



วารสารพุทธศิลปกรรม

JOURNAL OF BUDDHIST ARTS

06

ปีที่ 6 ฉบับที่ 2 | กรกฎาคม - ธันวาคม 2566 | Vol. 6 No. 2 | July - December 2023|

ISSN : 1905-534x (Print)
ISSN : 2697-6099 (ONLINE)

บัณฑิตศึกษา
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่

การประยุกต์หลักสัปปายะ 7 ในการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ Applying Sappaya 7 Principle in Spiritual Tourism

เกียรติศักดิ์ ไชยพัฒนะพฤษ

Keatisak Chaipatanapruk

โครงการยูแสด

USAC: University Studies Aboard Consortium

Corresponding Author, Email: chaipatanapruk@gmail.com

บทคัดย่อ

หลักสัปปายะ 7 เป็นการจัดองค์ประกอบที่สนับสนุนและส่งเสริมการปฏิบัติธรรม เกิดความก้าวหน้าและเกื้อกูลให้การปฏิบัติธรรมดำเนินไปได้ด้วยดี หลักสัปปายะมีทั้งหมด 7 ประการ คือ 1) อาวาสสัปปายะ สถานที่อยู่ สถานที่ปฏิบัติธรรมที่เหมาะสม ไม่มีสิ่งรบกวนต่อการปฏิบัติธรรม 2) โคจรสัปปายะ เส้นทางในการเดินทางมีสภาพที่ดี ง่ายต่อเดินทาง การจัดหาปัจจัยที่จำเป็น 3) ภัตตสัปปายะ การพุดคุดที่เหมาะสม 4) บุคคลสัปปายะ ได้แก่ บุคคลที่เกี่ยวข้องในกิจกรรม มีความเหมาะสม 5) โภชนสัปปายะ อาหารที่เหมาะสมกับผู้ปฏิบัติ 6) อุตสัปปายะ สภาพอากาศที่เหมาะสมกับการปฏิบัติธรรม 7) อิริยาปถสัปปายะ ได้แก่ กิจกรรม อิริยาปถที่เหมาะสมกับบุคคล หลักสัปปายะ 7 จะส่งเสริมให้เกิดความเข้าใจในธรรมชาติที่เกิดขึ้นตามจริง โดยความเหมาะสมที่เกิดจากหลักสัปปายะ 7 นั้น จะก่อให้เกิดพัฒนาการด้านจิตวิญญาณ

การประยุกต์หลักสัปปายะ 7 ประการ ในองค์ประกอบของการท่องเที่ยวทั้ง 5 ส่วน เพื่อใช้ในการจัดการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ คือ 1) สิ่งดึงดูดใจ (Attraction) 2) ความสะดวกในการเดินทาง (Accessibility) 3) สิ่งอำนวยความสะดวก (Amenities) 4) การบริการที่พัก (Accommodation) 5) กิจกรรมการท่องเที่ยว (Activities) ได้อย่างสอดคล้องกัน เพื่อช่วยเพิ่มศักยภาพของผู้ให้บริการและนักท่องเที่ยว และเพื่อการบรรลุวัตถุประสงค์ของการท่องเที่ยว นั่นคือการพัฒนาจิตวิญญาณที่สมดุลและสัมพันธ์กับการมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี โดยที่นักท่องเที่ยวจะรับรู้ตั้งแต่ความรู้สึกสบายใจจนถึงระดับเรียนรู้ และการปฏิบัติเพื่อยกระดับจิตวิญญาณ

คำสำคัญ : สัปปายะ 7, การท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ, การปฏิบัติธรรม, การจัดการท่องเที่ยว

Abstract

Sappaya 7 principle contributes and promotes the Buddhist practice, related to spiritual development progress and support the meditation. There are 7 principles of Sappaya principle: 1) Suitable abode 2) Suitable Resort 3) Suitable speech 4) Suitable person 5) Suitable food 6) Suitable climate 7) Suitable posture. The Sappaya 7 Principle promotes an understanding of suitable things; things favorable to spiritual development.

The applying of the seven principles of Sappaya in the 5 components of tourism for spiritual tourism management: 1) Attraction 2) Accessibility 3) Amenities 4) Accommodation 5) Activities, to increase the potential of service providers and tourists achieve the tourism's objectives which is spiritual development, balanced and related to good physical health and mental health where tourists will perceive from the feeling of comfort to the level of learning and practice to raise the mind and spirituality.

Keywords : Sappaya 7, Spiritual tourism, Meditation, Tourism management

บทนำ

รูปแบบการท่องเที่ยวในปัจจุบัน ได้รับการพัฒนาเพื่อรองรับกลุ่มนักท่องเที่ยวที่มีความหลากหลายและมีจุดมุ่งหมายหรือความต้องการในการท่องเที่ยวที่แตกต่างกัน อันเป็นผลสืบเนื่องจากสภาพสังคม เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อมและเทคโนโลยีที่เปลี่ยนไป องค์การการท่องเที่ยวโลกแห่งสหประชาชาติ (World Tourism Organization-UNWTO) ซึ่งเป็นหน่วยงานขององค์การสหประชาชาติที่รับผิดชอบเรื่องการส่งเสริมการท่องเที่ยว ด้วยวิถีทางที่เป็นสากลอย่างรับผิดชอบและเพื่อความยั่งยืน ได้วิเคราะห์ว่า ในช่วงทศวรรษที่ผ่านมาการท่องเที่ยวจิตวิญญาณได้เติบโตขึ้นอย่างรวดเร็วในด้านปริมาณโดยเฉพาะในกลุ่มประเทศเอเชียตะวันออก

เฉียงใต้ และกลุ่มสถานที่สักการะทางศาสนา ดังนั้น ประเทศไทยซึ่งเป็นดินแดนแห่งพระพุทธศาสนา มีทรัพยากรที่สามารถนำมาพัฒนาต่อยอดให้เกิดการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณที่ทุกคนและหน่วยงานควรให้ความสำคัญอย่างยิ่งการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณมีแนวโน้มที่ได้รับความนิยมเพิ่มขึ้นไม่เพียงแต่ในกลุ่มคนไทยเท่านั้น ยังรวมถึงนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติทั่วโลกทั้งชาวเอเชีย ยุโรป อเมริกา และออสเตรเลีย เริ่มให้ความสนใจศึกษาพระพุทธศาสนา ปฏิบัติธรรม การทำสมาธิ วิปัสสนากรรมฐาน เพื่อยกระดับจิตใจ และเดินทางท่องเที่ยวเพื่อความสุขสบายใจ วัดในประเทศไทยมีจำนวนมากกว่าสี่หมื่นแห่ง (สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ, 2566) ซึ่งวัดแต่ละแห่งนั้น มีความหลากหลายทั้งด้านขนาด พื้นที่ ทำเลที่ตั้ง ภูมิประเทศ อาคาร สิ่งปลูกสร้าง วัดบางแห่งมีการจัดสถานที่คล้ายสวน ป่า ที่ร่มรื่นเป็นธรรมชาติ วัดบางแห่งมีโบราณสถานที่มีประวัติศาสตร์ที่ยาวนาน หรือมีงานศิลปะ สถาปัตยกรรมที่สวยงามระดับโลกและเป็นผลงานที่หาชมได้ยาก อีกทั้งวัดมีการจัดกิจกรรมอบรมปฏิบัติธรรม วิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งคนวัยทำงาน นักเรียนและนักศึกษาได้ให้ความสนใจและเดินทางมาร่วมกิจกรรมเพิ่มมากขึ้น

การเดินทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ ทำให้มีการเดินทางข้ามประเทศและการเดินทางข้ามเขตจังหวัดในประเทศไทยเพื่อไปสู่วัด ศูนย์ปฏิบัติธรรมหรือสถานที่จัดกิจกรรม เพื่อจุดประสงค์ในการพัฒนาจิตวิญญาณ การท่องเที่ยวประเภทนี้สร้างรายได้กับประเทศไทยทั้งจากค่าใช้จ่ายในการค่าเดินทาง ค่าที่พัก ค่าอาหาร และมีการจัดกิจกรรมสำคัญที่ดึงดูดนักท่องเที่ยวทั้งคนไทยและคนต่างชาติ โดยเฉพาะกลุ่มที่เดินทางมาด้วยแรงศรัทธาหรือเพื่อความสุขสบายซึ่งเป็นกลุ่มที่มีขนาดใหญ่ที่สุด สำหรับกลุ่มที่มาเพื่อยกระดับจิตใจมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะคนต่างชาติ แต่สถานที่ปฏิบัติธรรมส่วนใหญ่ยังขาดความพร้อมทั้งด้านสถานที่และบุคลากร (สำนักงานปลัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2559: 2) บางครั้งนักท่องเที่ยวพบปัญหาความไม่สะดวกเนื่องจากการไม่ได้รับข้อมูลที่ถูกต้องครบถ้วน ไม่มีผู้แนะนำหรือผู้ประสานงานที่มีประสบการณ์หรือไม่มีกัลยาณมิตรที่ดี มีปัญหาการปรับตัวที่ทำได้ช้า ทำให้ขาดสปีปายะในการปฏิบัติธรรม ส่งผลให้การทำสมาธิ การพัฒนาจิตวิญญาณ ไม่สามารถดำเนินการไปได้ด้วยดี ตามจุดมุ่งหมายของกิจกรรมและการท่องเที่ยว (เกชินี เณลิติระกุล, 2540: 2)

เนื่องด้วยลักษณะทางกายภาพและศักยภาพของวัด สถานปฏิบัติธรรม รวมถึงสถานที่จัดกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณที่มีความแตกต่างกัน ซึ่งมีผลต่อการเจริญสติ

