



## मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने शिवपुरी जिले की घटना पर दुन्हि व्यक्त किया

मीडिया ऑडीटर, भोपाल (एजेंसी)। मुख्यमंत्री डॉ. नोहन यादव ने शिवपुरी जिले की बैराड़ तहसील के लक्ष्मीपुरा प्राम के निवासी श्री वासुदेव बंजारा के घर में आग की घटना पर दुख व्यक्त किया है। इस घटना में पिता एवं दो बच्चों की असामयिक मृत्यु हुई है। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि संकट की इस घड़ी में राज्य सरकार पीडित परिवार के साथ खड़ी है। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने मृतकों के परिजन को प्रति मृतक 4-4 लाख रुपए की सहायता राशि मंजूर की है। प्रभावित परिवार को कुल 12 लाख रुपए की आर्थिक सहायता राशि दी जा रही है। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने परिवार के लिए अतिरिक्त राशन, मकान की क्षति और अन्य जरूरत के सामान आदि के लिए भी आर्थिक सहायता देने के निर्देश दिए हैं। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने बाबा महाकाल से दिवंगत आत्माओं की शांति पार्थना और शोकाकुल परिवार के प्रति संवेदनाएं व्यक्त की हैं।

## श्योपुर में सुपोषण के संकेत

**मीडिया ऑडीटर, भोपाल (एजेंसी)**। केन्द्र सरकार द्वारा जारी प्रतियोगिता में श्योपुर देश में सुपोषण के लिए किए गए प्रयासों में द्वितीय स्थान पर रहा। महिला एवं बाल विकास विभाग की मुख्यमंत्री बाल आरोग्य संवर्धन योजना से बच्चों के पोषण पर सघन निगरानी रखी जा रही है। हर महीने हर बच्चे का पोषण स्तर जाना जा रहा है, और किसी भी विपरीत स्थिति में सुनियोजित ढांग से पोषण प्रबंधन किया जा रहा है। श्योपुर जिले में कार्यरत विभिन्न संस्थानों के बेस लाइन सर्वे एवं एंड लाइन सर्वे के आंकड़ों के अनुसार जिले में 10 वर्षों में अब तक कुपोषित बच्चों की श्रेणी में 90 प्रतिशत तक कमी आई है। पिछले वर्षों में आंगनवाड़ी की सेवाओं का लाभ लेने वालों में 80 प्रतिशत की बढ़ोत्तरी हुई है। 35 प्रतिशत घरों में पोषणबाड़ी का प्रचलन बढ़ा है। 30 प्रतिशत महिलाओं एवं बच्चों की आहार विविधता बढ़ी है। जहां 2020 में 906 बच्चे अति कुपोषित थे वहीं अब इस श्रेणी में मात्र 122 बच्चे हैं। महिला एवं बाल विकास विभाग के सुपोषण के लिए किए गए प्रयासों के तहत सभसे पहले आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं की क्षमता वृद्धि की गयी। कुपोषण को सरलता से पहचानना, कुपोषण चक्र को तोड़ना, आहार विविधता, भोजन एवं पोषण, स्वच्छता व्यवहार परिवर्तन, मोटे अनाज एवं पूरक पोषण आहार से विभिन्न प्रकार के बाल सुलभ आहार बनाना आदि पर नियमित प्रशिक्षण दिए गए, जिसके परिणाम स्वरूप आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं ने ग्रामीण महिला और पुरुषों को परामर्श देकर जन जागरूकता पर कार्य किया। अब जिले की कई आंगनवाड़ी केंद्रों में मास्टर ट्रेनर हैं। राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वे वर्ष 2005-06 के जारी आंकड़ों की तुलना में 5 वर्ष 2020-21 में जारी आंकड़ों से की जाए तो मध्यप्रदेश में कम वजन के मामले में 40 प्रतिशत एवं दुबलापन में 46 प्रतिशत तथा अति गंभीर दुबलापन में 48 तक कमी परिलक्षित हुई है। वहीं केन्द्र सरकार की पोषण ट्रैकर अनुसार वर्ष 2023-24 में प्रदेश में 5.50 लाख बच्चे कम वजन की श्रेणी में चिह्नित हुए। इसी तरह श्योपुर में पांच साल से कम उम्र के कम वजन वाले बच्चों की संख्या में 37.7 ल की कमी आई है।

## कौशल प्रशिक्षण योजनाओं पर मंत्रालय में कार्यशाला

**मीडिया ऑडीटर, भोपाल (एजेंसी)। मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव के नेतृत्व में मध्यप्रदेश एक नई क्रांति की ओर बढ़ रहा है। युवाओं के सपनों को साकार करने और रोजगार के अवसर उपलब्ध कराने के उद्देश्य से 23 दिसंबर 2024 को मंत्रालय में कौशल विकास पर आधारित एक वृहद कार्यशाला का आयोजन किया जा रहा है। इसमें 32 विभाग अपने कौशल विकास और प्रशिक्षण कार्यक्रमों का प्रस्तुतीकरण देंगे। कार्यशाला आत्मनिर्भर मध्यप्रदेश की परिकल्पना को साकार करने का एक मजबूत प्रयास है, जिसमें विभागीय योजनाओं के समन्वय और नवाचारों पर चर्चा होगी। कार्यशाला में तकनीकी शिक्षा, औद्योगिक नीति, महिला बाल विकास, कृषि, ऊर्जा, और स्वास्थ्य जैसे विभागों द्वारा अपनी योजनाओं की प्रगति साझा करेंगे। मुख्यमंत्री डॉ. यादव का मानना है कि हर युवा को कौशल के माध्यम से आत्मनिर्भर बनाना ही राज्य के विकास का आधार है। यह आयोजन न केवल युवाओं के हुनर को निखारने का मौका देगा, बल्कि उन्हें वैश्विक अवसरों के लिए भी तैयार करेगा। कार्यशाला में रोजगार आधारित नवाचारों और योजनाओं की समीक्षा के साथ एकीकृत पोर्टल विकसित करने पर भी चर्चा होगी। आयोजन राज्य में कौशल विकास की दिशा में एक ऐतिहासिक पहल साबित होगा और युवाओं को एक बेहतर और उज्ज्वल भविष्य की ओर ले जाएगा।**

**मोटे अनाज कोदो-कुटकी, मक्का-बाजरा और जौ से बने व्यंजन आगंतुकों के मन को खूब भाये**

A large group photograph of students and faculty at a school event. In the foreground, several students in traditional Indian attire (sarees and shalwar kameez) are seated. Behind them, many more people are standing in rows, some holding small flags or banners. The background shows a stage with speakers and a decorated banner with text in Hindi.

