

*Few Glimpses of*  
**“Reimagining Bhartiya Prakritik Krishi Paddhati”**

National Conference

On

*Natural Farming*

*“Creating Entrepreneurial  
Opportunities, Achieving  
Food Security, and Promoting  
Inclusive Growth for  
Sustainable Agriculture”*

February 24-25, 2024

At

Gujarat Institute of Development  
Research, Ahmedabad



**“Reimagining Bhartiya Prakritik Krishi**

## *Paddhati"*

### *Context from Indian Scriptures*

**ते स्वधां कृषिं च सस्यं च मनुष्या उपजीवन्ति  
कृष्टराधिरुपजीवनीयो भवति य एवं वेद ॥२४॥**

*It further says, men earn their living by agriculture and growing crops. The one who knows the secrets and becomes an expert of farming will become the support for livelihoods of other beings.*

*(Krishi Sukt, Atharvaveda. 8.13.24)*

**तमु त्यं मधुना संयुतं यवम् । सरस्वत्या  
अधिमनावचर्कृषुः । इन्द्र असीत्सीरपतिः शतक्रतुः ।  
कीनाशा आसन्मरुतः सुदानवः । ७ (Taittiriya  
Brahmana 2.4.8)**

*Meaning: In olden times when Prajapati was ruling the land, Indra who performed a hundred Asvamedha yajnas, performed agricultural activities with the help of Marutganas for tilling, sowing the yava seeds, and irrigating with the sweetened waters of Sarasvati river.*

**अक्षैर्मा दीव्यः कृषिमित्कृषस्व वित्ते रमस्व बहु  
मन्यमानः । तत्र गावः कितव तत्र जाया तन्मे वि चष्टे  
सवितायमर्यः ॥१३॥ (Rigveda 10.34.13)**

*Meaning: O gambler, stop gambling, and engage yourself in agriculture, which is regarded as most valuable wealth, so that you will earn wealth, happiness, cattle and happy married life. You respect this wealth and be content with this wealth.*

National Conference on “Natural Farming : Creating Entrepreneurial Opportunities, Achieving Food Security, and Promoting Inclusive Growth for Sustainable Agriculture” February 24-25, 2024

