

Ecos da memória e reimaginação narrativa: a clínica junguiana diante do trauma racial

Simone Rodrigues Neves* 

Resumo

Este artigo investiga o racismo como expressão do complexo cultural e os impactos do racismo na psique individual e coletiva. A partir da análise, sob a ótica da Psicologia Analítica Junguiana, de um caso clínico, explora-se como narrativas silenciadas emergem do inconsciente, afetando a identidade de pessoas racializadas. A escuta clínica, sensível às imagens e aos afetos mobilizados no encontro analítico, revela conteúdos inconscientes passíveis de integração à consciência. A clínica analítica constitui um espaço para a elaboração simbólica da dor arquetípica, por meio do reconhecimento de memórias fantasmas, favorecendo a construção de novas experiências subjetivas. O campo de continência possibilita o trânsito entre regressão e progressão da energia psíquica, favorecendo o processo de individuação. O estudo destaca a relevância de práticas clínicas que reconheçam a complexidade do trauma racial, contribuindo para a ressignificação do sofrimento psíquico em experiências racializadas. ■

Palavras-chave: trauma racial, memória, narrativa, complexo cultural, individuação.

Recebido: 12/05/2025

Aprovado: 25/06/2025

Revisado: 27/07/2025

Como citar: Neves SR. (2025). Ecos da memória e reimaginação narrativa: a clínica junguiana diante do trauma racial. JUNGUIANA, 43, 1–14. <https://doi.org/10.70435/junguiana.v43.288>

Financiamento: Sem financiamento a declarar.

Conflito de interesses: Sem conflito de interesses a declarar.



* Psicóloga. Analista Junguiana pelo Instituto de Psicologia Analítica de Campinas – IPAC/ Associação Junguiana do Brasil AJB/International Association for Analytical Psychology/IAAP. São Paulo – Brasil. Mestre em Saúde na Comunidade pela Universidade de São Paulo-USP-Ribeirão Preto. Especialista em Psicologia Analítica pela Universidade Estadual de Campinas/UNICAMP. Email: sipsineves@gmail.com

Echoes of memory and narrative reimagining: jungian clinical practice facing racial trauma

Abstract

This article examines racism as a manifestation of the cultural complex and the impacts of racism on individual and collective psyches. By analyzing a clinical case study through the lens of Jungian Analytical Psychology, we explore how silenced narratives emerge from the unconscious, and affect the identities of racialized individuals. Clinically attuned listening — sensitive to the images and affects mobilized in analytic sessions — reveals unconscious material available for integration into consciousness. The analytic setting becomes a space for symbolically working through archetypal pain by acknowledging phantom memories, thereby fostering new subjective experiences. The holding environment enables movement between regression and progression of psychic energy, supporting the individuation process. The study underscores the significance of clinical practices that acknowledge the intricacies of racial trauma, leading to the re-signification of psychic distress in racialized contexts. ■

Keywords: Racial trauma, Memory, Narrative, Cultural complex, Individuation.

Ecos de la memoria y reimaginación narrativa: la clínica junguiana frente al trauma racial

Resumen

Este artículo investiga el racismo como expresión del complejo cultural y el impacto del racismo en la psique individual y colectiva. A partir del análisis de un caso clínico desde la perspectiva de la Psicología Analítica Junguiana, explora cómo emergen narrativas silenciadas del inconsciente, afectando la identidad de las personas racializadas. La escucha clínica, sensible a las imágenes y afectos movilizados en el encuentro analítico, revela contenidos inconscientes que pueden ser integrados en la conciencia. La clínica analítica proporciona un espacio para la elaboración simbólica del dolor arquetípico, a través del reconocimiento de memorias fantasmas, favoreciendo la construcción de nuevas experiencias subjetivas. El campo de contención posibilita el tránsito entre regresión y progresión de la energía psíquica, favoreciendo el proceso de individuación. El estudio destaca la importancia de prácticas clínicas que reconozcan la complejidad del trauma racial, contribuyendo a resignificar el sufrimiento psíquico en experiencias racializadas. ■

Palabras claves: trauma racial, memoria, narrativa, complejo cultural, individuación.

Introdução



Figura 1 — Negra Anastácia: Jacques Etienne Arago — Castigo de Escravos, 1839.

https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Jacques_Etienne_Arago_-_Castigo_de_Escravos,_1839.jpg.

“Abandonando as noites de terror e medo, eu me levanto”
(Maya Angelou)

Apesar das vastas mobilizações impulsionadas pelo tema, o racismo ainda é responsável por muito sofrimento emocional da população negra brasileira. Para se compreender a amplitude desse impacto, é necessário reconhecer o racismo como um fenômeno sistêmico, que se estrutura em decorrência de uma lógica pautada na organização do poder, estrutural e simbólico, que perpassa as relações sociais, inter e intrapessoais, atingindo os campos individual e coletivo.

Não é difícil perceber como a reprodução das formas de desigualdade e de violência que moldam a

vida social contemporânea estão diretamente relacionadas à questão racial. O racismo, em sua multiplicidade tentacular, pode desencadear práticas discriminatórias de maneira direta, como o repúdio ostensivo a indivíduos e grupos, ou de maneira indireta, caracterizada pela prática discriminatória de forma inconsciente, sem intencionalidade explícita, deixando marcas profundas na psique individual e coletiva. Grande parte dessas marcas se manifestam como experiências traumáticas, que se perpetuam muitas vezes de maneira invisibilizada, por meio de memórias e narrativas não reconhecidas e silenciadas.

O trauma causado pelo racismo é um fenômeno que transcende o tempo e o espaço, perpetuando-se por meio de memórias compartilhadas transgeracionalmente. A Psicologia Analítica, ao reconhecer as diversas camadas simbólicas da psique, oferece-nos recursos primorosos para explorar como essas experiências são narradas, internalizadas e, muitas vezes, silenciadas. Nesse contexto, o conceito de “narrativas fantasmas”, introduzido por Samuel Kimbles, ganha relevância. As histórias não reconhecidas que assombram o presente atuam como um campo de forças invisíveis que moldam identidades e dinâmicas sociais.

