*Webinar on Consciousness Studies and Research: Ancient and Modern*

# Consciousness as taught in the Bhagavad Gita

by

Swami Kaleshananda

Controller of Examinations, RKMVERI

# Importance of Bhagavad Gita

- Wisdom of Lord Sri Krishna.
- One of the three pillars of Prasthanatrayee.
- Contains the essence of the Upanishads.
- Teaches the techniques to realize the supreme Consciousness.
- Instruction manual that deals with how to live a life from higher consciousness and solve the problems of life.

# Why people are interested in consciousness study

- To solve personal-problems.
- To know consciousness which is associated with this worldly affairs and apply that knowledge to improve the quality of life.
- To know the highest knowable and attain immortality.

*References:*

- BG 7.16 चतुर्विधा भजन्ते मां जनाः सुकृतिनोऽर्जुन। आर्तो जिज्ञासुरर्थार्थी ज्ञानी च भरतर्षभ।।
- BG 13.12 ज्ञेयं यत्तत्प्रवक्ष्यामि यज्ज्ञात्वामृतमश्नुते ।

# What is Consciousness?

- Pure consciousness is non-dual Brahman.
- It is super-sensuous, not an object of knowledge, without begining.
- It is present everywhere.
- It makes the senses work but is unattached.
- It is the supporter/substratum of all.
- It is without alities (gunas) and yet perceiver/supporter of alities.

*References:*

- BG 13.12 अनादिमत्परं ब्रह्म न सत्तन्नासदुच्यते।
- BG 13.13 सर्वतः पाणिपादं तत्सर्वतोऽक्षिशिरोमुखम्। सर्वतः श्रुतिमल्लोके सर्वमावृत्य तिष्ठति।।
- BG 13.14 सर्वेन्द्रियगुणाभासं सर्वेन्द्रियविवर्जितम्। असक्तं सर्वभृच्चैव निर्गुणं गुणभोक्तृ च।। ।

# What is Consciousness? (...continued)

- It is unaffected by the impacts of elements like earth, water, fire and air.
- It is eternal, omnipresent, stable, unmoving and ancient.
- It is unmanifest, unthinkable, unchangeable.
- It is higher (independent and conscious)/superior than the creation (manifested world) and unmanifested Prakriti / Maya-shakti.

*References:*

- BG 2.24 अच्छेद्योऽयमदाह्योऽयमक्लेद्योऽशोष्य एव च। नित्यः सर्वगतः स्थाणुरचलोऽयं सनातनः।
- BG 2.25 अव्यक्तोऽयमचिन्त्योऽयमविकार्योऽयमुच्यते। तस्मादेवं विदित्वैनं नानुशोचिमुमर्हसि। (अव्यक्तश्चक्षुराद्यविषयः अचिन्त्यो मनसोऽप्यविषयः अविकार्यः कर्मेन्द्रियाणामप्यगोचर)
- BG 15.17-18 उत्तमः पुरुषस्त्वन्यः परमात्मेत्युदाहृतः। यो लोकत्रयमाविश्य बिभर्तयव्यय ईश्वरः।। यस्मात्क्षरमतीतोऽहमक्षरादपि चोत्तमः। अतोऽस्मि लोके वेदे च प्रथितः पुरुषोत्तमः।।

# Two Prakratis (nature) of Consciousness?

- Apara Prakriti or Inferior Nature or Kshetra (field): earth, water, fire, air, space; mind, intellect and also egoism.(as well as their causes: tanmatras, ahamkara, Mahat-tattva, unmanifested prakriti)
- Para Prakriti or Higher Nature or Kshetrajna (knower of the field): in the form of individual soul which is the cause of sustanence of life / universe.
- 

