

# **Träume im Retreat: Neue transpersonale Forschung**

Nigel Hamilton (Centre for Counselling and Psychotherapy Education, London)  
David Hiles (De Montfort University)

2000

## ***Abschnitt 1: Einführung***

Vorläufige Resultate eines Forschungsprojekts, das mit qualitativen Methoden die Rolle von Träumen als Veränderungsindikatoren im Transformationsprozess von Menschen während eines spirituellen Retreats untersucht, werden im Folgenden zusammengefasst und diskutiert. Die qualitative Analyse stützt sich auf eine thematische Inhaltsanalyse der Träume von 21 Retreatants (Frauen oder Männer im Retreat) und insgesamt 420 Retreat-Tagen, ein Korpus von etwa 900 Träumen. Die Resultate, die unten in Abschnitt 3 und 4 vorgestellt werden, sind nur eine kurze Zusammenfassung der hauptsächlichlichen Ergebnisse.

Während das Thema der Träume in den letzten Jahrzehnten eine grosse Beachtung gefunden hat, in kulturellen, klinischen, sozialen und psychologischen Studien, hat eine Literaturrecherche zu Träumen auf Retreat sehr wenig Information ans Licht gebracht. Es gibt klinische Studien zum Bewusstseinswandel während der Meditation (Engler, 1984), doch wurde kein Versuch gemacht, dies mit dem Traumleben im Retreat in Verbindung zu bringen. C.G. Jungs Alchemistische Studien (1944, 1954) haben gezeigt, dass Träume in der Psychotherapie dazu benutzt werden können, die Stadien der Transformation des Klienten zu beobachten. Aber auch hier werden die Stadien des Retreats, wie sie sich in Träumen zeigen, nicht parallel zum Bewusstseinswandel untersucht, den Träume während des Retreatprozesses sichtbar machen.

## **Untersuchungsmethoden**

Nicht quantitative, sondern qualitative Untersuchungsmethoden sind angebracht, wenn man herausfinden will, wie die Stadien des Retreats und der von Retreatants erfahrene Bewusstseinszustand in den Träumen reflektiert werden (Braud & Anderson, 1998). Nach jedem Retreat wurden die Träume mehrmals gelesen, bis die Stadien des Retreatprozesses klar hervortraten. Diese Stadien wurden dann verglichen mit den persönlichen Aufzeichnungen der Retreatants und mit den Notizen der Retreatguides. Die meisten Retreats zeigten in den Träumen alle vier Stadien deutlich.

Bei der Lektüre der Träume mussten persönliche Fragen und Aspekte der Persönlichkeit beiseite gelassen werden, um die Themen heraus zu schälen, welche die Stadien des Retreats kennzeichnen. Eine Zusammenfassung dieser Themen für jedes Stadium findet sich in Abschnitt 3 dieses Artikels.

Ein ähnliches Vorgehen wurde gewählt um zu prüfen, wie die im Retreat erreichten Bewusstseinsstufen in den Träumen gespiegelt wurden, das heisst, bestimmte Qualitäten, die in den Träumen auftauchten, wurden mit den Erfahrungen der Retreatants und der Guides verglichen, um die Bewusstseinsstufe jedes Traumes zu identifizieren. Die Zusammenfassung der Themen in Abschnitt 4 enthält nur die Qualitäten und Themen für jede Bewusstseinsstufe, die den Träumen aller Retreatants gemeinsam waren.

