



การพัฒนาารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญโดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพังในเขตท่องเที่ยวเมืองรองภาคเหนือตอนบน

อุเทน ลาพิงค์ และคณะ

2564



รายงานการวิจัย

การพัฒนาารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญโดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพังในเขตท่องเที่ยวเมืองรองภาคเหนือตอนบน

THE DEVELOPMENT OF MODELS OF RELIGIOUS TOURISM AND MEDITATION RETREAT ON THE PILGRIM ROUTES IN THE SECONDARY CITIES IN THE UPPER NORTHERN THAILAND BASED ON BUDDHIST MEDICINE TO PROMOTE WELLBEING OF SENIORS LIVING ALONE AND HELP THEM COPE WITH DEPRESSION

อุเทน ลาพิงค์

พระครูวินัยธร สัตยชัย ญาณวีโร

เขมินทรฯ ตันธิกุล

รายงานการวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจาก
กองทุนส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัย และนวัตกรรม (ววน.)
สถาบันวิจัยญาณสังวร มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
ประจำปีงบประมาณ 2564

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย



รายงานการวิจัย

การพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทาง
แสวงบุญโดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะ
และลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง
ในเขตท่องเที่ยวเมืองรองภาคเหนือตอนบน

THE DEVELOPMENT OF MODELS OF RELIGIOUS TOURISM AND MEDITATION RETREAT
ON THE PILGRIM ROUTES IN THE SECONDARY CITIES IN THE UPPER NORTHERN
THAILAND BASED ON BUDDHIST MEDICINE TO PROMOTE WELLBEING OF
SENIORS LIVING ALONE AND HELP THEM COPE WITH DEPRESSION

อุเทน ลาพิงค์

พระครูวินัยธร สัญชัย ญาณวีโร

เขมินทรา ตันธิกุล

รายงานการวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจาก
กองทุนส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัย และนวัตกรรม (ววน.)
สถาบันวิจัยญาณสังวร มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
ประจำปีงบประมาณ 2564

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยและพัฒนา มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) วิเคราะห์พฤติกรรมและความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยว (2) พัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญโดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัด เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถาม แนวทางการสัมภาษณ์เชิงลึก และการจัดเวทีเสวนา รวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา ผลการวิจัย พบว่า

1) พฤติกรรมการท่องเที่ยวของผู้สูงอายุส่วนใหญ่เดินทางมายังสถานที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาทุกปี ใช้เวลาท่องเที่ยวระหว่าง 3-5 วัน โดยมีความตั้งใจเดินทางมาวัดเพื่อทำบุญไหว้พระ กราบนมัสการสิ่งศักดิ์สิทธิ์ พักผ่อนหย่อนใจ และปฏิบัติธรรม ผู้ชักชวนให้เดินทางมาท่องเที่ยวคือเพื่อนและครอบครัว ส่วนการรับรู้เกี่ยวกับสถานที่ท่องเที่ยวของวัดสืบค้นมาจากอินเทอร์เน็ต

2) ความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาจำแนกตามรายด้าน โดยเรียงลำดับจากด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากไปหาน้อย ดังนี้ ด้านการปฏิบัติธรรม รองลงมาคือ ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกและที่พัก ด้านการเข้าถึงและความปลอดภัย ด้านบุคลากรและการบริการ ด้านกิจกรรมและการประชาสัมพันธ์ และด้านแหล่งท่องเที่ยวและสิ่งดึงดูดใจ ตามลำดับ

3) การพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ได้รูปแบบที่มีชื่อเรียกว่า “MFCAP Model” มีองค์ประกอบย่อยได้แก่ (1) M= Material (วัตถุธรรม) (2) F= Faith (ศรัทธาธรรม) (3) C= Custom and Culture (ประเพณีและศิลปวัฒนธรรม) (4) A= Activities and Meditation (กิจกรรมและการปฏิบัติธรรม) และ (5) P= Pilgrimage (จาริกบุญจาริกธรรม) โดยมีองค์ประกอบร่วม ดังนี้ (1) การท่องเที่ยวชมสถาปัตยกรรม ประติมากรรม และพุทธศิลปกรรมบนฐานความเป็นอัตลักษณ์ของล้านนา (2) การเดินทางท่องเที่ยวที่เกิดจากความเชื่อและความศรัทธาที่นักท่องเที่ยวมีต่อเกจิอาจารย์และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ (3) การท่องเที่ยวตามวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา โดยอาศัยความเป็นเอกลักษณ์ของล้านนาด้านวิถีชีวิต ประเพณี และวัฒนธรรม (4) การเข้าร่วมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาและปฏิบัติธรรมเพื่อให้มีสติรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลง (5) การท่องเที่ยวพักผ่อนจิตใจตามแหล่งท่องเที่ยวของวัด โดยมีลักษณะเป็นทัวร์ทำบุญไหว้พระตามวัดต่าง ๆ

4) การประเมินความรู้ของกลุ่มเป้าหมายจากการอบรม พบว่า กลุ่มเป้าหมายมีคะแนนการอบรมก่อนทดสอบอยู่ในระดับกลาง และหลังการอบรมอยู่ในระดับมาก จากการเปรียบเทียบผลการอบรมคะแนนก่อนและหลังการอบรมเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และความพึงพอใจของกลุ่มเป้าหมายที่มีต่อรูปแบบการท่องเที่ยวอยู่ในระดับมากที่สุด

คำสำคัญ : การพัฒนารูปแบบ การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน หลักพุทธธรรมบำบัด

ABSTRACT

The objectives of this R&D research are to analyze behaviors and requirements in tourism of the elderly and to develop a model of religious and meditation tourism integrated with Buddhadhamma treatment. The data were collected by questionnaire, in-depth interview form and discussion form. The quantitative data were analyzed by instant computerized program and the qualitative data were analyzed by content analysis. The study results revealed that:

1) In tourism behavior, the elderly visit Buddhist attractions every year and spend 3 to 5 days each time. Their intension is to make merit, worship the sacred monuments and practice Dhamma. They are persuaded and suggested in tourism by their friends and family and they prefer searching for information of temple tourism from the internet.

2) The requirement in religious and meditation tourism of the elderly was at a high level overall. In descending order, the highest level was on Dhamma practice, followed by facilities, accommodations, safety, personnel and services, activities and public relations, and tourist attractions and motivation respectively.

3) The model for religious and meditation tourism development is called “MFCAP Model”, consisting of (1) Material, (2) Faith, (3) Custom and Culture, (4) Activities and Meditation, and (5) Pilgrimage. There are 5 co-factors as follows: (1) To see architecture, sculpture, and Buddhist arts in Lanna styles; (2) To follow the faith and trust on the revere monks and sacred objects; (3) To travel on the significant Buddhist holidays to observe the Lanna identity in ways of life, traditions and cultures; (4) To participate in Buddhist activities and Dhamma practice to cultivate mindfulness; and (5) To relax in the temple attractions in the form of pilgrimage.

4) The evaluation results of the target group indicated that the score level before training was at a moderate level and it turned high after the training. The comparison of the score before and after the training was different with a statistically significant figure at 0.05. The satisfaction of the target group towards the religious and meditation tourism was at a maximum level.

Keywords: Model development, Religious and meditation tourism, Buddhadhamma for treatment

กิตติกรรมประกาศ

รายงานวิจัยฉบับนี้ได้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี เพราะคณะผู้วิจัยได้รับความกรุณาอันดียิ่งจาก ดร.ณรงค์ศักดิ์ ลุนสำเร็จ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.โผน นามมณี และ ดร.จรรยาศักดิ์ แพง ซึ่งทุกท่านได้สละเวลาอันมีค่าเพื่อตรวจเครื่องมือการวิจัย พร้อมทั้งให้ความรู้และคำแนะนำปรึกษาในการทำวิจัยครั้งนี้ คณะผู้วิจัยใคร่ขออนุโมทนาขอบคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณ อธิการบดี มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย รองอธิการบดีวิทยาเขตล้านนา ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยญาณสังวร ผู้อำนวยการวิทยาลัยศาสนศาสตร์ล้านนา และผู้บริหารทุกท่านที่ให้โอกาสและการสนับสนุนทุนการวิจัย ตลอดจนให้กำลังใจในระหว่างการศึกษาจนทำให้คณะผู้วิจัยสามารถทำวิจัยสำเร็จได้ด้วยดี

ขอขอบคุณคณาจารย์สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญาทุกท่านที่เป็นกัลยาณมิตรที่ดีช่วยเหลือในการจัดเก็บข้อมูล ตลอดจนคณาจารย์และเจ้าหน้าที่มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยวิทยาเขตล้านนา ซึ่งได้อำนวยความสะดวกในการดำเนินงานและช่วยวิเคราะห์ข้อมูลแก่คณะผู้วิจัยเป็นอย่างดี

ขอกราบขอบพระคุณ พระมหาทองเชิด กตปุญโญ, ผู้ช่วยศาสตราจารย์,ดร. และขอขอบคุณ รองศาสตราจารย์ ปราณีต ม่วงนวล ที่ได้เมตตาวิเคราะห์เสียสละเวลาอ่านและตรวจรายงานการวิจัยเรื่องนี้ พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะต่าง ๆ แก่คณะผู้วิจัยในครั้งนี้ นอกจากนั้น คณะผู้วิจัยขอขอบคุณนักท่องเที่ยงและผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ได้เสียสละเวลาในการตอบแบบสอบถามและให้สัมภาษณ์ ทำให้ได้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์อย่างมากต่อการศึกษาวิจัยครั้งนี้

ผู้วิจัยหวังว่า รายงานวิจัยฉบับนี้คงจะเป็นประโยชน์ต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง และผู้ที่สนใจจะศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องเช่นเดียวกันนี้ต่อไป

ดร.อุเทน ลาพิงค์ และคณะ

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
สารบัญตาราง	ฉ
สารบัญภาพ	ช
บทที่	
1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	5
ขอบเขตของการวิจัย	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	8
คำนิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	9
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	11
แนวคิดเกี่ยวกับรูปแบบ	11
แนวคิดเกี่ยวกับการท่องเที่ยว	18
แนวคิดเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน	24
กลยุทธ์การตลาดการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน	34
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ	40
หลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้า	49
บริบทพื้นที่	61
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	67
กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย	75
3 วิธีดำเนินการวิจัย	77
การกำหนดพื้นที่การวิจัย	77
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	78
ข้อมูลที่ใช้ในการวิจัย	79
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัย	80
การสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ	81

สารบัญ (ต่อ)

ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล	83
การวิเคราะห์ข้อมูลและประมวลผล	85
การตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล	87
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	88
พฤติกรรมและความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยว	88
การสร้างและพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน	103
ร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน	157
นำเสนอรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน	165
5 สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	178
สรุปผลการวิจัย	178
อภิปรายผลการวิจัย	184
ข้อเสนอแนะ	200
บรรณานุกรม	203
ภาคผนวก	214
ภาคผนวก ก รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ	215
ภาคผนวก ข รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ	217
ภาคผนวก ค แบบสอบถามเพื่อการวิจัย	220
ภาคผนวก ง แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย	229
ภาคผนวก จ ภาพการสัมภาษณ์และการสำรวจ	235
ภาคผนวก ฉ ใบรับรองจริยธรรมการวิจัย	238
ประวัตินักวิจัย	240

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	จำนวนและร้อยละข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม	89
2	พฤติกรรมกาท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานของผู้สูงอายุ	91
3	ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานความต้องการของผู้สูงอายุในท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยรวมทั้ง 6 ด้าน	96
4	ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ด้านแหล่งท่องเที่ยวและสิ่งดึงดูดใจ	97
5	ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ด้านบุคลากรและการบริการ	98
6	ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ด้านกิจกรรมและการประชาสัมพันธ์	99
7	ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกและที่พัก	100
8	ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ด้านการเข้าถึงและความปลอดภัย	101
9	ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ด้านการปฏิบัติธรรม	102
10	ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านวัฒนธรรม	158
11	ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านศรัทธาธรรม	160
12	ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านประเพณีและศิลปวัฒนธรรม	162
13	ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านกิจกรรมและการปฏิบัติธรรม	163
14	ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านจาริกบุญจาริกธรรม	164
15	การเปรียบเทียบความรู้การอบรมก่อนและหลังการอบรมเกี่ยวกับรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน	175
16	ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานความพึงพอใจของกลุ่มเป้าหมาย	177

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	กรอบแนวคิดและขั้นตอนการวิจัย	75
2	รูปแบบการจัดการการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน	176

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในสภาพการณ์ปัจจุบันสังคมไทยกำลังเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางประชากรครั้งสำคัญ คือการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ โดยสัดส่วนจำนวนประชากรในวัยทำงานและวัยเด็กลดลงเนื่องจากอัตราการเกิดและอัตราการตายของประชากรลดลงอย่างต่อเนื่อง ซึ่งเป็นผลมาจากความเจริญก้าวหน้าของเทคโนโลยีทางการแพทย์และการสาธารณสุข การรักษาพยาบาลด้วยยาที่มีประสิทธิภาพสูงและการรู้จักดูแลรักษาสุขภาพของผู้สูงอายุ (ชมพูนุท พรหมภักดี, 2556: 9) ทำให้ประเทศไทยมีประชากรสูงอายุ 60 ปีขึ้นไป 11 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 17 ของประชากรทั้งหมด 65.5 ล้านคน และกำลังมีผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว สอดคล้องกับรายงานคณะกรรมการปฏิรูประบบรองรับการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประเทศไทย (2560: 24) พบว่า จากการเปลี่ยนแปลงของโครงสร้างประชากรโลก ส่งผลให้หลายประเทศได้เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ รวมถึงประเทศไทยได้เข้าสู่วัยผู้สูงอายุตั้งแต่ พ.ศ. 2543 โดยมีสัดส่วนประชากรวัยผู้สูงอายุ อายุ 60 ปีขึ้นไปถึงร้อยละ 10 ของจำนวนประชากร และกำลังจะก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Complete Ageing Society) ประมาณปี พ.ศ. 2564 คือ มีประชากรสูงอายุถึง 1 ใน 5 ของประชากรทั้งหมด โดยในจำนวนนี้มีผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพังคนเดียวมีแนวโน้มสูงขึ้นเรื่อย ๆ จากร้อยละ 6 ในปี 2545 เป็นร้อยละ 12 ในปี 2560 สัดส่วนผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพังกับคู่สมรสได้เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 21 ในปี 2560 ผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพังเหล่านี้จัดอยู่ในกลุ่ม “ประชากรเปราะบาง” ซึ่งมีอัตราเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องในทุกภาคของประเทศ

ภาคเหนือของประเทศไทยเป็นภาคที่มีสัดส่วนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว โดยเพิ่มจากร้อยละ 8.3 ในปี 2543 เป็นร้อยละ 11.1 ในปี 2553 และคาดว่าประชากรผู้สูงอายุจะเพิ่มเป็นร้อยละ 21.1 ในปี 2563 ซึ่งจากการเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วนี้ ทำให้ภาคเหนือจะมีการเปลี่ยนแปลงสู่ภาวะประชากรสูงอายุเร็วกว่าระดับประเทศประมาณ 10 ปี โดยภาคเหนือจะเข้าสู่ภาวะประชากรสูงอายุในปี 2563 (สำนักพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมภาคเหนือ, 2558: 75) นอกจากนี้ กลุ่มผู้สูงอายุหรือกลุ่มประชาคมเกษียณ (retirement community) ที่อยู่เพียงลำพังจะมีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพจิตที่เกิดจากความเครียดและความซึมเศร้าจากสถานการณ์ต่าง ๆ โดยเมื่อประเมินข้อมูลจากสำนักสถิติเศรษฐกิจและสังคม (2561: 1-2) จะพบได้ว่า เขตประชากรที่มีปัญหาสุขภาพจิตค่อนข้างสูง คือ เขตประชากรภาคเหนือโดยเฉพาะเขตภาคเหนือตอนบน ซึ่งมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นอย่างมากจาก 1,889.34 ต่อประชากรแสนคนในปี พ.ศ. 2556 เป็น 3,323.95 ต่อประชากรแสนคนในปี 2560 อีกทั้งในเขต

จังหวัดทางภาคเหนือตอนบน ยังเป็นเขตจังหวัดที่มีรายงานการเสียชีวิตจากการฆ่าตัวตายสูงที่สุดในประเทศ ซึ่งปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญอย่างหนึ่งของการฆ่าตัวตายของผู้สูงอายุคือโรคซึมเศร้า ความซึมเศร้าของผู้สูงอายุจึงเป็นภาวะอารมณ์ที่แสดงออกโดยมีอารมณ์เศร้า ว่าเหว ลี้หนวัง รู้สึกว่าตนเองไร้ค่า ไม่มีความสุขในการดำรงชีวิต และความพึงพอใจในชีวิตของตนเองลดลง (เทพฤทธิ์ วงศ์ภูมิ และคณะ, 2558: 103) ซึ่งปัจจัยสำคัญที่ทำให้โรคภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุมีความรุนแรงมากขึ้น เกิดจากการปรับตัวไม่เหมาะสม และการไม่มีสิ่งยึดเหนี่ยว ไม่มีหลักหรือแนวคิดในการดำเนินชีวิตที่ดี ทำให้อยู่ไปวัน ๆ ไม่มีเป้าหมายในชีวิต ละเลยไม่สนใจในการดูแลสุขภาพของตนเอง (สายฝน เอกวารงกูร, 2553: 34-42)

การเพิ่มศักยภาพของผู้สูงอายุจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้ผู้สูงอายุสามารถดูแลตนเองได้มากขึ้น โดยเฉพาะศักยภาพในการปรับตัวด้านจิตใจและจิตวิญญาณ ซึ่งการใช้หลักศาสนาจะทำให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวได้อย่างสมดุลกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในชีวิต เนื่องจากหลักธรรมทางศาสนาจะเป็นแนวทางการดำเนินชีวิตที่ดี โดยเฉพาะผู้สูงอายุในชุมชนชนบทที่ยังคงเอกลักษณ์ของวัฒนธรรมไทยไว้เป็นอย่างดี และหลักศาสนายังเป็นสิ่งยึดเหนี่ยวทางจิตใจที่สำคัญ (ทัศนีย์ ทองประทีป, 2552: 63) นอกจากนี้ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักจะใช้เวลาร่วมเดินทางไปท่องเที่ยวตามสถานที่ต่าง ๆ โดยเฉพาะตามแหล่งท่องเที่ยวในวัดและศาสนสถาน เพื่อปฏิบัติธรรมและพักผ่อนหย่อนใจกับความงามทางศาสนา ซึ่งนับเป็นรูปแบบหนึ่งของการท่องเที่ยวสำหรับกลุ่มผู้สูงอายุที่ได้รับความนิยมเป็นอย่างมากในประเทศไทย ตามคติความเชื่อที่ถือว่า การได้มาท่องเที่ยววัด สักการะสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ ไหว้พระสวดมนต์ จะนำความเป็นสิริมงคลมาสู่ชีวิตของตนเอง (สุดาทิพย์ นันทโชค, 2555: 1-13 และกรรณิกา คำดี, 2558: 175-191) สอดคล้องกับรายงานวิจัยของมาโนช พรหมปัญญา (2556: 41-42) ที่พบว่านักท่องเที่ยวเชิงศาสนาส่วนใหญ่มีความต้องการมาเที่ยวไหว้พระ ทำบุญสะเดาะเคราะห์ แก้กรรม ดูดวง ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในวันสำคัญทางศาสนา และสนทนาธรรมกับพระสงฆ์ เช่นเดียวกับรายงานวิจัยของวงศ์ธีรา สุวรรณิน (2557: 63-82) และวุฒินันท์ กันทะเตียน (2560: 137-149) พบว่านักท่องเที่ยวนิยมมาท่องเที่ยวภายในวัดเพื่อต้องการชมความงามของวัดเช่น จิตรกรรม ประติมากรรม สถาปัตยกรรม รองลงมา คือ การพักผ่อน หย่อนใจจากการเห็นคุณค่าของศิลปกรรมต่างๆ เช่น พระพุทธรูปเก่าแก่ จิตรกรรม พุทธประวัติ และสถาปัตยกรรมของโบสถ์และเจดีย์ เป็นต้น นอกจากนี้ยังพบว่า กลุ่มนักท่องเที่ยวสูงอายุมีเวลาค่อนข้างมากและให้ความสำคัญกับการท่องเที่ยว รวมถึงให้ความสำคัญในเรื่องความสะดวกและความปลอดภัยในการเดินทาง ทำให้มีค่าใช้จ่ายในการท่องเที่ยวที่สูง ซึ่งเป็นโอกาสในการสร้างรายได้ให้กับอุตสาหกรรมท่องเที่ยว ส่งผลให้กลุ่มนักท่องเที่ยวสูงอายุนิยมท่องเที่ยวในช่วงนอกฤดูดูการ เพื่อหลีกเลี่ยงความแออัดและมีระยะเวลาท่องเที่ยวมากขึ้น การท่องเที่ยวเชิงศาสนาจึงจัดเป็นอีกหนึ่งกิจกรรมที่สามารถตอบสนองความต้องการของกลุ่มนักท่องเที่ยวสูงอายุได้เป็นอย่างดี

จากสภาพการณ์ดังกล่าว ทำให้วัดหรือศาสนสถานในปัจจุบันได้กลายเป็นอีกหนึ่งแหล่งท่องเที่ยวที่ผู้คนต่างให้ความสนใจเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ และเป็นเหตุให้วัดหรือศาสนสถานบางแห่งได้ปรับบทบาทใหม่เพิ่ม จากเดิมที่เคยจำกัดไว้สำหรับเป็นสถานที่ปฏิบัติกิจของสงฆ์และศาสนพิธีของชาวบ้านหรือเป็นสถานที่ใช้ประโยชน์ร่วมกันของผู้คนในชุมชนที่แต่ละวัดนั้นตั้งอยู่ กระทั่งกลายมาเป็นสถานที่รองรับนักท่องเที่ยวที่มาจากต่างถิ่น สถานปฏิบัติธรรมและวัดวาอารามหลายแห่งจึงได้ให้ความสำคัญต่อการดูแลสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ เพื่อใช้หลักพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ โดยมีการบูรณาการกับกิจกรรมสันตนาการและการเดินทางท่องเที่ยวเพื่อพักผ่อนทางด้านร่างกายและจิตใจ หรือเที่ยวชมศิลปวัฒนธรรมและปฏิบัติธรรมตามวัดต่าง ๆ มีการใช้หลักธรรมในพระพุทธศาสนาทั้งหลักอิทธิบาท 4 และพรหมวิหาร 4 เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตเพื่อพัฒนาศีลสมาธิและปัญญา ส่งผลให้บุคคลนั้นมีชีวิตที่ยืนยาวมากขึ้นและมีคุณภาพชีวิตที่ดี รวมถึงเป็นบุคคลที่มีคุณค่าต่อตนเองและผู้อื่น (ฤทัยรัตน์ วรกิจใจดม, 2551: 32)

การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานนี้ จึงเป็นกิจกรรมการท่องเที่ยวที่มีการเติบโตและเป็นที่ยอมรับอย่างรวดเร็วมากที่สุดรูปแบบหนึ่งสำหรับผู้สูงอายุ สอดคล้องกับข้อมูลของสำนักงานการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (2561: ออนไลน์) ได้ประเมินภาพการท่องเที่ยวเชิงศาสนาตั้งแต่เดือนมกราคม-พฤษภาคม 2561 พบว่า มีนักท่องเที่ยวมาเยี่ยมชมศาสนสถานปฏิบัติธรรมและปฏิบัติศาสนกิจตามวัดต่าง ๆ จำนวน 9.62 ล้านคน โดยเฉพาะนักท่องเที่ยวที่เดินทางเข้ามาท่องเที่ยวในพื้นที่จังหวัดภาคเหนือตอนบน ในปี 2561 พบว่า มีนักท่องเที่ยวและผู้มาเยือน รวมทั้งสิ้น 6,262,138 คน ทำให้มีรายได้จากการท่องเที่ยวกว่า 22,758 ล้านบาท (กองเศรษฐกิจการท่องเที่ยวและกีฬา, 2562: 11-20) ทั้งนี้ การที่นักท่องเที่ยวได้มาท่องเที่ยวเป็นจำนวนมากขึ้น เนื่องจากในพื้นที่เขตภาคเหนือตอนบนนั้น ถือเป็นภูมิภาคที่มีแหล่งท่องเที่ยวโดดเด่นทางด้านพระพุทธศาสนาอารยธรรม และวิถีชีวิตท้องถิ่น สำหรับแหล่งท่องเที่ยวในเขตภาคเหนือตอนบนของประเทศไทยประกอบด้วย 8 จังหวัด คือ จังหวัดเชียงใหม่ เชียงราย ลำพูน ลำปาง แพร่ น่าน แม่ฮ่องสอน และพะเยา เป็นเขตพื้นที่อารยธรรมล้านนา มีความได้เปรียบทางด้านภูมิประเทศ มีแหล่งท่องเที่ยวทางด้านพุทธศาสนาและศิลปวัฒนธรรมที่สวยงามและภูมิอากาศดีเย็นสบาย มีทรัพยากรธรรมชาติที่หลากหลาย มีประเพณีวัฒนธรรมอันดีงาม มีประวัติศาสตร์อันยาวนาน จึงทำให้ภาคเหนือตอนบนมีแหล่งท่องเที่ยวที่ดึงดูดให้นักท่องเที่ยวเดินทางมาท่องเที่ยวและพักผ่อนจำนวนมากในแต่ละปีเพิ่มขึ้น (กรวรรณ สังขกรและคณะ, 2558: 1-2) รวมทั้งเป็นที่นิยมของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นจุดหมายปลายทางที่ดีที่สุดของนักท่องเที่ยวในวัยเกษียณ เพราะจุดได้เปรียบด้านการท่องเที่ยวในเขตภาคเหนือ คือภาพของความเป็นเมืองพุทธศาสนาทางล้านนาที่มีสถานที่ปฏิบัติสมาธิและวิปัสสนากรรมฐาน มีวัดที่เป็นศิลปะสถาปัตยกรรมสวยงาม ทำให้เกิดรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาที่นักท่องเที่ยวจะได้รับประสบการณ์ ความสบายใจและเรื่องราวที่สนใจเกี่ยวกับการศึกษาพระพุทธ

ศาสนา รวมถึงการเดินทางไปเพื่อบูชาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ การนมัสการเกจิอาจารย์และการประกอบพิธีกรรมทางศาสนา (สุกัลยา โทธาเรือง, 2563: 73) โดยการท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาในภาคเหนือจะมีกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ทางด้านประวัติศาสตร์ วัฒนธรรม และประเพณี กิจกรรมทางพระพุทธศาสนามีความสัมพันธ์ระหว่างการเรียนรู้ทางพระพุทธศาสนากับประวัติศาสตร์และวัฒนธรรมของท้องถิ่น

เมื่อมองในมิติทางการท่องเที่ยว ภาคเหนือตอนบนจึงมีศักยภาพด้านการท่องเที่ยวทั้งในระดับประเทศและระดับนานาชาติ เนื่องจากมีภูมิทัศน์ที่งดงาม อีกทั้งศิลปกรรม วรรณคดี วิถีชีวิต วัฒนธรรมและประเพณีมีเอกลักษณ์เฉพาะของชาวล้านนา ทำให้เกิดรูปแบบการท่องเที่ยวที่มีความหลากหลายโดยเฉพาะการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานที่เป็นจุดดึงดูดของนักท่องเที่ยว ถูกทำให้เป็นจุดขายทางการท่องเที่ยววิถีไทยและแหล่งเรียนรู้ทางด้านศาสนา ซึ่งมีศักยภาพและโอกาสในการพัฒนาด้านการท่องเที่ยวเพื่อขับเคลื่อนเศรษฐกิจของชุมชน สอดคล้องกับนโยบายการส่งเสริมการท่องเที่ยว “วิถีถิ่น วิถีไทย” ของรัฐบาล โดยเป็นการนำอัตลักษณ์ทางด้านศาสนา วัฒนธรรม ประเพณี วิถีชีวิตของคนมาเป็นจุดดึงดูด เพื่อสร้างความประทับใจและประสบการณ์ที่มีคุณค่าให้กับนักท่องเที่ยว นอกจากนี้ รัฐบาลได้มีนโยบายให้ความสำคัญกับการส่งเสริมการท่องเที่ยว “เมืองรอง” มาอย่างต่อเนื่องในช่วงปี 2 ปีที่ผ่านมา ส่งผลให้การขยายตัวของภาคธุรกิจท่องเที่ยวลงสู่เมืองรองค่อย ๆ เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง (ประเสริฐ ใจสม, 2563: 134-135) โดยเฉพาะเมืองรองในเขตภาคเหนือตอนบน ซึ่งประกอบด้วยเชียงราย ลำพูน ลำปาง แม่ฮ่องสอน แพร่ น่าน พะเยา เมืองรอง หรือ Less visited area ในที่นี้ก็หมายถึงเมืองที่ไม่ได้เป็นเมืองท่องเที่ยวหลัก หรือกล่าวคือยังมีนักท่องเที่ยวเข้าไปไม่มากนัก การกระจายรายได้ถึงชุมชนท้องถิ่นจึงแตกต่างกับเมืองท่องเที่ยวหลัก รัฐบาลจึงได้มีแนวทางการส่งเสริมการท่องเที่ยวเมืองรองอย่างต่อเนื่อง เช่น การสร้างปฏิทินท่องเที่ยว กิจกรรมประจำเมือง ดึงคนท่องเที่ยวทั้งปี ไม่กระจุกเฉพาะช่วงเทศกาล เพื่อให้นักท่องเที่ยวทยอยเข้าไปเที่ยวจนไม่ส่งผลกระทบต่อเสน่ห์ของพื้นที่ แต่รูปแบบการจัดการท่องเที่ยวในเมืองรองที่ผ่านมายังไม่ชัดเจน ทำให้นโยบายยังไม่ประสบผลสำเร็จตามความคาดหวังและเป้าหมายที่ตั้งไว้ โดยเฉพาะรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้สูงอายุ ทำให้ไม่สามารถจัดเตรียมหรือพัฒนาแหล่งท่องเที่ยว และสถานที่ท่องเที่ยวให้มีความเหมาะสมสำหรับรองรับนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่กำลังเป็นนักท่องเที่ยวกลุ่มเป้าหมายสำคัญ รวมทั้งยังไม่มีการศึกษาเพื่อพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ

ดังนั้น คณะผู้วิจัยได้เล็งเห็นความสำคัญของปัญหาวิจัยดังกล่าว จึงเป็นที่มาของการศึกษารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อนำมาขับเคลื่อนกิจกรรมบนเส้นทางท่องเที่ยวแสวงบุญและการบูรณาการพุทธธรรมบำบัดตามหลักวิปัสสนากรรมฐาน เป็นการวางระบบ

การจัดการรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานรองรับความต้องการในการท่องเที่ยวของผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1.2.1 เพื่อวิเคราะห์พฤติกรรมและความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญในเขตท่องเที่ยวเมืองรองภาคเหนือตอนบน

1.2.2 เพื่อพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานโดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาพและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง

1.2.3 เพื่อนำเสนอรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญเพื่อเสริมสร้างสุขภาพและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง

1.3 ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ดำเนินการในรูปแบบการวิจัยและพัฒนา (Research and Development : R&D) คณะผู้วิจัยมุ่งเน้นการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์ในทางปฏิบัติ โดยได้กำหนดขอบเขตของการวิจัยไว้ ดังนี้

1.3.1 ขอบเขตด้านประชากร

คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาจากประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1) การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ดังนี้

1.1) กลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่มาท่องเที่ยวในพื้นที่ จำนวน 7 จังหวัด ๆ ละ 100 คน รวม 700 คน โดยการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เพื่อแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสภาพโดยทั่วไปของการท่องเที่ยว พฤติกรรมการท่องเที่ยวและความต้องการในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานในเขตเมืองรองภาคเหนือตอนบน

1.2) กลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่มาท่องเที่ยวและสนใจปฏิบัติธรรมกรรมฐานจำนวน 30 คน โดยการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) กลุ่มตัวอย่างดังกล่าวจะเข้าร่วมทดลองใช้และประเมินรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาพและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง

2) การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาจากกลุ่มเป้าหมายซึ่งเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 25 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ดังนี้

2.1) กลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถและเชี่ยวชาญเกี่ยวกับรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยคณะผู้วิจัยกำหนดเลือกกลุ่ม

ตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) จำนวน 13 คน ได้แก่ ผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นนักวิชาการ ผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านศาสนา ผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นผู้นำชุมชนในพื้นที่ ผู้ทรงคุณวุฒิจากหน่วยงานภาครัฐ ผู้ทรงคุณวุฒิจากหน่วยงานภาคเอกชน และผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นผู้สูงอายุ

2.2) กลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งเป็นผู้มีส่วนได้เสียและเกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวในพื้นที่ โดยการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จำนวน 12 คน ได้แก่ พระสังฆาธิการ ชุมชนมัคคุเทศก์ชุมชน ผู้ประกอบการท่องเที่ยว ประชาชนชาวบ้าน และเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ทั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างดังกล่าวจะเข้าร่วมเวทีถ่ายทอดและขยายผลรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง

1.3.2 ขอบเขตด้านเนื้อหา

คณะผู้วิจัยมุ่งเน้นศึกษาในประเด็นที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1) การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่ พฤติกรรมการท่องเที่ยว และความต้องการในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานในเขตเมืองรองภาคเหนือตอนบน

2) การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่

2.1) สภาพการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ประกอบด้วย (1) ด้านความศรัทธาต่อเกจิอาจารย์และความเชื่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ (2) ด้านวัฒนธรรมวิถีพุทธและประเพณีท้องถิ่น (3) ด้านประวัติศาสตร์และพุทธศิลปกรรม (4) ด้านกิจกรรมบนเส้นทางแสวงบุญ และ (5) ด้านการปฏิบัติธรรม

2.2) หลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อการเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง ประกอบด้วย (1) หลักภavana (2) หลักอริยสัจ (3) หลักไตรลักษณ์ (4) หลักโลกธรรม (5) หลักปฬิโพธ (6) หลักสมาธิ (7) หลักมหาสติปัฏฐาน (8) หลักสมถกรรมฐาน (9) หลักวิปัสสนากรรมฐาน

2.3) แนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุ ประกอบด้วยความสุข 5 มิติ ได้แก่ (1) สุขสบาย (Health) (2) สุขสนุก (Recreation) (3) สุขสง่า (Integrity) (4) สุขสว่าง (Cognition) และ (5) สุขสงบ (Peacefulness)

1.3.3 ขอบเขตด้านพื้นที่

คณะผู้วิจัยได้กำหนดบริบทพื้นที่วิจัยและศึกษาข้อมูลภาคสนามตามแหล่งท่องเที่ยวของวัด ซึ่งเป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ในพื้นที่เขตท่องเที่ยวเมืองรองภาคเหนือตอนบน (เชียงราย ลำพูน ลำปาง แม่ฮ่องสอน แพร่ น่าน พะเยา) จำนวน 7 จังหวัดๆ ละ 10 วัด ดังนี้

1) วัดในเขตพื้นที่จังหวัดเชียงราย ได้แก่ วัดร่องชุ่น ตำบลป่าอ้อดอนชัย อำเภอเมือง, วัดร่องเสือเต้น ตำบลริมกก อำเภอเมือง, วัดพระธาตุดอยตุง ตำบลห้วยไคร้ อำเภอแม่สาย,

วัดพระธาตุคอกยอทอง ตำบลเวียง อำเภอเมือง, วัดพระแก้ว ตำบลเวียง อำเภอเมือง, วัดพระธาตุเจดีย์หลวง ตำบลเวียง อำเภอเชียงแสน, วัดห้วยปลากั้ง ตำบลริมกก อำเภอเมือง, วัดมิ่งเมือง ตำบลเวียง อำเภอเมือง, วัดพระสิงห์ ตำบลเวียง อำเภอเมือง, วัดแสงแก้วโพธิญาณ ตำบลเจดีย์หลวง อำเภอแม่สรวย

2) วัดในเขตพื้นที่จังหวัดลำพูน ได้แก่ วัดพระธาตุอินทร์แขวน ตำบลป่าสัก อำเภอเมือง, วัดมหาวัน ตำบลในเมือง อำเภอเมือง, วัดจามเทวี ตำบลในเมือง อำเภอเมือง, วัดพระธาตุหริภุญชัย ตำบลศรีบัวบาน อำเภอเมือง, วัดพระยืน ตำบลเวียงยอง อำเภอเมือง, วัดพระพุทธรบาทห้วยต้ม ตำบลนาทราย อำเภอลี้, วัดพระพุทธรบาท วัดสันป่ายางหลวง ตำบลในเมือง อำเภอเมือง, วัดพระพุทธรบาทตากผ้า ตำบลมะกอก อำเภอป่าซาง, วัดพระธาตุผาหมาม ตำบลป่าไผ่ อำเภอลี้, วัดหนองเงือก ตำบลแม่แรง อำเภอป่าซาง

3) วัดในเขตพื้นที่จังหวัดลำปาง ได้แก่ วัดพระแก้วดอนเต้า ตำบลเวียงเหนือ อำเภอเมือง, วัดพระพุทธรบาทปูผาแดง อำเภอแจ้ห่ม, วัดศรีรองเมือง ตำบลสบตุ๋ย อำเภอเมือง, วัดพระธาตุลำปางหลวง ตำบลลำปางหลวง อำเภอเกาะคา, วัดพระแก้วดอนเต้าสุชาดาราม ตำบลเวียงเหนือ อำเภอเมือง, วัดพระธาตุเสด็จ ตำบลเสด็จ อำเภอเมือง, วัดพระธาตุจอมปิง ตำบลนาแก้ว อำเภอเกาะคา, วัดศาสนโชติการาม ตำบลหัวเวียง อำเภอเมือง, วัดจองคำ ตำบลบ้านหวด อำเภองาว, วัดปงยางคก ตำบลปงยางคก อำเภอห้างฉัตร

4) วัดในเขตพื้นที่จังหวัดแม่ฮ่องสอน ได้แก่ วัดพระธาตุคอกยอทอง ตำบลจองคำ อำเภอเมือง, วัดศรีดอนชัย ตำบลเวียงเหนือ อำเภอปาย, วัดจองคำ ตำบลจองคำ อำเภอเมือง, วัดพระธาตุแม่เย็น ตำบลแม่ฮี้ อำเภอปาย, วัดน้ำฮู ตำบลเวียงใต้ อำเภอปาย, วัดหลวง ตำบลเวียงใต้ อำเภอปาย, วัดชูทองแป่ ตำบลปางหมู อำเภอเมือง, วัดหัวเวียง ตำบลจองคำ อำเภอเมือง, วัดก้าก้อ ตำบลจองคำ อำเภอเมือง, วัดจองกลาง ตำบลจองคำ อำเภอเมือง

5) วัดในเขตพื้นที่จังหวัดแพร่ ได้แก่ วัดพระธาตุสุโทนมงคลคีรี ตำบลไทรย้อย อำเภอเด่นชัย, วัดจอมสวรรค์ ตำบลในเวียง อำเภอเมือง, วัดพระนอน ตำบลในเวียง อำเภอเมือง, วัดพระธาตุจอมแจ้ง ตำบลช่อแฮ อำเภอเมือง, วัดพระบาทมิ่งเมือง ตำบลในเวียง อำเภอเมือง, วัดศรีดอนคำ ตำบลห้วยอ้อ อำเภอลอง, วัดพระธาตุถิ่นแถนหลวง ตำบลบ้านถิ่น อำเภอเมือง, วัดพระธาตุอินทร์แขวนจำลอง ตำบลสวนเขื่อน อำเภอเมือง, วัดพระธาตุคอกยอเล็ก ตำบลช่อแฮ อำเภอเมือง, วัดพงษ์สุนันท์ ตำบลในเวียง อำเภอเมือง

6) วัดในเขตพื้นที่จังหวัดน่าน ได้แก่ วัดพระธาตุช้างค้ำ ตำบลในเวียง อำเภอเมือง, วัดพระธาตุเขาน้อย ตำบลคูใต้ อำเภอเมือง, วัดภูมินทร์ บ้านภูมินทร์ อำเภอเมือง, วัดพระธาตุแช่แห้ง ตำบลม่วงตึ๊ด อำเภอภูเพียง, วัดศรีพันต้น ตำบลในเวียง อำเภอเมือง, วัดมิ่งเมือง ตำบลในเวียง อำเภอเมือง

เมือง, วัดหนองบัว ตำบลป่าคา อำเภอท่าวังผา, วัดสวนตาล ตำบลในเวียง อำเภอเมือง, วัดพญาวัน ตำบลคู้ใต้ อำเภอเมือง, วัดภูเก็ต ตำบลวรรณคร อำเภอป่า

7) วัดในเขตพื้นที่จังหวัดพะเยา ได้แก่ วัดอนาลโย ตำบลสันป่าม่วง อำเภอเมือง, วัดพระธาตุจอมทอง ตำบลเวียง อำเภอเมือง, วัดศรีโคมคำ ตำบลเวียง อำเภอเมือง, วัดติโลกอาราม ตำบลเวียง อำเภอเมือง, วัดนันทาราม ตำบลห้วยวน อำเภอเชียงคำ, วัดพระนั่งดิน ตำบลเวียง อำเภอเชียงคำ, วัดราชคฤห์ ตำบลเวียง อำเภอเมือง, วัดพระธาตุจอมศีล ตำบลบ้านถ้ำ อำเภอดอกคำใต้, วัดพระธาตุขิงแกง ตำบลพระธาตุขิงแกง อำเภอจุน, วัดแสนเมืองมา ตำบลห้วยวน อำเภอเชียงคำ

พื้นที่การวิจัยดังกล่าวเป็นแหล่งท่องเที่ยวทางศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน มีชื่อเสียงและเป็นที่ยอมรับของนักท่องเที่ยว รวมทั้งทางวัดมีความพร้อมเพื่อให้คณะผู้วิจัยทดลองใช้รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญ โดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง

1.3.4 ขอบเขตด้านเวลา

ตั้งแต่เดือนตุลาคม พ.ศ. 2563 ถึง เดือนกันยายน พ.ศ. 2564

1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1.4.1 ได้ชุดองค์ความรู้และรูปแบบการจัดการท่องเที่ยวแสวงบุญของผู้สูงอายุ เพื่อรองรับความต้องการในการท่องเที่ยวของผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งสามารถนำแนวทางการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญและจัดกิจกรรมสะพานบุญไปใช้ให้เกิดประโยชน์เพื่อร่วมเป็นส่วนหนึ่งในเส้นทางแสวงบุญที่มีคุณค่ารองรับนักท่องเที่ยวกลุ่มผู้สูงอายุ

1.4.2 ทำให้ผู้สูงอายุเกิดภูมิคุ้มกันและภูมิต้านทานภายในจิตใจที่เข้มแข็งผ่านการท่องเที่ยวของวัด การปฏิบัติธรรมกรรมฐาน การทำกิจกรรมในชุมชน ฝึกอบรมโดยอาศัยหลักการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและหลักพุทธธรรมบำบัดมาประยุกต์ใช้ให้ร่วมสมัย ช่วยลดปัญหาสุขภาพจิตของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพังซึ่งเกิดจากความเครียดและภาวะซึมเศร้าจากสถานการณ์ต่าง ๆ รวมทั้งเป็นการส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้สูงอายุไม่ให้เกิดความว้าเหว ก่อให้เกิดการมีสุขภาวะที่สมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ

1.4.3 วัดและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยว สามารถนำผลการวิจัยไปใช้ในการกำหนดนโยบาย เพื่อนำมาเป็นข้อมูลในวางแผนและยกระดับการบริหารจัดการท่องเที่ยวแก่นักท่องเที่ยว จัดทำเป็นแผนยุทธศาสตร์ในการดำเนินงานของวัดและหน่วยงาน โดยให้ความสำคัญกับการพัฒนาพื้นที่ให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวทางด้านศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานที่มีความพร้อมในทุกมิติเพื่อตอบสนอง ความต้องการของนักท่องเที่ยวได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.5 คำนิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

การพัฒนารูปแบบ หมายถึง การสร้างและพัฒนาแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญโดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัด เพื่อนำไปเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง โดยมีขั้นตอนการพัฒนาประกอบด้วย (1) การศึกษาสภาพปัจจุบัน (2) การสร้างรูปแบบ (3) การตรวจสอบความเหมาะสมของรูปแบบ (4) การทดลองใช้รูปแบบ และ (5) การประเมินผลรูปแบบ

การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง การเดินทางไปยังศาสนสถานทางพระพุทธศาสนาเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจและตอบสนองทางความเชื่อส่วนบุคคล รวมทั้งการปฏิบัติธรรมเพื่อความสงบใจ ประกอบด้วย (1) ด้านความศรัทธาต่อเกจิอาจารย์และความเชื่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ (2) ด้านวัฒนธรรมวิถีพุทธและประเพณีท้องถิ่น (3) ด้านประวัติศาสตร์และพุทธศิลปกรรม (4) ด้านกิจกรรมบนเส้นทางแสวงบุญ และ (5) ด้านการปฏิบัติธรรม

พฤติกรรมการท่องเที่ยว หมายถึง พฤติกรรมการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่เดินทางเข้ามาท่องเที่ยวในพื้นที่แหล่งท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนา เป็นการปฏิบัติตัวของนักท่องเที่ยวที่แสดงออกในขณะที่เดินทางท่องเที่ยว อาจแสดงออกได้หลายรูปแบบเช่น คำพูด สีหน้า การกระทำหรือท่าทาง เป็นต้น ซึ่งการแสดงออกเหล่านี้อาจมีรากฐานมาจากอุปนิสัยหรือความต้องการของแต่ละบุคคล ที่อาจจะคล้ายคลึงกันหรือแตกต่างกัน หรืออาจเกิดจากสิ่งแวดล้อมหรือประสบการณ์ของแต่ละบุคคลที่ได้รับในขณะนั้น

ความต้องการการท่องเที่ยว หมายถึง เป้าหมายหรือความปรารถนาของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่จะได้รับการตอบสนองตามความต้องการ โดยการวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาความต้องการองค์ประกอบของการท่องเที่ยว 6 ด้านได้แก่ (1) ด้านแหล่งท่องเที่ยวและสิ่งดึงดูดใจ (2) ด้านบุคลากรและการบริการ (3) ด้านกิจกรรมและการประชาสัมพันธ์ (4) ด้านด้านสิ่งอำนวยความสะดวกและที่พัก (5) ด้านการเข้าถึงและความปลอดภัย และ (6) ด้านการปฏิบัติธรรม

หลักพุทธธรรมบำบัด หมายถึง หลักธรรมที่เป็นคำสั่งสอนของผู้ตรัสรู้ อันหมายถึง พระพุทธเจ้าและเป็นข้อปฏิบัติอันเป็นแนวทางที่จะทำให้มนุษย์มีความประพฤติปฏิบัติชอบ และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ตามความเหมาะสมตามฐานะและภาวะของแต่ละบุคคล เพื่อเข้าถึงสมดุลของชีวิตทั้งทางกาย จิต สังคมและปัญญา โดยการวิจัยครั้งนี้เป็นการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ใช้เป็นแนวทางบูรณาการบำบัดจิตใจ เพื่อการเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง

ผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง หมายถึง ผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพังคนเดียวแบบถาวรไม่มีลูกหลานอยู่ด้วย หรืออยู่ตามตามลำพังในชีวิตประจำวันหรือบางวันบางเวลาที่ลูกหลานไปทำงาน ทำให้เกิดความรู้สึกว่าเหวหมดหวังในชีวิต ในด้านสัมพันธ์สภาพทางสังคมผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ตามลำพังจะมี

ความเชื่อมั่นในตนเองลดลง ส่งผลให้เกิดการแยกตัวออกจากสังคม ถือได้ว่าเป็นผู้ที่มีความเปราะบาง ในการดำรงชีวิต หากผู้สูงอายุผู้นั้นไม่ได้มีการเตรียมความพร้อมให้กับตนเองไว้ล่วงหน้า ผลกระทบ อาจไม่อยู่เฉพาะแค่ตัวบุคคล แต่จะส่งผลกระทบต่อชุมชนและสังคมโดยรอบผู้สูงอายุเช่นกัน

การเสริมสร้างสุขภาพ หมายถึง กระบวนการปฏิบัติและสร้างเสริมให้บุคคลเพิ่ม ความสามารถในการดูแลและพัฒนาสุขภาพของตนเองให้ดีขึ้น ก่อให้เกิดภาวะสุขภาพที่สมดุล ทั้ง ทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม ซึ่งส่งผลให้เกิดพฤติกรรมสุขภาพที่ดีและนำไปสู่การมีสุขภาพที่ สมบูรณ์ในที่สุด

การพัฒนาเสริมสร้างสุขภาพและลดความซึมเศร้า หมายถึง การนำรูปแบบการท่องเที่ยวเชิง ศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานมาดำเนินการ ร่วมกับการขับเคลื่อนกิจกรรมบนเส้นทางท่องเที่ยว แสวงบุญและการบูรณาการพุทธธรรมบำบัดตามหลักวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตของ ผู้สูงอายุไม่ให้เกิดความว้าเหว ก่อให้เกิดการมีสุขภาพที่สมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ ลดภาวะซึมเศร้า ของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพังได้อย่างมีประสิทธิภาพ

การเสริมสร้างสุขภาพและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุ หมายถึง การส่งเสริมให้ ผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพังมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี เป็นการพัฒนาความสุขเชิงจิตวิทยาใน ผู้สูงอายุให้สามารถอยู่กับการเปลี่ยนแปลงได้อย่างมีความสุข เกิดภูมิคุ้มกันและภูมิต้านทานภายใน จิตใจที่เข้มแข็งผ่าน การท่องเที่ยววัดและการปฏิบัติธรรมกรรมฐานประกอบด้วยความสุข 5 มิติได้แก่ (1) สุขสบาย (Health) (2) สุขสนุก (Recreation) (3) สุขสง่า (Integrity) (4) สุขสว่าง (Cognition) (5) สุขสงบ (Peacefulness)

เขตท่องเที่ยวเมืองรอง หมายถึง เมืองที่ไม่ได้เป็นเมืองท่องเที่ยวหลัก หรือยังมี นักท่องเที่ยวเข้าไปไม่มากนัก การกระจายรายได้ถึงชุมชนท้องถิ่นจึงแตกต่างกับเมืองท่องเที่ยวหลัก เกณฑ์การพิจารณาความเป็นเมืองรองคือ เมืองดังกล่าวมีนักท่องเที่ยวเข้าไปเที่ยวไม่ถึง 6 ล้านคนต่อปี

ภาคเหนือตอนบน หมายถึง ภาคเหนือตอนบนของประเทศไทย ประกอบด้วย 8 จังหวัด คือ จังหวัดเชียงใหม่ จังหวัดเชียงราย จังหวัดลำพูน จังหวัดลำปาง จังหวัดแพร่ จังหวัดน่าน จังหวัด แม่ฮ่องสอน และจังหวัดพะเยา เป็นพื้นที่ที่มีภูมิประเทศ ภูมิอากาศดีและธรรมชาติที่สวยงาม มีประวัติศาสตร์ที่ยาวนาน และมีประเพณี วัฒนธรรมที่เป็นเอกลักษณ์ เหมาะแก่การเป็นแหล่ง ท่องเที่ยวสำหรับนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ

เมืองรองของภาคเหนือตอนบน หมายถึง เมืองที่ไม่ได้เป็นเมืองท่องเที่ยวหลัก หรือยังมี นักท่องเที่ยวเข้าไปไม่มากนัก การกระจายรายได้ถึงชุมชนท้องถิ่นจึงแตกต่างกับเมืองท่องเที่ยวหลัก เกณฑ์การพิจารณาความเป็นเมืองรองคือ เมืองดังกล่าวมีนักท่องเที่ยวเข้าไปเที่ยวไม่ถึง 6 ล้านคนต่อปี โดยเมืองรองของภาคเหนือตอนบน ประกอบด้วย 7 จังหวัด คือ จังหวัดเชียงราย จังหวัดลำพูน จังหวัดลำปาง จังหวัดแพร่ จังหวัดน่าน จังหวัดแม่ฮ่องสอน และจังหวัดพะเยา

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญโดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง ในเขตท่องเที่ยวเมืองรองภาคเหนือตอนบน” ในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาจากแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องซึ่งมีสาระสำคัญที่จะเป็นประโยชน์ต่อการพิจารณาจัดทำกรอบแนวคิดในการวิจัยครั้งนี้ ดังนี้

- 2.1 แนวคิดเกี่ยวกับรูปแบบ
- 2.2 แนวคิดเกี่ยวกับการท่องเที่ยว
- 2.3 แนวคิดเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน
- 2.4 กลยุทธ์การตลาดการท่องเที่ยว
- 2.5 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ
- 2.6 หลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้า
- 2.7 บริบทพื้นที่
- 2.8 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- 2.9 กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย

2.1 แนวคิดเกี่ยวกับรูปแบบ

2.1.1 ความหมายของรูปแบบ

คำว่า “รูปแบบ” หรือ Model เป็นคำที่ใช้เพื่อสื่อความหมายหลายอย่าง ซึ่งโดยทั่วไปแล้วรูปแบบจะหมายถึงสิ่งหรือวิธีการดำเนินงานที่เป็นต้นแบบอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น แบบจำลอง สิ่งก่อสร้างรูปแบบในการพัฒนาชนบท รูปแบบการพัฒนาการบริหาร เป็นต้น ทั้งนี้ พจนานุกรม Contemporary English ของ Longman (2009: 668) ได้ให้ความหมายไว้ 5 ความหมาย แต่โดยสรุปแล้วจะมี 3 ลักษณะ คือ

- 1) Model หมายถึง สิ่งซึ่งเป็นแบบย่อส่วนของของจริง ซึ่งเท่ากับแบบจำลอง
- 2) Model ที่หมายถึง สิ่งของหรือคนที่นำมาใช้เป็นแบบอย่างในการดำเนินการบางอย่าง เช่น ครูต้นแบบ

- 3) Model หมายถึง รุ่นของผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ

ในพจนานุกรมการศึกษา Good (1973: 128) ได้ให้ความหมายรูปแบบ ดังนี้ รูปแบบ

หมายถึง แบบอย่างของสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างหรือทำซ้ำเป็นตัวอย่างเพื่อการเลียนแบบ เป็นแผนภูมิหรือรูปสามมิติ ซึ่งเป็นตัวแทนของสิ่งใดสิ่งหนึ่งหรือหลักการหรือแนวคิดเป็นชุดของปัจจัยหรือตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน รวมกันเป็นตัวประกอบและเป็นสัญลักษณ์ทางระบบสังคม ตามความหมายดังกล่าว อาจกล่าวได้ว่า รูปแบบ คือแบบจำลองของสิ่งที่เป็น เช่นเดียวกับ Willer (1967: 15) ที่กล่าวว่า รูปแบบ เป็นการสร้างมโนทัศน์เกี่ยวกับชุดของปรากฏการณ์ โดยอาศัยหลักการของระบบรูปนัย โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อทำให้เกิดความกระจ่างชัดของนิยามความสัมพันธ์และประพจน์ ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งรูปแบบที่มีความเที่ยงตรงจะพัฒนาเป็นทฤษฎีต่อไป นอกจากนี้ Stoner and Wankle (1986: 12); Nadler (1980: 72-90); Mescon and Khedouri (1985: 199) ยังได้ให้คำนิยามรูปแบบว่า เป็นการจำลองความจริงของปรากฏการณ์ เพื่ออธิบายปรากฏการณ์ที่มีความสัมพันธ์องค์ประกอบ ที่เป็นกระบวนการของปรากฏการณ์นั้นๆ ให้ง่ายขึ้น แต่สำหรับ Hausser (1980: 132-161) ได้ให้ความหมายที่แตกต่างออกไปโดยที่รูปแบบเป็นสิ่งที่ออกแบบมาเพื่อแสดงถึงองค์ประกอบ และกระบวนการตรวจสอบความแตกต่างระหว่างความสัมพันธ์ในเชิงทฤษฎีกับปรากฏการณ์จริง

ส่วนนักวิชาการของไทย เยาวดี วิบูลย์ศรี (2544 : 2) ได้กล่าวว่า รูปแบบ คือ องค์ประกอบหรือวิธีที่บุคคลใดบุคคลหนึ่งได้ถ่ายทอดความคิด ความเข้าใจ ตลอดจนจินตนาการของคนที่มีต่อปรากฏการณ์หรือเรื่องราวใด ๆ ให้ปรากฏในลักษณะของการสื่อสารในลักษณะใดลักษณะหนึ่ง รูปแบบจึงเป็นแบบจำลองในลักษณะเลียนแบบ หรือเป็นตัวแบบที่ใช้เป็นแบบอย่างเป็นแผนผังหรือแบบแผนของการดำเนินการอย่างใดอย่างหนึ่งต่อเนื่องด้วยความสัมพันธ์เชิงระบบ เช่นเดียวกับ ทิศนา แชมมณี (2545: 218) ที่ได้กล่าวว่า รูปแบบเป็นรูปธรรมของความคิดที่เป็นนามธรรม ซึ่งบุคคลแสดงออกมาใน ลักษณะใดลักษณะหนึ่ง เช่น เปนคำอธิบาย เปนแผนผัง ไตอะแกรมหรือแผนภาพ เพื่อช่วยให้ตนเองและบุคคลอื่นสามารถเข้าใจได้ชัดเจนขึ้น รูปแบบเป็นเครื่องมือทางความคิดที่บุคคลใช้ในการสืบเสาะหาคำตอบ ความรู้ความเข้าใจในปรากฏการณ์ทั้งหลาย

รัตน์ะ บัวสนธ (2552: 124) ให้ความหมายของรูปแบบโดยจำแนกเป็น 3 ความหมาย ดังนี้

1) แผนภาพหรือภาพร่างของสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ยังไม่สมบูรณ์เหมือนของจริง รูปแบบในความหมายนี้มักจะเรียกทับศัพท์ในภาษาไทยว่า “โมเดล” ไตแก โมเดลบ้าน โมเดลรถยนต์ โมเดลเสื้อ เปนตน

2) แบบแผนความสัมพันธ์ของตัวแปร หรือสมการทางคณิตศาสตร์ที่รู้จักกันในชื่อที่เรียกว่า “Mathematical Model”

3) แผนภาพที่แสดงถึงองค์ประกอบการทำงานของสิ่งใดสิ่งหนึ่ง รูปแบบในความหมายนี้บางที่เรียกกันว่า ภาพย่อสวนของทฤษฎีหรือแนวคิดในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง เช่น รูปแบบการสอน รูปแบบการบริหาร รูปแบบการประเมิน เปนตน

แนวคิดเรื่องการใช้รูปแบบหรือโมเดล (Model) เช่นนี้ นักการศึกษานิยมนำมาใช้ในการศึกษาวิจัยเพื่อพัฒนารูปแบบการบริหารขององค์กร ซึ่งบุญชม ศรีสะอาด (2549: 18) ได้ให้ความเห็นว่า การวิจัยที่เน้นการพัฒนารูปแบบเป็นการวิจัยแนวใหม่ที่กำลังได้รับความสนใจมากขึ้น ทั้งนี้เพราะการวิจัยที่ใช้รูปแบบจะช่วยให้ได้ความรู้ที่มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น เป็นการวิจัยที่จะช่วยพัฒนาความรู้ มีความชัดเจนและเป็นระบบ สอดคล้องกับนักวิชาการหลายท่าน ซึ่งได้เสนอความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบ (Model) พอสรุปได้ ดังนี้

1) รูปแบบ หมายถึง การนำเสนอของชุดของกระบวนการ ระบบหรือภายใต้ขอบเขตของการวิเคราะห์ พัฒนา และหรือการปรับเปลี่ยนกระบวนการ เป็นการนำเสนอของข้อมูลกิจกรรมความสัมพันธ์และการบังคับ (Balanced Scorecard Institute, 2015: 59)

2) รูปแบบ หมายถึง สิ่งที่แสดงโครงสร้างของความสัมพันธ์หรือเหตุและผลซึ่งกันและกัน เพื่อช่วยให้เข้าใจข้อเท็จจริงหรือปรากฏการณ์ในเรื่องใดเรื่องหนึ่งโดยเฉพาะ และสามารถใช้อธิบายความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบต่าง ๆ หรือตัวแปรต่าง ๆ ที่มีในปรากฏธรรมชาติหรือในระบบต่าง ๆ (Keeves, 1988: 559-560)

3) รูปแบบ หมายถึง ชุดของทฤษฎีที่ผ่านการทดสอบความตรง (Validity) และความน่าเชื่อถือ (Reliability) แล้วสามารถระบุและพยากรณ์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรโดยวิธีการทางคณิตศาสตร์หรือทางสถิติได้ด้วย (Willer, 1967: 10)

ดังนั้น จึงพอสรุปได้ว่า รูปแบบ หมายถึง การจำลองหรือการย่อส่วนแนวความคิดหรือปรากฏการณ์ต่างๆที่ใกล้เคียงกับความเป็นจริง เพื่อความเข้าใจที่ง่ายขึ้นและเข้าถึงสภาพที่แท้จริงได้อย่างลึกซึ้ง ซึ่งโครงสร้างของรูปแบบนั้นจะต้องมีแนวความคิด และองค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์ต่อเนื่อง และมีความเป็นเหตุเป็นผลซึ่งกันและกัน

จากความหมายดังกล่าว รูปแบบจึงเป็นเรื่องของสิ่งที่แสดงโครงสร้างความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ปัจจัยหรือองค์ประกอบที่สำคัญ อาจเป็นชุดของกระบวนการ ระบบกิจกรรมที่มีความสัมพันธ์หรือมีเหตุผลซึ่งกันและกัน และรูปแบบอาจเป็นทฤษฎีที่ผ่านการทดสอบหรือกระบวนการศึกษาวิจัยและสามารถระบุความสัมพันธ์ของตัวแปรได้ก็ได้ ซึ่งรูปแบบจะมีปัจจัยหรือตัวแปรหรือองค์ประกอบที่สำคัญอะไรบ้าง มากน้อยเพียงใดนั้นไม่ได้มีข้อกำหนดที่แน่นอน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับลักษณะเฉพาะของปรากฏการณ์ที่ผู้สนใจศึกษา รูปแบบจึงเป็นสิ่งที่สร้างหรือพัฒนาขึ้นจากแนวคิดทฤษฎีที่ได้ศึกษามาของผู้สร้างเอง เพื่อถ่ายทอดความสัมพันธ์ขององค์ประกอบ โดยใช้สื่อที่ทำให้เข้าใจได้ง่ายและกระชับถูกต้อง และสามารถตรวจสอบเปรียบเทียบกับปรากฏการณ์จริงได้ เพื่อช่วยให้ตนเองและคนอื่นสามารถเข้าใจได้ชัดเจนขึ้น

2.1.2 ประเภทของรูปแบบ

นักวิชาการหลายท่าน ได้แบ่งประเภทของรูปแบบไว้หลากหลายลักษณะ ซึ่งแตกต่างกันไปตามแนวคิดและลักษณะ ดังนี้

Smith and Other (1980: 78) ได้จำแนกประเภทของรูปแบบออกเป็น 2 รูปแบบได้แก่

1) รูปแบบเชิงกายภาพ (Physical Model) ได้แก่

1.1) รูปแบบคล้ายจริง (Iconic Model) มีลักษณะคล้ายของจริง เช่น เครื่องบินจำลอง หุ่นไล่กา หุ่นตามร้านตัดเสื้อผ้า เป็นต้น

1.2) รูปแบบเหมือนจริง (Analog Model) มีลักษณะคล้ายปรากฏการณ์จริง เช่น การทดลองทางเคมีในห้องปฏิบัติการก่อนจะทำการทดลองจริง เครื่องบินจำลองที่บินได้ หรือ เครื่องฝึกยิง เป็นต้น แบบจำลองชนิดนี้ใกล้เคียงความจริงกว่าแบบแรก

2) รูปแบบเชิงลักษณ์ (Symbolic Model) ได้แก่

2.1) รูปแบบข้อความ (Verbal Model) หรือรูปแบบเชิงคุณภาพ (Qualitative Model) รูปแบบนี้พบมากที่สุด เป็นการใช้อธิบายปฏิกิริยาในการอธิบายโดยย่อ เช่น คำพรรณนา ลักษณะงาน คำอธิบายรายวิชา เป็นต้น

2.2) รูปแบบทางคณิตศาสตร์ (Mathematical Model) หรือรูปแบบเชิงปริมาณ (Quantitative Model) เช่น สมการ และโปรแกรมเชิงเส้น เป็นต้น

นอกจากนี้ Keeves (1988: 58) ยังได้แบ่งประเภทของรูปแบบทางการศึกษาและสังคมศาสตร์ และได้มีพัฒนาการใช้รูปแบบทางการศึกษาเป็น 4 ประเภท คือ

1) รูปแบบเชิงเทียบเคียง (Analogue Model) เป็นรูปแบบที่ใช้การอุปมาอุปมัยเทียบเคียงปรากฏการณ์ซึ่งเป็นรูปแบบ เพื่อสร้างความมั่นใจในปรากฏการณ์ที่เป็นนามธรรม เช่น รูปแบบในการทำนายจำนวนนักเรียนที่จะเข้าสู่ระบบโรงเรียน ซึ่งอนุมานแนวคิดมาจากการเปิดน้ำเข้าและปล่อยน้ำออกจากถัง นักเรียนที่จะเข้าสู่ระบบเปรียบเสมือนกับน้ำที่ไหลเข้าถัง นักเรียนที่ออกจากระบบเปรียบเสมือนกับน้ำที่ไหลออกจากถัง ดังนั้น นักเรียนที่คงอยู่ในระบบจึงเท่ากับนักเรียนที่เข้าสู่ระบบลบด้วยนักเรียนที่ออกจากระบบ เป็นต้น จุดมุ่งหมายของรูปแบบก็เพื่ออธิบายการเปลี่ยนแปลงประชากรนักเรียนของโรงเรียน

2) รูปแบบเชิงข้อความ (Semantic Model) เป็นรูปแบบที่ใช้ภาษาเป็นสื่อในการบรรยายหรืออธิบายปรากฏการณ์ที่ศึกษาด้วยภาษา แผนภูมิ หรือรูปภาพ เพื่อให้โครงสร้างทางความคิด องค์ประกอบ และความสัมพันธ์ขององค์ประกอบของปรากฏการณ์นั้น ๆ และใช้ข้อความในการอธิบายเพื่อให้เกิดความกระจ่างมากขึ้น แต่จุดอ่อนของรูปแบบประเภทนี้คือ ขาดความชัดเจนแน่นอนทำให้ยากแก่การทดสอบรูปแบบ แต่อย่างไรก็ตามก็ได้มีการนำรูปแบบนี้มาใช้ในการศึกษา มาก เช่น รูปแบบการเรียนรู้ในโรงเรียน

3) รูปแบบเชิงคณิตศาสตร์ (Mathematical Model) เป็นรูปแบบที่ใช้สมการทางคณิตศาสตร์ เป็นสื่อในการแสดงความสัมพันธ์ของตัวแปรต่าง ๆ รูปแบบประเภทนี้มีนิยามใช้กันทั้งในสาขาจิตวิทยาและศึกษาศาสตร์ รวมทั้งการบริหารการศึกษา

4) รูปแบบเชิงสาเหตุ (Causal Model) เป็นรูปแบบที่พัฒนามาจากเทคนิคที่เรียกว่าเทคนิคการวิเคราะห์เส้นทาง (Path Analysis) ในการศึกษาเกี่ยวกับพันธุศาสตร์ รูปแบบเชิงสาเหตุทำให้สามารถศึกษารูปแบบเชิงข้อความที่มีตัวแปรสลับซับซ้อนได้ แนวคิดสำคัญของรูปแบบนี้คือต้องสร้างขึ้นจากทฤษฎีที่เกี่ยวข้องหรืองานวิจัยที่มีมาแล้ว รูปแบบจะเขียนในลักษณะสมการเส้นตรง แต่ละสมการแสดงความสัมพันธ์เชิงเหตุเชิงผลระหว่างตัวแปร จากนั้นมีการรวบรวมข้อมูลในสภาพการณ์ที่เป็นจริงเพื่อทดสอบรูปแบบ รูปแบบเชิงสาเหตุแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

4.1) รูปแบบระบบเชิงเส้นเดี่ยว (Recursive Model) เป็นรูปแบบที่แสดงลักษณะความสัมพันธ์รูปแบบเชิงสาเหตุระหว่างตัวแปร ด้วยเส้นโยงที่มีทิศทางของการเป็นสาเหตุในทิศทางเดียว โดยไม่มีความสัมพันธ์ย้อนกลับ

4.2) รูปแบบเชิงสาเหตุเส้นคู่ (Non-recursive Model) คือรูปแบบแสดงลักษณะ ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างตัวแปร โดยมีทิศทางความสัมพันธ์ของตัวแปรภายในตัวแปรตัวหนึ่ง อาจเป็นทั้งตัวแปรเชิงเหตุและเชิงผลพร้อมกันจึงมีทิศทางย้อนกลับได้

ดังนั้น จึงพอสรุปได้ว่า ประเภทของรูปแบบจะแบ่งออกเป็น 3 ลักษณะ ได้แก่ (1) รูปแบบเชิงบรรยาย เป็นการนำเสนอโดยใช้คำบรรยายระบุถึงหลักการหรือตัวแปร และมีคำที่อธิบายถึงปรากฏการณ์ด้วยคำบรรยายความสัมพันธ์ระหว่างแนวคิด หลักการ หรือตัวแปรเหล่านั้น (2) รูปแบบเชิงรูปภาพ เป็นการนำเสนอโดยใช้รูปภาพหรือสัญลักษณ์จำลองแสดงถึงแนวคิดหลักการหรือตัวแปรและลากเส้นโยง ความสัมพันธ์ระหว่างแนวคิด หลักการ หรือตัวแปรเหล่านั้น (3) รูปแบบเชิงคณิตศาสตร์ เป็นการนำเสนอโดยใช้สัญลักษณ์แทนความคิด หลักการ หรือตัวแปร และใช้ฟังก์ชันคณิตศาสตร์เชื่อมโยงความสัมพันธ์ระหว่างแนวคิด หลักการ หรือตัวแปรเหล่านั้น

2.1.3 การพัฒนารูปแบบที่ดี

Keeve (1988: 560) กล่าวถึงหลักการพัฒนารูปแบบที่ดีอย่างกว้าง ๆ เพื่อกำกับการสร้างรูปแบบที่ใช้ประโยชน์ควรมีข้อกำหนด (Requirement) 4 ประการ คือ

1) รูปแบบควรประกอบด้วยขึ้นด้วยความสัมพันธ์อย่างมีโครงสร้าง (Structural Relationship) ระหว่างตัวแปร มากกว่าเน้นความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงแบบธรรมดา (Associative Relationship) อย่างไรก็ตาม ความเชื่อมโยงแบบเส้นตรงแบบธรรมดาทั่วไปนั้นก็ยังมีประโยชน์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการศึกษาวิจัยในช่วงต้นของการพัฒนารูปแบบ

2) รูปแบบควรใช้เป็นแนวทางในการพยากรณ์ ผลที่จะเกิดขึ้นจากการใช้รูปแบบได้สามารถตรวจสอบได้โดยการสังเกตและหาข้อสนับสนุนด้วยข้อมูลเชิงประจักษ์ได้

3) รูปแบบควรจะต้องระบุหรือชี้ให้เห็นถึงกลไกเชิงเหตุผลของเรื่องที่ศึกษา ดังนั้น นอกจากรูปแบบจะเป็นเครื่องมือในการพยากรณ์ได้ ควรใช้ในการอธิบายปรากฏการณ์ได้ด้วย

4) รูปแบบควรเป็นเครื่องมือในการสร้างมโนทัศน์ใหม่และการสร้างความสัมพันธ์ของตัวแปรในลักษณะใหม่ ซึ่งเป็นการขยายองค์ความรู้ในเรื่องที่กำลังศึกษาด้วย

ทั้งนี้ ในการพัฒนารูปแบบนี้ Keeves ได้กล่าวถึงหลักการอย่างกว้าง ๆ ในการสร้างรูปแบบและคุณลักษณะของรูปแบบไว้ 4 ประการคือ

1) รูปแบบควรประกอบด้วยความสัมพันธ์ของตัวแปรอย่างมีโครงสร้าง (Structural Relationship) มากกว่าความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงธรรมดาหรืออย่างแบบรวม ๆ (Associative Relationship) อย่างไรก็ตาม ความเชื่อมโยงเส้นตรงธรรมดาทั่วไปนั้นก็ยังมีประโยชน์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการศึกษาวิจัยในช่วงต้นของการพัฒนารูปแบบ

2) รูปแบบควรใช้เป็นแนวทางการพยากรณ์ผลที่จะเกิดขึ้นจากการใช้รูปแบบได้ ซึ่งสามารถตรวจสอบได้โดยการสังเกต และทดสอบรูปแบบบนพื้นฐานของข้อมูลเชิงประจักษ์ได้

3) รูปแบบควรต้องระบุหรือชี้ให้เห็นกลไกเชิงเหตุผลของเรื่องที่ศึกษา ดังนั้น นอกจากรูปแบบจะเป็นเครื่องมือในการพยากรณ์ได้ ควรใช้ในการอธิบายปรากฏการณ์ได้ด้วย

4) รูปแบบควรเป็นเครื่องมือในการสร้างมโนทัศน์ใหม่ และสร้างความสัมพันธ์ของตัวแปรในลักษณะใหม่ ซึ่งเป็นการเพิ่มองค์ความรู้ในเรื่องที่กำลังศึกษาด้วย

ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า การสร้างหรือพัฒนารูปแบบนี้ ผู้วิจัยจะต้องสร้างหรือพัฒนารูปแบบขึ้นมาก่อน เป็นรูปแบบตามสมมติฐาน โดยการศึกษาค้นคว้าทฤษฎี แนวความคิดรูปแบบ และผลการศึกษาหรือวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งจะช่วยให้สามารถกำหนดองค์ประกอบหรือตัวแปรต่าง ๆ ภายในรูปแบบ รวมทั้งลักษณะและความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบหรือตัวแปรเหล่านั้น หรือลำดับก่อนหลังของแต่ละองค์ประกอบในรูปแบบในการพัฒนารูปแบบนี้ จะต้องใช้หลักเหตุผลเป็นรากฐานสำคัญประกอบกันขึ้นเป็นโครงสร้างของรูปแบบก็ได้

2.1.4 การทดสอบและตรวจสอบรูปแบบ

Elliot Eisner (1976: 192-193) ได้เสนอแนวคิดที่ว่า วิธีการเชิงธรรมชาติ (Naturalistic Approach) ในการประเมินเพื่อเข้าถึงคุณค่าและเกณฑ์ตัดสินคุณค่าตามแนวคิดปรัชญาอัตนัยนิยม (Subjectivism) จะมีความเชื่อว่าวิธีเชิงธรรมชาติเป็นวิธีที่เหมาะสมในการประเมิน โดยการประเมินนั้นจะมีลักษณะที่ยืดหยุ่นสนับสนุนการเก็บรวบรวมข้อมูลในสภาพธรรมชาติ โดยเน้นการสังเกตแบบไม่มีโครงสร้างพยายามวิเคราะห์ข้อมูลโดยอาศัยหลักการเชื่อมโยงเหตุผล การสังเกตและการวิเคราะห์เบื้องต้นจะนำไปสู่การสังเกตและการวิเคราะห์ในขั้นถัดไป จนได้ข้อสรุปเกี่ยวกับคุณค่าของสิ่งที่ประเมิน โดยอาศัยความรู้ความเชี่ยวชาญ และประสบการณ์เป็นเกณฑ์สำคัญในการสรุปผล

จุดมุ่งหมายที่สำคัญของการสร้างรูปแบบเพื่อทดสอบหรือตรวจสอบรูปแบบนั้น ด้วยข้อมูล

เชิงประจักษ์ ซึ่งการทดสอบและตรวจสอบมีหลากหลายวิธี ซึ่งอาจใช้การวิเคราะห์จากหลักฐานเชิงคุณภาพ (Qualitative) และเชิงปริมาณ (Quantitative) โดยที่การตรวจสอบรูปแบบจากหลักฐานเชิงคุณภาพอาจใช้ผู้เชี่ยวชาญเป็นผู้ตรวจสอบ ส่วนการตรวจสอบรูปแบบจากหลักฐานเชิงปริมาณใช้เทคนิคทางสถิติซึ่งการตรวจสอบรูปแบบควรตรวจสอบคุณลักษณะ 2 อย่าง (อุทุมพร จามรมาน, 2541: 22-26) คือ

- 1) การตรวจสอบความมากน้อยของความสัมพันธ์ หรือเหตุผลระหว่างตัวแปร
- 2) การประมาณค่าพารามิเตอร์ของความสัมพันธ์ดังกล่าว ซึ่งการประมาณค่านี้สามารถประมาณข้ามกาลเวลา กลุ่มตัวอย่าง หรือสถานที่ได้ (Across Time, Samples, Sites) หรืออ้างอิงจากกลุ่มตัวอย่างไปหาประชากรก็ได้ โดยผลการตรวจสอบนำไปสู่คำตอบ 2 ข้อคือ การสร้างรูปแบบใหม่ หรือการปรับปรุงหรือพัฒนารูปแบบเดิม

ส่วนแนวคิดของ Eisner (1976: 192-193) ได้เสนอการทดสอบหรือประเมินโดยใช้ผู้ทรงคุณวุฒิ เพราะเห็นว่าการวิจัยทางการศึกษาส่วนใหญ่ ดำเนินการตามหลักการทางวิทยาศาสตร์หรือเชิงปริมาณมากเกินไป และในบางเรื่องก็ต้องการความละเอียดอ่อนมากกว่าการได้ตัวเลขแล้วสรุปเท่านั้น จึงได้เสนอแนวคิดการประเมินโดยผู้ทรงคุณวุฒิไว้ดังนี้

- 1) การประเมินโดยแนวทางนี้ มิได้ประเมินโดยมุ่งเน้นสัมฤทธิ์ผลของเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ ตามรูปแบบของการประเมินแบบอิงเป้าหมาย (Goal Based Model) การตอบสนองปัญหาและความต้องการของผู้ที่เกี่ยวข้องตามรูปแบบของการประเมินแบบสนองตอบ (Responsive Model) หรือการรองรับกระบวนการตัดสินใจตามรูปแบบการประเมินอิงตามการตัดสินใจ (Decision Making Model) อย่างไม่อย่างหนึ่ง แต่การประเมินโดยผู้ทรงคุณวุฒินี้จะมุ่งเน้นการวิเคราะห์วิจารณ์อย่างลึกซึ้งเฉพาะในประเด็นที่ถูกนำมาพิจารณา ซึ่งไม่จำเป็นจะต้องเกี่ยวข้องกับวัตถุประสงค์หรือผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการตัดสินใจเสมอไป แต่อาจจะผสมผสานปัจจัยต่าง ๆ ในการพิจารณาเข้าด้วยกันตามวิจรรย์ญาณของผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อให้ได้ข้อสรุปเกี่ยวกับคุณภาพประสิทธิภาพและความเหมาะสมของสิ่งที่จะทำการประเมิน

- 2) รูปแบบการประเมินที่เน้นความเชี่ยวชาญเฉพาะทาง (Specialization) ที่พัฒนามาจากศิลปวิจารณ์ (Art Criticism) มาใช้เป็นรูปแบบของการประเมิน โดยให้แนวคิดว่าการวิพากษ์วิจารณ์เป็นการใช้วิจรรย์ญาณในการบรรยายคุณภาพของสิ่งที่ศึกษา (Descriptive Aspect) ที่มีความละเอียดอ่อนลึกซึ้งและต้องอาศัยผู้เชี่ยวชาญระดับสูงมาเป็นผู้วินิจฉัย เนื่องจากเป็นการวัดคุณค่าไม่อาจประเมินด้วยเครื่องวัดใด ๆ และต้องใช้ความรู้ความสามารถของผู้ประเมินอย่างแท้จริงในการตัดสินคุณค่า (Evaluative Aspect) แนวคิดนี้ได้นำมาประยุกต์ใช้ในทางการศึกษาระดับสูงมากขึ้น ทั้งนี้เพราะเป็นองค์ความรู้เฉพาะสาขา ผู้ที่ศึกษาเรื่องนั้นจริง ๆ จึงจะทราบและเข้าใจอย่างลึกซึ้ง ดังนั้น ในวงการอุดมศึกษาจึงนิยมนำรูปแบบนี้มาใช้ในเรื่องที่ต้องการความลึกซึ้งและความ

เชี่ยวชาญเฉพาะทางสูง

3) รูปแบบที่ใช้ตัวบุคคล หรือผู้ทรงคุณวุฒิเป็นเครื่องมือในการประเมินโดยให้ความเชื่อถือกับผู้ทรงคุณวุฒิที่เที่ยงธรรมและมีดุลพินิจที่ดี ทั้งนี้มาตรฐานและเกณฑ์พิจารณาต่าง ๆ นั้น จะเกิดขึ้นจากประสบการณ์และความชำนาญของผู้ทรงคุณวุฒินั่นเอง

4) รูปแบบที่ยอมให้มีความยืดหยุ่นในกระบวนการทำงานของผู้ทรงคุณวุฒิตาม อรรถาศัยและความถนัดของแต่ละคน นับตั้งแต่การกำหนดประเด็นสำคัญที่จะนำมาพิจารณา การบ่งชี้ ข้อมูลที่ต้องการ การเก็บรวบรวมข้อมูล การประมวลผล การวินิจฉัยข้อมูล ตลอดจนวิธีการนำเสนอ

จากหลักการสร้างรูปแบบดังกล่าว จะเห็นได้ว่า การพัฒนาหรือการสร้างรูปแบบไม่มี ข้อกำหนดตายตัวว่าจะต้องทำอะไร เช่นเดียวกับ บุญชม ศรีสะอาด (2549: 2) ที่ได้สรุปสาระสำคัญของ การพัฒนารูปแบบไว้ 2 ขั้นตอน ขั้นตอนแรกการสร้างหรือพัฒนารูปแบบ ขั้นที่สองการทดสอบ ความเที่ยงตรง (Validity) ของรูปแบบ ซึ่งในการวิจัยเพื่อพัฒนารูปแบบนั้นได้มีการดำเนินการ 2 ขั้นตอน ขั้นตอนแรกคือ การวิเคราะห์ตามลำดับขั้นแล้วนำองค์ประกอบเหล่านั้นมาสร้างรูปแบบ ตามลำดับขั้น หลังจากนั้นจะเป็นขั้นตอนที่ 2 คือการนำรูปแบบไปทดสอบและประเมินประสิทธิภาพ และประสิทธิผลของรูปแบบ ซึ่งการทดสอบประสิทธิภาพและประสิทธิผลของรูปแบบนั้น สามารถ ตรวจสอบผลของรูปแบบที่ได้ศึกษาขึ้นว่ามีประสิทธิภาพและประสิทธิผลตามที่มุ่งหวังไว้หรือไม่ โดย การใช้แบบประเมินผลที่สร้างขึ้นเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale)

ดังนั้น จากการศึกษาวิเคราะห์ในเรื่องการสร้างรูปแบบ (Model) นั้น ไม่มีข้อกำหนดที่แน่นอนตายตัว แต่สรุปได้ว่า โดยทั่วไปการพัฒนาแบบจำลองจะเริ่มต้นจากการศึกษาองค์ความรู้เกี่ยวกับเรื่องที่จะสร้างหรือต้องการจะพัฒนารูปแบบให้ชัดเจน จากนั้นจึงกำหนดหลักการและ องค์ประกอบของรูปแบบที่จะพัฒนาแล้วสร้างรูปแบบขึ้น และนำรูปแบบนั้นไปตรวจสอบหาความเหมาะสม ความเป็นไปได้หรือทดลองใช้ต่อไป ซึ่งการพัฒนาแบบ (Model Development) ใน การศึกษาวิจัยครั้งนี้จึงเป็นกระบวนการในการสร้างหรือพัฒนารูปแบบ ประกอบด้วย (1) การศึกษา สภาพปัจจุบันของเรื่องที่จะพัฒนารูปแบบ (2) การร่างรูปแบบ (3) ตรวจสอบความเหมาะสมของ รูปแบบ (4) การทดลองใช้รูปแบบ โดยผู้วิจัยจะได้ดำเนินการศึกษาเพื่อพัฒนารูปแบบ การท่องเที่ยว เชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานต่อไป

2.2 แนวคิดเกี่ยวกับการท่องเที่ยว

2.2.1 ความหมายของการท่องเที่ยว

การท่องเที่ยวเป็นกิจกรรมรูปแบบหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตของคน ตั้งแต่อดีต จนถึงปัจจุบัน ในอดีตมนุษย์มักเดินทางด้วยวัตถุประสงค์เพื่อการแสวงหาที่อยู่อาศัยใหม่ หรือเพื่อ การติดต่อ ซื้อขาย แลกเปลี่ยนสินค้า รวมทั้งเดินทางเพื่อเชื่อมความสัมพันธ์ไมตรีระหว่างประเทศ โดย

ในปัจจุบัน การเดินทางเกิดขึ้นจากหลายวัตถุประสงค์ หากเป็นการเดินทางท่องเที่ยว ผู้เดินทางมีความต้องการที่จะไปพักผ่อนหย่อนใจ เพื่อการคลายเครียดและความเพลิดเพลินใจ จากวัตถุประสงค์ของการเดินทางที่มากมาย จึงมีคนที่คำนึงถึงการท่องเที่ยวไว้ดังต่อไปนี้

McIntosh and Goeldner (1986: 4) ได้ให้ความหมายของการท่องเที่ยวว่า หมายถึง ผลของการปรากฏการณ์และความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นมาจากปฏิสัมพันธ์ (การกระทำซึ่งกันและกัน) ของนักท่องเที่ยว ผู้ประกอบการธุรกิจ รัฐบาลและชุมชนผู้เป็นเจ้าของบ้าน เป็นการดึงดูดใจและต้อนรับนักท่องเที่ยวและผู้มาเยือนอื่น ๆ เช่นเดียวกับ Davidson (1993: 28) ได้ให้ความหมายของการท่องเที่ยว คือ การเดินทางออกจากที่พักเป็นการชั่วคราว ระยะเวลาสั้น ๆ เพื่อไปเยี่ยมญาติมิตรหรือวัตถุประสงค์อื่น ๆ ทางด้านการท่องเที่ยว เช่น การพักผ่อน เล่นกีฬา การประชุม สัมมนา เป็นต้น ส่วน Holloway (1983: 3) ได้กล่าวว่า การท่องเที่ยวคือการที่คนเดินทางออกจากที่พักหรือที่ทำงานไปยังสถานที่อื่น ๆ ในระยะเวลาสั้น และคนเหล่านี้จะทำกิจกรรมต่าง ๆ ระหว่างพักอาศัยชั่วคราวในสถานที่ท่องเที่ยว โดยวัตถุประสงค์ของการเดินทางต้องการไปเยี่ยมญาติหรือท่องเที่ยว สอดคล้องกับ จริยญา เจริญสุกใส และสุวัฒน์ จุฑากรณ์ (2545: 72) ซึ่งให้ความหมายของการท่องเที่ยวไว้ว่า การท่องเที่ยว หมายถึง กิจกรรมใดๆที่เกี่ยวข้องกับการเดินทางของบุคคล จากที่อยู่อาศัยปกติไปยังที่อื่นเป็นการชั่วคราวเพื่อวัตถุประสงค์ใด ๆ ที่เกี่ยวกับการหารายได้ ซึ่งกิจกรรมดังกล่าวก่อให้เกิดปรากฏการณ์และความสัมพันธ์ที่เกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่เดินทาง (นักท่องเที่ยวที่มาเยือน) ธุรกิจในอุตสาหกรรมท่องเที่ยวที่ผลิตสินค้า และการบริการเพื่อตอบสนองความต้องการของนักท่องเที่ยว ภาครัฐที่ดูแลการท่องเที่ยวและชุมชนในพื้นที่ท่องเที่ยว

ดังนั้น จึงพอสรุปได้ว่า การท่องเที่ยวเป็นการนันทนาการรูปแบบที่เกิดขึ้นระหว่างเวลาว่างที่มีการเดินทางจากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง ซึ่งหมายถึงการเดินทางจากที่อยู่อาศัยไปยังอีกที่หนึ่งที่เป็นแหล่งท่องเที่ยว เพื่อเปลี่ยนบรรยากาศและสิ่งแวดล้อม โดยมีแรงกระตุ้นจากความต้องการในด้านกายภาพ ด้านวัฒนธรรม ด้านปฏิสัมพันธ์และด้านสถานะหรือเกียรติคุณ

2.2.2 ความสำคัญของการท่องเที่ยว

ปวีณา โทณแก้ว (2542: 1-3) กล่าวถึงความสำคัญของการท่องเที่ยวว่า การท่องเที่ยวจัดเป็นกิจกรรมนันทนาการประเภทหนึ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อมนุษย์ ซึ่งอาจจำแนกออกได้ 3 ด้าน คือ

1) ความสำคัญต่อบุคคล การท่องเที่ยวเป็นสื่อสร้างสรรค์ความสำราญ เพลิดเพลินใจ แก่มนุษย์อันเป็นการช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิต เป็นการเปิดโลกทัศน์ให้มีทัศนคติกว้างไกล สามารถรับและเข้าใจสถานการณ์ที่เป็นจริงเสริมสร้างประสบการณ์ชีวิต ตลอดจนความเข้าใจอันดีระหว่างมนุษยชาติเนื่องจากการท่องเที่ยวนำมาซึ่งโอกาสแห่งการเปลี่ยนวัฒนธรรมของนานาชาติ

2) ความสำคัญต่อสังคม การท่องเที่ยวก่อให้เกิดการสืบทอดทางวัฒนธรรม ตลอดจน

การรักษาเอกลักษณ์ของชาติ นอกจากนั้น ยังมีบทบาทสำคัญในการพัฒนานำความเจริญไปสู่ท้องถิ่น ช่วยพัฒนาระบบคมนาคมขนส่งสาธารณูปโภค มาตรฐานการครองชีพ ตลอดจนคุณภาพชีวิต

3) ความสำคัญต่อเศรษฐกิจ การท่องเที่ยวเป็นแหล่งรายได้สำคัญในรูปเงินตราต่างประเทศ ช่วยสร้างเสถียรภาพให้กับดุลการชำระเงินของประเทศ กระตุ้นการสร้างงานและรายได้แก่ธุรกิจที่เกี่ยวข้องทั้งโดยตรงและโดยอ้อม ก่อให้เกิดการหมุนเวียนของเงินตราและกระจายรายได้แก่ท้องถิ่น รวมทั้งกระตุ้นการผลิตและธุรกิจบริการต่าง ๆ

ปรีชา แดงโรจน์ (2544: 30-31) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการท่องเที่ยวไว้ 3 ด้าน คือ

1) ด้านการพัฒนา (Development) โดยเมื่อเกิดการเดินทางเข้าไปถึงแหล่งท่องเที่ยวการพัฒนาความเจริญไปยังภูมิภาคนั้น ๆ อาทิ ระบบสาธารณูปโภค การคมนาคม โรงแรม ภัตตาคารและร้านค้า

2) ด้านเศรษฐกิจ (Economics) การท่องเที่ยวก่อให้เกิดรายได้ในรูปเงินตราประเทศเป็นจำนวนมากเมื่อเทียบกับการผลิตด้านอื่น ๆ โดยรายได้จากการท่องเที่ยวจะมีผลทวีคูณในการสร้างรายได้หมุนเวียนในระบบเศรษฐกิจเพิ่มขึ้น และจะทำให้ผลผลิตส่วนรวมของประเทศมีค่าทวีกว่า 2 เท่าตัว และการท่องเที่ยวช่วยกระตุ้นให้เกิดผลผลิตหมุนเวียนภายในประเทศ และยังมี การกระจายรายได้ไปสู่ภูมิภาคทำให้เกิดการสร้างงาน สร้างอาชีพ ทั้งทางตรงและทางอ้อม นอกจากนี้ ยังเป็นการลดอัตราการว่างงานทำให้ประชากรมีรายได้เพิ่มขึ้น ซึ่งมีผลต่อประเทศในเรื่องการเพิ่มขึ้นของรายได้ รวมถึงรายได้ของรัฐบาลที่เพิ่มขึ้นในรูปของภาษีอากรประเภทต่าง ๆ

