

Love without emergency ~ Amar sin urgencia
Realmente quiero esto, pero siento que me voy a morir

Escritos sobre trauma, apego y poliamor
por Clementine Morrigan

Traducción por Sofía Sloboparisí y Gualda Ruffo

Advertencia de contenido

Este texto trata sobre ciertos temas que pueden ser emocionalmente movilizantes, generar malestar o ser perturbadores. Algunos de estos temas son: trauma, niñez, abuso sexual, violencia en vínculos íntimos, y violencia física, sexual y emocional.

Lista de Ensayos

Introducción (2019)

Los celos son maestros, si dejamos que lo sean (2014)

Las personas con problemas mentales pueden ser poliamorosas? Sobre el poliamor y la locura
(2014)

La matrix de lo bonito // Celos, poliamor y feminidad (2015)

El amor es un recurso limitado: Sobre el trauma y las utopías queer (2015)

Lograr un apego seguro en el contexto del poliamor no-jerárquico (2019)

Amar sin urgencia (2019)

Carta de amor a los ansiosos preocupados (2019)

Los "evitadores" no son el enemigo (2019)

Sobre el poliamor y la vergüenza

Amor platónico queer: Descentrando a la pareja (2019)

Desear el poliamor (2018)

El amor del sistema nervioso (2019)

Introducción

Desde la adolescencia he tenido mis idas y vueltas con el poliamor. También vivo con un complejo llamado trastorno de estrés post-traumático y soy una alcohólica sobria. Cuando recuperé mi sobriedad y desarrollé mi primera relación de pareja en sobriedad, la empezamos como una relación poliamorosa, intencionalmente. Para mi sorpresa, me encontré entrando en las espirales de los síntomas debilitantes del estrés post-traumático. Aún queriendo profundamente ser poliamorosa, me encontré aterrada, hipervigilante, desesperada, indefensa, enojada, y también ese sentimiento que la literatura poliamorosa tan asiduamente invoca como “celosa”. Estaba lidiando con severas ideas suicidas, pesadillas y ataques de pánico. Era incapaz de regular mi humor, y mi relación estaba sufriendo. Me avergonzaba de mí misma por ser tan mala como poliamorosa. Vertí vergüenza y desprecio sobre una situación que en realidad necesitaba de mi compasión. Estaba en una crisis profunda y mi compañerx y yo tomamos la decisión de cerrar nuestra relación de forma temporaria, para que yo pudiera sostenerme a mí misma.

Llevé adelante una tonelada de búsqueda espiritual, muchísima terapia y leí todo lo que llegó a mis manos. Una y otra vez me dí cuenta de que los recursos sobre el poliamor se sentían demasiado simples, raramente mencionan al trauma y generalmente tenían un tono levemente juicioso. Entonces empecé a escribir las cosas que necesitaba leer. Escribí algunos artículos que posteé en el blog que tenía en ese momento. Estos artículos se llamaban:

Los celos son maestros, si dejamos que lo sean, Las personas con problemas mentales pueden ser poliamorosas? Sobre el poliamor y la locura, La matrix de lo bonito // Celos, poliamor y feminidad, El amor es un recurso limitado: Sobre el trauma y las utopías queer. Estos escritos explotaron en la red y eran los más populares de mi blog. Para mi sorpresa, mis sentimientos más secretos y vergonzosos, mis sentimientos sobre fallar en el poliamor, sobre ser incapaz de alinear mis emociones con lo que quería, sobre sentirme “celosa”, loca y fuera de control, eran esos sentimientos los que resonaban con muchísimas personas. Decir todo lo que decía en voz alta se sentía como una represa rompiéndose.

Fui a Halifax a una residencia artística. Mientras estaba allí, fui a Venus Envy, una tienda y librería sexual, y las personas que trabajaban allí habían leído mis artículos sobre poliamor. ME pidieron que diera un taller en la tienda. Para mí era loquísimo que me estuvieran pidiendo que diera un taller sobre el poliamor cuando claramente yo había fallado en el poliamor. Pero, aparentemente estaba diciendo cosas que las personas necesitaban escuchar, y abriendo conversaciones que se necesitaban mucho. Acepté y diseñé un taller llamado Complicando el Poliamor. El taller se llenó y fue un éxito, y yo estaba desconcertada de que lo que yo tenía para decir sobre el tema fuera de ayuda. Las personas necesitaban espacios para hablar sobre lo difícil que podía ser el poliamor, sobre cuán locxs se sentían, sobre cuán avergonzadxs se sentían de sentirse tan locxs, y sobre cuánto querían y anhelaban poder ser poliamorosxs.

