

“Desaprendendo emoções indesejáveis”: o ciúme nas relações não monogâmicas¹

Rhuann Fernandes (PPCIS-UERJ/BRASIL)²

Palavras-chave: não monogamia; ciúmes; emoções.

Introdução

Este trabalho é resultado de minha dissertação de mestrado, intitulada “*O Amor é?*” *Negritude e relações não-monogâmicas: as dimensões micropolíticas do afeto*. Em minha pesquisa, tive a oportunidade de refletir sobre o tema das relações não monogâmicas analisando perspectivas e experiências singulares, em um espaço e tempo precisos: homens negros e mulheres negras integrantes do grupo de Facebook *Afrodengo – Amores Livres*, a partir de 2020, o maior grupo de não monogamia entre negros no Brasil. Realizei uma pesquisa de caráter qualitativo no interior deste grupo, utilizando como técnicas a observação participante e entrevistas semiestruturadas com seus fundadores. Meu objetivo geral foi explicar como o amor era pensado e articulado no universo de não monogâmicos negros em suas relações afetivo-sexuais monorraciais.

Para o desenvolvimento da pesquisa, apoiei-me na abordagem de que o amor, como outros sentimentos, tem um caráter situacional, o que quer dizer que as maneiras pelas quais os sujeitos se posicionam em uma relação partem de certos códigos, situando-os e posicionando-os em um contexto histórico particular (REZENDE; COELHO, 2010). Baseei-me também nos trabalhos de Lutz (1986) e Illouz (2011), que pensam as emoções como elementos de natureza contextual, volátil e transitória, e não como uma dimensão intrínseca ao eu que estariam fincadas profundamente nas mentes ou na alma de seus portadores. Em outros termos, as emoções, como argumenta Pacheco (2013, p. 263): “podem indicar formas sociais mais amplas de conduta humana. Elas são uma lente pela

¹Trabalho apresentado na 33ª Reunião Brasileira de Antropologia, realizada entre os dias 28 de agosto a 03 de setembro de 2022.

²Doutorando e mestre em Ciências Sociais pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro. É pesquisador visitante na Bloco 4 Foundation, promovendo a construção de espaços de pesquisa sobre ativismo, cidadania e políticas sociais em Moçambique. Além disso, é integrante do grupo de pesquisa interinstitucional Áfricas: Política, Sociedade e Cultura (UERJ-UFRJ) e membro do grupo de pesquisa em Políticas, Afetos e Sexualidades Não-Monogâmicas (UFJF). Com pesquisas nas áreas de Sociologia das Emoções, Sociologia da Família e Estudos Africanos, escreveu o livro *Casamento tradicional bantu: o lobolo no sul de Moçambique* (2020), fruto de monografia duas vezes premiada. E-mail: rhuannfernandes.uerj@gmail.com.

qual se pode interpretar uma regra, uma norma social, uma certa cultura, uma sociedade”. Significa dizer que os sentimentos nos dizem bastante sobre os grupos, suas noções de corpo e as relações de poder que os atravessam.

Nessa direção, notei que meus interlocutores priorizavam vínculos afetivos, porém, em outras bases que não as românticas. Eles não falavam do amor em si, mas sim de relações. Assim, há uma dupla característica: existe o sentimento do amor e a relação amorosa, sendo o amor, um sentimento e uma relação. Quer dizer, a dinâmica da relação é o que as pessoas falam, mais do que o sentimento amoroso propriamente dito. Não que os não monogâmicos com quem o estudo dialoga não amem, mas eles trazem uma dimensão de benefícios recíprocos que o amor romantizado não daria conta por ser, para eles, em si mesmo, desigual. Com isso, não há uma tentativa de definir o que é o amor. Talvez, o mais próximo de uma definição esteja no discurso comum de que o “amor”, embora político, não pode ser fechado em uma categoria, justamente para não o engessar, sendo entendido como um sentimento aberto, com múltiplas características e desvinculado da exclusividade. Interpretam-no, portanto, como algo transitório e em permanente movimento.

Nesse mesmo sentido, a categoria não monogamia era abordada por eles. Trata-se de um termo guarda-chuva que abarca vários modelos consensuais de relação, como por exemplo, poliamor, relações livres/amor livre, relacionamento aberto, *swing*, anarquia relacional, poliginia entre outros. É importante dizer que há vários conflitos entre eles e discordâncias quanto aos princípios da não monogamia. Em minha pesquisa, os sujeitos utilizam esse termo para não se fecharem aos múltiplos modelos relacionais e suas possibilidades plurais, pouco comentando sobre os modelos de modo particularizado. De fato, como argumenta Pilão (2022), a categoria “não monogamia” é ampla e imprecisa, podendo englobar práticas e conceitos diversos. O seu emprego como uma identidade é, de acordo com o autor, recente e surge em decorrência da popularização das categorias relacionais acima citadas. Ser “não monogâmico”, portanto, permite às pessoas transitarem entre essas e outras formas de relacionamento, proporcionando uma sensação de maior autonomia e flexibilidade do que se assumissem uma única modalidade relacional.

Apesar do meu foco ser o discurso amoroso entre eles, inevitavelmente apareciam falas sobre o “lugar do ciúme” na relação não monogâmica. Quer dizer, uma indagação recorrentemente trazida pelos meus interlocutores era “como lidar com ciúmes?”. Sendo esta pergunta, na maioria das vezes, resultado de um recente envolvimento do parceiro

com terceiros. Ao partirem do pressuposto que o ciúme é uma “herança monogâmica”, tornou-se perceptível para mim que a conclusão de que a monogamia não é para si vem acompanhada de um processo complexo de transformação do eu, o que envolve a gestão dos ciúmes e a não comparação e hierarquização entre relacionamentos.

Assim, considerando que as emoções são estratégias as quais se deve aprender, isto é, as emoções negociam as relações com os outros e são negociadas, não são apenas estratégias de negociação, são também objetos dessa negociação, sendo utilizadas pelos indivíduos para intermediar as relações entre si, estando inscritas no social e no político e expressando um idioma cultural para lidar com problemas persistentes das relações sociais (LUTZ, 1986), exploro, neste artigo, o debate a respeito do ciúme, analisando como ele é pensado e articulado no universo de não monogâmicos. Pretendo mostrar, especificamente, as negociações feitas em torno desse sentimento e das relações afetivo-sexuais, enxergando assim as micropolíticas existentes (LUTZ; ABU-LUGHOD, 1990).

No primeiro tópico deste texto, explico como ocorre, no ocidente moderno, a aparição do amor erótico-sexual — que tem como base a exclusividade afetiva e sexual —, responsável pela legitimação e romantização do ciúme. Em seguida, discuto os processos contemporâneos de transformação na intimidade ocorridos devido à emancipação feminina em curso, articulados, dentre outras conexões, à emergência da linguagem terapêutica, o que possibilitou modificações na percepção do eu e, conseqüentemente, na elaboração de uma nova ética amorosa que interroga o arranjo monogâmico. No terceiro tópico, discorro sobre as tensões, negociações e estratégias mobilizadas pelos meus interlocutores para lidarem com as problemáticas decorrentes do ciúme nas relações não monogâmicas.

1. Os pilares do “eu romântico”: monogamia, amor e ciúme

Muitos dados históricos e antropológicos mostram como a colonização implicou, em quase todo o globo, a alteração de milênios de conhecimento sobre a sexualidade que foi sendo, gradualmente, substituído pela noção de desrespeito, pelo pudor excessivo, pelas proibições e pelo preconceito. Nessa direção, os europeus, com as representações acerca do egoísmo individualista, que mais tarde vieram a consolidar ainda mais o ideário moderno-burguês, colocaram o casamento monogâmico, como reconhece Ramose (2008), como foco central da vida dos indivíduos modernos, mesmo aqueles que estavam, para eles, ainda atrasados na escala da humanidade, pois este arranjo tornou-se estatuto

de decência a ser alcançada por todos. Na realidade, para o autor, o casamento legal monogâmico no ocidente assumiu legitimidade a partir dos processos de industrialização que afetaram inteiramente as dinâmicas sociais e contribuíram, com a lógica de família burguesa, para a cimentação do capitalismo industrial emergente.

