

拉玛灵刚（Ramalingam）简传

This ebook can be downloaded from
www.vallalar.org
www.vallalarSpace.com

Translation by
Ms Fangqi Huang

拉玛灵刚（Ramalingam）简传

1874 年 1 月 30 日，离泰米尔纳德邦（Tamil Nadu）不远的一个安静的村庄，美杜古邦（Mettukuppam），有一座古老的寺院。就在这座寺院的庭院里，一位文弱的老者，眼神温和而哀伤，正对着一群弟子说话。老者头部及身体以白布包裹，神情慈悲而谦恭。说法完毕，老者起身走入寺院，弟子们默默尾随。他走向寺院后部一个小房间，在门口转身看了看弟子，举臂挥手以示告别与祝福，然后进入房间，把门关上，并且交待弟子从门外把门锁上。于是弟子们以大挂锁把门锁上。房间的一道墙上有一小窗户，也已锁紧，除此之外，没有任何开口。房间陷入一片黑暗，弥漫着神秘氛围。

在此之前，这位圣者已告知弟子，他即将告别肉身，转入星界。现在，他隐身静处，正是为这最后旅程作准备。

接下来的日子里，有弟子悄悄开锁往房内窥探一二次。他们所见到的是让人难以置信的一团迷蒙雾气，依稀是圣者躺在长凳上，隐隐灭去的形状，于是惊慌又把门锁上，再也不敢探视。

圣者把自己锁于小房之事渐渐传出。由于圣者曾谈起他活着分解肉身的可能性，此一消息引起不少议论。许多人相信他的话，知道时候到了。然而也有一些人表示怀疑，以为圣者被其所谓的弟子强行关于小房，以达成诡计。

消息传到马德拉斯政府时，已是三个月后的事。数名官员因疑其中有诈，前来调查。在他们命令之下，门被打开，里边却不见人影，在场者皆感诧异惊奇。官员把整座寺院彻底搜查，没发现任何可疑形迹；继而盘问圣者的弟子们，也觉得他们都是简朴老实之人。如此一来，正如圣者所预先宣说，他已达至不可达成的境地。他以不舍弃肉身的方式从大众的眼前消失离去。

这位老者就是圣者拉玛灵刚（Swami Ramalingam），19 世纪泰米尔纳德邦的神秘圣者。直至今日，仍然有对于圣者神秘消失表示怀疑之人，于是他们对此给与理性的解释。这也是自古如此，因为这般超乎寻常的现象超越了一般生活常理。

然而，从圣者的一生与他的著述当中，我们都可找到他最终确实是形体消散的证据，这些证据都明显地指出了圣者一生都在为这最后的成果做准备。他一直都告诉弟子们说他将进入永世，而这过程中，他并不会舍弃肉身，而会把它转换成微细、无形、不朽之身。他在早期的诗句当中常表达出他希望通过获得超越死亡或毁

灭的完美的天界之身而达至神人交融之境界，这个愿望到了晚期的诗集，已经变成了十足的信心。

“主，请用您的身躯与灵魂来取代我的身躯与灵魂”

“……让这肉身得以变成一组光……”

“我将这皮肉骨头之身转化成闪耀金光”

“您给予了我不可摧灭的永恒之体”

“慈悲、知识、爱及不毁之身——这些都是您所恩赐”

圣者到了晚年，身体变得纤细而半透明，他的弟子曾记录，他没有明确身影，人们也曾尝试给他拍照，然而因为光线能透过他的身体，所以并未拍出清晰影像，所拍出来的只有他的衣服以及朦胧不清的面孔和四肢。他凭纯净的生活方式和清苦的瑜伽修行获得如此半透明之身，形体消散的境界可谓近在咫尺。

诚然，圣者拉玛灵刚的成就非比寻常，对于理性主义者而言还是可疑的事迹，然而对于泰米尔成就者修行传统（**Tamil Siddha**）多少有所认识之人，这是完全可能的。在泰米尔国家也曾有这样的成就者。湿婆圣者玛尼卡法萨嘎尔（**Manickavasagar**）是一个例子，蒂汝那弗卡拉萨尔（**Tirunavukarasar**）又是一例。许多成就者（**siddha**）也就此写过论著。一位伟大的泰米尔成就者古玛拉蒂法（**Kumaradeva**）写道：“如果灵魂把肉体留下，那它一定会再次回到世间投身于另一个肉体。只有当肉体完全转变成星体，它才会得到最终的解脱而与至尊结合。”另一位伟大神秘行者蒂汝牧拉尔（**Tirumoolar**）说：“永生只有在肉体达到了无死方才可能。”达裕玛纳法尔（**Tayumanavar**）则说：“伟大的奚地（**siddhi**，成就之意）所达至的，就是将肉身从粗糙的性质蜕变成超感觉之星体。”

