



REVISTA TRANSDISCIPLINAR

Uma oportunidade para o livre pensar

Vol. 28 – Ano 14 – Nº 28 – 2º semestre/2026
<http://revistatransdisciplinar.com.br>

ISSN 2317-8612
www.artezen.org

5 – SONHOS ANCESTRAIS: MEMÓRIA, ESPIRITUALIDADE E PSICOLOGIA TRANSPESSOAL NO CARIBE

Bryan Negrón Quiñones, MS, LPsy, CCTP

Resumo

Os sonhos têm ocupado historicamente um lugar central na experiência humana como espaços de significado, orientação e transformação. Enquanto grande parte da psicologia ocidental moderna tem privilegiado interpretações centradas em processos intrapsíquicos e individuais, numerosas tradições espirituais do Caribe compreendem os sonhos como experiências relacionais que conectam as pessoas com ancestrais, guias espirituais e dimensões sagradas da existência. Este artigo explora o fenômeno dos sonhos ancestrais desde uma perspectiva transpessoal, integrando literatura especializada, observações comunitárias, experiências compartilhadas por praticantes de diversas tradições espirituais caribenhas e reflexões derivadas da prática clínica e acadêmica. Argumenta-se que os sonhos ancestrais constituem espaços significativos para a construção de identidade, a continuidade cultural, a resiliência psicológica e a transmissão de conhecimentos espirituais. Propõe-se também que a compreensão destas experiências requiera enfoques culturalmente sensíveis capazes de reconhecer a riqueza epistemológica das tradições afro-caribenhas e indígenas. Finalmente, se discutem as implicações destas experiências para a psicologia transpessoal e para uma prática clínica que aspire a integrar espiritualidade, cultura e saúde mental desde perspectivas inclusivas e decoloniais.

Palavras chave: sonhos ancestrais; psicologia transpessoal; espiritualidade caribenha; ancestrais; resiliência; decolonialidade.

Nota do autor

Este artigo surge de anos de observação comunitária, prática clínica, participação em contextos espirituais caribenhos e diálogo com praticantes de diversas tradições afro-caribenhas e indígenas. As reflexões aqui apresentadas não correspondem a um estudo empírico formal nem pretendem estabelecer conclusões generalizáveis, sem oferecer uma exploração transpessoal, culturalmente situada e decolonial sobre o significado dos sonhos ancestrais no Caribe.

Bryan Negrón Quiñones, MS, LPsy, CCTP, é psicólogo licenciado em Porto Rico, diretor clínico de Psico-Coletivo PR e candidato ao doutorado em Psicologia Transpessoal em Sofia University. É autor de *Voces del Tambor: Despertar Espiritual y Psicología Transpersonal en el Caribe*. Seu trabalho integra psicologia transpessoal, espiritualidade, diversidade cultural, ancestralidade e saúde mental desde perspectivas decoloniais e culturalmente afirmativas. Atualmente desenvolve investigações e projetos enfocados na espiritualidade caribenha, resiliência cultural e psicología transpessoal aplicada.
 Email: info@bryannegron.com Tel: +1 939-237-4617.

Introdução

Os sonhos têm acompanhado a humanidade desde tempos remotos como espaços de significado, orientação e transformação. Em numerosas culturas têm sido compreendidos como vias de acesso a dimensões da realidade que transcendem a percepção ordinária, incluindo encontros com ancestrais, deidades e fontes de conhecimento espiritual (Eliade, 1964; Tedlock, 1992).

Grande parte da psicologia ocidental moderna tem interpretado os sonhos principalmente como fenômenos internos relacionados com processos cognitivos, emocionais e inconscientes. Desde Freud (1900/2010) e Jung (1964) até enfoques neurocientíficos contemporâneos (Domhoff, 2018), estas perspectivas têm contribuído significativamente para a compreensão da experiência onírica. No entanto, também refletem marcos culturais específicos que nem sempre abarcam a diversidade de formas mediante as quais diferentes povos interpretam os sonhos.

Em numerosas tradições espirituais do Caribe, os sonhos continuam sendo compreendidos como espaços de encontro, comunicação e aprendizagem onde convergem memória ancestral, identidade cultural e experiência espiritual. Como se propõe em *Voces del Tambor: Despertar Espiritual y Psicología Transpersonal en el Caribe* (Negrón Quiñones, 2025), a espiritualidade caribenha se caracteriza por uma visão profundamente relacional da existência, onde ancestrais, comunidade, natureza e mundo espiritual formam parte de uma mesma rede de significados.