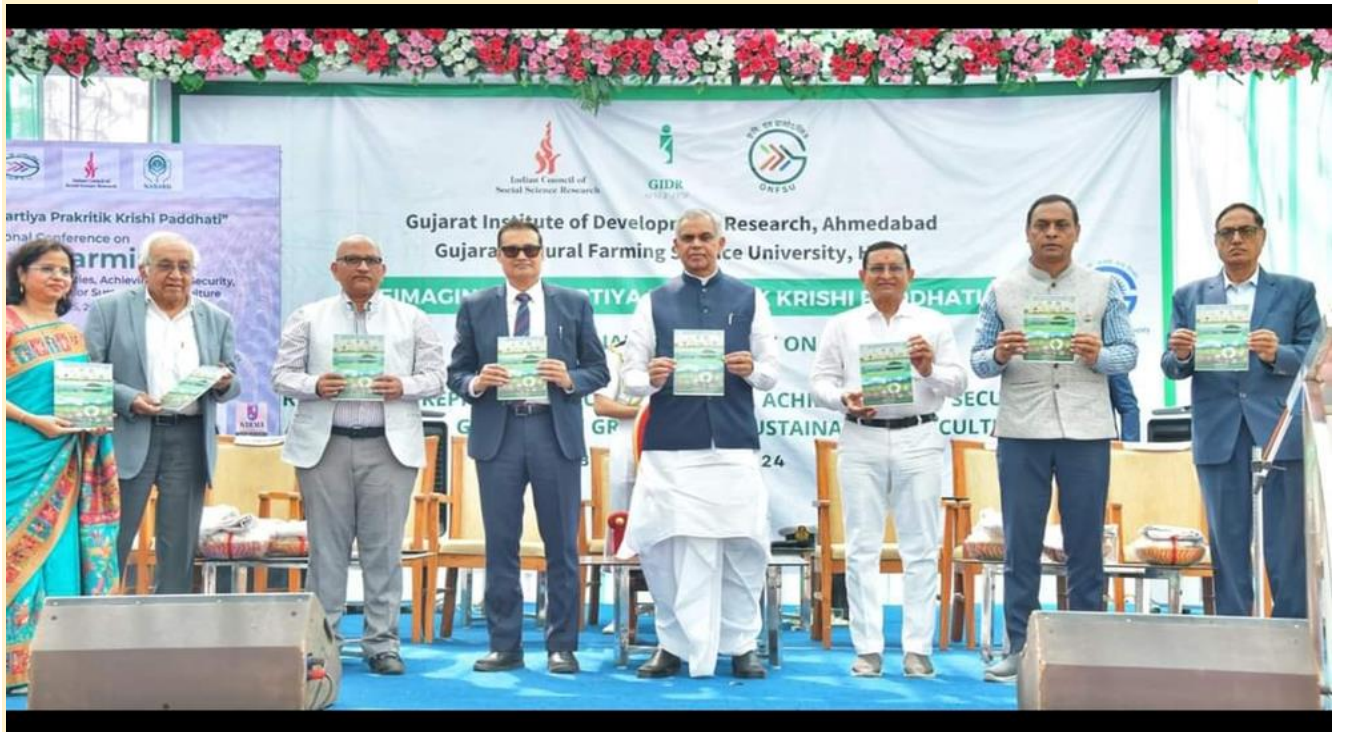


*During the inaugural session of the National Conference on Natural Farming titled "Creating Entrepreneurial Opportunities, Achieving Food Security, and Promoting Inclusive Growth for Sustainable Agriculture" held on February 24-25, 2024, the Honorable Governor of Gujarat was presented with a memento by Dr. Nisha Pandey, Director of GIDR, and Prof. C.K. Timbadia, Vice-Chancellor of GNFSU.*

National Conference on "Natural Farming : Creating Entrepreneurial Opportunities, Achieving Food Security, and Promoting Inclusive Growth for Sustainable Agriculture" February 24-25, 2024



Day -1 Inauguration session



National Conference on "Natural Farming : Creating Entrepreneurial Opportunities, Achieving Food Security, and Promoting Inclusive Growth for Sustainable Agriculture" February 24-25, 2024



National Conference on “Natural Farming : Creating Entrepreneurial Opportunities, Achieving Food Security, and Promoting Inclusive Growth for Sustainable Agriculture” February 24-25, 2024



# देश में जिस तरह हरित क्रांति हुई, उसी तरह प्राकृतिक खेती क्रांति करें : राज्यपाल

**प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का संकल्प है कि प्राकृतिक खेती को प्रोत्साहन देकर धरती को जहरमुक्त करें**

गांधीनगर

राज्यपाल आचार्य देवव्रत ने आज कहा कि आनेवाली पीढ़ी के उज्ज्वल भविष्य के लिए प्राकृतिक खेती करना आवश्यक है। उन्होंने कहा कि वर्तमान समय में ग्लोबल वार्मिंग सबसे बड़ी समस्या है। नीति आयोग की रिपोर्ट के मुताबिक ग्लोबल वार्मिंग का 24 % कारण रासायनिक और जैविक खेती

है। अगर हमें ग्लोबल वार्मिंग से बचना है तो प्राकृतिक कृषि की ओर लौटना होगा। राज्यपाल आचार्य देवव्रत ने आज अहमदाबाद के GIDR में प्राकृतिक खेती विषयक दो दिवसीय नेशनल कांफ्रेंस का शुभारम्भ करवाया। यह कांफ्रेंस 'प्राकृतिक खेती': उद्योग साहसिकों के लिए सम्भावना का सृजन करना, खाद्य सुरक्षा हासिल करना और

सुदृढ़ कृषि के लिए सर्वसमावेशक विकास को प्रोत्साहन थीम पर आयोजित की जा रही है। रासायनिक खेती को जहर का माध्यम बतलाते हुए राज्यपाल ने कहा कि आज से 50 वर्ष पहले कैसर, डायबिटीज और हार्ट अटैक क्या होता है, किसी को पता नहीं था। लेकिन आज अनेक लोग ऐसे रोगों के शिकार हो रहे हैं। इसका कारण सिर्फ रासायनिक खेती

