

'JEEVAN YOGA'

We are born. Death is certain. Journey between birth and death is not LIFE. LIFE, we have to find. Birth puts us on the path leading to death. LIFE, we have to find. 'Jeevan Yoga', means LIFE IS YOGA. May we breathe, speak and live in yoga. It's not impossible. It requires awareness and consciousness and that is the Jeevan Yoga. Let us gird up our loin and rejoice in the blissful life, Blessed life - Yoga a way of Life.

Doordarshan Girnar presents most Revered Sri Swami Adhyatmanandaji Maharaj, President of Sri Sivananda Ashram, Ahmedabad. Revered Sri Swamiji Maharaj, who is a renowned Yoga Acharya, will be directing the show named 'Jeevan Yoga'.

Doordarshan will be telecasting the 'Jeevan Yoga' programme on Monday, Tuesday and Wednesday at 7.00 A.M. from 18th.January.2016

Yoga Teachers of Sivananda Ashram will be demonstrating the Yoga Postures and Smt. Rupa Majmudar will be anchoring the programme. So, kindly do not miss this grand event 'Jeevan Yoga'.

જીવન યોગ

આપણો જન્મ થયો છે. સૃષ્ટિ નિશ્ચિત છે. જીવન અને મરણ વચ્ચેનું અંતર એ જીવન નથી. તે તો માત્ર સૃષ્ટિ ભાગી યાત્રા છે. જીવન તો આપણે શોધવું પડશે. જીવન એક ખોજ છે, જેને જીવનયોગથી પ્રાપ્ત કરી શકાય.

આપણે જીવીએ છીએ, સ્વાસ લઈએ, બોલીએ કે ચાલીએ તે બધું યોગમય બને તે જરૂરી છે. એ અસંભવ નથી. અહીં આવશ્યકતા છે જાગૃતિ અને સતત સાવધાનીની. આવી, આપણે કમર કસીએ અને આનંદમય આશીર્વાદ સત્તર જીવનને માળીએ. એ જ છે જીવન યોગ.

દૂર દર્શન ગિરનાર પ્રસ્થુત કરે છે કાર્યક્રમ જીવનયોગ.

શિવાનંદ આશ્રમ અમદાવાદના અધ્યક્ષ યોગાચાર્ય શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે આ કાર્યક્રમનું નિદર્શન કર્યું છે.

ઈસ. ૨૦૧૬ની તા. ૧૮મી જાન્યુઆરીથી દર અઠવાડિયે સોમવાર, મંગળવાર, અને બુધવારે સવારે ૭.૦૦ વાગ્યે જીવન યોગ કાર્યક્રમનું પ્રસારણ થશે.

યોગના આસનોનું નિદર્શન શિવાનંદ આશ્રમના યોગ શિક્ષકો અને સંચાલન શ્રીમતી રૂપા મનિષ મજમુદારે કર્યું છે. માટે અચૂક માળો સંસ્કૃતિ અને સંસ્કાર સત્તર કાર્યક્રમ જીવન યોગ.