma vez sendo bom para si e não sendo mal para os outros, nada, nem ninguém tem a prerrogativa de interferir ou perturbar a vida privada e a intimidade alheia, o que representaria um abuso de direito.

Poliamar deve ser uma opção consciente. Não se trata de um direito de minoria, porque qualquer pessoa de qualquer condição, característica ou opções pode vive-lo.

Portanto, Poliamor não pede, concede, uma vez que é formado por pessoas complexas, em suas individualidades, desejos e sonhos compartilhados.

Alguns pensamentos conservadores tentam ainda imputar ao Poliamor um comportamento imoral e incorreto movido por carências, medo da rejeição, baixa estima, ou fuga da realidade, como se a pessoa fosse uma vítima incapaz de gerir seu desejo e ter aprendido e crescido com as próprias experiências afetivas vividas.

Outrossim, quantas não são as pessoas com essas dificuldades psíquicas que se mantêm em relacionamentos monogâmicos insatisfatórios por ausência de condições sentimentais de se libertarem deles?

O dogma de que só a monogamia traz felicidade? Se para você isto é uma verdade, pode não ser para o outro ao seu lado. Quantos casamentos não são desfeitos nesta lógica encoberta dos reais afetos?

Liberdade é algo que não existe pela metade. Ou se defende a liberdade de todos, além a sua, ou há algo de errado. O ideal é sempre privilegiar a liberdade afetiva de todos e desejar a felicidade alheia, sempre!

Escolhas, valores e motivações psíquicas diferentes das suas e que não anulam sua liberdade. São somente o

reconhecimento de que o outro, sua alteridade, suas escolhas podem ser vividas com respeito mútuo.

Em síntese, tais questões demonstram que, para além de tudo, deve estar a liberdade do ser humano em busca de sua felicidade amorosa. Se ela é encontrada no padrão monogâmico, ótimo!

Porém, realizações de outras formas também são direito de quem deseja viver diferentemente, relaciona-se de sua maneira e preza viver de maneira poliafetiva.

Querer rotular tal pensamento divergente de algo incorreto seria, no mínimo, algo preconceituoso e voltado ao maniqueísmo salvacionista que também não é a melhor saída e até fanatismo psíquico.

Quem vive o Poliamor deve estar preparado para enfrentar pessoas que não respeitam sua liberdade de amar a partir de “pré”conceitos. A saída, é não esperar aceitação de ninguém, pois sua vida não deve satisfação a ninguém. Portanto, preserve sua mente e emoções e aprenda a não depender mais de ninguém para ser feliz.

Se não se faz mal a si, nem a outrem, o Poliamor é será uma saída válida se assim desejado individualmente.

32 Repertório Amoroso

Repertório, como o próprio termo é conhecido coloquialmente, diz respeito ao conjunto de assuntos, coletâneas, músicas, organizados perante uma pessoa ou acervo. Do ponto de vista afetivo e pessoal, diz respeito ao conjunto de capacidades, estratégias e formas de realizar o amor, organizadas no desenvolvimento da personalidade e a partir das influências culturais recebidas, em determinada sociedade.

O certo é que, existem repertórios amplos, assim como existem repertórios monocórdios, de uma só música, a ser repetidamente tocada por toda a existência. Freud chamava estes últimos casos, quando em desequilíbrio recorrente, da neurose pela "compulsão de repetição".

Repetir o modelo único recebido durante a infância, na formação amorosa estruturada durante o Complexo de Édipo, sem dúvida pode ser amorosamente saudável, quando, no cômputo geral dos relacionamentos afetivos, há mais acertos do que erros.

Isso ocorre quando no seu repertório de relacionamentos afetivos vividos até o momento, as experiências foram mais positivas ou negativas, mais engrandecedoras do que traumatizantes.

O problema somente surge quando o modelo recebido estruturação afetiva da infância, não produz a sustentabilidade esperada nos relacionamentos afetivos, não permitindo que a pessoa estabeleça relações saudáveis e frutíferas no tempo, a par dos desencontros e traumas de rompimentos difíceis.

Nesses casos, há que se rever o repertório amoroso recebido e, por meio de terapia, refazer seu acervo comunicativo relacional, restabelecer sinapses amorosas e ressignificar sentimentos compartilhados. Há que se observar como se processa o amor para você, do ponto de vista inconsciente, na hora da prática relacional e abrir-se a novas possibilidades.

Em outro extremo, há pessoas que possuem amplos e variados repertórios amorosos, que vão desde a liquidez, até a capacidade de estabelecer relacionamentos estáveis, de maneira hétero, homo e bi, ou ainda, experiências

poliamorosas, sem quaisquer dificuldades a vivenciar tais oportunidades, com um ou vários parceiros.

A estes, o desafio não é vencer as travas inconscientes e obsessivas introjetadas do que é amar e como realizar o afeto. A estes, o desafio é conseguir chegar a um padrão de satisfação que seja suficientemente bom, a permitir que um determinado repertório predominante seja escolhido, seguido e mantido no tempo.

Claro que, quando há desequilíbrio, fala-se dos extremos neuróticos, descritos por Freud. O que se quer, em termos de uma boa prática psicanalítica, é se permitir o meio termo sustentável, a construção de repertórios suficientes, capaz de permitir a canalização das energias individuais a mais altos graus de realização humana, para além do básico (sexual e afetivo), prisional do desejo não satisfeito.

Esta seria a utilidade de se avançar no desenvolvimento de seu repertório amoroso, com o qual se permita que a afetividade encontre seu curso natural à estabilidade e à satisfação dos amores sustentáveis.

33 Os Dilemas dos Mono/Poli

Mono/Poli são pessoas que se imaginam monogâmicas, tem fantasias de encontrar e formar um relacionamento amoroso aos moldes tradicionais, porém, não conseguem efetivar tal busca na prática pois, no fundo, são personalidades poliafetivas.

Os Mono/Poli podem sofrer com essa condição, pois diferentemente dos líquidos, que assim decidem viver sua afetividade de maneira livre e desimpedida, os primeiros desejam viver de maneira estável um amor, mas não conseguem estabilizar-se com somente um parceiro e, apesar de serem poliafetivos, negariam até o fim.

Os Mono/Poli, tentam sem parar obter o parceiro ideal, uma vez que apoiam sua crença de insucessos contínuos no amor, ao fato de ainda não terem encontrado alguém a altura de sua fantasia de amor romântico.

Porém, acabam tendo muitos parceiros e isso os incomoda e não os satisfaz também. Não querem permanecer na liquidez, ao mesmo tempo em que não

conseguem a estabilidade necessária a materializar o anseio de seguir o modelo tradicional de relacionamento.

Os Mono/Poli frustram-se logo no começo de suas empreitadas e assim, rompem prematuramente os relacionamentos. Quando vivem relacionamentos que conseguem avançar no tempo, geralmente isso ocorre pelo desforço dos parceiros, já que suas insatisfações demandarão muito do outro para equalizar a relação.

Compensações neuróticas, desde brigas constantes até distúrbios alimentares, seguidos a rompimentos e muito instabilidade, são algo comum aos indivíduos Mono/Poli.

Não há saída fácil a quem é assim, pois uma vez tendo inconscientemente uma retenção ao Complexo de Édipo, será difícil estabilizar-se em relações monogâmicas.

Tal forma de sofrimento moderno pode até não ser admitida publicamente, uma vez que expõe a pessoa à moral social e a coloca em dificuldades profissionais, familiares e culturais, em razão das quais ela não tem nenhum interesse em demonstrar.

Quem se entende definitivamente monogâmico, pode até perceber sua capacidade de sentir afeto amoroso

por mais de uma pessoa ao mesmo tempo, coisa por eles logo reprimida e atribuída a pensamentos culpáveis. Suas convicções morais nunca os permitiriam aceitar-se em duplicidade de sentimentos, uma vez que abominam viver algo fora do padrão tradicional de amor.

Inicialmente, devem parar de reprimir-se, pois isso retorna em mais pulsão a prejudicar suas experiências amorosas tradicionais. Quem é poliafetivo, não necessariamente precisa viver o Poliamor. Pode apenas entender-se assim e, a partir disto, saber canalizar sua libido às sublimações possíveis a equalizar suas pulsões.

Especialmente quando estiver insatisfeito e sentindo-se “sufocado” num relacionamento estável, deve parar o fluxo emocional e refletir sobre sua origem. Conversar com o terapeuta ou com o parceiro pode ajudar no extravase dessas tensões inconscientes e, assim, dosar a impulsividade de jogar tudo para o ar.

Como não se trata de uma punição psíquica, a poliafetividade é apenas um sinal de que o Poliamor poderia ser vivido em sua vida. Quem sabe um dia.

34 Parceiros Compersivos

Parceiros compersivos num trisal angular são aqueles que, por suas próprias convicções, opções e desejos, não mantém intimidade entre si, mas somente com o(a) parceiro(a) vértice. Apesar disso, convivem normalmente em amizade, com respeito, conhecimento e concordância na manutenção da relação poliamorosa fechada e estável entre os três.

A diferença dos trisais angulares, para os casos de traições e amantes fixos, está no fato de que, nas relações poliamorosas, todos sabem e aceitam participar deste contrato amoroso, sem que ninguém seja enganado ou que algo seja ocultado de todos.

Nos trisais angulares, para que a relação exista, uma vez que não haverá intimidade entre todos, os parceiros não comunicantes devem estabelecer entre si outra forma de interação afetiva, que permita conforto, segurança e convívio de mínima qualidade.

Deve haver a chamada compersão, que é o oposto do sentimento de possessão, onde há a construção da

aceitação do terceiro parceiro, a partir do afeto positivo a ser admitido por sua vinda em prol da felicidade do casal.

Não se trata da mera aceitação, mas sim da construção de sentimentos fraternos e que levem os parceiros compersivos a uma união afetiva também (sem intimidade física).

Por vezes, nestes casos angulares, os parceiros poliamorosos tendem a não conviver no mesmo domicílio, mantendo-se, cada qual, em sua própria morada, o que os permite manter certa individualidade e privacidade, quando em interação íntima com o parceiro vértice reciprocamente amado.

Por outro lado, isto favorece em muito que tenham uma boa convivialidade, em momentos específicos, quando todos podem interagir em realizações de cunho não sexual, como atividades de lazer recíprocas (viagens, jantares), atividades sociais (eventos, compromissos profissionais) e culturais (estudos, shows).

O importante ao trisal, nestes casos, é o diálogo aberto e o estabelecimento de regras claras de boa convivência e respeito recíproco, especialmente entre os

parceiros compersivos, cujo desejo de permanecerem em relação estável nesta condição não significa a quebra da monogamia, porém, o seu ajuste compersivo ao poliamor a ser vivido.

Relacionamentos demandam sempre ajustes entre o prazer da convivência e seus desafios e ônus de cada escolha. Nada é perfeito e tudo pode ser melhorado no curso da história de amor. O que importa é a satisfação a maior do que a insatisfação, no nível em que se permita aos parceiros viverem em conforto afetivo e realização existencial.

Em razão disso, é mais saudável se refletir sobre a possibilidade compersiva de uma relação poliamorosa angular, do que se derivar para uma traição recorrente, ao ponto de se estabelecerem uniões estáveis paralelas por vidas, décadas, cujo desfecho, muitas vezes só é sabido na morte. Este seria o cúmulo da deslealdade, que nos dias atuais não tem nenhuma razão de existir, nem mesmo quando a pessoa se reconhece poliafetiva e, logo, deve agir em coerência e respeito com os parceiros.

35 Amantes que Não Aceitam o Poliamor

A traição, no indivíduo adulto, representa a sintomatologia neurótica de sua retenção ao Complexo de Édipo infantil, o qual deveria ter sido rompido com o advento do início de sua puberdade, mas se prolonga indefinidamente no tempo, em razão de algum trauma ou ganho secundário mantido.

No Complexo de Édipo, segundo Freud, haverá uma triangulação de afeto primordial, entre o filho e seus genitores, de tal forma a implicar na construção de duas formas diferentes de amar, sendo uma direta, pela pessoa de um dos genitores e, a outra, indireta, onde se deseja simbolicamente ocupar o papel do outro cônjuge, a desejar afetivamente ser tal como ele é; e, assim, competir por tal posicionamento.

O concubinato, termo jurídico para designar a formação de uma relação afetiva paralela ao casamento, durável e estabelecida sem o conhecimento do outro cônjuge, tem na traição o exercício da sintomatologia

neurótica deste Complexo de Édipo, no qual o indivíduo permanece retido.

De causas multifatoriais, que vão desde a presença contínua de genitores superprotetores, até traumas decorrentes de separação, alienação parental, violência doméstica, a retenção ao Complexo de Édipo só pode ser considerada perversa, nesses quadros onde se verifica o prazer da pessoa em desempenhar o papel da(o) amante.

Não são raros os casos onde a pessoa que estava no papel de amante, ao conseguir eliminar sua concorrente, a qual ocupava o papel de cônjuge, acaba perdendo o interesse naquela relação concubinária e desiste do troféu ganho. Nessa perda de interesse repentino está nitidamente evidenciado o vinco do prazer perverso, cuja permanência depende do atuar no papel do(a) amante.

Em outras situações, quando o amante é convidado para sair do plano oculto e assumir claramente o papel de parceiro ostensivo, numa união poliamorosa, tal sujeito irá refutar e abandonar seu parceiro, já que tal materialização

não lhe trará qualquer prazer, sendo, pelo contrário, algo visto com desprazer e ausência de sentido em ser vivido.

Nesses casos, a ausência de perversão da traição retira o prazer do ato, da competição oculta edipiana pelo objeto amado, da sensação de vantagem nesta disputa (por ser quem sabe do que está ocorrendo), da motivação em provar ser melhor, da sedução pelo proibido.

Na traição, há também o prazer da perversão em transgredir o contrato amoroso alheio, as regras morais monogâmicas estabelecidas, enquanto uma maneira incorreta de se canalizar a pulsão libidinal, de tal forma que sua satisfação, seu gozo, expressa um desejo inconsciente pela destruição daquela outra relação, apesar de, paradoxalmente, dela depender para ocorrer.

Há ainda os casos onde a pessoa, depois de inúmeras experiências no papel de amante, ao estabelecer para si uma relação em que figurará como parceiro, tenderá a buscar, de maneira oculta, outro indivíduo com quem estabelecerá nova forma de triangulação dissimulada. Isso acontecerá pois esta será a única forma

possível de sentir prazer, mais uma vez, dentro de uma vertente pulsional perversa.

O rompimento deste ciclo de repetição destrutiva está em estabelecer no setting terapêutico, uma nova configuração afetiva transferencial perante o terapeuta, de tal modo em que aquela retenção pretérita ao Complexo de Édipo possa ser, enfim, rompida pela castração, uma vez que apesar de toda sedução a ser investida inconscientemente no terapeuta, nada resultará em termos de perversão.

Fora isso, só no longo prazo a pessoa conseguirá se libertar desta sua demanda por algum tipo de perversão edipiana em sua vida, pulando de traição em traição, conquanto consegue assim, algum pouco de prazer que não lhe é possível ser sentido em relações estabelecidas em pratos limpos.

Por isso que, em muitos casos, no setting psicanalítico, quando indagado sobre a possibilidade de avançar a formas de vivenciar o Poliamor, neuróticos sintomáticos em atuar enquanto amantes, apresentam resistências a sair deste teatro desleal dos afetos ocultos.

36 Poliamor e Apetites Afetivos

O Poliamor visa evitar objetificação líquida dos afetos e o consumo meramente da face sexual dos encontros à três. Para tanto, há que se evitar a ocorrência dos apetites amorosos destrutivos.

A Era dos Amores Líquidos, na verdade, é a era da ausência de limites, da busca individual por satisfação instintiva e lasciva imediatas de afeto, conquanto, no íntimo, parte dos líquidos sonhem com um modelo idealizado de relacionamento amoroso, que dificilmente se encontra pelo caminho, enquanto outros estão perdidos.

Trata-se da égide do chamado amor erótico, que facilmente pode ser atingido nos dias de hoje, reduzindo-se os relacionamentos, em sua maioria, a experiências de curta duração, sem aprofundamento afetivo, por falta de suporte relacional, além do sexual.

A questão é assim reconhecida por algumas pessoas: "apesar de nos darmos bem na cama, não temos outros conteúdos (emocional e existencial) suficientes para firmar um relacionamento afetivo romântico."

Daí surgem os amores livres, enquanto adaptações possíveis, tais como "contatinhos", "ficantes", "crushs", apenas voltados à satisfação superficial dos apetites instintivos, de maneira vampirizadora.

Em reação adversa a esse polo da liquidez dos apetites amorosos, cada vez mais a ala conservadora da sociedade aprofunda, em antítese, o retorno a certos moralismos ortodoxos, visando, dentro de uma fantasia de controle moral, criar um ambiente seguro contra tal estado de coisas. Surgem, então, os confrontos sociais entre os extremos: libertinagem sem limites x puritanismo repressivo.

Freud já lidava com os extremos há mais de 100 anos. Naquela época puritanista, o que neurotizava não era a ausência total de limites como hoje. Era o polo neurotizante contrário, ou seja, a presença da rigidez restritiva do afeto, a ponto de criar as chamadas "histerias" sexuais, de origem diretamente relacionada às privações excessivas dos prazeres sensoriais.

A Ética da Moderação também pressupõe evitar a auto-objetificação, que nada mais é do que uma forma de

masoquismo íntimo, ao se criar um campo de insatisfação permanente, somente suspenso durante o consumo de sensações momentâneas de prazer. A auto-objetificação destoa completamente de uma Ética da Moderação, pois gera um ciclo destrutivo e contínuo de insatisfação, incapaz de ser suprimo, perante um apetite sexual volátil e vampirizador, que suga a si mesmo, no final das contas.

Entre esses extremos do passado e de hoje, uma Ética da Moderação não poderia estar na repressão dos apetites, nem na ausência de limites à expressão do desejo, pois enquanto a primeira gera a neurose das compensações auto-agressividade (compulsões, histerias), a segunda gera a neurose da perversão libertina. Ambas, de certo modo, são pulsões destrutivas, em nada moderadas.

O caminho de uma Ética da Moderação está em dosar os apetites amorosos de maneira ponderada. Isto se faz pela criação de filtros, onde se ajustam padrões mínimos para a realização dos apetites amorosos, deixando de lado a liquidez irrestrita e excessiva.

A escolha pela saída do Poliamor é algo íntimo, que não precisa ser dito a ninguém. Ser poliafetivo é algo subjetivo e, logo, depende de uma capacidade de transferência de afetos simultâneos a mais de uma pessoa.

O que isso muda? Muda muito, no fato de que, ao se utilizar da saída afetiva pelo Poliamor, a pessoa ou o casal canaliza sua busca em algo para além do apetite sexual, na construção de um relacionamento estável.

O desejo passa a ser qualificado pela busca de um parceiro(a) que venha a integrar, trazer o equilíbrio e a conjunção esperada de uma nova forma de dinâmica de vida afetiva, disponível a ser vivida de maneira estável.

Sai o foco sexual e instintivo e adentra novamente o amor, num relacionamento capaz de atender aquilo que, para determinadas pessoas, não pode ser atingido em relações monogâmicas.