है। आज एक ओर यूरिया, DAP जैसी खाद के उपयोग में बढ़ोतरी हो रही है तो दूसरी ओर कैंसर जैसे रोग भी बढ़ रहे हैं, जो चिंता का विषय हैं। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्रभाई मोदी का संकल्प है कि समग्र भारत में प्राकृतिक खेती को प्रोत्साहन देकर धरती को मुक्त किया जाए। प्राकृतिक खेती से हुए लाभ का अनुभव साझा करते हुए उन्होंने कहा कि

रासायनिक खेती की तुलना में प्राकृतिक खेती में खर्च कम होता है और उत्पादन ज्यादा होता है। प्राकृतिक खेती करने से जमीन में प्रतिवर्ष ऑर्गेनिक कार्बन का प्रमाण बढ़ता है, जिसके कारण सूक्ष्म जीवों और पोषक तत्वों का प्रमाण बढ़ता है। उन्होंने गौरव व्यक्त करते हुए कहा कि आज गुजरात में 9 लाख से ज्यादा किसान प्राकृतिक खेती कर रहे हैं।

अमन्य पातप्रता पमनुपावन करवुं हतुं, मांश अन पातान त्रास आपनास अपयकर

## राज्यपाल श्री आचार्य देवव्रतजीने GIDR ખાતે પ્રાકૃતિક ખેતી અંગેની રાષ્ટ્રીય કોન્ફરન્સનો પ્રારંભ

» ખાદ્ય સુરક્ષા હાંસલ કરવી અને સુદૃઢ કૃષિ માટે સર્વસમાવેશક વિકાસને પ્રોત્સાહન : થીમ પર કોન્ફરન્સનું આયોજન

ગાંધીનગર

અમદાવાદના GIDR ખાતે પ્રાકૃતિક કૃષિ અંગેની નેશનલ કોન્ફરન્સનો પ્રારંભ કરાવતાં રાજ્યપાલ શ્રી આચાર્ય દેવવ્રતજીએ જણાવ્યું હતું કે, આવનારી પેઢીના ઉજ્જવલ ભવિષ્ય માટે પ્રાકૃતિક કૃષિ કરવી આવશ્યક છે ત્યારે આ મહત્વપૂર્ણ કાર્યશાળા યોજાઈ છે તે આનંદની વાત છે. રાજ્યપાલશ્રીએ કહ્યું હતું કે, હાલના સમયમાં ગ્લોબલ વોર્મિંગ એ સૌથી મોટી સમસ્યા છે. નીતિ આયોગના રિપોર્ટ અનુસાર ગ્લોબલ



વોર્મિંગનું 24% કારણ રાસાયણિક અને જૈવિક ખેતી છે. ત્યારે જો આપણે ગ્લોબલ વોર્મિંગને બચાવવું હશે તો પ્રાકૃતિક ખેતી તરફ વળવું જોઈએ.

રાસાયણિક ખેતીને ઝેરનું માધ્યમ ગણાવતા રાજ્યપાલશ્રીએ કહ્યું કે, આજથી 50 વર્ષ પહેલાં કેન્સર, ડાયાબિટીસ, હાર્ટ એટેક યુ છે તે કોઈને ખબર નહોતી ત્યારે આજે અનેક લોકો આવા રોગોનો શિકાર બની રહ્યા છે, તેવું કારણ હકત રાસાયણિક ખેતી છે.

આજે એક બાજુ યુરિયા, DAP જેવા ખાતરના વપરાશમાં વધારો થતો જાય છે ત્યારે બીજા બાજુ કેન્સર જેવા રોગોમાં પણ વધારો થાય છે જે ચિંતાનો વિષય છે, તેવું રાજ્યપાલશ્રીએ ઉમેર્યું હતું. તેમણે જણાવ્યું હતું કે, વડાપ્રધાન શ્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદીનો સંકલ્પ છે કે, સમગ્ર દેશમાં પ્રાકૃતિક ખેતીને પ્રોત્સાહન આપી ધરતીને ઝેરમુક્ત કરીએ. રાજ્યપાલશ્રીએ પ્રાકૃતિક ખેતીથી થયેલ કાયદાનો સ્વાનુભવ

