मैं हर यात्रा की योजना कैसे बनाता हूँ: मेरा अपना तरीका

प्रकृति यात्रा की उपयोगी योजना | सरल हिन्दी संस्करण

RANJIT'S NATURE QUEST | ranjitsnq.com



लंबे वीडियो की कहानी और चित्रों में दी गई नमूना सूचियों पर आधारित।

विषय-सूची — किसी विषय पर जाने के लिए क्लिक करें

01 मेरी यात्रा की योजना का आधार

02 सबसे पहले सूर्योदय, सूर्यास्त और मौसम देखें

03 पहले पूरा रास्ता नक़्शे पर तैयार करें

04 अपनी यात्रा की गति चुनें

05 हर दिन और हर घंटे की सरल योजना बनाएँ

06 प्रकृति के लिए थोड़ा खाली समय ज़रूर रखें

07 फ़ोन नेटवर्क और बिना इंटरनेट वाले नक़्शे

08 होटल और ठहरने की जगह समझदारी से चुनें

09 खाने की योजना से समय और पैसे बचाएँ

10 किराने के सामान की अलग सूची रखें

11 सभी यात्रियों के लिए आरामदायक गाड़ी लें

12 कपड़े कम, लेकिन सही लेकर जाएँ

13 निजी ज़रूरी सामान की सूची

14 सूटकेस और साथ ले जाने वाले उपकरण

15 हर यात्रा के लिए स्थायी सूची बनाएँ

ध्यान दें: चित्रों में दी गई मात्रा केवल नमूना है, हर यात्रा के लिए ज़रूरी नियम नहीं।

1. मेरी यात्रा की योजना का आधार

मेरे लिए अच्छी प्रकृति यात्रा का अर्थ ज़्यादा से ज़्यादा स्थान देखना नहीं है। सही समय पर सही जगह पहुँचना, वहाँ आराम से रुकना और बिना थके प्राकृतिक सुंदरता का आनंद लेना ज़्यादा ज़रूरी है।

मैं सूर्योदय, सूर्यास्त, मौसम, रास्ता, खाना, रुकने की जगह, फ़ोन नेटवर्क, गाड़ी, सामान और दिन भर की ऊर्जा का पहले से ध्यान रखता हूँ। इन सबका उद्देश्य है पहाड़ों, झीलों, जंगलों और घाटियों के बीच शांति से समय बिताना।

यह तरीका आपकी मदद के लिए है। समय-सारिणी इतनी कड़ी न रखें कि रास्ते में किसी सुंदर जगह पर रुक ही न सकें।

↑ विषय-सूची पर वापस जाएँ

2. सबसे पहले सूर्योदय, सूर्यास्त और मौसम देखें

यात्रा की तारीख़ पर सूरज कितने बजे उगेगा और डूबेगा, यह देख लें। तय करें कि सुबह कौन-सी जगह देखनी है, दोपहर में कहाँ जाना ठीक रहेगा और शाम की सुनहरी रोशनी कहाँ अच्छी मिलेगी।

मौसम के अनुसार कपड़े, रास्ते की सुरक्षा, पैदल घूमने की योजना और दूसरा विकल्प रखें। निकलने से कुछ दिन पहले मौसम फिर जाँचें।

उदाहरण के लिए, यदि सूर्योदय सुबह 7 बजे और सूर्यास्त शाम 8 बजे हो, तो पूरा दिन उसी के अनुसार बनाया जा सकता है। ये केवल समझाने के समय हैं, हर यात्रा के निश्चित समय नहीं।

↑ विषय-सूची पर वापस जाएँ

3. पहले पूरा रास्ता नक़्शे पर तैयार करें

सबसे पहले उन क्षेत्रों और सुंदर जगहों को नक़्शे पर डालें जहाँ आप जाना चाहते हैं। फिर उन्हें ऐसे क्रम में रखें कि गाड़ी बार-बार पुराने रास्ते पर वापस न जाए।