Ao abordar o racismo como um trauma cultural e psíquico, este artigo propõe investigar como as narrativas silenciadas emergem dos inconscientes individual e coletivo, influenciando a forma como pessoas racializadas lidam com suas histórias e com suas construções identitárias. Nesse sentido, busca-se compreender como as memórias apagadas podem ser reconhecidas e integradas por meio da intervenção clínica.

A escuta clínica, pautada na perspectiva simbólica, fornece um terreno fértil para reconstrução de uma memória narrativa quando essa apresenta as marcas do trauma racial. Apesar de C. G. Jung ter reconhecido a existência de imagens arquetípicas e a relevância do inconsciente coletivo na formação da psique individual, por muito tempo a Psicologia Analítica não se deteve às discussões sobre as questões raciais. Nos últimos anos, no entanto,

vários autores têm ampliado esse campo de investigação, propondo leituras simbólicas do racismo e das repercussões dele na psique em sua dimensão individual e coletiva.

Neste trabalho, buscamos compreender como a experiência do racismo impacta a construção, a transmissão e a reconstrução da memória narrativa, a partir da análise de um caso clínico. Nesse sentido, buscou-se analisar como o processo analítico, orientado pela abordagem junguiana, pode contribuir para o tratamento do sofrimento emocional decorrente do racismo, ao possibilitar caminhos para a elaboração e a reconstrução de uma narrativa pessoal.

Assim, propomos pensar a análise como um espaço que favoreça, com tenacidade e flexibilidade, o manejo das feridas psíquicas oriundas do complexo cultural racial. A criação de um contexto de continência é fundamental para sustentar o movimento de regressão e de progressão da energia psíquica, necessário à elaboração simbólica da dor e ao processo de transformação subjetiva. As memórias evocadas por meio da narrativa, nesse contexto, emergem como caminhos de elaboração e reconstrução de si. A evocação de lembranças, associada à tessitura de histórias e ao resgate simbólico da ancestralidade possibilitam o acesso a conteúdos inconscientes que, ao serem integrados, ampliam a consciência e promovem o processo de individuação — fio condutor da análise.

Nesse sentido, recorremos ao conceito de “narrativas-fantasma”, de Samuel Kimbles, e à noção de “fantasmas psicológicos”, de James Hall, como representações que habitam tanto o inconsciente coletivo quanto o individual. Também nos apoiamos em Walter Benjamin e em James Hillman para compreender a relação entre trauma, memória e experiência narrativa. Buscamos ainda estabelecer um diálogo com autoras como Neusa Santos Souza, Chimamanda Ngozi Adichie, Fanny Brewster, Grada Kilomba e bell hooks, cujas contribuições são fundamentais para pensar a memória, o trauma e a subjetividade negra.

“A memória bravia lança o leme: recordar é preciso”

(Conceição Evaristo, 2017)

Ao abordar a temática da memória e da narrativa — ou, mais especificamente, o silenciamento da narração diante do trauma — tomo como ponto de partida as contribuições de Walter Benjamin (1987). Em sua crítica à modernidade, marcada pela aceleração do tempo e pela efemeridade das informações, Benjamin distingue a informação da narrativa. Enquanto a informação tem valor apenas no momento em que é novidade, a narrativa, por sua vez, preserva sua força germinativa ao longo do tempo, por se constituir como uma forma artesanal de comunicação.

Para Benjamin, a experiência se constrói por meio do compartilhamento e da transmissão de saberes. O evento torna-se uma experiência por meio da narração, pois é a partir das trocas que os significados podem ser ampliados. Ainda segundo o autor, o contador de histórias tece sua narrativa com base nas memórias pessoais e coletivas, reconhecendo e incorporando o passado no presente.

Por outro lado, Benjamin também traz uma importante reflexão sobre a impossibilidade de narrar determinadas vivências traumáticas. A partir da exposição das vivências dos soldados da Primeira Guerra Mundial, que retornaram do front profundamente silenciados, ele demonstrou a ruptura da memória provocada por experiências extremas. Os sobreviventes retornavam “sem histórias para contar”, pois a vivência insuportável da guerra não podia ser compartilhada por palavras. Para Benjamin, a experiência traumática encerra ou, pelo menos, limita a possibilidade de compartilhamento coletivo por meio da narrativa verbal, resultando no que ele chamou de uma “pobreza de experiência”. Tal empobrecimento relaciona-se ao esvaziamento da narrativa decorrente da impossibilidade da descrição e da assimilação da vivência traumática.

Em uma linguagem junguiana, a ideia dos complexos culturais é adequada para compreender os impactos dos traumas coletivos diante do

esvaziamento do compartilhamento das experiências. Assim como os complexos pessoais, são também inconscientes e significam grande mobilização emocional em torno de memórias, ideias e imagens “[...] que tendem a se aglomerar em torno de um núcleo arquetípico e serem compartilhadas pelo indivíduo dentro de um coletivo definido de maneira insidiosa e de forma sombria” (Singer & Kaplinsky, 2019, p. 58). As experiências coletivas repetidas ao longo da história de determinada cultura vão ser a base desses complexos.

Brewster (2020) aponta que, na contemporaneidade, ainda somos confrontados constantemente com a reencenação do trauma da escravização dos povos africanos por meio do sofrimento revivido em cada nova geração. Tal sofrimento tornou-se potencialmente arquetípico, sendo atualizado de maneira transgeracional, porém silenciado de diversas formas.

Não falar sobre o racismo em uma sociedade que vive sob os seus impactos denuncia a negação dessa experiência e aumenta a sensação ilusória de evitação do sofrimento emocional ou ainda de que o problema é de responsabilidade de “um outro”. Reconhecer o racismo como um complexo cultural, porém, leva-nos a perceber que a negação dele apenas aumenta o seu manancial energético para atuar de maneira destrutiva no campo emocional e social, normalizando socialmente a violência e a exclusão racial.