Se você é uma dessas pessoas envoltas na liquidez dos afetos superficiais, dos apetites destrutivos promovidos pelo consumo do sexo, talvez a saída terapêutica possa trazer uma oportunidade de reequilíbrio afetivo a ser atingida, futuramente, na poliafetividade.

37 Princípios do Poliamor

Quando pensar nas bases para se viver um relacionamento poliamoroso, uma síntese do que foi dito nos 36 tópicos anteriores, pode ser expressa nos princípios observáveis a seguir.

O primeiro dos princípios é o da “**liberdade afetiva**”. Como já foi dito e agora mais uma vez repisado. Entre pessoas adultas, livres e maduras, sua opção amorosa é algo restrito à sua vida privada. Logo, ninguém tem nada a ver com isso e suas escolhas não precisam e não serão as mesmas dos demais.

Cada qual, conforme sua personalidade única, determina, por sua autonomia e independência, como quer viver a afetividade e com quem e quando se relacionar. Como toda liberdade humana, ninguém é obrigado a poliamar, como também não é obrigado a restringir-se a monogamia. Porém, uma vez feita uma escolha, cumpra com lealdade aquilo que escolheu para você e banque as responsabilidades inerentes ao contrato relacional firmado, seja ele tradicional ou poliafetivo.

O segundo dos princípios é o da “**compersão**”, por meio do qual, aquela pessoa que livremente opta por vivenciar um relacionamento poliafetivo, deve retrabalhar seus conceitos de posse afetiva dos parceiros. A compersão pode ser algo delicado num primeiro momento, mas poderá ser melhorada aos poucos, durante os ajustes de convivência do relacionamento poliafetivo.

Compersão não significa, “não estou nem aí, “faça o que você quiser, desde que não me incomode”. Pelo contrário, implica na construção de um sentimento de cumplicidade a maior, pertencimento e introjeção de ambos os afetos, perante os quais se sinta conectada.

O terceiro dos princípios é o da “**não-agressão**”. Ele implica no lema básico libertário de que uma vez aceito poliamar, deve-se desenvolver o relacionamento de maneira pacificadora, quer pela construção de uma amizade cooperativa, quer pela comunicação não-violenta.

O ideal é evitar-se a canalização agressiva das frustrações nos parceiros e isso vale para qualquer forma de relacionamento humano. No caso dos trisais, isso implica em não criar uma dualidade polarizada nas crises,

intensificando o afeto por um, enquanto descarrega o desafeto sobre o outro. Isso evoca a necessidade de mediação constante, sendo dever do mais isento de qualquer conflito, atuar para a pacificação de todos. Também implica em se renunciar a qualquer processo de competição, tentativa de exclusão ou sabotagem do trisal.

O quarto princípio do Poliamor é a “**preservação**”, cujo foco é na atuação efetiva de todos os parceiros do trisal em preservar-se socialmente. Com isso, deve-se evitar formas de exposição pública desnecessárias que possam prejudicar, a imagem social, o trabalho, a honra. “Low profile” da vida privada é essencial para que os trisais possam conviver sem qualquer forma de confronto social, preconceito ou dificuldades de se poliamar em países de mentalidade conservadora e reacionária agressiva.

Pessoas que tem necessidade de “lacrar, ostentar ou causar” ainda não estarão suficientemente maduras a viver o Poliamor Estável. Podem até tentar, mas ao colocar agressivamente em exposição o relacionamento somente contribuirá para o seu fim prematuro. Preservar a relação significa dar valor ao que pode ser vivido à três, ao amor e

aos sentimentos conjuntos e raros desse encontro do destino, que são os reais motivos de estarem juntos.

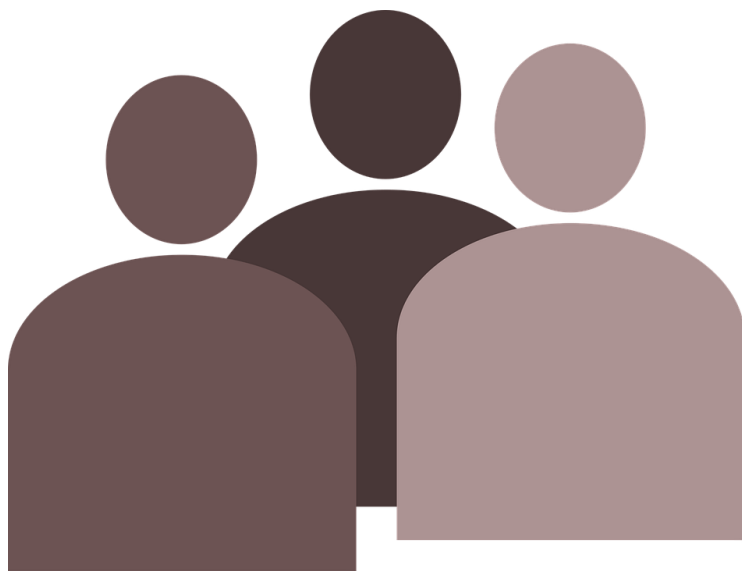
O quinto e último princípio do Poliamor, talvez um dos mais importantes de todos, diz respeito ao “**mutualismo**”. Mutuas vantagens materiais, satisfação afetiva, amizades cooperativa e sucesso compartilhado são as bases da duração de qualquer relacionamento, seja ela tradicional ou poliafetivo.

Muito mais do que qualquer impulsividade de uma noite de prazer, Poliamor Estável requer uma análise pessoal do que seria no longo prazo as possibilidades de realização a maior, em se viver à três. Quais os ganhos afetivos, as vantagens, versus as desvantagens e perdas?

Quem só olha para si, dificilmente conseguiria observar com acuidade os níveis otimizados de complementaridade potencializados nas relações poliafetivas. Relacionamentos, tradicionais ou não, são maiores do que as pessoas deles participantes.

Nas interconexões das qualidades humanas é que surgem as simbioses de desenvolvimento ampliado, decorrente dessa forma poliafetiva de se relacionar.

CAPÍTULO II – Máximas do Poliamor



1 Realizações à Três

1.1 Se um é pouco, dois pode ser bom, mas três ou mais pode ser melhor ainda, uma vez que em grupo se vai mais longe. Quando há sinergia entre várias pessoas, os resultados sempre serão maiores e assim, relacionamentos poliamorosos podem contribuir significativamente ao sucesso ampliado de todos.

1.2 Se você é poliafetivo e quer construir algo a maior em sua vida, com um desenvolvimento acima da média, precisa considerar a hipótese do Poliamor Estável e buscar parceiros que estejam nessa "vibe" de soma e criação de sinergias de sucesso em conjunto.

1.3 No Poliamor Estável, deixa-se de lado a quantidade líquida dos parceiros e se passa a privilegiar a qualidade das escolhas e das sinergias formadas.

1.4 É mais fácil acreditar que uma linha seja mais forte do que um triângulo. Ledo engano, a base triangular, em leis exatas, é mais equilibrada, em razão dos três pontos de

sustentação. Na vida afetiva, isso poderia ser levado em consideração?

1.5 O que contribui à permanência estável da união à três (ou mais) é a amizade compartilhada, o foco nas realizações conjuntas e os projetos futuros elaborados para o sucesso em comum.

1.6 Grande parte das pessoas que procura o Poliamor já tem um(a) parceiro(a) estável. Por que fazem isso? Porque sentem que em sua vida cabe mais alguém e que, dessa forma, poderão compartilhar o prazer dessa união, transformando-a em um vínculo amoroso maior e com mais satisfação afetiva e realizações para todos.

1.7 Quais seriam outras ligas capazes de tornar estável um relacionamento, além do sexo e sentimentos compartilhados? Afinidade intelectual, atividades sociais e projetos profissionais recíprocos são essenciais à sustentabilidade do casal à três. Tais ligas, são as bases

para que a relação seja mais satisfatória e sustentável em vários aspectos.

1.8 Poliamor Estável é um compromisso de realizações entre adultos, maiores capazes, que decidem unir forças e prazeres em prol de sua felicidade compartilhada.



2 Poliamor e Fidelidade

2.1 Segundo Freud, todos desenvolvem a poliafetividade. Ou seja, conseguimos nutrir afetos por várias pessoas ao mesmo tempo. A única barreira social e moral em relação à poliafetividade, está na proibição de compartilhar intimidade sexual com mais de uma pessoa ao mesmo tempo (dogma monogâmico).

2.2 As religiões estão na base inconsciente de todas as culturas e isso tem relação direta com as vivências íntimas. Ao se olhar para uma determinada sociedade, a poliafetividade será aceita culturalmente na medida em que a religião dominante permita relacionamentos múltiplos. Ao contrário, onde prevalece o dogma na monogamia, o Poliamor será um comportamento de minorias.

2.3 Na natureza, fidelidade é conduta exceção, vinculada a um pequeno número de espécies. Nos demais casos, em regra, grande parte da fauna do planeta é vinculada ao grupo. Em se tratando da espécie humana, fidelidade é

uma opção discernida, ligada a escolhas que se faz com liberdade afetiva.

2.4 As Revoluções Culturais Ocidentais dos idos de 1960 romperam com as barreiras tradicionais em relação ao afeto, abrindo o mundo a novas opções dentro do lema Paz/Amor/Felicidade. São Francisco, nos EUA, é até hoje o centro da defesa dos direitos civis e das liberdades afetivas, em convivência pacífica com os conservadores.

2.5 Poliamor Estável começa com uma abertura a novas possibilidades em face da insatisfação vivida. Nesses casos, o indivíduo busca novas possibilidades de realizar-se afetivamente. Ele ainda vê a questão da fidelidade em sua vida, porém, ampliada.

2.6 Esse padrão moral de ser fiel em relacionamentos poliafetivos existe em outras culturas e sociedades. Na cultura ocidental onde há mais liberdade, o direito de escolha pela fidelidade monogâmica ou poliafetiva deveria ser mais factível de ocorrer.

2.7 Ninguém nasce poliamoroso. Tudo faz parte de escolhas e modelos escolhidos, condutas padrão, condutas temporárias e condutas exceção. O importante é sempre avaliar, em cada momento de sua vida, seu desejo, a oportunidade e a forma realizar o afeto com fidelidade.

2.8 Se você é um líquido convicto, representa uma minoria de pessoas, pois mesmo os líquidos buscam encontrar certa estabilidade. Para esses, o Poliamor Estável ainda não é uma saída viável, pois líquidos não aceitam a fidelidade como parte de seus repertórios amorosos.

2.9 Dilemas sobre a fidelidade são inevitáveis. Você está bem, confortável e estável com seu parceiro(a), mas aparece outra pessoa interessante, atraente e que você deseja e sente algo forte por ela. Você termina o relacionamento atual e começa outro? Abafa o sentimento e desiste da nova oportunidade de amar? Ou vai trair e ser desleal com quem ama e não quer terminar?

2.10 Freud, na obra "O Mal-estar na Civilização", demonstra como o ser humano faz a todo momento um duelo psicológico entre cultura e desejo, entre seguir as regras sociais dominantes ou atender às demandas próprias de seu ser. Assim é o duelo para com a fidelidade.

2.11 Fidelidade em termos de monogamia pode criar dilemas insolúveis, obrigando a quem ama duplamente a ter que escolher um caminho e encerrar o outro, ou agir deslealmente. Mas isso não precisa ser assim. Se você ama duas pessoas ao mesmo tempo, tem que se dar o direito de pensar em outra solução: assumir o Poliamor e assim continuar na companhia de todos a quem ama.

2.12 Em suma, há também fidelidade no Poliamor, pois o que se muda é apenas a quantidade de parceiros estáveis existentes no relacionamento. Quem adentra ao Poliamor Estável tem esse dever com os demais parceiros, pois se trata de um relacionamento fechado. Caso contrário estaríamos a falar de relacionamentos abertos ou de outras formas de amar e ser amado ("amores livres").

3 Poliamor e Relacionamentos

3.1 Viver o Poliamor Estável: um desafio ou uma oportunidade de maior realização humana? Fora do postulado tradicional da monogamia, viver em Poliamor Estável pode ser uma experiência de cumplicidade e de ganhos recíprocos, ampliando as vantagens de obtenção de sucesso social dos parceiros, enquanto grupamento familiar diferente do tradicional, porém, livre de ser vivido.

3.2 O Brasil é um país tradicional, com valores conservadores nas relações afetivas. Mas isso não significa que, nos dias atuais, não haja espaço a outras formas de realizar o afeto. Basta você buscar parceiros abertos a outras vivências, mas que desejam relacionar-se estavelmente, para observar que há essa demanda.

3.3 Poliamor Estável não exige casamentos formais. Ele vai além disso, pois as pessoas aqui se encontram e permanecem leais e juntas, por suas afinidades e pelo prazer compartilhado na construção de suas vidas.

3.4 Relações poliamorosas podem dar ensejo à filiação, tanto quanto famílias tradicionais. A única diferença será o espaço da criança possuir duas mães ou dois pais, a contribuir de melhor forma com sua educação e desenvolvimento. Tal registro filiativo já é aceito no Brasil.

3.5 No mundo de idosos cada vez em número maior e mais solitários, poliamores podem ser uma grande saída de amparo recíproco na velhice, quando mais se precisa de pessoas de confiança, para se contar um com o outro.

3.6 Por que, quanto mais jovens, mais abertura a amar um maior número de pessoas? O que acontece com o passar do tempo na vida afetiva, para ficarmos mais fechados e solitários? Numa sociedade cada vez mais longeva, não teríamos que mudar essa estruturação afetiva e, se possível, inverter essa tendência em termos afetivos?

3.7 Nelson Rodrigues, em sua sábia leitura do mundo da hipocrisia social, soube bem retratar as amarras da monogamia, que caem por terra nos recônditos escondidos

de amantes e garotas de programa, saídas fáceis, encobertas e desleais a quem deseja a poliafetividade e já possui um relacionamento estável e quer mantê-lo.

3.8 Poliamor é novidade? Não, relações assim sempre existiram na história da Humanidade. O que é novo é a prerrogativa de viver uma relação poliamorosa estável de maneira direta, laica, com sentimento e com intuito de formar um compromisso amoroso como outra qualquer.

3.9 Trisais seriam como alienígenas em países ocidentais. Portanto, saiba curtir seu desejo e seus amores em sua nave privada. Alienígenas do espaço sideral dos trisais, devem entender que sua realidade afetiva íntima, personalíssima, trazem desejos diferentes da maioria. Ser diferente não deve significar inadequação ou algo a ser censurado, apenas indica que você encontrou seu modo de ser e de manifestar sua busca por felicidade.

3.10 Para além da liquidez e da monogamia, qual será o espaço do Poliamor Estável futuramente?

4 Insatisfação Afetiva

4.1 Quantos casais monogâmicos insatisfeitos não acabam afogando suas energias existenciais no álcool, consumismo, cigarro e outras drogas medicamentosas, quando a melhor saída poderia ser a abertura da relação a um novo parceiro estável compartilhado.

4.2 Quem vive sufocado em relações monogâmicas insatisfatórias, destrói sua saúde em compensações neuróticas, além de deixar a vida passar, apaga sua chama amorosa, que poderia estar sendo compartilhada com mais amor e cumplicidade.

4.3 Existem pessoas que pensam à frente de seu tempo e, assim como o carro será considerado o cigarro do futuro, relacionamentos monogâmicos, quando suas insatisfações forem canalizadas a agressões recíprocas, também serão considerados enquanto doenças sociais.

4.4 Quem vive hoje a égide romântica monogâmica do século XIX, não necessariamente vai atingir a satisfação esperada. Tudo depende de sua introjeção à estruturação tradicional e castração edipiana nos tempos edipianos.

4.5 Enquanto a maioria carrega o fardo romântico de buscar a cara metade, o Poliamor é libertário ao ponto de demonstrar que você não é uma metade, mas sim, um sujeito singular capaz de amar outras pessoas singulares e inteiras ao mesmo tempo.

4.6 Viver o Poliamor não significa se opor ao sentimento à dois. Amar não é algo binário. Pelo contrário, o Poliamor Estável abre a possibilidade para que outros sentimentos diferentes sejam assumidos e vividos ao mesmo tempo, e isso ampliará suas possibilidades afetivas.

4.7 Quem deseja viver o Poliamor Estável, por vezes, pode se sentir um patinho feio, diferente dos demais, pois quando está sozinho(a), quer algo estável, mas quando está com alguém, quer algo a mais.

4.8 Há certos tipos de pessoas que dificilmente obtém satisfação afetiva nos relacionamentos monogâmicos. Porém, como esse é o único modelo amoroso aceito, resta viver a liquidez das relações superficiais ou os mecanismos desleais de satisfação (amantes e traições). Por que não dar uma chance a si e pensar diferente, desconstruir as amarras tradicionais e investir no Poliamor Estável?

4.9 Tempo e paciência. Quem quer viver o Poliamor Estável efetivamente deve dedicar tempo e paciência aos parceiros. Um trisal requer mais do que uma boa transa à três, requer outras conexões elaboradas (profissionais, por exemplo) para que possa se tornar estável no tempo.

4.10 Não vá com muita sede ao pote após medir a compatibilidade afetiva de todos. Para chegar a um trisal de sucesso, há ainda alguma labuta pela frente. Avance aos poucos, passo a passo. Cobre menos resultados das suas insatisfações naturais e conceda mais aos parceiros, até a relação ir adquirindo sustentabilidade e capacidade de gerar mais satisfação a todos.

5 Poliamor e Felicidade

5.1 Não existe pílula mágica para produzir amor e felicidade. Entretanto, existem comportamentos que podem gerar mais amor e felicidade compartilhada. Poliamores estáveis são um deles, os quais vão ao encontro das demandas atuais por sentimentos mais complexos e satisfatórios.

5.2 Assim como Patch Adams descobriu que a Medicina pode ser composta de alegria, relações poliamorosas estáveis podem ser experiências gratificantes e ampliadoras do significado da felicidade vivida à três.

5.3 Viver em Poliamor Estável é poesia pura. Dá sentido à maior, de estar à frente de seu tempo. Faz a vida valer ao máximo, como se o amor fosse maior que a mera possessão corporal do outro, para se tornar o afeto necessário a manter acesa a chama do amor.

5.4 Que tal colocar três taças à mesa e quebrar a monotonia dos casais estabilizados no tempo? Que tal abrir os corações a mais um amor, no intuito de compartilhar e reavivar aqueles momentos mágicos e felizes, do início de qualquer relação amorosa?

5.5 Conexões energéticas são essenciais para a saúde e felicidade dos casais. Tais conexões podem ser melhoradas se compartilhadas em trisal, ampliando a sintonia a potencialização fechada do grupo.

5.6 Claro que o desejo de amar e ser amado é a base do afeto e da felicidade. Nesse sentido, você também pode amar e ser amado, com lealdade e fidelidade, por mais de uma pessoa ao mesmo tempo, em compromisso fechado e seguro. Essa é uma hipótese defendida no Poliamor Estável.

5.7 No Poliamor Estável as pessoas se juntam para construir coisas maiores e não só atender a modelos tradicionais. Por isso que, quando da formação do trisal,

devem os parceiros eleger suas metas conjuntas, cuja força a maior de realização estará no grupo formado.

5.8 Quando se fala em Poliamor, trata-se do direito individual de buscar a felicidade, de acordo com seus desejos e necessidades específicos. Se o modelo tradicional de casal não mais lhe satisfaz, porque não procurar caminhos diferentes de afeto?