जगहों को तीन भागों में बाँटें: ज़रूर देखने वाली, समय मिलने पर देखने वाली और पूरी तरह वैकल्पिक। गाड़ी चलाने, पार्किंग, थोड़ा पैदल चलने और आराम का समय भी जोड़ें।

सिर्फ यह मत सोचिए कि कहाँ जाना है। यह भी तय कीजिए कि कब पहुँचना है, कितनी देर रुकना है और उस दिन कितना चलना-फिरना होगा।

↑ विषय-सूची पर वापस जाएँ

4. अपनी यात्रा की गति चुनें

तेज़ गति उन यात्रियों के लिए है जो एक दिन में ज़्यादा घूम सकते हैं। सामान्य गति परिवारों और अलग-अलग उम्र के लोगों के लिए ठीक है। धीमी गति उन लोगों के लिए है जो तस्वीरें लेना, शांति से बैठना और प्रकृति को महसूस करना चाहते हैं।

मुझे धीमी और शांत यात्रा पसंद है। हर दिन कुछ खाली समय रखें। कभी किसी झील के किनारे अचानक मिला एक घंटा ही पूरे दिन की सबसे सुंदर याद बन जाता है।

विस्तार से योजना बनाने का मतलब जल्दी-जल्दी घूमना नहीं है। अच्छी योजना आपको आराम से घूमने की आज़ादी देती है।

चित्र के साथ नमूना सूची



इस वीडियो का नमूना चित्र। विवरण अपनी यात्रा के अनुसार बदलें।

↑ विषय-सूची पर वापस जाएँ

5. हर दिन और हर घंटे की सरल योजना बनाएँ

रास्ता तय होने के बाद यात्रा को दिनों में बाँटें। हर दिन के लिए गाड़ी चलाने का समय, मुख्य स्थान, खाने का समय, पहले से बुक करने वाली चीज़ें और रात कहाँ रुकना है, लिखें।

कुछ जगहें ऐसी रखें जिन्हें हर हाल में देखना है। बाकी जगहों को मौसम, थकान और उपलब्ध समय के अनुसार बदला जा सकता है।

नीचे दिखाई गई बैनफ़ की चार दिन की यात्रा केवल एक नमूना है। उसमें दी गई तारीख़ें, समय, उड़ान और टिकट आपकी यात्रा के अनुसार बदलेंगे।

चित्र के साथ नमूना सूची



इस वीडियो का नमूना चित्र। विवरण अपनी यात्रा के अनुसार बदलें।

↑ विषय-सूची पर वापस जाएँ

6. प्रकृति के लिए थोड़ा खाली समय ज़रूर रखें

प्रकृति केवल जगहों की सूची नहीं है। कभी फ़ोन और कैमरा नीचे रखिए। पहाड़ों और झीलों को चुपचाप देखिए, हवा महसूस कीजिए और आसपास की शांति का आनंद लीजिए।

मेरे लिए ऐसी जगहों पर मन को शांति मिलती है और ईश्वर की बनाई इस सुंदर दुनिया से गहरा जुड़ाव महसूस होता है। इसलिए खाली समय भी मेरी योजना का बहुत ज़रूरी हिस्सा है।

यदि किसी जगह पर अधिक समय बिताने का मन हो तो अगली छोटी जगह छोड़ दीजिए। हर स्थान जल्दी-जल्दी देखने की ज़रूरत नहीं है।

↑ विषय-सूची पर वापस जाएँ

7. फ़ोन नेटवर्क और बिना इंटरनेट वाले नक़्शे

यात्रा से पहले अपने मोबाइल का विदेश में चलने वाला डेटा प्लान देख लें। समूह में हों तो कभी एक अच्छा डेटा प्लान लेकर दूसरे लोग हॉटस्पॉट से जुड़ सकते हैं, बशर्ते नेटवर्क और कंपनी की अनुमति हो।

