

## **HOMBRES Y MUJERES: UN ANÁLISIS DESDE LA TEORÍA DE LA POLARIDAD.**

### **Introducción**

En este artículo hago una aportación al análisis de las relaciones entre hombres y mujeres desde la teoría gestáltica de la polaridad. Este análisis parte de mi condición de hombre y pretende dar algunas pistas para comprender la situación en que hoy en día se encuentran hombres y mujeres y para orientar el cambio que ya se está produciendo en los hombres, aunque de forma bastante inconsciente. El análisis que hago de este movimiento de transformación y cambio se sitúa en el ámbito de nuestra sociedad occidental y española, y no pretende incidir en los pormenores del mismo, sino presentar sus rasgos generales. Aunque los hombres sigan en gran parte ejerciendo el papel dominante, por ejemplo, en la esfera pública, considero que el modelo de hombre dominante y predominante ya se ha quebrado y que, desde una perspectiva global, la transformación ya se ha producido, al menos en lo que podríamos considerar la corriente principal del pensamiento y la actividad social.

### **La polaridad masculino-femenino**

Una de las polaridades desde la que se trabaja desde la Gestalt es la conformada por el par masculino-femenino. Como toda polaridad hay que entenderla como una oposición que se halla en un *continuum*, en una relación de complementariedad dinámica, más que de oposición estanca.

Masculino y femenino se interconectan e interpenetran, formando parte de una misma realidad, pero distinguiéndose a su vez y diferenciándose en características y comportamientos que son propios de uno y otro. El concepto de polaridad va así unido al de diferenciación. La realidad se manifiesta en forma de polaridades que se diferencian en tendencias opuestas, pero que forman partes complementarias de la misma realidad, ya que una no puede existir sin la otra y la exacerbación de una polaridad lleva a la aparición de la contraria, en un juego de contrapesos y sustituciones. La noche y el día conforman un día completo, y el punto álgido de la noche supone el inicio del aparecer del día. Invierno y verano conforma un año (con sus estadios intermedios de primavera y otoño), y el punto álgido del invierno supone el inicio del advenimiento del verano y viceversa. Desde esta perspectiva toda realidad está compuesta de un aspecto y su contrario: no existe dios sin diablo, luz sin oscuridad, calor sin frío, amor sin odio, masculino sin femenino. El concepto de polaridad de la Gestalt se representa adecuadamente con el símbolo del yin y el yang.

El concepto de polaridad nos aleja del concepto de dualidad y enriquece la comprensión de la realidad. La dualidad también reconoce que la realidad está compuesta por opuestos, aunque los considera cerrados en sí mismos e irreconciliables. La diferencia entre la dualidad y la polaridad es tan simple como una conjunción. Mientras que en la dualidad cualquier realidad es esto o lo otro, en la polaridad es esto y lo otro. El pensamiento dualista es separador, mientras que el pensamiento que podríamos llamar

*polarista* es integrador. Parece mentira que a lo largo de la historia, una simple conjunción nos haya dado a los seres humanos tantos quebraderos de cabeza, y para muestra, ahí tenemos *el eje del mal* del vaquero Bush. Por supuesto, él era *el eje del bien*. El pensamiento dualista y maniqueísta es muy eficaz para manipular y enfrentar a las personas y a las masas, por tanto hay que desconfiar y huir de él como de la peste. Y es el pensamiento predominante en occidente: cuerpo o mente, ciencia o religión, vida o muerte, idealismo o materialismo. Entes separados y autónomos que se oponen irreconciliablemente.

El concepto de polaridad está relacionado con la dialéctica, que añade un nuevo componente, y ofrece una explicación del movimiento, distinguiendo entre tesis-antítesis-síntesis: toda tesis genera su antítesis que desemboca en una síntesis, que se convierte a su vez en tesis que genera una antítesis... y así sucesivamente. Desde el punto de vista de la dialéctica este movimiento se produce de manera mecánica.