3) ด้านสังคม (Social) การท่องเที่ยวเป็นส่วนหนึ่งในการมนุษยสัมพันธ์ของมนุษย์ในการแลกเปลี่ยนวัฒนธรรม และสร้างความเป็นมิตรไมตรีและความเข้าใจอันดีระหว่างเจ้าของบ้านและแขกผู้มาเยือน โดยการท่องเที่ยวมีบทบาทในการพัฒนาสร้างความเจริญในสังคมให้กับท้องถิ่นนั้น ประชาชนก็มีวิถีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นตามลำดับ อีกทั้งการท่องเที่ยวยังก่อให้เกิดการอนุรักษ์ฟื้นฟูมรดกทางธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม หรือยังก่อให้เกิดความภาคภูมิใจและจิตสำนึกในการอนุรักษ์อีกด้วย นอกจากนี้ การท่องเที่ยวยังช่วยขจัดปัญหาความเปลี่ยนแปลงของชุมชนเมืองกับชุมชนชนบท และที่สำคัญยังเป็นการประชาสัมพันธ์แหล่งท่องเที่ยวขึ้น ๆ ให้เป็นที่รู้จักแก่ประชาชนทั่วไปหรือผู้ที่ไม่เคยเห็นมาก่อน

จากการศึกษาจะเห็นได้ว่า การท่องเที่ยวนั้นมีความสำคัญต่อประเทศเป็นอย่างมาก ไม่ว่าจะเป็นการสร้างรายได้การจ้างงาน สร้างอาชีพ การส่งเสริมให้มีการอนุรักษ์ฟื้นฟูศิลปะ ประเพณีและวัฒนธรรมของท้องถิ่นนั้น ๆ ดังนั้น การส่งเสริมให้เกิดการท่องเที่ยวถือเป็นสำคัญและความจำเป็นสำหรับการพัฒนาประเทศ ไม่ว่าจะเป็นในด้านเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรมและการเมือง

2.2.3 ประเภทของการท่องเที่ยว

การท่องเที่ยวนั้นได้แบ่งออกเป็นหลายประเภท โดยมีนักวิชาการที่ได้แบ่งการท่องเที่ยวหรือ แหล่งท่องเที่ยวไว้แตกต่างกัน ดังนี้

การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (2558: 28) ได้แบ่งตามความสำคัญและสภาพแวดล้อมได้ 12 ประเภทดังนี้

1) แหล่งท่องเที่ยวเชิงนิเวศ (Eco-tourism) หมายถึง แหล่งท่องเที่ยวที่มีลักษณะทางธรรมชาติที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะท้องถิ่น โดยอาจมีเรื่องราวทางวัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับระบบนิเวศที่เกี่ยวข้องโดยการจัดการการท่องเที่ยวในแหล่งนั้น จะต้องมีการเรียนรู้ร่วมกันของผู้ที่เกี่ยวข้อง มีกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้เกี่ยวกับระบบนิเวศนั้น มีการจัดการสิ่งแวดล้อมและการท่องเที่ยวอย่างมีส่วนร่วมของท้องถิ่น เพื่อมุ่งเน้นให้เกิดจิตสำนึกต่อการรักษาระบบนิเวศอย่างยั่งยืน

2) แหล่งท่องเที่ยวทางศิลปะวิทยาการ (Arts and Sciences Educational Attraction Standard) หมายถึง แหล่งท่องเที่ยวหรือกิจกรรมที่สามารถตอบสนองความสนใจพิเศษของนักท่องเที่ยว ซึ่งมีรูปแบบของการท่องเที่ยวที่ชัดเจนเป็นรูปแบบการท่องเที่ยวแบบใหม่ที่เกิดขึ้น แหล่งท่องเที่ยวประเภทนี้สามารถเพิ่มเติมได้อีกมากมายตามความนิยมของคนในแต่ละยุคสมัย เมื่อมีการระบุดว่ากิจกรรมนั้น ๆ สามารถให้ความรู้และดึงดูดนักท่องเที่ยวได้ ปัจจุบันมีปรากฏอยู่หลาย แห่ง ตัวอย่างเช่น พิพิธภัณฑ์เฉพาะทางแหล่งท่องเที่ยวเพื่อการศึกษาทางวิทยาศาสตร์ อุทยานธรรมชาติและเทคโนโลยี่ และ MICE (Meeting & Incentives & Conventions & Exhibitions) เป็นต้น

3) แหล่งท่องเที่ยวทางประวัติศาสตร์ (Historical Attraction) หมายถึง แหล่งท่องเที่ยวที่มีความสำคัญและคุณค่าทางประวัติศาสตร์ โบราณคดี และศาสนา รวมถึงสถานที่หรืออาคารสิ่งก่อสร้างที่มีอายุเก่าแก่ หรือเคยมีเหตุการณ์สำคัญเกิดขึ้นในประวัติศาสตร์ เช่น โบราณสถาน อุทยานประวัติศาสตร์ ชุมชนโบราณ กำแพงเมือง คูเมือง พิพิธภัณฑ์ วัด ศาสนสถาน และสิ่งก่อสร้างที่มีคุณค่าทางศิลปะและสถาปัตยกรรม

4) แหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติ (Natural Attraction) หมายถึง สถานที่ที่เปิดใช้เพื่อการท่องเที่ยว โดยมีทรัพยากรธรรมชาติเป็นสิ่งดึงดูดใจให้นักท่องเที่ยวมาเยือน ซึ่งทรัพยากรธรรมชาติเหล่านี้ อาจจะเป็นความงดงามตามสภาพธรรมชาติ ความแปลกตาของสภาพธรรมชาติ สันฐานที่สำคัญทางธรณีวิทยาและภูมิศาสตร์อันเป็นเอกลักษณ์หรือเป็นสัญลักษณ์ของท้องถิ่นนั้น ๆ สภาพแวดล้อมทางธรรมชาติที่มีลักษณะพิเศษ (Special Environmental Features) หรือสภาพแวดล้อมที่มีคุณค่าทางวิชาการก็ได้

5) แหล่งท่องเที่ยวเพื่อนันทนาการ (Recreational Attraction) หมายถึง แหล่งท่องเที่ยวที่มนุษย์สร้างขึ้น เพื่อการพักผ่อนและเสริมสร้างสุขภาพให้มีความสุข สนุกสนาน รื่นรมย์บันเทิง

และการศึกษาหาความรู้ แม้ไม่มีความสำคัญในแง่ประวัติศาสตร์ โบราณคดี ศาสนาศิลปวัฒนธรรม แต่มีลักษณะเป็นแหล่งท่องเที่ยวร่วมสมัย ตัวอย่างเช่น ย่านบันเทิงหรือสถานบันเทิง สวนสัตว์ สวนสนุกและสวนสาธารณะลักษณะพิเศษ สวนสาธารณะและสนามกีฬา

6) แหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรม (Cultural Attraction) หมายถึง แหล่งท่องเที่ยวที่มีคุณค่าทางศิลปะและขนบธรรมเนียมประเพณีที่บรรพบุรุษได้สร้างสม และถ่ายทอดเป็นมรดกสืบทอดกันมา แหล่งท่องเที่ยวประเภทนี้ประกอบด้วยงานประเพณี วิถีชีวิตความเป็นอยู่ของผู้คน การแสดงศิลปวัฒนธรรม สินค้าพื้นเมือง การแต่งกาย ภาษา ชนเผ่า เป็นต้น ตัวอย่างของแหล่งท่องเที่ยวที่สำคัญของประเทศไทยในประเภทนี้ ได้แก่ ตลาดน้ำดำเนินสะดวกงานแสดงของช้างจังหวัดสุรินทร์ งานร่ม บ่อสร้าง ประเพณีลอยกระทง ประเพณีสงกรานต์ เป็นต้น

7) แหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ ในการจัดทำเกณฑ์มาตรฐานสำหรับแหล่งท่องเที่ยวพุร้อนธรรมชาติ มีจุดประสงค์เพื่อเป็นกรอบแนวทางการจัดการแหล่งท่องเที่ยวประเภทน้ำพุร้อนธรรมชาติอย่างชัดเจน โดยเน้นในด้านการกำหนดมาตรฐานที่จำเป็นสำหรับการบริการต่าง ๆ เนื่องจากการท่องเที่ยวประเภทนี้จะต้องคำนึงถึงด้านความปลอดภัยของนักท่องเที่ยวเป็นสำคัญ และต้องไม่ส่งผลกระทบต่อทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เนื่องจากน้ำพุร้อนจัดเป็นแหล่งท่องเที่ยวประเภทธรรมชาติประเภทหนึ่ง ซึ่งหากไม่มีการกำหนดมาตรฐานที่ชัดเจน การดำเนินกิจกรรมการท่องเที่ยวใด ๆ อาจส่งผลกระทบต่อแหล่งน้ำพุร้อนธรรมชาติได้นอกจากนี้ การจัดทำเกณฑ์มาตรฐานแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนธรรมชาติ ยังมีเป้าหมายเพื่อให้หน่วยงานที่รับผิดชอบดูแลแหล่งท่องเที่ยวได้นำไปใช้ เป็นเครื่องมือในการตรวจสอบมาตรฐานแหล่งท่องเที่ยวของตน และยังสามารถใช้เป็นข้อมูลที่สำคัญเพื่อประกอบการตัดสินใจของนักท่องเที่ยว รวมทั้งเป็นการเพิ่มมาตรฐานแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ น้ำพุร้อนธรรมชาติของประเทศไทยให้เป็นที่ยอมรับทั้งในและต่างประเทศเพิ่มมากขึ้น

8) แหล่งท่องเที่ยวประเภทชายหาด (Beach Attraction) หมายถึง สถานที่ที่เปิดใช้เพื่อการท่องเที่ยว โดยมีชายหาดเป็นทรัพยากรธรรมชาติที่ดึงดูดใจให้นักท่องเที่ยวมาเยือน มีวัตถุประสงค์ เพื่อความเพลิดเพลินและนันทนาการในรูปแบบที่ใกล้ชิดกับธรรมชาติ และอาจเสริมกิจกรรมเพื่อการศึกษาหาความรู้เข้าไปด้วย ซึ่งกิจกรรมการท่องเที่ยวที่เกิดขึ้นบริเวณชายหาด ได้แก่ การเล่นน้ำ การอาบแดด กีฬาทางน้ำ การนั่งพักผ่อน รับประทานอาหาร เป็นต้น

9) แหล่งท่องเที่ยวประเภทน้ำตก หมายถึง สถานที่ที่เปิดใช้เพื่อการท่องเที่ยว โดยมีน้ำตกเป็นทรัพยากรธรรมชาติที่ดึงดูดใจให้นักท่องเที่ยวมาเยือน มีวัตถุประสงค์เพื่อความเพลิดเพลินและนันทนาการในรูปแบบที่ใกล้ชิดกับธรรมชาติ และอาจเสริมกิจกรรมเพื่อการศึกษาหาความรู้เข้าไปด้วย ซึ่งกิจกรรมการท่องเที่ยวที่เกิดขึ้นในแหล่งน้ำตก ได้แก่ การว่ายน้ำ การนั่งพักผ่อน รับประทานอาหาร การเดินสำรวจน้ำตก การล่องแก่ง การดูนก และการตกปลา เป็นต้น

10) แหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติประเภทถ้ำ หมายถึง สถานที่ที่เปิดใช้เพื่อการท่องเที่ยว โดยมีถ้ำเป็นทรัพยากรธรรมชาติที่ดึงดูดใจให้นักท่องเที่ยวที่มาเยือน มีวัตถุประสงค์เพื่อความเพลิดเพลินและนันทนาการในรูปแบบที่ใกล้ชิดกับธรรมชาติ และอาจเสริมกิจกรรมเพื่อการศึกษาหาความรู้เข้าไปด้วย ซึ่งกิจกรรมการท่องเที่ยวที่เกิดขึ้นในแหล่งท่องเที่ยวประเภทถ้ำ ได้แก่ การเข้าชมบรรยากาศและหินงอกหินย้อย การศึกษาด้านโบราณคดีของมนุษย์ยุคต่าง ๆ ที่เคยอาศัยในถ้ำ การนมัสการพระพุทธรูป การให้อาหารสัตว์ การปิกนิกและรับประทานอาหาร เป็นต้น

11) แหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติประเภทเกาะ การประเมินมาตรฐานแหล่งท่องเที่ยวประเภทเกาะสามารถแบ่งได้เป็น 3 องค์ประกอบ ซึ่งมีจำนวนตัวชี้วัดทั้งหมด 47 ตัวชี้วัด โดยแต่ละตัวชี้วัดมีค่าคะแนนสูงสุดเท่ากับ 5 คะแนน จึงมีค่าคะแนนรวมทั้งสิ้น 235 คะแนน โดยการให้คะแนนจะให้ความสำคัญกับองค์ประกอบคุณค่าด้านการท่องเที่ยวและความเสี่ยงต่อการถูกทำลายมากที่สุด เนื่องจากเป็นแรงดึงดูดใจสำคัญสำหรับให้นักท่องเที่ยวเข้าไปเที่ยวชมแหล่งท่องเที่ยว ส่วนองค์ประกอบด้านการบริหารจัดการมีความสำคัญของคะแนนรองลงมา และองค์ประกอบด้านศักยภาพในการพัฒนาด้านการท่องเที่ยวมีความสำคัญของคะแนนน้อยที่สุด

12) แหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติประเภทแก่ง หมายถึง สถานที่ที่เปิดใช้เพื่อการท่องเที่ยว โดยมีแก่งเป็นทรัพยากรธรรมชาติที่ดึงดูดใจให้นักท่องเที่ยวมาเยือน มีวัตถุประสงค์เพื่อความเพลิดเพลินและนันทนาการในรูปแบบที่ใกล้ชิดกับธรรมชาติ โดยมีกิจกรรมการท่องเที่ยวหลัก ได้แก่ การล่องแก่ง การพายเรือ การพักผ่อน และการเดินป่า ซึ่งอาจเสริมกิจกรรมเพื่อการศึกษาธรรมชาติเข้าไปด้วย ได้แก่ การดูนก การสำรวจธรรมชาติ การศึกษาพันธุ์พืชต่าง ๆ เป็นต้น

ดำเกิง โถทอง และคณะ (2550: 17) ได้กล่าวว่า การจำแนกจุดหมายปลายทางของการท่องเที่ยว (Type of Destination) สามารถแบ่งกลุ่มหรือประสบการณ์ที่นักท่องเที่ยวได้รับจากการท่องเที่ยวออกเป็น 6 ประเภท คือ

1) การท่องเที่ยวเพื่อเรียนรู้ชาติพันธุ์ต่าง ๆ (Ethnic Tourism) เป็นการท่องเที่ยวด้วยวัตถุประสงค์ที่จะสังเกตการณ์การแสดงออกทางขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรม รวมถึงแบบแผนการใช้ชีวิตของบุคคลต่างชาติพันธุ์ ซึ่งรวมถึงการไปเพื่อเยี่ยมชมภูมิลำเนาบ้านเกิด การเข้าร่วมพิธีกรรมทางศาสนาต่างๆ

2) การท่องเที่ยวเพื่อวัฒนธรรม (Cultural Tourism) เป็นการเดินทางด้วยวัตถุประสงค์ที่จะสัมผัสและบางกรณีก็เข้าร่วมใช้ชีวิตแบบดั้งเดิมที่ได้สูญหายไปหมดแล้ว กลับมาสร้างสีสันดึงดูดใจนักท่องเที่ยว ซึ่งอาจจัดอาหารงานเทศกาลเครื่องแต่งกายตามประเพณีการรำพื้นบ้าน การแสดงศิลปะ และกิจกรรมโบราณไว้ให้บริการด้วย เป็นต้น

3) การท่องเที่ยวเพื่อประวัติศาสตร์ (Historical Tourist) เป็นการท่องเที่ยวพิพิธภัณฑสถานและโบสถ์เก่าที่เน้นความรุ่งเรืองในอดีต อาจจะเป็นการเยือนอนุสาวรีย์วิหาร

โบราณ วังต่างๆ การแสดงแสงสีเสียงเกี่ยวกับเหตุการณ์ต่างๆ ในประวัติศาสตร์ เป็นต้น

4) การท่องเที่ยวเพื่อสิ่งแวดล้อม (Environmental Tourism) คล้ายคลึงกับการท่องเที่ยวเพื่อชาติพันธุ์กล่าวได้คือ การที่มีการดึงดูดให้นักท่องเที่ยวจากที่อื่นหรือต่างแดน แต่การท่องเที่ยวเพื่อสิ่งแวดล้อมจะต้องการดึงดูดใจที่เป็นสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติให้มากกว่าการที่จะเน้นเรื่องเชื้อชาติเผ่าพันธุ์ รวมถึงการกลับคืนสู่ธรรมชาติและ การชื่นชมต่อความสัมพันธ์ของผู้คนกับพื้นที่ปกปักจัดอยู่ในกลุ่มนี้ด้วย ซึ่งรวมการถ่ายภาพ การเดินทางไกล การปีนเขา การล่องเรือเล็ก และการตั้งแคมป์ เป็นต้น

5) การท่องเที่ยวเพื่อสันทนาการ (Recreational Tourism) เป็นการเข้าร่วมในการแข่งขันกีฬา น้ำพุแร่รักษาโรค การอาบแดด และการเข้าร่วมสมาคมเพื่อผ่อนคลายจิตตามสถานที่ต่าง ๆ เช่น หาดทราย ชายทะเล ชายหาด ที่แนวต้นปาล์มไสว สนามกอล์ฟชั้นนำ หรือสนามเทนนิสที่ทันสมัยจะเป็นการส่งเสริมแหล่งท่องเที่ยวในกลุ่มนี้ และจะทำให้เกิดการดึงดูดใจนักท่องเที่ยวที่ต้องการพักผ่อนโดยเฉพาะ

6) การท่องเที่ยวเพื่อเป็นรางวัลให้แก่ชีวิต (Incentive Tourism) เป็นการท่องเที่ยวที่จัดขึ้นเพื่อเป็นรางวัลแก่พนักงานบริษัทหรือบุคคลใช้แรงงานต่างๆของบริษัท เพื่อเป็นสวัสดิการของหน่วยงานนั้น ทั้งนี้เพื่อการดูงานประชุมสัมมนา ศึกษาหาความรู้ต่าง ๆ และเพื่อสันทนาการ โดยหน่วยงานและบริษัทจะเป็นผู้จัดการเกี่ยวกับค่าใช้จ่ายในการจัดงานทั้งหมด

7) การท่องเที่ยวเพื่อธุรกิจ (Business Tourism) คือ การประชุมหรือพบปะกันหรือประชุมสัมมนา ซึ่งมักจะเอาการท่องเที่ยวประเภทอื่นเข้ามาร่วมอยู่ไว้ด้วยกัน เมื่อมีการท่องเที่ยวเพื่อธุรกิจเกิดขึ้น แหล่งท่องเที่ยวแต่ละแหล่งจะมีการท่องเที่ยวหลายประเภทบางประเภทบางแห่งเป็นแหล่งท่องเที่ยวเพื่อสันทนาการ สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรม ทั้งนี้แล้วแต่ความต้องการของนักท่องเที่ยว

ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า การท่องเที่ยวเป็นกิจกรรมที่มนุษย์ใช้เป็นกิจกรรมนันทนาการ การเรียนรู้ไปในโลกกว้าง ตลอดจนการเสริมสร้างความสัมพันธ์ภายในครอบครัว หรือการศึกษาดูงานในหน่วยงาน บูรณาการหลากหลายรูปแบบและประสบการณ์ในการท่องเที่ยว สามารถแบ่งได้ทั้งหมด 7 ประเภท ได้แก่ การท่องเที่ยวเพื่อชาติพันธุ์การท่องเที่ยวเพื่อวัฒนธรรม การท่องเที่ยวเพื่อประวัติศาสตร์ การท่องเที่ยวเพื่อสิ่งแวดล้อม การท่องเที่ยวเพื่อนันทนาการ การท่องเที่ยวเพื่อธุรกิจ และการท่องเที่ยวเพื่อเป็นรางวัล

2.3 แนวคิดเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

การท่องเที่ยวทั่วไปส่วนใหญ่มีการเรียกประเภทและรูปแบบไปตามลักษณะสำคัญของสถานที่อันเป็นปลายทางว่า เป็นการท่องเที่ยวเชิงนั้นเชิงนี้ซึ่งมีอย่างหลากหลาย และในส่วนของ

การท่องเที่ยวที่หลากหลายนั้น มีการท่องเที่ยวอีกอย่างหนึ่งที่อาศัยความศรัทธาในศาสนาและความสวยงามที่มนุษย์สร้างสรรค์ขึ้น เป็นแรงผลักดันสำคัญสำหรับการเดินทาง เป็นเหตุให้เกิดการท่องเที่ยวเชิงศาสนา ซึ่งการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน หรือการท่องเที่ยวในสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ทางศาสนา ถือได้ว่าเป็นส่วนหนึ่งและเป็นรูปแบบการท่องเที่ยวที่มีความพิเศษของการท่องเที่ยวมรดกทางวัฒนธรรม

2.3.1 ความหมาย

ศุภลักษณ์ อัครางกูล (2551: 99) ได้กล่าวว่า การท่องเที่ยวเชิงศาสนาเป็นการเดินทางโดยมีเหตุผลทางศาสนาเป็นหลัก ถือเป็น การปฏิบัติที่มีมาตั้งแต่ยุคแรก ๆ ซึ่งเหตุผลในการเดินทางที่แท้จริงแล้ว อาจไม่มีการท่องเที่ยวเข้ามาเกี่ยวข้อง แต่ในปัจจุบันนี้ การเดินทางลักษณะนี้จะรวมกิจกรรมอื่นนอกเหนือจากกิจกรรมทางพุทธศาสนา ซึ่งอาจรวมถึงการเดินทางไปสักการะสิ่งศักดิ์สิทธิ์หรือประกอบพิธีกรรม อย่างไรก็ตามกิจกรรมบางอย่างได้ลดความนิยมไปเนื่องจากจำนวนผู้ที่นับถือศาสนาหรือความเชื่อนั้นลดลง สถานที่ประกอบพิธีกรรมทางศาสนาได้มีเพียงผู้ที่นับถือศาสนาเท่านั้นที่เข้าชม หากแต่นักท่องเที่ยวอื่น ๆ ยังให้ความสนใจเข้าร่วมชมความงาม หรือเข้าไปพักผ่อนเข้าไปพักผ่อน สงบจิต สงบใจ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสภาพสังคมที่วุ่นวายในปัจจุบัน ผู้คนนิยมสถานที่ประกอบพิธีทางศาสนาเป็นที่พึ่งพิงทางจิตใจกันมาก

ชญญ วงษ์วิภาค (2547: 29) ได้กล่าวว่า การท่องเที่ยวเชิงศาสนาเป็นแง่มุมเฉพาะอย่างหนึ่งของการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม การท่องเที่ยวเชิงศาสนามีเป้าประสงค์ 2 ประการใหญ่ คือ การท่องเที่ยวพักผ่อนทางกายเหมือนเช่นเดียวกับการท่องเที่ยวบริบทอื่น ๆ ขณะเดียวกันนักท่องเที่ยวเชิงศาสนา ก็แสวงหาความสงบวิเวกทางใจผ่านสื่อกลางทางศาสนาความเชื่อ และความหวังที่จะได้รับการเติมเต็มทางใจในรูปของโชคลาภ จากเครื่องรางของขลังและสิ่งลึกลับที่เชื่อว่าปาฏิหาริย์แฝงอยู่ การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและความเชื่อสิ่งทั้งหลายที่เป็นวัฒนธรรมเกี่ยวคู่กัน โดยเฉพาะการท่องเที่ยวนั้นยังเป็นสิ่งที่ต้องอาศัยทรัพยากรหลากหลาย เพื่อตอบสนองความต้องการท่องเที่ยวได้อย่างครอบคลุม

การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (2550: 12) ได้กล่าวว่า การส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงศาสนาเพื่อเพิ่มทางเลือกให้กับนักท่องเที่ยวหรือผู้ที่สนใจ ที่ต้องการเสริมสร้างความเจริญทางจิตใจ และความเป็นมงคลให้กับชีวิต เพื่อสนับสนุนให้เกิดการบริหารจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงศาสนาให้สอดคล้องประสานกับกิจกรรมการท่องเที่ยวอย่างเป็นระบบ ซึ่งการจัดกิจกรรมส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวัฒนธรรมดังกล่าว นอกจากจะเอื้อประโยชน์ด้านการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์แหล่งท่องเที่ยวทางศาสนาและวัฒนธรรมแล้ว ยังจะมีส่วนช่วยกระตุ้นให้เกิดการเดินทางท่องเที่ยวทางศาสนา รวมทั้งเสริมสร้างสินค้าใหม่ทางการท่องเที่ยวให้เกิดขึ้นเป็นรูปธรรมอีกด้วย

ธนภุต สังข์เฉย (2550: 21) ได้กล่าวถึงการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

หมายถึง การเดินทางท่องเที่ยวไปยังศาสนสถานหรือสถานที่ที่มีความสำคัญทางศาสนา เพื่อเยี่ยมชม การบูชาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ การนมัสการเกจิอาจารย์ รวมไปถึงการทำกิจกรรมด้านศาสนา เช่น การนั่ง วิปัสสนากรรมฐาน การนั่งสมาธิตามสถานที่ที่จัดไว้สำหรับปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา โดยเฉพาะ เพื่อให้นักท่องเที่ยวได้รับความรู้ประวัติความเป็นมาของศาสนสถานต่าง ๆ พร้อมกับสามารถนำ หลักธรรมคำสอนไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน โดยกิจกรรมการท่องเที่ยวทางศาสนา ได้แก่ การเยี่ยมชมวัดวาอารามต่าง ๆ การไปนมัสการพระเกจิอาจารย์และบูชาศาสนสถาน และปฏิบัติ จงกรรมหรือนั่งวิปัสสนากรรมฐาน

จากความหมายข้างต้น ทำให้เห็นลักษณะและแนวทางการปฏิบัติของการท่องเที่ยวเชิง ศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน เป็นการเดินทางท่องเที่ยวที่ก่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ สามารถสร้าง ประโยชน์เกื้อกูล ความดีงามให้เกิดทั้งต่อตนเองและผู้อื่น และถือว่าเป็นการท่องเที่ยวที่ก่อให้เกิด การพัฒนาต่อตนเอง ชุมชน สังคม วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมร่วมกันอย่างสร้างสรรค์ อย่างไรก็ตาม คำว่า การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานในที่นี้ จะใช้ในความหมายว่า “การเดินทางหรือ การจาริกบุญเพื่อศึกษาและปฏิบัติตามหลักธรรมทางพุทธศาสนา ทั้งแนวทางสมถกรรมฐานและ แนวทางวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อกระตุ้นเตือนใจให้เกิดศรัทธาและปัญญาในการพัฒนาทั้งตนเองและ ผู้อื่น อันจะก่อให้เกิดผลหรืออิสรภาพทั้งทางกายและจิตใจ”

ดังนั้น จึงพอสรุปได้ว่า การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง การเดิน ทางสู่สถานที่ตั้งของวัดเพื่อศึกษาธรรมะและบริบททางศาสนาที่เกี่ยวข้อง ทั้งเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ เพื่อการศึกษาและการชื่นชมความงามทางวัฒนธรรม และเพื่อตอบสนองทางความเชื่อส่วนบุคคล รวมทั้ง การปฏิบัติธรรมเพื่อความสงบใจ จากความหมายข้างต้นทำให้เห็นลักษณะและแนวทาง การปฏิบัติของการท่องเที่ยวเชิงพุทธ คือเป็นการเดินทางท่องเที่ยวที่ก่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ สามารถสร้างประโยชน์เกื้อกูล ความดีงามให้เกิดทั้งต่อตนเองและผู้อื่น และถือว่าเป็นการท่องเที่ยวที่ ก่อให้เกิดการพัฒนาต่อตนเอง ชุมชน สังคม วัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อมร่วมกันอย่างสร้างสรรค์

2.3.2 องค์ประกอบ

การท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานมีองค์ประกอบที่สำคัญหลายประการ นอกจากจะมีเรื่องของวัด พระสงฆ์และกิจกรรมต่าง ๆ ที่วัดจัดขึ้นแล้ว ยังมีเรื่องการบริหารจัดการ และอื่นๆอีกหลายประการ กรมการศาสนา (2557: 33-43) ได้กล่าวว่า การท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนา และวิปัสสนากรรมฐาน มีองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องหลายภาคส่วนด้วยกัน ดังนี้

1) ในส่วนของวัดที่ส่งเสริมให้มีการท่องเที่ยว วัดต้องจัดการด้านสถานที่ด้าน บุคลากรของวัด การจัดกิจกรรมภายในวัด จัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยวในวัด จัดการเรื่องของการโฆษณาประชาสัมพันธ์ จัดให้มีเจ้าหน้าที่ประสานงานกับหน่วยงานพัฒนาอื่น ๆ และจัดให้มีการประเมินผล

2) ในส่วนของวัฒนธรรมจังหวัด ต้องทำหน้าที่เป็นศูนย์กลางอำนวยความสะดวกในการบริหารจัดการ และส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาภายในจังหวัด

3) ในส่วนของหน่วยงานองค์กรทุกภาคส่วนชุมชน เช่น หน่วยงานรัฐ เอกชน และสถาบันการศึกษา ต้องให้การสนับสนุนปัจจัยและกำลังคน

4) ในส่วนของกรมการศาสนา จัดทำกรอบแนวทางการดำเนินโครงการนำร่องต่าง ๆ จัดทำเอกสารคู่มือการส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงพุทธ ขอความร่วมมือกับทุกหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง จัดสรรงบประมาณเพื่ออุดหนุนโครงการการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนา เป็นต้น

สุรศักดิ์ ศิลาวรรณา (2550: 2-5) ได้นำเสนอว่า ปัจจัย 3 ประการคือ พระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ เป็นองค์ประกอบสำคัญที่ทำให้วัดมีความแตกต่างไปจากสถานที่อื่น ๆ สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้รวมขึ้นมาเป็นวัด ส่งผลให้วัดกลายเป็นสถานที่ที่พุทธศาสนิกชนได้มาศึกษาหาความรู้จากหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนาผ่านองค์ประกอบต่าง ๆ ของวัด อีกบทบาทหนึ่งของวัดคือ การเป็นสถานที่ท่องเที่ยวสำหรับศึกษาถึงสถาปัตยกรรมและพุทธศิลป์ต่าง ๆ ของคนในชาติและชาวต่างชาติ ส่งผลให้วัดสามารถดึงดูดให้นักท่องเที่ยวต่างชาติต่างศาสนา เดินทางมาเที่ยวชมศิลปะความงามต่าง ๆ ซึ่งวัดจะได้รับความนิยมนจนกลายเป็นสถานที่ท่องเที่ยววันนั้น ขึ้นอยู่กับความสำคัญทางประวัติศาสตร์ ศิลปกรรมต่าง ๆ และชื่อเสียงของวัด เช่น วัดเบญจมบพิตรฯ เป็นต้น และกิจกรรมต่าง ๆ ที่ทางวัดได้จัดขึ้น ถือเป็นสิ่งสำคัญที่สามารถช่วยเผยแผ่พุทธศาสนาให้กับนักท่องเที่ยวที่เดินทางมาท่องเที่ยวได้เป็นอย่างดี กล่าวคือ นักท่องเที่ยวส่วนใหญ่มากกว่า 80 เปอร์เซ็นต์มาวัด มิใช่เพียงเพื่อการทำบุญเพียงอย่างเดียวเท่านั้น แต่มาวัดเพื่อพักผ่อนหย่อนใจหรือร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่ทางวัดได้จัดขึ้น เช่น การทำบุญตักบาตร การฟังเทศน์ การเวียนเทียน และการปฏิบัติธรรมในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา รวมถึงการนำพระพุทธศาสนาไปเผยแพร่ยังต่างประเทศ เป็นต้น ทำให้นักท่องเที่ยวได้รับและซึมซับสิ่งต่าง ๆ ในพระพุทธศาสนา แต่การที่นักท่องเที่ยวจะได้รับและซึมซับความเป็นพระพุทธศาสนา มากหรือน้อยเพียงใดนั้น ขึ้นอยู่กับปัจจัยต่าง ๆ ด้วย เช่น เอกสารเชิญชวน พระสงฆ์ มัคคุเทศก์ และกิจกรรมที่วัดจัดขึ้น เป็นต้น ทั้งนี้ แหล่งท่องเที่ยวเชิงศาสนา แบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1) แหล่งท่องเที่ยวประเภทศาสนสถาน หมายถึง อาคารหรือสิ่งปลูกสร้างที่เกี่ยวข้องกับศาสนา คือ ที่ประดิษฐานรูปเคารพ สถานที่สำหรับบรรดาศาสนิกชนมาประชุมกันเพื่อประกอบพิธีกรรมทางศาสนา ตลอดจนที่พำนักของนักบวชตามศาสนานั้น ๆ ศาสนสถานของศาสนาพุทธ ได้แก่ วัดเจดีย์พระธาตุปรางค์ เช่น วัดพนัญเชิง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เป็นต้น

2) แหล่งท่องเที่ยวประเภทสถานปฏิบัติธรรม หมายถึง สถานที่สำหรับบำบัตจิตใจ โดยการเข้าฝึกปฏิบัติตามแนวทางพุทธศาสนา ได้แก่ การนั่งสมาธิและทำวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อการฝึกฝนจิตใจให้สงบ สถานที่ปฏิบัติธรรม เช่น เสถียรธรรมสถาน สำนักปฏิบัติวิปัสสนา สำนักปฏิบัติธรรมอื่น ๆ เป็นต้น

ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า การเดินทางไปยังสถานที่ที่เกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนา เช่น ไปเยี่ยม ชมโบราณสถาน ไปดูวัด สำนักสงฆ์และสำนักปฏิบัติธรรม จะไปด้วยวัตถุประสงค์ใด ๆ ก็ตามที่เป็นไป ในการพัฒนาชีวิตจิตใจ เช่น ไปบูชาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่ตนเชื่อถือ ไปไหว้พระ ไปร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ทางพระพุทธศาสนาและเพื่อการปฏิบัติธรรมเป็นต้น ถือว่าเป็นการเดินทางท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนาทั้งสิ้น องค์ประกอบต่าง ๆ ของการท่องเที่ยว นอกจากจะมีเรื่องของงานด้านสถาปัตยกรรม งานพุทธศิลป์ และกิจกรรมตามประเพณีแล้ว ต้องมีเรื่องของการจัดการต่าง ๆ เช่นความปลอดภัยของนักท่องเที่ยว เรื่องผลประโยชน์และชุมชน เป็นต้น ซึ่งควรได้รับความร่วมมือกันจากหน่วยงานหลาย ๆ ฝ่าย

2.3.3 รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

ศาสนสถานในศาสนาต่าง ๆ เป็นปลายทางการท่องเที่ยวที่มีผู้มาเยือนเสมอมา แหล่งท่องเที่ยวเหล่านี้จึงมีบทบาททับซ้อนกัน กล่าวคือในยามปกติ ผู้เกี่ยวข้องใช้เป็นที่พักผ่อนพัชและ ผู้มาร่วม ส่วนใหญ่มักได้แก่ชุมชนในละแวกนั้น เหล่านี้ล้วนเป็นปัจจัยดึงดูดให้ผู้มาเยือน และเมื่อการท่องเที่ยวตามสถานที่ที่เกี่ยวข้องกับศาสนาและความเชื่อกลายเป็นกระแส สถานที่เหล่านี้จึงต้อง ปรับบทบาทเพิ่มขึ้น เพื่อตอบสนองความต้องการมาเยือน โดยทั่วไปการปรับบทบาทเช่นนี้ มักเป็นไปในเรื่องของการปรุงแต่งกายภาพของสถานที่และการเพิ่มบริการด้านต่าง ๆ เช่น การให้ข้อมูล ประวัติศาสตร์ความเป็นมาของข้อมูลการติดต่อขอเยี่ยมชม และข้อมูลเกี่ยวกับที่พักในบางกรณีมีการใช้สื่อหลากหลายรูปแบบ

การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานเป็นการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ (Spiritual Tourism) เป็นการท่องเที่ยวที่ประกอบไปด้วยศรัทธาเพื่อไปนมัสการสิ่งที่เคารพในศาสนา การเดินทางไปยังสถานที่สำคัญทางศาสนาพุทธของพุทธศาสนิกชน มิใช่เป็นเพียงการไปเยือนเท่านั้น หากเป็นการปฏิบัติธรรมเพื่อปรับเปลี่ยนภายใน เพื่อให้เห็นและเป็นสิ่งบันดาลใจให้เกิดการเรียนรู้แล้ว เปลี่ยนแปลง เป็นกระบวนการภายในที่นำไปสู่ความตื่น และตระหนักรู้ผ่านการปฏิบัติมากกว่าเพียง การได้ผ่านพบ การเดินทางท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนา ทำให้ผู้เข้าร่วมได้ค้นพบความหมายและคุณค่าที่แท้ของสถานที่ แล้วสามารถนำมาเพื่อการขับเคลื่อนเพื่อการคลี่คลายภายในตน ไม่ว่าจะเป็น เรื่องของศรัทธาสู่ความเอาจริงเอาจังในการปฏิบัติธรรมทั้ง ทาน ศีล สมาธิ จิตและปัญญา (สำนักงาน ปลัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2559: 47) ท่านพุทธทาสมองว่า มนุษย์ต้องเดินทางเพื่อศึกษา และเรียนรู้เพิ่มเติมสิ่งที่มีมนุษย์ควรจะได้ให้เกิดประโยชน์ เมื่อมาที่วัดแล้วก็สามารถให้มนุษย์เติม กำลังใจ มีความผ่อนคลาย มีความเบิกบานทั้งทางกายและทางใจ เป็นการเที่ยวให้ถึงธรรม คือ เที่ยว แล้วได้แง่คิด ได้ข้อธรรม ได้สัมผัส ได้สัมผัส และได้กลับไปใช้เกิดปัญญาทางพระพุทธศาสนา การเดินทางท่องเที่ยวทางศาสนามีลักษณะสำคัญ คือเป็นการท่องเที่ยวแบบจาริกในทางที่ตึงงาม กล่าวคือเป็นการท่องเที่ยวพร้อมกับการบำเพ็ญบุญ เพื่อความเจริญทั้งในทาน ศีล สมาธิปัญญา ศรัทธาในพระพุทธศาสนาให้ยิ่ง ๆ ขึ้น ทั้งเป็นการเดินทางตามคุณลักษณะแห่งชาวพุทธคือใฝ่รู้ใฝ่ศึกษา และ

นำมาปฏิบัติเพื่อประโยชน์ทั้งของตนและของส่วนรวม สำหรับสิ่งที่ควรให้ความสนใจจากการท่องเที่ยวทางธรรม คือสิ่งที่เกี่ยวกับประวัติศาสตร์พระพุทธศาสนาและหลักธรรมคำสอน (บัญชา พงษ์พานิช, 2560: ออนไลน์)

ปัจจุบันการท่องเที่ยวเชิงศาสนา หรือการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ (Spiritual Tourism) กลายเป็นการท่องเที่ยวอีกรูปแบบหนึ่ง ที่ได้รับความนิยมเป็นอย่างมากจากนักท่องเที่ยวทั้งชาวไทยและชาวต่างประเทศในขณะนี้ โดยให้ความสนใจเป็นพิเศษกับวัดกับแหล่งโบราณสถาน เนื่องจากวัดเป็นมรดกทางวัฒนธรรมของประเทศไทยที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัว และมีการถ่ายทอดมรดกทางวัฒนธรรมสืบเนื่องมาเป็นเวลาช้านานแล้ว ซึ่งเป็นไปตามคติความเชื่อที่ถือว่า การได้มาสักการะสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ ร่วมทำบุญ บริจาคทาน จะนำความเป็นสิริมงคลมาสู่ชีวิตและครอบครัวของผู้ที่ได้ไปสักการะขอพร และยังสามารสร้างเสริมกำลังใจให้เกิดขึ้นทำให้จิตใจผ่องใส โดยจะเห็นได้ว่า วัด (Temple) เป็นทรัพยากรการท่องเที่ยวที่สะท้อนให้เห็นถึงอารยธรรม และยังสะท้อนไปถึงร่องรอยวิถีชีวิตในอดีตที่มีลักษณะกลมกลืน (Harmony) มีการดำเนินชีวิตบนพื้นฐานของความศรัทธาในพระพุทธศาสนา ความเชื่อของท้องถิ่นและยังเป็นแหล่งรวมข้อมูลด้านประวัติศาสตร์ การศึกษา ศิลปกรรม สถาปัตยกรรม รวมทั้งเชื่อมโยงความเป็นมาของวัฒนธรรมกับชุมชนและการตั้งถิ่นฐานของชุมชน ล้วนมีคุณค่าต่อจิตใจและความงดงามเป็นที่เลื่อมใสศรัทธาของชาวไทย วัดจึงเป็นแหล่งท่องเที่ยวประเภทหนึ่ง คือ เป็นแหล่งท่องเที่ยวทางประวัติศาสตร์ ถึงแม้จะเป็นแหล่งท่องเที่ยวประเภทที่มนุษย์สร้างขึ้น แต่ก็มีแตกต่างจากแหล่งท่องเที่ยวที่มนุษย์สร้างขึ้นประเภทอื่น ประเทศไทยมีแหล่งท่องเที่ยวทางประวัติศาสตร์จำนวนมากกระจายอยู่ตามภาคต่าง ๆ ทั่วประเทศ และมีความเป็นเอกลักษณ์ทางสถาปัตยกรรมและศิลปกรรมเฉพาะในแต่ละท้องถิ่น ซึ่งเป็นจุดดึงดูดที่สำคัญในด้านการท่องเที่ยวทางประวัติศาสตร์ สำหรับนักท่องเที่ยวทั้งชาวไทยและชาวต่างประเทศที่มุ่งหวังที่จะได้รับความเพลิดเพลิน และได้บุญกุศลไปพร้อม ๆ กัน (กรมการศาสนา กระทรวงวัฒนธรรม, 2557: 19)

การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน ได้จำแนกออกเป็น 2 ลักษณะคือ การเดินทางท่องเที่ยวเชิงศาสนาเพื่อความสบายใจ และการเดินทางท่องเที่ยวเชิงศาสนาเพื่อยกระดับจิตใจ การเดินทางท่องเที่ยวทางศาสนาเพื่อความสบายใจ เป็นการเดินทางท่องเที่ยวที่อยู่ในระดับที่ไม่ลึกซึ้งเท่ากับในอีกรูปแบบหนึ่ง ผู้เดินทางท่องเที่ยวพึงพอใจเพียงแค่นี้ได้ไปถึง ได้สักการะบูชาในสถานที่อันศรัทธา ในบางครั้งมีการเน้นจำนวนโดยไปให้ได้จำนวนสถานที่มาก ๆ อาจจะใช้เวลาภายใน 1 วัน เป็นการท่องเที่ยวที่เน้นถึงความสบายใจ การแก้ไขความไม่สบายใจ รวมทั้งการขอพรสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ความรื่นเริงบันเทิงในประเพณีวัฒนธรรมทางศาสนา ซึ่งในบางครั้งมีศาสนพานิชย์เข้ามาเกี่ยวข้อง เช่น ทัวร์ไหว้พระ 9 วัด ทัวร์เดินทางสักการะสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งในและต่างประเทศ การแสวงบุญ ไหว้พระทำบุญในสถานที่ต่าง ๆ เช่น แสวงบุญเขาชีขูฏ งานกินเจ ภูเก็ต

งานบุญบั้งไฟพญานาค งานแห่เทียนพรรษา งานชักพระ ประเพณีทางภาคใต้ เป็นต้น การเดินทางท่องเที่ยวเชิงศาสนา เพื่อยกระดับจิตใจเป็นการเดินทางท่องเที่ยวที่ลึกซึ้ง ไม่ฉาบฉวยมากกว่าการไปกราบไหว้บูชา เพื่อพบเห็นหรือขอพร มีความใฝ่รู้ ศึกษาแสวงหาความรู้ เกิดแค้นคิดเกิดข้อธรรม เพื่อพัฒนาและยกระดับจิตใจให้ดียิ่ง ๆ ขึ้นไป หรือในระดับที่ลึกซึ้งมาก คือการเดินทางไปเพื่อเรียนรู้ปฏิบัติในสถานที่ใดที่หนึ่งในระยะเวลาหนึ่ง อาจเป็นระยะเวลาช่วงสั้น 3-5 วัน หรือ 7 วันหรือยาวนานกว่านั้น เป็นการส่งสมปัญหาทางศาสนาเพื่อทุกข์ที่ลดลง เช่น เดินทางทัศนศึกษาเที่ยวไปในสถานที่ทางศาสนาต่าง ๆ การเดินทางไปปฏิบัติธรรมในสถานที่ต่าง ๆ (กรมการศาสนา กระทรวงวัฒนธรรม, 2559: 19)

ในประเด็นเดียวกันนี้ ประทีป พืชทองกลาง (2561: 212-241) ได้นำเสนอรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนา 5 ส. เพื่อตอบโจทย์ในการเป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงศาสนาและยังรักษาอัตลักษณ์ความเป็นวัดไว้ได้ ดังนี้

1) ส่งเสริมสติ จุดประสงค์ดั้งเดิมตั้งแต่สมัยพุทธกาลของการสร้างวัด คือเป็นพุทธสถานและที่พักอาศัยของนักบวชในพระพุทธศาสนาและการเผยแผ่ศาสนาเท่านั้น แต่ในปัจจุบันวัดถือเป็นพื้นที่สาธารณะ เป็นสถานที่สร้างแรงบันดาลใจในการทำความคิด สร้างประโยชน์ให้เกิดแก่ตนเองและเพื่อนมนุษย์ วัดอาจจะมีการทำป้าย คำสอน ป้ายสุภาพิต ปรีศนาธรรม หรือการพบปะสนทนาธรรมกับผู้เดินทางเข้ามาในวัด เพื่อให้เกิดสติ ย้อนมาดูกิเลสของตัวเองเพื่อการพัฒนาจิตใจและปัญญาไปสู่เป้าหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนาและดำเนินชีวิตได้

2) สะอาด ด้านกายภาพ วัดต้องมีความสะอาด รื่นรมย์ มีความเป็นธรรมชาติที่จะเอื้อต่อการพัฒนาจิตใจ ซึ่งเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้วัดเป็นแหล่งท่องเที่ยวสร้างสุขได้ ส่วนด้านจิตภาพ วัดต้องเป็นพื้นที่ลด ละกิเลส (ปหานาราม) และเพิ่มพูนบุญกุศล (ภาวนาราม) เพื่อให้เกิดความสะอาดทางจิตใจจากการรักษาศีลและเกิดปัญญาจากการเจริญภาวนา

3) สุขสบาย วัดแบบดั้งเดิมเน้นความเป็นธรรมชาติ มีร่มไม้ มีสายน้ำ มีป่าเป็นส่วนประกอบที่สำคัญ ส่วนเสนาสนะภายในวัดนั้น พระพุทธองค์ทรงอนุญาตให้มีระบบสาธารณูปโภค สิ่งอำนวยความสะดวกตามความเหมาะสม สร้างรั้วกำแพง หรือแนวเขตวัดได้ ไม่สร้างอสังการเกินไบนัก โดยต้องยึดเป้าหมายสำคัญ คือ เป็นสถานที่รื่นรมย์กายและใจ มีพื้นที่สีเขียว มีบุคคลผู้มีคุณธรรมให้พบปะและสนทนาธรรม

4) สงบเย็นใจ วัดควรอยู่ในฐานะที่เป็นศาสนสถานเพื่อปฏิบัติธรรม บำเพ็ญศาสนกิจศาสนพิธีทำให้เกิดความสงบเย็นใจมากกว่าเป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงพหุรชา และมากกว่าการท่องเที่ยวเพื่อหาความสุขที่ผูกติดกับรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส แต่ควรเน้นที่ความสงบเย็นใจจากการเข้าวัดปฏิบัติธรรม เพื่อให้เกิดความสุขภายในที่สัมพันธ์กับความรู้สึกลงทางจิตใจ ความสงบภายในและการเรียนรู้ชีวิต

5) สัปปายะ การพัฒนาวัดให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงศาสนาต้องยึดหลัก 4 ข้อ คือ (1) ถิ่นที่เป็นที่รื่นรมย์ คือถิ่นที่ทำให้เกิดความรู้สึกสดชื่นรื่นรมย์ ชุบชูชีวิต ชื่นกายชูใจ (2) พื้นที่ตั้งเหมาะสม คือ มีทำเล พื้น ที่ บริเวณ แผ่นดินที่สะอาด สดใส ไร้อะไร ไม่รกรุงรัง เรียบร้อย ราบรื่น เดินง่าย ปลอดภัย สบายตา ควรทัศนียภาพน่าชื่นชม (3) การคมนาคมสะดวกปลอดภัย คือ ไม่ไกลเกินไป ไม่ไกลเกินไป เดินทางไปถึงได้สะดวก และ (4) มากมายกัลยาณมิตร คือ ปลอดภัย มีคนดี มีคนที่พึงพาอาศัยได้ที่จะให้ความรู้ ความเข้าใจในหลักธรรมและชีวิต

มูลนิธิหอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ (2559: 70) ได้เสนอว่า รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานในห้วงเวลาที่ผ่านมานี้ ได้มีการส่งเสริม ค้นคว้า วิจัย เพื่อให้เกิดการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและจิตใจในหน่วยงานต่าง ๆ เช่น กรมการศาสนา กระทรวงวัฒนธรรม การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย ในรูปแบบของการจัดทำคู่มือเส้นทางท่องเที่ยว รวมถึงให้ข้อมูลสถานที่และออกแบบเส้นทางท่องเที่ยว เช่น 108 เส้นทางออมบุญเที่ยวทั่วไทยให้ถึงธรรม ความสุขที่แท้บนเส้นทางบุญทั่วไทย เที่ยวไทยถิ่นธรรมะ เรียนรู้แก่นแท้พระพุทธศาสนา แนะนำ สถานที่ปฏิบัติธรรมทั่วประเทศ โดยหอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ หรือสวนโมกข์ ได้ร่วมมือกับการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย ได้ออกแบบเส้นทางและจัดกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงศาสนาขึ้น มี 4 รูปแบบด้วยกัน คือ

1) ท่องเที่ยวตามรอยธรรม คือ ไปดู ไปเรียนรู้ ได้อยู่วัด ได้ผลิตผลิติน ได้เสริมศรัทธา โดยใช้เวลาไม่นานนักตามเส้นทางต่างๆที่ได้ออกแบบในแต่ละครั้ง

2) ท่องเที่ยวอาจารย์บูชา คือ ไปงานตามโอกาสต่าง ๆ เช่น งานอาจารย์ชา อาจารย์มั่น อาจารย์เสาร์ ซึ่งมักเป็นในภาคอีสาน หรืออิงจากวัด อาทิ วัดพระธาตุพนม ที่ได้จัดงานใหม่ขึ้นมา โดยให้ปฏิบัติธรรมกันทั้งคืน โดยบางงานนั้นมืออยู่แล้ว บางงานก็สร้างขึ้นใหม่

3) ท่องเที่ยวปฏิบัติใหญ่ คือ การปฏิบัติเลย

4) การอยู่ปฏิบัติธรรม 3-7 วัน แล้วแต่จังหวะ โอกาส วันหยุด สถานที่ และพระ เช่น วัดป่าสุคะโต ปฏิบัติธรรม 1 อาทิตย์ วัดป่าธรรมทัสสีปฏิบัติธรรม 3 วัน วัดป่าโนนกุศล 2 วัน เป็นต้น

ทั้งนี้ รูปแบบและกิจกรรมการท่องเที่ยวของวัด จะปรากฏตามอัตลักษณ์ที่สำคัญตามคติความเชื่อของพระพุทธศาสนาและความเชื่อของท้องถิ่นแต่ละภูมิภาค และมีกระบวนการจัดการที่แตกต่างกันไปตามอัตลักษณ์ของวัดนั้น ๆ เช่น ภาคใต้ มีรูปแบบกิจกรรมและอัตลักษณ์ที่มีความเป็นมาของด้านประวัติศาสตร์ศรีวิชัย การปฏิบัติธรรมของสายสวนโมกข์ และการเชื่อมโยงกับความเชื่อที่มีต่อเจ้าแม่กวนอิม หรือศาลเจ้าตามคติพุทธศาสนาแบบมหายานและวิถีชีวิตในท้องถิ่น เป็นต้น

ดังนั้น จึงพอสรุปได้ว่า รูปแบบของการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนาสำหรับชาวไทยด้วยกันเองแล้วเป็นการเดินทางไปวัดก็เพื่อทำบุญ ไหว้พระ ชมโบราณสถาน ปฏิบัติกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา และพัฒนาจิตใจ ส่วนชาวต่างชาติเดินทางท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนาด้วยการชมโบราณสถาน โบราณวัตถุและงานพุทธศิลป์ต่าง ๆ มีนักท่องเที่ยวทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติบางส่วนที่ให้ความสนใจเป็นพิเศษกับการเดินทางไปเพื่อการปฏิบัติธรรม ทั้งนี้ ในแต่ละภูมิภาคของประเทศไทยจะมีรูปแบบของกิจกรรมการท่องเที่ยวไปตามความเชื่อและวัฒนธรรม อันเป็นอัตลักษณ์ของตนเองซึ่งเป็นจุดดึงดูดที่สำคัญ

2.3.4 การจัดการท่องเที่ยวตามแนวพระพุทธศาสนา

จากการสำรวจข้อมูลมีการพยายามออกแบบการท่องเที่ยว หรือการเข้าไปกำหนดการท่องเที่ยวโดยใช้ทรัพยากรทางศาสนา เช่น วัด โบราณสถานหรือศาสนสถานในทางศาสนา โดยมีเป้าหมายเป็นการจัดการท่องเที่ยวตามวิถีทางศาสนา หรือการท่องเที่ยวในเชิงของสิ่งที่มีอยู่ในพระพุทธศาสนา ดังปรากฏในงานวิจัยหลายเรื่อง เช่น การส่งเสริมให้เกิดการท่องเที่ยวในวัดพุทธศาสนา หรือการจัด แนวทางการท่องเที่ยวของกลุ่มการท่องเที่ยวตามแนวพุทธที่มีอยู่ ดังที่ นัฐพร เกิดกลาง และคณะ (2553: 78-87) ได้กล่าวว่า วัดเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่ชาวไทยและต่างชาตินิยมเป็นอันดับต้น ๆ โดยเฉพาะวัดที่เป็นแหล่งโบราณสถานสำคัญ เช่น การเที่ยวพระธาตุกลุ่มเจดีย์พระธาตุต่าง ๆ โดยผูกโยงกับวันเดือนปีเกิด เช่น การไหว้พระธาตุ สำหรับกลุ่มเจดีย์ที่เนื่องกับพระพุทธศาสนา และบรมสารีริกธาตุ กลุ่มปฏิบัติธรรมตามสำนักปฏิบัติธรรมสำคัญ ๆ ทั่วประเทศ กลุ่มไหว้พระพุทธรูปสำคัญใจจังหวัดต่าง ๆ เช่น พระพุทธชินราช จังหวัดพิษณุโลก การท่องเที่ยวแหล่งสถานที่สำคัญทางประวัติศาสตร์ ทวีร์วัด ชมวัง แหล่งโบราณสถานหลายแห่งอาจถูกจัดอยู่ในกลุ่มของการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม (Cultural Tourism) การท่องเที่ยวเชิงพุทธ (Buddhist Tourism) การจัดการทรัพยากรวัฒนธรรม (Cultural Management) การจัดการพุทธศิลป์ (Buddhist Arts Management) การเรียนรู้ทางพระพุทธศาสนา/วัฒนธรรมไทย (Learning on Buddhism/Thai Culture) เป็นต้น โดยจำแนกลักษณะการท่องเที่ยวที่ปรากฏเกี่ยวกับวัดในพระพุทธศาสนาได้ ดังนี้

- 1) พระพุทธรูป หมายถึง วัดที่มีแหล่งท่องเที่ยวอันเกี่ยวเนื่องกับพระพุทธรูปสำคัญโดดเด่นเป็นที่ประจักษ์แก่สาธารณะว่ามีความสำคัญทางประวัติศาสตร์และการท่องเที่ยว รวมไปถึงมีวัดอุทยานเป็นที่เคารพสักการะ เช่น พระพุทธรูปสำคัญในประวัติศาสตร์ ได้แก่ พระพุทธชินราช พระพุทธสิหิงค์ พระพุทธโสธร พระพุทธรูปวัดไร่ขิง พระพุทธรูปหลวงพ่อดโต วัดบางพลีใหญ่ พระพุทธรูปหลวงพ่อบ้านแหลม เป็นต้น ซึ่งปรากฏแนวคิดดังกล่าวในงานของพระมหาบุญพิเศษฐ์ จันทร์เมือง (2553: 10-11) ที่นำเสนอไว้ว่า วัด ทรัพยากรทางวัฒนธรรมในพระอารามหลวงชั้นเอกทุกวัด มีศักยภาพโดดเด่น ซึ่งทางภาครัฐพร้อมให้การสนับสนุน ภาคเอกชนมีความสนใจร่วมมือในการจัดการท่องเที่ยว นักท่องเที่ยวยังปลาบปลื้มในความงดงามของพระอาราม

2) เจดีย์/พระธาตุ หมายถึง ศาสนสถานอันเนื่องด้วยวัดในพระพุทธศาสนา หมายถึง เจดีย์สำคัญ พระธาตุ รอยพระบาทที่สำคัญต่อความเชื่อทางศาสนาในแต่ละชุมชน ซึ่งสามารถนำไปสู่ การออกแบบและการจัดการเที่ยว เช่น ทางภาคเหนือจะมีพระธาตุสำคัญ ๆ เนื่องด้วยความเชื่อทาง พระพุทธศาสนาและเป็นภาพจำแก่สังคมไทยในภาพรวม ได้แก่ พระธาตุดอยสุเทพ อนุสาวรีย์ครูบา ศรีวิชัย พระธาตุหริภุญชัย จังหวัดลำพูน พระธาตุลำปางหลวง จังหวัดลำปาง เป็นต้น สำหรับภาค อีสาน ได้แก่ พระธาตุพนมวรมหาวิหาร วัด ธาตุเรณู วัดธาตุศรีคูณ จังหวัดนครพนม พระธาตุขามแก่น จังหวัดขอนแก่น พระธาตุนาดูน จังหวัดมหาสารคาม ภาคกลางก็มีพระปฐมเจดีย์ จังหวัดนครปฐม ภาคใต้ก็มีพระบรมธาตุไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี พระบรมธาตุ จังหวัดนครศรีธรรมราช เป็นต้น พระธาตุที่มีอยู่จำนวนมากในประเทศไทยล้วนเนื่องเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา ส่วนหนึ่งถูกออกแบบ เพื่อการท่องเที่ยว ทั้งการไหว้ นมัสการเพื่อให้เกิดความสวัสดิกับชีวิตและการดำเนินชีวิต หรือกรณี การระลึกถึง เพื่อคุณธรรมภายในต่อการปฏิบัติตนเป็นชาวพุทธที่ดี เป็นต้น (เพ็ญประภา เพชรบุรณิน และศศิธร ป้องเรือ, 2557: 74-86.)

3) สำนักปฏิบัติธรรม หมายถึง การออกแบบศาสนสถานวัดให้สอดคล้องกับ กลุ่มเป้าหมายที่ต้องการการศึกษาปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนา เช่น การปฏิบัติแนวภวนาและ บริกรรมในแบบ อานาปานสติ ก็จะมีสำนักปฏิบัติธรรมในแบบดังกล่าว เช่น สวนโมกข์ การปฏิบัติใน แบบภวนา “ยุบหนอ-พองหนอ” ตามหลักสติปัฏฐาน ก็จะมีเครือข่ายสำนักปฏิบัติจำนวนมาก เช่น วัดอัมพวัน จังหวัดสิงห์บุรี วัดพระธาตุศรีจอมทอง จังหวัด เชียงใหม่ วัดมหาธาตุฯ ท่าพระจันทร์ กรุงเทพมหานคร เป็นต้น หรือรูปแบบการปฏิบัติแบบ “สัมมาอรหัง” ในแบบวัดวัดปากน้ำ ภาษีเจริญ พร้อมเครือข่าย รวมไปถึงการปฏิบัติสติปัฏฐานในแนวพระป่าโดยเฉพาะศิษย์ หลวงปู่มั่น หลวงปู่บัว จังหวัดอุดรธานี หรือศิษย์หลวงพ่อชา สุภทฺโท จังหวัดอุบลราชธานี เป็นต้น

4) พิธีกรรม/ประเพณีทางศาสนา หมายถึง กิจกรรมที่เนื่องด้วยพิธีกรรม เช่น การหล่อพระ การพุทธาภิเษก หรือการถือศีลกินเจ การไหว้ครูบาอาจารย์ งานวันเกิดครูบาอาจารย์ หรือวันครบรอบ วันเกิด วันมรณภาพของเกจิอาจารย์ ภาพลักษณ์เหล่านี้ปรากฏอยู่ในส่วน ของการท่องเที่ยวที่ถูกออกแบบและกำหนดขึ้น เช่นเดียวกับวงศักริธา สุวรรณิน และคณะ (2557: 63-64) ได้นำเสนอไว้ว่าวัดส่วนใหญ่มีภูมิทัศน์ที่สวยงามและมีพื้นที่โล่งกว้าง ส่วนทรัพยากรด้านประวัติศาสตร์ วัฒนธรรมและประเพณี พบว่า วัดส่วนใหญ่มีโบสถ์และพระพุทธรูป ที่สำคัญชุมชนจะจัดประเพณี ร่วมกับวัด เช่น ตักบาตร ทำทานและเวียนเทียนในวันสำคัญทางศาสนา พร้อมทั้งการรณรงค์ให้ ประชาชนรักษาศีล ฟังเทศน์ ฟังธรรมในวันพระและวันสำคัญทางศาสนา สำหรับวัดที่มีนักท่องเที่ยว ทางวัดจะจัดมัคคุเทศก์หรือบุคลากรพาท่องเที่ยวหรือทัศนศึกษา

5) เกจิคณาจารย์ คือ กิจกรรมการท่องเที่ยวเนื่องด้วยตัวบุคคล อันหมายถึงเกจิ คณาจารย์/หรือคณาจารย์เน้นที่ภาพลักษณ์ในเชิงบุคคล การที่คณาจารย์มีศิษย์เฉพาะทาง ทั้งในส่วน

ของสายฤทธิ์ ผ่านวัดธมมมงคลปัทมหารีย์ เช่น หลวงพ่อทวด วัดช้างให้ จังหวัดปัตตานี หลวงพ่อคุณบริสุทธิ์ วัดบ้านไร่ จังหวัดนครราชสีมา หลวงพ่อพูล วัดไผ่ล้อม นครปฐม เป็นต้น รวมไปถึงพระคณาจารย์สายกรรมฐาน สายปฏิบัติ เช่น หลวงพ่อทอง วัดพระธาตุศรีจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ ศิษย์สายหลวงปู่่มั่นสายวัดป่า ในจังหวัดภาคอีสาน หลวงพ่อจรัญ ฐิตธมโม วัดอัมพวัน จังหวัดสิงห์บุรี หรือสวนโมกขพลาราม ในสายปฏิบัติหลวงพ่อกุศลทาส จังหวัดสุราษฎร์ธานี โดยวัดที่มีเกจิอาจารย์อาจมีการเข้าไปจัดการท่องเที่ยวผ่านเครือข่ายของวัดที่เป็นกลุ่มตัวอย่างดังที่กล่าวมา

ดังนั้น แนวคิดการจัดการท่องเที่ยวตามแนวพระพุทธศาสนา จึงเป็นการจัดการท่องเที่ยวที่พยายามเข้าไปออกแบบการจัดการทางพระพุทธศาสนา โดยใช้ทรัพยากร กิจกรรม หรือวิถีธรรมเนียบบางประการที่มีอยู่ในพระพุทธศาสนาอยู่แล้ว เช่น วัด รูปแบบปฏิบัติ หรือธรรมเนียมปฏิบัติที่เนื่องด้วยศาสนา เช่น การจัดการท่องเที่ยววัดสำคัญๆทางพระพุทธศาสนาในประเทศไทย รูปแบบวิถีทางศาสนา ซึ่งเนื่องด้วยกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา สามารถนำแนวคิดทางพระพุทธศาสนาที่เป็นหลักการมานำเสนอ เพื่อเป็นแนวทางว่าจะจัดการท่องเที่ยวร่วมกับศาสนา หรือหน่วยงานศาสนาต้องยึดหลักการ แนวคิดและวิธีปฏิบัติให้ถูกต้องโดยมองเรื่องประโยชน์ของศาสนาเป็นสำคัญ

2.4 กลยุทธ์การตลาดการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

การที่จะนำความสำเร็จมาสู่การบริหารจัดการการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนาได้นั้น จะต้องให้ความสำคัญกับส่วนประสมทางการตลาดที่สามารถวัดผลของการบรรลุความสำเร็จด้านการตลาดได้ในการพัฒนาเพื่อเพิ่มคุณค่าการท่องเที่ยว อันเป็นสิ่งที่จุดประกายให้เกิดการค้นหาคำสำเร็จทางการตลาดท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนา พระมหาสุริยา มะสันเทียะ (2558: 45-52) ได้กล่าวถึงกลยุทธ์การตลาดการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยประกอบไปด้วยกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนา ราคาสมเหตุสมผล ความสะดวกสบายของสถานที่ การส่งเสริมการตลาดท่องเที่ยวบุคลากรทางการท่องเที่ยว กระบวนการบริการ สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ และการจัดชุดโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนา ดังมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1) กิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนา นักท่องเที่ยวมีความชื่นชอบในกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนาต่าง ๆ เช่น การเข้าร่วมพิธีกรรม การเป็นที่พึ่งทางใจ การพักผ่อนหย่อนใจ การสืบทอดพระพุทธศาสนา และการเช่าวัตถุมงคลและสินค้าทางการท่องเที่ยวประจำท้องถิ่นในรูปแบบของงานศิลปะพื้นบ้าน และเยี่ยมชมศูนย์การเรียนรู้ทางการท่องเที่ยว นักท่องเที่ยวจะมีการเลือกกิจกรรมที่แตกต่างกันไปตามฤดูกาลที่แตกต่างกันไป และมีการตั้งข้อสังเกตว่า การเดินทางท่องเที่ยวและทำกิจกรรมตามฤดูกาลเฉพาะ จะขึ้นอยู่กับกิจกรรมที่ได้รับความนิยมในแต่ละสถานที่ นักท่องเที่ยวมีแนวโน้มที่จะเลือกกิจกรรมชายหาดในช่วงฤดูร้อน เป็นวันหยุดพักผ่อนของครอบครัว (Calatone & Johar (1984: 14-24) ส่วนกิจกรรมท่องเที่ยวพุทธศาสนานั้น สำหรับนักท่องเที่ยว

ชาวพุทธควรเข้าร่วมกิจกรรม วันสำคัญทางศาสนา เช่น วันมาฆบูชา วันวิสาขบูชา วันอาสาฬหบูชา วันอัฐมีบูชา วันเข้าพรรษา วันออกพรรษา มอบทุนการศึกษา ทำบุญให้ทาน ถวายสังฆทาน วันอัมมัสสวนะ ปฏิบัติธรรม รักษาศีลอุโบสถ บวชนาค บวชนาคเฉลิมพระเกียรติ บวชเนรมิตฤดูร้อน งานประจำปี ทอดกฐิน ทอดผ้าป่า แห่เทียนเข้าพรรษา งานผูกพัทธสีมา ซึ่งเป็นหน้าที่ของชาวพุทธโดยตรง

2) ราคาสมเหตุสมผล ราคาผลิตภัณฑ์ทางการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนา คือ จำนวนเงินที่นักท่องเที่ยวต้องจ่ายสำหรับการซื้อสินค้าหรือบริการจากการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนา จะมีบทบาทต่อ ผู้ซื้อสามารถเปลี่ยนแปลงกิจกรรมการซื้อของผู้บริโภคได้ ราคายังมีบทบาทต่อองค์การธุรกิจเป็นตัวกำหนดว่าธุรกิจจะอยู่รอดหรือไม่ นอกจากนี้ ราคายังมีบทบาทในเชิงกลยุทธ์ทำให้เกิดคุณค่าในตัว ผลิตภัณฑ์ ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการกำหนดราคาผลิตภัณฑ์ท่องเที่ยว ประกอบด้วย ปัจจัยภายนอก ได้แก่ ความต้องการของตลาด ลักษณะของลูกค้า/ลูกค้าเป้าหมาย การแข่งขัน สภาพเศรษฐกิจ ปัจจัย แวดล้อมอื่น ๆ และปัจจัยภายใน เช่น วัตถุประสงค์ของกิจการ ประเภทและลักษณะของผลิตภัณฑ์ ต้นทุน ภาพลักษณ์หรือตำแหน่งผลิตภัณฑ์ของธุรกิจ วิธีการกำหนดราคาผลิตภัณฑ์ทางการท่องเที่ยว สามารถดำเนินการได้หลายวิธี ได้แก่ การกำหนดราคาโดยพิจารณาต้นทุนเป็นเกณฑ์ การวิเคราะห์จุดคุ้มทุน การกำหนดจากกำไรตามเป้าหมายการพิจารณาคูค้าเป็นเกณฑ์และพิจารณาจากคู่แข่ง

นอกจากนี้ กลยุทธ์การตั้งราคาสำหรับผลิตภัณฑ์ทางการท่องเที่ยวยังสามารถแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะคือ กลยุทธ์การตั้งราคาสำหรับผลิตภัณฑ์ใหม่ และกลยุทธ์การตั้งราคาสำหรับผลิตภัณฑ์ที่มีอยู่เดิม การเปลี่ยนแปลงราคาผลิตภัณฑ์ทางการท่องเที่ยวกับผลิตภัณฑ์ทางการท่องเที่ยวอาจเกิดจากหลายปัจจัย เช่น ต้นทุน ความต้องการของตลาด การแข่งขัน และวงจรชีวิตผลิตภัณฑ์ สำหรับการตั้งราคาขายสินค้าและบริการทางการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนานั้น ผู้ประกอบการทางการท่องเที่ยวในประเทศไทยต้องมีการตั้งราคาสินค้าที่มีความสมเหตุสมผลราคาที่เหมาะสม และมีความเป็นมาตรฐาน ไม่เอาर्डเอาเปรียบนักท่องเที่ยว ไม่ควรตั้งราคาขายสูงจนเกินไป ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Gunn (1989: 18-23); Chon (1990: 2-9); Fakeye & Crompton (1991: 10-16) พบว่า ประเทศไทยมีความคุ้มค่าด้านราคาทางการท่องเที่ยวและราคาในการพักโรงแรม รวมถึงราคาสินค้าทางการท่องเที่ยว ทั้งนี้ในบางครั้งผู้ประกอบการมีการตั้งราคาในอัตราสำหรับนักท่องเที่ยวต่างชาติ โดยผู้ประกอบการได้ตั้งราคาขายที่สูงเกินความเป็นจริงมาก ทำให้นักท่องเที่ยวต่างชาติเกิดความรู้สึกว่าโดนเอาर्डเอาเปรียบจากคนไทย ทำให้ภาพลักษณ์โดยรวมของประเทศเสียหายไปด้วย โดยส่วนใหญ่ราคาทางการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนาจะไม่มีกำหนดหรือตั้งราคาสินค้าทางการท่องเที่ยว โดยภาพรวมจะมีการตีป้ายประกาศเกี่ยวกับราคาของสินค้าว่า นักท่องเที่ยวสามารถจ่ายเงินเพื่อซื้อสินค้าทางการท่องเที่ยวตามกำลังศรัทธา หรือถ้ามีการตั้งราคาก็

จะเป็นราคาที่ไม่สูงมากนัก เนื่องจากสินค้าทางการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนาที่มีให้บริการนักท่องเที่ยวภายในวัด จะมีการหมุนเวียนมาจำหน่ายอีกในหลายรอบเพื่อนำเงินรายได้ไปทำนุบำรุงพุทธศาสนาต่อไป ดังนั้น ราคาสินค้าที่ใช้จ่ายในการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนาจึงไม่เป็นปัญหาและนักท่องเที่ยวก็ซื้อสินค้าหรือใช้จ่ายด้วยความเต็มใจ

3) ความสะดวกสบายของสถานที่ สิ่งอำนวยความสะดวกเป็นสิ่งดึงดูดใจทางการท่องเที่ยวที่ทำให้นักท่องเที่ยวเดินทางไปยังแหล่งท่องเที่ยว เมื่อนักท่องเที่ยวไปถึงยังสถานที่ท่องเที่ยวดังกล่าวแล้ว จึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการอำนวยความสะดวกและบริการต่าง ๆ เพราะนักท่องเที่ยวต้องการสิ่งจำเป็นหลายอย่างในการตอบสนองความต้องการของชีวิตความสะดวกสบายของสถานที่ อาจเป็นตัวดึงดูดใจนักท่องเที่ยวให้เกิดความต้องการเดินทางท่องเที่ยวไปยังแหล่งท่องเที่ยวอื่นได้เช่นกัน การบริการการท่องเที่ยวที่สำคัญได้แก่ ที่พักแรม ร้านอาหาร ร้านจำหน่ายสินค้าแหล่งบันเทิง กิจกรรมและบริการอื่น ๆ รวมถึงโครงสร้างพื้นฐานและสิ่งอำนวยความสะดวกที่จำเป็นอื่น ๆ ด้วย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Shu & Steven (2007: 160-165) พบว่า สิ่งอำนวยความสะดวกทางการท่องเที่ยวต้องมีคุณภาพสามารถใช้งานได้ตลอดเวลา จึงจะทำให้นักท่องเที่ยวเกิดความพึงพอใจ หน่วยงานที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการบริหารจัดการทางการท่องเที่ยว ทั้งหน่วยงานภาครัฐบาลและธุรกิจภาคเอกชนต้องร่วมมือกัน ในการให้บริการสิ่งอำนวยความสะดวกทางการท่องเที่ยวภายในแหล่งท่องเที่ยวและบริเวณใกล้เคียง การสร้างโครงข่ายเส้นทางคมนาคมและระบบเชื่อมโยงการเดินทางท่องเที่ยวทั่วประเทศเพื่อนบ้านและในภูมิภาค เพื่อให้ นักท่องเที่ยวเมื่อเดินทางมาท่องเที่ยวแล้วเกิดความสะดวกสบาย

หน่วยงานที่รับผิดชอบและดูแลสถานที่ท่องเที่ยว ควรต้องมีระบบในการดูแลรักษาและอำนวยความสะดวกทางการท่องเที่ยวให้นักท่องเที่ยวที่เดินทางเข้ามาท่องเที่ยวในแหล่งท่องเที่ยว นั้น ๆ ซึ่งเป็นการสร้างภาพลักษณ์ที่ดีในสายตาของนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ ซึ่งจะส่งผลให้นักท่องเที่ยวเกิดความต้องการที่จะเดินทางกลับมาท่องเที่ยวซ้ำอีกครั้งหนึ่ง และการตลาดกับนักท่องเที่ยวของประเทศไทยควรมีแผนงานการรณรงค์การท่องเที่ยวของประเทศไทย ในการผลักดันให้การท่องเที่ยวไทยประสบความสำเร็จ ไม่ว่าจะเป็นแผนงานอเมซิ่งไทยแลนด์หรืออันซีนไทยแลนด์ ปัจจุบันสื่อดิจิทัลมีอิทธิพลและความสำคัญต่อธุรกิจท่องเที่ยวเป็นอย่างมาก เนื่องจากแนวโน้มพฤติกรรมของผู้บริโภคหรือนักท่องเที่ยวยังคงนิยมใช้สื่อดิจิทัล โดยเฉพาะอย่างยิ่งผ่านสื่ออินเทอร์เน็ตซึ่งเป็นช่องทางในการสื่อสารและค้นหาข้อมูลในการเดินทางท่องเที่ยว ตั้งแต่เริ่มต้นวางแผนการเดินทางจองห้องพักการเดินทางไปจนถึงสิ้นสุดการเดินทาง รวมถึงการบอกเล่าประสบการณ์ท่องเที่ยวในรูปแบบต่าง ๆ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Chitty, Ward, & Chua (2007: 18-29); มิ่งสรรพ์ ขาวสอาด (2553: 55-98) พบว่า สิ่งอำนวยความสะดวกทางการท่องเที่ยวในแหล่งท่องเที่ยว จะทำให้นักท่องเที่ยวเกิดการรับรู้และมีความพึงพอใจในการเดินทางท่องเที่ยวซึ่งนำไปสู่ความภักดีต่อ

แหล่งท่องเที่ยวอื่น ๆ ความสะดวกสบายที่มากขึ้นจะทำให้เกิดความจงรักภักดีที่มากขึ้นตามไปด้วย

4) การส่งเสริมการตลาด การส่งเสริมการตลาดเป็นกิจกรรมทางการตลาดที่สำคัญที่ธุรกิจใช้ในการติดต่อสื่อสารกับลูกค้า เพื่อแจ้งข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับองค์กรและบริการให้ลูกค้าเกิดการรับรู้และตัดสินใจซื้อในที่สุด (สุพรรณิ อินทร์แก้ว, 2549: 129) การส่งเสริมการตลาดถือว่าเป็นองค์ประกอบที่สำคัญองค์ประกอบหนึ่งของส่วนประสมทางการตลาด โดยมีความสัมพันธ์และเกี่ยวข้องกับองค์ประกอบอื่น ๆ คือ ผลิตภัณฑ์ ราคา และช่องทางการจัดจำหน่าย โดยการส่งเสริมการตลาดจะทำหน้าที่กระจายข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับ ผลิตภัณฑ์ ราคา และช่องทางการจัดจำหน่ายไปยังกลุ่มเป้าหมาย เพื่อให้เกิดอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ของผู้บริโภค เช่น ความเชื่อทัศนคติ ความรู้สึก หรือกิจกรรมการซื้อ เป็นต้น นอกจากนี้ การส่งเสริมการตลาดยังถือเป็นวิธีการที่จะกระตุ้นให้นักท่องเที่ยวเกิดความต้องการซื้อสินค้าหรือบริการทางการท่องเที่ยวเร็วขึ้น หรือซื้อเป็นจำนวนมากขึ้น เช่น การโฆษณา (Advertising) การประชาสัมพันธ์ (Publicity and public relations) การส่งเสริมการขาย (Sales promotion) และการขายโดยพนักงานขาย (Personal selling) ซึ่งส่วนประกอบทั้ง 4 ประการนี้ถือเป็นเครื่องมือในการส่งเสริมการตลาด (Promotion tools) และควรมีการส่งเสริมและสนับสนุน อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวของประเทศไทย ให้เป็นภารกิจที่สำคัญภารกิจหนึ่งของการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.) โดยเฉพาะการส่งเสริมให้คนไทยเดินทางท่องเที่ยวในประเทศ และกระตุ้นให้นักท่องเที่ยวชาวต่างชาติเดินทางเข้ามาท่องเที่ยวในประเทศไทย มีการส่งเสริมการประชาสัมพันธ์และทำการตลาดการท่องเที่ยวไทยเชิงรุก มีการกำหนดกลยุทธ์ของตลาดท่องเที่ยวในประเทศไทย โดยเน้นการสร้างการรับรู้ความเป็นเอกลักษณ์ของพื้นที่ ดังนั้นงานเทศกาลเที่ยวเมืองไทยจึงเป็นกิจกรรมหนึ่งที่จะแสดงให้เห็นถึงวัฒนธรรมประเพณีของแต่ละภูมิภาค สอดคล้องกับงานวิจัยของ Chon (1990: 2-9); Bongkosh Ngamsom (2001: 18-27) พบว่า แหล่งท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนาของประเทศไทยควรมีการประชาสัมพันธ์การท่องเที่ยวผ่านทางเว็บไซต์แล้ว หน่วยงานภาครัฐบาลควรมีส่วนเกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการตลาดการท่องเที่ยว Panjakajonsak (2011: 14-20) ยังพบว่า ควรกำหนดกลยุทธ์และโปรแกรมการส่งเสริมการตลาด การโฆษณาประชาสัมพันธ์การท่องเที่ยว เพื่อส่งเสริมภาพลักษณ์ความพึงพอใจและความภักดีของนักท่องเที่ยว

5) บุคลากรทางการท่องเที่ยว พนักงานหรือเจ้าหน้าที่ในหน่วยงานที่มีความรู้ ทักษะ และ ทัศนคติที่ดีในการให้บริการแก่นักท่องเที่ยว ซึ่งนับได้ว่าเป็นองค์ประกอบที่สำคัญอย่างยิ่งต่อความสำเร็จของธุรกิจใอุตสาหกรรมท่องเที่ยว การบริการต้องมีการเกี่ยวข้องโดยตรงกับบุคลากร ทั้งผู้ให้และผู้รับบริการ บุคลากรทางการท่องเที่ยวเป็นปัจจัยสำคัญที่อาจทำให้ลูกค้าได้รับรู้ถึงคุณภาพหรือเป็นผู้ทำลายคุณภาพก็ได้ บริษัทหรือหน่วยงานต่าง ๆ ต้องเตรียมกระบวนการเกี่ยวกับบุคลากรทางการท่องเที่ยวตั้งแต่การสรรหาการคัดเลือก การพัฒนาบุคคลและฝึกอบรม และกระตุ้นพนักงาน

โดยเฉพาะพนักงานในส่วนที่ต้องติดต่อกับลูกค้าโดยตรง นอกจากนี้ บุคลากรยังเป็นส่วนสำคัญที่จะทำให้ธุรกิจประสบความสำเร็จ เนื่องจากบุคลากรที่จะเข้ามาเกี่ยวข้องกับกระบวนการบริการมากที่สุด บุคลากรสามารถสร้างความพึงพอใจถึงลูกค้ากลับมาหรือไล่ลูกค้าไปได้จากการปฏิสัมพันธ์ (Interaction) กับลูกค้าเพียงครั้งเดียว จนสามารถกล่าวได้ว่า บุคลากรเป็นทรัพย์สินที่สำคัญที่สุดขององค์กร ถึงแม้ว่าปัจจุบันจะมีการนำเทคโนโลยีเข้ามาช่วยในกระบวนการบริการมากขึ้น ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งที่จะช่วยให้เกิดความสะดวกและประหยัดต้นทุนด้านบุคลากรในบางส่วน และช่วยให้กระบวนการบริการรวดเร็วยิ่งขึ้น ผู้ดำเนินการกิจกรรมทางการท่องเที่ยวถือเป็นบุคลากรสำคัญที่จะช่วยในการทำนุบำรุง ศิลปวัฒนธรรม และประเพณีที่ดั้งเดิมเพื่อการท่องเที่ยว โดยการให้ข้อมูลที่ เป็นประโยชน์แก่นักท่องเที่ยว มีการจัดทำแผนการเดินทางและกิจกรรมส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิง พุทธศาสนา โดยเฉพาะเกี่ยวกับสภาพพื้นที่ข้อมูลทั่วไป ประเพณีวัฒนธรรมที่เกี่ยวข้อง ให้คำแนะนำ การปฏิบัติของนักท่องเที่ยวให้เหมาะสม ให้ความรู้เกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของพื้นที่ ตลอดจน แนะนำข้อควรระวังต่าง ๆ ที่อาจจะส่งผลกระทบต่อทั้งกับสถานที่ที่สำคัญและสิ่งก่อสร้างภายในวัดและ ตัวนักท่องเที่ยวเอง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Tarip & Moussaoui (2009: 29-36) พบว่า การให้ คำแนะนำเกี่ยวกับการท่องเที่ยวของบุคลากรทางการท่องเที่ยวที่มีความถูกต้อง สามารถสื่อสารกับ นักท่องเที่ยวได้อย่างเข้าใจ ตลอดจนการสร้างงานบริการที่มีคุณภาพให้กับนักท่องเที่ยว เจ้าหน้าที่ และบุคลากรทางการท่องเที่ยวที่เกี่ยวข้องกับแหล่งท่องเที่ยว ควรเป็นผู้ที่มีความรอบรู้ และมีความ เข้าใจอย่างถูกต้องในรายละเอียดของแหล่งท่องเที่ยว และพร้อมที่จะให้ข้อมูลข่าวสารด้วยความเต็มใจ เสมอ บุคลากรทางการท่องเที่ยวควรมีการพัฒนาที่มั่งงาม มีการจัดตั้งกลุ่ม ชมรมหรือคณะทำงานเพื่อ การจัดการด้านการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนามีการอบรมให้ความรู้แก่ ทีมงาน เช่น ไปศึกษาดูงานใน สถานที่ต่าง ๆ มีการเชิญหน่วยงานภายนอกเข้ามาถ่ายทอดและให้ความรู้กับบุคลากรในพื้นที่ เพื่อ การรองรับการเข้ามาของประชาคมอาเซียน ประเทศไทยต้องมีการพัฒนาศักยภาพทางด้านภาษา ต่างประเทศให้กับบุคลากรทางการท่องเที่ยวเพื่อสร้างความได้เปรียบ ในการติดต่อสื่อสารเชื่อมโยงกับ นักท่องเที่ยวที่เดินทางเข้ามาท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนาในประเทศไทย

6) กระบวนการบริการ เป็นกระบวนการหรือช่องทางการจัดจำหน่ายสินค้าและ บริการไปให้ถึงลูกค้าโดยรวดเร็วและสะดวกที่สุด กระทำได้โดยการขายตรงหรือใช้วิธีการหลายอย่าง ผสมผสานในการจัดจำหน่าย เช่น การจัดจำหน่ายโดยวัดเป็นผู้จำหน่ายเอง การจัดจำหน่ายผ่าน ตัวแทน เป็นต้น นอกจากนี้ กระบวนการซื้อผลิตภัณฑ์ทางการท่องเที่ยว ยังเป็นกระบวนการใน การเลือกผลิตภัณฑ์ทางการท่องเที่ยวและตัดสินใจซื้อของนักท่องเที่ยวกลุ่มเป้าหมาย เช่น นักท่องเที่ยวบางกลุ่มจะศึกษา ข้อมูลรายละเอียดเกี่ยวกับสถานที่ท่องเที่ยว รายการนำเที่ยวก่อน การตัดสินใจซื้อ แต่นักท่องเที่ยวบางกลุ่มอาจไม่มีการวางแผนในเรื่องดังกล่าวมาก่อน เมื่อมีเวลาว่าง ก็เดินทางท่องเที่ยวเลย เป็นต้น ในด้านธุรกิจท่องเที่ยว ช่องทางการจัดจำหน่ายจากหน่วยผลิต

(Suppliers) ได้แก่ที่พัก ร้านอาหาร หน่วยธุรกิจด้านการขนส่ง ร้านขายของที่ระลึก เป็นต้นไปสู่ผู้ซื้อ (Buyers) ซึ่งความสะดวกสบายที่มากขึ้นจะทำให้เกิดความจงรักภักดีมากขึ้น (Chen, 2001: 79-85)

7) สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ สิ่งแวดล้อมทางกายภาพยังเป็นองค์ประกอบของธุรกิจบริการที่ลูกค้าสามารถมองเห็น และใช้เป็นเกณฑ์ในการพิจารณาและตัดสินใจเลือกใช้บริการได้ ตัวอย่างของสิ่งที่มองเห็นได้เช่น ความสวยงามภายในบริเวณวัด สิ่งก่อสร้างภายในวัด จิตรกรรมภายในวัดพระพุทธรูปประจำวัด ตลอดจนสถาปัตยกรรมที่ศรัทธาภายในวัด เป็นต้น สิ่งเหล่านี้จะสะท้อนถึงรูปแบบและคุณภาพ ถึงแม้บางครั้งสิ่งที่ตัวตนบางอย่างไม่มีส่วนช่วยให้การบริการมีประสิทธิภาพสูงขึ้นมากนัก แต่จะช่วยเสริมสร้างความมั่นใจให้แก่ลูกค้าและเป็นการสะท้อนถึงรสนิยมของลูกค้าด้วย ซึ่งเป็นส่วนประกอบในการพิจารณาตัดสินใจ ดังนั้น ควรมีการจัดการที่ดีเพราะสามารถสร้างความประทับใจให้แก่ลูกค้า เช่น รูปแบบอาคารของวัด เครื่องแบบพนักงานและโลโก้ของวัด หรือแม้กระทั่ง การเลือกใช้สื่อหรือสัญลักษณ์ในการติดต่อกับลูกค้า ดังนั้น สิ่งแวดล้อมทางกายภาพทางการท่องเที่ยวเป็นสิ่งที่นักท่องเที่ยวพิจารณา เพื่อนำมาตัดสินใจในการซื้อผลิตภัณฑ์ทางการท่องเที่ยวของประเทศไทย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Baloglu & McCleary (2004: 144-152) พบว่า ปัจจัยสิ่งแวดล้อมทางกายภาพของนักท่องเที่ยวมีอิทธิพลทางตรงกับประสิทธิผลที่ได้จากกลยุทธ์การตลาดในการเพิ่มคุณค่าการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนา สอดคล้องกับงานวิจัยของ Chon (1990: 2-9); Bongkosh Ngamsom (2001: 18-27) พบว่า คุณค่าการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนาที่ดีคือสิ่งแวดล้อมทางกายภาพต่าง ๆ เช่น ความสวยงามของสถาปัตยกรรม ประเพณี วัฒนธรรมที่น่าสนใจ มิตรภาพของผู้คน สามารถหาข้อมูลการท่องเที่ยวได้ง่าย และมีทัศนียภาพที่สวยงาม เป็นต้น ดังนั้น หน่วยงานภาครัฐบาลมีการจัดอุปกรณ์เครื่องมืออำนวยความสะดวกต่าง ๆ ให้บริการในแหล่งท่องเที่ยว เช่น ห้องสุขา ลานจอดรถ ป้ายบอกเส้นทางเข้าแหล่งท่องเที่ยวและการปรับสภาพพื้นผิวจราจรในเส้นทางเข้าแหล่งท่องเที่ยว เป็นต้น เพื่ออำนวยความสะดวกให้กับนักท่องเที่ยว นอกจากนี้ ภายในแหล่งท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนา หน่วยงานที่เกี่ยวข้องทางการท่องเที่ยวของภาครัฐบาล เช่น กรมการศาสนา องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ได้เข้ามามีส่วนร่วมในการให้บริการในการสร้างสิ่งอำนวยความสะดวกและได้มีการจัดเจ้าหน้าที่เข้าช่วยดูแลและภายในสถานที่ท่องเที่ยว เพื่อรักษาความปลอดภัยให้กับนักท่องเที่ยวอีกด้วย การจัดสิ่งแวดล้อมทางกายภาพภายในแหล่งท่องเที่ยว ถ้าจะให้เกิดประสิทธิผลที่ดี หน่วยงานภาครัฐบาลควรส่งเสริมให้ธุรกิจภาคเอกชนเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดสิ่งแวดล้อมทางกายภาพด้วย ถ้าทั้งสองภาคส่วนร่วมมือกัน ก็จะเป็นการส่งเสริมพื้นที่ท่องเที่ยวนั้น ๆ มีสภาพภูมิทัศน์ที่สวยงาม สามารถดึงดูดใจนักท่องเที่ยวให้มีความต้องการเดินทางท่องเที่ยวในพื้นที่นั้น ๆ

8) การจัดชุดโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนา เป็นการจัดรูปแบบการจัดโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนา ให้สอดคล้องกับความต้องการของนักท่องเที่ยวที่มีความต้องการเดินทางท่องเที่ยวไปตามวัดต่าง ๆ ตามความศรัทธาความเชื่อทางพุทธศาสนา ดังนั้น บริษัท