## **Abschnitt 2: Die Art des Retreats**

Die vorliegende Studie befasst sich mit Träumen, die von Menschen (Retreatants) während eines spirituellen Einzelretreats aufgezeichnet wurden. Die Retreatants haben keinen Zugang zu Lesematerial oder visuellen Stimuli und verharren in Schweigen in einem ruhigen Raum ohne Dekoration (bare Wände, Teppich). Nur ein Minimum von Licht ist erlaubt (um die Anleitungen zu lesen), und ein Nebenzimmer steht zur Verfügung, um sich anzukleiden und zu essen, ebenso ein Badezimmer mit Toilette, um sich zu waschen. Der Retreatguide besucht den Retreatant einmal täglich für ungefähr 45 Minuten. Die Besuche beginnen mit einer stillen Meditation, sodass der Guide intuitiv ein Gespür für die innere Welt des Retreatant aufnehmen kann. Dann teilt der Guide dies dem Retreatant verbal mit. Darauf spricht der Retreatant kurz über seine eigene innere Erfahrung der vorausgegangenen 24 Stunden und erzählt seine Träume der letzten Nacht. In Einklang mit dem Stadium des Retreatprozesses gibt der Guide schliesslich spirituelle Übungen wie Meditationen, Mantras, Gebete und psychologische oder spirituelle Fragen für die Kontemplation/Konzentration des Retreatant. Daraufhin geht der Guide weg und lässt den Retreatant für die nächsten 24 Stunden allein. Ein leichtes, warmes vegetarisches Mahl wird einmal täglich serviert, abends, während der Retreatant für Frühstück und Mittagessen Zugang zu Früchten, Cerealien, Tee etc. hat. Nach jedem Besuch notiert sich der Guide die Unterhaltung und seine Eindrücke in einem Tagebuch. Am Ende des Retreats erstellt der Retreatant eine schriftliche Aufzeichnung seiner Träume und Erfahrungen zuhanden des Guide. Ein Retreatant kann jederzeit den Prozess unterbrechen und den Ort verlassen, falls er es wünscht. Bis heute haben alle die Dauer eingehalten, für die sie sich anfangs verpflichtet hatten.

Üblicherweise dauert ein Retreat von 6 bis 40 Tagen, während denen der Retreatant die Gelegenheit hat, seine eigene innere Welt zu erforschen und beachtliche Veränderungen in seiner Persönlichkeit und Lebenseinstellung durchzumachen, sowie auch Einsichten in persönliche Probleme zu bekommen. Viele berichten von tiefen inneren psychologischen und spirituellen Veränderungen auf diesen Retreats.

## **Abschnitt 3: Träume als Indikatoren des Transformationsprozesses im Retreat**

Es können vier grundlegende Stadien im Prozess eines Retreatant unterschieden werden. Im Folgenden werden diese beschrieben.

### **Erstes Stadium: Wendung nach Innen**

Diese Stadium erforscht die unbewusste Beziehung zum Körper und zum inneren psychologischen Leben. Es beinhaltet Erinnerungen an die Vergangenheit mit den dazugehörigen Gefühlen und Gedanken, die üblicherweise Angst vor Veränderung und vor dem Alleinsein mit sich bringen. Um den inneren Gefühlen auszuweichen entstehen auch zwanghafte Gedanken, Klaustrophobie, Langeweile, Zweifel und Skepsis gegenüber der Wirksamkeit des Prozesses. Es können auch Ärger und Frustration auftreten, weil der *mind* gelangweilt wird, wenn scheinbar nichts geschieht. Der Retreatant wird sich nun bewusst, dass es eine Spannung gibt zwischen den nach aussen, auf die Umgebung des Retreats gerichteten Gedanken und der nach innen gerichteten Anziehung seiner inneren Gedanken und Gefühle.

Die Träume dieses Stadiums enthalten einen Abstieg ins Unbewusste und eine Konfrontation mit dem Schatten. Anfänglich sind sie oft dunkel und chaotisch, gegen Ende kommen häufig Träume von Sterben und Tod.

