

LAS MUJERES SOSTIENEN LA MITAD DEL CIELO

Este, el primero de varios ensayos sobre este tema, explora las diferencias y la complementariedad de la energía del Yin y Yang, y contempla el rico significado del antiguo proverbio chino.

Barbara J. Spraker
Abril, 2008.

Translated ~ Ananda Zeas

Ananda Zeas has translated Barbara's essay,

Women Hold up Half the Sky into Spanish

Ananda holds a Master's Degree in Organizational Development and Behavior from Diego Portales University, Santiago, Chile . and is the Methodological Advisor at the WAAPONI Foundation in Cuenca, Ecuador. She is really passionate about the work with women through coaching sessions, 'cause she loves seeing women growing inside.



Las Mujeres Sostienen la mitad del Cielo

Así afirma un proverbio chino antiguo “Las mujeres sostienen la mitad del cielo”. Esta increíble imagen no describe a una mujer sentada bajo la sombra de un árbol mientras que el hombre sostiene el cielo. Tampoco sugiere que haya una competencia entre hombres y mujeres por sostener el cielo; y finalmente, tampoco expresa que los hombres están solamente para sostener el cielo. En lo absoluto!!!. Lo que expresa el proverbio es una imagen de la mujer contribuyendo con sus dones únicos en la tarea... contribuyendo con sus formas de sostener el cielo.

La imagen es el alma que nos habla – rica, sutil, matizada en imágenes, las imágenes valen más que mil palabras. La tentación es dejar a la imagen que sea y que hable por sí misma con cada persona. *Las mujeres sostienen la mitad del cielo – así termina la historia...*

Al mismo tiempo, anhelamos explorar el significado más profundo de la imagen, compartir nuestras interpretaciones, discernir colectivamente y no solo un significado individual; porque cuando compartimos diferentes puntos de vista, varios caminos emergen.

Uno de los caminos es la omnipresencia y el compromiso con el Bien Mayor, el estar conscientes de que el esfuerzo individual desemboca en un beneficio colectivo. Después de todo, no “es el cielo” sobre mi casa el que sostengo, sino que es la atmósfera la que compartimos – todos los que habitamos este planeta, esta frazada que rodea el planeta como un todo, este contexto en el que todos, hombre y mujeres, existimos

Otro camino relacionado con este Bien Mayor, nos pide que “dejemos ir” nuestro ego y conectarnos con nuestra fortaleza interior arraigada en nuestro dones únicos, perspectivas y pasiones, y también, a nuestro lugar único en el flujo de la sabiduría universal. Este camino nos permite comprender que, mientras como individuos hacemos nuestro trabajo, nuestro rol de sostener el cielo no es sobre el ego, sino sobre el bien común. Así que soltamos “la comparación y la competencia” y escuchamos desde el interior, desde ese lugar donde nuestras contribuciones únicas y especiales son requeridas. Cuando nos centramos en nuestra fortaleza personal estamos conectadas; conectadas con nuestra visión más alta, conectadas con aquellos con los que compartimos nuestras tareas, y conectadas con el continuum de sabiduría y comprensión que es nuestro derecho de nacimiento.

Un tercer camino reconoce estas energías que se combinan en este esfuerzo colectivo. Las mujeres no son hombres en el arrastre, sino que algunas de las energías están activas, otras son expansivas y otras apoyan el estar consciente de sí mismo. Otras energías

responden, otras son conservadoras, otras conscientes del medio ambiente. Tales diferencias aligeran la carga.

Un cuarto camino es aquel que ve a esta tarea como dinámica y no estática. Así como los que “sostienen el cielo” tienen sus dones individuales y energías, el cielo también tiene sus características. El cielo está cambiando constantemente como cuando sus nubes de tormenta se juntan y después se dispersan, los vientos emergen y desaparecen, el sol calienta el aire y cuando desaparece el frío regresa. Por lo tanto, aquellas que “están sosteniendo el cielo” no se dedican a sostener fuertemente una columna, sino que están comprometidas en una danza dinámica, interdependiente y co – creativa; así como también en relaciones con colegas y con el mismo cielo y sus cambios continuos.