ทำสมาธิ ดังนั้น การจัดองค์ประกอบที่เหมาะสม ไม่ก่อให้เกิดอุปสรรคในการศึกษาปฏิบัติเพื่อยกระดับจิตวิญญาณตามวัตถุประสงค์ของการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ จึงเป็นสิ่งสำคัญของการท่องเที่ยวรูปแบบนี้ ในส่วนนักท่องเที่ยวที่ประสงค์จะปฏิบัติธรรมจำเป็นต้องเลือกหาสถานที่ที่สัปปายะ คือ สถานที่ที่เดินทางสะดวก เหมาะแก่การศึกษา ท่องเที่ยว มีอาหาร สภาพอากาศ แนวทาง กิจกรรมที่เหมาะสม และมีอาจารย์ ผู้สอนให้คำแนะนำที่ดี มีการพูดคุยในเรื่องที่เป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติธรรมซึ่งมีส่วนช่วยให้จิตเป็นสมาธิได้ง่าย (ศิริศักดิ์ นันต์, 2556: 2)

ผู้เขียนเห็นว่า หลักสัปปายะ 7 (สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), 2547: 220) ในพระพุทธศาสนา มีส่วนสำคัญในการส่งเสริมพัฒนาจิต สติและปัญญา ซึ่งสอดคล้องกับจุดประสงค์ของการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณในปัจจุบัน ดังนั้น การประยุกต์หลักสัปปายะ 7 เพื่อนำไปปรับใช้ให้เป็นประโยชน์ในการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ สร้างการท่องเที่ยวที่มีคุณภาพและเกิดประโยชน์สูงสุดทั้งฝ่ายผู้รับบริการ ผู้ให้บริการ รวมถึงชุมชนและประเทศชาติด้วย

หลักสัปปายะ 7 ในพระพุทธศาสนา

สิ่งแวดล้อมนั้น มีอิทธิพลอย่างมากต่อความเป็นอยู่ของบุคคล และมีผลต่อความเสื่อม ความเจริญของบุคคล ถ้าบุคคลอาศัยอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดี ก็จะก่อความเจริญก้าวหน้าในชีวิตได้มาก ในการปฏิบัติธรรมหรือการพัฒนาจิตวิญญาณก็เช่นเดียวกัน สิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการปฏิบัติธรรม เรียกว่า สัปปายะ และสิ่งแวดล้อมที่ไม่เอื้ออำนวยต่อการปฏิบัติธรรม เรียกว่า อสัปปายะ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ก็ได้กล่าวถึง สิ่งแวดล้อมที่เป็นสัปปายะและอสัปปายะ สำหรับผู้ปฏิบัติกรรมฐาน ความหมายของสัปปายะที่กล่าวไว้ในคัมภีร์นี้คือ ธรรมอันเป็นที่สบาย เกื้อกูล เหมาะแก่การปฏิบัติกรรมฐาน อันเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้จิตเป็นสมาธิได้ง่าย

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) (2551: 286-287) ได้ให้ความหมายของสิ่งที่เป็นสัปปายะ คือ สิ่งที่เหมาะสมกัน เกื้อกูล ช่วยสนับสนุน มี 7 อย่างคือ 1) อาวาสสัปปายะ ได้แก่ ที่อยู่ ที่พักอาศัย 2) โคจรสัปปายะ ได้แก่ เดินทางสะดวกในการบิณฑบาต จัดหาอาหารที่ไม่ลำบากจนเกินไป 3) ภัตตสัปปายะ คือการพูดคุยแต่เรื่องที่เบากุล พูดพอประมาณ 4) บุคคลสัปปายะ ได้แก่ คนที่เหมาะสมกับการส่งเสริมในการปฏิบัติภาวนา มีเหล่าบัณฑิตที่พอปรึกษาได้ 5) โภชนสัปปายะ ได้แก่ อาหารที่เหมาะสมกับบุคคลและมีปริมาณพอเหมาะ 6) อุ

ตุสัปปายะ คือ ดินฟ้า อากาศ ธรรมชาติ สิ่งแวดล้อมที่เหมาะสม 7) อิริยาปถสัปปายะ หมายถึง อิริยาปถที่ผู้ปฏิบัติรู้สึกว่ายเหมาะสมกับตน เกิดความสมดุลหรือช่วยส่งเสริมให้การปฏิบัติภาวนามีความก้าวหน้า

สัปปายะ มีปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา หลายเล่ม มีการใช้คำว่า สัปปายะในหลายครั้งและมีความหมายในทำนองเดียวกันคือ พิจารณาเห็นการอยู่เป็นสุขในปัจจุบันของตน (ส.นิ. (ไทย) 16/148/242) ในที่นี้หมายถึงการอยู่ป่าเป็นวัตรอันเป็นสถานที่สัปปายะแก่การประพฤติธรรม เพราะไม่มีเสียงรบกวนเหมือนอยู่ในบ้าน ดังนั้น สัปปายะจึงหมายถึง สบายในทางธรรม โดยการใช้หลักสัปปายะในการจัดการองค์ประกอบ ได้แก่ สถานที่ สิ่งแวดล้อม การเดินทาง บุคคล หลักสูตร วิธีการสอน รูปแบบของกิจกรรม อาหาร และสภาพภูมิอากาศ ที่เหมาะสมเพื่อส่งเสริมและสนับสนุนผู้ปฏิบัติธรรมในการพัฒนาจิตและปัญญา บำเพ็ญภาวนามีสมาธิตั้งมั่น และเกิดการพัฒนาด้านจิตวิญญาน

หลักสัปปายะ 7 นั้นมีปรากฏในหลักธรรมตั้งแต่ในสมัยพุทธกาล ในเรื่องการจัดการสถานที่และองค์ประกอบของวัด เพื่อให้มีลักษณะที่เกิดความสัปปายะ คือ มีความเหมาะสมแก่พระสงฆ์และฆราวาส ในการเจริญภาวนาและการกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา เมื่อเวลาผ่านไปเกิดการเปลี่ยนแปลงทางสังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อม ทำให้มีการสร้างวัดจำนวนมากขึ้นทั้งในพื้นที่เมืองและชนบท ซึ่งบางแห่งมุ่งเน้นการสร้างวัดให้ใหญ่โตสวยงาม จนกลายเป็นภาระหน้าที่ของพุทธบริษัทที่จะต้องให้การอุปถัมภ์พระพุทธศาสนาด้วยการบริจาคเพื่อสร้างศาสนสถานในรูปแบบต่าง ๆ และวัดได้กลายเป็นองค์กรหนึ่งที่มีความสำคัญในชุมชน ในฐานะเป็นศูนย์กลางในการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชน ดังนั้น วัดจึงมีความสัมพันธ์และเกี่ยวข้องกับชุมชนอย่างไม่สามารถแยกออกจากกันได้ การดูแลและจัดการองค์ประกอบของวัดให้มีความเป็นสัปปายะนั้น จะต้องคำนึงถึงความสะดวกสบายของประชาชนด้วย จึงอาจนิยามคำว่า สัปปายะ ในเชิงรูปธรรมที่เหมาะสมกับสังคมไทยปัจจุบัน คือ สัปปายะ หมายถึง ความสบาย สภาพแวดล้อมหรือปัจจัยที่เหมาะสมในการส่งเสริมให้เกิดความสบาย เพื่อนำไปสู่การเรียนรู้และพัฒนาตนเองและสังคมให้มีความเจริญก้าวหน้าทั้งในทางโลกและทางธรรม

ความสำคัญของหลักสัปปายะ 7 ในพระพุทธศาสนา

หลักสัปปายะ 7 มีความสำคัญต่อการปฏิบัติธรรมอย่างยิ่ง เพราะจะเป็นเหตุเกื้อกูลให้การปฏิบัติธรรมก้าวหน้าและส่งเสริมให้การปฏิบัติธรรมดำเนินไปด้วยดี ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1) อาวาสสัปปายะ ได้แก่ สถานที่อยู่ ที่อาศัยหรือสถานที่ปฏิบัติธรรม มีความสำคัญต่อผู้ฝึกปฏิบัติและทำสมาธิ และจะต้องคำนึงถึงให้มาก เพราะถ้าได้ที่อยู่พำนักอาศัย ในสถานที่ฝึกปฏิบัติที่ไม่เหมาะสม ไม่มีสิ่งรบกวนต่อการปฏิบัติธรรม เติบงาม เช่น มีเสียงดัง อีกทีหรือเสียงคนคุยกัน สถานที่อยู่หรือย่านชุมชนมีคนพลุกพล่านเกินไป จิตก็สงบเป็นสมาธิได้ยาก แต่ถ้าเป็นสถานที่เหมาะสม เช่น สถานที่เงียบสงบ ในป่าหรือโคนต้นไม้ใหญ่ เป็นธรรมชาติ ในที่ไม่มีคนพลุกพล่านหรือสัญจร จิตก็จะสงบเป็นสมาธิได้ง่ายกว่า และสามารถพัฒนาประสบการณ์ด้านจิตวิญญาณได้อย่างต่อเนื่อง

2) โคจรสัปปายะ คือสถานที่เที่ยวไปบิณฑบาต มีความสำคัญถ้าเที่ยวไปบิณฑบาต ในสถานที่ใด ในทิศใด จิตไม่วุ่นวาย ไม่ฟุ้งซ่าน สถานที่เที่ยวไปบิณฑบาตนั้นจัดเป็นสัปปายะ แต่ถ้าเที่ยวไปบิณฑบาตในสถานที่ใด ในทิศใด จิตวุ่นวาย ฟุ้งซ่าน ไม่อาจจะสงบได้โคจรเช่นนั้น จัดเป็นอสัปปายะคือไม่เหมาะสมไม่สบายสำหรับบรรพชิตรูปนั้น