Dentro de tradições como o Espiritismo Cruzado, a Santería, o Vodun haitiano e as 21 Divisões dominicanas, os sonhos geralmente interpreta-se como cenários onde as fronteiras entre o visível e o invisível se tornam temporariamente permeáveis. Além de sua dimensão religiosa, estas experiências podem oferecer orientação durante momentos de crises, fortalecer a identidade cultural e contribuir para processos de construção de significado e resiliência.

Desde uma perspectiva decolonial, os sonhos ancestrais também convidam a reconhecer a legitimidade de sistemas de conhecimento historicamente marginali-

zados. Neste contexto, a psicologia transpessoal oferece um marco especialmente relevante ao reconhecer que a consciência humana pode incluir experiências que transcendem os limites ordinários do eu (Ferrer, 2017; Grof, 2000).

Este artigo explora os sonhos ancestrais no Caribe desde uma perspectiva trans-pessoal, culturalmente situada e decolonial. Mais que determinar a natureza destas experiências, seu propósito é compreender o papel que desempenham na vida de quem as experimentam e as contribuições que podem oferecer para uma compreensão mais ampla da consciência, a identidade e a espiritualidade humana.

O sonho como ponte entre mundos

Ao largo da história, os sonhos têm sido interpretados de formas diversas segundo os contextos culturais, filosóficos e espirituais de cada sociedade. Embora as teorias psicológicas modernas têm realizado importantes contribuições para compreender a experiência onírica, representam só uma das múltiplas maneiras de aproximar-se deste fenômeno universal.

Freud (1900/2010) considerou os sonhos como expressões simbólicas de desejos inconscientes reprimidos, enquanto que Jung (1964) ampliou esta visão ao propor a existência de um inconsciente coletivo compartilhado por toda a humanidade. Desde esta perspectiva, os sonhos refletem tanto experiências pessoais como símbolos universais vinculados a processos de transformação psicológica.

No entanto, muitas tradições espirituais do Caribe partem de perguntas distintas. Em lugar de centrar-se unicamente no significado simbólico do sonho, se interes-sam por quem se comunica, que relação se fortalece e que ensinamento está sendo transmitido. Esta diferença implica numa compreensão distinta da consciência. Enquanto grande parte da psicologia moderna interpreta os sonhos como fenômenos gerados dentro da mente individual, numerosas tradições afrocari-benhas os entendem como espaços de encontro onde convergem memória, comunidade e espiritualidade.

Ferrer (2017) propõe que as experiências espirituais podem compreender-se como fenômenos participativos que emergem

através de relações dinâmicas entre fenômenos participativos que emergem através de relações dinâmicas entre indivíduos, comunidades e dimensões transcendentais da existência. Esta perspectiva resulta especialmente compatível com a espiritualidade caribenha, caracterizada por vínculos ativos entre personas, ancestrais e mundo espiritual.

Como assinala Negrón Quiñones (2025), um dos traços distintivos da espiritualidade caribenha é seu caráter profundamente relacional. Os sonhos não são unicamente representações internas, sem espaços onde se mantém uma conversação contínua entre memória, identidade e transcendência.

Os relatos de numerosos praticantes mostram que certos sonhos produzem efeitos concretos e duradouros, incluindo processos de reconciliação familiar, fortalecimento da identidade cultural e transformações pessoais significativas. Além de qualquer explicação teórica, estas experiências ocupam um lugar central na construção de significado e bem-estar.

Desde uma perspectiva transpessoal, os sonhos ancestrais podem entender-se como fenômenos complexos que integram dimensões psicológicas, culturais, espirituais e existenciais. Conceber os sonhos como pontes entre mundos nos convida a reconhecer que a consciência humana pode ser mais relacional, participativa e profunda do que as categorias convencionais costumam admitir.

O contexto espiritual do Caribe

Compreender os sonhos ancestrais no Caribe requer situá-los dentro da extraordinária diversidade espiritual que caracteriza a região. Os sonhos não ocorrem no vazio; emergem dentro de sistemas culturais, históricos e simbólicos que influenciam profundamente na maneira em que as pessoas interpretam a realidade. No Caribe, estes sistemas surgiram a partir do encontro entre povos indígenas, africanos e europeus, dando origem a formas de espiritualidade que continuam evoluindo e dialogando entre si (Matory, 2005; Murphy, 1994).

Diferente de muitas concepções ocidentais modernas que tendem a separar religião, cultura, saúde e vida cotidiana, as tradições

espirituais caribenhas costumam compreender estas dimensões como aspectos interconectados de uma mesma realidade. A espiritualidade forma parte da identidade pessoal, das relações familiares, dos processos de cura e da construção de significado.

Como se desenvolve amplamente em *Voces del Tambor* (Negrón Quiñones, 2025), a espiritualidade caribenha emerge como uma síntese dinâmica de heranças africanas, indígenas e europeias. Esta síntese não só deu origem a novas expressões religiosas, mas também a formas particulares de compreender a consciência, a ancestralidade, a cura e os sonhos. Desde esta perspectiva, os sonhos constituem um dos principais espaços onde se mantém ativas as relações entre os vivos, os ancestrais e o mundo espiritual.