# राज्य स्तरीय युवा उत्सव जनवरी-2025 में मनाया जायेगा-मंत्री सारंग



अतिथियों को भी आमंत्रित किया जाये। साथ ही सभी विधायियों का उत्कृष्ट प्रदर्शन करने के लिये युवाओं को प्रोत्साहित किया जाये। मंत्री श्री सारंग को बताया गया कि सातों विधायियों के युवा राष्ट्रीय युवा उत्सव में शामिल होंगे। प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी की मंशा अनुरूप 15 से 29 वर्ष की आयु वर्ग के युवाओं की प्रतिभा को मंच प्रदान करने के उद्देश्य से 12 से 16 जनवरी के मध्य नई दिल्ली में 28वें राष्ट्रीय युवा उत्सव का आयोजन किया जा रहा है। इसमें जिला स्तर पर 18 से 26 दिसम्बर तक चयन किया जा रहा है। संभाग स्तर पर 3 से 5 जनवरी तक उत्कृष्ट युवाओं का चयन होगा। राज्य स्तर पर 7 या 8 जनवरी को कार्यक्रम प्रस्तावित है। राज्य स्तरीय युवा उत्सव-2025 के विजेताओं को समूह विधा में प्रथम आने पर 6 हजार, द्वितीय को 4 हजार और तृतीय को 2 हजार रूपये की राशि प्रदान की जायेगी।

# क्या है खुरासानी इमली? राजधानी के लोगों को जानने का अचूक मौका

**मीडिया ऑडीटर**  
**भोपाल (एजेंसी)।** क्या  
राजधानी भोपाल और अन्दर  
जिलों के लोग जानते हैं विं  
माण्डू इमली या खुरासानी  
इमली क्या होती है। कैसे  
दिखती है। इसे देखने का अचूक  
मौका राजधानी भोपाल वे  
लोगों को मिला है। इसे भोपाल  
में चल रहे अंतर्राष्ट्रीय वन मेले  
में देखा जा सकता है। यह दुर्लभ  
पेड़ है। मध्यप्रदेश राज्य वन  
अनुसंधान संस्थान और  
मध्यप्रदेश राज्य जैव विविधता  
बोर्ड के परस्पर सहयोग से  
बाओबाब के पेड़ों के संरक्षण  
का ठोस प्रयास किया जा रहा है।  
इसका वनस्पतिक नाम है  
एडनसोनिया डिजिटारा या

अफीकी बाओबाब। यह बाओबाब जाति की सबसे व्यापक रूप से फैली हुई वृक्ष प्रजाति है। यह अफीकी महाद्वीप और दक्षिणी अरब प्रायद्वीप यानी यमन ओमान क्षेत्र का मूल प्रजाति है। यह एक बड़े गाल क्षेत्रयुक्त वृक्ष होते हैं। यह लंबे समय तक जीवित रहने वाले वृक्ष हैं। मध्यप्रदेश के धार जिले में ऐतिहासिक मांडू शहर भारत का एकमात्र स्थान है जहां बाओबाब के पेड़ बहुतायत में हैं। मांडू शहर की परिधि में करीब 1000 से 1200 पेड़ हैं। इतिहास में उल्लेख आता है कि बाओबाब पेड़ के बीज अफगान शासकों द्वारा या अरब व्यापारी द्वारा मांडू लाये गए थे जो 1400 ईस्वी के असपास मांडू आए थे बाओबाब वृक्ष को मांडू विशेष वृक्ष माना गया इसलिए लोग इसे मांडू इम भी कहते हैं। बाओबाब स्थानीय लोगों के आय साधन भी हैं। आश्चर्य की बात कि हाल के दिनों में इन पेड़ों संख्या में कमी आई है मध्यप्रदेश राज्य सरकार ने पेड़ों के संरक्षण के लिए टंक ददम उठाया है। वैज्ञानिक जानकारी के अनुसार इन पेड़ों समय-समय पर तने उगाने क्षमता के कारण बाओबाब तसम्य तक जीवित रह सकते रेडियोकार्बन डेटिंग से पता चलता है कि कुछ पेड़ 2000 वर्षों भी ज्यादा पुराने हैं।

जल वितरण प्रणाली को लीकेज प्रूफ बनाने के साथ रीवा के हर घर में शुद्ध जल सप्लाई सुनिश्चित करना है-उप मुख्यमंत्री



करने के लिये आवश्यक है। जल को उपचारित कर पुनः प्रयोग करना समय की मांग है और पर्यावरण अनुसंगत है। इसे ध्यान में रखते हुए योजना का निर्माण किया जाये। उप मुख्यमंत्री श्री शुक्ल ने चार इमली स्थित निवास कार्यालय में नगर निगम रीवा में बाटर सप्लाई सुविधा के विस्तार, प्रबंधन और सशक्तीकरण के लिये इजराइल के प्रतिनिधि मंडल से चर्चा की। जल प्रबंधन और वितरण नेटवर्क सुदृढ़ीकरण पर इजराइल के प्रतिनिधि मंडल ने अनुभव किये साझा इजरायल प्रतिनिधि मंडल ने बेहतर जल प्रबंधन और वितरण नेटवर्क सुदृढ़ीकरण पर अपने अनुभव को साझा किया। जल संसाधन प्रबंधन के लिये कृतिग्रन्थ और प्राकृतिक सोर्स का चिन्हांकन किया जाना महत्वपूर्ण है।

# ‘संभावना’ गतिविधि में हुई भोजपुरी गायन एवं नृत्य प्रस्तुति

**मीडिया भोपाल जनजातीय नियमित %संभावना%** के ऋग्विवाच को श्री प्रहलाद कुर्मी एवं साथी (सागर) द्वारा राई नृत्य, श्री केवल कुमार एवं साथी (अनूपपुर) द्वारा गोण्ड जनजातीय गुदुमबाजा नृत्य तथा श्री नागेन्द्रनाथ पाण्डेय एवं साथी (आरा, बिहार) द्वारा भोजपुरी गायन की प्रस्तुति दी गई। संभावना” गतिविधि में श्री प्रहलाद एवं साथियों द्वारा राई नृत्य की प्रस्तुति दी गई। यह नृत्य बुंदेलखण्ड के जनमानस का हर्ष और उत्तरासन अधिक्षिक्त करता है। इस नृत्य में कलाकार फाग गा कर नृत्य करता है। राई के गीत ख्याल, स्वांग आदि कई प्रकार के होते हैं। मृदंग की थाप पर घुंघरुओं की झँकारती राई और उसके