De acordo com Giddens (1993), a partir do final do século XVIII, constata-se a emergência do amor erótico-sexual, ao qual se incorporaram pela primeira vez “amor” e “liberdade”, ambos julgados como estados normativamente ambicionáveis. Quer dizer, só recentemente ocorreu a vinculação entre amor, sexo e conjugalidade, em que o casamento deixou de ser um problema patrimonial e passou a ser olhado como um provável corolário do amor erótico ou sexual em uma versão romântica, tendo como *incumbência-mor* a lógica de fidelidade, entendida como exclusividade afetiva e sexual entre homens e mulheres, cuja premissa básica é a atração sexual e o amor/desejo mútuo entre os enamorados. Neste formato de relação, os parceiros são escolhidos por meio de anseios individuais e procura-se concretizar a relação em um arranjo monogâmico. Desse modo, concebe-se a monogamia e o amor como sinônimos.

Então, o casamento passou a ser visto como possível consequência do amor erótico-sexual em uma versão romantizada, na qual teríamos um percurso clássico e padronizado: depois de se apaixonar, namora-se, noiva-se e, por fim, estabelece-se o pacto monogâmico central, que é o casamento. Essa instituição pressupõe a obrigatoriedade de fidelidade e eternidade que, quando combinadas, produzem a noção normativa de exclusividade afetivo-sexual. Isto é, só é possível amar uma pessoa de cada vez. Esses seriam os princípios do amor para os euroamericanos, disseminado para outras regiões do globo com os processos de dominação de povos não europeus (SARSBY, 1983).

Esse modelo monogâmico tradicional, patriarcal e heteronormativo presente nas sociedades ocidentais tem como principal lema — como verificado em novelas e filmes — encontrar “o verdadeiro amor da vida”, único de preferência, e manter a relação apenas com ele, quiçá eterna. As “origens” culturais dessas convicções e exigências de ordem moral respaldam-se, paradoxalmente, nos argumentos de ordenação social e poder, pautados por ampliação de riquezas e perpetuação de patrimônio. O “mito do amor romântico” no ocidente se sustenta nos princípios de exclusividade e fidelidade, nos quais a monogamia é apresentada como única, espontânea e natural formato de relacionamento humano. Para concretizá-la, deve-se ser atingido por uma ligação cósmica e verdadeira.

Tais aspectos mostram que, na perspectiva ocidental moderna, o amor é um sentimento que vem do acaso, é espontâneo e traça destinos, impõe e contraria as obrigações familiares e sociais, submetendo os indivíduos a valores de outra ordem. Há aí uma ideia de amor idealizado, de mútua adoração, reciprocidade, docilidade e ternura, o que o torna uma instância transcendental. Benzaquen Araújo e Viveiros de Castro (1977) denominam esse fenômeno como “desrazão amorosa”, que leva os indivíduos a se afastarem de uma razão social tradicional e holística, presentes, por exemplo, na Idade Média. Com a Modernidade, a metáfora do coração associada ao amor se coloca acima dos laços de sangue, a escolha do parceiro exclui qualquer necessidade externa.

Esse amor romântico incorpora o casamento monogâmico, que passa a ser visto como garantia de moralidade, uma instituição na qual um homem e uma mulher decidem por consentimento mútuo — o que é novo historicamente — fundar uma família baseada na razão do amor e não na paixão sexual. Aqui, amor e desejo se distinguem. Quem ama, portanto, não sentiria atração e desejo por mais ninguém. Nessa lógica, teríamos outro sentimento que está vinculado ao amor: o ciúme.

De acordo com Rezende e Coelho (2010), o ciúme é considerado como importante estado emocional no ocidente, estando intrinsecamente associado à monogamia do modelo judaico-cristão, só fazendo sentido à luz do parentesco ocidental. O desenvolvimento do ciúme, neste contexto, se dá em torno de “regras de relacionamento” socialmente compartilhadas, que o tornam legítimo e esperado em relações conduzidas “[...] por expectativas prescritas de reciprocidade e exclusividade, mas que o condenam em outros modelos de relacionamento nos quais a ‘regra’ é o compartilhar do outro, a exemplo dos modelos poligâmicos” (REZENDE; COELHO, 2010, p. 12).

Com isso, Rezende e Coelho (2010) demonstram que essa maneira moderna de amar, ao atrelar o sentimento amoroso ao casamento monogâmico, autoriza uma imposição ao parceiro de exigência de reciprocidade e exclusividade. Legitimado, o ciúme pode ser considerado como “prova de amor” e sua ausência seria sinal de desinteresse amoroso. O ciúme é codificado, assim, como demonstração de afeto e cuidado, entrando nas relações como um “tempero”. Há alguns traços comuns do ciúme no contexto ocidental que são pautados por uma ideia de envolvimento real ou imaginário do parceiro com outra pessoa fora de seu relacionamento primário. Quer dizer, um sujeito é tido pelo ciumento como valioso e importante, o centro de sua vida, numa relação na qual ele procura se inserir como dependente em termos emocionais. Nessa lógica, o ciúme

parte de um rival, incita uma reação frente à ameaça e, por fim, faz o ciumento arrumar meios para eliminar os riscos da perda de seu amor para outrem.

As relações amorosas monogâmicas são exemplificadas, no universo da comunicação de massas, através de enunciados que colocam a exclusividade como inevitável, caracterizadas por renúncias, possessividade e intensidade. Nessa esteira, o ciúme é romantizado e interpretado como um ato heroico de quem ama, entrelaçado à ideia de desejo genuíno e com a exigência da exclusividade mutuamente consentida. O ciúme não pode ser considerado como natural, muito menos como resultado espontâneo de exigências de exclusividade sobre aqueles a quem amamos, mas sim como algo culturalmente produzido. Não à toa, de acordo com Rezende e Coelho (2010), amor e ciúme formam um complexo de aparência indissociável, especificamente, para as subjetividades ocidentais.

Desse ponto, sugiro outro exercício: pensar o conjunto de elementos amor, monogamia, fidelidade, ciúmes, exclusividade etc. como uma gramática cultural, extremamente contextual e situada nas visões de mundo das sociedades ocidentais modernas. Em termos gerais, pensá-lo a partir da existência de padrões culturais e como processos de aprendizagem resultantes de fatores históricos, que levam em conta principalmente a noção de pessoa inteiramente atomizada, individual e dotada de *psique* presente neste universo (ARAÚJO; CASTRO, 1977).

Portanto, o conceito de pessoa individual no ocidente moderno é fundamental para a materialização da noção de amor que incorpora o ciúme e o modo como essa noção foi disseminada e tornada hegemônica a partir do colonialismo-modernidade. Ainda que o amor e o ciúme possam ser encontrados em todos os lugares, não se expressam esses sentimentos da mesma forma e, principalmente, não se dá a eles o mesmo lugar na constituição dos vínculos sociais, como reconhece Lobato (2012). Esses questionamentos nos ajudam a destacar a particularidade histórica e cultural da estreita associação que o ocidente moderno realizou entre monogamia, amor e ciúme. Por essa razão, o amor e o ciúme, em particular, devem ser compreendidos como tributários das relações sociais e do contexto cultural em que emergem.

2. Componente terapêutico, a gestão das emoções e a crítica aos “valores monogâmicos”

Como argumentei em outra oportunidade (FERNANDES, 2022), há uma série de acontecimentos políticos que vão representar grandes tensões no interior da noção e

experiência concreta do amor no ocidente, como por exemplo, a *belle époque* francesa, o surgimento do cinema, o desenvolvimento da chamada indústria cultural de massas e as pautas trazidas pelo feminismo em meados do século XX. Contudo, independentemente dos significados desenvolvidos em torno do amor, todos eles tiveram como base a mesma noção de pessoa individual.