Der Kontakt mit dem Unbewussten geschieht durch Körperempfindungen und das Auftauchen von den eher primitiven Instinkten der Psyche: Sexualität, Aggression, Eifersucht, Neid; Brüche in der inneren Welt, verzerrte Beziehungen mit dem inneren Weiblichen / Männlichen zeigen sich oft. Häufig kommen auch Bilder von Tieren, speziell Reptilien. Kurz, in diesem ersten Stadium des Retreats werden all die üblichen psychologischen Probleme erfahren, denen man manchmal auch in der Psychotherapie begegnet, und sie werden in den Träumen der Retreatants gespiegelt. Das Ende dieses Stadiums wird angezeigt durch die Verminderung und das Verschwinden dieser mächtigen, instinkthaften Gedanken, Gefühle, Bilder und Empfindungen, die aus dem Unbewussten aufgetaucht waren. Dies ist in den Traumbildern sichtbar, die Träume werden klarer und ausgeglichener.

In vielen Fällen wird die Vollendung dieses Stadiums durch Träume von sexueller Vereinigung oder deren Andeutung angezeigt.

### **Zweites Stadium: Das subtile Selbst**

Nun lässt die Dominanz der bewussten, persönlichen Gedanken nach, das heisst der bewusste *mind* wird ruhiger und empfänglicher für die innere Welt, sodass der Retreatant seine Reise durch eine Serie von subtileren Bewusstseinssebenen beginnen kann. Diese Ebenen werden in Abschnitt 4 dieses Artikels beschrieben. Je tiefer man eindringt, umso ruhiger, klarer, empfänglicher und doch lebendiger fühlt man sich. Es ist wie wenn der bewusste Kontakt mit der inneren Welt einen befähigen würde, neue Qualitäten und eine Erneuerung des Geistes (Energie) bewusst wahrzunehmen. Manche Personen berichten von Erfahrungen mit verschieden farbigen Lichtern, manchmal extrem intensiv, und inneren Tönen, oder dass sie sehen, wie eine Mischung von persönlichen und unpersönlichen Bildern spontan im bewussten Verstand auftauchen.

Das Fehlen von äusseren Stimulationen führt nicht zum Auseinanderfallen des Ego, sondern es wächst ein stärkeres, stabileres inneres Selbstgefühl, welches unabhängig ist von der Umgebung, den Beziehungen und Lebensumständen. Die Natur dieses neuen Selbst ist sichtbar in den Träumen: Während sich die Retreatants nach und nach aus den verwirrenden Beziehungen mit den Menschen in ihrem Leben (vergangen und gegenwärtig) befreien und Abstand bekommen zu ihrer Identifikation mit ihren Lebensproblemen, werden die Träume einfacher, heller und schöner, und sie erfahren ihr Selbst im Licht von wenigen einfachen Qualitäten anstatt von Rollen und Verantwortlichkeiten.

Die Träume zeigen nun subtilere Farben und grössere Harmonie, und dieses Stadium endet gewöhnlich mit Hochzeitsträumen – oft eine weisse Hochzeit (jedenfalls für Menschen aus einer europäischen Kultur). Es tauchen auch Symbole auf wie weisse Tauben, Schnee, weisses Licht. Darauf folgen Träume von Tod oder vom Sterben – in manchen Fällen ist es der eigene Tod der Träumenden – und das scheint sich auf den Tod ihrer individuellen Getrenntheit vom Leben zu beziehen.

### **Drittes Stadium: Der Zustand der Transzendenz**

Retreatants, die schon vorherige Retreaterfahrungen hatten, können dieses Stadium bewusster erleben. Sonst scheint es unbewusst vorbei zu gehen, oder es wird als ein "leeres" Stadium des Retreats erfahren.