También está emparentado con la Ley de Tres de Gurdjieff, que distingue también tres fuerzas: activa, pasiva y neutralizante, considerando que todo fenómeno y manifestación es fruto de la interrelación de estas tres fuerzas. Para que algo se mueva, progrese y avance es necesaria la intervención de estas tres fuerzas, ya que la activa y la pasiva tan sólo se oponen entre sí generando un movimiento de rotación sin fin. Lo que permite el cambio es la tercera fuerza, llamada neutralizante, que introduce un cambio cualitativo en la relación entre las fuerzas opuestas y equiparables, permitiendo el avance.<sup>1</sup>

También el concepto de polaridad de la Gestalt establece un tercer elemento, al que se denomina *punto 0*, o de indiferencia creativa. Este término, que Perls toma de Friendlander, era considerado por éste como una posición de neutralidad entre opuestos (¿fuerza neutralizante?), de ahí el nombre de *punto 0*, al que Perls se refería como centro o nada<sup>2</sup>. Ahora bien, esta nada o vacío también está sometida al juego de polaridades, ya que Perls distinguía entre un vacío estéril y un vacío fértil, siendo la consciencia el elemento diferenciador entre ambos. “La experiencia del vacío fértil no es subjetiva ni objetiva. Tampoco es introspección. Sencillamente es darse cuenta sin especular”<sup>3</sup>. Así pues, el elemento neutralizante es la consciencia, el percatarse, el darse cuenta.

Volviendo a la polaridad masculino-femenino, hemos de entenderla como una de las polaridades que conforman a cualquier ser humano, sean hombres o mujeres. No existe un hombre que encarne ‘lo masculino’, ni una mujer que encarne ‘lo femenino’, sino que todos, hombres y mujeres nos situamos en algún punto intermedio de ese *continuum* que representa la polaridad masculino-femenino. La confusión en occidente entre este juego de polaridades y el sexo viene en parte por carecer de un nombre específico para esta polaridad, y así identificamos masculino con hombre y femenino con mujer. Masculino y femenino son fuerzas o atributos que se hallan tanto en hombres como en mujeres, pero que se manifiestan diferenciadamente en hombres como en mujeres, ya que los hombres son hombres y las mujeres, mujeres. Es decir, un hombre muy masculino no será igual que una mujer muy masculina y viceversa, una mujer muy femenina no será igual a un hombre muy femenino. En oriente esta confusión conceptual no es tan acentuada ya que allí se dispone de conceptos diferenciados, y yin-yang no se relacionan directa y exclusivamente con femenino y masculino.

Veamos algunos de estos atributos:

Atributos masculinos	Atributos femeninos
Activo	Pasivo
Creativo	Receptivo
Pensamiento	Sentimiento
Dirección	Relación
Agresividad	Ternura
Duro	Blando
Seco	Húmedo
Etc.	Etc.

### La construcción social de lo masculino y lo femenino

Basándose en los atributos de este juego de polaridades al que llamamos masculino-femenino, las sociedades patriarcales han construido un modelo social en donde las relaciones entre los sexos, entre hombres y mujeres, se han establecido en torno a la identificación del hombre con lo masculino y de la mujer con lo femenino. Estos atributos se han fijado y cosificado<sup>4</sup> desde una perspectiva dualista (masculino *o* femenino, por lo tanto hombre *o* mujer), y se ha fundamentado y consolidado en una relación de poder y predominio, es decir, desigual, en donde el hombre (lo masculino) domina a la mujer (lo femenino). Predominio que se acompaña a su vez de un juicio de valor, según el cual los atributos masculinos (los hombres) valen más, o son más apreciados, que los atributos femeninos (las mujeres).

Desde esta perspectiva cosificada y rígida el hombre *debía ser* activo, dominante, agresivo, actuar en la esfera pública y reprimir sus tendencias femeninas. Y la mujer *debía ser* pasiva, sumisa, tierna, actuar en la esfera privada y reprimir sus tendencias masculinas. De este modo se produce un proceso de identificación, y la polaridad se convierte en dualidad, conformada por opuestos estancos, situados en esferas separadas y confrontados a una relación de dominio y desigualdad.