Pasaron algunos años.

La relación terminó porque no era realmente una relación saludable. Cuando me sentí lista para volver a tener citas, decidí que quería ser poliamorosa y comencé a conocer personas desde

esta intención. Hice algunos años más de terapia, leí una tonelada de libros, hice muchísima búsqueda espiritual, y ya me sentía lista para tratar nuevamente. Sigo teniendo complejo de estrés post traumático y todavía tengo mucha dificultad gestionando mis emociones y navegando los vínculos, mucha más que otras personas. Sigo bastante loca. En algunas ocasiones sigo experimentando un tipo de estrés en el que siento que voy a morir. Y también soy una poliamorosa exitosa y feliz.

Practico un tipo de poliamor no-jerárquico en el cual todxs somos libres de desarrollar relaciones múltiples, serias, comprometidas. Tengo un vínculo con alguien que también se vincula con alguien más, y soy amiga de mi metamor (un metamor es la pareja o novia de tu pareja o vínculo). También estoy teniendo otras citas y he tenido muchas relaciones en todo este tiempo. ESToy abierta a otro vínculo serio cuando llegue la persona correcta. Amo la red de relaciones íntimas que el poliamor hace posible. Mi vínculo y yo somos bastante zorras, y navegamos el poliamor desde una perspectiva informada sobre el trauma.

Recientemente, en la gira que hice por mi libro, volví a Halifax y las personas de Venus ENvy me pidieron que diera otro taller. Diseñé el taller “Poliamor desde una perspectiva informada sobre el trauma”. El taller se llenó y desde ese momento lo he brindado en diferentes ciudades y los talleres estallaron cada vez. Recibí muchísimas devoluciones positivas y entendí cuán necesarias son estas conversaciones realmente, y que no hay mucha información disponible al respecto. Creé esta publicación como una forma de diseminar alguna información sobre el tema y reunir todos mis escritos sobre el tema en un solo lugar.

Paso mucho tiempo trabajando sobre mi propia sanación, leyendo sobre el trauma y la teoría del apego, conversando sobre estos temas con muchísimas personas, lidiando con mi dolor, regulando mi sistema nervioso, y ahora, escribiendo y enseñando sobre estos temas. No soy una experta. Soy una poliamorosa traumatizada con un apego ansioso que ha hecho un camino largo para aprender a regular mis emociones y desarrollar relaciones amorosas y seguras. Ofrezco estos escritos como parte de mi propio proceso, esperando que sea de ayuda en el suyo.

La palabra “celos” no le hace justicia al estrés corporal extremo que las personas sienten cuando tienen traumas o su apego fue dañado y tratan de navegar el poliamor. El trauma y las heridas de apego son experiencias corporales, no solo cognitivas, y requieren y merecen una respuesta compasiva. Normalizar el hecho de que esta mierda es difícil y puede ser realmente dolorosa, ayuda a crear el espacio que necesitamos para sanar. En mis talleres, por el solo hecho de estar en una habitación llena de personas hablando de forma honesta sobre estos temas sin el tono juicioso o vergonzoso que suele estar presente en la literatura sobre el poliamor... es tan poderoso.

En el momento que sea que estés de tu propio camino, te ofrezco mi compasión, y estas palabras que escribí en mi camino.

Los celos son nuestros maestros, si dejamos que lo sean

Ser poliamorosa, haber sobrevivido violencia sexual, y ser un ser humano viviendo en un mundo que define al amor como monogamia, y una feminidad viviendo en un mundo que constantemente define su valor por su habilidad de ser (lo más) deseable, es difícil. Tengo que ser honesta y decir que es difícil. Sin embargo, muy profundamente, también es lo que quiero. Quiero amar y desear en libertad. Quiero que mi amor ame y desee en libertad. Así que escribo esto para explorar esta cosa que llamamos celos.