圣者拉玛灵刚自己则说：“永恒的极乐即是与上帝合一。能达此境者已将不净肉身转化成清静金体，继而将清静之身转变成超感觉的灵性之体。”

这种灵性之体，唯有生活清静至极、内心充满爱与慈悲，并且行极奥秘之苦行的最杰出的瑜伽士才能获得。圣者拉玛灵刚过的正是如此清静的一生。心灵纯净、对他人疾苦深切关心、对一切生命无限慈悲，这就是拉玛灵刚的三个特质。他极致温和善良、敏感细腻，从不伤害任何生命，也不忍心看到细小的动物遭遇任何伤害。枯萎的植物使他悲伤；残暴的毁灭性武器使他心悸；各式各样的捕捉动物的夹子、罗网、诱饵使他颤抖；被拒于门外的乞丐使他神伤。伟大的慈善家、哲学家艾伯特·史怀哲（**Albert Schweitzer**）曾说：“这是真正具有德行的圣者，不粉碎在阳光里闪烁的冰晶，不摘下树上的叶子，也不破坏任何花朵。”拉玛灵刚完全符合这样的形容。

他在他的一生里充分展现了这样的慈悲心，对人们的肉体及心灵的安康深切关心，并且肩负了两项巨大的爱的使命。一是解除贫困者的饥饿，二是为人们铺展正当的人生道路。

尽管从神秘修行的观点来看，他的一生是为了解脱以及与上帝的最终结合，然而他基本的生活观却异于其他神秘修行者。他并没有隐居秘处迈向解脱，而在平凡人当中活得像所有平凡人一样，与他们共享欢乐，同担忧伤。他认为，他个人的解脱与他对一切生命的爱惜及人们灵性上的提升有着密切的关系。与耶稣一样，他教导的是不分界线的博爱及手足之情，他也宣扬了上帝作为父亲无限的爱，并且相信自己是极荣幸的上帝之子，下凡间来为人类展示永生之道。

神秘修道者、人道主义者及预言家集聚一身，使他成为这世界上罕见的一位巨人。

拉玛灵刚生于 1823 年 10 月 5 日，在泰米尔纳德邦的南阿尔果德县（South Arcot）临近法达鲁尔（Vadalur）的一个叫玛鲁杜尔（Marudhur）的小村庄。他是拉玛亚（Ramiah）的第五个孩子，也是最后一个孩子。拉玛亚是村里的一名官员，妻子欣那玛（Sinnamma）是虔诚的教徒。拉玛灵刚有两个姐姐、两个哥哥。他的出生被视为是特别的，传说在他出生的一年前，有位圣者到访拉玛亚家里。欣那玛对这位圣者盛情款待，圣者临走前，对欣那玛说：“你解除了我的饥饿，不久之后你们家将有一个神圣之子诞生，他将会解除无数人的饥饿，成为伟大的圣人，引领世界走上正义之道。”据说，圣者说完，走出房子，就神秘消失在街道中。

当拉玛灵刚五个月大的时候，他家人到齐丹巴兰（Chidambaram）的那塔拉加（Nataraja）寺去礼拜。据说，当婴儿拉玛灵刚被带到寺院最里边供奉着宇宙之谜“非有”（non-being）的神龛，他若有所知凝视着这宇宙之谜，喜滋滋地挥手。在场者皆感惊愕，因为一般五个月大的婴儿不会有如此反应。这是婴儿拉玛灵刚对神灵的初体验。

拉玛灵刚只有六个月大，其父拉玛亚就过世。约两个月后，欣那玛带着五个孩子到她的故乡欣那卡法南（Sinnakavanam）村，和她家人住在一起。数年后，一家搬到了马德拉斯。长子萨巴帕蒂（Sabapathy）已长大，背负着养活一家人的重任。他曾受教于大学者甘吉布拉州（Conjeevaram）的萨巴帕蒂牧达李尔（Sabapathy Mudaliar），精通泰米尔古典和语法以及史诗、往事书（Puranas），并且还掌握了讲授史诗中道德精髓之术。现在，他以授课所获取的微薄薪金维持家计。

拉玛灵刚五岁的时候，被送到学校念书。然而这孩子对学校没有好感，从学校溜出来，或是闲站在寺院附近，或是游荡于旷野凝望花鸟。萨巴帕蒂见自己的小弟不喜欢上学，于是担起了在家亲自给他授课的任务，然而也未见多大效果。萨巴