### La ruptura del predominio de los hombres

En los últimos 150 años, los movimientos de liberación de la mujer, junto con otras transformaciones de carácter socio-económicas, han quebrado ese modelo social que se construía sobre el dominio/predominio del hombre sobre la mujer. Para lograrlo las mujeres han debido cabalgar sobre sus atributos masculinos y han ocupado el espacio que se otorgaba a los hombres. Se ha tratado de un movimiento activo, agresivo, de conquista y ocupación. Ha sido por lo tanto un *ir hacia*, movilizandó las energías para alcanzar un logro (objetivo), que se apreciaba como positivo. Y como el juego de polaridades es un juego de complementariedades, la reacción de los hombres ha sido de resistencia pasiva (atributo femenino). Pero como los hombres son hombres y las mujeres son mujeres, ni la agresividad de éstas es igual a la de aquellos, ni la pasividad de los hombres es igual a la de las mujeres.

Este movimiento ha logrado romper los estereotipos que identificaban a las mujeres con lo pasivo, lo sumiso, lo débil, etc., y éstas han demostrado sobradamente que la polaridad masculino-femenino no se corresponde con características exclusivas de

hombres y mujeres. Las mujeres han hecho un cambio hacia lo masculino, ocupado hasta entonces en exclusiva por los hombres, y este cambio está teniendo repercusiones sociales y psicológicas de gran envergadura. Las mujeres han alcanzado la independencia económica, ocupan el espacio público, cada vez más en puestos de dominio y poder, desarrollan trabajos que eran exponentes de la quintaesencia de lo masculino (por ejemplo, el militar) y despliegan una energía y actividad asombrosa en todos los campos en los que deciden introducirse. Ya no hay cosas de mujeres y cosas de hombres, pues las mujeres han demostrado que son capaces de hacer cualquier cosa de hombres que se propongan.

La reacción de los hombres ha sido, de entrada, de oposición frontal, sustituida progresivamente por una resistencia pasiva. Si en este cambio a la mujer ha asumido el papel activo y masculino, el hombre se ha encontrado representando el papel pasivo y femenino. Y digo 'se ha encontrado', porque el hombre no se ha subido al carro del cambio de roles con entusiasmo y decisión, pues ese espacio ya está ocupado por las mujeres, sino que simplemente han ido cediendo a la presión, adaptándose de forma acomodaticia, posicionándose tibiamente a favor o en contra, sin acabar de tener claro muy bien dónde se ha de colocar y qué se espera de él. Cesión, adaptación, tibieza, confusión... todo ello atributos femeninos.

Este cambio de polaridad lo inician las mujeres en la segunda mitad del siglo XIX, justo en uno de los momentos álgidos del predominio masculino en occidente, cuando finalizaba la conquista y dominio de todas las tierras incógnitas del planeta, cuando los valores defendidos por la ciencia y el racionalismo alcanzaban su máxima autoridad y el hombre burgués occidental se consideraba a sí mismo la medida de todas las cosas. Ahora bien, según la ley que rige el juego de polaridades, el momento álgido de un polo, supone el inicio del proceso de decadencia de dicho polo. Y en ese momento de máximo predominio masculino, irrumpe con fuerza el movimiento sufragista, la primera manifestación colectiva del movimiento de las mujeres. Otro momento de inflexión se produce durante la Segunda Guerra Mundial, donde los hombres, ocupados en una de sus aficiones preferidas, la guerra, dejan el espacio productivo a las mujeres, y éstas descubren que son tan capaces como los hombres de ocupar dicho espacio. Aunque en los años 50 hay un intento de recuperación del predominio masculino, que se articula alrededor del hombre empresario, éste ya está tocado de muerte, y en los años 60 irrumpe de nuevo con fuerza el movimiento feminista, que implica ya una subversión completa de los roles sociales atribuidos a hombres y mujeres.

Estos cambios son también influidos por uno de los máximos logros de los hombres: la técnica, y más concretamente, la aplicación a lo cotidiano (lo femenino) de los descubrimientos científicos. Los electrodomésticos y la píldora liberan a las mujeres de las cargas que suponen la maternidad y el cuidado de los hijos, otorgándoles el tiempo disponible para afianzar el proceso de transformación.

## **Pérdidas y ganancias**

---

· Desde una perspectiva más ideológica, el debate sobre la equiparación de derechos entre hombres y mujeres se inicia con la Revolución Francesa que realiza una Declaración Universal de los Derechos del Hombre, que defiende la igualdad de todos los hombres ante la ley, dejándose a las mujeres en el tintero.