3) ภัตตสัปปายะ คือคำพูด ถ้อยคำที่เหมาะสม ในที่นี้หมายถึงถ้อยคำที่นำมาพูด นำมาสนทนากัน มีความสำคัญเพราะว่าเรื่องที่นำมาพูด บางอย่างทำให้จิตฟุ้งซ่านได้ง่าย เช่น เรื่องการทะเลาะกัน เรื่องการเมืองการสงคราม เรื่องไร้สาระ เรื่องการทำชั่วของบุคคลต่าง ๆ เป็นต้น ท่านสอนให้งดเว้นการพูดเช่นนี้เสียเพราะไม่เป็นสัปปายะสำหรับการปฏิบัติทำสมาธิ แต่ควรพูดเรื่องที่ส่งเสริมคุณความดีเช่น พูดเกี่ยวกับเรื่องศีล เรื่องสันโดษ เรื่องการเสียสละ เรื่องทำสมาธิ เป็นต้น เพราะเรื่องเช่นนี้เป็นสัปปายะต่อการบำเพ็ญสมาธิภาวนา

4) บุคคลสัปปายะ เรื่องการเลือกบุคคลมีความสำคัญมาก ทั้งบุคคลที่อยู่ด้วยกัน หรือ บุคคลที่เข้าไปฝึกจิต หรือที่เข้าไปคบหาสมาคมด้วย หากว่าได้บุคคลที่มีคุณธรรม ประพฤติ มั่นคงในศีลมีใจมั่นคง เป็นบัณฑิต พูดและแนะนำแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ เมื่อเข้าใจหรือคบหา บุคคลเหล่านี้ใจย่อมไม่ฟุ้งซ่านและสงบได้ง่าย คนเช่นนี้จัดเป็นสัปปายะหรือบุคคลที่ทำให้รู้สึก สบายใจ ชวนให้มองตามธรรมที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง ส่วนบุคคลที่เป็นคนพาลไร้ศีลธรรม คนเช่นนี้จัดเป็นบุคคลที่ไม่เหมาะสม ควรเว้นเสีย การเลือกบุคคลจึงมีความสำคัญอีกประการหนึ่ง ในการทำให้จิตสงบหรือไม่สงบ ผู้ฝึกจิตควรรู้จักเลือกคบหาให้ถูก

5) โภชนสัปปายะ เรื่องของอาหารถือได้ว่ามีความสำคัญอีกหนึ่งประการในการฝึก จิต เพราะอาหารบางอย่างถูกกันหรือสบายสำหรับคนบางคน เช่นบางคนชอบบริโภคอาหารที่มีรสหวานทำให้ร่างกายและจิตใจสบาย แต่อาหารที่มีรสเผ็ดจัดหรือมันมากเกินไปก็ไม่

สบาย ดังนั้นเมื่อบริโภคอาหารชนิดใด จิตใจสบายร่างกายก็สบายอาหารชนิดนั้น ถือว่าเป็นสัปปายะสำหรับคนนั้น แต่อาหารชนิดใดบริโภคแล้วทำให้ป่วยจิตใจไม่สบาย อาหารชนิดนั้นเป็นอัสปายะควรเว้น อีกอย่างหนึ่งผู้ปฏิบัติกรรมฐาน หากได้อาหารที่เป็นสัปปายะแก้ตนและบริโภคแต่พอประมาณก็เป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่งที่จะทำการฝึกจิตได้ดี

6) อุตสัปปายะ เรื่องของสภาพอากาศหรือฤดูกาลนั้น มีอิทธิพลอย่างมากต่อการฝึกจิต เพราะบางคนจิตใจสบาย และสงบได้ง่ายในฤดูหนาว แต่ฤดูร้อนและฤดูฝนเป็นอัสปายะไม่ถูกกัน ร่างกายมักกระวนกระวาย จิตใจมักจะฟุ้งซ่าน แต่บางคนชอบอากาศอบอุ่นเพราะจิตสงบได้ง่าย ดังนั้นท่านให้เลือกเอาสถานที่ที่อากาศพอเหมาะกับตน เป็นที่สบายแก้ตน แต่ให้เว้นสถานที่หรือฤดูกาลอันไม่เหมาะสมกับตนในการบำเพ็ญสมาธิภาวนา

7) อิริยาปถสัปปายะ อิริยาปถ ความสำคัญกับการฝึกจิตสามารถทำได้ทั้งในอิริยาปถทั้ง 4 คือ ยืน เดิน นั่ง และนอน บางท่านเดินจงกรมจึงจะสบาย แต่บางท่านนั่ง นอน หรือยืน อย่างใดอย่างหนึ่งจึงเป็นที่สบาย (พระเทพวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตวณฺโณ), 2543: 48-55)

ดังนั้น หลักสัปปายะ 7 จึงมีความสำคัญในทางพระพุทธศาสนา เพื่อส่งเสริมผู้ปฏิบัติภาวนาได้ เรียนรู้ ฝึกฝนปฏิบัติ ในสิ่งแวดล้อมที่มีองค์ประกอบที่เหมาะสม เอื้อต่อการพัฒนาจิตวิญญาน และเกิดความก้าวหน้านำไปสู่ความหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวง โดยนำพาชีวิตมุ่งสู่จุดหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา คือ นิพพาน

การท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาน

การท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาน (Spiritual Tourism) คือ รูปแบบการท่องเที่ยวประเภทหนึ่ง ซึ่งได้รับการยอมรับและนำมาใช้เป็นแนวทางเพื่อการพัฒนาสังคมโลกอย่างยั่งยืน โดยในปี พ.ศ. 2556 องค์การการท่องเที่ยวโลกแห่งสหประชาชาติ (World Tourism Organization-UNWTO) ได้มีการจัดประชุมในหัวข้อการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญานเพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน ที่เมืองNinh Binh ประเทศเวียดนาม (UNWTO, 2013: ออนไลน์) การท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญานเป็นเรื่องใหม่ โดยเฉพาะการรับรู้ความหมายของคำว่า “การท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาน” ทั้งในต่างประเทศหรือแม้แต่ในประเทศไทย ที่มักเกิดสับสนหรือเข้าใจผิดว่าเป็นรูปแบบการท่องเที่ยวเดียวกับ “การท่องเที่ยวเชิงศาสนา”

Professor M.S. Rao ที่กล่าวไว้ว่า “Spiritual tourism is to travel to find purpose and meaning to your life. In a nutshell, it connects your body, mind,

and soul. Spiritual tourism is not connected with any specific religion.” (M.S. Rao, 2020: Online) (การท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ คือ การเดินทางเพื่อค้นหาเป้าหมายและความหมายให้กับชีวิต โดยมีความสัมพันธ์ของร่างกาย จิตใจ และจิตวิญญาณการท่องเที่ยวทางจิตวิญญาณไม่เกี่ยวข้องกับศาสนาใดโดยเฉพาะ) ส่วนในมุมมองของนักวิชาการไทยด้านสุขภาพได้นำหลักธรรม แนวคิดทางพระพุทธศาสนามาช่วยอธิบายเรื่องสุขภาวะด้านจิตวิญญาณได้แก่ ศ. นพ. ประเวศ วะสี โดยอธิบายคำว่า จิตวิญญาณ ไว้ว่า มีการใช้คำนี้โดยทั่วไปในสังคมไทยมาก่อนแล้ว หมายถึง สิ่งอะไรก็ตามที่มีคุณค่าสูงทางจิตใจ จึงนำคำนี้มาใช้เป็น สุขภาวะทางจิตวิญญาณ ต่อมาได้มีการปรับเปลี่ยนมาใช้คำว่าสุขภาวะทางปัญญา ทั้งนี้ คำว่า จิต หมายถึง ความรู้สึกนึกคิด ในทางพระพุทธศาสนา คือ เบญจขันธ์ ประกอบด้วย รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ จิตมีลักษณะสมมุติ คือ มีความรู้สึกสุขทุกข์ได้ มีความจำได้ มีความคิดปรุงแต่งได้ มีการรับรู้ทางวิญญาณได้ ส่วนคำว่า วิญญาณ ในทางพุทธศาสนา หมายถึง การรู้เวลามีผัสสะโดยมีอายตนะทั้ง 6 เป็นเครื่องรับ ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ ส่วนเรื่องการแพทย์แผนปัจจุบันนั้น ยังติดอยู่กับการใช้วิธีการรักษาทางวัตถุ ในขณะที่เรื่องสุขภาพได้ขยายออกไปอย่างกว้างขวางทั้งทางกาย จิต สังคม และปัญญา เกิดการปฏิรูประบบสุขภาพ นั่นคือการปฏิรูปโมโนทัศน์ การคิดว่าสุขภาพดีคือการไม่มีโรค เป็นการติดในโมโนทัศน์เดิม เพราะจะมีแต่หมอเท่านั้นที่เข้าใจเรื่องโรค ซึ่งไปจำกัดเรื่องสุขภาพเฉพาะเรื่องของยาหรือโรงพยาบาล แต่ถ้ามโนทัศน์ของการมีสุขภาพดีคือการไม่มีโรคนั้นไม่จริง เพราะการมีโรคก็สุขภาพดีได้ ถ้ามีดุลยภาพ เช่น เป็นเบาหวานซึ่งก็ยังเป็นโรคอยู่ แต่ถ้าทำให้ได้ดุลยภาพก็สุขภาพดีได้ มะเร็งก็เช่นกัน (ประเวศ วะสี, 2552: ออนไลน์) ดังนั้น สุขภาพดี คือ ดุลยภาพทั้งทางกาย จิต สังคม และปัญญา ซึ่งอะไรก็ตามที่ทำให้มีดุลยภาพก็เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพทั้งสิ้นไม่ว่าจะเป็นไทเก็ก ศิลปะ ดนตรี การสวนมนต์ หรือโยคะ เราเรียกว่าโอสถประยุกต์ซึ่งไม่ใช่เรื่องหมอหรือยาอีกต่อไป

ความสำคัญการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณทางสังคม

จากงานศึกษาพบว่า มีส่วนช่วยลดปัญหาทางสังคม ช่วยให้คนในสังคมเริ่มมีสภาพจิตใจที่ดีขึ้น ส่งผลให้คนมีคุณภาพชีวิตที่ดีและสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข และช่วยลดภาระเรื่องค่าใช้จ่ายในการรักษาสุขภาพจิตใจ รวมถึงเป็นรูปแบบการท่องเที่ยวทางเลือกใหม่ซึ่งจะช่วยลดการเกิดอุบัติเหตุ ปัญหาการตายหรือพิการจากอุบัติเหตุในช่วงวันหยุดเทศกาลสำคัญ เช่น สงกรานต์หรือเทศกาลปีใหม่ที่คุณคนมักเฉลิมฉลองสังสรรค์ด้วยการดื่มสุรา โดยหัน

มาท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ เช่น ในรูปแบบของการเดินทางปฏิบัติธรรมหรือฝึกสมาธิ โยคะ ใช้ธรรมชาติบำบัด เพื่อช่วยปรับสมดุลด้านสุขภาพร่างกาย พัฒนาอารมณ์และจิตวิญญาณ อีกทั้งยังเป็นการท่องเที่ยวที่ช่วยรักษาทรัพยากรธรรมชาติ ลดจำนวนขยะหรือมลพิษ ไม่ก่อให้เกิดผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม ดังนั้น การท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ จึงเป็นรูปแบบการท่องเที่ยวที่เน้นการพัฒนาและการนำรายได้สู่ประเทศชาติควบคู่กับความยั่งยืนทางด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม (สร้อยพร สุริยชัย และสุวารี นามวงศ์, 2562 : ออนไลน์) ในช่วงหลายปีที่ผ่านมา หลายประเทศจึงพยายามพัฒนาแหล่งท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณเพื่อรองรับโอกาสในอนาคต และไม่อาจมองข้ามเรื่องการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ ซึ่งเป็นเรื่องที่นักวิชาการทั่วโลกได้ให้ความสนใจและให้ความสำคัญเพิ่มมากขึ้น

นอกจากนั้น ความสำคัญของการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณและสุขภาพ หลังจากวิกฤตการณ์แพร่ระบาดโรคโควิด-19 จะเข้ามามีบทบาทด้านการท่องเที่ยวมากขึ้น เมื่อมีการเปิดประเทศให้ผู้คนสามารถเดินทางไปมาหาสู่กันได้ จะเกิดกิจกรรมทางจิตวิญญาณหรือสุขภาพรูปแบบใหม่ ๆ หรือแตกต่างไปจากเดิม รวมถึงการเสาะหาจุดหมายทางจิตวิญญาณใหม่ (Jaeyeon Choe, 2021: ออนไลน์) ทั้งในรูปของการปลีกวิเวก ที่เน้นการเว้นระยะห่างทางสังคม เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันโรคตามธรรมชาติ หรือเพื่อฟื้นฟูสุขภาพร่างกายและจิตใจให้กลับเข้าสู่สภาวะปกติ ซึ่งการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณถือได้ว่าเป็นเสาหลักของการท่องเที่ยวที่เป็นองค์รวมของทั้งร่างกาย ใจ และจิตวิญญาณ

อย่างไรก็ตาม ในช่วงแรกของสถานการณ์วิกฤตโควิด-19 ได้คลี่คลาย นักท่องเที่ยวจะเดินทางไปยังสถานที่ที่ไม่ไกลมากนักและอยู่ท่ามกลางสภาพแวดล้อมและวิถีชีวิตตามธรรมชาติ ซึ่งทำให้คาดการณ์ว่า รูปแบบการท่องเที่ยวดังกล่าว จะได้รับความนิยมมากขึ้น แต่จะมีเสริมกิจกรรมเกี่ยวกับจิตวิญญาณเพิ่มขึ้น ซึ่งนับเป็นโอกาสอันดีของธุรกิจการท่องเที่ยว เศรษฐกิจฐานรากในชนบท ที่ต้องพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืนและมีการผสมผสานระหว่างจิตวิญญาณที่มีองค์ประกอบทั้งในเรื่องของความเชื่อและความศรัทธา กิจกรรมการฟื้นฟูสุขภาพ ทั้งกายและใจที่สอดคล้องกับวัฒนธรรมและประเพณีของท้องถิ่น เช่น การทำสมาธิ การฝึกโยคะ การนวดและสปาเพื่อผ่อนคลาย และแพทย์แผนไทย เป็นต้น รวมทั้งการมีสภาพแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติ สงบ และร่มรื่น เพื่อรองรับกับความต้องการของนักท่องเที่ยวกลุ่มดังกล่าว (สำนักงานปลัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2564: 56)

การประยุกต์หลักสัปปายะ 7 ในการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ

แนวคิดในการศึกษาด้านการท่องเที่ยว คือ องค์ประกอบของการท่องเที่ยว ที่ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบหลักหรือองค์ประกอบ “5 A” ที่นำเสนอโดย Dickman, S. ที่กล่าวถึงองค์ประกอบหลักของการท่องเที่ยว (Atthawet Prougestaporn, 2018: 30) คือ 1) สิ่งดึงดูดใจ (Attraction) เช่น สิ่งดึงดูดใจเชิงธรรมชาติ (Natural Attractions) สิ่งดึงดูดใจที่มนุษย์สร้างขึ้น (Built Attractions) รวมถึงกิจกรรมที่มนุษย์จัดขึ้น ซึ่งเป็นเหตุของแรงจูงใจให้นักท่องเที่ยวเดินทางมายังแหล่งท่องเที่ยว 2) การเข้าถึง (Accessibility) สภาพการคมนาคมไปสู่แหล่งท่องเที่ยวนั้น ๆ มีความสะดวกสบาย เหมาะสมกับการเดินทางท่องเที่ยวมากน้อยเพียงใด 3) สิ่งอำนวยความสะดวก (Amenities) สิ่งบริการขั้นพื้นฐานต่าง ๆ ที่จำเป็นต่อการท่องเที่ยวและระบบสาธารณูปโภค ซึ่งมีอยู่ในแหล่งท่องเที่ยวนั้น ๆ ที่นักท่องเที่ยวสามารถใช้ได้อย่างสะดวกสบายมากน้อยเพียงใด เช่น ที่พักแรม ร้านอาหารและเครื่องดื่ม สถานบันเทิง สถานบริการอื่น ๆ ตู้เอทีเอ็ม สถานีตำรวจ โรงพยาบาล ฯลฯ 4) ที่พัก (Accommodation) สถานที่ท่องเที่ยวควรมีจำนวนที่พักที่เพียงพอ พร้อมทั้งมีความหลากหลายด้านราคา การบริการและความเหมาะสมต่อสถานที่ และที่พักควรอยู่ไม่ไกลจากแหล่งท่องเที่ยวมากนัก ทำให้นักท่องเที่ยวสามารถเดินทางมายังแหล่งท่องเที่ยวได้ง่ายและมีความปลอดภัย 5) กิจกรรม (Activities) สถานที่ท่องเที่ยวควรจัดให้มีกิจกรรมต่าง ๆ ที่นักท่องเที่ยวสามารถทำในช่วงเวลาที่ท่องเที่ยว ณ สถานที่นั้น เพื่อเพิ่มความน่าสนใจของการท่องเที่ยวและช่วงเวลาดำรงตัวของนักท่องเที่ยว กิจกรรมต่าง ๆ ควรมีความหลากหลายและตรงกับความต้องการของนักท่องเที่ยวด้วย

การท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณมีจุดประสงค์เพื่อการพัฒนาจิตให้เกิดความสมดุล โดยสัมพันธ์กับการมีสุขภาพที่ดี นักท่องเที่ยวจะสัมผัสถึงความสบายใจและเรียนรู้สู่การปฏิบัติเพื่อยกระดับจิตใจ ซึ่งการนำหลักสัปปายะ 7 ที่มีกล่าวไว้ในพระพุทธานุญาตว่า สิ่งที่เหมาะสมแก่กุล ช่วยสนับสนุน เกิดความสมดุลหรือช่วยส่งเสริมให้การปฏิบัติภาวนามีความก้าวหน้าสามารถนำมาใช้ร่วมแบบผสมผสานกับแนวคิดองค์ประกอบของการท่องเที่ยว “5 A” ได้อย่างน่าสนใจ โดยนำมาประยุกต์ใน 5 องค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ ดังนี้

1) สิ่งดึงดูดใจ (Attraction)

สิ่งดึงดูดใจจัดเป็นองค์ประกอบที่มีความสำคัญอย่างยิ่งเพราะเป็นสิ่งจูงใจให้นัก

ท่องเที่ยวเดินทางมาท่องเที่ยว ณ สถานที่นั้น (อรชร มณีสงฆ์ และพัชรา ตันติประภา, 2561: 63) หลักสัปปายะที่นำมาใช้เพื่อส่งเสริมสิ่งที่ดึงดูดใจในการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ ได้แก่

อาวาสสัปปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านสิ่งที่ดึงดูดใจ: สถานที่ อาคาร ทำเลที่ตั้ง อาณาบริเวณ ภูมิประเทศและสิ่งแวดล้อม คือหนึ่งในแรงจูงใจที่ทำให้นักท่องเที่ยวเดินทางมายังแหล่งท่องเที่ยว ซึ่งมีทั้งสิ่งดึงดูดใจเชิงธรรมชาติ (Natural Attractions) ได้แก่ บริเวณสถานที่นั้น ๆ มีความเป็นธรรมชาติ สงบ ร่มรื่น อาจอยู่ใกล้ภูเขา มีถ้ำ มีลำธาร เป็นต้น สิ่งดึงดูดใจที่มนุษย์สร้างขึ้น (Built Attractions) ในพระพุทธศาสนา ได้แก่ โบสถ์ วิหาร เจดีย์ พระพุทธรูป ฯลฯ เพื่อนำคนมาจิตใจให้เกิดศรัทธาและนำไปสู่การปฏิบัติรักษาศีลเพื่อให้เกิดสมาธิและปัญญา โดยสถานที่ที่เหมาะสมสำหรับการฝึกสมาธิภาวนานั้น ควรจะเป็นสถานที่ที่มีลักษณะ ดังต่อไปนี้ (1) อยู่ไม่ใกล้หรือไม่ใกล้เกินไปนัก (2) เดินทางไปมาสะดวก (3) กลางวันไม่พลุกพล่าน (4) กลางคืนไม่มีเสียงอึกทึก (5) ปราศจากสัมผัสแห่งเลื้อย ยุง ลม แดดและสัตว์เลื้อยคลานต่าง ๆ (พิสิฐ เจริญสุข, 2542 : 89-91)

อิริยาปสัปปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านสิ่งที่ดึงดูดใจ: สิ่งดึงดูดใจนั้นรวมถึงกิจกรรมที่มนุษย์จัดขึ้นด้วย อันได้แก่ การจัดกิจกรรมส่งเสริมการพัฒนาสติและปัญญา วิปัสสนากรรมฐาน ไปจนถึงการทำบุญ ไหว้พระ ซึ่งจัดเป็นสิ่งที่ดึงดูดเชิงชุมชนสัมพันธ์ (Social Attraction) หรือประเพณีแห่งเทียนพรรษา ประเพณีตักบาตรเทโว ก็จัดเป็นสิ่งที่ดึงดูดทางวัฒนธรรม (Cultural Attraction)

ภัสสสัปปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านสิ่งที่ดึงดูดใจ: หลักสูตรหรือหลักการสอนน่าเชื่อถือและเป็นที่ยอมรับ สามารถใช้เป็นสิ่งที่ดึงดูดให้นักท่องเที่ยวเดินทางมา มีการใช้ภาษาที่เหมาะสมโดยนักท่องเที่ยวสามารถเข้าใจได้ง่าย ชัดเจนไม่เกิดความสับสน ภายในวัดหรือสถานปฏิบัติธรรมบางแห่งจะลดการพูดคุยโดยไม่จำเป็น หรือปิดวาจาเพื่อให้นักท่องเที่ยวเกิดสมาธิ ลดความฟุ้งซ่าน

บุคคลสัปปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านสิ่งที่ดึงดูดใจ: บุคคลสามารถเป็นสิ่งที่ดึงดูดให้นักท่องเที่ยวเดินทางมาท่องเที่ยวได้ ดังเช่นพระสงฆ์ที่ได้รับการนับถือ มีประวัติที่น่าสนใจ ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ หรือมีวิธีการสอนธรรมะได้น่าสนใจ ก็จะมีนักท่องเที่ยวเดินทางไปสถานที่นั้นอยู่เสมอ หรือสถานที่นั้นมีบุคคลที่มีลักษณะเป็นสัปปายะ คือ บุคคลที่อยู่ด้วยแล้วเข้ากันได้ มีการประพฤติในทางเดียวกัน ไม่เป็นศัตรูกัน มีแต่จะคอยส่งเสริม

กันก้าวหน้าในทางปฏิบัติ เสมือนเป็นกัลยาณมิตรกัน เพราะการมีกัลยาณมิตรที่ดีนั้นเป็นการสำคัญมากในทางพระพุทธศาสนา

โภชนสัปปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านสิ่งที่ดึงดูดใจ: อาหารกับนักท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ ตัวอย่างเช่น การให้บริการอาหารเจของวัดในนิยามหายาน หรืออาหารมังสวิริติของสถานปฏิบัติธรรม รวมถึงอาหารไทย ขนมหอยที่ทำในช่วงเทศกาลสำคัญทางพระพุทธศาสนา เช่น ข้าวต้มลูกโยนช่วงออกพรรษา ขนมหอยในงานสารทเดือนสิบ เป็นต้น ก็สามารถนำมาใช้เป็นที่ดึงดูดใจนักท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ เพื่อให้เกิดความสนใจและสนใจให้เดินทางมาท่องเที่ยวได้

2) การเข้าถึง (Accessibility)

การเข้าถึง อันหมายถึงเส้นทางคมนาคม ความสะดวกในการเดินทางและข้อมูลในการเดินทาง สภาพการคมนาคมไปสู่แหล่งท่องเที่ยว นั้น ๆ มีความสะดวกสบาย เหมาะสมกับการเดินทางท่องเที่ยวมากน้อยเพียงใดโดยสามารถพิจารณาได้จากระยะทางจากจุดศูนย์กลางการท่องเที่ยวมาสู่แหล่งท่องเที่ยว เช่น ระยะทางจากตัวเมือง

โคจรสัปปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านการเข้าถึง: โคจรสัปปายะนั้นหมายถึงการเดินทางเหมาะสม ไปมาสะดวก ถนนหนทางเรียบร้อย ไม่ซับซ้อนวกไปวกมา (โครงการวัดบันดาลใจ สถาบันอาศรมศิลป์, 2564: ออนไลน์) อันจะช่วยลดอุปสรรคในการท่องเที่ยว ช่วยให้นักท่องเที่ยวไม่เกิดความเครียด หงุดหงิด ส่งผลให้การพัฒนาด้านจิตวิญญาณเกิดขึ้นได้อย่างรวดเร็วและมั่นคง

อาวาสสัปปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านการเข้าถึง: ถนนและทางเดินภายในสถานที่ท่องเที่ยวมีสภาพที่ดี วัสดุที่เหมาะสมกับพื้นที่และการใช้งาน มีการบำรุงดูแลสม่ำเสมอ สะอาด ปลอดภัยกับคนทุกวัย หากจุดประสงค์ของกิจกรรมการท่องเที่ยวเน้นด้านพัฒนาจิตภาวนา ควรเลือกสถานที่จัดกิจกรรมที่ไม่อยู่ติดกับสถานีรถไฟ สถานีขนส่ง ท่ารถโดยสาร ท่าเรือที่มีคนพลุกพล่าน เพราะอาจจะมีผู้โดยสารเข้ามาร่วมใช้สาธารณูปโภค ขอดที่พัก อาหาร น้ำดื่ม พวกนี้เบียดเบียนทำความไม่ผาสุก (สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร, 2547: 209)

ภัสสัปปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านการเข้าถึง: ข้อมูลของการเดินทางต้องมีความถูกต้องและชัดเจน มีการใช้ภาษาที่เหมาะสม และมีภาษาทาง

เลือกเพื่อเข้าถึงกลุ่มนักท่องเที่ยวที่หลากหลายมากขึ้น ในยุคของการสื่อสารดิจิทัล แหล่งท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณควรมีการตรวจสอบข้อมูลของสถานที่นั้น ๆ ในช่องทางดิจิทัล ในสื่อสังคมออนไลน์ ให้ถูกต้องตรงกับความเป็นจริง เพื่อให้นักท่องเที่ยวจะได้ใช้เดินทางได้อย่างมีประสิทธิภาพ อีกทั้งมีการจัดป้ายการจราจร การติดตั้งป้ายชื่อแหล่งท่องเที่ยว ชื่อวัด แผนที่อย่างชัดเจน

3) สิ่งอำนวยความสะดวก (Amenities)

สิ่งบริการขั้นพื้นฐานต่าง ๆ ที่จำเป็นต่อการท่องเที่ยวและระบบสาธารณูปโภคซึ่งมีอยู่ในแหล่งท่องเที่ยวนั้น ๆ ที่นักท่องเที่ยวสามารถจะใช้ได้อย่างสะดวกสบาย

อาวาสสัปปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านสิ่งอำนวยความสะดวก: นอกจากหน่วยงานผู้ดูแลและจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณควรจัดสิ่งอำนวยความสะดวกขั้นพื้นฐานที่จำเป็นแก่นักท่องเที่ยวแล้ว การมีสิ่งอำนวยความสะดวกในจำนวนที่เพียงพอ แต่ก็ไม่หามาเกินไป จะสร้างความประทับใจแก่นักท่องเที่ยวและลดความฟุ่มเฟือย ลดปริมาณขยะ และไม่ก่อให้เกิดมลภาวะ ช่วยรักษาสีเขียวแวดล้อม อีกทั้งยังประหยัดค่าใช้จ่ายบุคลากร ค่าบำรุงรักษา ส่วนที่พิกนวกการท่องเที่ยวที่เน้นการฝึกปฏิบัติภาวนา จะไม่เน้นสิ่งอำนวยความสะดวกมากเกินไปแต่ก็ไม่ควรอยู่อย่างลำบากจนเกินไป ทำให้เกิดเรียนรู้การอยู่แบบทางสายกลางและใช้เวลาในการศึกษาปฏิบัติตามธรรมชาติด และเป็นผู้จริง

โคจรสัปปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านสิ่งอำนวยความสะดวก: สถานที่แต่ละแห่งควรตั้งอยู่ไม่ไกล ไม่ไกลมากนัก มีทางไปทางมาสะดวกสบาย มีอุปกรณ์ช่วยเหลือสำหรับผู้มีข้อจำกัดด้านการเคลื่อนไหว เช่น ทางลาดสำหรับรถเข็น รววจับหรือ ลิฟท์โดยสาร เป็นต้น มีระบบรักษาความปลอดภัย มีป้ายบอกเส้นทาง แผนที่ที่ชัดเจน

ภัสสสัปปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านสิ่งอำนวยความสะดวก: เรื่องการสื่อสารนั้นการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านสิ่งอำนวยความสะดวก แบ่งเป็น 2 กรณี คือ (ก) การสื่อสาร แนะนำข้อมูลแก่นักท่องเที่ยวอย่างมีประสิทธิภาพ ในช่องทางที่หลากหลายและเข้าถึงง่ายกับทุกกลุ่ม เช่น เอกสาร แผ่นพับ ป้ายแสดง สื่อวีดิทัศน์ ไปจนถึงสื่อสังคมออนไลน์ และแอปพลิเคชัน เพื่ออำนวยความสะดวกให้นักท่องเที่ยวได้รับข้อมูลที่ถูกต้องและไม่สับสน โดยไม่ต้องรอพบกับเจ้าหน้าที่ (ข) จัดหรือลดการสื่อสารในระหว่างการฝึกปฏิบัติธรรม เป็นรูปแบบที่นักท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณเข้าใจและรับทราบมาก่อนที่จะเดิน