Pero no solamente son las mujeres las que están sosteniendo el cielo, la otra mitad, está sostenida por hombres; idea que no es nueva en nuestro Planeta. La Filosofía antigua del Tao nos entrega una poderosa y profunda perspectiva para comprender la esencia de estos caminos del Todo, de la interdependencia y de las diferentes energías necesarias para “sostener el cielo”.

El Taoísmo enseña que todas las cosas connotan el Yin y el Yang. “Y el Yin y el Yang continúan actuando el uno sobre el otro... y así, las cosas se siguen cambiando y unificando a sí mismas” (El Libro del Tao, Capítulo 42). La interacción del Yin y el Yang crean el proceso de transformación emergente y continuo.

Este Yin y Yang son descritos en el Tao Te Ching por el mitólogo Joseph Campbell, el uno como el lado soleado del río y el otro, cómo el lado sombrío el mismo río.

“El Yang es el lado soleado del río y el Yin, es el lado sombrío. En el lado soleado hay luz, abrigo y el calor del sol es seco. En la sombra está el frío, el frío de la tierra, y la tierra está húmeda. Oscuridad, frío y humedad; luz, calor y ambiente árido: la tierra y el sol en un encuentro de acción. Estos se asocian además con la hembra y el macho como los principios activos y pasivos. No hay veredicto moral aquí previsto, ningún principio es mejor que otro, ni ninguno es más fuerte que el otro, porque los dos son los principios básicos igualmente potentes sobre los cuales el mundo descansa, y en su interacción informan, constituyen y descomponen todas las cosas”(Campbell, 1972, p. 119).

Angeles Arrien en su investigación sobre la mitología cultural y símbolos, pone de manifiesto que esta distinción de las energías complementarias es parte de muchas tradiciones culturales.

En culturas orientales, el arquetipo de Emperador representa el poder dinámico y de iniciación conocida como la energía del Yang. La psicología de Jung se refiere a este símbolo como la representación del ánimo (animus) o

energía masculina. En la mitología Griega, el símbolo es Zeus, el padre o el patriarca. (Arrien, 1997, p. 37)

El arquetipo de la emperatriz es el principio del amor con sabiduría. Los griegos hacían referencia a este símbolo como Demeter, La Madre Tierra... En la Psicología de Jung ella es el ánima, la naturaleza femenina". Ella es el "Principio de la Diosa" o a lo que los orientales se refieren como la energía del Yin. (Arrien, 1997, p. 33)

Fritjof Capra, físico y teórico de sistemas en estas distinciones elabora y saca profundas implicaciones. Él interpreta la energía del "Yin como sensible, conciliadora, de actividad cooperadora" y a la energía del "Yang como agresiva, en expansión y de actividad competitiva". (Capra, 1982, p. 38). Además Capra ve a la energía del Yin y el Yang relacionados a los dos modos de consciencia, a los dos tipos de conocimiento. "Lo racional y lo intuitivo son modos complementarios de funcionamiento de la mente humana. El pensamiento racional es lineal, enfocado y analítico. Pertenece al reino del intelecto cuya función es discriminar, medir y categorizar; por lo tanto, el pensamiento racional tiende a ser fragmentado. Por otro lado, el conocimiento intuitivo se basa en una experiencia directa no intelectual de la realidad que se plantea en un estado elevado de consciencia. Tiende a ser holístico, hace síntesis y no es lineal". (Capra, ibid). Él identifica las siguientes asociaciones con el Yin y el Yang:

Yin	Yang
Femenina	Masculino
Contractiva	Expansivo
Conservadora	Exigente
Receptiva	Agresivo
Cooperativa	Competitivo
Intuitiva	Racional
Sintetiza	Analítico

Así Capra, nos lleva a la reflexión profunda sobre las distinciones hechas entre la energía del Yin y el Yang. Su perspectiva es que durante los últimos tres siglos, nuestra cultura conscientemente ha favorecido la energía del Yang más que la energía del Yin, y nuestras estructuras económicas, sociales y políticas reflejan y refuerzan este desequilibrio.