Diversas tradições presentes na região compartilham a crença de que os sonhos podem funcionar como canais de orientação, comunicação e aprendizagem espiritual. No Espiritismo Cruzado, amplamente praticado em Porto Rico e outras partes do Caribe hispânico, os sonhos são considerados uma via legítima de contato com espíritos protetores, familiares falecidos e guias espirituais (Olmos & Paravisini-Gebert, 2011). Do mesmo modo, na *Santería o Regla de Ocha*, os sonhos costumam interpretar-se como espaços onde ancestrais e forças espirituais podem oferecer orientação relacionada com processos pessoais, religiosos ou comunitários (Brown, 2003).

No *Vodu haitiano* e nas *21 Divisões dominicanas*, os sonhos também ocupam um lugar importante dentro da vida espiritual. Diversos praticantes descrevem encontros com ancestrais, entidades protetoras e símbolos rituais que posteriormente adquirem significado dentro de cerimoniais, consultas ou processos de desenvolvimento espiritual. Embora cada tradição possua suas próprias particularidades, todas compartilham uma compreensão fundamental: a realidade se estende para além daquilo que podemos perceber mediante os sentidos ordinários.

Seguindo a proposta de Negrón Quiñones (2025), estas tradições podem entender-se como expressões de uma ecologia espiritual caribenha compartilhada, caracterizada pela continuidade entre os vivos, os ancestrais e o mundo espiritual. Dentro desta ecologia, os

sonhos representam espaços privilegiados onde a memória cultural e a experiência espiritual continuam interagindo.

As heranças indígenas, africanas e europeias convergem para uma compreensão compartilhada onde os sonhos constituem espaços de orientação, memória e continuidade espiritual (Negrón Quiñones, 2025). Para além de suas diferenças, estas tradições coincidem em compreender os sonhos como espaços onde convergem identidade, memória e espiritualidade, uma visão especialmente relevante para a psicologia transpessoal.

Esta compreensão resulta particularmente relevante para a psicologia trans-pessoal, já que convida a explorar formas de consciência que transcendem os limites convencionais do indivíduo e reconhecem a importância das relações, a cultura e a espiritualidade na construção da experiência humana.

O que contam os sonhadores

Além das teorias psicológicas e dos sistemas religiosos, os sonhos ancestrais adquirem seu significado mais profundo nas experiências de quem os vivem. As reflexões apresentadas nesta seção surgem de conversações sustentadas durante vários anos com praticantes de distintas tradições espirituais do Caribe, assim como de observações realizadas em contextos comunitários, espirituais e clínicos. Não se trata de uma investigação formal, mas sim de relatos que ilustram a maneira em que muitas pessoas interpretam e experimentam os sonhos dentro de suas próprias cosmovisões.

Apesar da diversidade de contextos culturais e espirituais, emergem padrões surpreendentemente consistentes.

Independentemente da tradição específica, muitas pessoas descrevem sonhos caracterizados por uma intensidade emocional inusual, uma forte sensação de realidade e a percepção de haver recebido orientação ou acompanhamento significativo.

Krippner y Faith (2001) descrevem este tipo de experiências como sonhos extraordinários, caracterizados por uma intensidade emocional e uma capacidade transformadora superiores as observadas nos sonhos cotidianos. No contexto caribenho, esta intensidade costuma interpretar-se como um sinal de que o sonho possui um significado espiritual particular.

Entre os relatos mais frequentes aparecem encontros com familiares falecidos, figuras espirituais protetoras e sonhos interpretados como advertências. Estas experiências costumam favorecer processos de reconciliação, tomada de decisões, fortalecimento identitário e busca de propósito. Como assinala Negrón Quiñones (2025), os sonhos fortalecem a continuidade entre memória familiar, identidade cultural e experiência espiritual, convertendo-se em espaços onde convergem dimensões psicológicas, culturais e transpessoais.

Um olhar desde a psicologia transpessoal

Os sonhos ancestrais propõem desafios importantes para muitos dos modelos psicológicos convencionais. Quando uma pessoa descreve encontros com familiares falecidos, experiências com guia espiritual ou sonhos que produzem transformações profundas em sua forma de compreender a vida, as explicações tradicionais costumam resultar insuficientes para capturar a complexidade destas vivências.

A psicologia transpessoal surge precisamente como uma resposta às limitações dos enfoques que reduzem a experiência humana exclusivamente a processos biológicos, comportamentais ou intrapsíquicos. Desde seus inícios, esta disciplina tem buscado ampliar a compreensão da consciência incorporando dimensões espirituais, existenciais e transcendentais da experiência humana (Walsh & Vaughan, 1993; Grof, 2000).