Los celos me han enroscado, me revolviéron, me llevaron a buscar a alguien a quien culpar, me llevaron también a lo más oscuro y profundo. Los celos, una de las más feas emociones, son confusos por que yo se que en realidad me gusta ser quien soy. Me entrego a los celos como mis maestros, escribo bajo presión, me siento incomoda pero no me escapo evitandolos, negandolos o intentando controlar sus deseos. Dejo a todo ser lo que es. Y descubro algunas cosas.

Estoy celosa de que ella sea deseable, si, pero también estoy celosa de su deseo. Mi deseo está atrapado, como una palabra en mi garganta, como un pájaro en una jaula, como el cordón de una zapatilla en la cadena de una bicicleta, y eso son malas noticias. Mi deseo es un enredo, es un lenguaje que lleva tanto tiempo sin hablarse que su pronunciación se siente rara en mi lengua. Mi deseo es una cosa muerta, un cadáver, un animal atrapado, una causa perdida. Estoy tan desconectada de mi deseo. y si, estoy celosa de que ella incite deseo en ellxs, pero más todavía, estoy celosa de su capacidad de desear.

No me he permitido ser libre. No me he permitido dar unas vueltas, y explorar, y ser curiosa, y actuar. He tenido vergüenza de mi deseo. He castigado y ocultado mi deseo. He estado aterrorizada de mi deseo. He convertido mi deseo en la habilidad de ser deseable. En la infinita y siempre inacabada tarea de ser la más deseable y adorable y cogible cosa. Pero en lo profundo, debajo de la superficie, son mis ganas. Mis ganas de querer, mis ganas de actuar, mis ganas de desear.

Escribo esto ahora y no estoy intentando que tenga sentido, estoy siguiendo los huracanados giros de mis emociones y dejo que sean mi guía, cuando me dejo ir, cuando abro mi corazón y dejo que los celos fluyan a través mio, veo que estoy..... Conmigo misma. Estoy asustada, si. Asustada de ser abandonada, de no ser lo suficientemente buena, asustada de que..... Y me comparen. Tengo resentimientos, si, por cada persona que pareciera poder querer, desear, y enamorarse mucho mas facil y libremente que yo. Tengo

resentimientos, si, por las personas cuya iniciación en la sexualidad no fue abuso infantil. Esa es la verdad.

Tengo miedo de no ser vista, de no ser importante, de no estar a la altura. Tengo miedo de ser dejada atrás. Tengo miedo de que lo que importa para mi no sea tan importante para ti. Tengo miedo de ser dueña de mi deseo. Tengo miedo de admitir lo que quiero, incluso de darme cuenta de lo que quiero. Entra en contacto con un profundo y enterrado lugar de vergüenza. Como niña aprendí que el sexo es inherentemente peligroso, invasivo y fuera de control. Y ahora, desear se siente peligroso, invasivo y fuera de control.

Ojalá pudiera escribir esto de una clara, ordenada y cronológica manera, pero no puedo. Espero que esto tenga sentido. Lo que he aprendido es que estoy entera. Mi miedo es mío. Mi resentimiento es mío. Mi historia es mía. Mi juicio es mío. Mis suposiciones son mías. Mis celos son míos. Mi viaje es mío... mi deseo es mío. Lo que he aprendido es que ninguna otra persona tiene la llave de mi felicidad. Ninguna otra persona podría amarme lo suficiente para arreglar esto. Este es un viaje que debo hacer por mi misma.

.....Fui traída cara a cara con mi desnuda,....., poderosa humanidad. Fui traída cara a cara con mi....., mi furia, mi terror, mi poder y mi deseo. Dejo que el huracanado dolor suceda. Miro a mi deseo como una loba con una pata atrapada en una jaula. La veo luchar y gruñir y eventualmente liberarse. Dañada, pero libre.

Los celos me llevan a ese lugar que me recuerda que a pesar de mi feminismo y de ser queer no estoy exceptuada de una cultura que trata a las mujeres como objetos. No escapé del condicionamiento de que mi meta final debería ser ser deseable. No seguí mi camino desafectada, ilesa. Los celos renuevan mi compromiso con el feminismo, me recuerdan porqué es importante para mi todavía activamente desaprender toda la misoginia internalizada. Me recuerda que debo activamente dejar de formar parte de la cosificación de otras mujeres, que debo activamente resistir a una cultura que me alienta a competir con otras mujeres por la atención masculina.