O caráter heterogêneo e as dissidências que a noção de pessoa vai possibilitar leva, conseqüentemente, o drama afetivo para caminhos distintos e complexos entre si no ocidente (LÁZARO, 1996; LOBATO, 2012). Nesse sentido, a noção de pessoa individual que fundamenta a noção ocidental de amor, permitindo uma ruptura do indivíduo com a sua comunidade em direção à um contrato sexual que leva em consideração apenas os seus desejos e afetos, — vistos como algo natural e transcendental na cultura romântica, em que o próprio amor é visto como algo orgânico e incontornável — é, ao mesmo tempo, uma noção que fundamenta, no século XX, as críticas à monogamia, à exclusividade sexual e ao ciúme como valores incontornáveis e naturais (FERNANDES, 2022).

Conforme Giddens (1993), as transformações ocorridas no mundo ocidental em virtude das exigências dos movimentos feministas no decorrer do século XX abriram espaço para uma crítica contundente à concepção de amor romântico. A ordem emocional reivindicada e trazida pelas mulheres proporcionou grandes mudanças, conduzindo as relações amorosas a outros status, assim o ideal de amor romântico foi importante porque as mulheres não podem ser interpretadas como suas vítimas passivas. Ao contrário, o amor romântico foi instrumentalizado como estratégia entre elas, quando realmente acreditavam que, pela primeira vez na história, estavam livres de amarras externas para escolher com quem se casar. Porém, com essa vivência, contradições e privilégios dos homens foram percebidos e, em seguida, interrogados.

Como consequência, emerge o que Giddens (1993) denomina de sexualidade plástica, que possibilitou a emancipação das mulheres em relação ao prazer sexual, retirando o foco do enunciado de sexo por procriação, condicionando uma reflexividade sobre a intimidade feminina e a crítica ao papel dos homens nas relações afetivo-sexuais orientadas pelo romantismo. Para o autor, a sexualidade torna-se descentralizada e, apesar de sua iminência no contexto de insatisfações e críticas das mulheres ainda no século XIX, em virtude da limitação rigorosa da dimensão da família, essa sexualidade só se concretiza, de modo mais amplo, como resultado da difusão da contracepção moderna e das novas tecnologias reprodutivas no século XX. No entendimento de Giddens (1993), essas condições contribuíram para a libertação da sexualidade da regra do falo masculino.

Como salienta Rüdiger (2012), a sexualidade passa a ter mais importância “conforme se verificou o declínio das preocupações femininas com a reprodução (voluntária ou não), e os relacionamentos amorosos foram se tornando mais livres, abertos e necessariamente sujeitos à negociação” (RÜDIGER, 2012, p. 151-152). Nesse universo, a sexualidade está livre da aceitação que a via como naturalmente intrínseca à reprodução, reestruturando, de modo geral, a intimidade no mundo contemporâneo. Assim, a sustentação do amor romântico começa a se desmantelar sob o constrangimento da emancipação e da autonomia sexual feminina.

O amor romântico é o precursor do que Giddens (1993) denomina de relacionamento puro, que pode ser entendido como um relacionamento fincado na igualdade emocional e sexual, em oposição às relações e formas pré-existentes de poder do sexo. O relacionamento puro, nota o autor, traz à tona uma negociação e uma ética que reconhece a igualdade ao redor dos vínculos pessoais, sendo justamente isso que altera a intimidade, reivindicada, de agora em diante, como uma democratização no domínio interpessoal.

Um relacionamento puro não tem nada a ver com pureza sexual, sendo um conceito mais restritivo do que apenas descritivo. Refere-se a uma situação em que se entra em uma relação social apenas pela própria relação, pelo que pode ser derivado por cada pessoa da manutenção de uma associação com a outra, e que só continua enquanto ambas as partes considerarem que extraem dela satisfações suficientes, para cada uma individualmente, para nela permanecerem. Para a maior parte da população sexualmente “normal”, o amor costumava ser vinculado à sexualidade pelo casamento, mas agora os dois estão cada vez mais vinculados através do relacionamento puro (GIDDENS, 1993, p. 68-69).

Para Giddens (1993), a divergência entre a concepção de amor romântico e relacionamento puro assume vários contornos, em que ambos tendem a conflitar. A tendência é que essa tensão seja, cada vez mais, revelada à visão geral da sociedade como decorrência da progressiva reflexividade institucional. Desse ponto, o autor chama atenção para o amor confluyente — tratado como uma das formas de manifestação da relação pura —, cuja verdadeira condição é a abertura ao outro na relação afetivo-sexual, em que a continuidade do relacionamento depende, exclusivamente, do desenvolvimento da intimidade, abalando a identificação projetiva presente no amor romântico.

Isso não significa dizer que, no amor confluyente, inexistam esse tipo de identificação. Entretanto, de acordo com Giddens (1993), não é o centro para constituição do amor, na verdade é vista apenas como possível caminho para sua existência. Então, o amor confluyente — ao contrário dos sonhos recheados de amor e das promessas de eternidade e fidelidade na perspectiva romântica, que a princípio sujeitam as mulheres à

domesticidade — presume, de início, igualdade na doação e recebimento emocionais, não de modo fantasiado, mas pragmático. Em outros termos, no amor confluyente evidencia-se uma paridade emocional, em que as pessoas envolvidas se encarregam de garantir igualdade nas trocas afetivo-sexuais. “Neste momento, o amor só se desenvolve até o ponto em que se desenvolve a intimidade, até o ponto em que cada parceiro está preparado para manifestar preocupações e necessidades em relação ao outro e está vulnerável a esse outro” (GIDDENS, 1993, p. 73).

O que mantém o relacionamento puro — meio pelo qual se desenvolve o amor confluyente — é a aquiescência entre os parceiros envolvidos para adquirir e extrair da relação vantagens suficientes para justificar a continuidade de seu envolvimento. Assim, “a exclusividade sexual tem um papel no relacionamento até o ponto em que os parceiros a considerem desejável ou essencial” (GIDDENS, 1993, p. 74). Assim como não podem ser tratados com viés monogâmico, o relacionamento puro, em geral, e o amor confluyente, em particular, não possuem ligação com a heterossexualidade. Na verdade, a sexualidade do sujeito é um fator preponderante que precisa ser celebrado como parte constitutiva do próprio relacionamento amoroso, associando-se à identidade e à autonomia pessoal.

Illouz (2011) e Rüdiger (2012) também argumentam que os encandeamentos dos tempos modernos e a modificação de vários fundamentos institucionais da sociedade capitalista, que acontecem devido às novas exigências societárias no século XX, exerceram impactos agudos na maneira de se analisar a intimidade, fazendo com que os indivíduos repensassem as relações amorosas tradicionais. Todavia, para eles, a ideia de individualidade feminina reivindicada pelos movimentos feministas liberais, por meio da instrumentalização dos pressupostos de uma cultura terapêutica, proporcionou, na verdade, uma extrema individuação nas relações amorosas, além de desvincular a sexualidade do reino da moralidade.

Em outras palavras, esses autores identificam a existência de um entrelaçamento histórico entre as pautas do feminismo liberal — considerado hegemônico — e a cultura terapêutica desenvolvida no mundo empresarial e mercadológico por meio da literatura de aconselhamento, atestando que isso condiciona um processo de racionalização das relações íntimas no contexto ocidental e enrijece uma espécie de capitalismo afetivo.

Com efeito, a partir da segunda metade do século XX, há intensa disseminação de veículos através dos quais o eu se inspeciona e se discute, como manuais terapêuticos indicadores de caminhos para se melhorarem relacionamentos interpessoais no mundo do trabalho. Assim, Illouz (2011) constata que, no contexto ocidental, as técnicas de

comunicação ensinadas nesses manuais de aconselhamento proporcionam aos sujeitos uma conscientização de padrões de fala para lidarem melhor também com mal-entendidos em seus relacionamentos afetivo-sexuais. São verdadeiros “[...] exercícios que visam explicitar as suposições e expectativas ocultas de pessoas casadas [...]” (ILLOUZ, 2011, p. 53), ensinando-lhes a arte e a ciência da escuta.