को प्रकृति को ठेस पहुंचाने का  
एहसास होता है।

देश आर प्रदेशभर म रहा ह। यह झाल सागर शहर का प्रमुख जल स्त्रोत भी है। नगरीय प्रशासन एवं आवास विभाग के स्मार्ट सिटी मिशन में लाखा बंजारा झील का संरक्षण और सौंदर्यकरण कार्य 111 करोड़ 33 लाख रुपये की लागत से किया गया है। सागर शहर की यह ऐतिहासिक झील सागर स्मार्ट सिटी लिमिटेड द्वारा कायाकल्प के बाद अपने इस रोमांचित करने वाले नये स्वरूप में शहरवासियों के सामने उभरकर सामने आयी है। झील किनारे मंदिरों में जलगांगा आरती जैसा आयोजन नागरिकों में धार्मिक और आध्यात्मिक भावना को भी बढ़ाएगी। दूसरी ओर अत्याधुनिक खेल और मनोरंजन जैसी सुविधाएं पर्यटकों को मानसिक एवं शारीरिक सुकून प्रदान करेंगी। पर्यटकों के आने से रोजगार और आय के साधन बढ़ेंगे। स्मार्ट सिटी परियोजना में 400 एकड़ विशाल क्षेत्र में फैली लाखा बंजारा झील में वैज्ञानिक और तकनीकी रूप से कार्य किया गया है। झील के संरक्षण के लिये हाइड्रोलिक सर्वेक्षण किया गया है। सर्वेक्षण के जरिये झील के विभिन्न स्थलों पर पानी की गहराई, झील की भौतिक, रासायनिक और जैविक विशेषताओं की जानकारी एकत्र की गई। झील के जैव विविधता का ध्यान में रखते हुए झील के जल की गुणवत्ता की लेब में जांच की गई। लेब रिपोर्ट में झील के जल का टर्बिंडिटी मान 82 जेटीयू से अधिक पाया गया, जो कि 2.5 जेटीयू से अधिक नहीं होना चाहिए। इस वजह से झील के संरक्षण के लिये झील के पानी को पूरी तरह खाली कर ग्रेविटी के माध्यम से झील के संरक्षण का कार्य शरू किया गया।

# बच्चे पढ़ाई के साथ-साथ रचनात्मक गतिविधियों में बढ़-चढ़कर ले हिस्सा

सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन किया गया, जिसमें फैंसी ड्रेस, सोलो एकिटंग, महिला यूनिक बैण्ड की आकर्षक प्रस्तुति और एक शाम वन विभाग के नाम की मनमोहक प्रस्तुति दी गयी। खेल एवं युवा कल्याण, सहकारिता मंत्री श्री विश्वास कैलाश सारंग के मुख्य अतिथ्य और उच्च शिक्षा, आयुष, तकनीकी शिक्षा मंत्री श्री इंदर सिंह परमार की अध्यक्षता और वन राज्य मंत्री श्री दिलीप सिंह अहिरवार के विशिष्ट अतिथ्य में 7 दिवसीय वन मेले का समापन समारोह सोमवार सायं 5 बजे होगा। समापन समारोह में अपर मुख्य सचिव वन मंत्री अशोक वर्णवाल, प्रधान मुख्य वन संरक्षक एवं वन बल प्रमुख श्री असीम श्रीवास्तव, प्रबंध संचालक लघु वनोपज श्री विभाष कुमार ठाकुर और वन विभाग के अधिकारी उपस्थित रहे।

मीडिया ऑफिशियल भोपाल (एजेंसी)। भोपाल नगर निगम महापौर श्रीमती मालती राय ने कहा है कि स्कूल में पढ़ने वाले बच्चों ने पढ़ाई के साथ-साथ रचनात्मक और कलात्मक गतिविधियों में भी बढ़कर हिस्सा लेना चाहिए। इसके लिये शिक्षक बच्चों ने प्रोत्साहित करें। महापौर श्रीमती मालती राय अराष्ट्रीय मानव संप्रग्रहालय स्कूल शिक्षा विभाग के राष्ट्रीय बालरंग समारोह के समापन समारोह को संबोधित कर रहीं। महापौर श्रीमती राय ने कहा कि राष्ट्रीय बालरंग विभिन्न राज्यों के बच्चों ने प्रस्तुतियाँ राष्ट्रीय एकता व भावना को मजबूत करती हैं बच्चों को इस आयोजन विभिन्न राज्यों की संस्कृति और विरासत को जानने वाली बौखा मिलता है। कार्यक्रम

A group photograph of the Indian delegation at the 2023 World Cup in India. The delegation consists of men in traditional attire and women in colorful saris. They are holding a large trophy and several certificates. The background features a banner with the text "विकास सत भारत - 2047" and a logo for the event.

में इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मानव संग्रहालय के निदेशक प्रो. अमिताभ पाण्डे, संचालक लोक शिक्षण श्री डी.एस. कुशवाह और विभागीय अधिकारी श्री पी.के. सिंह भी उपस्थित थे।

राष्ट्रीय बालरंग में 22 राज्यों और केन्द्र शासित प्रदेशों के बच्चों ने अपने-अपने राज्य की संस्कृति पर आधारित लोक-नृत्य की प्रस्तुतियाँ दीं। प्रथम पुरस्कार

उनके प्रदर्शन के लिये दिया  
गया। इन्हें 21-21 हजार रुपये

की राशि दी गयी।  
तीन दिवसीय राष्ट्रीय  
बालरंग में विजन-2047  
प्रदर्शनी लगायी गयी थी।  
प्रदर्शनी में राजधानी भोपाल  
के बच्चों ने वर्ष 2047 के  
विजन के अनुरूप मॉडल  
प्रदर्शित किये। विकसित  
भारत अभियान पर विभिन्न  
राज्यों की संस्कृति को दर्शाती  
प्रदर्शनी लगायी गयी थी।  
इसके अलावा स्काउट कैम्प,  
हस्तशिल्प प्रदर्शनी और  
विभिन्न राज्यों के व्यंजनों के  
स्टॉल लगाये गये थे।

इनमें बच्चों ने बढ़-  
चढ़कर सहभागिता की।  
बालरंग में तात्कालिक भाषण,  
प्रश्न-मंच, केलियोग्राफी,  
लोक-गीत, सुगम संगीत और  
निश्चक बच्चों के लिये विशेष  
प्रतियोगिताएँ आयोजित की  
गयीं।