दूर के पहाड़ी क्षेत्रों में जाने से पहले ऑफ़लाइन गूगल मैप डाउनलोड करें। होटल, किराने की दुकान, पैदल रास्तों के शुरुआती स्थान, पार्किंग और आपातकालीन संपर्क सुरक्षित रखें।

फ़ोन को मदद और सुरक्षा के लिए इस्तेमाल करें; प्रकृति के बीच हर समय उसी में उलझे न रहें।

↑ विषय-सूची पर वापस जाएँ

8. होटल और ठहरने की जगह समझदारी से चुनें

आप अपने बजट के अनुसार कैंपिंग, कैंपर वैन, कम कीमत वाला होटल, साझा आवास या आरामदायक होटल चुन सकते हैं। गाड़ी में सोना केवल वहीं चुनें जहाँ यह कानूनी और सुरक्षित हो।

सिर्फ किराया मत देखें। यह भी देखें कि होटल दिन के आख़िरी पड़ाव और अगले दिन के रास्ते से कितनी दूर है। नाश्ता, आराम और रद्द करने की शर्तें भी महत्वपूर्ण हैं।

जहाँ संभव हो, पहले बुकिंग करें, बिना शुल्क रद्द करने का विकल्प देखें और बाद में कीमत फिर जाँचें। कभी बेहतर कीमत या सही स्थान मिल जाता है।

↑ विषय-सूची पर वापस जाएँ

9. खाने की योजना से समय और पैसे बचाएँ

खाने की योजना केवल खर्च बचाने के लिए नहीं है। इससे सुंदर जगहों पर घूमने के लिए अधिक समय मिलता है और बार-बार रेस्तराँ ढूँढ़ने की परेशानी कम होती है।

पहले तय करें कि घर से क्या ले जाना है और पहुँचने के बाद क्या खरीदना है। रास्ते में किराने की दुकानें पहले से चिन्हित करें।

मेरे नमूने में होटल का नाश्ता मिले तो उसका उपयोग करें; वरना कुछ दिनों के लिए दूध और अनाज का सरल नाश्ता रखें। दिन में सैंडविच, फल, पानी और हल्का नाश्ता साथ रखें। रात में सुविधा हो तो शहर में खाएँ या अपने ठहरने की जगह पर सरल भोजन करें। किसी खाने से एलर्जी हो तो उसका विकल्प पहले तय करें।

चित्र में दी गई सूची केवल नमूना है। इसे अपने खाने के नियम, सफ़र की अवधि और खाना सुरक्षित रखने की सुविधा के अनुसार बदलें।

