

గొరవనీయాలకు...

RAMRAJ

కాటన్

భారతీయ సంస్కృతి

సంపుటి 9 • సంచిక 2 • మే 2026 • వెల రూ.18/-

తేటతెలుపు

తెలుగు మాసపత్రిక

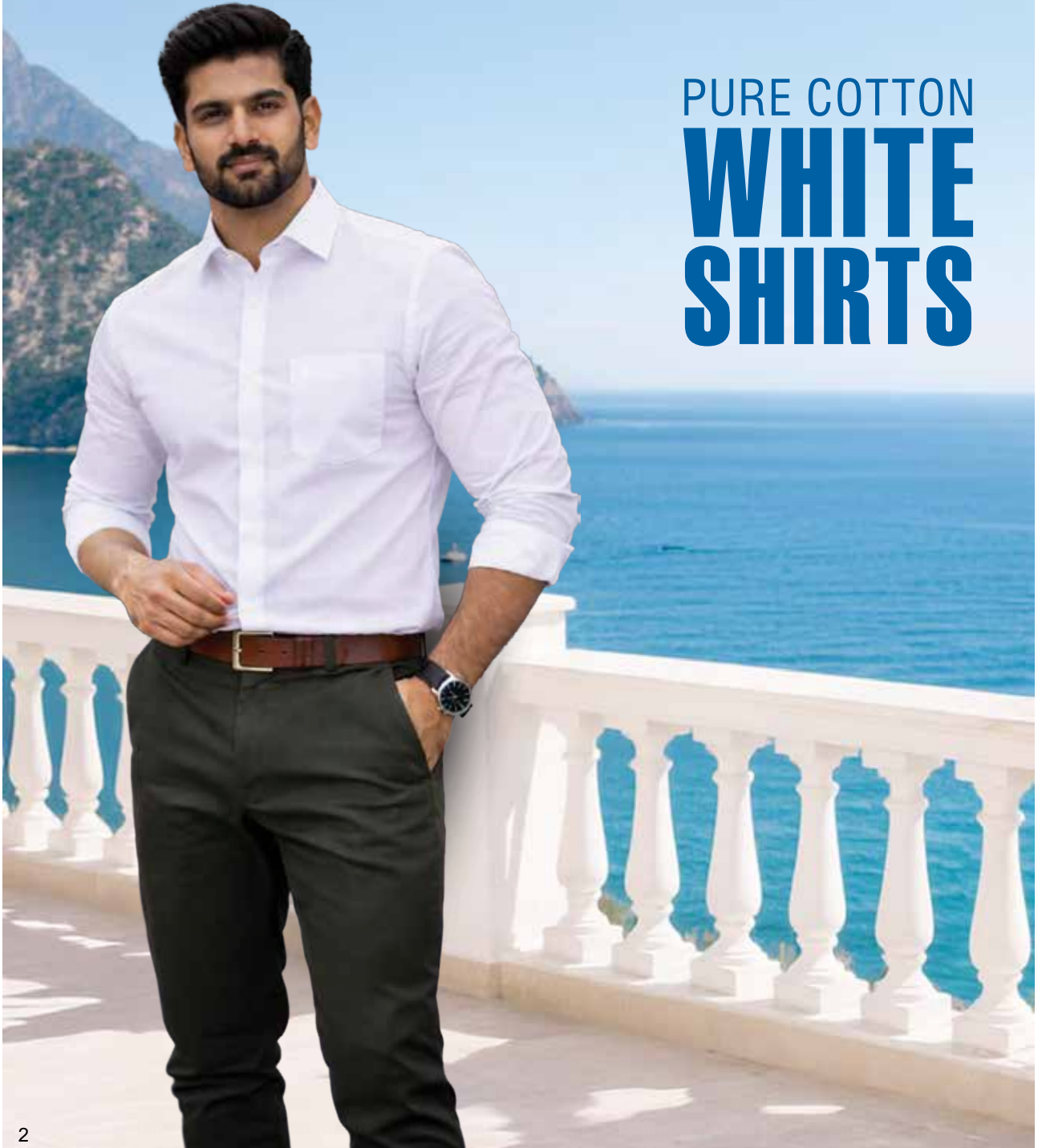
భావనలు

పర్యాటకం
ప్రత్యేక సంచిక





PURE COTTON
**WHITE
SHIRTS**





అనుభవాలను అపరిమితంగా అందిస్తూ
తీరచుగా అద్భుతమైన పయనాలను చేస్తూ
సంతోషానందాలతో జీవించేందుకు మార్గనిర్దేశం చేసే

పర్యాటకం ప్రత్యేక సంచిక

అనే ఉపయుక్తమైన పుస్తకాన్ని మీకు అందించడాన్ని
గౌరవప్రదంగా భావిస్తున్నాము.



గౌరవనీయులకు...

నమస్కారం.

మనుషులు ఇంట్లోనుంచి బయటకు తమ మొదటి అడుగును పెట్టినప్పుడే ఈ ప్రపంచాన్ని అవగతం చేసుకుంటుంటారు. ఒకేచోట నిలిచిపోతుండే నీరు, దాని యొక్క సహజ లక్షణాలను మెల్లమెల్లగా కోల్పోతుంటుంది. నిరంతరంగా ప్రవహిస్తుండే నీరే, శక్తివంతంగా ఉంటుంటుంది. అందుకే మనిషి కనిపెట్టినవాటిలో చక్రం ప్రప్రథమ ముగా కనిపెట్టబడింది. చక్రమే మానవజాతి పయనాలను సులభతరం చేసి, సుదూర పయనాలను చేసేవిధంగా ముందుకు నడిపించింది.

అనుభవాలనువెదికేందుకు, లక్ష్యాలను సాధించేందుకు, నూతన బంధాలను పొందేందుకు, తనను తాను అవగతం చేసుకునేందుకు, మనిషి పయనించడాన్ని మొదలుపెట్టాడు. గొప్ప మనుషులు విడిగా పయనించినప్పుడే వారి యొక్క అత్యుత్తమ ఆవిష్కరణలను ఈ ప్రపంచానికి అందించారు. భారతదేశ స్వాతంత్ర్య పోరాటానికి, గాంధీ మహాత్ముని దక్షిణాఫ్రికా పయనానికి చాలా దగ్గరి సంబంధం ఉంది. చదువుకుని, డబ్బును సంపాదించి, జీవితంలో పురోగతిని సాధించిన తదనంతరమూ ఓ రైలు పయనంలో ఆంగ్లేయులకు సరిసమంగా పయనించేందుకు కుదరక, రైలులోనుంచి నెట్టివేయబడినప్పుడు గాంధీజీ పొందిన అవమానమే, ఆయన స్వాతంత్ర్య ఉద్యమాన్ని చేయడానికి వెనుకనున్న ప్రధానకారణం.

మన దృక్పథాన్ని విశాలంగా మార్చుకునేందుకు, నూతన పరిస్థితులను అవగతం చేసుకునేందుకు, నూతన వ్యక్తుల పరిచయాలను పెంచుకునేందుకు, పలువిధాలైన సంప్రదాయాలను అవగతం చేసుకునేందుకు పర్యాటకం తోడుగా ఉంటుంటుంది. ప్రపంచంలోని పలు ప్రదేశాలలోని ప్రజలు ఏవిధముగా జీవిస్తున్నారు, ఆలోచిస్తున్నారు మరియు కార్యాచరణ చేస్తున్నారనే విషయాలను మీరు ప్రత్యక్షంగా

చూడవచ్చు. ప్రపంచాన్ని గురించిన మీ యొక్క అవగాహనను ప్రయాణాలే విస్తరింపజేస్తుంటాయి. వేర్వేరు వాతావరణ పరిస్థితులు, సంప్రదాయాలను చూడటంతో నూతనోత్సాహాన్ని పొందుతుంటాము.

ఆవిధంగా మనుషులు కొత్త కొత్త విషయాలను నేర్చుకునేందుకు పర్యాటకం ఉత్తమమైన మార్గం. పుస్తకాల ద్వారా పొందలేని భావాలను కన్నులారా చూసి ఆనందించవచ్చు. పాఠశాలలలో నేర్పించలేని పాఠాలను యాత్రలను చేయడం ద్వారా నేర్చుకోవచ్చు. పలు పాశ్చాత్యదేశాలలో తమ చరిత్రను, వైజ్ఞానిక ప్రగతిని పురాతన వస్తు ప్రదర్శనశాల (మ్యూజియం) లలో భద్రపరుస్తున్నారు. పిల్లలను ప్రపంచములో ప్రసిద్ధి వస్తుప్రదర్శనశాలలకు పిలుచుకెళ్ళినట్లయితే, వారి యొక్క అభ్యసన ప్రతిభ మరింతగా అభివృద్ధి చెందుతుంటుంది.

మనుషుల జీవితాలలో ప్రత్యేక ప్రతిభాపాటవాలను, ఆత్మవిశ్వాసాన్ని ప్రయాణాలు అభివృద్ధి పరుస్తుంటాయి. కుటుంబసభ్యులు, స్నేహబంధాలు మరియు ఆత్మీయబంధాలను బలపరుస్తుంటుంది. పథక రచన చేయడం మరియు సిద్ధపరచడం వంటి అత్యంతావశ్యకమైన ప్రధాన ప్రతిభాపాటవాలను అభివృద్ధి పరుస్తుంటుంది. పరిస్థితులకు తగినవిధంగా నిర్ణయాలను తీసుకోవడం, దేనికి ప్రాధాన్యతను ఇవ్వడమనేది పర్యాటకం ద్వారా మనం పొందే విషయాలు అధికం.

నూతన వ్యక్తులు, కొత్త వాతావరణం, కొత్త భాష అంటూ పలు విధాలైన విషయాలను చూస్తుంటాం. తత్ఫలితంగా ఇష్టపడుతూ సవాళ్ళను ఎదుర్కొనే ధైర్యం సహజంగా అలవడుతుంటుంది. దానికంటే ముఖ్యమైన విషయం, బందీ చేయబడినట్లుగా భావిస్తుండే దైనందిన జీవితం నుండి కొన్నిరోజులు బయటపడి స్వతంత్ర్య మనోభావాన్ని పొందడమనేది పర్యాటకం ద్వారానే సుసాధ్యమవుతుంటుంది.



పర్యాటకం కేవలం కాలక్షేపం కోసమే, ఖర్చులకు సంబంధించిన దని భావించకూడదు. అది మనకు విలువైన జీవితానుభవాలను అందిస్తుంటుంది. కుటుంబం మరియు స్నేహితులతో కలిసి విహార యాత్రకు వెళ్తున్నప్పుడు, బంధాలను విన్నూతంగా మరింతగా బలపరుచుకునేందుకు కుదురుతుంది. ఆ తదనంతరకాలంలో మరువలేని తీయైన జ్ఞాపకాలను బహుమతిగా అందిస్తుంటుంది. మనం ప్రేమించే బంధాలకు అర్థవంతమైన సంతోషకరమైన సమయాన్ని యాత్రాసమయాలలోనే పూర్తిగా ఖర్చు చేసేందుకు కుదురుతుంది. తోటి మనుషులను అర్థం చేసుకుని, ఆనందకరమైన జీవితాన్ని రూపుదిద్దుకునేందుకు కుదురుతుంది.

సొంతూరులో చదువుకుంటుండే విద్యార్థి కంటే, పొరుగుూరులో చదువుకుంటుండే విద్యార్థి అధికమైన అనుభవాలను, నిర్ణయాలను తీసుకునే ప్రతిభను పొందుతుంటాడు. విదేశాలలో చదువుకుంటున్న విద్యార్థి వీ విద్యార్థులతో సంభాషించినప్పుడు, వారి యొక్క తెలివితేటలు, సృష్టత, నిర్ణయాలు తీసుకునే సమర్థత అధికంగా నున్న విషయాన్ని అవగతం చేసుకోవచ్చు. అవకాశాలను చక్కగా ఉపయోగించుకుంటూ, నిరంతర కృషి చేయాలనే ఆలోచన, పయనం చేస్తుండే విద్యార్థులలో గమనించవచ్చు. అందువల్లనే 'ఎడ్యుకేషనల్ టూర్' అనేది ఆధునిక ఉన్నత చదువులో ఒక భాగంగా మారిపోయింది.

యాత్రలు చేస్తుండేవారి యొక్క శారీరక ఆరోగ్యం మరియు మానసిక ఆరోగ్యం అత్యంత ఆరోగ్యవంతంగా ఉన్నట్లుగా వైజ్ఞానికపరంగా నిరూపించబడింది. ప్రయాణం మానసిక ఒత్తిడిని తగ్గించి, హృదయం మరియు మెదడు యొక్క ఆరోగ్యాన్ని బలపరుస్తుందనే విషయం, ప్రపంచవ్యాప్తంగా జరిపిన పలు పరిశోధనలు నిరూపించాయి.

అమెరికాలో 12 వేలమంది ప్యూర్ గుల జీవనశైలిని వరుసగా తొమ్మిది సంవత్సరాలపాటు పరిశోధించారు. వారిలో అధికశాతం, ఎటువంటి పయనం చేయకుండా ఒకేవిధమైన జీవనశైలిని పాటించారనే విషయం రూఢి చేయబడింది. అదేవిధంగా వారు యాత్రలు చేస్తున్నప్పుడు మానసిక ఒత్తిడి తగ్గిపోయి ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుందనే విషయాన్ని గమనించారు. విహార యాత్రలు సహజసిద్ధంగా మనలో రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంటాయి. అధికమైన మానసిక ఒత్తిడితో అవస్థలు పడుతుండేవారు, రెండురోజుల పయనంలో దాని నుంచి తేలిగ్గా బయటపడుతుంటారు.

ఇంగ్లండ్ లో నిర్వహించబడిన ఒక పరిశోధనలో, యాత్రలు చేస్తుండేవారి మనస్సులలో ఆశావహభావనలు వృద్ధి చెందడాన్ని గమనించారు. అభివృద్ధి చెందిన దేశాలలో నున్న పలువురు, సంవత్సరంలో ఒక్కసారైనా ఎక్కువరోజులపాటు విహార యాత్రను చేస్తున్నారు. కుటుంబసభ్యులతో లేక ఒంటరిగా విదేశీ ప్రయాణాలను చేస్తున్నారు. ఏ ఊరుకు యాత్రకు వెళ్తున్నాం, ఏ దేశానికి వెళ్ళాలని తీర్మానించుకుని, ఆ ప్రకారం పయనిస్తున్నారు.

పర్యాటకం కోసం పొదుపు చేయాలనే భావనే ఉన్నతమైనది. విద్యకు, పెండ్లికి, ఇల్లు కట్టుకునేందుకు అంటూ మనం పొదుపు చేస్తున్నట్లుగా ఒక్కొక్కరూ పర్యాటకం కోసం పొదుపు చేసే పద్ధతిని అలవాటు చేసుకోవాలి. ఆనందకరమైన జీవితానికి అదొక పునాది.

20 యేళ్ళ యువతి ఏదో ఒక దేశాన్ని చూసి, మన దక్షిణ భారతంలో పర్యటించడాన్ని చూసి ఆశ్చర్యపోయాను. అదొక విలాసవంతమైన పయనం కాదు. 'బ్యాక్ ప్యాకింగ్' అని చెప్పబడుతోన్న ఇది, తక్కువ ఖర్చుతో ఏర్పాటుచేసుకుంటుండే యాత్ర. ఆ యువతి వదనంలో మాటలతో వివరించలేని ఆత్మవిశ్వాసం, ఆనందం గోచరించాయి. అభివృద్ధి చెందిన దేశాలకు చెందిన సామాన్యుల జీవితాలలో కూడ పర్యాటకం తప్పనిసరిగా మారిపోయిందని ఆ యువతితో మాట్లాడినప్పుడు అవగతమయ్యింది. పర్యాటకం అనేది ఆరోగ్యవంతమైన, సంతోషకరమైన జీవితానికి అత్యుత్తమమైన మందు. మానవజీవితంలో ఏ ప్రాయంలో ఉన్నప్పటికీ, యాత్రలకోసం ఖర్చు చేస్తుండే డబ్బులు, సమయం పెట్టుబడులుగా మారిపోతుంటాయి.

పిల్లలకు ఇది సెలవుకాలం. చరవాణి, సామాజిక మాద్యమాలు, వీడియోగేములు అంటూ మునిగిపోకుండా, వారికి పయనం యొక్క ఆవశ్యకతను వివరించేందుకు ఒక అవకాశంలాగ ఈ సెలవురోజులను మార్చేందుకు ప్రయత్నించాలి. మన పిల్లలకు అందించే అత్యుత్తమ బహుమతిగా 'పర్యాటకం' ఖచ్చితంగా ఉంటుంటుంది.



The Culturepreneur

గురుకృప
సర్వేజనా సుఖినోభవంతు!
కె.ఆర్.నాగరాజన్
వ్యవస్థాపకులు - రామ్ రాజ్ కాటన్





**విహారయాత్రకు
పథకం వేయండి!**

సెలవురోజులలో మరచిపోకుండా చేయవలసిన ఒక విషయం, విహార యాత్రలకు వెళ్ళడం! సంవత్సరమంతా ఒకేవిధమైన పనిని చేస్తూ అలసిపోయిన తల్లిదండ్రులకు, పాఠశాలలో మునిగిపోతుండే పిల్లలకు, యాత్రను చేయడమనేది అత్యంత ఉత్సాహాన్ని అందిస్తుంటుంది. కొత్త ప్రదేశాలు అందిస్తుండే నూతన అనుభవాలు మనస్సుకు పరిపక్వతను అందిస్తుంటాయి. యాత్రను సురక్షితంగా, తీయనైన జ్ఞాపకాలాగ మార్చుకునేందుకు సరైన పథక రచన చేయాలి. ఎంత బడ్జెట్, ఎక్కడ బస చేయాలి, ఏమి భుజించాలి, ఏవిధంగా పయనం చేయడం అంటూ అన్నింటినీ గురించి పథక రచన చేయాలి. అందుకు కొన్ని సూచనలు :

- ❖ వెళ్ళాలనుకుంటున్న యాత్రాస్థలాన్ని నిర్ణయించుకుని, దానికి తగిన విధంగా బడ్జెట్ను వేయడంకంటే, మన బడ్జెట్కు తగిన యాత్రాస్థలాన్ని ఎంపిక చేసుకోవడమే సరైన పద్ధతి. లేకపోతే, ఖర్చులను గురించిన ఆందోళనే యాత్రకు సంబంధించిన సంతోషాన్ని మాయం చేస్తుంటుంది. మన బడ్జెట్కు తగిన యాత్రాస్థలాల పట్టికను తీసుకుని, అక్కడున్న వాతావరణ పరిస్థితులను తెలుసుకుని, కుటుంబసభ్యుల కోరికలను అనుసరించి యాత్రాస్థలాన్ని ఎంపిక చేయాలి.

- ❖ ఏ ఊరుకు యాత్రార్థమై వెళుతున్నారో, ఆ ఊరును గురించి ముందుగానే తెలుసుకోవాలి. అంతర్జాలవేదికలలో, యాత్రలను ఏర్పాటు చేసేవారి ద్వారా ఒక విధముగా సమాచారం లభిస్తుంటుంది. మీరు వెళ్ళే సమయానికి అక్కడ ఏదైనా తిరునాళ్ళు, రాజకీయ సభలు, వేరే ఏమైనా సభలు అంటూ నిర్వహించబడుతూ, మీరు బస చేసేందుకు, ఆహారానికి, పయనానికి ఇబ్బందులు ఎదురుపడకూడదు కదా!

- ❖ మన రాష్ట్రంలో యాత్రను చేయడం అయినప్పటికీ, అంతకుముందే అలవాటైన ప్రదేశానికి వెళ్ళడం అయినప్పటికీ, మనకు తెలిసినవారి ప్రదేశం అయినప్పటికీ, మన కుటుంబసభ్యులు విడిగా ప్రయాణం చేయడం తప్పు లేదు. ఏమాత్రం పరిచయంలేని ప్రదేశాలకు కుటుంబంతోపాటు యాత్రకు వెళ్తున్నట్లయితే, ఏవైనా

ప్యాకేజీ టూర్ ద్వారా వెళ్ళడం మంచిది. ముఖ్యంగా పిల్లలు, వయోవృద్ధులతో యాత్ర చేయాలనుకుంటున్నప్పుడు ప్యాకేజీ టూర్లు భద్రతతో కూడినవి.

- ❖ మనం విడిగా వెళ్తున్నప్పుడు, ఆశపడిన ప్రాంతాలలో ఎంతసేపైనా ఉండవచ్చు. ప్యాకేజీ టూర్ అయినట్లయితే, అవిధంగా సమయాన్ని గడిపేందుకు కుదరదు. అయితే ప్యాకేజీ టూర్లో కొన్ని ప్రాంతాలలో మనకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వబడుతుంటుంది. మనం విడిగా వెళ్ళినప్పుడు అధిక రుసుమును చెల్లించి బస చేసినచోట్లలో ప్యాకేజీ టూర్ ద్వారా వెళ్ళినప్పుడు తక్కువ రుసుముతో బస చేసేందుకు కుదురుతుంటుంది.

- ❖ ఈవిధముగా ట్రావెల్ ఎజెన్సీల ద్వారా ప్యాకేజీ టూర్కు వెళ్తున్నట్లయితే, కేంద్ర ప్రభుత్వ పర్యాటక మంత్రిత్వ శాఖ అంగీకారాన్ని పొందిన సంస్థలనే సంప్రదించాలి. భారతదేశ పర్యటనం పర్యటించేందుకు, విదేశీయాత్రలకు మార్గనిర్దేశం చేసేందుకు The Indian Association of Tour Operators (IATO) వ్యవస్థ యొక్క <https://iato.in/> అనే అంతర్జాలాన్ని చూడవచ్చు. ఇదేవిధంగా Association of Domestic Tour Operators of India (ADTOI) అనే వ్యవస్థ కూడా ప్రభుత్వంచే అంగీకరించబడినది. భారతదేశపర్యటనం యాత్రను చేయాలనుకునేవారు ఈ వ్యవస్థ యొక్క www.adtoi.in అనే అంతర్జాల వేదికను చూసి యాత్రను నిర్ణయించుకోవచ్చు.

- ❖ ఎక్కడికి వెళ్ళడం, ఏవిధంగా వెళ్ళాలనే విషయాన్ని గురించి మూడునెలలకు ముందుగానే పథకరచన చేయండి. ఎక్కువమందికలసిపోతుండే ప్రయాణాలలో కొన్ని తగ్గింపులు లభిస్తుంటాయి. బస్సు, రైలు, విమానం, బైక్ అంటూ ఎటువంటి పయనాన్ని ఎంపిక చేసుకుంటున్నారనే విషయాన్ని గురించి ముందుగా పథక రచన చేయండి.