ท้าวหรือแม่แต่กระทั่งผู้ที่ทำหน้าที่ในการประชาสัมพันธ์ของวัดต่าง ๆ ต้องมีการศึกษาความต้องการของนักท่องเที่ยวว่านักท่องเที่ยวมีความต้องการรวมกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนาในรูปแบบใดเพื่อที่จะสร้างความพึงพอใจให้กับนักท่องเที่ยวมากที่สุด เช่น โปรแกรมการท่องเที่ยว ไหว้พระ 9 พระอารามหลวง เป็นเลขมงคลหรือไหว้พระ 9 พระอารามหลวงในวันหยุดสุดสัปดาห์ภายในวัดเดียว จัดพิมพ์เป็นโบชัวร์ บอกกำหนดการจุดสำคัญๆ และประวัติศาสตร์แต่ละพระอารามหลวงให้ชัดเจน พิมพ์ทั้งภาษาไทย ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน และภาษาญี่ปุ่น เป็นต้น พร้อมทั้งค่าใช้จ่าย ค่ารถ ค่าอาหาร ค่าเครื่องดื่ม แจกของที่ระลึก แจกหนังสือธรรมะ แผ่นซีดีธรรมะและวัตถุมงคล เป็นต้น

ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า วัดเป็นทรัพยากรการท่องเที่ยวที่มีโอกาสดึงดูดนักท่องเที่ยวได้มาก เกิดจากการที่ตัวของวัดเองมีลักษณะทางสถาปัตยกรรมศิลปกรรม หรือความสำคัญทางด้านประวัติศาสตร์และโบราณคดีที่น่าสนใจ หรือวัดอาจอยู่ในพื้นที่ซึ่งมีทรัพยากรการท่องเที่ยวประเภทอื่น ๆ เป็นตัวดึงดูดทำให้วัดเป็นผลพลอยได้จากทรัพยากรการท่องเที่ยวประเภทอื่น ๆ ซึ่งควรมีการพัฒนาให้สอดคล้องกับการพัฒนาการท่องเที่ยวอื่น ๆ ไปพร้อม ๆ กันด้วย หน่วยงานที่เกี่ยวข้องจึงควรพิจารณาศึกษาเพื่อหาแนวทางการอนุรักษ์ พัฒนา และปรับปรุงวัดทางด้านกายภาพทั้ง 4 ประเภท คือ วัดพระธาตุวัดป่า วัดพื้นบ้านและวัดที่ออกแบบในลักษณะร่วมสมัย อีกทั้งให้มีการศึกษาเพื่อเสนอแนะเส้นทางเชื่อมโยงแหล่งท่องเที่ยวประเภทวัดกับแหล่งท่องเที่ยวอื่น ๆ ตามตลาดของการท่องเที่ยว

2.5 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

วัยผู้สูงอายุหรือวัยชราเป็นระยะสุดท้ายของชีวิตความชราของบุคคล ไม่ได้หมายความว่า เป็นโรคหรือความเจ็บป่วย แต่หมายถึงพัฒนาการของชีวิตซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงที่ดำเนินไปสู่ ความเสื่อมของร่างกายและจิตใจวัยนี้เป็นการยากที่จะกำหนดลงไปว่า เริ่มเมื่ออายุเท่าใดและจะจบลงเมื่ออายุเท่าไรโดยทั่วไปแล้วถือว่าเริ่มต้นตั้งแต่อายุ 60 ปีขึ้นไปสภาพความเสื่อมของคนเรานั้นจะเร็วหรือช้าขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการเช่นกรรมพันธุ์ อาหาร อาชีพ สภาพความเป็นอยู่ ดินฟ้าอากาศ ถิ่นที่อยู่อาศัย โรคภัยไข้เจ็บ ตลอดจนจิตใจและอารมณ์ร่วมด้วยทำให้มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นในผู้สูงอายุ โดยจะพบว่าโครงสร้างของร่างกายจะค่อยๆ ร่วงโรยเซลล์ต่าง ๆ เริ่มหย่อนสมรรถภาพเนื่องจากใช้งานมานานการเปลี่ยนแปลงหรือการปรับตัวในวัยนี้ จะแสดงออกในด้านความล่าช้าในกิจกรรมทุกด้านของชีวิต เช่นความคิดอ่านความจำการรับรู้ทางประสาทสัมผัส และการเคลื่อนไหว สมรรถภาพใน การทำงานของร่างกายในด้านความต้านทานต่อความเจ็บป่วยก็ลดลงด้วยเช่นเดียวกัน

ดังนั้น สิ่งหนึ่งที่ผู้สูงอายุจะต้องเผชิญคือมีโอกาสเกิดโรคต่าง ๆ ได้ง่าย เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคติดเชื้อ และโรคที่เกิดจากอุบัติเหตุ เป็นต้น

2.5.1 ความหมายของผู้สูงอายุ

การให้ความหมายหรือการกำหนดว่าบุคคลจะเข้าสู่วัยสูงอายุเมื่อใด ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายด้าน เช่นสภาพทางสังคม กฎหมาย และประเพณีปฏิบัติของแต่ละประเทศที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ มีผู้ให้ความหมายของผู้สูงอายุไว้ ดังนี้

พจนานุกรมไทยฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2556: 347) ให้ความหมายของคำว่า “ชรา” หมายถึงความแก่ด้วยอายุขำรดทรุดโทรม แต่คำนี้ไม่เป็นที่นิยมนักโดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุและกลุ่มนักวิชาการ เพราะคำนี้ก่อให้เกิดความหดหู่และถดถอยสิ้นหวัง ดังนั้น ที่ประชุมคณะผู้อาวุโส โดยมีพลตำรวจตรีหลวงอรรถสิทธิสิทธินทรเป็นประธาน จึงกำหนดคำให้เรียกว่า “ผู้สูงอายุ” ขึ้นแทน ตั้งแต่วันที่ 1 ธันวาคม พ.ศ. 2512 เป็นต้นมา ซึ่งคำนี้ให้ความหมายที่ยกย่องให้เกียรติแก่ผู้ที่ชราภาพว่าเป็นผู้สูงอายุทั้งวัยวุฒิและประสบการณ์

วาสนา ทองจันทร์ (2550: 9) ได้ให้ความหมายของผู้สูงอายุว่า หมายถึงผู้สูงอายุทั้งชายและหญิงที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ซึ่งประสบปัญหาบางอย่างใดอย่างหนึ่งคือไม่มีผู้อุปการะเลี้ยงดูไม่มีที่อยู่อาศัย หรืออยู่ร่วมกับครอบครัวไม่มีความสุขและได้รับการช่วยเหลือจากกรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ โดยรับตัวเข้าอยู่ในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการผู้สูงอายุเพื่อให้การอุปการะเลี้ยงดู

มัลลิกา มัดโก และคณะ (2550: 14) กล่าวว่า “ผู้สูงอายุ” หมายถึง บุคคลที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป มีสุขภาพแข็งแรง เป็นวัยที่ทำงานหรือกิจกรรมต่าง ๆ ที่พึ่งตนเองและมีความสามารถช่วยเหลือตนเองได้ ส่วน “คนแก่” คือ บุคคลที่มีอายุ 70 ปีขึ้นไป มีสภาพและบทบาทที่ลดลงตามความสามารถของกำลังหรือความแข็งแรงของร่างกาย เป็นกลุ่มสังคมที่เริ่มถดถอยตามสถานภาพที่มีอำนาจทางเศรษฐกิจ สำหรับคำว่า “ชรา” คือ ผู้ที่มีอายุ 80 ปีขึ้นไป ต้องพึ่งพาบุตรหลานในทุก ๆ ด้าน

วันเพ็ญ ปันราช (2552: 9) ได้สรุปความหมายว่า ผู้สูงอายุ เป็นการกำหนดความหมายจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจและสังคมที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุเอง โดยมีการเชื่อมโยงกับบรรทัดฐานทางสังคม ประเพณี และวัฒนธรรมของแต่ละชุมชนเข้ามาเป็นเกณฑ์การพิจารณาด้วย

สุรพล ขยภพ (2552: 26) ได้สรุปความหมายว่า ผู้สูงอายุ คือบุคคลที่มีอายุ 60 ปี ขึ้นไปที่มีชีวิตอยู่ในช่วงปัจฉิมวัย ซึ่งมีสมรรถภาพด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคมอยู่ในภาวะเสื่อมถอยตามสังขารและมากด้วยประสบการณ์ มีคุณธรรมประจำใจ เป็นบุคคลที่สมควรได้รับการเคารพกราบไหว้และควรได้รับการดูแลจากครอบครัว บุตรหลานและชุมชนเป็นอย่างดี

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ซึ่งเป็นช่วงปัจฉิมวัยหรือวัยที่ปลดเกษียณจากการทำงาน โดยยึดตามเกณฑ์ปฏิทินที่องค์การระหว่างประเทศตกลงกัน จึงเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงสภาพร่างกายไปในทางเสื่อมถอย และยังคงพบกับความเปลี่ยนแปลงทางด้าน จิตใจและสังคม ซึ่งทำให้ผู้สูงอายุประสบกับปัญหาในการดำรงชีวิต ไม่ว่าจะเป็นด้านสุขภาพ

กาย สุขภาพจิต รวมถึงด้านเศรษฐกิจ จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการช่วยเหลือดูแลทั้งจากครอบครัว บุตรหลาน รวมทั้งหน่วยงานของรัฐเพื่อให้ผู้สูงอายุมีความเป็นอยู่และคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

2.5.2 ประเภทและการปรับตัวของผู้สูงอายุ

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2549: 36) ได้กล่าวถึงประเภทช่วงวัยของผู้สูงอายุสามารถแบ่งได้ 4 ช่วง ได้แก่

1) ช่วงไม่ค่อนแก่ คืออายุประมาณ 60-69 ปี เป็นช่วงที่ผู้สูงอายุต้องเผชิญกับภาวะเกษียณอายุ สูญเสียตำแหน่งหน้าที่การงาน รายได้ลดลง สูญเสียคนรอบข้าง เป็นช่วงที่ผู้สูงอายุควรเข้ากลุ่มหรือเข้าสังคมเพื่อทำกิจกรรมให้มาก เพื่อชดเชยกิจกรรมที่เคยทำ

2) ช่วงแก่ปานกลาง อายุประมาณ 70-79 ปี เป็นช่วงที่คนเริ่มเจ็บป่วย สมาชิกในครอบครัวที่มีอายุใกล้เคียงกันเริ่มตายจากไปมากขึ้น ผู้สูงอายุในช่วงนี้จะเข้ากลุ่มสังคมกับคนอื่นน้อยลง ไม่ค่อยยุ่งเกี่ยวกับกิจกรรมในครอบครัวและสังคมต้องการความสงบ

3) ช่วงแก่จริง อายุประมาณ 80-90 ปี เป็นช่วงวัยที่ต้องการความช่วยเหลือจากคนรอบข้างมากกว่าวัยอื่น เริ่มนึกถึงอดีตมากขึ้น ต้องการความเป็นส่วนตัว แต่ยังต้องการสภาพแวดล้อมที่กระตุ้นสมรรถภาพด้านต่าง ๆ

4) ช่วงแก่มาก ๆ อายุประมาณ 90-99 ปี ผู้สูงอายุมีจำนวนน้อยที่จะอายุถึง 90 ปี เป็นช่วงที่มีปัญหาสุขภาพมาก ต้องทำกิจกรรมที่ตนเองพอใจและอยากทำ ผู้สูงอายุกลุ่มนี้ผ่านทั้งเรื่องดีและไม่ดีมามากมาย เป็นช่วงที่ต้องการความสุขสงบพอใจในตนเอง

จุฬารัตน์ โสตะ (2549: 8-10) ได้กล่าวถึงการปรับตัวของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุต้องมีการปรับตัว 3 ด้าน ประกอบด้วย

1) การปรับตัวด้านร่างกาย เนื่องจากอวัยวะต่าง ๆ เริ่มเสื่อมสภาพ ผู้สูงอายุต้องยอมรับต่อสภาพเหล่านี้ ทำงานที่เหมาะสมกับสภาพร่างกาย เป็นงานที่เพลิดเพลินและสร้างความภาคภูมิใจ เมื่อมีอาการเจ็บป่วยต้อง ปรึกษาแพทย์ หลีกเลี่ยงสิ่งที่ไม่มีความสุขทั้งทางร่างกายและจิตใจ เลือกรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับสภาพร่างกาย ขับถ่ายสม่ำเสมอ ไม่กลั้นปัสสาวะ อุจจาระอยู่ในที่อากาศดี ถ่ายสะอาด ออกกำลังกายสม่ำเสมอโดยเลือกวิธีการที่เหมาะสมกับอายุและสภาพร่างกาย เช่น การเดิน วิ่งเหยาะ ๆ นอนหลับให้เพียงพอ ทำงานอดิเรกเพื่อป้องกันอาการเหงา ว้าเหว หรือเบื่อหน่าย ซึ่งจะช่วยให้ตนเองรู้สึกมีคุณค่า

2) การปรับตัวทางด้านจิตใจ โดยผู้สูงอายุมีอาการน้อยใจได้ง่ายกว่าช่วงวัยอื่น การเสื่อมของร่างกาย บทบาทในชีวิตลดลง รายได้ลดลง ส่งผลให้ผู้สูงอายุเกิดความกังวล ไม่มั่นใจในการอยู่รอด กลัวถูกทอดทิ้ง รู้สึกน้อยใจได้ง่ายเพราะคิดว่าตนเองไร้ค่า ใครทำอะไรก็ไม่ถูกใจ กลายเป็นคนขี้บ่น จุกจิก ทำให้ไม่มีใครต้องการอยู่ใกล้ ผู้สูงอายุจึงควรยอมรับความเปลี่ยนแปลงต่าง และความไม่แน่นอนต่าง ๆ ที่สามารถเกิดขึ้นได้ ฝึกจิตใจตนเองให้อยู่ในหลักธรรม มีความเมตตากับ

คนรอบข้าง เคารพความคิดเห็นของผู้อื่น ทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อครอบครัวและสังคมทำให้ตนเอง รู้สึกมีคุณค่า นอกจากนี้ ควรหาทางเดินทางท่องเที่ยวไปสถานที่ต่าง ๆ ทำให้พบสิ่งใหม่ ๆ เพื่อให้ชีวิต มีความสุข

3) การปรับตัวทางด้านสังคม โดยผู้สูงอายุต้องอยู่บ้านมากขึ้น เนื่องจากสภาพร่างกายและปัจจัยด้านเงิน ทำให้ไม่สามารถท่องเที่ยวหรือเดินทางพบปะเพื่อนหรือญาติได้เหมือนอดีต นอกจากนี้ คนที่รู้จักทยอยเสียชีวิตไป เพื่อนที่เหลืออยู่มีน้อยลง ประกอบกับบุตรหลานที่อยู่ในบ้าน ต้องไปทำงานภายนอก ยิ่งทำให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกเหงา ดังนั้น ผู้สูงอายุต้องเข้าใจผู้อื่นและมองโลกในแง่ดี ปรับตัวเองให้เข้ากับสังคมในยุคปัจจุบัน ไม่ยึดติดกับความคิดเดิม ๆ เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ เสมอ ควรออกไปทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น เช่น การปฏิบัติธรรม การไปทัศนศึกษา การเข้าร่วมกิจกรรมในชมรมต่าง ๆ ตามที่สนใจ เช่น ชมรมไทเก๊ก และในด้านกฎหมาย ผู้สูงอายุควรเตรียมความพร้อมด้านพินัยกรรม รวมถึงจัดการทรัพย์สินและมรดก การปฏิบัติต่อศพเมื่อเสียชีวิต เพื่อป้องกันปัญหาและเพื่อให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ตนเองต้องการ

ดังนั้น การปรับตัวของผู้สูงอายุจะง่ายหรือยากขึ้นอยู่กับประสบการณ์ในอดีต และสมรรถภาพทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ การปรับตัวไม่ยากนักสำหรับบุคคลที่เตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุ และผู้ที่เข้าใจธรรมชาติพัฒนาการในยามสูงอายุ

2.5.3 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

นักทฤษฎีการสูงอายุได้พิจารณากระบวนการแก่ของบุคคลว่า เป็นกระบวนการที่เชื่อมโยงสัมพันธ์กันทั้งแนวตั้งและแนวนอน ในแนวตั้งให้พิจารณาว่าร่างกายของบุคคลมีหลายระดับ นับตั้งแต่โมเลกุล เซลล์ บุคคล กลุ่มคนและสังคม ส่วนแนวนอนให้พิจารณาว่า บุคคลมีคุณลักษณะ 3 ประการ คือ เป็นอยู่ (Being) พฤติกรรม (Behaving) และการกลายมาเป็น (Becoming) (สวดี เบญจวงศ์, 2541: 54-60) ปรัชญาการมองความสูงอายุก่อเกิดจากปัจจัยหลายประการ ไม่สามารถอธิบายได้ด้วยทฤษฎีใดทฤษฎีหนึ่ง ทฤษฎีที่อธิบายถึงการสูงอายุนั้นอาจแบ่งได้เป็น 3 ทฤษฎีดังต่อไปนี้

1) ทฤษฎีทางชีววิทยา ได้อธิบายถึงกระบวนการทางสรีรวิทยาและการเปลี่ยนแปลงของโครงสร้างของอวัยวะต่าง ๆ ของทั้งการสูญเสียความสามารถในการต้านทานโรค พบว่า ในทุกระดับของชีววิทยาตั้งแต่เซลล์ เนื้อเยื่อ อวัยวะ ระบบอวัยวะจะต้องมีการเสื่อมและการตายเกิดขึ้น

2) ทฤษฎีทางจิตวิทยา เป็นทฤษฎีที่เชื่อว่าการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพและพฤติกรรมของผู้สูงอายุนั้น เป็นการพัฒนาและปรับตัวเกี่ยวกับสติปัญญา ความนึกคิด ความจำและการรับรู้แรงจูงใจ รวมทั้งสังคมที่อยู่อาศัย และประสบการณ์ในอดีตของแต่ละบุคคลจะผลักดันให้มีบุคลิกแตกต่างกันไป และมนุษย์จะมีช่วงการเปลี่ยนแปลง คือ ช่วงต่อของชีวิต ซึ่งล้วนแต่เป็นภาวะวิกฤตการณ์ที่บุคคลสามารถผ่านช่วงวิกฤตในชีวิตแต่ละระยะได้ดีเพียงใด ก็จะส่งผลถึงการพัฒนา

บุคลิกภาพในอนาคต คือ การเป็นผู้สูงอายุด้วย

3) ทฤษฎีทางสังคมวิทยา เป็นทฤษฎีที่พยายามอธิบายสาเหตุที่ทำให้ผู้สูงอายุมีสถานะทางสังคมที่เปลี่ยนไป เพราะมนุษย์จะต้องมีการพัฒนาในแต่ละบุคคลและสิ่งแวดล้อมจะมีผลต่อการปรับตัว ทฤษฎีนี้เชื่อว่า ถ้าสังคมเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วจะทำให้สถานะของผู้สูงอายุเปลี่ยนแปลงอย่าง รวดเร็ว ทฤษฎีทางสังคมแบ่งออกได้ดังต่อไปนี้

3.1) ทฤษฎีไร้ภาระผูกพัน อธิบายว่าการละบทบาททางสังคม ซึ่งจะเป็นผลดีต่อทั้งสองฝ่าย คือ ได้ให้คนในวัยหนุ่มสาวที่มีความรู้ความสามารถเข้ามาทำหน้าที่ สำหรับผู้สูงอายุเองก็จะได้เตรียมตัวรับกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น เป็นกระบวนการต่อเนื่องและหลีกเลี่ยงไม่ได้ และความแตกต่างในบุคลิกภาพไม่ใช่สิ่งที่สำคัญ

3.2) ทฤษฎีกิจกรรม กล่าวถึงการมีความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างบุคคล การมีปฏิสัมพันธ์ การมีส่วนร่วมกิจกรรมในสังคมและความพึงพอใจในชีวิต เมื่อบุคคลมีอายุมากขึ้น สถานะทางสังคมจะลดลงบทบาทเก่าจะถูกถอดถอนตัวออกไป ดังนั้น ผู้สูงอายุควรมีกิจกรรมต่อเนื่อง จากวัยที่ผ่านมาควรพอใจในการร่วมกิจกรรม สนใจและร่วมเป็นสมาชิกในกิจกรรมต่าง ๆ กิจกรรมเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้สูงอายุทำให้มีสุขภาพดีทั้งใจและกาย กิจกรรมจึงมีความสำคัญต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

3.3) ทฤษฎีความต่อเนื่อง ได้มาจากการนำทฤษฎีไร้ภาระผูกพันและทฤษฎีกิจกรรมมาวิเคราะห์ร่วมกันเพื่อหาข้อสรุปใหม่ เป็นทฤษฎีความต่อเนื่องที่สามารถอธิบายชีวิตที่แท้จริงของผู้สูงอายุได้ คือการที่ผู้สูงอายุจะมีความสุขในบั้นปลายชีวิตได้นั้นขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพ และรูปแบบการดำเนินชีวิตเดิมของผู้สูงอายุ เช่นผู้สูงอายุที่เคยมีบทบาทในสังคมจะมีความสุขเมื่อได้ร่วมกิจกรรมเหมือนในวัยหนุ่มสาว และผู้สูงอายุที่ไม่ชอบการเข้าร่วมสังคมมาก่อนก็จะมีความสุขในการแยกตัวเอง ในวัยสูงอายุ

2.5.4 ความต้องการและการตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ

บังอร ธรรมศิริ (2549: 47-48) กล่าวว่า ความต้องการของผู้สูงอายุแต่ละคนอาจแตกต่างกันไปบ้าง จึงควรจะทำความเข้าใจพื้นฐานชีวิตของผู้สูงอายุที่อยู่ในความดูแล ซึ่งครอบครัวจะมีบทบาทสำคัญยิ่งในเรื่องดังกล่าวนี้ โดยทั่วไปความต้องการของผู้สูงอายุ พอสรุปได้ดังนี้

1) ความต้องการทางด้านร่างกาย เป็นความต้องการขั้นพื้นฐาน ได้แก่ ความต้องการอาหาร การขับถ่าย การพักผ่อนนอนหลับ การมีที่อยู่อาศัยที่ปลอดภัย การมีเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มที่เหมาะสมตามฤดูกาล และต้องการการรักษาพยาบาลเมื่อเจ็บป่วย

2) ความต้องการทางด้านจิตใจ ผู้สูงอายุต้องการความรัก การดูแลเอาใจใส่ การยอมรับ นับถือ การเข้าใจ การเห็นอกเห็นใจและการให้อภัย

3) ความต้องการทางด้านสังคม ผู้สูงอายุยังต้องการมีกิจกรรมทางสังคม เช่น

การพบปะเพื่อน การร่วมกิจกรรมทางศาสนา เป็นต้น

4) ความต้องการทางด้านเศรษฐกิจ ผู้สูงอายุจำเป็นต้องใช้เงินเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายสำหรับตนเอง ช่วยเหลือกิจกรรมทางสังคมและทำบุญ รวมทั้งเป็นค่ารักษาพยาบาลเมื่อยามเจ็บป่วย ในทำนองเดียวกัน การตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ ครอบครัวควรให้การตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ ดังนี้

1) ตอบสนองความต้องการทางด้านร่างกาย โดยดูแลเอาใจใส่เรื่องการรับประทานอาหาร การพักผ่อนนอนหลับ จัดที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมปลอดภัย จัดหาเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มให้เหมาะสมตามฤดูกาล แบ่งเบาภาระเรื่องงานในบ้าน พาผู้สูงอายุไปรับการตรวจสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ จัดหาอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกให้ผู้สูงอายุ เช่น แวนตา ไม้เท้า เครื่องช่วยฟัง เป็นต้น

2) ตอบสนองความต้องการทางด้านจิตใจ โดยเอาใจใส่พูดคุยอย่างสม่ำเสมอ ให้ความรัก ความเคารพ ยกย่อง ยอมรับนับถือ ฟังผู้สูงอายุเล่าประสบการณ์ชีวิต ให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุ เช่น การจัดงานวันเกิด การพาผู้สูงอายุไปท่องเที่ยวตามโอกาสและสถานที่ที่เหมาะสม การแสดงให้เห็นความสำคัญของวันสงกรานต์ ซึ่งเป็นวันผู้สูงอายุแห่งชาติ

3) ตอบสนองความต้องการทางด้านสังคม โดยแสดงความยินดีที่จะพาผู้สูงอายุไปร่วมกิจกรรมทางสังคมที่เหมาะสมตามที่ต้องการ และพยายามสนับสนุนส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรมของครอบครัวและสังคมที่เหมาะสมตามกำลังความสามารถที่จะทำได้ เช่น เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ

4) ตอบสนองความต้องการทางด้านเศรษฐกิจ โดยรับภาระค่าใช้จ่าย การดูแลเอาใจใส่ช่วยเหลือในด้านการเงินอย่างเพียงพอและสม่ำเสมอ ไม่ควรให้ผู้สูงอายุประสบปัญหาในการหาเงินเพื่อเลี้ยงชีพตนเอง รวมทั้งบุตรหลานหรือครอบครัวไม่ควรเบียดเบียนด้านการเงินกับผู้สูงอายุ เมื่อผู้สูงอายุมีความจำกัดด้านการเงิน

ดังนั้น กล่าวโดยสรุป ความต้องการและการตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุนับเป็นการดูแลผู้สูงอายุขั้นพื้นฐาน เพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุมีความสุขและมีกำลังใจ ไม่ท้อแท้ต่อการดำเนินชีวิตที่สำคัญช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุรู้สึกไม่โดดเดี่ยวกับการใช้ชีวิตที่เป็นอยู่ต่อไป

2.5.7 ภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ

โรคซึมเศร้า (Depression) หรือโรคทางอารมณ์ความคิด เป็นโรคจิตเวชที่พบได้บ่อย และมีมานานแต่ยังไม่เป็นที่รู้จักและสนใจของคนทั่วไป แต่ปัจจุบันโรคซึมเศร้าเป็นที่สนใจของคนในสังคมทั่วโลกไม่เว้นแม้กระทั่งประเทศไทย อันเนื่องมาจากมีจำนวนคนเป็นโรคซึมเศร้ามากขึ้น ดังจะเห็นได้จากสถิติขององค์การอนามัยโลกในปี พ.ศ. 2560 (World Health Organization, 2017: 8- 9) รายงานผลประมาณการว่า ทั่วโลกมีผู้ป่วยโรคซึมเศร้าในทุกช่วงอายุรวมกันเป็นจำนวนมากถึง 322 ล้านคน หรือร้อยละ 4.4 ของประชากรทั่วโลก และเกือบครึ่งหนึ่งของตัวเลขดังกล่าวเป็นประชากรที่

อาศัยอยู่ในแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้และภาคพื้นแปซิฟิกตะวันตก ซึ่งเป็นภูมิภาคที่มีกลุ่มประชากรขนาดใหญ่ อีกทั้งยังพบว่าผู้ป่วยโรคซึมเศร้าเกือบครึ่งไม่ได้รับการรักษาจากแพทย์ ซึ่งถือว่าเป็นเรื่องที่น่ากังวลอันตรายอย่างยิ่งเพราะผู้ป่วยโรคซึมเศร้ามีความเสี่ยงที่จะฆ่าตัวตายสูงถึงร้อยละ 20.4 และที่น่าสนใจคือในช่วง 10 ปี ของการจัดเก็บสถิติ ตั้งแต่ปี พ.ศ.2548 – 2558 ทั่วโลกมีจำนวนผู้มีอาการซึมเศร้าเพิ่มสูงขึ้นร้อยละ 18.4 ซึ่งตัวเลขนี้สัมพันธ์กับอัตราการเพิ่มของประชากรทั่วโลก รวมทั้งสัดส่วนที่เพิ่มขึ้นของผู้ที่อยู่ในช่วงอายุ 55-74 ปี ซึ่งมักพบอาการซึมเศร้าได้มากกว่าช่วงวัยอื่น

1) ความหมายของภาวะซึมเศร้า

Beck et. al. (1979: 10-11) ได้กล่าวว่า ภาวะซึมเศร้า (Concepts of Depression) เป็นความแปรปรวนทางด้านความคิด อารมณ์ แรงจูงใจ ร่างกายและพฤติกรรม ซึ่งเป็นผลมาจากการประมวลเรื่องราวผ่านกระบวนการคิดจนเกิดความคิดอัตโนมัติทางลบเกี่ยวกับตนเอง เกิดอาการและอาการแสดงต่าง ๆ ได้แก่ จิตใจที่หม่นหมอง หดหู่ เศร้าท้อแท้ หมดหวัง ไม่สนใจกิจกรรม นอนไม่หลับ น้ำหนักตัวลด หรือเพิ่มปวดท้อง ปวดศีรษะ เป็นต้น Seligman (1981: 20) กล่าวว่า ภาวะซึมเศร้าเป็นลักษณะที่แสดงว่า บุคคลหมดหวังมีอุปสรรคขัดขวางจุดประสงค์ที่ตั้งไว้ ทำให้บุคคลมีความรู้สึกซึมเศร้า เสียใจ ไม่มีคุณค่าในตนเอง บุคคลจะมีแต่ความรู้สึกสูญเสียที่ตนเองไม่ประสบความสำเร็จหรือเกิดความล้มเหลวในชีวิต Kurlowicz (1997: 192) กล่าวว่า ภาวะซึมเศร้า หมายถึงกลุ่มอาการของความผิดปกติด้านอารมณ์ การรู้คิด ความเข้าใจด้านร่างกาย Velente (1994: 18) กล่าวว่า ภาวะซึมเศร้า หมายถึง ภาวะที่มีความรู้สึกเศร้า เสียใจ ขาดแรงจูงใจ ขาดความกล้าหาญ ไม่สนใจทำกิจกรรมต่าง ๆ Jasmin and Trygstad (1979: 81) อธิบายว่า ภาวะซึมเศร้าเป็นการสะสมความคิด ความรู้สึก และปฏิกิริยา ทำให้บุคคลรู้สึกต่ำกว่าตนเองนั้นด้อยค่า เสียใจ ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ หมดหวัง มีการเปลี่ยนแปลงหน้าที่ต่าง ๆ ของร่างกาย แยกตนเอง ไม่ปรารถนาที่จะเข้าสังคม Sadock and Sadock (2000: 15) กล่าวว่า ภาวะซึมเศร้าเป็นสภาวะทางจิตใจที่แสดงออกโดยมีอาการเศร้า ว้าวุ่น สิ้นหวัง รู้สึกว่าตนเองไร้ค่า ต่ำหนิติเตียนตนเอง ร่วมกับมีอาการทางกายคือ เชื่องช้า เฉื่อยชาลง พุดน้อย คิดนาน มีอาการแยกตัว ถอยหนีจากการพบปะผู้คน นอนไม่หลับ รับประทานอาหารได้น้อย หรือมีอาการกระสับกระส่ายอยู่เฉยไม่ได้

ดังนั้น จากความหมายของภาวะซึมเศร้าดังกล่าวข้างต้น พอสรุปได้ว่า ภาวะซึมเศร้าหมายถึงความแปรปรวนทางด้าน ความคิด อารมณ์ แรงจูงใจ ร่างกายและพฤติกรรม ซึ่งเป็นผลจากการประมวลเรื่องราวผ่านกระบวนการคิดจนเกิดความคิดอัตโนมัติในทางลบเกี่ยวกับตนเอง สิ่งแวดล้อมและอนาคต เมื่อบุคคลประสบภาวะวิกฤตในชีวิตการประมวลเรื่องราวที่ผิดพลาดในอดีต จะกระตุ้นบุคคลนั้นให้เกิดความคิดอัตโนมัติในทางลบ และส่งผลให้เกิดภาวะซึมเศร้าตามมาเพิ่มมากขึ้น

2) สาเหตุการเกิดภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ

บุคคลเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เกิดขึ้นมากมาย ทั้งทางด้านร่างกาย

จิตใจ อารมณ์ สังคม และสิ่งแวดล้อม ผู้ที่ไม่สามารถปรับตัวปรับใจต่อการเปลี่ยนแปลงต่างๆ เหล่านี้ได้ จึงมีโอกาสเกิดภาวะซึมเศร้าได้มากกว่าบุคคลวัยอื่น โดยมีรายงานว่าประมาณร้อยละ 30 ของผู้ที่มีอายุมากกว่า 60 ปีขึ้นไปเคยมีประสบการณ์ของการมีภาวะซึมเศร้าที่รุนแรงอย่างน้อยหนึ่งครั้ง ซึ่งส่งผลต่อสุขภาพของผู้สูงอายุเป็นอย่างยิ่ง อย่างไรก็ตาม บุคคลทั่วไปมักเข้าใจว่าภาวะซึมเศร้าเป็นเรื่องธรรมดาของผู้สูงอายุ จึงมักละเลยไม่สนใจ ทำให้ผู้สูงอายุยังมีความทุกข์ทรมานมากขึ้น แต่ในความเป็นจริง ภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุเป็นสิ่งที่สามารถหลีกเลี่ยงหรือป้องกันมิให้เกิดได้ หากผู้สูงอายุได้มีการเตรียมความพร้อมทั้งร่างกายและจิตใจก่อนที่จะเข้าสู่วัยสูงอายุ หรือทราบแนวทางที่สำคัญในการหลีกเลี่ยงหรือป้องกัน รวมทั้งทราบแนวทางการดูแลตนเองเมื่อตกอยู่ในภาวะซึมเศร้า การปฏิบัติดังกล่าวจะช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีคุณค่า มีความสุขและมีคุณภาพชีวิตที่ดีในทางตรงกันข้าม หากละเลยหรือปล่อยทิ้งไว้ อาจกลายเป็นโรคซึมเศร้า จนต้องเข้ารับการรักษาจากจิตแพทย์ มิเช่นนั้นอาจเกิดผลเสียหายที่รุนแรงทั้งต่อตัวผู้สูงอายุเองและบุคคลรอบข้าง

ภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุเป็นการเจ็บป่วยทางจิตใจชนิดหนึ่งที่ตอบสนองต่อความผิดหวัง ความสูญเสีย หรือการฉีกขาดสิ่งที่ขาดหายไป เมื่อเกิดขึ้นแล้วจะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกไม่มีความสุข จิตใจหม่นหมอง หดหู่หมดความกระตือรือร้น เบื่อหน่ายสิ่งต่าง ๆ รอบตัว แยกตัวเอง ซบอบอยู่เงียบ ๆ คนเดียว ท้อแท้ บางครั้งมีความรู้สึกสิ้นหวัง มองชีวิตไม่มีคุณค่า มองตนเองไร้ค่า เป็นภาระต่อคนอื่น ถ้ามีอาการรุนแรงจะมีอันตรายจากการทำร้ายตนเองได้ มีรายงานการฆ่าตัวตายในผู้สูงอายุ ซึ่งพบว่าร้อยละ 90 มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า อย่างไรก็ตาม มีบางรายที่แสดงออกด้วยการหงุดหงิด โมโหง่าย ทะเลาะกับบุตรหลานบ่อยครั้ง น้อยใจง่าย มักมาพบแพทย์ด้วยอาการใจสั่น ปวดหัว ปวดหลัง ปวดท้อง อ่อนเพลีย ไม่มีแรง นอนไม่หลับ หรือท้องอืด ท้องเฟ้อ เมื่อแพทย์ตรวจแล้วไม่พบความผิดปกติใดๆ ที่รุนแรง

มาโนช หล่อตระกูล และปราโมทย์ สุคนิษฐ์ (2558: 174-176) ได้กล่าวว่า ภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุเกิดขึ้นได้จากหลายสาเหตุร่วมกัน ทั้งสาเหตุทางด้านร่างกาย จิตใจ และสภาพสังคมสิ่งแวดล้อม ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1) สาเหตุทางด้านร่างกายที่พบบ่อย ได้แก่ พันธุกรรมหรือการมีประวัติเป็นโรคซึมเศร้าในครอบครัว ความผิดปกติของสารสื่อประสาทบางตัวในสมอง การมีพยาธิสภาพในสมองเช่น มีการเสื่อมของเซลล์ประสาท หรือมีการฝ่อของสมองบางส่วน หรือเป็นโรคทางกายที่มีผลกระทบโดยตรงต่อสมอง เช่น โรคสมองเสื่อม โรคหลอดเลือดสมอง โรคพาร์กินสัน ฯลฯ หรือเป็นผลข้างเคียงจากยาที่รับประทานเป็นประจำ เช่น ยาลดความดันโลหิตสูง ยารักษาโรคกระเพาะอาหาร ยาขับปัสสาวะ หรือยารักษาโรคเมเร็ง เป็นต้น

2.2) สาเหตุทางด้านจิตใจที่พบบ่อย ได้แก่ การไม่สามารถปรับตัวต่อการสูญเสีย เหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความ ผิดหวัง เสียใจ น้อยใจ หรือมีความเครียดในเรื่องต่างๆ ทำให้เกิดเป็น

ความทุกข์ใจ ไม่สบายใจ โดยสาเหตุที่พบบ่อย ได้แก่ การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก เช่น คู่ชีวิต ญาติพี่น้อง หรือเพื่อนสนิท การสูญเสียหน้าที่การงาน บทบาทในครอบครัว การย้ายที่อยู่ เจ็บป่วยทางกายที่ทำให้เกิดความทุกข์ทรมาน เจ็บปวด หรือเป็นโรคเรื้อรังที่มีค่าใช้จ่ายจำนวนมาก เช่น โรคหัวใจ โรคเบาหวาน โรคไต เป็นต้น บุตรหลานไม่ปรองดองกัน ไม่ได้รับการยอมรับนับถือจากลูกหลาน เนื่องจากเห็นว่าอายุมากแล้ว ไม่ทันต่อเหตุการณ์ หรือมีปัญหาทางเศรษฐกิจ รวมทั้งการมีบุคลิกภาพดั้งเดิมเป็นคนที่ขาดความภาคภูมิใจในตนเอง มองตนเองในด้านลบบ่อยๆ หรือชอบพึ่งพาผู้อื่น

2.3) สาเหตุทางด้านสังคม สิ่งแวดล้อมที่พบบ่อย ได้แก่ การปรับตัวไม่ได้ต่อสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลง ไปตามยุคสมัย การประสบความเครียดจากการดำเนินชีวิตประจำวัน การทะเลาะเบาะแว้งของคนในครอบครัว เป็นต้น

ดังนั้น จึงพอสรุปได้ว่า โรคซึมเศร้าในผู้สูงอายุ มีสาเหตุมาจากพันธุกรรม ลักษณะนิสัย รวมไปถึงสภาพแวดล้อมในการใช้ชีวิต ซึ่งผู้ดูแลหรือคนที่ใกล้ชิดผู้สูงอายุต้องให้ความสำคัญเป็นอย่างมาก ถ้าหากรู้สึกว่ามีผู้สูงอายุในบ้านกำลังเข้าสู่ภาวะของโรคซึมเศร้า ควรปรึกษาแพทย์เฉพาะทางเพื่อหาแนวทางการรักษาโรคซึมเศร้าในผู้สูงอายุอย่างเหมาะสม

3) ลักษณะภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุ

สำนักส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต (2558: 12-13) ได้กล่าวว่า สิ่งที่คุณทั่วไปควรทราบคือ “ความเครียด” ที่เป็นตัวสำคัญ และมีผลต่อทั้งอารมณ์ จิตใจ เมื่อผู้ป่วยเครียดมาก ๆ จนไม่สามารถจัดการได้ นั่นจึงเป็นสาเหตุสำคัญของโรคซึมเศร้า หากพบว่า ผู้สูงอายุมีอาการดังที่จะกล่าวนี้นานเกิน 2 อาทิตย์ อาจเข้าข่ายป่วยโรคดังกล่าว จึงควรรีบพาไปพบแพทย์ สำหรับอาการของโรคซึมเศร้าที่พึงให้การสังเกตนั้น ได้แก่

3.1) นิ่ง พูดคุยน้อย เมื่อผู้สูงอายุหนึ่ง ไม่ค่อยตอบสนอง ส่งผลให้ผู้ดูแลไม่ทราบว่าพูดอย่างไรให้ถูกใจ บางครอบครัวจึงปล่อยให้ผู้สูงอายุอยู่ตามลำพัง ซึ่งไม่ถูกต้อง คำแนะนำสำหรับผู้ดูแล ควรให้ความรักแก่ผู้สูงอายุ หมั่นสังเกตและใส่ใจความรู้สึก อารมณ์และความคิด พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้พูดในสิ่งที่ต้องการ หรือชวนพูดคุยเรื่องที่คุณสนใจ เช่น คุณถึงเรื่องราวในอดีตที่มีความสุข โดยแนะนำให้ผู้ดูแลควรเป็นฝ่ายตั้งคำถามก่อน และไม่ควรขัดจังหวะหรือตัดบท

3.2) รับประทานอาหารน้อยลง หรือแทบไม่กินเลย เมื่อผู้สูงอายุเริ่มรับประทานอาหารได้น้อยลง น้ำหนักลดลงอย่างมากโดยที่ไม่ได้ตั้งใจอดอาหาร มีความเสี่ยงต่อภาวะขาดสารอาหาร ควรปรับเปลี่ยนเมนูอาหารให้รับประทานขึ้น โดยเลือกเมนูอาหารอ่อน ๆ ย่อยง่าย และไม่กระทบต่อโรคประจำตัวของผู้สูงอายุ

3.3) ไม่อยากทำอะไร เฉื่อยชา ความสนใจสิ่งต่าง ๆ ลดลงมาก หรือไม่อยากพูดคุยกับใคร ไม่อยากทำอะไรเกือบทุกวัน เบื่อหน่ายมาก อะไรที่เคยชอบก็ไม่อยากทำ รวมทั้งไม่สนใจที่จะดูแลตัวเอง จากที่เคยเป็นคนใส่ใจดูแลตนเองมาก แต่ตอนนี้กลับไม่สนใจการแต่งตัว ช่วยเหลือตัวเอง

ได้น้อยลง แม้แต่เรื่องง่าย ๆ เช่น การแต่งตัว เป็นต้น หากผู้สูงอายุในบ้านมีอาการลักษณะนี้ แนะนำให้ผู้ดูแลพยายามกระตุ้นให้ผู้สูงอายุทำกิจกรรมต่าง ๆ โดยเฉพาะกิจกรรมง่าย ๆ ให้เขารู้สึกภาคภูมิใจในตัวเองมากขึ้น อีกทั้งควรกระตุ้นให้ผู้สูงอายุดูแลสุขภาพของตนเอง เช่น การแปรงฟัน ทำความสะอาดช่องปาก พยายามกระตุ้นให้เคลื่อนไหวร่างกายออกกำลังกายพอสมควร หรือหากมีปัญหาด้านการมองเห็น ควรพาไปพบจักษุแพทย์ตรวจวัดสายตาและใส่แว่นตา หรือรักษาเพื่อลดอุบัติเหตุจากการมองไม่เห็น

3.4) ชอบนอนเฉย ๆ ขวนไปไหนก็ไม่ค่อยอยากไป ในกรณีผู้สูงอายุชอบเก็บตัวและแยกตัวจากผู้อื่น ลูกหลานชวนไปไหนก็ไม่อยากไป แนะนำให้ลูกหลานพยายามเข้าหา ควรหากิจกรรมทำโดยควรเริ่มจากกิจกรรมเล็ก ๆ ในครอบครัว เพราะหากปล่อยทิ้งไว้เช่นนี้จะทำให้ผู้สูงอายุปลื้มตัวมากขึ้น อารมณ์จะยิ่งเลวร้ายลง

3.4) นอนไม่หลับ หรือนอนมากเกินไปเกือบทุกวัน ปัญหาการนอน และหากตอนกลางวันไม่หลับ อาจชวนทำกิจกรรมเบา ๆ เช่น ฟังเพลง อ่านหนังสือ หรือฟังธรรมะ หากนอนไม่หลับติดต่อกัน 3-4 วันขึ้นไป ควรพบแพทย์ หรือหากผู้สูงอายุชอบนอนกลางวัน ถ้าง่วงมากให้นอนได้ระหว่าง 12:00-14:00 น. แล้วปลุก เพราะถ้านอนมากเกินไป ตอนกลางวันจะมีปัญหาการนอน

ดังนั้น จึงพอสรุปได้ว่า การเกิดภาวะซึมเศร้านั้นเกิดจากหลายปัจจัยร่วมกัน ทั้งการทำงานของสมองเกิดสื่อประสาทไม่สมดุล การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายและจิตใจ สังคม สภาพแวดล้อม ประสบการณ์การสูญเสีย จึงจำเป็นต้องบูรณาการการรักษาควบคู่กันหลายด้าน เพื่อให้ผู้สูงอายุใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุขและมีสุขภาพจิตที่ดีในบั้นปลาย

2.6 หลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุ

2.6.1 การเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุตามหลักพุทธธรรม

พระพุทธธรรมเป็นหลักธรรมที่ประมวลคำสั่งสอนของผู้ตรัสรู้หรือพระพุทธเจ้า เป็นหลักธรรมที่เป็นสากลว่าด้วยกฎแห่งเหตุและผลตามกระบวนการของธรรมชาติ เป็นที่ยอมรับของพุทธศาสนิกชนและชาวโลกเป็นจำนวนมาก เป็นข้อปฏิบัติอันเป็นทางสายกลางที่เรียกว่า “มัชฌิมาปฏิปทา” โดยเห็นความสำคัญของร่างกาย จิตใจและปัญญา ซึ่งมีความสัมพันธ์กันและมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์ทั้งที่เป็นบรรพชิตและคฤหัสถ์ ทุกเพศ ทุกวัย โดยเฉพาะผู้สูงอายุเมื่อนำหลักพุทธธรรมไปประพฤติปฏิบัติและประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพแล้ว ย่อมทำให้ผู้สูงอายุมีพลังใจและคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น และก่อให้เกิดความสงบสุขในครอบครัวและอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างเป็นปกติสุข

คณะกรรมการสนับสนุนและประสานงานโครงการสุขภาพดีวิถีพุทธ (2554: 23-24) ได้กล่าวถึงการประยุกต์หลักพุทธธรรมในการสร้างเสริมสุขภาพตามแนวทางการดำเนินงานหมู่บ้าน

สุขภาพดีวิถีพุทธว่า พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้ามีอานุภาพและคุณประโยชน์มากต่อผู้ประพฤติปฏิบัติ เนื่องจากพระองค์ได้ทรงสอนทั้งด้านองค์ความรู้ หลักพุทธธรรมเรียกว่า ทรงสอนพระปริยัติธรรม ด้านปฏิบัติเรียกว่า ปฏิบัติธรรม และด้านผลของการเรียนรู้และปฏิบัติด้วยตนเองเรียกว่าปฏิเวธธรรม และถือเป็นหลักการสำคัญของคุณประโยชน์ของพุทธธรรมว่า ผู้ประพฤติปฏิบัติธรรมย่อมไม่ตกไปหรือไม่เป็นไปในทางชั่ว มีแต่ความเจริญรุ่งเรืองในชีวิต สำหรับอานุภาพของพุทธธรรมต่อการแพทย์และการสาธารณสุขโดยตรงนั้น เกิดจากพระอัจฉริยภาพของพระพุทธเจ้าด้านการแพทย์และการสาธารณสุข ซึ่งได้ทรงตรัสรู้ด้วยพระองค์เอง โดยชอบนาพาประการได้แก่

1) ด้านการรักษาพยาบาล พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติการใช้ยา อาหาร สมุนไพร หลายชนิดสำหรับรักษาโรคในภิกษุป่วยไข้ ทรงอนุญาตให้ภิกษุเป็นภิกษุพยาบาล ทำการพยาบาลภิกษุไข้ ซึ่งในระยะหลังทรงอนุญาตให้ภิกษุพยาบาลทำการรักษาพยาบาลบุคคลอื่น ๆ 25 จำพวกได้ เช่น บิดา มารดา ญาติ ฯลฯ ทรงผ่าตัด เนื่องจากด้วยก้อนเกลือด้วยพระองค์เอง รวมทั้งได้ทรงบัญญัติคุณสมบัติของผู้พยาบาลที่ดีและไม่สมควร ซึ่งอาจถือได้ว่า ทรงบัญญัติจริยธรรมของแพทย์ หรือพยาบาลเป็นครั้งแรก

2) ด้านการป้องกัน ควบคุมโรค มีหลายประการ เช่น ทรงอนุญาตให้ภิกษุพยาบาล ทำการรักษาผู้ป่วยด้วยโรคระบาด การวางหลักเกณฑ์ด้านการสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อม รวมทั้งการรักษาความสะอาดสิ่งของและเครื่องใช้ เป็นต้น

3) ด้านการส่งเสริมสุขภาพ ทรงบัญญัติพระธรรมที่เกื้อกูลการส่งเสริมสุขภาพไว้หลายประการ เช่น ทรงอนุญาตอาหารที่ควรกินและไม่ควรกิน เช่น เนื้อช้าง เป็นต้น ทรงสอนให้กินอาหารพอประมาณ เพื่อให้พอเพียงในการบำรุงรักษาให้ร่างกายอยู่ได้เป็นปกติ ไม่ใช่กินอาหารอย่างมัวเมาตามกิเลสตัณหา เช่น คำสอนในข้อธรรม “โภชนมัตตัญญุตาน” ให้รู้จักพอประมาณการบริโภคอาหาร เป็นต้น นอกจากนี้ ยังทรงสอนให้เคลื่อนไหวร่างกาย ซึ่งอนุโลมได้กับการออกกำลังกาย เช่น การเดินจงกรม ปฏิบัติกัจจัตรา 10 ประการของสงฆ์ การประพฤติปฏิบัติศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งเป็นการรักษาสุขภาพและวาทะให้เรียบร้อยและฝึกจิตใจให้สงบผ่องแผ้ว เพื่อส่งเสริมทั้งสุขภาพทางกายและจิตใจ เป็นต้น

4) การฟื้นฟูสมรรถภาพหรือการฟื้นฟูสุขภาพ ได้ทรงอนุญาตการนวด การอบ และการรมควันสำหรับการฟื้นฟูสุขภาพด้วย

5) ส่วนอานุภาพของการประพฤติปฏิบัติพุทธธรรมแต่ละข้อธรรมหรือหมวดธรรมมีมากมาย ขึ้นอยู่กับข้อธรรมใดหรือหมวดธรรมใด เช่น หมวดธรรมไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา อีกหมวดธรรมหนึ่งได้แก่ โภชณังค 7 คือธรรมเป็นองค์แห่งการตรัสรู้หรือองค์ของผู้ตรัสรู้และถือเป็นธรรมโอสถประการหนึ่ง อานุภาพหรือคุณประโยชน์ของพุทธธรรมต่าง ๆ ในสมัยปัจจุบันได้มีวงการแพทย์และวิทยาศาสตร์การแพทย์ทำการศึกษาวิจัยตามหลัก

วิทยาศาสตร์ ปรากฏว่ามีประสิทธิผลในการป้องกันและรักษาโรคได้หลายประการ เช่น การปฏิบัติสมาธิเป็นเวลา 4 สัปดาห์ วันละ 2 ครั้ง มีผลให้ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงความดันโลหิตลดลง เป็นต้น

พระภิกษุสละ ปณฺญาปโชโต (2562: 59) ได้กล่าวถึงการเสริมสร้างสุขภาพของผู้สูงอายุตามหลักพุทธศาสนาไว้ว่า การสร้างกระบวนการเสริมสร้างสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุตามหลักภาวา 4 ได้แก่

1) การสร้างกระบวนการเสริมสร้างสุขภาพทางกาย คือ ให้ผู้สูงอายุคำนึงและทำให้ตนเองมีร่างกายที่แข็งแรง มีสุขภาพที่ดี เป็นกระบวนการเสริมสร้าง ป้องกันและเตรียมความพร้อม กระบวนการเสริมสร้างคือ การสร้างความรู้หรือการให้ความรู้ในเรื่องของสุขภาพ การดูแลตนเองแก่ผู้สูงอายุให้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง กระบวนการป้องกัน คือ การออกกำลังกายเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันโรค การฝึกฝนการใช้ร่างกายในการทำกิจกรรมระหว่างวัน หรือกิจกรรมเสริมอาชีพต่าง ๆ ช่วยสร้างความยืดหยุ่นและความแข็งแรงให้กับร่างกายของผู้สูงอายุ อีกทั้งยังเป็นการสร้างการเรียนรู้เพื่อให้เกิดงานเกิดอาชีพและกระบวนการเตรียมความพร้อม คือ การรู้จักการใช้ชีวิตที่ถูกต้องเหมาะสม ให้อารมณ์ดี กิน อยู่ ดี ฟัง อย่างรู้คุณค่า รู้โทษ เสพสิ่งเหล่านี้อย่างไม่เกินความจำเป็น คือเป็นการฝึกให้รู้ถึงความพอดีที่ร่างกายต้องการ และไม่ก่อให้เกิดโทษแก่ร่างกายตนเอง

2) กระบวนการเสริมสร้างสุขภาพทางสังคม เป็นกระบวนการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุกับสังคม โดยเริ่มต้นจากผู้สูงอายุจะต้องมีกฎระเบียบในการปฏิบัติตน สร้างความประพฤติของตนให้ดีงาม โดยการปฏิบัติตามหลักศีล 5 ไม่ไปเบียดเบียน หรือก่อความเดือดร้อน ความเสียหายกับผู้อื่น สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นและเกื้อกูลกันได้ด้วยดี ทั้งยังเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ครอบครัวแก่สังคม จนกลายเป็นวิถีชุมชนที่มีแต่ความดีงาม มีหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต คือการสร้างพฤติกรรมการอยู่ร่วมกันในสังคมโดยผู้สูงอายุเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับครอบครัวชุมชน ผ่านวิถีชีวิตที่ใช้หลักศีล 5 เป็นแนวทางในการปฏิบัติตนและอยู่ร่วมกันในสังคม นอกจากนี้ ชุมชนและรัฐจะต้องไม่ทอดทิ้งผู้สูงอายุ มีการดูแลเอาใจใส่ให้ผู้สูงอายุไม่รู้สึกว่าตนเองไร้ค่าและไม่ได้รับการดูแลจะต้องทำให้ผู้สูงอายุไม่รู้สึกว่าถูกทอดทิ้งจากสังคม ทำให้ผู้สูงอายุมีแรงใจในการมีชีวิตอยู่และสร้างความคิดเพื่อเป็นแบบอย่างแก่ลูกหลานต่อไป

3) กระบวนการเสริมสร้างสุขภาพทางจิตใจ 2 ระดับ คือ ระดับในการเสริมสร้างกำลังใจการสร้างทัศนคติด้านบวกให้แก่ผู้สูงอายุ และระดับการสร้างคุณธรรมทางจิตใจให้แก่ผู้สูงอายุ โดยใช้การรวมกลุ่มของผู้สูงอายุเพื่อให้เกิดแนวกระบวนการเสริมสร้างสุขภาพทางจิตใจ ในระดับของการสร้างกำลังใจให้แก่ผู้สูงอายุ คือการพัฒนาให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตที่ดี คือ ไม่มีความเครียด เป็นจิตใจที่มีความเบิกบาน การรวมกลุ่มเพื่อร่วมกิจกรรมนันทนาการจึงเป็นแนวทางที่เหมาะสม ผู้สูงอายุได้พบปะพูดคุยและร่วมกิจกรรมเพื่อผ่อนคลายจิตใจ และในระดับการสร้างคุณธรรมให้กับจิตใจ สอนให้ผู้สูงอายุอยู่ในสังคมอย่างเป็นปกติสุข โดยใช้หลักพรหมวิหาร สอนให้รู้จักการแบ่งปัน

ช่วยเหลือโดยใช้หลักสังคหวัตถุ สอนให้มีความรับผิดชอบทั้งต่อตนเองและสังคมโดยใช้หลักอิทธิบาท ร่วมไปกับกระบวนการพัฒนาสมรรถภาพของจิตโดยการฝึกสมาธิ มีเป้าหมายคือ ผู้สูงอายุจะต้องมีสติ ระลึกได้ในการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ

4) กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณ ให้ผู้สูงอายุสามารถเกิดการเรียนรู้ทั้งทางโลก และทางธรรมควบคู่กันไปกล่าวคือ ใช้กระบวนการด้านกายภาวนา สีลภาวนา และจิตภาวนา เป็นฐานของการเรียนรู้ในส่วนของปัญญาภาวนา คือ การมุ่งเน้นไปที่การทำให้ผู้สูงอายุ มีจิตใจที่อยู่ในภาวะที่มีความสุขและเกิดความเข้าใจในการใช้ชีวิต หลักปัญญาภาวนาคือการสอนให้ใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่าปรับเปลี่ยนมุมมองในการมองตนเอง และมองสังคม ผู้สูงอายุอาจตัดสินใจตัวเองว่า เมื่อเข้าสู่วัยชรา ตนจะไม่สามารถทำอะไรได้ ชีวิตจะกลายเป็นภาระให้กับลูกหลานเมื่อตีตราตนเอง เป็นแบบนี้แล้ว ก็ทำให้มองสังคมว่า สังคมจะต้องตีตราว่าตนเป็นภาระให้กับสังคม และมองสังคม ในทางที่ผิดแผกไป ฉะนั้นแล้วการที่จะปรับมุมมองก็ต้องปรับที่ตัวของผู้สูงอายุก่อนเป็นอันดับแรก คำสอนในทางพระพุทธศาสนาสอนให้ทำความเข้าใจกับชีวิต ไม่ได้สอนให้ตัดสินใจว่าดีหรือเลว ผู้สูงอายุจะต้องสร้างศรัทธา และความเชื่อมั่นให้กับตนเองเสียก่อน การเชื่อมั่นในตนเองทำให้สังคม เกิดความเชื่อมั่นในตัวของผู้สูงอายุเช่นกัน การคิดดีนี่จะเป็นหนทางในการสร้างปัญญาที่ดี

สำนักพัฒนาสุขภาพจิต (2556: 28) ได้กล่าวถึงการส่งเสริมสุขภาพจิตผู้สูงอายุว่า การป้องกันปัญหาสุขภาพจิตผู้สูงอายุจำเป็นต้องเตรียมความพร้อมให้กับผู้สูงอายุในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงที่กำลังเกิดขึ้น ได้แก่ การปรับตัวให้เข้ากับสภาพร่างกายที่เสื่อมลง การปรับตัวให้ยอมรับจากการสูญเสียแบบแผนของสังคมที่เปลี่ยนไป การไม่มีงานทำและรายได้ลดลง ซึ่งเป็นต้นเหตุของการไม่มีความสุขในผู้สูงอายุ ในเชิงจิตวิทยาความสุขเป็นการวัดเชิงอัตวิสัยคือ เป็นเรื่องของอารมณ์และความรู้สึก แม้ความสุขแต่ละคนจะแตกต่างกันไป แต่ความสุขเชิงจิตวิทยามักวัดเฉพาะ ความอยู่ดีทางอารมณ์ ซึ่งคำว่าอยู่ดี (well-being) ก็จะวัดรวมเอามิติสุขภาพกาย สุขภาพใจเข้ามา เป็นบริบทของการอยู่ดีมีสุข เพื่อพัฒนาให้เกิดความสุขเชิงจิตวิทยาในผู้สูงอายุจำเป็นต้องนิยาม ความ สุขที่พร้อมจะปฏิบัติและสามารถวัดผลลัพธ์ในเชิงสัมพันธได้ กรมสุขภาพจิตได้นำเสนอแนวคิด เรื่องสุข 5 มิติ เพื่อส่งเสริมสุขภาพให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตดี บุคลากรสาธารณสุขสามารถจัดกิจกรรม ส่งเสริมสุขภาพจิต โดยใช้กิจกรรม การเสริมสร้างความสุข 5 มิติโดยมีรายละเอียดดังนี้

1) สุขสบาย (Health) หมายถึง ความสามารถของผู้สูงอายุในการดูแลสุขภาพ ร่างกายให้มีสมรรถภาพร่างกายที่คล่องแคล่ว มีกำลังสามารถตอบสนองต่อความต้องการทางกายภาพ ได้ตามสภาพที่เป็นอยู่ มีเศรษฐกิจหรือปัจจัยที่จำเป็นพอเพียง ไม่มีอุบัติเหตุหรืออันตราย และมีสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมสุขภาพ ไม่ติดสิ่งเสพติด

2) สุขสนุก (Recreation) หมายถึง ความสามารถของผู้สูงอายุในการเลือกวิถีชีวิตที่รื่นรมย์ สนุกสนาน ด้วยการทำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดอารมณ์เป็นสุข จิตใจสดชื่นแจ่มใส กระจ่างใส

3) สุขสง่า (Integrity) หมายถึง ความรู้สึกพึงพอใจในชีวิต ความภาคภูมิใจในตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง ยอมรับนับถือตนเอง ให้กำลังใจตนเองได้เห็นอกเห็นใจ ผู้อื่น มีลักษณะเอื้อเฟื้อ แบ่งปันและมีส่วนร่วมในการช่วยเหลือผู้อื่นในสังคม

4) สุขสว่าง (Cognition) หมายถึง ความสามารถของผู้สูงอายุด้านความจำ ความคิด อย่าง มีเหตุผล การสื่อสาร การวางแผน และการแก้ไขปัญหา ความสามารถในการคิดแบบนามธรรม รวมทั้งความสามารถในการจัดการสิ่งต่างๆได้อย่างมีประสิทธิภาพ

5) สุขสงบ (Peacefulness) หมายถึง ความสามารถของผู้สูงอายุในการรับรู้เข้าใจ ความรู้สึกของตนเอง รู้จักควบคุมอารมณ์และสามารถจัดการกับสภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถผ่อนคลายให้เกิดความสงบสุขสงบกับตนเองได้ รวมทั้งสามารถปรับตัวและยอมรับสภาพที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง

นอกจากนี้ นายแพทย์พงษ์ วรพงศ์พิเชษฐ์ (2550: 19-20) ได้กล่าวถึงการนำหลักพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพเสริมสุขภาพในหนังสือพุทธธรรมบำบัด โดยได้รวบรวมผลงานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศรองรับ ซึ่งมีหลักพุทธธรรมสำคัญที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุได้ดังนี้

1) อารมณ์เป็นสาเหตุทำให้เกิดโรค ร่างกายและจิตใจของคนเรามีความสัมพันธ์กันอย่างแยกไม่ออก เวลาที่ใจของเรามีความเครียด ความโกรธหรืออารมณ์ในทางลบก็จะมีผลต่อร่างกายของเรา จิตใจของเราจึงมีอิทธิพลมากต่อการเกิดโรคของร่างกาย ในทางกลับกันการมีอารมณ์ที่ดี เช่น การฝึกเจริญเมตตาภาวนาเป็นเวลาหนึ่งชั่วโมง ซึ่งมีผลต่ออารมณ์ที่ดีทำให้ภูมิคุ้มกันต้านทาน แข็งแกร่งขึ้น

2) ความผ่อนคลายบำบัดโรควิทยาศาสตร์ นายแพทย์ Benson แห่งมหาวิทยาลัยฮาวาร์ด ความผ่อนคลายเป็นสิ่งสำคัญมาก การทำให้เกิดการผ่อนคลายทำได้หลายวิธี เช่น การสวดมนต์ การฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อ การฝึกการหายใจ การฝึกโยคะ สมาธิ การฝึกสมาธิโดยตรงในทำยืน เดิน นั่ง นอนใช้สติกำหนดรู้ส่วนต่าง ๆ ในร่างกาย สามารถทำให้เกิดสมาธิและผ่อนคลายได้มาก

3) สมาธิบำบัดโรค ปัจจุบันเป็นที่ยอมรับกันแล้วว่าการทำจิตให้เป็นสมาธิ ช่วยสร้างความผ่อนคลายแก้ไขโรคความเครียดอย่างได้ผล คนอเมริกันฝึกหัดสมาธิเพื่อแก้ไขปัญหา ความเครียด และปัญหาความทุกข์ใจ นอกจากนั้น การวิจัยทางวิทยาศาสตร์ยังชี้ให้เห็นถึงผลดีของสมาธิต่อการรักษาโรคทางกายอย่างชัดเจน จึงทำให้การใช้สมาธิรักษาเป็นที่นิยมกันอย่างแพร่หลาย นิตยสารไทม์ถึงกับตีพิมพ์บทความเรื่อง “การสวดมนต์ ไปวัด ปฏิบัติสมาธิ ช่วยรักษาโรคได้”

4) วิปัสสนากรรมฐานบำบัดโรค การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเป็นวิธีการที่เกิดจากการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า มีเฉพาะในพระพุทธศาสนา เป็นการฝึกจิตให้เกิดปัญญา เห็นสภาวะธรรมต่าง ๆ เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ทำให้เราเข้าใจสิ่งต่างๆตามความเป็นจริงทำให้ถอดถอนความยึดติดในสิ่งทั้งปวงว่าไม่ใช่ตัวเรา ของเรา เป็นเหตุให้สามารถขจัดกิเลสหรืออารมณ์

ต่าง ๆ โดยเฉพาะกิเลสอย่างละเอียด ในเบื้องต้นทำให้เราควบคุมจิตใจอารมณ์ได้ดี สามารถวางเฉยต่อสิ่งต่าง ๆ ทั้งดีและไม่ดีได้

5) การสวดมนต์บำบัดโรค การไปวัด ไหว้พระ สวดมนต์ แผ่เมตตา เป็นกิจกรรมที่ชาวพุทธปฏิบัติกันเป็นประจำในชีวิตประจำวัน ผลการวิจัยทางการแพทย์ในปัจจุบัน พบว่า การไหว้พระสวดมนต์ การไปวัด ทำกิจกรรมทางศาสนา มีผลทำให้สุขภาพดีและรักษาโรคได้ด้วย

ดังนั้น การประยุกต์ใช้หลักธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าตามหลักพุทธศาสนา ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักเข้าไปพึ่งพาวัดหรือหลักธรรมเพื่อเยียวยารักษา ส่วนหนึ่งเกิดจากความเชื่อความศรัทธาและการถูกรอบร้อมจากสถาบันครอบครัว โดยเฉพาะโรคซึมเศร้า เป็นโรคที่เกี่ยวข้องกับจิตใจอันเป็นนามธรรม และเป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดโรคอื่น ๆ อีกตามมา และมีวิธีการบำบัดรักษาทางการแพทย์ที่แตกต่างกันไปตามลักษณะอาการ แต่ในทางพระพุทธศาสนาแม้หลักคำสอนจะมีอายุยาวนานร่วม 2,600 ปี แต่หลักคำสอนที่เรียกว่า “พุทธธรรม” ยังสามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ในหลาย ๆ เหตุการณ์

2.6.2 หลักพุทธธรรมบำบัด

ส่วนหลักธรรมสำคัญในการดำเนินชีวิตและสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในการศึกษาค้นคว้าวิจัยได้คัดเลือกหลักธรรมที่สำคัญในทางพระพุทธศาสนา หรือแก่นแท้ของคำสอนในพุทธธรรมที่มีปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎก เพื่อเป็นหลักในการเชื่อมโยงกับหลักธรรมอื่น ๆ ที่สำคัญและสัมพันธ์กันซึ่งมีอยู่มากมาย เพื่อนำไปส่งเสริมและเกื้อกูลต่อการดำเนินชีวิตและสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในฐานะคฤหัสถ์ นำไปสู่สมดุลของสุขภาพทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและในมิติต่าง ๆ ตามหลักแห่งพุทธธรรม ทั้งทางด้านปริยัติ (ศึกษา) ปฏิบัติ (ประพฤติตาม) และปฏิเวธ (บรรลุผล) ซึ่งหลักธรรมที่สำคัญในพระพุทธศาสนา ในครั้งนี้ ได้รวบรวมจากพจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรมของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต, 2551: 25-60) ซึ่งมีรายละเอียดโดย สรุปดังนี้

1) อริยสัจ 4 หมายถึง ความจริงอันประเสริฐ, ความจริงของพระอริยะ, ความจริงที่ทำให้ผู้เข้าถึงกลายเป็นอริยะ อันได้แก่ (1) ทุกข์ หมายถึง ความทุกข์, สภาพที่ทนได้ยาก, สภาวะที่บีบคั้นขัดแย้ง บกพร่อง ขาดแก่นสารและความเที่ยงแท้ ไม่ให้ความพึงพอใจแท้จริง ได้แก่ ขาดิ มรณะ การประจวบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก การพลัดพรากจากสิ่งที่รัก ความปรารถนาไม่สมหวัง โดยย่อว่า อุปาทานขันธ์ 5 เป็นทุกข์ (2) ทุกขสมุทัย หมายถึง เหตุเกิดแห่งทุกข์, สาเหตุให้ทุกข์เกิด ได้แก่ ตัณหา 3 คือ กามตัณหา ภวตัณหา และ วิภวตัณหา (3) ทุกขนิโรธ หมายถึง ความดับทุกข์ได้แก่ ภาวะที่ตัณหาดับสิ้นไป, ภาวะ ที่เขาถึงเมื่อกำจัดอวิชชา สำรอกตัณหาสิ้นแล้ว ไม่ถูกขอม ไม่ติดของหลุดพ้นสงบ ปลอดภัย เป็นอิสระ คือ นิพพาน (4) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา หมายถึง ปฏิปทาที่นำไปสู่ความดับแห่งทุกข์, ขอปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ได้แก่ อริยอัฏฐังคิกมรรคหรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า มัชฌิมาปฏิปทา แปลว่า “ทางสายกลาง” มรรคมืองค์ 8 นี้ สรุปลงในไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา

อริยสัจ 4 นี้ เรียกอีกอย่างว่า ทุกข์สมุทัย นิโรธและมรรค การแสดงอริยสัจ 4 ประการนี้ มีชื่อเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สามุกังสีการธรรมเทศนา แปลตามอรรถกถาว่า พระธรรมเทศนา ที่พระพุทธเจ้าทรงหยิบยกขึ้นถือเอาไว้ด้วยพระองค์เอง คือทรงเห็นด้วยพระสยัมภูญาณ ไม่สาธยายแก่ผู้อื่น แต่ตามที่อธิบายกันมา แปลว่า พระธรรมเทศนาที่พระพุทธเจ้าทรงยกขึ้นแสดงเอง โดยไม่ต้องปรารภคำถามหรือการทูลขอร้องของผู้ฟังอย่างการแสดงธรรมในเรื่องอื่น ๆ

2) ไตรสิกขาหรือสิกขา 3 หมายถึง ข้อที่จะต้องศึกษา, ข้อปฏิบัติที่เป็นหลัก สำหรับศึกษา คือ ผีอกบรณ กาย วาจา จิตใจและปัญญาให้ยิ่งขึ้นไปจนบรรลุจุดหมายสูงสุดคือพระนิพพาน เรียกว่า สิกขา 3 ว่า ศีล สมาธิ ปัญญา อันประกอบด้วย (1) อธิศีลสิกขา (สิกขาคือศีลอันยิ่ง, ขอบปฏิบัติสำหรับฝึกอบรณในทางความประพฤติอย่างสูง) (2) อธิจิตตสิกขา (สิกขาคือจิตอันยิ่ง, ขอบปฏิบัติสำหรับฝึกอบรณจิตเพื่อให้เกิดคุณธรรม เช่น สมาธิอย่างสูง) (3) อธิปัญญาสิกขา (สิกขาคือปัญญาอันยิ่ง, ขอบปฏิบัติสำหรับฝึกอบรณปัญญา เพื่อให้เกิดความรู้แจ้งอย่างสูง)

3) ไตรลักษณ์ หมายถึง ลักษณะ 3, อาการที่เป็นเครื่องกำหนดหมาย 3 อย่าง อันให้รู้ถึงความจริงของสภาวะธรรมทั้งหลายที่เป็นอย่างนั้น ๆ ตามธรรมดาของมัน ประกอบไปด้วย (1) อนิจจตา ความเป็นของไม่เที่ยง (2) ทุกขตา ความเป็นทุกข์ (3) อนัตตตา ความเป็นของไม่ใช่ตน ลักษณะเหล่านี้มี 3 อย่าง จึงเรียกว่า ไตรลักษณ์ ลักษณะทั้ง 3 นี้มีแก่สิ่งทั้งหลายเป็นสามัญเสมอเหมือนกัน คือ ทุกอย่างที่เป็นสังขตะ เป็นสังขารล้วนไม่เที่ยง (อนิจจตา) คงทนอยู่ไม่ได้ (ทุกขตา) เสมอเหมือนกันทั้งหมด ทุกอย่างที่เป็นธรรม ทั้งสังขตะคือสังขารและอสังขตะ คือวิสังขาร ล้วนมีใช่ตน ไม่เป็นอัตตา (อนัตตตา) เสมอกันทั้งสิ้น จึงเรียกว่า สามัญลักษณ์

4) หลักภาวนา หมายถึง การเจริญ การทำให้เป็น ให้มีขึ้น การฝึกอบรณการพัฒนา ได้แก่ (1) กายภาวนา หมายถึง การเจริญกาย พัฒนากาย การฝึกอบรณกายให้รู้จักติดต่อกันของกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้งห้าด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณมิให้เกิดโทษให้กุศลกรรมงอกงามให้อกุศลกรรม เสื่อมเสีย การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ (2) สีลภาวนา หมายถึง การเจริญศีล พัฒนาความประพฤติการฝึกอบรณศีลให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัยไม่เบียดเบียน หรือก่อความเดือดร้อนเสียหายอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดีเกื้อกูลแก่กัน (3) จิตภาวนา หมายถึง การเจริญจิต การพัฒนาจิต การฝึกอบรณจิตให้เข้มแข็งมั่นคงเจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีเมตตากรุณา ขยันหมั่นเพียร อดทน มีสมาธิ และสดชื่นเบิกบานเป็น สุขผ่องใส เป็นต้น (4) ปัญญาภาวนา หมายถึง การเจริญปัญญา พัฒนาปัญญา การฝึกอบรณปัญญา ให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริงรู้เท่าทันเห็นโลก และชีวิตตามสภาวะสามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสปลดปล่อยพ้นจากความทุกข์แก้ไขปัญญาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา

5) หลักโลกธรรม หมายถึง เรื่องของโลกมีอยู่ประจำกับชีวิตสังคมและโลกของมนุษย์ เป็นความจริงที่ทุกคนต้องประสบด้วยกันทั้งนั้นอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ไม่ว่าจะชอบหรือไม่ชอบ

ก็ตาม ข้อแตกต่างคือ ใครประสบมาก ประสบน้อย ช้าหรือเร็ว โลกธรรมแบ่งออกเป็น 8 ชนิด จำแนกออกเป็น 2 ฝ่ายควบคู่กันและมีความหมายตรงข้ามกัน คือโลกธรรมฝ่ายอิฏฐารมณ คือ ฝ่ายที่มนุษย์พอใจมี 4 เรื่อง คือ (1) ได้ลาภ หมายความว่า ได้ผลประโยชน์ ได้ทรัพย์สินเงินทอง ได้บ้านเรือนหรือที่สวน ไร่นา (2) ได้ยศ หมายความว่า ได้รับแต่งตั้งให้มีฐานันดรสูงขึ้น ได้ตำแหน่ง ได้อำนาจเป็นใหญ่เป็นโต (3) ได้รับสรรเสริญ คือ ได้ยิน ได้ฟัง คำสรรเสริญคำชมเชย คำยกยอ (4) ได้สุข คือ ได้ความสบายกาย สบายใจ ได้ความเบิกบาน ร่าเริง ได้ความบันเทิงใจ โลกธรรมฝ่ายอนิฏฐารมณ คือ ฝ่ายที่มนุษย์ไม่พอใจมี 4 เรื่อง คือ (5) เสียลาภ หมายความว่า ลาภที่ได้มาแล้วเสียไป (6) เสื่อมยศ หมายถึง ถูกลดความเป็นใหญ่ ถูกถอดออกจากตำแหน่ง ถูกถอดอำนาจ (7) ถูกนินทา หมายถึง ถูกตำหนิติเตียนว่าไม่ดี มีใครพูดถึงความไม่ดีของเราในที่ลับหลังเรียกว่าถูกนินทา (8) ตกทุกข์ คือ ได้รับความทุกข์ทรมานกายทรมานใจ

6) หลักปฬิโพธ ปฬิโพธ แปลว่า เครื่องผูกพัน หรือห่วงเหนี่ยว ซึ่งเป็นเหตุให้ห้วงกังวล ฉะนั้นจึงต้องตัดปฬิโพธซึ่งเป็นความกังวลในเรื่องต่าง ๆ ให้หมดสิ้นก่อนลงมือปฏิบัติ เพื่อไม่ให้ เป็นเครื่องขัดขวางการปฏิบัติ ทำให้เกิดความล่าช้า หรืออาจทำให้การปฏิบัติไม่ก้าวหน้า เสียเวลาโดยเปล่าประโยชน์ ปฬิโพธที่ท่านกล่าวไว้มี 10 ประการ ดังนี้ (1) อาวาสปฬิโพธ ความกังวลเรื่องที่อยู่อาศัยนั้น หมายถึง ความห่วงกังวลสิ่งต่าง ๆ ไม่ว่าจะ เป็นสิ่งของที่ตัวสะสมไว้ การงานที่ค้างค้างอยู่ เหล่านี้เรียก อาวาสปฬิโพธ (2) กุลปฬิโพธ ความกังวลเรื่องตระกูล หมายถึง ความห่วงกังวลตระกูลญาติหรือตระกูลอุปฐากที่ตนเองชอบคลุกคลีด้วย เพราะความห่วงใยในความทุกข์สุขของตระกูลนั้นทำให้ไม่สามารถไปไหนได้ นี้เรียกว่า กุลปฬิโพธ (3) ลาภปฬิโพธ ความกังวลเรื่องลาภสักการะ หมายถึง ความห่วงกังวลถึงปัจจัย 4 ที่ตนเคยได้รับ จนเกิดความเสียดายไม่อยากจากไปไหน เพราะกลัวจะสูญเสียลาภเหล่านั้น เรียกว่า ลาภปฬิโพธ (4) คณปฬิโพธ ความกังวลเรื่องหมู่คณะ หมายถึง ความห่วงหมู่คณะเพื่อนฝูงที่รู้จักมักคุ้น หรือความห่วงกังวลในการสอนหนังสือที่ตนรับผิดชอบอยู่ จนไม่อาจตัดใจละทิ้งหมู่คณะเหล่านั้นไปได้ เรียกว่า คณปฬิโพธ (5) กัมมปฬิโพธ ความกังวลเรื่องการทำงาน หมายถึง ความห่วงกังวลในเรื่องงานที่ตนทำอยู่ เช่น การซ่อม การก่อสร้าง การดูแล การบูรณะ การปรับปรุง อารามที่ตนอยู่ หรือที่ต้องต้องรับผิดชอบ ทำให้ไม่มีเวลาในการปฏิบัติธรรม นี้เรียกว่า กัมมปฬิโพธ (6) อัทธานปฬิโพธ ความกังวลเรื่องการเดินทาง หมายถึง มีความจำเป็นจะต้องเดินทางไปทำกิจอย่างใดอย่างหนึ่ง จนไม่มีเวลาปฏิบัติธรรม นี้เรียกว่า อัทธานปฬิโพธ (7) ญาติปฬิโพธ ความกังวลเรื่องญาติ เป็นเหตุแห่งความกังวล นี้เรียกว่า ญาติปฬิโพธ (8) อาพาธปฬิโพธ ความกังวลเรื่องการเจ็บป่วย หมายถึง ความเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นในตน ทำให้เกิดความกังวลในการรักษา หรือทุกข์เวทนาจากความเจ็บป่วย ทำให้เกิดอุปสรรคในการปฏิบัติธรรม เรียกว่า อาพาธปฬิโพธ (9) คณปฬิโพธ ความกังวลเกี่ยวกับการศึกษาเล่าเรียน หมายถึง ผู้ที่กำลังศึกษาอยู่ต้องเอาเวลาทั้งหมดมาดูแลหนังสือ ทำรายงาน คำนวณตำรับตำราต่าง ๆ จนไม่มีเวลาปฏิบัติธรรม ต้องกังวลอยู่กับการศึกษาเล่าเรียน นี้เรียกว่า

คันถป्लीโธ (10) อธิป्लीโธ ความกังวลเรื่องการแสดงฤทธิ์ หมายถึง พระภิกษุที่ได้มานอภิญญาจนสามารถแสดงฤทธิ์ต่าง ๆ ต้องกังวลในการระวังรักษาฤทธิ์นั้นไม่ให้เสื่อม จนต้องหมั่นฝึกฝนอยู่เสมอ จนไม่มีเวลาเจริญวิปัสสนา นี้เรียกว่า อธิป्लीโธ

ทั้งนี้ โรคทางใจเป็นโรคที่เกิดขึ้นอยู่ในทุกขณะจิตเกิดขึ้นได้กับทุกคน ในกรณีของโรคซึมเศร้าหากเทียบเคียงลักษณะอาการป่วยโรคซึมเศร้าเข้ากับพุทธธรรม จะเห็นว่ามึลักษณะอาการของโรคซึมเศร้าคล้ายกับอาการของนิรวรณ ซึ่งนิรวรณ พระพรหมคุณาภรณ์ (2559: 167) ให้ความหมายว่า สิ่งที่ยึดติดไม่ให้ก้าวหน้าในคุณธรรม ยึดติดไม่ให้บรรลุคุณความดี เป็นอกุศลธรรมที่ทำให้จิตเศร้าหมองทำให้ปัญญาอ่อนกำลัง มี 5 ประการ (1) กามฉันทะ ความพอใจในกาม ในความรัก ในกามคุณ (2) พยาบาท ความคิดร้าย ความขัดเคืองแค้นใจ (3) ถีนมิทธะ ความหดหู่ และเชื่องซึม (4) อุทธัจจกุกกุกจะ ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ ความกระวนกระวายกลุ่มกังวล (5) วิจิกิจจา ความลังเลสงสัยกามฉันทะ ระวังโดยใช้กายคตาสติ คือการเอาสติไปไว้ในกาย พิจารณาส่วนประกอบใน ร่างกายของเราว่า ไม่สะอาด ไม่สวยงาม เพื่อให้รู้เท่าทันสภาวะของร่างกายนี้และไม่ให้หลงมัวเมาในร่างกาย ไม่ยึดติดในร่างกาย เมื่อเห็นตามสภาวะความเป็นจริงแล้วก็จะรู้ว่า ร่างกายเราเป็นสิ่งที่ไม่สวยงาม แม้แต่เราผู้เป็นเจ้าของร่างกายยังมีความรังเกียจ ฉะนั้นการที่จะให้ผู้อื่นมารักมาชื่นชอบในตัวของเราจึงเป็นสิ่งที่ยาก เมื่อมีปัญญารู้เห็นตามความเป็นจริงได้ ดังนี้ จะทำให้มีสติและรักตัวเองมากยิ่งขึ้น พยาบาท ระวังโดยการใช้พรหมวิหารธรรม ได้แก่ (1) เมตตา ความรักในผู้อื่นในสรรพสัตว์ทั้งหลาย ไม่คิดทำร้ายหรือพยาบาท (2) กรุณา ความสงสาร คือมีจิตใจคิดสงสารในผู้อื่นหรือสรรพสัตว์ที่ตกทุกข์ได้ยาก และต้องการจะช่วยเหลือให้พ้นทุกข์ หาวิธีการแนะนำให้พ้นจากทุกข์ (3) มุทิตา คือมีจิตคิดยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี ไม่อิจฉาริษยา และเมื่อผู้อื่นมีความทุกข์ ก็ไม่ซ้ำเติม ไม่ตำหนิ มีเพียงจิตคิดจะให้พ้นจากทุกข์ (4) อุเบกขา การวางเฉยเมื่อได้ช่วยเหลือเต็มกำลังความสามารถแล้ว ไม่ยึดติดในสิ่งที่ช่วยเหลือ ไม่ถือ เป็นบุญคุณ โดยพรหมวิหารธรรมนี้ เป็นการทำให้จิตคิดในสิ่งที่ดี คิดแล้ว เกิดความสบายใจ ส่งผลถึงการกระทำและคำพูด และเมื่อจิตไม่มีความโกรธ ย่อมส่งผลให้เกิดความคิดในด้านที่ดี และไม่ต้องกังวลว่าจะมีผู้ใดมาทำร้ายได้

ดังนั้น จะเห็นได้ว่า หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นอีกหนทางหนึ่งที่ผู้ป่วยโรคซึมเศร้าสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการบำบัดรักษาโรคได้ หากผู้ป่วยมีความเชื่อ มีความศรัทธาในพระพุทธศาสนาและพุทธธรรมอยู่แล้ว พลังความเชื่อความศรัทธานี้จะส่งผลต่อจิตใจกลายเป็นแรงผลักดันให้ผู้ป่วยมีความมุ่งมั่นว่าตนเองต้องหายจากโรคที่เป็นอยู่นี้ นอกจากนี้วิธีป้องกันรักษาโรคซึมเศร้าที่ใช้วิธีการบำบัดแก้ไขโดยใช้กิจกรรมแล้ว ยังสามารถประยุกต์ใช้วิธีการทางศาสนา มาประยุกต์ใช้เพื่อป้องกันหรือแก้ไขโรคซึมเศร้าได้ ทั้งนี้ วิธีการป้องกันและแก้ไขปัญหาโรคซึมเศร้าจะเห็นได้ว่า มีหลายวิธีการที่จะสามารถหลีกเลี่ยงภาวะอาการกำเริบของโรคได้ เช่น การหากิจกรรมต่าง ๆ ทำ ไม่ว่าจะเป็นการท่องเที่ยว การระบายความรู้สึก การออกกำลังกาย การพักผ่อนให้เพียงพอ

ล้วนแล้วแต่เป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดประโยชน์แก่ผู้ป่วยโรคซึมเศร้าทั้งสิ้น นอกจากนี้แล้วยังสามารถนำหลักหรือวิธีการทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ได้ เช่น การฝึกสติเพื่อลดความฟุ้งซ่านภายในจิตใจที่เกิดขึ้น การไหว้พระทำบุญเป็นการใช้เวลาว่างทำกิจกรรมร่วมกับครอบครัว เพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวให้แน่นแฟ้นขึ้นและเพื่อหลีกเลี่ยงการให้ผู้ป่วยอยู่คนเดียว เป็นต้น กิจกรรมต่าง ๆ เหล่านี้จะช่วยเบี่ยงเบนความคิดของผู้ป่วยไปในทางที่ดี ลดภาวะการณ์เศร้าหมองและช่วยดึงผู้ป่วยกลับมาใช้ชีวิตในสังคมร่วมกับผู้อื่นได้

2.6.3 การเจริญสติและปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

การเจริญสติและปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเป็นวิธีการเจริญสติตามแนวพุทธศาสนา เพื่อป้องกันผู้ที่มีภาวะซึมเศร้า เป็นการอยู่ด้วยสติสัมปชัญญะ ฝึกควบคุม ตนเองให้มีสติ ในแต่ละขณะ รู้เท่าทันอารมณ์และยอมรับประสบการณ์ของสภาวะที่เกิดขึ้น พร้อมทั้งปล่อยวางอาการความคิดเหล่านั้นด้วยปัญญาอันเห็นแจ้งเอง ทำให้ไม่ยึดติดกับอาการเหล่านั้น ไม่มีจิตใจวุ่นวาย รู้สึกสงบ เห็นว่า ความทุกข์ตั้งอยู่ไม่นาน ความสุขก็เช่นกัน เป็นการแสดงอาการของพระไตรลักษณ์หรือคิดแบบ รู้ว่าเป็นธรรมดา คือ การมองอย่างรู้เท่าทันตามความเป็นไปของสิ่งทั้งหลาย ซึ่งจะต้องเป็นอย่างนั้นตามธรรมดาในฐานะที่มันเป็นสิ่งซึ่งเกิดจากเหตุปัจจัยต่าง ๆ ประจักษ์ให้มีเกิดขึ้นตั้งอยู่แล้วก็ดับไป เป็นไปตามเหตุปัจจัยที่ว่า สิ่งทั้งหลายทั้งปวงที่เกิดจากปัจจัยประจักษ์ เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็จะต้องดับไป ไม่เที่ยงแท้แน่นอน ไม่คงที่ ไม่ยั่งยืน ไม่คงอยู่ตลอดไป เป็นอนิจจังคือ ความไม่เที่ยง นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยทางการแพทย์ที่สอดคล้องและสนับสนุนผลการวิจัยว่า การเจริญสติสามารถบำบัดรักษาผู้ป่วยโรค ซึมเศร้าได้ เช่น การฝึกสติให้ผู้ป่วยรู้ถึงสภาวะที่เกิดขึ้นกับตัวผู้ป่วยเอง และการกำหนดรู้เท่าทันสภาวะนั้น ๆ ตลอดถึงการจัดการปัญหา โดยไม่ยึดติดกับเรื่องหรือปัญหานั้น ด้วยการพิจารณาตามหลักกฎไตรลักษณ์บ้าง กฎแห่งกรรมบ้าง ตามหลักอริยสัจ 4 เป็นต้น

รูปแบบการเจริญสติที่ปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4 เป็นหลัก คือ การรักษาศีล เจริญสติ เพื่อให้จิตใจสงบไม่ฟุ้งซ่าน มีสติในการกระทำต่าง ๆ และเกิดปัญญาในการแก้ไขอย่างมีเหตุผล โดยใช้วิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ประกอบด้วย 2 ลักษณะ ได้แก่ การเดินจงกรม และการนั่งเจริญสติ โดยกำหนดจิตอยู่ในขณะปัจจุบันตามความเป็นจริง การเจริญสติทำให้ผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าเกิดสติ เกิดปัญญา เข้าใจความเป็นจริงของสภาวะธรรมได้ตามที่จริง ปล่อยวางความคิด การปรุงแต่ง และการครอบงำของกิเลส ส่งผลให้ภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้ามลดลงได้ เมื่อการเจริญสติช่วยบำบัดภาวะซึมเศร้าที่เป็นโรคทางใจได้อีกวิธีหนึ่ง ซึ่งเป็นการนำเอาหลักธรรมในพระพุทธศาสนา มาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน หรือนำมาประยุกต์ใช้เพื่อบำบัดโรคทางใจ จะเห็นได้จากผลการวิจัย การปฏิบัตินั้นแบ่งวิธีการเจริญสติตามแนวพุทธศาสนา เพื่อป้องกันผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าออกเป็น 2 ประการ ได้แก่

1) สมถภาวนา (การเจริญสมาธิ) คือ การทำจิตให้เป็นสมาธิหรือเป็นฌาน คือการทำ

จิตให้ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่าน และกระสับกระส่ายไปยังอารมณ์อื่น ๆ ผู้ใดจะเลือกใช้วิธีใดก็ได้ตามแต่สมัครใจ ไม่ว่าจะเลือกปฏิบัติวิธีใดก็ตาม จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมึศีลให้ครบถ้วนบริบูรณ์ หากเป็นฆราวาสก็ต้องรักษาศีล 5 เป็นอย่างน้อย จึงจะสามารถทำจิตให้ตั้งมั่น หากว่าศีลยังไม่มั่นคง ความตั้งมั่นแห่งจิตย่อมเกิดขึ้นได้โดยยาก เพราะศีลย่อมเป็นกำลังให้เกิดสมาธิขึ้น ดังนั้นสมถภาวนาจึงสามารถช่วยป้องกันภาวะซึมเศร้าได้ เพราะการทำสมาธิเป็นการช่วยให้สงบใจ ตั้งมั่นในอารมณ์รู้จักปล่อยวาง ทำให้จิตใจให้สงบสุข ไม่ต้องคิดฟุ้งซ่านกับความไม่เที่ยงของสิ่งต่าง ๆ ในโลกนี้แล้วยอมรับการเปลี่ยนแปลงในชีวิตได้

2) วิปัสสนา (การเจริญปัญญา) ให้รู้เห็นตามความเป็นจริงในกายและใจ เห็นแจ้งในไตรลักษณ์ เห็นแจ้งในอริยสัจและเห็นแจ้งในมรรค ผล และนิพพาน อารมณ์ของวิปัสสนานั้นจะแตกต่างไปจากอารมณ์ของสมาธิ เพราะว่าสมาธินั้นมุ่งแต่จะให้จิตตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง แต่เพียงอารมณ์เดียว โดยแนบนิ่งอยู่เช่นนั้น ไม่นึกคิดอะไร ๆ แต่วิปัสสนาไม่ใช่ให้จิตตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว นิ่งอยู่เช่นนั้น แต่เป็นจิตที่คิดและใคร่ครวญหาเหตุและผล (โยนิโสมนสิการ) ในสภาวะธรรมทั้งหลายและสิ่งที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนานั้น มีแต่เพียงอย่างเดียวคือ "ขันธ 5" ในวิธีการป้องกันภาวะซึมเศร้านั้น การแสดงขันธ 5 นั้น เป็นการชี้ให้เห็นกระบวนการของธรรมชาติที่มีการเกิดขึ้น และการดับโดยเหตุปัจจัย