Das dritte Stadium beginnt mit einem wachsenden Gefühl von Distanz und Unpersönlichkeit. Darauf folgt die Auflösung des Ego / der Persönlichkeit und die Retreatants fühlen sich wiederholt wie "ausgeleert", haben Mühe, sich zu konzentrieren und sogar auf irgendeinen bestimmten Gedanken zu fokussieren. Anfangs fühlt sich das an wie der Tod des Ego und

des bewussten *mind*. Dann kommen Erfahrungen von vollständig unpersönlichen Bildern, die mit dem persönlichen Leben des Retreatant scheinbar nichts zu tun haben. Die Träume haben gewisse persönliche Elemente, sie zeigen die Träumenden zum Beispiel als sehr unschuldig oder sehr jung (oft nackt), und doch handeln sie oft eindeutig von andern Personen. Wenn man die Träume mit den Retreatants erforscht, scheinen sie ihnen einen grösseren Einblick zu geben in die Probleme anderer Menschen und die allgemeine Natur solcher Probleme, wie durch einen intuitiven Archetyp oder einen Aspekt ihres inneren Lebens, der wie ein Spiegel wirkt, in dem man die Welt klarer sehen kann.

Das dritte Stadium hat auch einen transzendentalen Aspekt; die Retreatants sagen, sie fühlten sich wie "jenseits der Existenz", eine Erfahrung der Zeitlosigkeit. In diesem Stadium gibt es wenig Gefühl von Individualität, die Retreatants erfahren lange, praktisch gedankenfreie Perioden, während Wellen von sehr subtilen, sanften Gefühlen durch sie hindurch fliessen. Dieses innere Leben wird genauso real wie die äussere, physische Welt.

Wenige Retreatants scheinen dieses dritte Stadium bewusst zu vollenden, statt dessen erfahren die Meisten Zeiten der Leere, der Unbewusstheit. Später scheinen sie dann in das vierte Stadium hinein gegliitten zu sein, in welchem sie anfangen, sich wieder in Einklang zu bringen mit ihrer physischen Welt, ihrem Körper und ihrer persönlichen Welt.

#### **Viertes Stadium: Ins Leben erwachen**

Das vierte Stadium wird als Rückkehr in die äussere Welt erfahren und beinhaltet einen Abstieg des Bewusstseins von der sehr subtilen Ebene zu jener des physischen Körpers. Die Träume zeigen Themen wie ein auf dem Boden landendes Flugzeug, essen, mit einer Mahlzeit feiern, wieder im persönlichen Leben drin sein oder in einer städtischen Landschaft. Der Zyklus des Retreats ist vollendet, wenn ihr Bewusstsein von seiner Aufmerksamkeit auf die innere Welt zurück kommt und sich wieder mit der äusseren Welt verbindet, ohne dass sie die Verbindung mit der inneren Essenz / Erfahrung verlieren.

Zusammenfassend kann man sagen, dass die untersuchten Retreatträume die Existenz eines vierstufigen Retreatprozesses zeigen, in welchem die Veränderungen der inneren Welt bis zum Ende des Retreats und darüber hinaus bewahrt werden. Das heisst, dass die Retreatants nicht in den ursprünglichen Zustand ihres Bewusstseins (vor dem Retreat) zurück kehren. Interviews nach den Retreats zeigen, dass etwas von dieser inneren Transformation / Veränderung in den Retreatants mehrere Jahre lang andauert. Dieser Effekt ist deutlicher bei langen Retreats.

#### ***Abschnitt 4: Träume als Anzeiger von zunehmend subtilen Bewusstseins-ebenen in den Träumenden***

Ein anderes ausgeprägtes Merkmal der Träume auf Retreat war der Wechsel der Subtilitätsebenen im Laufe des Fortschreitens von Stadium 1 bis 3. Es lassen sich mindestens sieben hauptsächliche Subtilitätsebenen unterscheiden; sie sind gekennzeichnet durch die verschiedenen Qualitäten in der Erfahrung von Träumenden, oft verdeutlicht in auftretenden Personen oder der Landschaft des Hintergrunds. Diese entsprechen genau der Erfahrung eines zunehmend subtileren Selbstgefühls im Verlauf des Retreats. Zum Beispiel fühlen sich Retreatants in den ersten Phasen des Retreats wie wenn sie in die dunkle Unterwelt ihres Innenlebens eingetreten wären. Später ändert sich das und sie bewegen sich aus dieser Unterwelt hinaus zu einem subtileren, unschuldigen und beinahe engelhaften Traumerleben und Selbstgefühl. In einigen Fällen folgt darauf ein sehr subtiles Gefühl des Seins jenseits des existentiellen Zustands, das heisst, die Erfahrung des Traums und das Selbstgefühl haben eine zeitlose, sehr reine und unpersönliche Qualität. Danach zeigen die

Träume ein Fortschreiten zum vierten Stadium, dem Höhepunkt, in welchem der Inhalt der vorhergehenden Stadien weitergeführt wird bis zur Rückkehr in die physische Welt.

