

TÉCNICAS DA PSICOLOGIA TRANSPESSOAL QUE INDUZEM AOS ESTADOS AMPLIADOS DA CONSCIÊNCIA COMO CUIDADO INTEGRATIVO: REVISÃO DA LITERATURA

Andréa Romero Latterza¹, Harry Tadashi Kadomoto²,
Acary Souza Bulle Oliveira³, Sissy Veloso Fontes⁴.

¹ Universidade Presbiteriana Mackenzie – UPM

² Instituto Tadashi Kadomoto

^{3,4} Universidade Federal de São Paulo – Unifesp

Rua Sena Madureira, 1500 – São Paulo/SP

sissyfontes@gmail.com

Resumo

Especificamente nas áreas da saúde, as terapêuticas antes consideradas alternativas são, atualmente conceituadas como complementares e ou integrativas. A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares do Serviço Único de Saúde (PNPIC-SUS) publicada no Diário Oficial da União, em 2006 regulamenta esses conceitos. A psicologia transpessoal tem utilizada dessas práticas complementares que consideram o homem em sua multidimensionalidade: aspectos: físico, psicoemocional e espiritual. Sendo assim, temos como objetivo revisar na literatura nacional e internacional artigos científicos sobre os fundamentos e efeitos de algumas técnicas da psicologia transpessoal que suscitam estados ampliados de consciência, como: respiração holotrópica, renascimento e terapia regressiva integral, como terapêuticas para cuidados integrativos. O método utilizado foi revisão bibliográfica analítica nas bases de dados da saúde: MEDLINE, LILACS, SCIELO, publicados entre e inclusive nos anos de 1990 e 2014 nas línguas portuguesa, espanhola, inglesa, francesa. Foram encontrados, na primeira estratégia de busca três (3) artigos científicos, e na busca manual foram encontrados mais três (3) artigos. Todos referentes à técnica de Respiração Holotrópica. Os artigos encontrados convergem em relação aos postulados de que os estados ampliados de consciência podem ajudar na organização e compreensão de conteúdos do inconsciente, fornecem suporte empírico inicial para a afirmação de que psicoterapias orientadas experimentalmente com a utilização da Respiração Holotrópica podem ser modalidades terapêuticas úteis e sugerem linhas de pesquisa para testar as hipóteses dos efeitos psicoterapêuticos da Respiração Holotrópica e afirmam que o procedimento não parece ser prejudicial para os indivíduos que procuram psicoterapia.

Palavras-chave: Psicologia; Estado de Consciência; Medicina Integrativa; Cuidados Integrativos; Revisão da Literatura.

Abstract

In the health Field specifically, the therapeutics before considered alternatives are currently dignified as complementary and or integrative. The National Policy for Integrative and Complementary Practices in the Single Health System (PNPIC-SUS) published on the Union Official Gazette in 2006 regulates these concepts. The transpersonal psychology uses these complementary practices that consider the human-being in the multidimensionality: physical aspects, psycho emotional and spiritual. This work aims to review the National Literature and International scientific articles which address about the foundation and effects of some techniques of transpersonal psychology which arouse the developed condition of the consciousness such as: Holotropic Breathwork, Renaissance and Regression Therapy as therapeutics for integrative cares. The method used was the analytical bibliographic review by means of strategical search in the main health database: MEDLINE, LILACS, SCIELO, published from 1990 and 2014 in Portuguese, Spanish, English, French and also by manual search of cited references in the article found. In the first search strategy was found three (3) scientific articles and the manual search was found three (3) more articles. All the articles referring to the Holotropic Breathwork. The articles found converge to the postulated that the developed condition of the consciousness may aid in the organization and comprehension of the unconscious contents provide initial empiric support to the statement that psychotherapy guided experimentally with the use of Holotropic Breathwork may be useful therapeutics modalities and propose ways of research to test the hypothesis of the psychotherapeutics effects of the Holotropic Breathwork and affirm that the procedure does not seem to be harmful to the individuals who search for psychotherapy.

Keywords: Psychology; Consciousness State; Integrative Medicine; Integrative Care; Literature Review.

1. Introdução

Uma significativa mudança na percepção da existência do ser humano e sua relação com a sustentabilidade planetária pode ser verificada nos últimos anos. Pouco a pouco, cientistas contemporâneos têm mostrado a necessidade de investigar o ser humano de maneira mais holística.