5.9 Outra hipótese básica do Poliamor Estável é a de que se é possível ser feliz, sentir-se satisfeito e realizado, quando se estabelece uma relação estável poliamorosa, se comparada à liquidez ou às saídas desleais transgressoras da monogamia contratada.

5.10 Quando se olha para um campo florido, todas as flores parecem belas. Assim é o amor, que pode ser igualmente vivido em seus vários modos de afeto. O Poliamor Estável nada mais é do que juntar flores e amores na mesma relação afetiva.

5.11 Quem deseja viver o Poliamor efetivamente, deve dar atenção especial a seus parceiros, seu bem-estar e felicidade. Não há sucesso sem dedicação a quem se ama, sem cuidado e gratidão por quem compartilha esse amor dúplice com você.

5.12 Celebrações são momentos especiais. Quando nos encontrarmos com nossas pessoas queridas devemos expressar nossos melhores votos de felicidade. Aproveite ao máximo cada um desses momentos com seus amores. Viva o dia, o sol, a alegria de poder compartilhar um amor a maior, uma dádiva do encontro que os colocou juntos nos caminhos da poliafetividade.

5.13 O Poliamor faz parte de uma visão hedônica da vida, a filosofia existencial que leva em consideração o desejo humano de ser feliz por meio de experiências com foco no prazer e na vivência de bons momentos. Deseje para si e para os parceiros amados, o melhor, a fim de proporcionar as melhores experiências, cumplicidades e logo, conjugar

à três o que a vida tem de mais valioso a ser vivido, o amor em forma de experiências construtivas.

5.14 Para viver no “Jardim das Delícias” de Epicuro, e assim obter mais satisfação e felicidade, há que se também concentrar em atender aos desejos e necessidades de seus parceiros. Logo, concessões recíprocas em prol dos parceiros devem ser vistas enquanto formas de amar e servir a quem se ama, sem imposições ou insatisfações.

5.15 Se você está numa relação poliafetiva e continua cronicamente infeliz e insatisfeito, será a hora de rever suas neuroses. Há algo a ser trabalhado em si pela terapia.



6 Poliamor e Viagens

6.1 Aventuras em grupo, viagens, descobertas, jantares, cineminha, projetos, desafios, tudo ganha mais cumplicidade e mais apoio mútuo quando sonhado e experienciado em relações poliamorosas estáveis.

6.2 Viajar com seus poliamores estáveis é ampliar o rol dos momentos mágicos dessas experiências em que tudo pode ser potencializado e compartilhado com mais cumplicidade. Além do mais, ganha-se em economia e possibilidades, pois os gastos podem ser divididos em mais pessoas.

6.3 Uma das características gratificantes do Poliamor é a cumplicidade a maior nas viagens. Turismo em grupo é muito mais divertido quando compartilhado com mais parceiros amorosos, que reciprocamente se valorizam e se divertem juntos. Viagens são momentos únicos de prazer.

6.4 Viagens para firmar o vínculo e comemorar a união são ótimas maneiras de aprofundar a relação, criar mais

sintonia e amorosidade. Em termos psicanalíticos, viajar significa abrir camadas inconscientes do afeto à conexão e isso importa muito a quem busca o Poliamor Estável.

6.5 Uma curiosidade dos trisais triangulares é a hospedagem em hotéis, assunto que vale também para o quarto. Ou se opta por uma cama king, capaz de comportar todos, ou se opta por três camas de solteiro juntadas, ou ainda há opção de juntar uma cama de casal a uma de solteiro. Os decolados optam por um rodízio de camas, ou cada um dormir em seu quarto, aos mais independentes.

6.6 Poltronas de aviões são mais generosas com trisais, pois permitem três assentos conjuntos, na maior parte das configurações de aviões grandes, de carreira. Quando isso não é possível, basta alocar dois, lado a lado, e o outro na poltrona do lado de lá, no corredor. Essa também é a saída para viagens de ônibus ou nos locais onde há trens, como na Europa.

6.7 Canoa Quebrada é nosso refúgio amoroso preferido no Brasil. Essa escolha decorreu da excelente vibe local, a começar por seu símbolo, que significa "Amor e Fertilidade" e passando por sua identidade, associada desde 1970 a naturistas, alternativos e esotéricos. Além disso, por não ser mais um local da moda, permite dias tranquilos, espaço para curtir bons momentos à três. Com ares econômicos, foi eleita uma das praias com melhor custo benefício (BR).

6.8 Na Região Sul, outra opção maravilhosa é Florianópolis. Especialmente na parte sul da ilha, local mais tranquilo, nativo e agradável a ser compartilhado.



7 A Era dos Amores Líquidos

7.1 A sustentabilidade amorosa é maior à três ou mais parceiros fechados em relações poliamorosas estáveis, porque se vence a insatisfação progressiva das relações monogâmicas, além de anular os efeitos nocivos da liquidez afetiva, buscada incessante em pessoas vazias.

7.2 Quem vive em Poliamor Estável deixa de consumir parceiros de maneira líquida e passa a construir pontes de sustentabilidade amorosa, duráveis e que permitam a expressão do poliafeto sem a superficialidade de quem troca de parceiro, como troca de roupa.

7.3 Poliamores estáveis tem a vantagem de tirar você da busca infundável por parceiros em noitadas de poliafetividade líquida. Quem vive o Poliamor Estável, tem seu campo afetivo preenchido por duas ou mais pessoas e isso ocupará seu espaço de realização amorosa.

7.4 O Poliamor Estável pode ser uma saída para encontrar um meio termo de equilíbrio afetivo nos tempos atuais, para além da insatisfação monogâmica.

7.5 Gerações mais antigas, a X por exemplo, que engloba nascidos de 1970 a 1980, tem mais dificuldade em lidar com o Poliamor do que as novas gerações (Y e Z), nascidas depois de 1990, as quais tem habilidades emocionais mais abertas a amar mais de uma pessoa ao mesmo tempo.

7.6 Quem busca o Poliamor estável quer ir além da liquidez afetiva quantitativa. Busca viver outra forma de amor, com o mesmo aninhamento, conforto, segurança e cumplicidade que os relacionamentos tradicionais, mas sem os limites insatisfatórios quando assim percebidos.

7.7 Pessoas promíscuas e que colecionam relacionamentos em série, não são poliamoristas. São líquidos, a preencher seu vazio e insatisfação pela contínua busca de novos parceiros e experiências.

8 Medo de Poliamar

8.1 Quantas não são as pessoas que tem desejo em viver uma experiência poliamorosa mas se calam, permanecem em silêncio, por medo do que os seus parceiros, sua família ou a sociedade irá pensar.

8.2 Se quiser romper sua barreira mental e restrições inconscientes ao Poliamor, você precisa dar uma mãozinha a si mesmo e vencer, ao menos, o medo de pensar sobre o assunto. Para tanto, comece a imaginar hipoteticamente como seria um relacionamento poliamoroso estável adequado a você.

8.3 Você não precisa sair por aí falando sobre seus desejos poliamorosos a ninguém, nem à sua família. Isso faz parte de sua intimidade e vida privada, garantidas constitucionalmente. Agora, compartilhar com seu parceiro seus desejos, receios e dúvidas é essencial para que possa elaborar suas convicções abertamente e sem medo sobre o assunto.

8.4 Viver uma experiência relacional poliamorosa estável não necessariamente implica em seguir para sempre nesta forma de amar. A vida é feita de experiências engrandecedoras diferentes. O importante é entender que tudo pode ter seu momento e que toda a oportunidade vale a pena quando há afeto, prazer e reciprocidade.

8.5 Como para Freud o equilíbrio afetivo estará no meio termo, há que se analisar a balança moral do afeto dessa forma. Entre o moralismo do "pecado" e da culpa, castrador do amar fora da monogamia, e a liquidez afetiva promíscua e sem limites, há um ponto de equilíbrio afetivo, que pode ser atingido pelo Poliamor Estável.

8.6 A influência da religião dominante preexiste ao indivíduo na sua sociedade. Mesmo um ateu ou agnóstico, até chegar a essa escolha por sua livre decisão, terá toda uma influência moral inconsciente e precedente, orientada por dogmas religiosos.

8.7 Na prática, essa religiosidade inconsciente pode gerar dois sentimentos "não conscientes" e de mal-estar a quem for vivenciar o Poliamor: medo ou receio, antes de agir, e, culpa, por ter se permitido, após experimentar a relação.

8.8 Só haverá equilíbrio íntimo ao vivenciar o Poliamor quando o desejo puder coexistir com as regras morais inconscientes. Há que se equalizar o Superego (instância moral inconsciente) até se encontrar a resiliência necessária a não sucumbir aos medos, receios e culpa por desejar e vivenciar essa forma de amor dúplice.

8.9 Idas e vindas, indecisões e rompimentos fazem parte desse processo de estabilização até se chegar à poliafetividade vivida. Muitas vezes, romper a relação, mesmo amando demais seus parceiros, é uma forma inconsciente de purgar-se, ou seja, punir-se.

8.10 O medo é um sentimento normal de qualquer ser humano. Na dúvida, nossos antepassados fugiam. Terminar uma relação, além da culpa, advém deste medo

inconsciente de uma futura punição divina. Tudo passa a depender, então, da capacidade de elaboração psíquica, julgamento e superação dessas instâncias psíquicas em prol do Poliamor.

8.11 Obsessivos reprimidos não suportam nem falar em Poliamor, uma vez que sua base moral, presente em seu Superego (instância moral inconsciente) evoca imediatamente o dogma monogâmico introjetado. Restaria ao desejo, reprimido, por medo ou culpa (após experienciar algo) ser canalizado a sonhos, delírios e recordações.

8.12 Um caso real de enantiodromia repressiva (reversão extrema de condutas), relatado na clínica, foi da pessoa que viveu uma relação poliamorosa de maneira triangular (com interação bissexual). Terminada a relação, essa pessoa acabou casando-se com um líder religioso tradicional. Isso demonstra sua culpa emergida, ao ponto de leva-la de um polo afetivo experiencial ao outro.

8.13 Outro caso real de enantiodromia (inversão do afeto). A pessoa vive por 3 anos no papel de amante, num relacionamento encoberto. Quando é descoberta e o relacionamento acaba, ela muda completamente seu modo de ser. Passa uma temporada isolada. Decide procurar alguém para casar e passa a desejar arduamente ter um filho, dada a necessidade de se redimir daquilo vivido.

8.14 O mais difícil no Poliamor é buscar os parceiros possíveis e disponíveis, num mundo que se divide entre monogâmicos e líquidos. Por isso, respeite as oportunidades raras encontradas, especialmente quando se encontram os parceiros interessantes. Não deixe o medo de amar e seus receios inconscientes bloquear a vivência dessa experiência amorosa em tempo.

8.15 A coragem, contra o medo, deve ser dos três, do casal que recebe e do novo(a) parceira(o). Como sempre é mais fácil para o casal suportar os receios de viver o Poliamor, será seu o dever acolher ao novo integrante, para que

ele/ela sintam-se confortável, seguro e possa abrir-se ao sentimento sem bloqueios e receios.

8.16 Ao responder essas perguntas abaixo, procure pensar em formas de superar os medos e receios, caso entenda haver condições de seguir em frente em face de uma oportunidade de viver o Poliamor. Caso contrário, o melhor seria desistir e deixar para outra oportunidade.

a. Avalie com sinceridade íntima seu desejo. Eu realmente quero viver um relacionamento poliamoroso estável, com compromisso e fechado?

b. Avalie os desejos dos parceiros. Eles querem sexo à três, curtição continua sem compromisso ou pretendem realmente estabilizar a relação contigo? Essa relação poliamorosa seria angular ou triangular?

c. Avalie os sentimentos envolvidos. Qual o nível de afeto entre vocês? Há alguma tensão, desacordo, diferenças críticas?

d. Avalie as perspectivas futuras. Vale a pena investir nesse relacionamento a longo prazo? O que poderão construir juntos? Qual a sinergia e possibilidades?

e. Avalie bloqueios familiares e sociais. Tenho algum receio do que poderá ocorrer ao saberem publicamente desse relacionamento?

f. Avalie riscos profissionais e na carreira. Posso sofrer consequências econômicas negativas deste relacionamento?

g. Avalie bloqueios morais ou religiosos. Sinto alguma forma de culpa, repressão ou receio de "estar fazendo algo de errado"?

h. Avalie riscos sanitários e pessoais. É possível confiar nos parceiros com segurança?

i. Avalie seus insights. Sinto algum incômodo nas situações que não decorra das situações anteriores?

8.17 Se você viveu uma experiência poliamorosa e desenvolveu algum trauma em relação a isso, deve rever suas escolhas amorosas antes de tentar novamente. Como dizia Freud, a pulsão neurótica pela repetição é algo inconsciente e pode resultar em mais do mesmo. Reveja especialmente suas escolhas de parceiros (personalidades destrutivas e amores errados), seu o foco (que não deve ser somente sexo) e sobre as expectativas esperadas na relação (compromisso, fidelidade e lealdade).

9 Possibilidades Poliafetivas

9.1 São inúmeras as possibilidades de viver o Poliamor Estável. Cada qual com suas características próprias. Todas válidas e todas possíveis de gerar mais satisfação e contentamento aos seus parceiros. Em regra, duas dominam: os angulares e os triangulares.

9.2 Vale à pena viver o Poliamor? Trata-se de uma resposta muito pessoal. A experiência afetiva será válida na medida em que você se permita experimentar isto como algo engrandecedor, a agregar prazer e mais sentimento. Caso não curta a experiência, a volta ao padrão monogâmico é sua prerrogativa a qualquer tempo.

9.3 Uma das perguntas que surgem é se um dos parceiros no Poliamor deve ser bissexual. Não necessariamente. Três pessoas heterossexuais podem conviver em uma relação poliamorosa angular, desde que o acordo de convivência delimite a intimidade a ser vivida

separadamente. Há ainda outras possibilidades, como a de trisais homoafetivos, transafetivos, com intimidade plena.

9.4 É possível amar mais de uma pessoa ao mesmo tempo? Tudo é uma questão de você ser poliafetivo e permitir-se vivenciar a duplicidade de sentimentos, sem se reprimir, se culpar ou introjetar está fazendo algo errado.

9.5 A construção do desejo é algo inerente a cada história de vida afetiva. Se a sua história o trouxe ao Poliamor, isto é sinal de que sua capacidade de amar foi sendo transformada no tempo, até surgir o desejo de experimentar novas formas de amar para além do tradicional.

9.6 Existem várias formas de união poliamorosa? Sim, a mais comum, no entanto, é a angular, aquela onde somente um parceiro mantém intimidade com os demais. Porém, a triangular, com todos os parceiros compartilhando afeto e intimidade entre si é aquela a representar a essência desafiadora do que seria o Poliamor nos dias de hoje.

9.7 A grande característica de uma pessoa poliafetiva é que ela consegue amar com intensidade e lealdade seus parceiros ao mesmo tempo. Sua busca amorosa vai além da monogamia tradicional, pois ela anseia e sabe que sua felicidade está em poder viver plenamente esse amor dúplice, sem medos, receios ou amarras.

9.8 Não é somente o Eros (amor sensual) que segura uma relação poliamorosa estável. Para dar certo, os parceiros devem vivenciar o Philos (amor amigo) e o Ágape (amor abnegado, sublime e doador).

9.9 Na obra o "Mal-estar na Civilização", Freud constata que quem foca sua felicidade somente no Eros (amor sensual) tem poucas chances de sucesso no longo prazo. Por isso, em relações amorosas, poli ou não, para dar certo e ser estável, o foco da busca deve ir além disso.

9.10 Enantiodromia amorosa, segundo Jung, são as oscilações naturais na forma de expressar o afeto. Uma pessoa líquida no passado pode estar casada e

monogâmica no presente, assim como buscar uma relação poliamorosa no futuro. Seria natural o desejo e a curiosidade de experimentar diferentes opções de afeto, especialmente novas formas de amar e ser amado(a).

9.11 Swing (troca de casais) é Poliamor? Em geral, não, pois a troca, em regra, tem foco na realização sexual. Porém, podem surgir sentimentos. Se isso ocorrer e se essas trocas se tornarem hábito, haverá uma abertura às relações poliamorosas em quadrisal.

9.12 Amantes são formas antigas de vivenciar o Poliamor, porém desleais com todos os parceiros. Em tempos de se valorizar a busca pela felicidade, o melhor seria agir com lealdade e abrir o diálogo sobre seus desejos e necessidades poliafetivas.

9.13 Não se deve confundir Amor Livre com Poliamor. Amor Livre é a abertura ampla ou com algumas restrições aos relacionamentos abertos ou a manutenção de parceiros em rede, sem qualquer compromisso fechado.

9.14 Personalidades abertas a transpor os limites da realidade e a criar seu próprio tempo e espaço por experiências corporais, sensíveis ou cognitivas são mais predispostas a transcender os limites monogâmicos do amar. Assim, tendem a experimentar várias formas de afeto, em busca de mais altos graus de gozo afetivo.

9.15 Signos influenciam a relação poliamorosa? Qual seriam as sinastras (combinações astrais) mais abertas ao Poliamor? Signos mais abertos a novas experiências, mais compreensivos ou menos possessivos, teriam vantagens em abrir-se a tais experiências, ao lado de parceiros de signos mais intensos e carregados de libido.

9.16 Poderia haver Poliamor com data certa, enquanto experimentações de curto prazo, entre amigos e afins? Seria uma opção, mas só cabe se o combinado avançar para além do sexo à três, em convivência e afeto. Caso contrário, não haverá relação poliamorosa, mas sim, de mero menage á trois, como qualquer outro, nada demais.

10 Formação do Trisais

10.1 O maior desafio poliamorista é sempre a quem adentra à relação de casal já existente. Isso só se faz ao introjetar as possibilidades a maior de cumplicidade, sentimento, segurança, conforto, pertencimento e estabilidade que alcançará nessa escolha à três.

10.2 Se você tem desejo de viver o Poliamor Estável, mas ainda está em dúvida ou receio, o caminho mais seguro é buscar escolher um casal adequado, perante o qual você sinta o acolhimento, o afeto e tenha estabilidade suficiente ao seu suporte emocional, até serem vencidos os ajustes necessários ao novo trisal.

10.3 Quando o Poliamor mora ao lado. Quantas não são as ocorrências onde há alguém por perto que também deseja seu amor e você nem se dá conta? Quem deseja viver o Poliamor deve ampliar sua acuidade para perceber as oportunidades afetivas próximas (trabalho/estudo).

10.4 Uma das coisas mais difíceis da vivência do Poliamor Estável ocorre quando um dos parceiros deseja abrir a relação monogâmica tradicional a esse novo patamar e outro não. Isso é bem comum de ocorrer.

10.5 Quando somente um dos parceiros quer se abrir ao Poliamor e o outro não, há algumas saídas: a) avançar sozinho (escondido ou autorizado); b) separar-se; c) iniciar a construção conjunta da poliafetividade, com respeito, falando sobre suas necessidades e buscando gerar conforto e segurança, para o outro parceiro avançar aos poucos no assunto.

10.6 O grande dilema da vida poliafetiva: encontrar parceiros interessados em poliamar ou que aceitem que você naturalmente é assim, tem essa necessidade de amar em duplicidade, para se sentir plena(o) e feliz, sem que para eles isso pareça mero desejo imoral ou estranho.