*References:*

- 
- BG 7.4 भूमिरापोऽनलो वायुः खं मनो बुद्धिरेव च। अहंकार इतीयं मे भिन्ना प्रकृतिरष्टधा । ( भूम्यादिशब्दैः पञ्चगन्धादितन्मात्राण्युच्यन्ते मनःशब्देन तत्कारणभूतोऽहंकारः बुद्धिशब्देन तत्कारणभूतं महत्तत्त्वं अहंकारशब्देन तत्कारणमविद्येत्येवमष्टधा भिन्ना। )
- BG 7.5 अपरेयमितस्त्वन्यां प्रकृतिं विद्धि मे पराम्। जीवभूतां महाबाहो ययेदं धार्यते जगत्।।
- BG 13.16 अविभक्तं च भूतेषु विभक्तमिव च स्थितम्। भूतभर्तृ च तज्ज्ञेयं ग्रसिष्णु प्रभविष्णु च।।
- BG 15.16 द्वाविमौ पुरुषौ लोके क्षरश्चाक्षर एव च। क्षरः सर्वाणि भूतानि कूटस्थोऽक्षर उच्यते।।
- BG 15.17 उत्तमः पुरुषस्त्वन्यः परमात्मेत्युदाहृतः। यो लोकत्रयमाविश्य बिभर्तयव्यय ईश्वरः।।

# Cosmic Manifold Consciousness (Visva-rupa)

- Saguna Brahman (consciousness with qualities) – as the Self / consciousness residing at the heart of all being (pratyagatman) and is the cause of creation, sustenance and destruction of all beings.
- The whole universe is produced out of him, and is residing/sustaining in him.

*References:*

- BG 10.20 अहमात्मा गुडाकेश सर्वभूताशयस्थितः। अहमादिश्च मध्यं च भूतानामन्त एव च।।
- BG 10.8 अहं सर्वस्य प्रभवो मत्तः सर्वं प्रवर्तते।
- BG 10.40 नान्तोऽस्ति मम दिव्यानां विभूतीनां परंतप। एष तूद्देशतः प्रोक्तो विभूतेर्विस्तरो मया।।
- BG 10.42 अथवा बहुनैतेन किं ज्ञातेन तवार्जुन। विष्टभ्याहमिदं कृत्स्नमेकांशेन स्थितो जगत्।।
- BG 11.13  तत्रैकस्थं जगत्कृत्स्नं प्रविभक्तमनेकधा। अपश्यद्देवदेवस्य शरीरे पाण्डवस्तदा।।
- BG 11.15 पश्यामि देवांस्तव देव देहे सर्वांस्तथा भूतविशेषसङ्घान्। ब्रह्माणमीशं कमलासनस्थमृषींश्च सर्वानुरगांश्च दिव्यान्।।
- BG 11.16 अनेकबाहूदरवक्त्रनेत्रं पश्यामि त्वां सर्वतोऽनन्तरूपम्। नान्तं न मध्यं न पुनस्तवादिं पश्यामि विश्वेश्वर विश्वरूप।।

# Individual Consciousness (Jivatma)

- A part of cosmic consciousness appears in nature as living embodied soul by drawing to itself mind and senses.
- While transmigrating it takes the mind, senses etc.
- It is the experiencer of objects and the lord of senses and mind.
- It so near and is experienced in various actions but deluded persons do not notice it but man of wisdom see it.

*References:*

- BG 15.7 ममैवांशो जीवलोके जीवभूतः सनातनः। मनःषष्ठानीन्द्रियाणि प्रकृतिस्थानि कर्षति।।
- BG 15.8 शरीरं यदवाप्नोति यच्चाप्युत्क्रमतीश्वरः। गृहीत्वैतानि संयाति वायुर्गन्धानिवाशयात्।।
- BG 15.9 श्रोत्रं चक्षुः स्पर्शनं च रसनं घ्राणमेव च। अधिष्ठाय मनश्चायं विषयानुपसेवते।।
- BG 15.10 उत्क्रामन्तं स्थितं वापि भुञ्जानं वा गुणान्वितम्। विमूढा नानुपश्यन्ति पश्यन्ति ज्ञानचक्षुषः।।
- BG 5.15 सर्वस्य चाहं हृदि संनिविष्टो मत्तः स्मृतिर्ज्ञानमपोहनं च।

# Variations in individual consciousness

- Three gunas (primary constituents of prakriti) -- Sattva, Rajas and Tamas, bind consciousness to the body.
- Quality of antahkarana (mind, intellect etc) which influences perception, thinking, feeling, willing, decision, knowledge, behaviour etc, is determined by the dynamics of the 3 gunas.
- From Sattva guna wisdom arises, from Rajas greed and action arise and Tamas ignorance, miscomprehension and delusion arise.