ส่วนรูปแบบวิธีการประยุกต์ใช้การเจริญสติที่เหมาะสมกับผู้มีภาวะซึมเศร้า ปัจจุบันการบำบัดผู้มีภาวะซึมเศร้าในประเทศไทย ส่วนใหญ่เป็นการบำบัดตามแนวคิดตะวันตก ซึ่งมีประสิทธิผลสามารถลดภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าได้ แต่เนื่องจากบริบทและวิถีชีวิตของคนส่วนใหญ่จะนับถือพระศาสนาพุทธ การปฏิบัติตามแนวทางพระพุทธศาสนาที่สอดคล้องกับความเชื่อและความศรัทธา ทำให้มีความง่ายต่อการนำไปปฏิบัติ เพื่อการป้องกันตนเองจากภาวะซึมเศร้านั้น มีหลายวิธีทั้งการรักษาทางการแพทย์และทางพระพุทธศาสนา ซึ่งรูปแบบวิธีการประยุกต์ใช้การเจริญสติที่เหมาะสมกับผู้มีภาวะซึมเศร้า จากการศึกษาวิจัยของ มาริสสา อุทยาพงษ์ (2560: 118-120) ได้ค้นพบรูปแบบวิธีการประยุกต์ใช้การเจริญสติที่เหมาะสมกับผู้มีภาวะซึมเศร้า (MARISA-MODEL) สามารถอธิบายรายละเอียด ได้ดังนี้

1) การเจริญสติ (Mindfulness) คือ การปฏิบัติเจริญสติ ในทุกขณะอิริยาบถ ทั้งการนั่งสมาธิและการเดินจงกรม ทำได้ในขณะจิตตื่นสบาย ๆ ไม่เครียดหรือหงุดหงิด ก็นำมาคิดไตร่ตรอง ใช้ปัญญาพิจารณา สังเกตเห็นเวทนาหรือจิตได้ในทุกอิริยาบถ ไตร่ตรองหาเหตุ และผลแห่งความทุกข์ ความเครียดความเศร้าหมองในชีวิต การฝึกทำสมาธิแบบเจริญสติ วิปัสสนากรรมฐาน คือ การเจริญปัญญาและทำการคิดใคร่ครวญ เพื่อหาเหตุผลในสภาวะที่เป็นธรรม และความจริงในแต่ละสรรพสิ่งว่า สิ่งทั้งหลายในโลกนี้เป็นสิ่งที่ไม่เที่ยงแท้ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไป (อนิจจัง) ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นอย่างทุกข์ (ทุกขัง) คือ ทุกอย่างเป็นสภาพที่ไม่อาจทนอยู่ในสภาพเดิมได้ เกิดขึ้นแล้วไม่อาจคงอยู่

ต้องเปลี่ยนแปลงไป ทำให้อารมณ์เกิดความเปลี่ยนแปลงไปตามวัตถุซึ่งก่อให้เกิดความทุกข์ตามมา และสุดท้ายคือ ทุกสิ่งไม่มีตัวตน และไม่ใช่ว่าไม่ใช่ตนหรือเป็นของ ๆ ใครใด ๆ ทั้งสิ้น (อนัตตา)

2) การมีสติสัมปชัญญะ (Apperception) การเจริญสติ เป็นวิธีเพื่อให้พบความจริงของชีวิต ทำให้เห็นร่างกายอันประกอบขึ้นด้วยชั้น 5 และมีลักษณะไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน มนุษย์เราเมื่อยังไม่ได้เจริญสติวิปัสสนากรรมฐาน ย่อมถูกปิดบังอยู่ ทำให้ไม่เห็นความจริงของชีวิต หรือกล่าวได้ว่า ทำให้ผู้ปฏิบัติเกิดสติสัมปชัญญะมีจิตเป็นสมาธิและมีคุณธรรม ทำให้มีความเห็นถูกต้องตามหลักของพระพุทธศาสนา สามารถออกจากความคิดของการปรุงแต่งและอำนาจครอบงำของกิเลส ส่งผลให้ ความวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าลดลงได้

3) การแก้ไขปัญหา (Resolution) สามารถแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ในชีวิตได้อย่างเป็นระบบ และการฝึกเจริญสติ ทำให้ผู้มีภาวะซึมเศร้าเข้าใจว่า เหตุแห่งความทุกข์คืออะไร การคิดแบบนี้ถูกต้องหรือไม่ ทำให้เข้าใจปัญหาตนเองโดยการคิดใหม่หรือหาวิธีหลาย ๆ วิธีที่เหมาะสมกับตัวเอง โดยมุ่งเน้นความเป็นจริงในการแก้ไขปัญหา หลังจากที่มีความคิดที่บิดเบือนจนทำให้เกิดภาวะซึมเศร้าขึ้นกับตัวเอง ต่อจากนั้นทำการเจริญสติบำบัดแบบวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหา สุขภาพ แล้วนำมาปฏิบัติควบคู่กับการปฏิบัติตามหลักการแพทย์ด้วย โดยวิธีปรึกษาหรือซักถาม แลกเปลี่ยนเรียนรู้จากผู้มีความรู้ด้านพุทธศาสนา และหรือด้านการแพทย์หรือผู้ทรงคุณวุฒิอื่นๆ

4) การปรับปรุง (Improvement) สามารถปรับปรุงวิถีการดำเนินชีวิตของตนเองได้ เมื่อจิตรวมเป็นสมาธิและมีสติทำให้ผู้ปฏิบัติสามารถจัดลำดับความสำคัญเรื่องราวต่าง ๆ ในชีวิต ทำให้ได้รู้ว่าเรื่องไหนทุกข์หนัก รวมถึงช่วยให้เห็นได้ว่า อะไรเป็นต้นเหตุของความทุกข์นั้น ส่วนในขั้นสุดท้ายช่วยในการปล่อยวาง สามารถจัดการหรือแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้ และเมื่อปัญหาได้คลี่คลายลง ก็ย่อมส่งผลช่วยลดความเครียดภาวะซึมเศร้าอันเกิดมาจากความคาดหวังในชีวิตได้

5) ความเศร้าโศกทุกข์ใจ (Sadness) เมื่อผ่านขั้นตอนทั้ง 4 ขั้นตอนดังกล่าวแล้ว ความเศร้าโศกทุกข์ใจก็จะหมดไป ทำให้ไม่มีภาวะซึมเศร้า เพราะผู้ปฏิบัติทราบถึงสาเหตุของความทุกข์ ความเศร้าโศก ความคิดที่บิดเบือนไปจากความจริงและแก้ไขปัญหาเหล่านั้นได้ อีกทั้งการฝึกเจริญสติวิปัสสนากรรมฐาน โดยมีพระวิปัสสนาจารย์สอนและให้คำแนะนำ ทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจและมีความหวัง เกิดแรงจูงใจอยากรับการบำบัดในครั้งต่อไปด้วยวิธีการเจริญสติ

6) การประเมินผล (Assessment) ทบทวนความเข้าใจและติดตามการควบคุมอารมณ์พร้อมทั้งบูรณาการร่วมกับการดูแลรักษาในทางการแพทย์ การควบคุมและการปล่อยวางจิตใจ ไม่ยึดมั่นถือมั่นโดยไม่มีเหตุผล การยึดหลักทางสายกลางตามหลักพุทธศาสนา การรู้จักคลายเครียด เมื่อมีสิ่งมากระทบให้เกิดอารมณ์ โดยใช้สติสัมปชัญญะและเจริญสติสม่ำเสมอ

กล่าวโดยสรุป วิธีการประยุกต์ใช้การเจริญสติ เพื่อป้องกันผู้ที่มีภาวะซึมเศร้า (MARISA – MODEL) เป็นการบูรณาการเชิงพุทธร่วมกับวิธีการดูแลรักษาผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าทางการแพทย์แผน

ปัจจุบัน และจะมุ่งเน้นกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นหลัก โดยใช้การเจริญสติให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจ ปัญหาความทุกข์ความเศร้าของตนเอง พิจารณาถึงเหตุผลและหาทางแก้ไขปัญหาโดยการคิดใหม่ หรือหาวิธีหลาย ๆ วิธีที่เหมาะสมกับตัวเองตามสภาพความเป็นจริงที่เกิดขึ้น

ดังนั้น จึงพอสรุปได้ว่า โรคซึมเศร้าเป็นโรคที่เกิดจากความคิดที่นับวันจะมีผู้ป่วยโรคนี้เพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุ ซึ่งวิธีการรักษามีหลากหลายวิธีโดยแต่ละวิธีมีหลักการ วิธีการที่แตกต่างกันออกไป ขึ้นอยู่กับอาการของแต่ละบุคคล แต่ยังไม่มียาหรือวิธีการใดที่เหมาะสมหรือได้ผลดีที่สุด ซึ่งการใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ก็เป็นวิธีหนึ่งที่จะช่วยบำบัดรักษาให้ผู้ป่วยมีอาการดีขึ้นได้ เพราะหลักพระพุทธศาสนาบางอย่างสอดคล้องกับการรักษาทางการแพทย์ แต่ทั้งนี้ การรักษาจะได้ผลหรือไม่ ขึ้นอยู่กับตัวผู้ป่วยเองว่ามีจิตใจที่เข้มแข็งเพียงใดในการต่อสู้กับโรคที่ตนเองเป็นอยู่ หรือแม้กระทั่งคนรอบข้างก็เป็นส่วนสำคัญที่จะช่วยให้ผู้ป่วยมีกำลังใจในการรักษา ซึ่งอาจจะเป็นการให้กำลังใจ เข้าใจ และพร้อมที่จะสู้เคียงข้างไปพร้อมกับผู้สูงอายุที่เพียงลำพัง

2.7 บริบทพื้นที่

คณะผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลของบริบทพื้นที่ในเขตท่องเที่ยวเมืองรองภาคเหนือตอนบน เพื่อเป็นข้อมูลประกอบการศึกษาวิจัย ประกอบไปด้วยที่ตั้งและอาณาเขต สภาพภูมิประเทศ สภาพภูมิอากาศ ทรัพยากร การคมนาคม ลักษณะทางประชากรและสังคม สภาพเศรษฐกิจ และแหล่งท่องเที่ยวของจังหวัด โดยมีรายละเอียดดังนี้ (สำนักพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมภาคเหนือ, 2558: 1-30)

2.7.1 ที่ตั้งและอาณาเขต

ภาคเหนือตอนบนของประเทศไทย ประกอบด้วย 8 จังหวัด คือ จังหวัด เชียงใหม่ เชียงราย ลำปาง ลำพูน พะเยา แพร่ น่าน และแม่ฮ่องสอน ครอบคลุมพื้นที่ประมาณ 85,852.23 ตารางกิโลเมตรคิดเป็นร้อยละ 16.72 ของพื้นที่ทั้งหมดของประเทศไทย มีอาณาเขตติดต่อกับพื้นที่ข้างเคียง ดังนี้

- 1) ทิศเหนือ ติดต่อกับประเทศสหภาพเมียนมาร์
- 2) ทิศตะวันตก ติดต่อกับประเทศสหภาพเมียนมาร์
- 3) ทิศตะวันออก ติดต่อกับประเทศ สปป.ลาว
- 4) ทิศใต้ติดต่อกับจังหวัดตาก สุโขทัย และอุตรดิตถ์

2.7.2 สภาพภูมิประเทศ

สภาพภูมิประเทศของภาคเหนือตอนบนส่วนใหญ่ประกอบด้วยภูเขา และเทือกเขาสูง ซึ่งสภาพภูมิประเทศลักษณะนี้ทำให้ภาคเหนือตอนบนมีศักยภาพสูงที่จะเป็นแหล่งท่องเที่ยวประเภทธรรมชาติ โดยจังหวัดเชียงใหม่มียอดเขาที่สูงที่สุดของประเทศไทย คือ ดอยอินทนนท์ สำหรับสภาพ

ภูมิประเทศที่เป็นลักษณะเด่นของแต่ละจังหวัด มีดังนี้

- 1) จังหวัดแม่ฮ่องสอน ประมาณร้อยละ 80 ของพื้นที่ทั้งหมดเป็นภูเขาสูง มีความสูงระหว่าง 700 – 2,000 เมตรจากระดับน้ำทะเลปานกลาง ส่วนพื้นที่ราบเป็นที่ราบลูกฟูก
- 2) จังหวัดเชียงใหม่ ประกอบด้วยภูเขาสูงสลับซับซ้อน มีความสูงระหว่าง 300 – 2,600 เมตรจากระดับน้ำทะเลปานกลาง และมีที่ราบบริเวณหุบเขาและที่ราบสองฝั่งแม่น้ำ
- 3) จังหวัดเชียงราย ส่วนใหญ่เป็นเทือกเขาสูง มีความสูงอยู่ระหว่าง 1,500 – 2,000 เมตร จากระดับน้ำทะเลปานกลาง โดยมีพื้นที่ราบระหว่างหุบเขาและที่ราบลุ่มแม่น้ำ
- 4) จังหวัดพะเยา ตัวเมืองตั้งเป็นพื้นที่ราบมีภูเขาล้อมรอบ ระดับความสูงระหว่าง 300 – 1,550 เมตรจากระดับน้ำทะเลปานกลาง ส่วนบริเวณกว๊านพะเยาเป็นที่ราบแอ่งกระทะ
- 5) จังหวัดน่าน พื้นที่ส่วนใหญ่เป็นป่าไม้และภูเขาสูงที่มีความลาดชันเกิน 30 องศา โดยมีตอยภูคาเป็นยอดเขาสูงที่สุด (ประมาณ 1,980 เมตรจากระดับน้ำทะเลปานกลาง)
- 6) จังหวัดแพร่ร้อยละ 75 ของพื้นที่ทั้งหมดเป็นภูเขาสูงซับซ้อน
- 7) จังหวัดลำพูน พื้นที่ส่วนใหญ่เป็นพื้นที่ราบ ที่ราบสูงและเทือกเขา
- 8) จังหวัดลำปาง พื้นที่ด้านเหนือเป็นภูเขามีระดับความสูงเฉลี่ยประมาณ 270 เมตรจากระดับน้ำทะเลปานกลาง ส่วนพื้นที่ตอนกลางเป็นที่ราบ

2.7.3 สภาพภูมิอากาศ

ภาคเหนือตอนบนมีสภาพภูมิอากาศเป็นแบบฝนเมืองร้อนเฉพาะฤดู หรือสวันนา/มรสุม (Tropical/Savanna: AW) มีช่วงฝนตกและฝนแล้งอย่างละ 6 เดือน และมีฤดูกลาง ดังนี้ ฤดูฝน เริ่มประมาณกลางเดือนพฤษภาคมถึงเดือนตุลาคม ฤดูหนาว เริ่มประมาณเดือนพฤศจิกายนถึงเดือนกุมภาพันธ์ ฤดูร้อน เริ่มประมาณเดือนมีนาคมถึงเดือนพฤษภาคม อุณหภูมิเฉลี่ยตลอดปีของภาคเหนือเท่ากับ 24.6 องศาเซลเซียส โดยอุณหภูมิเฉลี่ยเดือน ธันวาคมและเดือนมกราคมเท่ากับ 19.6 องศาเซลเซียส ทำให้ช่วงฤดูหนาวมีอากาศเย็นสบายเหมาะสำหรับการท่องเที่ยว ส่วนฤดูร้อนนั้นมีสภาพภูมิอากาศร้อนมากเนื่องจากภาคเหนือตั้งอยู่ห่างไกลจากทะเล โดยมีอุณหภูมิเฉลี่ยสูงสุดในเดือนเมษายนเท่ากับ 31.3 องศาเซลเซียส สำหรับปริมาณน้ำฝนของภาคเหนือตอนบนเฉลี่ยประมาณ 1,112 มิลลิเมตรต่อปี (ต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของประเทศซึ่ง เท่ากับประมาณ 1,600 มิลลิเมตรต่อปี) โดยเดือนที่มีฝนตกมากที่สุด คือ เดือนสิงหาคม

2.7.4 ทรัพยากรน้ำ

เนื่องจากสภาพภูมิประเทศส่วนใหญ่ของภาคเหนือตอนบนประกอบด้วย ภูเขาสูง และป่าไม้ จึงเป็นแหล่งกำเนิดต้นน้ำที่สำคัญของประเทศ คือ แม่น้ำปิง วัง ยม และน่าน ทำให้มีศักยภาพสูงสำหรับการท่องเที่ยว ประเภทล่องแพ ชีซ้าง เดินป่า รวมทั้งจัดกิจกรรมทางวัฒนธรรมที่เกี่ยวกับน้ำ ในเทศกาลต่าง ๆ นอกจากนี้ จังหวัดเชียงรายซึ่งมีแม่น้ำโขงไหลผ่าน ทำให้จังหวัดเชียงรายมีศักยภาพ

ด้านการคมนาคมขนส่งและการท่องเที่ยวในอนุภูมิภาคลุ่มแม่น้ำโขงสูงมาก เนื่องจากแม่น้ำโขงไหลผ่านหลายประเทศ สำหรับแหล่งน้ำสำคัญในแต่ละจังหวัด มีดังนี้

- 1) จังหวัดแม่ฮ่องสอน ได้แก่แม่น้ำปาย แม่น้ำสาละวิน แม่น้ำยวม แม่น้ำละมด
- 2) จังหวัดเชียงใหม่ ได้แก่แม่น้ำปิง แม่น้ำกก แม่น้ำกว๊ม แม่น้ำขาน แม่น้ำแม่แตง แม่น้ำ แม่จัต และแม่น้ำแม่ทา
- 3) จังหวัดเชียงราย ได้แก่ แม่น้ำโขง แม่น้ำกก แม่น้ำอิง แม่น้ำคำ แม่น้ำแม่จัน แม่น้ำสาย แม่น้ำรวกและน้ำแม่ลาว
- 4) จังหวัดพะเยา ได้แก่แม่น้ำอิง และกว๊านพะเยา
- 5) จังหวัดน่าน ได้แก่ แม่น้ำน่าน แม่น้ำสา แม่น้ำว้า แม่น้ำแหง และแม่น้ำปัว
- 6) จังหวัดแพร่ ได้แก่ แม่น้ำยม แม่น้ำคำมี และแม่น้ำสาย
- 7) จังหวัดลำพูน ได้แก่ แม่น้ำปิง แม่น้ำกว๊ม แม่น้ำลี้และน้ำแม่ทา
- 8) จังหวัดลำปาง ได้แก่ แม่น้ำวัง แม่น้ำต๋อย แม่น้ำยาว และแม่น้ำงาว

2.7.5 การคมนาคมขนส่ง

1) การคมนาคมขนส่งทางบก ภาคเหนือตอนบนมีโครงข่ายถนนเชื่อมโยงทั้งภายในภูมิภาคและนอกภูมิภาค รวมถึงเชื่อมโยงไปยังประเทศข้างเคียง (สหภาพเมียนมาร์ สปป.ลาว และจีนตอนใต้) โดยเป็นถนนที่ได้มาตรฐานและสามารถใช้งานได้ดีทุกฤดูกาล นอกจากนี้ยังมีเส้นทางรถไฟเชื่อมโยงกับจังหวัดต่างๆ ทั้งภาคเหนือตอนล่างและภาคกลาง

2) การคมนาคมขนส่งทางอากาศ มีสายการบินเปิดให้บริการเดินทางทั้งภายในประเทศ และต่างประเทศเช่น สิงคโปร์ กัวลาลัมเปอร์(มาเลเซีย) หลวงพระบาง (สปป.ลาว) ย่างกุ้งและมณฑลทะเลย์ (สหภาพเมียนมาร์) คุณหมิง (จีนตอนใต้) เกาหลีใต้ และไต้หวัน โดยมีสนามบินนานาชาติ 2 แห่ง คือ สนามบินนานาชาติเชียงใหม่และท่าอากาศยานนานาชาติแม่ฟ้าหลวง จังหวัดเชียงราย และมีสนามบินพาณิชย์ในจังหวัดต่าง ๆ ได้แก่ สนามบินลำปาง สนามบินแพร่สนามบินน่าน สนามบินแม่ฮ่องสอน และสนามบินปาย

3) การคมนาคมขนส่งทางน้ำ พื้นที่ภาคเหนือตอนบนมีบริการคมนาคมขนส่งทางน้ำภายในประเทศเพียงเส้นทางเดียว คือ เส้นทางระหว่างบ้านท่าตอน อำเภอแม่เมาะ จังหวัดเชียงใหม่ กับอำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย โดยใช้ลำน้ำกกเป็นเส้นทางบริการ ส่วนการคมนาคมขนส่งทางน้ำระหว่างประเทศใช้ลำน้ำโขง ซึ่งเป็นแม่น้ำนานาชาติในการให้บริการโดยมีท่าเรือที่อำเภอเชียงแสน อำเภอเชียงทอง และอำเภอเวียงแก่น จังหวัดเชียงราย ส่วนใหญ่เป็นการขนส่งสินค้าระหว่างภาคเหนือตอนบนกับ สหภาพเมียนมาร์สปป.ลาว และจีนตอนใต้

2.7.6 การใช้ประโยชน์ที่ดิน

เนื่องจากพื้นที่ส่วนใหญ่ของภาคเหนือตอนบนเป็นภูเขา โดยพื้นที่ราบส่วนใหญ่อยู่

บริเวณแอ่งที่ราบภาคเหนือตอนบน สำหรับการใช้ประโยชน์ที่ดินเพื่อการเกษตร พบว่า ใช้ทำนามากที่สุด รองลงไป คือ ใช้ปลูกพืชไร่และไม้ผล ส่วนพื้นที่เลี้ยงสัตว์มีน้อยมาก สำหรับพื้นที่ไม่ได้ใช้เพื่อการเกษตรส่วนใหญ่เป็นพื้นที่ป่าไม้ ที่ตั้งถิ่นฐาน และอื่น ๆ เช่น แหล่งน้ำ นอกจากนี้ พื้นที่สูงหลายแห่งซึ่งโครงการหลวงส่งเสริมให้ชาวไทยภูเขาปลูกพืชผักผลไม้เมืองหนาว ยังเป็นแหล่งผลิตทางการเกษตรและเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่สำคัญของภาคเหนือตอนบนอีกด้วย

2.7.7 ลักษณะทางประชากรและสังคม

ในปี พ.ศ. 2553 ภาคเหนือตอนบนมีประชากรทั้งหมด จำนวน 5,671,371 คน โดยจังหวัดเชียงใหม่มีประชากรจำนวนมากที่สุด (1,640,479 คน) และจังหวัดแม่ฮ่องสอนมีประชากรจำนวนน้อยที่สุด (242,742 คน) ประชากรในพื้นที่ภาคเหนือตอนบนมีหลากหลายทางชาติพันธุ์ เนื่องจากมีการตั้งถิ่นฐานมายาวนานกว่า 1,000 ปีและเป็นที่ตั้งของอาณาจักรโบราณที่สำคัญหลายแห่ง อาทิ เมืองลำพูน (อาณาจักรหริภุญไชย ราชอาณาจักรแห่งแรกในภาคเหนือตอนบน) เมืองเชียงใหม่ (อาณาจักรล้านนา) ซึ่งยังคงปรากฏหลักฐานทั้งด้าน โบราณสถานและศิลปวัตถุจำนวนมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งแหล่งวัฒนธรรมโบราณที่ประชาชนยังคงดำรงรักษาวิถีชีวิตดั้งเดิมไว้ ทำให้พื้นที่ภาคเหนือตอนบนมีลักษณะทางประชากร สังคม วัฒนธรรมประเพณี และวิถีชีวิตที่เป็นเอกลักษณ์ ซึ่งเห็นได้จากลักษณะการแต่งกาย การใช้ภาษา ลักษณะสถาปัตยกรรมของอาคารสิ่งก่อสร้าง เทศกาลประเพณี อาหารการกิน ศิลปะการแสดง ฯลฯ ประชากรส่วนใหญ่ในภาคเหนือตอนบนเรียกตนเองว่า คนเมืองหรือไทยวน ซึ่งลักษณะทางสังคม วัฒนธรรมประเพณี และวิถีชีวิตที่เป็นเอกลักษณ์นี้ล้วนเป็นทรัพยากรการท่องเที่ยวที่มีค่าของภาคเหนือตอนบน

2.7.8 สภาพเศรษฐกิจ

เศรษฐกิจของภาคเหนือตอนบนขึ้นอยู่กับการผลิตภาคการเกษตร รองลงมา คือ การค้าอุตสาหกรรม และการบริการตามลำดับ โดยผลผลิตทางการเกษตรของภาคเหนือที่สำคัญ ได้แก่ ถั่วเหลือง ข้าวโพด ข้าว อ้อย ลำไย ลิ้นจี่ กระเทียม ยาสูบ หอมแดง หอมหัวใหญ่ เนื่องจากพื้นที่ภาคเหนือตอนบนมีอาณาเขตติดต่อกับประเทศใกล้เคียง จึงมีความสำคัญทั้งด้านการค้าในประเทศและการค้าระหว่างประเทศ เช่น สหภาพเมียนมาร์ สปป.ลาว และจีนตอนใต้

2.7.9 แหล่งท่องเที่ยว

ด้วยสภาพภูมิศาสตร์ สภาพภูมิประเทศ ความสำคัญทางประวัติศาสตร์ และเอกลักษณ์ทางสังคมและวัฒนธรรม ทำให้ภาคเหนือตอนบนมีแหล่งท่องเที่ยวจำนวนมากถึง 696 แห่ง โดยแหล่งท่องเที่ยวที่สำคัญแต่ละประเภท มีดังนี้

- 1) แหล่งท่องเที่ยวประเภทประวัติศาสตร์ และโบราณคดี อาทิ เวียงกุมกาม (เชียงใหม่) เมืองเชียงแสน (เชียงราย)
- 2) แหล่งท่องเที่ยวประเภทพิพิธภัณฑ์ อาทิ หอศิลปวัฒนธรรมเมืองเชียงใหม่

(เชียงใหม่) หอผืนอุทยานสามเหลี่ยมทองคำ (เชียงราย) พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติน่าน (น่าน) หอวัฒนธรรมนิทัศน์ (พะเยา) พิพิธภัณฑ์ชุมชนเมือง หริภุญไชย (ลำพูน)

3) แหล่งท่องเที่ยวประเภทศาสนา อาทิ วัดพระแก้ว (เชียงราย) วัดพระธาตุคอกยสุเทพวรวิหาร (เชียงใหม่) วัดพระสิงห์วรมหาวิหาร (เชียงใหม่) วัดร่องขุ่น (เชียงราย) วัดศรีโคมคำ (พะเยา) วัดพระธาตุช้างค้ำ (น่าน) วัดพระธาตุแช่แห้ง (น่าน) วัดพระธาตุช่อแฮ (แพร่) วัดพระธาตุจอมแจ้ง (แพร่) วัดพระธาตุลำปางหลวง (ลำปาง) วัดพระธาตุหริภุญไชยวรมหาวิหาร (ลำพูน) วัดพระธาตุคอกยงมู (แม่ฮ่องสอน) วัดจองคำ-วัดจองกลาง (แม่ฮ่องสอน)

4) แหล่งท่องเที่ยวประเภทธรรมชาติอุทยานแห่งชาติอุทยานแห่งชาติดอยอินทนนท์ (เชียงใหม่) สามเหลี่ยมทองคำ (เชียงราย) กว๊านพะเยา (พะเยา) อุทยานแห่งชาติดอยภูคา (น่าน) วนอุทยานแพะเมืองผี (แพร่) อุทยานแห่งชาติแจ้ซ้อน (ลำปาง) อุทยานแห่งชาติน้ำตก แม่สุรินทร์ (แม่ฮ่องสอน) อุทยานแห่งชาติถ้ำน้ำลอด (แม่ฮ่องสอน)

5) แหล่งท่องเที่ยวประเภทสวนเกษตร อาทิ สถานีวิจัยโครงการหลวงดอยอ่างขาง (เชียงใหม่) สวนเกษตรดอยยาววี (เชียงราย) สวนชาดอยแม่สลอง (เชียงราย)

6) แหล่งท่องเที่ยวประเภทด้านการค้าชายแดน อาทิ แม่สาย (เชียงราย) เชียงแสน (เชียงราย)

7) แหล่งท่องเที่ยวประเภทกิจกรรม อาทิ ล่องแพในลำน้ำแม่แตง (เชียงใหม่) ปางช้างแม่แตง (เชียงใหม่) ล่องแพลำน้ำกก (เชียงใหม่-เชียงราย) ศูนย์อนุรักษ์ช้างไทย (ลำปาง)

8) แหล่งท่องเที่ยวในตัวเมือง (เช่น วัด ถนนคนเดิน ร้านขายของที่ระลึก) อาทิ ตัวเมืองเชียงใหม่ ตัวเมืองแม่ฮ่องสอน ตัวเมืองปาย ตัวเมืองเชียงราย ตัวเมือง ลำพูน ตัวเมืองน่าน

2.7.9 แหล่งท่องเที่ยวในจังหวัดเชียงใหม่

จังหวัดเชียงใหม่มีความสำคัญสูงมากในด้านการท่องเที่ยวของภาคเหนือตอนบน เนื่องจากจังหวัดเชียงใหม่มีแหล่งท่องเที่ยวจำนวนมากหลากหลายประเภท มีการเข้าถึงที่สะดวกทั้งทางถนน ทางรถไฟ และทางเครื่องบิน อีกทั้งยังมีที่พักแรมและบริการอำนวยความสะดวกหลากหลายประเภทให้เลือก แต่ละปีมีนักท่องเที่ยวทั้งชาวไทยและชาวต่างประเทศเดินทางมาท่องเที่ยวมากกว่า 5 ล้านคน โดยช่วงเวลาที่เหมาะสมสำหรับท่องเที่ยวในจังหวัดเชียงใหม่ คือ ช่วงฤดูหนาว (เดือนพฤศจิกายน-เดือน กุมภาพันธ์) เนื่องจากเป็นช่วงเวลาที่มรสุมอากาศเย็นสบายพืชพรรณไม้แตกใบเขียวชอุ่ม มองเห็นวิวทิวทัศน์ได้สวยงาม แหล่งท่องเที่ยวสำคัญในเขตอำเภอเมืองเชียงใหม่ส่วนใหญ่เป็นแหล่งท่องเที่ยวทางประวัติศาสตร์ ศาสนา วัฒนธรรมและวิถีชีวิต ได้แก่วัดพระธาตุคอกยสุเทพราชวรวิหาร วัดพระสิงห์วรมหาวิหาร วัดเจดีย์หลวง วัดสวนดอก วัดอุโมงค์ หอศิลปวัฒนธรรมเมืองเชียงใหม่ ชุมชนดั้งเดิมวัดเกต ชุมชนผลิตเครื่องเงินถนนวัวลาย ส่วนแหล่งท่องเที่ยวในอำเภออื่น ๆ อาทิ ด่านทิศเหนือ (เชียงใหม่ แม่แตง เชียงดาว ไชยปราการ ฝาง และแม่เมาะ) ได้แก่ พระตำหนัก

ดารารักรมย์ น้ำตกแม่สา ปางช้าง แม่สา สวนพฤกษศาสตร์ สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ ปางช้างแม่แตง ล่องแพ แม่ตะมาน ถ้ำเชียงดาว ดอยอ่างขาง น้ำพุร้อนฝาง ด้านทิศใต้ (หางดง สันป่าตอง จอมทอง ฮอด ดอยเต่า) ได้แก่ วัดต้นเกว๋น (วัดอินทราวาส) เวียงท่ากาน อุทยานแห่งชาติดอยอินทนนท์ อุทยานแห่งชาติ ออบหลวง และทะเลสาบดอยเต่า ด้านทิศตะวันออกเฉียงเหนือ ได้แก่ หมู่บ้านทำร่มบ่อสร้าง เมืองสันกำแพง น้ำพุร้อนสันกำแพง และหมู่บ้านแม่กำปอง

2.7.11 แหล่งท่องเที่ยวในจังหวัดลำพูน

จังหวัดลำพูนตั้งอยู่ห่างจากเมืองเชียงใหม่ (ด้านทิศใต้) ประมาณ 30 กิโลเมตร เดิมเป็นศูนย์กลางของอาณาจักรหริภุญไชยซึ่งเป็นอาณาจักรแห่งแรกในภาคเหนือตอนบน สร้างขึ้นเมื่อปี พ.ศ. 1200 โดยมีการตั้งถิ่นฐานอย่างต่อเนื่องยาวนานกว่า 1,300 ปี จึงมีความสำคัญในฐานะที่เป็นเมืองประวัติศาสตร์ที่มีชีวิต แหล่งท่องเที่ยวที่โดดเด่นของจังหวัดลำพูนจึงเป็นแหล่งท่องเที่ยวประเภทประวัติศาสตร์และศาสนา ได้แก่ วัดพระธาตุหริภุญไชยวรมหาวิหาร พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติหริภุญไชย วัดพระคงฤๅษี วัดมहांวัน และวัดประตูลี้ซึ่งสร้างสมัยพระนางจามเทวี เจดีย์เหลี่ยมซึ่งเป็นต้นแบบของสถาปัตยกรรมหริภุญไชยและเป็นที่ยอมรับของพระนางจามเทวี วัดพระพุทธรูปตากผ้า โบราณสถานเกาะกลาง นอกจากนี้ ยังมีแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติ แหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรม และวิถีชีวิต อาทิ อุทยานแห่งชาติ ดอยขุนตาล อุทยานแห่งชาติแม่ปิง อุโมงค์รถไฟขุนตาน ยอดดอยขุนตาล หมู่บ้านทอผ้าหนองเงือก วัดบ้านปาง (พิพิธภัณฑสถานหริภุญไชย) วัดพระบาทห้วยต้ม หมู่บ้านกระเหรี่ยง

2.7.12 แหล่งท่องเที่ยวในจังหวัดลำปาง

จังหวัดลำปางมีการเข้าถึงที่สะดวกทั้งทางรถยนต์ รถไฟและเครื่องบิน และมีที่พักแรมให้เลือกใช้บริการหลายแห่ง แหล่งท่องเที่ยวในเขตเมืองที่โดดเด่น คือ วัดและชุมชนดั้งเดิม อาคารโบราณ ชุมชนท่ามะโอ กาดกองต้า วัดพระแก้วดอนเต้าสุชาดาราม นอกจากนี้ ยังมีแหล่งท่องเที่ยวประเภทธรรมชาติที่สำคัญ ได้แก่ ศูนย์อนุรักษ์ช้างไทย น้ำพุร้อนแจ้ซ้อน น้ำตกวังแก้ว เขื่อนกิ่วลม ถ้ำผาไท วัดพระธาตุลำปางหลวง วัดพระธาตุจอมปิง และหมู่บ้านแกะสลักไม้

2.7.13 แหล่งท่องเที่ยวในจังหวัดพะเยา

แหล่งท่องเที่ยวที่โดดเด่นของจังหวัดพะเยา คือ กว๊านพะเยาซึ่งเป็นแหล่งน้ำที่เกิดจากการก่อสร้างประตูระบายน้ำขวางลำน้ำอิง วัดศรีโคมคำซึ่งมีพระพุทธรูปศิลปะเชียงแสนที่ใหญ่ที่สุดในล้านนาไทย หอวัฒนธรรมนิทัศน์ อนุสาวรีย์พ่อขุนงำเมือง วัดพระเจ้านั่งดิน ศูนย์วัฒนธรรม ไทลื้อ และวัดท่าฟ้าใต้

2.7.14 แหล่งท่องเที่ยวในจังหวัดเชียงราย

จังหวัดเชียงรายตั้งอยู่เหนือสุดของประเทศไทยห่างจากกรุงเทพมหานคร ประมาณ 830 กิโลเมตร ห่างจากเมืองเชียงใหม่ประมาณ 180 กิโลเมตร แหล่งท่องเที่ยวที่สำคัญใน ตัวเมืองเชียงราย

ได้แก่ วัดพระแก้ว วัดพระสิงห์ ส่วนแหล่งท่องเที่ยวในอำเภออื่นๆ ที่เป็นที่ยู้งัก ได้แก่ วัดร่องขุน ดอยแม่สะลอง พระธาตุดอยตุง พระตำหนักดอยตุง เมืองโบราณเชียงใหม่ ภูชี้ฟ้า ฯลฯ

2.7.15 แหล่งท่องเที่ยวในจังหวัดแพร่

แหล่งท่องเที่ยวในตัวเมืองแพร่ที่โดดเด่นและมีความสำคัญได้แก่ วัดพระธาตุช่อแฮ วัดพระธาตุดอยตุง วัดจอมแจ้ง วัดจอมสวรรค์ บ้านประทับใจ (บ้านไม้สักขนาดใหญ่) บ้านทุ่งโฮ้ง (หมู่บ้านผลิตเสื้อม่อฮ่อม) บ้านร่องฟอง (หมู่บ้านผลิตเครื่องมือเกษตร) และแพะเมืองผี นอกจากนี้อำเภออื่น ๆ ยังมีแหล่งท่องเที่ยวที่สำคัญ ได้แก่ พระธาตุ-พระลอ เวียงพระลอ ถ้ำผานางคอย น้ำตกตาดขวา น้ำตกห้วยโรง และน้ำตกดอยสวรรค์

2.7.16 แหล่งท่องเที่ยวในจังหวัดน่าน

จังหวัดน่านมีเขตแดนติดต่อกับ สปป. ลาว ด้านชายแดนห้วยโก๋นจึงเป็นจุดที่นักท่องเที่ยวนิยมเดินทางไปเยี่ยมชม ส่วนแหล่งท่องเที่ยวที่สำคัญของจังหวัดน่านที่อยู่ในบริเวณตัว เมืองน่าน ได้แก่ วัดพระธาตุช้างค้ำ วัดภูมินทร์ วัดพระธาตุแช่แห้ง พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติน่าน วัดหัวขวง ส่วนเส้นทางท่องเที่ยวด้านเหนือมีแหล่งท่องเที่ยวที่สำคัญ คือ อุทยานแห่งชาติดอยภูคา บ่อเกลือ (บ่อเกลือสินเธาว์แห่งเดียวในภาคเหนือ)

2.7.17 แหล่งท่องเที่ยวในจังหวัดแม่ฮ่องสอน

จังหวัดแม่ฮ่องสอนตั้งอยู่ตะวันตกเฉียงเหนือสุดของประเทศไทย สามารถเดินทางเข้าถึงได้ทั้งทางรถยนต์และเครื่องบิน เนื่องจากสภาพภูมิประเทศเป็นภูเขาสูง เส้นทางถนนจึงมีความคดเคี้ยวและสูงชันซึ่งเป็นความท้าทายของการเดินทางท่องเที่ยวและเป็นจุดเด่นในการเดินทาง นอกจากนี้จังหวัดแม่ฮ่องสอนยังเป็นจังหวัดเดียวในพื้นที่ภาคเหนือตอนบนที่มีประชากรส่วนใหญ่ เป็นกลุ่มชาติพันธุ์ไทใหญ่ ดังนั้น แหล่งท่องเที่ยวทางศาสนาและวัฒนธรรมจึงมีความแตกต่างจากอัตลักษณ์ที่พบในจังหวัดอื่นๆ ของภาคเหนือตอนบน แหล่งท่องเที่ยวที่สำคัญได้แก่ วัดพระธาตุดอยกองมู วัดจองคำ-วัดจองกลาง ตลาดเช้า ภูโคลน (แหล่งโคลนที่มีคุณสมบัติสูงในการบำรุงผิว) ศูนย์ศิลปาชีพจังหวัดแม่ฮ่องสอน เมืองปาย ถ้ำน้ำลอด ปางอุ๋ง พระตำหนักปางตอง บ่อน้ำร้อนผาบ่อง พิพิธภัณฑสถานวิทยุปัญญาวม ทุ่งบัวตองดอยที่บ้านแม่เหาะ บ้านแม่สามแลบ ริมแม่น้ำสาละวิน

2.8 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.8.1 งานวิจัยเกี่ยวกับรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

ที่ผ่านมาการศึกษารูปแบบด้านการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทยยังไม่แพร่หลายมากนัก แต่จากการศึกษา พบว่า

ศิวินิต อรรถฤทธิกุล และคณะ (2560: 2309) ได้ศึกษาเรื่อง การพัฒนารูปแบบการจัดการการท่องเที่ยวเชิงศาสนาของจังหวัดราชบุรี ผลการวิจัย พบว่า การวิเคราะห์สภาพแวดล้อมของ

แหล่งท่องเที่ยวมีความพร้อมในการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ แนวโน้มมีนักท่องเที่ยวมาท่องเที่ยวเพิ่มมากขึ้น แรงจูงใจของนักท่องเที่ยวในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาภาพรวมอยู่ในระดับมาก การพัฒนารูปแบบการจัดการการท่องเที่ยวได้รูปแบบ มีชื่อเรียกว่า “MADANA Model” มีองค์ประกอบย่อยได้แก่ (1) M=Managing to Tourism (การจัดการการท่องเที่ยว) (2) A=Attraction for Tourism (สิ่งที่ดึงดูดใจในการท่องเที่ยว) (3) D=Diversity of Tourism (ความหลากหลายของการท่องเที่ยว) (4) A=Activity of Tourism (กิจกรรมการท่องเที่ยว) (5) N=Networking of Tourism (เครือข่ายการท่องเที่ยว) (6) A= Amenity of Tourism (ความประทับใจในการท่องเที่ยว) ส่วนการประเมินความรู้ของกลุ่มเป้าหมายจากการอบรม พบว่า กลุ่มเป้าหมายมีคะแนนการอบรมก่อนทดสอบอยู่ในระดับกลาง และหลังการอบรมอยู่ในระดับมาก จากการเปรียบเทียบผลการอบรมคะแนนก่อน และหลังการอบรมเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

แม่ชีกฤษณา รักษาโฉม (2560: 83) ได้ศึกษาเรื่อง รูปแบบและกระบวนการสร้างจิตสาธารณะเพื่อการจัดการท่องเที่ยวของแหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาอย่างยั่งยืน ผลการศึกษาพบว่า ประการที่หนึ่ง รูปแบบและกระบวนการจัดการท่องเที่ยวเชิงพุทธเพื่อเสริมสร้างจิตสำนึกสาธารณะของนักท่องเที่ยวในภาคตะวันออกเฉียงเหนือมี 3 รูปแบบ คือ (1) รูปแบบและกระบวนการจัดการท่องเที่ยวเพื่อเสริมสร้างจิตสำนึกสาธารณะโดยเครือข่ายภาคเอกชน (2) รูปแบบและกระบวนการจัดการท่องเที่ยวเพื่อเสริมสร้างจิตสำนึกสาธารณะโดยการดำเนินการของแหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาและวัฒนธรรม และ (3) รูปแบบและกระบวนการจัดการท่องเที่ยวเพื่อเสริมสร้างจิตสำนึกสาธารณะเชิงอาสาสมัคร ประการที่สอง องค์ประกอบและกระบวนการพัฒนาจิตสำนึกสาธารณะผ่านกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนาและวัฒนธรรมในภาคตะวันออกเฉียงเหนือประกอบด้วย (1) การพัฒนาสถานที่ (2) เครือข่ายการทำงาน (3) กิจกรรมการท่องเที่ยว และ (4) วิสัยทัศน์ของผู้นำ ประการที่สามแนวทางการพัฒนากิจกรรมการจัดการท่องเที่ยวเชิงพุทธในการเสริมสร้างจิตสำนึกสาธารณะของนักท่องเที่ยวอย่างยั่งยืน คือ การยกระดับกิจกรรมประเพณีท้องถิ่น การพัฒนากระบวนการสื่อสารสาธารณะ และการพัฒนาเครือข่ายการท่องเที่ยวระดับชุมชน

ประทีป พิษทองกลาง และคณะ (2561: 212) ได้ศึกษาเรื่อง วัดงาม นามมงคล: แนวทางการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงศาสนาของวัดนามมงคล ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ผลการวิจัยพบว่า (1) พระเจดีย์และพระพุทธรูปวัดนามมงคลมีความเก่าแก่ มีเรื่องราวที่เกี่ยวข้องกับที่มาของชื่อที่เป็นมงคล และมีความเกี่ยวข้องกับประวัติศาสตร์ของเมืองเชียงใหม่ (2) นามของวัด พระเจดีย์ และพระพุทธรูปเป็นนามมงคลที่เป็นสิ่งดึงดูดใจนักท่องเที่ยว รวมถึงประวัติความเก่าแก่ ความศักดิ์สิทธิ์ ความงามทางศิลปกรรมแบบล้านนาเป็นจุดแข็งของวัดนามมงคลทั้ง 9 แห่ง (3) แนวทางการพัฒนาแหล่งท่องเที่ยววัดนามมงคลควรให้ความสำคัญ 5 ประการ คือ ส่งเสริมสติ สะอาด สุขสบาย สงบเย็นใจ และสัปปายะ

พระศรีรัชฆฆมงคลบัณฑิต (2562: 46) ได้ศึกษาเรื่อง การท่องเที่ยวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมศรัทธาในหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาของผู้จาริกแสวงบุญตามวัดต่างๆ ในจังหวัดกาญจนบุรี ผลการวิจัย พบว่า (1) การท่องเที่ยวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมศรัทธาในหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาของผู้จาริกแสวงบุญ มีความสัมพันธ์ระดับหนึ่งขาดความมุ่งมั่นในการปฏิบัติตามหลักธรรม (2) มีความสัมพันธ์ระดับหนึ่งกล่าวคือในระดับไหว้พระขอพรทำบุญนั้นอยู่ในระดับสูง ส่วนในระดับการฟังธรรมปฏิบัติธรรมนั้นอยู่ในระดับต่ำ และ (3) เส้นทางที่จะไปท่องเที่ยวในวัดแหล่งท่องเที่ยวทั้ง 4 แห่งนี้มีความสะดวกสบายเดินทางได้ 3 รูปแบบหลัก ปัญหาในการท่องเที่ยวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมศรัทธาในหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา คือความร่วมมือระหว่างผู้ไปท่องเที่ยวและเจ้าของแหล่งท่องเที่ยวในการจัดเวลาและกิจกรรม จะส่งเสริมศรัทธาในหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา และปัญหาเรื่องขาดงบประมาณในการดำเนินงาน

นิตา ขำเขียว (2562: 123) ได้ศึกษาเรื่อง การท่องเที่ยวเชิงแสวงบุญทางพระพุทธศาสนา อำเภอยะโฮง จังหวัดสุราษฎร์ธานี ผลการวิจัยพบว่า เมืองไชยาเคยเป็นอาณาจักรเก่าแก่ที่มีกษัตริย์ปกครอง นับถือพระพุทธศาสนาแบบเถรวาท ต่อมาประมาณพุทธศตวรรษที่ 13-16 อาณาจักรศรีวิชัยได้เกิดขึ้นภายใต้การปกครองของราชวงศ์ไศเลนทร์ ซึ่งนับถือพระพุทธศาสนาแบบมหายาน หลักฐานที่เป็นเครื่องยืนยันความเคารพศรัทธา คือ รูปเคารพพระโพธิสัตว์ ซึ่งมีทั้งทำด้วยสำริดและแกะสลักด้วยศิลา อีกทั้งมีการสร้างพุทธสถานแบบมหายาน มีหลักฐานปรากฏร่องรอยให้ศึกษาได้ 4 แห่ง คือ (1) วัดพระบรมธาตุไชยาราชวรวิหาร (2) วัดรัตนาราม (3) วัดหลง (4) วัดธารน้ำไหล สภาพปัญหาและอุปสรรคของพุทธสถานเพื่อการท่องเที่ยวเชิงแสวงบุญทางพระพุทธศาสนา มีอยู่ 3 ด้าน คือ (1) ปัญหาด้านบุคลากร คือการขาดแคลนบุคลากรที่มีความรู้ความเข้าใจในการประยุกต์ประวัติศาสตร์และพระพุทธศาสนา โดยทำ 2 เรื่องให้เป็นเรื่องเดียวกัน และการขาดแคลนวิทยากรหรือผู้บรรยายพระพุทธศาสนาที่มีความรู้ทางประวัติศาสตร์พระพุทธศาสนาในท้องถิ่น (2) ปัญหาด้านงบประมาณ คือการขาดงบประมาณในการอบรมวิทยากร มัคคุเทศก์ และเยาวชน ให้มีความรู้ทั้งพระพุทธศาสนาและประวัติศาสตร์พระพุทธศาสนาในท้องถิ่น การขาดงบประมาณในการดูแลรักษาโบราณสถานและการขาดงบประมาณในการจัดการให้โบราณสถานเป็นแหล่งเรียนรู้ (3) ปัญหาด้านการบริหารและการจัดการ คือ ปัญหาในการจัดทำป้ายอธิบายข้อมูลและป้ายบอกทางภายในวัด ซึ่งแต่ละแห่งมีการจัดการที่แตกต่างกัน ปัญหาการจัดการที่มาจากภาครัฐโดยขาดการสนับสนุนประวัติศาสตร์ท้องถิ่นที่เกี่ยวข้องกับชาติและพระพุทธศาสนา

พระมหาณัฐกิตติ อนารโท และคณะ (2563: 35) ได้ศึกษาเรื่อง รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงพุทธของพระสงฆ์สายวัดป่าในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย ผลการวิจัยพบว่า การท่องเที่ยวเชิงพุทธของพระสงฆ์สายวัดป่าในภาคตะวันออกเฉียงเหนือในปัจจุบันเป็นทางเลือกหนึ่งของนักท่องเที่ยวที่กำลังได้รับความนิยม แต่จะมีปัญหาเกี่ยวกับการจัดการแหล่งท่องเที่ยว

การบริการสิ่งอำนวยความสะดวกที่ยังไม่เพียงพอ และพฤติกรรมของนักท่องเที่ยวที่ไม่เหมาะสม โดยรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงพุทธของพระสงฆ์สายวัดป่าในภาคตะวันออกเฉียงเหนือพบว่า มี 14 รูปแบบ คือ การท่องเที่ยวเชิงปฏิบัติธรรม การศึกษาธรรมะ การเรียนรู้ การสักการะสิ่งศักดิ์สิทธิ์ การท่องเที่ยวเชิงนิเวศ การท่องเที่ยวที่สัมพันธ์กับวัฒนธรรมท้องถิ่นการท่องเที่ยวประวัติ/ผลงาน ปฏิบัติการพักผ่อน การแสวงบุญเพื่อสุขภาพ ศึกษาวิถีชีวิตพระสงฆ์ เยี่ยมชมศิลปะ/จิตรกรรม และท่องเที่ยวเชิงประวัติศาสตร์ของพระสงฆ์สายวัดป่า

พระสุภาพร เตชธโร (2562: 9) ได้ศึกษาเรื่อง กระบวนการส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงพุทธของโครงการไหว้พระ 9 วัด จังหวัดอุบลราชธานี ผลการวิจัยพบว่า (1) แนวคิดรูปแบบการจัดการท่องเที่ยวเชิงพุทธ โครงการจัดไหว้พระ 9 วัด เป็นโครงการหนึ่งที่ถูกจัดขึ้นโดยการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.) เดิมชื่อโครงการ "ไหว้พระขอพร 9 วัดพระอารามหลวง" ที่จัดขึ้นในปี 2545 เพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวในเชิงพุทธศาสนาแก่กลุ่มนักท่องเที่ยวที่มีความสนใจ จนประสบผลสำเร็จมีผู้ร่วมโครงการอย่างมาก ต่อมาจังหวัดอุบลราชธานีได้นำโครงการไหว้พระ 9 วัดนี้มาจัดในเขตเทศบาลจังหวัดอุบลราชธานีเพื่อเป็นการส่งเสริมการท่องเที่ยวในจังหวัดของตน (2) กระบวนการส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงพุทธของโครงการไหว้พระ 9 วัดในจังหวัดอุบลราชธานี พบว่า มีองค์การบริหารส่วนจังหวัดอุบลราชธานี และเทศบาลนครอุบลราชธานี ได้ร่วมกับพระภิกษุในวัดที่เลือกเข้าร่วมโครงการจำนวน 9 วัด จัดอำนวยความสะดวกแก่นักท่องเที่ยวด้วยการจัดหารถทัวร์พาเที่ยว การจัดวิทยากรบรรยายให้ ออกป้ายโฆษณาและประชาสัมพันธ์ในสื่อต่าง ๆ รวมทั้งร่วมเสนอในการจัดภูมิทัศน์ที่เอื้อต่อการท่องเที่ยว โดยจัดดูแลในเรื่องความสะอาด สถานที่ที่เอื้อต่อการต้อนรับนักท่องเที่ยวให้มีมาตรฐาน และมีประสิทธิภาพ (3) แนวทางการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงพุทธของโครงการไหว้พระ 9 วัด จังหวัดอุบลราชธานี ปรากฏในแผนปฏิบัติการยุทธศาสตร์การตลาดท่องเที่ยวภูมิภาคลุ่มแม่น้ำโขง พ.ศ. 2558-2563 เป็นแผนการท่องเที่ยวที่พยายามเชื่อมโยงการท่องเที่ยวไปสู่ในระดับต่าง ๆ เพิ่มศักยภาพด้วยการพัฒนาเส้นทาง เพิ่มจำนวนแหล่งท่องเที่ยวที่มีศักยภาพมีมาตรฐานภายใต้ขีดความสามารถของการรองรับด้านเศรษฐกิจ พื้นที่สิ่งแวดล้อมและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวเป็นสำคัญทั้งนักท่องเที่ยว ไทยและนักท่องเที่ยวต่างประเทศในอนาคต

พระศรีสังคม ชยานุวัฑฒ (2563: 238) ได้ศึกษาเรื่อง การท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนา : รูปแบบและเครือข่ายการจัดการท่องเที่ยวของวัดในสังคมไทย พบว่า การท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนาในสังคมไทย แบ่งออกเป็น 2 รูปแบบ คือ (1) วัดที่ส่งเสริมให้เป็นแหล่งชมความงามของงานพุทธศิลป์ และทำบุญ ไหว้พระ ขอพร ที่มีการจัดสภาพแวดล้อมทั้งภายนอกและภายในตามบริบทของวัด มีการใช้สัญลักษณ์และการสื่อสารที่เข้าใจง่าย เป็นการท่องเที่ยวที่ได้รับความนิยมสูงมากจากอดีตถึงปัจจุบัน (2) วัดที่เน้นส่งเสริมให้เป็นสถานที่สำหรับการปฏิบัติธรรม ขณะนี้กำลังได้รับความนิยมจากนักท่องเที่ยวทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติวัดที่ส่งเสริมให้เป็นแหล่งชมความงามของงานพุทธศิลป์

ทำบุญ ไหว้พระ ขอพร พบว่า มีการส่งเสริมกิจกรรมวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา วันสำคัญของชาติ จัดงานวัฒนธรรม บางวัดจะมีการสอดแทรกให้มีการเจริญสมาธิ มีการปฏิบัติธรรมร่วมอยู่ด้วยเสมอ ตามความเหมาะสมเป็นการสร้างความเชื่อมโยงให้เกิดพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงขึ้นในจิตใจของนักท่องเที่ยว ให้สนใจการปฏิบัติธรรมในวัดที่ส่งเสริมการปฏิบัติธรรมอย่างต่อเนื่องได้ ผลการศึกษา ด้านรูปแบบและบทบาทของวัดที่ส่งเสริมให้มีการปฏิบัติธรรม พบว่า วัดที่จัดให้มีการปฏิบัติธรรมมีความเป็นเครือข่ายการปฏิบัติธรรมกันอยู่ทั่วไปในสังคมไทย และมีการจัดการเครือข่ายอยู่ 2 ระดับคือ (1) ระดับนโยบายมีคณะกรรมการฝ่ายเผยแผ่พระพุทธศาสนา (มหาเถรสมาคม) เป็นผู้รับผิดชอบด้านการปฏิบัติธรรม ขณะนี้ได้จัดทำโครงการต่าง ๆ ขึ้น เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนให้เครือข่ายการปฏิบัติธรรม มีความเป็นเอกภาพ และสร้างมาตรฐานการสอนการปฏิบัติ โดยให้ยึดแนวทางเดียวกันคือ การปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐานสูตร (2) ระดับปฏิบัติการ ได้แก่ เจ้าสำนักปฏิบัติธรรม ทำหน้าที่บริหารจัดการภายในสำนักของตน และบริหารจัดการให้ดำเนินงานได้อย่างราบรื่น สร้างพระวิปัสสนาจารย์เป็นผู้นำรุ่นใหม่สืบทอดอายุพระพุทธศาสนาให้ยั่งยืน ปัจจุบันแม้มีนักท่องเที่ยวเข้าชมงานพุทธศิลป์เป็นจำนวนมาก และมีผู้สนใจเดินทางไปปฏิบัติธรรมเพิ่มขึ้น แต่พบว่าส่วนใหญ่เป็นกลุ่มของผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ ยังมีจำนวนของเยาวชนที่ค่อนข้างน้อย ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะว่า หน่วยงานภาครัฐและองค์กรพระพุทธศาสนา ควรมีการขยายความรู้ความเข้าใจในประโยชน์ที่เยาวชนพึงจะได้รับจากการเข้าร่วมปฏิบัติธรรม และส่งเสริมสนับสนุนให้เยาวชนได้แสดงความเป็นผู้นำในการเข้าร่วมทำกิจกรรมเกี่ยวกับพระพุทธศาสนาให้มากยิ่งขึ้น

ดังนั้น จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า แหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาส่วนใหญ่ มีความพร้อมด้านภูมิทัศน์และการคมนาคมเพื่อการรองรับการท่องเที่ยว อย่างไรก็ตามยังขาดงานวิจัยเพื่อพัฒนามาตรฐานรูปแบบการท่องเที่ยวของวัด การบริการและการประชาสัมพันธ์ การพัฒนา การท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาสำหรับผู้สูงอายุ โดยให้เชื่อมโยงกับทางประวัติศาสตร์ วัฒนธรรมและวิถีชีวิตประชาชนในท้องถิ่น นอกจากนี้การจะพัฒนาการท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาให้สามารถส่งเสริมต่ออุตสาหกรรมการท่องเที่ยวได้ ควรพัฒนาเครือข่ายชุมชนด้านการท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาขึ้น เพื่อประสานการทำงานกับภาคอุตสาหกรรมการท่องเที่ยว

2.8.2 งานวิจัยเกี่ยวกับการเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุ

วสุพาภรณ์ กัญยะตีบ (2560: 1) ได้ศึกษาหลักพุทธธรรมกับการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษา สถานปฏิบัติธรรมแห่งหนึ่ง ผลการศึกษาพบว่า หลักการใช้หลักพุทธธรรมของสถานปฏิบัติธรรมในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุแบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอน คือ (1) การดำเนินชีวิตตามคุณสมบัติของอุบาสก อุบาสิกาที่ดี (2) การดำเนินชีวิตตามแบบอย่างคฤหัสถ์อริยบุคคลในสมัยพุทธกาล (3) การปฏิบัติธรรมตามหลักธรรม สำคัญในพระไตรปิฎก โดยมีเป้าหมายหลักคือ การมุ่งพัฒนาทางด้านจิตใจของประชาชนและผู้สูงอายุ ส่วนในด้านแนวทางการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรม

ของสถานปฏิบัติธรรมใช้รูปแบบการจัดตั้งโครงการและกิจกรรมต่าง ๆ ที่สนับสนุนการพัฒนาประชาชนและผู้สูงอายุให้มีสัมมาทิฐิและมุ่งดำเนินชีวิตตาม แนวทางแห่งอริยชนด้วยหลักอริยมรรคมีองค์ 8 หรือเรียกโดยย่อว่า หลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา และสามารถนำมาพัฒนาเพื่อให้ครอบครัวแห่งการสร้างสรรค์เสริมสุขภาพวิถีพุทธด้วยหลักภาวา 4 คือ (1) กายภาวา (2) สีสภาวา (3) จิตตภาวา (4) ปัญญาภาวา ในด้านประสบการณ์การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุที่มาปฏิบัติธรรม ผลการศึกษาพบว่า เหตุผลที่ผู้สูงอายุเข้ามาสถานปฏิบัติธรรมส่วนใหญ่มีความตั้งใจ มาทำบุญและปฏิบัติธรรม เพราะเชื่อมั่นว่าความดีแห่งวิถีพุทธธรรมจะนำตนไปสู่ชีวิตที่ดีงามทั้งสุขภาพทางด้านร่างกายและจิตใจในบั้นปลายแห่งชีวิต ส่วนในด้านการประยุกต์ใช้หลักภาวา 4 ที่สนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพทั้ง 4 ด้าน คือ (1) ด้านร่างกาย (2) ด้านศีลหรือสังคม (3) ด้านจิตใจ (4) ด้านปัญญา ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุมีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นและมีเป้าหมายสูงสุด ในการดำรงชีวิตตามหลักพุทธธรรม คือการมุ่งกำจัดโรคทางใจ อันหมายถึงการละกิเลสในใจตนให้เบาบางตลอดชีวิต

พระมหาเดชเรขต สิริญาณเมธี (2562: 28) ได้ศึกษาเรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามหลักพุทธธรรม: ศึกษาเฉพาะกรณีชุมชนเจดีย์ปล่องตำบลช้างเผือก อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ผลการวิจัยพบว่า คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนเจดีย์ปล่องพบว่า (1) ด้านร่างกายของผู้สูงอายุเป็นไปตามความเสื่อมของร่างกาย ทำให้เจ็บป่วยและทำงานมากเกินไปและรับประทานอาหารตามใจตนเอง ควรหมั่นดูแลรักษาสุขภาพร่างกายอยู่เสมอและตรวจโรคประจำปีและฟังคำแนะนำของแพทย์ที่ให้ความรู้เสมอ (2) ด้านอารมณ์และจิตใจของผู้สูงอายุบางคนกลัวการถูกทอดทิ้งและการอยู่คนเดียว บางคนเป็นโรคซึมเศร้าทำใจกับสิ่งที่เกิดขึ้นไม่ได้ เวลาเหงาก็หาทางออกโดยฟังธรรมะ และส่วนใหญ่มีสุขภาพจิตดี ร่าเริงและแจ่มใส (3) ด้านสังคมและครอบครัวของผู้สูงอายุส่วนใหญ่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม บางคนต้องทำงานดูแลครอบครัวและชอบอยู่คนเดียวโดยไม่ฟังลูกหลาน (4) ด้านเศรษฐกิจและรายได้ส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาเพราะผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้จากเงินบำนาญ การประกอบอาชีพ (เจ้าของกิจการหอพัก-ห้องเช่า) มีเบี้ยยังชีพและลูกหลานก็ยังส่งเงินมาให้ใช้จ่ายและเก็บออมไว้ใช้ในการทำบุญ เป็นต้น ส่วนหลักพุทธธรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนเจดีย์ปล่อง พบว่า (1) ด้านร่างกาย : ไตรลักษณ์ ร่างกายของตัวเองเมื่อเกิดขึ้น ตั้งอยู่แล้วต้องดับไปเป็นธรรมดา จึงต้องดำเนินชีวิตอย่างถูกต้องดีงาม ไม่ยึดมั่นถือมั่นในตัวตนและเห็นคุณค่าชีวิตที่ต้องอยู่ด้วยความไม่ประมาท (2) ด้านอารมณ์และจิตใจ : บุญกิริยาวัตถุ 3 โดยการทำความดีจะช่วยส่งเสริมให้มีจิตใจดี รู้จักการให้การเสียสละ ขจัดความโลภและนำความสุขมาให้ตนเอง (3) ด้านสังคมและครอบครัว : สังคหวัตถุ 4 โดยการปฏิบัติตนให้ยิ้มแย้มแจ่มใส ตั้งใจสนทนา เจรจาไพเราะและสงเคราะห์ที่เกื้อกูล และ (4) ด้านเศรษฐกิจและรายได้ : ทิฐุธรรมมีกัตถประโยชน์ รู้จักหา รู้จักใช้ทรัพย์ ตั้งตัวสร้างหลักฐานได้ดีและใช้ทรัพย์สมบัติให้เป็นประโยชน์ เป็นผู้ปฏิบัติหน้าที่ทางเศรษฐกิจอย่างถูกต้อง

ประยงค์ ศรีไชย และคณะ (2561: 145) ได้ศึกษาเรื่อง รูปแบบแนวทางการเสริมสร้างสุขภาพของผู้สูงอายุตามหลักพระพุทธศาสนา ในจังหวัดอุบลราชธานี พบว่า กระบวนการจัดการสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดอุบลราชธานี ได้แก่ (1) แนวทางกระบวนการการเสริมสร้างสุขภาพตามหลักพระพุทธศาสนา เป็นสถานการณ์และการจัดระบบการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน จากการคาดการณ์ประชากรของประเทศไทย ซึ่งให้เห็นว่าประเทศไทยเป็นสังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มรูปแบบ ทำให้ส่งผลกระทบต่อในหลากหลายมิติโดยเฉพาะในด้านสุขภาพ ซึ่งต้องมีการจัดระบบการดูแลที่มีประสิทธิภาพ จนเกิดกรอบแนวคิดของการจัดระบบดูแลสุขภาพผู้สูงอายุใช้หลักการดูแลแบบผสมผสาน ได้แก่ การดูแลองค์รวม การประสานการดูแลร่วมกับหน่วยงานและองค์กรที่เกี่ยวข้อง โดยหัวใจการให้บริการผู้สูงอายุในชุมชนคือ การบูรณาการภาคีหลัก 3 ภาคีได้แก่ ภาคีบริการชุมชน ภาคีบริการสุขภาพ และภาคีบริการสังคม และได้สร้างแนวคิดและวิธีการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ การสร้างเสริมสุขภาพ (health promotion) เป็นกระบวนการที่ช่วยให้สามารถควบคุมและเพิ่มพูน สุขภาพได้ และการมีส่วนร่วมของชุมชนกับการสร้างเสริมสุขภาพ (2) ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินกิจกรรมเสริมสร้างสุขภาพของกลุ่มผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่จะเกิดจากผู้สูงอายุที่มีภาวะเป็นผู้พึ่งพิงทั้ง 3 ประการ ทำให้ไปร่วมกิจกรรมลำบาก ซึ่งเป็นภาระแก่ลูกหลาน แต่อย่างไรในชุมชนทั้ง 2 นี้มีความชัดเจนมีกิจกรรมคล้าย ๆ กัน คือเยี่ยมบ้านสมาชิกของชุมชนที่มีผู้สูงอายุตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ด้วยคำว่า เกื้อกูล อุ้มชู ปัดเป่า รักด้วยครอบครัวเดียวกัน ส่งผลให้ผู้สูงอายุทั้งสองชุมชนนี้มีสุขภาพทางด้านจิตใจและร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงตามวัย และอีกประการหนึ่งคือทางหน่วยงานภาครัฐได้สนับสนุนงบประมาณไม่ได้เท่าที่ควร สมาชิกในกลุ่มจึงช่วยเหลือกันโดยการเก็บเงินเพื่อเข้ากองทุนผู้สูงอายุแบ่งการบริหารงานอย่างชัดเจน เป็นการดูแลกันที่ยั่งยืน ทำให้วัด ชุมชนและทางหน่วยงานราชการต้องมีการสนับสนุนงบประมาณที่เพิ่มขึ้น และจัดโครงการดูแลแบบต่อเนื่องทำให้สังคมผู้สูงอายุในประเทศไทยที่เกิดขึ้นนี้ยั่งยืน

พระปริยัติกิจวิธาน (สมวงษ์ สีลภูสีโต) (2561: 16) ได้ศึกษาเรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมเชิงพุทธบูรณาการ พบว่า การสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมเชิงพุทธบูรณาการ และหลักการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมเชิงพุทธบูรณาการที่สอดคล้องกับศาสตร์สมัยใหม่ทั้ง 4 ด้านด้วยกัน คือ (1) ด้านสุขภาพทางร่างกาย (กายภาพ) หมายถึง การดูแลสุขภาพด้านร่างกายให้แข็งแรงปราศจากโรคภัย (2) ด้านสุขภาพความเป็นอยู่กับครอบครัวและสังคมสิ่งแวดล้อม (สรีลภาพ) มีศิลปกตบิรสุทธิ การใช้สอยปัจจัย 4 และสิ่งของเครื่องใช้อย่างฉลาดเหมาะสมและเพียงพอ การพัฒนาความสัมพันธ์กับคนในครอบครัว หรือคนรอบข้างทางสังคมและเกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมอย่างมีความสุข (3) ด้านสุขภาพทางจิตใจ (จิตตภาพ) หมายถึง การทำจิตให้เจริญอกงาม ดีงาม เข้มแข็ง มีความสุข เบิกบาน มีศีลธรรมประจำใจ จิตใจดีงามสดชื่นผ่องใส ผู้สูงอายุเจริญเมตตาและปฏิบัติสมาธิ (4) ด้านสุขภาพความเข้าใจความจริงชีวิตด้วยสติ ปัญญา ประกอบด้วยการ

ฝึกอบรมเจริญปัญญา เพื่อสร้างความรู้ ความเข้าใจ ให้รู้จักคิดพิจารณาแก้ปัญหาด้วยปัญญา มีความเข้าใจชีวิตและโลกอย่างถูกต้องตามความเป็นจริง และความรู้เท่าทันการสื่อสารด้านไอทีถึงความจริงแท้ตามธรรมชาติของสิ่งต่าง ๆ ด้วยเหตุผล

พระปลัดวุฒิพงษ์ กิตติวัฒน์ (2562: 19) ได้ศึกษาเรื่อง การดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุตามหลักพระพุทธศาสนาในโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดเพชรบูรณ์ ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างของผู้สูงอายุทั้งชายและหญิงในโรงเรียนผู้สูงอายุทั้ง 8 แห่ง มีสาเหตุและสภาพปัญหาที่แตกต่างกันด้วยบริบทและแนวคิดของผู้สูงอายุแต่ละโรงเรียนแต่ละท่าน ได้พูดถึงสาเหตุและสภาพปัญหาที่ผู้สูงอายุอยากเข้ามาเรียน คืออยากมีความรู้ อยากมีกิจกรรมการเรียนรู้ที่หลากหลาย อยากมีเพื่อน อยากมีวิชาชีพทำกับเพื่อน ๆ เพื่อคลายเหงาและซึมเศร้าของผู้สูงอายุเอง ผลการศึกษาของกลุ่มตัวอย่างของผู้สูงอายุทั้งชายและหญิงในโรงเรียนผู้สูงอายุทั้ง 8 แห่ง คณะผู้วิจัยได้วิเคราะห์ การนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาใช้ในการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันออกไป แต่ส่วนมากในอยู่หัวข้อธรรมทางพระพุทธศาสนาเหล่านี้ คือ ไตรสิกขา 3 ภาวนา 4 อายุสธรรม 5 อิทธิบาท 4 สัปายะ 7 โพชฌงค์ 7 หลักธรรมทั้งหมด ผู้สูงอายุนำมาใช้ในการดำเนินชีวิตของตนเองที่แตกต่างกันออกไป ผลการศึกษา กลุ่มตัวอย่างของผู้สูงอายุทั้งชายและหญิงในโรงเรียนผู้สูงอายุทั้ง 8 แห่ง คณะผู้วิจัยได้วิเคราะห์ ประเมินผลการนำหลักธรรมมาใช้ในการชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุส่วนมากแนวคิดของแต่ละท่านจะแตกต่างกันออกไป จากจำนวนโรงเรียนทั้ง 8 แห่ง แต่ละแห่งโรงเรียนผู้สูงอายุมีแนวคิดแตกต่างกันทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านทางจิตใจ การอยู่ร่วมกันในสังคม เศรษฐกิจและมีรายได้ในแต่ละด้าน ผู้สูงอายุทั้งชายและหญิง มีแนวคิดการนำหลักธรรมมาใช้ของแต่ละท่านแตกต่างกันออกไป

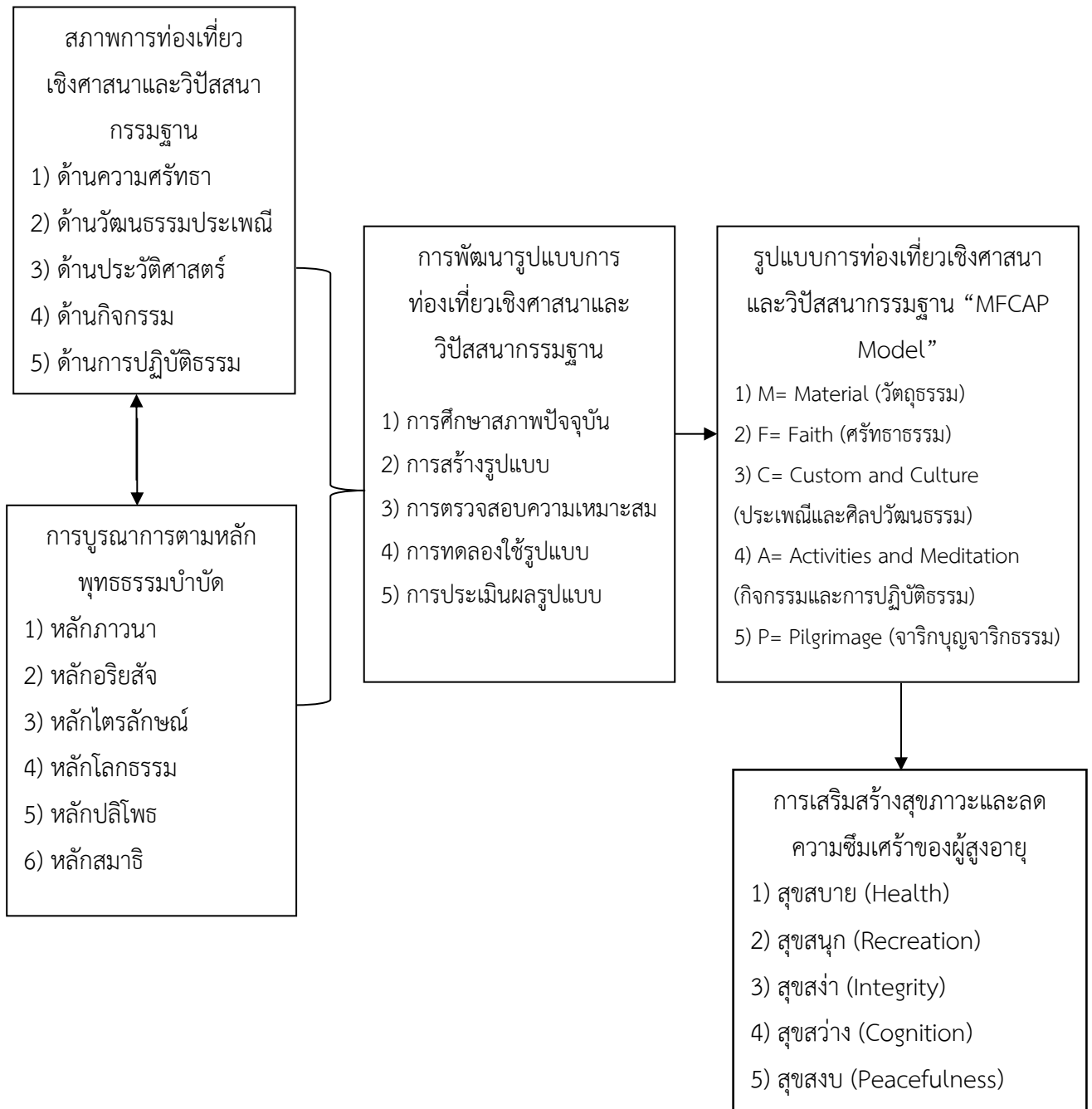
พระครูสุตพัฒนาภรณ์ (2563: 57) ได้ศึกษาเรื่อง แนวทางการส่งเสริมสุขภาพในพระพุทธศาสนาตามแนวทางพุทธเถรวาท ผลการศึกษา พบว่า แนวทางการส่งเสริมสุขภาพตามแนวทางพระพุทธศาสนาเถรวาทคือ การพัฒนาคุณภาพชีวิตซึ่งในทางพระพุทธศาสนา คือ การแก้ปัญหาชีวิตโดยใช้แนวทางกายภาพที่เกื้อกูลและได้ผลดีในการดำเนินชีวิต เพื่อความแข็งแรงสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจโดยการใช้หลักธรรม ประกอบด้วย ดังนี้ สติปัฏฐาน 4 อิทธิบาท 4 โพชฌงค์ 7 มรรค 8 สมာธิ ไตรลักษณ์ พรหมวิหาร 4 สำหรับหลักธรรมดังกล่าวสามารถสัมพันธ์กับโลกภายนอก ในการส่งเสริมพัฒนาาร่างกายและจิตใจให้มีความแข็งแรงสมบูรณ์ทุกๆด้าน หรือการปราศจากความเจ็บป่วย นอกจากนั้นยังเป็นการพัฒนาส่งเสริมคุณภาพชีวิตควบคุมความพฤติกรรมที่ติงามในความสัมพันธ์กับเพื่อนมนุษย์ โดยตั้งอยู่ในวินัยในการพัฒนาหรือฝึกตนเองให้หลีกเลี่ยงโทษทางกายและวาจา ส่งผลต่อการอยู่ร่วมกันในสังคม ส่วนในด้านจิตก็จะทำให้เกิดความดีงามมีความอดทน เพราะเมื่อพบปัญหาทางด้านอารมณ์ก็สามารถควบคุมอารมณ์ได้ดี และจะทำให้เกิดปัญญาเกิดความรู้ ความคิด ให้เข้าใจกับปัญหาสามารถแก้ไขปัญหาต่างๆ ได้ด้วยปัญญา แนวทางการส่งเสริมสุขภาพตามแนวทางพระพุทธศาสนาเถรวาท จึงพอสรุปออกได้ ดังนี้ (1) กายภาวนา

การดูแลสุขภาพร่างกายให้มีความแข็งแรงสมบูรณ์และปราศจากความเจ็บป่วย รวมถึงการใส่ใจดูแลสิ่งแวดล้อมภายนอกได้อย่างถูกต้องเหมาะสมตึงาม เพื่อให้เกิดประโยชน์และสิ่งอื่น ๆ ที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตผู้สูงอายุให้เกิดความสุข (2) ศิลภาวนา การพัฒนาเจริญศิลป์ด้านความประพฤติให้ดีขึ้น มีระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ดำเนินชีวิต เป็นศีลเบื้องต้น เมื่อนำมาประพฤติปฏิบัติเพื่อบ่มงู่ การไม่เบียดเบียน ทั้งทางกาย และวาจา ไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับสังคมให้ความเกื้อกูลต่อสังคม มีระเบียบวินัยอยู่ร่วมสังคมอย่างมีประโยชน์สุข (3) จิตภาวนา การพัฒนาจิตให้เข้าใจความเป็นจริงของชีวิต เมื่อมีจิตที่มั่นคงแน่วแน่สามารถรู้ทันต่อเหตุปัจจัย ย่อมดำเนินชีวิตไปในทางที่ถูก (4) ปัญญาภาวนา การพัฒนาฝึกรวมปัญญา ให้มีความรู้ความเข้าใจในสิ่งทั้งหลายเป็นไปตามความเป็นจริง การรับรู้ในหลักธรรมชาติของสรรพสิ่งที่เกิดขึ้น สามารถใช้ปัญญาพิจารณาเหตุแห่งปัจจัยที่เข้ามากระทบ ใช้ปัญญาไตร่ตรองยึดมั่นในหลักของคุณธรรมและจริยธรรมมองเห็นหลักของเหตุและผล

โดยสรุป ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังกล่าว ทำให้มองเห็นหลักการและแนวคิด พื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ ทั้งในด้านความหมายและสภาพปัญหาของผู้สูงอายุ รวมถึงกระบวนการใน การสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อม ฯลฯ ตลอดจนการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างกรอบแนวคิดในการวิจัยและสนับสนุนการศึกษา วิเคราะห์ถึงสภาพปัญหาของผู้สูงอายุและการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ

2.9 กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญโดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง ในเขตท่องเที่ยวเมืองรองภาคเหนือตอนบน ” ในครั้งนี้ คณะผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่าง ๆ โดยตัวแปรที่ต้องการศึกษาด้วยวิธีการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ได้แก่ ขั้นตอนการวิเคราะห์สภาพโดยทั่วไปของการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ใช้ทฤษฎี 5As ของ Tourism Western Australia (2008: 5-15) ส่วนตัวแปรที่ต้องการศึกษาด้วยวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ได้แก่ ขั้นตอนการพัฒนาแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ใช้ทฤษฎีการพัฒนาแบบของ Eisner (1976: 13) แนวคิดหลักพุทธธรรมบำบัด จากพจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรมของ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต, 2551) และแนวคิดการเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุของสำนักพัฒนาสุขภาพจิต (2556: 28) โดยได้นำมาสรุปเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยเรื่องนี้ ดังต่อไปนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดและขั้นตอนการวิจัย

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ดำเนินการในรูปแบบการวิจัยและพัฒนา (Research and Development : R&D) โดยเป็นการผสมผสานระหว่างการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) และการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) คณะผู้วิจัยมุ่งเน้นการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์ในทางปฏิบัติ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัด สำหรับเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพังในเขตท่องเที่ยวเมืองรองภาคเหนือตอนบน มีขั้นตอนและวิธีการดำเนินการวิจัย ดังนี้

3.1 การกำหนดพื้นที่การวิจัย

คณะผู้วิจัยได้กำหนดบริบทพื้นที่วิจัยและศึกษาข้อมูลภาคสนามตามแหล่งท่องเที่ยวของวัด ซึ่งเป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ในพื้นที่เขตท่องเที่ยวเมืองรองภาคเหนือตอนบน (เชียงราย ลำพูน ลำปาง แม่ฮ่องสอน แพร่ น่าน พะเยา) จำนวน 7 จังหวัดๆ ละ 10 วัด ดังนี้

1) วัดในเขตพื้นที่จังหวัดเชียงราย ได้แก่ วัดร่องชุ่น ตำบลป่าอ้อดอนชัย อำเภอเมือง, วัดร่องเสือเต้น ตำบลริมกก อำเภอเมือง, วัดพระธาตุดอยตุง ตำบลห้วยไคร้ อำเภอแม่สาย, วัดพระธาตุดอยจอมทอง ตำบลเวียง อำเภอเมือง, วัดพระธาตุเจดีย์หลวง ตำบลเวียง อำเภอเชียงแสน, วัดพระแก้ว ตำบลเวียง อำเภอเมือง, วัดห้วยปลากั้ง ตำบลริมกก อำเภอเมือง, วัดมิ่งเมือง ตำบลเวียง อำเภอเมือง, วัดพระสิงห์ ตำบลเวียง อำเภอเมือง, วัดแสงแก้วโพธิญาณ ตำบลเจดีย์หลวง อำเภอแม่สรวย

2) วัดในเขตพื้นที่จังหวัดลำพูน ได้แก่ (1) วัดพระพุทธบาทพระธาตุอินทร์แขวน ตำบลป่าสัก อำเภอเมือง (2) วัดจามเทวี ตำบลในเมือง อำเภอเมือง (3) วัดพระธาตุทริภุญชัย ตำบลศรีบัวบาน อำเภอเมือง (4) วัดมหาวัน ตำบลในเมือง อำเภอเมือง (5) วัดสันป่ายางหลวง ตำบลในเมือง อำเภอเมือง (6) วัดพระพุทธบาทห้วยต้ม ตำบลนาทราย อำเภอเถลี (7) วัดพระยืน ตำบลเวียงยอง อำเภอเมือง (8) วัดพระพุทธบาทตากผ้า ตำบลมะกอก อำเภอป่าซาง (9) วัดพระธาตุผาหมาม ตำบลป่าไผ่ อำเภอเถลี (10) วัดหนองเงือก ตำบลแม่แรง อำเภอป่าซาง

3) วัดในเขตพื้นที่จังหวัดลำปาง ได้แก่ วัดพระแก้วดอนเต้า ตำบลเวียงเหนือ อำเภอเมือง, วัดพระพุทธบาทปู่ผาแดง อำเภอแจ้ห่ม, วัดพระธาตุลำปางหลวง ตำบลลำปางหลวง อำเภอเกาะคา, วัดพระธาตุเสด็จ ตำบลเสด็จ อำเภอเมือง, วัดพระแก้วดอนเต้าสุชาดาราม ตำบลเวียงเหนือ อำเภอเมือง, วัดศรีรองเมือง ตำบลสบตุ๋ย อำเภอเมือง, วัดพระธาตุจอมปิง ตำบลนาแก้ว อำเภอ

เกาะคา, วัดจองคำ ตำบลบ้านหวด อำเภอเมือง, วัดศาสนโศติการาม ตำบลหัวเวียง อำเภอเมือง, วัดปงยางคก ตำบลปงยางคก อำเภอห้างฉัตร

4) วัดในเขตพื้นที่จังหวัดแม่ฮ่องสอน ได้แก่ วัดพระธาตุดอยกองมู ตำบลจองคำ อำเภอเมือง, วัดศรีดอนชัย ตำบลเวียงเหนือ อำเภอป่า, วัดจองคำ ตำบลจองคำ อำเภอเมือง, วัดพระธาตุ แม่เย็น ตำบลแม่ฮี้ อำเภอป่า, วัดน้ำฮู ตำบลเวียงใต้ อำเภอป่า, วัดหลวง ตำบลเวียงใต้ อำเภอป่า, วัดชูดองเป้ ตำบลปางหมู อำเภอเมือง, วัดหัวเวียง ตำบลจองคำ อำเภอเมือง, วัดจองกลาง ตำบลจองคำ อำเภอเมือง, วัดก้าก่อ ตำบลจองคำ อำเภอเมือง

5) วัดในเขตพื้นที่จังหวัดแพร่ ได้แก่ วัดจอมสวรรค์ ตำบลในเวียง อำเภอเมือง, วัดพระนอน ตำบลในเวียง อำเภอเมือง, วัดพระธาตุสุโทนมงคลคีรี ตำบลไทรย้อย อำเภอเด่นชัย, วัดพระธาตุจอมแจ้ง ตำบลช่อแฮ อำเภอเมือง, วัดพระบาทมิ่งเมืองวรวิหาร ตำบลในเวียง อำเภอเมือง, วัดศรีดอนคำ ตำบลห้วยอ้อ อำเภอลอง, วัดพระธาตุถิ่นแกนหลวง ตำบลบ้านถิ่น อำเภอเมือง, วัดพระธาตุดอยเล็ง ตำบลช่อแฮ อำเภอเมือง, วัดพงษ์สุนันท์ ตำบลในเวียง อำเภอเมือง, วัดพระธาตุอินทร์แขวนจำลอง ตำบล สวนเขื่อน อำเภอเมือง

6) วัดในเขตพื้นที่จังหวัดน่าน ได้แก่ วัดพระธาตุเขาน้อย ตำบลคู้ใต้ อำเภอเมือง, วัดพระธาตุช้างค้ำ ตำบลในเวียง อำเภอเมือง, วัดภูมินทร์ บ้านภูมินทร์ อำเภอเมือง, วัดพระธาตุแช่แห้ง ตำบลม่วงตึ๊ด อำเภอภูเพียง, วัดศรีพันต้น ตำบลในเวียง อำเภอเมือง, วัดมิ่งเมือง ตำบลในเวียง อำเภอเมือง, วัดหนองบัว ตำบลป่าคา อำเภอท่าวังผา, วัดสวนตาล ตำบลในเวียง อำเภอเมือง, วัดภูวาม ตำบลคู้ใต้ อำเภอเมือง, วัดภูเก็ต ตำบลวรนคร อำเภอป่า

7) วัดในเขตพื้นที่จังหวัดพะเยา ได้แก่ วัดราชคฤห์ ตำบลเวียง อำเภอเมือง, พระธาตุจอมทอง ตำบลเวียง อำเภอเมือง, วัดอนาลโย ตำบลสันป่าม่วง อำเภอเมือง, วัดพระธาตุจอมศีล ตำบลบ้านถ้ำ อำเภอดอกคำใต้, วัดศรีโคมคำ ตำบลเวียง อำเภอเมือง, วัดติโลกอาราม ตำบลเวียง อำเภอเมือง, วัดนันทาราม ตำบลห้วยวน อำเภอเชียงคำ, วัดพระนั่งดิน ตำบลเวียง อำเภอเชียงคำ, วัดพระธาตุขิงแกง ตำบลพระธาตุขิงแกง อำเภอจุน, วัดแสนเมืองมา ตำบลห้วยวน อำเภอเชียงคำ

โดยวัดในเขตพื้นที่การวิจัยดังกล่าวเป็นแหล่งท่องเที่ยวทางศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน มีชื่อเสียงและเป็นที่ยอมรับของนักท่องเที่ยว รวมทั้งทางวัดมีความพร้อมเพื่อให้คณะผู้วิจัยทดลองใช้รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง

3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ในการวิจัยนี้ เป็นการศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญโดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะ

และลดความ ซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพังในเขตท้องเกี่ยวเมืองรองภาคเหนือตอนบน คณะผู้วิจัยได้ศึกษาจากแหล่งข้อมูลบุคคลที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาของงานวิจัย โดยจำแนกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

3.2.1 การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษา จากกลุ่มตัวอย่างนักท่องเที่ยวทั่วไปและนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่มาท่องเที่ยวในพื้นที่เขตท้องเกี่ยวเมือง รองภาคเหนือตอนบน แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่

1) กลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่มาท่องเที่ยวในพื้นที่ จำนวน 7 จังหวัด ๆ ละ 100 คน รวม 700 คน โดยการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ใช้แบบสอบถามเพื่อแสดงความ คิดเห็นเกี่ยวกับสภาพการท่องเที่ยว พฤติกรรมการท่องเที่ยวและความต้องการในการท่องเที่ยวเชิง ศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานในเขตเมืองรองภาคเหนือตอนบน

2) กลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่มาท่องเที่ยวและสนใจปฏิบัติธรรมกรรมฐาน จำนวน 30 คน โดยการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) กลุ่มตัวอย่างดังกล่าวจะเข้าร่วมทดลอง ใช้รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญบูรณาการกับหลัก พุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง

3.2.2) การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษา จากกลุ่มผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 25 คน แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่

1) กลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถและเชี่ยวชาญเกี่ยวกับรูปแบบ การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยผู้วิจัยกำหนดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) จำนวน 13 คน ได้แก่ ผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นนักวิชาการ ผู้ทรงคุณวุฒิทางด้าน ศาสนา ผู้ทรงคุณวุฒิจากหน่วยงานภาครัฐ ผู้ทรงคุณวุฒิจากหน่วยงานภาคเอกชน ผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็น ผู้นำชุมชนในพื้นที่ และผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นผู้สูงอายุ

2) กลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งเป็นผู้มีส่วนได้เสียและเกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวในพื้นที่ โดยการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จำนวน 12 คน ได้แก่ พระสังฆาธิการ ชมรม มัคคุเทศก์ชุมชน ผู้ประกอบการท่องเที่ยว ปราชญ์ชาวบ้าน และเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองท้องถิ่น ทั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างดังกล่าวจะเข้าร่วมเวทีถ่ายทอดและขยายผลรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและ วิปัสสนากรรมฐานเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง

3.3 ข้อมูลที่ใช้ในการวิจัย

3.3.1 ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Source) คือ ข้อมูลที่เก็บรวบรวมจากแหล่งข้อมูลเบื้องต้น เป็นข้อมูลที่ได้จากการลงพื้นที่จริงและเป็นข้อมูลที่เกิดจากคำถามในการวิจัย แบ่งเป็นขั้นตอนของ การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ซึ่งคณะผู้วิจัยรวบรวมคำตอบจากการสัมภาษณ์

การสนทนากลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิ และขั้นตอนการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยได้เก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่เข้ามาท่องเที่ยวในพื้นที่เป้าหมาย

3.3.2 ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Source) คือ ข้อมูลที่คณะผู้วิจัยศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องจากเอกสารหลักฐานและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง รวบรวมข้อมูลจากเว็บไซต์และเอกสารจากแหล่งต่างๆ ได้แก่การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทยและบริษัทนำเที่ยวต่าง ๆ ซึ่งเนื้อหาข้อมูลมีรายละเอียดเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อนำข้อมูลที่รวบรวมได้ทั้งหมดมาวิเคราะห์และสังเคราะห์ในการพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานต่อไป

3.4 เครื่องมือวิจัยที่ใช้ในการศึกษาวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ใช้เครื่องมือวิจัย 2 แบบ คือ เครื่องมือเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ได้แก่ แบบสัมภาษณ์สำหรับกลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิที่ให้ข้อมูลสำคัญ และเครื่องมือเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ได้แก่ แบบสอบถามสำหรับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักท่องเที่ยว ดังนี้