Logo, a comunicação exigida no âmbito profissional torna-se o jargão usual dos relacionamentos amorosos contemporâneos, gerando o fenômeno da intelectualização dos laços íntimos, fruto da linguagem terapêutica desenvolvida e aplicada no universo econômico. Ou seja, borram-se as fronteiras. A vida afetiva, antes destinada ao âmbito privado do indivíduo, agora se funde à lógica empresarial e do mercado de trabalho, e vice-versa. Em decorrência, consolida-se, ora no interior das relações amorosas, ora no interior das relações de trabalho, um modelo de comunicação psicológico baseado sobretudo no ideal de gestão das emoções. Desse modo, “o modelo da comunicação terapêutica intensifica um subjetivismo fazendo-nos ver nossos sentimentos como dotados de validade própria” (ILLOUZ, 2011, p. 59).

Conforme Illouz (2011), a sentimentalização da esfera pública dá-se por meio do discurso terapêutico, que envolve uma linguagem acessível, permitindo, principalmente às camadas médias, a intelectualização dos laços íntimos em virtude “[...] de um projeto moral mais amplo: criar igualdade e trocas equitativas, mediante o engajamento numa comunicação verbal implacável sobre as necessidades, os sentimentos e as metas do indivíduo” (ILLOUZ, 2011, p. 52). Tal comunicação determina uma nova competência, pela qual o manejo afetivo e linguístico do eu visa a instituir padrões de reconhecimento social. Isto é, a comunicação psicológica, a qual tem, em si mesma, apropriação de uma linguagem terapêutica, tornou-se, não só no meio doméstico, como também, na esfera profissional, um mecanismo de reconhecimento produtivo: o indivíduo que concilia características como escuta e empatia promove a si, é interpretado como competente e mais completo, além de transmitir a ideia de pessoa centrada e habilidosa emocionalmente nas duas esferas citadas, tornando-se valorizado por isso.

Para Rüdiger (2012), os indivíduos ocidentais estariam, então, destinados a racionalizar o amor a partir de lógicas empresariais, regulando suas condutas afetivas em conformidade com as leis do mercado, instrumentalizando-se e flexibilizando-se o tempo inteiro, para um autoaperfeiçoamento emocional, tornam-se sujeitos humanos empreendedores de si mesmos, permanentemente moldáveis e reconfiguráveis em seu íntimo. De fato, Illouz (2011) demonstra que a moralidade oficial dos relacionamentos

afetivo-sexuais, permeada pela lógica do romance, começou a ganhar resistência ideológica, sobretudo por parte dos movimentos de mulheres. Para ela, as relações amorosas foram mediadas, até as primeiras décadas do século XX, por traços característicos do amor romântico. Contudo, as exigências do romance, inteiramente idealizadas, eram irrealizáveis na prática, sobrecarregando principalmente as mulheres em suas relações afetivo-sexuais. Assim, o feminismo liberal mobilizou uma gramática terapêutica — moldada pelas lógicas empresariais e de mercado — para repensar as relações amorosas e os papéis de gênero no contexto ocidental.

Portanto, o feminismo e a cultura terapêutica deflagrada pela literatura de aconselhamento do âmbito empresarial confluem entre si e possibilitam a racionalização de valores e competências na conduta dos relacionamentos íntimos, quebrando precisamente a dicotomia da esfera público-privada no contexto ocidental, fundindo-as por meio de ferramentas utilizadas para intelectualização dos laços afetivos.

Nessa lógica, Illouz (2011) pensa haver um capitalismo afetivo, que desenvolve uma cultura de intensa valorização das emoções, produzindo uma ontologia afetiva inerente a ele que, segundo a estudiosa, é a percepção de que os sentimentos podem ser escolhidos para análise com a finalidade de um esclarecimento sobre eles e posterior controle por parte dos sujeitos. Com isso, desenvolve-se uma cultura afetiva especializada, que desarticula a ideia convencional de divisão entre uma esfera pública, desprovida de afetos, e uma esfera privada, saturada por eles. Isso porque os afetos passam a se encontrar com os discursos econômicos moldando uns aos outros (ILLOUZ, 2011). Nesse momento, o eu privado passa a ser publicamente confessado e posto em circulação junto a narrativas e valores da esfera econômica, principalmente àquelas vinculadas às práticas de consumo.

Daí, os relacionamentos tornam-se comensuráveis, pois são tratados como objetos cognitivos que envolvem custo-benefício e permuta-negociação. Para Rüdiger (2012), os relacionamentos afetivo-sexuais passam a ser interpretados e definidos pelos indivíduos em nome das ideias de negociação, troca e igualdade, algo que, de acordo com o autor, contempla a agenda e as exigências dos movimentos feministas do período. Nesse sentido, Rüdiger (2012) observa a existência de duas gramáticas no universo amoroso ocidental, incongruentes entre si: o romantismo democrático e o intimismo terapêutico. Ambas orientam as relações amorosas de modos distintos: de um lado, o romantismo que proporciona paixão, desejo, projeções no companheiro idealizado; de outro, o intimismo,

que pauta uma comunicação demasiada entre as partes envolvidas na relação, nos diálogos intermináveis e na parceria.

As pessoas que sentem vontade de amar precisam se dar conta que isso depende de vontade e esforço, algo que, aliás, não é estranho ao romantismo. Porém, contrariamente a este, que enfatiza a paixão, a química, a loucura etc., o intimismo defendido pelo pensamento terapêutico prega que cuidemos, antes de tudo, do equilíbrio, do planejamento e da reciprocidade nos relacionamentos. Para o romantismo, o principal é a paixão. Para o intimismo, o companheirismo ou intimidade (RÜDIGER, 2012, p. 162).

Rüdiger (2012) defende que o componente terapêutico — chamado também de intimismo — que se torna marca das relações amorosas contemporâneas, é fruto de uma excessiva individuação correspondente ao racionalismo capitalista. Esse componente, à medida que oferece aos sujeitos ferramentas para lidarem consigo próprios, pressiona-os a procurarem, a todo instante, um autoaperfeiçoamento para acompanhar as mudanças no próprio sistema capitalista, para “viverem melhor”. Em outros termos, o intimismo terapêutico, segundo o autor, procuraria oferecer mecanismos (reservas de racionalidade) de proteção para subjetividade produzida no capitalismo. Portanto, os indivíduos se apropriam da concepção terapêutica em seus relacionamentos amorosos para se defenderem do subjetivismo avassalador exigido pelo racionalismo capitalista do mundo contemporâneo.

Isso ocasiona uma mudança importante no casamento, o qual passa a ser orientado como fonte de apoio emocional. Isto é, as pessoas começam a buscar em seus parceiros a satisfação de suas necessidades internas. “O centro desloca-se então para ‘a pessoa individual’ e a ‘felicidade pessoal’ é agora a marca de um matrimônio bem-sucedido” (CARDOSO, 2017, p. 16). Desse modo, as novas alianças começam a se basear em uma espécie de reivindicação da vida própria. O casamento como meta de vida, naturalizado na biografia feminina, vai cedendo espaço para a ideia de projeto pessoal. Quando este se torna incompatível com o do parceiro e a relação em geral, tende-se para o término ou para alteração da relação (CARDOSO, 2017). Em suma, para o autor, à medida que outras instituições assumiram muitas das funções econômicas, políticas e educacionais antes desempenhadas pelas famílias, as expectativas dos parceiros conjugais mudaram de realização instrumental para realização emocional. Daí, o casamento tornou-se mais opcional e mais frágil.

Tal comportamento faz parte, indica Illouz (2012), de uma perspectiva “faça você mesmo”, convertida em uma força para as pessoas tornarem-se mais independentes em relação aos enamorados e, assim, livrarem-se de modelos tradicionais de relação. A autora

admite que os indivíduos, em suas relações afetivo-sexuais, não se aprisionam mais em esquemas que visam a impor-lhes alguma estabilidade. Quer dizer, o relacionamento puro tornou a esfera privada mais volátil e a consciência romântica infeliz. Com efeito, os constrangimentos socioeconômicos e tecnológicos foram fundamentais para o estabelecimento de novas percepções de relacionamentos afetivo-sexuais, em que cada vez mais os atores objetivam o contentamento subjetivo e emocional. Nessa dinâmica, os polos se invertem: o sujeito toma primazia sobre a relação, e não o contrário. De acordo com Cardoso (2017), essas características operam não só a nível ideológico — no qual imperam os discursos sobre o que são ou devem ser relações amorosas boas, atraentes e agradáveis nos dias de hoje — como também no nível das interações e práticas sociais.