En todo este proceso los hombres no han hecho mucho más que verlas venir, limitándose, como he dicho, a una oposición pasiva o a una acomodación más menos que más convencida (actitud femenina). Tan sólo cuando los hombres se han visto ya desplazados de los lugares y espacios que consideraban como propios y exclusivos han comenzado a darse cuenta de que algo había cambiado para ellos como hombres, de que ser hombre ya no es lo que era y, más allá de esto, de que no se sabe qué es eso de ser hombre. Despojados de los atributos masculinos, con los cuales se identificaban por el mero hecho de ser hombre, los hombres se hayan perdidos y a la deriva. Así, en la medida en que las mujeres suben, los hombres bajan.<sup>i</sup>

Y aquí entra en juego otro factor de la relación de polaridades: si un elemento se mueve hacia un extremo, el otro se mueve hacia el contrario; así pues, mujeres activas dan como resultado hombres pasivos. Y todo lo que antes se atribuía a las mujeres comienza ahora a atribuirse a los hombres: pasividad, debilidad<sup>ii</sup>, falta de objetivos, confusión...

Pero si damos una nueva vuelta de tuerca al tema desde el punto de vista de las polaridades, hemos de aceptar que toda ganancia conlleva una pérdida y toda pérdida conlleva una ganancia. Las mujeres inician su proceso de conquista y equiparación como un movimiento activo que presupone ganancias: independencia, igualdad de derechos, ocupación de nuevos espacios... Y tan sólo en un momento ya avanzado de su lucha, comienzan a ser conscientes de las pérdidas: sobrecarga de trabajo, hombres pasivos, sacrificio de la maternidad... Esta conciencia aún es difusa y no empaña el brillo de los logros adquiridos, pero supone el inicio de un malestar.

En el caso de los hombres, la situación es inversa: perciben el cambio como una pérdida y, tan sólo en una segunda fase, que aún no se ha iniciado, comenzarán a apreciar la ganancia.

Es importante tomar en cuenta la polaridad ganancia-pérdida para comprender la situación actual de las mujeres y los hombres. Éstos no se suman al carro del movimiento de las mujeres porque, de entrada, no es su lucha, y para ellos los cambios que este movimiento augura suponen una pérdida: de estatus, de poder, de independencia... Y van acompañados de unas obligaciones que, en principio, no desean: fundamentalmente ocuparse del espacio privado. Y nadie en su sano juicio se embarca con entusiasmo y denuedo en una empresa en la que prevé pérdidas y obligaciones no deseadas. Por lo tanto, racanean y asumen a regañadientes la situación, quejándose de que las mujeres lo quieren todo, y sin reaccionar de forma contundente y agresiva<sup>iii</sup>, sino amoldándose y resistiéndose. Por su parte las mujeres consideran estos cambios como ganancias (han luchado para lograrlos) y asumen con entusiasmo las obligaciones que de ellos se derivan: fundamentalmente en el espacio público. Pero exigen a los hombres que ocupen el espacio que ellas han dejado vacío (el privado) y se quejan de la falta de entusiasmo de los hombres y de la resistencia que oponen a ocupar ese espacio y a cederles el que era propio de ellos.

---

<sup>i</sup> Es ilustrativo, en este sentido, el título de la obra de Javier Urra: *Mujer creciente, hombre menguante*. La Esfera de los Libros. Madrid, 2007.

<sup>ii</sup> De nuevo el título de un libro nos ilustra esta afirmación, concretamente la obra de Enrique Gil Calvo: *El nuevo sexo débil. Los dilemas del varón posmoderno*. Temas de Hoy. Madrid, 1997.

<sup>iii</sup> Me refiero a movimientos de resistencia organizados o generalizados y no a las reacciones violentas de muchos hombres contra las mujeres.

De ahí el desencuentro que actualmente se produce en las relaciones entre hombres y mujeres, que genera un difuso malestar, del que las mujeres tiende a quejarse más abiertamente y los hombres de forma más velada. Porque los hombres, una vez roto el estereotipo de que las mujeres son pasivas, débiles, etc., no tienen argumentos para oponerse al cambio o éstos son de carácter muy débil y van contra la corriente dominante. Así pues, las mujeres han avanzado de cara hacia el polo masculino, sabiendo adónde iban y lo que querían, mientras que los hombres reculan de espaldas hacia el femenino y, por lo tanto, carecen de visión de hacia dónde les lleva este camino, cuál es el recorrido y qué se espera de ellos.