10.7 Quando um casal amadurece seu desejo por uma relação poliamorosa estável, vão à procura de terceira

pessoa aberta a viver o afeto de maneira plena, que adentre ao círculo amoroso com igualdade de direitos e possibilidades, a compartilhar esse espaço de convivência e de intimidade fechado.

10.8 Pode acontecer que, casais abertos a relações sexuais eventuais junto a terceira pessoa, aos poucos comecem a amadurecer o desejo de procurar uma relação estável poliamorosa, a mais do que somente sexo, a compartilhar os sentimentos à três. Daí o Poliamor Estável ser uma construção em possível desenvolvimento.

10.9 Quando um casal busca uma terceira pessoa, é deles o dever de dar todo o apoio, atenção e suporte de boas-vindas à convidada(o). A meta é vencer o desnível emocional e permitir a integração do novo(a) parceiro(a), com equilíbrio à relação, com o mesmo compromisso e igualdade dos outros participantes.

10.10 Viver o Poliamor requer uma construção em desenvolvimento. Aos poucos se vai reconfigurando os

sentimentos e a capacidade de amar. Aos poucos se vai permitindo uma abertura maior à poliafetividade e à presença compersiva de mais de uma pessoa na sua vida.

10.11 Para viver o Poliamor, você tem que acreditar que é possível manter uma relação afetiva saudável com mais de uma pessoa. Segundo passo mental, você tem que contribuir para que as coisas caminhem neste sentido, ao fazer as concessões necessárias e os ajustes naturais de convivência em se amar duplamente.

10.12 Compersão não é somente o oposto de possessão, mas também da competição afetiva no casal. Se cada, para “não ficar para trás”, buscar outro relacionamento paralelo estável e sem conexões recíprocas no casal, estaremos a falar de “amores livres” e não mais de Poliamor.

10.13 Um relacionamento poliamoroso tenderá a se tornar estável quando começar a ocorrer o aninhamento entre os parceiros. Isto é, quando o prazer da presença dos outros, o conforto em compartilhar as boas vivências, a confiança

e a segurança em dividir projetos e metas futuras, criar vínculos profundos de amizade, carinho e afeto recíproco.

10.14 Sentir-se parte plena da relação poliamorosa. Isto é, perceber-se enquanto parceiro é essencial ao seu sucesso do trisal. Para tanto, cabe ao casal de parceiros mais antigos ficar atento aos sinais de insatisfação do novo integrante. O ideal é ampliar a parceria para além da intimidade e dos sentimentos, em atividades profissionais, projetos e outras formas de interação social, capazes de criar a sensação de pertencimento e satisfação a todos.

10.15 Não existe relacionamento amoroso sem altos e baixos, sem crises de crescimento, sem desafios e necessidades de ajustes e concessões recíprocas para durar e se desenvolver no tempo. Assim também ocorre no Poliamor Estável. Toda relação requer um processo de adaptação dinâmico, até permitir os ajustes necessários aos níveis mínimos de satisfação a todos. Esse é o caminho para se chegar à estabilidade.

11 Intimidade e Vida Privada

11.1 Vida Íntima x Vida Privada x Vida Social. Quem quer viver o Poliamor Estável deve aprender a preservar sua privacidade. Não se engane, você está num país conservador. Assim, restrinja as informações do relacionamento conforme vá ampliando seu círculo de vida privada (família e amigos). Guarde sigilo em sua vida social (com quem não tem nada a ver com sua vida particular).

11.2 Assumir ou não assumir publicamente a relação poliamorosa? Essa é uma decisão delicada a ser tomada sem pressa e com ponderação recíproca. Devem ser avaliadas as repercussões sociais, familiares e profissionais. Se houver riscos à imagem ou situação profissional de qualquer dos parceiros, os demais devem fazer uma concessão à manutenção do sigilo, em nome da proteção da relação e por respeito aos parceiros.

11.3 Preconceito contra o Poliamor. "Pré" conceitos são coisas normais da vida e estão presentes em todas as sociedades humanas. Toda realização humana diferente, diversa, dos padrões estabelecidos e cristalizados na cultura dominante, sofrem algum tipo de preconceito. Há os preconceitos velados e há os explícitos. Quando os velados, não há nada a se fazer, pois dizem respeito ao foro íntimo, subjetivo, moral de cada um. Quanto aos explícitos, desde que não configurem alguma forma de agressão, humilhação ou difamação, o melhor é se afastar e proteger o trisal de maiores complicações sociais.

11.4 Todo trisal deve ter em seu acervo amoroso de confraternização, no mínimo 3 taças e 2 vinhos. É bastante curioso observar como as pessoas podem estranhar quando você diz que quer comprar coisas para ou à três. Não ligue, diga apenas que vai compartilhar, com as pessoas amadas, seus melhores momentos, o que todos concordarão, sem dar mais detalhes.

11.5 Falando de bebidinhas para compartilhar com os poliamores, as preferidas são as decorrentes da fermentação das uvas: vinhos e frisantes representam no inconsciente coletivo momentos de alegria e confraternização, de socialização, quando predomina o bom papo, a proximidade e o convite à boa mesa.

11.6 Fique atento na hora de quebrar o gelo e gerar descontração. Permitam-se que a conversa inicial seja mais leve e o momento seja encarado com mais prazer e menos expectativas. O ritual inicial pode vir acompanhado de um jantar, para a sintonização recíproca, a criar a conexão necessária para que se possa avançar com calma na relação, sem atropelos ou foco estritamente sexual.

11.7 Dia dos Namorados em trisal estável é algo muito precioso para quem é poliafetivo e assim, se sente feliz e satisfeito neste tipo de relação amorosa estável. Há que se aproveitar a data com muito cumplicidade e alegria em comemorar o encontro do destino do trisal.

11.8 Algumas coisas são curiosas. O casal fica por dois anos em monogamia, abertos na procura de uma nova parceira. Quando encontram a companheira esperada e se fecha o trisal satisfatoriamente, de repente, começam a aparecer várias pessoas interessadas. Tem coisas que só se explica na Psicanálise, como este fato de que, a realidade afetiva libidinal de um trisal recém-formado é um impulsionador imediato do interesse afetivo alheio.

11.9 É importante saber lidar com essas oportunidades afetivas fora do Poliamor quando estável e em relacionamento fechado. Uma vez formado o trisal, haverá uma acentuação libidinal dos parceiros, a ponto de chamar a atenção e o interesse de outras pessoas fora da relação.

11.10 Viva e deixe viver. Cada um dentro de sua livre expressão privada, de valores, afetos e possibilidades. Paz a todos, diversidade e aceitação recíproca das diferenças acima de tudo. Respeito para que sua liberdade afetiva também seja respeitada. Ninguém é obrigado a nada.

12 Realização Poliafetiva

12.1 Os termos poliamor e poliafetividade não são usados como sinônimos. Em regra, Poliamor designa o relacionamento amoroso estabelecido entre três ou mais pessoas. Poliafetividade designa a capacidade, desejo ou fato do indivíduo vivenciar sentimentos por mais de uma pessoa ao mesmo tempo. Logo, para haver Poliamor, a pessoa deve se abrir à poliafetividade.

12.2 O "coração" é o símbolo uno do sentimento. Mas a questão é saber quantos amores cabem no seu coração. Quando se observa a realidade afetiva de parte das pessoas, cada "coração" comporta uma infinidade de afetos diferentes. O único requisito é você estar bem consigo, para poder estabelecer em equilíbrio a quantidade de afetos que desejar a partir daí.

12.3 O Poliamor Estável, estabelecido em relacionamento com compromisso firmado entre os parceiros, seria a forma mais efetiva de equilibrar os controles morais inconscientes

do Superego, com o desejo de vivenciar o amor dúplice. Isso permitiria um saudável direcionamento das pressões inconscientes monogâmicas, a favor da estabilidade nas uniões poliafetivas.

12.4 O que diferencia emoções de sentimentos, é o fato de que as primeiras são inatas, instintivas, enquanto, por outro lado, os sentimentos requerem elaboração psíquica para existir. Só chega ao Poliamor Estável quem consegue fazer a elaboração a maior dos sentimentos, a qualificar seu desejo, permitir vivenciar afeto por mais de uma pessoa, ao mesmo tempo e a superar a emoção básica do medo.

12.5 Uma pessoa ou um casal, à procura de ampliar sua situação monogâmica ao Poliamor, poderia passar por experiências variadas em termos de relações abertas com sentimentos superficiais, até encontrar o parceiro(a) adequada(o) a fechar o relacionamento à três, com estabilidade e satisfação sentimental a todos. Isso é natural e não desmerece quem está na busca e ainda não conseguiu superar a fase das experiências superficiais.

12.6 O importante é refletir que, no amor, não existem caminhos fechados, todos são possíveis de serem trilhados, desde que esse seja o preço a ser pago para ser feliz e vivenciar o seu desejo poliafetivo. Quem anda à frente de seu tempo não foge aos desafios.

12.7 “Depois de alguns rompimentos, por vezes traumáticos, resolvi mudar minha concepção de possessão no amor. Se meu parceiro tiver de amar outra pessoa, que a faça com minha participação e dentro das minhas exigências. Depois disso, percebi que minha relação amorosa adquiriu um novo patamar de diálogo, lealdade e cumplicidade (Relato; C.T, psicóloga).

12.8 Segundo pesquisa australiana, pessoas solteiras tendem a paquerar (ou ficar) com até seis pretendentes no mesmo período. Resultado disso, a pessoa estabelece uma conexão poliafetiva, mas superficial com vários

parceiros e assim, restringe o aprofundamento do afeto em todos eles.⁶

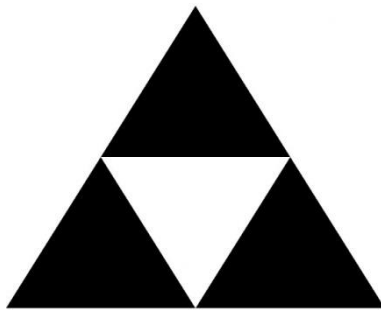
12.9 A realização afetiva é mais complexa para quem é poliafetivo. Você sabe o que deseja encontrar, tem noção clara dos desafios de viver um relacionamento poliamoroso estável, porém, não consegue ser de outro modo. Sua essência afetiva deseja a vivência compartilhada à três. É seu modo de ser e expressar o afeto, a demandar uma busca necessária pelo complemento de dois amores, um desafio num mundo dominante monogâmico e líquido.

12.10 Na realização afetiva do poliafetivo pode rolar um estranhamento do modelo tradicional de relacionar-se. Há ainda uma dificuldade em se fazer compreender, pelos riscos de se reduzir o Poliamor a uma mera libertinagem. Isso pode até gerar um falso sentido de inadequação com a realidade do mundo monogâmico, quando, na verdade,

⁶ <http://emails.estadao.com.br/noticias/comportamento,solteiros-paqueram-seis-pessoas-ao-mesmo-tempo-diz-site-de-relacionamento,10000093961> Acessado em 12/09/2017

trata-se apenas de uma forma diferente e personalíssima de amar e ser amado, a ser entendida como elemento da própria constituição individual, seu modo de ser e amar.

12.11 O caminho ao Poliamor está em entender suas demandas poliafetivas e dialogar, de maneira clara e leal, com seu parceiro(a) sobre o assunto. O ideal, é o respeito e o carinho ao abordar o tema, de tal maneira que fique claro não se tratar de uma imposição, mas da abertura de novas possibilidades de maior satisfação afetiva ao casal. Não tenha pressa, tenha paciência. Compersão não é algo que se adquire do dia para a noite, precisa tempo, reflexão e evolução, até que possa ser introjetada e o parceiro poder decidir ou não por este caminho, com liberdade.



13 Poliamor e Direito

13.1 A primeira declaração de união estável poliamorosa do Brasil foi registrada no cartório de registro das pessoas naturais, na cidade de Tupã, interior de São Paulo, em 2012. O documento foi assinado por uma família carioca, formada por um homem e duas mulheres, que já viviam juntos há três anos e teve de se deslocar até lá, pois, naquele momento, foi o único tabelionato em que autorizaram o registro.

13.2 Desde 2012, outros cartórios do Brasil começaram a aceitar o registro declarações de união poliafetiva. Com a repercussão havida, o CNJ (Conselho Nacional de Justiça) iniciou estudos sobre a legalidade desses atos notariais e recomendou a suspensão dos registros.

13.3 Sobre a questão do "estável" ao Poliamor. Sugere a busca pela união estável poliafetiva, no sentido de focar-se nos relacionamentos poliamorosos duradouros e com compromisso jurídico entre os parceiros. Parte-se da

observação psicanalítica de que esta possa ser uma opção mais satisfatória de vivenciar essa forma de amor dúplice, para além da liquidez superficial dos relacionamentos abertos, incorretamente também considerados Poliamor.

13.4 Uma das coisas mais importantes no Direito e na Psicanálise contemporânea é sua face libertária, democrática, de dignidade e igualdade. Seja livre e busque o que você deseja para amar e ser amada(o). Se for feliz de maneira monogâmica, ótimo! Caso queira outra opção, ótimo também, pois o Poliamor está aí enquanto experimentação válida, a ser dosada até você achar o ponto certo de sua realização afetiva.

13.5 Só existem duas situações onde a ética exigirá uma revisão da postura afetiva individual: a) quando fizer mal a si (autodestruição); b) quando fizer mal a outrem (heterodestruição). Nesses casos, haverá posturas que objetivamente não serão aceitas, pois contrariam a saúde mental (transtorno/psicopatia) ou as leis (crimes e abusos).

13.6 A Justiça Brasileira já vem reconhecendo os efeitos patrimoniais das chamadas "uniões dúplices", quando uma pessoa mantém duas famílias em paralelo e está casado em uma delas e/ou vive em união estável com ambas. Nesses casos, a divisão do patrimônio do marido comum, em caso de morte desse, deve ser feita entre a esposa e a companheira e os filhos recíprocos havidos.⁷

13.7 Outra situação jurídica interessante é sobre a paternidade e maternidade biológica, a qual, segundo o STF, não afasta a socioafetiva. Logo, todos os parceiros do casal serão considerados genitores em iguais condições, durante e mesmo após eventual término da relação poliamorosa.⁸

13.8 O registro das uniões estáveis deve ser feito no Ofício de Registro das Pessoas Naturais, conforme provimento

⁷ <http://www.conjur.com.br/2006-jul-25/tj-rs-reconhece-uniao-estavel-paralela-casamento> Acessado em 12/09/2017

⁸ <http://www.migalhas.com.br/Quentes/17,MI246020,61044-STF+reconhece+dupla+paternidade> Acessado em 12/09/2017.

n.º 37/2014, do Conselho Nacional de Justiça. Analogicamente, o registro das uniões poliafetivas estáveis, deveria ser também feito neste tabelionato específico. Porém, como se trata de ato inovador, tudo indica que o caminho é o Tabelionato de Notas, uma vez que tal acordo figure, ao menos, como negócio jurídico declarativo, de natureza patrimonial entre pessoas livres, maiores e capazes.

13.9 Uma outra saída é o Direito Digital. Isto é, registrar a declaração de união poliafetiva na “Blockchain” e depois autenticar em cartório o registro realizado. O procedimento, apesar de inovador, configura negócio jurídico como outro qualquer, a produzir efeitos especialmente patrimoniais. A vantagem do registro digital é a possibilidade de sua comprovação futura, enquanto sociedade de pessoas.



14 Poliamor e Livros

14.1 A tradução correta da obra "O Mal-estar na Civilização" de Freud, deveria ter sido "O Mal-estar na Cultura" (Das Unbehagen in Der Kultur). A cultura dominante se, por um lado, permite ao indivíduo viver e adaptar-se em sociedade, por outro, estabelece correntes normalizantes, limitando a individualização de sua realização afetiva. Daí o espaço de contracultura e até do Poliamor perante a regra monogâmica.

14.2 A cultura oriental, indiana e chinesa, sempre elevou o amor e o sexo a um grau de conexão energética e espiritual, pouco entendido pelo modelo ocidental, voltado à mera descarga pulsional instintiva. "O Amor Mágico" é uma obra introdutória para se reconfigurar a importância e o valor da intimidade com estabilidade afetiva.

14.3 A obra de 727 páginas, "As Mulheres de Freud", demonstra que, para além das pacientes estudadas, a construção da Psicanálise deve muito às contribuições de

grandes mulheres psicanalistas. Lado a lado com Freud, especialmente em relação ao seu papel libertário e revolucionário do afeto, elas participaram diretamente da construção deste conhecimento.

14.4 Para quem quiser entender mais sobre o Complexo de Édipo e seu papel na estruturação da relação poliamorosa, uma leitura inicial, da Psicanálise atual, bem didática e de fácil obtenção é a obra "Édipo: o complexo do qual nenhuma criança escapa", de J.D.Nasio.

14.5 "Amores Líquidos", de Zygmunt Bauman, sem dúvida é uma obra essencial para se entender a Era dos Amores Líquidos. A partir dela, será possível ter a consciência de que a busca pelo afeto deve ser feita com critérios conscientes e focada em sustentabilidade relacional.

14.6 "Amor à Três", de Regina Navarro Lins e Flávio Braga tratam do Poliamor em dois contos diferentes, intercalados por análises psicanalíticas das ocorrências verificadas em cada tipo de vivência contada: MHM, HMH e até MHMH.

15 Quadrisais

15.1 Quadrisais são possíveis? Se relacionamentos à três são complexos, imagine caso se agregue afetivamente uma quarta pessoa. Não que seja impossível viver um relacionamento estável entre quatro pessoas, mas será um desafio a todos os parceiros manterem-se nesse conjunto no longo prazo, de maneira equilibrada.

15.2 Quadrisais, são relacionamentos poliamorosos entre quatro pessoas. Trata-se de um verdadeiro desafio a ser vivido e, como, na prática, são raros os casos onde tais encontros do destino, são poucas as experiências havidas.

15.3 Quadrisais são relações complexas pois envolvem seis relações bilaterais, que devem ser adaptadas a todo o momento, para se poder manter o relacionamento estável entre todos: A com B; A com C; A com D; B com C; B com D; C com D. Logo, diferentemente dos trisais, onde há três relações bilaterais, aqui, apesar de haver somente mais um

parceiro, as relações bilaterais entre eles duplicam e isso gera uma complexidade de afetos, a ser ajustada.

15.4 Ao se tratar dos muçulmanos, esta religião permite a formação de trisais e também de quadrisais, sendo este o limite máximo de relacionamentos permitidos entre um homem e suas mulheres. Lembrando que a religião islâmica somente permite a poliginia, assim, a única configuração possível ao quadrisal seria HMMM.

15.5 No Brasil, não há ainda histórico de uma união polihomoafetiva registrada em escritura pública. Seria a possibilidade de ser formado um quadrisal apenas composto por homens ou por mulheres. Interessantemente, fora o aspecto sexual deste relacionamento, tal forma de grupamento afetivo refletiria o clã de 4 amigas (os), sem que qualquer questionamento sobre a quebra do padrão monogâmico pudesse ser feita.

