

LAS EMOCIONES ENTRE LOS MAYAS: SIGNIFICADOS Y NORMAS CULTURALES DE EXPRESIÓN-SUPRESIÓN

DEIRA JIMÉNEZ-BALAM¹
TERESITA CASTILLO-LEÓN²
LILIA CALVALCANTE³

RESUMEN

El objetivo de este artículo es explorar el significado emocional y las normas culturales de expresión-supresión emocional entre los mayas del centro de Quintana Roo, México. Entrevistamos a once adultos bilingües (maya-español) y organizamos un grupo de discusión con seis de los participantes, además de emplear la observación participante y llevar un diario de campo. Entre los resultados destaca que las emociones se asocian principalmente con el término en maya *óol*. Las normas de expresión-supresión enfatizan la moderación y el equilibrio emocional. Por ejemplo, la palabra *ki'imak óol* (alegría) fue concebida en términos de tranquilidad. Mientras que *yaj óol* (enojo-tristeza) alude a una emoción que desequilibra y entorpece las relaciones sociales, por lo que no se promueve. Estos resultados concuerdan con el modelo cultural interdependiente, que considera la calma y la modestia para el mantenimiento de la armonía y las buenas relaciones. Implicaciones para futuras investigaciones son discutidas.

Palabras clave: emociones, expresión emocional, mayas.

EMOTIONS AMONG THE MAYAS: MEANINGS AND CULTURAL NORMS OF EXPRESSION-SUPPRESSION

ABSTRACT

The objective of this article is to explore the emotional meaning and the cultural norms of emotional expression-suppression among the

¹ Universidad Federal de Pará (UFPA), xdeira@gmail.com.

² Universidad Autónoma de Yucatán (UADY), tete.castillo@correo.uady.mx.

³ Universidad Federal de Pará (UFPA), liliacavalcante@gmail.com.

Mayas of the center of Quintana Roo, Mexico. We interviewed eleven bilingual adults (Mayan-Spanish) and conducted a discussion group with six of the participants. We also used participant observation and a field journal. Among the results, it is remarkable that the emotions are associated mainly with the Mayan term *óol*. The rules of expression-suppression emphasize moderation and emotional balance. For example, *ki'imak óol* (joy) was conceived in terms of tranquility. While the *yaj óol* (anger-sadness) is not promoted since its expression unbalances and hinders social relationships. These results agree with the interdependent cultural model, where calm and moderation are expected to maintain harmony and good social relations. Implications and guidelines for future research are discussed.

Keywords: emotions, emotional expression, Mayas.

INTRODUCCIÓN

Las emociones y su expresión son construidas activamente por interacciones, relaciones sociales y sistemas culturales que conducen a los individuos a alcanzar objetivos, realizar tareas y a conducirse de acuerdo con su contexto específico (Lutz y White 1986; Lutz 1988; Boiger y Mesquita 2012; Mesquita, Boiger y Leersnyder 2016). El medio en que las personas se desenvuelven no solamente les provee las situaciones y experiencias, también les indica las maneras de responder ante ellas, a partir de la normatividad establecida (Jain 1994, 156).

Por ello, para comprender la dinámica de las emociones resulta importante conocer las normas que definen las formas en que estas deben manifestarse, ya que los entornos a los cuales los individuos pertenecen difieren en cuanto a cuáles se espera que sean mostradas y cuáles deben ser reprimidas (Markus y Kitayama 1991). Se distinguen también en el cómo, cuándo y con quién pueden manifestarse (Sanders, Friedlmeier y Sanchez 2018, 1) guiando, de este modo, su comportamiento.

Los significados, experiencias y normas sociales enmarcados en los modelos culturales, implican nociones, ideas y prácticas que definen lo que es deseable, promovido o no esperado en cada cultura (Mesquita y Walker 2003, 779). Por ejemplo, algunas culturas enfatizan la autonomía del individuo, mientras que otras promueven la relación e interdependencia entre las personas. En un modelo cultural que promueve la autonomía individual, los procesos mentales son considerados independientes, intrínsecos y autorreflexivos. Se alienta a conocer las emociones y los sentimientos propios y se enseña cómo controlarlos. Las emociones que buscan la independencia son abiertas y aceptadas; por ejemplo, las emociones positivas contribuyen a la autoestima y funcionan como indicador de la integridad del individuo, pues refuerzan su definición propia. Mientras que en el modelo cultural relacional o interdependiente se enfatizan las obligaciones y responsabilidades comunitarias. Los estados mentales internos tienen un papel secundario, los individuos no se consideran separados de otros y se alienta poco el deseo individual de expectativas. Por ello, las emociones se experimentan como interdependientes. Se esperan expresiones relacionadas con la calma, modestia y conectividad, por cuanto promueven conductas apropiadas, obediencia y armonía social. La relación jerárquica y las metas comunitarias son el principal principio de este modelo (Kärtner, Holodyski y Wörmann 2012; Keller y Kärtner 2013).

En América se ha documentado cómo en los grupos indígenas, en los que se valoran las jerarquías y el respeto a las autoridades, se rechaza la expresión de emociones como el enojo, ya que podría amenazar la cohesión social. Además, la inhibición de emociones evaluadas negativamente, como la tristeza, permite a estos grupos enfrentar el estrés mediante la resignación (Zubieta *et al.* 1998, 5). La regulación y el control emocional son valorados en culturas para las que la armonía y el bienestar colectivo son importantes. En grupos indígenas de Centro-

américa, la cólera, el enojo y la tristeza son evaluadas negativamente, por lo que no se fomenta su expresión (Fernández, Zubieta y Páez 2001, 10).

México, por su parte, ha sido señalado como un país con valores colectivos, bajo un modelo interdependiente que se distingue de otras culturas, como la estadounidense. Díaz-Guerrero (1982) señala cómo la jerarquía basada en el respeto a los otros, principalmente padres y parientes, es valorada en la cultura mexicana. En este sentido, la familia ocupa un lugar importante; particularmente aquella denominada *tradicional* se caracteriza por una red extensa de miembros que viven en proximidad y mantienen una interacción frecuente (Luna *et al.* 1996, 269). La familia promueve un gran apego entre sus miembros, reciprocidad y, sobre todo, soporte emocional (Sabogal *et al.* 1987, 398). También se ha documentado cómo prevalece la noción de *simpatía*, la cual alude a la complacencia y el respeto hacia otros. Por ello, las familias mencionan emociones que promueven la armonía (Durik *et al.* 2006, 436). Al respecto, Soto, Levenson y Ebling (2005) documentaron en un estudio cómo, en comparación con los chinos, cuya cultura es considerada colectiva y de moderación, los mexicanos resultaron más expresivos, en especial de las emociones positivas, ya que estas contribuyen a la cohesión social. En otro estudio, Sanders, Friedlmeier y Sánchez (2018) hicieron una comparación de las normas de expresión emocional reflejadas en libros de cuentos de origen mexicano, hispano y europeo-americano, encontrando en los relatos mexicanos una menor presencia de emociones de enojo o disgusto.

Sin embargo, aunque México es un país heterogéneo, multicultural, con diversas culturas que construyen visiones del mundo particulares, son escasos los estudios específicos sobre procesos psicológicos de grupos indígenas. De manera indirecta, ha habido pocas aproximaciones a algunos procesos psicológicos; por ejemplo, López Austin (1996) hace referencia a los centros anímicos, señalados como partes del organismo humano que dan fuerza, vida y movimiento, y permiten el desarrollo de procesos como las funciones psíquicas. En el caso de los antiguos nahuas, advierte, el *yol* (corazón) corresponde a los procesos psíquicos como las emociones o la memoria (López Austin 1996, 207). En cuanto a la expresión emocional, Echeverría y López (2013, 150) reportan que los nahuas expresaban el miedo con una acción corporal denominada *tenhuiteque*, que consistía en taparse y destaparse la boca. La expresión del miedo era diferenciada según el género y la edad entre los antiguos nahuas: mediante el llanto las mujeres y niños, mientras que los hombres con una actitud guerrera. En el caso de las emociones entre los mayas, son la lingüística y la antropología principalmente las que han explorado el tema (Bourdin, 2007a; Le Guen y Pool, 2008). Estos aspectos se abordan con mayor detalle en la siguiente sección.

