

पत्र संख्या-स्था-6सामान्य विविध पत्रावली-94(भाग-3)/2025-26/

५५५६ /राज्य कर

कार्यालय आयुक्त, राज्य कर, उत्तर प्रदेश

(स्थापना अराजपत्रित अनुभाग)

लखनऊ:: दिनांक:: 12 दिसम्बर, 2025

समस्त जोनल अपर आयुक्त,

राज्य कर, उत्तर प्रदेश(जोन-गौतमबुद्ध नगर,

गाजियाबाद-द्वितीय, लखनऊ-प्रथम, कानपुर-प्रथम को छोड़कर)।

विषय:- Invitation Special Session on World Meditation Day 21st December 2025(in Collaboration With The Art of Living Government Programs)

कृपया उपर्युक्त विषयक ई-मेल के माध्यम से प्राप्त श्री योगेश शर्मा , सदस्य, स्टेट कॉन्सिल, गर्वमेन्ट प्रोग्राम डेस्क, उत्तर प्रदेश, के पत्र संख्या-GP/BLR/25/3397 दिनांक 05.12.2025 का सन्दर्भ ग्रहण करने का कष्ट करें, जो दिनांक 21 दिसम्बर, 2025 को विश्व ध्यान दिवस पर या उससे पहले विभिन्न समय पर व्यक्तिगत ध्यान सत्र आयोजन में प्रतिभाग किये जाने सम्बन्धी आमंत्रण पत्र है।

उक्त के क्रम में ई-मेल के माध्यम से प्राप्त उपरोक्त पत्र दिनांक 05.12.2025 की प्रति संलग्न कर इस आशय से प्रेषित किया जा रहा है कि पत्र में की गयी अपेक्षानुसार अपने अधीनस्थ इच्छुक अधिकारियों/कर्मचारियों को अवगत कराने का कष्ट करें।

संलग्नक:-यथोपरि(विभागीय वेबसाइट पर)।

Digitally signed by
SUNIL KUMAR VERMA

Date: 11-12-2025

17:20:06 कुमार वर्मा)

अपर आयुक्त(प्रशासन) राज्य कर,
उत्तर प्रदेश, लखनऊ।

पृष्ठंकन पत्र संख्या व दिनांक उक्त।

प्रतिलिपि:-निम्नलिखित को सूचनार्थ एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु प्रेषित।

1. - अपर आयुक्त, राज्य कर, जोन-गौतमबुद्ध नगर, गाजियाबाद-द्वितीय, लखनऊ-प्रथम व कानपुर-प्रथम को उक्त पत्र दिनांक 05.12.2025 की प्रति संलग्न कर इस अनुरोध के साथ प्रेषित कि पत्र में की गयी अपेक्षानुसार अपने अधीनस्थ अधिकारियों/कर्मचारियों को अवगत कराने का कष्ट करें।
2. - अपर निदेशक, राज्य कर अधिकारी प्रशिक्षण एवं शोध संस्थान, गोमती नगर, लखनऊ।
3. - समस्त अनुभाग अधिकारी, राज्य कर, मुख्यालय लखनऊ ।
4. - संयुक्त आयुक्त(आई0टी0) राज्य कर, मुख्यालय लखनऊ को विभागीय वेबसाइट पर अपलोड किये जाने हेतु।
5. - नाजिर, राज्य कर, मुख्यालय ।

संलग्नक:-यथोपरि(विभागीय वेबसाइट पर)।

Digitally signed by
RAVI SHEKHAR SINGH
Date: 11-12-2025
18:08:28

(रवि शेखर सिंह)

संयुक्त आयुक्त(स्था0अराज0),
राज्य कर मुख्यालय, लखनऊ।

श्री.म.टी. पूर्णिमा.....
कृपया आवश्यक कार्यवाही करें।

उपायुक्त (आई0टी0) राज्य कर,
मुख्यालय, लखनऊ
दिनांक. 15-12-2025

Regarding Celebrating 21st Dec as World Meditation Day

1 message

State Council Uttar Pradesh <statecouncil.up@gep.artofliving.org>

Fri, Dec 5, 2025 at 5:38 PM

To: cctup2013@gmail.com

Cc: State Director Uttar Pradesh <statedirector.up@gep.artofliving.org>

Letter No. GP/BLR/25/3397
Dec-2025Date: 05thTo,
The Commissioner
GST
Vibhuti Khand,
Gomti Nagar
LucknowASC
4997
05/12/25
CS**Subject:** Invitation: Special Session on World Meditation Day 21st December 2025 (in collaboration with The Art of Living Government Programs)

Dear Sir/Madam,

Warm greetings from the **Department of Government Programs, Art of Living**. The Art of Living Foundation is one of the largest volunteer-based NGOs in the world having a presence in 180 countries and over 800 million people worldwide have participated in its various Programs. To know more about Art of Living, kindly look up <https://www.artofliving.org/in-en/about-us>.

Mental health is essential for everyone in today's fast-paced world. Research shows that meditation is a powerful practice to enhance mental well-being and overall health, forming the core of Art of Living's programs.

SC (Cm/117)

On the occasion of the United Nations-declared *World Meditation Day* on 21st December, the Art of Living invites you to join a special one-hour introductory session. This session aims to promote self-discovery, reinforce commitment toward personal and professional goals, and encourage a balanced work-life approach for holistic excellence.

Q

4DC

7.12.25

We believe this initiative will not only benefit the participants but also contribute to creating a historical moment of collective mindfulness and well-being.

1835

In the past, the Art of Living has partnered with the Govt of India, Ministry of Culture, to bring meditation to every citizen of the country under the "Har Ghar Dhyam" campaign. The Art of Living conducted sessions on meditation and mental health for people from all walks of life as part of the "Har Ghar Dhyam" campaign.

Our faculty are available to conduct in-person meditation sessions for your institution at various times on or before December 21. We look forward to your participation in this special initiative.

In addition, there will be a global meditation event- "Meditate with Gurudev" on Dec 21, 8:00 pm IST which will be live on youtube.com. The link to the live meditation is:

https://www.youtube.com/live/RNV1uL2LzlM?si=kl_QI_WMC9jAEamk

8164
08/12/25

कृते अमर योगदाता (प्रशासक)

दि.

Highlights of meditation session (for government department/offices):

- Brief introduction, breathing techniques, stretching, light yoga postures, and meditation
- Flexible duration: 30 minutes to 1 hour
- Suitable for employees at all level.

We look forward to your active participation and support in making this initiative a success.

Best regards,

Yogesh Sharma

Member,

State Council,

Government Programs Desk, Uttar Pradesh

Vyakti Vikas Kendra India, The Art of Living

Contact Person –

Name: Yogesh Sharma

Mobile: 9415402300

Email: yslko74@gmail.com