

Nos amamos y nos acostamos con otros

IDEAS CLAVE

- Aceptar las relaciones abiertas sin saber sus pormenores puede acabar dañando la relación.
- Suele ser uno de los miembros de la pareja el que propone experimentar.
- Se establece un pacto mutuo y, por tanto, no se considera infidelidad.

Las relaciones liberales, aquellas parejas que comparten su día a día, pero que en la cama prefieren vivir experiencias con otras personas, son una forma diferente de entender la sexualidad. Sin embargo, además de placer, pueden provocar otros sentimientos.

El día que el marido de Carmen le propuso por primera vez tener un matrimonio abierto, ella no entendió, o no quiso entender, exactamente a qué se refería. “Una relación liberal”, le aclaró él. “¿Una relación liberal es acostarte con otras mujeres?”, le preguntó ella. Y ahí acabó la conversación. Hasta que él volvió a la carga días después. Las reticencias iniciales de Carmen no tardaron en ceder, ante la convicción y las ganas que tenía su marido. “Simplemente, me lo planteó en términos de placer, de experimentar nuevas sensaciones para darle otros aires a nuestra vida sexual, porque tras diecisiete años juntos había perdido la pasión”, explica ella, que aceptó la propuesta sin plantearse mucho más que vivir nuevas aventuras sexuales. Y es que, como nos cuenta

Francisca Molero, directora del Instituto Insexbcn (www.insexbcn.com), es habitual aceptar este tipo de relaciones: “Muchas veces sin querer ser informados y no siendo conscientes de los pormenores”. Algo que, según la sexóloga Arantxa Martínez Bardaji, no es acertado, ya que, con el paso del tiempo, eso les lleva, en bastantes ocasiones, a darse “cuenta de que se está actuando en contra de los propios valores y creencias, lo que no les hace sentirse bien”.

UNO PROPONE Y EL OTRO...

Según Molero: “Es muy difícil que, en una pareja estable, los dos, a la vez, tengan y planteen el deseo de practicar sexo con otras personas”. Por eso, es frecuente que “uno de los dos lo proponga porque sus relaciones sexua- ►►



►► les le resultan monótonas o aburridas, o porque quiere experimentar con otras personas, pero le va bien continuar con la pareja”. En ese sentido, la psicóloga Ana María Martínez Jiménez, del centro Psic-3 (www.psic-3.com), coincide al señalar como una de las principales motivaciones de las relaciones liberales “la necesidad que siente la pareja de libertad dentro de su sexualidad,

mitido por ambos”. Porque el pacto previo en el seno de la pareja es lo que genera la confianza entre sus miembros. Ana María Martínez explica que se llega “a un pacto, a un compromiso, son sinceros y no tienen necesidad de mentir a la otra persona, por lo tanto, ambos están al corriente de lo que está sucediendo, y no sólo eso, sino que además lo consienten y lo comparten”.

“PARA EVITAR LOS CELOS HAY QUE LIMITAR HASTA DÓNDE SE ACTÚA COMO UNA PAREJA CONVENCIONAL Y HASTA QUÉ PUNTO NO”

sin perder los privilegios y beneficios que proporciona el tener una relación estable”. De hecho, el mantenimiento del compromiso mutuo es la base de las relaciones liberales, ya que, independientemente de su libertad sexual, “ellos vivirán dentro de su pareja estable su proyecto de vida familiar, la crianza y cuidado de sus hijos y la estabilidad que les proporciona ese estilo de vida”, sentencia la psicóloga. Añade Molero que el grado de compromiso con la relación “depende de las prioridades de cada uno y del valor que se le dé a la tríada vinculación-intimidad-placer”. Por eso, en ningún caso puede hablarse de infidelidad, pese a que los miembros de la pareja mantengan relaciones sexuales con terceros. La sexóloga Arantxa Martínez Bardaji aclara que estas parejas “no acuerdan una fidelidad a este nivel, por lo tanto, no se están siendo infieles, ya que es algo acordado y per-

MORBO Y FANTASÍAS

“Una fantasía sexual no demasiado infrecuente es hacer de voyeur viendo a tu pareja con otra persona”, comenta Molero. Aunque advierte que “otra cosa es la realidad, donde las parejas estables suelen poner condiciones, como que solamente es sexo sin ningún sentimiento”. De hecho, éstos suelen ser los pasos que sigue una pareja para llegar a vivir su sexualidad más libremente, como les sucedió a Itxaso y a Aritz, dos treintañeros que solían fantasear con prácticas de sexo en grupo. “Un día, casi sin planearlo, pasamos de la fantasía a la realidad – recuerda Itxaso –, pero tras nuestra primera experiencia, que fue una mezcla entre una excitante noche de sexo y una experiencia desastrosa, decidimos repetir, pero con condiciones.” Porque, aunque ese pacto tácito que se establece entre ambos parezca demandar una larga con-

versación previa, “se suele hablar poco del tema, a no ser que sea cuando llega el momento de planificarlo o el post inmediato”, matiza Molero. Esto puede traducirse en un potencial problema, ya que se requiere que “esta libertad esté sumamente pactada y acordada por ambos, o, en caso contrario, puede desestabilizar gravemente a la pareja”, apunta Erika Alcolea, sexóloga en la clínica zaragozana Martínez Bardaji. Alcolea explica que, en ese caso, “entrarían en juego los celos, que son un tema que en las personas suele desatar cierta ira y tristeza a nivel emocional”.