En este contexto, las afecciones emocionales de los pueblos indígenas contemporáneos en México son poco comprendidas; por lo regular son explicadas desde la perspectiva occidental que se basa en la visión de sociedades de origen europeo-americano, ignorando el contexto cultural y las interacciones que

las configuran. Ha habido avances por parte de instituciones de salud que, por ejemplo, promueven la atención de la salud tomando en cuenta elementos como la interculturalidad, la cual, de acuerdo con Almaguer (2007, 86), hace referencia al espacio donde las personas que provienen de diferentes culturas pueden relacionarse con respeto y horizontalidad, permitiéndose conocer y comprender la realidad del otro, y derivar de esta relación una sinergia a partir del diálogo. Sin embargo, los padecimientos continúan siendo tratados con él (Garduza y Rodríguez 2007; Güemez 2005) y no se reconoce la necesidad de conocer otros modelos de atención para poder ofrecer una atención integral, sinérgica, más eficiente y culturalmente pertinente. De ahí que se requiere desarrollar un trabajo intercultural en salud, no solo para cuestiones físicas, sino también psicológicas dada la influencia que tiene la cultura sobre el comportamiento tanto saludable como no saludable.

En este sentido, para un enfoque que considere la pertinencia cultural es fundamental conocer la concepción de las comunidades indígenas sobre los procesos psicológicos, como las emociones, así como las normas que guían su expresión o supresión dentro de un contexto cultural determinado; toda vez que, en su conjunto, estos aspectos tienen un papel crucial en la definición de las interacciones humanas y los padecimientos psicológicos. Un antecedente en este sentido lo constituye, desde la psicología, la tesis de Jiménez (2008) sustentada en una investigación realizada entre los mayas del centro de Quintana Roo, en la cual se estudió cómo conciben las emociones, su relación con el término maya *óol* y los diversos ánimos/emociones que designa.

De dicho trabajo, se retomaron los datos empíricos para realizar nuevos análisis cuyos resultados son el tema de este artículo. El objetivo es presentar los significados en torno a las emociones y sus normas de expresión-supresión entre los mayas provenientes de tres comunidades del centro de Quintana Roo, México (Uh-May, Betania y Felipe Carrillo Puerto). Esto, a partir de lo compartido por dignatarios mayas que cuidan el centro ceremonial de la Cruz Parlante, ubicado en Felipe Carrillo Puerto, y quienes provienen de esas tres comunidades.

Se destaca cómo el complejo modelo de nociones sobre el ser, la persona y las relaciones construye y alienta dichos significados y normas en función de las metas establecidas como grupo social, lo cual se evidencia en el léxico empleado para hablar de ellas. El vocabulario disponible para referirse a las emociones (en este caso en lengua maya), es de vital importancia en las experiencias y significados en este campo (Lindquist, 2009, 17) y muestra el rol que las palabras juegan en la articulación con los valores culturales de modo que cada palabra empleada tiene un significado complejo. Por ejemplo, en la lengua maya existe la palabra *óol*, el cual es un término fundamental para la comprensión de muchos aspectos de la salud entendida como algo integral y en estrecha relación con el ámbito emocional. Este término y otros aspectos documentados en torno a las emociones en el contexto maya son abordados con mayor detalle en el siguiente apartado.

LAS EMOCIONES EN EL CONTEXTO CULTURAL MAYA

En el maya yucateco colonial registrado en el Calepino de Motul, el término *óol* se define como “corazón formal y no el material” (Arzápalo 1995, 595), contras-tándolo con el término *puksi’ik’al* (corazón material). Este término se encuentra relacionado con un amplio repertorio de expresiones registradas con significado emocional. Bourdin (2014) identificó 243 expresiones para referirse a lo que denominamos emociones; siendo la ira la que cuenta con mayor número de expresiones (122). Sin embargo, también señala que esa abundancia de términos registrados contrasta con los escasos veinte términos aproximadamente empleados en el maya yucateco actual para expresar emociones, sentimientos y estados de ánimo (62). Además, reporta que, a diferencia del vocabulario maya actual, en el léxico del maya colonial los términos “emocionales” se conciben como estados o acciones asociados con determinadas partes del cuerpo, por ejemplo, un órgano o humor, siendo el corazón la parte del cuerpo con mayores afecciones emocionales.

Expresiones que contienen el vocablo *óol* también son abundantes en diversas obras del pasado más reciente, como el Diccionario Maya Cordemex (Barrera *et al.* 1980). A partir de consultas a grupos de mayas de diferentes edades, Verhoeven (2007, 329) señala que muchos de esos términos son obsoletos o desconocidos en la actualidad. Indica que hoy en día el *óol* se asocia a la sensación corporal (placer, fuerza, energía), consideración, conciencia, voluntad y a significados emocionales y cognitivos.

Entre otros autores que de igual manera han descrito el término *óol*, Hanks (1990, 87) señala que también puede aludir a un núcleo, un centro asociado con el corazón intangible, e igualmente se le relaciona con el centro de una planta, como el corazón de un árbol. En otras lenguas mayas, el término *óol* también se emplea para referirse al corazón, tanto material como psicológico (Schumann 1997, 194). El corazón es concebido como la sede de emociones, estados de ánimo y sentimientos. Por ejemplo, los choles asocian el corazón con las emociones, el entendimiento, la felicidad y los estados de ánimo (Martínez 2007, 157). Los tzotziles consideran el corazón como la sede de la memoria, la sabiduría, la percepción y las emociones (Guiteras 1972, 235). Mientras que los tzeltales hacen referencia a un alma alojada en el corazón, denominado *ch’ulel*, en el cual residen las emociones, los sentimientos y la memoria (Pitarch 1996, 35). Por su parte, Yoshida (2006, 111) lo describe como un corazón mental que alude a la voluntad, además de atribuirle connotaciones de estados mentales.

Bourdin (2007a) plantea que estas nociones parecen relacionarse con las concepciones antropológicas y cosmológicas tradicionales de la cultura maya, referidas al corazón como un punto central, sede de los estados emotivos y la voluntad, desde el cual se irradia vida. Este mismo autor (2007b) refiere que el *óol* se aloja en el corazón y se distribuye a todo el cuerpo a través de la sangre; lo define como el soplo de vida, como un impulso vital que influye sobre la salud, tanto

física como emocional. Le Guen y Pool (2008) han definido el *óol* como energía vital, indicando que la raíz es empleada para construir la mayoría de los términos emocionales, así como para señalar capacidades cognitivas o razonamiento y para referirse a estados fisiológicos. Al respecto, Le Guen (2017, 319) sostiene que no existe un dominio lingüístico emocional en el sentido estricto, ya que los términos emocionales se extienden a otros dominios como la cognición o la fisiología. En este sentido, el *óol* no es de uso exclusivo para referencias emocionales.

Desde la psicología, el estudio de Jiménez (2008) reportó cómo fue definida la emoción a partir de los términos mayas *ki'imak* *óol* (alegría) y *jak* *óol* (susto), y también fue relacionada con el término *óol*, que fue descrito como ánimo, voluntad, movimiento, que regula los estados de ánimo, pensamiento y conducta. De igual modo, se registró cómo del *óol* se derivan diversos ánimos/emociones, por ejemplo, el *yaj* *óol* (enojo-tristeza). Esto concuerda con reportado por Bourdin (2007^a) y Güemez (2000) en el sentido de que los estudios lingüísticos reportan la identificación del término *óol* en el léxico del maya yucateco, que da origen a diferentes términos compuestos que conllevan connotación emocional. El vocablo *óol* es polisémico y configura múltiples estados emocionales.

En registros más actuales, Casanova (2019) identifica que en el oriente de Yucatán el *óol* tiene tres ámbitos de significados: energía, sensibilidad/percepción y ético-moral. El primer ámbito se refiere a que al experimentar el *óol*, el cuerpo cuenta con energía y permite que el individuo tenga la capacidad de realizar sus funciones. En cuanto a la sensibilidad/percepción, el *óol* se relaciona con el reconocimiento que permite experimentar sensaciones como felicidad, espanto o desánimo; así como percibir sensaciones provenientes de los sentidos del cuerpo. En el ámbito ético-moral, el *óol* intercede en la toma de decisiones; por ejemplo, a través del *óol* se puede actuar de manera moralmente correcta.

El término *óol* también es empleado para referirse a la salud; al componerlo como *toj* *óol*, significa literalmente “ánimo derecho”. Para el pueblo maya, la salud conlleva una serie de nociones sobre lo que significa estar sano, por ejemplo, el equilibrio, de tal manera que la enfermedad surge al romperse este (Hirose 2003; Redfield y Villa Rojas 1964; Villa Rojas 1987; Garduza y Rodríguez 2007). La noción de equilibrio que caracteriza a la salud también incluye el ámbito emocional. Para preservar la salud y estar en equilibrio es importante evitar preocupaciones, exaltaciones, emociones negativas como el enojo o estados emocionales alterados que pudieran influir en el balance (Jiménez, Castillo y Cervera 2009).

Además del término *óol*, del cual se derivan diversas emociones, existen otros que también tienen connotaciones emocionales. Dos de esos términos son *tuukul* y *chi'ichnak*, los cuales son asociados a la tristeza y la preocupación. El término *tuukul* hace referencia a “pensamiento/pensar”. También se emplea para indicar un estado de preocupación, aflicción y tristeza. Bourdin (2014, 54) documentó que, ante la proyección de imágenes y videos de personas tristes, los espectadores mayas identificaron a éstas como preocupadas o tristes, porque, por lo común, la

“preocupación” es relacionada con el pensamiento, sin embargo, en este caso, el *tuukul* tiene una connotación emocional.