Uma das sombras mais nefastas que fazem parte da constituição da nação brasileira são as marcas da escravidão. O Brasil carrega como peso histórico ser o último país do Ocidente a abolir a escravatura, e “os descendentes de escravocratas e descendentes de escravizados lidam com heranças acumuladas em histórias de muita dor e violência, que se refletem na vida concreta e simbólica das gerações contemporâneas” (Bento, 2022, p. 15)

O “mito da democracia racial” constitui um elemento estruturante do complexo cultural brasileiro, definido por Gonzalez (2019) como uma máscara, que moldou o imaginário coletivo, capaz de velar o racismo hegemônico. Souza Santos (2021) e Gonzalez (2019) apontam que tal narrativa prolonga a ideologia colonialista, difundida intensamente

no século XX, ao promover uma falsa harmonia entre brancos, negros e indígenas. A partir de teorias eugenistas, consolidou-se um projeto político de branqueamento da nação, fomentando a superioridade branca e o apagamento das referências africanas.

Nesse contexto, o negro foi compelido a assimilar padrões culturais brancos em detrimento da sua própria identidade. Assim, para se afirmar ou anular, o negro via-se obrigado a espelhar-se no branco, enquanto sua existência era silenciada sob o discurso da igualdade.

O conceito de “narrativa fantasma” foi desenvolvido pelo analista norte-americano Samuel Kimbles (2014) e refere-se a padrões psíquicos inconscientes que influenciam indivíduos e grupos, mesmo sem serem reconhecidos ou nomeados de forma consciente. Essas narrativas estão enraizadas no inconsciente coletivo e se manifestam como histórias não contadas, traumas históricos ou feridas culturais que continuam a operar silenciosamente ao longo das gerações.

Kimbles (2017) descreve essas narrativas como uma espécie de “presença ausente” — experiências não metabolizadas, muitas vezes traumáticas, que não foram simbolizadas ou elaboradas. Por permanecerem sem linguagem ou expressão consciente, continuam a assombrar a psique individual e coletiva. De forma fantasmagórica, moldam comportamentos, crenças, emoções e relações, de forma inconsciente.

Tais narrativas fantasmas geralmente têm origem em feridas sociais e familiares transgeracionais, assim como em experiências traumáticas coletivas, tais como o racismo, a colonização, a guerra ou a escravidão. Elas são compostas por conteúdos arquetípicos e podem emergir por meio de sonhos, sintomas, padrões repetitivos de comportamento ou fenômenos grupais, compondo os complexos individuais e culturais.

Os complexos são estruturados por imagens e afetos que funcionam como narrativas das expressões inconscientes não reconhecidas.

Hollis (2017) destaca que os traumas transgeracionais não reconhecidos tendem a retornar como “assombração psíquica, nas próximas gerações, afetando indivíduos e grupos. Assim, a presença rejeitada culturalmente alcança a clínica, muitas

vezes, por meio de sintomas psíquicos. A história silenciada exige ser ouvida.

Hollis destaca ainda que o presente se torna “assombrado” por uma dinâmica arquetípica das histórias arcaicas não contadas. E tais histórias se manifestarão de maneira inconsciente em nossos comportamentos, nossas escolhas, nossas aversões e no campo projetivo. Segundo ele: “traçar nossas origens ancestrais constitui outro meio pelo qual a história não dita nos assombra e, como uma gota de tinta em um litro de água cristalina, lentamente desvela sua teia e termina por cobri-la por inteiro” (Hollis, 2017, p.39)

De outro modo, a escritora nigeriana Chimamanda Ngozi Adichie (2021) alerta para o perigo de reduzir a diversidade de narrativas a uma história dominante — colonizadora e racista —, pois tal redução compromete profundamente as referências de identidade e de pertencimento daqueles que têm as suas histórias invisibilizadas.

Assim, no campo da intervenção psicológica, faz-se necessário alcançar uma escuta sensível às múltiplas histórias que atravessam os pacientes e que, muitas vezes, foram silenciadas ao longo do tempo. O trabalho analítico, portanto, consiste em tornar possível o contato com o invisível — ajudando o paciente (ou o grupo) a reconhecer essas narrativas “não-ditas e mal-ditas”, oferecendo-lhes linguagem simbólica e espaço psíquico. Kimbles (2017), a partir da observação da trajetória psíquica de Jung, reflete que é necessário “abrir a boca dos mortos” e descer ao submundo para alcançar formas simbólicas de se relacionar com as manifestações do complexo cultural. Tal movimento alinha-se ao processo de individuação, ao abrir espaço para a integração de conteúdos sombrios por meio da transformação psíquica.

Hillman (2010) afirma que uma terapia bem-sucedida requer a colaboração ativa entre analisando e analista para a elaboração de uma nova narrativa, através da revisão da história em uma trama mais imaginativa. Trata-se de encontrar um “*mythos*”, um elo integrativo que aponte novos sentidos para a vida.

Cada pessoa carrega sua própria trama, reescrevendo sua história retrospectivamente e em direção ao futuro, no processo de individuação. Ao reconhecer que a memória é continuamente reconfigurada pela imaginação, torna-se possível transformar recordações fixadas em imagens mais criativas. É nessa dimensão simbólica que complexos individuais e coletivos podem ser diluídos e transformados.

No caso apresentado a seguir, investigam-se os impactos emocionais do racismo e as possibilidades de restauração psíquica por meio de uma intervenção clínica sensível às tramas entre memória e narrativa.

“Preciso ser atendida por uma psicóloga negra”
(Zuri)

Zuri (nome fictício) é uma mulher negra de 37 anos, funcionária pública em uma instituição de ensino há dez anos. O processo analítico aqui relatado ocorreu entre os anos de 2022 a 2025 em clínica particular. Nosso contato inicial aconteceu por WhatsApp quando expressou urgência em fazer terapia com uma psicóloga negra. Naquele momento apresentava um quadro de sofrimento psíquico intenso, com sintomas de depressão e de ansiedade aguda.

Paralelamente ao início da análise, realizou avaliação psiquiátrica e foi diagnosticada com transtorno depressivo recorrente, iniciando tratamento medicamentoso. Em um momento pós pandêmico, ela retornara recentemente para o trabalho presencial, porém enfrentava grandes dificuldades para se manter nele. Relatava insegurança, tristeza e sensação de perseguição no ambiente institucional, especialmente por ser uma mulher negra que havia assumido, de forma voluntária, diversas responsabilidades ligadas à pauta racial. Nos meses anteriores, havia se isolado socialmente, mantendo contato apenas com o esposo e os pais. Sentia-se exausta e desvalorizada em um contexto de racismo institucional.