Aquellas personas que en la actualidad vivimos en el occidente de este planeta, hemos crecido con estas estructuras económicas, políticas y sociales; por lo tanto, esto propone las siguientes creencias:

- El pensamiento racional vale más que la intuición
- El competir es superior a la cooperación
- Hay que confiar más en la ciencia que en la religión,

- La iniciativa es superior a la capacidad de respuesta

Todas estas creencias están incrustadas en nuestras suposiciones más básicas, (Capra, p. 39) lo que nos impulsa entonces a darnos cuenta, a elevar nuestra conciencia sobre el hecho de que nuestra cultura está en desequilibrio!!!.

Estas diversas perspectivas no son meros conceptos abstractos. Están presentes en nuestro día a día en el trabajo, en la casa e incluso en nuestra comunidad. Susan ilustra estas distinciones en una historia, cuya síntesis es presentada a continuación, con empleados que quedan cesantes. Ella pudo observar y darse cuenta como el Gerente General de una Compañía Manufacturera y sus colegas hombres utilizaban las mismas políticas de la empresa cuando debían despedir a empleados por necesidades de la empresa.

Dijo, “Sin embargo, hay una gran diferencia en la manera de interpretar y llevar a cabo las directrices. Veo que, cuando mis colegas hombres explican a los empleados afectados por la situación, se rigen solamente a describir el proceso de la situación y pedir la entrega de las llaves de la empresa. Terminan con esta tarea y siguen con su próximo proyecto. Mientras que yo, simplemente lo manejo de otra manera, paso más tiempo con cada uno de ellos. En ese tiempo los invité a contarme cómo ésta situación impacta al resto de sus vidas. Escucho sus mayores y principales preocupaciones, y pongo a su disposición cualquier apoyo que les pueda dar, tal apoyo podría ser simplemente escucharlos con empatía y hacer todo lo posible para que sientan que realmente me importan.”

En una reciente investigación realizada por académicos de dos disciplinas diferentes, nos da una idea de formas específicas en que la energía del Yin y el Yang se manifiestan; y propone también, posibles formas en que la energía del Yin “sostiene el cielo” por sí sola, creando formas que nos benefician a todos.

En su investigación sobre el desarrollo de la identidad personal y la madurez en el juicio moral, Carol Gilligan se centró en las mujeres. Sus descubrimientos la llevaron a desarrollar una teoría de la moralidad basada en las nociones de responsabilidad y cuidado, un sentido de relación y un sentido de conexión. Esto contrasta dramáticamente con los resultados de la investigación de Lawrence Kohlberg, llevada a cabo con hombres jóvenes. Encontró que la madurez mental de los hombres está centrada en la objetividad, el valor de las leyes abstractas y los principios universales para la resolución de principios éticos. Gilligan encontró que las mujeres están expresando constantemente su deseo de no lastimar a otros y que tienen la esperanza de que en la moral se pudiera encontrar una forma de resolver conflictos, de manera que nadie se vea perjudicado (Gilligan, 1993, p. 65). Las mujeres dan mucha atención al contexto y al diálogo así como también al entendimiento mutuo y la resolución, en lugar de apoyarse en principios abstractos.

Gilligan concluyó que, para los hombres, la definición del sí mismo se da a través de la auto separación del mundo y de los otros; mientras que para las mujeres, la definición del sí misma se da a través de la conexión con los demás, con el mundo y con la situación en cuestión. (Gilligan, p. 37).

¿Se expande nuestro entendimiento al tratar las cuestiones éticas? Si, porque necesitamos leyes y principios para resolver conflictos éticos!! Pero esto es solo una avenida. Muchos conflictos se resuelven con mayor eficacia a través del diálogo, la comprensión mutua y la consideración del contexto.

Pasando a otra disciplina que expone otras perspectivas sobre las diferencias de la energía del Yin y el Yang, nos encontramos con estudios científicos que revelan que el impacto del estrés en el cuerpo humano, se experimenta de manera muy diferente por hombres y mujeres.