El *chi'ichnak*, por su parte, hace referencia a la preocupación, a “pensar mucho”, a la intranquilidad, incertidumbre, infelicidad, desamparo, que pueden deberse a la lejanía o pérdida de algún familiar. Algunas de sus manifestaciones son el llanto, el aislamiento, dejar de hacer las actividades cotidianas, no poder dormir y otros; de tal suerte que los síntomas han sido considerados como característicos de la depresión (Jiménez, Castillo y Cervera 2009). Entre los mayas de Belice se ha documentado que el “pensar demasiado” alude a un estado general de pensamiento no saludable, perjudicial; en lengua maya q'eqchi' las emociones son expresiones tanto del alma como del corazón. En este sentido, “pensar demasiado” se relaciona con los trastornos del ánimo, ya que puede alterar el bienestar emocional, pudiendo implicar emociones como la ira, la frustración o la tristeza excesiva (Hatala, Waldram y Caal 2015, 459). De manera específica, la enfermedad conocida como *rahil ch'ool* en lengua q'eqchi', cuyo significado es “tristeza del alma”, ha sido traducida como “depresión” y se caracteriza por el “pensar demasiado”, lo cual conlleva ánimo, afectos y emociones negativas (Hatala y Waldram 2015, 65).

Por otro lado, la expresión-supresión emocional entre los mayas ha sido un tema poco estudiado. Existen reportes en estructuras arqueológicas del Clásico maya (AD 250-850) relativos a representaciones del cuerpo humano que muestran una perspectiva controlada de las emociones —esperada con mayor énfasis entre la élite—, indicando la escasa y raramente enfatizada alusión a la expresión emocional (Houston 2001, 215). En la población maya contemporánea de Yucatán se ha estudiado la presencia de estrictas reglas locales de expresión emocional (Sosa 2007). También se ha documentado cómo entre los mayas de las Tierras Altas de Chiapas se espera que emociones negativas como la ira, la hostilidad y la agresión sean controladas para favorecer relaciones interpersonales de cortesía y sin conflictos (Groark 2008; 2005).

Como se puede observar, existen aproximaciones al dominio emocional de los mayas de diversas épocas, distintas ubicaciones geográficas y variantes de la familia de la lengua maya. Sin embargo, el tema no ha sido abordado a profundidad en todas sus aristas; además, si bien existen estudios desde diversas disciplinas como la antropología y la lingüística, faltan estudios desde una perspectiva psicológica y, más aún, desde una perspectiva interdisciplinar pues se requiere de abordajes más integrales que incluyan además las aportaciones de los estudios psicológicos. Por ello, el objetivo del presente trabajo gira en torno a explorar los significados relativos a la dinámica emocional, considerando las normas culturales de expresión-supresión entre los mayas del centro de Quintana Roo, México, y contrastar los resultados con las aportaciones ya expuestas, así como plantear nuevas áreas de oportunidad en cuanto a la prospectiva de investigación en este campo.

METODOLOGÍA: LOS DIGNATARIOS MAYAS, SU CENTRO
CEREMONIAL Y CÓMO ESTUDIAMOS LAS EMOCIONES

Realizada desde la perspectiva de la psicología, en la presente investigación de carácter exploratorio, descriptivo, empleamos el enfoque cualitativo que nos permitió abordar y comprender la dinámica emocional, el modo en el que lo experimentan y lo que para ellos resulta importante, a partir de la interpretación de los participantes. Pudimos explorar las emociones considerando el contexto y el modelo cultural maya. Partimos desde la fenomenología representada por Husserl, la cual se centra en la descripción y clarificación de la experiencia vivida (Barbera e Inciarte 2012, 202). Abordamos de esta manera los significados, así como las experiencias y vivencias emocionales de los participantes.

En este trabajo se presentan resultados parciales de una investigación más amplia sobre las emociones en población maya quintanarroense, que comprendió la participación de un total de 16 adultos y 30 jóvenes mayas. Para propósitos de este artículo, los resultados presentados corresponden a 11 adultos mayas (cuatro mujeres y siete hombres), en edades comprendidas entre 40 y 65 años —los resultados con jóvenes ameritaron que se trabajara en otro artículo en proceso—. Para elegir a los participantes se empleó el criterio de que hablaran maya y tuvieran disposición; todos resultaron ser bilingües de maya y español e interesados en participar.

Un aspecto importante fue que los 11 adultos participantes se identificaron como dignatarios mayas, es decir, personas que ocupan un cargo de autoridad ante su comunidad. Esta característica fue clave para decidir trabajar con esta población, ya que conforman un grupo que resguarda diversas manifestaciones culturales, como los rituales propios del centro ceremonial, lo cual conlleva un reconocimiento de la comunidad. En este caso, todos ocupaban un cargo en el denominado centro ceremonial de la Cruz Parlante, en Felipe Carrillo Puerto, Quintana Roo, México. Ubicado en el centro del estado, Felipe Carrillo Puerto fue un importante asentamiento de los mayas rebeldes desde los adversos días de la Guerra de Castas, el enfrentamiento armado entre indígenas mayas, mestizos y blancos que discurrió de 1847 a 1901 en la Península de Yucatán (Xacur *et al.* 1998). Hasta hoy se considera una zona de resistencia cultural. Fue este pasado histórico, su vínculo con la preservación de la cultura y la familiaridad de la primera autora con el sitio, lo que nos llevó a la decisión de realizar la investigación en este centro ceremonial.

Durante la Guerra de Castas se conformó una organización militar/religiosa de centros ceremoniales, los sitios desde los cuales los mayas cuidaban con celo su territorio, costumbres y prácticas. Actualmente se encuentran activos cuatro centros ceremoniales en el estado de Quintana Roo. Felipe Carrillo Puerto alberga el de la Cruz Parlante —donde se realizó la investigación—, el santuario donde los mayas denominados dignatarios mantienen la organización militar y

religiosa a través de la realización de ceremonias en torno a la Santa Cruz Parlante, símbolo ancestral que ha guiado al pueblo maya. A pesar de su connotación de símbolo religioso cristiano, la cruz representa para los mayas un medio para mantener un diálogo continuo y directo con Dios. Diversas circunstancias afflictivas para los mayas, tales como el desaliento ante el asesinato de sus principales líderes, la dispersión de los combatientes y demás, dieron origen al culto de la cruz, la cual fue capaz de proporcionarles amparo en la batalla. La cruz que “hablaba” y transmitía mensajes a través de la ventriloquia de su oráculo —Manuel Nahuat—, emitió el 15 de octubre de 1850 una de sus primeras proclamas a través de su secretario y escribano Juan de la Cruz Puc (Marcelo Jiménez Santos, comunicación personal, 3 agosto, 2019). Con la Cruz Parlante como motivación de su lucha, su palabra divina los condujo a la defensa y autonomía de su territorio durante la Guerra de Castas.

Actualmente, el culto a la cruz entraña un sincretismo religioso, pero mantiene la organización de los centros ceremoniales, a través de las *compañías* formadas por grupos de dignatarios que se organizan y turnan en lo que ellos denominan *guardias* para cuidar el santuario. El presente estudio se realizó con los dignatarios de una compañía del centro ceremonial de la Cruz Parlante, provenientes de las localidades de Uh-May, Betania y Felipe Carrillo Puerto.

De manera previa al trabajo con los 11 dignatarios mayas, realizamos entrevistas a cinco informantes clave, profesores de lengua maya (tres mujeres y dos hombres), a quienes se les preguntó acerca del vocabulario en este idioma, que se emplea para referirse a las emociones. Se les solicitó que señalaran aquellos términos utilizados con mayor frecuencia a este respecto, y mencionaron los siguientes: *ki'imak óol* (alegre, feliz), *t'o'ona'an* (desánimo), *yaj óol* (dolor del ánimo, tristeza, enojo) y *jak' óol* (susto). También hicieron referencia a que el vocablo en maya *óol* es empleado en la composición de un considerable número de términos en este campo. Con esta información se elaboraron guías para las entrevistas y se organizó un grupo de discusión con los dignatarios.

La información se recopiló mediante las entrevistas semiestructuradas con estas autoridades locales, empleando preguntas elaboradas en función del significado del término maya *óol* y su relación con las emociones. También se indagó acerca del significado y experiencias de las siguientes emociones: *ki'imak óol* (alegría, felicidad), *yaj óol* (dolor del ánimo, tristeza, enojo), *t'o'ona'an* (desánimo) y *jak' óol* (susto). Para abordar las normas de expresión, con base en el análisis de las emociones tratadas en la entrevista, se preguntó cuáles son alentadas a manifestarse y cuáles a suprimirse, así como los motivos que lo determinan. Cada entrevista duró entre 30 minutos y una hora.