# विचार

## आरएसएस की धर्मनिरपेक्ष छवि बनाने के मिशन में जुटे हैं भागवत

राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के मुखिया जिन्हें आमतौर पर सरसंघचालक के रूप में संबोधित किया जाता है, मोहन भागवत क्या धर्मनिरपेक्षता के फेर में फंस गए हैं? क्या आरएसएस के मुखिया संघ की धर्मनिरपेक्ष छवि बनाने के मिशन में जुटे हुए हैं? यह सवाल इसलिए खड़े हो रहे हैं क्योंकि मोहन भागवत लगातार और बार-बार मंदिर-मस्जिद को लेकर बयान दे रहे हैं। राम मंदिर आंदोलन को पूरी तरह से समर्थन देने वाला वो संगठन (राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ) जिसने अयोध्या में राम मंदिर के आंदोलन को घर घर का आंदोलन बनाने के लिए अपने अनुषांगिक संगठन विश्व हिंदू परिषद को पूरी ताकत से मैदान में उतार दिया था और अपने राजनीतिक संगठन भारतीय जनता पार्टी को इसे देश की राजनीति का सबसे बड़ा मुद्दा बनाने में भरपूर मदद की थी। उसी संघ के मुखिया, सरसंघचालक मोहन भागवत आज कह रहे हैं कि हर मस्जिद के नीचे मंदिर को तलाशने की मुहिम बंद होनी चाहिए। कुछ नेता मंदिर-मस्जिद का मसला उठा कर हिंदुओं का बड़ा नेता बनना चाहते हैं। संघ प्रमुख के इस तरह के कई बयान पिछले कुछ महीनों से लगातार सुर्खियां बनते नजर आ रहे हैं। यही वजह है कि अब यह सवाल उठने लगा है कि क्या मोहन भागवत संघ की छवि धर्मनिरपेक्ष बनाने के अभियान में जुटे हुए हैं? क्या संघ प्रमुख यानी सरसंघचालक का पद छोड़ने से पहले मोहन भागवत संघ को एक ऐसी संस्था का स्वरूप देना चाहते हैं, जिसे हिंदुओं के साथ-साथ भारत में रहने वाला हर मुसलमान और ईसाई भी अपना संगठन माने? कुछ लोगों के लिए मोहन भागवत का यह स्टैंड जरूर अनोखा और नया होगा? भाजपा से पिछले कुछ वर्षों के दौरान जुड़े नए लोग खासतौर से सोशल मीडिया पर सक्रिय भाजपा के नए कैडर के लोग इसे लेकर मोहन भागवत की आलोचना करते भी नजर आने लगे हैं। हालांकि संघ की राजनीति और कार्यकलाप को लंबे समय से देखने वाले समझदार विश्लेषक यह बात अच्छी तरह से समझ रहे हैं कि संघ के अंदर आखिर चल क्या रहा है? वे इस बात को भी बखूबी समझ रहे हैं कि यह कोई पहला मौका नहीं है, जब संघ अपनी छवि को बदलने का प्रयास कर रहा है। दरअसल, 90 के दशक में लालकृष्ण आडवाणी के पीछे होने और अटल बिहारी वाजपेयी के नाम पर स्वीकार्यता बढ़ने के साथ ही संघ के अंदर के एक बड़े खेमे को यह समझ आ गया था कि भारत में अगर भाजपा को कांग्रेस की तरह लंबे समय तक शासन करना है तो उसे सभी धर्मों को साथ लेकर चलना ही होगा।

# किसानों कि

## रमेश सराफ धमोरा

देश के पूर्व प्रधानमंत्री चौधरी चरण सिंह एक व्यक्ति नहीं विचारधारा थे। चौधरी चरण सिंह ने हमेशा यह साबित करने की कोशिश की थी कि किसानों को खुशहाल किए बिना देश का विकास नहीं हो सकता। उनकी नीति किसानों व गरीबों के जीवन स्तर को ऊपर उठाने की थी। वो कहते थे कि देश की समृद्धि का रस्ता गांवों के खेतों और खलिहानों से होकर गुजरता है। उन का कहना था कि भ्रष्टाचार की कोई सीमा नहीं है। जिस देश के नेपाली लोगों ने तेज़ तरफ़ी लाभी उर्जा उत्पन्न की।

लाग भ्रष्ट हाग वा दश कभा तरक्का नहा कर सकता। चौधरी चरण सिंह का जन्म 23 दिसम्बर 1902 को गाजियाबाद जिले के नूरपुर गांव के चौधरी मीर सिंह के घर हुआ था। बाद में उनका परिवार नूरपुर से जानी खुद गांव आकर बस गया था। 1928 में चौधरी चरण सिंह ने आगरा विश्वविद्यालय से कानून की शिक्षा लेकर गाजियाबाद में वकालत प्राप्त की। 1930 में महात्मा गांधी द्वारा नमक कानून तोड़ने के समर्थन में चरण सिंह ने हिण्डन नदी पर नमक बनाया जिस पर उन्हे 6 माह जेल की सजा हुई। 1940 के व्यक्तिगत सत्याग्रह में भी चरण सिंह गिरफ्तार किये गये। 1942 में अगस्त क्रांति के माहौल में चरण सिंह को गिरफ्तार कर डेढ़ वर्ष की सजा हुई। जेल में ही चौधरी चरण सिंह की लिखित पुस्तक शिष्टाचार भारतीय समाज में शिष्टाचार के नियमों का एक बहमल्य दस्तावेज है।

चौधरी चरण सिंह खुद एक छोटे से गांव में एक किसान के घर जन्मे थे। बचपन से ही उहोंने गांव के किसानों, गरीबों के दुखः दर्द को नजदीकी से देखा जाना था। इसलिये उहोंने उनकी समस्याओं का बखूबी अहसास किया। उनको जब कभी कहीं मौका मिलता वे गांव के किसानों की सेवा करने

# बायोहैकिंग क्या है? भारत में इसका प्रचलन कैसे बढ़ा?

**कमलेश पांडे**

लाइफ इंज मिंट फ़ॉर जॉय यानी जीवन जीने के लिए है। लेकिन कुछ लोग प्राकृतिक और शारीरिक परिस्थितियों में मनमाफिक बदलाव लाकर ज्यादा से ज्यादा जीने की कोशिशों में जुटे हुए हैं। इनके लिए 'बायोहैकिंग' एक ऐसा शब्द बन चुका है जो शरीर की काम करने की क्षमता को बेहतर बनाने और उम्र बढ़ाने के तरीकों से जुड़ा हुआ है। इसलिए अब दुनिया के लोग इस पर फिदा होते जा रहे हैं। भारत में भी बायोहैकिंग के दीवाने बढ़ रहे हैं। जानकारों का कहना है कि विश्वविद्यालयों में बायोसाइंसेज और हेल्थ रिसर्च से जुड़े छात्रों में इस नवीनतम ज्ञान और शोध के प्रति दिलचस्पी बढ़ी है। इस बारे में लोग पृष्ठताष्ठ कर रहे हैं।