चित्र के साथ नमूना सूची



इस वीडियो का नमूना चित्र। विवरण अपनी यात्रा के अनुसार बदलें।

↑ विषय-सूची पर वापस जाएँ

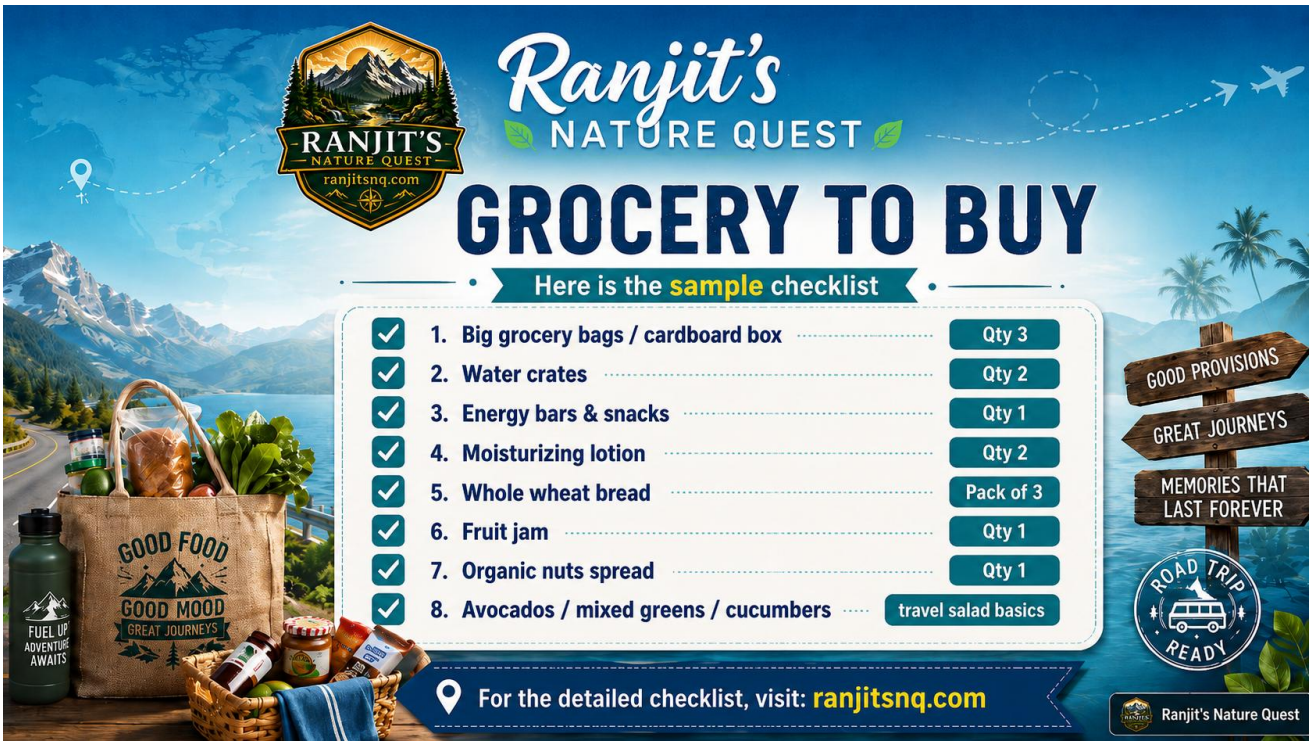
10. किराने के सामान की अलग सूची रखें

किराने की एक अलग सूची तैयार रखें ताकि घूमते समय छोटी-छोटी चीज़ों के लिए दुकानों में समय न लगे। नमूने में बड़े थैले या डिब्बे, पानी, ऊर्जा देने वाले हल्के नाश्ते, लोशन, गेहूँ की ब्रेड, जैम, मेवों का स्प्रेड और सलाद की सब्ज़ियाँ हैं।

चित्र में तीन बड़े थैले, पानी के दो क्रेट और ब्रेड के तीन पैकेट जैसी मात्राएँ केवल समझाने के लिए हैं। हर परिवार के लिए यही मात्रा सही नहीं होगी।

लोगों की संख्या, फ़्रिज की सुविधा और अगली बार दुकान मिलने तक के दिनों के अनुसार सामान तय करें।

चित्र के साथ नमूना सूची



इस वीडियो का नमूना चित्र। विवरण अपनी यात्रा के अनुसार बदलें।

↑ विषय-सूची पर वापस जाएँ

11. सभी यात्रियों के लिए आरामदायक गाड़ी लें

लंबी सड़क यात्रा में गाड़ी केवल एक जगह से दूसरी जगह जाने का साधन नहीं होती। उसी में आपका सामान, खाना, जैकेट और पैदल घूमने की चीज़ें रहती हैं।

आगे और पीछे बैठने वालों का आराम देखें। सामान रखने की पर्याप्त जगह होनी चाहिए।

जहाँ संभव हो, ऐसी बुकिंग चुनें जिसे बदला या रद्द किया जा सके। केवल सबसे सस्ता किराया देखकर फ़ैसला न करें।

↑ विषय-सूची पर वापस जाएँ

12. कपड़े कम, लेकिन सही लेकर जाएँ

मेरा नियम है: फ़ैशन से पहले आराम। पूरी बाँह की टी-शर्ट, मौसम के अनुसार परतों में कपड़े और गर्दन ढकने वाली चौड़ी टोपी उपयोगी हो सकती है।