Dois anos antes, Zuri fora convidada a integrar uma comissão encarregada da heteroidentificação¹. Até então, não havia políticas institucionais voltadas

¹ Procedimento que confirma a autodeclaração de pertencimento étnico-racial de uma pessoa. É um processo complementar à autodeclaração, realizado por uma banca de validação.

à equidade racial. O convite despertou nela o desejo de transformação, levando-a a se engajar ativamente no tema. Antes, exercia um cargo técnico. Porém, sem suporte institucional, a nova função, gerou sobrecarga física e emocional. Como coordenadora, enfrentava embates constantes com a chefia e os colegas, além da resistência à implementação dos projetos. Sentia-se exausta e enfraquecida.

Nos atendimentos iniciais, sua fala era frequentemente interrompida por choro intenso. Relatava dificuldades no trabalho, insegurança, medo e sensação de perseguição. Ao ser questionada sobre as causas do sofrimento, contou que, desde 2019, ao se reconhecer como mulher negra e se identificar com a causa racial, passou a viver uma ruptura interna: “Às vezes penso que queria voltar para antes de 2019. Naquele tempo, eu seguia a vida sem tantos questionamentos. Tomar consciência do impacto do racismo no meu trabalho e na minha vida me doeu.”

Após o primeiro mês de atendimento, os sintomas de medo, de perseguição e de ansiedade se agravaram, tornando insuportável sua permanência no ambiente de trabalho. Nesse momento, foi afastada por recomendação médica e minha orientação, retornando ao trabalho quatro meses depois, em regime semipresencial. Durante esse período, revivia os obstáculos enfrentados para ter suas iniciativas reconhecidas. Embora convidada a liderar projetos sobre a pauta racial, percebia que isso se dava mais por exigência legal do que por um real desejo de mudança institucional. Uma das poucas funcionárias negras da instituição, era silenciada em reuniões e sentia-se sozinha. A dor intensificava-se ao lidar com denúncias de racismo feitas por alunos, tornando-se, à custa de grande sofrimento emocional, referência de proteção para eles.

Nas sessões, relatava a dificuldade de familiares e colegas em compreender sua dor. As microagressões diárias, antes naturalizadas, tornaram-se mais visíveis. Além disso, cobrava-se pela aparente “desproporção emocional” que enfrentava. Um episódio marcante foi uma viagem com o esposo a um *resort*, onde notou que, entre os hóspedes, eram os únicos negros, enquanto a maioria dos funcionários que os serviam eram negros. O desconforto, antes sutil,

agora era visceral. Quando questionada por mim sobre o significado da mudança, disse: “Sinto que não posso ver o mundo sem a lente racializada.”

A visibilidade de seu corpo também se tornou angustiante. Reconhecia-se como uma mulher vaidosa desde a juventude, porém passou a se sentir desconcertada com olhares e comentários sobre seus cabelos trançados, que antes eram símbolo de afirmação. Em certos espaços, era admirada; em outros, uma intrusa. No auge da depressão, até o banho se tornou penoso. Sentia também culpa por desfrutar de um padrão de vida inacessível à família de origem. Questionava-se ainda sobre a validade de seus sentimentos: “Me sinto uma estranha no mundo. Não sei quando posso confiar nas pessoas e nem mesmo em mim.” Meses após o início do processo analítico, Zuri relatou ter buscado, anos antes, psicoterapia com outra profissional. Na ocasião, tentou abordar o racismo como origem de seu sofrimento emocional, mas a psicóloga desviava do tema, sugerindo que Zuri era “difícil” e que tinha uma percepção distorcida da realidade. Após alguns meses, abandonou o processo sem saber exatamente por quê. Anos depois, pôde nomear a vivência: havia sido silenciada por uma profissional incapaz de legitimar seu sofrimento. Esse episódio intensificou a desconfiança em relação a si mesma.

Pesquisas apontam que a deslegitimação das experiências de racismo, especialmente por profissionais brancos despreparados, é recorrente e pode causar retraumatização. O psicoterapeuta, ao minimizar essas narrativas, pode se tornar um agente iatrogênico (Sampaio, Silva & Rauter, 2023).

No processo atual, priorizou-se a escuta acolhedora e a validação da dor de Zuri. Minhas intervenções eram pontuais, respeitando pausas e silêncios. O objetivo era oferecer um espaço protegido e o tempo necessário de sustentação à emergência de uma narrativa marcada pela desalienação de si. Em diversos momentos, surgiam raiva, insegurança e indignação frente às experiências de opressão — sentimentos diretamente ligados, segundo Souza Santos (1983), à subjetivação de pessoas negras em uma sociedade estruturada pela branquitude.

Entende-se que o fortalecimento da aliança terapêutica entre psicóloga e paciente negras ocorre muitas vezes a partir do reconhecimento dos impactos da história colonial em suas experiências de vida (Chaveiro, 2023). Assim, os afetos mobilizados em mim puderam ser acolhidos, reconhecendo os conteúdos contra transferenciais, como forma de promoção de um campo analítico de identificação e de cumplicidade.