帕蒂正在解说之时，拉玛灵刚就坐在他眼前木然凝视着无形之物，耳朵听着无声之音。萨巴帕蒂见弟弟心不在焉，时不时把他拉回眼前，但是孩子依然如故。

尽管拉玛灵刚不爱被教导，然而他对学习并不讨厌。他热切渴望探知事物的本质精髓，喜好自己读书，却不爱机械地背诵句子、语法规则以及乏味的经文。这一点他哥哥并不理解。于是在尝试了几年以后，萨巴帕蒂自觉无法继续教授他弟弟，把他送往他老师萨巴帕蒂牧达李尔处学习。这位学者很快就发现这孩子是个天才，不需要老师指导，但他无法使萨巴帕蒂理解这点，因而借故拒绝教导拉玛灵刚。

萨巴帕蒂于是下了结论，认为他弟弟是彻底的无能之辈。此时，他已娶妻，成为一家之主，他妻子帕巴玛（Pappamma）是个非常善良的女人，对这小弟弟疼爱有加。但是萨巴帕蒂对拉玛灵刚已失去耐心，严厉警告他若再不改正，在家里就无立身之地，也告诉帕巴玛如果他疏于学习，在家不可对他予以理会。

于是，拉玛灵刚又到处游荡。然而，他从不与村里的其他男孩闲荡。他喜欢独处，常常自我沉思。他寻找清静之处，一天就沉浸在静思当中。到了深夜，他就悄悄地回家，在后院等候。他充满慈爱、待他如子的嫂子就会瞒着丈夫给他带食物。几个月就这样过去了，后来萨巴帕蒂虽然得知此事，但是他心想，还是不干预为妙。

一天，为了纪念父亲逝世，家里举行庆贺活动，并且有盛大的宴会。萨巴帕蒂因为弟弟无法在这日子与他共餐，深感哀伤，帕巴玛也为此甚为难过。拉玛灵刚跟往常一样，深夜方归，当帕巴玛为他送上已冷却的上午的剩菜，她眼里泛着泪水。拉玛灵刚颇为感动，于是轻轻问她，要他怎么做。帕巴玛哀求他不要再继续过他的流浪生活而伤了哥哥的心。若是他能呆在家里好好念书，大家该有多高兴！拉玛灵刚听从她的意思，答应呆在家里，然而却要求有自己专用的房间，并且让他一个人与书本共处，说他不需要任何指导，他会自己学习。帕巴玛把话传达给萨巴帕蒂，他轻易就许可了。第二天，拉玛灵刚被分配了二楼的一个他专用房间。

拉玛灵刚也要求给他送一面大镜子和一些香，家人都及时给他送上。他带着书本，进入房间就把门关上。没有人知道他在里边做什么，然而他一定是看了很多书籍并且做了深沉的静修。后来人们才得知原来镜子在他静修训练当中扮演了至关重要的角色，他也在镜子里看到了神秘的影像。

萨巴帕蒂现在高兴了。他接受了弟弟的学习方法，尽管他并没有把它放在心上。不久以后，他才见证了他小弟过人的天资。

一般，当萨巴帕蒂授课时，身边有一位助手协助他朗读正文和旁注。他原来的助手是一位虔诚的妇女，一天晚上这位妇女身体不适，于是萨巴帕蒂派了拉玛灵刚代替。他答应了，并且表现极为出色。他的语调清晰且充满自信，更在恰当的部分予以强调。萨巴帕蒂非常高兴，那天以后，拉玛灵刚就成了他的助手。

一天晚上，萨巴帕蒂身体状况欠佳，便派拉玛灵刚去取消当晚的课。然而当拉玛灵刚到场时，大家已经集合并且热切期待着讲演开始，听到拉玛灵刚带来的消息，他们都失望已极，要求拉玛灵刚不要取消讲演，代替哥哥给他们讲授一些别的内容。拉玛灵刚开始没有信心，但是在众人的坚持之下，开始授课。他的讲演显然比哥哥的更出色精彩，听众都听得出神。他们对他的表现十分赞叹，请求他此后代替哥哥给他们演说。当这消息传到萨巴帕蒂耳里，他感到十分讶异。为了确认，一天晚上他在弟弟不知情的情况下出席了讲演。听了弟弟的演说之后，他为弟弟杰出的才华震撼不已，明白了弟弟有超凡的灵性，于是欣然允许弟弟代替他的位置，他自己则另外找地方授课。