ทางมาท่องเที่ยว อย่างไรก็ตาม แหล่งท่องเที่ยวสามารถอำนวยความสะดวกจัดเตรียมป้ายดใช้เสียงหรือป้ายปิดวาจา และมีตู้นิรภัยสำหรับเก็บเครื่องมือสื่อสารในกรณีที่ไม่ต้องการให้นักท่องเที่ยวใช้เครื่องมือสื่อสารระหว่างเข้าร่วมกิจกรรม

บุคคลสัปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านสิ่งอำนวยความสะดวก: บุคคลสัปายะ หมายถึง บุคคลที่อยู่ด้วยแล้วเข้ากันได้ มีการประพฤติในทางเดียวกัน คอยส่งเสริมกันก้าวหน้าในทางปฏิบัติ ซึ่งก็หมายถึงทุกคนที่เกี่ยวข้องกับตนเอง รวมทั้งผู้ที่เป็นครูอาจารย์ด้วย (พร รัตนสุวรรณ, 2514: 4-7) โดยผู้ให้บริการการท่องเที่ยวควรจัดหาบุคลากรที่มีสามารถให้ข้อมูลหรือแนะนำไปยังแหล่งข้อมูล แหล่งความรู้ที่ถูกต้องได้ ที่สำคัญคือควรมีประสบการณ์ด้านการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ และมีความที่เป็นมิตร

โภชนสัปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านสิ่งอำนวยความสะดวก: เรื่องของอาหารถือได้ว่ามีความสำคัญอีกหนึ่งประการในการฝึกจิต เพราะอาหารบางอย่างถูกกันหรือเหมาะสำหรับคนบางคน เช่นบางคนชอบบริโภคอาหารที่มีรสหวานทำให้ร่างกายและจิตใจสบาย แต่อาหารที่มีรสเผ็ดจัดหรือมันมากไม่ถูกกัน ทำให้ไม่สบาย ดังนั้นเมื่อบริโภคอาหารชนิดใด จิตใจสบายร่างกายก็สบายอาหารชนิดนั้น ถือว่าเป็นสัปายะสำหรับคนนั้น (พระเทพวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตวณฺโณ), 2543: 48-55) และหากได้อาหารที่เป็นสัปายะแก่ตนและบริโภคแต่พอประมาณก็เป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่งที่จะทำการฝึกจิตได้ผลดี ดังนั้น สถานที่ให้บริการการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณควรมีการจัดบริการอาหารที่สะอาด ถูกสุขลักษณะ เหมาะสมกับกิจกรรม และมีความเข้าใจในข้อจำกัดและความหลากหลายของนักท่องเที่ยว โดยสามารถอำนวยความสะดวกด้วยการจัดร้านอาหารทางเลือก หรือการให้คำปรึกษากับผู้ที่มีข้อจำกัดด้านอาหารหรือมีอาการแพ้ เพื่อไม่กระทบต่อการร่วมกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ

อุตสัปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านสิ่งอำนวยความสะดวก: สภาพอากาศนั้น มีอิทธิพลอย่างมากต่อการฝึกจิต ให้เลือกสถานที่ที่อากาศพอเหมาะกับตน เป็นที่สบายแก่ตน แต่ให้เว้นสถานที่หรือฤดูกาลอันไม่เหมาะกับตนในการบำเพ็ญสมาธิภาวนา เพราะบางคนจิตใจสบายและสงบได้ง่ายในฤดูหนาว แต่ฤดูร้อนและฤดูฝนเป็นอสัปายะไม่ถูกกัน ร่างกายมักกระวนกระวาย จิตใจมักจะฟุ้งซ่าน แต่บางคนชอบอากาศอบอุ่นเพราะจิตสงบได้ง่าย เนื่องจากประเทศไทยมีภูมิอากาศแบบร้อนชื้น โดยเฉพาะช่วงกลางวันจะมี

อากาศที่ร้อนมาก ดังนั้นในปัจจุบันสถานที่ท่องเที่ยวจึงได้มีการจัดเตรียมพัดลม เครื่องปรับอากาศ เพื่อปรับอุณหภูมิที่เหมาะสมกับนักท่องเที่ยวที่มาร่วมกิจกรรมได้ตลอดปี โดยเฉพาะช่วงเวลากลางวัน

อิริยาบถสี่ปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านสิ่งอำนวยความสะดวก: เนื่องจากอิริยาบถในกิจกรรมของการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณมีความสำคัญต่อการฝึกจิต สามารถทำได้ทั้งในอิริยาบถทั้ง 4 คือ ยืน เดิน นั่ง และนอน (พระเทพวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตวณโณ), 2543: 48-55) ดังนั้นการสนับสนุนและจัดเตรียมสิ่งอำนวยความสะดวกจึงเป็นสิ่งสำคัญ บนพื้นฐานที่เรียบง่าย เช่น ทางเดินจรมกรรม ควรมีลักษณะที่ก่อให้เกิดอุปสรรคในการเดินหรือก่อให้เกิดอันตราย มีแสงสว่างเพียงพอ เป็นต้น อาจจัดเตรียมอุปกรณ์ช่วยยึด ผ่อนคลายกล้ามเนื้อ หรือเบาะที่นั่งสำหรับการนั่งสมาธิ หรือเก้าอี้สำหรับผู้ที่ไม่สามารถนั่งบนพื้นได้ ผู้สอนสามารถเพิ่มกิจกรรมการผ่อนคลายร่างกาย เช่น การออกกำลังกายบริหารแบบเบา ๆ ไปจนถึงโยคะ ก่อนและหลังกิจกรรมการปฏิบัติ

4) การบริการที่พัก (Accommodation)

สถานที่พักแรมเพื่อรองรับนักท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณที่ต้องการค้างคืน เช่น โรงแรม รีสอร์ท รวมถึงห้องพักภายในวัดหรือสถานปฏิบัติธรรม แม้ว่าจะมีสิ่งอำนวยความสะดวกในระดับต่าง ๆ กัน แต่สิ่งที่ควรคำนึงถึงคือ สถานที่ท่องเที่ยวควรมีจำนวนที่พักที่เพียงพอ พร้อมทั้งมีความหลากหลายด้านราคา การบริการ มีความเหมาะสมต่อสถานที่

อาวาสสี่ปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านการบริการที่พัก: สถานที่ท่องเที่ยวควรมีจำนวนที่พักที่เพียงพอ ที่พักควรอยู่ไม่ไกลจากแหล่งท่องเที่ยว สถานที่จัดกิจกรรมมากนัก นักท่องเที่ยวสามารถเดินทางมายังแหล่งท่องเที่ยวได้ง่ายและมีความปลอดภัยตามแนวทางการจัดที่พักเพื่อนักท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณที่เหมาะสม

โคจรสี่ปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านการบริการที่พัก: ในความหมายของอาวาสสี่ปายะหรือที่อยู่สบายคือที่อยู่เหมาะสมนั้น ได้แก่วัดหรืออาวาสที่ไม่ห่างไกลจากหมู่บ้านเกินไป หรือไม่ไกลจนเกินไป ที่ว่าไม่ไกลนั้นคือสามารถเดินทางได้สะดวก ที่ว่าไม่ไกลจนเกินไปนั้นคือไม่ไกลหมู่บ้านจนเกินไป ไม่ถูกเสียงรบกวนจนวุ่นวายที่จะเป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติธรรม เสนาสนะหรืออาวาสที่สบายจึงมีความจำเป็นสำหรับนักปฏิบัติประการหนึ่ง (ศิริศักดิ์ นันต์, 2556: 27) ดังนั้นการเลือกที่ตั้งของที่พักและสถานที่จัดกิจกรรม

การท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ ก็ส่งผลต่อนักท่องเที่ยวในการเข้าร่วมกิจกรรม และช่วยสนับสนุนกิจกรรมนั้น ๆ ให้สำเร็จ

อุปสรรคภายในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านการบริการที่พัก: ที่อยู่อาศัยคือไม่ร้อนจนเกินไป ไม่หนาวจนเกินไป ไม่หนาวจนเกินไป ไม่สกปรกรกรุงรัง ไม่มีมลภาวะ มีอากาศปลอดโปร่ง ทำให้เกิดความรู้สึกสบาย แต่ถ้าอยู่ในที่ที่มีมลพิษ มลภาวะ มีกลิ่นเหม็น มีเสียงรบกวน หรือหนาวเกินไป ร้อนเกินไป สุขภาพกายและใจจะไม่ดี พระพุทธเจ้าทรงสอนให้รู้จักตนให้เป็นสัปปายะโดยหาที่อยู่ที่สบายและเหมาะสมแก่ตน จัดสถานที่ที่ทำให้รู้สึกสบาย การจัดการสภาพแวดล้อม อุณหภูมิที่เหมาะสมจึงเป็นเรื่องที่ควรให้ความสนใจดูแลในการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ

กัศสัปปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านการบริการที่พัก: ภาษาและสัญลักษณ์เพื่อการสื่อสารในที่พักรับการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ ควรมีความเป็นสากล มีรูปแบบที่กระชับ เข้าใจง่ายและชัดเจน เนื่องจากการกิจกรรมด้านการพัฒนาจิตวิญญาณส่วนใหญ่จะงดการพูดคุยที่ไม่จำเป็น และมีกระดานประกาศสำหรับการสื่อสารในกลุ่มและแจ้งข่าวเกี่ยวกับกิจกรรม

บุคคลสัปปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านการบริการที่พัก: ผู้บริการที่พักรับการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ จำเป็นต้องศึกษาและเตรียมผู้ประสานงานเพื่อกลุ่มนักท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณที่มีลักษณะแตกต่างจากกลุ่มนักท่องเที่ยวทั่วไป อาจมีความจำเป็นต้องแบ่งพื้นที่สำหรับนักท่องเที่ยวชายและหญิง อาจมีการเตรียมเจ้าหน้าที่จัดกิจกรรมในเวลาเช้าตรู่ หรือต้องการความสงบเงียบตลอดทั้งวัน โดยไม่เน้นกิจกรรมด้านบันเทิง เป็นต้น