Como recurso para favorecer a integração psíquica, propôs-se, por vezes, a exploração das sensações corporais que emergiam com a catarse: enrijecimento muscular, tremores, falta de ar e calafrios expressavam o sofrimento corporalizado do racismo reprimido. Em uma fase posterior da análise, Zuri nomeou a experiência da fase inicial da análise, como se estivesse “quebrada” por dentro. Naquele momento o *setting* foi utilizado como espaço de transição — da alienação para a reapropriação da voz e da própria existência, conforme propõe bell hooks:

fazer a transição do silêncio à fala é, para o oprimido, um gesto de desafio que cura, que possibilita uma vida nova e um novo crescimento. Esse ato de fala, de erguer a voz, não é um mero gesto de palavras vazias: é uma expressão de nossa transição de objeto para sujeito — a voz liberta. (hooks, 2019, p. 39)

Em vários momentos eu a convidei a escutar a voz do seu corpo por meio do recurso da imaginação ativa. Propunha-se que ela buscasse estabelecer aproximação e diálogo com as dores que emergiam, e que, através da imaginação, encontrasse caminhos possíveis de cura. Mais que buscar explicações das imagens psíquicas que emergiam, buscava-se compreendê-las como fenômenos espontâneos, que, seja no indivíduo ou na cultura, necessitam, na verdade, ser experimentados, cuidados e considerados, por meio de respostas imaginativas. (Hillman, 2019)

A vivência de Zuri estava atravessada por tensões constantes, fruto da alienação de si. Compreendo tal fenômeno como um dos “tentáculos” da atuação do

complexo cultural racial. O pacto narcísico da branquitude, marcado pela ideologia do embranquecimento, impõe o complexo cultural racial a partir do qual o negro, frequentemente alvo de hostilidade, desenvolve estratégias de sobrevivência que implicam estados psíquicos de alerta, de tensão e de retraimento. A expressão da espontaneidade, quando emerge nesses corpos, é “automaticamente” tolhida e rejeitada pelo grupo, que se sente perturbado, ao evocar uma “memória transgeracional” do jeito do povo preto de estar no mundo — modo esse de existir socialmente rejeitado, que precisa ser sacrificado em nome do “pacto narcísico da branquitude”, que exige do negro embranquecer-se por meio da renúncia de si (Gonzalez, 1984; Bento, 2009). A força da sombra coletiva, conforme propôs Jung (2015b), alimentada por séculos de exclusão e de violência, impacta diretamente na expressão do corpo negro nos espaços sociais.

Tal vivência pode ainda ser relacionada às manifestações do banzo — expressão do sofrimento psíquico profundo experienciado por pessoas escravizadas e traduzido em sentimentos de não pertencimento, de melancolia e, até mesmo, em alguns momentos, ao desejo de morte (Schwarcz, 1993). Zuri atualizava em seu corpo a experiência transgeracional do banzo, vivenciada como uma forma arcaica do colapso psíquico diante do rompimento dos laços de pertencimento e da impossibilidade de estar no mundo de maneira inteira. Nesse sentido, verifica-se que o trauma cultural ressurgiu, metamorfoseado, na manifestação dos sintomas presentes nas queixas atuais de saúde mental da população negra. A ansiedade, a depressão e a exaustão tornaram-se, assim, expressões de um trauma racial coletivo, atualizado pela experiência individual de inadequação, de silenciamento e de não pertencimento.

“Não é preciso dizer ao sonhador, tudo, (...) só indicações.”
(Jung, OC.16/2, 318)

Após três meses de análise, Zuri trouxe um sonho impactante:

Estou na casa da minha mãe, no quintal. O espaço é grande, tem uma mangueira. Olho para o céu e, do alto, surge uma cobra negra gigante. Ela tem escamas. Aterrissa no telhado da casa e me olha nos olhos. Sinto como se falasse comigo, mas não entendo. Não tenho medo, estou apenas surpresa. Sinto como se ela me trouxesse uma revelação.

Ao explorar as emoções mobilizadas pelo sonho, Zuri descreveu que o olhar da cobra era muito poderoso, ao ponto de ela não se desviar. Ela interpretou-o como uma mensagem para seguir em frente. Esse sonho surgiu espontaneamente em diversos momentos da análise, promovendo uma movimentação psíquica que articulou memórias pessoais com conteúdos arquetípicos. A cobra foi compreendida como símbolo de transformação, de sabedoria ancestral feminina e de renascimento, tocando a consciência da sonhadora ao alcançar o teto da casa materna — espaço simbólico de acolhimento e de pertencimento, que foram associados à sua necessidade de amparo. A presença da grande árvore no quintal sugeriria a necessidade de retornar às suas raízes.

As escamas da cobra foram reconhecidas como os seus próprios recursos psíquicos de proteção (e de defesa) diante de ameaças externas. O sonho também apontou a necessidade de integrar aspectos não reconhecidos da psique, como a raiva e o luto, despertando, contudo, um sentimento predominante de proteção e de força interior.

Após um ano de análise, Zuri narrou sua própria morte em um sonho:

Estava na casa da minha mãe, no sofá, e morri. Percebi que fui para o céu. Era um lugar de natureza, uma roça belíssima. Um anjo me iluminava. Eu sabia que tinha morrido e ele falava sobre minha vida. Eu estava muito tranquila, em paz.

Trabalhamos, então, o simbolismo da morte e do renascimento. Novamente, em sonho ela retornava

à casa materna, porém a morte a transportava para um espaço de natureza.

Ao entrar em contato com o sonho, Zuri refletiu que seria necessário deixar morrer a pessoa que havia sido antes de 2019 para conseguir renascer inteira, conectada à sua natureza interior. Esse sonho mobilizou um profundo silêncio na sessão.

Assim, a sua força numinosa pôde alcançar os níveis mais profundos da psique de Zuri. Na experiência onírica, foi necessário que ela própria se tornasse um “fantasma” para re-narrar a sua própria existência. Posteriormente compreendemos também que ele anunciava um novo tempo.

“Quando não souberes para onde ir, olhe para trás e se lembre de onde veio”
(Provérbio africano)

Narrar as memórias é um modo de construir e reconstruir a referência de continuidade, fortalecendo o senso de identidade por meio da conexão com a história pessoal e coletiva. Ao acessar nossas lembranças, ativamos uma linguagem simbólica e imaginativa, que atua como mecanismo de edição da memória. As narrativas memorialísticas fluem entre o inconsciente e a consciência, permitindo uma aproximação reconstrutiva com o passado e favorecendo o processo de individuação — entendido como o movimento da consciência rumo à autorrealização, além dos limites impostos pela genética e pela sociedade (Jung, 2015).

Assim, o trabalho analítico se sustenta no espaço entre escutar e narrar. Nesse entrelaçamento, o tempo vivido e suas descontinuidades emergem através das memórias fragmentadas, que se reorganizam em torno da consciência das experiências vívidas.