Mais que promover uma visão religiosa específica, a psicologia transpessoal propõe uma exploração rigorosa daquelas experiências que parecem ir mais além dos limites ordinários do eu individual. Dentro deste marco, os sonhos ancestrais podem compreender-se não como anomalias que devem ser descartadas ou patologizadas, mas sim como expressões legítimas da complexidade da consciência humana.

Consciência ampliada e transformação

Desde uma perspectiva transpessoal, os sonhos ancestrais podem compreender-se como experiências que ampliam temporariamente a percepção habitual do eu. Por meio delas, as pessoas acessam a narrativas,

símbolos e vínculos que transcendem a experiência individual imediata.

Estas experiências frequentemente geram transformações significativas. Os relatos compilados mostram processos de reconciliação familiar, fortalecimento da identidade cultural, resignificação do sofrimento e renovação do sentido de propósito.

Tal como se argumenta em *Voces del Tambor* (Negrón Quiñones, 2025), os sonhos ancestrais podem funcionar como espaços de integração de onde convergem memória pessoal, história coletiva e espiritualidade. Mais que oferecer respostas definitivas, facilitam processos de reflexão e transformação que ajudam às pessoas a reorganizar suas experiências de maneira mais coerente e significativa.

Rumo a uma compreensão transpessoal caribenha

Embora a psicologia transpessoal tenha realizado importantes contribuições ao estudo da espiritualidade e da consciência, grande parte de seu desenvolvimento histórico tem estado influenciado por perspectivas europeias, norte-americanas e asiáticas. Comparativamente, as experiências espirituais afro-caribenhas têm recebido menor atenção dentro da literatura especializada.

Esta situação propõe a necessidade de desenvolver marcos conceituais que emergam desde as próprias realidades culturais do Caribe.

Como sustenta Negrón Quiñones (2025), as experiências espirituais caribenhas não podem compreender-se plenamente sem considerar elementos como a ancestralidade, a memória coletiva, a diáspora africana, a resistência cultural e a profunda inter-relação entre espiritualidade e identidade comunitária.

Os sonhos ancestrais representam um dos fenômenos onde estas dimensões convergem com maior clareza. Neles se encontram história e subjetividade, cultura e espiritualidade, memória e transformação.

Talvez uma das contribuições mais valiosas que o Caribe possa oferecer à psicologia transpessoal contemporânea consiste precisamente em recordar que a consciência humana é profundamente relacional. Não somos unicamente indivíduos que experimentam processos internos; também somos portadores de histórias, vínculos,

memórias e tradições que continuam dando forma à nossa experiência de mundo.

Sob esta perspectiva, os sonhos ancestrais constituem muito mais que fenômenos psicológicos extraordinários. São espaços onde a consciência participa ativamente na construção de significado, identidade, resiliência e pertencimento.

Sonhar como ato de resistência cultural

Os sonhos ancestrais não podem compreender-se plenamente sem considerar os contextos históricos e culturais dentro dos quais emergem. Para muitas comunidades afro-caribenhas e indígenas, os sonhos constituem espaços onde se preservam memórias coletivas, identidades culturais e formas de conhecimento que têm sobrevivido a séculos de colonização, escravidão, discriminação e exclusão social.

Como assinala Quijano (2007), a colonialidade do conhecimento continua privilegiando determinadas formas de interpretar a realidade enquanto invisibiliza outras. Esta situação também tem influenciado na maneira em que as experiências espirituais têm sido estudadas e compreendidas. Durante muito tempo, os sistemas de conhecimento afro-descendentes e indígenas foram catalogados como superstição ou pensamento irracional, enquanto que as interpretações ocidentais eram apresentadas como universais e objetivas.

Dentro deste contexto, os sonhos ancestrais adquirem uma dimensão que transcende o individual. Constituem espaços onde sobrevivem narrativas históricas, símbolos culturais e formas de relação com o mundo que tem resistido múltiplas tentativas de supressão cultural.

Memória ancestral e resistência cultural

A espiritualidade afro-caribenha preservou conhecimentos, símbolos e memórias mediante múltiplas práticas culturais, entre elas os sonhos, que continuam funcionando como espaços de resistência e transmissão inter-geracional (Negrón Quiñones, 2025).

Fanon (1961) observou que os processos de colonização afetam profundamente a relação dos povos com sua história e sua identidade. Recuperar a memória cultural

constitue, portanto, uma dimensão essencial de qualquer processo de liberação.