O crescimento do número de divórcios em vários países, a diminuição do número de casamentos, as relações que nunca chegam a ter qualquer tipo de registro formalizado e o crescente número de pessoas que preferem ter relacionamentos ao mesmo tempo que vivem sozinhas, ou que não estão interessadas em ter relacionamentos de tipo romântico, são vários dos exemplos que podem ser convocados para reflectir sobre a emergência do plano individual [...]. Isto não quer dizer, claro, que exista um processo linear e sem consequências negativas para várias destas práticas [...] ou que estes processos sejam fluídos e ininterruptos [...] (CARDOSO, 2017, p. 16).

Porém, em vez de um posicionamento conservador frente às transformações na intimidade, entendendo-as como parte de um inalterável individualismo, sugiro pensá-las, em diálogo com Cardoso (2017), mais em termos de um individualismo em rede, que possibilita também o surgimento de novos arranjos afetivo-sexuais questionadores da proeminência da monogamia e do amor romântico a ela vinculado, bem como geradores de novos modelos de sociabilidade, que não podem ser tratados em termos de isolamento, alienação ou como um egoísmo originado da “fragilidade dos laços humanos”, como se a comunidade humana estivesse se desintegrando. Ao contrário. Acredito que estão entrando em constante fluxos de ligação (CARDOSO, 2017).

Como argumentei no início deste tópico, penso ser fundamental lembrar que, se a noção de pessoa ocidental (indivíduo) é a base para a fusão entre a monogamia e o amor romântico — princípios que, historicamente, organizaram as relações amorosas e a família conjugal no ocidente —, ela é também o suporte do feminismo e da cultura terapêutica, os quais, aliados, proporcionaram críticas contemporâneas a essa fusão e à própria noção de indivíduo, que não se manteve intacta ao longo da história, sendo permanentemente interrogada por inúmeras disputas societárias.

Dessa forma, as transformações na intimidade e o avanço da reflexividade no contexto ocidental, ou melhor, da modernidade radicalizada, nos faz perceber a

interrogação do sentimento amoroso, pela qual mais pessoas experimentam diferentes arranjos afetivo-sexuais para além do monogâmico no mundo contemporâneo. Todavia, independentemente do arranjo afetivo-sexual, a presença do componente terapêutico nas relações amorosas é consequência direta do processo de individuação como modo de subjetivação em contextos neoliberais. Quer dizer, a cultura terapêutica está tanto para monogâmicos, quanto para não monogâmicos, mas o fato de conceberem o amor de modos muito distintos, faz com que a apropriação deste componente os direcionem para caminhos inversos.

3. Ciúme e não monogamia

De fato, as relações não monogâmicas se inserem dentro de uma gramática cultural específica, marcada pela “emancipação” feminina e pela emergência de uma linguagem terapêutica no interior das relações amorosas. Tais elementos, em conjunto, caracterizam uma forma bastante particular de crítica à ética amorosa romântica e monogâmica, bem como aos seus principais valores, como o ciúme. Portanto, exemplos privilegiados do relacionamento puro e do amor confluyente, que estipulam uma ética de si e explicitam também a individuação em rede, seriam os não monogâmicos, que não se baseiam na exclusividade afetivo-sexual entre os parceiros e extrapolam a ideia de casal heterossexual.

Para Silva, Neres e Silva (2017), os não monogâmicos procuram o “cuidado de si”, compreendido como somatório de técnicas viabilizadoras não apenas do conhecer o que se é, mas produzir a si mesmo, em que os indivíduos valorizam, principalmente, a autonomia, a franqueza e a liberdade no relacionamento afetivo-sexual, embora com inúmeras contradições e ambiguidades em suas vivências. Como constatado por esses autores, parte dos não monogâmicos acreditam que seu formato de relação, apesar de não poder ser definido previamente, opera com os valores de liberdade e sinceridade, evocados constantemente para fortalecer a crença de que não deve haver cerceamento dos sentimentos e nem dos parceiros, tal como amor e desejo por outrem, sendo assim, mais honesto que o monogâmico.

Bornia Jr. (2018) argumenta que os não monogâmicos priorizam seus vínculos afetivo-sexuais em outras bases que não as românticas. A busca romântica implacável para formar uma unidade com um parceiro seria, para os não monogâmicos, uma alienação monogâmica com vistas a promover homogeneidade na relação, perdendo de vista os traços e potencialidades de cada individualidade presente no(s) relacionamento(s)

em questão. Em vista disso, para os não monogâmicos, a defesa de múltiplos relacionamentos afetivos, íntimos e sexuais, é valiosa do ponto de vista moral (ou ético) e essa perspectiva confere potencial subversivo à não monogamia. Em outros termos, adotam uma filosofia básica: amar uma única pessoa pelo resto da vida é algo inconcebível, por isso os indivíduos podem amar e ser amados por mais de uma pessoa simultaneamente, primando por um caráter ético de compromisso, consenso e honestidade.

Pilão (2017) identifica que a não monogamia é uma autonomia do eu em busca de equidade com o(s) outro(s), afirmando ser esse arranjo um posicionamento moral, mais que uma prática sexual, que envolve a produção de si por meio da franqueza, oferecida e exigida dos demais. Justamente por isso, os não monogâmicos entendem que sentir ciúmes, competir por amores e torná-los exclusivos representam os principais perigos para eles, frente aos quais procuram desenvolver, mediante autocríticas e constantes diálogos, mecanismos para um cuidado maior de si e do/s parceiro/os envolvido/s na relação. Ou seja, classificam a monogamia como um “fantasma presente e visível”, tratam-na como hegemônica e entendem que, por serem criados nesse formato, levam tempo para se desvencilharem de alguns comportamentos trazidos e impostos por ele.

De fato, como observei em minha pesquisa (FERNANDES, 2022), o arranjo não monogâmico é valorizado por duas características gerais: a) por ser um modelo crítico à monogamia e de seus “valores convencionais”, como a ideia de “amar apenas uma pessoa de cada vez”; b) por se tratar de uma orientação relacional aberta à possibilidade de estabelecer e manter vínculos amorosos e de intimidade com mais de uma pessoa ao mesmo tempo. Tal arranjo é entendido como proveitoso e benéfico, contanto que haja consentimento informado entre as partes, isto é, as pessoas envolvidas na relação, partindo dos pressupostos de “honestidade” e “sinceridade”, devem saber que estão engajando-se nesse tipo de relacionamento não exclusivo do ponto de vista afetivo e sexual.

Ao investigar as tensões e estratégias mobilizadas pelos meus interlocutores para desenvolverem uma ética amorosa não monogâmica, testemunhei que os não monogâmicos classificam o ciúme como um dos maiores malefícios da “herança monogâmica”, que traz consigo a ideia de posse sobre o outro. Assim sendo, partem do princípio de que o ciúme é construído, ou, mais precisamente, “inventado”. Muitos comentam sobre a importância de “desaprender” esse sentimento para afastarem-se dos “fantasmas da monogamia”, sendo tal atitude interpretada como o principal desafio na

prática não monogâmica, revelando também o quanto os sujeitos estão preparados para assumirem esse modelo de relação.

Nesse sentido, ocorrem, dois processos entrelaçados: a) desaprender a monogamia, isto é, na transição para não monogamia iniciar o desmanche dos valores aprendidos na trajetória afetivo-sexual, como por exemplo, a crença de que o amor só é verdadeiro quando é exclusivo; b) desaprender para aprender, que implica transformação e reconstrução de si — entendido como algo permanente, já que as vivências são atravessadas diariamente pelo “sistema monogâmico” — a busca pelo autoconhecimento e por mecanismos para lidar com os próprios dilemas em torno do apego, culpa, ciúmes, inseguranças e medos.

