

## 第一章 坦陀罗<sup>①</sup> 式性行为的精神面

1973年 2月 22日

于印度孟买

经文：

在开始性结合的时候，保持注意着最初的火，继续维持这个样子，避免结束时的余火之灰。

当处于这样的拥抱之中，你的感官像叶子一样地摇动，进入这个摇动。

甚至没有拥抱，你也可以记住那个结合，这是蜕变！

在很高兴地看着一个阔别已久的朋友，要弥漫着这个喜悦。

当在吃东西或喝饮料的时候，变成那个食物或饮料的滋味，而且被那个滋味所充满。

<sup>①</sup> Tantra 一词 是印度教和佛教有关密宗的经典 哲学。狭义指为印度性力派的一部经典。

弗洛伊德在某个地方曾经说过，人一生下来就是神经病的，这是一个“半真理”。人并非生下来就是神经病的，但是他生在一个神经病的人类里，周遭的社会迟早会把每一个人逼成神经病。人一生下来是自然的、真实的、正常的，但是在新生儿变成社会一部分的时候，神经病就开始运作。

就我们目前的情况，我们是神经病的，神经病包含一个分裂，一个深深的分裂，你不是一个整体，你分裂为二，或是分裂为很多部分，这一点必须深刻了解，唯有如此，我们才能够进入坦陀罗。你的感觉和思想已经变成两个不同的东西，这就是基本的神经病，你思考的部分和你感觉的部分已经分裂为二。你跟思考的部分认同，但是却跟感觉的部分认同，然而感觉比思想更真实、比思想更自然，你一生下来就带着一颗感觉的心，而思想是后来才培养出来的，它是社会所给予的，你的感觉已经变成一个被压抑的东西，即使当你说你在感觉，你也只是在想说你在感觉而已。你的感觉已经死掉了。这种情形的发生有几个原因。

当一个小孩子被生下来，他是一个感觉的个体，他能够感觉事情，他还不是一个思考的个体，他是自然的，就好像自然界里面任何自然的东西，就好像一棵树或一只动物，但是我们开始塑造他、培养他，他必须压抑他的感觉，因为如果没有压抑他的感觉，他就会有麻烦，当他想要哭，他不能够哭，因为他的父母不允许他哭，他会受到谴责 如果他喜欢哭 他就不会被珍惜、不会被爱 他并没有按照他本然的样子被接受，他必须好好做，按照一个特

定的意识形态或理想好好地做，唯有如此，他才能够被爱。

父母并不是就他本然的样子来爱他，唯有当他遵守某些规则，他才能够被爱，那些规则是强加上去的，它们是不自然的，因此那个自然的个体就开始压抑。某些不自然的、不真实的东西强加在他上面，这个不真实就是你的头脑。当那个分裂太大的时候，你就无法连接起来，你会完全忘掉你真实的本性，你会变成一个虚假的面目，而原来的面目就丧失了，同时你也害怕去感觉那个原来的面目，因为当你感觉到它的时候，整个社会都会反对你，所以你自己本身就反对你真实的本性。

这创造出一个非常神经病的状态，你不知道你要什么，你不知道你真实的、真正的需要，然后你就继续追求那些不真实的需要，因为只有一颗感觉的心能够给你那个你真实需要的知觉和方向。当你被压抑，你就创造出象征性的需要，比方说，你会继续吃得更多更多，用食物来填满你自己，而或许你会感觉到你永远没有被填满，你的需要是爱，而不是食物，但是食物和爱有着深深的关联，当你爱的需要没有被感觉到，或者是被压抑，一种虚假的对食物的需要就被创造出来，那么你可能会一直吃，因为那个需要是假的，所以它永远无法被满足，而我们就生活在那个虚假的需要里，因此没有满足感。

你想要被爱，那是一个基本需要、那是自然的，但是它可以被转变到一个虚假的层面，比方说如果你试着去吸引别人来注意你，那么这个爱的需要或被爱的需要可能会被感觉成一个虚假的需要，你想要别人注意你，好让

你成为一个政治领袖，有很多群众或许会注意你，但是真正的基本需要是被爱，即使整个世界都注意你，那个基本需要也无法被满足，其实那个基本需要只要藉着一个人的爱就可以被满足，只要藉着一个人出于爱的关怀就可以被满足。