बता दें कि बायो और हैंकिंग नामक दो शब्द सेहत से जुड़ी बायोलॉजिकल प्रक्रियाओं को प्रभावित करते हैं। ये भले ही नॉन-टेडिशनल हैं और अभी मेडिकली इस पर मुहर नहीं लगी है। फिर भी इनके पीछे कुछ वैज्ञानिक साक्ष्य हैं, जो क्लिनिकल प्रैक्टिस में आने के लिए यह काफी नहीं है। हालांकि, इसके व्यक्तिगत अनुपयोग में इजाफा देखा जा रहा है, जो खतरे से खाली नहीं है। मीडिया रिपोर्ट्स भी इस बात की चुगली कर रही हैं कि मौत को मात देने के इस नए ट्रेंड का भारत में प्रचलन बढ़ रहा है। यहां बायोहैंकिंग का क्रेज़ इतना है कि रोज़ इसके अनुगमियों की संख्या बढ़ रही है। अब तो डाइटिंग के साथ प्राकृतिक चिकित्सा उपायों और योग-ध्यान से जुड़े रहस्यों के साथ भी इसे जोड़ा जाने लगा है।

आपको पता होगा कि महज 47 साल के अमेरिकी बायोहैकर और उद्यमी ब्रायन जॉनसन इन दिनों %मौत को मात% देने पर तुले हुए हैं। हाल ही में वो भारत भी आए थे यहां पर भी उन्होंने अपना %ए-ज-रिवर्सिंग ब्लूप्रिंट प्रोटोकॉल% लॉन्च किया, जिसमें ढेर सारे सप्लाइमेंट्स, टेस्ट,

एक सपोजर जैसे तमाम उपायों के सहारे जीवन प्रत्याशा बढ़ने-बढ़ाने के दावे किए गए हैं। एक अंग्रेजी दैनिक के मुताबिक भारत में भी ऐसे लोगों का एक बड़ा समूह (ग्रुप) बन गया है, जो अपने शरीर और दिमाग को बेहतर बनाने के लिए हात रख के उपाय लगा रहे हैं। इनमें कड़ाके की ठंड में बर्फ स्नान से लेकर रेड लाइट थेरेपी और ढेर सारे सफ्टीमेंट्स के इस्तेमाल तक शामिल हैं। यही नहीं, कुछ लोगों के रूटीन में हाइपरबेरिक ऑक्सीजन थेरेपी शामिल है। वहीं, कुछ लोग इलेक्ट्रोमैग्नेटिक तरंगों पैदा करने वाले उपकरणों से अपनी आयु बढ़ाने के जतन में जुटे हुए हैं।

इसलिए आज मैं अपने इस आतेख के माध्यम से आपके  
यह बताने की कोशिश कर रहा हूँ कि आखिर बायोहैकिंग में  
क्या होता है? जानकार बताते हैं कि भारत में बढ़ते बायोहैकिंग  
कम्प्युनिटी के पास भले ही जॉनसन जैसा मोटा बजट न हो  
लेकिन वे लोग सेहत को बेहतर बनाने के लिए अपने-अपने  
तरीके आजमा रहे हैं जो खतरे से खाली नहीं हैं, क्योंकि यह  
आधुनिक चिकित्सा पद्धतियों के द्वारा प्रमाणित नहीं है। इससे

जुड़ी कोई शोध रिपोर्ट्स भी अबतक नहीं आई है। हालांकि कुछ बायोहैक्स तो बहुत आसान हैं, जैसे ध्यान, उपवास, सप्लीमेंट्स लेना, धूप में बैठना और एक्सरसाइज करना। लेकिन इस क्षेत्र में कई तरह के अनुप्रयोग भी किए जा रहे हैं। मिसाल के तौर पर, जॉन्सन ने अपने बेटे के साथ प्लाज्मा और ब्लड स्वैप किया। वहाँ, चेहरे में डोनर फैट इंजेक्शन भी लगाया, जो कामयाब नहीं रहा।

सवाल है कि भारत में बायोहैकिंग का चलन कैसे विकसित और प्रचलित हुआ? क्योंकि बायोहैकिंग आधुनिक दवाइयों के परिणाम से नाखुशी मतलब साइड इफेक्ट्स की वजह से विकसित हुआ है। समझा जाता है कि लंबी उम्र या सेहतमंद जीवन जीने की बढ़ती दिलचस्पी ही लोगों को बायोहैकिंग की तरफ आकर्षित कर रही है। बताया जाता है कि जहाँ भारत में डिकोड एज के को-फाउंडर राकेश सोमानी ने दस साल पहले अपनी परफॉर्मेंस बेहतर बनाने के लिए बायोहैकिंग शुरू किया था। वहीं, लोग तरह-तरह के अनुप्रयोग कर रहे हैं और अपने अनुभवों को भी सोशल मीडिया पर साझा कर रहे हैं।

कुछ लोग बर्फ के पानी में डुबकी लगाते हैं; वो भी तब, जबकि दिल्ली में कड़ाके की सर्दी पड़ रही हो। क्योंकि इनका मानना है कि आइस बाथ यानी बर्फ स्नान से इम्यूनिसिट्स्टम मजबूत होता है। रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है और व्यायाम के बाद रिकवरी अच्छी होती है। इससे दिमाग भी ज्यादा मजबूत बनता है। वहीं, कुछ लोग ऐसे भी हैं, जिन्होंने ग्लूटेन, कॉर्न, डेयरी और प्रोसेस्ड फूड आदि छोड़ दिए हैं। इनका डिनर शाम छह सात बजे तक खत्म हो जाता है।