A clássica dissociação entre os aspectos físicos, emocionais e espirituais, bem como a relação desses com o meio ambiente deixam de existir e, como consequência, a união entre saberes modernos advindos dos estudos sobre física quântica, influência da espiritualidade e da ecologia na saúde, bem como outros temas que abrangem o paradigma da multidimensionalidade humana, com o legado de antigas tradições, se faz uma alternativa eficaz para um entendimento mais profundo e ampliado do homem.

Cada vez mais, estratégias terapêuticas para o autoconhecimento, catalisadores da evolução da espécie se mostram tão importantes quanto os recursos externos, como os medicamentosos nos processos de cura. Retomam-se, então os conceitos dos cuidados integrativos, praticados há milênios pelas medicinas tradicionais orientais e indígenas.

Proposta pela Assembleia Mundial da Saúde e assinada por 61 Estados em 22 de julho de 1946, a Organização Mundial da Saúde (OMS) passou a utilizar, em 1983, a seguinte definição de saúde: “Saúde é um estado dinâmico de completo bem-estar físico, mental, espiritual e social e, não apenas a ausência de doença ou enfermidade”. Importante frisar que hoje, há uma discussão que se fortalece a cada dia, sobre a inclusão de uma dimensão “imaterial”, que também pode ser denominada, “espiritual”, no conceito de saúde da OMS, e segundo Panzini e col. (2005) a mudança que contemplasse essa dimensão, seria: “um estado dinâmico de completo bem-estar físico, mental, espiritual e social e, não meramente a ausência de doença”.

Sendo assim, a estruturação de programas de cuidados integrativos, incluindo diversas técnicas e ou métodos terapêuticos que componham um rol de intervenções complementares à medicina convencional se faz

mais que necessário, revela-se vital; afinal, os propósitos dos cuidados integrativos focam-se não apenas no tratamento dos aspectos físicos humanos, mas no equilíbrio do bem estar emocional, social e espiritual, visando não somente o tratamento e prevenção dos agravos da saúde, mas, principalmente a promoção da saúde integrada.

Dentre todas as possibilidades abarcadas por essas estratégias terapêuticas, o presente trabalho direciona sua atenção aos estados ampliados de consciência, que podem ser suscitados por meio de técnicas da psicologia transpessoal. Dentre elas foram eleitas para o estudo, mais especificamente os fundamentos e os efeitos na saúde de três delas: a “Respiração Holotrópica”, o “Renascimento” e a “Terapia Regressiva Integral”.

Diretamente relacionados, na maioria das vezes, à psicologia transpessoal, os estados alterados de consciência, começam timidamente a ganhar espaço como outras estratégias terapêuticas, como meio de tratamento integrado; ainda que sejam metodologias sistematizadas a partir de registros milenares, onde antigas tradições em diversas partes do planeta utilizavam de técnicas de “respiração consciente” para acesso aos conteúdos inconscientes e ou supramentais para o tratamento físico, emocional e espiritual, na literatura contemporânea, os seus fundamentos, bem como os seus efeitos terapêuticos na saúde ainda são controversos.

Sendo assim, o objetivo desse estudo consiste em revisar na literatura nacional e internacional artigos científicos que discursam sobre os fundamentos e os efeitos de algumas técnicas da psicologia transpessoal que suscitam estados ampliados de consciência, como: respiração holotrópica, renascimento e terapia regressiva integral, e discutir os achados com base na experiência empírica da autora do estudo, como possibilidades terapêuticas para cuidados integrativos.

2. MÉTODO

O tipo de estudo realizado foi de revisão bibliográfica analítica. Foram realizadas buscas eletrônicas nas ba-

ses de dados MEDLINE (Medlars Online), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), e SciELO (The Scientific Electronic Library Online), além do site PubMed, através do acesso à base bibliográfica MEDLINE, desenvolvida pela NLM (National Library of Medicine), a fim de identificar os artigos científicos indexados e publicados entre e inclusive nos anos de 1990 a 2014 nas línguas portuguesa, espanhola, inglesa ou francesa. Será considerado critério de exclusão, desse estudo trabalhos escritos, originalmente em outras línguas que não as citadas anteriormente, devido à dificuldade de tradução dos textos na íntegra.