O sofrimento vivenciado por Zuri no ambiente de trabalho reativou lembranças da infância escolar que aos poucos foram levadas para a análise. Uma das primeiras memórias emergentes foi de sua infância em uma escola particular de elite, onde sua mãe, com muito esforço, conseguiu matriculá-la. Zuri era a única aluna negra da turma e provavelmente a

mais pobre. Vivia isolada e sentia vergonha quando a mãe a buscava. Em sessão, revelou: “Hoje ainda sinto vergonha de ter sentido tudo aquilo, eu era só uma criança apavorada.”

Em outro momento, Zuri apareceu com um novo penteado, sem as tranças que usava havia meses, e compartilhou as dificuldades que vivenciara por vários anos em que alisava os cabelos. “Eu era uma escrava do meu próprio cabelo, era muito exaustivo alisar constantemente.” Naquela sessão contou ainda que iniciou os alisamentos durante a adolescência. E que posteriormente foi necessário enfrentar o estranhamento das pessoas quando passou a usar o cabelo natural, especialmente no ambiente profissional. Após alguns minutos de silêncio, emergiu uma memória de infância:

Era um dia de comemoração do “Dia da Consciência Negra” e a professora propôs uma atividade para a sua turma. Entregou uma folha com um desenho representando uma pessoa negra e pediu para que as crianças colassem o cabelo no desenho. A professora levou “Bombril” para que as crianças usassem para colar no desenho. Os meus colegas olhavam e apontavam para mim; alguns meninos queriam cortar o meu cabelo pra colar no desenho, aquilo me paralisou eu não sabia me defender, estava quebrada. Chegando em casa, eu cortei o meu cabelo e depois eu tentei colar com “super bonde”. Estava desesperada, mas eu não sabia como verbalizar aquilo, não tinha palavras. Minha mãe viu aquilo e cuidou de mim sem fazer perguntas. O racismo atinge a gente desde o nascer até o morrer, é devastador!

O cabelo de Zuri tornou-se um símbolo de resistência e parte essencial de sua identidade, deixando de representar uma marca de inferioridade para expressar força e afirmação. Contudo, essa transformação ainda era acompanhada por lembranças dolorosas.

Durante a análise, emergiram memórias de violências raciais vivenciadas ao longo de sua trajetória escolar. Agressões constantes por parte dos colegas e dos professores prejudicaram seu processo

de alfabetização e reforçaram sentimentos de inadequação. Conforme aponta Brewster (2025), crianças negras são frequentemente forçadas a suprimir sua identidade cultural para se adaptarem a um modelo de ensino centrado no modelo de branquitude, o que resulta em baixa autoestima e negação de si.

Zuri também recordava a exclusão social sofrida na infância e na adolescência, como o fato de nunca ser convidada para festas de aniversário. Relatou que não se permitia sequer desejar meninos, pois sempre era rejeitada: “os meninos desejavam o meu corpo, mas rejeitavam a minha cor”. Mais tarde, compreendeu que, em alguns momentos, a objetificação foi a única forma de ser notada, embora isso tivesse custado sua humanidade. Essa percepção a levou a um lugar interno doloroso, onde passou a se preocupar excessivamente com a aparência, sentindo-se aprisionada pela lógica da desumanização.

Mesmo no espaço escolar onde atuava profissionalmente, o reconhecimento como autoridade exigiu grande esforço emocional. Revisitar os locais de sua infância permitiu que compreendesse melhor o sofrimento e as inseguranças que ainda experienciava em relação à sua competência. A análise possibilitou a elaboração das memórias ameaçadoras inicialmente fragmentadas, abrindo espaço para novos enredos que emergiam a partir da aliança terapêutica.

A experiência do racismo, marcada por traumas profundos, como a vivida por Zuri, resulta em alienação de si, o que pode levar a um grande período de anestesia emocional. Contudo, esse afeto, em algum momento, retorna como angústia, despersonalização e inadequação — manifestações do complexo cultural racial. Essas vivências geram narrativas por vezes impossíveis de nomear, conhecidas como “narrativas-fantasma” (Kimbles, 2014).

As experiências afro diaspóricas, atravessadas pela violência colonial, continuam impactando os corpos e as identidades negras, atualizando a tristeza ancestral por meio da história individual. O trauma das pessoas negras ultrapassa os eventos familiares, pois as estratégias racistas usadas no passado colonial são reencenadas a cada dia em uma sociedade dominada predominantemente por narrativas embranquecidas (Kilomba, 2019).

A vivência traumática causa impactos profundos na psique e, diante do sofrimento insuportável, o esquecimento surge como estratégia de sobrevivência. Contudo, paradoxalmente, o processo de individualização mobiliza a energia psíquica de forma que tais memórias possam retornar como tentativa de restaurar a integridade psíquica.

Contudo, ao ser narrado em um espaço contínuo, o trauma encontra espaço para sua ressignificação, pois a memória se integra ao campo da experiência (Benjamin, 1987). Quando é possível nomear a dor, a linguagem se torna força catalisadora da função transcendente, facilitando o acesso às emoções associadas ao complexo racial, permitindo assim a elaboração da experiência. Desse modo, inicia-se um processo de cura e reintegração do eu.

Como destaca Adichie (2019), as narrativas dominantes distorcem nossa visão sobre nós mesmos e sobre os outros. Por isso, é essencial explorar narrativas invisibilizadas, ampliando a percepção de si e possibilitando novas formas de existência.

No segundo ano do processo analítico, Zuri foi capaz de acessar outras memórias, como a da prática esportiva na adolescência, acessando uma referência interna de força e de competência. Como atleta de handebol, foi premiada em diversos campeonatos escolares. Em uma sessão, lembrou-se de uma festa em que só pôde entrar porque levou a taça como capitã do time vencedor: “A taça me fez entrar na festa”, contou, com ironia e uma gargalhada.

Ao compartilhar esse episódio, propus ampliar sua percepção daquele evento. Ela reconheceu que, como naquele dia, foi conquistando espaços excluídos ao longo da vida. Apesar das dificuldades, resistiu ao racismo, aproveitando-se das frestas ou abrindo caminhos com a força de sua presença.