3.4.1 การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research)

1) แบบสอบถามเพื่อสำรวจความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมการท่องเที่ยว และความต้องการในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพังในเขตท่องเที่ยวเมืองรองภาคเหนือตอนบน แบ่งเนื้อหาออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม เป็นลักษณะคำถามปลายปิด (Closed-ended questions) ใช้ข้อคำถามแบบให้เลือกตอบ (Check List)

ตอนที่ 2 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานของผู้สูงอายุ เป็นลักษณะคำถามปลายปิด (Closed-ended questions) เป็นลักษณะแบบให้เลือกตอบ

ตอนที่ 3 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับความต้องการในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน เป็นลักษณะคำถามปลายปิด (Closed-ended questions) เป็นลักษณะแบบให้เลือกตอบ

ตอนที่ 4 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับปัญหาและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานเป็นลักษณะคำถามปลายเปิด (Opened-ended questions) เพื่อให้ผู้ตอบแบบสอบถามมีส่วนร่วม และมีอิสระในการแสดงความคิดเห็น จำนวน 3 ข้อ ประกอบด้วย ปัญหาที่พบ แนวทางการแก้ปัญหา และข้อเสนอแนะ

2) แบบสอบถามความพึงพอใจของกลุ่มเป้าหมายที่มีต่อรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน แบ่งเนื้อหาออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม เป็นลักษณะคำถามปลายปิด (Closed-ended questions) ใช้ข้อคำถามแบบให้เลือกรับตอบ (Check List)

ตอนที่ 2 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับความพึงพอใจของกลุ่มเป้าหมายที่มีต่อรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน เป็นลักษณะคำถามปลายปิด (Closed-ended questions) เป็นลักษณะแบบให้เลือกรับตอบ

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามปลายเปิดเกี่ยวกับความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่น ๆ ที่มีต่อรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

3.4.2 การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)

แบบสัมภาษณ์สำหรับผู้ทรงคุณวุฒิที่ให้ข้อมูลสำคัญ โดยแบ่งข้อคำถามออกเป็น 4 ตอน ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 สอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ใช้ข้อคำถามที่เป็นลักษณะปลายเปิด (Opened-ended questions) เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้องสมบูรณ์

ตอนที่ 2 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับสภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานของผู้สูงอายุ โดยใช้ข้อคำถามที่เป็นลักษณะปลายเปิด (Opened-ended questions)

ตอนที่ 3 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง โดยใช้ข้อคำถามที่เป็นลักษณะปลายเปิด (Opened-ended questions) เพื่อให้ผู้ข้อมูลสำคัญสามารถให้ข้อมูลได้อย่างเป็นอิสระ

ตอนที่ 4 ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง โดยใช้ข้อคำถามที่เป็นลักษณะปลายเปิด (Opened-ended questions)

3.5 การสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

3.5.1 การสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือเชิงปริมาณ

1) ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ ในการสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างเครื่องมือวิจัยโดยอาศัยกรอบแนวคิดกระบวนการทฤษฎี และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับวัตถุประสงค์ ซึ่งคณะผู้วิจัยได้ดำเนินการ ตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1.1) ทำการศึกษาค้นคว้า เอกสาร หนังสือ วรรณกรรมงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1.2) นำข้อมูลที่ได้มารวบรวมประเมินผลร่วมกับผลที่ได้จากการสัมภาษณ์

และการสนทนากลุ่ม มาทำการวิเคราะห์ สังเคราะห์ ตามประเด็นต่าง ๆ และสรุปผล

1.3) สร้างเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมผล ได้เป็นข้อคำถามสำหรับเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เพื่อกำหนดขอบเขตและเนื้อหาของคำถาม ให้ครอบคลุมเนื้อหาวัตถุประสงค์และกรอบแนวคิดของงานวิจัยที่กำหนดไว้ โดยเน้นให้มีลักษณะที่ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบตามข้อเท็จจริง

2) ขั้นตอนการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ผู้วิจัยนำแบบสอบถามเสนอผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน เพื่อประเมินความเหมาะสมของข้อคำถาม ตรวจสอบความเที่ยงตรงด้านโครงสร้างและเนื้อหา (Construct and Content Validity) และพิจารณาความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ของงานวิจัย แล้วจึงจะนำมาวิเคราะห์ด้วยดัชนี IOC (Index of item Objective Congruence) เพื่อให้ได้ข้อคำถามมีความถูกต้องและครอบคลุมเนื้อหาชัดเจน

รายนามของผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ที่ทำการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่

- 2.1 ดร. ณรงค์ศักดิ์ ลุนสำโรง ตรวจสอบด้านเนื้อหา
- 2.2 ผศ.ดร. โผน นามมณี ตรวจสอบด้านระเบียบวิธีวิจัย
- 2.3 ดร. จริญญาศักดิ์ แผง ตรวจสอบด้านรูปแบบการทอ้งเที่ยว

นำแบบสอบถามจากผู้เชี่ยวชาญ วิเคราะห์หาค่าดัชนีความเหมาะสมของข้อคำถามกับวัตถุประสงค์หรือเนื้อหา (IOC) ตามสูตรดังนี้

$$\text{สูตร } \text{IOC} = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ IOC แทน ดัชนีความเหมาะสมระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์

$\sum R$ แทน ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญ

N = แทนจำนวนผู้เชี่ยวชาญ

โดยที่ + 1 = แนใจว่าเหมาะสม

0 = ไม่แนใจ

- 1 = แนใจว่าไม่เหมาะสม

นำเครื่องมือที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มนักท่องเที่ยวที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อตรวจสอบว่ามีคำถามข้อใดที่ผู้ตอบแบบสอบถามมีความสงสัยหรือไม่เข้าใจ แล้วนำมาปรับปรุงให้ได้เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยที่มีคุณภาพ แล้วนำผลการตอบแบบสอบถามไปหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของเครื่องมือโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.81

3.5.2 การสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือเชิงคุณภาพ

ในการสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือเชิงคุณภาพ ซึ่งเป็นแบบสัมภาษณ์ ดังนี้

1) เป็นการสร้างแบบสัมภาษณ์ปลายเปิด เรื่องการพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยคณะผู้วิจัยอาศัยหลักการสร้างแบบสัมภาษณ์จากแหล่งข้อมูลด้านเอกสารและข้อมูลจากการแบบสอบถามเพื่อที่จะนำไปสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 25 คน

2) การตรวจสอบความเที่ยงตรงของแบบสัมภาษณ์ที่ได้สร้างในขั้นที่ 2 นี้ คณะผู้วิจัยใช้วิธีตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงพิพินิจ (face validity) โดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 คน ตรวจสอบแบบสัมภาษณ์ ปรับปรุงแก้ไขสำนวนภาษา ตัดทอนเพิ่มเติมสำนวนภาษาในแต่ละประเด็น เพื่อนำไปสร้างรูปแบบ รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานต่อไป

3) การสร้างรูปแบบ ผู้วิจัยร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานตามกรอบเนื้อหา รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน “MFCAP Model” ได้แก่ (1) M= Material (รูปแบบวัตถุธรรม) (2) F= Faith (รูปแบบศรัทธาธรรม) (3) C= Custom and Culture (รูปแบบประเพณีและศิลปวัฒนธรรม) (4) A= Activities and Meditation (รูปแบบกิจกรรมและการปฏิบัติธรรม) และ (5) P= Pilgrimage (รูปแบบจาริกบุญจาริกธรรม)

4) การตรวจสอบและประเมินรูปแบบ คณะผู้วิจัยตรวจสอบร่างรูปแบบการพัฒนา โดยการสนทนากลุ่ม (Focus group discussion) ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 15 คน พร้อมแบบประเมินผลรูปแบบที่สร้างขึ้นตามกรอบการวิจัย เพื่อขอความคิดเห็นในการประเมินและตรวจสอบความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน รวมถึงแนวทางในการพัฒนาและปรับปรุงรูปแบบการพัฒนาที่ร่างขึ้นต่อไป

5) การปรับปรุงและเสนอรูปแบบการพัฒนา ผู้วิจัยปรับปรุงตามความเห็นและข้อเสนอแนะจากการสนทนากลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อนำไปจัดทำข้อเสนอรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยการสังเคราะห์และสรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะในการนำไปใช้ จากนั้นปรับปรุงและจัดทำรายงานฉบับสมบูรณ์

3.5.3 การพิจารณาเพื่อรับรองจริยธรรมการวิจัย

คณะผู้วิจัยได้ส่งเครื่องมือการวิจัยเพื่อให้คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยตรวจพิจารณา โดยคณะกรรมการได้ตรวจสอบเรียบร้อยแล้วพิจารณาเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยตามข้อเสนอการวิจัยนี้ได้ และออกไปรับรองจริยธรรมการวิจัยของข้อเสนอการวิจัย หมายเลข ว 116/2564 เพื่อนำไปใช้ในการดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนต่อไป

3.6 ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล

คณะผู้วิจัยดำเนินการในรูปแบบการวิจัยและพัฒนา (Research and Development : R&D) ซึ่งใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลหลายวิธี เพื่อให้ได้ข้อมูลทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ โดยแบ่งออกเป็น 4 ขั้นตอน ได้แก่

3.6.1 การวิจัย (Research : R1)

ขั้นตอนที่ 1 เป็นการดำเนินการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) คณะผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับสภาพการท้องเที่ยว พฤติกรรมการท้องเที่ยว รวมทั้งความต้องการในการท้องเที่ยว ในเขตท้องเที่ยวเมืองรองภาคเหนือตอนบน ดังนี้

1) วิเคราะห์เอกสารข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับสภาพการท้องเที่ยวในจังหวัดที่เป็นพื้นที่ศึกษา 7 จังหวัด คือ เชียงราย ลำพูน ลำปาง แม่ฮ่องสอน แพร่ น่านและพะเยา โดยเฉพาะในส่วนที่เกี่ยวข้องกับทรัพยากรของแหล่งท้องเที่ยว พฤติกรรม และแรงจูงใจในการเดินทางมาท้องเที่ยวในพื้นที่ 7 จังหวัด

2) ศึกษาพฤติกรรมการท้องเที่ยว และความต้องการในการท้องเที่ยวในพื้นที่ โดยสอบถามจากกลุ่มตัวอย่างนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่มาท้องเที่ยวในพื้นที่ จำนวน 7 จังหวัด ๆ ละ 100 คน รวม 700 คน โดยใช้กลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) รวมทั้งศึกษาสภาพการท้องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 25 คน เป็นผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

3.6.2 การพัฒนา (Development : D1)

ขั้นตอนที่ 2 เป็นการดำเนินการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการออกแบบและพัฒนา (Design and Development : D and D) โดยการสร้างและพัฒนารูปแบบการท้องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญ เพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง ดังนี้

1) ศึกษาข้อมูลการท้องเที่ยวของประเทศและนโยบายการท้องเที่ยวในเขตเมืองรองภาคเหนือตอนบน ด้วยการวิเคราะห์เอกสาร

2) นำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาในขั้นตอน R1 มาพิจารณากำหนดรูปแบบการจัดการท้องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง

3) สร้างรูปแบบการจัดการท้องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง

4) ตรวจสอบความเหมาะสมของรูปแบบการจัดการท้องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนา โดยการสนทนากลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อประเมินรูปแบบ

5) จัดเวทีประชุมในระดับชุมชนท้องถิ่นเพื่อนำเสนอรูปแบบและตรวจสอบข้อมูลโดยผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้นำท้องถิ่นและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในท้องถิ่น

เครื่องมือเพื่อการวิจัยได้แก่ แบบสอบถาม การสัมภาษณ์ การจัดเวทีเสวนา การวิเคราะห์และสร้างรูปแบบ เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพใช้การบันทึกเสียง การวิเคราะห์

ข้อมูลใช้การวิเคราะห์เนื้อหาและการตรวจสอบรูปแบบ การประเมินความเหมาะสมของรูปแบบโดยการจัดสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ (Connoisseurship) สอบถามผู้ทรงคุณวุฒิ กำหนดเกณฑ์การเลือกเป็นผู้เกี่ยวข้องหรือนักวิชาการด้านการท่องเที่ยว รวมทั้งผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ประกอบไปด้วย ตัวแทนจากภาคประชาชน ภาครัฐ องค์กรเอกชน นักวิชาการ ผู้นำชุมชน พระภิกษุที่อาศัยอยู่ในจำนวนพื้นที่ 7 จังหวัด จำนวน 25 คน ใช้การเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) การวิเคราะห์โดยหาค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แล้วนำค่าเฉลี่ยมาแปลความหมายตามเกณฑ์

3.6.3 การวิจัย (Research : R2)

ขั้นตอนที่ 3 เป็นการดำเนินการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) คณะผู้วิจัยทดลองใช้หรือนำเครื่องมือที่ได้ไปใช้ (Implementation : I) โดยการจัดอบรมรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง เครื่องมือที่ใช้ได้แก่ แบบทดสอบก่อนและหลังการอบรม รวมทั้งอุปกรณ์เทปบันทึกเสียง ผู้เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวได้แก่ ชมรมมัคคุเทศก์ชุมชน ผู้นำชุมชน ท้องถิ่น ผู้ประกอบการท่องเที่ยว เจ้าหน้าที่องค์กรปกครองท้องถิ่น และพระสังฆาธิการ จำนวน 30 คน การรวบรวมข้อมูลจากแบบทดสอบ วิเคราะห์ข้อมูล ด้วยคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์

3.6.4 การพัฒนา (Development :D2)

ขั้นตอนที่ 4 เป็นการดำเนินการวิจัยเชิงปริมาณ(Quantitative Research) เพื่อประเมินผลและปรับปรุง (Evaluation : E) คณะผู้วิจัยประเมินผล ปรับปรุงและพัฒนาแบบการจัดการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ได้แก่ (1) ประเมินผลโดยการสอบถามความเห็นจากกลุ่มเป้าหมายคือผู้เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยว ชมรมมัคคุเทศก์ชุมชน ผู้นำชุมชน ผู้นำท้องถิ่น พระสงฆ์ วิทยากร ผู้รับผิดชอบสถานที่ท่องเที่ยว และประชาชนที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยว (2) หาแนวทางการปรับปรุงและพัฒนาแบบการจัดการการท่องเที่ยว โดยจัดเวทีเสวนาร่วมกับนักวิชาการ ตัวแทนจากชุมชนและผู้เกี่ยวข้อง และกำหนดข้อเสนอแนะต่อรูปแบบการจัดการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานในพื้นที่ศึกษา คณะผู้วิจัยดำเนินการรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถาม การวิเคราะห์ข้อมูลด้วย สถิติ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สรุปผลและเขียนรายงาน

3.7 การวิเคราะห์ข้อมูลและประมวลผล

3.7.1 การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research)

คณะผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป สถิติที่ใช้ ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน นำเสนอด้วยตาราง และอธิบายเพิ่มเติม โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1) นำข้อมูลจากแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม นำมาแจกแจงความถี่ (Frequency) เป็นรายชื่อ ใช้วิเคราะห์คำนวณหาค่าร้อยละ (Percentage) และ

นำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง

2) นำข้อมูลจากแบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการท่องเที่ยวและความต้องการในการท่องเที่ยว ซึ่งเป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์น้ำหนัก 5 ระดับจากนั้นนำไปบันทึกและวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) แล้วนำผลการวิเคราะห์ที่ได้มาแปลความหมายรายชื่อ รายด้าน และความหมายในภาพรวม การแปลผลค่าเฉลี่ยตามหลักเกณฑ์ ของช่วงระดับคะแนน (Class Interval) (บุญชุม ศรีสะอาด, 2545: 103) 5 ระดับ ดังนี้

ค่าเฉลี่ย 4.50 - 5.00 หมายถึงอยู่ในระดับมากที่สุด

ค่าเฉลี่ย 3.50 - 4.49 หมายถึงอยู่ในระดับมาก

ค่าเฉลี่ย 2.50 - 3.49 หมายถึงอยู่ในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.50 - 2.49 หมายถึงอยู่ในระดับน้อย

ค่าเฉลี่ย 1.00 - 1.49 หมายถึงอยู่ในระดับน้อยที่สุด

3) นำข้อมูลจากการจัดอบรมความรู้รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานมาวิเคราะห์ เพื่อศึกษาความแตกต่างของคะแนนที่ได้จากการทำแบบทดสอบก่อนอบรม (Pre-test) และหลังอบรม (Post-test) โดยใช้สถิติ t-test (Dependent Sample T-Test)

3.7.2 การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)

คณะผู้วิจัยได้ข้อมูลจากการศึกษาเอกสาร การสัมภาษณ์ และการสนทนากลุ่ม นำมาวิเคราะห์ข้อคำถามปลายเปิดด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) หลังจากนั้นได้ดำเนินการสังเคราะห์แล้วเขียนบรรยายเชิงพรรณนา

ทั้งนี้ เนื่องจากการวิจัยในครั้งนี้ เป็นการวิจัยแบบผสมผสานทั้งการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) จึงต้องมีการจัดระเบียบโครงสร้างและหาความหมายของข้อมูลที่รวบรวมมา เป็นการค้นหาข้อความทั่วไปที่จะบอกความสัมพันธ์ของสิ่งต่าง ๆ แล้วนำผลมาวิเคราะห์ร่วมกับแนวคิดและทฤษฎีต่าง ๆ และใช้วิธีวิเคราะห์ข้อมูลส่วนแรกเชิงบรรยาย (Descriptive) ส่วนที่สองคือการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ซึ่งเป็นการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงบรรยายเช่นกัน

ดังนั้น เมื่อเก็บรวบรวมข้อมูลตามวิธีการและเครื่องมือการเก็บรวบรวมข้อมูลตามที่ได้กล่าวมาแล้วนั้น คณะผู้วิจัยจะนำข้อมูลที่ได้อธิบายเรียงเพื่อบูรณาการและหาความสัมพันธ์ของปรากฏการณ์ต่าง ๆ จากข้อมูลการสัมภาษณ์เจาะลึกและเอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างเป็นระบบ โดยในส่วนของการเตรียมการวิเคราะห์ข้อมูลได้ทำการจัดระเบียบของข้อมูล เพื่อให้เกิดความสะดวกในการนำมาวิเคราะห์ จากนั้นนำข้อมูลมาประมวลผลนำเสนอเป็นข้อค้นพบ เพื่อนำไปสู่การหาข้อสรุป การตีความ และการตรวจสอบความถูกต้องแม่นยำของผลการวิจัยต่อไป

3.8 การตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล

การวิจัยเรื่องนี้ คณะผู้วิจัยจะทำการตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลว่า ข้อมูลนั้นเพียงพอหรือยังและตอบปัญหาของการวิจัยหรือไม่ รวมทั้งความถูกต้องของข้อมูลประกอบไปด้วย กระบวนวิธีที่หลากหลาย เช่น การตรวจสอบด้านข้อมูล (Data Triangulation) ได้แก่ เวลา สถานที่ และบุคคลผู้ให้ข้อมูล การตรวจสอบสามเส้าด้านผู้วิจัย (Investigator Triangulation) ได้แก่ การตรวจสอบข้อมูลของผู้วิจัย การตรวจสอบด้านแนวคิด ทฤษฎี (Theory Triangulation) ได้แก่ การตรวจสอบแนวความคิดและทฤษฎี เนื่องจากหากมีการเปลี่ยนทฤษฎีการตีความข้อมูลก็จะเปลี่ยนไป และการตรวจสอบด้านวิธีรวบรวมข้อมูล (Methodological Triangulation) ได้แก่ การใช้หลายๆวิธีในการเก็บรวบรวมข้อมูล

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ดำเนินการในรูปแบบการวิจัยและพัฒนา (Research and Development : R&D) โดยเป็นการผสมผสานระหว่างการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) และการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) จากการดำเนินการวิจัยตามวัตถุประสงค์ คณะผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับได้ ดังนี้

4.1 พฤติกรรมและความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยว

การศึกษาพฤติกรรมและความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญในเขตท่องเที่ยวเมืองรองภาคเหนือตอนบน เป็นการวิจัยแบบเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยเครื่องมือ คือแบบสอบถามจำนวน 700 ชุด แล้วนำมาวิเคราะห์และประมวลผลข้อมูลเพื่อคำนวณหาค่าสถิติต่าง ๆ สำหรับตอบวัตถุประสงค์การวิจัย พร้อมทั้งนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1) ขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ศึกษาย่ส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ใช้การวิเคราะห์หาค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) และนำเสนอในรูปตารางประกอบการบรรยาย

ตอนที่ 2 พฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานของผู้สูงอายุ โดยใช้การวิเคราะห์หาค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) และนำเสนอในรูปตารางประกอบการบรรยาย

ตอนที่ 3 ความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ใช้การวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

2) ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามได้มาจากการตอบแบบสอบถามของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่มาท่องเที่ยวในพื้นที่ จำนวนแบบสอบถาม 700 ฉบับ เมื่อจำแนกตาม เพศ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้เฉลี่ย ภูมิภาค รายละเอียดในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและร้อยละข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อที่	ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1	เพศ		
	ชาย	289	41.28
	หญิง	411	58.71
2	วุฒิการศึกษาทางโลก		
	มัธยมศึกษา	19	2.71
	ปวช./ปวส.	97	13.85
	ปริญญาตรี	521	74.42
	ปริญญาโท	46	6.57
	ปริญญาเอก	17	2.42
3	อาชีพ		
	ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว	121	17.28
	พนักงานบริษัทเอกชนฯ	29	4.14
	เกษตรกร	172	24.57
	รับจ้างทั่วไป	93	13.28
	รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ	283	40.42
4	รายได้เฉลี่ยต่อเดือน		
	ต่ำกว่า 5,000 บาท	34	4.85
	5,001 - 10,000 บาท	86	12.28
	10,001 - 15,000 บาท	225	32.14
	15,001 - 20,000 บาท	258	36.85
	20,001 บาทขึ้นไป	97	13.85

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและร้อยละข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม (ต่อ)

ข้อที่	ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม	จำนวน (คน)	ร้อยละ
5	ภูมิภาค		
	ภาคกลาง	151	21.57
	ภาคเหนือ	289	41.28
	ภาคตะวันตก	29	4.14
	ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	156	22.28
	ภาคตะวันออก	57	8.14
	ภาคใต้	18	2.57
	รวม	700	100.00

จากตารางที่ 1 พบว่า ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นนักท่องเที่ยวยุโรปสูงอายุน้อยกว่า 700 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 58.71 เป็นผู้มีวุฒิการศึกษาระดับปริญญาตรีมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 74.42 รองลงมาคือระดับปวช./ปวส. คิดเป็นร้อยละ 13.85 น้อยที่สุดคือระดับปริญญาเอก คิดเป็นร้อยละ 2.42 มีอาชีพรับราชการ/รัฐวิสาหกิจมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40.42 รองลงมาคือ เกษตรกร คิดเป็นร้อยละ 24.57 น้อยที่สุดคือ พนักงานบริษัทเอกชน คิดเป็นร้อยละ 4.14 มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนมากที่สุด จำนวน 15,001 - 20,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 36.85 รองลงมาคือ จำนวน 20,001 บาทขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 32.14 น้อยที่สุดคือต่ำกว่า 5,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 4.85 มีภูมิภาคภาคเหนือมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 41.28 รองลงมาคือภาคตะวันออกเฉียงเหนือ คิดเป็นร้อยละ 22.28 น้อยที่สุดคือภาคตะวันตก คิดเป็นร้อยละ 2.57

ตอนที่ 2 พฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานของผู้สูงอายุ

ข้อมูลพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานของผู้สูงอายุ ได้มาจากการตอบแบบสอบถามของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่มาท่องเที่ยวในพื้นที่ ดังรายละเอียดในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงจำนวนและร้อยละพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

ข้อที่	พฤติกรรมการท่องเที่ยว	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1	ท่านใช้เวลาในการเดินทางท่องเที่ยวบ่อยเพียงใด		
	ทุกสัปดาห์	8	1.14
	ทุกเดือน	34	4.85
	ทุก 3 เดือน	33	4.71
	ทุก 6 เดือน	156	22.28
	ทุกปี	469	67.00
2	ท่านเดินทางมายังสถานที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาบ่อยเพียงใด		
	ทุกสัปดาห์	6	0.85
	ทุกเดือน	13	1.85
	ทุก 3 เดือน	46	6.57
	ทุก 6 เดือน	141	20.14
	ทุกปี	494	70.57
3	จำนวนวันที่ท่านมักจะใช้ในการเดินทางท่องเที่ยว		
	1-2 วัน	270	38.57
	3-5 วัน	298	42.57
	5-7 วัน	64	9.14
	1 สัปดาห์	45	6.42
	มากกว่า 1 สัปดาห์	23	3.28
4	ท่านจึงเดินทางมาสถานที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาครั้งนี้เพราะเหตุใด		
	ตั้งใจเดินทางมาสถานที่แห่งนี้	543	77.57
	เดินทางผ่านมาสถานที่ท่องเที่ยวแห่งนี้	67	9.57
	เป็นส่วนหนึ่งของเส้นทางการเดินทางท่องเที่ยว	90	12.85

ตารางที่ 2 แสดงพฤติกรรมगत่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานของผู้สูงอายุ (ต่อ)

ข้อที่	พฤติกรรมगत่องเที่ยว	จำนวน (คน)	ร้อยละ
5	สาเหตุหลักที่ท่านชอบเดินทางมาท่องเที่ยวยสถานที ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนา		
	ต้องการเรียนรู้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา	26	3.71
	ต้องการพระเครื่องหรือเครื่องรางของขลังเพื่อบูชา	79	11.28
	ต้องการสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ	176	25.14
	ต้องการมาทำบุญตามวิถีทางของพุทธศาสนา	225	32.14
	ต้องการมาขอโชคโชน ศิริมงคล/สะเดาะเคราะห์	194	27.71
6	อะไรคือความโดดเด่นของสถานที่ท่องเที่ยวยแห่งนี้		
	หลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา	179	25.57
	พิธีกรรมทางพระพุทธศาสนา	121	17.28
	พระพุทธรูปประจำวัด/วัตถุบูชา/สิ่งศักดิ์สิทธิ์	114	16.28
	พุทธศิลป์	97	13.85
	สถานที่มีความร่มรื่นเหมาะสมกับการพักผ่อน	189	27.00
7	ใครเป็นผู้ชักชวนให้ท่านเดินทางมาท่องเที่ยวยที่ ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนา		
	คนในครอบครัว	163	23.28
	คนที่เคยมาท่องเที่ยวยสถานทีนี้	235	33.57
	เพื่อน	254	36.28
	ไม่มีใครชักชวน/เข้ามาด้วยตนเอง	48	6.85
8	ท่านทราบเกี่ยวกับสถานที่ท่องเที่ยวยทาง พระพุทธศาสนาแห่งนี้ได้อย่างไร		
	สมาชิกในครอบครัว	167	23.85
	เพื่อน/คนรู้จัก	153	21.85
	โทรทัศน์/วิทยุ	69	9.85
	ใบปลิว แผ่นพับ ป้ายประกาศต่าง ๆ	24	3.42
	อินเทอร์เน็ต	251	35.85
	นิตยสารน้าเที่ยว	23	3.28
	การประชาสัมพันธ์ของวัด	13	1.85

ตารางที่ 2 แสดงพฤติกรรมกรรมการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานของผู้สูงอายุ (ต่อ)

ข้อที่	พฤติกรรมกรรมการท่องเที่ยว	จำนวน (คน)	ร้อยละ
9	ท่านต้องการให้สถานที่ท่องเที่ยวแห่งนี้ปรับปรุงหรือพัฒนาเรื่องใดเพิ่มเติมอีก		
	ภูมิทัศน์ของสถานที่	183	26.14
	กิจกรรมพิเศษในวัดหยุด/วัดสำคัญทางศาสนา	178	25.42
	การประชาสัมพันธ์ภายในวัด	78	11.14
	การประชาสัมพันธ์ภายนอก	64	9.14
	มัคคุเทศก์ประจำวัด	91	13.00
	การให้ความรู้เกี่ยวกับหลักธรรมคำสอนทางศาสนา	106	15.14
10	กิจกรรมที่ท่านทำเป็นประจำเวลาเดินทางมาท่องเที่ยวที่สถานที่แห่งนี้		
	ไหว้พระ	162	23.14
	ถ่ายรูปภายในวัด	137	19.57
	ทำบุญ ถวายสังฆทาน	192	27.42
	ดูดวง สะเดาะเคราะห์	49	7.00
	ปล่อยนก ปล่อยปลา	78	11.14
	สนทนาธรรม	82	11.71
11	วัดหรือแหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาใดในภาคเหนือที่ท่านเดินทางไปเป็นประจำ		
	วัดพระธาตุดอยสุเทพ	190	27.14
	วัดร่องขุน	171	24.42
	วัดห้วยปลากั้ง	138	19.71
	วัดพระธาตุดอยคำ	112	16.00
	วัดพระธาตุหริภุญชัย	89	12.71
		700	100.00

จากตารางที่ 2 พบว่า พฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ ดังนี้

2.1 ใช้เวลาในการเดินทางท่องเที่ยวบ่อยครั้งมากที่สุดคือ ทุกปี คิดเป็นร้อยละ 67.00 รองลงมาคือ ทุก 6 เดือน คิดเป็นร้อยละ 22.28 ทุกเดือน คิดเป็นร้อยละ 4.85 น้อยที่สุดคือทุกสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 1.14

2.2 เดินทางมายังสถานที่ท่องเที่ยวที่เป็นแหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาบ่อยครั้งมากที่สุดคือ ทุกปีคิดเป็นร้อยละ 70.57 รองลงมาคือ ทุก 6 เดือน คิดเป็นร้อยละ 20.14 ทุก 3 เดือน คิดเป็นร้อยละ 6.57 น้อยที่สุดคือ ทุกสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 0.85

2.3 จำนวนวันที่มักจะใช้ในการเดินทางท่องเที่ยวมากที่สุดคือ ระหว่าง 3-5 วัน คิดเป็นร้อยละ 42.57 รองลงมาคือ ระหว่าง 1-2 วัน คิดเป็นร้อยละ 38.57 ระหว่าง 5-7 วัน คิดเป็นร้อยละ 9.14 น้อยที่สุดคือ มากกว่า 1 สัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 3.28

2.4 เหตุผลของการเดินทางมาสถานที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาในครั้งนี้นี้มากที่สุดคือ ตั้งใจเดินทางมาสถานที่แห่งนี้ คิดเป็นร้อยละ 77.57 รองลงมาคือ เป็นส่วนหนึ่งของเส้นทางการเดินทางท่องเที่ยว คิดเป็นร้อยละ 12.85 น้อยที่สุดคือ เดินทางผ่านมาสถานที่ท่องเที่ยวแห่งนี้ คิดเป็นร้อยละ 9.57

2.5 สาเหตุหลักที่ชอบเดินทางมาท่องเที่ยวสถานที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาแห่งนี้มากที่สุดคือ ต้องการมาทำบุญตามวิถีทางของพุทธศาสนา คิดเป็นร้อยละ 32.14 รองลงมาคือ ต้องการมาขอโชคโคง ศิริมงคล/สะเดาะเคราะห์/พิธีกรรมทางศาสนาอื่น ๆ คิดเป็นร้อยละ 27.71 ต้องการสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ คิดเป็นร้อยละ 25.14 น้อยที่สุดคือ ต้องการเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา คิดเป็นร้อยละ 3.71

2.6 ความโดดเด่นของสถานที่ท่องเที่ยวแห่งนี้มากที่สุดคือ สถานที่ที่มีความร่มรื่น สะอาด สวยงามเหมาะสมกับการพักผ่อนหย่อนใจ คิดเป็นร้อยละ 27.00 รองลงมาคือ หลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา คิดเป็นร้อยละ 25.57 พิธีกรรมทางพระพุทธศาสนา คิดเป็นร้อยละ 17.28 น้อยที่สุดคือ พุทธศิลป์ คิดเป็นร้อยละ 13.85

2.7 ผู้ชักชวนให้เดินทางมาท่องเที่ยวสถานที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนามากที่สุดคือ เพื่อน คิดเป็นร้อยละ 36.28 รองลงมาคือ คนที่เคยมาท่องเที่ยวสถานที่นี้ คิดเป็นร้อยละ 33.57 คนในครอบครัว คิดเป็นร้อยละ 23.28 น้อยที่สุดคือ ไม่มีใครชักชวน/เข้ามาด้วยตนเอง คิดเป็นร้อยละ 6.85

2.8 การรับรู้เกี่ยวกับสถานที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาแห่งนี้มากที่สุดคือ มาจากอินเทอร์เน็ต คิดเป็นร้อยละ 35.85 รองลงมาคือ มาจากสมาชิกในครอบครัว คิดเป็นร้อยละ 23.85 เพื่อน/คนรู้จัก คิดเป็นร้อยละ 21.85 น้อยที่สุดคือ มาจากการประชาสัมพันธ์ของวัด คิดเป็นร้อยละ 1.85

2.9 ความต้องการให้สถานที่ท่องเที่ยวแห่งนี้ปรับปรุงหรือพัฒนามากที่สุดคือ ภูมิทัศน์ของสถานที่ คิดเป็นร้อยละ 26.14 รองลงมาคือกิจกรรมพิเศษในวัดหยุด/วัดสำคัญทางศาสนา คิดเป็นร้อยละ 25.42 การให้ความรู้เกี่ยวกับหลักธรรมคำสอนทางศาสนา คิดเป็นร้อยละ 15.14 น้อยที่สุดคือ การประชาสัมพันธ์ภายนอก คิดเป็นร้อยละ 9.14

2.10 กิจกรรมที่จะทำเป็นประจำเวลาเดินทางมาท่องเที่ยวที่สถานที่แห่งนี้มากที่สุดคือ ทำบุญ ถวายสังฆทาน คิดเป็นร้อยละ 27.42 รองลงมาคือ ไหว้พระ คิดเป็นร้อยละ 23.14 ถ่ายรูปภายในวัด คิดเป็นร้อยละ 19.57 น้อยที่สุดคือ ดูดวง สะเดาะเคราะห์ คิดเป็นร้อยละ 7.00

2.11 วัดหรือแหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาในภาคเหนือที่เดินทางไปเป็นประจำมากที่สุดคือ วัดพระธาตุดอยสุเทพ คิดเป็นร้อยละ 27.14 รองลงมาคือ วัดร่องขุน คิดเป็นร้อยละ 23.14 วัดห้วยปลากั้ง คิดเป็นร้อยละ 19.71 น้อยที่สุดคือ วัดพระธาตุนครชัย คิดเป็นร้อยละ 12.71

ตอนที่ 3 ความต้องการของผู้สูงอายุในท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

จากการศึกษาความต้องการของผู้สูงอายุในท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยใช้แบบสอบถามกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ จำนวน 700 คน คณะผู้วิจัยได้วิเคราะห์โดยใช้ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปรากฏดังรายละเอียดในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานความต้องการของผู้สูงอายุในท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยรวมทั้ง 6 ด้าน

ข้อที่	ความต้องการในการท่องเที่ยว เชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน	n = 700			ลำดับที่
		\bar{X}	S.D.	ความหมาย	
1	ด้านแหล่งท่องเที่ยวและสิ่งดึงดูดใจ	4.27	0.61	มาก	6
2	ด้านบุคลากรและการบริการ	4.57	0.61	มากที่สุด	4
3	ด้านกิจกรรมและการประชาสัมพันธ์	4.56	0.59	มากที่สุด	5
4	ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกและที่พัก	4.64	0.67	มากที่สุด	2
5	ด้านการเข้าถึงและความปลอดภัย	4.62	0.61	มากที่สุด	3
6	ด้านการปฏิบัติธรรม	4.69	0.58	มากที่สุด	1
รวมเฉลี่ย		4.55	0.61	มากที่สุด	

จากตารางที่ 3 พบว่า ความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.55$, S.D. = 0.61) เมื่อพิจารณาจำแนกตามรายด้าน โดยเรียงลำดับจากด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ด้านการปฏิบัติธรรม ($\bar{X} = 4.69$, S.D. = 0.58) มีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกและที่พัก ($\bar{X} = 4.64$, S.D. = 0.67) ด้านการเข้าถึงและความปลอดภัย ($\bar{X} = 4.62$, S.D. = 0.61) ด้านบุคลากรและการบริการ ($\bar{X} = 4.57$, S.D. = 0.61) ด้านกิจกรรมและการประชาสัมพันธ์ ($\bar{X} = 4.56$, S.D. = 0.59) ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ ด้านแหล่งท่องเที่ยวและสิ่งดึงดูดใจ ($\bar{X} = 4.27$, S.D. = 0.61)

ตารางที่ 4 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ด้านแหล่งท่องเที่ยวและสิ่งดึงดูดใจ

ข้อที่	ความต้องการ ด้านแหล่งท่องเที่ยวและสิ่งดึงดูดใจ	n = 700			ลำดับที่
		\bar{X}	S.D.	ความหมาย	
1	สถานที่ท่องเที่ยวมีเอกลักษณ์และอัตลักษณ์ โดดเด่นทางพระพุทธศาสนา	4.79	0.69	มากที่สุด	1
2	วัดส่งเสริมให้ความรู้ทางพระพุทธศาสนา	4.22	0.57	มาก	3
3	วัดมีความสำคัญทางด้านประวัติศาสตร์	3.71	0.68	มาก	5
4	ความงดงามทางพุทธศิลป์ สถาปัตยกรรมและ ปฏิมากรรมของแหล่งท่องเที่ยว	4.57	0.61	มากที่สุด	2
5	อยู่ใกล้กับสถานที่ท่องเที่ยวอื่นๆ ในชุมชน	4.08	0.53	มาก	4
รวมเฉลี่ย		4.27	0.61	มาก	

จากตารางที่ 4 พบว่า ความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ด้านแหล่งท่องเที่ยวและสิ่งดึงดูดใจ โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.27$, S.D. = 0.61) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดยเรียงลำดับจากข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดตามลำดับ ได้แก่ สถานที่ท่องเที่ยวมีเอกลักษณ์และอัตลักษณ์ที่โดดเด่นทางพระพุทธศาสนา ($\bar{X} = 4.79$, S.D. = 0.69) มีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ ความงดงามทางพุทธศิลป์ สถาปัตยกรรมและประติมากรรมของแหล่งท่องเที่ยว ($\bar{X} = 4.57$, S.D. = 0.61) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ วัดมีความสำคัญทางด้านประวัติศาสตร์ ($\bar{X} = 3.71$, S.D. = 0.68)

ตารางที่ 5 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ด้านบุคลากรและการบริการ

ข้อที่	ความต้องการ ด้านบุคลากรและการบริการ	n = 700			ลำดับ ที่
		\bar{X}	S.D.	ความหมาย	
1	การให้บริการแบบครบวงจรของศูนย์บริการนักท่องเที่ยว	4.63	0.59	มากที่สุด	3
2	การจัดทำเอกสาร แผ่นพับ เพื่อให้ข้อมูลข่าวสารแก่นักท่องเที่ยว	4.49	0.51	มาก	4
3	การบริการด้วยความสุภาพและเป็นมิตรของเจ้าหน้าที่	4.78	0.65	มากที่สุด	2
4	ระบบการบริการดูแลนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ	4.85	0.64	มากที่สุด	1
5	บุคลากรและเจ้าหน้าที่ของวัดมีจำนวนเพียงพอ	4.12	0.69	มาก	5
รวมเฉลี่ย		4.57	0.61	มาก	

จากตารางที่ 5 พบว่า ความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ด้านบุคลากรและการบริการ โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.57$, S.D. = 0.61) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดยเรียงลำดับจากข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดตามลำดับ ได้แก่ ระบบการบริการดูแลนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ ($\bar{X} = 4.85$, S.D. = 0.64) มีค่าเฉลี่ยสูงสุดรองลงมาคือ การบริการด้วยความสุภาพและเป็นมิตรของเจ้าหน้าที่ ($\bar{X} = 4.78$, S.D. = 0.65) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ บุคลากรและเจ้าหน้าที่ของวัดมีจำนวนเพียงพอ ($\bar{X} = 4.12$, S.D. = 0.69)

ตารางที่ 6 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ด้านกิจกรรมและการประชาสัมพันธ์

ข้อที่	ความต้องการ ด้านกิจกรรมและการประชาสัมพันธ์	n = 700			ลำดับ ที่
		\bar{X}	S.D.	ความหมาย	
1	การจัดกิจกรรมที่เน้นวิधिพุทธและวิธิธรรม	4.79	0.67	มากที่สุด	1
2	การจัดกิจกรรมที่เชื่อมโยงความร่วมมือกับชุมชน	4.28	0.53	มาก	5
3	การประชาสัมพันธ์กิจกรรมการท่องเที่ยวของวัดผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์ให้นักท่องเที่ยวได้ข้อมูลข่าวสารที่รวดเร็ว	4.70	0.59	มากที่สุด	2
4	นักท่องเที่ยวมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมของวัดและสามารถเข้าร่วมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา	4.51	0.52	มากที่สุด	4
5	บรรจุกิจกรรมของแหล่งท่องเที่ยวลงในแผนงานของการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทยและของจังหวัด	4.53	0.64	มากที่สุด	3
รวมเฉลี่ย		4.56	0.59	มากที่สุด	

จากตารางที่ 6 พบว่า ความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ด้านกิจกรรมและการประชาสัมพันธ์ โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.56$, S.D.=0.59) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดยเรียงลำดับจากข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดตามลำดับ ได้แก่ การจัดกิจกรรมที่เน้นวิधिพุทธวิธิธรรม ($\bar{X}=4.79$, S.D.=0.67) มีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ การประชาสัมพันธ์กิจกรรมการท่องเที่ยวของวัดผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์ให้นักท่องเที่ยวได้ข้อมูลข่าวสารที่รวดเร็ว ($\bar{X}=4.70$, S.D.=0.59) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดคือ การจัดกิจกรรมที่เชื่อมโยงความร่วมมือกับชุมชน ($\bar{X}=4.28$, S.D.=0.53)

ตารางที่ 7 แสดงค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวีปัสสนากรรมฐาน ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกและที่พัก

ข้อที่	ความต้องการ ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกและที่พัก	n = 700			ลำดับ ที่
		\bar{X}	S.D.	ความหมาย	
1	สิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับนักท่องเที่ยว ผู้สูงอายุและผู้พิการเช่น ที่จอดรถพิเศษ ทางลาด ห้องสุขา รถเข็นนั่ง เป็นต้น	4.61	0.67	มากที่สุด	4
2	พื้นที่หรือลานจอดรถที่เป็นระเบียบ สะดวก ปลอดภัย และมีจำนวนที่เพียงพอสำหรับ นักท่องเที่ยว	4.63	0.64	มากที่สุด	3
3	ที่พักในวัดสำหรับนักท่องเที่ยวมีความเหมาะสม และเพียงพอ	4.73	0.61	มากที่สุด	1
4	ร้านอาหาร เครื่องดื่มที่สะอาดและมีคุณภาพ	4.59	0.69	มากที่สุด	5
5	ร้านจำหน่ายของที่ระลึกและสินค้าท้องถิ่นที่ หลากหลาย	4.68	0.78	มากที่สุด	2
รวมเฉลี่ย		4.64	0.67	มากที่สุด	

จากตารางที่ 7 พบว่า ความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวีปัสสนากรรมฐาน ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกและที่พัก โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.64$, S.D. = 0.67) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีค่าเฉลี่ยในระดับมากที่สุดทุกข้อเช่นกัน โดยเรียงลำดับจากข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดตามลำดับได้แก่ ที่พักในวัดสำหรับนักท่องเที่ยวมีความเหมาะสมและเพียงพอ ($\bar{X} = 4.73$, S.D. = 0.61) มีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ ร้านจำหน่ายของที่ระลึกและสินค้าท้องถิ่นที่หลากหลาย ($\bar{X} = 4.68$, S.D. = 0.78) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดคือ ร้านอาหาร เครื่องดื่มที่สะอาดและมีคุณภาพ ($\bar{X} = 4.59$, S.D. = 0.69)

ตารางที่ 8 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ด้านการเข้าถึงและความปลอดภัย

ข้อที่	ความต้องการ ด้านการเข้าถึงและความปลอดภัย	n = 700			ลำดับ ที่
		\bar{X}	S.D.	ความหมาย	
1	การติดตั้งป้ายสื่อความหมายให้นักท่องเที่ยวได้ เข้าใจอย่างชัดเจน	4.62	0.57	มากที่สุด	3
2	เส้นทางหรือถนนเข้าสู่แหล่งท่องเที่ยวให้อยู่ใน สภาพดีสะดวกและปลอดภัยในการคมนาคม	4.68	0.63	มากที่สุด	1
3	มาตรการด้านความปลอดภัยและระบบเตือนภัย ภายในแหล่งท่องเที่ยวของวัด	4.61	0.65	มากที่สุด	4
4	การสร้างเชื่อมั่นให้นักท่องเที่ยวในเรื่องความ ปลอดภัยของแหล่งท่องเที่ยว	4.57	0.51	มากที่สุด	5
5	ระบบขนส่งสาธารณะในการเข้าถึงแหล่งท่องเที่ยว	4.65	0.67	มากที่สุด	2
รวมเฉลี่ย		4.62	0.61	มากที่สุด	

จากตารางที่ 8 พบว่า ความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ด้านการเข้าถึงและความปลอดภัย โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.62$, S.D. = 0.61) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีค่าเฉลี่ยในระดับมากที่สุดทุกข้อเช่นกัน โดยเรียงลำดับจากข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดตามลำดับ ได้แก่ เส้นทางหรือถนนเข้าสู่แหล่งท่องเที่ยวให้อยู่ในสภาพดีสะดวกและปลอดภัยในการคมนาคม ($\bar{X} = 4.68$, S.D. = 0.63) มีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ ระบบขนส่งสาธารณะในการเข้าถึงแหล่งท่องเที่ยว ($\bar{X} = 4.65$, S.D. = 0.67) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ การสร้างเชื่อมั่นให้นักท่องเที่ยวในเรื่องความปลอดภัยของแหล่งท่องเที่ยว ($\bar{X} = 4.57$, S.D. = 0.51)

ตารางที่ 9 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ด้านการปฏิบัติธรรม

ข้อที่	ความต้องการ ด้านการปฏิบัติธรรม	n = 700			ลำดับ ที่
		\bar{X}	S.D.	ความหมาย	
1	สถานที่สำหรับการไหว้พระสวดมนต์ ปฏิบัติธรรม และเจริญวิปัสสนากรรมฐาน	4.69	0.57	มากที่สุด	3
2	พระวิปัสสนาจารย์ที่มีความรู้ความสามารถในการ สอนกรรมฐานและนำปฏิบัติธรรม	4.68	0.53	มากที่สุด	4
3	วัดที่เปิดโอกาสให้นักท่องเที่ยวได้ปฏิบัติธรรมทั้ง ในครอสรณะสั้นและระยะยาว	4.74	0.65	มากที่สุด	1
4	สถานที่ปฏิบัติธรรมเป็นสัปปายะ เหมาะสมแก่การ ปฏิบัติธรรม ไม่พลุกพล่าน	4.64	0.52	มากที่สุด	5
5	ที่พักภายในวัดมีความเหมาะสมและเพียงพอต่อ จำนวนผู้สนใจปฏิบัติธรรม	4.70	0.67	มากที่สุด	2
รวมเฉลี่ย		4.69	0.58	มากที่สุด	

จากตารางที่ 9 พบว่า ความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ด้านการปฏิบัติธรรม โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.69$, S.D. = 0.58) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีค่าเฉลี่ยในระดับมากที่สุดทุกข้อเช่นกัน โดยเรียงลำดับจากข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดตามลำดับ ได้แก่ วัดเปิดโอกาสให้นักท่องเที่ยวได้ปฏิบัติธรรมทั้งในครอสรณะสั้นและระยะยาว ($\bar{X} = 4.74$, S.D. = 0.65) มีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ ที่พักภายในวัดมีความเหมาะสมและเพียงพอต่อจำนวนผู้สนใจปฏิบัติธรรม ($\bar{X} = 4.70$, S.D. = 0.67) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดคือ สถานที่ปฏิบัติธรรมเป็นสัปปายะ เหมาะสมแก่การปฏิบัติธรรม ไม่พลุกพล่าน ($\bar{X} = 4.64$, S.D. = 0.52)

4.2 การสร้างและพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างและพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างและการสนทนากลุ่ม ในประเด็นเกี่ยวกับสภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวและรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน รวมทั้งแนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อการเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง ในการสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างและการสนทนากลุ่ม ประกอบด้วยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 25 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่มได้แก่ (1) กลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน จำนวน 13 คน ได้แก่ ผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นนักวิชาการ ผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านศาสนา ผู้ทรงคุณวุฒิจากหน่วยงานภาครัฐ ผู้ทรงคุณวุฒิจากหน่วยงานภาคเอกชน ผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นผู้นำท้องถิ่นในพื้นที่ และผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นผู้สูงอายุ (2) กลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งเป็นผู้มีส่วนได้เสียและเกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวในพื้นที่ จำนวน 12 คน ได้แก่ ชมรมมัคคุเทศก์ชุมชน ผู้ประกอบการท่องเที่ยว ผู้นำชุมชน เจ้าหน้าที่องค์กรปกครองท้องถิ่น และพระสงฆ์ฆาติการ ทั้งนี้ ผลของการสัมภาษณ์ของผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าว คณะผู้วิจัยได้วิเคราะห์และนำเสนอโดยแบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 สภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

ตอนที่ 2 รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้สูงอายุ

ตอนที่ 3 แนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อการเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุ

ตอนที่ 1 สภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน เป็นการท่องเที่ยวที่แบ่งออกเป็นสองลักษณะ คือ การท่องเที่ยวเพื่อขอพรสิ่งศักดิ์สิทธิ์ซึ่งเป็นการท่องเที่ยวแบบพักผ่อนหย่อนใจ และเป็น การท่องเที่ยวเพื่อแสวงหาความสบายใจของตนเอง ส่วนในลักษณะที่สองคือ การเดินทางไปปฏิบัติธรรมเนื่องจากเลื่อมใสในเหตุของพุทธศาสนา ดังนั้น การพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่หน่วยงานและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวต้องเข้าใจสภาพปัจจุบันของการท่องเที่ยว ซึ่งจะมีผลต่อการพัฒนาท่องเที่ยวให้สอดคล้องกับสถานการณ์และความต้องการของนักท่องเที่ยว ทั้งนี้ สภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน มีองค์ประกอบที่สำคัญ 5 ด้าน คือ (1) ด้านความศรัทธาต่อเกจิอาจารย์และความเชื่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ (2) ด้านวัฒนธรรมวิถีพุทธและประเพณีท้องถิ่น (3) ด้านประวัติศาสตร์และพุทธศิลป์ (4) ด้านกิจกรรมบนเส้นทางแสวงบุญ และ (5) ด้านการปฏิบัติธรรม ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ คณะผู้วิจัยได้

สัมภาษณ์กลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิ และกลุ่มผู้มีส่วนได้เสียและเกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยว โดยมีประเด็น สัมภาษณ์และรายละเอียดของข้อมูลการสัมภาษณ์ ดังนี้

1) สภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวด้านความศรัทธาต่อเกจิอาจารย์และความเชื่อ สักดิ์สิทธิ์

จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิโดยส่วนใหญ่ ได้ให้สัมภาษณ์เป็นไปในทิศทางเดียวกันว่า “การท่องเที่ยวสำหรับผู้สูงอายุจะเป็นการท่องเที่ยวไปตามวัดต่างๆ เนื่องจากมีความศรัทธาต่อพระรัตนตรัยเป็นสำคัญ มีความศรัทธาต่อพระสงฆ์ที่ตนเองนับถือ มีความเชื่อเรื่องกรรมและต้องการสร้างบุญสร้างกุศลในชีวิต จึงได้เดินทางท่องเที่ยวเพื่อกราบนมัสการและกราบไหว้บูชาเกจิอาจารย์และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่ตนเองนับถือ โดยเฉพาะในภาคเหนือที่มีความเชื่อและความศรัทธาต่อพระสงฆ์ที่เรียกว่าครูบา ทำให้เกิดการใช้ความศรัทธาความเชื่อทางศาสนาเป็นแหล่งท่องเที่ยวสำหรับนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ โดยเฉพาะในเชิงพุทธพาณิชย์ รูปแบบลักษณะนี้เองที่เป็นที่มาให้แต่ละวัดได้แสวงหาความโดดเด่นของวัดนำมาประชาสัมพันธ์ โดยใช้ความศักดิ์สิทธิ์ที่เกี่ยวข้องกับรูปเคารพ วัตถุมงคล ศาสนสถาน รวมทั้งใช้ความศรัทธาที่มีต่อพระสงฆ์ที่เป็นเกจิอาจารย์หรือครูบา โดยมีการจัดการเชิงพุทธพาณิชย์เกิดขึ้นอย่างเป็นระบบ ตั้งแต่การสร้างวัตถุมงคล การจัดระบบการขายดอกไม้ธูปเทียน ร้านขายของที่ระลึก ที่จอดรถ เป็นต้น การดูแลรายได้ส่วนใหญ่อยู่ในรูปของมูลนิธิ และกรรมการวัด โดยส่วนใหญ่วัดในกลุ่มนี้จะเป็นวัดสำคัญที่มีสิ่งศักดิ์สิทธิ์เป็นที่ศรัทธาอยู่แล้ว”

ในประเด็นนี้ ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3 ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า “ความเชื่อและความศรัทธาทางพระพุทธศาสนาเป็นส่วนหนึ่งของสังคมไทยในทุกยุคทุกสมัย แต่ละพื้นที่ก็จะมี การดำเนินกิจกรรมที่แตกต่างกันไป ซึ่งเป็นที่น่าสังเกตว่า สำหรับสังคมไทยเป็นสังคมชาวพุทธจะมีวิถีชีวิตที่เกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนาตั้งแต่เกิดจนตาย หากเกิดสถานการณ์อย่างใดอย่างหนึ่งในชีวิต ก็จะมีถึงพระพุทธศาสนา โดยมีความเชื่อต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์และความศรัทธาต่อพระสงฆ์” เช่นเดียวกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 7 ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า “หากเกิดปัญหาหรือความเครียด คนไทยก็มักจะหันหน้าเข้าวัดหรือสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ตามศาสนาของตนเพื่อขอพรและโชคลาภ ดังที่เราเห็นข่าวเรื่องการบนขอหวยและการแก้บนเพิ่มขึ้นมากในสื่อต่างๆ ทำให้เกิดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับศาสนาและสิ่งศักดิ์สิทธิ์จำนวนมากในหลายจังหวัด จากสภาพการณ์ดังกล่าวจึงทำให้เกิดการท่องเที่ยวแสวงหาในสิ่งที่ตนเองต้องการ โดยการไปขอพรหรือกราบไหว้สิ่งศักดิ์สิทธิ์และทำบุญกับพระสงฆ์” สอดคล้องกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 10 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ซึ่งเป็นไปในทิศทางเดียวกันว่า “วัดโดยส่วนใหญ่ได้นำเอาความเชื่อและความศรัทธาของชาวมุขชนและนักท่องเที่ยวมาเป็นกรอบในการจัดการการท่องเที่ยวเชิงศาสนาที่ผูกโยงสายสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับธรรมชาติสังคม วัฒนธรรมประเพณี ซึ่งความเชื่อและความศรัทธานี้ ได้สะท้อนให้เห็นถึงวิถีชีวิตของมุขชนที่เกี่ยวข้องกับธรรมชาติสิ่งศักดิ์สิทธิ์และความศรัทธาต่อพระพุทธศาสนา รวมทั้งสร้างความหมายให้กับพื้นที่ศักดิ์สิทธิ์ที่มีความสำคัญกับมุขชนผ่านเรื่องราวเล่าขาน ตำนานความเป็นมาใน

อดีต” นอกจากนี้ยังมีความเชื่ออีกแบบหนึ่งที่น่าสนใจ ซึ่งผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 12 ได้ให้สัมภาษณ์ว่า “ปัจจุบันโลกทัศน์ของชาวล้านนาที่มีต่อตำนานพระเจ้าเลียบโลกและคติจักรวาลในพุทธศาสนาได้เปลี่ยนไปตามเหตุผลที่แสดงความจริงที่อาศัย การพิสูจน์ด้วยวิธีการทางวิทยาศาสตร์ด้วยความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี ข้อมูลข่าวสาร ทำให้สังคมล้านนาปรับตัวให้ทันสมัย ก้าวทันสังคมโลกปัจจุบันมากขึ้น แต่ในขณะเดียวกันความเชื่อเกี่ยวกับพระธาตุยังคงได้รับการกล่าวถึงในอิทธิปาฏิหาริย์ ในฐานะที่พึ่งทางจิตใจ การเดินทางไปสักการบูชาพระธาตุสำคัญตามเมืองต่างๆควบคู่กับการท่องเที่ยว ซึ่งทำให้นักท่องเที่ยวยังคงให้ความสนใจและมีความเชื่อในลักษณะดังกล่าวอย่างมั่นคง”

ในประเด็นเดียวกันนี้ ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 13 ได้ให้สัมภาษณ์ว่า “ในเขตภาคเหนือตอนบนสภาพการท่องเที่ยวเชิงศาสนาจะเน้นการท่องเที่ยวตามรอยครูบา โดยเฉพาะครูบาศรีวิชัย เพราะพระเกจิอาจารย์แต่ละรูป ท่านมีบุญบารมีมากมาย การได้ท่องเที่ยวตามรอยพระเกจิดังกล่าวนี้นอกจากนี้ จะได้รู้จักวัตถุมงคลที่มีอำนาจทางพุทธคุณต่าง ๆ ที่สามารถนำมาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจได้เป็นอย่างดีของพระเกจิอาจารย์แต่ละรูปแล้ว ยังจะได้ทราบถึงวิวัฒนาการพัฒนาด้านจิตใจด้วย” สอดคล้องกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 8 ได้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า “นักท่องเที่ยวนิยมการท่องเที่ยวตามรอยพระเกจิอาจารย์หรือพ่อแม่ครูบาอาจารย์สายปฏิบัติ ทั้งนี้การครองวัตรการปฏิบัติตนของพระผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบแต่ละรูป ดังคำสอนที่ฟังคันทูและถือปฏิบัติกันมาอย่างยาวนาน นั่นคือ มั่นให้ทาน รักษาศีล และภาวนา หรือที่เรียกว่า “ไตรสิกขาสาม” ซึ่งทุกคนสามารถถือปฏิบัติได้ง่ายมาก ๆ เพียงแค่เริ่มเดินตามรอยพระเกจิท่านนั่นเอง พระเกจิอาจารย์แต่ละรูป ท่านก็มีวิธีการสอนที่แตกต่างกันไปตามสไตล์ ขึ้นอยู่ที่ว่านักท่องเที่ยวและพุทธศาสนิกชนสายมูเตลู จะชื่นชอบและเลือกการประพฤติปฏิบัติตนตามพระเกจิรูปใดก็ไม่ผิด เพราะพระเกจิทุกรูปมีหลักคำสอนให้ทุกคนเป็นคนดี” เช่นเดียวกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 14 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “เนื่องจากความเชื่อต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์และความศรัทธาต่อพระสงฆ์นั้นมีอิทธิพลต่อการดำรงชีวิต ความเชื่อก็เปรียบเสมือนหนทางหนึ่งที่จะเป็นตัวชี้ถูกชี้ผิดแก่ชีวิตได้ โดยสังคมไทยที่ส่วนใหญ่ดำรงชีวิตไปพร้อม ๆ กับความเชื่อมาจนถึงปัจจุบัน ความเชื่อเหล่านี้ก็ยังคงเป็นที่พึ่งและยึดเหนี่ยวจิตใจ เพื่อให้เกิดความมั่นใจ ความสบายใจ และไม่ว่าความเชื่อนั้นจะเกิดขึ้นจริง หรือไม่ก็ตามแต่ความเชื่อนั้น ๆ ก็มีอิทธิพลต่อการกระทำของมนุษย์ ทั้งนี้ในการเดินทางท่องเที่ยวแต่ละครั้งก็จะมี การเดินทางไปกราบไหว้สิ่งที่ตนเองเคารพและนมัสการพระสงฆ์ที่ตนเองนับถือไปด้วยอย่างสม่ำเสมอ”

นอกจากนี้ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 15 ก็ได้ให้สัมภาษณ์ในประเด็นนี้ไว้ว่า “สภาพปัจจุบันการเรียกศรัทธาให้พุทธศาสนิกชนเข้ามาวัดนั้นค่อนข้างยาก จึงต้องอาศัยหลักความเชื่อต่าง ๆ ซึ่งเป็นจุดเด่นและมีความสัมพันธ์กับวัด เพราะนอกจากพุทธศาสนิกชนจะเชื่อเรื่องโชคกลางแล้ว จำเป็นต้องเสริมสร้างด้วยหลักธรรมในการพัฒนาด้านจิตใจ เพื่อไม่ให้พุทธศาสนิกชนมีความเชื่อโดยขาดปัญญา ในทางพระพุทธศาสนา หากความเชื่อใด ไร้ปัญญาในการกำกับดูแล ก็จะกลายเป็นความมกมาย ฉะนั้น

แล้วการจัดการในเรื่องความเชื่อของพุทธศาสนิกชน จึงควรได้รับการเรียนรู้จากหลักความเป็นจริงของชีวิตว่า กรรมเป็นเรื่องของการกระทำ หากบุคคลกระทำเช่นไร ผลของกรรมย่อมที่จะส่งผลอย่างนั้น เมื่อบุคคลมีจิตใจที่ดี หมั่นทำบุญ รักษาศีล ความซื่อสัตย์หรือซื่อคลาภก็จะเกิดกับบุคคลนั้นเช่นกัน” สอดคล้องกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 17 ที่ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “การท่องเที่ยวเชิงศาสนาจะมีความเกี่ยวข้องกับความเชื่อสิ่งทั้งหลายซึ่งเป็นวัฒนธรรมสัมพันธ์เกี่ยวคู่กันมา หากพิจารณาแหล่งท่องเที่ยวทางท่องเที่ยวที่ผ่านมาจากกล่าวได้ว่า ศาสนสถานต่างๆในพุทธศาสนา รวมทั้งสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ในที่ต่างๆ และสถานที่สำคัญทางประวัติศาสตร์ เป็นปลายทางการท่องเที่ยวที่มีผู้มาเยือนเสมอมาเพื่อจุดประสงค์และเป้าหมายที่แตกต่างกัน และเมื่อการท่องเที่ยวตามสถานที่ที่เกี่ยวข้องกับศาสนาและความเชื่อกลายเป็นกระแส สถานที่เหล่านี้จึงต้องปรับบทบาทเพิ่มขึ้นเพื่อตอบสนองความต้องการมาเยือน” เช่นเดียวกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 20 ได้ให้สัมภาษณ์โดยเสนอมุมมองไว้ว่า “ปัจจุบันนักท่องเที่ยวนิยมเดินทางไปวัดต่าง ๆ โดยเฉพาะวัดที่มีชื่อเสียงว่ามีสิ่งศักดิ์สิทธิ์ให้เคารพบูชา เพื่อกราบไหว้ขอพรจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ซึ่งจะพบเห็นบางวัดเต็มไปด้วยแท่นบูชาพระพุทธรูป เทพเจ้า และจะพบเห็นคำเชิญชวนให้บูชา ด้วยดอกไม้ธูปเทียน เครื่องบูชา ซื่อแผ่นทองคำเปลวเพื่อติดองค์พระเพื่อความศิริมงคล เป็นบุญกุศลและความร่ำรวย อีกทั้งยังมีการเชิญชวนบูชาซึ่งเป็นที่ยอมรับอย่างหนึ่งคือการบูชารูปเคารพ สิ่งที่เกิดขึ้นดังกล่าวนี้ ล้วนเป็นช่องทางในการสร้างรายได้ให้แก่ทางวัดจากเครื่องบูชาซึ่งมีทั้งที่วัดเป็นผู้ดำเนินการเอง หรือบางกรณีเป็นการตกลงแบ่งปันผลประโยชน์กันระหว่างผู้เช่าพื้นที่ขายเครื่องบูชาโดยวัดได้ค่าเช่าสถานที่ ซึ่งปรากฏการณ์ดังกล่าวเกิดจากความเชื่อและความศรัทธาของนักท่องเที่ยวที่เดินทางมาท่องเที่ยวตามวัดต่าง ๆ” ส่วนผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 22 ได้ให้สัมภาษณ์เสนอมุมมองไว้เป็นไปทิศทางเดียวกันว่า “นักท่องเที่ยวส่วนใหญ่จะให้ความสนใจเกี่ยวกับเครื่องรางของขลังและพระเครื่อง เนื่องจากสนใจที่จะเช่าบูชาเพื่อเป็นสิริมงคลแก่ชีวิต คำขายร่ำรวยหรือเพื่อการสะสม การให้เช่าบูชาพระเครื่อง เครื่องรางของขลัง วัดมุงกุศล จึงถือเป็นรูปแบบที่มีมายาวนานและถูกตั้งคำถามในเรื่องของการเป็นพุทธพาณิชย์ ที่อาศัยความเชื่อในความศักดิ์สิทธิ์ อิทธิปาฏิหาริย์ สิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นมาด้วยคติความเชื่อทางศาสนา คุณค่าทางศิลปะ และวิธีการตลาด พัฒนาจนถึงขั้นที่ว่าสะสมไว้เพื่อการสร้างผลกำไรทางธุรกิจด้วยการนำไปให้คนเช่าบูชา”

ดังนั้น จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิทั้งหมดดังกล่าวทำให้มองเห็นว่า นักท่องเที่ยวที่มีความเชื่อทางศาสนาและสิ่งศักดิ์สิทธิ์จะนิยมเดินทางไปทำบุญขอพรสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เพื่อเป็นขวัญและกำลังใจในชีวิต ขอโชคลาภและเงินทอง การงานและธุรกิจ ซึ่งจะเห็นได้ว่าเรื่องขวัญกำลังใจ รายได้ และการทำงาน เป็นวัตถุประสงค์หลักของการทำบุญให้สอดคล้องกับภาวะเศรษฐกิจและสังคมในปัจจุบัน นอกจากนี้การที่นักท่องเที่ยวมีความศรัทธาต่อพระพุทธศาสนาและนับถือพระสงฆ์ที่เป็นเกจิอาจารย์ จึงเกิดการท่องเที่ยวเชิงศาสนาด้วยความศรัทธาต่อพระสงฆ์ ทั้งนี้พระเกจิอาจารย์แต่ละรูปจะมีบุญบารมีมากมาย การได้ท่องเที่ยวตามรอยพระเกจิดังกล่าวนี้นอกจากจะได้รู้จักวัดมุงกุศลที่มีอำนาจทาง

พุทธคุณต่าง ๆ ที่สามารถนำมาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจได้เป็นอย่างดีของพระเกจิอาจารย์แต่ละรูปแล้ว ยังจะได้ทราบถึงวิธีการพัฒนาด้านจิตใจ การครองวัตรการปฏิบัติตนของพระผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบแต่ละรูป ดังคำสอนที่ฟังคันทูและถือปฏิบัติกันมาอย่างยาวนาน นั่นคือ มั่นให้ทาน รักษาศีล และภาวนา หรือที่เรียกว่า “ไตรสิกขา 3” ซึ่งทุกคนสามารถถือปฏิบัติได้ง่ายมาก ๆ เพียงแค่เริ่มเดินตามรอยพระเกจิท่านนั่นเอง ซึ่งพระเกจิอาจารย์แต่ละรูป ท่านก็มีวิธีการสอนที่แตกต่างกันไปตามสไตล์ขึ้นอยู่กับว่า นักท่องเทียวและพุทธศาสนิกชนสายมูเตลู จะชื่นชอบและเลือกการประพฤติปฏิบัติตนตามพระเกจิรูปใดก็ไม่ผิด เพราะพระเกจิทุกรูปมีหลักคำสอนให้ทุกคนเป็นคนดี

2) สภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวด้านวัฒนธรรมวิถีพุทธและประเพณีท้องถิ่น

ในประเด็นเกี่ยวกับสภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวด้านวัฒนธรรมวิถีพุทธและประเพณีท้องถิ่น ผู้ทรงคุณวุฒิโดยส่วนใหญ่ได้ให้สัมภาษณ์เป็นไปในทิศทางเดียวกันว่า “การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานที่น่าสนใจอีกลักษณะหนึ่ง คือการเดินทางท่องเที่ยวเพื่อเข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมวิถีพุทธและชมงานประเพณีในชุมชนท้องถิ่นนั้น ๆ นักท่องเที่ยวส่วนใหญ่ โดยเฉพาะผู้สูงอายุจะให้ความสนใจเป็นอย่างมาก เนื่องจากการท่องเที่ยวดังกล่าวจะได้รับความเพลิดเพลินตื่นตาตื่นใจในด้านสุนทรียศิลป์ และเป็นการท่องเที่ยวที่ผู้มาเยือนได้สัมผัสถึงวัฒนธรรมประเพณีดั้งเดิม ความแตกต่างของวิถีชีวิต วิถีชีวิตที่เรียบง่ายของท้องถิ่นที่ไปเยือน และการได้แลกเปลี่ยนความรู้และความคิดซึ่งกันละกัน ระหว่างเจ้าของท้องถิ่นและผู้มาเยือน เช่น การเดินทางท่องเที่ยวเพื่อชื่นชมศิลปวัฒนธรรมของล้านนาผสมผสานกับวัฒนธรรมไทใหญ่แบบพม่า หรือเข้าร่วมประเพณีและเทศกาลของท้องถิ่นที่ไปเยือน ซึ่งสร้างความประทับใจแก่นักท่องเที่ยวเป็นอย่างมาก”

ในประเด็นดังกล่าวนี้ ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3 ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า “นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะใช้ชีวิตหลังเกษียณอายุงานประกอบกิจกรรมต่าง ๆ โดยเฉพาะกิจกรรมสันทนาการและการเดินทางท่องเที่ยวเพื่อพักผ่อนหรือเที่ยวชมศิลปวัฒนธรรม เดินทางท่องเที่ยวเพื่อศึกษาขนบธรรมเนียมประเพณีที่สืบทอดกันมาของชุมชนท้องถิ่น ตลอดจนความเชื่อทางศาสนา เรื่องราว และงานเทศกาลที่จัดขึ้นในแหล่งท่องเที่ยว ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงประวัติศาสตร์ วิถีชีวิตความเป็นอยู่ และสภาพทางภูมิศาสตร์ของท้องถิ่น” เช่นเดียวกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 6 ได้ให้สัมภาษณ์ว่า “นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างเดินทางท่องเที่ยวตามแหล่งท่องเที่ยวต่าง ๆ เพื่อเยี่ยมชมวัฒนธรรมและงานประเพณีต่าง ๆ ที่ชาวบ้านในท้องถิ่นนั้น ๆ จัดขึ้น เพราะทำให้ได้รับความเพลิดเพลินตื่นตาตื่นใจในสุนทรียศิลป์ ได้ศึกษาความเชื่อ การเคารพพิธีกรรมต่าง ๆ และได้รับความรู้ทำให้มีความเข้าใจต่อสภาพสังคมและวัฒนธรรม มีประสบการณ์ใหม่ ๆ เพิ่มขึ้น” ส่วนผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 8 ได้ให้มุมมองเพิ่มเติมไว้อย่างน่าสนใจว่า “การท่องเที่ยวประเภทศิลปวัฒนธรรม เป็นสิ่งที่มีคุณค่าของที่สะท้อนถึงอารยธรรม ภูมิปัญญา และวิถีชีวิตของผู้คนในสังคม โดยเฉพาะการท่องเที่ยวประเภทวัดนั้น นับว่ามีคุณค่าและมีบทบาทที่สำคัญยิ่ง เพราะวัดเป็นแหล่งที่เชื่อมโยงความเป็นมาของวัฒนธรรมกับชุมชน

และเป็นสถานที่รวบรวมมรดกศิลปวัฒนธรรม และศิลปกรรมอันวิจิตรงดงามเพียบพร้อมด้วยคุณค่าทางศิลปะที่แสดงให้เห็นถึงภูมิปัญญาของบรรพบุรุษ นักท่องเที่ยวส่วนใหญ่จึงนิยมที่จะมาสัมผัสและเรียนรู้ทางด้านวัฒนธรรม โดยเฉพาะวัฒนธรรมล้านนาที่มีการสืบทอดกันมาอย่างยาวนาน”

ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 12 ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า “การท่องเที่ยวเพื่อการเรียนรู้ชนมธรรมนิยม ประเพณีของสถานที่ท่องเที่ยว นั้น ๆ เป็นที่นิยมในกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ ซึ่งแหล่งท่องเที่ยวในภาคเหนือตอนบน มีจุดเด่นโดยมีวัฒนธรรมที่เอกลักษณ์สวยงาม ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะชื่นชอบกิจกรรมการท่องเที่ยวเน้นเพื่อการพักผ่อน เข้าร่วมกิจกรรมทางประเพณีและวัฒนธรรมในท้องถิ่น รวมทั้งเดินทางไปเคารพสิ่งศักดิ์สิทธิ์ โดยการท่องเที่ยวลักษณะนี้ผู้สูงอายุนอกจากจะได้เรียนรู้วิถีชีวิตวัฒนธรรมเชิงลึกเพื่อเรียนรู้ความแตกต่างอย่างมีเอกลักษณ์ในแต่ละพื้นที่แล้ว ยังได้ย้อนรอยอดีตทางวัฒนธรรม และได้ชมแสดงการทางวัฒนธรรมที่หลากหลายอีกด้วย” สอดคล้องกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 15 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้โดยเสนอมุมมองว่า “แหล่งท่องเที่ยวในจังหวัดต่างๆของภาคเหนือตอนบนนั้น มีองค์ประกอบที่เป็นสิ่งดึงดูดใจของการท่องเที่ยวทางวัฒนธรรม ได้แก่ พิพิธภัณฑสถาน โบราณสถาน สิ่งปลูกสร้าง รวมถึงซากผังเมืองในอดีต ศิลปะ หัตถกรรม ประติมากรรม ประเพณีและเทศกาลต่าง ๆ ภาษาและวรรณกรรมประเพณี ความเชื่อที่เกี่ยวข้องกับศาสนา และวัฒนธรรมเก่าแก่โบราณ วัฒนธรรมพื้นบ้าน หรือวัฒนธรรมย่อย” เช่นเดียวกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 17 ได้กล่าวไว้ว่า “สำหรับภาคเหนือของไทย หรืออาจเรียกว่ากลุ่มวัฒนธรรมล้านนา จะมีวิถีชีวิตและขนบธรรมเนียมเก่าแก่เป็นของตนเองมีเอกลักษณ์เฉพาะตัว แต่องค์ประกอบที่สำคัญก็ยังคงมีความคล้ายคลึงกันอยู่มาก อาทิ สำเนียงการพูด การขับร้อง ฟ้อนรำ การนับถือสิ่งศักดิ์สิทธิ์และวิญญาณของบรรพบุรุษ ความเลื่อมใสในพระพุทธศาสนาแบบเถรวาท และงานฝีมือแม้กระทั่งการจัดงานฉลองสถานที่สำคัญที่มีมาแต่โบราณ เช่น พระธาตุดอยสุเทพ วัดเจดีย์หลวง เป็นต้น ทำให้เป็นจุดดึงดูดนักท่องเที่ยวทั่วไปที่สนใจด้านวัฒนธรรมและประเพณีท้องถิ่นได้เข้ามาท่องเที่ยวกัน” นอกจากนี้ ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 20 ยังได้สัมภาษณ์ไว้ที่น่าสนใจว่า “บริบททางภาคเหนือมีลักษณะเป็นเทือกเขา สลับกับที่ราบ ผู้คนจะกระจายตัวอยู่เป็นกลุ่ม มีวิถีชีวิตและขนบธรรมเนียมเป็นของตนเอง แต่ก็มี การติดต่อระหว่างกัน วัฒนธรรมของภาคเหนือหรือ อาจเรียกว่า "กลุ่มวัฒนธรรมล้านนา" ซึ่งเป็นวัฒนธรรมเก่าแก่และมีเอกลักษณ์เฉพาะตัว ทั้ง สำเนียงการพูด การขับร้อง ฟ้อนรำ หรือการจัด งานฉลองสถานที่สำคัญที่มีแต่โบราณ เช่น พระธาตุดอยสุเทพ วัดเจดีย์หลวง เป็นต้น ทำให้เป็นจุดดึงดูดใจให้นักท่องเที่ยวมาสัมผัสกับประเพณีและวัฒนธรรมที่หลากหลาย”

ในประเด็นเดียวกันนี้ ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 4 ได้กล่าวเพิ่มเติมไว้ว่า “ประเพณีของภาคเหนือ เกิดจากการผสมผสานการดำเนินชีวิต และศาสนาพุทธความเชื่อเรื่องการนับถือผี ส่งผลทำให้มีประเพณีที่เป็นเอกลักษณ์ของประเพณีที่จะแตกต่างกันไปตามฤดูกาล ทั้งนี้ ภาคเหนือจะมีงานประเพณีในรอบปีแทบทุกเดือน เช่น ประเพณีปอยหลวง หรืองานบุญปอยหลวง เป็นเอกลักษณ์ของ

ชาวล้านนาซึ่งเป็นผลดีต่อสภาพทางสังคม ถือว่าเป็นการให้ชาวบ้านได้มาทำบุญร่วมกัน ร่วมกันจัดงาน ทำให้เกิดความสามัคคีในการทำงาน งานทำบุญบ่อยหลวงยังเป็นการรวมญาติพี่น้องที่อยู่ต่างถิ่นได้มีโอกาสทำบุญร่วมกัน และมีการสืบทอดประเพณีที่เคยปฏิบัติกันมาครั้งแต่บรรพชนไม่ให้สูญหายไปจากสังคม” สอดคล้องกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 10 ได้กล่าวไว้ว่า “ภาคเหนือของประเทศไทยนั้น ประกอบด้วยผู้คนที่หลากหลายชาติพันธุ์ จึงทำให้มีภาษาถิ่นที่ต่างต่างกัน แต่มีสิ่งที่คล้ายคลึงกัน คือ ความเคารพบรรพบุรุษที่ล่วงลับไปแล้ว ก่อให้เกิดรากเหง้าขนบธรรมเนียม ประเพณี พิธีกรรมมาถึงปัจจุบัน ซึ่งชาวเหนือจะมีประเพณีที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตแบ่งสรรตามฤดูกาล แม้ต่างก้นกลับมีสายใยแห่งชุมชนร้อยรัดผู้คนให้แน่นแฟ้นถือเป็นเสน่ห์ชวนให้ผู้คนหลงรัก "ดินแดนล้านนา" ชาวล้านนามีความผูกพันอยู่กับการนับถือผีซึ่งเชื่อว่าผีสิ่งเร้าลับให้ความคุ้มครองรักษาอยู่ ซึ่งสามารถพบเห็นได้จากการดำเนินชีวิตประจำวัน เช่น เมื่อเวลาที่ต้องเข้าป่าหรือต้องค้างพักแรมอยู่ในป่า จะนิยมบอกกล่าวและขออนุญาตเจ้าที่-เจ้าทางอยู่เสมอ และเมื่อเวลาที่กินข้าวในป่าจะแบ่งอาหารบางส่วนให้เจ้าที่อีกด้วย เช่นกัน ซึ่งเหล่านี้แสดงให้เห็นว่าวิถีชีวิตที่ยังคงผูกพันอยู่กับการนับถือผีสูง”

นอกจากนี้ ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 15 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้อย่างสอดคล้องกันว่า “สภาพแหล่งท่องเที่ยวของภาคเหนือตอนบนจะมีจุดดึงดูดความสนใจหรือมีคุณค่าทางศิลปวัฒนธรรม ซึ่งสามารถสร้างความประทับใจและความพึงพอใจให้แก่นักท่องเที่ยว เช่น มีความโดดเด่นและมีเอกลักษณ์ของวิถีชีวิตและภูมิปัญญา มีความงดงามทางศิลปวัฒนธรรม และจากการที่วัฒนธรรมเป็นมรดกทางสังคมของมนุษย์ที่สั่งสมมาแต่อดีตและมีความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะในแต่ละท้องถิ่น ดังนั้น ความสามารถในการสืบทอด ทางวัฒนธรรม ความต่อเนื่องของการจัดกิจกรรมทางวัฒนธรรม ความผูกพันต่อท้องถิ่น และความเข้มแข็งในการรักษาวัฒนธรรม จึงมีความสำคัญในการรักษาวัฒนธรรมให้คงอยู่ ซึ่งเป็นจุดเสริมศักยภาพในการดึงดูดใจด้านการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมที่สำคัญ” เช่นเดียวกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 20 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้อย่างน่าสนใจว่า “กลุ่มวัดที่มีกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงศรัทธาความเชื่อและประเพณีวัฒนธรรม เป็นวัดที่มีกิจกรรมส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงศรัทธาความเชื่อและวัฒนธรรมประเพณีของท้องถิ่น เช่น ความเชื่อตามตำนานพระธาตุประจำปีเกิดหรือความเชื่อเรื่องธาตุ 12 ราศี ความเชื่อตามคัมภีร์พระเจ้าสิบโลกของล้านนาหรือตำนานการเสด็จเยือนดินแดนภาคเหนือของพระพุทธเจ้า ตำนานบูชาพระธาตุแก้วจอมที่เป็นสถานที่เก็บพระบรมสารีริกธาตุขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมมาพุทธเจ้า ตำนานหรือความเชื่อประจำท้องถิ่นต่าง ๆ ซึ่งวัดเหล่านี้จะมีเอกลักษณ์ที่เป็นวัดแห่งศรัทธาตามคติทางพระพุทธศาสนา อีกทั้งยังมีการสิ่งก่อสร้างทางพุทธศิลปกรรมที่สวยงาม มีกิจกรรมประเพณี วัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องทางพระพุทธศาสนาให้เรียนรู้เช่น ประเพณีสงฆ์น้ำพระธาตุ ประเพณีสงกรานต์ ประเพณีลอยกระทงและประเพณีประจำท้องถิ่นอื่น ๆ”

ดังนั้น จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิทั้งหมดดังกล่าวทำให้มองเห็นว่า สภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวด้านวัฒนธรรมวิถีพุทธและประเพณีท้องถิ่น เป็นการท่องเที่ยวในลักษณะที่ให้คงไว้ซึ่งวิถี

ชีวิตของท้องถิ่นในแง่ประเพณีและวัฒนธรรม โดยยึดหลักที่ว่าต้องให้เป็นจุดดึงดูดนักท่องเที่ยวที่ต้องการศึกษาความแตกต่างทางด้านประเพณีและวัฒนธรรมอันหลากหลาย นักท่องเที่ยวทั่วไปจึงให้ความสนใจการท่องเที่ยวด้านวัฒนธรรมวิถีพุทธและประเพณีท้องถิ่น เนื่องจากการท่องเที่ยวในลักษณะที่ให้ความรู้แก่นักท่องเที่ยว พร้อมทั้งสร้างจิตสำนึกในการอนุรักษ์ทรัพยากรท่องเที่ยวทางวัฒนธรรม ทั้งนี้ แหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรมเป็นเรื่องราวเกี่ยวกับวิถีชีวิตของประชาชนในพื้นที่นั้น ๆ อาจเหมือนกันหรือแตกต่างกัน ประเพณีและวัฒนธรรมอาจแสดงออกในรูปแบบของศาสนาสถานที่สำคัญทางประวัติศาสตร์ วิถีชีวิตของประชาชน นอกจากนี้ ภาคเหนือตอนบนมีวัฒนธรรมที่ค่อนข้างหลากหลาย เพราะเป็นพื้นที่ที่มีประวัติศาสตร์ยาวนาน มีทั้งโบราณสถาน โบราณวัตถุ จารึก ประเพณีและวิถีชีวิตของแต่ละชนเผ่า จึงทำให้เกิดมรดกทางรูปธรรมและนามธรรมอันเป็นบ่อเกิดของแหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรม

3) สภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวด้านประวัติศาสตร์และพุทธศิลปกรรม

จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิโดยส่วนใหญ่ ได้ให้สัมภาษณ์ว่า “นักท่องเที่ยวที่เป็นผู้สูงอายุจะให้ความสำคัญกับประวัติศาสตร์ของวัดที่มีความเก่าแก่ จึงนิยมเดินทางท่องเที่ยวเพื่อเยี่ยมศาสนสถานหรือโบราณพุทธสถานของวัด โดยเฉพาะวัดในเขตภาคเหนือตอนบนส่วนใหญ่จะมีเอกลักษณ์และอัตลักษณ์ที่น่าสนใจ ได้แก่ โบราณพุทธสถาน ซึ่งจะมีลักษณะเป็นสถานที่อันสงบให้สงบกับเป็นสถานที่ที่หลักธรรมคำสอนเรื่องคุณงามความดีสถิตอยู่ เพื่อให้ผู้ที่เดินทางมาท่องเที่ยวเคารพสักการะ รวมทั้งได้มีโอกาสใช้เป็นสื่อในการโน้มนำให้เกิดการระลึกถึงพุทธคุณ และบุญกุศล คุณงามความดี ในบรรยากาศที่มีความสงบ หรือใช้เป็นสื่อในการเชื่อมโยงความรู้สึกนึกคิดของนักท่องเที่ยวให้เข้าสู่โลกแห่งความสงบทางจิตเมื่อได้มาสัมผัส” สอดคล้องกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 4 ได้กล่าวเพิ่มเติมไว้ว่า “นักท่องเที่ยวจะให้ความสนใจเกี่ยวกับประวัติศาสตร์ความเป็นมาของวัดและให้ความสำคัญกับศาสนสถานทางพระพุทธศาสนา ในฐานะเป็นแหล่งยึดเหนี่ยวทางด้านจิตใจ โดยเฉพาะนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุจะเข้ามาทัศนศึกษาเพื่อเป้าหมายทางศาสนา บางคนก็จะชอบแสวงหาความรู้ทางประวัติศาสตร์ในอดีตตั้งแต่สมัยอาณาจักรล้านนา” เช่นเดียวกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 6 ได้กล่าวเพิ่มเติมไว้ว่า “ปัจจุบันแนวโน้มการท่องเที่ยววัดในอนาคตจะเพิ่มจำนวนมากขึ้น สังเกตได้จากผู้สูงอายุเริ่มเข้ามาท่องเที่ยวในแต่ละปีเพิ่มสูงขึ้น ทำให้มองเห็นว่าประวัติศาสตร์และพุทธโบราณสถานของวัด เป็นแหล่งความรู้ทางวัฒนธรรมที่มีคุณค่าทางจิตใจของคนไทยมากที่สุด” ซึ่งเป็นไปในทิศทางเดียวกันกับมุมมองของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 7 ได้ให้สัมภาษณ์ว่า “ปัจจุบันมีการเดินทางท่องเที่ยวไปยังแหล่งท่องเที่ยวทางโบราณคดี โบราณสถานและประวัติศาสตร์ เพื่อชื่นชมและเพลิดเพลินในสถานที่ท่องเที่ยว โดยนักท่องเที่ยวจะได้รับความรู้และความเข้าใจต่อประวัติศาสตร์และโบราณสถานในท้องถิ่น ทั้งนี้การท่องเที่ยวลักษณะนี้จะต้องอยู่บนพื้นฐานของความรับผิดชอบและมี

จิตสำนึกต่อการรักษามรดกทางวัฒนธรรมและคุณค่าของสภาพแวดล้อม เนื่องจากเป็นวัดที่อาณาเขตที่ต้องการความสงบเรียบร้อย และเป็นเขตพุทธาวาสสำหรับพระสงฆ์”

ทั้งนี้ สภาพการท่องเที่ยวทางด้านประวัติศาสตร์ในเขตภาคเหนือตอนบนจะมีลักษณะการท่องเที่ยวและจุดเด่นที่น่าสนใจ โดยผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 10 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “ภาคเหนือมีแหล่งท่องเที่ยวทางประวัติศาสตร์หลายแห่งในแต่ละพื้นที่ของจังหวัดต่าง ๆ โดยแต่ละจังหวัดจะมีแหล่งท่องเที่ยวที่มีความสำคัญและคุณค่าทางประวัติศาสตร์ โบราณคดีและศาสนา รวมถึงสถานที่หรืออาคารสิ่งก่อสร้างที่มีอายุเก่าแก่หรือเคยมีเหตุการณ์สำคัญเกิดขึ้นในประวัติศาสตร์ เช่น โบราณสถาน อุทยานประวัติศาสตร์ ชุมชนโบราณ กำแพงเมือง คูเมือง พิพิธภัณฑสถาน และสิ่งก่อสร้างที่มีคุณค่าทางศิลปะและสถาปัตยกรรม” เช่นเดียวกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 12 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “แหล่งท่องเที่ยวในเขตจังหวัดภาคเหนือตอนบนจะมีความเกี่ยวข้องกับประวัติศาสตร์ทางพระพุทธศาสนา ซึ่งทำให้นักท่องเที่ยวทั้งในประเทศและต่างประเทศที่สนใจทางประวัติศาสตร์นิยมเดินทางมาท่องเที่ยวเพื่อเรียนรู้เรื่องราวในอดีต โดยเฉพาะประวัติศาสตร์ทางพระพุทธศาสนาที่มีการเผยแผ่เข้ามาทางอาณาจักรล้านนาในอดีต จนมีความเจริญรุ่งเรืองตามลำดับ โดยได้ทิ้งหลักฐานทางประวัติศาสตร์และเรื่องราวที่น่าสนใจไว้ให้อนุชนรุ่นหลังได้เรียนรู้มาจนถึงปัจจุบัน ทำให้เกิดแหล่งเรียนรู้และแหล่งท่องเที่ยวที่มีสถาปัตยกรรมและพุทธศิลปกรรมเป็นโบราณสถานไว้ให้อนุชนรุ่นหลังได้สืบทอดและร่วมกันอนุรักษ์สืบไป” สอดคล้องกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 13 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “นักท่องเที่ยวที่เป็นผู้สูงอายุบางกลุ่มวัดสนใจแหล่งเรียนรู้เชิงประวัติศาสตร์ทางพระพุทธศาสนาของแต่ละวัดว่ามีความเป็นมาอย่างไร มีความสำคัญอย่างไร จึงได้เดินทางมาท่องเที่ยวตามวัดต่างๆที่มีประวัติศาสตร์อันเก่าแก่ โดยวัดในเขตภาคเหนือส่วนมาก ตั้งอยู่ในแหล่งโบราณคดีทางประวัติศาสตร์ และมีประวัติความเป็นมาที่เกี่ยวข้องกับการประวัติศาสตร์บ้านเมืองในแต่ละยุคสมัย มีความสำคัญในฐานะที่เป็นสถานที่เรียนรู้ทางประวัติศาสตร์การพัฒนาบ้านเมืองในอดีต และเป็นวัดที่มีความสำคัญระดับจังหวัด ระดับภูมิภาค และระดับประเทศ ที่มีคุณค่าการเรียนรู้ และการอนุรักษ์เพื่อให้ทราบที่มาและความเป็นไปของบ้านเมืองและพระพุทธศาสนา”

ส่วนในประเด็นเกี่ยวกับสภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวด้านสถาปัตยกรรมและพุทธศิลปกรรม ผู้ทรงคุณวุฒิส่วนใหญ่ได้ให้สัมภาษณ์ไว้เป็นไปในทิศทางเดียวกันว่า “ลักษณะการมาเที่ยวชมพุทธศิลป์หรือสถาปัตยกรรมต่างๆภายในวัด จะทำให้นักท่องเที่ยวได้คุณค่าทั้งด้านการพักผ่อน การแสวงหาความรู้และการแสวงบุญ ทั้งนี้วัดในเขตภาคเหนือที่เข้าไปศึกษาส่วนใหญ่จะมีพุทธศิลป์ที่มีคุณค่าโดดเด่นแตกต่างกันออกไป รวมทั้งมีประโยชน์ทางการใช้สอยเพื่อกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นหลัก โดยทุกวัดได้ดูแลรักษาพุทธศิลป์ของวัดให้คงอยู่ในสภาพเดิมหรือใกล้เคียงกลมกลืนกับสภาพเดิมมากที่สุด นอกจากนี้วัดยังได้ใช้พุทธศิลป์ทำให้เกิดคุณค่าทางธรรมาปฏิบัติแก่ผู้มาเที่ยวชม รองรับการท่องเที่ยวอย่างมีประสิทธิภาพโดยไม่สูญเสียเอกลักษณ์ของความเป็นศาสนสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ทาง