*References:*

- BG 14.5 सत्त्वं रजस्तम इति गुणाः प्रकृतिसंभवाः। निबध्नन्ति महाबाहो देहे देहिनमव्ययम्।।
- BG 14.6 तत्र सत्त्वं निर्मलत्वात्प्रकाशकमनामयम्। सुखसङ्गेन बध्नाति ज्ञानसङ्गेन चानघ।।
- BG 14.7 रजो रागात्मकं विद्धि तृष्णासङ्गसमुद्भवम्। तन्निबध्नाति कौन्तेय कर्मसङ्गेन देहिनम्।।
- BG 14.8 तमस्त्वज्ञानजं विद्धि मोहनं सर्वदेहिनाम्। प्रमादालस्यनिद्राभिस्तन्निबध्नाति भारत।।
- BG 14.10 रजस्तमश्चाभिभूय सत्त्वं भवति भारत। रजः सत्त्वं तमश्चैव तमः सत्त्वं रजस्तथा।।
- BG 14.17 सत्त्वात्संजायते ज्ञानं रजसो लोभ एव च। प्रमादमोहौ तमसो भवतोऽज्ञानमेव च।।

# Variations in individual consciousness (continued)

- The pleasure-drives (Id), moral conscience (super ego) and realistic attitude are determined by the 3 gunas.
- Sattva guna gives rise to divine qualities which leads one to gain knowledge, pleasure and liberation. Tamas and Rajas gunas give rise to demonic qualities in an individual.
- Gunas (transformed as the body, mind, intellect) are the agent of all actions in the body.

*References:*

- BG 2.62 ध्यायतो विषयान् पुंसः सङ्गस्तेषूपजायते। सङ्गात्सञ्जायते कामः कामात्क्रोधोऽभिजायते।।
- BG 2.63 क्रोधाद्भवति सम्मोहः सम्मोहात्स्मृतिविभ्रमः। स्मृतिभ्रंशाद् बुद्धिनाशो बुद्धिनाशात्प्रणश्यति।।
- BG 2.60 यततो ह्यपि कौन्तेय पुरुषस्य विपश्चितः। इन्द्रियाणि प्रमाथीनि हरन्ति प्रसभं मनः।
- BG 3.34 इन्द्रियस्येन्द्रियस्यार्थे रागद्वेषौ व्यवस्थितौ। तयोर्न वशमागच्छेत्तौ ह्यस्य परिपन्थिनौ।।
- BG 2.7 कार्पण्यदोषोपहतस्वभावः पृच्छामि त्वां धर्मसंमूढचेताः। यच्छ्रेयः स्यान्निश्चितं ब्रूहि तन्मे शिष्यस्तेऽहं शाधि मां त्वां प्रपन्नम्।।
- BG 16.5 दैवी संपद्विमोक्षाय निबन्धायासुरी मता।
- BG 14.19 नान्यं गुणेभ्यः कर्तारं यदा द्रष्टानुपश्यति। गुणेभ्यश्च परं वेत्ति मद्भावं सोऽधिगच्छति।

# The intelligent agentship belongs to prakriti

- The normal awareness or intelligence is perceived when consciousness is associated with the intellect, mind, senses, body.
- Consciousness is independent of intellect, mind, senses, body etc and unaffected by the changes or destructions of those prakritis.

*References:*

- BG 13.5 महाभूतान्यहंकारो बुद्धिरव्यक्तमेव च। इन्द्रियाणि दशैकं च पञ्च चेन्द्रियगोचराः।।
- BG 13.6 इच्छा द्वेषः सुखं दुःखं संघातश्चेतना धृतिः। एतत्क्षेत्रं समासेन सविकारमुदाहृतम्।। (चेतना ज्ञानात्मिका मनोवृत्तिः)
- BG 7.4 भूमिरापोऽनलो वायुः खं मनो बुद्धिरेव च। अहंकार इतीयं मे भिन्ना प्रकृतिरष्टधा ।।
- BG 7.5 अपरेयमितस्त्वन्यां प्रकृतिं विद्धि मे पराम्। जीवभूतां महाबाहो ययेदं धार्यते जगत्।।
- BG 3.27 प्रकृतैः क्रियमाणानि गुणैः कर्माणि सर्वशः। अहङ्कारविमूढात्मा कर्ताहमिति मन्यते।।

# The causes behind any perception or action

- The body (seat of action), the agent (‘I’ sense), senses, prana and the inner ruler are the causes of all actions performed by the body, mind and speech.