15.6 Mas seria psicanaliticamente possível nutrir afeto por 3 pessoas ao mesmo tempo? Do ponto de vista afetivo,

sim. Porém, manter-se um afeto por três pessoas, de forma a permitir suas participações na vida íntima, de maneira estável e contínua, leva poucos a se arriscam a vivenciar. Em grande parte dos casos, há relações abertas, líquidas e sem compromisso, quando há tal número de parceiros.

15.7 Pode haver quadrisais onde não necessariamente todos tenham intimidade entre si. Por exemplo, quando dois casais estabelecem um compromisso onde somente dois ou três deles mantêm intimidade. Tais ajustes são decorrências de cada caso e história de vida dos parceiros, dentro das necessidades afetivas e, desde que haja concordância de todos, por sua livre opção afetiva.

15.8 O swing (troca de casais) pode ser uma porta inicial à formação de um quadrisal. Se houver afinidade e amizade entre os casais, outras ligas além de sexo e afetividade poderão ser formadas entre eles, a ponto de gerar uma relação poliamorosa estável e duradoura.

15.9 No livro, "As Boas Mulheres da China", que retrata as condições humanas de mulheres naquele país socialista, há a descrição de um exemplo recorrente de poliandria. Segundo a autora "Xinran", em rincões da China, por falta de mulheres, em virtude das políticas de controle da natalidade, muitas famílias de irmãos acabam por se unir a uma mesma mulher, com quem formam trisais e quadrisais, dentro do formato MHHH.

15.10 De toda sorte de possibilidades poliamorosas, há estudos sobre uma tendência dos idosos estabelecerem grupos de amigos para conviverem juntos na velhice. Até que ponto tais formas de relacionamento, na terceira idade, quando vencidos grande parte dos dilemas relativos à sexualidade, não refletirão a formação de quadrisais e outras formas de encontro poliafetivo?

15.11 Evite ostentar, "lacrar" ou "causar" com sua realidade poliamorosa em quadrisal. Isso só aumentará a resistência social a novas formas de amar e gerará conflitos desnecessários, quando cada um deve cuidar de sua vida.

16 Sexualidade

16.1 Não se deve confundir orgia com Poliamor. Se você busca sexo grupal, seu desejo está focado na realização instintiva, líquida e instantânea, aquém do contexto da vivência poliafetiva complexa e prolongada de um relacionamento estável. Poliamor vai muito além dos instintos, na medida em que envolve a realização afetiva e isso implica em sentimentos construídos e projetos de vida a serem desenvolvidos à três.

16.2 Quem busca saudavelmente o Poliamor deve entender que o "gozo", termo psicanalítico que não significa apenas ter orgasmo, mas sim, compartilhar todas as formas de prazer, é a base de sustentação dos relacionamentos estáveis. Há gozo desde o carinho numa simples troca de sorrisos, até no cuidado com que se trata e se respeita os parceiros poliafetivos.

16.3 O desejo é o motor do amor. Sem desejo não há a busca do objeto amado. Sem desejo, não há a necessidade

do seu beijo, do seu sorriso, do seu olhar. Sem desejo, o corpo fica inerte à chamada do instinto, que une e aproxima pelo lado mais íntimo da alma. Culpar o desejo pelos males da humanidade é atribuir ao impulso da vida, responsabilidade que não lhe cabe, pois a cada um é dado a livre escolha do que desejar e transformar em realidade.

16.4 Surgirá uma noção distorcida do Poliamor se o imaginar a partir de uma cena de sexo entre três pessoas num filme erótico. Mude o foco e procure visualizar como seria sua convivência antes e depois daquele ato, nas demais 24 h do dia, nos próximos meses e até anos. Haveria amor, cumplicidade e parceria? Feito isso, começará a entender melhor o que é uma união estável poliafetiva, enquanto relacionamento e não apenas sexo.

16.5 Mas existem relacionamentos poliamorosos focados somente em sexo? Como disse Freud, na obra "O Mal-estar na Civilização", contam-se nos dedos os relacionamentos afetivos focados somente na

instintividade que avançam no tempo. Eles acabam sendo líquidos. Sem outras ligas, nada persiste.

16.6 Não se quer dizer que o sexo tenha pouca importância na vida de qualquer relacionamento (sexo é a base da vida afetiva). Apenas se quer dizer que, junto à vida sexual desejada, deve haver sentimentos e outras formas de conexão entre os parceiros, para que a experiência poliamorosa seja mais rica e os relacionamentos mais estáveis e satisfatórios a todos os parceiros.

16.7 A busca individual ou do casal por sexo poderá ser a porta de chegada ao Poliamor. É normal que só com o tempo e com as experiências se alcance a maturidade necessária a vivenciar um relacionamento estável. Trata-se de um processo poliafetivo em desenvolvimento, cujo fator sexual poderá ser a motivação única no início.

16.8 As neuroses sexuais são problemáticas quando nos extremos, como já dizia Freud. Porque ou se vive a obsessão puritana (Superego repressor), ou se vai ao outro

polo, da libertinagem perversa (Ide). A saída está em se buscar o equilíbrio sexual saudável, isto é, sem extremos.

18.9 Libertinos perversos, em gradações que podem chegar até aos "psicopatas do amor", cujo esporte está em conquistar mais parceiros sexuais do que se relacionar, utilizam-se do termo "Poliamor" para encobrir sua busca somente por sexo. Apenas focados no prazer instintivo para preencher seu vazio interior, não desenvolvem compromissos, sentimentos, nem limites aos seus atos.

18.10 Um exemplo atual e grave de libertinos perversos está no "Clube do Carimbo". Traduzindo: pessoas soropositivas com HIV que realizam silenciosamente a chamada "carimbada", ou seja, transmitem dolosa e voluntariamente o vírus aos seus parceiros sexuais. Quem busca o Poliamor Estável deve ter cuidado dobrado com seu corpo e na escolha dos potenciais parceiros afetivos.

18.11 Como é possível transformar o sexo à três em relação poliamorosa estável? Antes de tudo, há que se

verificar se os parceiros têm real interesse afetivo em tentar esse aprofundamento relacional. Em caso afirmativo, a segunda demanda será encontrar novas ligas para além do sexo, tais como projetos e realizações de longo prazo conjuntas na vida, para que ocorra uma sinergia de propósitos e metas futuras entre o trisal e todos se sintam envolvidos na relação estável a ser criada.

18.12 Por que Poliamor Estável? Pois libertinagem representa o excesso da liberdade, a máxima desmedida do querer instintivo. O desejo incontido transforma a realidade em algo insuportável, uma construção de relacionamento impossível, quando se ultrapassam certos limites de intimidade só voltados ao sexo.

18.13 Há um erro comum em desejar somente sexo enquanto propõe um relacionamento poliamoroso aos potenciais parceiros. Pergunte-se intimamente, se você quer sexo ou algo mais estável com duas pessoas? Terei maturidade e espaço em minha vida para estabelecer avançar em realização conjuntas?

18.14 Um coacervado sexual, isto é, um conjunto de indivíduos que mantém intimidade conjunta não necessariamente vivem o Poliamor. Sexo é premissa, porém não é resultante. Sem afetividade compartilhada e sem contrato amoroso, não há estabilidade ou relacionamento efetivado. Poliamor vai além de corpos. Poliamor requer conexões afetivas, cumplicidade e capacidade de construir, através de concessões e desejos recíprocos, uma vida estável à três vai além dos genitais.

18.15 Poliamoristas geralmente são demissexuais. São pessoas que, para viverem alguma sexualidade satisfatória com alguém, dependem da formação de uma conexão afetiva com o objeto amado. Para tais tipos de pessoas, a existência de uma ligação com o outro é maior que seu desejo pelo outro, quando pensam em eleger um objeto amado. Por isso que, aqueles que optem pelo "Poliamor" ao darem vazam à sua poliafetividade, não o fazem em busca da liquidez, mas sim, em forma de ligações fechadas com aqueles com quem desejem viver esse amor plural.

19 Contrato Poliamoroso

19.1 Toda relação humana precisa de regras, a serem estipuladas previamente, para que essa interconexão humana possa perdurar no tempo. Sem regras expressas, surgiram regras práticas, conforme os hábitos a serem ajustados aos poucos entre o trisal. Entretanto, o melhor mesmo é a determinação dos limites a serem estabelecidos em comum acordo entre todos, visando a sustentabilidade da relação poliamorosa.

19.2 Ser poliamorista é:

- a. Aceitar sua necessidade e desejo de amar duplamente;
- b. Agir lealmente com todos, deixando clara sua opção;
- c. Avaliar diariamente seu nível de possessão/compersão;
- d. Privilegiar seus parceiros com o máximo de carinho e amor;
- e. Investir seu tempo em compartilhar vivências prazerosas, viagens, encontros românticos e curtições recíprocas;

f. Somar seu projeto de vida e de realização aos seus parceiros.

19.3 Não é Poliamor:

a. Poligamia no Brasil (pois é crime casar-se duas vezes);

b. Poliafetividade líquida (manter várias relações superficiais sem ou com compromisso tênue);

c. Ménage à trois (sexo à três, pois isto somente é um ato de intimidade);

d. Amizade à três sem intimidade nenhuma;

e. Restringir seu desejo de experimentar o trisal por receio e deixar a vida e as oportunidades passarem sem aprender a amar com elas.

19.4 Um grande desafio da formação dos trisais triangulares, quando partem de um casal já existente, está em conseguir equalizar o contrato amoroso em relação ao novo(a) parceiro(a). Isto significa repactuar a relação de igual para igual à três, com as mesmas possibilidades, direitos e deveres a serem cumpridos por todos.

19.5 Só com igualdade entre todos os parceiros o Poliamor ensinará a constituição de uma união estável a ser reconhecida. Enquanto se tratar o novo parceiro(a) como terceiro eventual e possivelmente dispensável, não haverá ainda relação poliamorosa estável estabelecida.

19.6 A vida segue. Pode chegar aquele momento em que um dos parceiros não deseje mais viver em Poliamor. Para a Psicanálise, sempre deve prevalecer a liberdade do desejo e a responsabilidade pelas escolhas feitas. Hora de seguir em frente, para todos.

19.7 Felicidade não pode ser imposição, deve ser libertação. Se um não quer mais, liberte-se e liberte-o a seguir, com a certeza que outros poliamores virão, independente do momento de luto da perda a ser vivido.

19.8 Quem olha o Poliamor de fora, acaba por não entender sua essência, e pode achar que tudo acaba em sexo. Quem o vivencia na prática sabe que um relacionamento poliafetivo vai muito além disso. Requer

sentimentos elaborados, compersão, conquanto um bem querer do outro capaz de aceitar a presença de mais um amor na sua vida. Tal nível de afeto, para ocorrer, precisa ser construído, pouco a pouco, em confiança e lealdade, mas acima de tudo, respeito mútuo e regras estabelecidas.

19.9 No contrato poliamoroso é equivocado pensamento popular de que parceiro do vértice seria o maior "beneficiado(a)", por ter dois parceiros do outro sexo a compartilhar o relacionamento poliamoroso. Há aqui uma falsa ideia de dominância de sua condição privilegiada, que não se sustenta na prática. Pelo contrário, se ela ou ele não tiver condições de cuidar e contribuir para a satisfação dos outros parceiros, rapidamente o compromisso assumido será rompido.

19.10 Não confunda o parceiro do vértice, com o parceiro central da reação. Ambos não necessariamente estão fixados no mesmo parceiro, apesar de terem iguais deveres de suporte à relação, material, psicológico ou mental, para que ela possa manter-se em equilíbrio.

19.11 Quem está na posição privilegiada do vértice, no relacionamento poliamoroso triangular MHM ou HMH, tem, na prática, de servir seus parceiros(as) com o melhor de si, ao colaborar para a equalização do trato a ambos e dirimir eventuais competitividades inconscientes, possíveis de acontecer. Sem isso, o relacionamento tenderá ao desequilíbrio e o parceiro mais frágil poderá desistir.

19.12 A curiosidade de viver a experiência poliamorosa é saudável, desde que se tome algumas medidas básicas, para que se possa seguir em frente, caso não goste e queira voltar ao modelo tradicional monogâmico. Primeiro, manter o sigilo é essencial para a proteção da imagem de todos. O segundo passo, é estabelecer o contrato de convivência e fechar a relação à três. Terceiro, tomar os cuidados preventivos à saúde e intimidade compartilhada.

19.13 Da mesma forma que um relacionamento tradicional, no Poliamor, mesmo não estando no vértice ou sendo o parceiro central, você deve dar uma contribuição à estabilidade. Isto se faz na sua efetiva colaboração para a

sustentação da relação, no suporte às demandas do outro, nas concessões, na resiliência perante as frustrações e no cumprimento das regras combinadas. Sem isso, a chance de algum relacionamento, dar certo, é baixa.

19.14 O Contrato Poliamoroso, uma vez escrito, poderá ser elaborado por instrumento particular, ou por registro de escritura pública de união poliafetiva estável.

19.15 Não existe perfeição amorosa, mas sim, um “mínimo” de satisfação possível esperada, em qualquer relacionamento humano. Esse entendimento demora alguns anos para ser atingido. Assim, se vai aceitar uma união poliafetiva estável, assuma suas responsabilidades, a inclui os deveres de lealdade, dedicação e cooperação, e a fazer as devidas concessões à sua sustentabilidade.



20 Freud e Jung

20.1 Há que agradecer aos dois grandes pensadores da Psicanálise, por sua contribuição em decifrar os caminhos obscuros da afetividade e do amor. Sem eles, hoje não poderíamos avançar e enfrentar a temática do Poliamor Estável, com a dimensão que a temática merece. Sigmund Freud e depois Carl Gustav Jung, os grandes precursores da terapia dos inconscientes humanos.

20.2 Freud e sua Psicanálise tornaram-se algo mítico na cultura ocidental. Relacionados ora com a sexualidade humana e ora com a estruturação da vida civilizatória, não há como negar o seu papel hegemônico ocupado nestas temáticas essenciais à existência dos afetos na personalidade individual.

20.3 Freud era um estudioso da cultura, logo, da linguagem humana, daqueles complexos signos comunicativos e simbólicos que permitem aos indivíduos estabelecerem uma sociedade estruturada de significados, formas de ser

e de experimentar a vida. É isso que nos diferencia dos animais no tocante aos instintos sexuais, cuja elaboração, em termos de forma de viver o afeto, podem ser as mais variadas possíveis.

20.4 Por seu turno, Jung avançou no estudo dos arquétipos e do Inconsciente Coletivo, enquanto conjunto de informações culturais que antecedem a existência do indivíduo e, por isso, influenciam diretamente sua estruturação da personalidade. O indivíduo introjeta a cultura, para depois, mais à frente de sua vida, reviver a experiência arquetípica com sincronicidades e desejos.



21 Poligamia

21.1 No Islã, há obrigatoriedade do policasamento (poligamia), para poder haver o Poliamor Estável. Ou seja, só há permissão legal ao Poliamor a partir do matrimônio. Com a poligamia (mais de um casamento) é que pode ocorrer a poliginia, onde um homem estabelece contratos maritais com mais de uma mulher. O limite é de até quatro casamentos, sendo mais comum observar dois.

21.2 Apesar de ser permitido em países como o Líbano que as muçulmanas optem ou não pelo uso do véu (mishm hajabi = mulher sem véu), o relacionamento afetivo entre homens e mulheres é rígido e requer o casamento. Uma vez casados, o arranjo poliamoroso somente poderá ser angular, ou seja, o marido deverá manter intimidade em separado e intercalado com suas esposas e nunca conjuntamente.

21.3 Por último, cabe frisar o dever do marido agir com respeito, proteção e fidelidade, assim com equanimidade

perante suas esposas, sem qualquer diferenciação, sendo seu o ônus de prover sua subsistência. Elas poderão pedir a anulação do casamento ou divórcio em caso de não cumprimento dos deveres maritais. Assim, compromisso e respeito são requisitos legais e religiosos aos trisais muçulmanos no Poliamor Estável.

21.4 Para melhor entendimento, vide referências bibliográficas específicas sobre o assunto, indicadas ao final desta obra.



22 Resolução de Conflitos no Trisal

22.1 Uma das coisas mais difíceis para o trisal ocorre quando um dos parceiros se afasta em razão de uma briga. Se realmente os parceiros forem poliafetivos e tiverem sentimento e envolvimento íntimo, será atingida toda a relação. Esse é um momento complexo e crítico.

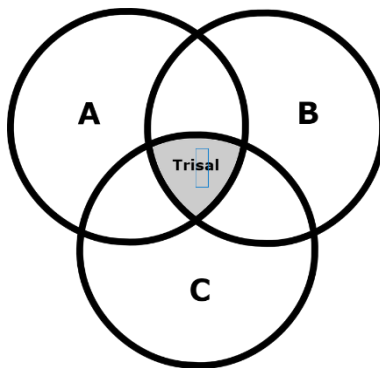
22.2 Quando um dos dois se afasta, isto requererá urgentemente que algum dos dois que restaram, tente apaziguar os ânimos e reaproximar o trisal.

22.3 Como lidar com a competição entre parceiros no trisal? Sem dúvida, por mais que haja compersão, algum nível de competição é humano e naturalmente esperado, especialmente entre os parceiros do mesmo sexo.

22.4 Lidar com a competição requer diálogo direto e o compromisso de todos em tentar encontrar um equilíbrio possível. Outrossim, ao parceiro do outro sexo, cabe o

dever de evitar tais ocorrências e mediar para o equilíbrio da relação e não achar graça ou estimular divergências.

22.5 (Mediação de Conflitos em Trisais). Há que se entender que todo relacionamento poliamoroso é formado por uma interseção de afetos. Todavia, há que se observar que, além do ponto de conexão central a unir os três parceiros, há as interseções colaterais, a unir os parceiros dois a dois, formando assim, um conjunto de 3 relacionamentos diferenciados no trisal (A com B, B com C, C com A). O equilíbrio e o balanceamento constante dos conflitos havidos nessas conexões colaterais é que influenciará diretamente na sustentabilidade e manutenção do relacionamento poliamoroso no tempo.



22.6 Até em trisais triangulares, onde todos mantêm afeto e intimidade recíproca, os desentendimentos tendem a ser nas relações colaterais, isto é, entre dois parceiros, como se fosse uma briga comum em casais monogâmicos. Neste caso, sempre haverá um parceiro mais equidistante do problema e dificilmente será observado um desentendimento dos três ao mesmo tempo. Quando a briga é grave, um dos três acaba por deixar a relação, que volta a ser monogâmica e bilateral, com essa saída.

22.7 Diferenças são algo normal em qualquer relação, o que também ocorrerá nas relações poliamorosas. No trisal, as diferenças ficam mais intensificadas, porque há mais uma fonte de desejos e de busca de satisfação afetiva a ser equalizada, para que o relacionamento dure. O caminho deveria ser pelo diálogo à três, a discutir abertamente os problemas vividos, cara a cara, olho no olho, na presença de todos. Logo, deve-se falar dos problemas e insatisfações com máximo jogo aberto. Há que se estar preparado a fazer concessões, dar sua

contribuição, abrir mão, desapegar-se de certas exigências para se que se encontre o equilíbrio sustentável à três.