当你爱某一个人，你就会注意他，注意和爱密切相关联的，如果你压抑了爱的需要，它就变成一个象征性的需要，那么你就需要别人的注意，你或许会得到别人的注意，但那是不会满足你的，那个需要是假的，它已经脱离了自然的、基本的需要，这种人格的分裂就是神经病。

坦陀罗是一种非常革命性的观念，它是最古老的，但也是最新的观念，坦陀罗是最古老的传统之一，但也是非传统的，甚至是反传统的，因为坦陀罗说：除非你是完整的、一体的，否则你就错过了整个生命，你不应该停留在分裂的状态，你必须变成一个整体，要怎么样做才能变成一个整体呢？你可以继续思考，但那将不会有所帮助，因为思想是一个划分的技巧，思想是分析性的，它将事情分开，它使事情分裂，感觉是结合的、合成的，它使事情变成一体，所以你可以一直思考、阅读、学习、沉思，但是那将不会有所帮助，除非你退回到感觉的中心，但那是非常困难的，因为即使当我们想到那个感觉的中心，我们也是在想！

当你告诉某人：“我爱你。”你要觉知到那只是一个思想或是一个感觉，如果那只是一个思想，那么你就错失了某些东西，感觉是属于整体的：你的整个身体、头脑以及每一样东西都包含在内。在思考当中，只有你的头脑被包

含进去，而即使那个也是不完全的，也只是片断而已，只是一道飞逝而过的思想，在下一个片刻它或许就不存在了，只有一个片断被包含进去，这种情况在生命里产生很多悲哀，因为用一个片断的思想，你是在给予一个你无法实现的承诺，你可以说：“我爱你，我将永远爱你。”然而，第二部分是一个你无法实现的承诺，因为它来自一个片断的思想，你的整个存在并没有包含在它里面，当那个片断消失、当那个思想不复存在，那么你明天将要怎么办？如此一来，那个承诺将会变成一个枷锁。

萨特在某个地方曾经说过，每一个承诺都会变成虚假的，你无法承诺，因为你不是完整的，只是一部分的你在承诺，而当那一部分已经不在宝座上，当那一部分已经被其他部分所接管，你将怎么办？谁将要来履行那个承诺？伪君子就产生了，因为当你继续试着去履行，假装你是在履行，那么每一样东西都会变得虚假。坦陀罗说：深深地落入你内在的感觉中心。要怎么做才能够达到这样呢？现在我将进入经文，这些经文、每一段经文，都是要使你完整的一个努力。

### 第一段经文：

在开始性结合的时候，保持注意着最初的火，继续维持这个样子，避免结束时的余火之灰。

性可以是一个非常深的满足，性可以将你丢回到你的完整状态，丢回到你自然的、真实的存在，它之所以能

够如此是有很多原因的，那些原因必须被了解，首先，性是一个全然的行为，你被丢出你的头脑，你被弄得不平衡，因此大家对性有很多恐惧，你跟头脑认同，而性是一个没有头脑无心的行为 你变成不用头脑的 在那个行为当中你没有任何头脑，没有心理的过程，如果有任何心理的过程，那么它就不是一个真实的、真正的性行为，那么就没有性高潮、没有满足，那么性行为本身就变成一个局部的事情，变成某种头脑的事情，它“已经”变成如此。

整个世界都对性有那么多渴望、那么多色欲，这并不是因为整个世界都变得更具备性，而是因为你甚至无法以一个全然的行为来享受性。以前的世界更具备性，所以并没有那么渴望性，这个渴望显示出：那个真实的已经丧失了，而只剩那个虚假的。整个现代的头脑都已经变得更朝向性，因为真正的性行为本身已经不复存在了，即使性行为也被转移到头脑，它已经变成心理的。我们用头脑来想它。

有很多人来找我，他们说他们一直在想性，他们藉着思考它、阅读它以及看春宫照片来享受，他们在享受这些事情，但是当真正的性行为来临时，他们突然觉得他们不感兴趣，他们甚至觉得他们变成性无能。当他们在思考的时候，他们可以感觉到生命的能量，但是当他们要进入真正的行为时，他们觉得没有能量，甚至没有欲望，他们觉得他们的身体已经死了。