Die Idee von Träumen auf Retreat als Indikatoren von sieben möglichen Bewusstseinssebenen entstand, als wir das Traummaterial und die Erfahrungen von Retreatants und Guides mit den sieben klassischen Bewusstseinssebenen verglichen, wie sie in verschiedenen spirituellen Traditionen beschrieben werden (vgl. Literaturangaben 4, 5, 6, 7, 8 und 9).

Die sieben Ebenen, die alle den Rahmen des gewöhnlichen Wachbewusstseins sprengen, werden durch die folgenden Charakteristiken / Qualitäten definiert:

- 1. Ebene eins:**  
**Instinkt des *mind*/des Selbst**

Die Träume sind ziemlich chaotisch und zeigen die Instinktnatur. Die Themen sind eine Mischung aus Angst, Unterdrückung, sexuellen Konflikten, Versuchungen. Obwohl den Retreatants diese Themen oft aus dem Wachbewusstsein bekannt sind, durch mentale Bilder, Gedanken und Gefühle, so erfahren sie nun zusätzlich Schläfrigkeit und Konzentrationsmangel, wie wenn sie in einem Trance-ähnlichen Zustand wären.  
Stadium 1 des Prozesses.
- 2. Ebene zwei:**  
**Kreativität des *mind*/des Selbst**

Der *mind* wird klar und kreativ. Die Retreatants fühlen sich wacher und lebendiger. Träume zeigen die künstlerische und kreative Seite, Humor, Kreativität und grössere Klarheit. Die Instinktnatur verschwindet aus dem Trauminhalt. Die Welt des *mind*, d.h. wie sie über Leute denken, ihre persönlichen Fragestellungen, Vorlieben und Ablehnungen, tauchen in den Träumen auf.  
Diese Erfahrungen kommen am Anfang von Stadium 2, nach den Wiedergeburtsträumen.
- 3. Ebene drei:**  
**Das liebende Selbst**

Die Retreatants werden unschuldig. Der Einfluss des *mind* lässt nach. Die Träume zeigen Qualitäten/Themen wie Schönheit und Harmonie von Menschen oder natürlichen Landschaften. In der Persönlichkeit wächst eine freudigere, liebevolle Herzensnatur. Die Retreatants fühlen sich weniger verbunden mit dem Körper, subtiler.  
Dies wird in Stadium 2 erfahren.
- 4. Ebene vier:**  
**Das weise Selbst**

Die anfänglichen Themen sind negativ, d.h. Verzerrungen der Persönlichkeit werden in den Träumen gezeigt (betrügerische Natur, Angst vor Macht, Eigensinn, Ärger, Wut). Wenn diese Fragen im persönlichen Leben nach dem Retreat anerkannt und gelöst werden, dann zeigen die Träume in späteren Retreats Themen wie Gerechtigkeit, Weisheit, Mitgefühl, Ehrlichkeit. Retreatants erfahren zuerst einen echten Kampf zwischen Dunkelheit und Licht, zwischen den Verzerrungen in ihrer Persönlichkeit und ihrer tieferen inneren (Seelen-)Natur. Die Lösung dieses Streits wird oft durch Träume von Feiern, Festen, Karneval etc. angezeigt.  
Retreatants fühlen sich nun friedlicher. Dies ist immer noch Stadium 2.
- 5. Ebene fünf:**  
**Das engelhaft-religiöse Selbst**

Nun zeigen sich Fragen des Selbstbilds, Gefühle, dass man der spirituellen Suche nicht wert sei. Die Träume zeigen unschuldige Kinder, religiöse Symbole wie das Kreuz, Kirchen, Altäre etc. Später tauchen Qualitäten wie Friedlichkeit, Heiligkeit, Pracht (einer Landschaft) auf. Retreatants beginnen, sich ekstatisch zu fühlen und sind gleichzeitig innerlich gehalten.