Durante a análise, Zuri também enfrentou o luto por familiares afetivamente significativos, como a morte do avô materno, último dos avós vivos. Ao relatar a despedida, trouxe lembranças felizes da infância, quando ele era caseiro em uma chácara. “Nós, crianças, achávamos que ele era dono de tudo aquilo e ele não desmentia”, disse entre risos.

Essas memórias evocaram uma infância marcada por liberdade e por pertencimento. Com os pais

ocupados, o cuidado das crianças era assumido coletivamente pelas mulheres da família. “Vivíamos todos juntos, cada dia na casa de uma tia. Elas cuidavam de todos nós como se fôssemos filhos. Brincávamos na rua, era uma grande comunidade.” Ao acessar essas lembranças, Zuri reconheceu a potência coletiva presente em sua história e a força herdada das mulheres de sua família. O reconhecimento da atuação do complexo materno positivo, revelado nos sonhos e presente na vida, foi fundamental para o fortalecimento de sua referência de pertencimento.

Esse sentimento remete à ideia de “aquilombamento”, proposto por Nascimento (2022), que não restringe a referência de quilombo ao território físico, ampliando-a ao campo existencial — em que pessoas negras, reunidas, produzem forças contra hegemônicas. Considero que tal experiência carrega uma dimensão arquetípica de pertencimento, fundamentada no princípio coletivo africano “Ubuntu” — “eu sou porque nós somos”. Assim, a realização da psique individual é possível a partir do reconhecimento da força da comunidade.

Nesse período, Zuri também relatava diversos episódios enfrentados por ela e pelos alunos no que se referia à validação e à aprovação de projetos relacionados à pauta racial. No momento, porém, o enfrentamento não mais a imobilizava.

Aos poucos, ela foi capaz de se envolver com uma rede de apoio, dentro e fora da instituição, formada por profissionais negros e brancos comprometidos com a luta antirracista. Já fortalecida, foi capaz de reassumir a sua posição de líder ativista, organizando eventos coletivos, acadêmicos e culturais relacionados ao tema racial, sendo reconhecida como uma forte referência para muitos jovens.

Do desalento a esperança: “Eu sou porque nós somos”

Após três anos de processo analítico, Zuri chegou a uma sessão visivelmente desanimada. Ela relatou sua frustração diante do cancelamento iminente de uma excursão cultural para Salvador, planejada com dedicação para seus alunos. Apesar do empenho,

a verba previamente aprovada para o transporte foi bloqueada devido a entraves burocráticos e orçamentários. Faltando menos de uma semana para a data marcada, Zuri manifestava sentimentos de impotência e de desvalorização, considerando desistir definitivamente de assumir iniciativas na escola. A ideia recorrente de que seu esforço era inútil e inviolável retornava.

Ao ser escutada com atenção, Zuri revelou ainda não ter comunicado os alunos sobre a possível suspensão da viagem. Refletimos, então, sobre os possíveis impactos de sua desistência. Embora sua frustração diante da estrutura institucional fosse legítima, o principal prejuízo recairia sobre os estudantes — e não sobre a gestão escolar. A partir desse ponto, a análise promoveu um deslocamento do olhar: da impotência individual para a possibilidade de uma articulação coletiva.

Perguntei-lhe, então, se havia outras formas de viabilizar o projeto sem depender exclusivamente da verba institucional. Essa intervenção mobilizou espaço para a criatividade e ação. Inspirada pela conversa, Zuri redigiu uma carta solicitando apoio financeiro de parceiros da comunidade escolar e de outros espaços. Surpreendentemente diversas pessoas contribuíram, e a arrecadação superou o valor necessário para a realização da viagem.

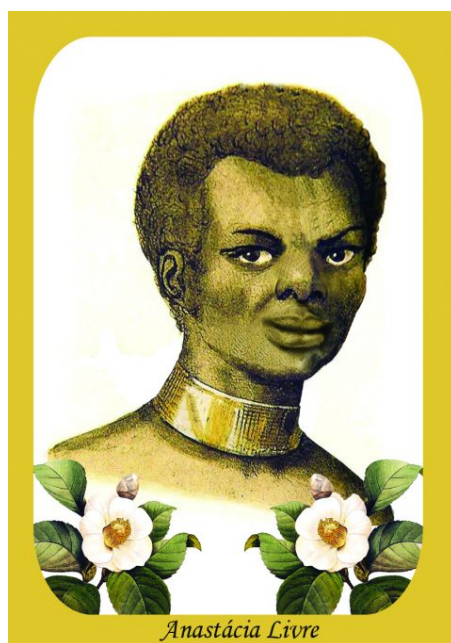
A experiência revelou-se profundamente transformadora, Zuri reconectou-se com sua potência de mobilização social e com o sentido coletivo de sua atuação como ativista e educadora. A viagem tornou-se um marco não apenas para os alunos, mas também para ela, que simbolicamente foi capaz de acessar a sua potência realizadora e o seu “lugar no mundo” de agente de transformação e social. O episódio revelou o dinamismo espiralar da individuação (Jung 2015), pois, ao assumir sua frustração sem se paralisar por ela, foi possível catalisar a energia impulsionante de um complexo individual e coletivo, Zuri acessou um novo nível de consciência e de pertencimento. Compreendeu que o movimento de transformação social é possível quando compartilhado e que sua força se amplia ao ser posta em relação com o outro.

Reverberações finais

No início deste artigo, apresentamos os impactos do racismo em sua complexidade na psique individual e coletiva. Detivemo-nos em apresentar como as narrativas fantasmas emergem das experiências coletivas e individuais, influenciando a forma como pessoas racializadas lidam com suas histórias e construções identitárias. Por meio da exposição do caso clínico de Zuri, foi possível verificar como as memórias apagadas em decorrência do trauma racial podem ser transformadas por meio de uma intervenção clínica sustentada na perspectiva junguiana. Porém, ainda há muito a ser investigado sobre a questão racial e seus impactos na saúde emocional dos brasileiros.