A primeira estratégia de busca utilizada nas bases de dados MEDLINE, LILACS e SciELO e PubMed utilizou os descritores de assunto = “Holotropic Breathwork” OR “respiração holotrópica” e “rebirthing” OR “renascimento”. Numa segunda etapa, ampliamos a consulta por meio de busca manual nas referências bibliográficas citadas nos artigos encontrados na primeira estratégia de busca.

Para a discussão dos artigos encontrados foi utilizada a experiência empírica da autora desse estudo, cujo relato breve de suas experiências pessoais e formações profissionais encontram-se em anexo. Também foram utilizados, para fundamentação teórica das técnicas, outros tipos de materiais ou trabalhos científicos, que incluíram: documentos eletrônicos, encontrados em sites de busca sobre a técnica “Respiração Holotrópica”; apostilas didáticas de formação das referidas técnicas, como do Curso de “Renascimento”, ministrado pelos Profs. Tárka Lima e Khalis Chacel do Instituto de

Renascimento de São Paulo e; do Curso de “Terapia Regressiva Integral” ministrado pelo Dr. Roger Woogler; bem como livros texto sobre os temas: Respiração Holotrópica e Renascimento.

3. RESULTADOS

Os trabalhos científicos encontrados sobre essa temática foram escassos, na literatura pesquisada, entre e inclusive nos anos de 1990 a 2014, com os termos espe-

cíficos: “Holotropic Breathwork” OR “respiração holotrópica”, “rebirthing” OR “renascimento”.

Na primeira estratégia de busca foram encontrados somente seis (06) artigos científicos, com os termos “holotropic Breathwork”, nos demais termos consultados não foi encontrado nenhum artigo. No entanto, desses seis (06) foram excluídos três estudos (03), devido serem originalmente escritos na língua russa ou na língua alemã, critérios de exclusão desse trabalho. Foram incluídos, portanto nessa primeira fase apenas três (3) estudos: SPIVAK e col., 1993; TEREKHIN, 1995; RHINEWINE e WILLIAMS, 2007.

Na segunda estratégia de busca (busca manual de referências dos artigos encontrados na primeira busca) foram encontrados e, incluídos outros três (3) artigos: PRESSMAN, 1993; HOLMES e col., 1996; HANRATTY, 2002. Foram incluídos, portanto um total de seis (6) estudos, sendo dos tipos:

- 1) Dois (02) estudos de série de casos: (SPIVAK e col., 1993) – que avaliou o comportamento dos campos eletroencefálicos quando evocados por estímulos neurosensoriais utilizando um instrumento de avaliação neurofisiológica específica: potencial evocado cerebral, para análise dos efeitos da técnica de respiração holotrópica em pacientes com neuroses; (HANRATTY, 2002) – sobre a eficácia da respiração holotrópica em aspectos da personalidade e nos sintomas de angústia de mulheres com alto nível educacional;
- 2) Um estudo exploratório do tipo caso-controle: (PRESSMAN, 1993) - sobre os efeitos psicológicos e espirituais da respiração holotrópica quando comparado à técnica musicoterapêutica específica;
- 3) Um (02) ensaios clínicos aleatórios de pequena amostra: (TEREKHIN, 1995) – estudou a respiração Holotrópica e avaliou sua função durante a psicoterapia e estimou a contribuição da hipocapnia a alguns mecanismos fisiológicos de respiração que induzem aos estados alterados

de consciência; (HOLMES e col., 1996) - sobre os efeitos da respiração holotrópica em condições psicoemocionais específicas;

4) Um (01) estudo de revisão bibliográfica: (RHINEWINE e WILLIAMS, 2007) -sobre os efeitos neurofisiológicos e psicológicos da técnica de hiperventilação prolongada nos sintomas de ansiedade e depressão;

5. DISCUSSÃO

Foram encontrados poucos trabalhos científicos sobre o tema investigado, mostrando o vasto campo para pesquisas futuras na área.

A revisão dos artigos publicados em revistas científicas indexadas revelou muitos dados interessantes e controversos a respeito da Respiração Holotrópica.

Dos seis estudos encontrados, nas bases de dados pesquisadas no período compreendido entre 1993 e 2007, alguns obtiveram sugestivos resultados positivos quanto à eficácia da RH.