- 6. Ebene sechs:** Retreatants werden sehr losgelöst, unpersönlich, verlieren vollständig das Interesse am Körper und der äusseren Welt. Sie fühlen sich innerlich sehr rein. Die Träume zeigen anfänglich Schneelandschaften, weisse Tauben etc.  
Auf dem Höhepunkt dieses Stadiums 2 kommen Träume von Hochzeiten oder Heirat.
- Das reine Selbst**
- 7. Ebene sieben:** Es gibt eine siebte Ebene, jenseits der oben beschriebenen sechs Ebenen, die als vollständig unpersönlich erfahren wird, ausserhalb des Lebens, mit einer transzendenten Qualität, jenseits der Existenz (Zeitlosigkeit). Der Anfang dieses Stadiums ist durch Träume von Sterben und Tod des Retreatant gekennzeichnet. Einige der erfahreneren Retreatants haben berichtet, sie hätten scheinbar unverbundene und ausserweltliche Bilder vor sich aufblitzen sehen. Das Selbstgefühl beginnt sich aufzulösen.  
Dies ist Stadium 3 des Prozesses.
- Der transzendenten Zustand**

Im vierten und letzten Stadium des Retreatprozesses durchlaufen die Retreatants diese Subtilitätsebenen in der umgekehrten Reihenfolge, und doch wird etwas von der Tiefe dieser Erfahrung auch über das Retreat hinaus behalten: die Retreatants gewinnen ein tieferes Verständnis von sich selbst und ein stabileres, tiefgründigeres Selbstbild, das jetzt relativ unabhängig ist von ihren äusseren Lebensumständen und von ihrer ursprünglichen Herkunft (Familie, Geschichte etc.). Dies ist die Folge eines Gefühls für die innere Unvergänglichkeit, Ewigkeit ihres Wesens, ohne Anzeichen von Ego-Inflation, Narzissmus oder Wunscherfüllung. In Nachfolgeuntersuchungen zeigen die Retreatants die feste Überzeugung, dass diese Erfahrungen von Dauer waren, obwohl die Intensität der Erfahrung im Laufe der Zeit abgenommen haben kann.

Es scheint, dass diese Ebenen des subtilen Bewusstseins universellen Charakter haben, da sie Ähnlichkeit haben mit den Bewusstseinssebenen der Yogis, die sich auf den Zustand des *mind* beziehen (Taimni, 1975), der Buddhisten (Bantly, 1992), der Kabbalisten (Wills, 1990), der Sufis (Khan, 1922), der Christen (Peers, 1959), der Muslims (Harris, 1981). Sie enthüllen etwas sehr Fundamentales in unserer menschlichen Natur, jenseits des physischen Körpers, des *mind* und sogar jenseits der Seele.

Ferner geht der Öffnung jeder subtilen Bewusstseinssebene immer ein Kampf mit persönlichen Themen voraus. Diese Themen scheinen konsequent in Einklang zu stehen mit der inneren Stufe oder Bewusstseinssebene, die sich im Retreat gerade öffnet. Ist das Problem einmal gelöst, kann die "Öffnung" voranschreiten. Kann die Person die Frage aber nicht lösen, dann kann sie die folgende Stufe nicht erreichen und bleibt stecken, wie zu erwarten ist, etwa im psychotherapeutischen Prozess.