Posteriormente, organizamos un grupo de discusión, con el objetivo de generar una dinámica que permitiera conjuntar ideas y experiencias de manera colectiva. El grupo estuvo conformado por seis integrantes (cuatro hombres y dos mujeres) y la dinámica tuvo una duración de dos horas. A diferencia de las entrevistas, en

el grupo de discusión se pudieron expresar vivencias y anécdotas, aclarar dudas originadas en las entrevistas, así como reflexionar sobre los significados de términos emocionales en maya que al traducirlos o “pasarlos al español” pierden su significado o no son del todo claros.

Se contó con la ayuda de una portera para acceder a los dignatarios, familiar de uno de ellos, con lo cual se ganó la confianza para conseguir su colaboración. Es importante mencionar que previamente les informamos sobre los objetivos del estudio y el procedimiento a seguir, se les garantizó la confidencialidad y el anonimato, aclarando que la información obtenida sería usada únicamente para fines científicos, específicamente para la elaboración y difusión de productos académicos. También les comunicamos el carácter voluntario de su participación y la posibilidad de retirarse del estudio en cualquier momento sin consecuencias adversas. Les solicitamos, asimismo, el consentimiento para grabar en audio las entrevistas y el grupo de discusión. Los dignatarios estuvieron de acuerdo con las condiciones del estudio y decidieron participar. Para mantener el anonimato, en el presente trabajo se utilizan nombres ficticios; y para garantizar la confidencialidad, sólo la primera autora ha tenido acceso al material colectado con los nombres reales de los participantes, pues las demás autoras han trabajado con la información que mantiene el anonimato. En caso de requerirse su comprobación, la información estaría disponible con fines estrictamente académicos, siempre garantizando el anonimato de los participantes.

Las dos técnicas empleadas, las entrevistas y el grupo de discusión, discurrieron tanto en lengua maya como en español; algunos dignatarios emplearon únicamente la maya, mientras que otros utilizaron ambas lenguas, en especial en el grupo de discusión. Aunque una de las autoras entiende y habla maya, tuvimos el apoyo de una técnica bilingüe, hablante de maya y español, quien ayudó en la conducción de ambas técnicas, así como en la traducción y transcripción posterior. De manera complementaria, como parte del trabajo de campo, se practicó la observación participante, se registraron notas y se llevó un diario de campo.

El procesamiento de la información generada implicó la transcripción en formato digital. También fueron traducidos los datos obtenidos en lengua maya. El análisis de la información se basó en la propuesta de Rodríguez, Gil y García (1996), mediante la reducción de los datos a través de la categorización y codificación, partiendo de un amplio conjunto hasta llegar a unidades más manejables, que permitieron identificar relaciones. Los datos obtenidos se agruparon en categorías temáticas tomando en cuenta las guías respectivas. Posteriormente, se dispusieron y transformaron mediante la organización del cúmulo de información, a fin de presentarla en un lenguaje que revelara las relaciones encontradas. Finalmente, se efectuó la verificación de los datos por medio de la presentación de los resultados y conclusiones a los participantes y a un grupo de dignatarios mayas provenientes de otro centro ceremonial, no participantes en el estudio, quienes también validaron los resultados y las conclusiones obtenidas. Igualmente

se realizó una triangulación de la información con las diferentes fuentes de datos —entrevistas, diario de campo y observación participante—, lo que dio soporte a la información obtenida.

RESULTADOS

El significado de las emociones y el término óol

Intentar definir la emoción resulta complejo, ya que puede ser concebida desde diversas perspectivas. En el ámbito científico, la “emoción” se ha relacionado con procesos biológicos de circuitos neuronales, en términos de una experiencia y fenómeno sentimental, que motiva y organiza procesos cognitivos y de acción (Izard 2010, 367). En Occidente las emociones son concebidas como procesos naturales (poco culturales) basados en reacciones físicas que son opuestas al pensamiento racional; son entendidas como algo salvaje e incontrolable, como un acto involuntario, y —por su naturaleza— consideradas universales e iguales para todos los seres humanos. Las emociones son, además, vistas como características internas de las personas y no como un fenómeno social y cultural (Lutz 1988).

De acuerdo con los dignatarios mayas, cuando se hace referencia a algo relacionado con la “emoción” se acude al término en maya *jak’ óol*, el cual definieron como susto. Es importante señalar que en el *Diccionario Cordemex* (Barrera *et al.* 1980, 173), en su sección maya-español, el término “emoción” está reportado como un significado del “*hak’ olal*”. Este registro fue tomado del *Diccionario Español-Maya Ermilo Solís Alcalá* que data de 1950.

Una primera exploración en la lengua maya reveló que no existe una palabra específica para referirse a “emoción”. Sin embargo, además del *jak’ óol*, los dignatarios coincidieron en que la emoción se encuentra vinculada al binomio alegría-felicidad al que hace referencia el término en maya *ki’imak óol*. Al respecto, Felipe (40 años), uno de los dignatarios, lo refiere de la siguiente manera: “No, no sé [cómo se dice emoción en maya], solo cuando dicen que estás emocionado te dicen *ki’imak óol* [alegría, felicidad], eso te dicen, que estás emocionado, que estás alegre, contento, con esa palabra lo relaciono”.

Al escuchar a los participantes durante el trabajo de campo, pudimos identificar el uso del término *óol* en diversas conjugaciones que indican varios estados anímicos. El término *óol* resultó ser un vocablo complejo que refleja un sistema de importantes significados culturales. En un inicio, fue difícil para los participantes distinguir el término por sí solo, a menos que estuviera conjugado o “acompañado” de otros. Al preguntarles por el término *óol* indicaban que no sabían qué era, pero al señalarles que se hacía referencia al término con el que finalizaban palabras como *ki’imak óol*, *yaj óol*, entonces lo reconocían; lo cual destaca la naturaleza holística del término, pues no se concibe por sí solo, es decir, dissociado de las palabras que lo contienen. Así, los dignatarios relaciona-

ron lo concerniente a las emociones con el término en maya *óol*. Encontramos que existe un repertorio de palabras en maya que conjugados con la voz *óol* indican cómo se siente el ser humano en un momento dado. Por ejemplo, *ki'imak óol* alude al estado 'normal' en el que se encuentra el ánimo de las personas, un *óol* contento en términos de tranquilidad, a partir del cual se generan otros estados emocionales, como *jak' óol* que indica susto; *luubul óol* que denota un *óol* decaído o desanimado; *toj óol* que alude a la salud, a un *óol* derecho, un estado óptimo; *lep' óol* que significa aligerar o apresurarse; y así otros términos que indican cambios en el *óol*, es decir, los diversos estados que experimenta la persona, entre ellos los emocionales.

Esta forma de concebir estados emocionales a partir de cambios en el *óol* difiere de la concepción occidental de las emociones. Para los mayas, como se advirtió con los participantes, la concepción de la emoción responde a su modelo cultural que define el significado, las manifestaciones y su expresión de manera diferente a como ha sido propuesto desde el mundo occidental. Es importante mencionar también los estados emocionales cuya expresión en maya no se deriva o no se articula con el término *óol*, como por ejemplo *t'óna'an* (desánimo), que se abordará posteriormente.

Los participantes definieron *óol* como ánimo, algo que da vida, fuerza, voluntad, energía, movimiento. Específicamente lo relacionaron con la voluntad de hacer las cosas, con la fuerza que le permite a una persona realizar sus actividades diarias, tal como lo señala un participante en el siguiente fragmento:

Si estás enfermo, pues no tienes ni ganas de andar, si te duele algo no quieres hacer nada, es cuando no tienen *óol*, *mina'an u yóol* [sin ánimo], no tiene fuerza, en cambio, si tiene *óol* pues tiene fuerza, si tú estás *ki'imak óol* [alegría] pues tienes ganas, ganas de andar, tienes *óol*, tienes fuerza. Si vas a trabajar, tienes fuerza, traes un rollo de leña [risa], pues es así (Augusto, 56 años).

El término *óol* concebido como fuerza-voluntad es fundamental porque determina cómo se dirigen las personas en sus actos y cómo esto se relaciona con su salud, ya que si se tiene fuerza se pueden realizar actividades importantes como el trabajo. Para los participantes esto es de suma importancia, en razón de que definen el bienestar en función de la capacidad de conducirse con fuerza y voluntad. Al respecto, Garduza y Rodríguez (2007, 61) han documentado que para los mayas yucatecos estar sano implica poder trabajar, incluso a pesar de padecer algún malestar físico. Para trabajar hay que tener fuerza, es decir, tener *óol*; la enfermedad es asociada con una alteración anímica, como la fatiga, que impide realizar los trabajos y actividades cotidianas.