พระพุทธศาสนา” เช่นเดียวกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 10 ได้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมไว้ว่า “ปัจจุบันวัดและศาสนสถานเป็นศูนย์กลางของการท่องเที่ยวและการเรียนรู้นอกเหนือจากการท่องเที่ยวแหล่งธรรมชาติต่าง ๆ วัดเป็นศูนย์กลางของชุมชนในสังคมไทยมาตั้งแต่อดีต อิทธิพลของพุทธศาสนาเป็นปัจจัยสำคัญในการกำหนดวิถีชีวิตของชาวไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งเป็นแหล่งที่รวบรวมงานศิลปวิทยาการและความรู้มากมายหลายสาขา ตลอดจนเป็นแหล่งรวมของศิลปกรรมที่มีค่า เช่น โบราณสถาน โบราณวัตถุ และจิตรกรรมฝาผนัง ซึ่งงานศิลปกรรมต่าง ๆ เหล่านี้นับเป็นมรดกทางวัฒนธรรมอันล้ำค่าและเป็นเสมือนเอกลักษณ์ของความเป็นชาติไทย” ซึ่งสอดคล้องกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 16 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “วัดทางภาคเหนือเป็นทรัพยากรการท่องเที่ยวที่มีโอกาสดึงดูดนักท่องเที่ยวได้มาก ซึ่งเกิดจากการที่ตัวของวัดเองมีลักษณะทางสถาปัตยกรรมหรือพุทธศิลปกรรมที่น่าสนใจ ทั้งนี้วัดบางแห่งอาจอยู่ในพื้นที่ซึ่งมีทรัพยากรการท่องเที่ยวประเภทอื่น ๆ เป็นตัวดึงดูดทำให้วัดเป็นผลพลอยได้จากทรัพยากรการท่องเที่ยวประเภทอื่นๆ” และสอดคล้องกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 17 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “นักท่องเที่ยวจะให้ความสำคัญกับแหล่งท่องเที่ยวที่อยู่ใกล้เคียงกันเพราะสะดวกและมีเวลาจำกัดในการเดินทาง จึงได้มีการพัฒนาเส้นทางเชื่อมโยงแหล่งท่องเที่ยวประเภทวัดกับแหล่งท่องเที่ยวอื่น ๆ ตามตลาดของการท่องเที่ยว อันจะเป็นผลทางอ้อมกับการพิจารณาวัดพื้นบ้านเล็ก ๆ ที่มีคุณลักษณะทางสถาปัตยกรรมและพุทธศิลปกรรมที่น่าสนใจซึ่งอยู่ในพื้นที่ที่มีแนวโน้มว่าอาจขยายเขตของกลุ่มท่องเที่ยวออกไปถึงได้”

ในประเด็นเดียวกันนี้ ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 18 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “กลุ่มวัดในภาคเหนือจะมีกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมที่เน้นความเป็นพุทธศิลป์ เป็นสถานที่ที่มีสภาพแวดล้อมสวยงาม มีความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว มีการสร้างสรรค์ศิลปะตามพระพุทธศาสนา หรือประวัติศาสตร์ท้องถิ่น ซึ่งเป็นสิ่งที่ดึงดูดใจให้นักท่องเที่ยวเข้ามาเที่ยวชม ประกอบกับวัดมีกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาที่เอื้อต่อการเรียนรู้และการเที่ยวชม จึงกลายเป็นแหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาที่มีลักษณะเด่นในด้านพุทธศิลปกรรม นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่สนใจเกี่ยวกับพุทธศิลป์ของทางภาคเหนือก็จะนิยมเดินทางมาท่องเที่ยวเพื่อเยี่ยมชมอย่างต่อเนื่อง” สอดคล้องกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 19 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “วัดในเขตภาคเหนือตอนบนมีต้นทุนทางวัฒนธรรมสูงมาก เนื่องจากมีคุณค่าทางศิลปะผ่านทางสถาปัตยกรรมภาพเขียนจิตรกรรม จนกระทั่งข้าวของเครื่องใช้ในวัด สิ่งเหล่านี้สะท้อนให้เห็นถึงความเป็นแหล่งวัฒนธรรมของวัดได้อย่างดี” เช่นเดียวกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 21 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “นักท่องเที่ยวจะให้ความสำคัญและความสนใจที่จะศึกษาเรียนรู้พุทธศาสนาผ่านพุทธศิลป์ที่มีความสวยงาม โบสถ์ เจดีย์ และพระพุทธรูปที่มีคุณค่าทางจิตใจ รวมทั้งงานศิลปะประเภทต่าง ๆ ทั้งด้านสถาปัตยกรรมประติมากรรม และจิตรกรรม ซึ่งสร้างขึ้นเพื่อส่งเสริมการเผยแพร่และการปฏิบัติทางพุทธศาสนาโดยตรง และเป็นสิ่งช่วยโน้มน้าวจิตใจของพุทธศาสนิกชน ให้เกิดความศรัทธาประพฤติปฏิบัติตนในแนวทางที่ดั่งตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนา” ส่วนผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 17

ได้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมในประเด็นนี้ไว้ว่า “นักท่องเที่ยวยุคใหม่ที่มาท่องเที่ยวภายในวัดจะชื่นชอบงานพุทธศิลป์ซึ่งเป็นงานฝีมือที่มนุษย์สร้างขึ้น ทั้งเจดีย์ สถานที่ หรือวัตถุที่มีความเกี่ยวข้องกับพระพุทธเจ้าหรือพระพุทธศาสนา หรือความเชื่อมโยงของประเพณีทางพระพุทธศาสนาที่ปฏิบัติสืบต่อกันมาเป็นเวลานาน มีรูปแบบที่ปรากฏทั้งที่เป็นงานจิตรกรรม ประติมากรรม และสถาปัตยกรรม มีการประดับตกแต่งแสดงออกมาให้ปรากฏอย่างงดงามน่าชม เพื่อเป็นการอุทิศและรับใช้พระศาสนาโดยตรง วัดจึงได้กลายเป็นที่รวมของฝีมือเชิงช่าง และมรดกทางวัฒนธรรมในกาลต่อมา”

ดังนั้น จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิทำให้มองเห็นว่า สภาพโดยทั่วไปการท่องเที่ยวเชิงประวัติศาสตร์ของวัดในพื้นที่จังหวัดของอาณาจักรล้านนาในอดีต เป็นการท่องเที่ยวที่นักท่องเที่ยวได้ศึกษาคุณค่าทางประวัติศาสตร์ วัฒนธรรม และสังคม รวมถึงสถานที่ที่มีความผูกพันทางจิตใจของคนรุ่นหลัง เพื่อชื่นชมและเรียนรู้ประวัติศาสตร์และโบราณสถานในแหล่งท่องเที่ยวที่นั่น ซึ่งปัจจุบันกำลังเป็นที่นิยมสำหรับนักท่องเที่ยวโดยทั่วไปที่สนใจทางด้านประวัติศาสตร์ โดยสามารถศึกษาและเรียนรู้ได้จากการท่องเที่ยวภายในวัดต่างๆ ส่วนการท่องเที่ยวสถาปัตยกรรมและพุทธศิลปกรรมสามารถเป็นสื่อช่วยในการโน้มน้าวจิตใจและเรียนรู้ของพุทธศาสนิกชน ให้เกิดความศรัทธา ประพฤติปฏิบัติตนในแนวทางที่ตรงตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนาที่สร้างความรู้ ความเข้าใจ และจินตนาการที่ส่งผลให้เกิดการดำรงชีวิต จิตใจ ให้อยู่เหนือความทุกข์ ช่วยปลดปล่อยความทุกข์ในทางจิตใจ และส่งผลเชิงบวกต่อพฤติกรรมของคนในสังคมให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

4) สภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวด้านกิจกรรมบนเส้นทางแสวงบุญ

จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิโดยส่วนใหญ่ ได้ให้สัมภาษณ์เป็นไปในทิศทางเดียวกันว่า “การเดินทางท่องเที่ยวทางศาสนาของผู้สูงอายุมีเป้าหมายเพื่อการแสวงบุญ ซึ่งการท่องเที่ยวลักษณะนี้จะทำให้เกิดการพัฒนาคุณภาพจิตใจของผู้สูงอายุ หรือแม้แต่การเดินทางไปทอดผ้าป่า ทอดกฐินตามต่างจังหวัดในเทศกาลต่าง ๆ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า กิจกรรม ประเพณี และการเรียนรู้ทางศาสนา เป็นกิจกรรมที่ทำให้นักท่องเที่ยวเดินทางไปยังสถานที่ต่าง ๆ ซึ่งถือได้ว่าเป็นการเดินทางท่องเที่ยวทางศาสนาเพื่อการเรียนรู้และการท่องเที่ยวเพื่อการพักผ่อน” ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2 ได้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมไว้ว่า “คนในวัยสูงอายุส่วนใหญ่จะมีความคุ้นเคยกับวิถีชีวิตที่ใกล้ชิดกับพระพุทธศาสนาเป็นทุนเดิม เนื่องจากพระพุทธศาสนาฝังรากลึกในสังคมไทยมายาวนาน ทั้งในแง่คำสอนสำหรับดำเนินชีวิต ศิลปวัฒนธรรม ประเพณีความเชื่อ และในแง่ถาวรวัตถุ เช่น วัดวาอารามต่าง ๆ เป็นจำนวนมาก ทำให้สถานปฏิบัติธรรมหรือวัดจึงถือเป็นทางเลือกหนึ่งในการให้ความสำคัญต่อการดูแลผู้สูงอายุ โดยผู้สูงอายุมักจะใช้หลักพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ในการสร้างเสริมสุขภาพ นำหลักพุทธธรรมไปประพฤติปฏิบัติและประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นตามสมควรแก่ฐานะในช่วงปัจฉิมวัย” สอดคล้องกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 5 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “การเดินทางท่องเที่ยวของพุทธศาสนิกชนส่วนมากมักนิยมไปทอดผ้าป่าหรือทอดกฐินที่วัดใดวัดหนึ่ง จากนั้นจะท่องเที่ยวไหว้พระธาตุหรือ

พระพุทธรูป และรูปเหมือนพระสุปฏิปันโนตามวัดต่างๆ เป็นการแสดงความระลึกถึงบุคคลต้นแบบในการประพฤติปฏิบัติธรรมเพื่อจะได้เป็นแนวทางไปสู่การปฏิบัติธรรมตามต้นแบบนั้น ซึ่งปรากฏให้เห็นในลักษณะที่นักท่องเที่ยวบางกลุ่มโดยเฉพาะกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ ได้มีการพักค้างแรมปฏิบัติธรรมทำกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาหรือกิจกรรมทางประเพณีภายในวัดนั้น ๆ รูปแบบการประพฤติปฏิบัติธรรมของนักท่องเที่ยวสะท้อนให้เห็นการท่องเที่ยวในรูปแบบเส้นทางบุญสู่เส้นทางธรรม”

ในประเด็นเดียวกันนี้ ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 6 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “การท่องเที่ยวพักผ่อนในเวลาว่างของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุเกิดจากแรงจูงใจที่ผสมผสานความสนใจที่จะทำกิจกรรมต่างๆ ขณะท่องเที่ยว เช่นการพักผ่อนหย่อนใจ การผ่อนคลายความเครียด การส่งเสริมสุขภาพและการเรียนรู้ศิลปวัฒนธรรมหรือวิถีชีวิตความเป็นอยู่ของคนในท้องถิ่นนั้น ๆ โดยเฉพาะแหล่งท่องเที่ยวในเขตภาคเหนือที่มีการจัดกิจกรรมการท่องเที่ยวสำหรับนักท่องเที่ยวเป็นประจำอย่างต่อเนื่อง กิจกรรมที่โดดเด่นก็จะเป็นกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนา หรือชุมชนวิถีพุทธ ทำให้เป็นที่สนใจของนักท่องเที่ยวโดยเฉพาะผู้สูงอายุที่นิยมเดินทางมาพักผ่อนและเข้าร่วมกิจกรรมเป็นประจำทุกปี” เช่นเดียวกับมุมมองของผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 10 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “ปัจจุบันการท่องเที่ยวเชิงศาสนาที่น่าสนใจและเป็นที่ยอมรับของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุคือการจัดกิจกรรมบุญจาริกหรือกิจกรรมการแสวงบุญ ซึ่งเป็นการเดินทางที่จะได้เรียนรู้เรื่องราวพุทธศาสนาเชิงประวัติศาสตร์ พร้อมการปฏิบัติธรรมเจริญจิตภาวนาท่ามกลางความสงบและสวยงามของธรรมชาติป่าเขา ได้สัมผัสวิถีศรัทธาต่อพุทธศาสนา การพักผ่อนกายพักผ่อนใจจากการทำงานและการอยู่กับความเร่งรีบในการใช้ชีวิตประจำวัน” สอดคล้องกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 14 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “ในแต่ละปีจะมีผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ของวัดเป็นจำนวนมาก โดยจะมีสาเหตุในการเข้าร่วมกิจกรรมที่แตกต่างกันไป อาทิเช่น มีความทุกข์ใจในเรื่องครอบครัว มีความเครียด มีปัญหาสุขภาพหรือต้องการความสุขความสงบใจ เป็นต้น โครงการและกิจกรรมต่าง ๆ ของแต่ละวัดในภาคเหนือจะมีตลอดทั้งปี ทั้งกิจกรรมภายในและภายนอกวัด เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเลือกกิจกรรมที่ตนเองพึงพอใจและมีความสุขในสิ่งที่ตนได้กระทำ ตัวอย่างกิจกรรม อาทิเช่น การสนทนาธรรม การฟังธรรม การสวดมนต์และเจริญสมาธิภาวนา การปล่อยปลา การปลูกต้นไม้ การเดินทางไปทำบุญและเยี่ยมเยียนพระสงฆ์ในวัดต่าง ๆ การทำความสะอาดพระธาตุเจดีย์ และวัดวาอาราม เป็นต้น”

ทั้งนี้ในมุมมองของผู้ทรงคุณวุฒิอีกหลายคน ยังได้ให้สัมภาษณ์มุ่งเน้นไปที่แหล่งท่องเที่ยวของวัดที่มีความเหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ โดยผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 16 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “วัดในภาคเหนือโดยส่วนใหญ่จะนิยมจัดกิจกรรมพิเศษสำหรับผู้สูงอายุ อาทิเช่น กิจกรรมรดน้ำดำหัวและขอขมากรรมในวันปีใหม่ของคหบดีล้านนา เพื่อให้บุตรหลานหรือกัลยาณมิตรที่เคารพรักซึ่งกันและกันได้แสดงความอบอุ่นและความกตัญญูทวนเวทต่อผู้อาวุโส เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีกำลังใจในการใช้ชีวิตที่เหลืออยู่อย่างมีคุณค่าด้วยความรัก ความเมตตาและความปรารถนาดี” เช่นเดียวกับ

ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 21 ที่ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “วัดในเขตภาคเหนือตอนบนของประเทศไทยมีทรัพยากรแหล่งท่องเที่ยวที่มีศักยภาพทรงคุณค่า เป็นเอกลักษณ์เฉพาะ มีแหล่งท่องเที่ยวทางพุทธศาสนา ซึ่งนักท่องเที่ยวได้ให้ความสนใจเข้าวัด ทำบุญ ให้ทาน ศึกษาธรรมะและปฏิบัติธรรม ตามหลักคำสั่งสอนทางพระพุทธศาสนา การท่องเที่ยวเพื่อการศึกษาและการปฏิบัติธรรมตามแนวทางพระพุทธศาสนา หรือการเดินทางเพื่อการแสวงบุญของพุทธศาสนิกชนต่าง ๆ นั้น ซึ่งแสดงให้เห็นว่ากิจกรรมทางศาสนา เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ผู้คนเดินทางไปยังสถานที่ท่องเที่ยวต่าง ๆ ได้เห็นคุณค่ากิจกรรมทางพุทธศาสนา ดังกล่าว” นอกจากนี้ ในประเด็นนี้ ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 16 ได้เสนอมุมมองไว้ว่า “วัดในเขตภาคเหนือเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่ผู้สูงอายุนิยมมาท่องเที่ยว เนื่องจากมีการจัดกิจกรรมทางศาสนาตามเทศกาลต่าง ๆ อย่างต่อเนื่อง การท่องเที่ยวเชิงศาสนาลักษณะนี้จะส่งเสริมให้ผู้สูงอายุหาความสุขสงบ เย็นจากธรรมะและหลักคำสอนทางศาสนา โดยให้ผู้สูงอายุได้มีการฝึกตน ฝึกจิตให้อยู่ในหลักธรรม ไม่หลงอยู่ในลาภยศ สรรเสริญ ทำความดีเพื่อให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง จัดกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาเพื่อส่งเสริมผู้สูงอายุด้านจิตวิญญาณ โดยการเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาในโอกาสต่าง ๆ เช่น พาผู้สูงอายุไปเวียนเทียน ทอดกฐิน ไปวัด หรือตักบาตรตอนเช้า” สอดคล้องกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 21 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้เช่นเดียวกันว่า “นักท่องเที่ยวที่เป็นผู้สูงอายุนิยมเดินทางมาในเทศกาลและวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา โดยจะมุ่งเน้นกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเจริญจิต อาทิจ การตักบาตร ถวายทาน เวียนเทียนในวันสำคัญต่าง ๆ ทางศาสนา ทำให้เกิดเป็นการท่องเที่ยวแนวศาสนาที่นอกจากจะได้รับความเพลิดเพลินกับภูมิทัศน์จากวัดที่เป็นแหล่งเอื้อต่อการท่องเที่ยวแล้ว ยังได้ตระหนักถึงการเรียนรู้และเห็นคุณค่าของศิลปวัฒนธรรมต่าง ๆ ของท้องถิ่นด้วย”

ดังนั้น จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิทำให้มองเห็นว่า สภาพปัจจุบันมีความเปลี่ยนแปลงของเศรษฐกิจ สังคม การเมือง ความสิ้นไหลของผู้คนในสังคมมีความเปลี่ยนแปลงทำให้คนสับสน วุ่นวายใจ ผู้คนทั่วไปโดยเฉพาะผู้สูงอายุจึงต้องการที่พึ่งทางใจ เนื่องจากมีความหลากหลายทางความคิด หลากหลายปัญหา วัดจึงเปิดโอกาสให้คนมาท่องเที่ยวในเชิงศาสนา ด้านกิจกรรมบนเส้นทางแสวงบุญ นอกจากนี้ วัดและหน่วยงานทางศาสนาก็ได้ปรับบทบาท โดยมีการจัดกิจกรรมทางศาสนาตามเทศกาลต่างๆและวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาเพื่อตอบสนองความต้องการของนักท่องเที่ยว โดยเฉพาะนักท่องเที่ยวกลุ่มผู้สูงอายุ รวมทั้งจัดสภาพแวดล้อมของวัดให้เป็นที่พักผ่อนหย่อนใจและเป็นที่พึ่งทางใจของผู้คนเมื่อเข้ามาแล้วจะได้ร่มเย็น

5) สภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวด้านการปฏิบัติธรรม

จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิโดยส่วนใหญ่ ได้ให้สัมภาษณ์เป็นไปในทิศทางเดียวกันว่า “สภาพปัจจุบันผู้สูงอายุจะมีโอกาสในการประสบกับเรื่องทุกข์ใจที่เกิดขึ้นจากอดีตจนถึงปัจจุบัน รวมทั้งมีความกลัวความตายเนื่องจากการเจ็บป่วยเพราะว่าไม่มีคนดูแล ก็จะทำให้ผู้สูงอายุเบื่อหน่าย

ทางโลกแล้วไปสนใจทางธรรมแทน จนเห็นว่าการเข้าปฏิบัติธรรมเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตของผู้สูงอายุไปแล้ว นี่จึงเป็นส่วนหนึ่งที่สร้างความเข้าใจและทำให้เห็นคุณค่าของผู้สูงอายุมากขึ้น การปฏิบัติธรรมนี้จึงเป็นเป้าหมายสำคัญที่จะฟื้นฟูสภาพจิตใจของผู้สูงอายุให้เข้าใจสภาพความเป็นจริงของสรรพสิ่ง ทั้งนี้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะให้ความสนใจในการปฏิบัติธรรมอย่างจริงจัง ทำให้วัดในปัจจุบันได้จัดให้มีการปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐานขึ้นเพื่อตอบสนองการปฏิบัติธรรมในรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงทัศนศึกษาและศาสนาให้กับผู้สูงอายุ”

ในประเด็นนี้ มีผู้ทรงคุณวุฒิได้เสนอมุมมองเพิ่มเติมไว้อย่างหลากหลาย โดยผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 4 ที่ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “การเดินทางท่องเที่ยวของผู้สูงอายุจะเน้นไปที่แหล่งท่องเที่ยวภายในวัด เนื่องจากได้เที่ยวชมศาสนสถานแล้ว ยังได้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆตามเทศกาลของวัด รวมทั้งให้ความสนใจการปฏิบัติธรรมด้วย” ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 5 ได้ให้สัมภาษณ์ว่า “โดยทั่วไปวัดจะมีการจัดปฏิบัติธรรมส่วนใหญ่เป็นระยะเวลา 3 วัน 2 คืน โดยจะเน้นคอร์สไม่เกิน 3 วัน เป็นระยะเวลาที่เหมาะสมต่อการปฏิบัติธรรมมากที่สุด ทำให้ผู้สูงอายุไม่คิดถึงบ้าน รู้สึกมีความสุขกับการปฏิบัติธรรม และเพื่อให้ผ่อนคลายและใช้เวลาอยู่กับตัวเองให้มากขึ้น สถานปฏิบัติธรรมบางแห่ง จะมีการอำนวยความสะดวกด้านสถานที่พักให้แก่ผู้ปฏิบัติธรรม โดยให้ออนห้องละ 1-2 คน และแยกที่พักระหว่างชาย-หญิง ทางวัดจะไว้อย่างเรียบร้อย” เช่นเดียวกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 8 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “สถานการณ์ปัจจุบัน จากการที่ผู้สูงอายุต้องเผชิญกับปัญหาในชีวิต จากการสูญเสียงานทำให้รู้สึกเครียด รวมทั้งได้เผชิญกับความท้อแท้ ความซึมเศร้า เมื่อเกิดสถานการณ์เช่นนี้ ผู้สูงอายุจึงอยากหาทางออกให้กับชีวิตตนเองด้วยการทำสมาธิ จึงเป็นแรงจูงใจของนักท่องเที่ยวกลุ่มผู้สูงอายุได้เดินทางทำกิจกรรมเชิงจิตวิญญาณอย่างการปฏิบัติธรรมในวัดต่าง ๆ” สอดคล้องกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 15 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้เช่นเดียวกันว่า “นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต้องการหลบหนีจากชีวิตประจำวัน เนื่องจากการใช้ชีวิตประจำวัน ต้องเผชิญกับความทุกข์ เช่น การเผชิญกับจิตใจที่คับแคบของคนในสมัยปัจจุบัน ซึ่งไม่ได้มีความเอื้ออาทรต่อกันเหมือนสมัยอดีต การเผชิญกับการแข่งขัน อาทิ เรื่องงานหรือปัญหาเรื่องการทำงาน ปัญหาครอบครัว จึงต้องการหาสถานที่สงบเงียบเพื่อการปฏิบัติธรรม ทั้งนี้ธรรมะจะสอนให้เข้าใจเหตุและผล ทำให้เกิดการปล่อยวางบางสิ่งบางอย่าง รู้จักรงับความโกรธ ความมีนิสสัยใจร้อนให้เย็นขึ้น รวมถึงช่วยลดอัตตาในตนเอง และรู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่นหรือมีเมตตา รู้จักให้อภัยผู้อื่นมากขึ้น เป็นการเปลี่ยนมุมมองให้มองโลกในเชิงบวกมากขึ้น” นอกจากนี้ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 18 ยังได้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมไว้ว่า “นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะมีแรงจูงใจในการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ เนื่องจากในชีวิตประจำวันน้อยมากที่จะมีผู้มาสอนให้เข้าใจในเรื่องการปฏิบัติธรรม รวมถึงน้อยมากที่จะมีโอกาสได้ทำ เนื่องจากชีวิตประจำวันที่เร่งรีบ ทำให้ไม่สามารถมีเวลาในการปฏิบัติ นอกจากนี้ นักท่องเที่ยวกลุ่มนี้มีความเชื่อว่า ในการปฏิบัติธรรมเป็นสิ่งที่ดีต่อตนเอง และจะช่วยให้บุญที่ได้สะสมจากการปฏิบัติธรรมติดตัวไปตลอด”

จากสภาพการณ์ดังกล่าว ทำให้แต่ละวัดได้มีการปรับบทบาทและพัฒนาวัดให้มีความพร้อมรองรับความต้องการของนักท่องเที่ยวที่สนใจเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรม โดยผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 20 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “วัดบางแห่งได้จัดให้มีการอบรมสำหรับผู้สนใจปฏิบัติธรรมในทุกวันศุกร์ เสาร์ และอาทิตย์ โดยเน้นการนั่งสมาธิด้วยวิธีอานาปานสติ ซึ่งเป็นการกำหนดลมหายใจเข้าและลมหายใจออก รวมทั้งการอานาปานสติภาวนาเมื่อมีการสวดมนต์ทำวัตรเช้า ทำวัตรเย็น และการเดินจงกรม เพื่ออบรมจิตให้เกิดความสงบและเป็นอิสระ ไม่ยึดติดอยู่กับสิ่งใด ซึ่งจะนำไปสู่การบรรเทาทุกข์และพ้นทุกข์ทางใจในที่สุด” เช่นเดียวกันกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 15 ได้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมไว้ว่า “วัดในภาคเหนือที่เป็นสถานที่ปฏิบัติธรรมจะมีบรรยากาศเงียบสงบ สะอาด ร่ายล้อมไปด้วยต้นไม้ใหญ่ นานาพรรณ และมีการแบ่งแต่ละโซนไว้อย่างชัดเจน มีความเป็นส่วนตัวสูง เอื้อต่อการปฏิบัติธรรมอย่างมาก การปฏิบัติก็จะเน้นเป็นการภาวนา เจริญสติ และเดินจงกรม รวมทั้งยังได้พึ่งเทศน์จากพระสงฆ์ซึ่งจะมักจะเทศน์ในเรื่องที่มีประโยชน์ต่อการใช้ชีวิต” สอดคล้องกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 21 ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “ผู้สูงอายุจะให้ความสนใจเกี่ยวกับวิปัสสนากรรมฐานบำบัดโรค เนื่องจากการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเป็นวิธีการที่เกิดจากการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า เป็นการฝึกจิตให้เกิดปัญญา เห็นสภาวะธรรมต่าง ๆ เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ทำให้เข้าใจสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง ทำให้ถอดถอนความยึดติดในสิ่งทั้งปวง ว่าไม่ใช่ตัวเรา ของเรา เป็นเหตุให้สามารถจัดกิเลสหรืออารมณ์ ต่างๆ โดยเฉพาะกิเลสอย่างละเอียด” ทั้งนี้ในประเด็นแนวทางการปฏิบัติธรรมนี้ ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 5 ได้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมไว้ว่า “โดยทั่วไปการปฏิบัติธรรมจะเน้นการฝึกสติทางกายมีเดินจงกรมตามธรรมชาติ การนั่งฝึกสติแบบเคลื่อนไหว ทำให้เป็นการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ ทำให้ร่างกายแข็งแรงและได้เห็นสัจธรรมของกายที่ไม่เที่ยงเป็นทุกข์เป็นอนัตตา” เช่นเดียวกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 9 ได้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมไว้ว่า “การปฏิบัติธรรมของผู้สูงอายุจะเน้นการฝึกสติ มีการสำรวจกาย วาจา ทำให้มีสติ ในการบริโภคอาหาร ได้ไหว้พระสวดมนต์เข้าเย็น ได้สนทนาธรรม ได้พบปะกับผู้สูงอายุวัยเดียวกัน ได้รับคำแนะนำในการดำรงชีวิตที่ดี ส่งผลให้จิตใจอ่อนคลาย เบิกบานและไม่ประมาทในชีวิต สามารถกำจัดความเครียด ความวิตกกังวลและความซึมเศร้าอันเป็นสาเหตุแห่งทุกข์ทั้งปวงได้”

นอกจากนี้ ในประเด็นของเป้าหมายการท่องเที่ยวของผู้สูงอายุนั้น ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3 ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านการปฏิบัติธรรม เป็นการเดินทางเพื่อการศึกษาพัฒนาจิตใจและการปฏิบัติในแนวทางที่ถูกต้อง เพื่อให้เกิดความสุขภายในที่เป็นความสุขที่สัมพันธ์กับความรู้สึกทางจิตและใจ โดยมุ่งเน้นการส่งเสริมการเรียนรู้และการปฏิบัติธรรม เพื่อเสริมสร้างความเข้าใจในชีวิตมากกว่าความรู้เพื่อความบันเทิง” ส่วนผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 7 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “การเดินทางท่องเที่ยววัดทำให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสในการสวดมนต์บำบัดโรค การไปวัด ไหว้พระ สวดมนต์ แผ่เมตตา เป็นกิจกรรมที่ชาวพุทธเราปฏิบัติกันเป็นประจำในชีวิตประจำวัน โดยมีความเชื่อว่า การไหว้พระ สวดมนต์ การไปวัด ทำกิจกรรมทางศาสนา มีผลทำให้สุขภาพดีและ

รักษาโรคได้ด้วย” สอดคล้องกับผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 21 ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ได้ปฏิบัติตนเองเพื่อให้เกิดความเชื่อมั่นทั้งทางครอบครัว ร่างกายและจิตใจ เป็นการแก้ปัญหาการดำเนินชีวิตประจำวัน ได้แก่ การปฏิบัติตนเพื่อให้เข้าถึงความจริงหรือคำสอนที่เป็นแก่นพุทธธรรม ซึ่งจะช่วยให้ตนสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข โดยการประยุกต์หลักพุทธธรรมไปใช้ในชีวิตประจำวัน”

ดังนั้น จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิทำให้มองเห็นว่า การท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาที่มุ่งเน้นการปฏิบัติธรรมนี้เป็นรูปแบบเฉพาะ เพื่อศึกษาถึงหลักธรรม การฟังธรรม การนั่งวิปัสสนา และการสนทนาธรรมกับพระสงฆ์ เป็นการอาศัยความสนใจเฉพาะของนักท่องเที่ยวด้านพระพุทธศาสนา เป็นเครื่องดึงดูดนักท่องเที่ยว ซึ่งมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นในกลุ่มนักท่องเที่ยว โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่สนใจด้านพระพุทธศาสนา การท่องเที่ยวลักษณะนี้ทำให้วัดและคณะสงฆ์ได้มีการจัดเตรียมสถานที่ โดยเฉพาะในการปฏิบัติธรรมให้กับนักท่องเที่ยว ซึ่งเป็นการสร้างความสนใจให้กับนักท่องเที่ยวโดยเป็นการส่งเสริมการท่องเที่ยวในระยะยาว มีการจัดกิจกรรมเชิงพุทธและมีการปฏิบัติตามหลักพระพุทธศาสนา ทั้งในระยะสั้นเป็นรายวันรายสัปดาห์ ระยะยาวเป็นรายเดือน หรือในช่วงเวลาที่มีวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาหรือวันช่วงเทศกาลสำคัญต่าง ๆ

สรุป การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน เป็นการเดินทางโดยมีเหตุผลทางศาสนาเป็นหลัก ถือเป็นการปฏิบัติที่มีมาตั้งแต่ยุคแรก ๆ ซึ่งเหตุผลในการเดินทางที่แท้จริงแล้วอาจไม่มีการท่องเที่ยวเข้ามาเกี่ยวข้อง แต่ในปัจจุบันการเดินทางลักษณะนี้มักจะรวมกิจกรรมอื่นนอกเหนือจากกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาเข้าอยู่ด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสภาพสังคมที่วุ่นวายในปัจจุบันนี้ผู้คนโดยทั่วไปต่างให้ความนิยมสถานที่ประกอบพิธีทางศาสนา เป็นที่พึ่งพิงทางจิตใจกันมากขึ้น ซึ่งอาจเดินทางไปยังสถานที่ที่มีความสำคัญทางศาสนา สักการะสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เพื่อเยี่ยมชมการบูชาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ การนมัสการ เกจิอาจารย์ และปฏิบัติกิจกรรมหรือนั่งวิปัสสนากรรมฐาน หรือประกอบพิธีกรรม สถานที่ประกอบพิธีทางศาสนา หรือเข้าไปพักผ่อนสงบจิตสงบใจ ทำให้นักท่องเที่ยวได้รับความรู้ประวัติความเป็นมาของศาสนสถานต่าง ๆ พร้อมกับสามารถนำหลักธรรมคำสอนไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน การท่องเที่ยวเชิงศาสนาจึงมีความสัมพันธ์กับมิติการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมล้านนาอย่างแยกออกจากกันไม่ได้ เพราะทุกสิ่งทุกอย่างที่มนุษย์สร้างขึ้นได้กลายมาเป็นมนุษย์สร้างวัฒนธรรม การท่องเที่ยวเชิงศาสนาจึงเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมจนปัจจุบัน

ตอนที่ 2 ผลการสัมภาษณ์เกี่ยวกับรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้สูงอายุ

การพัฒนาารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญโดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัดในครั้งนี้ คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างรูปแบบการท่องเที่ยวโดยการสัมภาษณ์กลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิ และกลุ่มผู้มีส่วนได้เสียและเกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวตามกรอบ

เนื้อหา 5 ด้าน คือ (1) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านวัฒนธรรม (2) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านศรัทธาธรรม (3) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านประเพณีและวัฒนธรรม (4) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านกิจกรรมและการปฏิบัติธรรม และ (5) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านจาริกบุญจาริกธรรม โดยประเด็นการสัมภาษณ์และรายละเอียดของข้อมูลการสัมภาษณ์ จะนำไปจัดทำเป็นร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานต่อไป ดังนี้

1) รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านวัฒนธรรม

การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านวัฒนธรรมจะมีลักษณะ เป็นกิจกรรมการท่องเที่ยวที่เน้นการเที่ยวชมสถาปัตยกรรม ประติมากรรม จิตรกรรม และการเที่ยวชมบริเวณวัดที่อาศัยความงามทางด้านศิลปกรรม ความเป็นเอกลักษณ์และความมีชื่อเสียงของแหล่งท่องเที่ยว เป็นปัจจัยในการดึงดูดความสนใจของนักท่องเที่ยว ทั้งนี้ วัดที่มีกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมจะเน้นความเป็นพุทธศิลป์ เป็นสถานที่ที่มีสภาพแวดล้อมสวยงาม ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว และมีการสร้างสรรค์ศิลปะตามความเชื่อทางพระพุทธศาสนา

ในประเด็นเกี่ยวกับรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านวัฒนธรรมนี้มีผู้ทรงคุณวุฒิหลายท่านได้ให้สัมภาษณ์ไว้อย่างหลากหลาย ดังนั้น จึงจะได้นำเสนอมุมมองของผู้ทรงคุณวุฒิเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านวัฒนธรรม เพื่อนำมาจัดทำเป็นร่างรูปแบบการท่องเที่ยวด้านวัฒนธรรม ดังนี้

“รูปแบบการท่องเที่ยวควรมีการจัดทำเส้นทางท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาเชิงพุทธศิลปกรรม โดยเน้นให้เห็นถึงความโดดเด่นของแหล่งท่องเที่ยววัดที่มีพุทธศิลปกรรมที่เป็นเอกลักษณ์ทั้งในเชิงสถาปัตยกรรม ประติมากรรม จิตรกรรมและพุทธสถานภายในวัดแต่ละแห่ง ทั้งนี้ความสำคัญของการจัดทำเส้นทางท่องเที่ยวลักษณะนี้ถือว่ามีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนาเส้นทางท่องเที่ยวในอนาคต เพราะเส้นทางท่องเที่ยวลักษณะนี้เป็นกระบวนการสื่อสารคุณค่าพระพุทธศาสนาต่อสังคมปัจจุบันได้อย่างเด่นชัดที่สุด” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1, 15 ตุลาคม 2564)

“วัดนับว่าเป็นแหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาและวัฒนธรรมที่กำลังอยู่ในความนิยมของนักท่องเที่ยว โดยเฉพาะนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่มีความสนใจเกี่ยวกับโบราณสถานโบราณวัตถุและชื่นชอบพุทธศิลปกรรมต่างๆ ทำให้รูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้เป็นที่น่าสนใจเพิ่มขึ้น ดังนั้น วัดและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจึงควรยกระดับเส้นทางท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาเชิงพุทธศิลปกรรมให้มีความพร้อมในการจัดการความรู้และการบริการจัดการทรัพยากรอย่างครบวงจร” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2, 18 ตุลาคม 2564)

“วัดที่มีความสำคัญและมีงานศิลปกรรมที่มีชื่อเสียงจะเป็นวัดที่มีผู้แสวงบุญและนักท่องเที่ยวมาเที่ยวเป็นจำนวนมาก รูปแบบการท่องเที่ยวสำหรับนักท่องเที่ยวที่สนใจจึงควรมี

ลักษณะเน้นไปที่การส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์เพื่อรักษาสภาพแวดล้อมทางศิลปกรรม และอนุรักษ์งานศิลปกรรมดั้งเดิมให้คงอยู่ ซึ่งจะทำให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวที่ยังทรงคุณค่าและมูลค่าทางมรดกวัฒนธรรม” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3, 19 ตุลาคม 2564)

“การพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวควรเริ่มต้นจากการดำเนินการบูรณะปฏิสังขรณ์โบราณสถานโบราณวัตถุให้มีความสวยงาม เพื่อสร้างจุดสนใจและเพิ่มพูนให้เกิดศรัทธาสำหรับผู้แสวงบุญ เป็นการหาจุดขายเพื่อการท่องเที่ยว ซึ่งส่วนหนึ่งเกิดจากความนิยมรูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้ที่เริ่มกลับมาใหม่ ส่วนหนึ่งย้อนกลับไปให้เป็นไปตามรูปแบบดั้งเดิม โดยเฉพาะพระธาตุเจดีย์ศักดิ์สิทธิ์ที่เกิดขึ้นตามความเชื่อความศรัทธาของคนในชุมชนนั้นๆ แต่ส่วนหนึ่งกลับไปแสวงหารูปแบบใหม่ที่มีรูปแบบที่แตกต่างออกไปจากแบบแผนประเพณีนิยม เช่นการจำลองพระธาตุศักดิ์สิทธิ์ของภูมิภาคหนึ่งไปสร้างอีกภูมิภาคหนึ่ง” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 4, 20 ตุลาคม 2564)

“รูปแบบการท่องเที่ยวจะเน้นจัดกิจกรรมการเรียนรู้ทางพุทธศาสนาผ่านพุทธศิลป์ เนื่องจากวัดในเขตภาคเหนือมีแหล่งท่องเที่ยวเชิงพุทธศิลป์อยู่เป็นจำนวนมาก ทั้งนี้พุทธศิลป์จัดเป็นศิลปะที่เป็นการส่งเสริมประเพณีท้องถิ่นและมีการเชื่อมโยงด้านประเพณีทางพระพุทธศาสนาที่ปฏิบัติสืบต่อกันมาเป็นเวลานาน ทำให้นักท่องเที่ยวเกิดความซาบซึ้งในรูปแบบงานศิลปกรรม และเรื่องราวเกี่ยวกับพุทธศิลป์ที่ปรากฏทั้งงานจิตรกรรม ประติมากรรม และสถาปัตยกรรมที่มีการประดับตกแต่งอย่างสวยงาม” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 5, 21 ตุลาคม 2564)

“นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุเป็นกลุ่มที่ชอบท่องเที่ยวเพื่อการเรียนรู้เรื่องราวในอดีต การเยี่ยมชมโบราณสถานและโบราณวัตถุภายในวัด ลักษณะการท่องเที่ยวรูปแบบนี้จึงควรมีการสร้างกิจกรรมจากจุดแข็งด้านต้นทุนทางวัฒนธรรมที่ทรงคุณค่าของล้านนา ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว ไม่ว่าจะเป็นวัดเก่าแก่ แหล่งประวัติศาสตร์ล้านนา นักบุญล้านนาที่ประชาชนให้ความเคารพประเพณีต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากแรงศรัทธาของชาวล้านนา” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 6, 23 ตุลาคม 2564)

“ทรัพยากรการท่องเที่ยวประเภทศาสนสถานและศิลปกรรมที่มนุษย์สร้างขึ้นนับเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่า สะท้อนให้เห็นถึงอารยธรรม ภูมิปัญญา และวิถีชีวิตของผู้คนในสังคม เป็นแหล่งรวมศิลปวิทยาการในสาขาต่าง ๆ ทั้งด้านโบราณคดี ศาสนสถาน วัฒนธรรม สถาปัตยกรรม ศิลปกรรม สุนทรียศาสตร์ ฯลฯ รูปแบบการท่องเที่ยวนี้ควรมีลักษณะเป็นกิจกรรมที่เชื่อมโยงความเป็นมาของวัฒนธรรมกับชุมชนและให้นักท่องเที่ยวได้ศึกษาเรียนรู้มรดกศิลปกรรมอันวิจิตรงดงาม เพียบพร้อมด้วยคุณค่าทางศิลปะที่แสดงให้เห็นถึงภูมิปัญญาและความเป็นอัจฉริยะของบรรพบุรุษ” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 7, 25 ตุลาคม 2564)

“วัดนับได้ว่าเป็นแหล่งรวมของศิลปวิทยาการต่างๆ ตลอดจนถึงความรู้ด้านพุทธศาสตร์ และพุทธศิลป์ มีความสำคัญต่อการเป็นมรดกเชิงประวัติศาสตร์ทางพระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นจุดดึงดูดใจทำให้นักท่องเที่ยวเดินทางมาเยี่ยมชม ลักษณะการท่องเที่ยวรูปแบบนี้จะมีวัดและศาสนสถานเป็น

ศูนย์กลางของการท่องเที่ยว จึงควรมีการสร้างพิพิธภัณฑ์เป็นแหล่งรวบรวมงานศิลปกรรมที่มีค่า เช่น โบราณสถาน โบราณวัตถุ และจิตรกรรมฝาผนัง ซึ่งงานศิลปกรรมต่าง ๆ เหล่านี้นับเป็นมรดกทางวัฒนธรรมอันล้ำค่า เพื่อให้นักท่องเที่ยวได้เรียนรู้ และเกิดความภาคภูมิใจในการอนุรักษ์” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 8, 26 ตุลาคม 2564)

“สนับสนุนและส่งเสริมให้นักท่องเที่ยวเกิดความเข้าใจในสถานที่ท่องเที่ยวเชิงศิลปวัฒนธรรม และศาสนา เกิดการเรียนรู้เกี่ยวกับอนุรักษ์มรดกทางศิลปและวัฒนธรรม มีการจัดกิจกรรมการท่องเที่ยว เพื่อทำให้นักท่องเที่ยวได้รับรู้เกี่ยวกับความสำคัญของโบราณวัตถุและโบราณสถานของวัด เกิดความสุขใจ ความประทับใจในแหล่งท่องเที่ยวจนต้องการกลับมาอีกครั้ง” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 9, 29 ตุลาคม 2564)

“จัดโปรแกรมการเดินทางท่องเที่ยวไปยังแหล่งท่องเที่ยวโบราณสถานและโบราณคดี เพื่อให้นักท่องเที่ยวได้ชื่นชมและเพลิดเพลินในสถานที่ท่องเที่ยว รวมทั้งได้ความรู้ มีความเข้าใจต่อแหล่งโบราณสถานและโบราณคดีในท้องถิ่น บนพื้นฐานของความรับผิดชอบและมีจิตสำนึกต่อการรักษามรดกทางวัฒนธรรมและคุณค่าของสภาพแวดล้อม” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 10, 30 ตุลาคม 2564)

“จัดรายการเส้นทางท่องเที่ยวตามรอยประวัติศาสตร์ต่างๆ อาทิ ทัวร์เส้นทางศิลปกรรมล้านนา ชมซากอารยธรรมโบราณสถานต่าง ๆ อนุสาวรีย์/อนุสรณ์สถาน สิ่งปลูกสร้างที่มีคุณค่าและความสำคัญทางประวัติศาสตร์และวัฒนธรรม รวมทั้งส่งเสริมและสนับสนุนให้ชุมชนจัดรายการท่องเที่ยวตามพัฒนาการทางประวัติศาสตร์ของท้องถิ่น โดยมุ่งเน้นให้นักท่องเที่ยวที่เดินทางตามการวางแผน มีความรู้และเข้าใจถึงความเป็นมาของชุมชนได้ลึกซึ้ง” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 11, 2 พฤศจิกายน 2564)

“การท่องเที่ยวลักษณะนี้จะทำให้นักท่องเที่ยวได้เข้าใจว่า แหล่งโบราณสถานต่าง ๆ ที่เขาไปชมมีความเป็นมาตามลำดับเวลาทางประวัติศาสตร์อย่างไรแล้ว ก็ยังทำให้นักท่องเที่ยวได้เข้าใจสถานที่ทางประวัติศาสตร์ได้อย่างลึกซึ้ง นอกจากนี้ ควรมีการจัดอบรมมัคคุเทศก์ชุมชนเพื่อทำความเข้าใจต่อพัฒนาการทางประวัติศาสตร์ของชุมชน และนำมาประยุกต์ก็ย่อมจะทำให้การท่องเที่ยวมีคุณภาพเป็นที่ประทับใจแก่นักท่องเที่ยว โดยเฉพาะนักท่องเที่ยวที่ต้องการศึกษาหาความรู้ทางประวัติศาสตร์” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 12, 3 พฤศจิกายน 2564)

“สร้างเครือข่ายกลุ่มวัดที่มีกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมที่เน้นความเป็นพุทธศิลป์ โดยเป็นสถานที่มีสภาพแวดล้อมสวยงาม ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว มีการสร้างสรรค์ศิลปะตามพระพุทธศาสนาหรือประวัติศาสตร์ท้องถิ่น โดยมีการจัดกิจกรรมที่หลากหลายและสร้างแหล่งเรียนรู้ เพื่อเป็นสิ่งที่ดึงดูดใจให้นักท่องเที่ยวเข้ามาเที่ยวชม ทั้งนี้วัดในเขตภาคเหนือส่วนใหญ่มีกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาที่เอื้อต่อการเรียนรู้และการเที่ยวชม ทำให้กลายเป็นแหล่งท่องเที่ยวทาง

พระพุทธศาสนาที่มีลักษณะโดดเด่นในด้านพุทธศิลปกรรม” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 13, 4 พฤศจิกายน 2564)

“ลักษณะของการเที่ยวชมแหล่งท่องเที่ยว ควรเป็นไปในรูปแบบการชมเมือง (City Tour) โดยการนำนักท่องเที่ยวเที่ยวชม วัด พิพิธภัณฑสถาน ที่ท่องเที่ยวเชิงประวัติศาสตร์และวัฒนธรรม เป็นต้น รวมทั้งควรมีมัคคุเทศก์ชุมชน เพื่ออธิบายให้นักท่องเที่ยวเข้าใจประวัติความเป็นมา เหตุการณ์ทางประวัติศาสตร์เกี่ยวกับความเป็นมาของสถานที่ และความสำคัญของแหล่งท่องเที่ยวนั้นให้กับนักท่องเที่ยว ที่สำคัญเทคนิคการนำเที่ยวควรเน้นความเพลิดเพลินสนุกสนานปะปนไปกับการให้ความรู้ เพราะหากมัคคุเทศก์ไม่มีเทคนิคในการนำเที่ยวโดยเฉพาะกิจกรรมเสริมต่าง ๆ ก็จะทำให้นักท่องเที่ยวเกิดความเบื่อหน่ายได้” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 14, 5 พฤศจิกายน 2564)

“ควรมีการพัฒนาปรับปรุงสภาพภูมิทัศน์โบราณสถานสำหรับการท่องเที่ยว โดยรักษาบรรยากาศที่เป็นไปตามธรรมชาติ หรือจัดภูมิทัศน์ทางด้านประวัติศาสตร์ ซึ่งต้องมีข้อมูลทางวิชาการถึงภูมิทัศน์ดังกล่าวในอดีตเป็นหลักฐานยืนยัน และควรหลีกเลี่ยงการสร้างถนนในบริเวณโบราณสถาน เนื่องจากการสัญจรทำให้เกิดการสั่นสะเทือนและรูปลักษณ์ของถนนที่ไม่เหมาะสมอาจทำลายบรรยากาศของโบราณสถาน” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 15, 7 พฤศจิกายน 2564)

“วัดในเขตภาคเหนือส่วนใหญ่จะมีพุทธศิลป์ที่มีคุณค่าโดดเด่นแตกต่างกันออกไป รูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้ควรเน้นจัดแหล่งเรียนรู้ทางพุทธศิลป์หรือสถาปัตยกรรมต่างๆภายในวัด เพื่อให้นักท่องเที่ยวจะได้คุณค่าทั้งด้านการพักผ่อน การแสวงหาความรู้และการแสวงบุญ ทั้งนี้แหล่งท่องเที่ยวลักษณะนี้มีประโยชน์ทางการใช้สอยเพื่อกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นหลัก โดยทุกวัดได้ดูแลรักษาพุทธศิลป์ของวัดให้คงอยู่ในสภาพเดิม หรือใกล้เคียงกลมกลืนกับสภาพเดิมมากที่สุด นอกจากนี้ วัดยังได้ใช้พุทธศิลป์ทำให้เกิดคุณค่าทางธรรมาปฏิบัติแก่ผู้มาเที่ยวชม รองรับการท่องเที่ยวอย่างมีประสิทธิภาพ” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 16, 8 พฤศจิกายน 2564)

“เนื่องจากพระพุทธศาสนาเป็นแหล่งรวบรวมงานศิลปวิทยาการและความรู้มากมายหลายสาขา ตลอดจนเป็นแหล่งรวมของศิลปกรรมที่มีค่า เช่น โบราณสถาน โบราณวัตถุ และจิตรกรรมฝาผนัง ซึ่งงานศิลปกรรมต่าง ๆ เหล่านี้นับเป็นมรดกทางวัฒนธรรมอันล้ำค่า จึงควรมีการพัฒนาเส้นทางเชื่อมโยงแหล่งท่องเที่ยวรูปแบบนี้กับแหล่งท่องเที่ยวอื่น ๆ ตามตลาดของการท่องเที่ยว อันจะเป็นผลทางอ้อมกับการพิจารณาวัดพื้นบ้านเล็ก ๆ ที่มีคุณลักษณะทางสถาปัตยกรรมและพุทธศิลปกรรมที่น่าสนใจซึ่งอยู่ในพื้นที่ที่มีแนวโน้มว่าอาจขยายเขตของกลุ่มท่องเที่ยวออกไปถึงได้” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 17, 9 พฤศจิกายน 2564)

“วัดเป็นทรัพยากรการท่องเที่ยวที่มีโอกาสดึงดูดนักท่องเที่ยวได้มาก ซึ่งเกิดจากการที่ตัวของวัดเองมีลักษณะทางสถาปัตยกรรมหรือพุทธศิลปกรรมที่น่าสนใจ รูปแบบการท่องเที่ยวควรเน้นกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมที่เน้นความเป็นพุทธศิลป์ เป็นสถานที่ที่มีสภาพแวดล้อมสวยงาม

มีความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว มีการสร้างสรรค์ศิลปะตามพระพุทธศาสนา หรือประวัติศาสตร์ท้องถิ่น ซึ่งเป็นสิ่งที่ดึงดูดใจให้นักท่องเที่ยวเข้ามาเที่ยวชม” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 18, 10 พฤศจิกายน 2564)

“รูปแบบการท่องเที่ยวด้านนี้ควรเน้นกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาที่เอื้อต่อการเรียนรู้และการเที่ยวชมแหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาที่มีลักษณะเด่นในด้านพุทธศิลป์ โดยเฉพาะนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่สนใจเกี่ยวกับพุทธศิลป์ของทางภาคเหนือก็จะนิยมเดินทางมาท่องเที่ยวเพื่อเยี่ยมชมอย่างต่อเนื่อง” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 19, 11 พฤศจิกายน 2564)

“วัดในเขตภาคเหนือตอนบนมีต้นทุนทางวัฒนธรรมสูงมาก เนื่องจากมีคุณค่าทางศิลปะผ่านทางสถาปัตยกรรมภาพเขียนจิตรกรรม จนกระทั่งข้าวของเครื่องใช้ในวัด สิ่งเหล่านี้สะท้อนให้เห็นถึงความเป็นแหล่งวัฒนธรรมของวัดได้อย่างดี รูปแบบการท่องเที่ยวจึงควรจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมความสนใจของนักท่องเที่ยวที่จะศึกษาเรียนรู้พุทธศาสนาผ่านพุทธศิลป์ที่มีความสวยงาม โบสถ์ เจดีย์ และพระพุทธรูปที่มีคุณค่าทางจิตใจ รวมทั้งงานศิลปะประเภทต่าง ๆ ทั้งด้านสถาปัตยกรรม ประติมากรรม และจิตรกรรม” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 20, 12 พฤศจิกายน 2564)

“ควรส่งเสริมการท่องเที่ยวโดยทำให้พระธาตุเจดีย์สำคัญประจำจังหวัดในภาคเหนือถูกนำเสนอในบทบาทและแนวคิดใหม่เพื่อเป็นสัญลักษณ์ทางศาสนาที่ส่งเสริมการท่องเที่ยว ทั้งนี้เมื่อวัฒนธรรมกลายเป็นสินค้าจึงเกิดการจำลองแบบพระธาตุสำคัญมาสร้างครอบพระธาตุระดับท้องถิ่นเพื่อสร้างคุณค่าและความหมายให้มากยิ่งขึ้น เช่น การสร้างพระธาตุเจดีย์องค์ใหม่ครอบองค์เดิมเพื่อให้เกิดความสง่างาม ประกอบการนำเสนอประวัติศาสตร์ท้องถิ่นให้ชัดเจนและมีคุณค่า” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 21, 14 พฤศจิกายน 2564)

“วัดควรเน้นการสร้างภูมิทัศน์ภายในวัดเพื่อเพิ่มความสวยงาม และสร้างพิพิธภัณฑสถานการเรียนรู้เกี่ยวกับศาสตร์ ซึ่งเป็นสิ่งที่ดึงดูดใจให้นักท่องเที่ยวอีกอย่างหนึ่ง ทั้งนี้การพัฒนาด้านสถานที่ของวัดที่สุดอีกประการหนึ่ง คือ การดึงเอาโบราณสถาน และโบราณวัตถุที่มีอยู่ในวัดมาเป็นจุดดึงดูดหลัก คือ การดูแลให้ดีที่สุดและสร้างความเชื่อมโยงไปหาแหล่งท่องเที่ยวอื่น ๆ ที่เป็นแหล่งท่องเที่ยวประเภทเดียวกัน” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 22, 15 พฤศจิกายน 2564)

“รูปแบบการท่องเที่ยวด้านวัฒนธรรมควรมุ่งเน้นการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ ถือว่าเป็นแนวคิดใหม่สำหรับการท่องเที่ยว ซึ่งปัจจุบันการท่องเที่ยวภายในวัดจะเป็นการท่องเที่ยวเชิงศาสนาสร้างความสนใจพิเศษ โดยเฉพาะเรื่องของการเข้าร่วมกิจกรรมทางวัฒนธรรมของชุมชน รวมทั้งการชื่นชมในสุนทรียภาพของโบราณสถาน โบราณวัตถุ อันมีค่า ดังนั้น วัดจึงต้องมีการจัดการท่องเที่ยว เพื่อรองรับนักท่องเที่ยวให้เหมาะสมไม่ให้เกิดกระทบกับทรัพยากรภายในวัด โดยเฉพาะวัดที่มีโบราณสถาน โบราณวัตถุที่เป็นทรัพยากรทางวัฒนธรรมเป็นมรดกของชุมชนและชาติ” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 23, 16 พฤศจิกายน 2564)

“ปัจจุบันในเขตภาคเหนือมีโบราณสถานและศาสนสถานที่สำคัญ งดงาม และโดดเด่นเป็นจำนวนมาก เป็นศาสนสถานี่พุทธศาสนิกชนให้ความเคารพนับถือ อาทิ วัดพระธาตุดอยสุเทพราชวรวิหาร วัดพระธาตุลำปางหลวง และวัดพระธาตุแช่แห้ง เป็นต้น ทำให้ล้านนามีต้นทุนทางทรัพยากรในเชิงประวัติศาสตร์ วัฒนธรรม และศาสนา เป็นแหล่งดึงดูดการท่องเที่ยวเชิงพุทธที่สำคัญของประเทศไทย รูปแบบการท่องเที่ยวควรเน้นการท่องเที่ยวเชิงพุทธ โดยเป็นเสมือนการเดินทางด้วยเหตุผลทางจิตวิญญาณและศาสนา เป็นการเดินทางของจิตใจ เพื่อหล่อเลี้ยงจิตใจของนักท่องเที่ยวผู้เดินทางทำให้ได้ใกล้ชิดกับความจริงสูงสุด” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 24, 17 พฤศจิกายน 2564)

“การที่วัดเป็นสถานที่ท่องเที่ยวเป็นการช่วยเผยแพร่พระพุทธศาสนาทั้งทางตรงและทางอ้อม ลักษณะการท่องเที่ยวรูปแบบนี้จึงควรมีโปรแกรมการท่องเที่ยวหรือปฏิทินกิจกรรมของวัดเพื่อให้นักท่องเที่ยวที่สนใจได้เดินทางมาท่องเที่ยว เพื่อชมสถาปัตยกรรมและความงดงามต่างๆของพุทธศิลป์ภายในวัด ซึ่งจะส่งผลให้นักท่องเที่ยวได้เรียนรู้สิ่งต่างๆทางพระพุทธศาสนามากขึ้น รวมทั้งมีการส่งเสริมให้วัดเป็นสถานที่เรียนรู้ในหลักธรรมคำสอนต่างๆของพระพุทธศาสนาและเป็นสถานที่รวบรวมศิลปกรรมและพุทธศิลป์ต่างๆที่มีคุณค่า” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 25, 19 พฤศจิกายน 2564)

ดังนั้น จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิทั้งหมด จึงพอสรุปเพื่อนำไปจัดทำเป็นร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านวัฒนธรรมได้ว่า รูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้ควรเน้นให้เห็นถึงความโดดเด่นของแหล่งท่องเที่ยววัดที่มีพุทธศิลปกรรมที่เป็นเอกลักษณ์ทั้งในเชิงสถาปัตยกรรม ประติมากรรม จิตรกรรมและพุทธสถานภายในวัดแต่ละแห่ง มีการยกระดับเส้นทางการท่องเที่ยวเชิงพุทธศิลปกรรมให้มีความพร้อมในการจัดการความรู้และการบริการจัดการทรัพยากรอย่างครบวงจร เน้นส่งเสริมการท่องเที่ยวอนุรักษ์เพื่อรักษาสภาพแวดล้อมทางศิลปกรรม และอนุรักษ์งานศิลปกรรมดั้งเดิมให้คงอยู่ ซึ่งจะทำให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวที่ยังทรงคุณค่าและมูลค่าทางมรดกวัฒนธรรม มีการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ทางพุทธศาสนาผ่านพุทธศิลป์เพื่อเชื่อมโยงกับประเพณีทางพระพุทธศาสนาที่ปฏิบัติสืบต่อกันมาเป็นเวลานาน ทำให้นักท่องเที่ยวเกิดความซาบซึ้งในรูปแบบงานศิลปกรรม และเรื่องราวเกี่ยวกับพุทธศิลป์ที่ปรากฏทั้งงานจิตรกรรม ประติมากรรม และสถาปัตยกรรมที่มีการประดับตกแต่งอย่างสวยงาม เชื่อมโยงความเป็นมาของวัฒนธรรมกับชุมชนและให้นักท่องเที่ยวได้ศึกษาเรียนรู้มรดกศิลปกรรมอันวิจิตรงดงาม เพียบพร้อม ด้วยคุณค่าทางศิลปะที่แสดงให้เห็นถึงภูมิปัญญาและความเป็นอัจฉริยะของบรรพบุรุษ มีการพัฒนาวัดและศาสนสถานเป็นศูนย์กลางของการท่องเที่ยว โดยการสร้างพิพิธภัณฑ์ให้เป็นแหล่งรวบรวมงานศิลปกรรมที่มีค่า เช่น โบราณสถาน โบราณวัตถุ และจิตรกรรมฝาผนัง ซึ่งงานศิลปกรรมต่าง ๆ เหล่านี้นับเป็นมรดกทางวัฒนธรรมอันล้ำค่า เพื่อให้นักท่องเที่ยวได้เรียนรู้ และเกิดความภาคภูมิใจในการอนุรักษ์ นอกจากนี้ควรสร้างเครือข่ายกลุ่มวัดที่มีกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมที่เน้นความเป็นพุทธศิลป์ โดยเป็น

สถานที่ที่มีสภาพแวดล้อมสวยงาม มีความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว มีการสร้างสรรค์ศิลปะตาม พระพุทธศาสนาหรือประวัติศาสตร์ เพื่อเป็นสิ่งที่ดึงดูดใจให้นักท่องเที่ยวเข้ามาเที่ยวชม

2) รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านศรัทธาธรรม

การท่องเที่ยวด้านศรัทธาธรรม เป็นลักษณะการเดินทางท่องเที่ยวที่เกิดจากความเชื่อและความศรัทธาที่นักท่องเที่ยวมีต่อเกจิอาจารย์และความเชื่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ หรือต่อสิ่งต่าง ๆ ที่เชื่อว่าสิ่งนั้นจะสามารถบันดาลให้ตนมีความสุขในชีวิต อันเป็นความเชื่อที่มนุษย์มีต่อสิ่งที่อยู่เหนือธรรมชาติที่อยู่คู่กับสังคมไทยมาอย่างยาวนาน จนเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตคนสู่การกำหนดเป็นสิ่งสูงสุดที่ต้องเคารพนับถือ และกลายเป็นรูปแบบของการประกอบพิธีกรรม เพื่อการอ้อนวอนหรือขอความช่วยเหลือจากสิ่งที่อยู่เหนือธรรมชาติ โดยแสดงออกมาในลักษณะความสัมพันธ์กับวิถีชีวิตของบุคคลในชุมชน ทั้งในด้านกายภาพ ด้านการประกอบอาชีพ ด้านความเป็นอยู่ ความปลอดภัย ด้านจิตใจและด้านความสัมพันธ์ทางสังคม

ในประเด็นเกี่ยวกับรูปแบบการท่องเที่ยวด้านศรัทธาธรรมนี้ ผู้ทรงคุณวุฒิได้ให้สัมภาษณ์แตกต่างกันไป บางท่านเห็นว่า รูปแบบการท่องเที่ยวควรเน้นไปที่ความศรัทธาที่ประกอบปัญญา มากกว่าศรัทธาที่เป็นเพียงพิธีกรรม ส่วนบางท่านกลับเห็นว่า การท่องเที่ยวที่มีจุดประสงค์เพื่อกราบไหว้ขอพรจากพระสงฆ์หรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เป็นความเชื่อความศรัทธาส่วนบุคคลเพียงต้องการความสุขหรือความสบายใจเท่านั้น ดังนั้น จึงจะได้นำเสนอแนวความคิดที่หลากหลายของผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อนำมาจัดทำเป็นร่างรูปแบบการท่องเที่ยวด้านศรัทธาธรรม ดังนี้

“รูปแบบควรมีการดำเนินการจัดแคมเปญกระตุ้นการท่องเที่ยวเชิงศาสนาในทุกมิติ เพื่อเอาใจนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุและพุทธศาสนิกชนสายมูเตลูที่มีกำลังทรัพย์ ซึ่งออกมาท่องเที่ยวตามแหล่งท่องเที่ยวของวัดด้วยความเชื่อความศรัทธาต่อพระสงฆ์หรือต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ โดยการพาไปไหว้พระสักการะเพื่อเสริมมงคลชีวิต เสริมดวงชะตาในด้านเมตตามหานิยมนำพาชีวิตรุ่งเรือง เจริญก้าวหน้า ช่วยให้ชีวิตมีที่ยึดเหนี่ยวทาง หมั่นฝึกตนพัฒนาด้านจิตใจ ชีวิตจะได้รอดพ้นจากภัยอันตรายต่าง ๆ เป็นการเดินตามรอยแบบอย่างพระสงฆ์ที่เป็นเกจิอาจารย์นั่นเอง” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1, 15 ตุลาคม 2564)

“ลักษณะการท่องเที่ยวรูปแบบนี้ควรเน้นจัดกิจกรรมทางศาสนาเพื่อเสริมสร้างความศรัทธาตามความเชื่อของแต่ละชุมชนในพื้นที่ต่างๆของแหล่งท่องเที่ยวให้เกิดขึ้น เพื่อให้นักท่องเที่ยวทั่วไปและนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมหรือพิธีกรรมที่วัดกับชุมชนได้ดำเนินการ ทั้งนี้ การประกอบพิธีกรรมเพื่อช่วยให้นักท่องเที่ยวผ่อนคลายความวิตกกังวลจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ด้วยความศรัทธา รวมทั้งนักท่องเที่ยวก็มีความคาดหวังว่าพระสงฆ์หรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่

ตนเองนับถือ จะช่วยบันดาลให้ตนเองประสบความสำเร็จในชีวิตและการประกอบอาชีพ” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2, 18 ตุลาคม 2564)

“โดยทั่วไปวิถีชีวิตของผู้สูงอายุจะมีความผูกพันใกล้ชิดกับพระพุทธศาสนา ทั้งนี้เนื่องจากพระพุทธศาสนามีหลักธรรมที่เป็นภูมิปัญญาและแนวทางในการดูแลสุขภาพทางจิตสำหรับผู้สูงอายุ สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพจิตของผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งผู้สูงอายุจะมีความเชื่อในบาปกรรมมากกว่าคนรุ่นปัจจุบัน จึงทำให้การท่องเทียวเชิงแสวงบุญตามความเชื่อความศรัทธาวิถีนั่นน่าจะเป็นจุดเริ่มต้นสิ่งใหม่ๆกับกลุ่มผู้สูงอายุ เพื่อที่จะได้ตอบสนองต่อความต้องการของคนกลุ่มนี้ รูปแบบการท่องเทียวจึงควรมีลักษณะที่มุ่งเน้นเสริมสร้างความศรัทธาและส่งเสริมให้เกิดจากความใกล้ชิดกับพระพุทธศาสนาเป็นเบื้องต้น จากนั้นจึงนำหลักพุทธธรรมมาบูรณาการประยุกต์ใช้ ซึ่งจะสามารถทำให้นักท่องเทียวผู้สูงอายุเข้าใจทั้งความศรัทธาทงพระพุทธศาสนาและหลักธรรมะไปพร้อมกัน” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3, 19 ตุลาคม 2564)

“นักท่องเทียวผู้สูงอายุโดยส่วนใหญ่จะมีความเชื่อความศรัทธาต่อพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะศรัทธาต่อคำสอนของพระพุทธศาสนา เมื่อผู้สูงอายุทุกขใจหรือมีเวลาว่าง จะนิยมไปที่วัด เพราะเป็นสถานที่ทำให้รู้สึกสบายใจที่ได้เข้าวัดฟังธรรม ทำบุญทำทาน รูปแบบการท่องเทียวจึงควรมุ่งเน้นการเสริมสร้างศรัทธาแก่ผู้สูงอายุ โดยการจัดกิจกรรมที่หลากหลายให้ผู้สูงอายุได้เข้ามาเข้ามาฟังเทศน์และทำบุญในเทศกาลและวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาอย่างต่อเนื่อง” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 4, 20 ตุลาคม 2564)

“ความศรัทธาต่อพระพุทธศาสนาทำให้นักท่องเทียวผู้สูงอายุเดินทางแสวงบุญไปตามแหล่งท่องเทียวทางพระพุทธศาสนาในพื้นที่ต่างๆ ซึ่งเป็นที่นิยมในกลุ่มผู้สูงอายุ ลักษณะการท่องเทียวเชิงแสวงบุญบนฐานของความศรัทธาต่อพระพุทธศาสนาจึงเหมาะกับผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก เพราะการทำบุญทำทานนั้นมักจะเป็นเหตุผลหลักที่นักท่องเทียวยึดถือปฏิบัติเพื่อให้ตนเองและครอบครัวสบายใจ ดังนั้น ลูกหลานที่ต้องการจะพาพ่อแม่หรือผู้สูงอายุในครอบครัวไปพักผ่อนเพื่อความสบายใจและการพักผ่อนทางจิตใจนั้น ควรพาไปสักการะพระสงฆ์ที่ครอบครัวนับถือหรือแหล่งท่องเทียวที่ครอบครัวมีความเชื่อความศรัทธา ซึ่งรูปแบบนั้นควรเป็นไปในลักษณะการเดินทางท่องเทียวเป็นครอบครัว” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 5, 21 ตุลาคม 2564)

“นักท่องเทียวผู้สูงอายุที่มีความศรัทธาและสนใจการเข้าท่องเทียวภายในวัดมีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว รูปแบบการท่องเทียวจึงควรมีการดำเนินการให้เหมาะสมกับความต้องการและเหมาะสม โดยการพัฒนาตลาดท่องเทียวทำบุญไหว้พระในลักษณะของทริปแสวงบุญเพื่อเป็นตลาดท่องเทียวเฉพาะกลุ่มสำหรับผู้สูงอายุ โดยอาศัยกระแสความเลื่อมใสของความเชื่อความศรัทธาในการทำบุญไหว้พระและสักการะสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เพื่อความเป็นสิริมงคลแก่ชีวิตของตนเองและครอบครัว” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 6, 23 ตุลาคม 2564)

“การจัดการแหล่งท่องเที่ยวของวัดให้เป็นไปตามความเชื่อและความศรัทธาของผู้สูงอายุโดยเน้นทิวทัศน์ทิวพระ ยังเป็นจุดขายของการท่องเที่ยวไทยที่สามารถดึงดูดนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุได้ อาทิ รายการทิวพระที่วัดร่องขุน จังหวัดเชียงราย เป็นต้น ซึ่งสามารถดึงดูดนักท่องเที่ยวเดินทางเข้ามาเพิ่มขึ้นจำนวนมากจากกระแสความศรัทธาในพระพุทธศาสนา” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 7, 25 ตุลาคม 2564)

“นักท่องเที่ยวที่มาท่องเที่ยวจะมีความเชื่อความศรัทธาต่อแหล่งท่องเที่ยวในแต่ละพื้นที่แตกต่างกันไปและมีความหลากหลาย โดยเฉพาะพื้นที่ศักดิ์สิทธิ์ที่มีความเกี่ยวข้องกับเรื่องเล่าหรือตำนานโบราณ ซึ่งชุมชนได้สร้างความหมายให้แก่พื้นที่ที่มีความสำคัญในชุมชนผ่านการผูกเรื่องราวตำนานในอดีต เป็นเรื่องราวเล่าขานต่อกันมาจนกลายเป็นความเชื่อในพื้นที่ศักดิ์สิทธิ์จนถึงปัจจุบัน จึงทำให้เกิดรูปแบบการท่องเที่ยวทางด้านความเชื่อต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ทั้งนี้ควรมีการนำเรื่องราวต่างๆ ดังกล่าวไปสร้างเป็นสตอรี่ที่น่าสนใจสำหรับให้นักท่องเที่ยวได้เรียนรู้ควบคู่กับความเชื่อความศรัทธาต่อพระพุทธศาสนา” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 8, 26 ตุลาคม 2564)

“รูปแบบของแหล่งท่องเที่ยวที่เกี่ยวข้องกับความศรัทธา ความเชื่อหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์มีความน่าสนใจสำหรับให้นักท่องเที่ยวมาเรียนรู้ การจัดการท่องเที่ยวจึงควรมีลักษณะของการจัดกิจกรรมทางศาสนาและสร้างแหล่งเรียนรู้บนเส้นทางพื้นที่สิ่งศักดิ์สิทธิ์ โดยการแสดงร่องรอยหรือสัญลักษณ์ที่ถูกทำให้เชื่อว่าเป็นร่องรอยศักดิ์สิทธิ์ปรากฏอยู่และมีความเกี่ยวข้องกับตำนานในพื้นที่” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 9, 29 ตุลาคม 2564)

“การท่องเที่ยวตามความเชื่อและศรัทธานั้นจะมีพิธีกรรมเข้ามาเกี่ยวข้อง พิธีกรรมนับว่าเป็นสิ่งสำคัญที่มีอยู่ทุก ๆ สังคมและศาสนาในสังคมนั้น ๆ เพราะพิธีกรรมเป็นเครื่องหล่อเลี้ยงศาสนาให้ดำรงอยู่ อีกทั้งยังเป็นแหล่งก่อให้เกิดประเพณีและวัฒนธรรมของแต่ละสังคมอีกด้วย แต่ก็ไม่ควรเน้นที่พิธีกรรมมากเกินไปจนลืมนั่นแก่นแท้ของพระพุทธศาสนา รูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้จึงควรมีลักษณะที่มีทั้งพิธีกรรมและพิธีกรรมประกอบกัน ให้นักท่องเที่ยวมีความเชื่อและศรัทธาที่ประกอบด้วยปัญญา” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 10, 30 ตุลาคม 2564)

“รูปแบบการท่องเที่ยวควรให้นักท่องเที่ยวเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมตามความเชื่อและความศรัทธาของแต่ละคน เพราะพิธีกรรมนับว่าเป็นผลมาจากความเชื่อของมนุษย์ เมื่อเชื่อในสิ่งใดก็มักจะให้ความศรัทธาและ बनบานเพื่อขอความช่วยเหลือจากสิ่งเหล่านั้น ไม่ว่าจะสิ่งดังกล่าวจะอำนวยประโยชน์ให้หรือไม่ก็ตาม และกลายเป็นพิธีกรรมเพื่อความศักดิ์สิทธิ์ในสิ่งที่ตนนับถือ” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 11, 2 พฤศจิกายน 2564)

“รูปแบบการท่องเที่ยวควรมีการจัดทำแคมเปญการท่องเที่ยวในด้านความเชื่อความศรัทธา โดยเน้นการท่องเที่ยวเสริมชะตาและสักการะพระเกจิครูบาในเขตภาคเหนือ เพื่อช่วยกระตุ้นเศรษฐกิจและส่งเสริมการท่องเที่ยวสร้างรายได้ให้กับชุมชนและผู้ประกอบการระดับท้องถิ่น

และยังเป็นการรณรงค์และเผยแพร่ในด้านศิลปวัฒนธรรมและความศรัทธาควบคู่กันไปด้วย” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 12, 3 พฤศจิกายน 2564)

“การท่องเที่ยววัดจะต้องเน้นการประชาสัมพันธ์ การดูแลสถานที่เหล่านี้ให้คงสภาพดี และมีความสอดคล้องกับมาตรการส่งเสริมการท่องเที่ยว ซึ่งจะสามารถสนับสนุนให้เกิดการท่องเที่ยว และสร้างมูลค่าเพิ่มให้แก่เศรษฐกิจได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้การท่องเที่ยวรูปแบบทางด้านศาสนา และความเชื่อเป็นเรื่องละเอียดอ่อน จึงต้องมีความระมัดระวังในการกำหนดกิจกรรมการท่องเที่ยวให้เหมาะสม โดยคำนึงถึงบริบทความเชื่อและวัฒนธรรมในแต่ละท้องถิ่น เพื่อหลีกเลี่ยงความขัดแย้งและ บิดเบือนข้อเท็จจริงที่อาจเกิดขึ้นได้” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 13, 4 พฤศจิกายน 2564)

“ปัจจุบันการท่องเที่ยวประเภทวัดในทางภาคเหนือกำลังได้รับความนิยมมากขึ้นในรูปแบบ การเดินทางท่องเที่ยว หรือที่รู้จักในลักษณะของทัวร์ท่องเที่ยวตามวัดต่างๆ โดยใช้ศาสนสถานศาสนา วัตถุและเรื่องราวที่เกี่ยวกับพระสุปฏิปันโนหรือเกจิอาจารย์ซึ่งเป็นสิ่งดึงดูดทางการท่องเที่ยว ทำให้นักท่องเที่ยวเกิดความเชื่อความศรัทธา การท่องเที่ยวลักษณะดังกล่าวจึงควรเป็นรูปแบบการจัด กิจกรรมทัวร์ธรรมะไหว้พระธาตุเจดีย์ ไหว้พระพุทธรูปคู่บ้านคู่เมือง รวมทั้งการเดินทางแสวงบุญไป ไหว้รูปเหมือนพระอริยสงฆ์หรือครูบาทางภาคเหนือ เช่น ครูบาศรีวิชัย ครูบาขาวปี เป็นต้น” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 14, 5 พฤศจิกายน 2564)

“รูปแบบการท่องเที่ยวด้านความเชื่อความศรัทธา ควรสร้างสรรค์และนำเสนอเส้นทางท่องเที่ยวที่เป็นศูนย์กลางแห่งความศรัทธาทางศาสนา ความเชื่อ และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ในพื้นที่ เพื่อนำไปสู่ การสร้างงานสร้างรายได้ทางการท่องเที่ยวและเพิ่มวันพักค้าง ซึ่งจะเป็นการหมุนเวียนทางเศรษฐกิจ ฐานรากสู่ชุมชนและท้องถิ่น โดยการจัดกิจกรรมรูปแบบศรัทธาธรรมนำทางเส้นทางนำเที่ยว และ จัดทำเส้นทางแห่งสายธารศรัทธาเพื่อเสริมสิริมงคล ความรุ่งเรืองแห่งชีวิตของนักท่องเที่ยว ให้ สามารถเชื่อมโยงแหล่งท่องเที่ยวในชุมชนที่มีศักยภาพและแหล่งท่องเที่ยวอื่น ๆ” (สัมภาษณ์ ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 15, 7 พฤศจิกายน 2564)

“สถานที่ที่ได้ชื่อในเรื่องความศักดิ์สิทธิ์ทางภาคเหนือ ยังคงเป็นสถานที่ท่องเที่ยวอดฮิต ที่ผู้คนทั่วไปนิยมไปไหว้หรือขอพร โดยเฉพาะในหมู่ “สายมู” หรือ “มูเตลู” กลุ่มคนหนุ่มสาวที่นิยม ตระเวนไหว้พระขอพรตามสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ต่าง ๆ เพื่อเสริมมงคลเสริมดวงชะตา รูปแบบการ ท่องเที่ยวลักษณะนี้จะเน้นไปที่การขอพรให้ตนเองและครอบครัวมีความสุข ประสบผลสำเร็จในชีวิต และหน้าที่การงาน โดยแต่ละวัดจะมีพิธีกรรมหรือกิจกรรมด้านนี้แตกต่างกันไป ทั้งนี้ในทางภาคเหนือ แต่ละวัดก็จะมีพระพุทธรูปพระเจ้าทันใจที่นักท่องเที่ยวนิยมกราบไหว้และขอพร ” (สัมภาษณ์ ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 16, 8 พฤศจิกายน 2564)

“กลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่มีความเชื่อความศรัทธาต่อพระอริยสงฆ์หรือครูบาในทาง ภาคเหนือจะเข้าไปกราบไหว้เพื่อกราบนมัสการหรือการสนทนาธรรม การท่องเที่ยวลักษณะนี้เป็น

รูปแบบการท่องเที่ยวหนึ่งที่ได้รับคามนิยมของนักท่องเที่ยวทุกกลุ่ม ทำให้เกิดรายได้จากการเช่าบูชา วัตถุมงคล พระเครื่อง และเครื่องรางของขลังต่าง ๆ ของพระสงฆ์ที่ตนเองนับถือ รูปแบบการท่องเที่ยว จึงเน้นไปที่การแสวงหาวัตถุมงคลสำหรับนักท่องเที่ยวที่มีความศรัทธาในพระเครื่อง ทำให้เกิดรายได้ ต่อวัดและชุมชนในพื้นที่” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 17, 9 พฤศจิกายน 2564)

“รูปแบบการท่องเที่ยวที่น่าสนใจสำหรับนักท่องเที่ยว คือ การจัดทริปปั่นจักรยานท่องเที่ยว ตามเส้นทางแหล่งท่องเที่ยววิถีพุทธวิถีธรรม ทั้งโปรแกรมระยะสั้นและระยะยาว ซึ่งจะทำให้ นักท่องเที่ยวได้สัมผัสบรรยากาศแห่งศรัทธาที่แฝงไปด้วยเสน่ห์และอัตลักษณ์ท้องถิ่นของวัดและชุมชน ที่มีการดำเนินชีวิตตามวิถีพุทธที่เข้มแข็ง รวมทั้งจะได้สัมผัสกับกลิ่นอายวัฒนธรรมและโบราณสถาน อันศักดิ์สิทธิ์ เพื่อเพิ่มพูนศรัทธาปสาทะให้เกิดขึ้นเป็นสิริมงคลแก่ตนเอง” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 18, 10 พฤศจิกายน 2564)

“เนื่องจากในภาคเหนือจะมีพระอาจารย์ที่เป็นเกจิอาจารย์หรือครูบา ซึ่งเป็นที่นับถือ ของชาวบ้านทั่วไป บางรูปก็จะมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของประชาชนทั่วประเทศ จนมีคนเลื่อมใสศรัทธา เป็นจำนวนมาก ซึ่งสังเกตได้จากวัดแต่ละแห่งจะมีพระสงฆ์ที่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบอยู่ ทำให้ประชาชน เป็นจำนวนมากเดินทางไปกราบไหว้ขอพรหรือสนทนาธรรมด้วย รวมถึงนักท่องเที่ยวที่ให้ความเคารพ และนับถือในตัวครูบาแต่ละรูปจากการประพฤติปฏิบัติที่แต่ละรูปได้ทำความดีเป็นประโยชน์แก่ ส่วนรวมตลอดมา เช่น ครูบาศรีวิชัย เป็นต้น จากปรากฏการณ์ดังกล่าวทำให้เกิดแหล่งท่องเที่ยว วัดที่เคยเป็นที่จำพรรษาของครูบาขึ้น รูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้จึงควรจัดกิจกรรมโดยให้ ความสำคัญกับการนำหลักธรรมคำสอนของครูบาที่ตนเองนับถือไปประพฤติปฏิบัติในชีวิตประจำวัน” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 19, 11 พฤศจิกายน 2564)

“รูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้ควรเน้นการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมและการบริการ สำหรับผู้สูงอายุ โดยจัดพิพิธภัณฑสถานเรียนรู้ที่เกี่ยวข้องกับประวัติและผลงานของครูบา เพื่อให้ นักท่องเที่ยวที่มีความศรัทธาและเคารพนับถือได้ศึกษาหลักธรรมและแนวปฏิบัติสำหรับนำไปเป็น แบบอย่างในการดำเนินชีวิตต่อไป” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 20, 12 พฤศจิกายน 2564)

“การท่องเที่ยวตามความเชื่อความศรัทธาของนักท่องเที่ยวเป็นรูปแบบที่สร้างความสุข ความสบายใจแก่นักท่องเที่ยวโดยเฉพาะผู้สูงอายุ เนื่องจากได้ไปแหล่งท่องเที่ยวที่มีความสงบ โดย รูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้จะมีการจัดโปรแกรมเส้นทางท่องเที่ยวเพื่อตามรอยและสักการะสิ่ง ที่ตนเองนับถือ วัดจึงต้องให้ความสำคัญกับการสร้างอัตลักษณ์ของแหล่งท่องเที่ยวผ่านสื่อสมัยใหม่เพื่อ เป็นสิ่งดึงดูดใจนักท่องเที่ยว” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 21, 14 พฤศจิกายน 2564)

“ควรมีการกำหนดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับแหล่งท่องเที่ยวให้อยู่ในปฏิทินการท่องเที่ยว ของจังหวัด โดยยังคงรักษารูปแบบตามความเชื่อความศรัทธาและพิธีกรรมเดิมไว้ นอกจากนี้ควร ศึกษาเกี่ยวกับประวัติครูบาท่านอื่น ๆ ที่มีชื่อเสียงและไม่มีชื่อเสียง ด้วยการเพิ่มเส้นทางท่องเที่ยว

ด้วยความศรัทธาเพื่อสักการะครุบาท่านอื่นๆในพื้นที่ภาคเหนือ” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 22, 15 พฤศจิกายน 2564)

“รูปแบบควรมีการจัดวางระบบการจัดการเส้นทางท่องเที่ยวแสวงบุญต้นแบบบนฐานของความเชื่อความศรัทธาให้กับวัดและชุมชน เพื่อรองรับความต้องการของการท่องเที่ยวเชิงศาสนา รวมทั้งสร้างความเชื่อมโยงและความเท่าเทียมในการแสวงหาโอกาส บนพื้นฐานของการพัฒนาการท่องเที่ยวในมิติทางศาสนาสำหรับนักท่องเที่ยวทั่วไปและนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 23, 16 พฤศจิกายน 2564)

“การท่องเที่ยวเชิงศาสนาที่เน้นศรัทธาและความเชื่อของท้องถิ่นในเขตภาคเหนือ เช่น ความเชื่อตามตำนานพระธาตุประจำปีเกิดหรือความเชื่อเรื่องธาตุ 12 ราศีความเชื่อ ตามคัมภีร์พระเจ้าสิบโลกของล้านนา หรือตำนานการเสด็จเยือนดินแดนภาคเหนือของพระพุทธเจ้า ตำนานบูชาพระธาตุเก้าจอมที่เป็นสถานที่เก็บพระบรมสารีริกธาตุของพระสัมมาสัมมาพุทธเจ้า ตำนานหรือความเชื่อประจำท้องถิ่นต่าง ๆ ซึ่งวัดที่มีแหล่งท่องเที่ยวลักษณะนี้จะมีเอกลักษณ์ที่เป็นวัดแห่งศรัทธา บารมีตามคติทางพระพุทธศาสนา ส่งผลให้เกิดการจาริกแสวงบุญของผู้คนจากท้องถิ่นต่าง ๆ ให้เดินทางท่องเที่ยวเชิงพุทธไปนมัสการพระธาตุอย่างสม่ำเสมอ” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 24, 17 พฤศจิกายน 2564)

“การท่องเที่ยวเชิงพุทธตามความเชื่อความศรัทธาในล้านนาเป็นการเดินทางไปเพื่อจุดประสงค์ในการสร้างสมบุญกุศลตามความเชื่อและศรัทธาทางพระพุทธศาสนา ซึ่งก็คือการไปนมัสการสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ในที่ต่าง ๆ อาทิ วัดสำคัญที่เกี่ยวข้องกับปีเกิด การแสวงบุญนอกจากจะได้บุญแล้วยังถือเป็นบุญพิเศษ วิถีชาวพุทธในล้านนามีความผูกพันกับพระธาตุ ในอดีตพระธาตุองค์ใดที่มีชื่อเสียง มีตำนานกล่าวถึง เมื่อถึงประเพณีการขึ้นธาตุ คือประเพณีไหว้พระธาตุมาถึงศรัทธาประชาชนจากต่างบ้านต่างเมืองก็จะพากันเดินทางไปสักการบูชา” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 25, 19 พฤศจิกายน 2564)

ดังนั้น จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิทั้งหมด จึงพอสรุปเพื่อนำไปจัดทำเป็นร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านศรัทธาธรรมได้ว่า ลักษณะของรูปแบบการท่องเที่ยวควรเน้นการจัดกิจกรรมและจัดแคมเปญกระตุ้นการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานในทุกมิติของศาสนา ทั้งมิติด้านพิธีกรรมที่เปรียบเสมือนเปลือกต้นไม้และมิติด้านหลักธรรมที่เปรียบเสมือนแก่นต้นไม้ จัดโปรแกรมให้นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุและพุทธศาสนิกชนสายมูเตลูที่มีกำลังทรัพย์ ซึ่งออกมาท่องเที่ยวตามแหล่งท่องเที่ยวของวัดด้วยความเชื่อความศรัทธาต่อพระสงฆ์หรือต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ โดยการพาไปไหว้พระสักการะเพื่อเสริมมงคลชีวิต เสริมดวงชะตาในด้านเมตตามหานิยม นำพาชีวิตรุ่งเรืองเจริญก้าวหน้า จัดกิจกรรมนำหลักพุทธธรรมมาบูรณาการประยุกต์ใช้ทำให้นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุเกิดความศรัทธาที่ประกอบด้วยปัญญาสำหรับนำหลักธรรมไปสู่การปฏิบัติใน

ชีวิตประจำวัน มีการจัดกิจกรรมที่หลากหลายให้ผู้สูงอายุได้เข้ามาเข้ามาฟังเทศน์และทำบุญใน เทศกาลและวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาอย่างต่อเนื่อง โดยรูปแบบนั้นควรเป็นไปในลักษณะ การเดินทางท่องเที่ยวเป็นครอบครัว ทั้งนี้ นักท่องเที่ยวที่มาท่องเที่ยวจะมีความเชื่อความศรัทธาต่อ แหล่งท่องเที่ยวในแต่ละพื้นที่แตกต่างกันไป โดยเฉพาะพื้นที่ศักดิ์สิทธิ์ที่มีความเกี่ยวข้องกับเรื่องเล่า หรือตำนานโบราณ จึงควรมีการนำเรื่องราวต่าง ๆ ดังกล่าวไปสร้างเป็นสตอรี่ที่น่าสนใจสำหรับให้ นักท่องเที่ยวได้เรียนรู้ควบคู่กับความเชื่อความศรัทธาต่อพระพุทธศาสนา มีการสร้างแหล่งเรียนรู้บน เส้นทางพื้นที่ศักดิ์สิทธิ์ โดยการแสดงร่องรอยหรือสัญลักษณ์ที่ถูกทำให้เชื่อว่าเป็นร่องรอยศักดิ์สิทธิ์ ปรากฏอยู่และมีความเกี่ยวข้องกับตำนานในพื้นที่ แต่การท่องเที่ยวรูปแบบทางด้านศาสนาและ ความเชื่อเป็นเรื่องละเอียดอ่อน จึงต้องมีความระมัดระวังในการกำหนดกิจกรรมการท่องเที่ยวให้ เหมาะสม โดยคำนึงถึงบริบทความเชื่อและวัฒนธรรมในแต่ละท้องถิ่น เพื่อหลีกเลี่ยงความขัดแย้งและ บิดเบือนข้อเท็จจริงที่อาจเกิดขึ้นได้ นอกจากนี้ การท่องเที่ยวลักษณะดังกล่าวควรเป็นรูปแบบการจัด กิจกรรมทัวร์ธรรมะไหว้พระธาตุเจดีย์ ไหว้พระพุทธรูปคู่บ้านคู่เมือง รวมทั้งการเดินทางแสวงบุญไป ไหว้รูปเหมือนพระอริยสงฆ์หรือครูบาทางภาคเหนือ เช่น ครูบาศรีวิชัย ครูบาขาวปี เป็นต้น ซึ่งทำให้ เกิดการเข้าบูชาวัตถุมงคล ทั้งพระเครื่อง และเครื่องรางของขลังต่างๆ ของพระสงฆ์ที่ตนเองนับถือทำ ให้เกิดรายได้ต่อวัดและชุมชนในพื้นที่

3) รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านประเพณีและ ศิลปวัฒนธรรม

การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านประเพณีและศิลปวัฒนธรรม จะเป็น ลักษณะของการท่องเที่ยวตามเทศกาลและวันสำคัญของวัฒนธรรมประเพณีในพื้นที่ และวันสำคัญ ทางพระพุทธศาสนา นักท่องเที่ยวจะได้เข้าร่วมกิจกรรมการท่องเที่ยวที่มีความเกี่ยวข้องกับศิลปกรรม ที่มีอยู่ภายในวัด และที่อาศัยความเป็นเอกลักษณ์ด้านวิถีชีวิต ภูมิปัญญา วัฒนธรรม ประเพณี ความต่อเนื่องของการสืบสานประเพณีเป็นเครื่องดึงดูดใจในการเที่ยวชม โดยเฉพาะนักท่องเที่ยว ผู้สูงอายุจะได้สัมผัสกลิ่นอายของบรรยากาศแบบดั้งเดิมทางประเพณีและวัฒนธรรมที่แหล่งท่องเที่ยว แต่ละแห่งได้จัดขึ้น เพื่อเป็นการอนุรักษ์ สืบสานและต่อยอดสำหรับให้อนุชนรุ่นหลังได้สืบต่อ