વર્ણવતાં કહ્યું કે, રાસાયણિક ખેતીની સાથેકમાં પ્રાકૃતિક ખેતીમાં ખર્ચો ઓછો અને ઉત્પાદન વધુ થાય છે. ઉપસ્થિત સી લોકોને ગેરંટી આપતા રાજ્યપાલશ્રીએ જણાવ્યું કે, પ્રાકૃતિક ખેતી કરવાથી જમીનમાં દર વર્ષે ઓર્ગેનિક કાર્બનનું પ્રમાણ વધે છે જેના લીધે સૂક્ષ્મ જીવો અને પોષક તત્ત્વોનું પ્રમાણ પણ વધે છે.

તેમણે ગૌરવભેર જણાવ્યું હતું કે, આજે ગુજરાતમાં 9 લાખથી વધુ ખેડૂતો પ્રાકૃતિક ખેતી તરફ વળ્યા છે. ઉપસ્થિત ખેડૂતોને આહ્વાન કરતાં રાજ્યપાલશ્રીએ ઉમેર્યું કે, દેશમાં જેવી રીતે હરિત ક્રાંતિ થઈ તેવી જ રીતે આપણે સાથે મળીને પ્રાકૃતિક ખેતીની ક્રાંતિ કરવી જોઈએ.

તા. ૨૩-૨-૨૦૨૪

દૈનિક ધરતીના લાલ

## પ્રાકૃતિક ખેતીના ઉદ્દેશ્યને આગળ વધારવા માટે સામાજિક વૈજ્ઞાનિકોના સંસાધન કેન્દ્ર તરીકે વિકસાવવા માટેના પ્રયાસો છે જે રાષ્ટ્રને વિવિધ ટકાઉ વિકાસ લક્ષ્યો હાંસલ કરવામાં મદદ થશે - જી.આઈ.ડી.આર.



(વિજયકુમાર ભારીટ દ્વારા) : ગુજરાત ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ ડેવલપમેન્ટ રિસર્ચ (GIDR) અમદાવાદ અને ગુજરાત નેચરલ ફાર્મિંગ સાયન્સ યુનિવર્સિટી (GNFSU) હાલોલ દ્વારા ભારતીય પ્રાકૃતિક કૃષિ પદની પુનઃકલ્પના GIDR ખાતે ૨૪-૨૫ ફેબ્રુઆરી, ૨૦૨૪ દરમિયાન ઉદ્યોગસાહસિક તકોનું સર્જન, ખાદ્ય સુરક્ષા હાંસલ કરવી, અને ટકાઉ કૃષિ માટે સર્વસમાવેશક વૃદ્ધિને પ્રોત્સાહન આપવું. આ કાર્યક્રમનું ઉદઘાટન ગુજરાતના મહામંદિમ રાજ્યપાલશ્રીના કરકમલો દ્વારા થયો. આ માટે પ્રેસ મીટ દરમિયાન જીઆઈડીઆરના વાઇસ પ્રેસિડેન્ટ શ્રી સુનીલ પરીખે આ કાર્યક્રમની અધ્યક્ષતા કરી હતી. પ્રો. (ડૉ.) નિશા પાંડે નિયામક, GIDR અને ડૉ. શ્રી સી. કે. ટીમ્બડીયા વાઇસ ચાન્સેલર, ગુજરાત નેચરલ ફાર્મિંગ સાયન્સ યુનિવર્સિટી (GNFSU II), હાલોલે પરિષદના ઉદ્દેશ્યો વિશે મીડિયાને માહિતી આપી હતી. ડૉ. પાંડેએ શુદ્ધ જીવન અને શુદ્ધ મન પર શુદ્ધ અજ્ઞાના મહત્વ વિશે જણાવ્યું, આજે આપણે જે ખોરાક ખાઈએ છીએ તેમાં વિવિધ રાસાયણિક પદાર્થોનો સમાવેશ થાય છે જે આપણા સ્વાસ્થ્યને અસર કરે છે. આપણા ખોરાકને સુરક્ષિત બનાવવાનો એક માત્ર રસ્તો પ્રાકૃતિક ખેતી છે અને આનાથી માત્ર ખેડૂતોને જ નહીં, પરંતુ ઇકોલોજીને પણ ઘણો ફાયદો થાય છે. તેથીએ ધ્યાન દોરવું હતું કે, વિવિધ દિસ્તેદારો જેમ કે ખેડૂતો, ગાહકો, નીતિ ઘડવૈયાઓ અને વિવિધ સંસ્થાઓએ બધા માટે સુરક્ષિત ખોરાક પ્રાપ્ત કરવા માટે એકસાથે આવવાની જરૂર છે. જેનું વિગ્ન આપણા માનનીય વડાપ્રધાન શ્રી નરેન્દ્ર મોદી સાહેબ દ્વારા રાષ્ટ્રીય સ્તરે ચલાવવામાં આવી રહ્યું છે. ગુજરાતમાં માનનીયશ્રી આચાર્ય દેવદત્તજી ગુજરાતના માનનીય રાજ્યપાલ અને શ્રી ભૂપેન્દ્ર પટેલ, માનનીય મુખ્યમંત્રી, ગુજરાતે રાજ્યમાં પ્રાકૃતિક ખેતીને પ્રોત્સાહન આપવા પર ઘણો ભાર મૂક્યો છે. ડૉ. ટીમ્બડીયા વાઇસ ચાન્સેલર, જીઆઈડીઆર અને રાજ્યમાં