他们到底怎么了？甚至性行为也变成心理的，他们只能去想去而不能去做它 因为“做”会涉及他们的整体存在，每当涉及整体的时候，头脑就变得不安，因为它

就不再能够是它的主人，它就不能够再控制。

坦陀罗使用性行为来使你完整，但是你必须非常静心进入它，你必须忘掉所有你曾经听过的关于性的事情，你必须忘掉所有你曾经学习的关于性的事情，你必须忘掉所有社会、教堂、宗教、老师所教给你的关于性的事情而进入它。忘掉一切，而全然地进入它。忘掉控制，控制是障碍，要被性所占有，而不要去控制它。疯狂地进入它“无心”的状态看起来好像是发疯。变成身体、变成动物，因为动物是完整的，就现代人而言，似乎只有性能够最容易使你完整，因为性是你里面最深的生物中心，你是由它所生出来的，你的每一个细胞都是性细胞，你的整个身体都是性能量的现象。

第一段经文说：“在开始性结合的时候，保持注意着最初的火继续维持这个样子避免结束时的余火之灰。”这会使整个事情都变得不同，对你而言。性行为是一个发泄，所以当你进入它的时候，你是急急忙忙的，你只求发泄，过多的能量被发泄出来，你就觉得比较镇定，这个镇定只是一种虚弱。过多的能量创造出紧张和兴奋，你觉得必须去做某些事。当能量被发泄出来，你觉得虚弱，你或许会把这个虚弱看成是放松，因为你已经不再兴奋，过多的能量已经不复存在，你可以放松，但是这个放松是一个负向的放松，如果你只能藉着丢出能量而放松，它的代价是非常高的，而这个放松只能够是身体的，它无法进入更深也无法成为灵性的。

这个第一段经文说：不要匆忙，不要渴望结束，停留在最初的阶段。性行为有两个部分：开始和结束。停留在

开始的阶段，开始的部分更放松、更温暖，不要急急忙忙地走到终点 完全忘掉终点“；在开始性结合的时候 保持注意着最初的火。”当你能量洋溢的时候，不要想去发泄它 要保持能量洋溢 不要寻求射精 完全忘掉它。在这个温暖的最初阶段 要成为完整的，跟你所爱的或你的爱人在一起，就好像你们已经成为一体，创造出一个圆圈。

有三个可能性，两个爱人会合可以创造出三个图形，三个几何图形，或许你已经读过或甚至看过古老的炼金术图画，在那个图画里，一个裸体的男人和一个裸体的女人站在三个几何图形里面，一个是正方形，另一个是三角形，第三个是圆形。

这是性行为的古老炼金术和坦陀罗分析的一种。就一般而言 当你在性行为里 有四个人 而不是两个人 这是方形：有四个角，因为你本身被分为二，被分为思想的部分和感觉的部分，你的同伴也被分为二，你们变成四个人。这不是两个人的会合，而是四个人会合，它是一个群众，所以很可能并没有真正深刻的会合。有四个角，那个会合是虚假的，它看起来好像是一个会合，但其实不然，在那里面很可能没有深层的沟通，因为你较深的部分被隐藏起来了，而你所钟爱的人较深的部分也被隐藏起来了，只有两个头在会合，只有两个思考的过程在会合，而不是两个感觉的过程在会合，感觉的过程被隐藏起来了。

第二种形式的会合可以像一个三角形，你是其中的两个角，你是三角形基端的两个角，偶尔你变成一体，好像三角形的第三个角，偶尔你的二分性丧失而变成一体，

这比四方形的会合还好，因为至少有一个片刻你是一体的，那个一体给你健康和生命力，你再度感觉活生生和年轻。

但是第三种是最好的，第三种就是坦陀罗的会合：你变成一个圆圈，没有角，那个会合并非只是一下子，那个会合真的是非暂时性的，在它里面没有时间，这样的情形只有当你不寻求射精的时候才能够发生，如果你寻求射精，那么它就变成一个三角形的会合，因为你一射精，那个接触点就丧失了。

停留在开始的阶段，不要走到终点，要怎么样才能停留在开始的阶段呢？有很多事必须记住，首先，不要把性行为看成达到任何地方的一个方法，不要将它视为一个手段，它本身就是目的，它是没有结束的，它不是一个手段。第二，不要想到未来，停留在现在，如果你无法在性行为开始的部分停留在现在，你就永远无法停留在现在，因为那个行为的本质就是你被丢入现在。

停留在现在，享受两个身体、两个灵魂的会合，互相没入对方、互相融入对方，完全抛开你要去那里的观念，停留在当下这个片刻，不要到任何地方，将自己融解，两个人在温暖和爱的气氛之下互相融入对方。那就是为什么，如果没有爱，性行为是一个匆忙的行为，你在使用对方，对方只是一个工具，而对方也在使用你，你们在互相剥削，而不是互相没入对方。如果有爱的话，那么你们就可以合并，这个在开始阶段的合并将会给予很多新的洞见。