ऐसे लोग स्किन हेल्थ, मसल्स रिकवरी के लिए रेड लाइट थेरेपी का भी इस्तेमाल करते हैं। वहीं, योग के अलावा तनाव को कंट्रोल में रखने के लिए न्यूरोफाइडबैक के रूटीन को पूरा करते हैं। वहीं कुछ लोग हफ्ते में दो बार 23 घंटे का उपवास करते हैं। इनकी प्रतियाओं में प्रोटीन लेना, धेर सारे सप्लीमेंट्स, क्रायोथेरेपी (जबरदस्त ठंड में रहना), एंटी-एजिंग छुँझ़ ड्रिप्स और रेड लाइट थेरेपी आदि शामिल हैं, जो इनके प्रयोगकर्ताओं के रूटीन में शामिल हो चुके हैं।

दिलचस्प बात तो यह है कि ऐसे लोग यह सब कुछ करते हुए भी रोज महज छह घंटे ही सोते हैं और अपनी प्रोग्रेस ट्रैक करने के लिए डिवाइस भी पहनते हैं। वर्ही कुछ लोग धूप में बैठते हैं, घास पर नंगे पैर चलते हैं, रेड लाइट थेरेपी करते हैं, ग्रार्डिंग मैट्स का इस्तेमाल करते हैं। वह ब्लू-लाइट ब्लॉकिंग ग्लासेज पहनते हैं, ताकि लंबा जीवन जी सकें। ये लोग पेट के माइक्रोबायोम का एनालिसिस भी करवाते हैं और अपने ब्लड एज भी चेक करते हैं। कहने का तात्पर्य यह कि लोग अपने जीवन को, आयु को बढ़ाने के लिए इनसे सभी यथापर्वक करते हैं।

लिए इतन सार यत्र प्रयत्नपूर्वक करत ह। हालांकि, इनकी बढ़ती गतिविधियों से कुछ लोगों के मनोमस्तिष्ठ में यह सवाल भी पैदा हो रहा है कि क्या बायोहैकिंग नुकसानदेह भी हो सकता है? इसको स्पष्ट करते हुए सीएसआईआर इंस्टिट्यूट ऑफ जीनोमिक्स एंड इंटीग्रेटिव बायोलॉजी के एक्सपर्ट बताते हैं कि %बायोहैकिंग एक खतरनाक रास्ता भी हो सकता है, क्योंकि ज्यादातर बायोहैकिंग क्रियाएं बिना खतरों को देखे, महसूस किए ही किये जाते हैं। वो वजन कम करने के लिए डायबिटीज की दवा ओजेम्पिक (हड्डदृश्यदृष्टि) के हालिया चलन का उदाहरण देते हुए कहते हैं कि यह दवा अत्यधिक मोटापे और मेडिकल कॉम्प्लिकेशन्स से ज़्यारहे लोगों के लिए तो अच्छी हो सकती है। लेकिन जब कोई फ़िल्म स्टार अपना थोड़ा सा वजन करने के लिए यही दवा लेता है, तो ये हैकिंग है। ये इसका समर्थन नहीं करते हैं, क्योंकि ये इसके दीर्घकालीन प्रभावों व उसके नतीजों के बारे में नहीं जानते हैं।

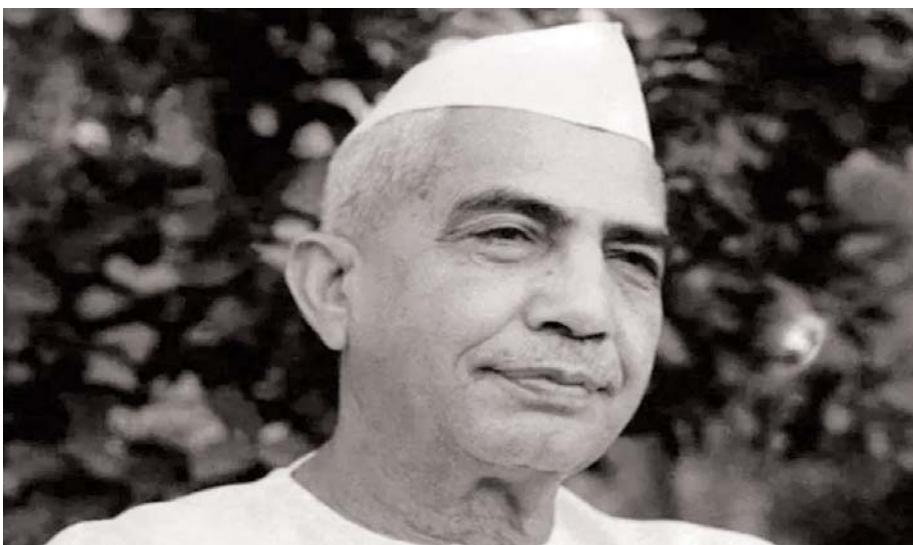
एक उदाहरण देते हुए उहोंने समझाया कि एक समय में भगव कुन्ने वाली गोलियां बहुत ज्यादा चलती थीं लेकिन

भूख कम करने वाला गालिया बहुत ज्यादा चलता था, लाकन जब बाद में पता चला कि इनसे पल्मोनरी हाइपरटेंशन का खतरा बढ़ता है, जो जानलेवा भी हो सकता है, तो उसके सेवन पर अपने आप रोक लग जाती है।

बहरहाल, आप मानें या न मानें, लेकिन इतना तो समझना

ही होगा कि हमारा शरीर हमेशा के लिए जीने के लिए नहीं बना है। इसलिए कोई भी जुनून मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य के लिए बुरा हो सकता है। अतः बेहतर यही होगा कि जीवन प्रत्याशा बढ़ाने के लिए अब तक हुए या हो रहे शोध रिपोर्ट्स पर गौर करें और उसके मुताबिक अपनी आदतें विकसित करें। अन्यथा नीम हकीम खतरे जान वाली नौबत भी आ सकती है। इसलिए सावधानी पूर्वक हरके पहल करें और आगे बढ़ें।

# ਕਿਸਾਨੇ ਕਿ ਬੁਲਾਂਦ ਆਵਾਜ਼ ਥੇ ਚੌਧਰੀ ਚਰਣ ਸਿੰਹ



बन कर उन्होंने देश में पहली बार कांग्रेस के खिलाफ बने एक मजबूत गठबंधन को तोड़ा था। उससे उनकी प्रतिष्ठा को भी गहरा आघात पहुंचा था।

चौधरी चरण सिंह को 1951 में उत्तर प्रदेश सरकार में न्याय एवं सूचना विभाग का कैबिनेट मंत्री बनाया गया। 1952 में डॉक्टर सम्पूर्णानंद के मुख्यमंत्रित्व काल में उन्हें राजस्व तथा कृषि विभाग का दायित्व मिला। एक जुलाई 1952 को उत्तर प्रदेश में उनके बदौलत जर्मांदारी प्रथा का उन्मूलन हुआ और गरीबों को खेती करने के अधिकार मिले। 1954 में उन्होंने किसानों के हित में उत्तर प्रदेश भूमि संरक्षण कानून को पारित कराया। चरण सिंह स्वभाव से भी कृषक थे तथा कृषक हितों के

A black and white close-up photograph of Mahatma Gandhi's face. He is wearing a white turban and a white kurta. He has a gentle smile and is looking slightly to his left. The background is dark and out of focus.