Os diversos estudos fornecem suporte empírico inicial para a afirmação de que psicoterapias orientadas experimentalmente com a utilização da Respiração Holotrópica podem ser modalidades terapêuticas úteis.

Os estudos sugerem linhas de pesquisa para testar as hipóteses dos efeitos psicoterapêuticos da RH. E sugerem que o procedimento não parece ser prejudicial para os indivíduos que procuram psicoterapia.

Mas, mais importante do que isso, observa-se que pode-se realizar pesquisas de qualidade utilizando critérios científicos, numa área ainda pouco explorada, atualmente nos meios acadêmicos.

Inicialmente, o objetivo deste trabalho era o estudo das técnicas de Renascimento e Terapia Regressiva Integral, que são as áreas de formação da autora, ampliaram-se os termos para a busca de trabalhos, incluindo o termo:

Respiração Holotrópica, visto que os estados alterados de consciência encontrados entre as técnicas parecem ser semelhantes.

Como visto nos trabalhos analisados e, também nas referências consultadas que embasam o presente estudo, há um vasto espectro dos mecanismos terapêuticos atuantes com a utilização da Respiração Holotrópica.

Conforme a “psique” é ativada e os sintomas se transformam em um fluxo de experiências, fortes mudanças podem ocorrer.

Argumenta-se que a RH pode exercer seu principal efeito psicoterapêutico através de uma combinação de mecanismos psicológicos, juntamente com um conjunto de mecanismos de hipóteses biopsicológicas aqui descritas. Sugerem-se algumas linhas de pesquisas futuras para testar estas hipóteses.

Da mesma maneira, existe a necessidade eminente da criação de novas linhas de pesquisa sobre cuidados e práticas integrativas ou complementares que visem atenção primária, secundária ou terciária na saúde, como estimulada pela nossa própria Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) do SUS. Seria de grande utilidade investigarmos, com os mesmos critérios metodológicos científicos dos estudos internacionais, ações terapêuticas que vem sendo realizados por diversos profissionais no Brasil, em grupos de trabalho específicos ou em vivências conduzidas em workshops que visam o desenvolvimento do potencial humano.

Poderiam ser realizados, por exemplo, estudos controlados sobre estas diferentes abordagens que trabalham com técnicas que estimulam estados ampliados de consciência, utilizando um tamanho de amostra adequada e que pudesse representar uma população com diagnósticos psicoemocionais homogêneos, avaliando, por meio de entrevistas padronizadas, os seus efeitos imediatamente após o término do trabalho e depois de um período de tempo sem o estímulo (follow up) a fim de analisar se há ou não a manutenção dos efeitos à médio e longo prazos.

Assim poderíamos contribuir para determinar definitivamente se as técnicas devem ser consideradas um complemento útil ou um tratamento alternativo de disfunções psicoemocionais e ou se promovem saúde mental, bem estar e melhora da qualidade de vida.

Grof, 2011 afirma que em países como a Áustria, Brasil e Rússia a RH é aceita como modalidade oficial de tratamento complementar, e é facilmente compreendido que poucos países aceitem este tratamento, visto que tanto a prática quanto a teoria desses métodos de auto-conhecimento e ou de “psicoterapia alternativa” individual ou em grupo representam um avanço significativo em relação às práticas terapêuticas convencionais, atualmente utilizadas em vários países ocidentais.

De modo geral, o trabalho com RH, bem como com as outras técnicas aqui sugeridas, necessitam de mudanças radicais de algumas premissas e suposições fundamentais (paradigmas), que poucos profissionais comprometidos com as estratégias convencionais “de ver o mundo e a psique humana” estão prontos a fazer (Grof, 2011).

Para a maioria dos profissionais da saúde, não é fácil aceitar que os estados emocionais intensos e as manifestações físicas concomitantes, encontradas muitas vezes nestes tipos de terapia, que costumeiramente são diagnosticadas e tratadas como de origem psicopatológica, representam um processo de “auto-cura” que deva ser incentivado e não reprimido. (Grof, 2011)

Sendo assim, muitos terapeutas tem dificuldade de migrar da terapia verbal para as terapias experienciais que induzem aos estados holotrópicos de consciência. As mudanças na teoria e na prática apresentadas pela pesquisa dos estados holotrópico de consciência são considerados por eles como radicais e desafiadoras.