22.8 Nem sempre se pode ter tudo, nem sempre se pode vencer todas. Se isto ocorre num relacionamento, alguém está por se anular a favor dos demais e isso gera desequilíbrio e um quadro de insatisfação que eventualmente levará a um rompimento futuro. Porém, não se deve aliviar as insatisfações falando mal de um parceiro ausente ao outro. Se fizeres isso, estará por iniciar e exclusão de um dos parceiros. Uma pergunta que deve ser feita, quando se há um conflito e o parceiro está irritado, agressivo e sem abertura ao diálogo é saber exatamente qual o motivo daquele aborrecimento. Sem saber a real causa de algo, não é possível o diálogo. Evita-se assim as birras infantis, sabotagens e outras imaturidades. As coisas devem ficar claras para todos, até para se avaliar a oportunidade de se avançar ou encerrar a relação.

22.9 Quando a discussão está intensa e o acordo difícil de ser obtido, deve entrar em cena a posição do mediador da

relação. Geralmente é aquele que está mais isento na discussão e que deve assumir o papel neutro de equilibrador e pacificador entre as partes. Querer se isentar nestes momentos de tensão e deixar que os outros dois resolvam seus problemas é um ato incorreto, um equívoco a ser evitado. Não há isenção se o relacionamento é à três. Se o mais isento não participar e ajudar a resolver o problema, também estará envolvido nas consequências de sua não solução.

22.10 Seja proativo, assuma a responsabilidade por mediar os conflitos por amor a seus parceiros e tente contribuir ao reequilíbrio de todos, sem tomar partido das posições em conflito, a contribuir para que os ânimos se acalmem e o diálogo possa ser retomado com pouco a pouco.

22.11 Uma das coisas mais desleais durante os conflitos de trisais, seria o parceiro mediador se aproveitar da crise entre os dois outros parceiros para fomentar a discórdia e o afastamento definitivo de um deles, afim de "monogamizar" a relação para si.

22.12 Mediar, por vezes, requer que você seja o bombeiro da relação num primeiro momento. Chame os parceiros à consciência e ao discernimento. Peça para darem um tempo na conversa acalorada. Diga o que está vendo eles emocionalmente exaltados e que isso é ruim para o trisal, sem tomar partido. Demonstre como o relacionamento entre eles é bom, lembre situações positivas vividas pelos três. Sugira soluções. Tente mudar o foco ou convide-os para fazer algo que gostam e só depois, com a cabeça, fria, possam os três conversarem em calma sobre o ocorrido, para a melhoria da relação do trisal.

22.13 Quando se está num relacionamento poliamoroso, há que se entender que nem sempre a vontade da maioria deve prevalecer, pois isto seria uma subjugação de quem está insatisfeito. Por isso, quando dois querem algo e um não quer, há que se tentar chegar a um meio termo, um acordo compensatório, uma forma de ambos fazerem algum nível de concessão, para que todos possam assim realizar coisas conjuntamente e ter prazer juntos.

22.14 Quando só um quer fazer algo e os outros dois não querem, há que se avaliar a oportunidade desse desejo. Será a hora de perguntar-se, porque eu quero tanto isso, a ponto de gerar uma divergência com meus dois parceiros? Será que realmente eu preciso disso, pois é essencial para minha realização neste momento ou apenas uma forma de demonstrar minha insatisfação no trisal?

22.15 Em relacionamentos à três, o ideal é somar aquilo que os une e, aproveitar os momentos em conjunto, para fazer tais convergências. Naquilo que se diverge e se necessita, o ideal é fazer cada um por si, desde que tal realização não implique em rompimento do contrato amoroso estipulado entre todos.

22.16 Nem todo mundo precisa ficar satisfeito o tempo todo, nem tudo será um mar de rosas num trisal. Poliamor também requer que você conceda em prol dos parceiros e, por vezes, consiga entender, aceitar as diferenças sem levar aquilo como abuso afetivo, ofensa ou desmerecimento. Outra coisa é saber perdoar, deixar para

lá uma briga, uma ofensa, principalmente quando feita no calor de uma discussão. Guardar mágoas é uma forma de macular a relação e minar sua duração. Porém, perdoar não significa aceitar que aquilo que gerou possa ser permitido novamente. Se há necessidade de perdoar, também há a necessidade de repactuar o contrato amoroso, estabelecendo novos limites daí por diante.

22.17 Em sentido contrário, quem perdoa não necessariamente precisa também reatar. Pode sim haver o perdão e o final da relação, quando não se quer mais manter aquela conexão, uma vez que certos limites anteriormente contratados foram rompidos e não há mais confiança nos parceiros.

22.18 Em toda relação humana, há algo que não se deve ver, há algo que não se deve escutar e há algo que não se deve falar. Isto se chama ação seletiva e serve de bom tom e regra de sociabilidade. Perfeição só existe num mundo ideal. Na vida real, tudo tem seus desafios, contragostos e deficiências quando há alteridade afetiva.

22.19 O que se deve dialogar sempre, é o grau de contentamento e satisfação obtida com o trisal. Viver o poliamor estável, na prática, requer a aplicação consciente da compreensão, compersão e concessões, sem anulação pessoal, mas sim, com coerência, a exigir reciprocidade. Quem espera encontrar só satisfação, geralmente acaba sozinho com suas imperfeições, manias e imaturidades.

22.20 No fundo, a formula pacificadora é: a) diálogo aberto; b) concessões recíprocas; c) mediação do mais isento; d) desapego; e) regras claras de convivência; f) saber perdoar quando possível for, ou rever a relação ou seguir em frente.

22.21 Mas se nada deu certo, será a hora de abençoar a todos, libertar e libertar-se emocionalmente. Nunca é fácil quando uma relação poliamorosa termina. Para os dois que ficam, será hora de catar os caquinhos de amor. Resta seguir em frente, faz parte, perder e ganhar. Há que se aprender a lidar com as frustrações das diferenças, amadurecer com a experiência e, de coração aberto e esperança renovada, procurar um novo amor.

23 Série Eu, Tu, Ela (1.ªT)

23.1 Vamos começar algo central e importante na teoria do Poliamor. Vamos tentar explicar, dentro da Psicanálise, o papel do Complexo de Édipo na formação de uma relação poliamorosa. Como três pessoas podem chegar a um trisal, gostar-se, amar-se reciprocamente e qual o papel do inconsciente afetivo neste processo? Para tanto, iremos utilizar a primeira temporada da série Eu, Tu e Ela (Netflix), para explicar esta ocorrência.

23.2 Na série do Netflix (Eu, Tu, Ela), tudo começa com um casal no divã, em crise conjugal (sexual e relacional), com um histórico de frustrado de algumas tentativas sem conseguir engravidar. Observam-se aqui dois detalhes iniciais: as insatisfações de casal há muito tempo juntos e a necessidade afetiva de introduzir um filho, na tentativa de dar um novo formato sustentável ao relacionamento.

23.3 O filho desejado iria compor a triangulação afetiva estrutural chamada de Complexo de Édipo. Como este

desejo foi frustrado por decorrências naturais, a crise se intensifica e o casal perde sua aposta de sustentabilidade afetiva a ser atingida, com o advento do filho. Quantos não são os casais que buscam essa saída quando em crise?

23.4 O Complexo de Édipo a ser vivido com o filho, é uma fantasia psíquica a permitir que o casal possa acessar seu passado infantil prazeroso novamente. Retornar aquelas memórias do passado, retidas na mente, agora a serem revividas no cenário da vida, perante o filho desejado.

23.5 Uma vez frustrada a opção do filho ou quando a sua vinda não traz à realidade do casal o prazer esperado do ambos, a relação tenderá a adaptações ou no contínuo da crise até o seu fim. Dentre as possibilidades de adaptação está a de gerar-se uma outra triangulação afetiva, com a introdução, por um dos parceiros, de um outro amor oculto.

23.6 Foi Freud quem encontrou na mitologia de Édipo a explicação arquetípica da relação amorosa triangular que surge entre Pai, Mãe e Filho(a), sendo tal ocorrência

essencial à estruturação afetiva da personalidade da criança, para que aprenda a amar e ser amado e a repita no seu teatro da vida, no seu futuro adulto.

23.7 Desde o início do Complexo de Édipo (a partir dos 4 anos), a criança desenvolverá duplamente o afeto por seus genitores ou quem os represente, aprendizagem inconsciente que mais tarde irá utilizar em sua vida adulta, nas relações afetivas futuras. Pela Psicanálise, toda criança acabará por tecer essa estruturação afetiva, independente do gênero de seus cuidadores e isso faz parte de seu desenvolvimento natural do afeto.

23.8 Nessa estruturação edipiana, a criança aprende a amar ambos os genitores ou aqueles que os representam simbolicamente. Será uma estruturação bifetiva, manifesta por dois tipos de afetos diferentes, simbolicamente representados nesta triangulação: aquele da ênfase maternal (o acolhimento) e aquele da ênfase paternal (o regramento). Por isso que Freud dizia que todos são "bifetivos" no início de desenvolvimento estrutural.

Trata-se de uma capacidade de tecer estruturalmente afetos simultâneos e não excludentes pelos cuidadores.

23.9 Aos poucos, tal estruturação resultará no desenvolvimento afetivo da criança até os 9 anos de idade aproximadamente, com uma conexão afetiva maior ao cuidador do sexo oposto, ou sua inversão, até a adolescência, quando então, romperá (por castração simbólica) este plano primordial e começará a desenvolver afetos por seus colegas adolescentes.

23.10 Quanto à temática do Poliamor, interessa analisar as pessoas adultas que, apesar de ter completado o seu ciclo de desenvolvimento afetivo, trazem consigo ainda remanescente as memórias do período edipiano. Haveria então, o desejo inconsciente de revivê-lo na forma de uma triangulação amorosa entre adultos e não com a obtenção de um filho, com base na busca inconsciente daquele prazer existencial pretérito que ficou presente em sua psique.



23.11 Foi Lacan quem trouxe as três esferas de análise do Complexo de Édipo à Psicanálise. A esfera do real, do pai e da mãe reais ou seus substitutos, que estavam presentes na estruturação triangular do afeto real da criança. A esfera do pai e mãe imaginários, a partir das concepções fantasiosas que se fixaram na estrutura da criança. A esfera do pai e mãe simbólicos, a serem transferidos e assim, inconscientemente permitir a identificação, o gostar, sem saber exatamente o porquê, com pessoas de seu futuro afetivo. O Poliamor, nessa vertente lacaniana, seria resultante dessa apropriação imaginária do afeto, agora

revivido na vida real, perante duas pessoas adultas, com quem transferência simboliza a triangulação do passado.

23.12 Para Izzi (personagem da série "Eu, Tu, Ela"), viver uma triangulação amorosa não era algo esperado. Tudo só se tornou passível perante o casal encontrado, passível de possuir características inconscientes a simbolizar seus genitores. Observa-se que ela tem algum tipo de retenção edipiana, cuja sintomática neurótica está nos seus bloqueios afetivos atuais, a impedi-la de vivenciar relacionamentos afetivos saudáveis.

23.13 Para o casal, Emma e Jack, por outro lado, a impossibilidade de procriar, abriu uma canalização pulsional, a preencher sua demanda de reviver o desejo edipiano pelo Poliamor. Nessa triangulação impensada, o casal acolhe Izzi simbolicamente no papel de filha, em transferências e contratransferências que os ligam em intenso sentimento e desejo pulsional.

23.14 Como visto, o Complexo de Édipo implica uma triangulação de afetos. Sem ele não haveria as transferências e contratransferências necessárias entre os parceiros para o surgimento da reciprocidade de sentimentos e o trisal não se formaria. Esta sintomática do despertar do afeto recíproco indica que estas pessoas estão, no plano inconsciente, a acessar seus processos edipianos a ponto de revivê-los com intensidade passional.

23.15 Na prática psicanalítica, especialmente na ocorrência dos poliamores angulares ocultos, os chamados amantes, rompem com a lealdade esperada em qualquer relacionamento afetivo. De bases edipianas, Freud trabalhou com essa fantasia do desenvolvimento infantil, pulsional no sentido de se buscar o amor interdito daquele que já ama. Isso explicaria porque há neuroticamente trisais angulares ocultos.

23.16 Como tais processos emocionais intensos são inconscientes, o importante, dentro da funcionalidade das relações é observar o equilíbrio do trisal, ou como ele será

construído, a ponto de permitir seu avanço sustentável, sem que o processo edipiano os leve a um rompimento.

23.17 Como diria Jung, uma trindade em equilíbrio representaria, o atingimento de certa perfeição, em certas culturas primitivas, pois se o "uno" é isolado, o "duo", apesar de ser um complemento, também seria uma contraposição. Logo, somente um "trio" poderia equilibrar essa tensão bilateralizada das forças. Enquanto imagem arquetípica, tanto o filho como o terceiro parceiro poderia figurar a essa trindade em equilíbrio.

23.18 Na série "Eu, Tu, Ela", há um conjunto de indícios edipianos de que os três parceiros acabaram por formar essa trindade arquetípica, bela e vigorosa. Quando isso surge, a atração emocional dos parceiros nesta relação poliamorosa será algo demandado e difícil de se resistir. Não que seja algo fácil de obter, porém, hipoteticamente passível de ocorrer.

23.19 Uma coisa interessante a ser observada quando ocorre a formação de um trisal triangular, é a assunção inconsciente dos papéis dentro da trindade. Por exemplo, nos trisais MHM (mulher-homem-mulher), será possível encontrar as funções filiais numa das parceiras, as maternais na outra e paternais no parceiro. No caso de trisais HMM (homem-mulher-homem), a questão apenas inverte o foco, com um dos homens figurando mais paternalmente e o outro simbolicamente enquanto filho, e a mulher enquanto mãe e esposa. Nem sempre os parceiros terão clareza desses papéis ou sobre o processo edipiano em curso.

23.20 O importante é verificar se há equilíbrio dinâmico no trisal, com o respectivo conforto afetivo capaz de provocar a sustentabilidade da relação. No caso observado na série, quando Izzy assume o papel inconsciente da filha, enquanto o casal Jack e Emma, o papel simbólico dos pais dela, tudo caminha para uma sustentabilidade edipiana clássica.

23.21 Nos casos de três mulheres (MMM) ou três homens (HHH) ou transgêneros (THM, THH, TMM) podem também ser verificados o processo edipiano em curso. Haverá uma triangulação e os papéis simbólicos serão os mesmos, pois eles pessoas que assumem afetiva e funcionalmente posições estruturais simbólicas.

23.22 Há trisais sem nenhum nível de transferências a partir do Complexo de Édipo? Com certeza, há. Porém, sem transferências inconscientes de afeto primordial, outras ligas deverão permitir a manutenção da conexão entre os parceiros. Algum tipo de projeção (interesse ou admiração, por exemplo) ou outra forma de desejo, reciprocamente integrador, capaz de permitir que a relação ocorra e se torne estável. Pode até resultar de um acordo de amizade, convivência duradoura por tempo determinado, boa relação profissional ou atração sexual.

23.23 No caso da série, Izzy mantém-se inicialmente em outra triangulação edipiana possível, com sua amiga, com quem divide o aluguel e estabelece uma relação fraternal,

e perante um colega de estudos, com quem mantém uma relação platônica. Por outro lado, sua amiga estabelece com ele uma relação íntima.

23.24 Mas o que leva Izzy a optar por um casal mais velho do que manter um trisal com sua colega de quarto fraternal e seu amor platônico? Porque para adentrar a esse tipo de conexão simbólica à três requer-se transferências e contratransferências inconscientes.

23.25 Como se trata de uma ocorrência para além do domínio do plano consciente, Izzy até reconhece que o amor platônico por seu colega de estudos, o qual poderia representar uma escolha ideal, mas seu sentimento transferencial ultrapassa suas razões conscientes.

23.26 Como se trata de um processo edipiano, há que se verificar se tal ocorrência não levará a exclusão de alguém da relação. Por exemplo, na série Eu, Tu, Ela, um grau de destrutividade hipotético poderia ocorrer, caso Izzy

canalize inconscientemente seu desejo de possuir Jack, ao ponto de necessitar destruir a relação dele com Emma.

23.27 Todo trisal deve ficar atento às neuroses destrutivas, competições e eventuais conflitos entre os parceiros que visem excluir-se reciprocamente. Tais ocorrências são predestinadas, a lembrar que, Édipo, na mitologia, acaba por matar seu pai, em virtude do amor por sua mãe, a quem nem sabe ser sua genitora.

23.28 Num contexto social em que as famílias cada vez terão menos filhos, e em busca do encontro da felicidade pelo amor faltante, não seria o Poliamor o caminho de construção relacionamentos a partir das interferências inconscientes edipianas?

23.29 A grande marca da série "Eu, Tu, Ela" estaria em demonstrar claramente esse desejo de satisfação amorosa com base no Complexo de Édipo. Isso requer ajustes dinâmicos nas crises de crescimento da relação, saber como lidar e suportar esses desafios da poliafetividade.

24 2.^a Temporada da Série Eu, Tu, Ela

24.1 No primeiro episódio da 2.^a temporada de "Eu, Tu e Ela", o trisal começa a tornar-se estável e iniciar sua coabitação. Para tanto, começam a sentir na pele o contrafluxo das pessoas próximas, cuja formação cultural monogâmica só vê problemas nessa escolha. Esta é uma ocorrência bastante comum, quando o trisal decide assumir-se publicamente, e então passará a sofrer o confronto cultural entre sua opção e as pessoas à sua volta.

24.2 Apesar deste primeiro embate, eles decidem avançar na publicização de sua relação e escancarar tudo à sua volta, para todos. Trata-se de uma decisão, do ponto de vista psicanalítico, arriscada, uma vez que expõe o trisal desnecessariamente e pode gerar conflitos, prejuízos profissionais e rompimentos de redes sociais.

24.3 O mais indicado, nesses casos, é conter a euforia e a ansiedade resultante da formação do trisal e agir sempre

com parcimônia, evitando o excesso de publicização e preservando a vida privada de todos. O Poliamor Estável, diferentemente de uma relação monogâmica, requer mais comedimento emocional público, tendo em vista todos os desafios a maior que tornar uma relação pública, requererá de todos os parceiros. Agregar mais dificuldades externas aos desafios de estabilização do trisal, sem dúvida, não é uma das melhores opções a serem seguidas.

24.4 O segundo episódio da 2.^a temporada de "Eu, Tu e Ela" começa a destacar uma ocorrência afetivamente normal em jovens trisais: uma competição por atenção entre os parceiros, especialmente direcionada ao parceiro central, com quem os dois primeiros tem mais conexão.

24.5 Em trisais triangulares, independente do sexo, o parceiro central será aquele para os quais os demais parceiros acabam por direcionar em primeiro plano o seu afeto. Se essa distribuição de afeto não for bem equalizada com o tempo, poderá ocorrer sentimentos de exclusão nos demais parceiros e competitividade indevida entre eles.

24.6 O ideal, nestes casos, é o parceiro central conversar com ambos e falar abertamente sobre essa ocorrência na relação. É normal que o fluxo de afeto ora esteja mais concentrado entre A e B, enquanto em outros momentos esteja mais focado em A e C, quando o parceiro central for A. Mas isso não deve permanecer assim, devendo A equalizar a relação até que B e C cheguem ao mesmo nível de sintonia afetiva.

24.7 O importante aos parceiros, quando se observar estar diante desses casos de fluxo desequilibrado de afetos, é evitar que o parceiro menos sintonizado, em determinado momento, sinta-se excluído da conexão. Os dois que estirem mais conectados em determinado momento, devem prestar atenção e buscar a conexão com quem estiver mais distante. Logo, atenção é fundamental.