*References:*

- BG 18.13 पञ्चैतानि महाबाहो कारणानि निबोध मे। सांख्ये कृतान्ते प्रोक्तानि सिद्धये सर्वकर्मणाम्।।
- BG 18.14 अधिष्ठानं तथा कर्ता करणं च पृथग्विधम्। विविधाश्च पृथक्चेष्टा दैवं चैवात्र पञ्चमम्।।
- BG 18.15 शरीरवाङ्मनोभिर्यत्कर्म प्रारभते नरः। न्याय्यं वा विपरीतं वा पञ्चैते तस्य हेतवः।।

# Creation and the role of consciousness

- The entire universe is created, sustained and destroyed due to the interplay of inert prakriti (kshetra) and the consciousness principle (kshetrajna). The cosmic consciousness is responsible for creation, sustenance and destruction of the universe.
- Consciousness is pervading the universe. As wind remains in the space so all beings abide in consciousness.

*References:*

- BG 9.10 मयाध्यक्षेण प्रकृतिः सूयते सचराचरम्। हेतुनानेन कौन्तेय जगद्विपरिवर्तते।।
- BG 14.3 मम योनिरमहद्ब्रह्म तस्मिन्गर्भं दधाम्यहम्। संभवः सर्वभूतानां ततो भवति भारत।।
- BG 7.4 भूमिरापोऽनलो वायुः खं मनो बुद्धिरेव च। अहंकार इतीयं मे भिन्ना प्रकृतिरष्टधा ।।
- BG 7.5 अपरेयमितस्त्वन्यां प्रकृतिं विद्धि मे पराम्। जीवभूतां महाबाहो ययेदं धार्यते जगत्।।
- BG 7.6 एतद्योनीनि भूतानि सर्वाणीत्युपधारय। अहं कृत्स्नस्य जगतः प्रभवः प्रलयस्तथा।।
- BG 13.26 यावत्संजायते किंचित्सत्त्वं स्थावरजङ्गमम्। क्षेत्रक्षेत्रज्ञसंयोगात्तद्विद्धि भरतर्षभ।।
- BG 7.7 मत्तः परतरं नान्यत्किंचिदस्ति धनञ्जय। मयि सर्वमिदं प्रोतं सूत्रे मणिगणा इव।।
- BG 9.6 यथाकाशस्थितो नित्यं वायुः सर्वत्रगो महान्। तथा सर्वाणि भूतानि मत्स्थानीत्युपधारय।।

# The origin of consciousness

- The non-dual transcendental consciousness appears as limited adjuncts (upadhis) like cosmic cosciousness and individual conscious due to maya-shakti (just like space/akasha appears as room-space, pot-space etc).
- The transcendental consciousness is only real and the limited adjuncts (association with Prakriti) are apparant.
- The transcendental consciousness is ancient, birthless and eternal.
- The cosmic consciousness is appears due to the interplay between the consciousness and Prakriti.
- The individual consciousness is a part of cosmic consciousness and is apparantly born as result of ignorance (avidya).

*References:*

- BG 2.20 न जायते म्रियते वा कदाचिन्नायं भूत्वा भविता वा न भूयः। अजो नित्यः शाश्वतोऽयं पुराणो न हन्यते हन्यमाने शरीरे।।
- BG 14.3 मम योनिरमहद्ब्रह्म तस्मिन्गर्भं दधाम्यहम्। संभवः सर्वभूतानां ततो भवति भारत।।
- BG 13.21 पुरुषः प्रकृतिस्थो हि भुङ्क्ते प्रकृतिजान्गुणान्। कारणं गुणसङ्गोऽस्य सदसद्योनजन्मसु।।
- BG 5.16 ज्ञानेन तु तदज्ञानं येषां नाशितमात्मनः। तेषामादित्यवज्ज्ञानं प्रकाशयति तत्परम्।।
- BG 5.17 तद्बुद्धयस्तदात्मानस्तन्निष्ठस्तत्परायणाः। गच्छन्त्यपुनरावृत्तिं ज्ञाननिर्धूतकल्मषाः।।

# Aspects of consciousness (1)

- It pervades all animate and inanimate objects.
- It is untouched by the actions of Prakriti.
- It is beyond prakriti and beyond the perception of the senses.
- One consciousness illumines all beings.