如果你不是匆匆忙忙地去完成那个行为，那个行为

性的成份就变得越来越少，而灵性的成份就变得越来越  
多，性器官也互相融入对方，一个深的、宁静的沟通发生  
在两个身体的能量之间，然后你们两个就能够维持在一  
起好几个小时 随着时间的经过 这种“在一起”可以进入  
更深、更深 但是不要去思考 停留在那个片刻 深深地融  
入 它变成一个狂喜、一个三摩地（宇宙意识）

如果你能够知道这个，如果你能够感觉和了解这个，  
你性的头脑将会变成非性的，一个非常深的无欲就可以  
被达成，无欲可以透过它来达成。

这看起来是似非而是的，因为我们一直都认为，如果  
一个人要保持无欲，他必须不看异性，他必须不跟异性会  
合，他必须避免或逃避，如此一来，就会产生一个非常虚  
假的无欲，头脑会一直想到异性，你越是逃开异性，你就  
想得越多，因为这是一个基本的、深刻的需要。

坦陀罗说 不要试着去逃避 那是不可能的 反之 可  
以使用自然本身来超越。不要争斗，接受自然，这样你才  
能够超越它。如果这个跟你所钟爱的或是你的爱人的深  
层结合被延长了，而头脑不要想到任何终点，那么你就  
能够只是停留在起点。兴奋就是能量，你可以丧失它，你  
可以达到一个顶点，然后那个能量就丧失了，沮丧将会随  
之而来，虚弱将会随之而来，或许你可以将它视为放松，但  
那是负向的。

坦陀罗给你一个更高层面的、正向的放松，两个同伴  
互相融入对方，互相给予对方生命力，他们变成一个圆  
圈，他们的能量开始在一个圆圈里面移动，他们互相给予  
生命、更新生命 没有丧失能量 反而得到更多的能量。因

为透过跟异性的接触，你的每一个细胞都被挑战、被激动，如果你能够融入那个兴奋，而不要将它引导到顶点，如果你能够停留在起点而不要变热，只要保持温暖，那么两个“温暖”就能够会合，而你就能够将那个行为延得很长。没有射精、没有将能量丢出，它就变成一个静心，透过它，你就变成完整的，透过它，你分裂的人格就不再分裂，它就被连接起来了。

所有的神经病都是一个“分裂”，如果你再度被连接起来，你就再度变成一个小孩子——天真的。一旦你知道了这个天真，你就可以按照社会的需要，继续在社会里面行动，但是如此一来，那个行为就只是一出戏，或一个表演，你并没有涉入它里面，它是一个需求，所以你做它，但是你不在于它里面，你只是在演戏。

你必须使用不真实的面目，因为你生活在一个不真实的世界，否则世界将会压扁你，而且扼杀你。我们已经扼杀很多真实的面目，我们将耶稣钉在十字架，因为他以一个真实的人来行动，而不真实的社会无法忍受它。人们毒死苏格拉底，因为他以一个真实的人来行动。要按照社会的要求来行动，不要为你自己或其他人创造出不必要的麻烦，一旦你知道了你真实的存在，以及你的完整性，不真实的社会就无法把你逼成神经病，它无法使你发疯。

“在开始性结合的时候，保持注意着最初的火，继续维持这个样子，避免结束时的余火之灰。”如果有射精，能量就发散了，那么就不再有了火，你只是将你的能量释放出来，而没有得到任何东西。

## 第二段经文：

当处于这样的拥抱之中，你的感官像叶子一样地摇动，进入这个摇动。

当处于这样的拥抱之中，当跟你所爱的或是你的爱人在深深的沟通之中，你的感官像叶子一样地摇动，进入这个摇动。我们甚至会变得害怕：当做爱的时候，你甚至不让你的身体移动太多，因为如果你让你的身体移动太多，那个性行为就会散布你的全身。当它只是局限在性中心的时候，你能够控制它，头脑可以保持控制；当它散布到你的全身，你就无法控制它，你或许会开始摇动，你或许会开始尖叫，但是一旦由身体来接管，你将无法控制你的身体。