PACTOS DE RIESGO

Precisamente, los celos son el principal riesgo que acarrearán las parejas liberales. Martínez Jiménez no las considera “relaciones sostenibles a medio o largo plazo porque, generalmente, van surgiendo complicacio-

EL ABC DE LOS LOCALES LIBERALES

- **Swinger.** Se trata de la pareja o personas que practican el intercambio de parejas, ya sea en un local liberal o en privado.
- **Intercambio de parejas.** El producto estrella. Ya sean simplemente juegos sexuales o llegar a la penetración, el intercambio es lo que casi todos buscan en un local liberal.
- **Trío.** El gran deseado. Sobre todo cuando la combinación son dos chicas y un chico, por lo que implica encontrar una chica sola que se una a una pareja. La opción de los dos chicos y una chica siempre es más factible.
- **Voyeurismo.** Una de las prácticas más habituales: el morbo del sexo delante de extraños que también practican sexo, o simplemente miran.
- **Gang Bang.** Una mujer manteniendo sexo con más de tres hombres, que se van sucediendo. Los locales liberales suelen tener un día especial de la semana dedicado a esta práctica.
- **Pasillo francés.** Paredes agujereadas donde los hombres introducen el pene para que, desde el otro lado, una mujer o un hombre les haga una felación.
- **Cama redonda.** No puede faltar en un local liberal. Puede ser una zona común donde se vaya sumando gente, o bien espacios más discretos para sexo en privado.
- **Cuarto oscuro.** Puro morbo y fantasía. Dejarse llevar sin ningún miedo a que te vean. En algunos locales también existe la variante del cine, que cumplirá la misma función.



¿IGUAL DE LIBERALES HOMBRES Y MUJERES?

“Somos diferentes, pero no desiguales”, afirma la médico-sexóloga Francisca Molero cuando se le pregunta si hombres y mujeres se comportan igual en una relación liberal. “Viven de manera diferente la sexualidad, y también las relaciones de pareja”, explica Molero. La psicóloga-sexóloga Arantxa Martínez Bardaji añade, además, que “para una mujer es más difícil, por la parte más afectiva que necesita”, y comenta que es determinante “de quién ha sido la iniciativa de abrir la relación; en la mayor parte de los casos lo plantean los hombres, pero también hay mujeres que lo demandan”. Por eso, pese a que el primer paso suele ser masculino y las reticencias, femeninas, el miedo a perder a la pareja aparece antes en el hombre que en la mujer.

“EL SEXO LIBERAL ES ESCAPAR DE LA RUTINA, ILUSIONARSE DE NUEVO, VIVIR CON MÁS FUERZA LA EXCITACIÓN SEXUAL”

nes afectivas, como celos, riesgo de enamorarte de la otra persona o incluso disfunciones sexuales”. Por eso llega un momento en el que “hay que elegir y romper la situación”, sentencia la psicóloga. Martínez Bardaji, por su parte, considera que “es muy difícil separar el afecto de la relación sexual, ya que estos dos pilares están retroalimentados”. Por eso, “cuando afectivamente el sentimiento es intenso –continúa la sexóloga–, resulta complicado separarlo completamente de lo que es la vida sexual y permitir que tu pareja mantenga relaciones sexuales con otras personas”. Así que, por muy claro que esté el pacto, siempre existe un cierto riesgo de que alguno de los dos deje de sentirse cómodo con la relación liberal. Erika Alcolea apunta que la incomodidad con la situación puede venir “porque la persona comienza a sentir, a nivel emocional, un vínculo afectivo importante, y quiere que su pareja oriente también su vida sexual

hacia ella, o bien porque encuentre un vínculo sexual más fuerte con otra persona”. Y es que la posibilidad real de engancharse a otro compañero sexual está ahí. Por eso, Molero indica que “una manera de evitarlo es no repetir con las mismas personas”, condición que parte generalmente del hombre, que suele “insistir en eliminar todos los sentimientos”.

SÓLO SEXO

Entre las condiciones que Itxaso y Aritz se autoimpusieron para su segundo encuentro sexual con otras parejas, una de las innegociables fue la de no intimar con nadie más allá de lo puramente sexual. “No es plan llegar a correr riesgos innecesarios que puedan afectar a tu día a día”, señala ella. Si bien reconoce que, “con el tiempo, sí han llegado a intimar con otras parejas, pero siempre teniendo muy claro que sólo es amistad y sexo”. Y es que, aunque Martínez Bardaji argumenta que este tipo de parejas “tienen muy claro que lo que mantienen con otras personas son simplemente relaciones sexuales”, por eso mismo “destinan la parte más afectiva hacia su pareja”. Liberales sí, pero con pareja.

MARCOS MORENO