Sob essa perspectiva, os sonhos ancestrais podem entender-se como espaços onde a memória coletiva continua manifestando-se e transmitindo-se entre gerações. Os ancestrais não aparecem unicamente como figuras do passado, mas sim como portadores de história, conhecimento e orientação.

Como é proposto em *Voces del Tambor* (Negrón Quiñones, 2025), a espiritualidade caribenha tem funcionado historicamente como um mecanismo de resistência cultural que permitiu preservar conhecimentos, símbolos e identidades frente a contextos de opressão. Os sonhos constituem uma das expressões mais íntimas e persistentes desta continuidade histórica.

Martín-Baró (1994) argumentou que a psicologia deve partir das experiências concretas dos povos e reconhecer os contextos históricos e culturais que moldam a vida humana. Esta perspectiva resulta especialmente relevante para compreender los sonhos ancestrais, uma vez que permite avaliar as interpretações produzidas pelas próprias comunidades em lugar de impor explicações externas.

Os sonhos ancestrais nos recordam que existem múltiplas formas legítimas de compreender a realidade. Escutá-los implica reconhecer a riqueza das tradições espirituais caribenhas e a diversidade de caminhos mediante os quais as pessoas constroem significado, identidade e pertencimento.

Sonhos ancestrais e resiliência psicológica

Uma das descobertas mais consistentes nas narrativas sobre sonhos ancestrais é sua estreita relação com processos de resiliência psicológica, construção de significado e bem-estar emocional. Ainda que estas experiências costumam interpretar-se principalmente desde marcos espirituais, seus efeitos frequentemente transcendem o âmbito religioso e se manifestam em dimensões fundamentais da saúde mental.

Em numerosas conversações sustentadas com praticantes espirituais do Caribe, os sonhos ancestrais foram descritos como fontes de consolo durante processos de duelo, orientação em momentos de incerteza, acompanhamento emocional durante crises pessoais e fortalecimento da identidade

cultural. Para muitas pessoas, estas experiências proporcionaram um sentido renovado de conexão e propósito em situações onde predominavam sentimentos de perda, confusão ou isolamento.

Sob a perspectiva de quem vive estes encontros, os sonhos não constituem simples eventos noturnos destinados ao esquecimento. São experiências que continuam influenciando na vida cotidiana, moldando decisões, fortalecendo relações e oferecendo estruturas de interpretação que ajudam a compreender circunstâncias difíceis.

A construção de significado frente à adversidade

A literatura psicológica contemporânea tem destacado repetidamente a importância da construção de significado para o bem-estar psicológico. Park (2013) assinala que os seres humanos possuem uma necessidade fundamental de organizar suas experiências dentro de sistemas de significado que permitam compreender o sofrimento, a incerteza e as mudanças inevitáveis da vida. Quando acontecimentos difíceis desafiam as crenças prévias de uma pessoa, costuma ativar-se um processo de reconstrução de significado orientado a restaurar a coerência psicológica. Este processo pode envolver dimensões cognitivas, emocionais, sociais e espirituais.

Os sonhos ancestrais parecem desempenhar uma função importante dentro deste contexto. Em *Voces del Tambor* (Negrón Quiñones, 2025), diversos relatos mostram que os sonhos funcionam como narrativas organizadoras da experiência pessoal, permitindo ressignificar perdas, fortalecer vínculos y reconstruir sentido em momentos de crises. Através destas experiências, muitas pessoas reinterpretam acontecimentos dolorosos a partir de perspectivas mais amplas de continuidade, pertencimento e transcendência. Esta capacidade para gerar significado resulta especialmente relevante em contextos de sofrimento emocional, onde a sensação de fragmentação ou perda pode afetar profundamente a percepção de identidade e propósito.

As investigações contemporâneas sobre duelo têm mostrado que muitas pessoas mantêm vínculos emocionais significativos

com seus seres queridos falecidos sem que isso represente necessariamente uma dificuldade psicológica (Klass, Silverman & Nickman, 1996). Pelo contrário, estes vínculos podem converter-se em importantes fontes de consolo, identidade e continuidade emocional.

Os sonhos ancestrais frequentemente facilitam este processo. Numerosos participantes descreveram encontros oníricos com familiares falecidos que lhes permitiram experimentar proximidade emocional, resolver assuntos pendentes ou receber mensagens de apoio durante momentos difíceis.

A partir de uma perspectiva transpessoal, estes sonhos podem entender-se como expressões da capacidade humana para manter relações significativas que transcendem as fronteiras convencionais entre presença e ausência.

Como argumenta Negrón Quiñones (2025), muitas tradições espirituais caribenhas nunca assumiram que a morte implicava numa ruptura absoluta dos vínculos. Os ancestrais continuam participando na vida familiar e comunitária mediante recordações, rituais, símbolos e experiências espirituais, incluindo os sonhos. Esta compreensão pode oferecer recursos psicológicos importantes para afrontar a perda sem necessidade de negar a continuidade emocional das relações significativas.