24.8 No episódio 3, da 2.^a Temporada de "Eu, Tu e Ela", Jack se sente excluído e isso o faz afastar-se das parceiras no trisal. Especialmente no início das relações poliamorosas, requer-se consciência de que à três tudo

precisa ser triangulado e inclusivo. O interessante do episódio, foi a abertura, ao final, para uma conversa franca entre todos, quando puderam colocar tudo na mesa, os problemas então vividos e assim, tentarem ajustarem conscientemente o ocorrido. Quando isso se faz, a conexão retorna e os três podem avançar a um grau de maior intimidade na relação poliamorosa.

24.9 O trisal deve reforçar o diálogo e permitir a comunicação, até que se chegue a um equilíbrio da conexão entre os três e isso não se faz apenas por uma conversa, deve ser algo contínuo na dinâmica do trisal.

24.10 O quarto episódio da 2.^a Temporada de "Eu, Tu e Ela" demonstra a crise de Jack, a sensação de deslocamento e a assunção de seu papel secundário no trisal, centralizado por Emma, pesam em sua masculinidade. O encontro com uma ex-namorada, um grande amor de sua vida, o coloca ainda mais em crise existencial, a ponto de afastar-se de suas parceiras.

24.11 Especialmente ao público masculino, cujas fantasias de possuir sexualmente duas mulheres é algo recorrente, há que se fazer o alerta de que, construir uma relação poliamorosa, especialmente na modalidade triangular MHM, não significará necessariamente estar no papel central. Pode haver a necessidade de lidar com o fato de que, por vezes, o vínculo entre afetivo entre suas mulheres poderá ser mais forte do que o vínculo delas consigo.

24.12 No episódio 5 e 6 de "Eu, Tu e Ela", a crise do trisal se intensifica. Jack ainda não conseguiu se estabilizar na relação. Afasta-se da casa e deixa as duas parceiras de lado. Para complicar ainda mais seu processo, ele encontra um espaço de fuga afetiva em sua ex-namorada e grande amor do passado. Izzi tenta mediar as coisas, procurando reaproximar os três e restabelecer a comunicação. Porém, Jack não retorna para casa, enquanto vai se aproximando cada vez mais de sua ex-companheira do passado.

24.13 No plano de fundo, psicanalítico, há o processo de imaturidade de Jack. Sua fuga da realidade, em face da

frustração em ser um parceiro secundário do poliamor vivido, impede seu retorno à casa. Oportunidades afetivas paralelas ao trisal não são difíceis de acontecer nestes momentos de crise, quando não se consegue fazer os ajustes da relação. Nesses casos, sem maturidade e empenho de todos os parceiros, tais oportunidades poderão servir para causar o rompimento inesperado do trisal, aplacando assim, a crise inconsciente vivida por um ou mais dos parceiros, geralmente de fundo moral.

24.14 Volta aqui a força inconsciente do Superego (instância inconsciente da moral). Mesmo para aquelas pessoas que conscientemente querer viver a experiência, a força do dogma moral monogâmico, de maneira inconsciente, pode gerar um desajuste crítico. Soará enquanto insatisfação perante o trisal, sem causas conscientes identificáveis. Aparentemente manifesto em forma de crise, no fundo, estará o processo de culpa moral. Izzì, apesar de não ser o parceiro central, dá grande exemplo de maturidade, ao tentar mediar o ocorrido. Busca

dar suporte aos outros parceiros e não desistir da relação, o que seria bem mais fácil de ocorrer, nesses casos.

24.15 Nos episódios 7, 8, 9 da série "Eu, Tu e Ela", começa a dinâmica da visita dos pais de Emma à casa deles. Jack retorna e dá um tempo na sua crise vivida. Para justificar a presença de Izzi, combinam de que ela servirá de barriga de aluguel ao casal. Os pais de Emma acabam descobrindo sobre o trisal. Entretanto a ideia de ter um filho à três, fixa entre eles o desejo de um filho do trisal, com Emma cedendo o óvulo e Izzi o gestando.

24.16 Tais episódios destacam a aceitação familiar do trisal e a colocam de maneira leve e sem maiores conflitos. Porém, na realidade, nem sempre é assim, pois o trisal, ao levar em consideração três famílias diferentes envolvidas, pode não ser aceito e, ainda por cima, receber em críticas que podem gerar abalos e até no término da relação. São vários os casos onde as coisas vão bem até que o contexto familiar adentre à vida privada do trisal. Tais interferências,

se advindas de maneira contrária, poderão prejudicar o equilíbrio da relação e levar ao rompimento.

24.17 No décimo e último episódio da 2.^a temporada de "Eu, Tu e Ela", Jack arruma um novo local para a residência do trisal, no centro da cidade e "pede as mãos" das duas parceiras em união estável poliafetiva. Tanto Izzi como o filho à três, pela Psicologia Sistêmica, tem como função a "inclusão do terceiro na relação". Izzi e o projeto do filho vieram a representar este terceiro, a preencher o espaço do desejo afetivo no casal Emma & Jack.

24.18 A possibilidade de um filho entre os três, com gestação compartilhada seria uma saída viável à estabilidade do trisal? Se a formação do trisal não foi suficiente para trazer equilíbrio aos três e agora eles focam, tão rapidamente na inclusão de um filho, há um sinal de que a insatisfação do relacionamento está assente. O final desta temporada da série, sem fazer "spoiler" do ocorrido, indicaria exatamente isto.

25 Poliamor e Sociedade

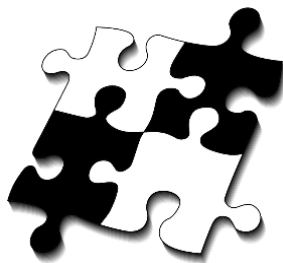
25.1 Existiria alguma base genética à vivência ou à busca individual pelo Poliamor? Do ponto de vista biológico, não há nenhuma indicação neste sentido. Outrossim, o mesmo raciocínio pode ser usado quanto à monogamia, cuja criação advém de uma opção romântica medieva, do modelo moral dominante em sociedades patriarcais.

25.2 Em sociedades onde a poligamia é aceita, ou seja, permite-se o casamento com mais de um parceiro, o tema tem naturalidade no seio dessas culturas. Ou seja, são bases morais a determinar o padrão de realização do afeto nos diferentes países e não um fator biológico dominante.

25.3 Quem vive o Poliamor no mundo ocidental sabe que anda no contrafluxo, contra a correnteza do padrão monogâmico estabelecido. Portanto, deve saber que a realização de seu desejo poliafetivo requererá mais empenho, mais dedicação e tenacidade na sua busca, por parceiros disponíveis a tanto na sociedade.

25.4 Serão poliafetivos ativistas, praticantes, adeptos ou até "usuários" do Poliamor? Isso reflete a mística da temática e até seu lado cômico. Tudo o que é diferente gera sob dúvidas, receios e "pré" conceitos. Há que se esclarecer e desmitificar o tema de maneira acessível e técnica, dentro de uma normalidade familiar e do respeito à liberdade individual de amar e ser amado.

25.5 Algumas pessoas que até tem algum desejo de vivenciar a experiência poliamorosa podem desistir pela pressão social do modelo monogâmico dominante. Você não é obrigada(o) a permanecer ou aceitar qualquer forma de relacionamento. Não está contente, diga não quero, diga adeus, negocie suas necessidades ou siga em frente, na busca de sua felicidade. Só não deixe a sociedade guiar as suas necessidades afetivas por regras coletivistas.



26 Outras Séries para Assistir

26.1 Há várias séries e filmes sobre Poliamor dentro de um ponto de vista psicanalítico. São filmes fáceis de encontrar, algumas mais antigas e outras recentes. Os filmes serão indicados nos tópicos seguinte.

26.2 Uma série clássica nacional sobre a temática é “Dona Flor e seus Dois Maridos”, onde a viúva casa-se novamente, até começar a receber as visitas de seu marido falecido.

26.3 Há outras séries no “Netflix” a tratar da temática da poliafetividade, dentre elas, destaca-se “Sense”.

26.4 No quarto episódio da 5.^a temporada da série "The Orange is The New Black", há a tratativa do Poliamor dentre os muçulmanos afro-americanos, em segundo plano à trama principal. Outrossim, retrata-se também a presença de Poliamor na vida da presa mais famosa da

prisão (Judy King), que possui o marido e o namorado à sua espera fora da prisão.

26.5 Na terceira temporada da série "Narcos", no quarto episódio é descrita a vida poliamorosa do chefe do Cartel de Cali, Gilberto Rodriguez. Na segunda e na terça-feira, ela ficava com a terceira esposa. Na quarta e na quinta-feira, ele ficava com a segunda esposa. Na sexta e no sábado, ele ficava com a primeira esposa. No domingo, todas podiam se apresentar e compartilhar o dia.

26.6 Uma série antiga da Rede Globo, chamada "Quequé: o caixeiro viajante", conta a história de um autônomo que possuía três mulheres, uma em cada cidade. Tudo vai bem, dentro da logística de viagens do autônomo, até que elas descobrem a existência uma das outras.

26.7 Outra série famoso da Rede Globo, chamada de "Armação Ilimitada", que fez sucesso na década de 80. Tratava do trisal HMM formado por Juba, Lula e Zilda e suas aventuras e desventuras divertidas.

27 Filmes sobre Jung

27.1 São dois filmes que tratam da experiência inicial poliamorosa de Jung e Emma (sua esposa). Foram feitos dois filmes sobre a temática. O mais antigo é o "Jornada da Alma" e o mais recente é "Um Método Perigoso". Recomenda-se assistir aos dois, para se poder fazer uma comparação paralela entre os fatos demonstrados na história poliamorosa inicial deles.

27.2 O primeiro deles chama-se "Jornada da Alma" e conta a história verídica da triangulação entre Jung, Sabina e Emma (a esposa). Diferentemente do outro filme sobre a mesma temática, aqui o foco é a vida da psicanalista Sabina Spielrein, até o seu trágico final na Rússia, durante a ditadura comunista de Stalin.

27.3 O filme Jornada da Alma é rico em detalhes psicanalíticos, ao demonstrar a retenção de Sabina ao Complexo de Édipo, sua neurose histérica, o espaço à transferência e contra-transferência afetivas vividas por ela

e Jung, que resultaram numa relação poliamorosa angular, sabida, mas temida por Emma.

27.4 O clímax psicanalítico do filme "Jornada da Alma" ocorre na cena em que Jung declara sua felicidade e paixão por Sabina. Neste momento, ela pede um filho a ele, o que o traz à tona e faz recuar, ao perceber a neurose histérica presente em Sabina. Tal desejo histérico, poderia afetar sua vida profissional e social, o que Jung não admitiria, por sua neurose obsessiva expressa.⁹

27.5 Jung passa a evitar Sabina. Depois de um tempo, em última tentativa de ajustar e salvar a relação poliamorosa, pede a Sabina que visite sua casa e estabeleça amizade com sua esposa, Emma. Embora Sabina tente essa aproximação, ela não suporta o encontro, restando-lhe apenas, em sofrimento, desistir do amor por Jung. No encontro derradeiro da vida entre eles, antes de retornar à

⁹⁹ Termos técnicos da Psicanálise para identificar estruturas emocionais. Para entender mais, vide obra de J.D.Nasio, "Édipo", descrita ao final nas referências.

Rússia, Sabina vai visitar Emma e Jung. Nesta época, ela já se encontrava grávida e casada com outro médico.

27.6 Algumas constatações psicanalíticas finais sobre o filme "Jornada da Alma":

- a. Na base do Poliamor está a questão do Complexo de Édipo desestruturado de Sabina;
- b. Com as transferências e contra-transferências é que se abrem as portas da poliafetividade e da capacidade de amar duas pessoas, aos moldes simbólicos do amor primordial pelos pais;
- c. A questão da reprovação moral e social continua a ser o principal empecilho à formação dos trisais ou o rompimento das relações até hoje.

27.7 O próximo filme em análise chama-se "Um Método Perigoso". Ele também é dedicado à história de Jung, Sabina e Emma. Diferentemente do primeiro, aqui a questão do relacionamento, do questionamento da monogamia e da experiência por eles vivida, é colocada em primeiro plano no enredo do filme.

27.8 No enredo do filme está a questão da monogamia e do controle moral da afetividade. De um lado, Freud, com

a questão da castração do terapeuta perante a paciente. De outro, Otto Gross, um psicanalista psicótico, que ficou internado aos cuidados de Jung. Eles debatem sobre a versão libertária do amor de Otto, que sensibiliza Jung.

27.9 A questão da monogamia ronda as sessões de Jung com Otto. Surge o diálogo sobre o instinto e as necessidades afetivas básicas, que o obsessivo neurótico (Jung) acaba por as rechaçar com veemente controle, apesar de as desejar intensamente. Ao questionar o sentido de tais repressões, Otto demonstra o dilema vivido pelos pacientes no setting psicanalítico, do paradoxo entre seguir a regra (Superego) ou o desejo (Ide).

27.10 Segundo o filme e conforme dados biográficos, a postura poliafetiva de Otto Gross era conhecida por Emma, a esposa de Jung, e ela diz ao marido compreender que ele porventura possa desejar o Poliamor. Isso foi uma forma demonstrar de compersão. Porém, ela pede a Jung que não gostaria de saber de nada, capaz de interferir na sua privacidade ou na vida do casal.

27.11 Ao final do filme "Um Método Perigoso", na cena do encontro da derradeira despedida de Sabina Spielrein e Jung, ela pergunta se ele já encontrou outro Poliamor para a sua vida. Jung responde que sim e diz: "Emma é o alicerce da minha casa, e Toni (Antonia Wolff) é o perfume no ar".

27.12 Observações psicanalíticas finais sobre o filme "Um Método Perigoso":

- a. a monogamia é uma regra de conduta moral dominante na sociedade, porém, não é capaz de limitar o desejo individual a outras formas de afeto;
- b. romper com as regras sociais e da moral monogâmica tem seu preço, o qual não foi possível de ser suportado por Sabina e Jung;
- c. a poliafetividade e Poliamor não são novidades, existem há tempos e como visto na experiência de Jung, trata-se de algo possível de ser vivido.

27.13 Considerações sobre o Poliamor estável, duradouro e real entre Jung, Emma e Toni:

- a. Emma consentiu em compensação ao relacionamento dúplice de Jung; chegou, até a conviver algum tempo com Toni na mesma casa e,

segundo biografia, a manter esporadicamente algum tipo de intimidade;

b. Este trisal permaneceu junto por 40 anos! Isto atesta a possibilidade de haver um relacionamento poliamoroso estável e produtivo, um verdadeiro casamento à três, com Emma e Toni;

c. Toni era uma mulher atraente, jovem, inteligente e qualificada quando conheceu Jung. Isso ocorreu após a morte de seu pai, o que reforça a tese das transferências primordiais na formação do Poliamor;

d. Hipotetizamos ser este o caso zero da história da Psicanálise do Poliamor retratada nos filmes descrito acima pouco fala desse desenrolar poliafetivo da vida de Jung. Há um certo interdito em se tocar no assunto dentro da área psicanalítica e, apesar de estar registrado na biografia dele, são poucas as fontes a retratar tal triangulação duradoura no tempo.

e. Das poucas biografias que existentes, poucas tratam sobre a intimidade Emma e Toni e, principalmente, como elas atuaram conjuntamente na condução do Instituto Jung, coordenaram e publicaram pesquisas e estudos sobre a temática da psicanálise.

f. Nem o próprio Freud, antes ou após o rompimento teórico com Jung, ousou tratar da questão do poliafetividade vivenciada por aquele que deveria ter sido o herdeiro esperado de seu legado psicanalítico.

28 Filmes sobre Poliamor

28.1 O filme, intitulado "Três é Demais", diz respeito ao que não é Poliamor. Trata-se de uma comédia adolescente focada em três jovens amigas e suas experiências em seduzir e compartilhar sexualmente alguns momentos com um homem casado. O filme é antigo, mas serve a entender que ter muitos parceiros sexuais não significa necessariamente ser poliafetivo.

28.2 No enredo do filme, demonstra-se que, o fato de você possuir vários parceiros sexuais não gera a existência de uma relação poliamorosa estabelecida. Para Keith, o homem casado, sexualmente compartilhado, não há qualquer envolvimento afetivo com as essas jovens parceiras, apenas sexo e nada mais. Logo, não há nem angularidade poliamorosa, mas somente amores livres.

28.3 Algumas considerações psicanalíticas sobre o filme "Três é Demais":

- a. sexo demais pode tornar-se exaustivo, o que geraria desinteresse e até demandar o afastamento de um dos parceiros;
- b. pessoas líquidas, que tendem a ter vários parceiros ocasionais, geralmente não conseguem nutrir amor por nenhum deles e, logo, não podem ser consideradas poliamorosas essas relações;
- c. só a presença de afeto e outras ligas nobres compartilhadas (por ex. profissional), podem gerar o interesse por um compromisso estável.

28.4 O roteiro do filme, “Uma Paixão para Duas”, foi elaborado pelo próprio Robert Downey Jr, em apenas 4 dias e rodado em seu próprio apartamento, em 11 dias. Não se sabe o nível biográfico da obra, mas deve haver pontos pessoais, tendo em vista essa conexão direta com o espaço residencial do ator.

28.5 A história começa quando as duas namoradas vão ao seu apartamento fazer uma visita surpresa, encontram-se na portaria e só então descobrem a união angular poliamorosa, encoberta. Ele é descoberto e confrontado pelas duas namoradas. Aqui vem um ponto especial da trama poliamorosa demonstrada no filme. Ele diz que

amava as duas e que não pretendia separar-se de nenhuma delas, pois ambas o faziam sentir-se realizado e afetivamente satisfeito. Apesar disso, reconhece ser desleal ao ter escondido essa união dúplice de ambas.

28.6 O foco do filme está na constatação da poliafetividade em amar duas pessoas, mas deslealmente ocultar tal situação das parceiras. Em conversa com Lou, ela diz que se ele tivesse sido honesto com elas desde o começo, as coisas poderiam ter sido diferentes, pois a interação amorosa dos três poderia ter ocorrido de maneira direta e intensa, para além do sexo, com todos saindo juntos, vivendo e fazendo coisas de maneira integrada.

28.7 Quando se opta por esconder uma união dúplice, o resultado é a perda da chance de se formar um trisal, o que poderia ter ocorrido naturalmente. A questão da monogamia, traições e fidelidade são conversadas entre eles. Lou ainda tenta deixar em aberto a possibilidade da formação de uma relação poliamorosa, ao sugerir que esse caminho poderia trazer satisfação ao trisal. Porém, ela faz

observação: “os homens são muito convencionais para aceitar isso”, ao se referir não ao desejo masculino por sexo à três, mas a viver um relacionamento poliamoroso.

28.8 Algumas conclusões sobre o filme "Uma Paixão para Duas":

- a. até mesmo o "homem de ferro", em 1997, já teorizava o Poliamor;
- b. brincadeiras à parte, o filme demonstra que o desejo de viver um amor dúplice em geral é ocultado, mas isso não precisa ser assim;
- c. como disse Lou, se o diálogo tivesse ocorrido, aquela união dúplice poderia ter ocorrido com lealdade e gerar satisfação afetiva para todos;
- d. o fato de um dos parceiros ser bissexual (Lou) é facilitador quando se busca um relacionamento triangular, a envolver a intimidade entre os três.