*References:*

- BG 9.4 मया ततमिदं सर्वं जगदव्यक्तमूर्तिना। मत्स्थानि सर्वभूतानि न चाहं तेष्ववस्थितः।।
- BG 13.31 अनादित्वान्निर्गुणत्वातपरमात्मायमव्ययः। शरीस्थोऽपि कौन्तेय न करोति न लिप्यते।।
- BG 7.5 अपरेयमितस्त्वन्यां प्रकृतिं विद्धि मे पराम्। जीवभूतां महाबाहो ययेदं धार्यते जगत्।।
- BG 2.25 अव्यक्तोऽयमचिन्त्योऽयमविकार्योऽयमुच्यते।
- 13 / 33 यथा प्रकाशयतित्येकः कृत्स्नं लोकमिमं रविः। क्षेत्रं क्षेत्री तथा कृत्स्नं प्रकाशयति भारत।।

# Aspects of consciousness (2)

- It is superior to Prakriti.
- It is associated with Prakriti to give rise to manifold world.
- It is everywhere with or without adjuncts.
- It is untouched by Prakriti.

*References:*

- BG 15.18 यस्मात्क्षरमतीतोऽहमक्षरादपि चोत्तमः। अतोऽस्मि लोके वेदे च प्रथितः पुरुषोत्तमः।।
- BG 9.10 मयाध्यक्षेण प्रकृतिः सूयते सचराचरम्। हेतुनानेन कौन्तेय जगद्विपरिवर्तते।।
- BG 13.15 बहिरन्तश्च भूतानामचरं चरमेव च। सूक्ष्मत्वात्तदविज्ञेयं दूरस्थं चान्तिके च तत्।। (Sridhara Swami -- भूतानां चराचराणां स्वकार्याणां बहिश्चान्तश्च तदेव सुवर्णमिव कटककुण्डलादीनाम् । जलतरङ्गाणामन्तर्बहिश्च जलमिव)
- BG 13.19 प्रकृतिं पुरुषं चैव विद्ध्यनादी उभावपि। विकारांश्च गुणांश्चैव विद्धि प्रकृतिसम्भवान्।।
- BG 9.4 मया ततमिदं सर्वं जगदव्यक्तमूर्तिना। मत्स्थानि सर्वभूतानि न चाहं तेष्ववस्थितः।।
- BG 7.12 ये चैव सात्त्विका भावा राजसास्तामसाश्च ये। मत्त एवेति तान्विद्धि न त्वहं तेषु ते मयि।।

# Aspects of consciousness (3)

- In association with the various manifestation of Prakriti it takes different roles at the same time.
- It appears to be divided.
- It is the substratum for every perishable thing.
- It can only reveal things.

*References:*

- BG 13.22 उपद्रष्टानुमन्ता च भर्ता भोक्ता महेश्वरः। परमात्मेति चाप्युक्तो देहेऽस्मिन्पुरुषः परः।।
- BG 13.16 अविभक्तं च भूतेषु विभक्तमिव च स्थितम्। भूतभर्तृं च तज्ज्ञेयं ग्रसिष्णु प्रभविष्णु च।।
- BG 13.27 समं सर्वेषु भूतेषु तिष्ठन्तं परमेश्वरम्। विनश्यत्स्वविनश्यन्तं यः पश्यति स पश्यति।।
- BG 13.17 ज्योतिषामपि तज्ज्योतिस्तमसः परमुच्यते। ज्ञानं ज्ञेयं ज्ञानगम्यं हृदि सर्वस्य विष्ठितम्।।

# Aspects of consciousness (4)

- It is the source of light for the sun and other luminous objects.
- It manifests in the functions of the sense organs.
- It is untouched by the joy and sorrow of this body.
- It is imperishable.