Em relação a esses primeiros processos, muitos dos meus interlocutores comentam sobre a importância da terapia no curso de desaprender os valores monogâmicos, ou ao menos utilizam demasiadamente uma linguagem terapêutica para tal. O postulado de estudar as emoções, esmiuçá-las, para compreender-se é evidente em seus discursos, dado que acreditam que os sentimentos são socialmente construídos, e não algo inato, inevitável ou impossível de superar. Nesse sentido, os ciúmes e a possessividade, por exemplo, podem ser trabalhados e revistos desde que os sujeitos tenham vontade/coragem para confrontá-los, mas reconhecendo as dificuldades que esse percurso vai exigir, sobretudo em termos de entender os próprios limites pessoais.

Fala-se sobre a não monogamia ser um caminho de autodescoberta, o que levaria a ter, de modo intenso e ininterrupto, contato particular com os próprios sentimentos. Para os participantes da pesquisa, viver as emoções em plena liberdade sem ancorar-se em um modelo pronto e rígido de relação afetivo-sexual os potencializam a saírem do lugar e romperem com significados pré-estabelecidos de expressão de seus próprios afetos.

O ciúme é o exemplo mais citado pelos meus interlocutores para exemplificar o desaprender e, ao mesmo tempo, tido como principal desafio na prática não monogâmica. Para eles, os indivíduos já devem entrar na relação não monogâmica sabendo que têm que repensar o lugar do ciúme. Esse sentimento é apontado como algo a ser trabalhado na terapia ou em diálogo constante com o(s) par(es) amoroso(s). Meus interlocutores faziam questão de dizer que sentiam ciúmes, quebrando um mito a seu respeito de que seriam mais tranquilos e resolvidos em relação a esse sentimento. “Adoraríamos que isso fosse verdade, mas a real é que fomos todos socializados nessa cultura de escassez do amor, de exclusividade, controle e propriedade sobre o outro. É um processo bem desafiador e não

sabemos se haverá um momento em que estaremos imunes aos ciúmes”, pontuou Irie [35 anos, mulher cis, bissexual].

Na realidade, o sentimento não é negado, mas trabalhado. Meus interlocutores alegavam predisposição a defrontar-se com o ciúme, encarando-o como negativo e observando-o como uma emoção que precisa ser admitida e interrogada com frequência. Para ilustrar, Akin [47 anos, homem cis, heterossexual] utilizou uma metáfora, disse que o ciúme pode ser interpretado, no contexto não monogâmico, como um “ioiô emocional”, que vai e volta, mas não desaparece, e quem consegue diminuí-lo e controlá-lo crítica e abertamente na(s) relação(ões) vive melhor.

Oluwadolupo [32 anos, mulher cis, bissexual]: A gente entende o ciúme como um problema, a gente entende que vai sentir ciúme, mas que a gente vai problematizar esse ciúme, então acho que essa talvez seja a grande diferença. Vou te falar... é um processo doido, nem todo mundo quer enfrentar o ciúme, quer estar lidando com essas contradições, sabe? Tá lidando com esses problemas que aparecem pra gente no dia a dia. Eu falo “cara, o fato de eu ser não monogâmica é porque eu gosto do conflito”. Eu tenho que me colocar permanentemente em desconstrução, em crítica, sabe? (Trecho da entrevista).

Ayo [28 anos, mulher cis, bissexual]: Acho que é um grande desafio quebrar essa barreira do ciúme, de quebrar esse pensamento, porque é uma coisa construída ao longo da vida e demora muito tempo, desde pequeno a pessoa pensa assim. Por isso que esse processo é contínuo. Eu sou uma pessoa não monogâmica hoje, mas eu sou uma pessoa que não sou iluminada, entender os ciúmes e superá-los é um processo contínuo. Sou uma pessoa que tenho ciúmes, tenho coisas assim, só que eu penso que o ciúme é uma coisa que diz respeito muito mais a mim do que a outra pessoa. (Trecho da entrevista).

Assim, de acordo com esses sujeitos, a diferença entre os não monogâmicos e os demais, em relação ao ciúme, seria se propor ao exercício de lidar com esse sentimento, notando quando ele aparece, investigando suas causas, ao invés de romantizá-lo e tratá-lo como prova de amor. Para Akin, a não monogamia é libertadora por obrigá-lo a tratar do ciúme e de outras “perturbações naturalizadas”, como a noção de posse sobre o outro e os artifícios utilizados e transformados em chantagens emocionais para que esse outro realize as vontades do parceiro, ainda que indiretamente.

Irie: Eu tinha ciúmes, eu tenho até hoje, mas eu aprendi que é uma questão minha que eu tenho que lidar. Não é o outro, é uma coisa que é problema meu, a pessoa tem nada a ver com isso [risos]. Então eu percebi que eu preciso compreender onde eu estou insegura e trabalhar isso. A diferença eu acho que é justamente essa, quando você está numa relação monogâmica você tem essas inseguranças e você acaba passando por outro nesse sentido de querer controlar, querer saber com quem se relaciona, o que vai fazer final de semana, pra onde vai, ligar quando sair, ligar quando chegar. E eu acho que a relação monogâmica acaba demonstrando ciúme dessa forma. (Trecho da entrevista).

Naomi Luz [40 anos, mulher cis, bissexual]: Para lidar com ciúmes eu fui conversando e lendo muito. Hoje eu entendo e falo “cara, tá tudo bem. Tá tudo bem eu sentir ciúme”. O importante é você identificar que está agindo como

uma pessoa ciumenta e querer trabalhar isso, não culpar o seu parceiro. Acho que essa é uma grande diferença, talvez, dos relacionamentos monogâmicos, né?, onde o ciúme é um ato heroico, uma verdadeira demonstração de amor. Daí, não se trabalha isso porque há uma naturalização desse sentimento, né? (Trecho da entrevista).

Percebe-se que meus interlocutores estão imersos em um processo de psicologização que enfatiza o indivíduo biológico como cerne de suas preocupações. Eles se apropriam, para explicação dos dramas individuais e suas resoluções, de um discurso terapêutico que, por sua vez, é apreendido como inteiramente subjetivo. Assim, reconhecem os sentimentos como não naturais por um lado e, por outro, acabam por exercer uma intelectualização desses elementos, sob argumento da necessidade de terapia para melhor trabalhar com as “emoções que não são bem-vindas”. Essa intelectualização, ou melhor, esse letramento afetivo, por seu turno, torna os sentimentos, aparentemente, algo passível de manipulação, ou seja, verdadeiros objetos a serem investigados pelo eu. As emoções são reduzidas a um conjunto de entidades manipuláveis e observáveis. Nessa perspectiva, viver uma relação amorosa não monogâmica exige desses sujeitos um artesanato, um intenso trabalho pessoal, desenvolvido mediante várias oficinas (nesse caso é trazido como referência o espaço da terapia, o especialista psi, que os auxilia nos dilemas experienciados).

Essas pessoas entendem que, no início do processo de reconstrução de si, é comum pensar que, se o parceiro é livre para se relacionar com quem e como quiser, chegará um momento em que ele optará por ignorar completamente seus sentimentos ao amar outro alguém, negligenciando-os. A insegurança que produz o ciúme vem desse pensamento. Não à toa, ao descreverem seus ciúmes, explicaram-me que o sentimento tem a ver com a insegurança de perder o(s) parceiro(s), do medo de o(s) companheiro(s) se apaixonar(em) por outra pessoa e esquecer(em)-se de seu vínculo e de suas responsabilidades com a antiga relação amorosa. Simultaneamente, identificam que tem a ver com o ego ou uma espécie de vaidade pessoal, já que o medo é de o(s) parceiro(s) encontrar(em) pessoa(s) mais interessante(s) que eles.

Percebi que, no caso das mulheres negras, a insegurança de perder o outro, por vezes, tem a ver com o trauma do preterimento afetivo, por não terem tido, em suas trajetórias, uma relação saudável ou experiências significativas como as que o parceiro atual está proporcionando. Daí, aparece o medo de serem trocadas e/ou abandonadas ao ver o parceiro feliz com outra(s) pessoa(s), gerando inúmeros incômodos e comportamentos hostis. Já para os homens negros, notei que o ciúme, frequentemente, vem também de uma insegurança de perder sua companheira, mas sua manifestação é

marcada por uma disputa em torno do ego inflado. Procuram mostrar-se uns melhores que os outros, sobretudo em termos profissionais. Em outras palavras, a insegurança masculina está associada a uma perda de status quo em relação a outro homem, devido à possibilidade de ele ter um melhor emprego, uma melhor condição de vida etc. A aparição do ciúme traduz-se, então, em competitividade, manifestada em atitudes provativas, como, por exemplo, “quem é o melhor na cama”.