- ❖ ప్రయాణ తేదీని నిర్ణయించుకుని ముందుగానే టికెట్లను బుక్ చేసుకోవాలి. ప్రైవేట్ బస్సులలో ముందుగానే బుక్ చేసుకున్నట్లయితే, టికెట్ ధరలలో తగ్గింపు లభిస్తుంటుంది. ఖర్చులను తగ్గించుకునేందుకు ప్రభుత్వ బస్సులను ఎంపిక చేసుకోవచ్చు. మనకు కావలసిన సీటులను మనమే ఎంపిక చేసుకునేవిధంగా ప్రస్తుతం సౌకర్యం లభిస్తోంది.



❖ రైలు ప్రయాణం అయినట్లయితే, 120 రోజులకు ముందు గానే టిక్కెట్లను బుక్ చేసుకునే సౌకర్యం ఉండటం వలన ఆలస్యం చేయకుండా టిక్కెట్లను బుక్ చేసుకోవడం మంచిది. చివరి నిమిష ములో 'తత్కాల్ టిక్కెట్స్'ను బుక్ చేసుకోవచ్చని భావించినట్లయితే, ఒకవేళ టిక్కెట్లు లభించకపోయినట్లయితే, మొత్తం పథక రచన వృధాగా మారిపోతుంటుంది. ఒకవేళ టిక్కెట్లు లభించినప్పటికీ, కుటుంబసభ్యులందరూ ఒకేచోట కూర్చునేందుకు కుదరదు. కొన్ని రైళ్ళలో ప్రయాణపు తేదీ దగ్గరయ్యే కొలదీ 'డైనమిక్ ప్రైసింగ్' అనే పద్ధతిలో రుసుము పెంచబడుతుంటుంది. కాబట్టి టిక్కెట్లను ముందు గానే బుక్ చేసుకోవడం మంచిది. రైల్లో వయావుద్దులతోపాటు పయనం చేయవలసివున్నట్లయితే, వారికి లోయర్ బెడ్ దొరికేవిధ ముగా టిక్కెట్లను బుక్ చేయాలి.

❖ విమానాలలో పయనించేందుకు 60 రోజులకు ముందు టిక్కెట్లను బుక్ చేసినట్లయితే కొంచెం తగ్గింపు లభిస్తుంటుంది. కొన్ని సమయాలలో కొన్ని సీట్లకు అవకాశాలను అందిస్తుంటారు. ఆవిధంగా ఏదైనా ఆఫర్ ఉన్నదా? లేదా? అనే విషయాన్ని పరి శీలించి టిక్కెట్లను బుక్ చేసుకోవాలి. టిక్కెట్ ధర ఎంత? అదనపు ఛార్జీలు ఎంత? అంటూ అన్ని విషయాలను పరిశీలించిన పిదప టిక్కెట్లను బుక్ చేసుకోవాలి. లేకపోతే టిక్కెట్లను బుక్ చేసుకునేం దుకు అధిక డబ్బులను ఖర్చు చేయవలసి ఉంటుంది.

❖ ఎదురుచూడని పరిస్థితులలో పయనాన్ని రద్దు చేయవల సినప్పటికీ, తేదీ మారినప్పటికీ, టిక్కెట్లను కేన్సిల్ చేయవచ్చు. అయితే, మొత్తం డబ్బులు తిరిగి లభించవు. కొంతమొత్తాన్ని తగ్గించి,

మిగతా డబ్బులను అందిస్తారనే విషయాన్ని గుర్తుంచుకోవాలి. కాబట్టి ఈ విషయంలో అప్రమత్తంగా ఉండాలి.

❖ బస చేయాలనే హోటల్ ను నేరుగా వెళ్లి వెదకడం కంటే, ఆన్లైన్లో బుక్ చేసుకుని బయలుదేరడం మంచిది. ఆన్లైన్లో చూపించే హోటల్ ఛాయాచిత్రాలకు, నేరుగా వెళ్ళి చూసినప్పుడు చాలా తేడాలు ఉంటుంటాయి. కాబట్టి హోటల్ గదిని బుక్ చేసుకునేం దుకు ముందు, అక్కడ బసచేసినవారు పోస్ట్ చేసిన రివ్యూలను చదివి తెలుసుకోవాలి. లేకపోతే అక్కడకు వెళ్ళొచ్చిన బంధుమిత్రులను అడిగి తెలుసుకుని రూమ్ ను బుక్ చేయడం మంచిది. ఆన్లైన్లో బుక్ చేసుకున్న పిదప, సదరు హోటల్ సిబ్బందికి నేరుగా ఫోన్ చేసి సంప్రదించి బుక్కింగ్ ను రూఢీ పరుచుకోవాలి.

❖ వెళ్ళాలనుకుంటున్న యాత్రాస్థలానికి మధ్యప్రదేశంలో బస చేసేందుకు హోటల్ ను బుక్ చేసుకున్నట్లయితే ఆటో, కారు, బస్సు ఛార్జీలు తగ్గుతుంటాయి. బస చేసే ప్రదేశాన్ని ఎంపిక చేసుకోవలసి ఉంటుంది. కొన్ని ప్రదేశాలలో రక్షణకు సంబంధించిన సమస్యలు ఉంటుంటాయి. కుటుంబమంతోపాటు యాత్రలకు వెళ్తుండేవారు, అక్కడ కుటుంబంతోపాటు బస చేయడం భద్రతతో ఉంటుందా అనే విషయాన్ని పరిశీలించాలి.

❖ ప్రముఖమైన ప్రదేశాలను మాత్రం చూసి వెనక్కి వచ్చేయ కుండా, స్నేహితులను, తెలిసినవారిని అడిగి తెలుసుకుని, ఇంకా చూడాల్సిన ప్రదేశాలకు వెళ్లి చూడవచ్చు. మంచి టూరిస్ట్ గైడ్లను ఎంపిక చేసుకున్నట్లయితే, ఇటువంటి ప్రదేశాలకు పిలుచుకొని చూపి స్తుంటారు. మనస్సుకు సంతృప్తి!



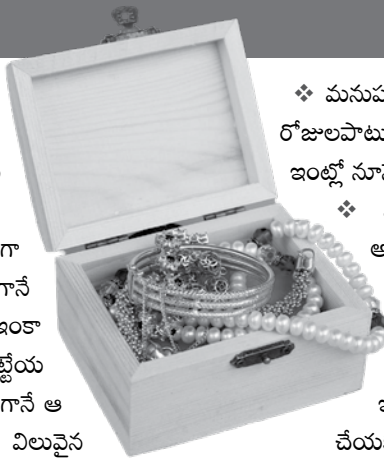
యాత్రకు వెళ్తున్నప్పుడు ఈ విషయాలను మరువరాదు!

- ❖ యాత్రకు బయలుదేరే ముందే, ఇంట్లో దినపత్రికలను వేయడాన్ని నిలిపివేయాలి. లేకపోతే ప్రక్రింటివారికి చెప్పి, వారు తీసి పెట్టేవిధంగా ఏర్పాటు చేయాలి. ఇంటి గడప ముందు కొన్నిరోజుల పాటు దినపత్రికలు తీయకుండా పేరుకుపోయివుండటం, దొంగలకు వార్తను పంపించినట్లవుతుంది.
- ❖ మీ ఇంటితాళాలలో ఒక తాళాన్ని మీకు నమ్మకస్థులైన ప్రక్రింటివారికి ఇచ్చి వెళ్ళండి. విద్యుత్ సమస్య, సిలెండర్లో ఏదైనా లోపం, మంచినీళ్ళతోట్టలో ఏదైనా సమస్య ఏర్పడినట్లయితే, వారు వెంటనే మీ ఇంటి తాళాన్ని తెరిచి, వాటిని సరిచేయించేందుకు కుదురుతుంది.
- ❖ పెంపుడు జంతువులను, విడిగా వదిలేసి వెళ్ళకూడదు. అవి బిగ్గరగా అరుస్తూ చుట్టుప్రక్కలవారిని ఇబ్బంది పెడుతుంటాయి. వాటిని పరామర్శించే ఆసక్తి గల వ్యక్తులకు వాటిని అప్పగించి యాత్రకు వెళ్ళడం మంచిది.
- ❖ ప్రస్తుతం ఎండలు అధికంగా ఉండటం వలన ఇంట్లోనున్న మొక్కలకు నీళ్ళు పోసేందుకు, ఆసక్తిని చూపించేవారిని ఎవరినైనా ఏర్పాటు చేయాలి.
- ❖ ఇంట్లో దృశ్యశ్రవణ యంత్రం, మిక్సీ, గ్రైండర్, వాషింగ్మెషీన్ల ప్లగ్లను మనం యాత్రకు వెళ్ళినప్పుడు విడదీసి వెళ్ళాలి. ఎదురు చూడనివిధంగా విద్యుత్ సమస్యలు ఏర్పడినప్పటికీ, ఆ యాంత్రాలకు ఎటువంటి బాధింపు ఉండదు.

- ❖ యాత్రకు వెళ్ళి, తిరిగి వచ్చేందుకు రెండు మూడు రోజులకు పైగా గడిచినట్లయితే, ఇంట్లోని మెయిన్బోర్డులోని పూజును ఆపేయాలి. విద్యుత్ అవసరం అధికముగా ఉంటుండే ఈ ఎండాకాలంలో అకస్మాత్తుగా విద్యుత్ సమస్యలు ఏర్పడవచ్చు. విద్యుత్ హెచ్చుతగ్గుల వలన సమస్యలు ఏర్పడుతుంటాయి. కాబట్టి మెయిన్ కనెక్షన్ను ఆపేసినట్లయితే, అకస్మాత్తుగా ఎదురవుతుండే విద్యుత్ సమస్యల నుంచి తప్పించినట్లవుతుంది.
- ❖ ఎక్కువమంది తమ ఇంట్లోని ఫ్రీజ్ను, పాత వస్తువులను పెట్టుకునే ఒక అలమారలాగ ఉపయోగిస్తుంటారు. యాత్రకు వెళ్ళాలని నిర్ణయించుకున్నప్పుడు, అందుకు ఒక వారం ముందునుంచే కాయగూరలను తగినంతమేరకే కొనుక్కోవాలి. చద్దికూరలు, పెరుగు, పాలప్యాకెట్స్ వంటి త్వరగా చెడిపోయే అవకాశాలున్న పదార్థాలను పూర్తిగా ఉపయోగించుకోవాలి. లేకపోతే ప్రక్రింటివాళ్ళకు ఇచ్చేయాలి. ఈవిధంగా చేస్తే ఫ్రీజ్లో దుర్వాసనకు అవకాశం ఉండదు. ఫంగస్ సమస్యలు ఉండవు. యాత్రను, ఫ్రీజ్ను శుభ్రం చేసేందుకు దొరికిన ఒక అవకాశంలాగ భావించండి.



- ❖ విద్యుత్ ఛార్జీ, టెలిఫోన్ ఫీజు అంటు మీరు యాత్రకు వెళ్ళేముందు చెల్లించండి. అపరాధ రుసుమును చెల్లించడం, కనెక్షన్లను కట్ చేయడము వంటి సమస్యలు ఉండవు.
- ❖ నగలు, డబ్బులు మొదలైనవాటిని అధికముగా ఇంట్లో పెట్టవద్దు. బ్యాంకు లాకర్లో ముందుగానే జాగ్రత్తగా పెట్టేయండి. ఇంటి పత్రాలు, ఇంకా ముఖ్యమైన పత్రాలను బ్యాంకు లాకర్లోనే పెట్టేయవచ్చు. యాత్రను ముగించి ఇంటికి చేరుకోగానే ఆ యా పత్రాలను ఇంటికి తీసుకునిరావచ్చు. విలువైన వీటిని ఇంట్లోనే పెట్టి యాత్రకు వెళ్ళడమనేది తప్పదు.
- ❖ యాత్రకు వెళ్ళడాన్ని గురించి ముందుస్తుగానే పోలీస్ స్టేషన్లో సమాచారాన్ని తెలియజేసి భద్రతను కోరే ఒక పద్ధతి ఉంది. మీ ఇంటి భద్రత పట్ల మీకున్న నమ్మకాన్ని అనుసరించి ఈ పనిని చేయండి. తాళం బయటకు తెలియకుండా లోపలివైపు పెట్టి తాళాన్ని వేయడం, చుట్టు ప్రక్కలవారికి చెప్పి, రాత్రిపూట గేటుపైన లైట్స్కు స్విచ్ వేయమని చెప్పడం, రోజూ వాకిలి శుభ్రం చేసి ముగ్గులను వేయమని చెప్పడం వంటి పనులను చేయస్తూ, ఇంట్లో మనుషులు ఉన్నట్లుగా భావనను ఏర్పరచడం మంచి ఆలోచన.
- ❖ అన్ని స్విచ్లను ఆపివేశామా, నీటి కుళాయిలను చక్కగా మూసివేశామా అనే విషయాలను ఇంటికి తాళాన్నివేసేముందుగానే చక్కగా పరిశీలించాలి. గ్యాస్ సిలెండర్లను ఆపేయడంలో కూడ జాగ్రత్తగా ఉండాలి.
- ❖ పూజగదిలో విలువైన విగ్రహాలు లేక దీపపు కుండెలు ఉన్నట్లయితే, వాటిని శుభ్రంచేసి ఎక్కడైనా భద్రంగా దాచిపెట్టాలి. పూజ గదిలో దేవుళ్ళ పటాలకు, విగ్రహాలకు పువ్వులను అలంకరించి వున్నట్లయితే, వాటి తీసివేసి పూజగదిని పరిశుభ్రంగా ఉంచాలి. తిరిగి వచ్చేందుకు కొన్ని రోజుల సమయం పడుతుంది కాబట్టి, ఈ పువ్వులు క్రుళ్ళి ఆ దుర్వాసన ఇల్లంతా వ్యాపిస్తుంది.



- ❖ మనుషులు లేని ఇంట్లో దీపాలు వెలుగరాదు. ఎక్కువ రోజులపాటు యాత్రకు వెళ్ళున్నట్లయితే, భద్రతకోసం ఇంట్లో నూనె దీపాలు వెలుగుతుండటాన్ని ఆపేయాలి.
- ❖ వంటగది, స్నానాలగదిలో బొద్దింకల సమస్య అధికంగా ఉన్నట్లయితే, యాత్రకు వెళ్ళేన్నసమయములో ఆ గదులలో స్ప్రేని చల్లి వెళ్ళాలి. ఆ గదులను చక్కగా మూసి సందులు ఉన్న చోట్ల గుడ్డలతో మూసివేయాలి. బొద్దింకలు ఇల్లంతా తిరుగాడుతూ ఇంటిని అశుభ్రము చేయకుండా ఉండేందుకు ఈ ఏర్పాటు.

- ❖ పిండి, ప్రసాదం, తీపిపదార్థాలు అంటూ ఒకటి రెండు రోజులలో చెడిపోతుండే పదార్థాలు ఏవైనా బయట వున్నట్లయితే, వాటికి ఎవరికైనా ఇచ్చేయవచ్చు. లేకపోతే పూర్తిగా తిని ఖాళీ చేయాలి. త్వరితంగా ఫంగస్ పట్టేవిధంగా ఏ ఒక్క పదార్థాన్ని ఇంట్లో పెట్టుకుండా చూసుకోవాలి. ఒకవేళ వాటిని అలాగే ఇంట్లోనే పెట్టినట్లయితే, యాత్ర నుంచి ఇంటికి చేరుకునేలోపు అవి ఇల్లంతా దుర్వాసన వచ్చేవిధముగా చేస్తుంటాయి. సూక్ష్మజీవుల తాకిడి కూడ అధికమయ్యే ప్రమాదం ఉంటుంది. కాబట్టి ఈ విషయమై తగిన జాగ్రత్తలను పాటించాలి.

- ❖ రవాణా రద్దీ అధికంగా ఉంటుంటే రవాణా దారుల ప్రక్కనున్న ఇళ్ళల్లో విపరీతంగా దుమ్ముధూళి పేరుకుపోయే అవకాశాలు ఉంటుంటాయి. ఇంటి తలుపులను, కిటికీ తలుపులను గట్టిగా మూసివేసి వెళ్ళినట్లయితే, ఏమంతగా దుమ్ముధూళి ఇంట్లోకి రాకపోవచ్చు. లేకపోతే యాత్రను ముగించి, ఇంటికి చేరుకున్న వెంటనే తగినంత విశ్రాంతి తీసుకోకుండా ఇంటిని శుభ్రం చేయాలి అవసరం ఎదురవుతుంటుంది. ఫలితముగా యాత్రను ముగించి ఇంటికి చేరుకున్న పిదప, విశ్రాంతిని తీసుకునే అవకాశాన్ని కోల్పోయినట్లుగా అవుతుంది.
- ❖ ఇంటితాళాన్ని ఏదైనా పర్సులో భద్రంగా పెట్టుకోవాలి. దానిని ఎక్కడ పెట్టామనే విషయాన్ని జ్ఞాపకం పెట్టుకోవాలి. డబ్బులు లాగానే తాళాన్ని కూడ జాగ్రత్తగా పెట్టుకోవడం ముఖ్యతముఖ్యం. యాత్రను ముగించి ఇంటికి చేరుకునేలోపు అందరూ అలసటతో ఉంటుంటారు. అప్పుడు తాళాన్ని ఎక్కడో పెట్టి వెదుకుతూ ఉన్నట్లయితే, అందరూ విసుగుతో వేసారిపోతుంటారు. కాబట్టి అటువంటి వాటిని సులభంగా తీసుకునే విధముగా పెట్టుకోవాలి. ఈవిధంగా ఇంటిభద్రతను సంబంధించిన విషయాలను అత్యంత శ్రద్ధాభక్తులతో చేయాలి.





❖ బస్సు, రైలు, విమానం వీటిలో మీరు దేనిలో పయనించాలనుకుంటున్నారనే విషయాన్ని తీర్మానించుకుని, అందుకు తగిన విధంగా ప్యాకింగ్ చేసుకోవాలి. సాధ్యమైనంతవరకు లగేజ్ బరువు తక్కువగా ఉండాలి.

❖ ప్రయాణం చేస్తున్నప్పుడు ఎక్కువగా పాత దినపత్రికలను తీసుకెళ్ళండి. అవసరానికి వాటిని నేలపై పరుచుకుని వాటిపై కూర్చున్నట్లయితే దుస్తులు మురికిపడవు. ప్లాట్ ఫాం వంటి ప్రదేశాలలో వేచియుండే సమయాలలో, ఆ పాత దినపత్రికలను పరుచుకుని విశ్రాంతి తీసుకోవచ్చు.

❖ ఇంటి నుంచి బయలుదేరుతున్నప్పుడు కుటుంబసభ్యులందరూ విడివిడిగా కొంత డబ్బులను జాగ్రత్తగా పెట్టుకోవాలి. అందరి ఫోన్ నెంబర్లు అందరి దగ్గర ఉండాలి. యాత్రకు వెళ్ళినప్పుడు, గుంపులోనుంచి విడిపోయినట్లయితే, మనం వున్నచోటును, వారు ఫోన్ చేసి తెలుసుకునేందుకు కుదురుతుంది.

❖ పయనములో మహిళలు కిటికీ ప్రక్కన తలపెట్టి నిద్రించడం తగదు. నగలు దొంగిలించేందుకు దొంగలకు సౌకర్యవంతంగా చేసినట్లవుతుంది.

❖ చేతిపర్చులో ఎక్కువ చిల్లర డబ్బులను పెట్టుకోవాలి. కాఫీ, టీ, పువ్వులను కొనడం, కొన్నిచోట్ల ప్రవేశ టికెట్లను కొనడం వంటి విషయాలకు, అక్కడ చిల్లరకోసం వెదుక్కోవలసిన అవసరం ఉండదు. ఇంకొకరిని అభ్యర్థించాల్సిన అవసరం ఉండదు.



టూర్



టిప్స్!

- ❖ శీతల ప్రదేశాలకు వెళ్ళున్నట్లయితే, సైట్లర్, సాక్సులను తీసి పెట్టుకోవడం తప్పనిసరి. ఎండలు అధికంగానున్న ప్రాంతాలైతే గొడుగులు, నల్లకళ్ళద్దాలు, టోపీలను తీసుకెళ్ళాలి.
- ❖ ఒకరకంగా సుమారైన హాటళ్ళలో కూడ సబ్బులు, షాంపూలను అందిస్తుంటారు. కానీ, మీరు ఎప్పుడూ ఉపయోగిస్తుండే సబ్బు, షాంపూలుగా అవి ఉండవు. మీకు అలర్జి వంటి సమస్యలు ఉన్నట్లయితే, మీ బ్రాండ్ సబ్బు, షాంపూలను తీసుకెళ్ళండి.
- ❖ నూనె, పేస్ట్, ముఖానికి పూసుకునే క్రీమ్లు...వీటిని ఎక్కువ శాషెలలో తీసుకెళ్ళినట్లయితే, ఒక్కొక్కరూ విడివిడిగా వాటిని ఉపయోగించుకోవచ్చు.
- ❖ మనం వస్తువులను వ్యాక్ చేసి తీసుకెళ్ళుతుండే సంచులు, మన ఊరులో ప్రముఖ బట్టలదుకాణం, నగలదుకాణాలలో అందించి నవిగా ఉండకూడదు. అదేవిధమైన సంచులు ఎక్కువమంది దగ్గర ఉండటం వలన రైలు, బస్సులలో సంచులను మార్పి ఇతరులు తీసుకెళ్ళే అవకాశం ఉండదు.
- ❖ చరవాణి పరికరానికి ఛార్జర్, పవర్ బ్యాంకు మొదలైనవాటిని ఖచ్చితంగా తీసుకెళ్ళాలి. హాటళ్ళలో విశ్రాంతి తీసుకునే రాత్రి సమయాలలో పవర్ బ్యాంకును ఛార్జ్ చేసుకోవాలి.
- ❖ మూడురోజులపాటు యాత్ర అయినట్లయితే, అందరికీ మూడు రోజులకు తగినవిధంగా దుస్తులను తీసుకెళ్ళాలి. ఒక జత అదనముగా ఉండవచ్చు. జలపాతం, థీమ్ పార్కు, వాన అంటూ తడవడం వలన ఇంకొక జత అవసరమవుతుంటుంది. కొన్ని సార్లు ఒకరోజు అదనంగా బస చేయవలసిరావచ్చు. అటువంటి ప్పుడు స్థానికంగానున్న బట్టల దుకాణంలో వస్త్రాలను కొనుక్కోవలసివుంటుంది. సాధారణంగా యాత్రాస్థలాలలో మీరు కోరుకునే దుస్తులు ఉండవు. లభించే దుస్తుల ఖరీదులు అధికంగా ఉంటుంటాయి. కాబట్టి జాగ్రత్త.