लिए अनवरत प्रयास करते रहे। 1960 में चंद्रभागा गुसा की सरकार में उन्हें गृह तथा कृषि मंत्री बनाया गया। उत्तर प्रदेश के किसान चरण सिंह को अपने रहनुमा मानते थे। उन्होंने कृषकों के कल्याण के लिए काफी कार्य किए। लोगों के लिए वो एक राजनीतिज्ञ से ज्यादा सामाजिक कार्यकर्ता थे। उनके भाषण को सुनने के लिये उनकी जनसभाओं में भारी भीड़ जुटा करती थी।

किसानों में चौधरी साहब के नाम से मशहूर  
चौधरी चरण सिंह 3 अप्रैल 1967 में पहली बार  
उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री बने थे। तब 1967 में पूरे  
देश में साम्प्रदायिक दंगे होने के बावजूद उत्तर प्रदेश  
में कहीं पत्ता भी नहीं हिल पाया था। 17 फरवरी  
1970 को वे दूसरी बार मुख्यमंत्री बने। अप





## संक्षिप्त समाचार

प्याज का एक महीने में 50

फीसदी शिरोथक भाव

नई दिल्ली (एजेंसी)। देश में पिछले कुछ समय से प्याज के बढ़ते भाव के संकेत के बाद अब इस विषय पर ब्रेक गया है। लासलगाव में सभी बड़ी थोक प्याज मंडी में प्याज की कीमत एक महीने में 50 फीसदी गिर गई है। पिछले महीने का जहां प्याज की कीमत 4000 रुपए प्रति किंवद्ध थीं, वहाँ रिवरांग कोहे 2000 रुपए प्रति किंवद्ध हो गई। नई खीरीफ फसल का आवक से प्याज का मॉर्टेंट भाव गिर रहा है। व्यापारियों का कहना है कि महाराष्ट्र, गुजरात और मध्य प्रदेश जैसे प्रमुख प्याज उत्पादक क्षेत्रों में नई प्याज की आवक बढ़ने से रेट और भाव गिर सकते हैं। प्याज व्यापारियों का कहना है कि खीरीफ फसल का प्याज अधिक नमी के कारण लंबे समय तक भंडारित नहीं किया जा सकता, इसलिए उत्पादन के बावजूद इसे खीरीफ के साथ ही बाजार में ले जा रहे हैं। अच्छी मानसूनी बारिश ने इस साल प्याज समेत अन्य फसलों जैसे टमाटर और आलू के उत्पादन को बढ़ावा दिया है खीरीफ प्याज का क्षेत्रफल इस साल पिछले वर्ष की तुलना में 27 फीसदी अधिक है। लासलगाव और गुजरात बाजार समर्पित के निवेशक ने बताया कि महाराष्ट्र, मध्य प्रदेश और गुजरात जैसे प्रमुख उत्पादक जग्यों में प्याज के भाव गिर रहे हैं। इधर के बावजूद, सरकार ने प्याज के नियर्यात पर 20 फीसदी शुल्क लगाया है। नियर्यात शुल्क की कटौती की मांग हो रही है और उम्मीद है कि इससे मांग और कीमतें बढ़ सकती हैं। खीरीफ फसल को मजबूत आवक से अगले कुछ हफ्तों में खीरीफ कीमतों में और नमी आने की उम्मीद है। व्यापारी भी पुरानी संगतियों के अनुसार प्याज की खीरीफ कीमतें 60 रुपए प्रति किलोग्राम से घटकर 40 रुपए प्रति किलोग्राम हो गई हैं।

## सेमीकंडक्टर स्टार्टअप

## माइक्रोप्रोसेसर टेनोरीज

## ने ज्ञाता 40 लाख डॉलर

नई दिल्ली (एजेंसी)। फैब्रिल

सेमीकंडक्टर डिजाइन स्टार्टअप

माइक्रोप्रोसेसर टेनोरीज ने ए

श्रृंखला रांगड़ में 40 लाख डॉलर

जुटाए हैं। इस रकम का उपयोग

कंपनी अपने कार्यबल का वित्तार

करने और अपनी इन हाउस

इंजीनियरिंग क्षमताओं को बढ़ाने

में करेगी। कंपनी ने यह जानकारी

दी है। इस दीर्घ का सह नेतृत्व

रोकेटशिप वीसी और स्पेशियल

इन्वेस्टर ने किया। निवेशक से कंपनी

को अपने पहले चिप के उत्पादन

और बिक्री बढ़ाने में भी मदद

मिलेगी। इस साल शुरूआत में मई

2024 के अंतीम चौथे तिथि

पर तायार किया गया

गया। इसे उत्तरी इंडिया

में खीरीफ की खीरीफ

मानसूनी बारिश ने इस

साथ ही साथ प्रमुख

उत्पादक जग्यों में

प्याज की कीमतें गिर रही हैं।

साथ ही साथ प्रिंटर और खाईट

ऑफ सेल (पीओसीस)

मशीनों जैसी पावर

डिजिटल और ग्रेजिंग

मशीनों की खीरीफ

माइक्रोप्रोसेसर

टेनोरीज ने ए

ज्ञाता 40 लाख डॉलर

जुटाए हैं। इसके अंतीम चौथे

तिथि

पर तायार किया गया

गया। इसे उत्तरी इंडिया

में खीरीफ की खीरीफ

मानसूनी बारिश ने इस

साथ ही साथ प्रमुख

उत्पादक जग्यों में

प्याज की कीमतें गिर रही हैं।

साथ ही साथ प्रिंटर और खाईट

ऑफ सेल (पीओसीस)