Grof, 2011 discute a diferença da Respiração Holotrópica e o Renascimento de Leonard Orr. Ele menciona que a respiração é utilizada inicialmente em ambos os métodos como um processo de auto exploração psicossomática e de cura, mas que diferentemente de outros métodos,

a RH não dá instruções específicas de como a técnica de respiração deve ser utilizada durante a sessão. Ele sugere que após um período de respiração contínua acelerada, o participante entra num estado holotrópico de consciência e, então se permite que a própria inteligência de cura oriente a respiração. No entanto, existe um comando inicial de respiração rápida e acelerada, por um período considerável de tempo, o que em nossa opinião consiste em um “método de intervenção respiratória”.

Mas acima de tudo, distingue a RH pela sua estrutura abrangente, baseada em décadas de pesquisas do estado holotrópico de consciência e, ancorada na psicologia transpessoal, tentando trazer certo grau de rigor científico e intelectual que a tornaria uma técnica aceitável por profissionais da área de cuidados integrativos com treinamento acadêmico. Grof, 2011 acredita que o Renascimento é uma técnica muito poderosa e eficiente de autoconhecimento e cura, porém critica a maneira simplista e não científica que Leonard Orr dá a sua técnica.

Diante do exposto podemos considerar a possibilidade do estudo do Renascimento e da Terapia Regressiva Integral em trabalhos a serem desenvolvidos no futuro como possibilidade de trabalhos, por exemplo, de pós-graduação strictu sensu, linhas de pesquisa que pretende ser desenvolvida, atualmente no Brasil na área de Cuidados e Práticas Integrativas.

Em adição, a experiência da autora deste trabalho, em vivências terapêuticas utilizando cada uma das técnicas mencionadas nesta revisão bibliográfica: RH, Renascimento e Terapia Regressiva Integral, pode inferir que os “processos de cura” acontecem independente da técnica utilizada e, que todas seriam passíveis de investigação através de estudos científicos.

A proposta futura é a aplicabilidade em um estudo clínico com mensurações qualitativas e quantitativas das técnicas de Renascimento e Terapia Regressiva Integral.

4. CONCLUSÕES

Foram encontrados poucos trabalhos científicos sobre o tema investigado, mostrando o vasto campo para pesquisas futuras na área. Nenhum artigo com o tema Renascimento e Terapia Regressiva Integral foi encontrado.

A revisão dos artigos publicados em revistas científicas indexadas revelou dados interessantes e controversos a respeito da Respiração Holotrópica. Dos seis estudos encontrados, nas bases de dados pesquisadas no período compreendido entre 1993 e 2007, alguns obtiveram sugestivos resultados positivos quanto à eficácia da RH. Os diversos estudos fornecem suporte empírico inicial para a afirmação de que psicoterapias orientadas experimentalmente com a utilização da Respiração Holotrópica podem ser modalidades terapêuticas úteis. Os estudos sugerem linhas de pesquisa para testar as hipóteses dos efeitos psicoterapêuticos da RH. E, sugerem que o procedimento não parece ser prejudicial para os indivíduos que procuram psicoterapia.

5. REFERÊNCIAS

- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica: Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC-SUS/Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica (Série B. Textos Básicos de Saúde). Brasília: Ministério da Saúde; 2006.
- Chacel K, LIMA, T. Formação em Renascimento. IRSP: SP, 2008.
- Freud S. Inibição, sintoma e ansiedade. In Um estudo autobiográfico, Inibição, sintoma e ansiedade, A questão da análise Leiga e Outros trabalhos. Rio de Janeiro, Imago, p. 95-201 (Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud); 1926.
- Grof S. Além do Cerebro. Porto Alegre: Ed. MacGraw-Hill; 1985.
- Grof S, Grof C. Emergência espiritual. São Paulo: Rocco; 1992.
- Grof S, Bennett H. A mente holotrópica – novos conceitos sobre psicologia e pesquisa da consciência. Rio de Janeiro: Rocco; 1994.
- Grof S. A aventura da autodescoberta, Summus: São Paulo; 1997.
- Grof S. Psicologia do futuro – lições das pesquisas modernas de consciência. Rio de Janeiro: Heresis; 2000.
- Grof S. Quando o impossível acontece – Histórias extraordinárias que desafiam a ciência. Rio de Janeiro: Heresis; 2007.
- Grof S, Grof C. Respiração Holotrópica – Uma nova abordagem de autoexploração e terapia. Rio de Janeiro: Capivara; 2011.
- Hanratty PM. Predicting the outcome of holotropic breathwork using the high risk model of threat perception [doctor]. Califórnia: Saybrook Graduate School and Research Center, 2002.
- Holmes, SW; Morris, R; Clance. PR; Putney. RT. Holotropic Breathwork: an experiential approach to psychotherapy. *Psychotherapy*. 1996; 33(1): 114-120.
- Instituto de Renascimento de São Paulo. Disponível em: <http://renascimento.com.br/>.
- Jasmuheen. Os embaixadores da Luz – Movimento por uma sociedade positiva e consciente pela paz mundial. São Paulo: Aquariana; 2002.
- Krippner S. Estados alterados de consciência. In: WHITE,