El descubrimiento de que las mujeres respondemos de manera diferente al estrés que los hombres, se realizó en un clásico momento “aha” compartido por dos mujeres científicas que estaban hablando un día en un laboratorio de la UCLA:

“Siempre hacían bromas sobre como los hombres y mujeres del laboratorio reaccionaban al estrés. Se decía que cuando una mujer que trabajaba en el laboratorio estaba estresada, entraba al laboratorio, lo limpiaba y se tomaba un café” Dice la Dr. Laura Klein. “Cuando los hombres estaban estresados, se escondían en algún lugar propio de sí mismos”. Un día le comenté a una colega investigadora, Shelley Taylor, que cerca el 90% de la investigación sobre el estrés, se centra en los hombres. A continuación, le mostré los datos de mi laboratorio, e instantáneamente las dos sabíamos que estábamos en algo!” (Professional Women’s Network)(Red de Mujeres Profesionales).

<http://www.pwn.org/content.asp?ID=1564&I=2548>

El estudio posterior realizado por Taylor, Klein y sus colegas (Taylor et. al., 2000) sostiene que, si bien el luchar o huir es una respuesta eficaz de adaptación para los hombres, las respuestas de las mujeres más bien están marcadas por un patrón que se llama “hazte amiga” (en inglés: Tend and befriend). La primera palabra en inglés “tend” que en español significa tender a... para efectos de este contexto, hace referencia a que esta palabra implica actividades nutrientes diseñadas para mantener el yo y sus descendientes que promuevan la seguridad y reduzcan la angustia; mientras que la palabra “befriend” en español significa algo parecido a “hacerse amiga/o”, implica la creación y mantenimiento de redes sociales que pueden ayudar en este proceso. (p. 411). Ellos realizaron una investigación en la cual se encontró que en condiciones de estrés, el deseo de afiliarse con los demás es mucho más marcada entre las mujeres que entre los hombres. “De hecho, es una de las diferencias de género más sólidas en el comportamiento del ser humano adulto, que no está directamente vinculada con el embarazo y la lactancia, y es la principal

diferencia de género en las respuestas al estrés, dentro del comportamiento humano adulto” (p. 418).

Los autores de la investigación concluyen que el “cuidar y entablar amistad” es una respuesta de la mujer que no solamente es real, sino que también es muy saludable. “El presente análisis sugiere algunas implicaciones en la salud de las mujeres. Si una respuesta al estrés es regulada bajando el nivel de estrés, produce en las mujeres relajación y afiliación, y por lo tanto, podría ayudar a explicar los 7 años y medio que las mujeres viven más que los hombres”. (p. 424). Los autores de esta investigación también se dieron cuenta que su análisis propone “implicaciones importantes de los procesos de apoyo social”.

Una vez más, el examinar la distinción entre la energía del Yin y el Yang, y reconocer las características de la energía del Yin, nos da un potencial enorme en términos de mejorar la salud individual y colectiva, así como también, el bienestar. Supongamos que la energía del Yin estaba proporcionalmente representada en situación de conflicto, de confrontaciones y situaciones de emergencia. Ya en la atención médica, el valor de los sistemas de apoyo considera esta energía como esencial para la recuperación de los pacientes

Las diferencias entre la energía del Yin y el Yang son descritas en innumerables formas por las formas y sus historias en la vida cotidiana:

“Sé que hay principios, e incluso toda una industria, pero me centré en cómo hacer efectiva la recaudación de fondos”, dijo Sarah – porque cuando una amiga necesitó apoyo para un proyecto en el cual estaba trabajando, invité a tres parejas a la casa e hice una sopa caliente. Al final de la noche habíamos recaudado \$2000 dólares.

Cuando pienso en aquellos abogados profesionales que “siguen el libro”, y les contrato para crear un proyecto de capacitación, nunca había considerado una encuesta, que me sirva como una evaluación formal de necesidades, explicó Bárbara. En su lugar teníamos dos mesas redondas (literalmente) y almuerzos en bolsas de papel. Escuchaba mientras los demás hablaban sobre lo que realmente necesitan, y que es lo más importante que necesitan obtener de esta capacitación”.