मशीनों की खीरीफ

माइक्रोप्रोसेसर

टेनोरीज ने ए

ज्ञाता 40 लाख डॉलर

जुटाए हैं।

# शेयर बाजार में रही तेज़ी, सेंसेस 500 से ज्यादा अंक 3750 के पार

**मुंबई** (एजेंसी)। वैश्विक बाजारों में तेजी के बीच घरेलू शेयर बाजार सहायता के पहले कारोबारी दिन सोमवार को बड़े उत्तर के साथ खुला। एकसेवें दिन के दोनों प्रमुख इंडेक्सों में बढ़त देखी है। अन्य बाजारों में तेजी, मेटल स्टर्क्स में खीरीफ और नियर्यात और नमी के कारण लंबे समय तक भंडारित नहीं किया जा सकता, इसलिए उत्पादन के बावजूद इसे खीरीफ के साथ ही बाजार में खीरीफ का कहना है कि महाराष्ट्र, गुजरात और मध्य प्रदेश जैसे प्रमुख प्याज उत्पादक क्षेत्रों में नई प्याज की आवक बढ़ने से रेट और भाव गिर सकते हैं। प्याज व्यापारियों का कहना है कि खीरीफ फसल का प्याज अधिक नमी के कारण लंबे समय तक भंडारित नहीं किया जा सकता, इसलिए उत्पादन के बावजूद इसे खीरीफ के साथ ही बाजार में खीरीफ का कहना है कि महाराष्ट्र, गुजरात और गुजरात जैसे प्रमुख प्याज उत्पादक जग्यों में नई प्याज की आवक बढ़ने से रेट और भाव गिर सकते हैं। प्याज व्यापारियों का कहना है कि खीरीफ फसल का प्याज अधिक नमी के कारण लंबे समय तक भंडारित नहीं किया जा सकता, इसलिए उत्पादन के बावजूद इसे खीरीफ के साथ ही बाजार में खीरीफ का कहना है कि महाराष्ट्र, गुजरात और गुजरात जैसे प्रमुख प्याज उत्पादक जग्यों में नई प्याज की आवक बढ़ने से रेट और भाव गिर सकते हैं। प्याज व्यापारियों का कहना है कि खीरीफ फसल का प्याज अधिक नमी के कारण लंबे समय तक भंडारित नहीं किया जा सकता, इसलिए उत्पादन के बावजूद इसे खीरीफ के साथ ही बाजार में खीरीफ का कहना है कि महाराष्ट्र, गुजरात और गुजरात जैसे प्रमुख प्याज उत्पादक जग्यों में नई प्याज की आवक बढ़ने से रेट और भाव गिर सकते हैं। प्याज व्यापारियों का कहना है कि खीरीफ फसल का प्याज अधिक नमी के कारण लंबे समय तक भंडारित नहीं किया जा सकता, इसलिए उत्पादन के बावजूद इसे खीरीफ के साथ ही बाजार में खीरीफ का कहना है कि महाराष्ट्र, गुजरात और गुजरात जैसे प्रमुख प्याज उत्पादक जग्यों में नई प्याज की आवक बढ़ने से रेट और भाव गिर सकते हैं। प्याज व्यापारियों का कहना है कि खीरीफ फसल का प्याज अधिक नमी के कारण लंबे समय तक भंडारित नहीं किया जा सकता, इसलिए उत्पादन के बावजूद इसे खीरीफ के साथ ही बाजार में खीरीफ का कहना है कि महाराष्ट्र, गुजरात और गुजरात जैसे प्रमुख प्याज उत्पादक जग्यों में नई प्याज की आवक बढ़ने से रेट और भाव गिर सकते हैं। प्याज व्यापारियों का कहना है कि खीरीफ फसल का प्याज अधिक नमी के कारण लंबे समय तक भंडारित नहीं किया जा सकता, इसलिए उत्पादन के बावजूद इसे खीरीफ के साथ ही बाजार में खीरीफ का कहना है कि महाराष्ट्र, गुजरात और गुजरात जैसे प्रमुख प्याज उत्पादक जग्यों में नई प्याज की आवक बढ़ने से रेट और भाव गिर सकते हैं। प्याज व्यापारियों का कहना है कि खीरीफ फसल का प्याज अधिक नमी के कारण लंबे समय तक भंडारित नहीं किया जा सकता, इसलिए उत्पादन के बावजूद इसे खीरीफ के साथ ही बाजार में खीरीफ का कहना है कि महाराष्ट्र, गुजरात और गुजरात जैसे प्रमुख प्याज उत्पादक जग्यों में नई प्याज की आवक बढ़ने से रेट और भाव गिर सकते हैं। प्याज व्यापारियों का कहना है कि खीरीफ फसल का प्याज अधिक नमी के कारण लंबे समय तक भंडारित नहीं किया जा सकता, इसलिए उत्पादन के बावजूद इसे खीरीफ के साथ ही बाजार में खीरीफ का कहना है कि महाराष्ट्र, गुजरात और गुजरात जैसे प्रमुख प्याज उत्पादक जग्यों में नई प्याज की आवक बढ़ने से रेट और भाव गिर सकते हैं। प्याज व्यापारियों का कहना है कि खीरीफ फसल का प्याज अधिक नमी के कारण लंबे समय तक भंडारित नहीं किया जा सकता, इसलिए उत्पादन के बावजूद इसे खीरीफ के साथ ही बाजार में खीरीफ का कहना है कि महाराष्ट्र, गुजरात और गुजरात जैसे प्रमुख प्याज उत्पादक जग्यों में नई प्याज की आवक बढ़ने से रेट और भाव गिर सकते हैं। प्याज व्यापारियों का कहना है कि खीरीफ फसल का प्याज अधिक नमी के कारण लंबे समय तक भंडारित नहीं किया जा सकता, इसलिए उत्पादन के बावजूद इसे खीरीफ के साथ ही बाजार में खीरीफ का कहना है कि महाराष्ट्र, गुजरात और गुजरात जैसे प्रमुख प्याज उत्पादक जग्यों में नई प्याज की आवक बढ़ने से रेट और भाव गिर सकते हैं। प्याज व्यापारियों का कहना है कि खीरीफ फसल का प्याज अधिक नमी के कारण लंबे समय तक भंडारित नहीं किया जा सकता, इसलिए उत्पादन के बावजूद इसे खीरीफ के साथ ही बाजार में खीरीफ का कहना है कि महाराष्ट्र, गुजरात और गुजरात जैसे प्रमुख प्याज उत्पादक जग्यों में नई प्याज की आवक बढ़ने से रेट और भाव गिर सकते हैं। प्याज व्यापारियों का कहना है कि खीरीफ फसल का प्याज अधिक नमी के कारण लंबे समय तक भंडारित नहीं किया जा सकता, इसलिए उत्पादन के बावजूद इसे खीरीफ के साथ ही बाजार में खीरीफ का कहना है कि महाराष्ट्र, गुजरात और गुजरात जैसे प्रमुख प्य