- ❖ పర్సను, డబ్బులను వెనుక జేబులో పెట్టుకోవద్దు. రద్దీ అధికంగా ఉంటుండే ప్రాంతాలలో దొంగతనానికి గురయ్యే ప్రమాదం ఉంది. సాధారణమైన దుస్తులకు కూడ ప్రస్తుతం జిప్లను పెడుతున్నారు. అవిధంగా ప్రక్కనున్న జేబులో పెట్టుకుని జిప్లను వేయండి.
- ❖ ప్రస్తుతము బస చేస్తోన్న హోటళ్లలో, మీ చిరునామాను రూఢీ పరిచే గుర్తింపు కార్డును అడుగుతున్నారు. కాబట్టి మీ గుర్తింపుకార్డును పర్సల్లో పెట్టుకోండి. రైలు ప్రయాణంలో కూడ గుర్తింపు కార్డు అవసరమవుతుంటుంది.
- ❖ పిల్లలను తీసుకెళుతుండేవారు, వారి యొక్క పేరు, చిరునామా, బస చేసినచోటు, చరవాణి సంఖ్యవంటి విషయాలను పేపర్లో వ్రాసి పిల్లల జేబులలో పెట్టాలి. గుంపులో వారు తప్పిపోయినట్లయితే, ఎవరో ఒకరి సాయం వలన పిల్లలను కనిపెట్టేందుకు కుదురుతుంటుంది. పిల్లలకు మీ చరవాణి సంఖ్య కంఠోపారంగా గుర్తుండాలి.



- ❖ దుస్తులను తీసుకెళ్ళే సంచితో, అవసరం కోసం కొన్ని పాలిథీన్ కవర్లను పెట్టుకోండి. తడి దుస్తులు, కండువాలను అలాగే సంచితో, పెట్టెలో పెట్టినట్లయితే, మిగతా దుస్తులు కూడ తడిగా మారిపోతుంటాయి. కొన్నిసార్లు సంచి వృధాగా మారిపోతుంటుంది. తడిదుస్తులను పాలిథీన్ కవరులో పెట్టి వ్యాక్ చేయాలి. సబ్బు, బ్రష్ అంటూ తడిగా ఉంటుండే పరికరాలను ఈవిధంగా పాలిథీన్ కవర్లో వ్యాక్ చేయాలి.
- ❖ మీరు యాత్రకు వెళ్ళే ఊరుకు తగినవిధంగా దుస్తులను తీసుకెళ్ళండి. ప్రయాణాలలో మీకు ఆ దుస్తులు సౌకర్యవంతముగా ఉంటాయనే విషయాన్ని రూఢీ చేసుకోండి.
- ❖ సాధ్యమైనంతవరకు డబ్బులను ఒకస్థాయికి మించి చేతుల్లో పెట్టుకోవద్దు. ఉన్న డబ్బులను ఒకరి దగ్గరే పెట్టుకోవద్దు. డబ్బులను పంచుకోవాలి. దుస్తులు, సంచులను కూడ ఈవిధంగా విభజించుకోవాలి. ఒకటి కనిపించకుండా పోయినప్పటికీ, వీధుల్లో నిలబడాల్సిన పరిస్థితులు ఎదురవడవు. ఈవిధమైన జాగ్రత్తలను తప్పకుండా పాటించాలి.

- ❖ మీరు ఎక్కడ ఉన్నారనే విషయాన్ని దగ్గరి బంధువులు, స్నేహితులలో ఎవరికైనా రోజూ చెబుతుండాలి. వారికి కూడ మిమ్మల్ని సంప్రదించేందుకు సౌకర్యవంతముగా ఉంటుంటుంది. వారు కూడ అవసరమైనప్పుడు, మిమ్మల్ని సంప్రదించేందుకు కుదురుతుంటుంది.
- ❖ ఏ హోటల్లో బస చేశారో, ఆ హోటల్ యొక్క విజిటింగ్ కార్డును తీసుకుని జేబులో పెట్టుకోండి. కొన్నిసార్లు హోటల్ పేరును మరచిపోయి అవస్థలు పడాల్సిన అవసరం ఉండదు.
- ❖ యాత్రాస్థలాలలో అన్ని ప్రదేశాలలో అంతర్జాల సౌకర్యం సరిగ్గా ఉండదు. ఫోన్ ద్వారా డిజిటల్ పరివర్తన చేసుకోవచ్చునని భావిస్తూ, చేతిలో చిల్లి గవ్వ లేకుండా బయటకు వెళ్ళుటారు. ఈవిధంగా వెళ్ళినట్లయితే, కొన్నిసార్లు అంతర్జాల సౌకర్యం లభించనందువలన నానా అవస్థలు పడాల్సి వుంటుంది. జాగ్రత్త!

పథకరచన చేసి ప్రయాణం చేస్తూ, మీ యాత్రను తీయవలసిన తీపిగుర్తుగా మార్చేసుకోండి. తగిన జాగ్రత్తలను పాటించడంలో ఏమాత్రం అశ్రద్ధ తగదు ●

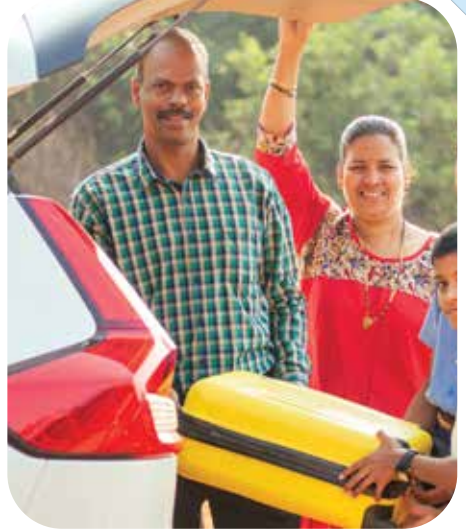


పెట్టె లేక బ్యాగు... ఏది మీ యొక్క లగేజీ?

కారులో యాత్రకు వెళ్ళుండేవారు, తమ యొక్క లగేజీ గురించి కలత చెందనవసరం లేదు. కారు డిస్కీలోనే లగేజీను పెట్టుకోవచ్చు. మిగతా పయనాలలో వస్తువులను ఏవిధంగా తీసుకెళ్ళాలనే విషయమై తగిన శ్రద్ధాభక్తులు తప్పనిసరి.

విమానంలో లగేజీ బరువుకు పలు నిబంధనలు ఉన్నాయి. ఒక ప్రయాణీకునికి కేటాయించబడిన స్థాయికంటే అధికమైన బరువు ఉన్నట్లయితే, అందుకు అదనపు రుసుమును చెల్లించవలసివుంటుంది. కాబట్టి, బరువు అధికంగా ఉంటుండే సూట్ కేసులకంటే, తక్కువ బరువుతో దృఢంగా ఉంటుండే పెట్టెను కొనుక్కోవచ్చు. ఫలితముగా మోసుకెళ్ళడం కూడ తేలిగ్గా ఉంటుంటుంది.

రైల్వే వెళ్ళున్నట్లయితే, ఫ్లాట్ ఫాంపై ఎక్కువదూరం నడుచుకుంటూ లగేజీను తీసుకెళ్ళవలసివుంటుంది. వీవుకు తగిలించుకుని మోస్తుండే సంచికంటే, చక్రాలను బిగించిన ట్రాలీ బ్యాగ్ సౌకర్యవంతముగా ఉంటుంది. దానిని అలాగే లాక్కుంటూ తీసుకెళ్ళవచ్చు. రైలుపెట్టెలో క్రింది సీటు ఇనుప కమ్మీకి బ్యాగును గొలుసుతో బిగించి, తాళం వేయవచ్చు. ట్రాలీలో లేక పెట్టెలో, రైలుపెట్టెలోని లోయర్ బెడ్ క్రిందకు నెట్టేందుకు తగిన సైజులో ఉంటే ఎటువంటి గొడవలు ఉండవు. బస్సులో పయనిస్తున్నట్లయితే, చిన్న పెట్టె లేక చిన్న బ్యాగు సౌకర్యవంతం. ఎన్ని వస్తువులను పెట్టినప్పటికీ సాగుతూవుండే బ్యాగులు ప్రస్తుతం మార్కెట్లో లభిస్తున్నాయి. యాత్రా సమయాల్లో పెట్టెలు మనకొక సమస్యగా ఉండకూడదు.



యాత్రకు ప్యాకింగ్ ముఖ్యతముఖ్యం!

ఎక్కువరోజులపాటు యాత్రకు వెళ్ళున్నట్లయితే, మన వస్తువులను చక్కగా ప్యాకింగ్ చేసుకుని వెళ్ళడం అత్యంతావశ్యకం. దుస్తులను ఒకదానిపై ఒకటిగా సర్దిపెట్టి, పెట్టె బిగుతుగా ఉన్నప్పటికీ మూసివేసినట్లయితే, పయనం సమయంలో పెట్టె క్రిందపడి దొర్లినప్పటికీ, దుస్తులు నలిగిపోవడమనేది జరుగదు. ఫ్యాంటు, చొక్కా, చీర, చుడీదార్ వంటి దుస్తులు మడతలు పడకుండా పేర్చిపెట్టిన తదనంతరం, పెట్టెకు లోపలిప్రక్కన లోదుస్తులు, క్యాజువల్ దుస్తులను సర్దిపెట్టవచ్చు. ఫలితంగా ప్రయాణంలో సమస్యలు ఉండవు.

కుటుంబంతోపాటు యాత్రకు వెళ్ళున్నట్లయితే, తరచుగా అవసరమవుతుండే వాటిని చేతిసంచితో పెట్టుకుని, వెళ్ళేన్న యాత్రాస్థలములో ధరించాలనుకునే దుస్తులను మరియు ఉపయోగించుకోవలసిన వస్తువులను పెట్టెలో పెట్టుకోవాలి. తత్ఫలితంగా మార్గమధ్యంలో పెట్టెను తెరవాల్సిన అవసరం ఉండదు.

యాత్రలకు వెళ్ళడం, ఆ యా ఊరులలో సంచరిస్తూ సంతోషించేందుకే కదా! పెద్ద పెద్ద లగేజీలను మోసుకుంటూ తిరుగుతున్నట్లయితే, వాటి భద్రతే ఒక పెద్ద పనిగా మారిపోతుంటుంది. సంతోషభరితంగా యాత్రానుభవాన్ని పొందేందుకు కుదరదు. మానసిక భారం తగ్గినప్పుడే జీవితం ప్రశాంతంగా ఉంటుంది; లగేజీ భారం తగ్గినప్పుడే యాత్రానుభవం సంతోషంగా ఉంటుంది. కాబట్టి ప్యాకేజీ విషయంలో తగిన జాగ్రత్తలను పాటించాలి.



ఆహారం పట్ల శ్రద్ధ!



- ❖ యాత్రాసమయాలలో గోరువెచ్చని నీరు త్రాగినట్లయితే జలుబు సమస్యలు ఎదురుపడవు. గొంతు గరగర సమస్య ఉండదు. సాధ్యమైనంతవరకు బాగా వేడి చేసిన మంచినీళ్ళను గోరువెచ్చగా మారిన పిదప త్రాగాలి. కృత్రిమ పానీయాలను త్రాగకుండా, కొబ్బరినీళ్ళు, మన కళ్ళాదుటే తయారుచేస్తుండే పండ్లరసాలను త్రాగవచ్చు.
- ❖ యాత్రకు వెళ్ళేన్న ప్రదేశాలలో ఏది పోషకవిలువలతో కూడిన ఆహారం అనే విషయాన్ని ముందుస్తుగానే తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేయాలి. దక్షిణభారతం లోని యాత్రాస్థలాలన్నింటిలో ప్రస్తుతం ఉత్తరభారత ఆహార పదార్థాలే ఆక్రమించివేస్తున్నాయి. మీకు తగిన ఆహారం ఎక్కడ లభిస్తుందనే విషయాన్ని వెదికి, అక్కడకు వెళ్ళి భుజించండి. కొత్త ప్రదేశాలలో జీర్ణక్రియ సమస్యలు ఎదురుపడకుండా ఉండేందుకు ఈ పద్ధతి ఉపయోగపడుతుంటుంది.
- ❖ బ్రెడ్, అరటిపండ్లు, బిస్కెట్లు, ఇంట్లో చేసిన జాతికలు, చిప్స్ వంటివి తీసుకోవండి. ప్రయాణంలో కొన్నికొన్నిచోట్ల సమీపంలో ఒక్క భోజనశాల కూడ కనిపించప్పుడు ఇవి ఆకలిని తీర్చుతుంటాయి.

పర్యాటక దుస్తులపట్ల శ్రద్ధ!

మనం ఏ వస్త్రధారణతో అందంగా కనిపిస్తుంటామో, ఆ దుస్తులనే యాత్రాసమయాలలో తీసుకెళ్ళాలని పలువురు ఆశిస్తుంటారు. అప్పుడే ఆ యా ప్రదేశాలలో తీసుకునే ఛాయచిత్రాలు అందంగా ఉంటుంటాయి. అదేసమయంలో ఇంకొక విషయాన్ని గమనించాలి. పలుచని దుస్తులను ప్యాకింగ్ చేస్తున్నప్పుడు ఎక్కువచోటును ఆక్రమించడమనేది జరుగదు. మడిచిపెడుతున్నప్పుడు ఎక్కువగా ముడతలు పడని దుస్తులే పెట్టెలో తీసుకోవాలి. ఉపయోగించుకునేందుకు సౌకర్యవంతంగా ఉంటుంటుంది. కాబట్టి అటువంటి దుస్తులనే యాత్రాసమయంలో తీసుకోవాలి. బరువైన జీన్స్, పలు అంచులను కలిగిన డిజైన్డ్ దుస్తులను తీసుకోవచ్చు.



ఒకేరోజు ఉదయాన్నే ఒక వస్త్రధారణ, సాయంత్రం ఒక వస్త్రధారణ అంటూ కొందరు దుస్తులను మార్చుకుని ధరిస్తుంటారు. పర్ట్, టాప్ వంటి వాటిని మాత్రం మార్చుకుని ఫ్యాంటును రెండుపూటలా ధరించవచ్చు. మీరు యాత్రకు వెళ్ళున్నప్పుడే, బరువైన దుస్తులను ధరించినట్లయితే, పెట్టెలో అందుకు ఎక్కువ స్థలం అవసరపడదు. ఇంటికి చేరుకుంటున్నప్పుడు వాటినే ధరించవచ్చు.

మందులు అందుబాటులో ఉండాలి!



- ❖ మీ కుటుంబంలో ఎవరైనా వరుసగా ఏవైనా మందులను మ్రింగేవారుగా ఉన్నట్లయితే, ఆ యా మందులను మరువకుండా తీసిపెట్టుకోవాలి. వారు సమయానికి మందులను స్వీకరిస్తున్నారా? లేదా? అనే విషయాన్ని గమనించాలి. ఎందుకైనా మంచిది, ప్రిస్క్రిప్షన్ ను చరవాణి పరికరం ద్వారా ఫోటో తీసిపెట్టుకోండి.
- ❖ తలనొప్పి తైలం, కాళ్ళనొప్పులకు పూసుకునే ఆయింట్ మెంట్, బ్యాండ్ ఎయిడ్, కాటన్... వీటిని అందుబాటులో పెట్టుకోవాలి.
- ❖ అల్లం మురబ్బా, చిన్నసైజు ఫ్లాస్కీక్ సంచులను తీసుకుని పెట్టుకున్నట్లయితే, పయనంలో ఎదురయ్యే వాంతుల సమయంలో సాయపడుతుంటాయి.

విహారయాత్రలో ఏమేమి కొనుకోవచ్చు?

విహారయాత్రలో షాపింగ్ అనేది తప్పనిసరి విషయం. ముఖ్యంగా మహిళలు, పిల్లలు షాపింగ్ చేసేందుకు ఇష్టపడుతుంటారు. విహార యాత్రకు వెళ్తున్నప్పుడు, ఏమేమి కొనుక్కోవచ్చు? వేటిని కొనకుండా వుండవచ్చు?

- ❖ సాధారణంగా యాత్రాస్థలాలలో ఏ వస్తువునైనా అధిక ధరకే అమ్ముతుంటారు. కాబట్టి బేరమాడి కొనడాన్ని అలవాటు చేసుకోవాలి.
- ❖ ప్రస్తుతం యాత్రాస్థలాలలో గ్రూపుటూర్, ప్యాకేజీటూర్ అంటూ రోజంతా యాత్రాస్థలాలలోని ముఖ్యమైన ప్రదేశాలను చూపిస్తుండటం సహజమైపోయింది. ట్రావెల్ సంస్థలు, హోటళ్ళు ఈ ఏర్పాటును చేస్తుంటాయి. ఈ విధంగా యాత్రకు పీలుచుకుని వెళ్తున్నప్పుడు, ప్రత్యేకించిన కొన్ని దుకాణాలకు తీసుకెళ్ళి వస్తువులను కొనుక్కోమని చెబుతుంటారు. ఈ విషయమై సదరు దుకాణాదారులకు, ఈ ట్రావెల్ సంస్థలకు ఒక రహస్య ఒప్పందం ఉంటుంది. కాబట్టి జాగ్రత్త!
- ❖ మీ ఊరులో లభిస్తుండే సాధారణమైన వస్తువులను యాత్రాస్థలాలలో కొనవద్దు. ఆపైన వాటిని అనవసరంగా మోసుకుంటూ తిరగాల్సివుంటుంది.
- ❖ భద్రతతో తీసుకురాలేని, తేలిగ్గా విరిగిపోయే వస్తువులను కొనవద్దు. సుదూర పయనంలో వాటిని భద్రంగా తీసుకెళ్ళడం కష్టం. తాజ్ మహల్ ను చూసేందుకు వెళ్తుండేవారు అక్కడ విక్రయించబడుతుండే మినియోచర్ తాజ్ మహల్ ను ఆశగా కొనుక్కుంటుంటారు. దానిని ఒక చెక్కపెట్టెలో చక్కగా ప్యాక్ చేసి అందిస్తుంటారు. ఆ పెట్టెను ఇంటికి వచ్చిన తరువాత తెరిచి చూస్తే, ఆ మినియోచర్ తాజ్ మహల్ ఒక ప్రక్కన పగిలివుంటుంది. దానిని అతికించేందుకు కుదరదు. తత్ఫలితంగా అది ఇంట్లో ఒకమూల చెత్తబుట్టలో ఉండిపోతుంటుంది.

- ❖ విహారయాత్రకు వెళ్ళినప్పుడు, ఆ ఊరులోనే దొరుకుతుండే అరుదైన వస్తువులను కొనడంలో తప్పు లేదు. అయితే అవి మీకు ఉపయోగపడతాయా అనే విషయాన్ని పరిశీలించాలి. ఉదాహరణకు సముద్రతీర ప్రాంతాలకు విహార యాత్రకు వెళ్తుండేవారు, అక్కడ విక్రయిస్తుండే శంఖువులపై తమ పేరులను చెక్కించుకుని కొనుక్కుంటుంటుంటారు. ఆ శంఖువు కొన్నిరోజులలో మురికిపడి హాల్లో ఎక్కడో ఒకచోట ఊరకనే ఉంటుంది. యాత్ర చేసినందుకు గుర్తింపుగా కొనుక్కుంటుండే కొన్ని తాళపు గొలుసులు కూడ కాలగమనములో ఎందుకూ పనికిరానివిధంగా ఉండిపోతుంటాయి.
- ❖ హార్స్ లీహిల్స్, గొట్టంగుట్ట వంటి కొండప్రాంతాలకు వెళ్తున్నప్పుడు పలువురు స్వెట్టర్లను కొనుక్కుంటుంటారు. ఆ చలిప్రదేశాలలో ఉన్నప్పుడు కొనుక్కోవాలనే ఆశ ఉంటుంది. మనిషికి ఒకటి అంటూ అందరూ కొనుక్కుంటారు. అయితే దానిని ఒకసారి ధరించి ఉడికి ఆరవేయగానే ముడుచుకుపోతుంటుంది. సైజు తగ్గిపోతుంటుంది. అదేవిధంగా ఎండలు ఎక్కువగా ఉండే ప్రాంతాలలో వాటి అవసరం ఏమంతగా ఉండదు. కాబట్టి అది బట్టలబీరువలో ఒక ప్రక్కన నిరుపయోగంగా ఉండి పోతుంటుంది.
- ❖ అన్ని కొండప్రాంతాలలో వివిధ రకాలైన పండ్లు విక్రయిస్తుంటారు. ఆ కొండప్రాంతాలలో పండని పండ్లను కూడ వేరే ప్రాంతాలనుంచి తీసుకునివచ్చి విక్రయిస్తుంటారు. వాటి ధర కూడ అధికమే. ఇంటికి తీసుకునివచ్చేంతలోపు సగం పండ్లు నలిగిపోతుంటాయి. కాబట్టి, ఆశపడితే అక్కడే కొన్ని పండ్లను కొనుక్కుని తినడం మంచిది. యాత్రలకు వెళ్తున్నప్పుడు ఈవిధంగా అనవసరమైన వస్తువులను, ఏమాత్రం ఆలోచించకుండా కొనుక్కోవడం అవసరమా? యాత్రకు వెళ్ళినప్పుడు, ఆ తీయనైన జ్ఞాపకాలను మాత్రం ఇంటికి మోసుకుని రావడం మంచిది! ఆ జ్ఞాపకాల దొంతరులు అప్పుడప్పుడు మిమ్మల్ని సంతోషించాలతో ఉండేవిధంగా చేస్తుంటాయి. ●

పర్యాటకంలో రక్షణ కల్పించే జీవితభీమా!



యాత్రలు చేసేవారికోసమే ప్రత్యేకంగా ప్రయాణ జీవిత భీమా పథకాలు ఉన్నాయి. అనవసర ఖర్చు అని భావించకుండా ఈ భీమా పథకాలను తీసుకోవడం అదనపు భద్రత. యాత్రలకు వెళ్తున్నప్పుడు, ఎదురుచూడని ప్రమాదాలు, అనారోగ్య సమస్యలు, తీసుకెళ్ళిన లగేజ్ దొంగిలించబడటం, డబ్బులను పోగొట్టుకోవడం, సమయానికి రైలు లేక విమానాన్ని అందుకోలేక పోవడం వలన ఏర్పడే నష్టం, ఇతరులకు గాయాలు ఏర్పడేవిధంగా లేక వారి వస్తువులు ధ్వంసమయ్యేవిధంగా, మన అలక్ష్యం వలన ఏదో ఒకటి చేయడం, అత్యవసర చికిత్స వంటి పలు విషయాలకు ఈ భీమా పథకం ఉపయోగపడుతుంటుంది.