### **Crisis de la identidad de los hombres**

Todo este movimiento de cambio de polaridad afecta a su vez a la identidad. El movimiento de las mujeres ha supuesto un cuestionamiento radical de su identidad como mujeres, y este cuestionamiento ha sido realizado de una forma activa y propositiva. La identidad que se les atribuía no les gustaba porque las situaba en una situación de minusvalía social. Las mujeres se han juntado entre sí para plantearse qué es ser mujer. Por lo tanto, el cuestionamiento de su identidad como mujeres pretendía desmontar una identidad perjudicial, para construir una identidad más positiva. Las mujeres han intentado discernir lo que les pertenece como tales y lo que les viene dado y han reconstruido su ser mujer sumando lo masculino y desmontando los prejuicios que las identificaban con lo femenino. El proceso no parte de una crisis de identidad ni ha desembocado en ella.

Por el contrario, el cambio de los hombres, que ha ido calando de manera sutil y poco consciente, ha acabado desembocando en una crisis de identidad masculina, que se presenta como el punto de partida de la toma de conciencia y del proceso de autorreflexión de los hombres sobre su nueva situación y condición.<sup>5</sup> Los hombres no han reflexionado sobre su condición hasta que su papel predominante ha entrado en crisis y esa crisis se vive como una crisis de la masculinidad, de su identidad masculina.

El trabajo que tienen por delante los hombres no es de su agrado y, con respecto a las mujeres, llevan un considerable retraso. Éstas ya hace mucho tiempo que iniciaron este debate y tienden a encontrarse a gusto con su nueva identidad, que las capacita tanto para ocuparse del espacio público como del privado. Pero se encuentran con que el hombre no ha hecho su correspondiente trabajo, trabajo que él aún no sabe cuál es, mientras lo ven desmoronarse, evadirse de sus responsabilidades privadas (que él no desea) y desinhibirse de las públicas o bien aferrarse desesperadamente a ellas.

Mientras la situación no se reequilibre las relaciones entre hombres y mujeres no encontrarán el lugar en el que ambos se encuentren cómodos. Y para ello los hombres han de reconstruir su identidad masculina desde nuevos parámetros.

### **Reconstrucción de la identidad de los hombres**

¿Cómo reconstruir, pues, una nueva identidad masculina que sea nutricia para él y para la mujer? ¿Cómo llegar a un nuevo *punto 0* que reequilibre los opuestos? Los hombres ya han empezado a hacerlo, aunque tímidamente, y proliferan aquí y allá, todavía sin

mucho éxito, los grupos de hombres. Algunos se suman al feminismo y desde ahí procuran desmontar los aspectos nocivos de la identidad masculina patriarcal y apostar por la ocupación del espacio privado. Estos grupos se plantean el cambio desde los postulados de la igualdad entre hombres y mujeres. Son los más visibles. Otros se reúnen para poner en común su nueva condición, buscando la esencia de la masculinidad, despojándola de los atributos de macho dominante y explorando otros modelos. Otros intentan recuperar la fuerza y energía masculina perdida poniendo en práctica ritos masculinos vigorizantes... Pero en realidad, nadie sabe muy bien adónde va y cuáles son los atributos de esa nueva masculinidad. Y es por ello que se acude al plural y se habla de nuevas masculinidades. Casi todos estos grupos tienen claro que se trata de una recuperación de los aspectos femeninos de su personalidad, aunque no se sepa muy bien eso qué significa.

Yo tampoco lo sé, pero voy a apuntar algunas ideas que pueden ser pistas que guíen nuestra búsqueda en la penumbra del llamado *nuevo hombre*.

Para comenzar hay que tomar conciencia del cambio producido y de su inevitabilidad. Hay que reconocer y aceptar que las cosas, nos guste o no, ya no son como eran y no lo volverán a ser. Y eso está bien, es bueno que así sea.