El término también es empleado para referirse al meollo del ser humano. En el grupo de discusión, los dignatarios explicaron, a través de una metáfora, cómo el *óol* puede ser el retoño, hoja nueva, brillante, con vivacidad, y el centro de una planta, lo que le da fuerza, lo que la impulsa a desarrollarse y crecer. Según expli-

can, el *ool*, el corazón-ánimo, se puede sentir feliz, lo que les permite a las personas crecer; o bien sentirse triste o desanimado, lo que les impide desarrollarse con fuerza. Lo expresan de la siguiente manera:

Fausto: Sólo *ool*... pues sólo *ool* es como la hoja de un árbol.

Martín: Un retoño.

Fausto: Cuando un árbol va a dar sus hojitas.

Alma: Sus retoños.

Fausto: *Óol* es lo que sale de retoño.

[...]

Fausto: Es como cuando creces.

Martín: Mira, sabes por qué, el *yool* es una mata de árbol, yo también soy una mata, un árbol, supongamos que tenga vida, yo también tengo vida, la mata está creciendo, haz de cuenta que es su corazón, su pensamiento, su sentimiento⁴, yo también, conforme voy creciendo voy teniendo más conocimiento, pensamiento.

[...]

Alma: Ah, en mi cuerpo es un *wool*, en la mata es *u yool*. Pero es lo mismo.

Martín: Tienen relación.

Fausto: No es como ese que dicen *ma'ak'ool* o *xmaool*, que es una persona que no tiene fuerza, que no quiere hacer nada.

Alma: Decaído.

Fausto: Entonces es igual en una planta cuando no crece, no tiene *ool*, *mina'an u yool*, está *ma'ool*.

Martín: Aparentemente es diferente, pero está relacionado.

Fausto: En el humano.

Alma: Sí, es como un corazón en la planta.

La forma como los dignatarios plantearon la analogía entre una planta y el ser humano hace suponer que el término *ool* también puede ser empleado para referirse al meollo del ser humano. Hicieron referencia al *ool* como algo que da fuerza, vida, voluntad, energía, como centro, siendo el corazón tanto en las plantas como en el ser humano. Al respecto, Bourdin (2007b, 11) señala que la alusión de *ool* como centro o componente medular de los vegetales se relaciona con la idea de centralidad. Resulta ser la médula tanto de las personas como de los vegetales, que se sitúa en su centro, como un núcleo desde el cual se propaga crecimiento.

NORMAS DE EXPRESIÓN-SUPRESIÓN EMOCIONAL:

NI PENSAR MUCHO, NI EMOCIONARSE MUCHO

Las diferencias en la expresión de las emociones reflejan normas culturales también diferentes. Desde la perspectiva de los dignatarios mayas, están en función

⁴ Si bien desde la psicología, emoción y sentimiento no son conceptualmente sinónimos, se respeta textualmente las citas como fueron expresadas por los participantes, que en ocasiones utilizaron el término sentimiento, en el sentido de que algunas emociones “se sienten” mucho.

del equilibrio y la moderación. En general, la intensidad con la que una persona se “altera” y piensa (se preocupa) puede ocasionar un desequilibrio, tal como lo señala una entrevistada: “*Mix sen tuukul, mix sen ki'imak óolal* (Ni pensar mucho, ni emocionarse mucho)”. El “pensar mucho” hace referencia a la preocupación que las personas pueden tener ante algún acontecimiento adverso. Los dignatarios señalaron que un estado anímico/emocional intenso o muy fuerte puede ocasionar enfermedad, del mismo modo que la puede ocasionar el preocuparse demasiado, ya que se pierde el equilibrio. Al respecto, Juan (65 años) lo expresa de la siguiente manera: “Sí, hay personas que piensan mucho, que piensan mucho que afecta su corazón [...] porque una persona que siente que, bueno, según la forma [...] Sentimos mucho, por eso tienen esa enfermedad”.

Es necesario mantener la estabilidad emocional y evitar excesos, por lo que se promueve la expresión de unos estados anímicos y la inhibición de otros en la búsqueda de este balance. Una de las emociones que se promueven, derivada del *óol*, es *ki'imak óolal*, definida como alegría y felicidad. La alegría-felicidad es concebida por los dignatarios en términos de tranquilidad, más que como el estado de euforia occidental. La tranquilidad a la que hacen referencia significa estar sin problemas, cuando no se piensa mucho (sin preocupaciones), pero sobre todo tener salud. Los pensamientos recurrentes debido a preocupaciones son referidos como “pensar mucho”, lo cual no permite estar con el ánimo tranquilo.

Lo que motiva el *ki'imak óolal* es que la familia se encuentre bien, que se logren buenas cosechas y se comparta esa alegría. La alegría es alentada a expresarse, se espera que sea compartida con los demás, en especial con los miembros de la familia, ya que funciona como un agente socializador. Se considera que la alegría debe compartirse, ya que promueve las buenas relaciones sociales y genera bienestar en los demás. Se espera que no se limite a la familia, sino que se promueva en diversos escenarios de la vida diaria, como el lugar de trabajo o con los amigos. Así lo refiere Laura (45 años): “A mí lo que me hace feliz es cuando yo hago algo que yo pienso, que yo siento, que está bien, o satisfaga a otra persona, o que yo le ayude, a mí me da felicidad, me alegro porque sé que la ayudé”.

Además, la alegría tiene una función práctica, ya que “sirve para lograr que algo se haga fácil”. Para los entrevistados, la felicidad puede llegar sin ser buscada. El *ki'imak óol* se expresa con la sonrisa en el rostro, con la expresión de vivacidad y con la conducta de reír, jugar, brincar y tratar bien a las personas. Sin embargo, la expresión de esta alegría-felicidad debe regirse por normas de regulación que controlen su intensidad, ya que la felicidad se concibe como tranquilidad. Es importante conservar el equilibrio emocional, pues alegrarse o emocionarse demasiado puede enfermar. Como se mencionó, esta alegría concebida como tranquilidad es el estado “normal” del ánimo de las personas.

Respecto a los estados anímicos/emocionales negativos, encontramos otro derivado del *óol*, el denominado *yaj óol*, cuyo vocablo *yaj* significa dolor y alude a dos emociones, el enojo y estar “como entristecido”. El enojo, además del

yaj óol, tiene otros términos en lengua maya, tales como *p'uja'an*, *ts'it'ik* o *k'uxil*. Los dignatarios definieron *yaj óol* como “puro sentimiento”, que siente mucho, que se molesta mucho, que le duele algo. También fue relacionado con la envidia, molestia, lastimar, “dolor del alma, dolor de sentimientos”, estar pensativo, sin ganas de hacer algo. Entre los acontecimientos desencadenantes del *yaj óol* se encuentran los problemas en la familia, con los amigos, el padecer o sufrir por los demás. Otras causas pueden ser la envidia, la percepción de desventaja en el trabajo, la separación de las familias, la muerte de algún ser querido, la culminación de las relaciones de pareja o las peleas. No se promueve la expresión de esta emoción, se espera vivirla en solitario y que no se comparta, pues irrumpe en la tranquilidad de la familia o personas cercanas. “Es necesaria la armonía y bienestar de las personas que nos rodean”, señaló un participante. Por ello, se vive la emoción no hablándolo o ignorándolo, tal como lo señala Arturo (55 años): “Yo no estoy llorando, sólo estoy soportando una forma de sentimiento lo que estoy percibiendo, que me hace estar triste pero no lagrimar”.

No se espera que se experimente ni exprese el enojo, ya que puede dañar (enfermar) a la persona que lo padece y esta, a su vez, lastimar a otras. Sin embargo, se puede identificar al observar que las personas enojadas-entristecidas están serias, no realizan sus actividades acostumbradas, se aíslan, no sonríen o ignoran cuando se les habla.

El enojo puede enfermar. Según advierten, por ejemplo, el infarto es posible consecuencia del enojo. Así, se promueve el control de esta emoción, ya que su abierta manifestación pone en riesgo las sanas relaciones sociales, fundamento de la vida en comunidad. Al respecto se considera que la persona debe “aguantarse” y aislarse, enfrentar el enojo ya sea “dejándolo pasar” o “pensar en otra cosa”. Guadalupe (52 años) señala las consecuencias que puede acarrear el enojo: “No es bueno, porque a veces estar muy enojado te lleva a hacer cosas malas o a cometer muchas cosas malas, o a veces te causa enfermedad, se altera uno, no te puedes controlar, se te baja la presión, o se te sube, o hace que cometas, o matas a la persona que te hace daño o te matas a ti misma, no es muy bueno, lo mejor es controlarte”.