❖ ప్రయాణ జీవిత భీమా పథకాన్ని తీసుకుంటున్నప్పుడు, అందులో సాధారణంగా మూడు విషయాలు ఉండటమనేది అత్యంతా వశ్యకం. ఒకటి, ఖర్చులకు సంబంధించిన భద్రత. మీ యొక్క ఆరోగ్య భద్రత మరియు వస్తువులకు సంబంధించిన భద్రత మొదలై నవి. ఇవన్నీ కలగలిసిన పథకాన్ని ఎంపిక చేసుకోవడమనేది ముఖ్యమై ముఖ్యం. అవసరమైనప్పుడు ఉపయోగపడుతుంటాయి.

❖ మనుషుల అవసరాలకు తగినవిధముగా పలు విధాలైన ప్రయాణ జీవిత భీమా పథకాలు ఉన్నాయి. దేశీయ పయన భీమా పథకం, అంతర్జాతీయ ప్రయాణ జీవిత భీమా పథకం, విద్యార్థిని విద్యార్థులకు ప్రయాణ జీవిత భీమా పథకం, వయోవృద్ధులకు ప్రయాణ జీవిత భీమా పథకం, మల్టీ - ట్రిప్ ప్రయాణ జీవిత భీమా

పథకం, సింగల్ ట్రిప్ ప్రయాణ జీవిత భీమా పథకం మరియు వ్యక్తి గత ప్రయాణ జీవిత భీమా పథకం అంటూ అందరూ ప్రయాణ భీమా పథకాలను తీసుకుని అవసరమైనప్పుడు తగిన ఫలితాన్ని పొందవచ్చు.

❖ ప్రయాణ జీవిత భీమా పథకాన్ని స్వీకరించే ముందు, పయనంలో ఏర్పడే ప్రమాదాల నుంచి మనలను పూర్తిగా కాపాడే విధంగా నష్టపరిహారాలు అందించబడతాయా? లేదా? అనే విషయాన్ని స్పష్టంగా పరిశీలించాలి.

❖ ఎదురుచూడని కారణాల వలన పయనాన్ని యాత్రా సంస్థలు రద్దు చేసినట్లయితే, తత్ఫలితంగా ఎదురయ్యే నష్టాన్ని ప్రయాణ జీవిత భీమా పథకం భర్తీ చేస్తుందా? పయనంలో ఏర్పడే వ్యాధి, ప్రమాదాలు మొదలైనవాటికి వైద్యభీమా ఉన్నదా? ప్రకృతి వైపరీత్యాలకు భీమా ఉన్నదా? వస్తువులు దొంగిలించబడటం లేక కోల్పోవడం వంటి విషయాలకు భద్రత ఉన్నదా అనే విషయాన్ని స్పష్టంగా పరిశీలించి చూడాలి.

❖ ప్రయాణ జీవిత భీమా పథకాలకు సంబంధించిన విధులను, నిబంధనలను పూర్తిగా అవగతం చేసుకోవాలి. ముఖ్యంగా ఏ యే విషయాలకు పాలసీలో కవరేజ్ దొరకదనే విషయాన్ని పరిశీలించాలి. సాధారణంగా యాత్రకు వెళ్ళిన ప్రదేశములో ఏవైనా అంతర్యుద్ధాలు, కలహాలు జరిగినట్లయితే, తత్ఫలితంగా జరిగే నష్టాలను భర్తీ చేయదు. అంతకుముందు నుంచి వున్నవ్యాధులకు, చికిత్సను చేయించుకున్నప్పుడు ఆ ఖర్చులను కూడ అందించడమనేది జరుగదు. కాబట్టి ఇటువంటి నిబంధనలు ఒక్కొక్క పాలసీకి మారుతుంటుంది.

❖ మనం వెళ్తుండే ఒక్కొక్క యాత్రాస్థలానికి తగినవిధంగా పాలసీకి ప్రీమియం మొత్తం మారుతుంటుంది. ఎంత మొత్తానికి భీమా తీసుకోవాలనే విషయాన్ని మనమే నిర్ణయించుకోవాలి. పయనంలో మనకు ఎదురౌతాయనుకునే రిస్కుల స్థాయిని అనుసరించి, పాలసీ కవరేజ్ మొత్తాన్ని తీర్మానించుకోవాలి. మనం తీసుకునే భీమా పథకం ఏ విధమైనది, ఎంత మొత్తానికి భీమా చేస్తున్నాము, మన వయస్సు మొదలైనవాటిని అనుసరించే ప్రీమియం మొత్తం మారుతుంటుంది.

‘50 యేళ్ళ వరకు నిరంతర కృషితో సంపాదించాలి. ఆ తరువాత ఊటీ, హార్స్ లీహిల్స్ వంటి ఏదో ఒక కొండప్రాంతంలో నివసించాలి’ అనేది ఒక దంపతుల లక్ష్యం. సంవత్సరంలోని అన్ని నెలలపాటు బిజీగా ఉంటుండే హైదరాబాద్ యాంత్రిక జీవితంపట్ల వారికి విరక్తి భావన.

అనుకున్నట్లుగానే వారు బాగా సంపాదించారు. పిల్లలను ఒక రెసిడెన్షియల్ పాఠశాలలో చేర్పించారు. కొండప్రాంతంలోనున్న ఒక గ్రామములో పొలాన్ని కొనుక్కున్నారు. పండ్లను పండిస్తే లభించే ఆదాయమే చాలని నిర్ణయించుకున్నారు. ‘ఇల్లు మాత్రం ఆ కొండప్రాంతంలో ఊరుకి మధ్యలో ఉంటే ఫర్వాలేదు’ అని వెదికారు.

ఒక పాత ఇల్లు అమ్మకానికి ఉన్నదనే విషయాన్ని తెలుసుకుని వెళ్ళారు. పెయింట్ ను చూసినప్పుడే ఆ ఇల్లు చాలా పాతదని తెలిసింది. డెబ్బై సంవత్సరాలు దాటిన ఇద్దరు సోదరీమణులు ఆ ఇంట్లో ఉన్నారు. “ఈ ఇంటిని అమ్మేసి విజయవాడకు వెళ్ళాలనుకుంటున్నాం” అని చెప్పారు. ఇంటివెనుక ఒక అందమైన తోట ఉండటంతో ఆ ఇంటిని ఇష్టపడి కొనుక్కున్నారు ఆ దంపతులు.

ఇంటిని ఖాళీ చేసి వెళ్ళున్నప్పుడు ఆ వృద్ధురాళ్ళు, “మిగతా రోజులలో సమస్యలు ఉండవు. కానీ, చలికాలంలో...” అంటూ ఏదో చెప్పబోతుండగా, “ఫర్వాలేదు, మేము చూసుకుంటాం” అంటూ ఆ వయోవృద్ధురాళ్ళను మాట్లాడనియలేదు ఆ దంపతులు. వాళ్ళను పంపించి, ఇంట్లోకి ప్రవేశించడాన్నే లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నారు.

చలికాలం మొదలయ్యింది. మిగతారోజులలో వణికించే చలి. చలికాలంలో నుజ్జు నుజ్జు చేసే చలి.



పయన కథలు

ఒక రైలుపెట్టెలో ఒకే ఒక పెద్దాయన మాత్రం కూర్చుని వున్నాడు. ఆ తరువాతి స్టేషన్లో ఎనిమిదిమంది యువకులు రైలు ఎక్కి ఆ పెట్టెలో కూర్చున్నారు. ఒక బృందంలాగ యాత్రకు వెళుతున్నట్లుగా అనిపించారు. వారిలో ఒకతను, “ఈ ప్రమాదగొలుసును లాగి చూద్దామా?” అంటూ తన స్నేహితులను ప్రశ్నించాడు. “దానిని లాగితే వేయిరూపాయల అపరాధరుసుమును చెల్లించాలి” అంటూ ఒక స్నేహితుడు చెప్పాడు. “మీరు డబ్బులను ఇవ్వరా ఏమిటి?” అంటూ మొదటి యువకుడు ప్రశ్నించాడు. నలుగురు 500 రూపాయల చొప్పున ఇవ్వగా, ముగ్గురు 200 రూపాయల చొప్పున ఇవ్వగా, అతని చేతులకు 2,600 రూపాయలు అందాయి. డబ్బులను మరొకసారి లెక్కబెట్టుకుని, తన జేబులో డబ్బులను పెట్టుకుని గొలుసు లాగేందుకు వెళ్ళేస్తే ఆ యువకునివైపు చూస్తూనే

ఒక దంపతులు ఎండాకాలంలో ఒక కొండప్రాంతానికి చేరుకున్నారు. పెద్దగా జనసంచారంలేని ప్రకృతి రమణీయతతో ఉన్న ఒక గ్రామంలో కాటేజీలో బస చేశారు. కాటేజీ మేనేజర్, వారికి శ్రద్ధాభక్తులతో తగిన ఏర్పాట్లను చేశాడు. మూడురోజులలో ఆప్యాయంగా కలసిపోయారు.

ఆ దంపతులు ధనవంతులనే విషయాన్ని అవగతం చేసుకున్న మేనేజర్, “మీకు ఇక్కడ ఇల్లు కొనుక్కోవాలనే ఆశ ఉంటే చెప్పండి... మా ఇంటికి ప్రక్కనే ఒక కాటేజీ ఉంది. సెలవురోజులలో మీరు వచ్చి బసచేయవచ్చు. మిగతారోజులలో బాడుగకు ఇవ్వొచ్చు” అని చెప్పాడు.

వాళ్ళు ఆ ఇంటిని చూశారు. ఇల్లు పాతదిగా అనిపించినప్పటికీ ఆ దంపతులకు నచ్చింది. కొన్నిరోజులలో బేరమాడి, ఇంటిని కొనుక్కుని ఒక మంచినీటి గృహప్రవేశం చేశారు. పూజలన్నీ ముగియగానే ఆ కాటేజీ మేనేజర్ సదరు దంపతులతో, “ఈ ఇంటికి కొన్ని రిపేర్ పనులను చేయవలసివుంది. వాన కురిస్తే వంటగదిలో నీళ్ళు కారుతుంటాయి. కాంక్రీట్ పైకప్పును సరిచేస్తే నిలిచిపోతుంది. బాత్రూమ్ కుళాయి మాటిమాటికి మూసుకుపోతుంటుంది. దానిని కొత్తగా మార్చాలి. ఇప్పుడు మార్చి

ఆ దంపతులు చలికి తట్టుకోలేకపోయారు.

పాత ఇల్లు కావడం వలన మంచుకు తడిసిపోయిన గోడలు, తేమను ఇంట్లోకి పీల్చుకోసాగాయి. ఇంట్లో ఉంటున్నప్పుడు మంచుగడ్డల మధ్య ఉన్న ట్లుగా ఆనిపించసాగింది. వారికి ఏమి చేయాలో తెలియక నానా అవస్థలు పడసాగారు. చివరకు ఆ సమస్యకు ఏమాత్రం తట్టుకోలేకపోయిన ఆ దంపతులు సదరు వయోవృద్ధురాళ్ళకు ఫోన్ చేసి “చలికాలంలో మావల్ల కావడం లేదు. మీరు ఎలా తట్టుకున్నారు?” అంటూ ఒక రాత్రివేళ వేదనాభరితమైన స్వరాలతో ప్రశ్నించారు.

“ఇల్లు ఖాళీ చేస్తున్నప్పుడు మేము ఆ విషయాన్ని గురించే చెప్పబోయాం. మీరు చెవియొగ్గి వినలేదు. చలికాలంలో మేము ఇంటికి తాళం వేసి విజయ వాడకు చేరుకుంటాం. మీరు కూడ ఆవిధంగా ఎక్కడికైనా వెళ్ళండి” అంటూ సలహా ఇచ్చారు సదరు వయోవృద్ధురాళ్ళు.

ఏ విషయానైనా చెవియొగ్గి వినాలి.

పయన కథలు



వున్నాడు ఆ పెద్దాయన. “వద్దు బాబూ! ఆ గొలుసును ఆటకాయి తనంగా లాగితే, రైలు నిలిచిపోతుంది. అందరికీ కష్టం” అంటూ అడ్డుకునేందుకు ప్రయత్నించాడు.

ఆ పెద్దాయనను చూస్తూ నవ్విన ఆ యువకుడు, “చూడండ్రా! ఈయన మనకు సలహా ఇస్తున్నాడు. గొలుసును లాగి, ఈయనే దానిని లాగాడని చెబుదాం. ఏమంటారు? మీరు సాక్ష్యం చెబుతారా?” అన్న స్నేహితులను అడగగా, అందరూ ఉత్సాహంతో కేకలు వేశారు. వెంటనే అతను గొలుసును లాగాడు. రైలు ఆగడంతో, రైల్వే అధికారులు, పోలీసులు పరుగులు పెట్టుకుంటూ వచ్చారు. ఆ యువకులు సదరు పెద్దాయనవైపు చేతులను చూపించగా, “ఓ పెద్దాయనా, ఈ వయస్సులో నీకిది తగునా?” అంటూ రైల్వే అధికారి అరిచాడు.

ఆ పెద్దాయన అధికారికి నమస్కరిస్తూ ఏడ్చాడు. “అవునయ్యా,

నేనే ఆ గొలుసును లాగాను” అని చెప్పాడు. యువకులందరికీ ఆశ్చర్యం! వెంటనే రైల్వే అధికారి, “ఎందుకు గొలుసును లాగావు? అపరాధరుసుమును చెల్లించు” అని గద్దించాడు. “నేను ప్రమాదంలో చిక్కుకున్నందువల్లనే గొలుసును లాగానయ్యా. అందువలన నేను అపరాధ రుసుమును చెల్లించనవసరం లేదు. నా దగ్గరున్న 2,600 రూపాయలను ఈ పిల్లలు దొంగిలించారు. నాలుగు 500 రూపాయల నోట్లు, మూడు 200 రూపాయల నోట్లను లాక్కున్నాను. ఈ పిల్లాడి జేబులో చూడండి” అంటూ చెప్పాడు సదరు పెద్దాయన.

వెంటనే రైల్వే పోలీసులు ఆ యువకుడి జేబులోని డబ్బులను తీసి, ఆ పెద్దాయనకు ఇచ్చి, ఆ ఎనిమిదిమంది యువకులను అరెస్ట్ చేసి లాక్కెళ్ళారు.

ఎదుటివారికి కీడు చేయాలని భావిస్తే, అది తిరిగి దాడి చేస్తుంది.

నెల, నీళ్ళ సమస్య ఉండదు. అయితే మేనెలలో బావిలో నీళ్ళు ఎండిపోతుంటాయి. బావిని కొంచెం లోతుకు త్రవ్విస్తే మంచిది” అని చెప్పాడు.

ఆ ఇంటిని కొనిన ఇంటిపెద్ద కోపంతో రగిలిపోయాడు. “ఈ విషయాలన్నింటినీ ముందుగానే మాకు ఎందుకు చెప్పలేదు?” అంటూ పెద్ద పెద్దగా అరిచాడు.

“అప్పుడు మీరు ఎవరో. ప్రస్తుతం మీరు మా ప్రక్రింటివాళ్ళు. ఆ అక్కరతో చెబుతున్నాను” అని జవాబిచ్చాడు మేనేజర్. అతనొక బ్రోకర్ అనే విషయం ఇప్పుడే ఆ దంపతులకు అవగతమయ్యింది.

మాటలకు వెనుకవుండే వలలను శ్రద్ధగా గమనించాలి!



పయన కథలు

జీవన పయనానికి 12 విధులు!



పలు సమయాలలో మతిమరుపు అనేది ఒక వరం. మనస్సును పట్టి పీడించే కొన్ని కొన్ని పాత విషయాలను మరచిపోవడం వలననే ఈరోజు ప్రశాంతత లభిస్తోంది. అయితే, మరువరాని విషయాలు కొన్ని ఉన్నాయి. వాటిని మరచిపోయినట్లయితే, జీవితం సంతోషానందాలతో నిండివుండటమనేది జరుగదు.

- ❖ కొందరి చేతివంటలు అమ్మను గుర్తు చేస్తుంటాయి. అయితే, అమ్మచేతివంటలరుచిని మరచిపోయేవిధంగా చేయగలరుచి, ఈ ప్రపంచంలో ఏ ఒక్కవంటకు లేదన్నది నిజం.
- ❖ ఐదు నక్షత్రాల హోటల్ కు చెందిన ఆడంబరమైన హోటల్లో కూడ అమ్మ ఒడిలో తల పెట్టుకుని నిద్రించిన సుఖం లభించదు.
- ❖ ఈ ప్రపంచములో మీరు ఏ పనిని చేసినప్పటికీ, తల్లిదండ్రుల కోసం నిర్వహించవలసిన బాధ్యతలకు అవి సరితూగవు.
- ❖ మొట్టమొదటిసారిగా ఉద్యోగంలో చేరి సంపాదించినప్పుడు లభించిన సంతోషాన్ని, ఆ తదనంతర కాలంలో లభించే ఎటువంటి పదోన్నతి అందించలేదు.
- ❖ పిల్లలకు ధనవంతులుగా జీవించాలంటూ బోధన చేయవద్దు. సంతోషంగా జీవించడాన్ని నేర్పించండి. జీవితంలో ధర చెల్లించి కొనలేని విషయాలు ఉన్నాయనే సంగతిని అప్పుడే వారు అవగతం చేసుకుంటారు.
- ❖ మనుషులుగా జీవించడానికి, మానవతాదృక్పథంతో జీవించడానికి చాలా వ్యత్యాసాలు ఉన్నాయి. ఈ విషయాన్ని అవగతం చేసుకుని జీవించండి.
- ❖ జీవితంలో పెద్ద పెద్ద సాధనలు చేయాలనే భావనలో మునిగిపోతూ, మనలోనున్న ప్రతిభాపాటవాలను మరచిపోతుంటాము.

జీవితం చాలా చిన్నది. అన్ని విషయాలకు కృతజ్ఞత భావముతో ఉండండి. జీవితాన్ని సంతృప్తికరంగా జీవించండి.

- ❖ పుట్టినప్పుడు ప్రేమాభిమానాలతో కూడిన ఆదరణను పొందుతుంటాము. చనిపోయిన పిదప, పలువురు ఆదరాభిమానాలతో గుర్తు చేసుకుంటుంటారు. ఆ మధ్య కాలంలో మనమే ఆదరాభిమానాలను సంపాదించుకోవాలి.
- ❖ మిమ్ములను నిజంగా అభిమానించేవారు, ఎట్టి పరిస్థితులలో మిమ్మల్ని వదలి వెళ్ళడమనేది జరుగదు. విడిపోయేందుకు 1001 కారణాలు ఉన్నప్పటికీ, కలగలసిపోయి ఉండేందుకు ఒకే ఒక్క కారణాన్ని వారు వెదికి కనిపెడతూంటారు.
- ❖ సూర్యరశ్మి, విశ్రాంతి, వ్యాయామం, పోషకవిలువలతో కూడిన ఆహారం, ఆత్మవిశ్వాసం మొదలైనవి ఈ ప్రపంచంలో అత్యుత్తమ వైద్యులు. ఆ ప్రకృతి వైద్యులు మన జీవితాన్ని ఆరోగ్యవంతంగా మార్చేస్తుంటారు. ఎట్టిపరిస్థితులలో ఈ విషయాన్ని మరువరాదు.
- ❖ చంద్రుడిని చూస్తే, సృష్టి యొక్క అందం అవగతమవుతుంటుంది. సూర్యుడిని చూస్తే, సృష్టి యొక్క శక్తి అవగతమవుతుంటుంది. అద్దంలో మిమ్మల్ని చూస్తే, సృష్టి యొక్క ఉన్నతి అవగతమవుతుంది. ఈ ప్రపంచంలో అత్యున్నతమైన పుట్టుక మీదే. కాబట్టి మీపట్ల మీరు పెంచుకున్న నమ్మకాన్ని ఎట్టి పరిస్థితులలో కోల్పోవద్దు. మీ యొక్క ఆత్మవిశ్వాసమే మీ బలం.
- ❖ మనం ఈ భూమిపైకి పర్యాటకం కోసం వచ్చాము. మన పయనం, మార్గం అంటూ అన్నీ అంతకుముందే తీర్మానించబడ్డాయి. ఆ కాలంలో మనకు కావలసినవన్నీ లభిస్తాయని దృఢచిత్తంతో విశ్వసించండి. జీవన పయనాన్ని ఆస్వాదించండి. ●





SHIRTINGS & SUITINGS

COTTON • LINEN

Start with the Finest

Fabric





DHOTIS • SHIRTS • TROUSERS • FABRICS

by



SOFT & GENTLE



NEW ARRIVAL



GENXT

INSTA DHOTIS™
Just maatigo...



INSTA DHOTI

Ready-to-wear dhoti designed for the modern man-wear it in seconds with a perfect traditional look and effortless comfort.



m | *Mrithu*[®]
Bamboo Towels
by



SOFTNESS
that hugs you back

Bamboo Towels | Terry Towels | Signature Towels | Striped Towels | Chequered Towels



Premium Cotton



High Absorption



Quick Drying



Super Soft



మీ ఇంటికే రావలెనా?
రావాలనుకుంటున్నారా?

తేటతెలుపు

చందాదారులుగా మారిపోండి!



'ఉన్నతమైన భావనలు ప్రపంచవ్యాప్తంగా వ్యాపించాలి' అనే గొప్ప లక్ష్యంతో అత్యంత విలువైన వ్యాసాలను వరుసక్రమంలో ప్రచురిస్తోంది తేటతెలుపు. ఈ మాసపత్రిక ప్రతి ఒక్క కుటుంబంలో భద్రంగా పెట్టుకునే బోక్సెసలగా విరాజిల్లుతోంది.



ఒక సంవత్సర చందా రూ.200
రెండు సంవత్సరాల చందా రూ.380

చెక్కు/డిమాండ్ డ్రాఫ్ట్ ద్వారా పంపించవచ్చు **VENMAI** అనే పేరిట చెక్కు/డి.డి పంపించవచ్చు. వెనక మీ పేరు, చిరునామాను వ్రాయండి.

లేక

VENMAI అనే బ్యాంకు ఖాతాకు (A/C No : 1809135000000299, Karur Vysya Bank, Tirupur SR Nagar Branch - IFSC : KVBL0001809) డబ్బును చెల్లించి, దాని యొక్క నకలు ప్రతిని ఫారంత్ పాటు పంపించాలి.

- మనియార్డర్లు స్వీకరించబడవు.
- రామ్ రాజ్ షోరూములన్నింటిలో మీ చందాలను చెల్లించవచ్చు.

VENMAI

10, Sengunthapuram, Mangalam Road, Tirupur-641604.
email: venmai@ramrajcotton.net

చందాలను చెల్లించేందుకు, తేటతెలుపు పత్రికలను మొత్తంగా కొనుక్కునేందుకు సంప్రదించండి :
ఫోన్ :
0421-4304106, 98422 74137

ఒకే నిమిషంలో తేటతెలుపు చందాదారులుగా మారిపోవచ్చు!