5) กิจกรรมการท่องเที่ยว (Activities)

กิจกรรมการท่องเที่ยว เป็นองค์ประกอบที่สำคัญในปัจจุบันเพราะการท่องเที่ยวไม่ได้หมายถึงแค่การเดินทางไปชมวัด โบราณสถาน หรือความงดงามของธรรมชาติเพียงเท่านั้น แต่เป็นการที่นักท่องเที่ยวได้มีโอกาสทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้แก่ การปฏิบัติธรรม ทำสมาธิ รวมถึงการร่วมกิจกรรมกับชุมชน เช่น การร่วมพิธีบายศรีสู่ขวัญ การร่วมงานบุญในประเพณีทางศาสนา เป็นต้น ซึ่งกิจกรรมต่าง ๆ จะเป็นประสบการณ์ที่อยู่ในความทรงจำของนักท่องเที่ยว และกิจกรรมเหล่านี้ สร้างการกระจายรายได้ด้วย ดังนั้นลักษณะกิจกรรมของกลุ่มนักท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณจึงควรมีความหลากหลายและตรงกับความต้องการของนักท่องเที่ยว (ตันติ

กร โคตรชาลี, 2555 :22-25) โดยเริ่มตั้งแต่กิจกรรมการเยี่ยมชมสถานที่ทางศาสนา ให้พระทำบุญ เข้าร่วมกิจกรรมกับชุมชนในพิธีกรรมตามความเชื่อของชุมชนท้องถิ่น ไปจนถึงการฝึกสมาธิ ปฏิบัติธรรม ตามจำนวนวันที่นักท่องเที่ยวมีความประสงค์

บุคคลสัปปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านกิจกรรมการท่องเที่ยว: นอกจากการมีบุคลากรที่มีความเป็นกัลยาณมิตรต่อนักท่องเที่ยวแล้ว บุคลากรเหล่านี้จะต้องได้รับการอบรมและมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องการปฏิบัติที่ถูกต้อง มีทักษะด้านการบริการและสามารถแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้ในระดับหนึ่ง

อิริยาปสัปปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านกิจกรรมการท่องเที่ยว: ในกรกิจกรรมด้านการปฏิบัติที่มีการฝึกในหลายอิริยา คือ เดิน นั่ง ยืน นอน เป็นแนวทางที่เหมาะสมกับนักท่องเที่ยวส่วนใหญ่ อย่างไรก็ตามผู้จัดกิจกรรมสามารถปรับเวลาของกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อลดความเจ็บปวด เมื่อยล้าและไม่ลดความมุ่งมั่น ความเพียรของผู้ปฏิบัติเพราะเหตุจากความเจ็บปวดทางร่างกาย อาจมีการแบ่งกลุ่มนักท่องเที่ยวตามระดับและประสบการณ์ของนักท่องเที่ยวเพื่อจัดกิจกรรมที่เหมาะสม เป็นต้น

ภัสสสัปปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านกิจกรรมการท่องเที่ยว: การสื่อสาร ภาษาที่ใช้ในกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ ควรเป็นภาษาสื่อสารที่สร้างความเข้าใจตรงกัน มีความชัดเจนในเรื่องขั้นตอนและกฎระเบียบ แจ้งช่วงเวลาที่จะการพูด เพื่อลดการพูดที่ไม่จำเป็น การพูดเพื่อเจ้อที่ทำให้เกิดความฟุ้งซ่าน โดยการปิดวาจา ไม่พูดคุยในระหว่างปฏิบัติธรรม จะส่งผลดีต่อผู้ร่วมกิจกรรม ช่วยให้เกิดสมาธิ พัฒนาสติได้ง่ายขึ้น

โคจรสัปปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านกิจกรรมการท่องเที่ยว: ระยะทางในการมาเข้าร่วมกิจกรรม รวมถึงเส้นการเดินทางในกิจกรรม ควรมีความสะดวก ปลอดภัย ระยะทางเหมาะสม เลี่ยงเส้นทางที่ไม่ก่อให้เกิดผลกระทบในการทำกิจกรรม เช่น ทางที่เดินที่ไม่มีการใช้งานมานาน ขาดการดูแล ไม่มีแสงสว่างเพียงพอ ระยะทางไกลเกินไป สร้างความลำบาก เหนื่อยล้าโดยไม่จำเป็น เป็นต้น

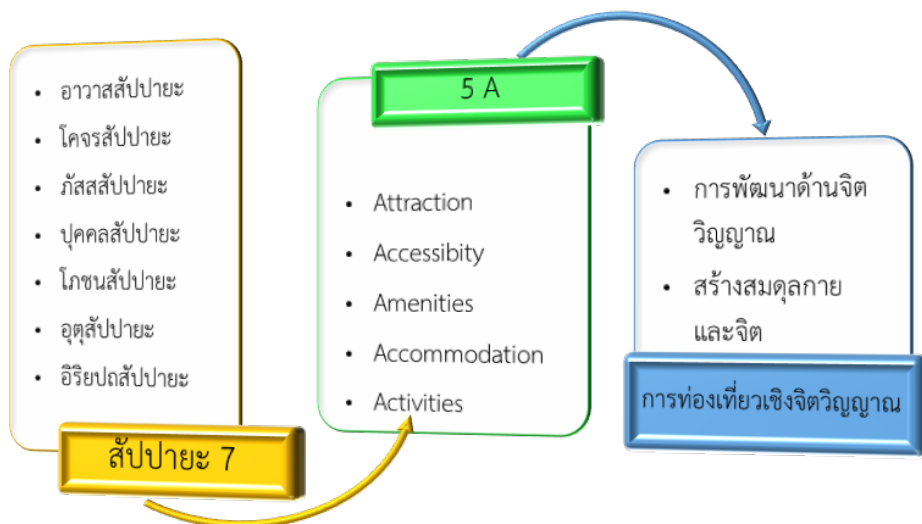
อาวาสสัปปายะในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านกิจกรรมการท่องเที่ยว: เนื่องจากกิจกรรมในการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ สามารถจัดทั้งภายในอาคารและภายนอกอาคาร ดังนั้นเพื่อให้บรรลุจุดหมายของการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ ที่ประกอบด้วยการปฏิบัติเพื่อฝึกพัฒนาจิต โดยการมีสติรู้สภาพตามความเป็นจริง การมีสมาธิ

ดังนั้นลักษณะสำคัญของสถานที่จัดกิจกรรมเพื่อบรรลุวัตถุประสงค์ของกิจกรรม ที่ควรมีคือ อยู่ไม่ไกล มีระยะทางเหมาะสม ไม่มีเสียงรบกวนทั้งในเวลากลางวันและกลางคืน ไม่มีแมลงหรือ สัตว์รบกวน ไม่ลำบากในเรื่องปัจจัย 4 และมีบุคคลที่แนะนำในการทำกิจกรรม สามารถให้คำปรึกษาได้ (สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), 2547: 211)

อุปสรรคภายในองค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณด้านกิจกรรมการท่องเที่ยว: ผู้จัดกิจกรรมจะต้องศึกษาสภาพภูมิอากาศเพื่อหากิจกรรมที่เหมาะสม โดยสภาพอากาศ นั้นมีผลต่อนักท่องเที่ยวที่เข้าร่วมกิจกรรมเชิงจิตวิญญาณ อากาศที่ร้อนหรือหนาวเกินไปจะเป็นอุปสรรคต่อการฝึกปฏิบัติได้ หรือฤดูกาลที่เหมาะสมก็สามารถสร้างบรรยากาศที่เอื้อต่อการจัดกิจกรรมการท่องเที่ยวรูปแบบนี้ อันส่งผลดีต่อการฝึกสมาธิได้

องค์ความรู้จากการศึกษา

องค์ความรู้เรื่องการประยุกต์หลักสัปปายะในการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ สามารถสรุปได้ดังนี้



หลักสัปปายะในพระพุทธศาสนา คือ สิ่งที่เหมาะสม 7 ประการ ซึ่งถือเป็นองค์ประกอบที่สำคัญในการที่ช่วยสนับสนุนให้เกิดสมาธิและช่วยส่งเสริมให้การปฏิบัติภาวนามี

ความก้าวหน้า ได้แก่ อาวาสสัปปายะ โคจรสัปปายะ ภัตตสัปปายะ บุคคลสัปปายะ โภชนสัปปายะ อุตุสัปปายะและอิริยาปถสัปปายะ ซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้ร่วมในแนวคิดองค์ประกอบของการท่องเที่ยว “5 A” คือ สิ่งดึงดูดใจ (Attraction) ความสะดวกในการเดินทาง (Accessibility) สิ่งอำนวยความสะดวก (Amenities) การบริการที่พัก (Accommodation) และกิจกรรมการท่องเที่ยว (Activities) ได้อย่างสอดคล้อง ช่วยให้ผู้ใช้บริการการท่องเที่ยวนำไปพัฒนาแนวทางการจัดการท่องเที่ยวเพื่อบรรลุวัตถุประสงค์ของการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณคือนักท่องเที่ยวได้พัฒนาจิตวิญญาณและสร้างความสมดุลของสุขภาพกายและสุขภาพจิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ และประสบผลสำเร็จ

สรุป

การท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณเป็นรูปแบบการท่องเที่ยวที่มีจุดประสงค์เพื่อการพัฒนาจิตวิญญาณโดยสัมพันธ์กับการมีสุขภาพร่างกายและสุขภาพจิตที่ดี ซึ่งอาจมีการร่วมทำกิจกรรมทางความเชื่อ ศาสนาได้ โดยที่นักท่องเที่ยวจะรับรู้ตั้งแต่ความรู้สึกสบายใจจนถึงระดับเรียนรู้และการปฏิบัติเพื่อยกระดับจิตวิญญาณ