También hicieron referencia a la regulación y el “calentamiento de la sangre”, especialmente en relación al *yaj óol* como enojo, que puede llevar a enfermedades o síntomas como dolor de cabeza o poner en riesgo el corazón e incluso la integridad de otras personas, tal como lo menciona Juan (65 años): “Pues se puede enfermar de dolor de cabeza porque mucho se molesta, corre la sangre, se calienta aquí [señala la frente], da dolor de cabeza. Puede hacer algo diferente, puede matar, puede machetear, puede hacer cosas”.

La tristeza, por su parte, fue concebida en términos de desánimo, debilidad y enfermedad. También fue referida como sufrimiento, como el *yaj óol* descrito anteriormente. Aunque no se deriva o articula con el término *óol*, el vocablo *t'òona'an* es uno de los que se emplean para referirse al desánimo y el decaimiento. Los dignatarios lo señalan como un término para referirse a una persona

débil, enfermiza, floja, sin ganas, sin ánimo, pensativo o con dolor en alguna parte del cuerpo. La enfermedad es una de las principales causas del estado *t'òona'an*. Este desánimo se manifiesta en la cara pálida, de enfermo, en no platicar, ignorar a los demás, mostrarse pensativo. Al igual que el enojo, no es una emoción deseada y no se alienta su manifestación, ya que puede preocupar a las personas cercanas y contagiarles ese malestar, tal como lo señala Adrián (55 años) al preguntarle qué emoción prefiere no experimentar ni expresar: “Para mí el de *t'òona'an*, porque no me gusta, prefiero estar riéndome, aunque sé que tengo algo adentro prefiero reírme, no quiero contagiar a los que están a mi alrededor y que vengan a decirme ‘pobre’, por eso mejor no”.

Este desánimo es atendido por los familiares, pero en caso de no ver resultados se recurre a la atención médica o a curanderos. Los entrevistados señalaron que los curanderos consideran que el desánimo tiene que ver con la sangre: la debilidad anímica y la falta de energía es producto de una debilidad de la sangre y por ello hay que fortalecerla. La sangre es un elemento importante en la cultura maya, ya que el estado-condición en que se encuentre, ya sea débil, fuerte o caliente, influye en el *óol*.

El *t'òona'an* es considerado un estado “enfermizo” negativo, que puede afectar a una persona y dejarla inactiva, sin energía, sin ánimo. También es relacionado con “pensar mucho” (preocuparse), por ello es recomendable evitarlo, tal como refiere Jimena (48 años): “Sí, tanto pensar, tanto estar en eso es malo, puede hacer que recaigas si tienes una enfermedad”.

Finalmente, tenemos el término *jak'óol* que hace referencia al susto. Fue definido por los dignatarios como susto, emoción, salto/brinco y sorpresa. Mencionaron el susto como algo espontáneo, que puede resultar pasajero o continuo cuando tiene consecuencias como el no poder dormir o el llanto en el caso de los niños. Aun cuando el *jak'óol* es referido en los diccionarios maya-español como la definición de “emoción”, es el estado del que menos hablaron los participantes.

Señalaron que para evitar el susto se debe tener cuidado de no exponerse a condiciones que puedan ocasionarlo, tales como andar por caminos baldíos, exponerse a seres como los malos vientos, o bien involucrarse en situaciones peligrosas, como lanzarse al ruedo en una corrida de toros; aunque el susto también puede sobrevenir al recibir una noticia que cause alteración, como la muerte de un familiar. Por lo general, se evitan las situaciones que pueden provocarlo a fin de mantener el equilibrio emocional. La manera como se expresa el susto puede implicar salir corriendo, llorar mucho, no poder dormir, y enfermarse. Pero se puede remediar al momento calmándose para recuperar el equilibrio.

Particularmente en los bebés, el susto —que se manifiesta en llanto incesante— puede ser difícil de controlar. A propósito, Juan (56 años) refiere lo siguiente: “Lloran, cuando están durmiendo parecen que están dando un brinco en la cama, está llorando, gritando, así pasa a un niño”. Cervera (2007, 738) señala que el *jak'oolal* es un padecimiento que se caracteriza por el llanto incesante, y por ello

se envuelve a los niños cuando duermen para evitar que muevan sus manos al oír un ruido y de esta manera se espanten y lloren.

DISCUSIÓN Y COMENTARIOS FINALES

Los hallazgos de este estudio contribuyen a comprender cómo los significados y la expresión de las emociones pueden ser diferentes dependiendo del contexto cultural. El análisis del término *óol* —que se relacionó con el ánimo, la voluntad, la fuerza, con un centro o meollo, destacándose su carácter holístico por los diversos estados emocionales que refiere en composición con otros términos— muestra las diferencias que existen respecto a la construcción de los significados de corte emocional entre una cultura indígena, como la maya, y la cultura occidental.

Una de las características de la percepción de las emociones entre los mayas es la integración de lo emocional y lo cognitivo, lo cual ha sido comentado por autores como Le Guen y Pool (2008) y Le Guen (2017). Entre los ejemplos más notorios se encuentran los estados anímicos denominados en maya *jak óol* (susto) y *í'óna'an* (desánimo), que no tienen paralelismo en castellano, lo cual dificulta su comprensión y atención desde una perspectiva occidental, como les ocurre a los profesionales de la salud supeditados al modelo biomédico. Por ello, los dignatarios y los integrantes de la comunidad acuden con especialistas tradicionales.

Particularmente, el susto ha sido un síndrome de “filiación cultural” ampliamente presente en América Latina. Aun en contextos culturales diferentes, se caracteriza básicamente por la separación de una sustancia inmaterial como el alma/espíritu del cuerpo, ocasionada por una experiencia sorprendente o aterradora (Rubel, O'Neill y Collado 1985; Trotter 1982). En México, Remorini *et al.* (2012, 97) han reportado cómo afecta a niños y adultos el susto, ocasionado por una impresión fuerte, a causa de la cual se puede perder o no el espíritu. En el presente estudio, el susto se refirió como algo espontáneo que es originado por situaciones peligrosas o inesperadas, pero no se le relacionó con la pérdida del alma o espíritu. Desde otra perspectiva, el susto, o *jak'óol*, nos indica una alteración del *óol*, siendo este cambio en el ánimo lo que, para los participantes, define a la emoción. De esta manera, el *jak'óol* podría representar una forma diferente de concebir el susto y la emoción. Este es un aspecto que requiere mayor investigación.

Las normas de expresión-supresión hacen hincapié en la moderación y búsqueda del equilibrio, en evitar los excesos que pudieran causar enfermedad. Esto puede estar relacionado con la noción de equilibrio que caracteriza al modelo maya de salud-enfermedad, según el cual la salud entraña un equilibrio (Hirose 2003; Redfield y Villa Rojas 1964; Villa Rojas 1987; Garduza y Rodríguez 2007). La tranquilidad es promovida para mantener el bienestar individual y colectivo, mientras que la expresión de estados anímicos negativos, como el enojo, es desalentada ya que interrumpe la tranquilidad. La tristeza responde al desánimo y desgano, por lo que es algo no deseado, que se prefiere vivir en soli-

tario para evitar la preocupación de los demás. En este contexto, la regulación de la expresión de los estados anímicos/emocionales se orienta al mantenimiento de relaciones interpersonales y colectivas positivas, se piensa en un “nosotros” y no en forma individualizada. Estos valores son característicos de modelos culturales relacionales o interdependientes que privilegian la armonía social y el bienestar en las relaciones interpersonales y colectivas.

La normatividad de la expresión-supresión emocional varía culturalmente y tiene importantes implicaciones. Mesquita, Boiger y Leersnyder (2016) señalan la existencia de emociones centrales que promueven que las personas se desempeñen de la manera esperada según el contexto cultural, lo cual les permite experimentar bienestar. Esto significa que ser funcional va a depender —en parte— de la obtención de metas y tareas de acuerdo con un contexto cultural con normas de expresión emocional determinadas. Por ello, aquello que puede considerarse deficiente en una cultura puede resultar funcional en otra. De esta manera, lo que se considera una respuesta emocional “saludable” puede variar dependiendo del modelo cultural; por ejemplo, se ha documentado que entre los rusos no se espera que la alegría se exprese con extraños, lo cual les asegura bienestar de acuerdo con sus normas culturales de expresión (Sheldon *et al.* 2017). En un estudio realizado por Su, Lee y Oishi (2013) se encontró que la supresión de emociones de desvinculación social (por ejemplo, el orgullo) incrementa la vulnerabilidad a la depresión entre los europeos-americanos, pero no entre los chinos, que se caracterizan por ser una cultura colectiva.