మీ చందాను PhonePe G Pay Net transfer ద్వారా చెల్లించండి.



UPI పరివర్తన ద్వారా మొబైల్ ఫోన్ ద్వారా వెన్మై బ్యాంకు ఖాతాకు చందా మొత్తాన్ని చెల్లించవచ్చు. వెన్మై UPI id: kvbupiqr.75626@kvb



Bharat QR code సౌకర్యము ఉన్న మొబైల్ బ్యాంకింగ్ యాప్ ఉన్నవారు, అందులో ఇక్కడ ఉన్న వెన్మై బ్యాంక్ ఖాతా QR code - ను స్కాన్ చేసి చందా చెల్లించవచ్చు.

డబ్బు చెల్లించినందుకుగాను బ్యాంకు సమాచారాన్ని Forward చేయండి. దానితోపాటు మీ యొక్క పూర్తి చిరునామాను, మీ చరవాణి ద్వారా వాట్సాప్ చేయండి. చరవాణి సంఖ్య : 98422 74137

బ్యాంకు ఖాతా వివరాలు : Venmai
A/C No: 1809135000000299

Karur Vysya Bank, Tirupur SR Nagar Branch
IFSC Code: KVBL0001809.



విద్యార్థి/విద్యార్థినులకు ప్రత్యేక తగ్గింపు

(6 వ తరగతికి పైగా చదువుతున్న విద్యార్థిని విద్యార్థులకు ఈ తగ్గింపు అందించబడుతోంది. చందాను చెల్లిస్తున్నప్పుడు విద్యార్థిని/విద్యార్థుల గుర్తింపు అట్ట యొక్క నకలు ప్రతిని జతచేసి పంపించాలి).

ఒక సంవత్సర చందా : రెండు సంవత్సరాల చందా :
రూ. 200 రూ.125 మాత్రమే. | రూ. 380 రూ.250 మాత్రమే.



సీనియర్ సిటిజన్లకు ప్రత్యేక తగ్గింపు

(60 యేళ్ళు పైబడినవారికి ఈ తగ్గింపు అందించబడుతోంది. పుట్టినతేదీకి సంబంధించిన తగిన ఆధారంతో కూడిన నకలు ప్రతిని జత చేసి పంపించాలి).

ఒక సంవత్సర చందా : రెండు సంవత్సరాల చందా :
రూ. 200 రూ.125 మాత్రమే. | రూ. 380 రూ.250 మాత్రమే.

రామ్ రాజ్ షోరూములలో రూ.10,000 లకు పైగా దుస్తులను కొనుక్కునేవారికి ఒక సంవత్సర చందా బహుమతిగా అందించబడుతుంది.



ప్రయాణాలు అందించే ఫలితాలు!

ఈవిధంగా ఒక్కొక్క ప్రయాణీకునికి ఒక్కొక్క సమస్య ఉంటుంది. అందరూ జాలీ టూర్ కు వెళ్ళడం లేదు. అర్థం చేసుకోండి” అని చెప్పాడు.

అప్పుడే సదరు యువకులకు తోటి ప్రయాణీకులను గురించి ఆలోచన తలెత్తింది. అందరినీ మన్నించమని అడిగి, నిద్రించడం మొదలుపెట్టారు. సమాజాన్ని అవగతం చేసుకునేందుకు ఆ పయనమే వారికి సాయపడింది.

ఎదుటివారిని అర్థం చేసుకుని జీవన పయనాన్ని కొనసాగించేందుకు ప్రయాణాలు ఎక్కువగా ఉపయోగపడుతుంటాయి. తోటివారితో కలగలసిపోయే అవకాశాలు తగ్గిపోతోన్న ప్రస్తుతకాలంలో, ప్రయాణాలు నూతన వ్యక్తులను పరిచయం చేస్తుంటాయి. తరచుగా ప్రయాణాలు చేస్తుండేవారికి ఆశావహ దృక్పథాలు అధికమవుతుంటాయనేది ఒక మానసిక శాస్త్రబృందం యొక్క సర్వేక్షణ. కాబట్టి, మనం పయనము చేస్తున్నది కేవలం కాలక్షేపానికి మాత్రమే అనే భావన మీలో ఉన్నట్లయితే, ఆ భావనను మార్చుకోండి. అవును, ప్రయాణాలు శారీరకంగా, మానసికంగా మనకు పలువిధాలుగా ఉపయోగపడుతున్నాయనేది సర్వేక్షణల ఫలితాలు.

ఆ ఫలితాలు ఏమిటి?

మనస్సు నూతనోత్సాహాన్ని పొందుతుంది : పలువిధాలైన రోగాలకు మనస్సు ప్రధాన కారణం. మనస్సును సంతోషకరంగా ఉంచుకునేందుకు ప్రయాణాలు సాయపడుతుంటాయి. ఆనందంతో ప్రయాణాలు చేస్తుండేవారికి ఆందోళన, మానసిక అలసట వంటి మనస్సుకు సంబంధించిన సమస్యలు ఎదురయ్యే అవకాశాలు చాలా తక్కువ. మానసిక ఒత్తిడి అధికమైనప్పుడు కార్డి సాల్ హార్మోన్ అధికంగా స్రవించబడుతుంటుంది. అది మన రోగనిరోధక శక్తిని బలహీనపరుస్తుంటుంది.

ప్రతిరోజూ పదిగంటలపాటు పనులను చేసే మానసిక అలసటను పొందిన కొంతమంది యువకులు బృందంగా కలసిపోయి గోవా విహారయాత్రకు బయలుదేరారు. బహుకాలపు కల నెరవేరుతోన్న ఉత్సాహముతో, రైలు ఎక్కినప్పట్నుంచి ఉత్సాహంతో కేకలు వేయసాగారు. రాత్రి అవగానే తోటి ప్రయాణీకులు నిద్రపోలేక అవస్థలు పడసాగారు. వారిలో ఒకతను ఆ యువకుల దగ్గరకు వచ్చి, “మీరు నిద్రపోండి. మమ్ములను నిద్రపోనివ్వండి” అని చెప్పి వెళ్ళిపోయాడు.

అయినప్పటికీ యాత్రకు సంబంధించిన ఉత్సాహంతోన్న ఆ యువకులు తమ అరువులను ఆపేయలేదు. కాసేపటి తరువాత ఆ వ్యక్తి మరలా వచ్చాడు. ఈసారి కొంచెం కోపంగా ఉన్నాడు. “తమ్ముళ్ళూ, మీరు టూర్ కు వెళ్ళేన్న ఉత్సాహముతో ఉన్నారు. రాత్రంతా ఇలాగ కేకలేస్తూ, రేపు బీచ్ లో జాలీగా ఉంటారు. కానీ, నేను రేపు ఒక కేసుకు సంబంధించి వాదన చేయాలి. బాగా నిద్రపోయి, పొద్దున్నే ప్రశాంతంగా నిద్ర లేచినప్పుడే నేను చక్కగా వాదించి, ఒక నిర్దోషిని దండన నుంచి కాపాడేందుకు కుదురుతుంది.



ఇంకా తలనొప్పి, శారీరక అలసట, కండరాలనొప్పి, పెద్దపేగు సమస్య వంటివి ఎదురయ్యే అవకాశాలు ఉన్నాయి. ప్రయాణాలు చేస్తున్నప్పుడు ఈ హార్మోన్ ప్రవించడం తగ్గుతుంటుంది. “ఒక యాత్రకోసం పథక రచన చేయడం, దానికోసం ఎదురుచూడటం, మనలో ఆశా వహమైన భావనలను ఏర్పరుస్తుంటాయి. ప్రయాణాలను చేస్తుండే వారు, తమ జీవితంలో అత్యంత సంతోషానందాలను పొందుతుంటారు. విపరీతమైన మానసిక ఒత్తిడిని తట్టుకునేందుకు రెండు, మూడు రోజుల ప్రయాణాలే చాలు” అని చెబుతున్నారూ ఇంగ్లండ్ సరే విశ్వ విద్యాలయానికి చెందిన పరిశోధకులు. ఎక్కువకాలంపాటు మానసిక ఒత్తిడి అనేది పనిచేసేచోట అంటువ్యాధి వంటిది. ఇది ఉద్యోగుల ఆరోగ్యాన్ని చెడగొడుతుంటుంది. విశ్రాంతి, విహారయాత్రలు మనలను మార్చివేసి, సమస్యలను పరిష్కరించే ప్రతిభను, నూతన ఆలోచనలను మన మెదడులో రూపొందిస్తుంటాయి.

కొత్త ఆలోచనలు తలెత్తుతుంటాయి : ‘కొత్త ప్రదేశాలలో మన మెదడు ఉత్సాహాన్ని అందిస్తుంటుంది’ అని చెబుతున్నారూ వైద్య నిపుణులు. ప్రయాణం మన మెదడుకు సవాలును విసురుతుంటుంది. కఠినమైన సమయాలలో మెదడు వేగంగా పని చేసేందుకు అది సాయపడుతుంటుంది. నూతన ఆలోచనలు వికసించేందుకు, మెదడులోని నాడీతంతువులు తమ పనిని అత్యుత్తమంగా చేస్తాయి, మెదడు పని తీరును మెరుగుపరిచేందుకు ప్రయాణాలు సాయపడుతుంటాయి. “ఇది మీ యొక్క సృజనాత్మకతను అభివృద్ధిపరుస్తుంది. మీరు ఏదైనా వ్యాపారం లేక ఉద్యోగాన్ని కొత్తగా చేయాలనుకుంటూ దానిని గురించి ఎంతసేపు ఆలోచించినప్పటికీ, నూతన ఆలోచనలు తలెత్తవు. అయితే, వేరే ఏదో ఒక పనిని చేస్తున్నప్పుడే అది అకస్మాత్తుగా తలెత్తుతుంటుంది. ప్రయాణాలు అటువంటి ఆలోచనలను అందిస్తుంటాయి” అని చెబుతున్నాడు అమెరికా వ్యాపార ప్రకటనల రంగానికి చెందిన జేమ్స్ వెబ్బ్ యంగ్.

శారీరక ఆరోగ్యం లభిస్తుంది : హృద్రోగాలు ఎదురుపడకుండా ఉండేందుకు తరచుగా ప్రయాణాలను చేయడం మంచిది. అప్పుడప్పుడు ప్రయాణాలను చేస్తూ మనస్సును ఉత్సాహపరుచుకుంటుండేవారికి, అంతకు ముందున్న వ్యాధి యొక్క తీవ్రత తగ్గుతుంటుంది. న్యూయార్క్ స్టేట్ విశ్వవిద్యాలయం హృద్రోగ బాధితులైన 12 వేలమంది పురుషులను వరుసగా 9 సంవత్సరాలపాటు పరిశీలించింది. వారిలో ఎలాంటి యాత్రలకు వెళ్ళనివారికి హృద్రోగ బాధింపు ఎదురయ్యే అవకాశం 32 శాతం ఉన్నట్లుగా ఆ పరిశోధన ద్వారా స్పష్టమయ్యింది. కొత్తగా ఒక నగరానికి లేక ప్రకృతి రమణీయతతో కూడిన ప్రాంతానికి వెళ్ళినప్పుడు, మీరు రోజూ సాధారణంగా నడిచే దూరం కంటే అధికమైన దూరం నడుస్తుంటారు. అది మంచి నడకవ్యాయామం. ఆవిధంగా జరిగినప్పుడు ప్రకృతిని చూస్తూ ఆనందిస్తూ, మీరు మీ యొక్క శారీరక ఆరోగ్యానికి మంచిని చేస్తున్నారు.

తెలివితేటలు అభివృద్ధి చెందుతుంటాయి : కొత్త ఆహార పదార్థాలు, శుద్ధమైన పర్యావరణం మరియు పలువిధాలైన భాషలు అంటూ అన్నింటినీ అవగాహన చేసుకునేందుకు మన మెదడు సాయపడుతుంటుంది. స్థానిక సంస్కృతి సంప్రదాయాలు మరియు కొత్త ప్రదేశాలను గురించి తెలుసుకోవడం ద్వారా మన తెలివితేటలు అభివృద్ధి చెందుతుంటాయి. అల్బీమర్ అనే మతిమరుపు వ్యాధిని అడ్డుకునేందుకు యాత్రలు సాయపడుతుంటాయని ప్రపంచ వృద్ధాప్య సమాఖ్య జరిపిన సర్వేక్షణ స్పష్టం చేస్తోంది. జ్ఞాపకశక్తిని పెంచుకునేందుకు, ఆలోచనలను పెంచుకునేందుకు, కఠినమైన పరిస్థితులను సులభంగా ఎదుర్కొనేందుకు, ప్రయాణాలు సాయపడుతుంటాయి. తరచుగా పయనం చేస్తుండే విద్యార్థులు, చక్కగా చదువుతున్నారు. నెలవురోజులలో ప్రత్యేక తరగతులకు పంపించి, విద్యార్థులకు మానసిక ఒత్తిడిని కలిగించకుండా, ప్రకృతి రమణీయతతో కూడిన ప్రాంతాలకు పిలుచుకొంటుంది. మీ పిల్లలు చదువులో ప్రథమస్థానాలను పొందేందుకు ప్రయాణాలు ఖచ్చితంగా ఉపయోగపడుతుంటాయి.

వ్యక్తిత్వం మెరుగుపడుతుంది : విదేశాలకు వెళ్ళి చదువుతున్న విద్యార్థులను, సొంతదేశంలో చదువుతుండే విద్యార్థులతో పోల్చుతూ జర్మనీ దేశంలోని ఫ్రెడెరిక్ స్కిల్లర్ విశ్వవిద్యాలయంలో పరిశోధనలు జరిపారు. విదేశాలలో చదువుకున్న విద్యార్థులు, కొత్త వ్యక్తులతో తేలిగ్గా కలగలిసిపోయారు. కొత్త అనుభవాలకు సిద్ధంగా ఉన్నారు. అధికంగా భావోద్వేగాలకు గురవలేదు. ప్రయాణ అనుభవాలు వారిని మార్చేశాయి.

కాబట్టి, మీరు ఏ వయస్సుకు చెందినవారైనప్పటికీ, పయనాలను చేయండి. అవి అందించే ఫలితాలు జీవితానికి ఉపయుక్తం!



ప్రయాణంలో సమస్యలనుంచి తప్పకోవచ్చు!

కొం దరు పథక రచన చేయడంలో నిపుణులుగా ఉంటుంటారు. ఒక్కొక్క పయానాన్ని వారు ఖచ్చితంగా పథకం వేస్తుంటారు. అయినప్పటికీ, ఎదురుచూడనివిధంగా కొన్ని సమస్యలు ఎదురై, వారిని స్తబ్ధంగా నిలబడేవిధంగా చేస్తుంటాయి. ఏం చేయాలో తెలియక తికమకపడుతుంటారు. ఒక పయానాన్ని మొదలుపెడుతున్నప్పుడు, నూతన అనుభవాలను వెదుకుతూ వెళ్ళుంటాం. వాటిలో కొన్ని అనుభవాలు చేదుగా ఉండవచ్చు. కాబట్టి, ఎటువంటి సమస్యలైనా ఎదురుపడవచ్చుననే హెచ్చరిక భావనతో పయానాన్ని మొదలుపెట్టాలి. అప్పుడే ఆ యా సమస్యల నుంచి చక్కగా బయటపడేందుకు తగిన పరిష్కారాలు లభిస్తుంటాయి.

ప్రయాణాలలో సాధారణంగా ఎదురవుతుండే కొన్ని సమస్యలను, వాటికి తగిన పరిష్కారాలను క్షణముగా పరిశీలించుదాం...

❖ బృందం నుంచి బయటపడటం చాలా ముఖ్యమైన సమస్య. రద్దీగా ఉండే యాత్రాస్థలాలకు కుటుంబంతోపాటు లేక స్నేహితులతో పాటు వెళ్ళినప్పుడు, వారిలో ఎవరైనా ఇద్దరు ముగ్గురు విడిగా దారి తప్పిపోతుంటారు. వారు, చిన్నారులు అయినట్లయితే, అందరూ ఆందోళనలో మునిగిపోతుంటారు. ఏ ఒక్కరూ విడిపోకుండా జాగ్రత్తగా కాపలా కాస్తూ ఉండటమనేది బృందాలలో సాధ్యమయ్యే విషయం కాదు. పిల్లలను మాత్రం జాగ్రత్తగా చేతులతో పట్టుకోవాలి. పెద్దల చేతులలో చరవాణి పరికరం ఉంటుంది కదా, లొకేషన్ ను షేర్ చేయించి, సులభంగా వారిని చేరుకోవచ్చు. కొన్ని ప్రదేశాలలో నెట్ వర్క్ సమస్యలు ఎదురుపడవచ్చు. ఒక స్పాట్ ను చూడటాన్ని మొదలు

పెట్టినప్పుడే 'ఎవరైనా విడిపోయినట్లయితే, ఈ సమయానికి ఈ ప్రదేశానికి రావాలి' అంటూ ఏదో ఒక ప్రదేశాన్ని నిర్ణయించుకోవాలి.

❖ యాత్రకు వెళ్ళినచోట అనవసరమైన తగాదాలు, గొడవలు ఎదురుపడటమనేది ఇంకొక సమస్య. ఒక నగరంలో పలువిధాలైన ప్రజలు జీవిస్తున్నట్లుగానే, యాత్రాస్థలానికి పలువిధాలైన మనుషులు వస్తుంటారు. వారిలో కొంతమంది చెడ్డవారుగా కూడ ఉండవచ్చు. అటువంటి వ్యక్తులను ఎదుర్కొనే పరిస్థితులనుంచి తప్పకోవడమే సమర్థత. ముఖ్యంగా జలపాతాలు, కొండ అంచులలో ఉంటుండే వ్యూపాయింట్స్ వంటి ప్రదేశాలలో జాగ్రత్తగా ఉండాలి. అంతకు ముందు యాత్రకు వెళ్ళాల్సిన వారి అనుభవాలను విని లేక చదివితెలుసుకోవచ్చు. అనుభవజ్ఞులైన గైడ్లను సంప్రదించడం ద్వారా ఈ సమస్య నుంచి బయటపడవచ్చు. మరింతగా భద్రతలేని ప్రదేశాలలో ఎక్కువసేపు ఉండటాన్ని వదిలేయాలి.

❖ ప్రయాణంలో వస్తువులను పోగొట్టుకోవడం చాలా దారుణమైన సమస్య. మంచి హోటళ్ళలో బస చేస్తే, అక్కడే విలువైన వస్తువులను భద్రంగా పెట్టుకుని వెళ్ళవచ్చు. మీరు లేని సమయంలో గదిని శుభ్రం చేయవద్దని చెబితే మరింత ప్రశాంతత. బయటకు వెళ్ళున్నప్పుడు గది తాళాన్ని తీసుకుని వెళ్ళాలి. పర్సు, చరవాణి పరికరం వంటివి భద్రంగా పెట్టుకోవాలి. పర్సును బిగుతుగానున్న ఫ్యాంట్లు జేబులో, చరవాణి పరికరాన్ని చేతిలో పెట్టుకున్నట్లయితే, వాటిపట్ల మీ శ్రద్ధ ఎప్పుడూ ఉంటుంటుంది. ప్రయాణం టిక్కెట్లను చరవాణి పరికరంలో సేవ్ చేసి పెట్టుకున్నట్లయితే, తోటి ప్రయాణీకులలో ఎవరి చరవాణి పరికరములోనైనా షేర్ చేసుకోవడం మంచిది. చరవాణి

పరికరాన్ని పాస్‌వర్డ్‌తో లాక్ చేసినట్లుంటే, మీ అక్కౌంట్ నుంచి డబ్బులను కోల్పోయే ప్రమాదం ఉండదు.

❖ ప్రయాణాలలో అనారోగ్యానికి గురవడం అనేది ఒక పెద్ద సమస్య. ప్రయాణపు పారవశ్యంలో ఎక్కువమంది సరిగ్గా నిద్రించరు. అది శరీరాన్ని అలసటకు గురిచేసి, పయనంలో ఆనందం లేకుండా చేస్తుంటుంది. కాబట్టి, సమయం దొరికినప్పుడల్లా బాగా నిద్రించి, విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. అప్పుడే మరుసటిరోజు ఉత్సాహంగా పయనించేందుకు కుదురుతుంది. ధరలను లెక్కిస్తూ పోషక విలువలు లేని ఆహారాన్ని స్వీకరించరాదు. ఏమంతగా రుచిగా లేకపోయినప్పటికీ పోషక విలువలతో కూడిన ఆహారాన్ని తినాలి. రహదారి ప్రక్కనున్న కొట్టులలో నూనెలో వేయించి అమ్ముతుండే చిరుతిళ్ళు, వేయించిన చేపలను అధికంగా తినరాదు. 'ఈ ఊరులో ఇది స్పెషల్ ఆహారం' అంటూ ఏదైనా ఇస్తుంటారు. అవి ఆరోగ్యవంతుంగా, మీకు నచ్చేవిధంగా ఉంటేనే తినాలి. మంచినీళ్ళ విషయంలో కూడ ఇదే విధమైన శ్రద్ధను వహించాలి. "ఇది వైద్య లక్షణాలను కలిగిన మూలికల మంచినీళ్ళు" అంటూ ఏదో నీటిబుగ్గ లేక కొలనులోని నీటిని అందిస్తుంటారు. ఏ విషయాన్నీ గ్రుడ్డిగా నమ్మి స్వీకరించవద్దు. అడవులలో నడుస్తున్నప్పుడు పురుగులదాడి, జలగలు కాళ్ళపైకి ఎక్కి కుట్టడం వంటి ప్రమాదాలు ఎదురవుతుంటాయి. శ్రద్ధగా ఉండాలి. దానికి తగినవిధంగా రక్షణ పరికరాలను తీసుకెళ్ళాలి.

❖ ఇతర రాష్ట్రాలకు, ఇతర దేశాలకు యాత్రలకు వెళ్తుండే వారికి భాష ఒక సమస్యగా ఉంటుంటుంది. స్థానిక భాషలో మాట్లాడటం కుదరడం లేదే అనుకుంటూ వేదన పడకూడదు. ఇప్పుడు ఏ భాషనైనా అర్థం చేసుకునేందుకు మొబైల్ యాప్‌లు వచ్చేశాయి. సైగల భాష, చిరునవ్వులు అందరికీ అర్థమవుతుంటాయి.