Identidade cultural e sentido de pertencimento

Outro tema recorrente dentro das narrativas compiladas foi o fortalecimento da identidade cultural. Muitos participantes descreveram que os sonhos ancestrais lhes ajudaram a sentir-se mais conectados com suas raízes familiares, sua história comunitária e as tradições espirituais de seus povos. A identidade cultural constitui um importante fator de proteção psicológica. Diversas investigações têm mostrado que o sentido de pertencimento cultural favorece a autoestima, a resiliência e a capacidade de enfrentar situações adversas (Chávez-Dueñas et al., 2025).

No contexto caribenho, os sonhos ancestrais parecem funcionar como espaços onde a memória cultural continua transmitindo-se e renovando-se. Através de símbolos, encontros e narrativas, os

sonhadores fortalecem sua conexão com histórias familiares e coletivas que contribuem para a construção de uma identidade mais integrada. Como se planeja em *Voces del Tambor* (Negrón Quiñones, 2025), a espiritualidade caribenha preserva não só práticas religiosas, mas também formas de memória histórica, pertencimento comunitário e continuidade cultural que contribuem significativamente para o bem-estar psicológico.

Uma das funções mais importantes observadas nos relatos foi a geração de esperança. Os sonhos ancestrais apareciam frequentemente durante períodos de enfermidade, conflitos familiares, mudanças importantes ou situações de incertezas pessoais. Para muitas pessoas, estas experiências transmitiam uma sensação de acompanhamento que diminuía sentimentos de solidão e desesperança. Os sonhadores descreviam despertar com uma sensação de calma, clareza ou fortaleza emocional que permanecia durante dias ou inclusive semanas.

Wong (2019) assinala que a esperança surge quando as pessoas conseguem encontrar significado inclusive em meio de circunstâncias difíceis. A partir desta perspectiva, os sonhos ancestrais podem funcionar como recursos psicológicos que facilitam a adaptação e fortalecem a capacidade para enfrentar situações complexas.

Resiliência como continuidade da memória

Um dos principais ensinamentos dos sonhos ancestrais é que a resiliência não surge unicamente de recursos individuais, mas sim também da memória, as relações, a comunidade e a continuidade cultural. As narrativas compiladas mostram que estes sonhos constituem espaços onde as pessoas encontram fortaleza ao reconectar-se com sua história familiar, sua identidade e seu legado ancestral.

Como se propõe em *Voces del Tambor* (Negrón Quiñones, 2025), a ancestralidade pode compreender-se como uma fonte viva de significado que continua acompanhando as pessoas através de símbolos, rituais, recordações e sonhos. De uma perspectiva transpessoal, estas experiências favorecem a integração entre bem-estar psicológico,

identidade cultural e espiritualidade, fortalecendo a capacidade para afrontar a adversidade com sentido, esperança e continuidade.

As experiências descritas também propõem importantes desafios para a prática clínica em contextos culturalmente diversos. Os encontros oníricos com ancestrais, guias espirituais ou familiares falecidos formam parte da realidade cultural de muitas pessoas e não deveriam interpretar-se automaticamente a partir de categorias psicopatológicas. O trabalho do profissional consiste em compreender o significado que estas experiências têm para o consultante e o papel que desempenham em seus processos de adaptação, crescimento e bem-estar.

Humildade cultural e escuta profunda

Um dos princípios fundamentais de uma prática clínica culturalmente sensível é a humildade cultural. Este conceito implica reconhecer que nenhum profissional possui conhecimento absoluto sobre as experiências culturais ou espirituais das pessoas com quem trabalha. A humildade cultural requer uma atitude de abertura, curiosidade genuína e disposição para aprender dos próprios consultantes.

Esta atitude resulta especialmente importante quando se trabalha com pessoas provenientes de tradições espirituais afro-caribenhas e indígenas. Muitas destas experiências tem sido historicamente mal interpretadas devido ao desconhecimento dos contextos culturais nos quais adquirem significado.

Como assinala Negrón Quiñones (2025), a espiritualidade caribenha opera frequentemente a partir de marcos relacionais onde os ancestrais, os sonhos, os rituais e as experiências espirituais formam parte normal da vida cotidiana. Compreender estas experiências requer familiarizar-se com os sistemas de significado que as sustentam.

A pergunta clínica inicial não deveria ser se uma experiência é real ou imaginária, mas sim que significado tem para a pessoa e como influencia em sua vida emocional, relacional e espiritual.