કુદરતી ખેતીના ખેડૂતો માટે વિવિધ ખેડૂત મેગીપુર્ષ તકનીકો વિકસાવવાના જીએનએફએસ યુના મિશન વિશે વાત કરી. તેમણે ધ્યાન દોર્યું કે કેવી રીતે પ્રાકૃતિક ખેતીને સમર્પિત વિશ્વની પ્રથમ યુનિવર્સિટી ગુજરાત અને દેશના અન્યમ ભવિષ્યના કૃષિ નિષ્ણાતો અને ખેડૂતોને સફળતાપૂર્વક તૈયાર કરી રહી છે જેઓ સમાજને ખોરાકના સુરક્ષિત ઉત્પાદન અને પર્યાવરણને ઓછું પ્રદૂષિત કરવા તેમજ ખેડૂતોના લાભમાં વધારો કરવા તરફ દોરી જશે. વૈજ્ઞાનિક પુરાવા આધારિત સંશોધન અને નવીન તકનીકો દ્વારા પ્રાકૃતિક ખેતીને પ્રોત્સાહન આપવાના પ્રયાસો ખુબ મોટા પાયા પર જોવા મળી

રહ્યા છે. કોન્ફરન્સના કન્વીનર ડૉ. રૂદ્ર નારાયણ મિશ્રાએ મીડિયાને માહિતી આપી હતી કે જીઆઈડીઆર તેના ડાયરેક્ટર પ્રો. પાંડેની આગેવાની હેઠળ પ્રાકૃતિક ખેતીના ઉદ્દેશ્યને આગળ વધારવા માટે સામાજિક વૈજ્ઞાનિકોના સંસાધન કેન્દ્ર તરીકે વિકસાવવા માટેના પ્રયાસો છે જે રાષ્ટ્રને વિવિધ ટકાઉ વિકાસ લક્ષ્યો હાંસલ કરવામાં મદદ થશે. તેમણે GIDR કેવી રીતે GNFSU અને એન.એલ. મંડીરની દેખરેખ હેઠળ તેના કેમ્પસમાં પ્રાકૃતિક ખેતી પદ્ધતિ દ્વારા પંચસ્તરિય જંગલ મોડલ વિકસાવી રહ્યું છે શ્રી મંડીર, એક પ્રગતિશીલ ખેડૂત કુદરતી ખેતી કરે છે.

શ્રી મંડીર કે જેઓ રાજ્યમાં કુદરતી ખેડૂતો માટે વિવિધ પ્રકાર પ્રવિણતા કાર્યક્રમો પણ હાથ ધરે છે. તેમણે મીડિયાને કોન્ફરન્સ વિશે અને GIDR અને GNFSU રાજ્યમાં પ્રાકૃતિક ખેતી પદ્ધતિઓના પ્રમોશનમાં જ્ઞાન ભાગીદારો તરીકે નવા વર્ષનો કેવી રીતે બનાવ્યા તે વિશે માહિતી આપી. ડૉ. ઝરણા પાઠક, GIDR એ તમામ મહાનુભાવો અને મીડિયા વ્યક્તિઓનો આભાર માન્યો હતો.