就这样，拉玛灵刚备受众人爱戴，但是他对赞美或名誉并不在乎，甚至连他授课所得报酬他也丝毫不碰。对上帝祈祷是他唯一的喜悦，通过灵修，他继续保持与上帝的致密交融。

这个时候，拉玛灵刚已经对泰米尔祈祷文有深广的了解，对哲学也甚为精通。他似乎都是靠直觉来领会，并且觉得知识与智慧都直接来自上帝。他作诗的能力也已提高，开始创作一些了不起的赞美诗。

九岁的时候，他经历了一次神秘的体验。有一天，他感觉到心中有一股莫名的喜悦，知道这是上帝的力量降临，赋予他丰富的新的生命力。那天起，他整个人充满了神灵的能量，而之后，他创作的圣歌里，处处描述上帝自他孩童时期就完全占据了他的肉身、给予他源源不绝的慈悲等内容。他因自己与上帝合一而喜不自胜、引以为豪，这在他众多的圣歌里随处可见。

随着岁月流逝，他对神明的虔诚日益增强，感觉变得更为敏锐，他的生命充满着对所有生命形态的慈悲。他坚信，上帝的旨意是让他过慈爱与纯净的一生，以引导人们走向通往上帝之路。

人们开始以他为灵性导师，他的身边聚集了一些弟子。于是他为他们宣讲上帝至高无上的爱与慈悲。他规劝人们去认识上帝并且爱护同胞，宣扬正义与道德，劝导人们远离所有罪恶。他鼓励人们过清净的生活，以感受他们内心的上帝。他本身过的就是这样纯净、充满爱心的一生。这段期间发生了一个小故事，无可置疑证明他确实是纯洁无上的圣者。在蒂汝弗蒂裕尔（Tiruvottiyur），有一个瑜伽士，总是赤身裸体蹲在房子外，观看街上路过的人。他裸露身体，以表示对人类的罪恶嗤之以鼻。因为他能看穿人们恶毒的心灵，他常常以各种动物叫唤路人，如猪、驴、狗、狐狸等。据他所说，那些人当中没有一个是真正的人。一天，圣者拉玛灵刚路过该处。光身的瑜伽士从没见过拉玛灵刚，但是当他一见到拉玛灵刚，他马上起立，以双手遮蔽身体惊呼：“这才是纯洁的人啊！”

拉玛灵刚二十出头的时候，亲戚们认为他已到了适婚年龄，他自身却十分清楚婚姻生活并不适合他，所以一直避开这件事。然而当他二十七岁之时，这股压力

变得相当巨大，母亲、哥哥及姐姐们开始催促他。也许是一时恼怒，而且深知他别无选择，他终于答应了。按照习俗，新娘是一位姐姐的女儿。为了让亲戚满意，拉玛灵刚进行了婚礼。然而洞房之夜，圣者向新娘表明他内心的意向，可怜的新娘耐心地倾听。他继而取出经书，整个晚上都只看书。新娘了解她丈夫灵性上的纯洁，坚强地忍受下来。尽管他无比圣洁，然而他何以不顾新娘的处境而答应了如此荒谬的婚事，却是让人找不到合理的理由。后来，他的一些诗作也反映了他对于妻子的遭遇感到无比的愧疚，并且向上帝恳求宽恕，对于自己把妻子处于如此境地表示深切悔恨。他的婚姻始终是他一生中的让人费解的一环。

这时，他身边已有不少追随者，其中一个叫托鲁弗尔菲拉裕丹（Thozhuvur Velayudam），是他杰出的弟子，后来出版了许多圣者的著作。拉玛灵刚给弟子讲述泰米尔湿婆典籍（Tamil Saiva），如 Thevaram、Tiruvagasam、Periapuranam 等灵性教典，也召集年幼的孩子围拢在他身边，教导他们泰米尔道德诗。后来，他还为他们办了学校。他对于何谓正确的教育热切关心，也为孩子们的灵性教育做了许多先锋工作。