Mis celos están basados en traumas, abuso infantil, sexismo, sexismo internalizado, queerfobia, queerfobia internalizada, y guiones monogamocéntricos.

Atestiguar, poder ver que mi pareja desea a otra persona, es una experiencia espiritual. En el sentido de que me da una opción: crecer o no crecer. Elijo crecer. Los celos son un maestro, y qué maestro. Sólo por que este incómoda, asustada, resentida, amargada y con cualquier otra fibra emocional no significa que no quiera que mi pareja esté con otros. Cuando miro más de cerca me doy cuenta de que los huracanados sentimientos significan otra cosa.

Significan: quiero desear libremente y actuar en base a mi deseo. Me siento atraída por mujeres y por feminidades y quiero actuar en base a eso sin sentirme como una cretina (es mi legado por ser victimizada y vivir en una cultura que cosifica mujeres y feminidades y no querer formar

parte de eso). Quiero relacionarme con otras feminidades sin competencia. Quiero sentirme humana y no un objeto sexual. Quiero sentirme especial, importante y amada por quien yo amo. Quiero sentirme a salvo. quiero sentirme integra. Quiero sentirme segura. Quiero honrar y sanar las heridas de mi pasado. Quiero ser honesta. Quiero ser escuchada. Quiero ser reconfortada.

Estas cosas que quiero están por todo mi.....los celos pueden enseñarme lo que quiero y ayudarme a buscarlo, a trabajar por ello, a pedirlo. Pretender que no tengo celos, que soy mejor que eso o que los he superado, es como rechazar un regalo que me están ofreciendo. Negar los celos es cerrar la posibilidad de poderosas lecciones que tienen el poder de sanar. Los celos son un maestro, si yo dejo que lo sean.

¿Las personas con problemas psicológicos o mentales pueden ser poliamorosas?

Mi pareja y yo somos poliamorosxs. Hemos estado romántica y sexualmente involucrados solo entre nosotrxs por siete meses en este momento. Empezamos nuestra relación romántica poliamorosamente porque es lo que lxs dos queríamos. Ambxs estábamos interesadxs en salir con otras personas. Y lxs dos teníamos cierta experiencia en ello, yo un poco más.

Desde la adolescencia he tenido mis idas y vueltas con el poliamor. En general ha sido una maravillosa y gratificante experiencia. Ética y espiritualmente tiene sentido para mi. Amo la idea de amar libremente. Amo la idea de las relaciones basadas en el consentimiento abierto y la comunicación honesta, libre de posesión o de adueñarse mutuamente.

También soy una sobreviviente de abuso sexual infantil, de violencia sexual y de violencia de pareja. Tengo un complejo llamado de stress post-traumático. Antes de esta relación mi experiencia con el poliamor había sido la de salir con varias personas a la vez pero sin sentimientos más serios. En esta relación si tengo sentimientos serios. Además, mis experiencias con el poliamor fueron antes de una relación abusiva, la cual realmente trastornó mi salud mental.

Para mi sorpresa, a pesar de mis creencias y mi deseo por el poliamor, me encontré teniendo ataques de celos extremos y terroríficos, y mucho miedo al abandono. Me dije a mi misma que no me preocupara demasiado por esto. Me sumergí en literatura poliamorosa, revistas, libros, todo lo que cayera en mis manos. Leí sobre la práctica de observar el miedo y los celos, de sentarme con ellos, explorarlos. Lei y practiqué sobre buena comunicación, y sobre ser responsable de mis sentimientos, sin intentar controlar el comportamiento de mi pareja.

Creía que iba a mejorar en ello, pero las cosas empeoraban cada vez más. En la base de los celos y el miedo había una intensa sensación de vergüenza. Era mala en el poliamor. Lo estaba haciendo mal. A pesar de todo el trabajo que estaba haciendo no era capaz de sentarme con mis sentimientos y observarlos. Estaba teniendo ataques de pánico, pensamientos autodestructivos y una depresión grave. Pedirle a mi pareja que fuera un poco más lento en el verse con otras personas no se sentía lo correcto. Todo lo que estaba leyendo decía que era mi responsabilidad gestionar mis emociones sin pedirle a mi pareja que deje de hacer algo que deseaba hacer.