En el presente estudio, un aspecto recurrente que se cuestiona es la relación entre la expresión-supresión emocional y la salud mental: ¿es o no saludable no expresar abiertamente el enojo o el desánimo? Esto, debido a que gran parte de la investigación que promueve la expresión emocional ha sido realizada en sociedades donde predomina un modelo cultural individualista. En culturas occidentales como la europea-americana, la expresión abierta de las emociones es esperada y asociada con resultados positivos. Por ejemplo, desde la práctica clínica occidental se suele promover la expresión de las emociones negativas a través de la catarsis, bajo el supuesto de que hacerlo contribuye a la salud mental de las personas, mientras que la inhibición de las emociones se relaciona con distintos padecimientos. En cambio, la relación entre la expresión-supresión emocional y el bienestar psicológico se concibe de manera diferente en los contextos culturales colectivos, donde la supresión emocional puede tener importantes funciones positivas. Los resultados expuestos en este trabajo indican que en la cultura maya se espera que las emociones negativas sean controladas en la búsqueda del equilibrio, y se evite su expresión para no preocupar a los demás y mantener así la armonía social. La salud es concebida desde una perspectiva relacional, interdependiente.

Al respecto, en el caso de los mayas yucatecos, Sosa (2007) reportó en un estudio el alto grado de satisfacción y bienestar de un grupo de mujeres maya-hablantes como resultado del control de la expresión “emocional” en general. Su estudio

mostró que no expresar la emoción puede ayudar a mantener la salud, la cohesión familiar y la reputación social, pues se evita el contagio emocional y preocupar o enfermar a otros, protegiendo así las relaciones interpersonales. Las familias de las mujeres consideraron como un problema de salud las violaciones a las reglas de expresión, siendo la falta de control emocional un motivo para buscar ayuda. La regulación puede ser socialmente funcional y beneficiosa en algunos contextos. Sin embargo, es preciso abordar con mayor profundidad el estudio de la expresión-supresión “emocional” y su relación con el bienestar y la salud mental en el contexto maya.

Como se ha podido observar, se registran condiciones y sistemas socio-culturales particulares con sus propios significados y normas, de modo que no se pueden establecer principios universales de atención de la salud mental, aplicables a todo tipo de poblaciones y culturas. La población maya requiere una atención de la salud que considere una perspectiva intercultural como la señalada por Almaguer (2007), según la cual la interculturalidad implica relaciones de cooperación y diálogo entre personas de diversos grupos culturales. Esto implica asumir una actitud que incentive a mirar a las personas más allá de la tolerancia, y procure el conocimiento de la alteridad, del otro; se trata de una nueva forma de relación que permita el enriquecimiento de los grupos culturales involucrados. En el ámbito de la salud esto podría reflejarse en una atención basada en la colaboración entre el modelo biomédico y el tradicional.

Debe promoverse una atención que posibilite comprender la concepción de la salud mental en contextos socioculturales específicos. Ante la concepción y la manifestación de las emociones que se distinguen en la cultura maya, surge la necesidad de un diálogo intercultural entre el sistema occidental y el indígena, de modo que se consideren y estudien las particularidades de este último, antes de implementar medidas terapéuticas de atención psicológica para este tipo de población. El conocimiento de la función que tiene la expresión/supresión emocional para las culturas indígenas puede ayudar a los profesionales de la salud mental a intervenir de forma más apropiada.

Finalmente, el tema de las emociones desde la perspectiva de los mayas constituye un campo de estudio fructífero. Los resultados reportados pueden servir como un marco de referencia para futuras investigaciones que permitan comprender más a fondo la dinámica emocional maya, toda vez que falta mucho por estudiar, profundizar y comprender. Se requiere un cambio de visión, conceptual y metodológico, sobre los procesos psicológicos de las comunidades indígenas. Incluso un cambio de perspectiva en la propia psicología, que hoy responde básicamente al modelo positivista biomédico. Es preciso el enfoque de una psicología cultural que cuestione la concepción de una psique universal y proponga la construcción conceptual de procesos psicológicos locales.

El tema es muy complejo, con muchos aspectos a considerar. Por ejemplo, en esta investigación no se indagó entre los participantes la existencia de diferencias

por género en la expresión-supresión de las emociones. Este aspecto puede ser un tema importante, como lo considera Lutz (1988, 73) al señalar que, desde la mirada occidental, ser emocional también ha sido relacionado con lo subjetivo y femenino, pues se atribuye a las mujeres ser más emocionales y expresivas. En este sentido, sería interesante estudiar si ocurre lo mismo entre los mayas. Otro aspecto es la perspectiva y significados por grupos de edad; indagar, por ejemplo, en las nuevas generaciones, en los jóvenes mayas contemporáneos, cómo significan, expresan o restringen los estados de ánimo/emociones. Esta temática se está abordando en otros productos académicos (Jiménez-Balam y Castillo, en proceso).

También se requiere trabajar desde una perspectiva flexible, sensible e interdisciplinaria que permita abordar de manera integral las diversas manifestaciones emocionales y psicológicas. Por ejemplo, sería enriquecedor incorporar un trabajo integrado entre la antropología, lingüística y psicología partiendo de estudios semánticos de las palabras claves referentes a las emociones. Por último, es imperioso no sólo comprender, sino también generar modelos de atención de la salud mental que sean más pertinentes culturalmente.

BIBLIOGRAFÍA

- ALMAGUER, José. 2007. "Modelos interculturales de servicios de la salud". *Salud Pública de México*, vol. 49: 84-93.
- ARZÁPALO, Ramón. 1995. *Calepino de Motul. Diccionario Maya-Español*. Tomo 1. México: UNAM.
- BARBERA, Nataliya y Alicia Inciarte. 2012. "Fenomenología y hermenéutica: dos perspectivas para estudiar las ciencias sociales y humanas". *Multiciencias* 12 (2): 199-205
- BARRERA, Alfredo *et al.* (eds). 1980. *Diccionario Maya Cordemex*. Mérida: Ediciones Cordemex.
- BOIGER, Michael y Batja Mesquita. 2012. "The Construction of Emotions in Interactions, Relationships, and Cultures". *Emotion Review* 4 (3): 221-229.
- BOURDIN, Gabriel. 2007a. *El cuerpo humano entre los mayas. Una aproximación lingüística*. Mérida, Yucatán, México: UADY.
- . 2007b. "La noción de persona entre los mayas: Una visión semántica". *Revista Pueblos y Fronteras Digital* 2 (4): 1-31. Consultado el 17 de septiembre de 2014. <https://doi.org/10.22201/cimsur.18704115e.2007.4.218>.
- . 2014. *Las emociones entre los mayas. El léxico de las emociones en el maya yucateco*. México: UNAM.
- CASANOVA, Eli. 2019. "El pa'muuk' 'rompe fuerzas' maya visto en términos de cuerpo, persona y sociedad". Tesis de Maestría en Estudios Mesoamericanos, UNAM.
- CERVERA, María Dolores. 2007. "Etnoteorías parentales, alma y enfermedades infantiles entre los mayas de Yucatán". *Estudios de Antropología Biológica* 13 (2): 731-750.
- DÍAZ-GUERRERO, Rogelio. 1982. *Psicología del mexicano: descubrimiento de la etnopsicología*. México: Trillas.
- DURIK, Amanda, Janet Hyde, Amanda Marks, Amanda Roy, Debra Anaya y Gretchen Schultz. 2006. "Ethnicity and Gender Stereotypes of Emotion". *Sex Roles* 54 (7-8): 429-445.
- ECHEVERRÍA, Jaime y Miriam López. 2013. "La expresión corporal del miedo entre los antiguos nahuas". *Anales de Antropología* 47 (1): 143-166.
- FERNÁNDEZ, Itziar, Elena Zubieta y Darío Páez. 2001. "Emocionarse en Latinoamérica". *International Journal of Social Sciences and Humanities* 11 (1): 29-53.
- GARDUZA, Rosa y Enrique Rodríguez. 2007. "El proceso salud-enfermedad-atención en Kaua: Entre el sistema médico alópata y el tradicional". En *Salud reproductiva e interculturalidad en el Yucatán de hoy*, edición de Patricia Quattrocchi y Miguel Güemez. México: AREAS-UADY-UNAM-INDEMAYA-CDI.
- GROARK, Kevin. 2005. "Pathogenic Emotions: Sentiment, Sociality, and Sickness among the Tzotsil Maya of San Juan Chamula, Chiapas, Mexico". Tesis de doctorado en Antropología. Universidad de California.