❖ యాత్రా సమయములో డబ్బులు ఖాళీయైపోవడం కొంత మందికి ఎదురవుతుండే సమస్య. ఖర్చుల గురించి ఆలోచించకుండా ప్రయాణాన్ని మొదలుపెడుతుంటారు. వెళ్ళినచోట ఒక్కొక్కరికీ ప్రత్యేక రుసుము ఉంటుంటుంది. కుటుంబంతోపాటు నాలుగైదుచోట్లకు వెళ్ళి వస్తేనే, ఎదురుచూడనివిధంగా డబ్బులు ఖర్చు అవుతుంటాయి. యాత్రాస్థలాలలో ఆహారం, స్థానిక ప్రయాణాలు అంటూ అన్నింటికీ ఖర్చులు అధికంగా ఉంటుంటాయి. యాత్రకు 10 వేల రూపాయలు ఖర్చు అవుతాయని బడ్జెట్ వేసినట్లుంటే, అదనంగా ఒక 5 వేల రూపాయలను చేతిలో ఉండేవిధంగా చూసుకోవాలి. అవసరమైనప్పుడు తీసుకునేవిధంగా బ్యాంకు ఖాతాలో డబ్బులను డిపాజిట్ చేయాలి. యాత్రకు వెళ్ళిన ప్రదేశంలో పిల్లలు ఏవైనా ఆటబొమ్మలను ఆశగా కొనివ్వమని అడుగవచ్చు. అందుకు తగిన డబ్బులను చేతిలో పెట్టుకోవాలి.

❖ ప్రయాణాలలో పలువురు బస్సు, రైలు, విమానాలను సరైన సమయానికి అందుకోలేకపోతుంటారు. మన ఊరులాగ దూరాన్ని, కాలాన్ని లెక్కలు వేసుకుంటూ యాత్రాస్థలాలకు వెళ్ళేందుకు కుదరదు. కొండప్రాంతాలలో ఎదురుచూడని బ్రాఫిట్ జామ్‌లు సర్వేయ్యేందుకు కొన్ని గంటల సమయం పట్టవచ్చు. కాబట్టి చివరి నిమిషం వరకు చక్కర్లు కొట్టకుండా, ఒక గంటముందుగానే మీ వాహనం దగ్గరకు చేరుకోవాలి.

❖ మనలో చాలామంది కాస్తంత సమయం దొరికితే చాలు, చరవాణి పరికరానికి అతుక్కుపోతుంటారు. మోషన్ సిక్‌నెస్ ఉన్న వారు, ప్రయాణసమయంలో చరవాణి పరికరానికి దూరంగా ఉండటమే మంచిది. ఎందుకంటే, రహదారిపై వాహనం అటూ ఇటూ ఊగుతూ వెళ్తున్నప్పుడు, మన మెదడుకు అందే సంకేతాలు తికమకను కలిగిస్తుంటాయి. కాబట్టి జాగ్రత్త!

తేటతెలుపు చందా...

మహిళా దినోత్సవం ప్రత్యేక తగ్గింపు!



మార్చి 8 వ తేదీన వేడుక చేసుకుంటుండే అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవం సందర్భంగా తేటతెలుపు మాసపత్రిక చందా మొత్తంలో ఈ సంవత్సరానికి చందా చెల్లించే మహిళలకు ప్రత్యేక తగ్గింపు అందించబడుతోంది.

ఒక సంవత్సర చందా : రూ. 280/-
 మహిళలకు తగ్గింపు చందా : రూ. 150/-
 ..
 రెండు సంవత్సరాలకు చందా : రూ. 380/-
 మహిళలకు తగ్గింపు చందా : రూ. 300/-

ఈ తగ్గింపును పూర్తిగా ఉపయోగించుకుని, మహిళలు తమను, తమ కుటుంబాన్ని, బంధుమిత్రులను చక్కగా చూసుకుంటూ ఆయూరారోగ్యాలతో విలసిల్లాలని కోరుకుంటున్నాము. (చందా చెల్లించే విధానాన్ని గురించి 23 - వ పేజీలో చూడగలరు)

ఖర్చులకు ఏం చేస్తారు?

ఒక ధనవంతురాలైన మహిళ కొండప్రాంతంలోని ఒక యాత్రాస్థలానికి వెళ్ళింది. అక్కడున్న ఒక గ్రామములో ఎంబ్రాయిడరీ దుస్తులు దొరుకుతాయని స్థానికులు చెప్పారు. ఆమె సదరు గ్రామానికి కారులో వెళ్ళింది. ఆ ఊరులో విచారణ జరుపగా, చిన్నదిగానున్న ఒక పరిశుభ్రమైన గుడిసెను చూపించారు. ఆ గుడిసెలో నివసిస్తోన్న ఒక మహిళ, తను ఎంబ్రాయిడరీ చేసిన దుస్తులను చూపించింది.

అంతటి నాణ్యమైన దుస్తులను ఏ ఒక్క దేశంలో కూడ ఆ ధనవంతురాలు చూడ లేదు. అయితే, సదరు ఆశ్చర్యాన్ని కన్నులద్వారా చూపిస్తే, మాటల ద్వారా వ్యక్తికరిస్తే, ఈ పేదరింటి మహిళ ధరలను అధికంగా చెప్పి, తనను మోసం చేస్తుందని అనుకుంటూ, తన భావేద్వేగాలను అదుపులో పెట్టుకుని, “ఎంత ధర?” అంటూ బేరమాడింది. ఆ పేదరింటి మహిళ తను అనుకున్న ధరకంటే తక్కువగానే చెప్పింది.

ఆమెకు చేతిలో డబ్బులను ఎక్కువగా తెచ్చుకునే అలవాటు లేదు. క్రెడిట్ కార్డులు, చరవాణి ద్వారానే చెల్లింపులను చేస్తుంటుంది. అయితే, నెట్ వర్క్ సరిగ్గాలేని ఆ గ్రామంలో చరవాణి ద్వారా డబ్బులను పంపించేందుకు కుదరలేదు. తన చేతిలోని పర్చును వెది కింది. అప్పుడప్పుడు పెట్టుకున్న నోట్లను లెక్కించగా, సరిగ్గా ఆ పేదరింటి మహిళ చెప్పిన ధరకు తగినవిధంగా ఉన్నాయి. ఆ డబ్బులను పేదరింటి మహిళకు అందించింది.

ఆ పేదరింటి మహిళ సదరు డబ్బులలో 200 రూపాయలను ధనవంతురాలికి తిరిగి ఇచ్చింది. ధనవంతురాలు ఆశ్చర్యంతో “ఎందుకు?!” అని అడిగింది.

“అన్ని డబ్బులను నాకే ఇచ్చేస్తున్నారు. చిన్నారి పాపతో కారులో వెళ్తున్నారు. మధ్యలో ఏదైనా అత్యవసర ఖర్చుకోసం ఏం చేస్తారు? ఈ చుట్టుప్రక్కల అంతా నెట్ వర్క్ సమస్యలే. అందుకే ఈ డబ్బులు” అని చెప్పింది. ఆ పేదరింటి మహిళ ఆప్యాయతకు ఆ ధనవంతురాలి మనస్సులో నున్న అహంభావం, అపనమ్మకం మాయమైపోయాయి.



అత్యవసర సంఖ్యలను తెలుసుకోవాలి!

యాత్రాస్థలాలకు వెళ్తున్నప్పుడు, ఆ ప్రదేశములో అత్యవసర సేవల కోసం సంప్రదించ వలసిన ముఖ్యమైన సంఖ్యలను వ్రాసి పెట్టు కోవాలి. సాహసయాత్రకు వెళ్తున్నప్పటికీ, ఒక ప్రదేశములో రెండుమూడు రోజులు బస చేసి నప్పటికీ, ఇది అత్యంతావశ్యకం. మీరు బస చేసిన హోటల్ దూరవాణి సంఖ్య, అత్యవసర సాయానికి పోలీసుదళ సంఖ్య, సమీపములో నున్న ఆసుపత్రి దూరవాణి సంఖ్యలను వ్రాసి పెట్టుకోవడం మంచిది. పలు యాత్రాస్థలాలలో ఈవిధంగా ప్రకటన ఫలకాలను పెట్టివుంటారు. వాటిలో ముఖ్యమైన ఫోన్ నెంబర్లు ఉంటుంటాయి. వాటిని చరవాణి పరికరం ద్వారా ఛాయా చిత్రాన్ని తీసుకుని భద్రంగా పెట్టుకోవాలి.

డబ్బులే మనస్సుకు తగిన అమ్మతం!



ఆహారం కడుపుకు అమ్మతం అయినట్లుగానే, డబ్బులే మనస్సుకు అమ్మతం. ఏదైనా ఒక కొత్త ప్రదేశానికి వెళ్తుండే ఒకతను, అప్పుడు తన మనస్సులో కూడ బహుదూరపు ప్రయాణం చేస్తుంటాడు. అది తనను తలక్రిందులుగా మార్చేస్తుంటుంది. ప్రయాణములో తనను తాను స్వీయపరిశోధన చేసుకుంటుంటాడు. అది వ్యక్తిగతంగా అతని పురోభివృద్ధికి కారణమవుతుంటుంది. పయనం యొక్క బలమే మనలను పూర్తిగా మార్చేస్తుంటుంది.

ప్రతిరోజూ ఒకేవిధమైన పని, ఒకేవిధమైన ఆలోచనావిధానం అంటూ గానుగెద్దులాగా ఒకే విధంగా తిరుగాడుతుండే జీవితంలో, వినూత్న ఆలోచనలకు చోటు ఉండదు. అందుకు తగిన అవకాశాలను ప్రయాణాలే మనకు అందిస్తుంటాయి. ఒక ప్రయాణంలో తలెత్తుతుండే వినూత్నమైన ఆలోచన, మన పని లేక వ్యాపారంలో నూతన మార్పులను ఏర్పరుస్తుంటుంది.

ప్రయాణమే మనకు వరం!

బస్సు లేక రైల్వే కిటికీ ప్రక్కన సీటు ఒకతనికి దొరికింది. అతను “ఇదేమిటి? అందరూ నీడలో కూర్చునివుండగా, మనం మాత్రం ఎందుకు ఎండలో మాడుతూ పయనిస్తున్నాం?” అని ఆలోచించినట్లయితే, ఆ పయనం అతనికొక నరకం. ‘పలువురికి దొరకని కిటికీ ప్రక్కనున్న సీటులో కూర్చుని ప్రకృతి అందాలను చూస్తూ ఆనందించుదాం’ అని ఆలోచించినట్లయితే, ఆ పయనం అతనికొక తీయని జ్ఞాపకం. ప్రయాణాలు అందించే అనుభవాలు అద్భుతమైనవి. కిటికీ ప్రక్కనున్న సీటు, వీనులవిందైన సంగీతం, సన్నటిజల్లు, మట్టివాసన అంటూ అన్నీ ఒకేసారి లభించడం వరం.

ప్రయాణాలలో మనం రెండు విషయాలను అవగతం చేసుకుంటున్నాం. మనకు పరిచయం లేని ప్రదేశంలో నివసిస్తోన్న ప్రజలు కూడ మనలాగానే భావోద్వేగపరులైన తోటివారనే విషయాన్ని గ్రహిస్తున్నాము. ఆహారంతో మొదలుపెట్టి భాష వరకు ఎన్నెన్నో బేధాలు ఉన్నప్పటికీ, ప్రాథమికంగా మానవీయత అందరికీ ఒకేవిధమైన విషయాన్ని గ్రహించి ఆశ్చర్యంలో మునిగిపోతుంటాము.



స్థానికులతో కలగలసిపోవాలి!

ఏ ఊరుకు యాత్రకు వెళ్ళినప్పటికీ, అక్కడున్న ప్రజలతో కలగలసిపోతుండాలి. స్థానికులవలె దుస్తులను ధరించడం... ‘అన్నయ్యా’, ‘అక్కయ్యా’, ‘తమ్ముడా’ అని ఆత్మీయంగా పిలుస్తుండటం... మీ యొక్క సౌకర్యవంతమైన నేపథ్యాన్ని ప్రదర్శించకుండా, సాధారణంగా ఉండటం... ఇవన్నీ మీకు తగిన భద్రతను కల్పిస్తుంటాయి. ‘పొరుగుూరు నుంచి వచ్చిన వ్యక్తి’ అనే గుర్తింపు మీకు ఉన్నట్లయితే, సాధారణమైన దుకాణా దారుడు కూడ అధిక ధరను చెబుతుంటాడు. ‘మన ప్రక్క ఊరుకు చెందిన వ్యక్తి’ వంటి భావనను కలిగించేవిధంగా మీ సంభాషణ ఉన్నట్లయితే, మీకు ఆ యా యాత్రాస్థలాలలో మంచి ఆదరణ లభిస్తుంది.

అది కూడ ప్రయాణమే!

పాస్ పోర్ట్, వీసా అన్నింటినీ తీసుకుని విమానంలో కొన్ని గంటల పాటు ప్రయాణం చేసి, సముద్రాలను దాటి వెళ్ళే ప్రయాణం అని కాదు. పయనానికి సంబంధించిన సుఖాన్ని అప్పుడు మాత్రమే అనుభవించేందుకు కుదురుతుందని కాదు. మనస్సు కలతలతో నిండి పోయినప్పుడు, ద్వితీయవాహనంపై ఊరుకు దూరంగానున్న ఆలయానికి చేరుకోవడం కూడ పయనమే. వదనంపై వీస్తోన్న గాలిని అనుభవిస్తూ కాస్తంత దూరానికి వెళ్ళుండే బస్సు ప్రయాణము, పలు విధాలైన మనుషులతో సంభాషిస్తూ వెళ్ళుండే రైలు పయనం, ఉత్సాహాన్ని అందించే ద్వితీయ వాహన పయనం, ఆత్మీయులతో కలసిపోయి నడుస్తూ వెళ్ళుండే నడక ప్రయాణం... అన్నీ మనస్సుకు తగిన ఆరోగ్యాన్ని అందిస్తుంటాయి.

ఎవరిపైనైనా విపరీతమైన కోపం తలెత్తినప్పుడు, అక్కడ నిలబడి సదరు వ్యక్తితో వాగ్వివాదం చేస్తూ, తగాదా పడకుండా, ప్రశాంతంగా అక్కడినుండి బయటపడి ఎటువైపు అయినా నడక వ్యాయామాన్ని చేయడం కూడ పయనమే. ఆ పయనం మానసిక ప్రశాంతతను అందించి, మనలోనున్న కోపావేశాలను మాయం చేస్తుంటుంది.



బడ్జెట్ విహార యాత్రకు వెళ్ళొద్దాం!



విహార యాత్రలలో ధారాళంగా ఖర్చు చేసేందుకు కుదరనివారు ఎందరో ఉన్నారు. వారికోసం కనిపెట్టబడిన వాక్యమే 'బడ్జెట్ పర్యాటకం.' మనవల్ల కుదిరే ఖర్చులతో చేస్తుండే యాత్రలు ఇవి. బడ్జెట్ విహారయాత్రకు ఉపయుక్తమైన కొన్ని చిట్కాలు ఇక్కడ :

- ❖ సీజన్ సమయంలో ఎక్కడికి వెళ్ళినప్పటికీ, ఖర్చు అధికంగానే ఉంటుంది. ఉదాహరణకు ఊటీ, కోడైకానల్ వంటి ప్రదేశాలలో ఏప్రిల్, మే, జూన్ నెలలలో హోటల్ రుసుములతోపాటు అన్ని ఖర్చులు అధికంగానే ఉంటుంటాయి. మార్చి, జూలై, ఆగస్ట్ నెలలలో ధరలు తక్కువగా ఉంటుంటాయి. సీజన్ కాని సమయములో విహారయాత్రకు వెళ్ళవచ్చు.
- ❖ విమానం, ఆమ్నీ బస్సు వంటి వాహనాలలో వారాంతములో రుసుము అధికముగా ఉంటుంది. యాత్రను వారాంతములో కాకుండా మిగతా రోజులలో చేసినట్లయితే, ఖర్చును కొంత మేరకు తగ్గించుకోవచ్చు.
- ❖ కొన్ని క్రెడిట్ కార్డులకు ప్రయాణ టిక్కెట్ బుక్కింగ్, హోటల్ బుక్కింగ్ వంటి విషయాలలో తగ్గింపులు ఉంటుంటాయి. అటు వంటి క్రెడిట్ కార్డులను ఉపయోగించవచ్చు. లేకపోతే అలాంటి తగ్గింపు కార్డులను కలిగినవారి చేత బుక్ చేయించుకుని, ఆ తదనంతరం వారికి చెల్లించాల్సిన డబ్బులను చెల్లించవచ్చు.
- ❖ నేరుగా బుక్ చేయడంకంటే, కొన్ని మొబైల్ యాప్ ల ద్వారా హోటల్ గదులను బుక్ చేసుకుంటే ఖర్చు తగ్గుతుంది. అటు వంటి మొబైల్ యాప్ లను ఉపయోగించుకోవచ్చు.
- ❖ కొన్ని హోటళ్ళలో ఉదయం అల్పాహారాన్ని ఉచితంగా అందిస్తుంటారు. అటువంటి హోటళ్ళలో బస చేసినట్లయితే, ఉదయం అల్పాహారం ఖర్చు తగ్గుతుంది.
- ❖ ప్యాకేజీ టూర్ కు వెళ్ళున్నట్లయితే, కొన్ని రోజులకు ముందుగానే రిజిస్టర్ చేసుకుంటుండేవారికి రుసుములో తగ్గింపు ఉంటుంది. సదరు అవకాశాన్ని ఉపయోగించుకోవాలి.
- ❖ ప్రయాణ సమయంలో తినేందుకు ఇంట్లో నుంచే చిరుతిళ్ళను తీసుకెళ్ళినట్లయితే, ఆ ఖర్చు తగ్గుతుంటుంది. ఆడంబరమైన హోటళ్ళలాగానే పోషక విలువలతో కూడి ఆహారాన్ని అందించే చిన్న చిన్న హోటళ్ళు యాత్రాస్థలాలలో ఉంటుంటాయి. స్థానికులను అడిగి తెలుసుకుని, ఆ హోటళ్ళలో భోజనం చేయవచ్చు.
- ❖ ఎక్కువ బరువులేని మంచినీటి సీసాలను చేతులతో తీసుకుని వెళ్ళినట్లయితే, మంచినీళ్ళకోసం పెద్దగా ఖర్చుచేయవలసిన అవసరం ఉండదు. అన్నిచోట్ల ప్రస్తుతం ఆర్.ఓ. మంచినీరు లభిస్తోంది. సీసాలలో పట్టుకుని త్రాగవచ్చు.
- ❖ యాత్రాస్థలాలలో, నగరానికి మధ్యనున్న ప్రాంతంలో పెద్ద రహదారులకు ప్రక్కనున్న విడిదిల కంటే, లోపలనున్న ప్రాంతంలో బస చేసేందుకైన రుసుము, భోజన ఖర్చు కొంచెం తక్కువగా ఉంటుంది. కాస్తంత సమయాన్ని వెచ్చించి, అటువంటి విడిదిలను వెదికిపట్టుకోవాలి.
- ❖ హోమ్ స్టే అని పిలువబడుతుండే ఇంట్లో బస చేసినట్లుగా ఉంటూ ఉండే విడిదిలలో వంటి చేసుకునే సౌకర్యం కూడ ఉంటుంది. సులభంగా వండుకునేందుకు రెడీమేడ్ పిండిపొట్లాలను తీసుకెళ్ళినట్లయితే, కల్తీలేని ఆహారాన్ని తినిన సంతృప్తి మనకు లభిస్తుంటుంది. ఎటువంటి జీర్ణక్రియ సమస్యలు ఉండవు.
- ❖ విడిగా వెళ్ళుండేవారికంటే, బృందాలుగా వెళ్ళుండేవారికి బస చేసే సౌకర్యం, ప్రయాణం మొదలైనవాటిలో తగ్గింపులు లభిస్తుంటాయి. కాబట్టి అందుమిత్రులతో కలసిపోయి విహారయాత్రలను చేసేందుకు ప్రయత్నించండి.
- ❖ యాత్ర చేయాలనుకున్నప్పుడు, మనం ప్రయాణించే దూరం, ప్రాంతం వంటి వివిధ అంశాలపై బడ్జెట్ ఆధారపడి వుంటుంది. కాబట్టి, ఈ విషయమై స్పష్టతతో డబ్బులను కూడబెట్టాలి.

గుర్తుంచుకోండి. బడ్జెట్ విహారయాత్ర అనేది సౌకర్యాలను త్యాగం చేసి, సంతోషానందాలను తగ్గించుకోవడం కాదు. శ్రద్ధగా పథక రచన చేసి, తక్కువ ఖర్చుతో సంతోషానందాలను పొందడం!



బాధ్యతతో

విహారయాత్రకు వెళ్ళిరండి!

- ◆ విహార యాత్రకు వెళ్ళినప్పుడు, స్థానిక భాషలో కొన్ని పదాలను నేర్చుకుని మాట్లాడేందుకు ప్రయత్నించండి. స్థానిక ప్రజలవలె దుస్తులను ధరించండి.
- ◆ విహార యాత్రకు ఎక్కువ వస్తువులను తీసుకోకుండా, వాటిని అక్కడక్కడ విసిరేయవద్దు. పలు యాత్రాస్థలాలలో చెత్తను సేకరించి, శుభ్రం చేయడం పెద్ద సమస్యగా ఉంటుంది.
- ◆ మంచినీళ్ళనీసా, శీతలపానీయపు నీసా, స్ట్రా, ఆహారాన్ని ప్యాక్ చేసి తీసుకొచ్చిన ప్లాస్టిక్ కవర్లు అంటూ ఏ ఒక్క ప్లాస్టిక్ వస్తువును మీరు విహార యాత్రాస్థలములో ఉపయోగించలేదంటే, మీరు పర్యావరణ పరిరక్షకులు.
- ◆ ఆహార పదార్థాలను పార్కిలో చేయించుకుని తీసుకోవద్దు. ఒకవేళ తీసుకున్నట్లయితే, తినిన తరువాత ఆ పార్కిలో డబ్బాలను చెత్తబుట్టలో వేయాలి.
- ◆ విహార యాత్రాస్థలాలలో ఏవైనా వస్తువులను కొనుక్కోవాలని అనిపిస్తే, ఇంట్లో నుంచే సంచులను తీసుకెళ్ళి, ఆ యా వస్తువులను ఆ సంచులలో పెట్టుకుని ఇంటికి తీసుకుని రావచ్చు. కాబట్టి, ప్లాస్టిక్ సంచులను కొనాల్సిన అవసరం ఉండదు.
- ◆ బస్ చేసేచోట మంచినీళ్ళను, విద్యుత్తును అవసరానికి మించి ఉపయోగించవద్దు. 'మనం డబ్బులను చెల్లిస్తున్నాం కదా?' అనుకుంటూ వాటిని వృథా చేయవద్దు. తగినంతగా ఉపయోగించినట్లయితే, ప్రకృతి వనరులను కాపాడినట్లవుతుంది.
- ◆ యాత్రాస్థలాలలో మీరు ఉపయోగించి, విసిరి వేస్తుండే మేకప్ ఐటమ్స్, ఆహార పదార్థాలు అంటూ ఏ ఒక్కటి పర్యావరణానికి చెడును చేయకూడదు.
- ◆ ఒక హోటల్లో మీరు మూడు - నాలుగు రోజులపాటు బస్ చేసినట్లయితే, ప్రతిరోజూ దుస్తులను మార్చమని చెప్పొద్దు. వాటిని ఉతికేందుకు ఎక్కువ నీరు అవసరమవుతుంటుంది. కాబట్టి మీరు అనవసరంగా ఎక్కువ నీటిని వృథా చేయించినట్లుగా అవుతుంది. ఆ దుస్తులను మూడు - నాలుగు రోజులపాటు ఉపయోగించవచ్చు. అదేమీ పొరపాటు కాదు.