在马德拉斯居住的后期，拉玛灵刚不但被当时的学者们视为神秘灵修者，也被当作是一位知识渊博的权威。他极具个人魅力，在灵性及宗教上也具有革命性的独到见解，许多博学多才的学者因此慕名前来探访。他们深感他凭直觉的认知远胜他们从书本学来的知识，对他十分崇敬，视他们为其中最了不起的权威。偶尔，有一些学者因知道他没有受过正式教育而前来考验他。为了降伏他们的傲慢，圣者于是扮演了学者的角色，以其人之道还治其人之身。他于众多课题所掌握的深厚知识令人称奇，因此有一段时间，他成了文学论谈及哲学论争的焦点。他甚至肩负了编辑书籍的工作，也为古代形而上学及宗教作品作解说、注释及导论，解答了许多深奥的问题，无论是任何课题，他都宛如饱学之士应对自如。他在泰米尔语法方面根基深厚，不时与当时的专家展开论战。虽然他主要写的是圣歌，但是他也写了两篇散文，风格活泼明畅而又富有诗韵。如果他成为作家，造诣肯定远超当年的许多作家。今天，他甚至被认为是现代泰米尔散文的先锋。他作为神秘灵修者和先知的贡献实在伟大，使得他所扮演的其他角色以及作出的其他贡献相比之下都显得黯然失色。

有一回，当时的商羯罗师（Sankaracharya，精神领袖）到访马德拉斯，他询问当地是否有精湛梵文的博学之士，好让他消除他在宗教方面的一些疑问。有人向他提起圣者拉玛灵刚，于是他邀请圣者去见他。圣者带着也是精通梵文的弟子菲拉裕丹（Velayudam）去见商羯罗师，当商羯罗师把书交给他看时，他瞥了一眼商羯罗师存疑的段落，就把书转交给弟子，让他解释。菲拉裕丹感到一股神奇的直觉，就做了解释。商羯罗师的疑团就此解开。

拉玛灵刚热爱泰米尔文，不只因为这是他的母语，也因为他身为神秘灵修者，对这门语文有深刻的见解，知道这是伟大而古老的语文。然而即便是在祖国，泰米尔文也被笼罩在梵文的阴影下，数百年来遭受冷落。当时的学者为梵文的耀眼光华所陶醉，不屑对泰米尔文的起源与性质做正统、公正的研究。他们认为梵文是

所有印度语文之母，不知道泰米尔和其他达罗毗荼语属于别的语系。当商羯罗师来找拉玛灵刚的时候，据说他也认为梵文是众语之母，给予极崇高评价。

又有一次，他阐述了泰米尔的神秘学上的特性，为了更清楚说明，他以泰米尔语“阿”音为例，细说它所有神秘学与语言学上的重要性，对学者们和语法学家是莫大启示。

关于圣者作为当代学者就讲述至此。

1858 年，当圣者 35 岁时，他离开了马德拉斯。他不喜欢以权威引人注目。而且，当时马德拉斯吹起的工业化浪潮，以及日益烦杂扰攘的城市生活，都与他温和的个性不相应，他需要一个僻静的地方来进行静修，为了投入终生事业，他得另觅合适的中心。于是，他离开了家人及朋友，向南方出发。途中，他参访了一些宗教中心，并且唱诵了许多他著作的圣歌。他还回到他的故乡玛鲁杜尔，从那里又到了邻村卡伦古李（Karunguzhi）。

当地的土著执法官布鲁守丹瑞蒂（Purushotham Reddy）是个虔诚的弟子。他和他太太都真诚爱戴圣者，圣者便决定在他们家住下来，接下来的九年，都在那里生活，由两夫妇悉心照料。那段时间，他到访了邻近的村庄，为人们作了许多动人的开示。他的瑜伽术日益进步，过去就拥有的神通能力也日益提高，他身边也聚集了许多弟子。

有关他的神通有许多记载。神通能力是世界上众多的神秘灵修者都有的，圣者极具这样的能力。然而，真正的瑜伽行者修行主要是为了与上帝结合，对于神通并不会太在意，而只会把它当作修行的副产品。

作为真正的瑜伽修行者，拉玛灵刚不爱展示他的超凡能力，也不用这样的能力来获取个人利益，除非是能利益他人，否则他从不运用神通。他主要用神通来为人治病。他治疗过许多慢性疾病，包括癌症、麻风病。他凭碰触就能治疗，但是总稍稍以药物掩饰。他能凭空创造物品，也能把基金属变成黄金。他鲜少展示这些能力，而且只是为了给弟子做示范。当有人找他传授炼金术之秘诀，他总是斥责说，除非心中毫无贪念，否则不可能学会。为了让他们知道心地纯净就易如反掌，他会用手指轻轻一按，把金属熔化，或者把它变成黄金。

在这里顺带多举几个他神通能力的例子。住在卡伦古李的时候，他常常借着油灯工作至深夜。一天晚上，女主人忘了给油灯多添油，但是旁边有一壶水，圣者误以为是油，每当油灯的油燃尽，他就把水倒入，油灯就这样燃烧整夜！