- _____. 2008. "Social Opacity and the Dynamics of Empathic In-sight among the Tzotzil Maya of Chiapas, México". *Ethos* 36 (4): 427-448.
- GÜEMEZ, Miguel. 2000. "La concepción del cuerpo humano, la maternidad y el dolor entre mujeres mayas yucatecas". *Mesoamérica* 21 (39): 305-332.
- _____. 2005. "Entre la duda y la esperanza: la situación actual de la Organización de Médicos Indígenas Mayas de la Península de Yucatán (OMIMPY)". *Temas Antropológicos* 27 (1-2): 31-36.
- GUITERAS, Calixta. 1972. *Los peligros del alma: visión del mundo de un tzotzil*. La Habana: Instituto Cubano del Libro. Editorial de Ciencias Sociales.
- HANKS, William. 1990. *Referential Practice: Language and Lived Space among the Maya*. Chicago: The University of Chicago Press.
- HATALA, Andrew y James Waldram. 2015. "The Role of Sensorial Processes in Q'eqchi' Maya Healing: A Case Study of Depression and Bereavement". *Transcultural Psychiatry* 53 (1): 60-80.
- HATALA, Andrew, James Waldram y Tomas Caal. 2015. "Narrative Structures of Maya Mental Disorders". *Culture, Medicine, and Psychiatry* 39 (3): 449-486.
- HIROSE, Javier. 2003. "La salud de la tierra: el orden natural en el ceremonial y las prácticas de sanación de un médico tradicional maya". Tesis de Maestría en Ecología Humana. Centro de Investigación y de Estudios Avanzados, IPN.
- HOUSTON, Stephen. 2001. "Decorous Bodies and Disordered Passions: Representations of Emotion among the Classic Maya". *Archaeology and Aesthetics* 33 (2): 206-219.
- IZARD, Carroll. 2010. "The Many Meanings/Aspects of Emotion: Definitions, Functions, Activation, and Regulation". *Emotion Review* 2 (4): 363-370.
- JAIN, Uday. 1994. "Socio-Cultural Construction of Emotions". *Psychology and Developing Societies* 6 (2): 152-168.
- JIMÉNEZ, Deira. 2008. "Los movimientos del ánimo (*óol*): estudio sobre la concepción de las emociones entre los Mayas de Felipe Carrillo Puerto, Quintana Roo". Tesis de Licenciatura en Psicología. UADY.
- JIMÉNEZ, Deira, Teresita Castillo y Maria Dolores Cervera. 2009. "El *chi'ichnak*: una experiencia emocional en mujeres mayas". *Memorias del XVII Congreso Mexicano de Psicología* (número especial): 656-657.
- KÄRTNER, Joscha, Manfred Holodyski y Viktoriya Wörmann. 2012. "Parental Ethnotheories, Social Practice and the Culture-Specific Development of Social Smiling in Infants". *Mind, Culture, and Activity* 20 (1): 79-95.
- KELLER, Heidi y Joscha Kärtner. 2013. "The Cultural Solution of Universal Developmental Tasks". En *Advances in Culture and Psychology*, Vol. 3, edición Michele Gelfand, Chi-yue Chiu y Ying-yi Hong, 63-116. Nueva York: Oxford University Press.

- LE GUEN, Olivier. 2017. "Existe t-il des émotions en maya yucatèque?". En *Le langage de l'émotion: variations linguistiques et culturelles*, edición de Nicole Tersis y Pascal Boyeldieu, 301-322. París: Peeters.
- LE GUEN, Olivier y Lorena Pool. 2008. "The Emocional World of the Yucatec Maya: From Universal to Culturally Specific". XIII Conference Maya Européenne.
- LINDQUIST, Kristen. 2009. "Language is Powerful". *Emotion Review* 1 (1): 16-18.
- LÓPEZ AUSTIN, Alfredo. 1996. *Cuerpo humano e ideología. Las concepciones de los antiguos nahuas*. México: UNAM.
- LUNA, Isela, Esperanza Torres, Young Lim, Sandra Cromwell, Linda Phillips y Cynthia Russell. 1996. "The Relevance of Familism in Cross-Cultural Studies of Family Caregiving". *Western Journal of Nursing Research* 18 (3): 267-283.
- LUTZ, Catherine. 1988. *Unnatural Emotions: Everyday Sentiments on a Micronesian Atoll & their Challenge to Western Theory*. Chicago: The University of Chicago Press.
- LUTZ, Catherine, y Geoffrey White. 1986. "The Anthropology of Emotions". *Annual Review of Anthropology*, vol. 15: 405-436.
- MARKUS, Hazel y Shinobu Kitayama. 1991. "Culture and the Self: Implications for Cognition, Emotion, and Motivation". *Psychological Review* 98 (2): 224-253.
- MARTÍNEZ, Roberto. 2007. "Las entidades anímicas en el pensamiento maya". *Estudios de Cultura Maya*, vol. 30: 153-174.
- MESQUITA, Batja, Michael Boiger y Jozefien Leersnyder. 2016. "The Cultural Construction of Emotions". *Current Opinion in Psychology*, vol. 8, abril: 31-36.
- MESQUITA, Batja y Robert Walker. 2003. "Cultural Differences in Emotions: A Context for Interpreting Emotional Experiences". *Behavior Research and Therapy*, vol. 41: 777-793.
- PITARCH, Pedro. 1996. *Ch'ulel: una etnografía de las almas tzeltales*. México: FCE.
- REDFIELD, Robert y Alfonso Villa Rojas. 1964. *Chan Kom. A maya village*. Chicago: The University of Chicago Press.
- REMORINI, Carolina, Marta Crivos, María Rosa Martínez, Abigail Aguilar, Analía Jacob y María Laura Palermo. 2012. "Aporte al estudio interdisciplinario y transcultural del 'susto'. Una comparación entre comunidades rurales de Argentina y México". *Dimensión Antropológica*, vol. 54: 89-126.
- RUBEL, Arthur, Carl O'Nel y Rolando Collado. 1985. "The Folk Illness Called *Susto*". En *The Culture-Bound Syndromes. Folk Illnesses of Psychiatric and Anthropological Interest*, edición de Ronald Simons y Charles Hughes, 333-350. Dordrecht: Reidel Publishing Company.
- RODRÍGUEZ, Gregorio, Javier Gil y Eduardo García. 1996. *Metodología de la investigación cualitativa*. Málaga: Aljibe.

- SABOGAL, Fabio, Gerardo Marín, Regina Otero-Sabogal, Barbara Marín y Eliseo Perez-Stable. 1987. "Hispanic Familism and Acculturation: What Changes and What Doesn't?". *Hispanic Journal of Behavioral Sciences* 9 (4):397-412.
- SANDERS, Victoria, Wolfgang Friedlmeier y Mayra Sanchez. 2018. "Emotion Norms in Media: Acculturation in Hispanic Children's Storybooks Compared to Heritage and Mainstream Cultures". *SAGE Open* 8 (3): 1-13.
- SCHUMANN, Otto. 1997. *Introducción al maya mopán*. México: UNAM.
- SHELDON, Kennon, Liudmilla Titova, Tamara Gordeeva, Evgeny Osin, Sonja Lyubomirsky y Sergei Bogomaz. 2017. "Russian Inhibit the Expression of Happiness to Strangers: Testing a Display Rule Model". *Journal of Cross-Cultural Psychology* 48 (5): 718-733.
- SOSA, Stephanie. 2007. "Managing Emotional Expressions in Social Contexts: The Motivations for Emotional Equilibrium in Small-town Yucatán". Tesis de Doctorado en Desarrollo Humano Comparativo. Universidad de Chicago.
- SOTO, José, Robert Levenson y Rachel Ebling. 2005. "Cultures of Moderation and Expression: Emotional Experience, Behavior, and Physiology in Chinese Americans and Mexican Americans". *Emotion* 5 (2): 154-165.
- SU, Jenny, Richard Lee y Shigehiro Oishi. 2013. "The Role of Culture and Self-Construal in the Link between Expressive Suppression and Depressive Symptoms". *Journal of Cross-Cultural Psychology* 44 (2): 316-331.
- TROTTER, Robert. 1982. "Susto: The Context of Community Morbidity Patterns". *Ethnology* 21 (3): 215-226.
- VERHOEVEN, Elisabeth. 2007. *Experiential Constructions in Yucatec Maya: A Typologically Based Analysis of a Functional Domain in a Mayan Language*. Filadelfia: John Benjamins Publishing.
- VILLA ROJAS, Alfonso. 1987. *Los elegidos de Dios. Etnografía de los mayas de Quintana Roo*. México, D.F.: INI.
- XACUR, Juan, María Lavalle, María Varela, Luz Vallarta y Lorena Careaga. 1998. En *Enciclopedia de Quintana Roo*. México, D.F.: Verdehalago.
- YOSHIDA, Shigueto. 2006. "Las enfermedades del cuerpo y sus síntomas 'fisiológicos' a través de un análisis del maya colonial". En *El mundo maya: miradas japonesas*, edición de Kazuyasu Ochiai, 105-136. México: UNAM.
- ZUBIETA, Elena, Itziar Fernández, Ana Isabel Vergara, María Dolores Martínez y Luis Candia. 1998. "Cultura y emoción en América". *Boletín de Psicología*, vol. 61: 65-89.