我们压抑移动，尤其，在全世界，我们压抑所有女人的移动（摇动），保持就像一个死的身体，你对她们做一些事，她们不对你做任何事，她们只是被动的伙伴，为什么会这样呢？为什么在全世界男人都以这种方式来压抑女人？有一个害怕，因为一旦女人被身体所支配，男人就很难满足她，因为女人能够有一连串的性高潮，而男人无法如此，男人只能够有一次性高潮，女人可以有一连串的性高潮。有一些多重性高潮的个案被报道出来，任何女人在一个连续的情况下，至少能够有三次性高潮，但是男人只能够有一次，随着男人的性高潮，女人就被激起了，而准备进入再次的性高潮，这样的话，事情就变困难了，那么要如何来操作！

她马上需要另外的男人，而群体的性是一个禁忌，在全世界，我们都创造出一夫一妻制的社会，我们似乎觉得最好去压抑女人，所以，事实上，有百分之八十到百分之九十的女人从来不知道什么叫做性高潮，她们能够生孩子，那是另外一回事，她们能够满足男人，那也是另外一回事，但是她们本身永远没有被满足，所以如果你在全世界看到女人如此地痛苦、悲伤、挫折 那是自然的 因为她们的基本需要没有被满足。

摇动是很好的，因为当你在性行为里面摇动，能量就开始全身震动，身体的每一个细胞都涉入，每一个细胞都变成活生生的，因为每一个细胞都是性细胞。

当你被生下来的时候，两个性细胞会合在一起，你的存在就被创造出来了，你的身体就被创造出来了，那两个性细胞存在于你身体里面的每一个地方，它们一直复制、再复制，但是你的基本单位还是那两个性细胞。当你全身摇动，它并不只是你跟你的爱人会合，同样地，在你的身体里面，每一个细胞都跟相反的细胞会合，这个震动可以将这种现象显示出来，它将会看起来像动物一样，但人是一种动物，动物也没有什么不对。

第二段经文说：“当处于这样的拥抱之中，你的感官像叶子一样地摇动……”一阵大风在吹，然后树木在摇动，即使根也在摇动，每一片叶子都在摇动，要像一棵树。一阵大风在吹，而性就是一阵大风，一个很大的能量吹透了你 摇动：震动：让你身体的每一个细胞跳舞，两个人都必须如此，爱人也在跳舞，每一个细胞都在震动，唯有如此，你们两个人才能够会合，那么那个会合就不是心理

的 那是你们生物能量的会合。

进入这个摇动，当摇动的时候，不要保持疏离，不要成为一个旁观者，因为头脑是一个旁观者，不要保持冷漠！成为那个摇动，变成那个摇动。忘掉每一件事情，变成那个摇动。并不是你的身体在摇动 那是“你”你的整个人在摇动，你变成那个摇动本身，那么就不是两个身体、两个头脑。在开始的时候 有两个摇动的能量 而在结束的时候就只是一个圆圈——不是两个。

在这个圆圈里将会发生什么呢？第一，你将会成为一个存在性力量的一部分。不是一个社会的头脑，而是一个存在的力量，你将会成为整个宇宙的一部分，在那个摇动之中，你将会成为整个宇宙的一部份，那个片刻是属于伟大的创造，你在融入之前是一个固体状的身体，但是之后你变成液体状的，互相流进对方，头脑消失了、分裂消失了 你成为一个整体。

这就是“非二分”如果你无法感觉到这个非二分 那么所有非二分的哲学都是无用的，它们只是文字，唯有当你知道了这个非二分的存在性片刻，你才能够了解《优婆尼沙经》、你才能够了解神秘家。当他们在谈论宇宙性的一体或是一个整体时，你才能够了解他们在说什么，那么你就不是跟世界分开的，你不是异于它的，那么整个存在就变成你的家，如果你有“现在我处于存在里面的家”那种感觉，那么所有的烦恼就消失了，那么就没有身心的极度痛苦、没有争斗、没有冲突 这就是老子所称的道 或山卡拉所称的阿达外塔 (adwaita 非二分) 你可以自己选择你自己喜欢用的字，但是透过一个深深的爱的拥抱，可以