Es gibt typische Fragen, die gelöst werden müssen, bevor man in die subtilen Ebenen eintreten kann, die mit einem "engelhaften" Selbstgefühl verbunden sind: Der Kampf zwischen Dunkelheit und Licht in uns, die Unterwerfung unseres persönlichen Willens unter einen grösseren Willen, Verzerrungen unserer eigenen Wahrheiten, ein verzerrtes Selbstbild, Schwierigkeiten mit Vergebung, Ärger, sich in der Seele unrein fühlen etc.

Die Auswirkungen dieses Materials auf Psychotherapie und Psychologie sind enorm. Die meisten psychologischen und psychotherapeutischen Modelle beziehen keine Dimensionen der menschlichen Psyche, die jenseits von Körper/*mind*/Emotionen liegen, in ihre Überlegungen ein. Das oben präsentierte Material zeigt, dass dies die Erforschung des

Inneren auf eine sehr eingeschränkte Bewusstseinssebene begrenzt und das Erkennen jeder anderen Realität nicht erlaubt. Berührt der Klient so eine Ebene und berichtet darüber, wird die Erfahrung entweder als Wahnzustand pathologisiert, oder sie wird innerhalb des Paradigmas von Körper/*mind*/Emotionen neu interpretiert.

Dies beschneidet weitgehend die Fähigkeit der Klienten, über wichtige innere Erfahrungen, die in ihrem Bewusstsein auftauchen, nachzudenken und sie zu integrieren. Diese Erfahrungen aber könnten ihnen ein grösseres Verstehen von sich selbst und ihrem Leben bringen. In den letzten Jahren sind transpersonale Modelle von Psychologie und Psychotherapie vorgeschlagen worden, die anfangen, die Möglichkeit der Existenz solcher Bewusstseinssebenen in Betracht zu ziehen (Wilber, 1979; Wilber, Engler & Brown, 1986; Washburn, 1988). Wir hoffen, dass die vorliegenden Forschungen ein neues Interessensgebiet in der therapeutischen Beratung eröffnen werden und dadurch einen Beitrag leisten zur Weiterentwicklung eines allgemein akzeptierten transpersonalen Modells der menschlichen Psyche.

Übersetzung: Ursina Fried-Turnes  
ursina.fried@gmx.net

## **Key References**

- Bantly, F. (1992) *The Dream of the Nine Clouds: A Buddhist contribution to the Philosophy of Religion.* Ph.D. thesis
- Braud, W. & Anderson, R. (1998) *Transpersonal Research Methods for the Social Sciences.* Sage: London
- Engler, J. (1984) *Therapeutic aims in psychotherapy and meditation: Developmental stages in the representation of self.* Journal of Transpersonal Psychotherapy, 1984, 6.1, 25-61
- Harris, T. (1981) *Journey to the Lord of Power* by Ibn 'Arabi. Trns. Terri Harris. East West Publications: London
- Jung, C. (1944, 1954) *Psychology of Alchemy*  
*Alchemical Studies*
- Khan, H.I. (1922) *The Soul Whence and Whither.* Volume 1 of *The Sufi Message of Hazarat Inayat Khan.* Pub. Barrie & Rockliffe, 1960: London
- Peers, A. (1959) *Dark Night of the Soul* by St John of the Cross. Trns. & Ed. Alison Peers. Image: D178
- Taimni, I.K. (1975) *The Science of Yoga* (4th Edition). Wheaton, Il: Theosophical Publishing House
- Washburn, M. (1988) *The Ego and the Dynamic Ground: A transpersonal theory of human development* (2nd edition) SUNY
- Wilber, K. (1979) *A developmental view of consciousness.* Journal of Transpersonal Psychology, 11 (1979)  
*The developmental spectrum and psychopathology: Part I, Stages and types of pathology.* Journal of Transpersonal Psychology, 16, 75-118 (1979)
- Wilber, K., Engler, J. & Brown, D. (1986) *Transformation of consciousness.* New Science Library, Shambhala: London
- Wills, B. (1990) *The Tree of Life.* The Bunty Wills Foundation: London