28.9 A história do filme “Três Formas de Amar” ocorre num residencial estudantil universitário, quando dois colegas de quarto (Eddy e Stuart) recebem um terceiro morador de sexo oposto (Alex), por um erro na alocação dos residentes. Eles são obrigados a dividir o espaço até as coisas serem corrigidas, pois o residencial está lotado e

não há vagas para realocação imediata. Alex acaba por se interessar pelo jeito tímido de Eddy, sua erudição e forma “nerd” de ser, enquanto afasta Stuart, pelo seu jeito imaturo e promíscuo. De outro lado, Eddy começa a perceber que seu interesse não era somente por Alex, mas sim, também por Stuart, para além da amizade.

28.10 Tais desejos geraram uma triangulação de afetos que acabou por unir os três, cada qual, ligado afetivamente de forma diferente ao outro. Eddy diz que é bissexual, ao conversar com Alex e Stuart sobre o assunto. Eles tratam sobre a triangulação amorosa possível, mas Alex está receosa, uma vez que essa abertura iria envolver sentimentos. Com isso, decidem juntos por somente manter a amizade e fazem um juramento neste sentido.

28.11 Por algum tempo, conseguem interagir da maneira combinada, nesta triangulação assexuada e em equilíbrio. O juramento durou assim até o próximo verão, quando eles foram passear numa lagoa deserta e decidiram nadar pelados. Beijaram-se triplamente e isso abalou o equilíbrio

até então existente. Voltaram para o residencial em crise, sexualmente frustrados e com os sentimentos aflorados. Dias depois, Alex acaba transando com Stuart. Por seu turno, Eddy toma coragem também transa com Alex, mas sem saber que ela transou com Stuart. Por fim, isso leva os três ao ménage á trois. Stuart aceita abrir-se à intimidade bissexual com Eddy e os três transam juntos.

28.12 Depois da transa, eles mal conseguem se falar por semanas. O rebote emocional (culpa) pelo desejo colocado em prática agora acomete os três. Eles sem veem como desviantes, inadequados e tentam se afastar uns dos outros. Resultado, cada um vai para o seu lado e o trisal, antes alegre e companheiro, agora é desfeito. Conclusão: enquanto não havia sexo, só afeto, tudo corria bem entre eles, porém a intimidade sexual rompeu este equilíbrio.

28.13 Na prática, isso é bastante comum e ocorre porque quando o Ide (esfera inconsciente do prazer) obteve a satisfação do desejo, ele perde força e cede espaço à outra força inconsciente, o Superego, que traz à tona o rebote da

culpa e o remorso, por ter agido na quebra da regra monogâmica. Este é um risco expresso a quem decide experienciar o Poliamor e deve ser previsto e dialogado, pois pode colocar tudo a perder se não for esperado.

28.14 O próximo filme é uma recente obra nacional (2009), intitulada "Quanto Dura o Amor?", não versa apenas de Poliamor, mas de amores em diferentes ocorrências psicanalíticas, transamor e amor por uma garota de programa. No enredo central, Marina é uma jovem atriz e muda-se temporariamente a São Paulo, para tentar uma oportunidade profissional no teatro. Vai a um show na noite paulistana e conhece a cantora Justine, com quem irá viver uma relação homoafetiva. No outro ângulo deste triângulo amoroso está Nuno, marido de Justine e dono da casa noturna onde ela se apresenta.

28.15 No primeiro momento, até parece que as coisas irão caminhar para uma relação poliamorosa triangular, entre Mariana, Justine e Nuno. Entretanto, as coisas não ocorrem como desejado por Nuno, pois Mariana apenas se

interessa por Justine. Formando-se assim, uma relação poliamorosa angular, com Justine ao centro, e em cada um dos polos, Mariana e Nuno, sem qualquer envolvimento.

28.16 Daí começa um problema pontual das relações poliamorosas angulares: quando os dois polos começam a disputar pelo parceiro que está ao centro. O resultado disso geralmente é que um dos polos sairá perdedor e será excluído. Nessas horas, como acontece em grande parte dos casos, a tendência é predominar a força do sentimento, da história e da sustentação afetiva entre os parceiros mais antigos, sendo excluído o parceiro mais recente.

28.17 Algumas lições psicanalíticas devem ser tiradas do filme "Quanto Dura o Amor?" para quem busca uma relação poliamorosa estável:

- a. quem está no centro da relação angular tem o dever de não gerar disputas, saber dosar o cuidado e o afeto entre os seus dois parceiros;
- b. nem sempre a base de equilíbrio afetivo está em quem está no centro da angulação; como visto, tal suporte afetivo estava em Nuno;

c. ocorreu o "JackPot da Amante", uma fantasia comum do terceiro que adentra à relação e que deve ser evitado; isso ocorre quando surge o desejo de excluir o parceiro do outro polo e ficar com tudo para si (geralmente dá errado, além de ser desleal).

28.18 O próximo filme a ser analisado chama-se "Jovens Adultos" e conta a história de uma escritora trintona, em crise existencial, decidida a retornar à sua cidade natal e reconquistar um antigo amor universitário, depois de saber que ele está casado e teve um filho.

28.19 O interessante deste filme é demonstrar que, nem sempre o Poliamor é possível em pessoas que tem um passado afetivo juntos. Especialmente quando, apesar dessa memória emocional do passado em comum, a outra pessoa desejada seguiu em frente e não tem interesse nesse tipo de vivência poliafetiva com você.

28.20 Duas conclusões importantes podem ser retiradas deste filme:

a. com o tempo e com a vivência de experiências afetivas, cada qual começa a dar valor a certa estabilidade relacional que já foi vivida no passado;

b. o desejo de relacionar-se com alguém já comprometido, nada mais é do que retorno à essa segurança, uma forma de reviver simbolicamente o Épico passado.

28.21 O Enredo do próximo filme chamado “Vicky, Cristina, Barcelona”, trata da estada de duas americanas na Catalunha por uma temporada de verão. Ambas vão a Espanha em busca de aprendizagens culturais, sem imaginar como suas vidas serão envolvidas em uma quadrangulação poliamorosa com Juan e Maria Helena.

28.22 Filme de Woody Allen, que além da genialidade cinematográfica, é entusiasta das temáticas psicanalíticas e procura trazer às suas obras um contexto da complexidade humana presente no amar. Neste caso, Woody Allen focou-se na poliafetividade, nas suas nuances e nas complexidades das relações poliamorosas.

28.23 Num primeiro lance, surge a triangulação entre Cristina, Vicky e Juan, que as convida de maneira inusitada

para um passeio em sua cidade natal, Oviedo. Noiva e reticente, Vicky acompanha Cristina nesta viagem apenas para fazer companhia à sua amiga, mas o desenrolar da trama demonstrará que ambas acabaram por se envolver afetivamente com o pintor espanhol. No segundo plano, Cristina irá morar com Juan, até Maria Helena (sua ex-esposa) reaparecer e passar a morar com eles. Ao conviverem, aos poucos Cristina, Juan e Maria Helena, encontram o que há de melhor na cumplicidade e no Poliamor.

28.24 Os dias se passavam e a convivência e proximidade afetiva se acentuam. Aos poucos, elas foram se tornando grandes amigas, a compartilhar conhecimentos sobre fotografia e arte, algo que as unia e permitia curtições recíprocas. Aqui se vê bem como devem existir ligas de sustentação no trisal, para além do sexo e do afeto, capazes de permitir as conexões entre todos.

28.25 Uma passagem que merece destaque psicanalítico é a conversa entre Cristina e Maria Helena, quando ela diz

curtir ver Juan apaixonado por Cristina e esta, por sua vez, diz admirar o amor dele por Maria Helena. Aqui se denota a compensação de ambas pelo parceiro e, assim, surge um sinal de assentimento afetivo recíproco ao Poliamor. No caso, a senha para o início da intimidade entre elas.

28.26 Tanto para Juan quanto para Maria Helena, havia a certeza de que a adesão de Cristina em trisal fora a condição necessária ao reequilíbrio da relação entre eles. Maria Helena é enfática ao dizer a Cristina ser ela esse complemento de felicidade, pois agora eles se sentiam plenos e em equilíbrio.

28.27 Cristina reencontra Vicky e seu noivo e conta para eles sobre o trisal vivido. O noivo de Vicky, conservador, pergunta a Cristina se ela se considera bissexual, por estar vivendo essa relação poliamorosa triangular. Ela responde que não aceita rótulos e que apenas está sendo ela mesma, vivendo com intensidade o relacionamento presente. Vicky responde ter o mesmo desejo, mas que lhe faltaria coragem em viver tal experiência. Seu noivo se

espanta com isso, pois não imaginava que poderia passar pela cabeça de sua noiva este tipo de desejo.

28.28 Como tudo tem um fim, chega o final do verão e o término da estada de Cristina em Barcelona inicia uma crise no trisal. Ela decide por terminar o relacionamento e partir, deixando Maria Helena em desequilíbrio emocional, a qual também rompe com Juan. Vicky vê a oportunidade e tenta se reaproximar de Juan, mas nada dá certo. Ambas vão embora de Barcelona, tocadas emocionalmente.

28.29 Algumas considerações psicanalíticas finais sobre o filme "Vicky, Cristina, Barcelona":

- a. A compensação é essencial à aceitação e formação do trisal, pois é o antídoto à possessão;
- b. As principais ligas que unem os parceiros no trisal não são somente o sexo e o afeto, mas sim, a vivência de atividades profissionais e culturais recíprocas, compartilhadas com prazer e união;
- c. Manter uma relação poliamorosa no tempo requer que essas ligas sejam fortes o suficiente para manter coeso o trisal, gerar crescimento e realizações;

d. Todos querem viver com intensidade seus desejos amorosos, porém, coragem é um requisito essencial à realização do Poliamor.

28.30 Segue a análise psicanalítica do filme "Prazer à Três" (Kiss me Again). Trata-se da ficção romântica da história de um professor universitário, Julian e sua esposa, Chalice, psicóloga, quando estes decidem abrir o relacionamento a uma terceira pessoa.

28.31 Inicialmente, com mero intuito sexual, de viver um ménage á trois, Julian acaba por convidar à relação Elena, por quem já nutre uma atração. Isso os deixa afetivamente conectados de uma maneira inesperada, quando Chalice também se apaixona por Elena.

28.32 O filme retrata bem os problemas afetivos decorrentes das primeiras experiências poliamorosas vividas por um casal, quando eles decidem abrir a relação. Especificamente a confusão dos sentimentos que pode ocorrer nos dias seguintes ao primeiro ato de intimidade. Segue-se o tempo de afastamento e reelaboração, para

que mentalmente ocorra uma reconfiguração afetiva, com vistas a se ajustar o sentimento triangular estabelecido.

28.33 De fundo, há sempre a questão da reconfiguração do dogma inconsciente da monogamia; culpa e medo são sinais claros de que tal opção afetiva precisa ser retrabalhada, com paciência e calma, até se poder chegar a um ponto de equilíbrio à três.

28.34 Para Julian, tudo fica bastante confuso, pois ele deseja dialogar sobre a questão com Chaline, que o refuta, pois ela também precisa de um tempo para processar o ocorrido. Por outro lado, Elena também se afasta deles.

28.35 O filme ainda traz uma outra questão importante dos relacionamentos afetivos, o desejo de controle e de manipulação afetiva do parceiro(s). Chalice, aos poucos, demonstra sua tendência manipuladora inconsciente, conquistando Elena e a afastando de Julian. Sua personalidade manipuladora é afirmada até com sua

colega de aluguel, com quem também mantinha alguma forma de controle por sedução afetiva.

28.36 Tais tipos de personalidade, quando descobrem que não estão no centro (no controle), tendem a acentuar o drama nas relações. Isso ocorre quando Chalice descobre que Julian já conhecia Elena e que eles tiveram algo sem ela saber. Ela briga com os dois e se afasta, para depois retornar quando ambos aceitam sua dominância sobre a relação poliamorosa.

28.37 "Prazer à três" é um filme interessante para se analisar um relacionamento poliamoroso do ponto de vista das implicações da quebra da lealdade também. Um detalhe que fica, diz respeito à questão de se respeitar as regras estabelecidas e acordadas pelo casal. Chalice combina com Julian uma grande regra: que eles só iriam juntos compartilhar momentos com outra pessoa. Ambos quebraram essa regra e isso trouxe desgaste e implicações que poderiam ter causado o rompimento da relação, por algo totalmente desnecessário perante quem se ama.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O primeiro volume da série “Amores Sustentáveis” tratou da busca por relações amorosas estáveis, dentro do padrão tradicional monogâmico, com suas decorrentes necessidades de balanceamento e satisfação psíquica.

Neste segundo volume o desafio foi o de enfrentar a temática do Poliamor Estável, algo socialmente encoberto, mas que aos poucos emerge enquanto forma alternativa de realizar o afeto e encontrar satisfação afetiva a maior.

Dentre da liberdade afetiva individual, não há nada de errado em se optar ao Poliamor. Salvo restrições individuais e morais assumidas livremente, cada qual deve seguir o que é melhor para si, em sua busca por felicidade.

Querer normalizar as relações amorosas é algo indevido, cujas consequências recaem sobre o encobertamento da poliafetividade, enquanto se ressaltam hipocrisias sociais e neuroses adaptativas desnecessárias.

Nesse sentido, o papel da Psicanálise é o de compreender o fenômeno afetivo e dar-lhe os

delineamentos de sustentabilidade, desmistificando sua ocorrência, a retirar também seu caráter de tabu social.

Como visto, a obra não pretendeu ser um tratado sobre o assunto, mas uma conversa franca e libertária com o leitor. Um contato inicial sem a pretensão de esgotar a temática ou dar-lhe um caráter de terapia psicanalítica.

O papel da Psicanálise contemporânea é o de amparar ao bom afeto, capacitar o direcionamento da libido a fins equilibrados, num momento em que a sociedade perpassa pelo teste de seus limites e possibilidades.

Como no equilíbrio ao centro está a sanidade, dosar e evitar os extremos afetivos a partir do rebalanceamento do self, sua individuação é a saída à sustentabilidade afetiva, seja pelo modelo tradicional ou outras formas.

Poliamor, neste sentido, pode sim, ser uma opção afetiva sustentável, um avanço em prol da poliafetividade consciente e escolhida como forma de amar e ser amado.

O Poliamor veio para destruir a família? Primeiro, há que se buscar qual conceito de família. Seria o tradicional paternalista do Direito Romano, onde o grupamento familiar é propriedade de vida e morte do “Pater Famílias”?

Ou seria aquele de imposição religiosa do casamento? Se for este, há religiões e religiões, dentre as quais aquele em que caberia a poligamia. Logo, como se impor um padrão moral do que é tradicional sobre outro?

A noção de amor romântico só existe porque também existe a liberdade plena de amar a ser amado. Trata-se do princípio da afetividade, algo inerente à individualidade, subjetividade e autonomia pessoal. Qualquer coletivismo aqui não vale como regra, não é?

Logo, entender o Poliamor Estável enquanto algo possível e viável, não significa atacar ao modelo tradicional de família, mas sim, dar opções para que outras famílias possam assim ser constituídas com liberdade afetiva.

Em suma, cada vez mais vale a regra de que cada um deve cuidar da sua própria vida privada afetiva. Se não há mal a si, nem a outrem, quem está fora deste triângulo, não tem nada a ver com isso e deve cuidar de suas próprias neuroses, dificuldades afetivas e soluções adaptativas.

Se duas, três ou quatro andorinhas “fazem o verão”, só nos cabe desejar que sejam muito felizes, sustentáveis e quem durem para sempre enquanto o amor os aquecer.

BIBLIOGRAFIA

APPIGNANESI, Lisa; FORRESTER, John. **As mulheres de Freud**. São Paulo: Record, 2010.

BERTALANFFY, L. von. **Teoria geral dos sistemas**. Petrópolis: Vozes, 1975.

BAUMAN, Zygmunt. **Amores líquidos**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2004.

BEAUVOIR, Simone. **Segundo sexo: fatos e mitos**. São Paulo: Nova Fronteira, 1980.

CALLE, Ramiro. **Amor mágico e sexualidade sagrada**. São Paulo: Isis, 2007.

FREUD, Sigmund. **Sigmund Freud**. Obras completas. Edição Standard. Rio de Janeiro: Imago, 2009.

_____. **A interpretação dos sonhos: 100 anos**. Edição Comemorativa. Rio de Janeiro: Imago, 2001.

_____. **Compêndio da Psicanálise**. Porto Alegre: L&PM, 2014.

_____. **Mal-estar na civilização**. Rio de Janeiro: Imago, 1974.

GOLDENBERG, Mirian. **Intimidade**. Rio de Janeiro: Record, 2010.

JUNG, Carl Gustav. **Arquétipos e inconsciente coletivo**. Petrópolis: Vozes, 2002.

KLEIN, Melaine. Amor, culpa e reparação e outros trabalhos. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

LACAN, Jacques. **Complexos familiares**. 2.ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1987.

LINS, Regina Navarro. **A cama na varanda**: arejando nossas ideias a respeito de amor e sexo. São Paulo: Best Seller, 2007.

_____. BRAGA, Flávio. **Amor à três**. Rio de Janeiro: Best Seller, 2008.

LIPOVETSKY, Gilles. **A felicidade paradoxal**. Ensaios sobre a sociedade de hiperconsumo. São Paulo: Companhia das Letras, 2007.

LOWEN, Alexander. **Narcisismo**. Negação do verdadeiro "self". São Paulo: Círculo do Livro, 1988.

NASIO, J. D. **Édipo**: o complexo do qual nenhuma criança escapa. s.ed. Rio de Janeiro: Zahar, 2007.

PINTO, Fernando Gomes. **Neurociência do amor**. São Paulo: Planeta, 2017.

SARTRE, Jean Paul. **O existencialismo é um humanismo**. 2.ed. Petrópolis: Vozes, 2012.

VIEIRA, Waldo. **Manual da dupla evolutiva**. 3.^a ed. (eletrônica). Foz do Iguaçu, Editares, 2012. Disponível em: <http://editares.org.br/livros/download-gratuito/manual-da-dupla-evolutiva/> Acessado em 03/03/2015.

WEIL, Pierre. **Amar e ser amado**. Petrópolis: Vozes, 2001.

WINNICOTT, Donald W. **A família e o desenvolvimento individual**. São Paulo: Martins Fontes, 1997.

XINRAN. **As boas mulheres da China**. São Paulo: Companhia das Letras, 2003.



POST-SCRIPTUM

Amar, amei, amo e amarei.

Amor, Monoamor, Poliamor.

Amava, não ama mais, amaria

Sem amor, sem vida, sem sentido, sem alegria

De todos os tipos de amores, o melhor,

Sempre será aquele que nos equilibra.

Obrigado pelo afeto e pelas aprendizagens a todos que, de alguma forma, iluminaram os Caminhos afetivos desta segunda jornada pelos Amores Sustentáveis.

“Vivemos esperando dias melhores para sempre”

“Melhores no amor, melhores na dor, melhores em tudo”

(Jota Quest)

“O Melhor de tudo, o Melhor para todos!”