## “ભારતીય પ્રાકૃતિક કૃષિ પદની પુનઃકલ્પના” GIDR ખાતે ૨૪-૨૫ ફેબ્રુઆરી, ૨૦૨૪ દરમિયાન ઉદ્યોગસાહસિક તકોનું સર્જન, ખાદ્ય સુરક્ષા હાંસલ કરવી, અને ટકાઉ કૃષિ માટે સર્વસમાવેશક વૃદ્ધિને પ્રોત્સાહન

ગુજરાત ઈન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ ડેવલપમેન્ટ રિસર્ચ (GIDR) અમદાવાદ અને ગુજરાત નેચરલ ફાર્મિંગ સાયન્સ યુનિવર્સિટી (GNFSU) હાલોલ દ્વારા “ભારતીય પ્રાકૃતિક કૃષિ પદની પુનઃકલ્પના” GIDR ખાતે ૨૪-૨૫ ફેબ્રુઆરી, ૨૦૨૪ દરમિયાન ઉદ્યોગસાહસિક તકોનું સર્જન, ખાદ્ય સુરક્ષા હાંસલ કરવી, અને ટકાઉ કૃષિ માટે સર્વસમાવેશક વૃદ્ધિને પ્રોત્સાહન આપવું. આ કાર્યક્રમનું ઉદઘાટન ગુજરાતના મહામહિમ રાજ્યપાલશ્રીના કરકમલો દ્વારા થશે. આ માટે પ્રેસ મીટ દરમિયાન જીઆઈડીઆરના વાઈસ પ્રેસિડેન્ટ શ્રી સુનીલ પરીખે આ કાર્યક્રમની અધ્યક્ષતા કરી હતી. પ્રો. (ડૉ.) નિશા પાંડે નિયામક, GIDR અને ડૉ. સી. કે. ટીમ્બડીયા સાહેબ વાઈસ ચાન્સેલર, ગુજરાત નેચરલ ફાર્મિંગ સાયન્સ યુનિવર્સિટી (GNFSU), હાલોલે પરિષદના ઉદ્દેશ્યો વિશે મીડિયાને માહિતી આપી હતી. ડૉ. પાંડેએ શુદ્ધ જીવન અને શુદ્ધ મન પર શુદ્ધ અન્નના મહત્વ વિશે જણાવ્યું. આજે આપણે જે ખોરાક ખાઈએ છીએ તેમાં વિવિધ રાસાયણિક પદાર્થોનો સમાવેશ થાય છે જે આપણા સ્વાસ્થ્યને અસર કરે છે. આપણા ખોરાકને સુરક્ષિત બનાવવાનો એક માત્ર રસ્તો પ્રાકૃતિક ખેતી છે અને આનાથી માત્ર ખેડૂતોને જ નહીં, પરંતુ ઈકોલોજીને પણ ઘણો ફાયદો થાય છે. તેણીએ ધ્યાન દોર્યું હતું કે વિવિધ હિસ્સેદારો જેમ કે ખેડૂતો, ગ્રાહકો, નીતિ ઘડવૈયાઓ અને વિવિધ સંસ્થાઓએ બધા માટે સુરક્ષિત ખોરાક પ્રાપ્ત કરવા માટે એકસાથે આવવાની જરૂર છે. જેનું વિઝન આપણા માનનીય વડાપ્રધાન શ્રી નરેન્દ્ર મોદી સાહેબ દ્વારા રાષ્ટ્રીય સ્તરે ચલાવવામાં આવી રહ્યું છે. ગુજરાતમાં માનનીયશ્રી આચાર્ય દેવવ્રતજી ગુજરાતના માનનીય રાજ્યપાલ અને શ્રી ભૂપેન્દ્ર પટેલ સાહેબ, માનનીય મુખ્યમંત્રી, ગુજરાતે રાજ્યમાં પ્રાકૃતિક ખેતીને પ્રોત્સાહન