- John (Org.). O mais elevado estado da consciência. São Paulo: Cultrix/Pensamento, 1997.
- Leonard, Jim. Rebirthing. Trinity, NY, 1993.
- Minett G, Respiração e espiritualidade – Rebirthing: Uma técnica de cura. São Paulo: Pensamento; 1994.
- Monteiro W. A fenomenologia do renascimento. Clube de Autores: São Paulo, 2009.
- Panzini RG, Bandeira DR. Escala de coping religioso-espiritual (escala CRE): elaboração e validação de construto. *Psicologia em Estudo*. 2005; 10(3): [s.n.].
- Pressman TE. The psychological and spiritual effects of Stanislav Grof's holotrópico breathwork technique: an exploratory study [doctor]. Califórnia: Saybrook Graduate School and Research Center; 1993.
- OMS - Organización Mundial de La Salud - Medición del cambio del estado nutricional: directrices para evaluar el efecto nutricional de programas de alimentación suplementaria destinados a grupos vulnerables. Ginebra, OMS, 1983.
- Orr L. O manual da cura. Caxias do Sul: Millenium; 1997.
- Orr L. Curando a ânsia de morte. Curitiba: Freitas e Campos: 1998.
- Reichow JRC. Os estados ampliados de consciência e o autoconhecimento. Simpósio Nacional sobre consciência. Salvador: Fundação Ocidente; 2008.
- Rhinewine JP, Williams OJ. Holotropic Breathwork: The Potential Role of a Prolonged, Voluntary Hyperventilation Procedure as an Adjunct to Psychotherapy. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*. 2007; 13(7): 771-776.
- Saldanha V. A psicoterapia transpessoal. Campinas: Komedi, 1997. Simão MJP Psicologia transpessoal e espiritualidade. *O Mundo da Saúde*. São Paulo: 2010; 34(4):508-519.
- Sheldrake R. A sensação de estar sendo observado – e outros aspectos da mente expandida. São Paulo: Cultrix; 2003.
- Spivak, LI; Kropotov, YD; Spivak, DL; Sevostyanov, AV. Evoked Potentials in Holotropic Breathing. *Human Physiology*. 1994; 20(1):44-48.
- Tart CT. Potencialidades transpessoais da hipnose profunda. In: White J. O mais elevado estado da consciência. São Paulo: Cultrix/Pensamento; 1995.
- Terekhin PI. The role of hypocapnia in inducing altered states of consciousness. *Human Physiology*. 1995; 22(6): 730-735.
- Till M. A força curativa da respiração – exercícios respiratórios para o Corpo, a Alma e o Espírito, São Paulo: Pensamento; 1988.

Tiwari BM. O caminho da prática – A cura feminina pela alimentação, pela respiração e pelo som. Rio de Janeiro: Rocco; 2004.

Walsh RN, Vaughan F. Além do ego: dimensões transpessoais em psicologia. São Paulo: Cultrix; 1997.

Woolger R. As várias vidas da alma – Um psicoterapeuta junguiano descobre as vidas passadas. São Paulo: Cultrix; 1987.

Woolger R. Deep Memory Process. Body Psychotherapy. Tree Staunton Brunner- Routledge. Londres; 2002.

Unmani MP, Nishkam SB. Rebirthing “O novo Yoga” – O Yoga da vida eterna. São Paulo: Pensamento; 1998.

Verny T. A vida secreta da criança antes de nascer. São Paulo: C. J. Salmi; 1989.