- ◆ మీరు డబ్బులను ఖర్చు చేస్తోన్న యాత్రీకులు అయినప్పటికీ, స్థానిక ప్రజలతో గౌరవమర్యాదలతో ప్రవర్తించండి. అది వారి యొక్క నగరం. వారితో కలిసిపోయేందుకు ప్రయత్నించండి.
- ◆ స్థానిక ప్రజలు అమ్ముతుండే వస్తువులను కొని, ఉపయోగించండి. అది వారి యొక్క జీవనాధారానికి ఆలంబనగా ఉంటుంది. కొన్ని పర్వత ప్రాంతాలలో స్థానికులే యాత్రాగైడ్లుగా, ఇతర పనులను నిర్వహిస్తుంటారు. వారి సేవలను స్వీకరించడం మంచిది.
- ◆ కొన్ని జంతువుల మాంసంతో తయారుచేసే ఆహారాన్ని స్వీకరించవద్దు. వాటి యొక్క శారీరక భాగాలతో చేస్తుండే అలంకార పరికరాలను కొనవద్దు. ఆవిధంగా కొనకుండా వుండటం వలన, ఏదో ఒక జంతువును మనం కాపాడినట్లవుతుంది.
- ◆ వన్యప్రాణి సంరక్షణ కేంద్రాలను సందర్శిస్తున్నప్పుడు, ఆ యా జంతువులకు దూరంగా ఉండాలి. ఆ యా జంతువులు మనుషుల రాకపోకలను ఇష్టపడవు. జంతువుల వెనుక వెళ్తుండటం కూడ ప్రమాదమే. వన్యప్రాణులకు ఆహారాన్ని అందించడం తప్పు.
- ◆ వనాలలో అందరూ నడిచి వెళ్ళిన బాటలలోనే పయనించాలి. అది భద్రతతో కూడినది. అడ్డదిడ్డంగా నడుస్తూ వెళ్ళినట్లయితే, కొన్ని కొన్ని చిన్న మొక్కలు, చిన్న ప్రాణులు బాధింపుకు లోనయ్యే అవకాశం ఉంది. పొగత్రాగడమో, క్యాంప్ ఫైర్ను ఏర్పాటు చేస్తాననో, వనాలలో మంటలకు కారణకర్తలుగా ఉండకూడదు. ప్లాస్టిక్ మరియు గాజునీసాలను వనాలలో విసిరివేయరాదు.
- ◆ 'ఇక్కడ ఈ జంతువును చూశాను' అంటూ మీరు తీసుకున్న ఛాయాచిత్రాన్ని, సమాచారాన్ని, సామాజిక మాధ్యమాలలో షేర్ చేయవద్దు. అది జంతువులను వేటాడే దొంగలకు సమాచారం అందించి నట్లవుతుంది. దానికి బదులుగా ప్రకృతిపట్ల శ్రద్ధాభక్తులతో ఏ విధంగా విహారయాత్రను చేశారనే విషయాన్ని వివరించండి. పలువురికి మీరు రోల్ మోడల్ గా ఉంటుంటారు.
- ◆ విహార యాత్ర ఖచ్చితంగా మానసిక ఒత్తిడిని తగ్గించి, నూతనోత్సాహాన్ని అందిస్తుంటుంది. ప్రణాళికాబద్ధముగా విహారయాత్రను చేయడం ద్వారా ప్రయాణం సురక్షితంగా ఉంటుంది.



కుటుంబంలో, బంధుమిత్రుల మధ్య గొడవలు లేకుండా జీవించేందుకు అందరూ చెబుతుండే సలహా, “ఓర్పు వహించండి. అందరితో కలగలసిపోయేందుకు ప్రయత్నించండి!” ప్రయాణాలకు కూడ ఇది సరిపోలుతుంటుంది. ఒంటరిగా యాత్రకు వెళ్తుండే వారి సంఖ్య చాలా తక్కువ. అసలు యాత్రలు చేయాడానికి వెనుకనున్న కారణాలు : అనుభవం కోసం, సంతోషానందాలకోసమే! కుటుంబ సభ్యులు, బంధుమిత్రులతో కలగలసిపోయి యాత్రలను చేసినప్పుడే, అవి సంపూర్ణంగా లభిస్తుంటాయి. ఆవిధంగా యాత్రలకు వెళ్ళినప్పుడు కొన్ని ప్రాథమిక విషయాలను మరువరాదు :

- “ఉదయాన్నే ఎనిమిదిగంటలకు బయలుదేరుదాం” అంటూ ఒక యాత్రకోసం ప్లాన్ వేసుకుని అందరూ ఉదయం ఏడుంముప్పావు గంటలకు సిద్ధమై వాహనం దగ్గరకు చేరుకున్నప్పుడు, ఒకతను మాత్రం రాలేదు. ఫోన్ చేస్తే, “సారి అలారమ్ మ్రాగలేదు. ఇదుగో స్నానం చేసి ఇప్పుడే వచ్చేస్తాను” అని చెప్పి, తొమ్మిదిగంటలకు వస్తాడు. మిగతావాళ్ళందరికీ విసుగుతో యాత్రకు సంబంధించిన సంతోషమే మాయమైపోతుంటుంది. మీరు ఈవిధంగా ఉండొద్దు. యాత్రకు బయలుదేరేముందే సంతోషాన్ని అపహరించవద్దు.



మంచి ప్రయాణీకునిగా ఉండండి!

- కొంతమంది ఇంట్లో చేసుకునే కాఫీ రుచిని వెళ్ళేన్న ప్రతి చోట ఎదురుచూస్తుంటారు. ఆహారం విషయంలో కూడ అంతే! అలా కుదరనప్పుడు వాదనకు దిగుతుంటారు. రైల్లో కూడ ఈవిధంగానే ఎదురుచూస్తుంటారు. మిగతావాళ్ళు సర్దుకుపోతూ తింటున్నప్పుడు, “ఇది మనుషులు తినేవిధంగా ఉందా?” అంటూ అందరినీ ఇబ్బందులకు గురిచేస్తుంటారు. మన ఇంటి వంట రుచి అనేది ప్రత్యేకం. అన్ని చోట్ల ఆవిధమైన రుచిని ఎదురుచూస్తున్నప్పుడు, కిరాణాసరుకులు, ప్లవ్, వంటపాత్రలు అంటూ ఒక నడయాడే వంటగదిలో యాత్రకు వెళ్ళవలసివుంటుంది. అది కుదరనప్పుడు, ఆ సమయానికి దొరికిన ఆహారాన్ని తృప్తిగా భుజించాలి.

- ఒక ప్రయాణంలో స్నేహితుడో, బంధువో, ఒక హోటల్లో భోజనం చేద్దామని చెబుతుంటారు. లేకపోతే యాత్రాస్థలంలో మంచి వస్తువులను కొనుక్కునేందుకు ఒక అంగడిని చూపిస్తుంటారు. ఎవరో చెప్పిన సమాచారాన్ని అనుసరించి వారు చెబుతుంటారు. కొన్నిసార్లు అది తప్పు కావచ్చు. అప్పుడు “ఇంత దరిద్రమైనదానిని చూపిస్తున్నావే?” అంటూ అతడిని దూషించడం అన్యాయం.

- “రాత్రంతా రైల్లో వచ్చినందుకే 300 రూపాయల టిక్కెట్, మరి నువ్వెందుకు పావుగంటలో వెళ్ళేచోటుకు 200 రూపాయలను అడుగుతున్నావ్” అంటూ ఆటో డ్రైవర్తో తగాదా పడుతుండేవారి సంఖ్య అధికమే. రైల్లో టాయ్లెట్ శుభ్రంగా లేదని గొడవపడుతుండే వారు కొంతమంది. ఆన్లైన్లో ఛాయాచిత్రాలను చూసి బుక్ చేసు



కున్నహోటల్ గదికి వెళ్తే, అక్కడ పడక సరిగ్గా లేకపోవడంతో నిద్రే పట్టడం లేదని కొందరు ఫిర్యాదులు చేస్తుంటారు. ప్రపంచంలో వేరెక్కడా చూడలేని ఒక అద్భుతమైన జలపాతాన్ని చూసి, దాని అలలలో తడిసిపోయి పలువురు వస్తుంటారు. అప్పుడు ఒకతను, “ఏం ఊరు బాబూ ఇదీ? వేడిగా ఒక ఇడ్లీ కూడ దొరకడం లేదు. పోయి పోయి ఇక్కడకు వచ్చామే?” అంటూ విరక్తితో మాట్లాడుతుంటాడు. ఇంట్లోని సౌకర్యాలను, సొంతూరు కూరల రుచులను వేరే ఎక్కడా ఎదురుచూసేందుకు కుదరదు. ఎటువంటి ఫిర్యాదు వద్దు. ఎక్కడికి వెళ్ళినప్పటికీ ఆ ఊరుకు సంబంధించిన ప్రత్యేకతలను గమనించండి.

- ఒక ఆలయానికి వెళ్ళేందుకు అందరూ పథక రచన చేసివుంటారు. అందుకోసం ఏదైనా శాకాహార భోజనశాలలో మధ్యాహ్నం భోజనాన్ని చేద్దామని నిర్ణయించుకుని ఉంటారు. భోజనశాల ముందు వాహనాన్ని నిలుపగానే, లోపలనున్న ఒక వ్యక్తి, “నేను ఆదివారం శాకాహారాన్నే తినను. నాకు ఈ హోటల్ వద్దు. ఎక్కడైనా బిర్యానీ దొరుకుతుందేమో చెప్పండి” అని అడగటం జరుగుతుంటుంది. ఈ విధంగా బృందసభ్యులతో కలిసిపోలేకపోతుండే వారు, ఈ విధంగా బృందంతో కలిసి విహారయాత్రలను చేసేందుకు తగినవారు కాదు.

- స్నేహితులతోపాటు విహారయాత్రలకు వెళ్ళున్నప్పుడు, అందరూ తమ వంతు డబ్బులను ఒకరికి అందించగా, ఆయన అన్ని ఖర్చులను చూసుకోవడమనేది సహజంగా జరుగుతుంటుంది. బృందంలో ఒకరు మాత్రం దారిలో చూసినవారిలో కొన్నింటిని ఆ లెక్కలో తీసుకుంటుంటాడు. బజ్జీ, వేరుశనగపప్పు, రహదారి ప్రక్కనే విక్రయిస్తుండే పండ్లు అంటూ కొనిపించుకుని తింటుంటాడు. దేనిని చూసినప్పటికీ వదిలేవిధంగా ఉండడు. ఒకేరోజులో అతనికి అజీర్ణసమస్యలు ఎదురుపడుతుండటంతో, అతనితోపాటు పయనిస్తున్నవారికి ఆ పయనం నరకప్రాయంగా మారిపోతుంటుంది. ప్రయాణంలో మనం ఆరోగ్యవంతంగా ఉండటమనేది, మనతోపాటు పయనిస్తున్నవారికి మనం అందించే ఓ చిన్న సాయం! సమస్యలను సృష్టించుకుంటూ, ఇతరులను ఇబ్బంది పెట్టకూడదు.

- కారు, బస్సు, రైలు అంటూ దేనిలో పయనించినప్పటికీ ‘కిటికీ ప్రక్కన సీటు నాది’ అంటూ ఒకతను కిందమీద పడుతూ ఆ సీటును ఆక్రమించడం జరుగుతుంటుంది. కొత్త ప్రదేశాలకు వెళ్ళున్నప్పుడు అందరికీ కిటికీ ప్రక్కన కూర్చుని ప్రకృతి అందాలను చూడాలనే ఆశ ఉంటుంది. కాసేపు కిటికీ ప్రక్కన కూర్చుని, ఆ తరువాత లేచి ఆ సీటును వేరొకరికి ఇవ్వడమనేది నాగరికత!

- వేసవికాలంలో అడవిలో ఒకనీటిపంపు కుళాయిని తెరిచినట్లుగా ఒక జలపాతంలో నీరు మెల్లగా ప్రవహిస్తుంటుంది. అందులో స్నానం చేయాలని ఒకతను మంకుపట్టు పడుతుంటాడు. స్నానం చేసే స్థాయికి నీరు ఉండదని స్థానికులే చెబుతారు. అయినప్పటికీ అతను స్నానం చేయాలని పట్టుపడుతుంటాడు. ఇతరులకు ఈ విషయం నచ్చకపోయినప్పటికీ, అతనికోసం ఓర్పు వహిస్తుంటారు. అతను మాత్రం ఒంటరిగా స్నానం చేసి వచ్చేంతవరకు, మిగతావాళ్ళందరూ వాహనంలో కూర్చుని సహనంతో వేచియుంటారు. బృందాలగా చేస్తోన్న ప్రయాణాలలో అధిక సంఖ్యలకు నిర్ణయాలను అంగీకరించడమనేది మంచిది. మన ఒక్కరికోసం మిగతావారిని ఇబ్బందులకు గురిచేయకూడదు.

- అందరి లగేజీలను పెట్టేందుకు వాహనంలో తదినంతచోటు ఉండదు. “మా పిల్లలకు భలేగా నచ్చుతాయ్” అంటూ ఒకతను రెండు పనసపండ్లను కొనుక్కోవడం జరుగుతుంటుంది. మన ఊరులోకంటే 50 రూపాయలు తక్కువ ధరకు లభిస్తున్నాయని పండ్లను కొంటుంటారు. ఆ పండ్లను ఊరుకు తీసుకుని వచ్చేందుకు ప్రక్కనున్నవారిలో ఒకరిద్దరు, ప్రయాణ పర్వంతం తమ పెట్టెలను తమ ఒడులలో పెట్టుకుని రావలసి వుంటుంది. ఈ విధంగా మన కోరికలకోసం ఎదుటివారిని ఇబ్బంది పెట్టకూడదు. ●



తేటతెలుపు

భావనలు

THEATA TELUPU

తెలుగు మాసపత్రిక

సంపుటి - 9 సంచిక - 2

మే, 2026

విలువైన ప్రచురణ - లోకజ్ఞానసూచిక

గౌరవ సంపాదకులు

కె.ఆర్. నాగరాజన్

సంపాదకుడు

టి.జె. జ్ఞానవేల్

కార్యనిర్వాహక సంపాదకుడు

ఐ. అరుణ్

పుస్తక అలంకరణ - సమాచార సేకరణ

తరు మీడియా (ప్రై) లిమిటెడ్.,

నెం: 188, క్రింది అంతస్తు,

14 వ క్రాస్ వీధి జంక్షన్, డిఫెన్స్ కాలనీ,

ఈశ్వరపురం, చెన్నై - 600 032.

చరవాణి : 99529 20801

email : contacttharu@gmail.com

ఈ పుస్తకంలోని ఏ ఒక్క భాగమూ ముద్రాపకుని

వ్రాత పూర్వకమైన ముందస్తు అనుమతి

పొందకుండా మలి ముద్రణ చేయడమో,

అచ్చు మరియు అంతర్జాల ముద్రణ విధానాలలో

మలి ముద్రణ చేయడమో, కాపీరైట్ చట్టరీత్యా

నిషేధించబడినది.

Published by

K.R. NAGARAJAN

Published from

10, Sengunthapuram, Mangalam Road

TIRUPUR-641604, TAMILNADU

Phone No : 0421- 4304106

Cell No : 98422 74137



వృద్ధాప్యంలో పర్యాటకం... ఈ విషయాలను గమనించండి!

యు వప్రాయంలో కుటుంబంకోసం పరుగులు పెడుతూ శ్రమించి, పదవీ విరమణ పొందిన తరువాత వృద్ధాప్యంలోనే యాత్రలను చేసేందుకు పలువురికి కుదురుతుంటుంది. వృద్ధాప్యములో పర్యాటకం చేస్తున్నప్పుడు, ఈ క్రింది విషయాలను గమనించి, శ్రద్ధగా పట్టించుకోవాలి.

- లగేజీ పేరిట అధిక బరువును మోస్తూ పయనం చేసేందుకు కుదరదు. సాధ్యమైనంతవరకు మీ వస్తువులను తగ్గించుకునేందుకు ప్రయత్నించాలి.
- విశ్రాంత జీవితం కోసం ఎక్కువ డబ్బులు అవసరమవుతుంటాయి. కాబట్టి, ఆదంబర ఖర్చులను తగ్గించుకోవాలి. అలాగే బడ్జెట్ పర్యాటకాన్ని ఎంపిక చేసుకోవాలి. సీజన్ కాని సమయంలో ప్రయాణం చేయడం, ప్యాకేజీ టూర్స్ చేయడం వంటివి తక్కువ ఖర్చుతో అపారమైన అనుభవాలను అందిస్తుంటాయి.
- ప్యాకేజీ టూర్ ఇంకొకవిధంగా సౌకర్యవంతమైనది. మనతోపాటు పలువురు వస్తుంటారు. ఎక్కువరోజులపాటు పయనం అయినప్పుడు, ఒకరితోపాటు ఒకరు ఆత్మీయంగా కలసిపోయి సాయాలను చేస్తుంటారు. తోడుగా ఉంటూ మార్గనిర్దేశం చేస్తుంటారు. ఆహారం, బస చేయడం వంటి విషయాలకోసం ఒంటరిగా వెదకాల్సిన అవసరం ఉండదు.

- వయోవృద్ధులకు అంటూ కొన్ని తగ్గింపులు అభిస్తుంటాయి. వాటిని పద్ధతి ప్రకారం ఉపయోగించుకోవచ్చు.
- డబ్బులు, చరవాణి పరికరం, పర్సు, చేతిసంచులు అంటూ వృద్ధుల నుంచి దొంగిలించడం అధికమైపోయింది. పయనాలలో జాగ్రత్తతో ఉండాలి. తమ వస్తువులను జాగ్రత్తగా పెట్టుకోవాలి. అదనంగా తాళం వేసి, లగేజీను భద్రపరుచుకోవడం మంచిది.
- వరుసగా పయనిస్తూ యాత్రానుభవాన్ని అస్వాదించడమనేది ఈ వయస్సులో సాధ్యం కాదు. డబ్బులు ఉన్నప్పటికీ శరీరం సహకరించదు. అప్పుడప్పుడు విశ్రాంతి తీసుకునేవిధంగా యాత్రను పథక రచన చేయాలి.
- ముందస్తుగానే రైలు టిక్కెట్లను తీసుకున్నట్లయితే, లోయర్ బెర్త్ దొరుకుతుంటుంది. పైన బెర్త్ లను ఎక్కించుకున్నప్పుడల్న అవసరం ఉండదు. లగేజీను భద్రంగా పెట్టుకోవచ్చు. హోటళ్లలో కూడ సాధ్యమైనంతవరకు గ్రాండ్ ఫ్లోర్ లోనే గదిని తీసుకోవడం మంచిది. లిఫ్ట్ ఉన్నప్పటికీ, ఎప్పుడైనా లిఫ్ట్ పనిచేయకపోతే, పైకి నడిచి వెళ్ళడం సమస్యగా ఉంటుంది.
- వరుసగా మాత్రలను స్వీకరించేవారుగా ఉన్నట్లయితే, ఏమాత్రం మరచిపోకుండా ఆ యా మాత్రలను స్వీకరించాలి. ఆహారం విషయంలో కట్టుబాట్లు ఉన్నట్లయితే, యాత్రల సమయంలో కూడ వాటిని పాటించాలి. కొత్త ప్రదేశంలో అనారోగ్యానికి గురై అపస్థలు పడే అవకాశం ఉండదు.
- దుస్తులు, చెప్పులు అంటూ అన్నింటినీ శరీరానికి తగినవిధంగా ధరించాలి. తత్ఫలితంగా పయనాలలో ఎటువంటి ఇబ్బందులు ఎదురుపడవు అనేది నిజం.
- మీ యొక్క శారీరక ఆరోగ్యానికి తగినవిధంగా విహార యాత్రను నిర్ణయించుకోవాలి. కొన్ని ప్రదేశాలలో ఎక్కువ దూరం కొండపైకి ఎక్కవలసివుంటుంది. కొన్ని కొన్ని యాత్రాస్థలాలలో వాతావరణ పరిస్థితులు క్లిష్టతరంగా ఉంటుంటాయి. ఆ యా విషయాలను అవగతం చేసుకుని యాత్రను చేయాలి. వయస్సుకు తగిన విధముగా యాత్రకు సంబంధించిన పథక రచన చేయాలి.
- మీ చుట్టూ జరుగుతోన్న విషయాలను శ్రద్ధగా గమనించండి. తత్ఫలితంగా మిమ్మల్ని మోసం చేయాలనుకుంటూ మీతో తీయతీయంగా మాట్లాడుతుండే కొంతమంది నిజ స్వరూపాన్ని మీరు తెలుసుకునేందుకు కుదురుతుంది.
- యాత్ర చేస్తున్నప్పుడు, మీ కుటుంబ సభ్యులతో తరచుగా మాట్లాడుతుండాలి. ఏ ఊరులో ఉన్నారు? మీ ఆరోగ్య పరిస్థితి ఏవిధంగా ఉన్నదనే విషయం వారికి తెలియజేస్తుండాలి. ●





ఇన్ని విధాలైన పర్యాటక ప్రదేశాలు ఉన్నాయి!

‘పర్యాటకం’ అనేది ఒకే పదం అయినప్పటికీ, అందులో ఎన్నో రకాలున్నాయి. ప్రస్తుతం అంతరిక్షానికి పర్యటనకు వెళ్ళొచ్చు. తగినవిధంగా పర్యాటకాన్ని ఎంపిక చేయకపోయినట్లయితే, ఆ పయనం ఆనందాన్ని అందించదు.