Todavia, essa questão do status profissional e sua associação ao ciúme entre os homens negros merece uma atenção especial: meus interlocutores, todos originários de classes populares, tiveram pouquíssimas condições financeiras e materiais e isso ditou o ritmo de envolvimento afetivo-sexual com as mulheres em suas trajetórias amorosas. Seus relatos sugerem que os homens brancos, mesmo pobres, eram vistos como mais descolados, cheirosos, bonitos, elegantes, em suma, referência de beleza e status quo adquirido simbolicamente pela brancura da pele. Para terem segurança e tentarem competir na conquista das mulheres ou estarem minimamente próximos dos sujeitos brancos, eles procuravam trabalhar demasiadamente — mesmo que em serviços subalternos — para ter dinheiro e comprar roupas, joias, tênis e até mesmo motocicletas. Desse modo, acreditavam-se atraentes e reconhecidos, ou melhor, “vistos”.

Ainda que estivessem munidos desses elementos, era crucial se portar discursivamente como “verdadeiros ganhões bons de cama” e exímios conquistadores. Sem isso, não havia autoestima e segurança para tentar o desenvolvimento de relações afetivo-sexuais, pois esses enunciados positivavam a cor de sua pele negra. Nesse caso, eles próprios identificam que a competitividade manifestada em virtude do ciúme ainda é transposta como marca de uma ferida aberta para relações não monogâmicas atuais, em que, a todo tempo, eles precisam se provar por suas profissões, situações financeiras e/ou performance sexual para terem segurança mediante a eclosão desse sentimento, atravessado por aspectos de raça e de classe.

De maneira geral, meus entrevistados apontam para os problemas que o ciúme pode gerar na relação não monogâmica. Por um lado, quem o sente pode entendê-lo como algo estarrecedor, que gera vergonha, o que pode fazer com que o sujeito não se sinta preparado suficientemente para assumir e viver a não monogamia e desconfie de sua capacidade de reconstrução. Isso pode abalar profundamente sua autoestima e o deixar vulnerável ao ponto de não desenvolver segurança para dar continuidade ou se envolver em uma relação NM de modo efetivo. Por outro lado, o indivíduo pode desenvolver comportamentos controladores para que seu parceiro não se relacione com terceiros. Ou

melhor, que se relacione apenas com pessoas com as quais o indivíduo se identifique, o que é chamado de “poder de veto”. Akin comentou que esse é um fenômeno comum de quem manifesta ciúmes.

Ademais, o destinatário dos ciúmes, devido à projeção realizada pelo parceiro, pode desenvolver a chamada frequência afetiva, de modo a corresponder às expectativas e evitar frustrações com o(s) seu(s) parceiro(s), mesmo que isso seja contraditório com aquilo em que acredita. Desse modo, para que fique tudo bem na relação, o indivíduo dedica mais tempo e energia para estar com o seu parceiro, concedendo-lhe uma sensação de conforto e confiança na relação. O problema é que essa disponibilidade para uma só pessoa gera hierarquias em relação às outras pessoas com quem o indivíduo venha a se relacionar, sexualmente ou não. Os outros indivíduos, entre eles amigos, acabam vistos como menos merecedores desse tempo. Sendo assim, a manifestação de ciúmes e incômodos constantes pelo parceiro pode fazer o indivíduo, ainda que alheamente, dedicar a maior parte do seu tempo apenas para ele.

Os entrevistados deram depoimentos semelhantes ao falarem de quando começaram a ver o ciúme de outro modo. Prezaram, inicialmente, por repensar a ideia de concorrência que esse sentimento evoca. Eles afirmam que, a todo momento, colocavam-se em comparação aos afetos de seus parceiros, o que os deixavam inseguros. A perspectiva mudou quando eles “elevaram a própria autoestima” e assumiram para si mesmos que jamais dariam conta sozinhos de fazer felizes as pessoas com as quais se relacionam. Daí, removeram um fardo das costas e entenderam que não só eles, mas seus parceiros, não podem ser completados. Lueji [32 anos, mulher cis, pansexual] disse que é uma questão de inverter a chave para compreender o ciúme de outro modo: “o meu parceiro é tão foda quanto eu, é justamente por isso que não conseguirei dar conta disso tudo, não posso satisfazê-lo sozinho, não posso completá-lo, ele precisa de outras pessoas fodas. Aliás, precisamos. E que bom por isso, se somos fodas, temos que nos envolver com pessoas fodas e isso não deve me deixar insegura”. Para Ayana [38 anos, mulher cis, bissexual],

Assim, como eu penso comigo de ficar com outras pessoas, pelo mesmo motivo, eu não posso colocar essa responsabilidade no colo do meu companheiro, do tipo assim: “eu te completo eu sou maravilhosa pra você, então você vai ficar só comigo”. Não, isso não faz o menor sentido. Ele tem que procurar outras pessoas que são fodas também, que são legais para ele ter outras visões de mundo e eu tenho que ficar feliz por isso. Não posso podar isso da pessoa, seguir, crescer e viver outras coisas. O ciúme muitas das vezes vem dessa sensação de inferioridade que temos frente aos desejos de nossos parceiros. (Trecho da entrevista).

Olodutum [38 anos, homem cis, heterossexual] elencou inúmeras formas como abordou o ciúme em sua trajetória afetivo-sexual. De início, comentou sobre uma ética do cuidado, que pode ser desenvolvida no interior dos relacionamentos não monogâmicos. Dialogar sobre o ciúme do outro é uma forma eficaz, segundo ele, de transmitir apoio, ainda mais se esse outro é recente na não monogamia. Para ele, o posicionamento requer paciência e consideração pela pessoa que está ao seu lado, pois não se pode ser ingênuo imaginando que o(s) parceiro(s) deixará(ão) de ter ciúmes. Ao mesmo tempo, deve-se ter cuidado para não idealizar o amor por uma pessoa e suportar demais os traumas dela.

Conforme Olodutum, com isso bem resolvido entre os parceiros, há uma estratégia a ser adotada: fetichizar o ciúme e tirar o suposto outro do lugar de ameaça do relacionamento amoroso em questão, mas sem objetificá-lo. Para ele, isso só é possível pelo fato de que, na não monogamia, o ciúme, assim como qualquer outro sentimento naturalizado, não tem um lugar. O importante é entendê-lo como prejudicial à relação.

O ciúme apresenta o outro como ameaça. E aí, às vezes nessa brincadeira do fetiche, você começa a perceber que o outro não é uma ameaça, mas o outro faz parte da brincadeira, faz parte do tesão. E aí, você sente tesão da pessoa tá sentindo tesão, a pessoa sente tesão por você tá sentindo tesão e assim vai. Tem uma dança aí entre a ética do cuidado e o fetiche. (Trecho da entrevista).

Independentemente da maneira pela qual tentam sanar os ciúmes, todos procuram desenvolver como resposta a esse sentimento a famosa compersão, entendida como sentimento oposto. Trata-se de o indivíduo sentir alegria ao ver seu parceiro feliz com seus afetos e/ou em projetos nos quais possa não estar incluído. Por exemplo, Ayana acredita que se o ciúme surge do indivíduo simplesmente se sentir mal pelo seu parceiro possivelmente estar se relacionando com outro(s) ou o indivíduo imaginar que há uma pessoa externa à relação que pode “roubar” seu(s) parceiro(s), a compersão é a felicidade sentida pelo fato de o(s) companheiro(s) dela estar(em) se relacionando e tendo alegrias com outro(s) indivíduo(s). Portanto, a compersão seria a inexistência ou a superação do ciúme entre os parceiros amorosos.