一天晚上，他打算独自行走，然而却有几个人决定跟随在后。他们快步走，离他只有数英尺远的时候，却惊奇地发现他突然消失无踪。他们定睛寻找，才发现他在非常遥远处，犹如远方的一颗尘土。他们越是企图赶上他，他离得越远，他们怎么也逼进不了。

又有一天，他在香蕉林中被毒蛇咬了。弟子们都慌乱成一团，但是他却丝毫不担忧，微笑着说：“死的不会是我，是蛇。”弟子们回去寻找那条蛇，果然发现它死于香蕉叶子丛中。

有一回，他带着一些随从从马德拉斯走到蒂汝弗蒂裕尔，途中突然下起了倾盆大雨。他们在近处找不到避雨处。圣者告知将于数分钟之内带领他们由捷径赶到蒂汝弗蒂裕尔。事实上并没有这样一条捷径，但是他们果然在几分钟内就抵达了！圣者的身体不受时间或空间限制。

一天晚上，几个强盗把他拦截住，企图对他动武，却突然失明，并且动弹不得。一旦他们忏悔并求饶，视觉与行动都恢复了。

圣者还可以在同一时间于不同地点现身。有一次，他在法达鲁尔对一群听众讲话的同时，也在古达鲁尔（Koodalur）照顾一位生病的朋友。

还有一回，天下着滂沱大雨，大家都被淋得像落汤鸡，可是圣者却丝毫未沾上雨水。

又有一晚，圣者所创立的慈善之家意外地来了上百个乞食的人。当时圣者也在场，食物所剩甚少，然而圣者请他们坐下，开始亲自给他们上菜。大家都吃得很满意，而且最后还剩下一些食物。

这一切圣者都以非常谦恭的姿态去做。他不喜欢宣传，时常劝告弟子不可太看重神通能力，而应该专注于他的教诲，学习他的生活态度。至关重要的是圣洁的灵魂，一旦达到这个境地，其他的就会随之而来。

我们常人总是因为狭隘的心灵以及各种心理障碍在彼此之间划清界限，拉玛灵刚却完全不被这些捆绑。他深信每个人在神的眼里都是平等的，激烈反对等级制度。他劝诫大众远离任何支持等级制度或造成人与人之间的矛盾分歧的思想或组织。一些宗教组织对于帮助人民寻求真理并不热心，一意企图拉拢权力，对这样的组织，圣者都极力批评。

他声明，认识上帝就是认识大自然的真理，所有建立在上帝这一概念的信仰、教义，只会扰乱我们的思惟，不能把我们导向解脱。我们必须把这些全都放在一旁，以正确的认知去认识上帝。自然真理即是上帝，它不外是博爱与真善。一个人除非具有慈悲与真善的心，并且能深切体悟到一切万物实为一体这一道理，否则就无法了解上帝。由于传统的宗教受缚于教条并且过分注重外在表象，它将永远无法在意识上带来革命性的巨变，无法把内在爱的源泉开启，而这内在的爱的源泉，正是通往上帝唯一的途径。

因此，圣者力图把人们从经书、信仰、仪式的镣铐中解脱出来，强调正确的生活方式的重要性。1865 年，他召集了一些亲密追随者，创办了名为萨玛拉萨桑玛尔嘎萨蒂亚桑刚的社团（**Samarasa Sanmarga Sathya Sangam**，简称桑刚，意为真理与正当生活之社团）。该社团的主旨为：

宇宙只有一个上帝，慈爱是唯一通往他的途径。
停止所有对其他神祇的崇拜，废除所有为祭祀而作的杀生。
非暴力及素食是慈悲之本。
不以社会等级、信仰、宗教作区分排斥。
同等爱护所有生命。
培养全人类灵性情谊。
慈悲是生活的秘诀，是唯一认识上帝之法门。
为饥饿者布施食物是慈悲的根本表现。

桑刚并不是圣者拉玛灵刚新创的宗教，而是正确生活与实际善行之道，任何宗教的人都可以加入此同盟。但是，所有团员必须培养对所有生命的慈爱以及对全人类的平等之心、手足之情，并且体会所有生命本为一体。

创办桑刚以后，圣者拉玛灵刚可说是与他的弟子们同住。他对他们的灵性修行非常关注，以无限的慈悲予以引导。在桑刚会议上，他强调把爱落实到日常生活当中，劝他们别把爱理想化。他知道理想往往是被崇拜而不被实践。

圣者拉玛灵刚把他自己所宣扬的理念活生生地演绎出来。他的弟子之所以能体悟何谓以纯净的心施爱，何谓被纯净的心所爱，与其说是由于他的教法，不如说是由于亲自见证他个人德行。