很容易地感觉到它。要成为活生生的、摇动的，而且成为摇动本身。

第三段经文：

甚至没有拥抱，你也可以记住那个结合，这是蜕变！

一旦你知道这个，甚至伴侣都不需要了，你可以只记住那个行为，然后进入它，但是首先你必须要有那个感觉，如果你知道那个感觉，不要伴侣你也可以进入那个行为，这有一些困难，但它可能发生。除非它能够发生，你将必须继续依靠别人。有一个依靠会产生，它的发生可以来自很多原因，如果你有那种感觉，如果你知道当你不存在，而只有一个震动的能量变成一体、而且跟伴侣成为一个圆圈的那个片刻，那么，在那个片刻当中没有伴侣，在那个片刻，只有你存在，但对你的伴侣来讲，你是不存在的，只有他或她存在 那个“一”存在你里面的中心 伴侣已经不在。女人比较容易有这种感觉，因此她们在做爱的时候总是闭起眼睛。

在使用这个技巧时，把眼睛闭起来会比较好，那么，就只有内在圆圈的感觉、内在一体的感觉会存在，然后你要记住它。闭起双眼，躺下来，就好像你跟你的伴侣在一起，只要记住，而且开始感觉它，你的身体将会开始摇动和震动，让它去！完全忘掉别人不在那里，要好像别人在场一样地行动。唯有在开始的时候它是“好像”，一旦你知道了，它就不是“好像”那么别人是在那里。

要好像你真正进入爱的行为一样地行动，做任何如果你的伴侣在场你会做的事，尖叫、移动、摇动，很快地，那个圆圈就会在那里，那个圆圈是奇迹般的。很快地，你将会感觉到那个圆圈被创造出来。但是现在这个圆圈并不是跟一个男人或女人在一起才创造出来的。如果你是男人，那么整个宇宙就变成女人；如果你是女人，那么整个宇宙就变成男人，如此一来，你是在跟存在本身作深层的沟通，而那个门——别人——已经不在那里。

别人只是一个门、当跟一个女人做爱，实际上你是跟存在本身在做爱，女人只是一个门，男人只是一个门，别人只是‘整体’的一个门。但是因为你太匆忙了，以致于你从来没有感觉到它，如果你们有好几个小时停留在深层的沟通、彼此拥抱在一起，你将会忘掉对方，而对方将会只是变成‘整体’的一个分支。一旦你通晓了这个技巧，你就可以单独使用它，而当你能够单独使用它，它就给你一个新的自由——免于别人的自由。

真的，整个存在会变成那个别人、变成你所钟爱的或是你的爱人，那么，这个技巧就可以继续使用。一个人可以停留在跟存在经常性的深层沟通之中，然后你也可以在其他的层面做它。早晨散步的时候，你可以做它，那么你就跟空气、跟上升的太阳、跟星星、跟树木作深层的沟通；晚上凝视星星的时候，你也可以做它；注视月亮的时候，你也可以做，一旦你知道它如何发生，你就能够跟整个宇宙处于性行为之中。

但是从人开始是好的，因为他们是最接近你的——整个宇宙最接近的部分，但他们是可以不要的，你可以跳

过去 完全忘掉那个门。“甚至只有记住那个结合 就是蜕变。”你将会被改变、你将会变成新的。

坦陀罗使用性当成工具，它是能量，它可以当成工具被使用，它能够改变你、它能够给你超越的状态，但是我们使用性，它对我们看起来很困难，因为他们以一种非常错误的方式来使用它，而那个错误的方式是不自然的，即使动物也比我们更好，它们以一种自然的方式来使用它，而我们的方式是歪曲的，我们经常灌输给人们说性是罪恶，这种情形已经在你里面创造出一个深深的障碍，你从来不允许你自己完全放开，总是有某些东西冷漠地站在那里责备，甚至对于新一代也是如此。他们或许会说他们没有重负，他们没有被性困扰，性对他们不是一项禁忌，但是你无法那么容易地卸下你潜意识的重担，它是多少世纪以来所建立起来的，整个人类的过去都在那里，所以，虽然你或许并没有有意识地将它谴责成罪恶，但是潜意识还是经常在责备它，因此你从来没有全然进入性里面，某些东西总是被留在外面，那些被留在外面的部分创造出分裂。

坦陀罗说：要全然进入它。忘掉你自己，忘掉你的文明、你的宗教、你的文化、你的意识形态，忘掉每一样东西 只要进入那个性行为 全然地进入它 毫无保留 变成绝对不思想，唯有如此，那个你跟某人成为一体的觉知才能够发生，然后，这个一体感的感受可以从伴侣那边分离出来，而可以使用在跟整个宇宙合为一体。你可以跟树木、跟星星、跟任何东西处于性行为之中，一旦你知道如何创造出这个圆圈，你就可以跟任何东西创造出这个圆