Tuve un colapso mental. Le dije a mi pareja que yo no podía seguir haciéndolo. Mi pareja insistió en que quería seguir siendo poliamorosx. Yo no podía aunque realmente quisiera poder hacerlo. Le dije que mi salud mental estaba fuera de control. Todos los síntomas del trastorno de estrés post-traumático se acrecentaron: pesadillas, disociación, pensamientos invasivos, pánico, hiper-vigilancia, depresión, ansiedad. Las creencias internalizadas durante la relación

abusiva que había experimentado, como que tenía que ser perfecta para merecer amor, que inherentemente no valgo nada y soy defectuosa, dominaban constantemente mis pensamientos. Estaba temiendo lastimarme a mi misma o tener una recaída (soy alcohólica recuperada). Mis sentimientos estaban fuera de control y me odiaba por ello. Sin embargo finalmente tuve que admitir que me sentía así como me estaba sintiendo.

Mi pareja estuvo de acuerdo en tomarnos un descanso del poliamor. No pusimos un marco temporal específico. Habló con las demás personas con las que se veía para explicarles lo que estaba pasando. Afortunadamente, fueron comprensivas. Nos tomamos un descanso del poliamor y me tomé el tiempo que necesité para trabajar en mi salud mental.

Ahora, siete meses o algo así desde que empezamos con este descanso, he charlado con mi pareja mucho sobre mi proceso y sus ganas de volver al poliamor. Yo nunca me imaginé que este descanso fuera a ser tan largo, pero lo agradezco. Mi pareja dice que no hay apuro y que puedo tomarme mi tiempo. Hace poco también me dijo que él necesita tiempo para trabajar en sus propias cosas en lo que respecta al poliamor y la comunicación. Este descanso sin presiones me ha dado el tiempo que necesitaba para reflexionar. Todavía no soy la imagen perfecta de la salud mental pero al menos ya no estoy teniendo un colapso constante.

Ahora que no estoy en crisis, me he dado cuenta de algo en cada recurso que he encontrado referido al poliamor asume o supone como algo dado que las personas involucradas no tienen problemas mentales. El consejo de sentarte y observar tus emociones puede funcionar a personas que no tienen trastornos o problemas de humor o trastornos de personalidad, pero para alguien como yo, no es tan simple. Mis emociones incluyen síntomas como pánico, pensamientos suicidas, pesadillas, hiper vigilancia, represión, disociación y otras cosas que no son fáciles de gestionar.

A esta altura, tengo esperanzas de que el poliamor vuelva a ser parte de mi vida. Sin embargo todavía no se como va a funcionar o como se verá. Lo que si se es que la imagen actual del poliamor está incompleta y no deja espacio para la gente poliamorosa con problemas mentales. Lo que si se es que no soy una falla, un error, o una egoísta por tener estos trastornos. Lo que si se es que soy merecedora de amor y de una pareja y una comunidad que tengan la voluntad de hacer espacio y tiempo para las necesidades particulares de mis problemas mentales.

Anhelo charlas y recursos para tratar sobre el poliamor que incluye los problemas mentales. Quiero hablar sobre como el poliamor se cruza con el trauma y la locura. Quiero hablar sobre el trastorno de estrés postraumático, ataques de pánico y celos. Paranoia y miedo al abandono, depresión y las parejas de tu pareja. Quisiera imaginar un poliamor que da espacio a esto, dónde amores y metamores den espacio a esto, comunidades que den espacio a esto. Quiero imaginar un poliamor que honra la interdependencia en vez del mecanismo neoliberal en donde cada quien es responsable por sus sentimientos y emociones. Quiero dismantelar la idea de que pedir algo que necesitas es vergonzoso.

También creo que al ser honesta acerca de mi experiencia puedo ser capaz de empezar un diálogo. Invito a conversar. También espero que nosotrxs, gente loca/sobreviviente/disfuncional

podamos apoyarnos entre nosotres, escucharnos, ser testigos, compartir experiencias e historias. También espero que la gente sana/normal pueda comprender que la enfermedad mental no es una falla personal y que las emociones que trae el poliamor y su gestión es subjetiva y personal, no es algo que todes podamos hacer igual. Quisiera imaginar un poliamor que incluya gente loca/enferma/sobreviviente/disfuncional.

En este punto, tengo la esperanza de que el poliamor vuelva a ser parte de mi vida. Sin embargo, tampoco sé exactamente cómo funcionará o cómo será. Lo que sí sé es que la imagen actual del poliamor es capacitista y que no da espacio para las personas poliamorosas con problemas de salud mental o psicológica.