Ao findar este trabalho, lembrei-me da obra do artista plástico Yhuri Cruz, que fez uma releitura penetrante de uma figura mítica da negra Anastácia que, na segunda metade do século XX, se tornou um símbolo da brutalidade da escravidão, atualizada na recorrência do racismo. Na figura original ela é retratada com uma máscara de ferro em seu rosto (Figura 1). Tal máscara tornou-se símbolo do silenciamento imposto aos escravizados pelo colonialismo (Kilomba, 2019). Na releitura do artista, nomeada de “Monumento à voz de Anastácia” (Figura 2), a mordida é removida e Anastácia é apresentada com um leve sorriso. Junto à imagem encontramos uma oração destinada à Anastácia livre, figura santificada. É um trabalho sensível e poderoso de reimaginação e reconstrução narrativa em torno de uma memória coletiva dupla de maldição e de santificação. Na nova imagem, o peso da máscara é removido, e Anastasia é apresentada com leveza no olhar e com liberdade para se expressar. A obra projeta, assim, uma nova percepção do passado, retirando o foco do sofrimento e da resistência de uma mulher escravizada para depositá-lo sobre uma narrativa memorialista que aponta para a transcendência e a libertação.

É nesse sentido que a Psicologia Analítica, ao considerar a dimensão simbólica como elemento



Oração a Anastácia Livre

Festa dias 12 e 13 de Maio.
Comemora-se todos os dias 12 e 13.

Se você está com algum PROBLEMA DE DIFÍCIL SOLUÇÃO e precisa de AJUDA URGENTE, peça esta ajuda a Anastácia Livre.

ORAÇÃO

Vemos que algum algoz fez da tua vida um martírio, violentou tiranicamente a tua mocidade, vemos também no teu semblante macio, no teu rosto suave, tranquilo, a paz que os sofrimentos não conseguiram perturbar.

Isso quer dizer que **sua luta** te tornou superior, **conquistaste tua voz**, tanto que Deus levou-te para as planuras do Céu e deu-te o poder de fazeres curas, graças e milagres mil **a quem luta por dignidade**.

Anastácia, **és livre**, pedimos-te ... roga por nós, proteja-nos, envolve-nos no teu manto de graças e com teu olhar bondoso, firme e penetrante, afasta de nós os males e os maldizentes do mundo.

Monumento à voz de Anastácia
Yhuri Cruz, 2019

Figura 2 — Oração a Anastácia Livre

Disponível em: <https://projetoafro.com/artista/yhuri-cruz/>.

constitutivo da condição humana, nos possibilita, por meio de uma atitude de reimaginação das memórias subterrâneas, a amplificação das narrativas.

Assim, a clínica deve estar atenta aos relatos saturados pelas marcas dos traumas coloniais,

encontrando espaço para que histórias futuras sejam pautadas em uma dinâmica da alteridade, a partir da reconstituição das memórias de um doloroso passado. Nesse movimento, as vozes silenciadas no inconsciente encontrarão o seu espaço. ■

Referências

- Bento, C. (2022). O pacto da branquitude. Companhia das Letras.
- Benjamin, W. (1987). Magia e técnica, arte e política: Ensaios sobre literatura e história da cultura. (3. ed., Vol. 1). Editora Brasiliense.
- Brewster, F. (2020). The racial complex: A Jungian perspective on culture and race. Routledge. [e-book].
- Brewster, F. (2020). Grief archetypal: Racial grief and the racial complex. Routledge. [e-book].
- Chaveiro, M. (2023). Psicologia africana e clínica afrocentrada: Estratégias e ferramentas metodológicas. Revista da ABPN, 16 (Edição Especial).
- Chimamanda, N. A. (2009). O perigo de uma história única [Vídeo]. TEDx Talks. https://www.ted.com/talks/chimamanda_ngozi_adichie_the_danger_of_a_single_story?language=pt-br
- Evaristo, C. (2017). Poemas da recordação e outros movimentos. Malê. [e-book].
- Gonzalez, L. Racismo e sexismo na cultura brasileira. (2019). In Hollanda, H. (Org.). Interseccionalidade: Pioneiras no feminismo brasileiro. Bazar do Tempo.
- Hillman, J. (2010). Ficções que curam: Psicoterapia e imaginação em Freud, Jung e Adler. Verus.
- Hillman, J. (2019). Uma investigação sobre a imagem. Vozes.
- Hollis, J. (2017). Assombrações: Dissipando os fantasmas que dirigem nossas vidas. Paulus.
- Hooks, B. (2019). Erguer a voz: Pensar como feminista, pensar como negra. Elefante.
- Jung, C. G. (2015a). Tipos psicológicos (Obras Completas, Vol. 6). Vozes.
- Jung, C. G. (2015b). Aion: Estudo sobre o simbolismo do si-mesmo (Obras Completas, Vol. 9/2). Vozes.
- Jung, C. G. (2015c). A vida simbólica (Obras Completas, Vol. 18/2). Vozes.
- Kimble, S. (2014). Phantom narratives: The unseen contributions of culture to psyche. Routledge. [eBook].
- Kimble, S. (2021). Intergenerational complexes in analytical psychology. Routledge. [e-book].
- Kilomba, G. (2019). Memórias de plantação: Episódios de racismo cotidiano. Cobogó. [e-book].
- Nascimento, B. (2022). O negro visto por ele mesmo. Ubu Editora.
- Sampaio, A., Silva, L., & Rauter, C. (2023). O corpo negro no setting-corpo terapêutico. Revista da ABPN, 16 (Edição Especial).
- Schwarcz, L. M. (1993). O espetáculo das raças: Cientistas, instituições e questão racial no Brasil: 1870-1930. Companhia das Letras.
- Singer, T., & Kaplinsky, C. (2019). Complexos culturais em análise. In Stein, M. (Org.). Psicanálise junguiana: Trabalhando no espírito de C. G. Jung (pp. [páginas]). Vozes.
- Souza, N. (2021). Tornar-se negro: As vicissitudes da identidade do negro brasileiro em ascensão social. Bravo. [e-book].

Contribuição dos Autores: O artigo é de autoria única: Simone Rodrigues Neves.

Editora do artigo: Vera Lúcia Viveiros Sá .