หลักสัปปายะ 7 เป็นหลักธรรมที่มีกล่าวไว้ในคัมภีร์และอธิบายโดยนักวิชาการด้านพระพุทธศาสนา จะส่งเสริมให้เกิดความเข้าใจในธรรมชาติดูแลและรับรู้สิ่งที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง ไม่ปรุงแต่ง เพื่อให้เหมาะสมกับการพัฒนาจิตวิญญาณ รวมถึงการพัฒนาทางร่างกายและทางจิตใจ โดยหลักสัปปายะ 7 จะส่งเสริมการพัฒนาการด้านจิตวิญญาณให้เกิดความก้าวหน้าและเกื้อกูลให้การปฏิบัติธรรมดำเนินไปได้ด้วยดี หลักสัปปายะมีทั้งหมด 7 ประการ มีดังนี้ 1) อาวาสสัปปายะ ได้แก่ สถานที่อยู่ ที่อาศัย หรือสถานที่ปฏิบัติธรรมที่เหมาะสม ไม่มีสิ่งรบกวนต่อการปฏิบัติธรรม เติมน้ำมัน ที่ผู้ปฏิบัติธรรมสามารถพัฒนาประสบการณ์ด้านจิตวิญญาณได้อย่างต่อเนื่อง 2) โคจรสัปปายะ ได้แก่ เส้นทางในการเดินทางมีสภาพที่ดี ปลอดภัย และมีระยะที่เหมาะสมกับการปฏิบัติธรรม หรือการจัดหาปัจจัย 4 ที่จำเป็น 3) ภัตตสัปปายะ ได้แก่ การพูดคุยที่เหมาะสม ทั้งการใช้ภาษาที่สร้างความเข้าใจที่ถูกต้อง ชัดเจน และพูดคุยเท่าที่สมควร 4) บุคคลสัปปายะ ได้แก่ บุคคลที่เกี่ยวข้องในกิจกรรมนั้น มีความเหมาะสม เช่น เป็นผู้มีความรู้ มีความรู้ และสามารถให้คำปรึกษาได้ 5) โภชนสัปปายะ ได้แก่ การมีอาหารที่เหมาะสมกับผู้ปฏิบัติ ถูกสุขลักษณะและมีปริมาณที่เพียงพอ 6) อุตุสัปปายะ ได้แก่ ฤดูกาล สภาพอากาศ อุณหภูมิที่

เหมาะกับการปฏิบัติธรรม 7) อิริยาปถสัปปายะ ได้แก่ กิจกรรม อิริยาปถที่เหมาะสมกับบุคคล

สัปปายะกับสังคมในปัจจุบัน หมายถึง ความสบาย สภาพแวดล้อม หรือปัจจัยและองค์ประกอบที่เหมาะสมในการส่งเสริมให้เกิดความสบาย หลักสัปปายะ 7 สามารถพัฒนาต่อยอดการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณเพื่อนำไปสู่การเรียนรู้และพัฒนาตนเองและสังคมให้มีความเจริญก้าวหน้าทั้งในทางโลกและทางธรรมได้ โดยการประยุกต์หลักสัปปายะ 7 ประการในองค์ประกอบของการท่องเที่ยว (5 A) เพื่อใช้เป็นแนวทางการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ คือ 1) สิ่งดึงดูดใจ (Attraction) 2) ความสะดวกในการเดินทาง (Accessibility) 3) สิ่งอำนวยความสะดวก (Amenities) 4) การบริการที่พัก (Accommodation) 5) กิจกรรมการท่องเที่ยว (Activities) ซึ่งสามารถนำหลักสัปปายะมาประยุกต์ใช้ได้อย่างสอดคล้อง

หลักสัปปายะ 7 สามารถนำมาประยุกต์ใช้เป็นแนวทางส่งเสริมให้ผู้บริการและนักท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ บรรลุวัตถุประสงค์ของการท่องเที่ยวได้สำเร็จลุล่วง เช่น ด้านสิ่งดึงดูดใจ ตามหลักอิริยาปถสัปปายะ การเลือกกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาที่มีในท้องถิ่นให้เหมาะสมกับนักท่องเที่ยว ผู้ให้บริการสามารถนำหลักสัปปายะข้อนี้ มาประยุกต์ใช้ในเรื่องของกิจกรรมที่มนุษย์จัดขึ้นได้ เช่น การจัดกิจกรรมส่งเสริมการพัฒนาศติและปัญญา วิปัสสนากรรมฐาน ไปจนถึงการทำบุญ ไหว้พระ ซึ่งจัดเป็นสิ่งดึงดูดเชิงชุมชนสัมพันธ์ (Social Attraction) หรือประเพณีแห่เทียนพรรษา ประเพณีตักบาตรเทโว จัดเป็นสิ่งดึงดูดทางวัฒนธรรม (Cultural Attraction) เป็นต้น

ข้อเสนอแนะ

1) ให้มีการส่งเสริมกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณโดยใช้หลักสัปปายะ 7 ที่จะกระตุ้นให้คนเกิดแรงบันดาลใจที่จะพัฒนาตนเอง ดูแลสังคมและสิ่งแวดล้อมให้ดีขึ้น โดยการจัดการท่องเที่ยวที่นำไปสู่การบรรลุเป้าหมายของการพัฒนาที่ยั่งยืน (SGDs) ลดปัญหาการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ (Climate Change)

2) ให้มีการนำหลักสัปปายะ 7 มาเป็นส่วนหนึ่งในกิจกรรมและการจัดการเรียนการสอน เพื่อสร้างความตระหนักเรื่องการสร้างสมดุลให้กับสังคมวัฒนธรรม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อมได้อย่างยั่งยืน

บรรณานุกรม

- เกษิณี เฉลิมศิริกุล. (2540). **คู่มือวิปัสสนา**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด.
- โครงการวัดบันดาลใจ สถาบันอาศรมศิลป์. (2564). **แนวคิดการทำงาน**. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <https://watbundanjai.org/about> [6 ตุลาคม 2564].
- ตันติกร โคตรชาลี. (2555). พฤติกรรมนักท่องเที่ยวชาวไทยในการศึกษาเชิงศาสนา พระธาตุประจำวันเกิด จังหวัดนครพนม. รายงานการศึกษาอิสระปริญญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาการจัดการการท่องเที่ยว. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ประเวศ วะสี. (2552). จิตวิญญาณในสังคมไทย. **หมอชาวบ้าน**. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <https://www.doctor.or.th/article/detail/8865> [8 พฤศจิกายน 2564].
- พร รัตนสุวรรณ. (2514). **คู่มือการฝึกอานาปานสติสมาธิ**. กรุงเทพมหานคร: สำนักค้นคว้าทางวิญญาณ.
- พระเทพวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตวณฺโณ). (2543). **การบริหารจิต**. กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต). (2551). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ 17. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พิสิฐ เจริญสุข. (2542). **คู่มือการอบรมสมาธิ**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์กรมการศาสนา.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ศิริศักดิ์ นันต์. (2556). ศึกษาวิเคราะห์สัปปายะที่มีผลต่อการปฏิบัติธรรม. **สารนิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อ. อาสภมหาเถร). (2547). **คัมภีร์วิสุทธิมรรค พระพุทธโฆสเถระ รัตน**, พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พรินท์ติ้ง จำกัด.
- สรัญพร สุริวิชัย และสุวารี นามวงศ์. (2562). การพัฒนาจุดหมายปลายทางแหล่งท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณกับพฤติกรรมนักท่องเที่ยวในจังหวัดเชียงใหม่. **วารสารวิทยาลัยดุสิตธานี**. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <https://bit.ly/3ig7P3p> [30 กันยายน 2564].

- สำนักงานปลัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2564). การท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ (Spiritual Tourism) : เทรนด์ท่องเที่ยวที่ไม่ตกยุค. **รายงานภาวะเศรษฐกิจท่องเที่ยว**. 2(1), 56.
- สำนักงานปลัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2559). หน้าเปิดเรื่อง **รายงานภาวะเศรษฐกิจท่องเที่ยว**. 4(2), 2.
- สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.(2566). **ระบบทะเบียนวัด**. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://binfo.onab.go.th/Temple/Dashboard.aspx> [31 กรกฎาคม 2566].
- อรชร มณีสงฆ์ และพัชรา ตันติประภา. (2561). ความพึงพอใจต่อบรรยากาศการตลาดกับความตั้งใจในการมาซ้ำของผู้มาเยือนแหล่งท่องเที่ยวแบบพำนักระยะยาวในจังหวัดเชียงใหม่. **วารสารวิชาการการท่องเที่ยวไทยนานาชาติ**. 14(1), 63.
- Atthawet Prougestaporn.(2018) Examining the Structural Relationship of Destination Image, Tourist Experience and Tourist Loyalty: An Integrated Approach. **A Dissertation of Philosophy in Hospitality and Tourism Management**. Graduate School of Business: Assumption University of Thailand.
- Jaeyeon Choe (2021). **WELLNESS AND SPIRITUAL TOURISM AFTER COVID-19**. [Online]. Available from: <https://atig.americananthro.org/wellness-and-spiritual-tourism-after-covid-19/> [9 November 2021].
- M.S. Rao (2020). Spiritual Tourism: Tourists First, Tour Operators Second, And Destinations Third. **The World Financial Review**. [Online]. Available from: <https://worldfinancialreview.com/spiritual-tourism-tourists-first-tour-operators-second-and-destinations-third/> [9 November 2020].
- UNWTO. (2013) **INTERNATIONAL CONFERENCE ON SPIRITUAL TOURISM FOR SUSTAINABLE DEVELOPMENT**. [Online]. Available from: <https://www.unwto.org/archive/global/event/international-conference-spiritual-tourismsustainable-development> [29 October 2021].