此时，圣者拉玛灵刚已经写了数首圣诗，赞颂上帝的恩泽，表达他个人对上帝的爱。他以生动的文字表达了他对上帝无限的爱以及他如何热切地渴望与上帝结合。他哀伤于人类的顽固无知，以最动人的方式劝诫人们把世俗的一切放下，寻求上帝意识（**God-consciousness**）的快乐与祝福。他明畅优美的泰米尔诗句，让我们见证世界上最伟大的灵魂至高无上的情操，见证他一生是如何以实际的爱与慈悲阐述着上帝意识。他的弟子深知这些诗的价值，于是生起出版它们的念头。圣者对此并无多大兴致，然而弟子们态度坚定，于是弟子托鲁弗尔菲拉裕丹担任主要编辑，费尽心整理编辑，在 1867 年出版了首四个篇章。后来，随着剩下的两个篇章的出版，这些诗集被称为《蒂汝阿汝巴》（**Thiruvartuppa**），意为圣恩之歌。

脱离了人群的灵修对圣者来说毫无意义。他的上帝意识是基于爱与慈悲，正如前面所述，他无法看着人们挨饿，如果不为同胞解除饥饿之苦，那算什么慈悲与爱心呢？何况，食物是肉身基本所需，而我们的肉身就是灵魂的栖所。没有善待身体，又如何把栖居于身体的灵魂照顾好？因此，圣者认为，灵性修为的根本，就是解除饥饿。他在一篇散文就慈悲作如下描述：

慈悲之能量消灭饥饿之火。

慈悲之能量燃尽饥饿毒气、点燃意识之火焰。

慈悲之能量为饥饿寻求解脱，以修复上帝栖居之殿堂——肉身。

基于慈悲，他创立慈善之家（Satya Dharma Salai）。圣者计划通过这慈善之家担起多项慈善工作，他挑起的第一项任务就是让挨饿人民温饱。

卫菲嘎南达（Vivekananda）曾说，如果国家有一只挨饿的狗，那么应该先把它喂饱，这就是他的宗教。甘地也说，上帝以面包的形式出现在饥饿者的眼前。而远在这两位圣人表白信仰之前，圣者拉玛灵刚就已经把同样的信念付诸实践。

在朋友和祝福者的帮助下，他们在法达鲁尔获得了一块土地，盖起了简陋的厨房。社会上受敬重的人士捐出粮食如米饭和蔬菜，于是厨房开工了。开幕礼举行得非常合宜，附近区域的人纷纷到来聆听圣者演说，亲睹厨房运作。第一天，慈善之家就给穷困饥饿的人民布施食物。食物非常简单，但是人们都吃得非常满意，所有的人都受到平等对待，没有阶级宗族之分。

厨房一刻也没有停工，每天为数以百计的人做饭。饥饿贫苦的人在这里获得援助，免除挨饿之苦。即便是一百多年以后的今天，厨房依然继续为穷困者操作。法达鲁尔已经成了朝圣之地，厨房也为到访者提供其他所需服务。为了对圣者拉玛灵刚表示敬意，厨房当初由他亲自点燃的火焰，至今依然持续不断地燃烧着。

圣者拉玛灵刚担起的另一项工程是尼亚萨巴伊（Gnanasabai，神圣知识之神殿）的设计与建筑。这是一所静修中心，里面没有任何肖像，堂中央放着一面巨大的镜子，照射着一盏放置于一旁关键位置的巨大的长明灯。圣者拉玛灵刚向来希望人们把上帝看成明灯，他总是用来启发人们对上帝的爱的泰米尔口号是

“Aruntperunjothi Thanipperumkarunai”

意思就是仁慈与怜悯之圣灯，所以把灯放置在堂中央。静修者看着照射在镜子里的灯，默想上帝。

圣者拉玛灵刚曾想，只要人们秉持着正确的见解，以正确的精神利用神圣知识之神殿，那么这地方就能帮助人们通达神圣知识，摒弃他们的传统信仰与盲目习俗。然而，人们依然是迷信非常，无法把自己从精神与传统的束缚中摆脱出来，神圣知识之神殿于是就无法达到预期效果。人们对于真理无所理解，过分重视象征标志。圣者感到失望，便下令把神殿关闭。神殿数年来一直关闭，直到圣者离开了世间。后来神殿再度开启，人们可以入内，然而现今它不是静修场所，而是朝拜之地。

当慈善之家在法达鲁尔开始运作，圣者拉玛灵刚亲自在那里予以指导。他在慈善之家住了四年，之后在法达鲁尔附近的美杜古邦村里的一所古寺安居。这座古寺后来被称作奚地法拉刚（Siddhi Valakam）。