Competência espiritual em psicologia

Diversos autores têm destacado a necessidade de desenvolver competências espirituais dentro da prática psicológica contemporânea (Vieten et al., 2016). A competência espiritual não implica em compartilhar as crenças religiosas dos clientes nem abandonar o pensamento crítico. Em vez disso, implica desenvolver conhecimentos, habilidades e atitudes que permitam abordar estas experiências de maneira respeitosa e clinicamente informada.

No contexto caribenho, esta observação adquire uma relevância particular. Para muitas pessoas, os sonhos ancestrais formam parte integral de sua cosmovisão e de suas estratégias de enfrentamento. Descartar automaticamente estas experiências pode gerar uma ruptura desnecessária na aliança terapêutica e limitar a compreensão de recursos psicológicos importantes.

Como propõe *Voces del Tambor* (Negrón Quiñones, 2025), uma psicologia culturalmente competente deve ser capaz de dialogar com múltiplas formas de conhecimento sem reduzi-las automaticamente a categorias patológicas ou explicações exclusivamente racionalistas.

Diferenciar espiritualidade e psicopatologia

Um dos desafios mais importantes na prática clínica consiste em diferenciar experiências espirituais culturalmente normativas de sintomas associados com transtornos mentais.

A mera presença de sonhos com ancestrais, visões espirituais ou experiências religiosas não constituem evidência suficiente para assumir a existência de psicopatologia. A evolução clínica deve considerar fatores como o contexto cultural, o grau de sofrimento associado, o nível de funcionamento cotidiano e a capacidade da pessoa para integrar a experiência dentro de sua vida.

Grof y Grof (1989) apontaram a importância de distinguir entre experiências espirituais transformadoras e processos que efetivamente requerem intervenção clínica especializada. Esta distinção resulta particularmente relevante nos contextos culturalmente diversos onde determinadas experiên-

cias possuem significados comunitários amplamente aceitos.

Em muitas comunidades caribenhas, sonhar com ancestrais constitui uma experiência culturalmente validada e frequentemente valorizada. Interpretar automaticamente estas experiências como sintomas pode refletir mais as limitações do observador que a realidade do consultante.

Os sonhos como recursos terapêuticos

Além de sua interpretação espiritual ou psicológica, os sonhos podem converter-se em valiosos recursos terapêuticos. Numerosos participantes descreveram como certos sonhos lhes ajudaram a processar perdas, resolver conflitos internos, fortalecer vínculos familiares e encontrar novas perspectivas frente às situações difíceis.

Desde a prática clínica, estes sonhos podem facilitar a elaboração do duelo, fortalecer a identidade cultural, promover a construção de significado e integrar experiências difíceis, sempre considerando o contexto cultural e espiritual do consultante. O objetivo não consiste em interpretar o sonho para o consultante, mas sim em criar um espaço onde a pessoa possa explorar seus próprios significados e compreender como a experiência se relaciona com sua vida atual.

Tal como assinalam diversas aproximações contemporâneas ao trabalho com sonhos, o sonhador deve ser considerado a principal autoridade com respeito ao significado de sua própria experiência.

Rumo a uma Psicologia Transpessoal Caribenha

Os sonhos ancestrais convidam a psicologia contemporânea a ampliar seus marcos de compreensão sobre a consciência, a espiritualidade e a diversidade cultural. As experiências descritas neste artigo mostram que numerosas pessoas encontram nos sonhos importantes fontes de orientação, resiliência, identidade e bem-estar.

Como sustenta Negrón Quiñones (2025), o Caribe oferece uma contribuição significativa às conversações contemporâneas sobre espiritualidade e saúde mental precisamente porque desafia as divisões rígidas entre psicologia, cultura e espiritualidade que

caracterizam grande parte do pensamento moderno.

Uma prática clínica verdadeiramente inclusiva requer reconhecer que existem múltiplas formas legítimas de construir significado e compreender a realidade. Isto não implica abandonar o rigor científico, mas sim ampliar o diálogo para incluir perspectivas historicamente marginalizadas e reconhecer a riqueza dos sistemas de conhecimento desenvolvidos por diferentes povos e comunidades.

Reflexão final

Os sonhos têm acompanhado a humanidade desde tempos ancestrais como espaços de memória, espiritualidade e significado. Sem dúvida, sua interpretação depende dos marcos culturais a partir dos quais compreendemos a realidade. O que para algumas perspectivas constitui uma elaboração simbólica do inconsciente, para outras representa um encontro com ancestrais, guias espirituais ou dimensões transcendentais da existência.

Como se tem exposto ao largo deste artigo, diversas tradições espirituais do Caribe compreendem os sonhos ancestrais como espaços relacionais onde convergem identidade, memória, comunidade e transcendência. Mais que experiências privadas, estes sonhos fortalecem a construção de significado, a continuidade cultural e a resiliência emocional.