¿Qué sucede cuando los que sostienen la mitad del cielo están excluidos? Como Capra nos recuerda “es fácil ver como nuestra sociedad consistentemente ha favorecido al Yang sobre el Yin.

Durante los últimos cientos de años la ciencia occidental y su manifestación en la sociedad industrial ha dado lugar a una visión del mundo de predicción y control, evidenciado en la división del trabajo, la jerarquía de comunicación y poder, disciplinas diferenciadas,

proyectos y tareas. Y por siglos previos a éstos, monarquías, imperios y sistemas feudales han manifestado energía del Yang, una energía que es firme, externalizada, jerárquica, orientada al poder sobre los demás y que rutinariamente usa la fuerza para los resultados deseados.

Los resultados acumulativos de esta energía Yang, al tratar de bailar sin su socio”, en la actualidad tienen remachada nuestra atención. Mientras que los beneficios de los descubrimientos científicos, la producción industrial y la innovación tecnológica son múltiples, los costos consecuentes nos están matando. El aire que respiramos y el agua que tomamos están contaminados. La estrategia de usar la guerra para resolver conflictos, lo único que hace es intensificar el conflicto, aumenta el miedo y deja devastadas a familias, ciudades y naciones.

La energía del Yang no es adecuada simplemente porque está incompleta. Es la mitad de un todo... Como la fuerza impulsora de cientos de años, está inmersa en una visión mecánica del mundo que es incapaz de crear un mundo global y sostenible. El análisis reduccionista y lineal, y el paso a paso para dominar hacen que los problemas, para que sean resueltos más fácilmente, sean separados en partes. La energía del Yang incorpora la creencia en la “objetividad”, el supuesto de que “estoy” fuera del sistema, permite observar racionalmente lo que está pasando con una percepción clara, y hacer reflexiones sin contaminarlas por prejuicios personales o emociones.

- Puedo utilizar métodos cuantificables para apoyar mi enfoque objetivo
- Puedo utilizar las innovaciones tecnológicas como procesos y productos separados, independiente de su potencial uso o impacto.
- Puedo desarrollar mejoras en la productividad con el único criterio de elevar nuestros resultados finales.
- Puedo promover la investigación y desarrollo de nuevos productos sin tener que preocuparme de un posible impacto a menos que ciertas limitaciones específicas apliquen al caso. Estas limitaciones vienen de afuera.

Para cerrar el círculo, quisiera contar que los físicos occidentales están describiendo un mundo como el que fue descrito hace miles de años por los antiguos taoístas. Durante el siglo pasado, los experimentos en el mundo atómico y subatómico conectaron a los científicos con una realidad inesperada: Que los átomos fueron considerados por muchos años como la parte sólida, como bloques de materia compuestos por partículas diminutas – los electrones – que se mueven alrededor del núcleo. (Capra, 1983, p. 78) Fuera de los dramáticos descubrimientos de la Física Cuántica durante las primeras décadas del siglo 20, una visión del mundo emerge caracterizada por ser holística, orgánica, ecológica y sistémica. Los físicos pasaron de describir a la materia como un compuesto de bloques, a describirla como una red compleja y dinámica de las interrelaciones (p. 81).

Dichas relaciones nos llevan de nuevo a la idea de la cooperación entre la energía del Yin y el Yang.

Los portadores/as de la energía Yin, tenemos un gran trabajo por hacer. Como la energía Yin se vuelve más y más activa en esta danza de sostener el cielo, añadir el énfasis en la relación y la interconexión, en la disciplina y el desarrollo y en las formas intuitivas de conocimiento, la danza se enriquecerá y se volverá más poderosa. Podría ser que nos volvamos lo suficientemente inteligentes para crear de verdad un mundo que funcione para todos/as, que continuamente se recree y se regenere para el bien común.