Lo que sí sé es que no soy un fracaso, o egoísta, por tener un complejo de estrés post traumático. Lo que sí sé es que soy digna de amor y que merezco una pareja y una comunidad que estén dispuestos a hacer tiempo y espacio para mis necesidades particulares de salud mental.

Anhelo que haya más recursos y charlas sobre el poliamor que incluyan los problemas de salud mental. Quiero hablar de cómo el poliamor se cruza con el trauma y la locura. Quiero hablar sobre los ataques de pánico que vienen del estrés post-traumático y también sobre los celos, la hiper-vigilancia y el miedo al abandono, a la depresión y a las otras parejas de tu pareja. Me gustaría imaginar un poliamor que haga espacio para esto, imaginar parejas y metamores (parejas de parejas) que le hagan espacio a esto, comunidades que le hagan espacio a esto. Quiero imaginar un poliamor que honre la interdependencia en lugar de la idea neoliberal de que cada unx es sólo responsable de sí mismx y de sus propios sentimientos. Quiero dismantelar la idea de que pedir lo que necesitamos es vergonzoso.

También creo que siendo honesta sobre mi propia experiencia puedo ser capaz de iniciar un diálogo. Invito a la conversación. Espero que nosotrxs, lxs locxs/traumadx/sobrevivientes/discapacitadx, podamos apoyarnos unxs a otrxs, sostener la presencia entre nosotrxs, compartir consejos y vivencias. También tengo la esperanza de que las personas sanas/normativas puedan empezar a entender que los problemas psicológicos o las enfermedades mentales no son un fallo personal y que el manejo de los sentimientos que el poliamor despierta no es una empresa de talla única. Quiero imaginar un poliamor en donde lxs locxs/traumadx/sobrevivientes/discapacitadx puedan ser incluidos.

La matriz de lo bonito // Celos, poliamor y feminidad

He pensado, rezado, luchado, escrito, reflexionado y trabajado sobre los celos. Sólo quiero escribir "celos, celos, celos" en todos lados, en toda mi cara. Estoy harta de pretender que no siento celos o incluso que soy una persona espiritual y sabia que sabe cómo rendirse y ser transformada. Los celos son uno de mis mayores problemas. He aprendido mucho de y sobre mis celos, pero aún así me causan mucho dolor.

Para ponerles en contexto: mi pareja y yo comenzamos nuestra relación con un encuadre poliamoroso pero estamos sin salir con otras personas hace un año. Lo que sucedió fue que cerramos nuestro vínculo debido a que yo estaba teniendo un colapso mental por mis celos. He pasado mucha vergüenza por esto y me siento como una poliamorosa fracasada.

Pero la realidad es que mucha de mi búsqueda espiritual desde que cerramos la relación me llevó a darme cuenta y luego a escribir sobre las formas en que mis celos se cruzaron con mi complejo de estrés post-traumático. Escribí un artículo sobre el poliamor y la locura y la falta de recursos en las comunidades de poliamorosas para personas con problemas de salud mental. El artículo tuvo mucho éxito y tuve una tonelada de respuestas positivas. Me di cuenta de que no estoy sola y de que los celos, para la gente con problemas de salud mental, no siempre son un tema fácil.

Últimamente, otra capa de mis celos se ha revelado ante mí. Y esto tiene que ver con los celos y la misoginia. En mi experiencia encarnada como una (a veces) mujer que ha sido enseñada a creer que su valor está ligada directamente a cuán deseable soy. Estamos en una cultura que me enseña (y nos enseña a todxs nosotrxs) que las feminidades son objetos para consumir y que las feminidades competimos entre nosotras.

Recientemente tuve una conversación sanadora con mi amiga Sabrina, que validó mucho mi experiencia. Hablamos sobre la escasez de tipos decentes (para aquellxs de nosotrxs que salimos/estamos con masculinidades) y de cómo es que hay tan pocos tipos que no tienen serios problemas de misoginia, cuántos muchos los hay que realmente joden o han jodido a mujeres e identidades femeninas... y a su vez, la enorme cantidad y abundancia de feminidades hermosas, radicales e inteligentes. Y cómo de nosotras como mujeres, se espera que compitamos entre nosotras por la atención de las pocas personas masculinas que son decentes.