नमूने में सात जोड़ी अंदर पहनने के कपड़े, तीन से चार जोड़ी मोज़े, तीन से चार पैंट, पाँच से सात पूरी बाँह की टी-शर्ट, ज़रूरत के अनुसार दो जैकेट और एक टोपी दिखाई गई है।

बारह दिन की यात्रा के लिए बारह दिन के पूरे कपड़े ले जाना ज़रूरी नहीं। पाँच-छह दिनों के बाद कपड़े धुलवाए जा सकते हैं। वीडियो में कुछ जगह कपड़े धोने का लगभग 12–15 डॉलर का उदाहरण है; वास्तविक खर्च अलग हो सकता है।

चित्र के साथ नमूना सूची



इस वीडियो का नमूना चित्र। विवरण अपनी यात्रा के अनुसार बदलें।

↑ विषय-सूची पर वापस जाएँ

13. निजी ज़रूरी सामान की सूची

एक ऐसी सूची बनाएँ जिसे हर यात्रा से पहले देख सकें। चित्र में बरसाती, दो पानी की बोतलें, गाड़ी और कमरे के फ़ोन चार्जर, धूप का चश्मा, कानों में लगाने वाले प्लग, दुर्गंध रोकने वाला सामान, हाथ साफ़ करने का द्रव, पट्टियाँ और पैदल चलने का बैग तथा जूते शामिल हैं।

मौसम, अपनी ज़रूरत और यात्रा के प्रकार के अनुसार सामान की मात्रा बदलें।

घर से निकलते समय, होटल बदलते समय और वापसी के समय सूची एक बार फिर देख लें।

चित्र के साथ नमूना सूची



इस वीडियो का नमूना चित्र। विवरण अपनी यात्रा के अनुसार बदलें।

↑ विषय-सूची पर वापस जाएँ

14. सूटकेस और साथ ले जाने वाले उपकरण

सामान भरने से पहले अपनी हवाई यात्रा का वजन नियम देख लें। चित्र में 23 किलो के सूटकेस का नमूना है, लेकिन हर एयरलाइन और टिकट का नियम अलग हो सकता है।

नमूने में प्राथमिक उपचार का डिब्बा, अपनी दवाएँ, धूप से बचाव की क्रीम, खाने के चम्मच, छोटा कटिंग बोर्ड, पैदल चलने की छड़ियाँ और दाल या राजमा जैसे तैयार खाने के पैकेट हैं। चाकू या धारदार सामान के लिए एयरलाइन के नियम देखें।

सूटकेस का अपना वजन भी कुल वजन में जुड़ता है। चित्र में खाली सूटकेस का लगभग दो से तीन किलो वजन दिखाया है; अपने सूटकेस को अलग से तौलें।

चित्र के साथ नमूना सूची



इस वीडियो का नमूना चित्र। विवरण अपनी यात्रा के अनुसार बदलें।

↑ विषय-सूची पर वापस जाएँ

15. हर यात्रा के लिए स्थायी सूची बनाएँ

हर नई यात्रा में शुरू से सब कुछ लिखने की ज़रूरत नहीं। यात्रा, बुकिंग, ठहरने की जगह, किराना, कपड़े, निजी सामान और सूटकेस की स्थायी सूचियाँ रखें।

नई यात्रा के लिए इनकी एक प्रति बनाएँ और मौसम, दिन, साथ जाने वाले लोगों और सामान के नियम के अनुसार बदलें। निकलने से पहले पूरी योजना एक बार फिर देख लें।

अच्छी योजना आपको सुकून से यात्रा करने में मदद करती है। गहराई से घूमें, अनुभव पर भरोसा रखें और प्रकृति को महसूस करें।

↑ विषय-सूची पर वापस जाएँ