Si es que las mujeres van a poner a disposición sus dones para sostener la mitad del cielo, entonces debemos reconocer y dejar de negar la dinámica de nuestro trabajo; porque estamos involucradas en una danza co – creada. Las energías del Yin y el Yang representan los dos polos de la interacción continua, del **proceso** de transformación continua. En su último libro Alan Watts, un filósofo norteamericano, en colaboración con Al Chung – liang Huang, describió el Yin y el Yang como principios y explicó que, la clave de su relación es el surgimiento mutuo o la inseparabilidad. (Watts, 1875, p. 22). El Yin y el Yang son como “los lados de una moneda, diferentes pero inseparables, son como los polos de un imán, o el pulso o intervalo de una vibración” (p. 23). Watts reconoce que es difícil para la mente occidental comprender fácilmente que el vacío es creativo y que el ser viene del no – ser. “... el arte de la vida”, nos recuerdan, “no se considera como explotación al Yang desterrando al Yin, sino como el mantener a los dos en balance, porque el uno no puede existir sin el otro” (p. 21) La transformación y el cambio son continuos, y fluyen de la interacción del Yin y el Yang.

Cuando por un lado, la arqueología revela períodos de tiempo reales, en los que una vida dinámica, interactiva e interdependiente existía (Eisler, 1988, p. Min Jiayin), por otro lado, esta visión ha sido sepultada por muchos cientos de años. Aunque nunca ha sido completamente destruida, ha sido sin embargo apenas y fugazmente visible a lo largo de los siglos.

Y como Fritjof Capra sabiamente nos recuerda: “En la biología humana las características femeninas y masculinas no están totalmente separadas, se presentan en diferentes proporciones, en ambos sexos. De igual manera los antiguos Chinos creían que todos los seres humanos, sean hombres o mujeres, pasan por todas las etapas del Yin y el Yang. La personalidad de cada hombre y mujer no es una entidad estática sino un fenómeno dinámico que resulta de la interacción entre los elementos masculinos y femeninos. (Capra, p. 36). De hecho, el símbolo clásico del Yin y el Yang, representa que la esencia del uno está inmerso en el otro, y viceversa. O cómo Carl Jung lo describió, toda mujer tiene cualidades del ánimus y, todo hombre tiene cualidades del ánima. Así que, es necesario que apoyemos nuestra propia integridad como apoyo a la integridad y totalidad de nuestro mundo.

Después de todas estas palabras, las invito a volver a nuestra primera imagen...

Las Mujeres Sostienen la mitad del Cielo

Deja que te hable, mientras contemplas su sentido para ti misma.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arrien, A. (1997). *The Tarot Handbook: Practical applications of ancient visual symbols*. New York, NY: Jeremy P. Tarcher/Putnam.
- Berkowitz, G. (2007 Networker Archive). UCLA study on friendship among women. Professional Women's Network. Retrieved November 18, 2007 from the "World Wide Web: <http://www.pwn.org/content.asp?ID=1564&1=2548>
- Campbell, J. (1973). *Myths to live by*. New York, NY: Bantam Books.
- Capra, F. (1983). *The turning point: Science, society, and the rising culture*. New York, NY: Bantam Books
- Eisler, R. (1988). *The chalice & the blade: Our history, our future*. San Francisco, CA: HarperSanFrancisco.
- Gilligan, C. (1993). *In a different voice: Psychological theory and women's development*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Min Jiayin, ed. (1995). *The chalice and the blade in Chinese culture: Gender relations and social models*. Beijing: China Social Science Publishing House.
- Taylor, S. E., Klein, L.C., Lewis, B. P., Gruenewald, T. L., Gurung, R.A.R., & Updegraff, J. A. (2000). Female responses to stress: Tend and befriend, not fight or flight. Psychological Review, 107 (3) , 411 – 429.
- Watts, A. and Al Chung-liang Huang. (1975). *Tao, the watercourse way*. New York, NY: Pantheon Books.
- The book of Tao and The*. (G. Zhengkun, Trans.) Peking University (2006)