*References:*

- BG 15.12 यदादित्यगतं तेजो जगद्भासयतेऽखिलम्। यच्चन्द्रमसि यच्चाग्नौ तत्तेजो विद्धि मामकम्।।
- BG 13.14 सर्वेन्द्रियगुणाभासं सर्वेन्द्रियविवर्जितम्। असक्तं सर्वभृच्चैव निर्गुणं गुणभोक्तृ च।।
- BG 13.31-32 अनादित्वान्निर्गुणत्वातपरमात्मायमव्ययः। शरीस्थोऽपि कौन्तेय न करोति न लिप्यते।। यथा सर्वगतं सौक्ष्म्यादाकाशं नोपलिप्यते। सर्वत्रावस्थितो देहे तथात्मा नोपलिप्यते।।
- BG 8.20 परस्तस्मात्तु भावोऽन्योऽव्यक्तोऽव्यक्तात्सनातनः। यः स सर्वेषु भूतेषु नश्यत्सु न विनश्यति।।

# Why don’t we realize the trancendental consciousness?

- Due the the deluding power of maya-shakti (ignorance) especially due to the demonic qualities.
- Transcendental Consciousness is eternal subject,  devoid of attributes and is very subtle.
- Cosmic cosciousness  and Individual consciousness are pure and subtle. A pure and concentrated mind (antahkarana) is required to experience them.

*References:*

- BG 7.25 नाहं प्रकाशः सर्वस्य योगमायासमावृतः। मूढोऽयं नाभिजानाति लोको मामजमव्ययम्।।
- BG 7.13 त्रिभिर्गुणमयैर्भावैरेभिः सर्वमिदं जगत्। मोहितं नाभिजानाति मामेभ्यः परमव्ययम्।।
- BG 13.31 अनादित्वान्निर्गुणत्वातपरमात्मायमव्ययः। शरीरस्थोऽपि कौन्तेय न करोति न लिप्यते।।
- BG 16.4 दम्भो दर्पोऽभिमानश्च क्रोधः पारुष्यमेव च। अज्ञानं चाभिजातस्य पार्थ संपदमासुरीम्।।
- BG 16.5  दैवी संपद्विमोक्षाय निबन्धायासुरी मता।

# How to know consciousness?

- It is eternal subject, so it cannot be objectified by mind.
- One has to transcend gunas by practicing yoga.
- As sattva guna give rise to knowledge, so the mind has to be made predominantly sattvik by practicing Karma yoga, Bhakti yoga, Dhayana yoga, Jnana yoga etc.
- By applying viveka (discernment) to know the difference between Kshetra (inert prakriti) and kshetrajna (the conciousness) and then by asserting oneself as non-dual consciousness by following the path of Jnana yoga one can realize consciousness.

*References:*

- BG 13.24 ध्यानेनात्मनि पश्यन्ति केचिदात्मानमात्मना। अन्ये सांख्येन योगेन कर्मयोगेन चापरे।।
- BG 14.20 गुणानेतानतीत्य त्रीन्देही देहसमुद्भवान्। जन्ममृत्युजरादुःखैर्विमुक्तोऽमृतमश्नुते।।
- BG 3.19 तस्मादसक्तः सततं कार्यं कर्म समाचर। असक्तो ह्याचरन्कर्म परमाप्नोति पूरुषः।।
- BG 14.26 मां च योऽव्यभिचारेण भक्तियोगेन सेवते। स गुणानसमतीत्यैतान्ब्रह्मभूयाय कल्पते।।
- BG 13.34 क्षेत्रक्षेत्रज्ञयोरेवमन्तरं ज्ञानचक्षुषा। भूतप्रकृतिमोक्षं च ये विदुर्यान्ति ते परम्।।

# How to use the knowledge of Consciousness to solve the problems of life?

- Know the cause of the problem: Ignorance (as I am the body and its false relation with the world) is the source of all problems.
- Arjuna faced the same problem -- the ignorance of Self (of who am I) and it was removed by Sri Krishna by instructing him the true nature of Self – birthless, eternal, master of Prakriti.
- The solution: By asserting one-self as the consciousness, the master of Prakriti – fearlessness, strength and knowledge dawn upon a person and he/she can solve any problem in his/her life.

# Conclusions

- Trancendental, non-dual, imperishable consciousness is the eternal subject. It appears to be cosmic consciousness and manifold individual consciousnesses when it is associated with the Prakriti.
- Consciousness is different from the inert Prakriti principle which includes the mind, intellect and ‘I’ sense.
- It pervades the Prakriti but untouched by its activities, changes and destruction.
- The cosmic consciousness is the master of the Prakriti which creates, sustains and destroys the universe.
- Due to ignorance of the Self, the individual consciousness suffers.
- Bhagavad Gita offers a range of techniques (yogas) to know the Reality.
- The knowledge of the supreme consciousness is the panacea of all problems of life and it helps one to achieve the highest goal of life, that is liberation.