El segundo paso es reconocer la pérdida. Creo que los hombres no avanzarán hacia una nueva identidad si no toman conciencia del conjunto de pérdidas que supone para ellos la paulatina desaparición de su papel dominante y predominante. Ese reconocimiento lleva implícito un duelo al que es importante dar su espacio.

El tercer paso es reconocer las ganancias. Darse cuenta de que aquello que parecía tan bueno, no lo era tanto. Ser macho dominante también tenía un precio para los hombres, y hay que reconocer en cada uno ese precio. Y a partir de ahí trabajar las ganancias que supone la nueva condición de igualdad con la mujer, las nuevas posibilidades que se abren cuando el hombre se baja del falso pedestal en el que estaba subido.

El cuarto paso es reconocer el valor de las mujeres y de lo femenino. Respecto a las mujeres, reconocimiento de su coraje, del inmenso trabajo que han realizado en pos de un mundo más justo e igualitario. Respecto a lo femenino, reconocimiento de la valía de los atributos que lo configuran, por demasiado tiempo despreciados y minusvalorados.

El quinto paso es trabajar para lograr lo que podríamos llamar la *fuerza interior*. Por lo general los hombres siempre nos hemos hecho fuertes desde el exterior, asumiendo retos y logros en el espacio público. El reto ahora es hacerse fuerte interiormente, porque la integración de lo femenino en el hombre dominante y fuerte no da como resultado un hombre dominado y débil, sino un hombre que combine fuerza y ternura.

Como dice Perls “Al integrar los rasgos opuestos, completamos nuevamente a la persona. Por ejemplo: debilidad y bravuconería se integran como silenciosa firmeza”<sup>6</sup>. Seguramente el resultado de la integración de los opuestos masculino y femenino en el hombre sea una firmeza tierna.

Si los hombres realizamos este proceso, ayudaremos también a las mujeres a que encuentren su centro y reequilibren a su vez sus aspectos femeninos y masculinos, y a

las mujeres que ya han hecho ese proceso les ofreceremos un compañero de viaje en el que realmente puedan confiar y descansar.

Al final, ganamos todos.

Raúl Martínez Ibars  
Septiembre 2009

## Citas

---

<sup>1</sup> Sobre la Ley de Tres de Gurdjieff puede consultarse: P.D. Ouspensky: *Fragmentos de una enseñanza desconocida*. Ghanesa. Caracas, 1995. Capítulo cuarto; Walter K.: *Enseñanza y sistema de Gurdjieff*. Dédalo. Buenos Aires, 1972. Capítulo siete.

<sup>2</sup> Peñarrubia, F.: *Terapia Gestalt. La vía del vacío fértil*. Alianza Editorial. Madrid 1999. págs 108-111.

<sup>3</sup> Perls, F.: *El enfoque gestáltico y Testimonios de terapia*. Cuatro Vientos. Santiago de Chile, 1976. pág. 101.

<sup>4</sup> Sobre el concepto y el proceso de objetivación, reificación o cosificación, véase: Berger, P. y Luckmann, T.: *La construcción social de la realidad*. Más concretamente el capítulo II: “La sociedad como realidad objetiva”. Amorrortu. Buenos Aires, 1978.

<sup>5</sup> Sirvan de muestra algunos de los títulos que tratan el tema de la masculinidad:

- Badinter E.: *La identidad Masculina*. Alianza Editorial. Madrid, 1993.
- Clare, A.: *Hombres. La masculinidad en crisis*. Taurus. Madrid, 2002.
- Harris, C.T.B.: *La castración del unicornio. Al encuentro de la identidad masculina*. Gaia. Madrid, 1998.
- Herb, G.: *Los peligros de ser varón. Sobreviviendo al mito de la supremacía masculina*. Letra Clara. Madrid, 2005.
- Ghiglieri, M.P.: *El lado oscuro del hombre. Los orígenes de la violencia masculina*. Tusquets. Barcelona, 2005.
- Gil Calvo, E.: *El nuevo sexo débil. Los dilemas del varón posmoderno*. Temas de Hoy. Madrid, 1997.

<sup>6</sup> Perls, F.: “Terapia gestalt y potencialidades humanas”, en Stevens, J.O.: *Esto es gestalt*. Cuatro Vientos. Santiago de Chile. 1978.