આપવા પર ઘણો ભાર મૂક્યો છે. ડૉ. ટીમ્બડીયા સાહેબ વાઈસ ચાન્સેલર, જીએનએફએસયુએ રાજ્યમાં કુદરતી ખેતીના ખેડૂતો માટે વિવિધ ખેડૂત મૈત્રીપૂર્ણ તકનીકો વિકસાવવાના જીએનએફએસયુના મિશન વિશે વાત કરી. તેમણે ધ્યાન દોર્યું કે કેવી રીતે પ્રાકૃતિક ખેતીને સમર્પિત વિશ્વની પ્રથમ યુનિવર્સિટી ગુજરાત અને દેશના અન્ય ભવિષ્યના કૃષિ નિષ્ણાતો અને ખેડૂતોને સફળતાપૂર્વક તૈયાર કરી રહી છે જેઓ સમાજને ખોરાકના સુરક્ષિત ઉત્પાદન અને પર્યાવરણને ઓછું પ્રદૂષિત કરવા તેમજ ખેડૂતોના લાભમાં વધારો કરવા તરફ દોરી જશે. વૈજ્ઞાનિક પુરાવા આધારિત સંસાધન અને નવીન તકનીકો દ્વારા પ્રાકૃતિક ખેતીને પ્રોત્સાહન આપવાના પ્રયાસો ખુબ મોટા પાયા પર જોવા મળી રહ્યા છે. કોન્ફરન્સના કન્વીનર ડૉ. રૂદ્ર નારાયણ મિશ્રાએ મીડિયાને માહિતી આપી હતી કે જીઆઈડીઆર તેના ડાયરેક્ટર પ્રો. પાંડેની આગેવાની હેઠળ પ્રાકૃતિક ખેતીના ઉદ્દેશ્યને આગળ વધારવા માટે સામાજિક વૈજ્ઞાનિકોના સંસાધન કેન્દ્ર તરીકે વિકસાવવા માટેના પ્રયાસો છે જે રાષ્ટ્રને વિવિધ ટકાઉ વિકાસ લક્ષ્યો હાંસલ કરવામાં મદદ થશે. તેમણે GIDR કેવી રીતે GNFSU અને એન.એલ. મંડીર સાહેબની દેખરેખ હેઠળ તેના કેમ્પસમાં પ્રાકૃતિક ખેતી પદ્ધતિ દ્વારા પંચસ્તરિય જંગલ મોડલ વિકસાવી રહ્યું છે શ્રી મંડીર, એક પ્રગતિશીલ ખેડૂત કુદરતી ખેતી કરે છે. શ્રી મંડીર કે જેઓ રાજ્યમાં કુદરતી ખેડૂતો માટે વિવિધ પ્રેરક પ્રશિક્ષણ કાર્યક્રમો પણ હાથ ધરે છે. તેમણે મીડિયાને કોન્ફરન્સ વિશે અને GIDR અને GNFSU રાજ્યમાં પ્રાકૃતિક ખેતી પદ્ધતિઓના પ્રમોશનમાં જ્ઞાન ભાગીદારો તરીકે નવા વર્ણનો કેવી રીતે બનાવ્યા તે વિશે માહિતી આપી. ડૉ. ઝરણા પાઠક, GIDR એ તમામ મહાનુભાવો અને મીડિયા વ્યક્તિઓનો આભાર માન્યો હતો.



National Conference on “Natural Farming : Creating Entrepreneurial Opportunities, Achieving Food Security, and Promoting Inclusive Growth for Sustainable Agriculture” February 24-25, 2024



Few Links of NF conference

1. [https://www.youtube.com/watch?v=UJ64-7V\\_7AY&t=42s](https://www.youtube.com/watch?v=UJ64-7V_7AY&t=42s)
2. <https://www.youtube.com/watch?v=PAnMttmKmjK>
3. <https://www.youtube.com/watch?v=ibB4xbGYqoM>
4. <https://www.youtube.com/watch?v=PAnMttmKmjK>
5. [https://www.youtube.com/watch?v=Kbt\\_HLTVrnU](https://www.youtube.com/watch?v=Kbt_HLTVrnU)