Todavia, para desenvolver tal sentimento, é necessário o tão comentado autoconhecimento. Para os entrevistados, conhecer a si mesmo significa buscar caminhos para não invadir os outros com os quais se relacionam com questões e dilemas próprios e fazer propostas absurdas devido ao ciúme e à insegurança. Isso porque, entendendo a si, os limites pessoais ficam mais evidentes. O próximo passo seria, então, externalizá-los

ao(s) parceiro(s), propondo-se tratos e definições que sejam benéficos para os envolvidos, que os façam evoluir gradativamente no interior do arranjo não monogâmico.

Considerações Finais

Como expliquei ao longo deste texto, por meio de uma linguagem terapêutica, meus interlocutores procuram promover circunstâncias especiais para suas vivências amorosas. Isto é, com o pensamento terapêutico, o ciúme é interrogado, trabalhado e entendido como algo que precisa de atenção, sendo tensionado a todo instante para que as pessoas envolvidas na relação consigam “lidar melhor” com ele. Nessa direção, nota-se que os sujeitos procuram uma variedade de técnicas para capacitar o eu a ganhar e exercer uma conscientização, um projeto para alavancar e sanar suas necessidades sentimentais, que fazem das emoções objetos extrínsecos a eles, a serem apreciadas, geridas, selecionadas e, por fim, fiscalizadas, para se tornarem melhores.

Assim, percebi alguns elementos específicos imbricados ao ciúme. De um modo geral, meus interlocutores, por meio da não monogamia, pensam em que medida as emoções são construídas, ou, mais precisamente, “inventadas” dentro de um contexto social determinado. Como vimos, os sujeitos da pesquisa classificam a monogamia como hegemônica e entendem que, por serem criados nesse formato, levam tempo para se desvencilharem de alguns comportamentos, daí haver atitudes contraditórias mesmo em uma relação não monogâmica.

Entretanto, para meus interlocutores, o diferencial da não monogamia é que ela permite rever criticamente os comportamentos, repensá-los e atacá-los, na tentativa de desfazê-los. Então, artifícios para o controle de ciúmes, por exemplo, são desenvolvidos, entendendo-o como uma construção social nociva, um dos maiores malefícios da “herança monogâmica”. Além disso, procuram erradicar competições e hierarquias, tidas como características essenciais da monogamia e responsáveis pelas principais mazelas nos relacionamentos afetivo-sexuais.

Então, como expliquei, o diferencial da não monogamia em relação à monogamia seria a sua disposição em rever criticamente tal sentimento e repensá-lo, na tentativa de “desfazê-lo”. Nessa direção, artifícios para o controle de ciúme são desenvolvidos. Um exemplo disso, seria a noção de “compensação”, categoria afetiva que pode ser entendida como uma aversão reflexiva ao ciúme, o seu verdadeiro oposto. Assim, não monogâmicos não se deixam “dominar” pelo ciúme e procuram visualizar o parceiro com outra(s) pessoa(s), sentindo-se bem com esse posicionamento. Dessa forma, a análise sobre o

ciúme neste contexto permite mostrar, especificamente, as negociações e as dinâmicas de interação estabelecidas em torno do arranjo não monogâmico de modo mais amplo, sendo a desnaturalização e a tentativa de “superação” de tal sentimento algo que legitima o próprio arranjo afetivo-sexual em questão.

Referências

ARAÚJO, Ricardo Benzaquen de; CASTRO, Eduardo Viveiros de. Romeu e Julieta e a origem do Estado. *In*: VELHO, Gilberto (org.). **Arte e Sociedade**: ensaios de sociologia da arte. Rio de Janeiro: Zahar, 1977. p. 130-169.

BORNIA JR., Dardo Lorenzo. **Amar é verbo, não pronome possessivo**: etnografia das relações não-monogâmicas no sul do Brasil. 2018. Tese (Doutorado em Antropologia Social) – Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2018. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/193166>. Acesso em: 17 jan. 2021.

CARDOSO, Daniel. **Amando vári@s**: individualização, redes, ética e poliamor. 2010. Tese (Mestrado em Ciências da Comunicação) – Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade Nova de Lisboa, Lisboa, 2010. Disponível em: <https://run.unl.pt/bitstream/10362/5704/1/Tese%20Mestrado%20Daniel%20Cardoso%2016422.pdf>. Acesso em: 20 mar 2020.

CARDOSO, Daniel. Amores plurais situados: para uma metanarrativa sócio-histórica do poliamor. **Tempo da Ciência**, Toledo, PR, v. 24. n. 48, jul./dez. 2017, p. 12-28. DOI <https://doi.org/10.48075/rtc.v24i48.18962>. Disponível em: <http://e-revista.unioeste.br/index.php/tempodaciencia/article/view/18962/12502>. Acesso em: 20 mar. 2019.

FERNANDES, Rhuann. **Negritude e relações não monogâmicas**: as dimensões micropolíticas do amor. Rio de Janeiro: ÁFRICAS/FAPERJ; Autografia, 2022.

GIDDENS, Anthony. **A transformação da intimidade**: sexualidade, amor & erotismo nas sociedades modernas. São Paulo: UNESP, 1993.

ILLOUZ, Eva. **O amor nos tempos do capitalismo**. Rio de Janeiro: Zahar, 2011.

ILLOUZ, Eva. **Why love hurts**: A sociological explanation. Polity Press, 2012.

LÁZARO, André. **Amor**: do mito ao mercado. Petrópolis, RJ: Vozes, 1996.

LOBATO, Josefina Pimenta. **Antropologia do amor**: do Oriente ao Ocidente. Belo Horizonte: Autêntica, 2012.

LUTZ, Catherine A. Emotion, thought, and estrangement: emotion as a cultural category. **Cultural anthropology**, Arlington, v. 1, n. 3, p. 287-309, Aug. 1986.

LUTZ, Catherine A; ABU-LUGHOD, Lila. Introduction. *In*: LUTZ, Catherine A.; ABU-LUGHOD, Lila (ed.). **Language and the politics of emotion**. Cambridge: Cambridge University Press, 1990. p. 1-23.

PACHECO, Ana Cláudia Lemos. **Mulher negra**: afetividade e solidão. Salvador: EDUFBA, 2013.

PILÃO, Antonio Cerdeira. **“Por que somente um amor?”**: um estudo sobre poliamor e relações não-monogâmicas no Brasil. 2017. Tese (Doutorado em Ciências Humanas – Antropologia Cultural) – Programa de Pós-Graduação em Sociologia e Antropologia, Instituto de Filosofia e Ciências Sociais, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2017.

PILÃO, Antonio Cerdeira. Ativismos não-monogâmicos no Brasil contemporâneo: a controvérsia poliamor-relações livres. **Sexualidad, Salud y Sociedad - Revista Latinoamericana**, Rio de Janeiro, [2022?]. No prelo.

RAMOSE, Mogobe B. Sobre a legitimidade e o estudo da filosofia africana. **Ensaios filosóficos**, Rio de Janeiro, v. 4, p. 6-23, out. 2011. Disponível em: http://ensaiosfilosoficos.com.br/Artigos/Artigo4/RAMOSE_MB.pdf. Acesso em: 15 mar. 2020.

REZENDE, Cláudia Barcellos; COELHO, Maria Claudia Pereira. **Antropologia das emoções**. Rio de Janeiro: FGV Ed., 2010.

RÜDIGER, Francisco. O amor no século XX: romantismo democrático versus intimismo terapêutico. **Tempo social**, São Paulo, v. 24, n. 2, p. 149-168, 2012. DOI <https://doi.org/10.1590/S0103-20702012000200008>. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010320702012000200008&ng=pt&nrm=iso&tlng=en. Acesso em: 19 mar. 2021.

SARSBY, Jacqueline. **Romantic love and society**. London: Penguin Books, 1983.

SILVA, Vania Sandeleia Vaz da; NERES, Geraldo Magella; SILVA, Rosângela da. Michel Foucault e o Poliamor: cuidado de si, parresía e estética da existência. **Tempo da Ciência**, Toledo, PR, v. 24, n. 48, p. 87-108, jul./dez. 2017. DOI <https://doi.org/10.48075/rtc.v24i48.18968>. Disponível em: <http://erevista.unioeste.br/index.php/tempodaciencia/article/view/18968/12509>. Acesso em: 15 mar. 2018.