A partir de uma perspectiva transpessoal e decolonial, os sonhos ancestrais convidam a ampliar nossa compreensão da consciência e a reconhecer a legitimidade de formas de conhecimento historicamente marginalizadas. Como propõe *Voces del Tambor* (Negrón Quiñones, 2025), a espiritualidade caribenha oferece valiosas contribuições ao diálogo contemporâneo sobre saúde mental, identidade e cultura, ao compreender os sonhos como cenários onde se entrelaçam memória, comunidade e experiência espiritual.

Talvez a pergunta mais importante não seja se os ancestrais visitam realmente aos sonhadores, mas sim, o que ocorre quando uma pessoa desperta sentindo-se mais conectada com sua história, mais consciente de suas raízes e com maior capacidade para encontrar significado em meio da incerteza.

Desde esta perspectiva, os sonhos ancestrais são muito mais que experiências noturnas: são expressões de uma memória viva que continua ensinando, acompanhando e transformando. Talvez, ao escutar os sonhos de nossos povos, também aprendamos a escutar as vozes mais profundas de nós mesmos.

Referências

- BROWN, David H. *Santería Enthroned: Art, Ritual, and Innovation in an Afro-Cuban Religion*. Chicago: University of Chicago Press, 2003.
- CHÁVEZ-DUEÑAS, Nayeli Y. et al. Decolonizing psychology: Advancing culturally responsive approaches to mental health and well-being. *American Psychologist*, Washington, 2025.
- DOMHOFF, G. William. *The Emergence of Dreaming: Mind-Wandering, Embodied Simulation, and the Default Network*. Oxford: Oxford University Press, 2018.
- ELIADE, Mircea. *Shamanism: Archaic Techniques of Ecstasy*. Princeton: Princeton University Press, 1964.
- FANON, Frantz. *Los condenados de la tierra*. México: Fondo de Cultura Económica, 1961.
- FERRER, Jorge N. *Participation and the Mystery: Transpersonal Essays in Psychology, Education, and Religion*. Albany: State University of New York Press, 2017.
- FREUD, Sigmund. *La interpretación de los sueños*. Madrid: Alianza Editorial, 2010.
- GROF, Christina; GROF, Stanislav. *Spiritual Emergency: When Personal Transformation Becomes a Crisis*. Los Angeles: Tarcher, 1989.
- GROF, Stanislav. *Psychology of the Future: Lessons from Modern Consciousness Research*. Albany: State University of New York Press, 2000.
- JUNG, Carl Gustav. *Man and His Symbols*. New York: Doubleday, 1964.
- KLASS, Dennis; SILVERMAN, Phyllis R.; NICKMAN, Steven L. *Continuing Bonds: New Understandings of Grief*. Washington: Taylor & Francis, 1996.
- KRIPPNER, Stanley; FAITH, L. *Extraordinary Dreams and How to Work with Them*. Albany: State University of New York Press, 2001.
- MARTÍN-BARÓ, Ignacio. *Writings for a Liberation Psychology*. Cambridge: Harvard University Press, 1994.
- MATORY, J. Lorand. *Black Atlantic Religion: Tradition, Transnationalism, and Matriarchy in the Afro-Brazilian Candomblé*. Princeton: Princeton University Press, 2005.
- MURPHY, Joseph M. *Working the Spirit: Ceremonies of the African Diaspora*. Boston: Beacon Press, 1994.
- NEGRÓN QUIÑONES, Bryan. *Voces del Tambor: Despertar Espiritual y Psicología Transpersonal en el Caribe*. Independently Published, 2025.
- OLMOS, Margarite Fernández; PARAVISINI-GEBERT, Lizabeth. *Creole Religions of the Caribbean: An Introduction from Vodou and Santería to Obeah and Espiritismo*. 2. ed. New York: New York University Press, 2011.
- PARK, Crystal L. Meaning making and adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin*, Washington, v. 139, n. 2, p. 257–301, 2013.
- QUIJANO, Aníbal. Coloniality and modernity/rationality. *Cultural Studies*, London, v. 21, n. 2–3, p. 168–178, 2007.
- TEDLOCK, Barbara. *The Living Dream*. Boston: Beacon Press, 1992.
- VIETEN, Cassandra et al. Spiritual and religious competencies for psychologists. *Psychology of Religion and Spirituality*, Washington, v. 8, n. 3, p. 129–144, 2016.
- WALSH, Roger; VAUGHAN, Frances. *Paths Beyond Ego: The Transpersonal Vision*. Los Angeles: Tarcher, 1993.
- WONG, Paul T. P. *The Psychology of Meaning: Positive Psychology, Existential Psychology, and Spirituality*. New York: Routledge, 2019.

Tradução: Celeste Carneiro