- యువకులు అధికంగా ఇష్టపడుతుండేది సాహసయాత్ర. సుడిగాలుల మధ్య సముద్రంలో పడవను నడపడం, కొండ అంచునుంచి పారగ్నడింగ్ చేస్తూ ఎగరడం, లోతైన సముద్రంలో ఈడడం, సరిగ్గా లేని రహదారులపై మోటారు బైకుల రేసులను చేయడం అంటూ కొనసాగుతుండే ఇటువంటి యాత్రలకు కుటుంబసభ్యులు, వయోవృద్ధులు వెళ్ళడాన్ని వదిలేయాలి.

- నీటి ప్రవాహాన్ని చూస్తూనే భయపడుతుండేవారు, పడవ ఇళ్ళల్లో బసచేయడం, పడవసవారీ, సముద్రపు సవారీని వదిలేయాలి. నదులలో, సముద్రములో పడవ ప్రయాణం చేయడమనేది వీరికి సరిపడదు. కాబట్టి వీటికి దూరంగా ఉండటం మంచిది.

- ఆలయాలు మరియు పవిత్రస్థలాలకు వెళ్ళడమనేది తీర్థయాత్ర. సాధారణంగా కుటుంబసభ్యులు, వయోవృద్ధులు వెళ్తుండే యాత్ర ఇది. ప్రాతఃకాలాన్నే నిద్రలేవడం, ఆహారాన్ని ఒక పరిమితిలో స్వీకరించాలి. పిల్లలను కూడ యాత్రకు తీసుకెళ్తున్నట్లయితే, వారికి విసుగు కలగకుండా ఉండేవిధంగా చూసుకోవాలి.

- కొన్ని యాత్రాస్థలాలలో దివ్యాంగులకు తగిన సౌకర్యాలు ఉండవు. కొన్నిచోట్ల తగిన సౌకర్యాలు ఉంటుంటాయి. అటువంటి వసతిసౌకర్యాలున్న యాత్రాస్థలాలను గురించి తెలుసుకుని, వారితో పాటు వెళ్ళవచ్చు.

- వన్యప్రాణుల వనానికి వెళ్ళడం, ఉద్యానవనాలకు వెళ్ళడం, పక్షులను చూడటం, ట్రెక్కింగ్ చేయడం వంటివి ప్రకృతిని చూస్తూ

ఆనందించే పర్యటనలు. ఇందుకు ఎక్కువ దూరాన్ని నడువగలిగిన శారీరకబలం, వేచియుండగల ఓర్పు తప్పనిసరి. అటువంటివారే ఈ యాత్రలకు వెళ్ళవచ్చు.

- కొంతమంది అడవులలో టెంట్ వేసుకుని బస చేస్తుంటారు. కొన్ని వన్యప్రాంతాలలోనే ఇందుకు తగిన అనుమతి లభిస్తుంటుంది. ఈవిధంగా బస చేస్తూ పయనించడానికి సాహసం, ధైర్యం కావాలి. అయితే, ఇటువంటి యాత్రలకు కుటుంబసభ్యులను, పిల్లలను పిలుచుకెళ్ళడం ప్రమాదకరం.

- చారిత్రక ప్రాధాన్యత కలిగిన ప్రదేశాలు, పురాతన చిహ్నాలు, పురావస్తు పరిశోధనలు జరుపుతుండే ప్రదేశాలు వంటి ప్రదేశాలను సందర్శించడం చారిత్రక పర్యటన. చరిత్రపట్ల మరియు పారంపర్యం పట్ల ఆసక్తిగలవారికి ఈ పయనం తగినది.

- ప్రసిద్ధి చెందిన ఉద్యానవనాలకు, గ్రామాలకు వెళ్ళి, అక్కడ మొక్కల పెరుగుదలను మరియు వ్యవసాయ పద్ధతులను గురించి తెలుసుకోవడమనేది పర్యావరణ పర్యటన. పిల్లలను పిలుచుకెళ్ళి, అక్కడ పంటలను ఏవిధంగా పండిస్తున్నారో అంటూ రైతుల కృషిని అవగతం చేసినట్లయితే, వారు ప్రకృతి పట్ల అక్కరతో పెరుగుతుంటారు. ఆహారాన్ని వృధా చేయరు.

- అంటార్కిటా, సహారా ఎడారి, ఈజిప్ట్ పిరమిడ్స్ అంటూ సందర్శించడం అనుభవ పర్యాటకం. అక్కడున్న వాతావరణ పరిస్థితులకు తట్టుకోగల శక్తిగలవారే ఈ యాత్రకు వెళ్ళడం మంచిది.

- కొంతమంది మోటారుబైకుపై బహుదూర ప్రయాణాలను చేస్తుంటారు. స్నేహితులతో కలిసి వెళ్తుండే ఈ ప్రయాణాలలో అన్ని విధాలైన భద్రతా నియమాలను పాటించడం తప్పనిసరి. సాహస పయనం చేస్తూ, భద్రతను మరువరాదు.





ప్రయాణాలు అందించే మార్పు!

- వేర్వేరు ప్రాంతాలలో పాటించబడుతుండే పద్ధతులు, ప్రజల నమ్మకాలు, సాంప్రదాయాలు అంటూ అన్నింటినీ ప్రయాణాల ద్వారా తెలుసుకోవచ్చు. తద్వారా మనలో విభిన్నతను స్వీకరించే సహనశీలత, కరుణ మొదలైనవి మొలకెత్తుతుంటాయి. ఆ అనుభవం జీవితాంతం గుర్తుండి ఓ తీయనైన గుర్తుగా ఉండిపోతుంటుంది.
- ఈ ప్రపంచం ఎంతటి విచిత్రమైన జీవుల సంగమం, ఎంతటి బ్రహ్మాండమైనదనే విషయాన్ని పర్యటన ద్వారా తెలుసుకుని ఆశ్చర్యములో మునిగిపోవడం జరుగుతుంటుంది. తద్వారా మనలో పరిపక్వత, అణకువ ఏర్పడుతుంటాయి. తద్వారా మన యొక్క హద్దులు విస్తరిస్తుంటాయి.
- 'ఇదే మన హద్దు, ఇదే మనకు తగిన భద్రత' అంటూ ఒకే వలయంలో ఉంటుండేవారిని ప్రయాణాలనేవి మార్చేస్తుంటాయి. సమస్యలను పరిష్కరించగల ప్రతిభ కూడ అభివృద్ధి చెందుతుంటుంది.
- రాష్ట్రాలను, దేశాలను దాటుకుని పయనిస్తున్నప్పుడు, పలువురి సమస్యలను అవగతం చేసుకోవడం జరుగుతుంటుంది. వేర్వేరు భాషలు తెలుసుకోవచ్చు. విభిన్నమైన నేపథ్యాలను కలిగిన ప్రజలతో కలగలసిపోయేందుకు సాధ్యమవుతుంటుంది. మనస్సులో నూతనోత్సాహము ఏపనినైనా ధైర్యంతో చక్కబెట్టేవిధంగా ప్రోత్సహిస్తుంటుంది.



నా దేశం... మంచి దేశం!

ఒక విదేశీ ప్రయాణీకుడు, ఒక చిట్టడవి వంటి ప్రదేశములో కారులో వెళ్తున్నాడు. ప్రకృతి అందాలను చూస్తూ, ఆనందిస్తూ వస్తుండటంతో, కారులో పెట్రోల్ తగ్గిపోతుండటాన్ని అతను గమనించలేదు. గభాల్నా కారు ఆగినప్పుడే, అతనికి విషయం అవగతమయ్యింది. మెల్లగా చీకటి ముసురుతోన్న సాయం సంధ్యవేళ. భయంతో అతను వణికిపోయాడు. జనసంచారమే లేని ఈ అటవీ ప్రాంతంలో ఎవరిని సాయం అడిగేందుకు కుదురుతుంది? ఎవరైనా ఇటుగా వచ్చి, తనను బాదుకుంటూ, తన వస్తువులన్నింటినీ దొంగిలించుకుని వెళ్ళినప్పటికీ, రక్షించేందుకు ఏ ఒక్కరూ లేరు!

కాసేపటి తరువాత స్థానికరైతు, ట్రాక్టర్ ను నడుపుకుంటూ ఆవైపుకు వచ్చాడు. విదేశీయుడిని చూడగానే ట్రాక్టర్ ను నిలిపిన సదరు రైతు విషయమేమిటని అడిగాడు. జరిగిన విషయాన్ని వినిన ఆ రైతు, "ఇంట్లో జనరేటర్ కోసం పెట్రోల్ ను కొన్నాను. అందులో ఐదు లీటర్లు మీ కారు ట్యాంకులో పోస్తాను. మీరు ఇంకొక 20 కిలోమీటర్లు వెళ్ళినట్లయితే, పెట్రోల్ బంకు ఉంటుంది" అని చెప్పి, కారు ట్యాంకులో పెట్రోల్ ను పోశాడు. ఆ సమయంలో అతను ఎన్ని డబ్బులను అడిగినప్పటికీ, ఇచ్చేందుకు సదరు విదేశీయుడు సిద్ధంగా ఉన్నాడు. కానీ, ఐదులీటర్ల పెట్రోల్ ధరకంటే ఒక్కపైసాను కూడ అధికంగా ఆ రైతు తీసుకోలేదు. "మా దేశం గురించి మీరు ఎప్పుడు తలుచుకున్నప్పటికీ, ఈ మంచి విషయం జ్ఞాపకం వస్తే చాలు. అదే నాకు సంతోషం" అని చెప్పిన రైతు, ట్రాక్టర్ ను నడుపుకుంటూ వెళ్ళిపోయాడు. సదరు విదేశీయునికి అపరిమితమైన సంతోషం.



మోసపోవద్దు!

కొన్ని కొన్ని యాత్రాస్థలాలలో, ప్రయాణీకులను మోసగించడాన్నే వృత్తిగా పెట్టుకుని కొంతమంది తిరుగాడుతుంటారు. యాత్రీకుల యొక్క ఆసక్తే వారి యొక్క పెట్టుబడి. బస చేసేందుకు రెండువేల రూపాయలకు ఒక గది దొరికితే బాగుంటుందని వెదుకుతుండే ఒకతని దగ్గరకు వస్తుండే సదరు మోసగాళ్ళు, “వేయి రూపాయలకే ఒక మంచి హోమ్ స్టే ఉంది సార్” అంటూ వల విసురుతుంటారు. మాటల వర్షాన్ని కురిపించి, డబ్బులను కూడ వసూలు చేస్తుంటారు.

ఆ తరువాత మరొక వ్యక్తి వెనుక మనలను పంపించి, “ఈయన హోమ్ ను చూపిస్తాడు” అని చెప్పి మాయమైపోతుంటారు. ఆ హోమ్ కు వెళ్లి చూస్తే, అది ఏమంతగా సౌకర్యాలు లేని ఇల్లుగా కనిపిస్తుంది. “ఇది వద్దు” అని మనం చెప్పి, డబ్బులను తిరిగి ఇవ్వమని అడిగినట్లయితే, “డబ్బులను అతనికి ఇచ్చి, మమ్మల్ని తిరిగి ఇవ్వమని అడిగితే ఎలాగ?” అంటూ మనతోపాటు వచ్చినవారు వాదనకు దిగుతుంటారు. ఈ విధమైన మోసాలు విదేశీ వస్తువుల నుంచి అరుదైన పురాతన వస్తువుల వరకు ఈ పట్టిక కొనసాగుతుంటుంది.

పరిచయంలేని ఒకరు మనం కనిపెట్టలేనివిధంగా శ్రద్ధాభక్తులతో నటిస్తూ, మనకు ఒక వస్తువును లేక సేవను మరీ తక్కువ ధరకు అందిస్తున్నట్లయితే, తగిన జాగ్రత్తలను పాటించండి.



కాలనిర్ణయపట్టిక వద్దు!

కొంతమంది యాత్ర అంటేనే కాలనిర్ణయపట్టిక (టైమ్ టేబుల్) లాగ ఒక పట్టికను సిద్ధం చేసుకుని, బయలుదేరేందుకు సిద్ధపడు తుంటారు. ఒక యాత్రాస్థలానికి వెళ్ళినట్లయితే, అక్కడున్న స్థలాల న్నింటినీ వరుసగా చూడాలని ఆశిస్తుంటారు. ఒక్కొక్క ప్రదేశాన్ని చూడగానే, మనస్సులో ఒక ‘టికె’ను కొట్టి, ‘తరువాతి ప్రదేశానికి వెళదాం’ అంటూ హడావిడిగా బయలుదేరుతుంటారు. వారితోపాటు యాత్రకు వెళ్ళినవారికి అవస్థలు.

ఏ యాత్రాస్థలానికైతే వెళ్ళున్నారో, ఆ యాత్రాస్థలానికి సంబంధించిన ప్రత్యేకతను గురించి తెలుసుకోవడం తప్పనిసరి. అయితే, కాల నిర్ణయపట్టికను వేసుకుని, ఈ సమయంలో, ఇన్నిన్ని ప్రదేశాలను చూడాలనుకుంటూ పరుగులు పెట్టినట్లయితే, ఏ ఒక్క ప్రదేశాన్ని ప్రశాంతంగా చూస్తూ ఆనందించేందుకు కుదరదు. పర్యాటకం అనేది అనుభవమే తప్ప, లెక్కలు కాదు!

ఇంకొంతమంది, యాత్రకు వెళ్ళినప్పుడు అక్కడున్న ప్రముఖ భోజనశాలలో భోజనం చేయాలని ఆశిస్తుంటారు. జనం తోపుళ్ళ మధ్య నలిగిపోతూ అధిక ధర చెల్లించి, అక్కడ భోజనం చేసినప్పటికీ, ప్రశాంతత అనేది లభించదు. అదేవిధమైన రుచితో స్థానిక ఆహార పదార్థాలను అందించే మరొకొన్ని నాణ్యమైన భోజనశాలలు ఉంటుంటాయి. వాటికి వెదికి పట్టుకోండి, మంచి అనుభవాలను పొందండి.

పిల్లలతోపాటు ప్రయాణం చేస్తున్నప్పుడు...

- రాత్రివేళ పయనం, ప్రాతఃకాలాన్నే లేచి బయలుదేరడం వంటివి వద్దు. పిల్లల యొక్క నిద్రాసమయానికి తగినవిధంగా యాత్రకు సంబంధించిన పథక రచన చేయండి. వారి యొక్క నిద్రకు భంగం కలిగించినట్లయితే, రోజంతా విసుగుతో ఉంటుంటారు.
- ఎక్కడికి వెళ్ళాలనుకున్నప్పటికీ, ప్రయాణ టిక్కెట్లు, బస చేసే చోటు అంటూ ముందుగానే పథక రచన చేయండి.
- పిల్లల కాలక్షేపానికి తగిన ప్రదేశాలను గురించి తెలుసుకుని, అందుకు తగినవిధముగా యాత్రను గురించిన పథక రచన చేయాలి. భోజనశాలల్లో తింటున్నప్పటికీ, చిన్న చిన్న పార్కులున్న భోజనశాలలు పిల్లలకు బాగా చచ్చుతుంటాయి.
- వాహనసౌకర్యం, బస చేసే సౌకర్యం అంటూ ఎక్కడ పిల్లలకు అధికమైన సౌకర్యాలున్నాయనే విషయాన్ని వెదికి పట్టుకోండి.
- పిల్లలు ఆశపడుతుండే చిన్న చిన్న బొమ్మలనుంచి నాప్ కిన్ల వరకు అన్నింటినీ తీసుకెళ్ళాలి. వారికి సంబంధించిన వస్తువులను జాగ్రత్తగా పెట్టుకోవాలి.
- పిల్లలు కొంచెం పెద్దవాళ్ళయితే, ఒక చిన్న బ్యాగును వాళ్ళ భుజాలకు తగిలించవచ్చు. పెద్దగా బరువులేని వాళ్ళ యొక్క వస్తువులను వాళ్ళ బ్యాగులలో పెట్టుకుని తీసుకుని రావడాన్ని అలవాటు చేయండి. వారి బాధ్యతాయుతంగా ఆ బ్యాగులను మోసుకొస్తూ, యాత్రానుభవాన్ని అనుభవిస్తుంటారు.





ప్రయాణంలో ఆభరణాలు జాగ్రత్త!

ప్రయాణం చేస్తున్నప్పుడు నగలను ధరించి వెళ్ళడం, నగలను తీసుకెళ్ళడం తప్పనిసరి. యాత్రాస్థలాలలో ఆ తీయనైన జ్ఞాపకాలను ఛాయాచిత్రాలుగా తీసుకుంటున్నప్పుడు మనం జాగ్రత్తగా ఉండాలి. మనకు ఇష్టమైన నగలను ధరించినప్పుడు మన ఆకృతి అదనపు అందాన్ని పొందుతుంది. బంధుమిత్రుల ఇళ్ళల్లో జరిగే వేడుకలను వెళ్ళున్నప్పుడు, ఆ సమయంలో ధరించేందుకు తగిన నగలను తీసుకుని వెళ్ళాలి. ఇటువంటి ప్రయాణాలలో నగలను జాగ్రత్తగా చూసుకునేందుకు కొన్ని పద్ధతులను తప్పనిసరిగా ఏ మాత్రం మరువకుండా పాటించాలి.

- ❖ ప్రయాణంలో మీరు ఏ నగలను ధరించాలనుకుంటున్నారు, పర్సల్ తీసుకెళ్ళాలనుకుంటున్న నగలు ఏవి అనే విషయాన్ని ఒక కాగితంపై వ్రాసుకోవాలి. దానిని ఇంకొక జిరాక్స్ పాపీని తీసుకోండి. ఒక ప్రతిని ఇంట్లో పెట్టి, ఇంకొక ప్రతిని ప్రయాణంలో తీసుకెళ్ళండి. కాగితంపై వ్రాయడం శ్రమగా అనిపించినట్లయితే, చరవాణిలో టైప్ చేసి, సేవ్ చేసి పెట్టుకోండి.
- ❖ ప్రత్యేకించిన ఆ నగలను చరవాణిలో ఫోటోలు తీసి పెట్టుకోండి. ఎదురు చూడని విధంగా ఏదైనా దొంగతనానికి గురైతే, ఈ ఛాయాచిత్రాలే తగిన ఆధారంగా ఉంటుంటాయి.
- ❖ పర్యాటకానికి వెళ్ళుండేవారికి ప్రత్యేక భీమా సౌకర్యం ఉంది. ట్రావెల్ ఇన్సూరెన్స్ చేస్తున్నప్పుడు, చరవాణులు, కెమెరా, నగలు అంటూ పయనములో తీసుకెళ్ళండే ఖరీదైన వస్తువులన్నింటినీ ఇన్సూరెన్స్ చేయాలి. అంతేకాకుండా నగల ఇన్సూరెన్స్ కూడా ప్రత్యేకంగా చేయాలి. విహారయాత్రలకు వెళ్ళున్నవారు, ఈ విషయాలను మరువకుండా చేయాలి.
- ❖ యాత్రకు వెళ్ళున్నప్పుడు అన్ని నగలను తీసుకుని వెళ్ళొద్దు. వివాహమహోత్సవం వంటిభుభకార్యాలకు వెళ్ళున్నప్పుడు, అక్కడ ధరించాలనుకునే నగలను మాత్రం తీసుకెళ్ళండి. ఏవిధమైనదుస్తులను ధరిస్తున్నారో, ఆ యాదుస్తులకు తగినవిధంగా నగలను ధరిస్తే చాలు.
- ❖ నగలను భద్రపరుచుకునేందుకు ప్రత్యేకంగా పెట్టెలు లభిస్తున్నాయి. మెత్తటి అరలను కలిగిన ఆ పెట్టెలలో నెక్లెస్, కమ్మలు, గాజులు, గొలుసులు అంటూ ఒక్కొక్క నగను విడిగా సర్టిపెట్టుకోవచ్చు. గాజులు మెలికలు తిరగకుండా, కమ్మల కనెక్టర్లు ఊడిపోకుండా, గొలుసులు చుట్టుకోకుండా ఉంటాయి. బస్సు, రైలు, విమానం, కారు అంటూ దేనిలో పయనించినప్పటికీ విడిగా లగేజీ పెట్టుకునే పెద్ద పెట్టెలో నగలను పెట్టవద్దు. ఆ పెట్టెను మీరు ఎప్పుడూ చూసుకుంటూ ఉండేందుకు కుదరదు. నగలను చేతనంచితో పెట్టుకోవడమే మంచిది. మనం తగిన జాగ్రత్తలో ఉంటుంటాము.
- ❖ యాత్రాస్థలాలలోని హోటళ్లలో బస చేసేవిధముగా ఉన్నట్లయితే, నగలను అక్కడ భద్రంగా పెట్టుకోండి. కొన్ని పెద్ద హోటళ్ళలో నగలు వంటి విలువైన వస్తువులను పెట్టుకునేందుకు విడిగా పెట్టెలను అందిస్తుంటారు. ఆ పెట్టెలలో నగలను భద్రపరుచుకోవచ్చు. అటువంటి భద్రతా ఏర్పాట్లు లేకపోయినట్లయితే, నగలను చేతనంచితో పెట్టుకుని తీసుకెళ్ళడమే మంచిది.
- ❖ పయనంలో ఎక్కువ నగలను ధరించరాదు. ముఖ్యంగా ఒంటరిగా పయనిస్తున్నప్పుడు లేక ఏమాత్రం పరిచయం లేని కొత్త ప్రదేశాలకు వెళ్ళున్నప్పుడు, తక్కువ ఖరీదు నగలను ధరించడమే మంచిది. తత్ఫలితంగా ఎటువంటి సమస్యలు ఉండవు.
- ❖ ప్రయాణంలో మరీ ఖరీదైన నగలను ధరించకుండా వెళ్ళడం మంచిది. వాటిని ఇంట్లోనే భద్రంగా పెట్టుకోవచ్చు, లేకపోతే బ్యాంక్ లాకర్లో పెట్టి యాత్రను నుంచి తిరిగివచ్చిన తరువాత తీసుకోవచ్చు. ప్రయాణములో నడుచుకుంటూ వెళ్ళున్నప్పుడు, నగలు ధరించిన మహిళలు కుటుంబ సభ్యులందరి మధ్యనే నడుచుకుంటూ వెళుతుండాలి. ఇలా తగిన జాగ్రత్తలను పాటించటం వలన దొంగలకు అవకాశం ఇచ్చినట్లుగా ఉండదు. ●



VESTS
BRIEFS • TRUNKS

Built for
Comfort
Made for
Winners

*Inners for
Winners!*



SUKRA
SUPER FINE COTTON VESTS

ROMEX
SUPERIOR BANIANS

RISE-UP

ACOSTE
LUXURY INNERWEARS

Breeze
Eye Let Vests

WinStripe

ARCHERY
GYM VEST

COMPACT

LITTLE STARS
KIDS INNERWEARS



COTTON
DHOTIS • SHIRTS



STORE LOCATION

Available at Ramraj Showrooms And All Leading Textile Shops | Shop Online @ www.ramrajcotton.in