Sumado a esto, la presión de ser perfectas en cualquier sentido, y lo fácil que podemos ser reemplazadas. Llamamos a este fenómeno, bromeando, la "matriz de lo bonito". Fue increíble escuchar a otra persona diciendo en voz alta lo que yo sentía.

No creo que este fenómeno sea específico sólo para aquellxs de nosotrxs que estamos interesadxs en personas masculinas, pero siento que se ha intensificado en esas relaciones.

Incluso aquellxs de nosotrxs que tienen inclinaciones femme4femme (de f emina a f emina) aún vivimos en una cultura que impone una objetivación y un clima competitivo sobre las personas femeninas. Nosotrxs somxs ense adxs a mirarnos con recelo y miedo, para llevar a cabo nuestra performance de ser "la/lx más deseable", para tener todas las habilidades femeninas bajo la manga, desde el delineador de ojos hasta la política feminista, trabajos de cuidado, a actuar como si todo fuera fácil y natural y ni siquiera nos damos cuenta de que lo estamos haciendo. Pero sí lo hacemos, notan que lo estamos haciendo y que notamos las habilidades femeninas de otras mujeres y, en lugar de ser sólo una encantadora y solidaria relación de femme4femme... es -demasiado a menudo- una cuestión estresante y aterradora que se trata sobre quién es más bonita, más linda y más genial y si yo soy bonita, linda, o lo suficientemente copada?

Me siento un poco avergonzada incluso escribiendo sobre esto. Porque siento que el "ABC Queer" dice que debería amar a otras mujeres y nunca sentir este nivel de inseguridad y nunca creer en el guión androcéntrico de que las mujeres compiten y son fácilmente reemplazables y reducibles a nuestra capacidad de actuar el ser deseables.

Pero la verdad es que estos mensajes est n en todas partes, saturan el mundo a mi alrededor, est n en el porno y en todos los tumblr y en los espacios queer y en la calle y en el instagram y en la cafetería local y en la feria zine y en todas partes. Y s  que estos mensajes tienen mucho que ver con el porqué me siento tan celosa y s  que esta cultura es la que me causa tanto dolor.

Otrx amigx me escribió preguntándome sobre los sentimientos de celos que vienen acompañados de ira, y si tenía algún pensamiento o consejo sobre cómo lidiar con ello. Esto es parte de lo que escribí en respuesta: "Me parece útil señalar y validar los factores sociales que contribuyen a mis celos. Reconocer que vivo en una cultura que me enfrenta a otras mujeres/feminidades, que define mi valor a través de mi deseo, ayuda a contextualizar mi ira. Y honestamente, esta cultura que trata a las mujeres/feminidades de esta manera es una buena razón para estar enojadxs. Y no es sólo una cosa personal que tengamos que trascender y superar, sino algo que est  más allá de nosotrxs con los que lidiamos lo mejor que podemos. Encuentro que hablar con mi compa erx sobre esto, una vez que me he calmado y he hecho algo de trabajo, ayuda. Y especialmente encuentro útil hablar con otras mujeres/feminidades que son poliamorosxs y tienen un análisis feminista que pueda validarme y reconocer el dolor de vivir en esta cultura".

La literatura sobre poliamor que he leído no trata esta mierda en absoluto. Es más, no aborda la trans-misoginia, el racismo, el capacitismo ni cómo éstas cuestiones afectan a la política de la conveniencia. La corriente principal del poliamor sólo actúa como si todos estuviéramos en el mismo campo de juego, que tenemos que "tomar" nuestro propios sentimientos porque son sólo nuestros. Pero en realidad ésto no es así. Estamos en comunidad juntxs. Las dinámicas de poder no dependen que lx individux

las "trascienda" y las supere. Es responsabilidad de todxs, de toda la comunidad, notar, nombrar y desarraigar estas dinámicas opresivas. Depende de las masculinidades tomar conciencia de sus privilegios y notar la forma en la que interactúan con las feminidades y hacer espacio para el dolor que las mujeres/feminidades sienten al vivir en esta cultura.

Depende de todxs nosotrxs el complejizar los celos y el poliamor para poder reconocer los complejos factores que hacen que nuestras experiencias en estas cuestiones empiecen a ser realmente diferentes.