就是在奚地法拉刚的期间，圣者达到了他修行的巅峰。他通过瑜伽修炼进入了更深层的超精神神秘领域。他已经开始灵体转化的过程，力图与上帝合一的努力已经达至成熟期。和他同住的弟子记录了一些他们的所见。一天中午，他在太阳底下沉入冥修，弟子们惊讶地看见从他头顶上散发出一道耀眼光芒，直入上空。在另一天的中午，圣者外出散步，许久未归，弟子们着急寻找，赫然发现他躺在太阳底下，四肢离异！数秒后，他又恢复了正常。

在寺院里，他选了一个房间作为他瑜伽修行之所。他常常把自己关闭在房间里达数日之久，时不时出来把弟子召来，与他们讲一番话，数小时以后复又回房。

那段期间，他的亲密弟子是布鲁守丹瑞蒂，由他照料圣者的日常所需，并且打扫和整理圣者的静修房。一天，当圣者结束静修睁开双眼的时候，布鲁守丹正好与他四目相交。布鲁守丹看到圣者眼里让人目眩的光芒。他一时难以承受这突如其来的神圣际遇，当场昏倒在地。圣者交代其他弟子不用把他叫醒，说他数日后即会康复。布鲁守丹几天后才恢复意识，但是由于他所目睹的太让他感到震惊，他一时变哑了，直到一个月以后才恢复正常。

因为亲自体验如此神奇之事，布鲁守丹后来请求圣者传授他瑜伽的神秘修行术。圣者答道：“并不是所有人都需要修炼瑜伽以唤醒潜藏于体内的能力。当然，你会经历一些奇妙的事情，看到一些光。但是这会助长你的自尊心而误导你。因此，与其修炼瑜伽，不如学会如同爱护自己般地爱护所有生命。达到这个境界，你就得到了一切。”

圣者确信他的最终目标近在咫尺，于是召集所有弟子，予以最后的传道。那也是他为世人留下的遗训。他概述了他如何逐步开发智慧以及他最后达至的清晰觉照。他经历了许多阶段，最后才了悟到真理。如今他找到了最终的真理，他发现他之前所经历的阶段与真理其实没有什么关系，其他人并不需要都经历同样的阶段，他们可以直接从他身上了解最根本的真理。于是他如此呼吁弟子：

“不要依赖任何圣书。这些书上并没有以简明的文字让你了解上帝，都试图把真理隐藏起来。

亦无需追求悉地（瑜伽成就），为了达到即便是一个小小的成就，也许得花上十年八载，如此简直是蹉跎岁月，这些只会把你的注意力从上帝身上转移开来，让你因小失大，在追求附属成就的过程中失去追求最重要目标的方向。

不要追随任何宗教或信仰，因为你没有时间可以浪费。你永远不能通过这些宗教信仰体验到大自然或现实的真理，这真理却足以把你引向无限的伟大。

我本身就是这个真理的见证。你们也知道我过去对湿婆教深具信仰，如今那信仰已经荡然无存。

上帝把我提升到了至高境界，这是放弃一切所得。如果你们也能放弃一切，那你们将得到最大的收获。

上帝给我启示，让我明白只有真理和慈悲是最重要的，而要通往慈悲，你必须与一切合一。除非你体认了这样的一体感，否则你无法了知慈悲，而无法了知慈悲，你就不能达到至上境界。

我现在的知识超越了天界，这是因为我与一切合一。如果你也和我一样地生活，感受到这样的一体，那你将拥有一切。

宗教哲学家也和宗教狂一样把一切搞混淆了，也不要相信他们，没有任何人清楚地解释过上帝。

因为，认识上帝是非常个人的体验，没有这个个人的体验，你就无法认识上帝也无法爱上帝。

什么是完美的极乐？就是完美的知识，而这也无非就是完美的慈悲。”

这就是他遗训的要领。传道完毕，他向弟子作了交代，然后就走进前面所形容的房间。这就是他肉身的终结。

今天，他的事业依旧持续。桑刚的分支遍布泰米尔纳德邦，为至诚求道者传达圣者的教法，利益他们。慈善之家依然为贫困者提供食物。神圣知识之神殿也作为静修所开放给公众。圣者拉玛灵刚传达给我们的讯息，为我们奠定了正确的基础，以建设一个没有任何歧义斗争的社会，一个慈悲是唯一的宗教、正确生活是唯一的道路、人人都体悟到上帝就是大自然的真理，并且人人都与创世者完全地和平共处的社会。