ทั้งนี้ ในประเด็นเกี่ยวกับรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้าน ประเพณีและศิลปวัฒนธรรมนี้ ผู้ทรงคุณวุฒิได้ให้สัมภาษณ์ไว้อย่างหลากหลาย คณะผู้วิจัยจึงได้เสนอ ข้อมูลการสัมภาษณ์ เพื่อนำไปจัดทำเป็นร่างรูปแบบการท่องเที่ยวด้านประเพณีและศิลปวัฒนธรรม ต่อไป ดังนี้

“การท่องเที่ยวลักษณะนี้ควรมีการจัดกิจกรรมการท่องเที่ยวชมบริเวณวัดที่มีความงดงาม ทางด้านพุทธศิลปกรรมแบบเถรวาทของล้านนา ซึ่งมีเอกลักษณ์และความงดงามเฉพาะตน สอดคล้อง

กับศิลปวัฒนธรรมและประเพณีของท้องถิ่นล้านนาที่ได้รับการสืบทอดมาอย่างยาวนาน สามารถดึงดูดความสนใจของนักท่องเที่ยว นอกจากนี้ ควรมีลักษณะที่ยังคงอนุรักษ์วัฒนธรรมที่มีคุณค่าของล้านนา และสืบทอดประเพณีท้องถิ่นทางด้านศาสนา อาทิ พิธีกรรมห่มผ้ากาสาวพัสตร์ให้แก่องค์ศาสนสถาน เช่น อุโบสถ องค์เจดีย์ และพระพุทธรูปที่สำคัญเพื่อถวายเป็นพุทธบูชาตามจารีตของชาวเหนือ” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1, 15 ตุลาคม 2564)

“ลักษณะของศิลปกรรมแขนงต่าง ๆ มักเกิดขึ้นในวัด โดยเฉพาะศาสนสถานทางพระพุทธศาสนาในล้านนา ถูกสร้างสรรค์ขึ้นเป็นไปตามพุทธปรัชญาแบบเถรวาทและพระพุทธศาสนาแบบพื้นเมืองล้านนา ซึ่งมีส่วนช่วยให้เกิดศิลปวัฒนธรรม ขนบประเพณีแบบสังคมจารีตอันงดงาม รูปแบบการท่องเที่ยวพุทธศิลปกรรมแบบท้องถิ่นของล้านนาก็ จึงควรมีการจัดกิจกรรมวิถีพุทธให้นักท่องเที่ยวได้ตระหนักและเล็งเห็นถึงความสำคัญในการจรรโลงศิลปวัฒนธรรมและประเพณีทางพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะวัฒนธรรมทางพระพุทธศาสนาแบบพื้นเมืองล้านนาจะขัดเกลาจิตใจ และเสริมสร้างบุคลิกภาพของชาวล้านนาให้มีความอ่อนโยน สุขุม นุ่มนวล มีอัธยาศัย ไมตรีถ้อยทีถ้อยอาศัย จนกลายเป็นคุณสมบัติอันประเสริฐที่มรดกตกทอดจากรุ่นสู่รุ่นของชาวล้านนา” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2, 18 ตุลาคม 2564)

“การท่องเที่ยวเชิงพุทธกับศิลปวัฒนธรรมทางศาสนาของอาณาจักรล้านนามีความเกี่ยวเนื่องกันมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน โดยพุทธอาณาจักรในอดีตจะมีภาษา ตัวหนังสือ วัฒนธรรม และประเพณีเป็นของตนเอง มีพุทธสถาน โบราณสถานต่าง ๆ ในเขตวัดวาอารามของชาวล้านนา เช่น โบสถ์ วิหาร เจดีย์ มากมาย ซึ่งศาสนสถานเหล่านี้ยังดำรงไว้ซึ่งความสำคัญต่อพุทธศาสนิกชนชาวล้านนาได้ใช้ประกอบพิธีกรรมอันศักดิ์สิทธิ์ทางศาสนาและความเชื่อท้องถิ่นที่สืบทอดกันมาตั้งแต่อดีตจนกระทั่งปัจจุบัน” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3, 19 ตุลาคม 2564)

“ลักษณะของการท่องเที่ยวในรูปแบบนี้ควรเน้นกิจกรรมหรือโปรแกรมการเดินทางท่องเที่ยวเพื่อให้นักท่องเที่ยวได้ชมงานประเพณีต่าง ๆ ที่ทางวัดหรือชาวบ้านในท้องถิ่นนั้น ๆ จัดขึ้น ทำให้ได้รับความเพลิดเพลินตื่นตาตื่นใจในสุนทรียะศิลป์จากศิลปวัฒนธรรมของท้องถิ่น และได้รับความรู้มีความเข้าใจต่อสภาพสังคมและวัฒนธรรมล้านนา ซึ่งจะทำให้นักท่องเที่ยวจะมีประสบการณ์ใหม่ๆ เพิ่มขึ้น บนพื้นฐานของความรับผิดชอบและมีจิตสำนึกต่อการรักษามรดกทางวัฒนธรรมล้านนา โดยประชาชนในท้องถิ่นมีส่วนร่วมต่อการจัดการท่องเที่ยว” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 4, 20 ตุลาคม 2564)

“การท่องเที่ยวทางศิลปวัฒนธรรมที่น่าสนใจอีกลักษณะหนึ่งสำหรับนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ คือการท่องเที่ยวเชิงประวัติศาสตร์ล้านนาทางด้านพระพุทธศาสนา รูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้ ควรมีการจัดกิจกรรมเดินทางท่องเที่ยวไปยังแหล่งท่องเที่ยวประวัติศาสตร์และโบราณคดีทางพระพุทธศาสนาของแต่ละแหล่งท่องเที่ยวภายในวัด รวมถึงสถานที่ที่มีความผูกพันทางจิตใจของชนรุ่น

หลัง เพื่อชื่นชมและผลิตเพลินในสถานที่ท่องเที่ยว” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 5, 21 ตุลาคม 2564)

“ลักษณะของรูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้ ควรมุ่งเน้นให้นักท่องเที่ยวได้รับความรู้และความเข้าใจต่อประวัติศาสตร์และโบราณคดีทางพระพุทธศาสนา ซึ่งแหล่งท่องเที่ยวทางประวัติศาสตร์ พระพุทธศาสนานั้น จะเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่มีความสำคัญและมีคุณค่าทางประวัติศาสตร์ โบราณคดี และศาสนาเป็นสำคัญ รวมถึงสถานที่หรืออาคารสิ่งก่อสร้างที่มีอายุเก่าแก่หรือเคยมีเหตุการณ์สำคัญเกิดขึ้นในประวัติศาสตร์ เช่น กำแพงเมือง คูเมือง พิพิธภัณฑสถาน ศาสนสถาน วัด และสิ่งก่อสร้างที่มีคุณค่าทางศิลปะและสถาปัตยกรรม” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 6, 23 ตุลาคม 2564)

“เนื่องจากประเพณีและวัฒนธรรมของล้านนามีความหลากหลาย เป็นพหุวัฒนธรรมและมีกลุ่มชาติพันธุ์หรือวัฒนธรรมกลุ่มย่อย การท่องเที่ยวอีกลักษณะหนึ่งที่น่าสนใจคือการเดินทางท่องเที่ยวเพื่อเรียนรู้วิถีชีวิตความเป็นอยู่ วัฒนธรรมของกลุ่มชาติพันธุ์ ชนกลุ่มน้อยหรือชนเผ่าต่าง ๆ รูปแบบการท่องเที่ยวจึงควรมีการจัดกิจกรรมให้นักท่องเที่ยวได้รับประสบการณ์ในแหล่งวัฒนธรรมที่คงเอกลักษณ์เฉพาะถิ่น และเป็นการศึกษาหาความรู้ในพื้นที่หรือบริเวณที่มีคุณลักษณะที่สำคัญทางประวัติศาสตร์และวัฒนธรรม ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงสภาพวิถีชีวิตและความเป็นอยู่ของผู้คนในชุมชนพื้นที่ที่มีความหลากหลาย” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 7, 25 ตุลาคม 2564)

“รูปแบบการท่องเที่ยวควรมีลักษณะมุ่งเน้นการอนุรักษ์วัฒนธรรมท้องถิ่น ประเพณี วิถีชีวิต บริบทพื้นที่ โดยส่งเสริมให้มีรูปแบบการท่องเที่ยวทางวัฒนธรรมที่หลากหลาย เสริมสร้างเอกลักษณ์หรือจุดเด่นของวัดและชุมชน หรือพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเฉพาะบริบทพื้นที่ให้เป็นเอกลักษณ์และอัตลักษณ์ของชุมชน ทั้งนี้ ทิศทางการปรับปรุงและพัฒนาจะต้องคำนึงถึงลักษณะทางวัฒนธรรม วิถีชีวิตและสิ่งแวดล้อมของชุมชน” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 8, 26 ตุลาคม 2564)

“นักท่องเที่ยวที่สนใจการท่องเที่ยวเชิงศาสนาในด้านศิลปวัฒนธรรมจะเดินทางท่องเที่ยวเพื่อชมประเพณีและวัฒนธรรมวิถีพุทธแบบดั้งเดิม รูปแบบการท่องเที่ยวจึงควรมีลักษณะที่เน้นการจัดกิจกรรมที่ยังคงรักษารากเหง้าของวัฒนธรรมให้สมบูรณ์ที่สุด มีการส่งเสริมและปลูกจิตสำนึกในการอนุรักษ์เชิงวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณีสิ่งแวดล้อมในท้องถิ่นแก่นักท่องเที่ยว รวมทั้งถ่ายทอดวัฒนธรรมที่มีไปสู่คนรุ่นใหม่ให้เห็นความสำคัญและคุณค่าในวัฒนธรรมของตน ภูมิใจที่จะนำเสนอความเป็นอัตลักษณ์ของวัฒนธรรมท้องถิ่น” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 9, 29 ตุลาคม 2564)

“รูปแบบการท่องเที่ยวควรมีลักษณะเน้นการเข้าร่วมกิจกรรมของนักท่องเที่ยว โดยให้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างนักท่องเที่ยวและประชาชนในพื้นที่ สร้างความร่วมมือในการพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาเกี่ยวกับประเพณีและวัฒนธรรมให้ชัดเจน จากทุกภาคส่วนทั้งภาครัฐ เอกชน ผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง รวมทั้งชุมชนและท้องถิ่น ประเด็นสำคัญคือรูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้

จะต้องเน้นการพัฒนามาตรฐานและคุณภาพการให้บริการเพื่อสร้างความพึงพอใจให้แก่นักท่องเที่ยว และการสร้างเครือข่ายทางการท่องเที่ยวกับผู้ประกอบการในแหล่งท่องเที่ยวใกล้เคียง” (สัมภาษณ์ ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 10, 30 ตุลาคม 2564)

“ประวัติศาสตร์ล้านนาทำให้เกิดมีประเพณีและวัฒนธรรมจนสืบทอดมาถึงปัจจุบัน การจัดกิจกรรมการท่องเที่ยวรูปแบบลักษณะนี้ของแต่ละชุมชน จะต้องมุ่งเน้นให้มีกิจกรรมที่บอกเล่าเรื่องราวความเป็นมาของชุมชน ประวัติและตำนานของวัดกับชุมชน ประเพณีและวัฒนธรรมแบบดั้งเดิม โดยจัดกลุ่มมัคคุเทศก์ในพื้นที่หรือมัคคุเทศก์น้อยเชิงอนุรักษ์คอยให้การต้อนรับนักท่องเที่ยว พร้อมพาเยี่ยมชมสถานที่สำคัญทางวัฒนธรรม และแนะนำเรื่องราวหรือความเชื่อต่าง ๆ ของคนในชุมชนให้กับนักท่องเที่ยว” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 11, 30 ตุลาคม 2564)

“การท่องเที่ยวเกี่ยวกับประเพณีวัฒนธรรมในจังหวัดภาคเหนือซึ่งเป็นพื้นที่ท่องเที่ยวอดนียมของนักท่องเที่ยว หน่วยงานที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับการท่องเที่ยวควรเพิ่มนวัตกรรมบริการท่องเที่ยวที่มีความหลากหลายตอบสนองกลุ่มเป้าหมาย โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุที่ให้ความสนใจในเรื่องประเพณีและวัฒนธรรมของล้านนา โดยการพัฒนาแหล่งท่องเที่ยวเชิงศาสนาของทุกจังหวัดให้ได้มาตรฐาน มีการส่งเสริมกิจกรรมการท่องเที่ยวเพื่อให้สามารถท่องเที่ยวได้ทั้งปี รวมทั้งพัฒนาเส้นทางท่องเที่ยวที่เชื่อมโยงในลักษณะเครือข่ายเพื่อกระจายนักท่องเที่ยวจากเมืองหลักไปสู่เมืองรองชุมชนและท้องถิ่น” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 12, 3 พฤศจิกายน 2564)

“การท่องเที่ยวทางด้านวัฒนธรรมจะต้องเป็นการท่องเที่ยวในลักษณะที่ให้ความสำคัญกับประวัติศาสตร์ โบราณสถาน ศิลปวัฒนธรรมและประเพณี โดยยึดหลักที่ว่าต้องให้ชุมชนท้องถิ่นมีส่วนร่วมในการจัดการแหล่งท่องเที่ยว รูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้จะต้องเป็นการท่องเที่ยวในลักษณะที่ให้นักท่องเที่ยวเกิดความพึงพอใจ เพิ่มคุณค่าของประสบการณ์ที่ได้รับ ทำให้ต้องการกลับมาท่องเที่ยวซ้ำอีก และต้องมีกิจกรรมท่องเที่ยวตรงตามความคาดหวังของนักท่องเที่ยว” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 13, 4 พฤศจิกายน 2564)

“รูปแบบการท่องเที่ยวควรเน้นให้นักท่องเที่ยวมองการท่องเที่ยวจากมิติทางวัฒนธรรม ซึ่งเป็นการให้ความเคารพแก่อัตลักษณ์ของท้องถิ่นและความหลากหลายทางวัฒนธรรม การเคารพขนบธรรมเนียมประเพณีพิธีกรรมและความเชื่อของชุมชนท้องถิ่น โดยเปิดโอกาสให้นักท่องเที่ยวเข้ามาเรียนรู้ประเพณีและวัฒนธรรมที่มีความหลากหลายและแตกต่างในแต่ละพื้นที่ รวมทั้งให้เข้าใจในวิถีชีวิตชุมชนท้องถิ่น” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 14, 5 พฤศจิกายน 2564)

“ลักษณะการท่องเที่ยวรูปแบบนี้ควรเน้นการจัดกิจกรรมการท่องเที่ยวแสวงบุญเป็นตัวกระตุ้นส่งเสริมให้นักท่องเที่ยวได้เข้าใจ เห็นคุณค่าของศาสนา ขนบธรรมเนียม วัฒนธรรมประเพณีของท้องถิ่น และนำคุณค่าของศาสนา วิธีคิดที่เป็นพื้นฐานที่สำคัญในสังคมไทยที่ดี อันได้แก่ การมี

น้ำใจ ความเอื้ออารี รักในศิลปวัฒนธรรมที่เป็นทุนทางสังคมของคนไทยกลับมา ซึ่งเป็นการส่งเสริมการท่องเที่ยวที่ถูกทิศทางตามครรลอง” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 15, 7 พฤศจิกายน 2564)

“นำเสนอกิจกรรมเส้นทางแหล่งเรียนรู้ทางประวัติศาสตร์และศิลปวัฒนธรรม รวมทั้งประเพณีท้องถิ่นที่มีชื่อเสียงของจังหวัด โดยเฉพาะเส้นทางแหล่งศาสนสถานที่สำคัญคู่บ้านคูเมืองในพื้นที่ จัดทำเส้นทางท่องเที่ยวตามศรัทธาเพื่อเสริมสร้างสังคมดีด้วยวิถีแห่งพุทธ เพื่อเป็นทางเลือกใหม่สำหรับส่งเสริมให้ประชาชนและนักท่องเที่ยวเข้ามาในพื้นที่ชุมชนมากยิ่งขึ้น” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 16, 8 พฤศจิกายน 2564)

“แหล่งท่องเที่ยวทางศาสนาเป็นทรัพยากรทางวัฒนธรรมที่เป็นต้นทุนสำคัญทางการท่องเที่ยว อันเป็นเสน่ห์ดึงดูดนักท่องเที่ยวที่สะท้อนถึงเอกลักษณ์ ประวัติศาสตร์ วิถีชีวิต และขนบธรรมเนียมประเพณีอันงดงามของผู้คนในท้องถิ่นได้เป็นอย่างดี รูปแบบการท่องเที่ยวจึงควรมีการนำต้นทุนทางวัฒนธรรมมาต่อยอดทางการท่องเที่ยวในลักษณะ “ศรัทธานำทาง เส้นทางนำเที่ยว” ซึ่งจะเป็นการส่งเสริมให้เกิดการอนุรักษ์วัฒนธรรม ทั้งในด้านศาสนา ประวัติศาสตร์ และกระตุ้นให้เกิดรายได้ในพื้นที่ต่าง ๆ ตามเส้นทางท่องเที่ยวได้เป็นอย่างดี” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 17, 9 พฤศจิกายน 2564)

“พุทธศาสนาเป็นสิ่งที่ยึดเหนี่ยวจิตใจของคน มีส่วนสำคัญที่ทำให้คนออกเดินทางท่องเที่ยว รูปแบบการท่องเที่ยวจึงควรมีลักษณะการผสมผสานเรื่องราวความเชื่อความศรัทธาของผู้คนกับประเพณีวัฒนธรรมท้องถิ่น โดยเชื่อมโยงกับแหล่งท่องเที่ยวในพื้นที่ เพื่อสร้างประสบการณ์เดินทางเส้นทางแห่งความศรัทธาให้นักท่องเที่ยวได้รับประสบการณ์เกิดความสุขทั้งทางกายและทางจิตใจ” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 18, 10 พฤศจิกายน 2564)

“ประเพณีและวัฒนธรรมท้องถิ่นเป็นสิ่งที่เกิดจากภูมิปัญญาของบรรพบุรุษทำให้เกิดความเจริญงอกงามของท้องถิ่น โดยเฉพาะวัดเป็นแหล่งกำเนิดประเพณีและวัฒนธรรมท้องถิ่นของภาคเหนือหรือวัฒนธรรมล้านนามากมาย ลักษณะการท่องเที่ยวจะเป็นรูปแบบแหล่งเรียนรู้วัฒนธรรมพื้นบ้านสืบสานภูมิปัญญาล้านนา เพื่อให้วัดเป็นศูนย์กลางการศึกษาสำหรับนักท่องเที่ยวและเผยแพร่ประเพณีวัฒนธรรมพื้นบ้านต่าง ๆ รวมทั้งพัฒนาพื้นที่และสภาพภูมิทัศน์สถานที่ท่องเที่ยวทางประวัติศาสตร์ศิลปวัฒนธรรมให้คงอยู่เป็นมรดกทางสถาปัตยกรรมสืบไป” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 19, 11 พฤศจิกายน 2564)

“รูปแบบการท่องเที่ยวในบางพื้นที่ควรส่งเสริมให้ประชาชนเดินทางท่องเที่ยวโดยการปั่นจักรยานเพื่อชมความงามของวิถีชีวิต ประเพณีวัฒนธรรมและแหล่งท่องเที่ยวต่าง ๆ ทั้งนี้หน่วยงานการท่องเที่ยวควรมีแผนงานการพัฒนาโครงสร้างพื้นฐานสำหรับการท่องเที่ยว อาทิ เส้นทางจักรยาน จุดจอดจักรยาน และจัดกิจกรรมรณรงค์ส่งเสริมการใช้จักรยานท่องเที่ยว โดยมีเป้าหมายคือการสร้าง

เสริมสุขภาพของนักท่องเที่ยวโดยใช้จักรยานเป็นสื่อกลาง” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 20, 12 พฤศจิกายน 2564)

“รูปแบบการท่องเที่ยวควรให้ความสำคัญกับการจัดการการท่องเที่ยวเมืองเก่าให้เหมาะสมกับบริบทพื้นที่ โดยเน้นจัดกิจกรรมส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม และการปรับปรุงโครงสร้างพื้นฐานเพื่อการท่องเที่ยว อาทิ การรื้อฟื้นประเพณี วัฒนธรรม การใช้รถบุชบกในงานประเพณี รื้อฟื้นงานตานก้วยสลาก ซึ่งเป็นประเพณีในพุทธศาสนาที่สำคัญอย่างหนึ่งในล้านนาไทย สืบเนื่องมาจากค่านิยมที่สืบทอดมาช้านาน รวมทั้งจัดเส้นทางถนนคนเดินสายวัฒนธรรมในทุกช่วงเย็น วันศุกร์หรือวันอาทิตย์เพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางการท่องเที่ยวของชุมชนด้วย” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 21, 14 พฤศจิกายน 2564)

“ลักษณะแหล่งท่องเที่ยวศิลปวัฒนธรรมควรมีรูปแบบที่หลากหลาย ซึ่งประกอบไปด้วยการจัดรูปแบบการนำเสนอแหล่งท่องเที่ยวศิลปวัฒนธรรมที่ก่อให้เกิดความซาบซึ้งเกี่ยวกับประวัติศาสตร์ ศิลปวัฒนธรรม วิถีชีวิตของ ประชาชน รวมทั้งมรดกทางวัฒนธรรมท้องถิ่น มีการให้ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับประวัติศาสตร์ ศิลปวัฒนธรรม วิถีชีวิตของประชาชน รวมทั้งมรดกทางวัฒนธรรมท้องถิ่น จัดกิจกรรมที่แสดงให้เห็น ถึงความสำคัญทางด้านประวัติศาสตร์ ศิลปวัฒนธรรม วิถีชีวิตของประชาชน รวมทั้งมรดกทาง วัฒนธรรมท้องถิ่น ให้มีเอกลักษณ์และลักษณะเฉพาะทางศิลปวัฒนธรรมของแหล่งท่องเที่ยวนั้น ๆ” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 22, 15 พฤศจิกายน 2564)

“นักท่องเที่ยวทั่วไปให้ความสนใจเดินทางมาท่องเที่ยวเพื่อสัมผัสกับประเพณีและศิลปวัฒนธรรมของล้านนา รูปแบบที่เหมาะสมสำหรับการท่องเที่ยวลักษณะนี้ควรมีการจัดกิจกรรมและจัดโปรแกรมการท่องเที่ยวให้นักท่องเที่ยวได้เข้ามามีส่วนร่วมกับชุมชนในพื้นที่” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 23, 16 พฤศจิกายน 2564)

“จัดกิจกรรมที่เป็นจุดดึงดูดความสนใจหรือมีคุณค่าทางศิลปวัฒนธรรม ซึ่งสามารถสร้างความประทับใจและความพึงพอใจให้แก่นักท่องเที่ยว เช่น มีความโดดเด่นและมีเอกลักษณ์ของวิถีชีวิตและภูมิปัญญา มีความงามทางศิลปวัฒนธรรม เนื่องจากการที่วัฒนธรรมเป็นมรดกทางสังคมของมนุษย์ที่สั่งสมมาแต่อดีตและมีความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะในแต่ละท้องถิ่น ดังนั้น ความสามารถในการสืบทอดทางวัฒนธรรม จึงมีความสำคัญในการรักษาวัฒนธรรมให้คงอยู่ ซึ่งเป็นจุดเสริมศักยภาพในการดึงดูดใจด้านการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมที่สำคัญ” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 24, 17 พฤศจิกายน 2564)

“สนับสนุนส่งเสริมกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงประเพณีและวัฒนธรรมของท้องถิ่น เช่น ประเพณีปอยหลวง หรืองานบุญปอยหลวง รวมทั้งกิจกรรมประเพณี วัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องทางพระพุทธศาสนาเพื่อให้นักท่องเที่ยวได้เรียนรู้เช่น ประเพณีสงกรานต์น้ำพระธาตุ ประเพณีสงกรานต์ประเพณีลอยกระทงและประเพณีประจำท้องถิ่นอื่นๆ ซึ่งเป็นเอกลักษณ์ของชาวล้านนา และเป็นผลดี

ต่อสภาพทางสังคมทางด้านเศรษฐกิจ เป็นการเปิดโอกาสให้ชาวบ้านได้มาทำบุญร่วมกัน ร่วมกันจัดงานทำให้เกิดความสามัคคีในการทำงาน” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 25, 19 พฤศจิกายน 2564)

ดังนั้น จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิทั้งหมด จึงพอสรุปเพื่อนำไปจัดทำเป็นร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานได้ว่า รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านประเพณีและศิลปวัฒนธรรม ควรมีลักษณะที่ยังคงอนุรักษ์วัฒนธรรมที่มีคุณค่าของล้านนาและสืบทอดประเพณีท้องถิ่นทางด้านศาสนา อาทิ พิธีกรรมท่มผ้ากาสาวพัสตร์ให้แก่องค์ศาสนสถาน เช่น อุโบสถ องค์กรเจดีย์ และพระพุทธรูปที่สำคัญเพื่อถวายเป็นพุทธบูชาตามจารีตของชาวเหนือ มีการจัดกิจกรรมวิถีพุทธให้นักท่องเที่ยวได้ตระหนักและเล็งเห็นถึงความสำคัญในการจรจโรงศิลปวัฒนธรรมและประเพณี โดยเฉพาะวัฒนธรรมทางพระพุทธศาสนาแบบพื้นเมืองล้านนา เน้นกิจกรรมหรือโปรแกรมการเดินทางท่องเที่ยวเพื่อให้นักท่องเที่ยวได้ชมงานประเพณีต่าง ๆ ที่ทางวัดหรือชาวบ้านในท้องถิ่นนั้น ๆ จัดขึ้น ทำให้ได้รับความเพลิดเพลินตื่นตาตื่นใจในสุนทรียะศิลป์จากศิลปวัฒนธรรมของท้องถิ่น จัดกิจกรรมให้นักท่องเที่ยวได้รับประสบการณ์ในแหล่งวัฒนธรรมที่คงเอกลักษณ์เฉพาะถิ่น และเป็นการศึกษาหาความรู้ในพื้นที่หรือบริเวณที่มีคุณลักษณะที่สำคัญทางประวัติศาสตร์และวัฒนธรรม ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงสภาพวิถีชีวิตและความ เป็นอยู่ของผู้คนในชุมชนพื้นที่ที่มีความหลากหลาย ทั้งนี้รูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้จะต้องเป็นการท่องเที่ยวในลักษณะที่ให้นักท่องเที่ยวเกิดความพึงพอใจ เพิ่มคุณค่าของประสบการณ์ที่ได้รับ ทำให้ต้องการกลับมาท่องเที่ยวซ้ำอีก และต้องมีกิจกรรมท่องเที่ยวตรงตามความคาดหวังของนักท่องเที่ยว

4) รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านกิจกรรมและการปฏิบัติธรรม

การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านกิจกรรมและการปฏิบัติธรรม มีลักษณะเป็นการเดินทางเพื่อเข้าร่วมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาและเข้าร่วมปฏิบัติธรรม เจริญวิปัสสนากรรมฐานในสำนักปฏิบัติธรรมของวัดต่าง ๆ ซึ่งส่งผลให้นักท่องเที่ยวโดยเฉพาะผู้สูงอายุมีสติสมาธิรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลง จนสามารถประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิต เป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตที่แข็งแรงและมีความสุขทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ประกอบไปด้วยปัญญาแห่งพุทธธรรม สามารถแก้ไขปัญหาและดูแลตนเองให้ถึงพร้อมในทุกด้าน จนมีความมั่นใจในการใช้ชีวิตที่มีอยู่อย่างมีสติ

ทั้งนี้ ในประเด็นเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านกิจกรรมและการปฏิบัติธรรมนี้ มีผู้ทรงคุณวุฒิหลายท่านได้ให้สัมภาษณ์ไว้อย่างหลากหลาย ดังนั้น จึงจะได้นำเสนอมุมมองของผู้ทรงคุณวุฒิทั้งหมด เพื่อนำมาจัดทำเป็นร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านกิจกรรมและการปฏิบัติธรรมต่อไป ดังนี้

“รูปแบบการปฏิบัติธรรมสำหรับผู้สูงอายุ ควรมีการจัดฝึกอบรมการปฏิบัติกรรมฐานเบื้องต้น โดยเน้นให้ฝึกภาคปฏิบัติ และส่งเสริมกิจกรรมการเรียนรู้ข้อปฏิบัติอันเป็นทางสายกลางที่เรียกว่า “มัชฌิมาปฏิปทา” โดยให้มองเห็นถึงความสำคัญของร่างกาย จิตใจและปัญญา ซึ่งมีความสัมพันธ์กันและมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์ทุกเพศ ทุกวัย โดยเฉพาะผู้สูงอายุเมื่อนำหลักพุทธธรรมไปประพฤติปฏิบัติและประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพแล้ว ย่อมทำให้ผู้สูงอายุมีพลังใจและคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น และก่อให้เกิดความสงบสุขในครอบครัวและอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างเป็นปกติสุข” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1, 15 ตุลาคม 2564)

“คณะสงฆ์ควรส่งเสริมช่วยเหลือและสนับสนุนให้เครือข่ายการปฏิบัติธรรมของวัดต่างๆ มีความเป็นเอกภาพและสร้างมาตรฐานการสอนการปฏิบัติให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลสำหรับนักท่องเที่ยวนักปฏิบัติในใจการปฏิบัติ โดยใช้แนวทางเดียวกันคือ การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐานสูตรยึดพระไตรปิฎกเป็นหลัก ส่วนเจ้าสำนักปฏิบัติธรรมทำหน้าที่บริหารจัดการภายในสำนักของตนให้มีความสมบูรณ์และพร้อมที่จะพัฒนาเพื่อสร้างพระวิปัสสนาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิให้มีภูมิรู้ภูมิธรรมทั้งภาคปริยัติและภาคปฏิบัติ” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2, 18 ตุลาคม 2564)

“จัดกิจกรรมให้มีการอบรมภาวนาและเจริญวิปัสสนากรรมฐานสำหรับนักท่องเที่ยว โดยเป็นกรรมฐานที่มุ่งอบรมปัญญาเป็นหลักหรือสมถกรรมฐานซึ่งมุ่งบริหารจิตเป็นหลัก การปฏิบัติธรรมนี้ย่อมมีประโยชน์มาก ทำคนให้ฉลาด เพราะจะรู้จักทั้งบัญญัติและปรมาตม์เป็นอย่างดี ละเอียดรอบคอบมากขึ้น ทำคนให้มีศีลธรรมและวัฒนธรรมอันดีงาม” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3, 19 ตุลาคม 2564)

“การที่วัดเป็นแหล่งท่องเที่ยวด้านการปฏิบัติธรรม รูปแบบควรมีกระบวนการถ่ายทอด การสื่อสาร และการฝึกปฏิบัติกรรมฐานเพื่อพัฒนาจิตใจแก่นักท่องเที่ยว เป็นการส่งเสริมเรียนรู้ตามแนวทางพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะด้านการปฏิบัติสมาธิวิปัสสนา โดยให้ตระหนักถึงคุณค่าด้านจิตใจ การตื่นรู้ และการเชื่อมโยงความรู้ที่เกี่ยวข้องกับมิติต่างๆ ทั้งในด้านพุทธศิลป์ วัฒนธรรม ภูมิปัญญาที่ให้คุณค่าและการพัฒนาจิตใจแก่ผู้เยี่ยมชม” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3, 19 ตุลาคม 2564)

“ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุหาความสุขสงบเย็นจากธรรมะและหลักคำสอนทางศาสนา โดยผู้สูงอายุควรได้มีการฝึกตน ฝึกปฏิบัติธรรมกรรมฐาน ฝึกจิตให้อยู่ในหลักธรรม ไม่หลงอยู่ในลาภยศสรรเสริญ ทำความดีเพื่อให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง ลูกหลานจึงควรให้การสนับสนุนผู้สูงอายุด้านจิตวิญญาณ โดยการเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาในโอกาสต่างๆ เช่น พาผู้สูงอายุไปเวียนเทียน ทอดกฐิน ไปวัดหรือจัดเตรียมอาหารตักบาตรตอนเช้า” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 4, 20 ตุลาคม 2564)

“ปัจจุบันรูปแบบท่องเที่ยวเชิงศาสนานี้จะเป็นที่นิยมมาก โดยเฉพาะในช่วงเกิดวิกฤตการณ์แพร่ระบาดของไวรัสโควิด หรือมีปัจจัยลบที่ทำให้เกิดความไม่สบายใจ การท่องเที่ยวรูปแบบนี้

ควรเน้นให้นักท่องเที่ยวที่สนใจการปฏิบัติธรรม ได้เข้ากิจกรรมอบรมกรรมฐานเพื่อให้ได้พักผ่อนจิตใจอย่างแท้จริง เป็นการปฏิบัติธรรมเพื่อให้เกิดปัญญา ทั้งนี้ วัดควรมีการประชาสัมพันธ์ความพร้อมของแหล่งท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน เพราะจุดได้เปรียบของไทยคือภาพของความเป็นเมืองพุทธศาสนา มีสถานที่ปฏิบัติสมาธิ วิปัสสนากรรมฐาน และมีวัดที่เป็นศิลปะสถาปัตยกรรมสวยงามอยู่ทั่วประเทศ” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 5, 21 ตุลาคม 2564)

“ควรเน้นรูปแบบการส่งเสริมกิจกรรมวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา งานวัฒนธรรม ประเพณีและวิถีชุมชน โดยกิจกรรมที่ส่งเสริมให้มีขึ้นนี้เป็นการพึ่งพาเกื้อกูลซึ่งกันและกันระหว่างวัดกับชุมชน วัดควรสอดแทรกให้มีการนั่งสมาธิและการปฏิบัติวิปัสสนาเข้าไปร่วมด้วยอยู่เสมอตามโอกาส เพื่อให้นักท่องเที่ยวที่สนใจได้มีการเรียนรู้พระพุทธศาสนาในเชิงลึกที่เป็นนามธรรมไปพร้อม ๆ กัน ซึ่งนับว่าเป็นการสร้างเชื่อมโยงให้เกิดพฤติกรรมและการเปลี่ยนแปลงขึ้นในจิตใจของนักท่องเที่ยวให้สนใจกับการปฏิบัติธรรมในวัดที่ส่งเสริมการปฏิบัติธรรมอย่างต่อเนื่องและจริงจัง” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 6, 23 ตุลาคม 2564)

“การท่องเที่ยวลักษณะนี้ควรมีการจัดกิจกรรมในมิติการท่องเที่ยวควบคู่ไปกับการพัฒนาจิตใจเพื่อขัดเกลาจิตใจ พัฒนาจิตใจให้สูงขึ้นและสามารถนำไปประยุกต์ในชีวิตประจำวัน รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงวิปัสสนากรรมฐานจึงควรมีลักษณะเป็นกิจกรรมการเดินทางเพื่อการศึกษาเรียนรู้และการปฏิบัติธรรม เป็นการแสวงหาความสงบสุขทางด้านจิตใจโดยนำหลักธรรมคำสอนมาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 7, 25 ตุลาคม 2564)

“ภาคเหนือตอนบนมีพื้นที่เชื่อมโยงติดต่อกันและมีเอกลักษณ์ที่มีความโดดเด่น และความหลากหลายทั้งทางด้านประวัติศาสตร์ ศิลปวัฒนธรรม วิถีชีวิต ศาสนา และเป็นที่ตั้งของวัดที่สำคัญหลายแห่ง รูปแบบการท่องเที่ยวจึงควรมีลักษณะส่งเสริมการท่องเที่ยวด้วยการนำเสนอภาพลักษณ์ของภาคเหนือที่สะท้อนถึงแหล่งเรียนรู้อารยธรรมในอาณาจักรล้านนา ที่มีความโดดเด่นในด้านการท่องเที่ยวเชิงศาสนา เนื่องจากมีวัดและสถานปฏิบัติธรรมเป็นจำนวนมาก รวมทั้งมีเกจิอาจารย์ที่เป็นที่ศรัทธาเลื่อมใสของพุทธศาสนิกชนกระจายอยู่ตามวัดวาอาราม” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 8, 26 ตุลาคม 2564)

“ลักษณะเด่นของกิจกรรมในรูปแบบการท่องเที่ยวแบบปฏิบัติธรรมควรเน้นการขัดเกลากายและใจของนักท่องเที่ยว เพื่อให้จิตสะอาด สว่างและสงบ เป็นการส่งเสริมให้นักท่องเที่ยวที่มาปฏิบัติธรรมมีศรัทธาที่ตั้งมั่นในพระพุทธศาสนาและพร้อมที่จะพัฒนาจิตใจให้สูงขึ้น โดยการปฏิบัติธรรม การนั่งสมาธิ การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 9, 29 ตุลาคม 2564)

“การท่องเที่ยวรูปแบบนี้ วัดและคณะสงฆ์ได้ดำเนินการในลักษณะเฉพาะโดยจัดให้มีสถานที่เพื่อปฏิบัติธรรม ฝึกสมาธิให้กับนักท่องเที่ยว เป็นศูนย์ฝึกสมาธิ ซึ่งมีหลายวัด เช่น วัดพระธาตุศรีจอมทอง วัดจองคำ เป็นต้น เพื่อให้ผู้ที่สนใจได้เรียนรู้ทางพระพุทธศาสนาซึ่งเป็นสร้างความสนใจ

ให้กับนักท่องเที่ยวจำนวนหนึ่ง โดยเป็นการส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงศาสนาในระยะยาว” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 10, 30 ตุลาคม 2564)

“นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความต้องการมาวัดเพื่อการฝึกปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่เป็นเช่นนี้ อาจเป็นเพราะนักท่องเที่ยวเกือบครึ่งมีอายุอยู่ในช่วงวัยผู้ใหญ่ขึ้นไป แต่เด็กจะไม่สนใจรูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้ จึงทำให้วัดควรจัดกิจกรรมให้มีความหลากหลาย โดยต้องคำนึงถึงวัยและความแตกต่างระหว่างบุคคล เลือกกิจกรรมที่สร้างประสบการณ์ให้ผู้เข้าศึกษาพึงพอใจ น่าสนใจ ไม่ซ้ำซากมีประโยชน์ต่อการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน และทำให้ผู้ที่เข้ามาศึกษาในวัดมีเจตคติที่ดีต่อพระพุทธศาสนา” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 11, 2 พฤศจิกายน 2564)

“ควรเน้นรูปแบบการการเจริญจิตตภาวนาซึ่งเป็นการฝึกจิตให้มีสมาธิ สงบ เป็นสมถภาวนาหรือสมถกรรมฐาน ส่วนการจะเดินได้ถึงตัวปัญญาจนถึงทางแห่งการดับทุกข์ได้นั้น ต้องเดินทางสายวิปัสสนากรรมฐานและลงมือปฏิบัติอย่างจริงจัง เพื่อให้เกิดปัญญาแจ่มถึงทางดับทุกข์ การเจริญจิตตภาวนาเป็นการพัฒนาจิต ย่อมมีสาเหตุมาจากการเรียนรู้ถึงสภาวะของจิตที่สามารถปรับปรุงตัวของมันเองได้” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 12, 3 พฤศจิกายน 2564)

“ควรมีการฝึกอบรมสำหรับนักท่องเที่ยวผู้สนใจปฏิบัติธรรม โดยเน้นฝึกการนั่งสมาธิด้วยวิธีอานาปานสติ ซึ่งเป็นการกำหนดลมหายใจเข้าและลมหายใจออก รวมทั้งการอานาปานสติภาวนาเมื่อมีการสวดมนต์ทำวัตรเช้า ทำวัตรเย็น การเดินจงกรม และการนอนภาวนา เพื่ออบรมจิตให้เกิดความสงบและเป็นอิสระ ไม่ยึดติดอยู่กับสิ่งใด ซึ่งจะนำไปสู่การบรรเทาทุกข์และพ้นทุกข์ทางใจในที่สุด” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 13, 4 พฤศจิกายน 2564)

“รูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้เป็นการส่งเสริมงานวัฒนธรรมเพื่อจรรโลงพระพุทธศาสนาและสังคม จึงควรมีการสร้างกิจกรรมที่หลากหลายรูปแบบเพื่อเปิดโอกาสให้นักท่องเที่ยวและผู้สูงอายุได้เลือกกิจกรรมที่ตนพอใจหรือเอื้อต่อการมาร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ยกตัวอย่างเช่น บางท่านชอบกิจกรรมตอนกลางวันคือ การเดินทางไปทำบุญเยี่ยมเยือนพระสงฆ์ตามวัดต่าง ๆ การอาสาผาสุดูแล ทำความสะอาดสถานธรรม แต่บางท่านก็เข้าร่วมกิจกรรมเกือบทั้งหมด” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 14, 5 พฤศจิกายน 2564)

“เตรียมความพร้อมด้านพระวิปัสสนาจารย์ โดยควรส่งเสริมพัฒนาบุคลากรภายในสำนักปฏิบัติธรรมให้มีศักยภาพในการอบรม รวมทั้งมีการส่งพระภิกษุภายในสำนักเข้าอบรมหลักสูตรพระวิปัสสนาจารย์ในสำนักต่าง ๆ ที่มีการจัดอบรมที่ได้มาตรฐานอยู่เสมอ เพื่อเพิ่มทักษะและประสบการณ์แก่ผู้เข้ารับการอบรม และเป็นการดูรูปแบบการจัดอบรมไปในตัว” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 15, 7 พฤศจิกายน 2564)

“รูปแบบการปฏิบัติธรรมสำหรับนักท่องเที่ยวผู้สนใจเข้าร่วมกิจกรรมปฏิบัติธรรมของวัดควรประยุกต์ใช้กระบวนการเรียนรู้เพื่อนำผู้ปฏิบัติก้าวไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ทั้งร่างกาย จิตใจ

อารมณ์ สังคม และสติปัญญา โดยใช้หลักไตรสิกขา มีการประสานงานกับชุมชนให้เข้ามีส่วนร่วมในกิจกรรมในรูปแบบของคณะกรรมการดำเนินงานกิจกรรมของสำนักปฏิบัติธรรมในด้านต่าง ๆ ตามโอกาสที่เหมาะสม นอกจากนี้ รูปแบบการท่องเที่ยวสำหรับกลุ่มนักท่องเที่ยวที่สนใจ ควรมีลักษณะจัดฝึกปฏิบัติธรรม การสอนกัมมัฏฐานตามหลักมหาสติปัฏฐานสูตร การตอบข้อซักถาม การสอบอารมณ์ การเทศนา การบรรยายธรรม เพื่อให้ผู้เข้าปฏิบัติจะได้เรียนรู้การปฏิบัติธรรมและวิถีการดำเนินชีวิตในแนวทางพระพุทธศาสนา” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 16, 8 พฤศจิกายน 2564)

“รูปแบบการปฏิบัติธรรมสำหรับนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุควรเน้นการพัฒนาด้านจิตใจหรือจิตตภาวนา เป็นแนวทางในการทำจิตให้เจริญองงาม ติงาม เข้มแข็ง ให้ผู้สูงอายุมีความสุข เบิกบาน ทั้งนี้ การที่ผู้สูงอายุจะสุขใจได้ต้องเริ่มที่มีศรัทธาในพระพุทธศาสนา ก่อน หลังจากนั้นศรัทธาจะช่วยให้ผู้สูงอายุเจริญเมตตาและปฏิบัติสมาธิตามมา ทั้งการเจริญเมตตาและปฏิบัติสมาธิจะช่วยให้ผู้สูงอายุมีจิตใจที่สงบมากยิ่งขึ้น รวมถึงสามารถแก้ปัญหาด้านสุขภาพของผู้สูงอายุให้บรรเทาลงด้วย” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 17, 9 พฤศจิกายน 2564)

“จัดเตรียมวัดให้เป็นสถานที่ปฏิบัติธรรมที่มีบรรยากาศเงียบสงบ สะอาด ร่ายล้อมไปด้วยต้นไม้ไม่น้อยใหญ่หนาแน่น พรรณ และให้มีการแบ่งแต่ละโซนไว้อย่างชัดเจน มีความเป็นส่วนตัวสูง เอื้อต่อการปฏิบัติธรรม รูปแบบการท่องเที่ยวสำหรับนักท่องเที่ยวที่เข้ามาปฏิบัติธรรมให้มุ่งเน้นการภาวนา การเจริญสติปัญญาและเดินจงกรม รวมทั้งการฟังเทศน์จากพระวิปัสสนาจารย์” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 18, 10 พฤศจิกายน 2564)

“พระพุทธศาสนาเป็นหนึ่งในจุดขายสำคัญที่นานาชาติให้ความสนใจ โดยเฉพาะในด้านการท่องเที่ยวชมความงามของโบราณสถานเท่านั้น แต่ยังรวมถึงสถานปฏิบัติธรรมอีกด้วย อย่างไรก็ตาม กระแสความนิยมในการมาปฏิบัติธรรมอาจจะคงอยู่ในความสนใจของนักท่องเที่ยวบางกลุ่ม เนื่องจากนักท่องเที่ยวส่วนใหญ่จะไม่ค่อยสนใจมากนัก ยกเว้นกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ รูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้จึงเน้นการปฏิบัติธรรมระยะสั้น ๆ ใช้เวลาไม่มากนัก เป็นการฝึกปฏิบัติธรรมกรรมฐานเบื้องต้น ทั้งนี้ ผู้สูงอายุที่เข้ามาปฏิบัติธรรมนั้น มีสาเหตุในการเข้าร่วมกิจกรรมที่แตกต่างกันไป อาทิเช่น มีความทุกข์ใจในเรื่องครอบครัว มีความเครียด มีปัญหาสุขภาพหรือต้องการความสุข ความสงบใจ เป็นต้น” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 19, 11 พฤศจิกายน 2564)

“คนในวัยสูงอายุส่วนใหญ่จะมีความคุ้นเคยกับวิถีชีวิตที่ใกล้ชิดกับพระพุทธศาสนาเป็นทุนเดิม เนื่องจากพระพุทธศาสนาฝังรากลึกในสังคมไทยมายาวนานนับพันปีได้สร้างคุณูปการมากมายต่อสังคมไทย ทั้งในแง่คำสอนสำหรับ ดำเนินชีวิต การศึกษา ศิลปวัฒนธรรม ประเพณีความเชื่อ และในแง่ถาวรวัตถุ เช่น วัดวาอารามต่าง ๆ สถานปฏิบัติธรรมหรือวัดจึงถือเป็นทางเลือกหนึ่งในการให้ความสำคัญต่อการดูแลผู้สูงอายุ รูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้จึงควรเน้นเอาหลักพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ในการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้นำหลักพุทธธรรมไปประพฤติ

ปฏิบัติและประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นตามสมควรแก่ฐานะในช่วงปัจฉิมวัย” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 20, 12 พฤศจิกายน 2564)

“ลักษณะการท่องเที่ยวที่มีการจัดกิจกรรมมุ่งเน้นให้นักท่องเที่ยวเรียนรู้หลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาเน้นการพัฒนาจิต ซึ่งเป็นเรื่องที่สำคัญ และยิ่งถือเป็นหน้าที่ของพุทธบริษัทที่จะต้องให้ความสนใจเป็นอย่างยิ่ง เพราะมีคุณค่าต่อชีวิตเป็นอย่างมาก และยังส่งผลทำตนให้เป็นผู้ประเสริฐขึ้นในสังคมได้ รูปแบบควรมีลักษณะเน้นวิธีพัฒนาจิตที่เรียกว่า “จิตตภาวนา” หรือ “สมาธิ” ไว้เพื่อให้นักท่องเที่ยวที่เข้ามาปฏิบัติธรรมได้ศึกษาพัฒนาฝึกฝนจิตใจของตนเอง รวมทั้งให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเลือกกิจกรรมที่ตนเองพึงพอใจและมีความสุขในสิ่งที่ตนได้กระทำ ตัวอย่างกิจกรรมอาทิเช่น การสันทนาธรรม การฟังธรรม การสวดมนต์และเจริญสมาธิภาวนา การเดินทางไปทำบุญและเยี่ยมเยียนพระสงฆ์ในวัดต่างๆ การทำความสะอาดพระธาตุเจดีย์ และวัดวาอาราม เป็นต้น” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 21, 14 พฤศจิกายน 2564)

“สนับสนุนและส่งเสริมกิจกรรมวิปัสสนากรรมฐานบำบัดโรคที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ เป็นการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ฝึกจิตให้เกิดปัญญา เห็นสภาวะธรรมต่าง ๆ เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ทำให้เข้าใจสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง ทำให้ถอดถอนความยึดติดในสิ่งทั้งปวงว่าไม่ใช่ตัวเราของเรา เป็นเหตุให้สามารถขจัดกิเลสหรืออารมณ์ต่าง ๆ โดยเฉพาะกิเลสอย่างละเอียด แต่ในเบื้องต้นทำให้สามารถควบคุมจิตใจ อารมณ์ได้ดี สามารถวางเฉยต่อสิ่งต่าง ๆ ทั้งดีและไม่ดีได้” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 22, 15 พฤศจิกายน 2564)

“การท่องเที่ยวสำหรับผู้สูงอายुरูปแบบหนึ่งทางพระพุทธศาสนาคือการปฏิบัติธรรม โดยมีเป้าหมายเพื่ออบรมพัฒนาจิต เจริญสติ สมาธิ และปัญญา ให้เข้าถึงการปฏิบัติ ปรียัติ และปฏิเวธอย่างถ่องแท้ รูปแบบอาจจะมีลักษณะเป็นแพ็คเกจคอร์สปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐาน สติปัฏฐาน 4 ทั้งระยะสั้นและระยะยาว โดยให้มีความเหมาะสมสำหรับผู้ที่เคยปฏิบัติภาวนาขั้นพื้นฐานมาแล้ว และกัลยาณมิตรผู้สนใจใฝ่ธรรม รักการปฏิบัติธรรม ทั้งนี้การได้เข้าปฏิบัติกรรมฐานอย่างตั้งใจกับพระวิปัสสนาจารย์จะทำให้สามารถเข้าถึงธรรมได้อย่างถ่องแท้ ใช้เวลาอย่างคุณค่าต่อชีวิตอย่างยิ่ง” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 23, 16 พฤศจิกายน 2564)

“รูปแบบควรเน้นการฝึกสติทางกายมีเดินจงกรมตามธรรมชาติ การนั่งฝึกสติแบบเคลื่อนไหว ทำให้เป็นการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ ทำให้ร่างกายแข็งแรงและได้เห็นสังขารของกายที่ไม่เที่ยงเป็นทุกข์เป็นอนัตตา ทั้งนี้ การฝึกสติด้วยการรักษาศีล มีการสำรวมกาย วาจา ทำให้มีสติได้ไหว้พระสวดมนต์เข้าเย็น ได้สันทนาธรรม ได้พบปะกับผู้สูงอายุวัยเดียวกัน ได้รับคำแนะนำในการดำรงชีวิตที่ดี ส่งผลให้จิตใจผ่อนคลาย เบิกบานและไม่ประมาทในชีวิต” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 24, 17 พฤศจิกายน 2564)

“สนับสนุนให้มีแหล่งท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณในรูปแบบรีสอร์ท เนื่องจากยังไม่มีแหล่งท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณในรูปแบบรีสอร์ทที่ให้ดำเนินกิจกรรมอย่างเป็นรูปธรรมมากนัก ปัจจุบันกิจกรรมเชิงจิตวิญญาณในรูปแบบของสถานที่วัดจะมีความเป็นรูปธรรมมากกว่า แต่ทั้งนี้สถานที่วัดหรือสถานที่ทางศาสนานับว่ามีข้อจำกัด เช่น ไม่สามารถนำเสนอการให้บริการกิจกรรมเชิงจิตวิญญาณได้หลายกิจกรรม เนื่องจากบางกิจกรรมอาจจะไม่เหมาะสมในการทำในสถานที่อันศักดิ์สิทธิ์” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 25, 19 พฤศจิกายน 2564)

ดังนั้น จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิทั้งหมด จึงพอสรุปเพื่อนำไปจัดทำเป็นร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานได้ว่า รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านกิจกรรมและการปฏิบัติธรรม ควรมีการบูรณาการถ่ายทอด การสื่อสาร และการฝึกปฏิบัติกรรมฐานเพื่อพัฒนาจิตใจแก่นักท่องเที่ยว โดยให้ตระหนักถึงคุณค่าด้านจิตใจ การตื่นรู้ และการเชื่อมโยงความรู้ที่เกี่ยวข้องกับมิติต่างๆ ทั้งในด้านวัฒนธรรมและภูมิปัญญาทางพระพุทธศาสนา จัดกิจกรรมส่งเสริมให้นักท่องเที่ยวโดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุ ทำให้สามารถหาความสุขสงบเย็นจากหลักธรรมะคำสอนทางพระพุทธศาสนา มีการจัดกิจกรรมในมิติการท่องเที่ยวควบคู่ไปกับการปฏิบัติธรรม เป็นการส่งเสริมให้นักท่องเที่ยวที่มาปฏิบัติธรรมมีศรัทธาที่ตั้งมั่นในพระพุทธศาสนาและพร้อมที่จะพัฒนาจิตใจให้สูงขึ้น โดยการปฏิบัติธรรม การนั่งสมาธิ และการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน จัดฝึกอบรมนักท่องเที่ยวที่สนใจปฏิบัติธรรม โดยเน้นฝึกการนั่งสมาธิด้วยวิธีอานาปานสติ ซึ่งเป็นการกำหนดลมหายใจเข้าและลมหายใจออก รวมทั้งการอานาปานสติภาวนา เมื่อมีการสวดมนต์ทำวัตรเช้า ทำวัตรเย็น การเดินจงกรม และการนอนภาวนา เพื่ออบรมจิตให้เกิดความสงบและเป็นอิสระ ไม่ยึดติดอยู่กับสิ่งใด ซึ่งจะนำไปสู่การบรรเทาทุกข์และพ้นทุกข์ทางใจในที่สุด ทั้งนี้ รูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้ ควรเน้นการปฏิบัติธรรมระยะสั้นๆ ใช้เวลาไม่มากนัก เป็นการฝึกปฏิบัติธรรมกรรมฐานเบื้องต้น โดยเน้นเอาหลักพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ในการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้นำหลักพุทธธรรมไปประพฤติปฏิบัติและประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นตามสมควรแก่ฐานะในช่วงปัจฉิมวัย นอกจากนี้ควรมีแหล่งท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณในรูปแบบรีสอร์ทเพื่อทำกิจกรรมควบคู่กับการปฏิบัติธรรม เนื่องจากสถานที่วัดหรือสถานที่ทางศาสนานับว่ามีข้อจำกัด ไม่สามารถนำเสนอการให้บริการกิจกรรมเชิงจิตวิญญาณได้บางกิจกรรม

5) รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านจาริกบุญจาริกธรรม

รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านจาริกบุญจาริกธรรม มีลักษณะเป็นการท่องเที่ยวเพื่อการพักผ่อนจิตใจตามแหล่งท่องเที่ยวของวัด เป็นการเดินทางไปทำบุญตามวัดต่างๆ โดยเป็นทัวร์ทำบุญไหว้พระในลักษณะเข้าไปเวียนกลับตามจังหวัดใกล้ๆ หรือเดินทางไปทำบุญในลักษณะค้างคืนช่วงเทศกาลงานบุญสำคัญ ๆ โดยมีเป้าหมายเพื่อความสุขใจและความสบาย

ใจ ทั้งเป็นสิริมงคลกับตนเองหรือครอบครัวในวาระสำคัญต่าง ๆ ทั้งนี้ โดยทั่วไปการท่องเที่ยวลักษณะนี้จะมีกิจกรรมการจาริกแสวงบุญ ซึ่งเป็นการเดินทางหรือการแสวงหาสิ่งที่มีความสำคัญต่อจิตใจ บางครั้งก็จะเป็นการเดินทางไปยังศาสนสถานที่มีความสำคัญต่อความเชื่อหรือความศรัทธาของผู้ที่เดินทางไปทำการจาริกแสวงบุญเรียกว่านักแสวงบุญ

ในประเด็นเกี่ยวกับรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านจาริกบุญจาริกธรรมนี้ มีผู้ทรงคุณวุฒิหลายท่านได้ให้สัมภาษณ์ไว้อย่างหลากหลาย ดังนั้น จึงจะได้นำเสนอมุมมองของผู้ทรงคุณวุฒิทั้งหมด เพื่อนำมาจัดทำเป็นร่างรูปแบบการท่องเที่ยวด้านจาริกบุญจาริกธรรมต่อไป ดังนี้

“รูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้มีการจัดกิจกรรมจาริกบุญจาริกธรรมหรือที่รู้จักในลักษณะของทัวร์ท่องเที่ยวตามวัดต่าง ๆ โดยใช้ศาสนสถาน ศาสนวัตถุ ศาสนธรรมและเรื่องราวที่เกี่ยวข้องกับพระสุปฏิปันโนเป็นสิ่งดึงดูด สำหรับเหตุผลที่นักท่องเที่ยวนิยมเดินทางไปไหว้รูปเหมือนพระสุปฏิปันโนนั้นเป็นการแสดงความระลึกถึงบุคคลต้นแบบ ในการประพฤติปฏิบัติธรรมเพื่อจะได้เป็นแนวทางไปสู่การปฏิบัติธรรมตามต้นแบบนั้น ซึ่งปรากฏให้เห็นในลักษณะที่นักท่องเที่ยวได้มีการพักค้างแรมทำกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาหรือกิจกรรมทางประเพณีภายในวัดนั้น ๆ” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1, 19 ตุลาคม 2564)

“ลักษณะของรูปแบบมีการขับเคลื่อนกิจกรรมการท่องเที่ยวที่มีอยู่ในวัด โดยเน้นจุดสนใจของสถานที่เป็นหลัก ส่วนอื่น ๆ ที่ไม่ใช่จุดเด่นของวัดจะเป็นส่วนเสริมการท่องเที่ยวเท่านั้น รูปแบบการท่องเที่ยวจึงควรมีการนำจุดเด่นของวัดที่เป็นการท่องเที่ยวมาจัดเป็นโปรแกรมการท่องเที่ยวแสวงบุญภายในวัด อาจแบ่งเป็นแต่ละทริปให้ชัดเจน ให้สอดคล้องกับความต้องการและมีความเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายและระยะเวลาที่ใช้ จะทำให้การท่องเที่ยวมีความหลากหลายยิ่งขึ้นไม่น่าเบื่อ และเพลิดเพลินกับการท่องเที่ยวอย่างสุขใจ ทั้งนี้ การมีโปรแกรมที่ชัดเจนจะสามารถนำไปประชาสัมพันธ์ได้แต่เนิ่น ๆ ซึ่งจะเป็นประโยชน์สำหรับนักท่องเที่ยวในการวางแผนมาท่องเที่ยวที่วัดตามช่วงเวลาที่มี” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2, 19 ตุลาคม 2564)

“รูปแบบเน้นการจัดโครงการส่งเสริมการท่องเที่ยวเส้นทางจาริกแสวงบุญในมิติทางศาสนา เป็นกิจกรรมรณรงค์การท่องเที่ยวบนเส้นทางจาริกแสวงบุญศาสนสถานสำคัญ เป็นการส่งเสริมให้วัดและศาสนสถานได้เป็นแหล่งท่องเที่ยวในมิติทางศาสนา ที่มีศักยภาพความพร้อมในการรองรับนักท่องเที่ยว และยังเป็นส่งเสริมให้วัดและศาสนสถานได้เปิดพื้นที่ให้กับนักท่องเที่ยวทุกกลุ่มทุกวัยได้เรียนรู้หลักธรรมทางศาสนาประวัติศาสตร์ ศิลปวัฒนธรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่น” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3, 19 ตุลาคม 2564)

“รูปแบบมีการส่งเสริมและสนับสนุนการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยจัดให้มีกิจกรรมสำหรับนักท่องเที่ยวที่หลากหลาย ได้แก่ การจัดกิจกรรมบนเส้นทางแสวงบุญ ศึกษา

ธรรมะ ฝึกสมาธิ เข้าร่วมพิธีกรรมทางศาสนา การเดินทางไปสักการะสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ การทำบุญให้ทาน การบริจาค ซึ่งจะช่วยให้เกิดความสุขทางใจแก่นักท่องเที่ยวและถือได้ว่าเป็น การพักผ่อนทางจิตใจด้วย” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 4, 19 ตุลาคม 2564)

“วัดถือเป็นตัวแทนของพระพุทธศาสนา จึงมีกิจกรรมที่วัดต้องทำอยู่ตลอดเวลาเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวสำหรับนักท่องเที่ยวที่เดินทางมาแสวงบุญ คือ วันสำคัญทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ วันมาฆบูชา วันวิสาขบูชา วันอาสาฬหบูชา วันเข้าพรรษา วันออกพรรษา นอกจากนี้ ทางวัดยังมีการจัดพิธีเจริญพระพุทธมนต์และเวียนเทียน รูปแบบการท่องเที่ยวจึงควรมีการขับเคลื่อนกิจกรรมเหล่านี้ขึ้นก็เพื่อเป็นการสักการะบูชาพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และเพื่อความเป็นสิริมงคลแก่นักท่องเที่ยวที่มาท่องเที่ยวภายในบริเวณวัด” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 5, 19 ตุลาคม 2564)

“หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวมีความคาดหวังที่จะให้วัดเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่มีความเข้มแข็ง เพื่อรองรับการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน จึงจำเป็นต้องมีการเตรียมความพร้อมในทุกๆด้าน เพื่อพัฒนาวัดให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวอย่างเป็นระบบ รูปแบบการท่องเที่ยวจึงควรเริ่มจากการจัดระบบและโปรแกรมการท่องเที่ยวบนเส้นทางแสวงบุญและจัดกิจกรรมบุญ เพื่อต้อนรับนักท่องเที่ยวในเทศกาลวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา เพื่อร่วมเป็นส่วนหนึ่งในเส้นทางแสวงบุญที่มีคุณค่าต่อพุทธศาสนิกชน” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 6, 19 ตุลาคม 2564)

“รูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้ควรมีการจัดโปรแกรมการเดินทางแสวงบุญไปยังสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ตามพุทธสถานต่าง ๆ ทั้งนี้ ความหมายแห่งการเดินทางมิได้อยู่เพียงแต่สถานที่เชิงกายภาพ แต่เมื่อมาถึงแล้วก่อให้เกิดธรรมสังเวชซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญ เพราะหมายความถึงใจของผู้แสวงบุญได้มองเห็นถึงธรรมะ ความเป็นไตรลักษณ์ ทุกขัง อนิจจัง อนัตตา ย่อมปรากฏชัดเจนผ่านสภาวะจิตถ้ามองเห็นและใจเกิดการเข้าถึงความเปลี่ยนแปลงก็จะได้เห็นพระไตรลักษณ์ เห็นความไม่แน่นอน เห็นความไม่เที่ยง ดังนั้น การท่องเที่ยวแสวงบุญจาริกธรรมทางพระพุทธศาสนาจึงจะช่วยกล่อมเกล้าจิตใจให้อ่อนโยน บริสุทธิ์ และใสสะอาด” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 7, 19 ตุลาคม 2564)

“ท่ามกลางปัญหาที่รุมเร้าในสังคมไทยปัจจุบัน ส่งผลให้ผู้คนจำนวนมากต่างแสวงหาสิ่งยึดเหนี่ยวทางใจ เพื่อให้สามารถฟันฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ ไปสู่จุดหมายได้ตามต้องการ เกื้อหนุนให้ธุรกิจที่เกี่ยวข้องกับการทำบุญเติบโตอย่างรวดเร็ว จึงทำให้เกิดการท่องเที่ยวในรูปแบบของการเดินทางทำบุญ โดยเฉพาะทัวร์ทำบุญไหว้พระที่กำลังมาแรง ทั้งนี้ด้วยกระแสความศรัทธาในการทำบุญไหว้พระและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายซึ่งอยู่คู่กับคนไทยมาช้านาน ส่งผลให้บรรดาบริษัทนำเที่ยวและธุรกิจที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งหน่วยงานของภาครัฐและภาคเอกชนในแต่ละพื้นที่ต่างพัฒนากิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับประเพณีงานบุญของท้องถิ่นและการไหว้พระตามวัดต่าง ๆ เพื่อเป็นจุดขายดึงดูดนักท่องเที่ยวคนไทยที่นิยมทำบุญไหว้พระ ซึ่งเป็นตลาดท่องเที่ยวเฉพาะกลุ่มที่น่าจับตามอง” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 8, 19 ตุลาคม 2564)

“ลักษณะการท่องเที่ยวรูปแบบนี้ควรมุ่งเน้นให้นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุได้มีโอกาสเดินทางท่องเที่ยวตามแหล่งท่องเที่ยวทางศาสนา เพื่อให้หัวพระสวดมนต์หรือเดินทางทำบุญที่มีหลายรูปแบบ ตั้งแต่การตักบาตร ถวายสังฆทาน ทำบุญเลี้ยงพระ ไปจนถึงการไหว้พระและปิดทอง เนื่องจากคนไทยที่นับถือศาสนาพุทธส่วนใหญ่จะทำบุญในวาระต่าง ๆ ต่อเนื่องตลอดทั้งปี ทั้งการทำบุญตามประเพณี ในช่วงวันสำคัญทางศาสนาและเทศกาลงานบุญต่าง ๆ (เช่น วันมาฆบูชา วันวิสาขบูชา วันเข้าพรรษา วันออกพรรษา วันพระ งานทอดกฐิน และทอดผ้าป่า เป็นต้น) และการทำบุญไหว้พระ ไหว้เจ้า และสักการะสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายเพื่อเป็นสิริมงคลกับตนเองหรือครอบครัวในวาระสำคัญ” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 9, 19 ตุลาคม 2564)

“ลักษณะการท่องเที่ยวแบบจาริกธรรม เป็นการท่องเที่ยวที่ผู้สูงอายุเดินทางท่องเที่ยวทำบุญไหว้พระส่วนใหญ่ โดยเป็นทัวร์ทำบุญไหว้พระในลักษณะเข้าไปเยี่ยมกลับตามจังหวัดใกล้ ๆ ที่เหลือเป็นกลุ่มที่เดินทางไปทำบุญในลักษณะค้างคืนช่วงเทศกาลงานบุญสำคัญ ๆ อาทิ ช่วงเทศกาลเข้าพรรษา เทศกาลตรุษจีน และเทศกาลกินเจ เป็นต้น รูปแบบการจัดการเดินทางท่องเที่ยวจาริกธรรมเพื่อการทำบุญไหว้พระจึงมี 2 รูปแบบซึ่งมีสัดส่วนใกล้เคียงกัน คือ รูปแบบที่ผู้เดินทางจัดการเดินทางไปกันเองในกลุ่มครอบครัวหรือเพื่อนฝูง และรูปแบบที่ผู้เดินทางซื้อรายการท่องเที่ยวทำบุญไหว้พระเดินทางไปเป็นกลุ่มจากบริษัทนำเที่ยวหรือผู้ประกอบการธุรกิจอื่นที่เกี่ยวข้อง” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 10, 19 ตุลาคม 2564)

“รูปแบบการท่องเที่ยวควรมีลักษณะจัดรายการทัวร์ไหว้พระเดินทางไปเป็นกลุ่ม โดยจัดรายการท่องเที่ยวจาริกธรรมเพื่อการทำบุญไหว้พระในลักษณะการหาผู้ร่วมทำบุญแบบปากต่อปากไปตามชุมชนกลุ่มต่าง ๆ อาทิ ผู้พักอาศัยในหมู่บ้านจัดสรร กลุ่มคนทำงานตามหน่วยราชการ โดยผู้ประกอบการจัดทัวร์ไหว้พระจะทำหน้าที่ประสานกับวัดในต่างจังหวัด รวมทั้งจัดหารถบริการ ทั้งนี้การท่องเที่ยวจาริกธรรมและทำบุญไหว้พระในลักษณะนี้ควรจะเป็นกลุ่มขนาดใหญ่และมีค่าบริการถูก” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 11, 19 ตุลาคม 2564)

“การท่องเที่ยวรูปแบบนี้ควรมีลักษณะการจัดทริปทัวร์แสวงบุญหรือทัวร์ทำบุญไหว้พระสำหรับผู้สูงอายุ โดยให้มีสัดส่วนของนักท่องเที่ยวที่ไม่มากนัก เน้นความสะดวกสบายมากกว่าเพราะเป็นกลุ่มที่มีจำนวนไม่มาก และให้บริการด้านต่างๆทั้งด้านที่พัก อาหารและการเดินทาง มีคุณภาพระดับเดียวกับรายการนำเที่ยวทั่ว ๆ ไป มีการจัดรายการโปรแกรมนำนักท่องเที่ยวไหว้พระตามวัดที่มีชื่อเสียง รวมทั้งสักการะสิ่งศักดิ์สิทธิ์ของแต่ละท้องถิ่นเป็นส่วนหนึ่งของรายการนำเที่ยว” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 12, 19 ตุลาคม 2564)

“จัดกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาหรือกิจกรรมที่เกี่ยวกับวิถีชีวิตเป็นพิเศษที่สามารถดึงดูดความสนใจของนักท่องเที่ยว อาจเป็นกิจกรรมที่เหมาะสมกับประเพณี วัฒนธรรมและวิถีชีวิตดั้งเดิมที่มีอยู่แล้ว เป็นกิจกรรมที่สะท้อนภูมิปัญญาท้องถิ่นและแสดงถึงประเพณีวัฒนธรรมที่สวยงาม

มีเอกลักษณ์โดดเด่นสามารถดึงดูดนักท่องเที่ยวให้มาชื่นชมและอยากกลับมาเยือนวัดอีก โดยวัดร่วมกับคนในชุมชนที่เห็นคุณค่าและความสำคัญในมรดกภูมิปัญญาของตนเอง และมีความประสงค์ที่จะคงไว้ซึ่งเอกลักษณ์ในวิถีชีวิต ศิลปวัฒนธรรมและประเพณีของชุมชนท้องถิ่นให้ดำรงอยู่” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 13, 19 ตุลาคม 2564)

“รูปแบบการเดินทางท่องเที่ยวควรมีลักษณะของการแสวงบุญ เพื่อให้แก่นักท่องเที่ยวได้รับความรู้และความเพลิดเพลิน เป็นการเดินทางที่ให้คุณค่าทางด้านจิตใจแก่พุทธศาสนิกชน กระตุ้นเตือนให้เกิดธรรมสังเวช ไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต รวมถึงการไปเคารพบูชา กราบไหว้วัดหรือสถานที่ที่เกี่ยวข้องกับพระองค์ด้วย เช่น พระสถูปเจดีย์ที่บรรจุพระบรมสารีริกธาตุไว้ ณ พระธาตุดอยสุเทพ จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งเป็นพุทธเอกลักษณ์แห่งดินแดนล้านนา ตลอดจนโบสถ์วิหารต่าง ๆ ที่ประดิษฐานพระพุทธรูปอันสำคัญ เป็นเครื่องระลึกถึงคุณของพระพุทธรูป ซึ่งนำไปสู่กิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงพุทธอื่น ๆ ในปัจจุบันนับตั้งแต่กิจกรรมการท่องเที่ยว การไหว้พระ 9 วัด รวมไปถึงการเดินทางไปไหว้พระธาตุประจำปีเกิด เป็นต้น” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 14, 19 ตุลาคม 2564)

“การท่องเที่ยวลักษณะนี้ควรเป็นกระบวนการที่มีความสัมพันธ์ต่อกัน โดยให้มีกิจกรรมร่วมกัน ได้รับความรู้ความสนุกสนาน ความเพลิดเพลิน จากการเที่ยวชมสถานที่ที่สวยงาม หรือทัศนียภาพแปลกๆ อีกทั้ง รูปแบบการท่องเที่ยวควรมีการจัดกิจกรรมแสวงบุญสำหรับนักท่องเที่ยว เพื่อให้แก่นักท่องเที่ยวได้มาสักการะสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ ร่วมทำบุญบริจาคทาน และปฏิบัติบูชา ซึ่งจะนำความเป็นสิริมงคลมาสู่ชีวิตและครอบครัวของผู้ที่ได้ไปสักการะขอพร และยังสามารถสร้างเสริมกำลังใจให้เกิดขึ้น ทำให้จิตใจผ่องใส” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 15, 19 ตุลาคม 2564)

“จัดกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาสำหรับนักท่องเที่ยว โดยเป็นกิจกรรมบุญที่เรียบง่าย ซึ่งจัดเป็นประจำอยู่แล้ว รูปแบบของกิจกรรมการท่องเที่ยวลักษณะนี้จะเน้นการเข้าวัดทำบุญสมาทานศีล โดยมีพระสงฆ์นำสวดมนต์ไหว้พระ นั่งสมาธิ เจริญจิตภาวนา เทศนาธรรม ให้ศีลให้พร ประพรมน้ำพระพุทธมนต์ เป็นการสร้างบุญกุศลให้เกิดขึ้นกับตนเอง ตลอดจนสามารถแผ่เมตตาให้กับบรรดาสรรพสัตว์ทั้งหลายได้อีกทางหนึ่งด้วย” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 16, 19 ตุลาคม 2564)

“ลักษณะการท่องเที่ยวให้มีการจัดกิจกรรมวิถีพุทธวิถีธรรม เพื่อสร้างจุดสนใจหรือสร้างกระแสความสนใจให้กับพื้นที่ โดยวัดอาจร่วมกับชุมชนจัดกิจกรรมทางศาสนาบนเส้นทางแสวงบุญสำหรับนักท่องเที่ยว ซึ่งเป็นกิจกรรมสร้างสรรค์ที่มีคุณค่าทางจิตใจต่อพุทธศาสนิกชน และต่อความสัมพันธ์ที่ดีในสังคม รวมทั้งมีการประชาสัมพันธ์เชิญชวนประชาชนให้มาร่วมในพิธีหรือกิจกรรมเหล่านี้” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 17, 19 ตุลาคม 2564)

“จัดทำสื่อประชาสัมพันธ์การท่องเที่ยวและกิจกรรมของวัดในวันสำคัญหรือเทศกาลสำคัญต่าง ๆ อาทิ แผ่นพับแนะนำกิจกรรมหรือสถานที่ท่องเที่ยวภายในวัดแบบง่าย ๆ อาจบอกกล่าวถึง

ประวัติความเป็นมาของวัด ลักษณะทางกายภาพของวัด ประเพณีที่สำคัญของวัด สถานที่ท่องเที่ยวในวัดและกิจกรรมการท่องเที่ยว ปฏิทินกิจกรรมการท่องเที่ยวของวัดตลอดทั้งปี วัฒนธรรมของชุมชน เช่น การแต่งกาย ความเชื่อ และการเดินทางเป็นต้น เพื่อให้นักท่องเที่ยวได้รู้เป็นการเตรียมตัวในการเดินทางมาท่องเที่ยวในวัด” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 18, 19 ตุลาคม 2564)

“รูปแบบที่สำคัญควรมีการจัดทำเป็นปฏิทินการท่องเที่ยวหรือปฏิทินการจัดกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาของวัดตลอดปี เพื่อให้นักท่องเที่ยวได้ทราบล่วงหน้า และมีโอกาสเลือกตัดสินใจที่จะมาท่องเที่ยวได้ตามความเหมาะสมกับระยะเวลาที่มี รวมทั้งให้มีการระบุถึงข้อจำกัดหรือเงื่อนไขในการเยี่ยมชมแหล่งท่องเที่ยวในวัดไว้ในโปรแกรมการท่องเที่ยวด้วย” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 19, 19 ตุลาคม 2564)

“สิ่งที่ขาดไม่ได้สำหรับการท่องเที่ยวลักษณะนี้คือจะต้องมีการประชาสัมพันธ์เผยแพร่เส้นทางท่องเที่ยวแสวงบุญของวัดหรือกิจกรรมของวัดในวันสำคัญทางศาสนา เช่น วันวิสาขบูชา หรือเทศกาลสำคัญทางเสียงตามสาย หรือหอกระจายข่าวของชุมชนหรือวิทยุชุมชน เพื่อเชิญชวนชาวบ้านในพื้นที่ผู้มีจิตสำนึกรักบ้านเกิด โดยให้มาร่วมเป็นเจ้าของภาพต้อนรับนักท่องเที่ยวด้วยการพร้อมใจกันแต่งกายด้วยชุดขาวทั้งชุมชน มาช่วยวัดจัดกิจกรรมทางศาสนาและนำนักท่องเที่ยวเดินชมวัดตามเส้นทางแสวงบุญภายในวัดอย่างอึดอ้อมแถมใส่” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 20, 19 ตุลาคม 2564)

“ควรมีการพัฒนาบุคลากรของวัดในด้านการท่องเที่ยว เช่น การจัดฝึกอบรมความรู้เกี่ยวกับมัคคุเทศก์แก่พระสงฆ์หรือบุคลากรภายในวัด หรือเด็กเยาวชนผู้มีจิตอาสาจะมาเป็นมัคคุเทศก์น้อย การอบรมในเรื่องการให้บริการที่ดี ซึ่งสามารถฝึกฝนให้เกิดขึ้นจนเป็นนิสัยของการเป็นผู้ให้บริการที่ดีได้ โดยอาศัยความตั้งใจจริงและความมุ่งมั่นประกอบกัน ตลอดจนพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมการท่องเที่ยวในวัด โดยยึดหลักกัลยาณมิตร” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 21, 19 ตุลาคม 2564)

“โครงการและกิจกรรมต่างๆ ของแต่ละวัดในภาคเหนือจะมีตลอดทั้งปี ทั้งกิจกรรมภายในและภายนอกวัด เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเลือกกิจกรรมที่ตนเองพึงพอใจและมีความสุขในสิ่งที่ตนได้กระทำ รูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้ควรเน้นการเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆของวัดที่จัดขึ้น” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 22, 19 ตุลาคม 2564)

“รูปแบบการท่องเที่ยวควรมีการจัดทริปปจาริกบุญจาริกธรรมเพื่อให้นักท่องเที่ยวได้สัมผัสกับความอึดบุญ อึดใจ ในการท่องเที่ยวจาริกบุญตามวัดและสถานที่ปฏิบัติธรรมต่างๆ ซึ่งตั้งอยู่ในแหล่งท่องเที่ยวของวัด โดยแต่ละแห่งจะมีศิลปะและสถาปัตยกรรมโดดเด่น พร้อมทั้งมีกิจกรรมท่องเที่ยวประกอบสาธารณกุศลมากมาย ที่นอกเหนือไปจากกิจกรรมปฏิบัติธรรม” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 23, 19 ตุลาคม 2564)

“นอกจากโปรแกรมและกิจกรรมการท่องเที่ยวแล้ว สิ่งสำคัญประการหนึ่งคือควรจัดอบรมผู้นำเที่ยวหรือมัคคุเทศก์วิทยากรการท่องเที่ยวเชิงจาริกแสวงบุญให้ที่มีความรู้ ความสามารถ

นำชมได้อย่างประทับใจแก่ผู้มาท่องเที่ยว เพราะผู้นำเที่ยวเป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่งที่ทำให้การท่องเที่ยวประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวได้ และควรจัดถวายความรู้แก่พระสงฆ์เรื่องการจัดการวัดให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวทางศาสนา เพื่อจะได้นำความรู้มาเป็นประโยชน์แก่การพัฒนาวัด” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 24, 19 ตุลาคม 2564)

“รูปแบบการท่องเที่ยวควรจัดโปรแกรมกิจกรรมจาริกเส้นทางแสวงบุญในมิติทางศาสนา กิจกรรมท่องเที่ยวในลักษณะของบุญจาริกเพื่อเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ อันเกี่ยวเนื่องกับพระพุทธศาสนา และการปฏิบัติธรรมเจริญจิตตภาวนา ตามรอยครูบาอาจารย์พระอริยสงฆ์ ทั้งนี้โดยความร่วมมือของหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวดำเนินการ มีการสนับสนุนและส่งเสริมให้วัด ศาสนสถาน โบราณสถาน ชุมชน เป็นแหล่งท่องเที่ยวในพื้นที่ และส่งเสริมการบูรณาการเชื่อมโยงระหว่างวัด ศาสนสถาน ชุมชน และหน่วยงานต่าง ๆ เพื่อเป็นเครือข่ายส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ในมิติทางศาสนาอย่างยั่งยืน” (สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 25, 19 ตุลาคม 2564)

ดังนั้น จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิทั้งหมด จึงพอสรุปเพื่อนำไปจัดทำเป็นร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านจาริกบุญจาริกธรรมได้ว่า การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานรูปแบบนี้ ควรมีลักษณะเป็นการจาริกบุญจาริกธรรมหรือที่รู้จักในลักษณะของทัวร์ท่องเที่ยวตามวัดต่าง ๆ โดยใช้ศาสนสถาน ศาสนวัตถุ ศาสนธรรม และเรื่องราวที่เกี่ยวข้องกับพระสุปฏิปันโนเป็นสิ่งดึงดูด เป็นการส่งเสริมให้วัดและศาสนสถานได้เป็นแหล่งท่องเที่ยวในมิติทางศาสนา ที่มีศักยภาพความพร้อมในการรองรับนักท่องเที่ยว และยังเป็นส่งเสริมให้วัดและศาสนสถานได้เปิดพื้นที่ให้กับนักท่องเที่ยวทุกกลุ่มทุกวัยได้เรียนรู้หลักธรรมทางศาสนา ประวัติศาสตร์ ศิลปวัฒนธรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่น โดยมุ่งเน้นส่งเสริมการบูรณาการเชื่อมโยงระหว่างวัด ศาสนสถาน ชุมชนและหน่วยงานต่าง ๆ เพื่อเป็นเครือข่ายส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ในมิติทางศาสนาอย่างยั่งยืน ทั้งนี้ กิจกรรมบนเส้นทางแสวงบุญจะมีลักษณะเป็นการศึกษา ธรรมะ ฝึกสมาธิ เข้าร่วมพิธีกรรมทางศาสนา การเดินทางไปสักการะสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ การทำบุญให้ทาน การบริจาค ซึ่งจะช่วยให้เกิดความสุขทางใจแก่นักท่องเที่ยวและถือได้ว่าเป็นการพักผ่อนทางจิตใจด้วย การท่องเที่ยวรูปแบบนี้จะเหมาะสมกับนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ เพราะจะได้มีโอกาสเดินทางท่องเที่ยวตามแหล่งท่องเที่ยวทางศาสนา เพื่อไหว้พระสวดมนต์หรือเดินทางทำบุญที่มีหลายรูปแบบ ตั้งแต่การตักบาตร ถวายสังฆทาน ทำบุญเลี้ยงพระ ไปจนถึงการไหว้พระและ และสักการะสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายเพื่อเป็นสิริมงคลกับตนเองหรือครอบครัวในวาระสำคัญ นอกจากนี้รูปแบบการท่องเที่ยวควรให้มีการจัดกิจกรรมวิถีพุทธวิถีธรรม เพื่อสร้างจุดสนใจหรือสร้างกระแสความสนใจให้กับพื้นที่ โดยวัดอาจร่วมกับชุมชนจัดกิจกรรมทางศาสนาบนเส้นทางแสวงบุญสำหรับนักท่องเที่ยว ซึ่งเป็นกิจกรรมสร้างสรรค์ที่มีคุณค่าทางจิตใจต่อพุทธศาสนิกชน และต่อความสัมพันธ์ที่ดีในสังคม รวมทั้งมีการประชาสัมพันธ์เชิญชวนประชาชนให้มาร่วมในพิธีหรือกิจกรรมเหล่านี้

ตอนที่ 3 แนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาพและลดความซึมเศร้า

หลักพุทธธรรมเป็นหลักคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าและเป็นข้อปฏิบัติอันเป็นแนวทางที่จะทำให้มนุษย์มีความประพฤติปฏิบัติชอบ และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ตามความเหมาะสมตามฐานะและภาวะของแต่ละบุคคล เพื่อเข้าถึงสมดุลงของชีวิต ทั้งทางกาย จิต สังคมและปัญญา ทั้งนี้จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ ในประเด็นเกี่ยวกับแนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาพและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง ซึ่งแต่ละคนได้ให้สัมภาษณ์และเสนอมุมมองที่หลากหลายในแต่ละประเด็น คณะผู้วิจัยจึงได้นำมาวิเคราะห์และสังเคราะห์เป็นองค์รวม โดยสามารถสรุปได้ 5 ด้าน ดังนี้

1) ด้านสุขภาพ (Health)

1.1) ผู้สูงอายุเป็นกลุ่มนักท่องเที่ยวที่ต้องการได้รับความสำราญ และความเพลิดเพลินสบายใจ หลักธรรมที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในเสริมสร้างให้ผู้สูงอายุมีความสุขสบายใจได้คือหลักอุเบกขาธรรม โดยเน้นให้ผู้สูงอายุได้เข้าใจความเป็นจริงของชีวิตและฝึกปฏิบัติตนในการปล่อยวางเรื่องราวที่ผ่านเข้ามาในชีวิตที่ทำให้เกิดความทุกข์กายและทุกข์ใจ และเข้าร่วมกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงศาสนาที่เน้นนันทนาการและการพักผ่อนร่างกายกับจิตใจ

1.2) เนื่องจากผู้สูงอายุเป็นวัยที่ต้องมีการดูแลสุขภาพร่างกายของตนเองให้มีสมรรถนะที่แข็งแรงและคล่องแคล่วตามสภาพของวัย การปฏิบัติธรรมกรรมฐานและการเดินจงกรมจะสามารถตอบสนองต่อความต้องการทางกายภาพได้ตามสภาพที่เป็นอยู่ และการปฏิบัติตนตามหลักกายภาวนา ซึ่งเป็นหลักธรรมที่เป็นแนวทางในการพัฒนาร่างกายให้เข้มแข็ง การปฏิบัติตามหลักธรรมดังกล่าวจะมีผลต่อสภาพจิตใจของผู้สูงอายุทำให้เกิดความสุขสบายทั้งร่างกายและจิตใจไปพร้อมๆกัน

1.3) ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมสุขภาพวิถีพุทธวิถีธรรมอย่างต่อเนื่อง โดยเน้นกิจกรรมที่ได้ลงมือปฏิบัติหรือการเคลื่อนไหวปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน ให้มีสมรรถภาพในการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ทั้งนี้ผู้สูงอายุสามารถนำขันติธรรมซึ่งเป็นธรรมที่เกี่ยวข้องกับความอดทนมาประยุกต์ใช้ได้ ทำให้เกิดความเพียรพยายามที่จะกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้สำเร็จ ไม่ย่อท้อต่อปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น โดยมีเป้าหมายเพื่อเน้นการลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง เป็นการส่งเสริมสุขภาพทางด้านร่างกายของผู้สูงอายุให้มีการเคลื่อนไหวและไม่เฉื่อยชา

1.4) ส่งเสริมและสร้างแรงจูงใจให้ผู้สูงอายุได้ทำกิจกรรมต่างๆภายในวัด การบำเพ็ญสาธารณประโยชน์ โดยใช้หลักอุปริทานิยธรรมและหลักบุญกิริยาวัตถุเป็นฐานในการดำเนินงาน รวมทั้งมีการสร้างกิจกรรมให้สมาชิกในกลุ่มผู้สูงอายุสามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเพื่อตั้งเป้าหมายในการดูแลตนเองในชีวิตประจำวัน ให้มีความมั่นใจในตนเองเป็นการลดภาระของผู้ดูแล ซึ่งจะทำให้ผู้สูงอายุมีการพัฒนาความสุกสมิตสุขสบายได้ดีมากขึ้น การรับรู้ถึงสมรรถภาพทางกายและทางใจที่

เพิ่มขึ้นในผู้สูงอายุ นั้น จะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกมีความมั่นคงและไม่เป็นภาระกับผู้อื่น ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมที่จัดให้มากยิ่งขึ้น

1.5) สร้างกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางกาย คือ ให้ผู้สูงอายุคำนึงและทำให้ตนเองมีร่างกายที่แข็งแรง มีสุขภาพที่ดี เป็นกระบวนการเสริมสร้าง ป้องกันและเตรียมความพร้อม กระบวนการเสริมสร้างคือ การสร้างความรู้หรือการให้ความรู้ในเรื่องของสุขภาพ การดูแลตนเองแก่ผู้สูงอายุให้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง กระบวนการป้องกัน คือ การออกกำลังกายเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันโรค การฝึกฝนการใช้ร่างกายในการทำกิจกรรมระหว่างวัน หรือกิจกรรมเสริมอาชีพต่าง ๆ ช่วยสร้างความยืดหยุ่นและความแข็งแรงให้กับร่างกายของผู้สูงอายุ

2) สุขสนุก (Recreation)

2.1) พัฒนากิจกรรมที่เสริมสร้างความสนุกสนานและสร้างรอยยิ้มให้ผู้สูงอายุ เช่น กิจกรรมฟิงเทิร์นธรรมะ กิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ เป็นต้น โดยเป็นมิติที่เกี่ยวข้องกับความสามารถของผู้สูงอายุในการเลือกวิถีชีวิตที่รื่นรมย์ สนุกสนาน ด้วยการทำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดอารมณ์ที่เป็นสุข และสร้างความสดชื่นแจ่มใส กระปรีกระเป่า ได้ศึกษาเรียนรู้หลักปaliโพธิธรรมซึ่งเป็นหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนาสำหรับนำไปปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน จะทำให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถลดความซึมเศร้า ความเครียดและความวิตกกังวลได้

2.2) จัดกิจกรรมที่ส่งเสริมความมีชีวิตชีวาร่วมกับเพื่อนวัยเดียวกันและต่างวัยในสังคม เช่น กิจกรรมท่องเที่ยวแสวงบุญ การทัศนศึกษาวัดและศาสนสถาน เป็นต้น การที่ผู้สูงอายุได้พูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันจะทำให้มีความสุข ลดความเหงาและผ่อนคลายความเครียด ทั้งนี้ การร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุจะมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวเข้าสู่กระบวนการสูงอายุ โดยผู้ที่มีการร่วมกิจกรรมน้อยจะแสดงอาการสูงอายุเร็วกว่าปกติ

2.3) เสริมสร้างการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุต่อกิจกรรมที่จัดขึ้น เพื่อสร้างความรู้ถึงการมีส่วนร่วม ลดการแยกตัวและเพิ่มการมีปฏิสัมพันธ์ของผู้สูงอายุกับเพื่อนๆในกลุ่ม ซึ่งเป็นการสร้างสังคมให้กับผู้สูงอายุที่ติดสังคม โดยเน้นสังคมวิถีพุทธวิถีธรรมเพื่อให้ผู้สูงอายุมีความสุขกับการปฏิบัติธรรมและมีความสุขที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆของวัด

2.4) อบรมพัฒนาจิตตามหลักมหาสติปัฏฐานให้ผู้สูงอายุมีอารมณ์ดี ไม่เหงา ห่างไกลจากภาวะซึมเศร้า การจะเป็นผู้มีอารมณ์ร่าเริงยินดีมีความพึงพอใจในชีวิต ต้องมีการพัฒนาอารมณ์ให้เกิดความสุขสนุก เพลิดเพลินผ่อนคลายความตึงเครียดและเกิดความสุขทางใจ นอกจากนี้ การปฏิบัติตามหลักมหาสติปัฏฐานคือ มีการพิจารณากาย เวทนา จิต และธรรม อย่างสม่ำเสมอ มีเป้าหมายเพื่อแก้ปัญหาในด้านต่าง ๆ ของชีวิต เช่น ปัญหาครอบครัว ปัญหาร่างกายหรือสุขภาพ และปัญหาด้านจิตใจ

2.5) สนับสนุนกิจกรรมนันทนาการที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุและทำให้ผู้สูงอายุสนใจเข้าร่วม ซึ่งจะต้องเป็นกิจกรรมที่จัดขึ้นโดยคำนึงถึงข้อจำกัดทั้งทางร่างกาย จิต อารมณ์ และสังคมของผู้สูงอายุ โดยควรเป็นกิจกรรมเบา ๆ ที่ผู้สูงอายุเลือกทำตามความต้องการ หรือผู้ดูแลผู้สูงอายุจัดให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เช่น กิจกรรมทางสังคม ได้แก่ การร่วมในงานบุญงานประเพณี งานเทศกาลงานของเพื่อนบ้าน ซึ่งเป็นกิจกรรมภายในชุมชนที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังเข้าร่วมอยู่

3) สุขสง่า (Integrity)

3.1) ส่งเสริมกิจกรรมการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุให้มีความสุขสง่า ซึ่งเป็นมิติของความสุขที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิต ความภาคภูมิใจ ความเชื่อมั่นในตนเอง การเห็นคุณค่าและยอมรับนับถือในตนเอง มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เอื้อเฟื้อแบ่งปันและมีส่วนร่วมในการช่วยเหลือผู้อื่นในสังคม ซึ่งเป็นไปตามหลักพรหมวิหารธรรมที่ทำให้ผู้สูงอายุรู้จักมีเมตตาต่อสมาชิกในครอบครัว และรู้จักวางตนอย่างเหมาะสม

3.2) จัดทำกิจกรรมที่ทำให้เพลิดเพลิน ไม่หมกมุ่นอยู่กับความคิดแบบเดิม ๆ อาจเป็นกิจกรรมที่ชื่นชอบ หรือกิจกรรมแปลกใหม่เพื่อสร้างประสบการณ์การเรียนรู้สิ่งใหม่ หรือการช่วยเหลือกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งในครอบครัว และชุมชนตามศักยภาพที่ตนเองมี รวมทั้งปฏิบัติตามหลักสังคหวัตถุ 4 ซึ่งจะทำให้รู้จักช่วยเหลือผู้สูงวัยด้วยกัน รู้จักพูดให้กำลังใจ รู้จักบำเพ็ญสาธารณกุศลและรู้จักใช้ชีวิตอย่างพอเพียง

3.3) จัดกิจกรรมกลุ่มสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อให้มีความรู้สึกมีคุณค่า และเกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง เช่น การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ชีวิตในด้านที่ดี/ความภาคภูมิใจในอดีตกับเพื่อนวัยเดียวกัน และต่างวัยในสังคม รวมทั้งจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ช่วยเหลือกันเองในกลุ่ม เช่น กลุ่มผู้สูงวัยอาสา เป็นต้น

3.4) สนับสนุนและส่งเสริมกิจกรรมเพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดความตระหนักถึงการแบ่งปัน และช่วยเหลือผู้อื่นในสังคม จนเกิดความคิดเชิงบวก ความภาคภูมิใจและความมีคุณค่าในตัวเอง โดยการนำหลักโลกธรรม 8 มาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต ซึ่งจะช่วยให้เข้าใจการเปลี่ยนแปลงของโลกตามความเป็นจริง ที่สำคัญยังเป็นการเปลี่ยนทัศนคติของผู้สูงอายุจากภาวะกลายเป็นพลังให้กับชุมชนอีกด้วย

3.5) ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุใกล้ชิดกับเพื่อนผู้สูงอายุคนอื่นๆ เพื่อฝึกให้เกิดการช่วยเหลือกันเองเช่น การจัดกิจกรรมเยี่ยมบ้าน จิตอาสาในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อทำตนให้เป็นประโยชน์และเสียสละเพื่อส่วนรวม อาจเป็นแรงงานหรือทรัพย์หรือความรู้ก็ได้ รวมทั้งจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เช่น การตั้งชมรมต่าง ๆ และชุมชน โดยควรจัดเวทีชุมชนให้ผู้สูงอายุได้แสดงความคิดเห็น หรือในประเด็นต่าง ๆ เพื่อกระตุ้นสมองป้องกันภาวะสมองเสื่อม เป็นต้น

4) สุขสว่าง (Cognition)

4.1) ปรับเปลี่ยนความคิดที่เป็นคนยึดมั่นถือมั่นในชีวิตให้รู้จักการปล่อยวาง และฝึกฝนการบริหารจิตตามหลักไตรสิกขาเพื่อให้เกิดสติ สมาธิ ปัญญา ได้แก่ การปฏิบัติธรรมซึ่งเป็นกิจกรรมฝึกการกำหนดน้บลมหายใจตามหลักสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานเพื่อลดความเครียด และกิจกรรมฝึกสมาธิด้วยการเอาจิตจดจ่ออยู่กับการเคลื่อนไหวของสรรพสิ่ง ทั้งนี้สมาธิที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ นั้นจะส่งผลให้ผู้สูงอายุเกิดความสุขสว่างได้

4.2) เน้นกิจกรรมสมาธิบำบัดโรคที่เป็นการฝึกสติและสมาธิ เพื่อชะลอความเสื่อมของสมองในด้านต่างๆ ได้แก่ การฝึกการเรียนรู้สิ่งใหม่ที่ไม่คุ้นชิน เช่น การรวมกลุ่มกับเพื่อน ๆ หรือกลุ่มวัยอื่นๆ เพื่อพบปะพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็น การใช้เหตุผลในการตรวจสอบข้อเท็จจริงและการคิดไตร่ตรอง ปัจจุบันเป็นที่ยอมรับกันแล้วว่าการทำจิตให้เป็นสมาธิ ช่วยสร้างความผ่อนคลายแก้ไขโรคความเครียดและปัญหาความทุกข์ใจอย่างได้ผล

4.3) ฝึกฝนการเรียนรู้ให้จิตใจจดจ่ออยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งเป็นประจำทุกวัน โดยบูรณาการกับหลักอริยสัจ 4 คือ รู้ปัญหา รู้เหตุของปัญหา รู้วิธีแก้ปัญหารู้ผลดีของการแก้ปัญหา ซึ่งจะช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถรับรู้และเข้าใจในสภาวะอารมณ์ของตนเองได้อย่างรวดเร็ว สามารถควบคุมสภาวะอารมณ์ของตนเองในด้านลบได้ดีและทำให้เกิดความสงบในจิตใจได้อีกด้วย

4.4) จัดกิจกรรมธรรมปฏิบัติสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุมักจะปฏิบัติอยู่เป็นประจำ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ผู้ปฏิบัติได้สำรวมกาย วาจา ใจ เช่น สวดมนต์เพื่อระลึกถึงพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ การถือศีล 5 หรือศีล 8 เป็นวิธีหยุดความคิดและอารมณ์ทางลบที่เกิดขึ้น เพื่อให้เกิดความเบาสบายและมีประสิทธิภาพของสมองต่อการคิดแก้ปัญหา

4.5) เสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณ ให้ผู้สูงอายุสามารถเกิดการเรียนรู้ทั้งทางโลกและทางธรรมควบคู่กันไปกล่าวคือ ใช้กระบวนการด้านกายภาวนา สีสภาวนา และจิตภาวนา เป็นฐานของการเรียนรู้ในส่วนของปัญญาภาวนา คือ การมุ่งเน้นไปที่การทำให้ผู้สูงอายุมีจิตใจที่อยู่ในภาวะที่มีความสุขและเกิดความเข้าใจในการใช้ชีวิต

5) สุขสงบ (Peacefulness)

5.1) จัดกิจกรรมพัฒนาสมรรถนะของผู้สูงอายุในการรับรู้เข้าใจความรู้สึกของตนเอง รู้จักควบคุมอารมณ์และสามารถจัดการกับสภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถผ่อนคลายให้เกิดความสุขสงบกับตนเองได้ รวมทั้งสามารถปรับตัวและยอมรับสภาพที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริงตามหลักไตรลักษณ์ 3 คือความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์และความไม่ใช่ตัวตน

5.2) ขับเคลื่อนวิธีการส่งเสริมความสุขสงบเพื่อปรับความคิดและบริหารจัดการของผู้สูงอายุให้เกิดสติสมาธิ โดยการฝึกความคิดยึดหยุ่นให้มากขึ้น อย่าเข้มงวด จับผิดหรือตัดสินผิดถูกตนเองและ

ผู้อื่นอยู่ตลอดเวลา รู้จักผ่อนหนักเป็นเบา ลดทิวี่ ฆานะ รู้จักให้อภัยไม่ถือโทษโกรธเคืองและปล่อยวาง ชีวิตจะได้มีความสุขมากขึ้น

5.3) ฝึกการคิดถึงคนอื่นตามหลักโยนิโสมนสิการธรรม อย่าคิดหมกมุ่นกับตนเองเท่านั้น เปิดใจให้กว้าง รับรู้ความเป็นไปของคนอื่น โดยเริ่มต้นง่ายๆจากคนใกล้ชิดด้วยการใส่ใจช่วยเหลือ สนใจเอาใจใส่คนใกล้ชิดเราบ้าง จากนั้นหันกลับไปมองคนรอบข้างที่มีปัญหาหนักหน่วงในชีวิต

5.4) ฝึกการยอมรับสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริงตามหลักของโลกธรรม 8 และสามารถเผชิญกับความจริงในชีวิตได้มีความเข้าใจในธรรมชาติของชีวิตว่าต้องมีสุข-ทุกข์ สมหวัง-ผิดหวัง สำเร็จ-ล้มเหลว ได้มา-เสียไป เป็นต้น ไม่ยึดมั่นกับสิ่งใดมากเกินไป สามารถมองสิ่งต่าง ๆ ทั้งในด้านที่เป็นความสุขและความทุกข์ในชีวิตยอมรับและกล้าที่จะเผชิญกับปัญหาหรืออุปสรรคต่าง ๆ ด้วยจิตใจที่มั่นคง

5.5 เสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งจะช่วยให้การดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุเป็นไปอย่างมีความสุข เนื่องจากอารมณ์มักจะมีทั้งทุกข์และสุขสลับกันตลอดเวลา เมื่อเราทุกข์มักคิดว่าตนเองมีแต่ความทุกข์อย่างเดียวหาความสุขไม่ได้เลย หากตระหนักรู้อารมณ์เข้ามาบริหารจัดการความทุกข์ได้ด้วยตนเองก็จะสามารถสร้างความสงบสุขได้กับตนเองได้

การสังเคราะห์ข้อมูลเพื่อร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง

จากผลการศึกษาพฤติกรรมการท่องเที่ยวและความต้องการในการท่องเที่ยวของผู้สูงอายุ จากการสอบถามนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ จำนวน 700 คน และการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 25 คน ในประเด็นเกี่ยวกับสภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน และสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ทรงคุณวุฒิในประเด็นเกี่ยวกับแนวทางบูรณาการหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง คณะผู้วิจัยได้นำมาสังเคราะห์เพื่อให้ได้ข้อมูลในการนำไปจัดทำเป็นร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพังต่อไป ดังนี้

พฤติกรรมกรท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน พบว่า นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ เดินทางมายังสถานที่ท่องเที่ยวที่เป็นแหล่งพระพุทธศาสนาทุกปี จำนวนวันที่ยักจะใช้ในการเดินทางท่องเที่ยวคือระหว่าง 3-5 วัน เหตุผลของการเดินทางเนื่องจากมีความตั้งใจเดินทางมาวัดเพื่อทำบุญและกราบนมัสการสิ่งศักดิ์สิทธิ์ภายในวัด สาเหตุหลักที่ชอบเดินทางมาท่องเที่ยวสถานที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาคือ ต้องการมาทำบุญตามวิถีทางของพุทธศาสนา ต้องการมาขอโชคลาภ ศีริมงคล/ สะเดาะเคราะห์/พิธีกรรมทางศาสนาอื่น ๆ ต้องการสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ และต้องการเรียนรู้

เกี่ยวกับหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา ผู้ชักชวนให้เดินทางมาท่องเที่ยวสถานที่ท่องเที่ยวคือ เพื่อนและคนในครอบครัว การรับรู้เกี่ยวกับสถานที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาจากอินเทอร์เน็ต ความต้องการให้สถานที่ท่องเที่ยวปรับปรุงหรือพัฒนาคือ ปรับภูมิทัศน์ของสถานที่ การจัดกิจกรรมพิเศษในวัดหยุด/วัดสำคัญทางศาสนา และการให้ความรู้เกี่ยวกับหลักธรรมคำสอนทางศาสนา กิจกรรมที่จะทำเป็นประจำเวลาเดินทางมาท่องเที่ยวคือ การทำบุญ ถวายสังฆทาน ไหว้พระ ถ่ายรูปภายในวัด และดูดวงชะตาเคราะห์ วัดหรือแหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาในภาคเหนือที่เดินทางไปเป็นประจำคือ วัดพระธาตุดอยสุเทพ วัดร่องขุน วัดห้วยปลากั้ง และวัดพระธาตุนครชัย

ความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน พบว่า ด้านแหล่งท่องเที่ยวและสิ่งดึงดูดใจ ผู้สูงอายุต้องการให้สถานที่ท่องเที่ยวมีเอกลักษณ์และอัตลักษณ์ที่โดดเด่นทางพระพุทธศาสนา มีความงามทางพุทธศิลป์ สถาปัตยกรรมและประติมากรรม ด้านบุคลากรและการบริการ ผู้สูงอายุต้องการให้มีระบบการบริการดูแลนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ การบริการด้วยความสุภาพและเป็นมิตรของเจ้าหน้าที่ บุคลากรและเจ้าหน้าที่ของวัดมีจำนวนเพียงพอ ด้านกิจกรรมและการประชาสัมพันธ์ ผู้สูงอายุต้องการกิจกรรมที่เน้นวิถีพุทธวิถีธรรม การประชาสัมพันธ์กิจกรรมการท่องเที่ยวของวัดผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์ให้นักท่องเที่ยวได้ข้อมูลข่าวสารที่รวดเร็ว ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกและที่พัก ผู้สูงอายุต้องการที่พักในวัดสำหรับนักท่องเที่ยวมีความเหมาะสมและเพียงพอ ร้านจำหน่ายของที่ระลึกและสินค้าท้องถิ่นที่หลากหลาย ด้านการเข้าถึงและความปลอดภัย ผู้สูงอายุต้องการเส้นทางหรือถนนเข้าสู่แหล่งท่องเที่ยวให้อยู่ในสภาพดี สะดวกและปลอดภัยในการคมนาคม ระบบขนส่งสาธารณะในการเข้าถึงแหล่งท่องเที่ยว การสร้างความมั่นใจให้นักท่องเที่ยวในเรื่องความปลอดภัยของแหล่งท่องเที่ยว ด้านการปฏิบัติธรรม ผู้สูงอายุต้องการให้วัดเปิดโอกาสให้นักท่องเที่ยวได้ปฏิบัติธรรมทั้งในครอสรระยะสั้นและระยะยาว สถานที่ปฏิบัติธรรมเป็นสัปปายะเหมาะสมแก่การปฏิบัติธรรมไม่พลุกพล่าน

ในประเด็นเกี่ยวกับสภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้สูงอายุ พบว่า (1) ด้านความศรัทธาต่อเกจิอาจารย์และความเชื่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ นักท่องเที่ยวที่มีความเชื่อทางศาสนาและสิ่งศักดิ์สิทธิ์จะนิยมเดินทางไปทำบุญขอพรสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เพื่อเป็นขวัญและกำลังใจในชีวิต ขอโชคลาภและเงินทอง การงานและธุรกิจ ซึ่งจะเห็นได้ว่าเรื่องขวัญกำลังใจ รายได้ และการงาน เป็นวัตถุประสงค์หลักของการทำบุญให้สอดคล้องกับภาวะเศรษฐกิจและสังคมในปัจจุบัน นอกจากนี้ การที่นักท่องเที่ยวมีความศรัทธาต่อพระพุทธศาสนาและนับถือพระสงฆ์ที่เป็นเกจิอาจารย์ จึงเกิดการท่องเที่ยวเชิงศาสนาด้วยความศรัทธาต่อพระสงฆ์ (2) ด้านวัฒนธรรมวิถีพุทธและประเพณีท้องถิ่น แหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรมเป็นเรื่องราวเกี่ยวกับวิถีชีวิตของประชาชนในพื้นที่นั้น ๆ อาจเหมือนกันหรือแตกต่างกัน ประเพณีและวัฒนธรรมอาจแสดงออกในรูปแบบของศาสนา สถานที่สำคัญทางประวัติศาสตร์ วิถีชีวิตของประชาชน โดยเฉพาะภาคเหนือตอนบนมีวัฒนธรรมที่ค่อนข้าง

หลากหลาย เพราะเป็นพื้นที่ที่มีประวัติศาสตร์ยาวนาน มีทั้งโบราณสถาน โบราณวัตถุ จารึก ประเพณี และวิถีชีวิตของแต่ละชนเผ่า ก่อให้เกิดมรดกทางรูปธรรมและนามธรรมอันเป็นบ่อเกิดของแหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรม (3) ด้านประวัติศาสตร์และพุทธศิลปกรรม เป็นการท่องเที่ยวที่นักท่องเที่ยวได้ศึกษาคุณค่าทางประวัติศาสตร์ วัฒนธรรมและสังคม รวมถึงสถานที่ที่มีความผูกพันทางจิตใจของชนรุ่นหลัง เพื่อชื่นชมและเรียนรู้ประวัติศาสตร์ในแหล่งท่องเที่ยวที่นั่น ส่วนการท่องเที่ยวสถาปัตยกรรมและพุทธศิลปกรรมเป็นสื่อช่วยในการโน้มน้าวจิตใจและเรียนรู้ของพุทธศาสนิกชน ให้เกิดความศรัทธา ประพฤติปฏิบัติตนในแนวทางที่ดั่งตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนา (4) ด้านกิจกรรมบนเส้นทางแสวงบุญ การท่องเที่ยวเชิงศาสนาลักษณะนี้จะส่งเสริมให้ผู้สูงอายุหาความสุขสงบเย็นจากธรรมะและหลักคำสอนทางศาสนา โดยให้ผู้สูงอายุได้มีการฝึกตน ฝึกจิตใจอยู่ในหลักธรรม ไม่หลงอยู่ในลาภยศสรรเสริญ ทำความดีเพื่อให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง จัดกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาเพื่อส่งเสริมผู้สูงอายุด้านจิตวิญญาณ โดยการเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาในโอกาสต่างๆ (5) ด้านการปฏิบัติธรรม เป็นการท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาที่มุ่งเน้นการปฏิบัติธรรมนี้เป็นรูปแบบเฉพาะ โดยเป็นการศึกษาถึงหลักธรรม การฟังธรรม การนั่งวิปัสสนา การสนทนาธรรมกับพระสงฆ์และผู้เกี่ยวข้องในเชิงลึก ซึ่งอาศัยความสนใจเฉพาะของนักท่องเที่ยวด้านพระพุทธศาสนาเป็นเครื่องดึงดูดนักท่องเที่ยว ซึ่งมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นในกลุ่มนักท่องเที่ยว โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่สนใจด้านพระพุทธศาสนา

ส่วนในประเด็นแนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาพและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง พบว่า มีองค์ประกอบที่สำคัญ 5 ประการคือ (1) สุขสบาย เป็นการดูแลสุขภาพร่างกายและจิตใจของตัวเองให้แข็งแรง (2) สุขสนุก เป็นการเลือกวิถีชีวิตที่รื่นรมย์ สนุกสนาน ด้วยการทำกิจกรรมนันทนาการที่ทำให้อารมณ์ดี จิตใจสดชื่นแจ่มใส (3) สุขสง่า เป็นการเน้นสร้างความรู้สึกร่าเริงในชีวิต ความภาคภูมิใจ ความเชื่อมั่น การยอมรับนับถือ การให้กำลังใจตัวเอง ความเห็นอกเห็นใจ การเอื้อเฟื้อแบ่งปันและช่วยเหลือผู้อื่น (4) สุขสว่าง เป็นการรู้จักคิดอย่างมีเหตุมีผล การสื่อสาร การวางแผนแก้ปัญหาและการจัดการสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และ (5) สุขสงบ เป็นการรู้จักควบคุมอารมณ์ สามารถจัดการกับสภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้น ฝึกคิดบวก หาวิธีผ่อนคลายความเครียด และยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริงได้

ดังนั้น จากการศึกษาพฤติกรรมการท่องเที่ยวและความต้องการในการท่องเที่ยวของผู้สูงอายุ ศึกษาสภาพปัจจุบันของการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานรวม และแนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลดังกล่าวทั้งหมด เพื่อจัดทำเป็นร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุต่อไป

4.3 รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

4.3.1 ร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

จากการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการท่องเที่ยวและความต้องการในการท่องเที่ยวของผู้สูงอายุ สภาพปัจจุบันของการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน แนวทางการบูรณาการตามหลักพุทธธรรมบำบัด และรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน จากนั้นได้วิเคราะห์และสังเคราะห์เพื่อนำข้อมูลทั้งหมดมาจัดทำเป็นร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยสังเคราะห์เป็นรูปแบบการท่องเที่ยวได้จำนวน 5 รูปแบบ ซึ่งเป็นแนวทางการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานสำหรับนำไปเสริมสร้างสุขภาพและลดความซึมเศร้าของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ ได้แก่ (1) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านวัตถุธรรม (2) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านศรัทธาธรรม (3) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านประเพณีและศิลปวัฒนธรรม (4) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านกิจกรรมและการปฏิบัติธรรม และ (5) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านจาริกบุญจาริกธรรม ทั้งนี้ ร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน จะมีลักษณะและกระบวนการที่หลากหลายตามมุมมองของผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 25 คน

จากนั้น คณะผู้วิจัยได้ตรวจสอบความเป็นไปได้ของร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยการสัมมนารับฟังความเห็น/การสนทนากลุ่ม (Focus group discussion) จากผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 15 คน ตรวจสอบความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อนำไปเสริมสร้างสุขภาพและลดความซึมเศร้าของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ รวมถึงแนวทางในการพัฒนาและปรับปรุงรูปแบบที่สร้างขึ้น

4.3.2 ผลการตรวจสอบรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

คณะผู้วิจัยได้ตรวจสอบร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยการสนทนากลุ่ม (Focus group discussion) จากผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 15 คน พร้อมแบบประเมินผลรูปแบบที่สร้างขึ้นตามกรอบการวิจัย โดยผู้ทรงคุณวุฒิได้เสนอแนะเกี่ยวกับร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานในแต่ละประเด็น โดยมีรายละเอียดดังนี้

ตารางที่ 10 แสดงข้อเสนอแนะเกี่ยวกับร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนา
กรรมฐานด้านวัฒนธรรม

ความคิดเห็นจากการสนทนากลุ่ม	การปรับร่างรูปแบบ
<p>1. รูปแบบการท่องเที่ยวด้านวัฒนธรรมนั้นโดยภาพรวมสามารถแสดงให้เห็นถึงลักษณะและกระบวนการที่ชัดเจนดี ทั้งกระบวนการในการจัดกิจกรรมสำหรับนักท่องเที่ยว ทั้งกระบวนการในการดำเนินงานของวัดและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ทั้งนี้สิ่งที่ควรพิจารณาจัดทำเพื่อให้สอดคล้องกับนักท่องเที่ยวที่มีความต้องการและพฤติกรรมการท่องเที่ยวที่หลากหลายโดยเฉพาะผู้สูงอายุ ควรจัดรูปแบบและกิจกรรมให้เหมาะสมกับวัยนั้น ๆ</p> <p>2. การจัดทำเส้นทางท่องเที่ยวรูปแบบนี้ให้มีการเชื่อมโยงกับแหล่งท่องเที่ยวรูปแบบอื่นๆ โดยจัดทำเป็นรูปแบบเครือข่ายการท่องเที่ยวของจังหวัดที่มีแหล่งท่องเที่ยวด้านวัฒนธรรมลักษณะเดียวกัน มีการบูรณาการกลไกในการดำเนินงานร่วมกันอย่างเป็นระบบ</p> <p>3. ลักษณะที่น่าสนใจสำหรับการท่องเที่ยวด้านวัฒนธรรมนี้ จะเป็นกิจกรรมการท่องเที่ยวที่เน้นเที่ยวชมสถาปัตยกรรม ประติมากรรม จิตรกรรม และการเที่ยวชมบริเวณวัดที่อาศัยความงดงามทางด้านศิลปกรรม แต่ประเด็นที่ควรเพิ่มเติมคือการเน้นการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์สำหรับผู้สูงอายุ</p>	<p>คณะผู้วิจัยได้ปรับรูปแบบให้เหมาะสมกับนักท่องเที่ยวที่มีความหลากหลายทั้งวัยและพฤติกรรมการท่องเที่ยวในมิติต่างๆ โดยจัดทำรูปแบบการท่องเที่ยวที่เน้นกิจกรรมสอดแทรกหลักธรรมคำสอนและวิถีธรรมทางพระพุทธศาสนา มีกระบวนการและเป้าหมายในการดำเนินกิจกรรมที่สอดคล้องกับความต้องการของนักท่องเที่ยว รวมทั้งปรับรูปแบบการท่องเที่ยวให้ชุมชนและหน่วยงานภาครัฐและเอกชนเข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินการ เพื่อให้เป็นประโยชน์แก่นักท่องเที่ยวและชุมชนท้องถิ่นมากขึ้น</p>

ตารางที่ 10 แสดงข้อเสนอแนะเกี่ยวกับร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนา
กรรมฐานด้านวัฒนธรรม (ต่อ)

ความคิดเห็นจากการสนทนากลุ่ม	การปรับร่างรูปแบบ
<p>เนื่องจากแหล่งท่องเที่ยวทางด้านวัฒนธรรมจะมีความเหมาะสมในการจรรโลงใจผู้สูงอายุมาก จึงควรมีสร้างสรรค์กิจกรรมที่หลากหลายให้เหมาะสมกับนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ</p> <p>4. เนื่องจากวัดในเขตภาคเหนือส่วนใหญ่จะมีพุทธศิลป์ที่มีคุณค่าโดดเด่นหลากหลายและแตกต่างกันออกไป รูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้จึงควรเน้นจัดแหล่งเรียนรู้หรือสิ่งแวดล้อมทางภูมิศาสตร์ทางพุทธศิลป์หรือสถาปัตยกรรมต่างๆภายในวัด เพื่อให้นักท่องเที่ยวจะได้คุณค่าทั้งด้านการพักผ่อน การแสวงหาความรู้และการแสวงบุญ</p>	

ตารางที่ 11 แสดงข้อเสนอแนะเกี่ยวกับร่างรูปแบบการท่องเที่ยวยังเชิงศาสนาและวิปัสสนา
กรรมฐานด้านศรัทธาธรรม

ความคิดเห็นจากการสนทนากลุ่ม	การปรับร่างรูปแบบ
<p>1. รูปแบบการท่องเที่ยวด้านศรัทธาธรรมจะมีลักษณะและแนวทางที่ชัดเจนสำหรับบุคคลที่สนใจเกี่ยวกับความเชื่อและความศรัทธา โดยเฉพาะนักท่องเที่ยวกลุ่มผู้สูงอายุที่มีความศรัทธาต่อเกจิอาจารย์และความเชื่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ทั้งนี้ ประเด็นที่น่าสนใจคือความเชื่อและความศรัทธานั้นบางครั้งก็อาจเป็นดาบสองคม ถ้าหากความศรัทธาหรือความเชื่อนั้นไม่ประกอบด้วยปัญญา ดังนั้นรูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้ ควรมีการบูรณาการหรือเสริมสร้างให้นักท่องเที่ยวท่องเที่ยวมุ่งเน้นไปที่ความเชื่อความศรัทธาอย่างเดียว แต่ควรให้ตระหนักและเข้าใจหลักธรรมเข้าไปด้วยจึงจะเป็นศรัทธาธรรม</p> <p>2. การท่องเที่ยวยังเชิงแสวงบุญตามความเชื่อความศรัทธาวิถีพุทธนั้นน่าจะเป็นจุดเริ่มต้นสิ่งใหม่ๆกับกลุ่มผู้สูงอายุ เนื่องจากเป็นกลุ่มที่มีความต้องการความสบายใจหรือความสุขใจเป็นสิ่งสำคัญ รูปแบบการท่องเที่ยวก็น่าจะมุ่งเน้นกิจกรรมหรือกระบวนการเพื่อเสริมสร้างความสุขทางใจให้มากที่สุด ทั้งนี้รูปแบบการท่องเที่ยวนั้นจะต้องสามารถยืดหยุ่นได้ตามความเหมาะสมและไม่ขัดกับศรัทธาความเชื่อของชุมชนในแหล่งท่องเที่ยวนั้น ๆ</p> <p>3. รูปแบบการท่องเที่ยวน่าควรมีการส่งเสริมและจัดทำแคมเปญการท่องเที่ยวในด้านความเชื่อความศรัทธาโดยเน้นการท่องเที่ยวเสริมชะตา</p>	<p>คณะผู้วิจัยได้ปรับรูปแบบการท่องเที่ยวยังเชิงศาสนาหรือโปรแกรมการท่องเที่ยวยังเชิงศาสนาเป็นไปในลักษณะของศรัทธาธรรมอย่างแท้จริง ให้มีการจัดกิจกรรมการท่องเที่ยวยังเชิงศาสนาตามความเชื่อความศรัทธาที่ประกอบด้วยปัญญา ให้มองเห็นธรรมะจากความเชื่อความศรัทธานั้นและสามารถนำไปสู่การปฏิบัติได้ในชีวิตประจำวัน นอกจากนี้จะพัฒนาให้รูปแบบการท่องเที่ยวยังเชิงศาสนาเป็นส่วนหนึ่งของการท่องเที่ยวยังเชิงศาสนาของชุมชนที่ยั่งยืน ให้ชุมชนมีรายได้จากการท่องเที่ยวยังเชิงศาสนาทางพระพุทธศาสนาและวัฒนธรรมในบริบทเชิงพื้นที่ของตนเอง</p>

ตารางที่ 11 แสดงข้อเสนอแนะเกี่ยวกับร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนา
 กรรมฐานด้านศรัทธาธรรม (ต่อ)

ความคิดเห็นจากการสนทนากลุ่ม	การปรับร่างรูปแบบ
<p>และสักการะพระเกจิครุบาในเขตภาคเหนือ เพื่อช่วยกระตุ้นเศรษฐกิจและส่งเสริมการท่องเที่ยวสร้างรายได้ให้กับชุมชนและผู้ประกอบการระดับท้องถิ่น</p> <p>4. พระอริยสงฆ์หรือครุบาทางภาคเหนือที่มีชื่อเสียงทั้งในอดีตเช่น ครุบาศรีวิชัย ครุบาขาวปี เป็นต้น และในปัจจุบันมีอยู่เป็นจำนวนมากในพื้นที่ต่าง ๆ นักท่องเที่ยวจึงมีความศรัทธาต่อครุบาอาจารย์ดังกล่าว จึงเป็นจุดดึงดูดใจในการเสริมพลังใจพลังบุญรูปแบบการท่องเที่ยวจึงควรมีลักษณะเดินทางท่องเที่ยวตามรอยเพื่อกราบไหว้ขอพรหรือสนทนาธรรม เป็นสิริมงคลแก่ตนเองและครอบครัว</p>	

ตารางที่ 12 แสดงข้อเสนอแนะเกี่ยวกับร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนา
กรรมฐานด้านประเพณีและศิลปวัฒนธรรม

ความคิดเห็นจากการสนทนากลุ่ม	การปรับร่างรูปแบบ
<p>1. รูปแบบการท่องเที่ยวควรมุ่งเน้นการส่งเสริมการนำเอกลักษณ์และอัตลักษณ์ประเพณีและวัฒนธรรมของล้านนามาเป็นทุนสนับสนุนในการสร้างสรรค์การท่องเที่ยวในมิติต่างๆให้มากขึ้น แต่ยังคงรักษารากเหง้าของวัฒนธรรมดั้งเดิมให้สมบูรณ์ที่สุด รวมทั้งควรมีรูปแบบที่ปลูกจิตสำนึกในการอนุรักษ์เชิงวัฒนธรรมขนบธรรมเนียมประเพณีสิ่งแวดล้อมในท้องถิ่นแก่นักท่องเที่ยวให้เข้าใจ</p> <p>2. การพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้ควรออกแบบเน้นให้นักท่องเที่ยวมองการท่องเที่ยวจากมิติทางวัฒนธรรม ซึ่งเป็นการให้ความเคารพแก่อัตลักษณ์ของท้องถิ่นและความหลากหลายทางวัฒนธรรม การเคารพขนบธรรมเนียมประเพณีพิธีกรรมและความเชื่อของชุมชนท้องถิ่น</p> <p>3. การรื้อฟื้นวัฒนธรรมเก่าที่เลือนหายไปเป็นสิ่งสำคัญ เพราะสถานการณ์บางช่วงเวลาอาจทำให้วัฒนธรรมนั้นหายไป โดยเฉพาะวัฒนธรรมทางล้านนามีประวัติศาสตร์อันยาวนานรูปแบบการท่องเที่ยวจึงควรนำวัฒนธรรมอันเก่าแก่นั้นมาเป็นทุนทางวัฒนธรรมเพื่อให้นักท่องเที่ยวได้เรียนรู้และให้ชุมชนมีส่วนร่วมกับการอนุรักษ์ให้คงอยู่สืบไป</p>	<p>คณะผู้วิจัยได้ปรับรูปแบบการท่องเที่ยวโดยเน้นการจัดกิจกรรมทางวัฒนธรรมที่กำลังเลือนหายไปและรื้อฟื้นวัฒนธรรมเก่าที่ทรงคุณค่าให้กลับมาเหมือนเดิม และสร้างหลักสูตรในการอนุรักษ์วัฒนธรรมที่มีคุณค่าของล้านนาและสืบทอดประเพณีท้องถิ่นทางด้านศาสนา ทั้งนี้รูปแบบที่ปรับปรุงนี้จะต้องสอดคล้องและมีความเหมาะสมกับบริบทแต่ละพื้นที่ของชุมชน</p>

ตารางที่ 13 แสดงข้อเสนอแนะเกี่ยวกับร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนา
กรรมฐานด้านกิจกรรมและการปฏิบัติธรรม

ความคิดเห็นจากการสนทนากลุ่ม	การปรับร่างรูปแบบ
<p>1. รูปแบบที่จัดทำมีลักษณะที่น่าสนใจสำหรับนักท่องเที่ยว โดยเฉพาะนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ เพราะเป็นการเดินทางเพื่อเข้าร่วมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาและเข้าร่วมปฏิบัติธรรมเจริญวิปัสสนากรรมฐานในสำนักปฏิบัติธรรมของวัดต่าง ๆ ซึ่งส่งผลทำให้มีสติสมาธิรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงจนสามารถประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิต แต่ประเด็นที่ควรที่จะเพิ่มเติมควรพิจารณาแนวทางปฏิบัติให้ชัดเจน มีกรอบระยะเวลาในการปฏิบัติ รวมทั้งมีรายละเอียดในการเข้าร่วมปฏิบัติธรรมสำหรับบุคคลทั่วไป</p> <p>2. เนื่องจากรูปแบบการท่องเที่ยวนี้ สิ่งที่จะต้องให้ความสำคัญคือที่พักหรือสิ่งอำนวยความสะดวก การบริหารจัดการท่องเที่ยวจึงจะต้องมีการเตรียมความพร้อมในทุก ๆ ด้านของวัดและบุคลากรของวัด โดยเฉพาะสถานที่พักสำหรับนักท่องเที่ยวผู้เข้าปฏิบัติธรรม</p> <p>3. รูปแบบอาจจะยังไม่มีหลากหลาย เนื่องจากนักท่องเที่ยวบางกลุ่มอาจไม่ใช่ผู้สูงอายุ ดังนั้น รูปแบบจึงควรมียืดหยุ่นหรือมีแนวทางปฏิบัติสำหรับนักท่องเที่ยวกลุ่มอื่นๆที่มีความสนใจเฉพาะบางเรื่องเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา แต่อาจจะไม่สนใจในการปฏิบัติธรรมกรรมฐาน</p>	<p>คณะผู้วิจัยได้ปรับรูปแบบการท่องเที่ยวโดยมีการเตรียมความพร้อมในทุกๆด้านผ่านกลไกความร่วมมือขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นและหน่วยงานภาคีเครือข่ายในพื้นที่ เพื่อดำเนินการอำนวยความสะดวกในการเข้าปฏิบัติธรรมสำหรับนักท่องเที่ยว นอกจากนี้จะปรับรูปแบบการท่องเที่ยวให้มีลักษณะที่ยืดหยุ่น ให้มีความหลากหลายทั้งแนวทางปฏิบัติธรรมและกรอบระยะเวลาที่เหมาะสมกับความต้องการของนักท่องเที่ยว</p>

ตารางที่ 14 แสดงข้อเสนอแนะเกี่ยวกับร่างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนา
กรรมฐานด้านจาริกบุญจาริกธรรม

ความคิดเห็นจากการสนทนากลุ่ม	การปรับร่างรูปแบบ
<p>1. รูปแบบการท่องเที่ยวด้านจาริกบุญจาริกธรรมควรมีลักษณะเป็นทริปการท่องเที่ยวครอบครัว โดยมีการทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน เพราะจะทำให้เกิดความรักความเอื้ออาทรต่อกันภายในครอบครัว ผู้สูงอายุได้รับการดูแลเอาใจใส่จากลูกหลาน มีความสัมพันธ์อันดีและความปรารถนาดีต่อกันระหว่างวัย</p> <p>2. เนื่องจากช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของไวรัส การเดินทางท่องเที่ยวลักษณะนี้อาจเสี่ยงทำให้เกิดการติดเชื้อได้ จึงควรเน้นพื้นที่ท่องเที่ยวใกล้บ้าน หรือสร้างกิจกรรมร่วมกันภายในครอบครัว</p> <p>3. รูปแบบนี้มีลักษณะที่น่าสนใจคือเป็นกิจกรรมบุญที่เรียบง่าย เหมาะสำหรับครอบครัวทุกเพศทุกวัย ซึ่งจะเน้นการเข้าวัดทำบุญสมาทานศีล โดยมีพระสงฆ์นำสวดมนต์ไหว้พระ นั่งสมาธิ เจริญจิตภาวนา เทศนาธรรม ให้ศีลให้พร ประพรมน้ำพระพุทธมนต์ เป็นการสร้างบุญกุศลให้เกิดขึ้นกับตนเองตลอดจนสามารถแผ่เมตตา ให้กับบรรดาสรรพสัตว์</p>	<p>คณะผู้วิจัยได้ปรับรูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้โดยควรให้นักท่องเที่ยวมาเป็นครอบครัว เน้นการเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของวัดและชุมชนที่จัดขึ้น เช่น การสนทนาธรรม การฟังธรรม การสวดมนต์และเจริญสมาธิภาวนา การปล่อยปลา การปลูกต้นไม้ รวมทั้งกิจกรรมการเดินทางไปทำบุญและเยี่ยมเยียนพระสงฆ์ในวัดต่าง ๆ การทำความสะอาดพระธาตุเจดีย์ และวัดวาอาราม เป็นต้น</p>

4.4 นำเสนอรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

จากการสนทนากลุ่มเกี่ยวกับรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน พบว่าผู้ทรงคุณวุฒิได้ให้ความสำคัญกับรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานที่มีลักษณะและกระบวนการที่หลากหลายมีความยืดหยุ่น สามารถปรับเปลี่ยนใช้ได้ให้เหมาะสมกับบริบทของแต่ละพื้นที่ คณะผู้วิจัยจึงได้ดำเนินการจัดทำและนำเสนอรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญโดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุ ได้แก่ (1) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านวัฒนธรรม (2) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านศรัทธาธรรม (3) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านประเพณีและศิลปวัฒนธรรม (4) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านกิจกรรมและการปฏิบัติธรรม และ (5) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านจาริกบุญจาริกธรรม โดยมีรายละเอียดดังนี้

1) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านวัฒนธรรม

1.1) จัดทำเส้นทางท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาเชิงพุทธศิลปกรรม โดยเน้นให้เห็นถึงความโดดเด่นของแหล่งท่องเที่ยววัดที่มีพุทธศิลปกรรมที่เป็นเอกลักษณ์ทั้งในเชิงสถาปัตยกรรม ประติมากรรม จิตรกรรมและพุทธสถานภายในวัดแต่ละแห่ง

1.2) ยกระดับเส้นทางท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาเชิงพุทธศิลปกรรมให้มีความพร้อมโดยการจัดการความรู้และการบริการจัดการทรัพยากรสำหรับนักท่องเที่ยวอย่างครบวงจร

1.3) ส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์เพื่อรักษาสภาพแวดล้อมทางศิลปกรรม และอนุรักษ์งานศิลปกรรมดั้งเดิมให้คงอยู่ ซึ่งจะทำให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวที่ยังทรงคุณค่าและมูลค่าทางมรดกวัฒนธรรม

1.4) จัดกิจกรรมการเรียนรู้พระพุทธศาสนาผ่านพุทธศิลป์โดยเชื่อมโยงประเพณีทางพระพุทธศาสนาที่ปฏิบัติสืบต่อกันมาเป็นเวลานาน ทำให้นักท่องเที่ยวเกิดความซาบซึ้งในรูปแบบงานศิลปกรรม และเรื่องราวเกี่ยวกับพุทธศิลป์ที่ปรากฏทั้งงานจิตรกรรม ประติมากรรม และสถาปัตยกรรมที่มีการประดับตกแต่งอย่างสวยงาม

1.5) สร้างกิจกรรมจากจุดแข็งด้านต้นทุนทางวัฒนธรรมที่ทรงคุณค่าของล้านนา ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว ไม่ว่าจะเป็นวัดเก่าแก่ แหล่งประวัติศาสตร์ล้านนา นักบุญล้านนาที่ประชาชนให้ความเคารพ และประเพณีต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากแรงศรัทธาของชาวล้านนา

1.6) จัดโปรแกรมท่องเที่ยวเชื่อมโยงความเป็นมาของวัฒนธรรมกับชุมชน ทำให้นักท่องเที่ยวได้ศึกษาเรียนรู้มรดกศิลปกรรมอันวิจิตรงดงาม เพียบพร้อม ด้วยคุณค่าทางศิลปะที่แสดงให้เห็นถึงภูมิปัญญาและความเป็นอัจฉริยะของบรรพบุรุษ

1.7) สร้างพิพิธภัณฑ์เป็นแหล่งรวบรวมงานศิลปกรรมที่มีค่า เช่น โบราณสถาน โบราณวัตถุและจิตรกรรมฝาผนัง ซึ่งงานศิลปกรรมต่าง ๆ เหล่านี้นับเป็นมรดกทางวัฒนธรรมอันล้ำค่า เพื่อให้นักท่องเที่ยวได้เรียนรู้ และเกิดความภาคภูมิใจในการอนุรักษ์

1.8) จัดโปรแกรมการเดินทางท่องเที่ยวไปยังแหล่งท่องเที่ยวโบราณสถานและโบราณคดีเพื่อให้นักท่องเที่ยวได้ชื่นชมและเพลิดเพลินในสถานที่ท่องเที่ยว ได้ความรู้ มีความเข้าใจต่อแหล่งโบราณสถานและโบราณคดีในท้องถิ่นบนพื้นฐานของความรับผิดชอบและมีจิตสำนึก

1.9) จัดรายการเส้นทางท่องเที่ยวตามรอยประวัติศาสตร์ต่างๆ อาทิ ทัวร์เส้นทางศิลปะล้านนา ชมซากอารยธรรมโบราณสถานต่างๆ อนุสาวรีย์/อนุสรณ์สถาน สิ่งปลูกสร้างที่มีคุณค่าและความสำคัญทางประวัติศาสตร์และวัฒนธรรม

1.10) สร้างเครือข่ายกลุ่มวัดที่มีกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมที่เน้นความเป็นพุทธศิลป์ ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว มีการสร้างสรรค์ศิลปะตามพระพุทธศาสนา หรือประวัติศาสตร์ท้องถิ่น โดยมีการจัดกิจกรรมที่หลากหลายและสร้างแหล่งเรียนรู้เพื่อเป็นสิ่งที่ดึงดูดใจให้นักท่องเที่ยวเข้ามาเที่ยวชม

1.11) จัดสภาพแวดล้อมแหล่งเรียนรู้ทางพุทธศิลป์หรือสถาปัตยกรรมต่างๆภายในวัด เพื่อให้นักท่องเที่ยวจะได้คุณค่าทั้งด้านการพักผ่อน การแสวงหาความรู้และการแสวงบุญ โดยใช้พุทธศิลป์ทำให้เกิดคุณค่าทางธรรมาปฏิบัติแก่ผู้มาเที่ยวชม รองรับการท่องเที่ยวอย่างมีประสิทธิภาพ

1.12) พัฒนาเส้นทางเชื่อมโยงแหล่งท่องเที่ยวรูปแบบนี้กับแหล่งท่องเที่ยวอื่น ๆ ตามตลาดของการท่องเที่ยว อันจะเป็นผลทางอ้อมกับการพิจารณาวัดพื้นบ้านเล็ก ๆ ที่มีคุณลักษณะทางสถาปัตยกรรมและพุทธศิลปกรรมที่น่าสนใจซึ่งอยู่ในพื้นที่ที่มีแนวโน้มว่าอาจขยายเขตของกลุ่มท่องเที่ยวออกไปถึงได้

1.13) เน้นกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาที่เอื้อต่อการเรียนรู้และการเที่ยวชมแหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาที่มีลักษณะเด่นในด้านพุทธศิลปกรรม โดยเฉพาะนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่สนใจเกี่ยวกับพุทธศิลป์จะนิยมเดินทางมาท่องเที่ยวเพื่อเยี่ยมชมอย่างต่อเนื่อง

1.14) จัดกิจกรรมที่ส่งเสริมความสนใจของนักท่องเที่ยวที่จะศึกษาเรียนรู้พระพุทธศาสนาผ่านพุทธศิลป์ที่มีความสวยงาม โบสถ์ เจดีย์ และพระพุทธรูปที่มีคุณค่าทางจิตใจ รวมทั้งงานศิลปะประเภทต่าง ๆ ทั้งด้านสถาปัตยกรรมประติมากรรม และจิตรกรรม

1.15) จัดโปรแกรมการท่องเที่ยวหรือปฏิทินกิจกรรมของวัด เพื่อให้นักท่องเที่ยวที่สนใจได้เดินทางมาท่องเที่ยวเพื่อชมสถาปัตยกรรมและความงดงามต่างๆของพุทธศิลป์ภายในวัด รวมทั้งส่งเสริมให้วัดเป็นสถานที่เรียนรู้ในหลักธรรมคำสอนต่างๆของพระพุทธศาสนาและเป็นสถานที่รวบรวมศิลปกรรมและพุทธศิลป์ต่าง ๆ ที่มีคุณค่า

2) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านศรัทธาธรรม

2.1) จัดแคมเปญกระตุ้นการท่องเที่ยวเชิงศาสนาด้วยความเชื่อความศรัทธาต่อพระสงฆ์หรือต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ในทุกมิติ โดยการพาไปไหว้พระสักการะเพื่อเสริมมงคลชีวิต เสริมดวงชะตาในด้านเมตตามหานิยมนำพาชีวิตรุ่งเรืองและช่วยให้ชีวิตมีที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจ

2.2) จัดกิจกรรมทางศาสนาเพื่อเสริมสร้างความศรัทธาตามความเชื่อของแต่ละชุมชนในพื้นที่ต่างๆของแหล่งท่องเที่ยว เพื่อให้นักท่องเที่ยวได้เข้าร่วมกิจกรรมที่วัดกับชุมชนได้ดำเนินการซึ่งจะทำให้นักท่องเที่ยวผ่อนคลายความวิตกกังวลจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน

2.3) เน้นกิจกรรมที่เสริมสร้างความศรัทธาแก่นักท่องเที่ยวเพื่อให้เกิดความใกล้ชิดกับพุทธศาสนาเป็นเบื้องต้น จากนั้นจึงนำหลักพุทธธรรมมาบูรณาการประยุกต์ใช้ ซึ่งจะสามารถทำให้นักท่องเที่ยวเพิ่มพูนความศรัทธาทางพระพุทธศาสนาและเข้าใจหลักธรรมะไปพร้อมกัน

2.4) เสริมสร้างศรัทธาและความสุขใจแก่นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ โดยการจัดกิจกรรมวิถีพุทธวิถีธรรมที่มีความหลากหลายและเหมาะสม ให้ผู้สูงอายุได้เข้ามาเข้ามาฟังเทศน์และทำบุญในเทศกาลและวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาอย่างต่อเนื่อง

2.5) จัดโปรแกรมทริปครอบครัวเดินทางแสวงบุญไปตามแหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาบนฐานของความศรัทธา โดยการสักการะพระสงฆ์ครูบาที่ครอบครัวนับถือหรือแหล่งท่องเที่ยวที่ครอบครัวมีความเชื่อความศรัทธา เพื่อความสบายใจและการพักผ่อนทางจิตใจ

2.6) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านความเชื่อต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ภายในวัดและชุมชน ควรมีการนำเรื่องราวต่างๆดังกล่าวไปสร้างเป็นสตอรี่ที่น่าสนใจสำหรับให้นักท่องเที่ยวได้เรียนรู้ควบคู่กับความเชื่อความศรัทธาต่อพระพุทธศาสนา

2.6) การจัดการท่องเที่ยวควรมีลักษณะของการจัดกิจกรรมทางศาสนาและสร้างแหล่งเรียนรู้บนเส้นทางพื้นที่สิ่งศักดิ์สิทธิ์ โดยการแสดงร่องรอยหรือสัญลักษณ์ที่ถูกทำให้เชื่อว่าเป็นร่องรอยศักดิ์สิทธิ์ปรากฏอยู่และมีความเกี่ยวข้องกับตำนานในพื้นที่

2.7) กิจกรรมการควรมีลักษณะทั้งที่เป็นพิธีกรรมเพื่อปลุกฝังความศรัทธาให้เกิดขึ้นทั้งที่เป็นพิธีกรรมเพื่อเสริมสร้างความใจอย่างถ่องแท้ในหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนา โดยมีเป้าหมายเพื่อให้นักท่องเที่ยวมีความเชื่อและความศรัทธาที่ประกอบด้วยปัญญา

2.8) สนับสนุนให้นักท่องเที่ยวเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมตามความเชื่อและความศรัทธาของแต่ละคน เพราะพิธีกรรมเป็นผลมาจากความเชื่อของมนุษย์ เมื่อเชื่อในสิ่งใดก็มักจะให้ความศรัทธา ไม่ว่าสิ่งนั้นจะอำนวยประโยชน์ให้หรือไม่ก็ตาม จนกลายเป็นพิธีกรรมในสิ่งที่ตนนับถือ

2.9) การท่องเที่ยวในรูปแบบทางด้านศาสนาและความเชื่อเป็นเรื่องละเอียดอ่อน จึงต้องมีความระมัดระวังในการกำหนดกิจกรรมการท่องเที่ยวให้เหมาะสม โดยคำนึงถึงบริบทความเชื่อและวัฒนธรรมในแต่ละท้องถิ่น เพื่อหลีกเลี่ยงความขัดแย้งและบิดเบือนข้อเท็จจริงที่อาจเกิดขึ้นได้

2.10) จัดโปรแกรมการเดินทางท่องเที่ยวแสวงบุญ หรือที่รู้จักในลักษณะของทัวร์ท่องเที่ยวตามวัดต่างๆ โดยใช้ศาสนสถาน ศาสนวัตถุและเรื่องราวที่เกี่ยวกับพระสุปฏิปันโนหรือเกจิอาจารย์ซึ่งเป็นสิ่งดึงดูดทางการท่องเที่ยว ซึ่งจะทำให้นักท่องเที่ยวเกิดความเชื่อความศรัทธา

2.11) จัดกิจกรรมรูปแบบศรัทธาธรรมนำทางเส้นทางนำเที่ยว และจัดทำเส้นทางแห่งสายธารศรัทธาเพื่อเสริมสิริมงคล ความรุ่งเรืองแห่งชีวิตของนักท่องเที่ยว ให้สามารถเชื่อมโยงแหล่งท่องเที่ยวในชุมชนที่มีศักยภาพและแหล่งท่องเที่ยวอื่น ๆ

2.12) จัดทริปปั่นจักรยานท่องเที่ยวตามเส้นทางแหล่งท่องเที่ยววิถีพุทธวิถีธรรม ส่งเสริมให้นักท่องเที่ยวได้สัมผัสบรรยากาศแห่งศรัทธา ซึ่งแฝงไปด้วยเสน่ห์และอัตลักษณ์ท้องถิ่นของวัดและชุมชนที่มีการดำเนินชีวิตตามวิถีพุทธที่เข้มแข็ง รวมทั้งจะได้สัมผัสกับกลิ่นอายวัฒนธรรมและโบราณสถานอันศักดิ์สิทธิ์ เพื่อเพิ่มพูนศรัทธาปสาทะให้เกิดขึ้นเป็นสิริมงคลแก่ตนเอง

2.13) จัดพิพิธภัณฑ์แหล่งเรียนรู้ที่เกี่ยวข้องกับประวัติและผลงานของครูบา เพื่อให้ให้นักท่องเที่ยวที่มีความศรัทธาและเคารพนับถือได้ศึกษาหลักธรรมและแนวปฏิบัติสำหรับนำไปเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิต

2.14) กำหนดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องเนื่องกับแหล่งท่องเที่ยวให้อยู่ในปฏิทินการท่องเที่ยวของจังหวัด โดยยังคงรักษารูปแบบตามความเชื่อความศรัทธาและพิธีกรรมเดิมไว้ มีการศึกษาเกี่ยวกับประวัติครูบาท่านอื่นๆ ทั้งที่มีชื่อเสียงและไม่มีชื่อเสียง ด้วยการเพิ่มเส้นทางท่องเที่ยวด้วยความศรัทธาเพื่อสักการะครูบาท่านอื่นๆในพื้นที่ภาคเหนือ

2.15) จัดวางระบบการจัดการเส้นทางท่องเที่ยวแสวงบุญต้นแบบบนฐานความเชื่อตามตำนานพระธาตุประจำปีเกิดหรือความเชื่อเรื่องธาตุ 12 ราศีความเชื่อ ตามคัมภีร์พระเจ้าสิบโลกของล้านนา หรือตำนานการเสด็จเยือนดินแดนภาคเหนือของพระพุทธเจ้า เป็นการจาริกแสวงบุญของผู้คนจากท้องถิ่นต่าง ๆ ซึ่งเดินทางท่องเที่ยวเพื่อมาสักการะและนมัสการพระธาตุประจำปีเกิด

3) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านประเพณีและศิลปวัฒนธรรม

3.1) จัดกิจกรรมอนุรักษ์วัฒนธรรมที่มีคุณค่าของล้านนาและสืบทอดประเพณีท้องถิ่นทางด้านศาสนา อาทิ พิธีกรรมห่มผ้ากาสาวพัสตรีให้แก่องค์ศาสนสถาน เช่น อุโบสถ องค์เจดีย์ และพระพุทธรูปที่สำคัญเพื่อถวายเป็นพุทธบูชาตามจารีตของชาวเหนือ

3.2) จัดกิจกรรมหรือโปรแกรมการเดินทางท่องเที่ยวเพื่อให้นักท่องเที่ยวได้ชมงานประเพณีต่างๆ ที่ทางวัดหรือชาวบ้านในท้องถิ่นนั้น ๆ จัดขึ้น ทำให้ได้รับความเพลิดเพลินตื่นตาตื่นใจในสุนทรียะศิลป์จากศิลปวัฒนธรรมของท้องถิ่น และได้รับความรู้มีความเข้าใจต่อสภาพสังคมและวัฒนธรรมล้านนา ซึ่งจะทำให้นักท่องเที่ยวจะมีประสบการณ์ใหม่ ๆ เพิ่มขึ้น

3.3) มุ่งเน้นให้นักท่องเที่ยวได้รับความรู้และความเข้าใจต่อประวัติศาสตร์และโบราณคดีทางพระพุทธศาสนา ซึ่งแหล่งท่องเที่ยวทางประวัติศาสตร์พระพุทธศาสนานั้น จะเป็นแหล่ง

ท่องเที่ยวที่มีความสำคัญและมีคุณค่าทางประวัติศาสตร์ โบราณคดี และศาสนาเป็นสำคัญ รวมถึงสถานที่หรืออาคารสิ่งก่อสร้างที่มีอายุเก่าแก่หรือเคยมีเหตุการณ์สำคัญเกิดขึ้นในประวัติศาสตร์

3.4) จัดกิจกรรมให้นักท่องเที่ยวได้รับประสบการณ์ในแหล่งวัฒนธรรมที่คงเอกลักษณ์เฉพาะถิ่น และเป็นการศึกษาหาความรู้ในพื้นที่หรือบริเวณที่มีคุณลักษณะที่สำคัญทางประวัติศาสตร์และวัฒนธรรม ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงสภาพวิถีชีวิตและความเป็นอยู่ของผู้คนในชุมชนพื้นที่ที่มีความหลากหลาย

3.4) ส่งเสริมให้มีรูปแบบการท่องเที่ยวทางวัฒนธรรมที่หลากหลายสอดคล้องกับวัยของท่องเที่ยว โดยมีเสริมสร้างเอกลักษณ์หรือจุดเด่นของวัดและชุมชน หรือพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเฉพาะบริบทพื้นที่ให้เป็นเอกลักษณ์และอัตลักษณ์ของชุมชน ซึ่งทิศทางการปรับปรุงและพัฒนาจะต้องคำนึงถึงลักษณะทางวัฒนธรรม วิถีชีวิตและสิ่งแวดล้อมของชุมชน

3.5) จัดกิจกรรมที่ยังคงรักษารากเหง้าของวัฒนธรรมให้สมบูรณ์ที่สุด มีการส่งเสริมและปลูกจิตสำนึกในการอนุรักษ์เชิงวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณีสิ่งแวดล้อมในท้องถิ่นแก่นักท่องเที่ยว ถ่ายทอดวัฒนธรรมที่มีไปสู่คนรุ่นใหม่โดยให้ความสำคัญและคุณค่าในวัฒนธรรมของตน รวมทั้งภูมิใจที่จะนำเสนอความเป็นอัตลักษณ์ของวัฒนธรรมท้องถิ่น

3.6) เสริมสร้างการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างนักท่องเที่ยวและประชาชนในพื้นที่ มีการสร้างความร่วมมือในการพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาเกี่ยวกับประเพณีและวัฒนธรรมให้ชัดเจน จากทุกภาคส่วนทั้งภาครัฐ เอกชน ผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง รวมทั้งชุมชนและท้องถิ่น

3.7) มุ่งเน้นให้มีกิจกรรมที่บอกเล่าเรื่องราวความเป็นมาของชุมชน ประวัติศาสตร์ ตำนานของวัดกับชุมชน ประเพณีและวัฒนธรรมแบบดั้งเดิม โดยจัดกลุ่มมัคคุเทศก์ในพื้นที่หรือมัคคุเทศก์น้อยเชิงอนุรักษ์คอยให้การต้อนรับนักท่องเที่ยว พร้อมพาเยี่ยมชมสถานที่สำคัญทางวัฒนธรรม และแนะนำเรื่องราวหรือความเชื่อต่าง ๆ ของคนในชุมชนให้กับนักท่องเที่ยว

3.8) พัฒนาแหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรมให้ได้มาตรฐาน มีการส่งเสริมกิจกรรมการท่องเที่ยวเพื่อให้สามารถท่องเที่ยวได้ทั้งปี รวมทั้งพัฒนาเส้นทางท่องเที่ยวที่เชื่อมโยงในลักษณะเครือข่ายเพื่อกระจายนักท่องเที่ยวจากเมืองหลักไปสู่เมืองรอง ชุมชนและท้องถิ่น

3.7) เน้นให้นักท่องเที่ยวมองการท่องเที่ยวจากมิติทางวัฒนธรรม ซึ่งเป็นการให้ความเคารพแก่อัตลักษณ์ของท้องถิ่นและความหลากหลายทางวัฒนธรรม การเคารพขนบธรรมเนียมประเพณีพิธีกรรมและความเชื่อของชุมชนท้องถิ่น โดยเปิดโอกาสให้นักท่องเที่ยวเข้ามาเรียนรู้ประเพณีและวัฒนธรรมที่มีความหลากหลายและแตกต่างในแต่ละพื้นที่

3.8) จัดกิจกรรมการท่องเที่ยวแสวงบุญเป็นตัวกระตุ้นส่งเสริมให้นักท่องเที่ยวได้เข้าใจ เห็นคุณค่าของศาสนา ขนบธรรมเนียม วัฒนธรรมประเพณีของท้องถิ่น และนำคุณค่าของ

ศาสนา วิธีคิดที่เป็นพื้นฐานที่สำคัญในสังคมไทยที่เป็นทุนทางสังคมของคนไทยกลับมา ซึ่งเป็น การส่งเสริมการท่องเที่ยวที่ถูกต้องทางตามครรลอง

3.9) นำเสนอกิจกรรมเส้นทางแหล่งเรียนรู้ทางประวัติศาสตร์และศิลปวัฒนธรรม รวมทั้งประเพณีท้องถิ่นที่มีชื่อเสียงของจังหวัด โดยเฉพาะเส้นทางแหล่งศาสนสถานที่สำคัญ คู่บ้านคู่เมืองในพื้นที่ จัดทำเส้นทางท่องเที่ยวตามศรัทธาเพื่อเสริมสร้างสังคมดีด้วยวิถีแห่งพุทธ เพื่อเป็นทางเลือกใหม่สำหรับส่งเสริมให้ประชาชนและนักท่องเที่ยวเข้ามาในพื้นที่ชุมชนมากยิ่งขึ้น

3.10) นำต้นทุนทางวัฒนธรรมมาต่อยอดทางการท่องเที่ยวในลักษณะ “ศรัทธานำ ทาง เส้นทางนำเที่ยว” ซึ่งจะเป็นการส่งเสริมให้เกิดการอนุรักษ์วัฒนธรรม ทั้งในด้านศาสนา ประวัติศาสตร์ และกระตุ้นให้เกิดรายได้ในพื้นที่ต่าง ๆ ตามเส้นทางท่องเที่ยวได้เป็นอย่างดี

3.11) ควรมีลักษณะการผสมผสานเรื่องราวความเชื่อความศรัทธาของผู้คนกับ ประเพณีวัฒนธรรมท้องถิ่น โดยเชื่อมโยงกับแหล่งท่องเที่ยวในพื้นที่ เพื่อสร้างประสบการณ์เดินทาง เส้นทางแห่งความศรัทธาให้นักท่องเที่ยวได้รับประสบการณ์เกิดความสุขทั้งทางกายและทางจิตใจ

3.12) หน่วยงานการท่องเที่ยวควรมีแผนงานการพัฒนาโครงสร้างพื้นฐานสำหรับการท่องเที่ยว อาทิ เส้นทางจักรยาน จุดจอดจักรยาน และจัดกิจกรรมรณรงค์ส่งเสริมการใช้จักรยานท่องเที่ยว โดยมีเป้าหมายคือการสร้างเสริมสุขภาวะของนักท่องเที่ยวโดยใช้จักรยานเป็นสื่อกลาง

3.13) จัดรูปแบบการนำเสนอแหล่งท่องเที่ยวศิลปวัฒนธรรมที่ส่งเสริมให้นักท่องเที่ยวเกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับประวัติศาสตร์ ศิลปวัฒนธรรม วิถีชีวิต รวมทั้งมรดกทาง วัฒนธรรมท้องถิ่นที่มีเอกลักษณ์และลักษณะเฉพาะทางศิลปวัฒนธรรมของแหล่งท่องเที่ยวนั้น ๆ

3.14) สนับสนุนและส่งเสริมกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงประเพณีและวัฒนธรรมของ ท้องถิ่น เพื่อให้นักท่องเที่ยวได้เรียนรู้เช่น ประเพณีสงกรานต์ และประเพณีประจำท้องถิ่นอื่น ๆ ซึ่งเป็นเอกลักษณ์ของชาวล้านนา โดยเปิดโอกาสให้ชาวบ้านได้มาทำบุญร่วมกัน ร่วมกันจัดงานทำให้เกิดความสามัคคีในการทำงาน

3.15) จัดกิจกรรมที่เป็นจุดดึงดูดความสนใจหรือมีคุณค่าทางศิลปวัฒนธรรม ซึ่ง สามารถสร้างความประทับใจและความพึงพอใจแก่นักท่องเที่ยว เช่น มีความโดดเด่นและมี เอกลักษณ์ของวิถีชีวิตและภูมิปัญญา มีความงดงามทางศิลปวัฒนธรรม เนื่องจากวัฒนธรรมเป็นมรดก ทางสังคมของมนุษย์ที่สั่งสมมาแต่อดีตและมีความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะในแต่ละท้องถิ่น

4) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านกิจกรรมและการปฏิบัติธรรม

4.1) จัดกิจกรรมอบรมการปฏิบัติกรรมฐานเบื้องต้น โดยเน้นให้ฝึกภาคปฏิบัติ และ ส่งเสริมกิจกรรมการเรียนรู้ข้อปฏิบัติอันเป็นทางสายกลางที่เรียกว่า “มัชฌิมาปฏิปทา” โดยให้ มองเห็นถึงความสำคัญของร่างกาย จิตใจและปัญญา ซึ่งมีความสัมพันธ์กันและมีความสำคัญต่อ การดำเนินชีวิตของมนุษย์ทุกเพศทุกวัยโดยเฉพาะผู้สูงอายุ

4.2) ส่งเสริมและสนับสนุนให้เกิดภาคีเครือข่ายสถานปฏิบัติธรรมของวัดต่าง ๆ เพื่อสร้างความร่วมมือแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน โดยมีเป้าหมายเพื่อความเป็นเอกภาพและมาตรฐาน การสอนการปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลสำหรับนักท่องเที่ยวผู้สนใจการปฏิบัติธรรม

4.3) จัดกิจกรรมให้การอบรมภavana และเจริญวิปัสสนากรรมฐานสำหรับ นักท่องเที่ยว โดยเป็นกรรมฐานที่มุ่งอบรมปัญญาเป็นหลักหรือสมถกรรมฐานซึ่งมุ่งบริหารจิตเป็นหลัก การปฏิบัติธรรมนี้ย่อมมีประโยชน์มาก ทำคนให้ฉลาด เพราะจะรู้จักทั้งบัญญัติและปรมาตม์เป็นอย่างดี ละเอียตรอบคอบมากขึ้น

4.4) ควรมีกระบวนการถ่ายทอด การสื่อสารและแนวทางการฝึกปฏิบัติกรรมฐาน สำหรับนักท่องเที่ยว เป็นการส่งเสริมเรียนรู้ตามแนวทางพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะด้านการปฏิบัติ สมาธิวิปัสสนา ให้ตระหนักถึงคุณค่าด้านจิตใจ การตื่นรู้ และการเชื่อมโยงความรู้ที่เกี่ยวข้องกับมิติ ต่าง ๆ ทั้งในด้านพุทธศิลป์ วัฒนธรรม ภูมิปัญญาที่ให้คุณค่าและการพัฒนาจิตใจ

4.5) บูรณาการสอดแทรกการนั่งสมาธิและการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเข้าไป ร่วมกับการทำกิจกรรมทุกอย่างอยู่เสมอตามโอกาส เพื่อให้นักท่องเที่ยวที่สนใจได้มีการเรียนรู้ พระพุทธศาสนาในเชิงลึกที่เป็นนามธรรมไปพร้อม ๆ กัน ซึ่งนับว่าเป็นการสร้างเชื่อมโยงให้เกิด พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงขึ้นในจิตใจของนักท่องเที่ยว

4.6) การท่องเที่ยวแบบปฏิบัติธรรมควรเน้นการขัดเกลากาย วาจา และใจ เพื่อให้ จิตสะอาด สว่างและสงบ เป็นการส่งเสริมให้นักท่องเที่ยวที่มาปฏิบัติธรรมมีศรัทธาที่ตั้งมั่นใน พระพุทธศาสนาและพร้อมที่จะพัฒนาจิตใจให้สูงขึ้น โดยการปฏิบัติธรรม การนั่งสมาธิ การเจริญ วิปัสสนากรรมฐาน

4.7) จัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติธรรมให้มีความหลากหลาย ทั้งระยะเวลา และเนื้อหา โดยต้องคำนึงถึงวัยและความแตกต่างระหว่างบุคคล มีการเลือกกิจกรรมที่สร้าง ประสบการณ์การเรียนรู้หลักธรรมให้ผู้เข้าศึกษาเข้าใจ สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้

4.8) ควรเน้นรูปแบบการปฏิบัติธรรมที่เป็นการเจริญจิตตภาวนา ซึ่งเป็นการฝึกจิต ให้มีสมาธิ สงบ เป็นสมถภาวนาหรือสมถกรรมฐาน ส่วนการจะเดินได้ถึงตัวปัญญาจนถึงทางแห่ง การดับทุกข์ได้นั้น ต้องเดินทางสายวิปัสสนากรรมฐานเพื่อให้เกิดปัญญารู้แจ้งถึงทางดับทุกข์

4.9) ร่วมสวดมนต์ทำวัตรเช้า ทำวัตรเย็น การเดินจงกรม และการนอนภาวนา เพื่อ อบรมจิตให้เกิดความสงบและเป็นอิสระ ไม่ยึดติดอยู่กับสิ่งใด ซึ่งจะนำไปสู่การบรรเทาทุกข์และพ้น ทุกข์ทางใจในที่สุด รวมทั้งเน้นฝึกการนั่งสมาธิด้วยวิธีอานาปานสติ

4.10) เตรียมความพร้อมด้านพระวิปัสสนาจารย์ โดยควรส่งเสริมพัฒนาบุคลากร ภายในสำนักปฏิบัติธรรมให้มีศักยภาพในการอบรม รวมทั้งมีการส่งพระภิกษุภายในสำนักเข้าอบรม หลักสูตรพระวิปัสสนาจารย์ในสำนักต่าง ๆ ที่มีการจัดอบรมที่ได้มาตรฐานอยู่เสมอ

4.11) นักท่องเที่ยวที่สนใจกิจกรรมการท่องเที่ยวที่เน้นการปฏิบัติธรรม ควรมีการประยุกต์ใช้กระบวนการเรียนรู้และการปฏิบัติเพื่อนำผู้ปฏิบัติก้าวไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา โดยใช้หลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา

4.12) จัดฝึกปฏิบัติธรรม การสอนกัมมัฏฐานตามหลักมหาสติปัฏฐานสูตร การตอบข้อซักถาม การสอบอารมณ์ การเทศนา การบรรยายธรรม โดยมีการเสริมภาคนันทนาการและภาควิชาการทางพระพุทธศาสนาแก่นักท่องเที่ยว เพื่อให้ผู้เข้าปฏิบัติจะได้เรียนรู้การปฏิบัติธรรมและวิถีการดำเนินชีวิตในแนวทางพระพุทธศาสนา

4.13) ควรเน้นเอาหลักพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ในการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้นำหลักพุทธธรรมไปประพฤติปฏิบัติและประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นตามสมควรแก่ฐานะในช่วงปัจฉิมวัย โดยนักท่องเที่ยวที่เข้ามาปฏิบัติธรรมให้มุ่งเน้นการภาวนา การเจริญสติปัญญา และเดินจงกรม รวมทั้งการฟังเทศน์จากพระวิปัสสนาจารย์

4.14) มุ่งเน้นฝึกการเจริญสติและสมาธิและรูปแบบของการให้ทานในด้านต่างๆ เป็นต้น เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเลือกกิจกรรมที่ตนเองพึงพอใจและมีความสุขในสิ่งที่ตนได้กระทำ เช่น การสนทนาธรรม การฟังธรรม การสวดมนต์และเจริญสมาธิภาวนา การเดินทางไปทำบุญและเยี่ยมเยือนพระสงฆ์ในวัดต่าง ๆ การทำความสะอาดพระธาตุเจดีย์ และวัดวาอาราม เป็นต้น

4.15) ส่งเสริมกิจกรรมวิปัสสนากรรมฐานบำบัดโรคที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นการฝึกจิตให้เกิดปัญญา เห็นสภาวะ ธรรมต่างๆ เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ทำให้เราเข้าใจสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริงทำให้ ถอดถอนความยึดติดในสิ่งทั้งปวง ว่าไม่ใช่ตัวเรา ของเรา เป็นเหตุให้สามารถจัดกิเลสหรืออารมณ์ต่าง ๆ โดยเฉพาะกิเลสอย่างละเอียด

5) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านจาริกบุญจาริกธรรม

5.1) จัดกิจกรรมจาริกบุญจาริกธรรมหรือที่รู้จักในลักษณะของทัวร์ท่องเที่ยวตามวัดต่าง ๆ โดยใช้ศาสนาสถาน ศาสนวัตถุ ศาสนธรรมและเรื่องราวที่เกี่ยวกับพระสุปฏิปันโนเป็นสิ่งดึงดูดสำหรับเหตุผลที่นักท่องเที่ยวนิยมเดินทางไปไหว้รูปเหมือนพระสุปฏิปันโนนั้น เป็นการแสดงความระลึกถึงบุคคลต้นแบบ เพื่อจะได้เป็นแนวทางไปสู่การปฏิบัติธรรมตามต้นแบบนั้น

5.2) ขับเคลื่อนกิจกรรมการท่องเที่ยวที่มีอยู่ในวัด โดยเน้นจุดสนใจของสถานที่เป็นหลักมาจัดเป็นโปรแกรมการท่องเที่ยวแสวงบุญภายในวัด อาจแบ่งเป็นแต่ละทริปให้ชัดเจน ให้สอดคล้องกับความต้องการและมีความเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายและระยะเวลาที่ใช้ จะทำให้การท่องเที่ยวมีความหลากหลายยิ่งขึ้นไม่น่าเบื่อ และเพลิดเพลินกับการท่องเที่ยวอย่างสุขใจ

5.3) จัดกิจกรรมรณรงค์ส่งเสริมการท่องเที่ยวเส้นทางจาริกแสวงบุญในมิติทางศาสนา เป็นการส่งเสริมให้วัดและศาสนสถานได้เป็นแหล่งท่องเที่ยวที่มีศักยภาพความพร้อมใน

การรองรับนักท่องเที่ยว และยังเป็นส่งเสริมให้วัดและศาสนสถานได้เปิดพื้นที่ให้กับนักท่องเที่ยว ทุกกลุ่มทุกวัยได้เรียนรู้หลักธรรมทางศาสนาประวัติศาสตร์ ศิลปวัฒนธรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่น

5.4) จัดให้มีกิจกรรมสำหรับนักท่องเที่ยวที่หลากหลาย ได้แก่ การจัดกิจกรรมบน เส้นทางแสวงบุญ ศึกษาธรรมะ ฝึกสมาธิ เข้าร่วมพิธีกรรมทางศาสนา การเดินทางไปสักการะสถานที่ ศักดิ์สิทธิ์ การทำบุญให้ทาน การบริจาค ซึ่งจะช่วยให้เกิดความสุขทางใจแก่นักท่องเที่ยวและถือได้ว่าเป็นการพักผ่อนทางจิตใจด้วย

5.5) เตรียมความพร้อมในทุกๆด้าน เพื่อพัฒนาวัดให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวอย่างเป็น ระบบ รูปแบบการท่องเที่ยวจึงควรเริ่มจากการจัดระบบและโปรแกรมการท่องเที่ยวบนเส้นทางแสวง บุญและจัดกิจกรรมบุญ เพื่อต้อนรับนักท่องเที่ยวในเทศกาลวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา เพื่อร่วม เป็นส่วนหนึ่งในเส้นทางแสวงบุญที่มีคุณค่าต่อพุทธศาสนิกชน

5.6) หน่วยงานของภาครัฐและภาคเอกชนในแต่ละพื้นที่ควรร่วมกันพัฒนากิจกรรม ที่เกี่ยวข้องกับประเพณีงานบุญของท้องถิ่นและการไหว้พระตามวัดต่างๆ เพื่อเป็นจุดขายดึงดูด นักท่องเที่ยวคนไทยที่นิยมทำบุญไหว้พระ ซึ่งเป็นตลาดท่องเที่ยวเฉพาะกลุ่มที่น่าจับตามอง

5.7) รูปแบบการจัดการเดินทางท่องเที่ยวจาริกธรรมเพื่อการทำบุญไหว้พระควรมี 2 รูปแบบ คือ รูปแบบที่ผู้เดินทางจัดการเดินทางไปกันเองในกลุ่มครอบครัวหรือเพื่อนฝูง และรูปแบบที่ ผู้เดินทางซื้อรายการท่องเที่ยวทำบุญไหว้พระเดินทางไปเป็นกลุ่มจากบริษัทนำเที่ยวหรือ ผู้ประกอบการธุรกิจอื่นที่เกี่ยวข้อง

5.8) จัดรายการท่องเที่ยวจาริกบุญจาริกธรรมเพื่อการทำบุญไหว้พระในลักษณะการ หาผู้ร่วมทำบุญแบบปากต่อปากไปตามชุมชนกลุ่มต่าง ๆ อาทิ ผู้พักอาศัยในหมู่บ้านจัดสรร กลุ่ม คนทำงานตามหน่วยราชการ โดยประสานกับวัดในต่างจังหวัด รวมทั้งจัดหารถบริการ ทั้งนี้การ ท่องเที่ยวจาริกธรรมและทำบุญไหว้พระในลักษณะนี้จะเป็นกลุ่มขนาดใหญ่และมีค่าบริการถูก

5.9) จัดทริปทัวร์แสวงบุญหรือทัวร์ทำบุญไหว้พระสำหรับผู้สูงอายุ โดยให้มีสัดส่วน ของนักท่องเที่ยวที่ไม่มากนัก เน้นความสะดวกสบายมากกว่าเพราะเป็นกลุ่มที่มีจำนวนไม่มาก และให้ การบริการด้านต่างๆทั้งด้านที่พัก อาหารและการเดินทาง มีการจัดรายการโปรแกรมนำนักท่องเที่ยว แวะไหว้พระตามวัดที่มีชื่อเสียง รวมทั้งสักการะสิ่งศักดิ์สิทธิ์ของแต่ละท้องถิ่น

5.10) จัดกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาหรือกิจกรรมที่เกี่ยวกับวิถีชีวิตเป็นพิเศษที่ สามารถดึงดูดความสนใจของนักท่องเที่ยว อาจเป็นกิจกรรมที่เหมาะสมกับประเพณี วัฒนธรรมและ วิถีชีวิตดั้งเดิมที่มีอยู่แล้ว เป็นกิจกรรมที่สะท้อนภูมิปัญญาท้องถิ่นและแสดงถึงประเพณีวัฒนธรรมที่ สวยงาม มีเอกลักษณ์โดดเด่นสามารถดึงดูดนักท่องเที่ยวให้มาชื่นชมและอยากกลับมาเยือนวัดอีก

5.11) ส่งเสริมกิจกรรมการเดินทางท่องเที่ยว การไปเคารพบูชา กราบไหว้วัดอุหรือ สถานที่ที่เกี่ยวข้องกับพระพุทธเจ้า เช่น พระสถูปเจดีย์ที่บรรจุพระบรมสารีริกธาตุไว้ ตลอดจนโบสถ์

วิหารต่าง ๆ ที่ประดิษฐาน พระพุทธรูปอันสำคัญ เป็นเครื่องระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้า ซึ่งนำไปสู่กิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงพุทธด้านอื่น ๆ

5.12) จัดกิจกรรมวิถีพุทธวิถีธรรม เพื่อสร้างจุดสนใจหรือสร้างกระแสความสนใจให้กับพื้นที่ โดยวัดร่วมกับชุมชนจัดกิจกรรมทางศาสนาบนเส้นทางแสวงบุญสำหรับนักท่องเที่ยว ซึ่งเป็นกิจกรรมสร้างสรรค์ที่มีคุณค่าทางจิตใจต่อพุทธศาสนิกชน และต่อความสัมพันธ์ที่ดีในสังคม รวมทั้งมีการประชาสัมพันธ์เชิญชวนประชาชนให้มาร่วมในพิธีหรือกิจกรรมเหล่านี้

5.13) จัดทำสื่อประชาสัมพันธ์การท่องเที่ยวและกิจกรรมของวัดในวันสำคัญหรือเทศกาลสำคัญต่าง ๆ อาทิ แผ่นพับแนะนำกิจกรรมหรือสถานที่ท่องเที่ยวภายในวัดแบบง่าย ๆ อาจบอกกล่าวถึง ประวัติความเป็นมาของวัด ลักษณะทางกายภาพของวัด ประเพณีที่สำคัญของวัด สถานที่ท่องเที่ยวใน วัดและกิจกรรมการท่องเที่ยว ปฏิทินกิจกรรมการท่องเที่ยวของวัดตลอดทั้งปี

5.14) พัฒนาศิลปะการของวัดในด้านการท่องเที่ยว เช่น การจัดฝึกอบรมความรู้เกี่ยวกับมัคคุเทศก์แก่พระสงฆ์หรือบุคลากรภายในวัด หรือเด็กเยาวชนผู้มีจิตอาสาจะมาเป็นมัคคุเทศก์น้อย การอบรมในเรื่องการให้บริการที่ดีซึ่งสามารถฝึกฝนให้เกิดขึ้นจนเป็นนิสัยของการเป็นผู้ให้บริการที่ดีได้ ตลอดจนพัฒนาจริยธรรมการท่องเที่ยวในวัด โดยยึดหลักกัลยาณมิตร

5.15) รูปแบบการท่องเที่ยวควรจัดโปรแกรมกิจกรรมจาริกเส้นทางแสวงบุญในมิติทางศาสนา กิจกรรมท่องเที่ยวในลักษณะของบุญจาริกเพื่อเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ อันเกี่ยวเนื่องกับพระพุทธศาสนา และการปฏิบัติธรรมเจริญจิตตภาวนา ตามรอยครูบาอาจารย์พระอริยสงฆ์ ทั้งนี้โดยความร่วมมือของหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวดำเนินการ

ผลการทดลองใช้ เป็นการวิจัย (Research: R2) การนำไปใช้ (Implementation : I)

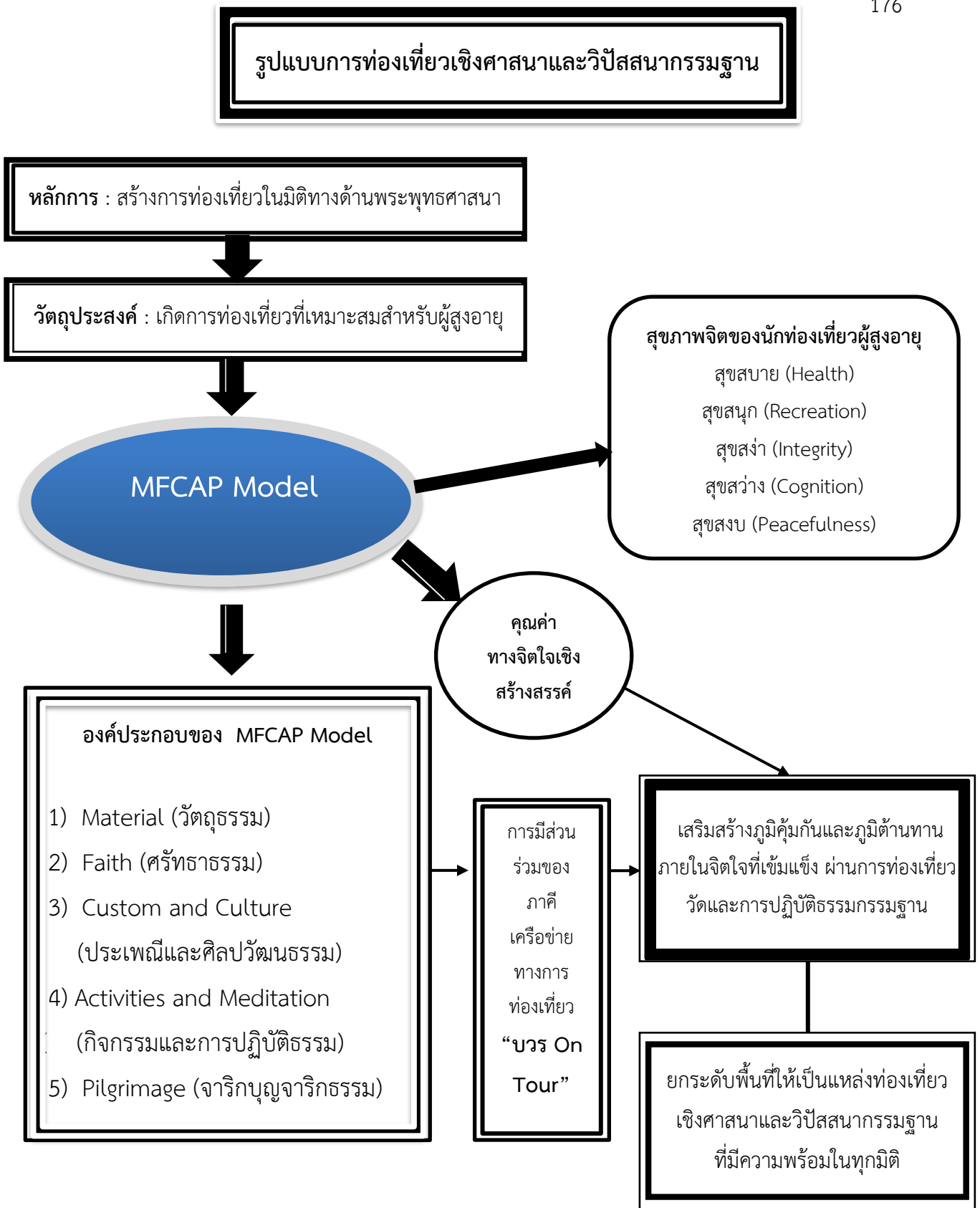
1) การจัดอบรมความรู้รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน คະແນນ ก่อนการอบรม (Pre-test) มีคะแนนเฉลี่ย = 9.78 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 1.083 (56.87 %) อยู่ในระดับปานกลาง และหลังการอบรมได้ทดสอบหลังการอบรม (Post-test) มีคะแนนเฉลี่ย = 12.68 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 0.871 (86.23 %) อยู่ในระดับมาก จากคะแนนเต็ม 15 คะแนน ส่วนผลการเปรียบเทียบคะแนนก่อนการอบรมและหลังการอบรมด้วย t-test แบบ dependent ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 พบว่า เมื่อทดสอบ พบว่า $t = 12.845$, $Sig = 0.00$ แสดงให้เห็นว่าคะแนนก่อนและหลังการอบรมเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 15

ตารางที่ 15 แสดงการเปรียบเทียบความรู้การอบรมก่อนและหลังการอบรมเกี่ยวกับรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

การทดสอบ	n	คะแนนเต็ม	\bar{X}	S.D.	ร้อยละ	การแปรผล	df	t	Sig.
ก่อนอบรม	30	15	9.78	1.08	56.87	ปานกลาง	29	12.845*	0.00
หลังอบรม	30	15	12.68	0.87	86.23	มาก			

2) การจัดเวทีเครือข่ายและการขับเคลื่อน การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ที่เป็นแหล่งที่ศึกษาในข้อ 2 ผู้เกี่ยวข้องที่สนใจและสมัครใจเข้าร่วมเวทีในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ได้แก่ ชุมชนวัด และเครือข่ายที่สนใจ รวมถึงหน่วยงานภาครัฐ จัดเวทีตามที่ประชุมตกลงกัน เพื่อจัดเวทีเครือข่าย และขับเคลื่อนการจัดการการท่องเที่ยวเชิงศาสนา เครื่องมือที่ใช้ในการจัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของชุมชนนักปฏิบัติ ทำให้เกิดการพัฒนาด้านแบบการจัดการการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานและเครือข่ายในภาคเหนือตอนบน

ดังนั้น จากการพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานดังกล่าว คณะผู้วิจัยได้รูปแบบจากการสังเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของผู้เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยว การทบทวนวรรณกรรมงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และการศึกษาเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ การจัดการอบรม การจัดเวทีเครือข่ายและการขับเคลื่อน โดยรูปแบบใช้ชื่อว่า “MFCAP Model” มีองค์ประกอบหลักที่สำคัญคือ (1) M= Material (วัตถุธรรม) (2) F= Faith (ศรัทธาธรรม) (3) C= Custom and Arts and Culture (ประเพณี และศิลปวัฒนธรรม) (4) A= Activities and Meditation (กิจกรรมและการปฏิบัติธรรม) และ (5) P= Pilgrimage (จาริกบุญจาริกธรรม) ซึ่งมีองค์ประกอบร่วม ดังนี้ องค์ประกอบที่ 1 การท่องเที่ยวที่เน้นการเที่ยวชมสถาปัตยกรรม ประติมากรรม จิตรกรรม และพุทธศิลปกรรมบนฐานความเป็นเอกลักษณ์และอัตลักษณ์ของล้านนา องค์ประกอบที่ 2 การเดินทางท่องเที่ยวที่เกิดจากความเชื่อและความศรัทธาที่นักท่องเที่ยวมีต่อเกจิอาจารย์ ครูบา และความเชื่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ หรือต่อสิ่งต่าง ๆ ที่เชื่อว่าสิ่งนั้นจะสามารถบันดาลให้ตนมีความสุขในชีวิต องค์ประกอบที่ 3 การท่องเที่ยวตามวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาและเทศกาลสำคัญในพื้นที่ โดยอาศัยความเป็นเอกลักษณ์ของล้านนาด้านวิถีชีวิต ภูมิปัญญา วัฒนธรรม ประเพณี และความต่อเนื่องของการสืบสานประเพณี องค์ประกอบที่ 4 การเดินทางเข้าร่วมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา ฝึกปฏิบัติธรรม และเจริญวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อให้มีสติสมาธิรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลง องค์ประกอบที่ 5 การท่องเที่ยวเพื่อการพักผ่อนจิตใจตามแหล่งท่องเที่ยวของวัด มีลักษณะเป็นทัวร์ทำบุญไหว้พระตามวัดต่าง ๆ โดยมีเป้าหมายเพื่อความสุขใจและความสบายใจทั้งเป็นสิริมงคลกับตนเองหรือครอบครัว จากองค์ประกอบดังกล่าว แสดงเป็นแผนภาพรูปแบบการจัดการการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานได้ดัง ภาพที่ 1



ภาพที่ 1 รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

ผลการพัฒนา (Development : D2) การประเมินผล (Evaluation : E)

เป็นการประเมินผล และปรับปรุงระดับความพึงพอใจของกลุ่มเป้าหมายที่มีต่อรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยใช้แบบสอบถามกลุ่มเป้าหมาย จำนวน 30 คน คณะผู้วิจัยได้วิเคราะห์โดยใช้ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปรากฏดังรายละเอียดในตารางที่ 11

ตารางที่ 16 แสดงค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจของกลุ่มเป้าหมายที่มีต่อรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ในภาพรวม

ข้อที่	รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนา และวิปัสสนากรรมฐาน	n = 30			ลำดับที่
		\bar{X}	S.D.	ความหมาย	
1	ด้านวัตถุประสงค์	4.51	0.63	มากที่สุด	5
2	ด้านศรัทธาธรรม	4.53	0.61	มากที่สุด	4
3	ด้านประเพณีและศิลปวัฒนธรรม	4.56	0.59	มากที่สุด	3
4	ด้านกิจกรรมและการปฏิบัติธรรม	4.64	0.57	มากที่สุด	1
5	ด้านจาริกบุญจาริกธรรม	4.62	0.68	มากที่สุด	2
รวมเฉลี่ย		4.57	0.61	มากที่สุด	

จากตารางที่ 16 พบว่า ความพึงพอใจของกลุ่มเป้าหมายที่มีต่อรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.57$, S.D. = 0.61) เมื่อพิจารณาจำแนกตามรายด้าน โดยเรียงลำดับจากด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ด้านกิจกรรมและการปฏิบัติธรรม ($\bar{X} = 4.64$, S.D. = 0.57) มีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ ด้านจาริกบุญจาริกธรรม ($\bar{X} = 4.62$, S.D. = 0.68) ด้านประเพณีและศิลปวัฒนธรรม ($\bar{X} = 4.56$, S.D. = 0.59) ด้านศรัทธาธรรม ($\bar{X} = 4.53$, S.D. = 0.61) ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ ด้านวัตถุประสงค์ ($\bar{X} = 4.51$, S.D. = 0.63)

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง “การพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญโดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง ในเขตท่องเที่ยวเมืองรองภาคเหนือตอนบน” ในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์พฤติกรรมและความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน และเพื่อพัฒนา รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานโดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัด สำหรับนำไปเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง คณะผู้วิจัยได้สรุป อภิปรายผลและเสนอแนะตามขั้นตอน ดังต่อไปนี้

5.1 สรุปผลการวิจัย

5.1.1 พฤติกรรมการและความต้องการในการท่องเที่ยว

1) ผลการวิเคราะห์เกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถามที่เป็นนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ จำนวน 700 คน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 58.71 เป็นผู้มีวุฒิการศึกษาระดับปริญญาตรีมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 74.42 รองลงมาคือระดับปวช./ปวส. คิดเป็นร้อยละ 13.85 น้อยที่สุดคือระดับปริญญาเอก คิดเป็นร้อยละ 2.42 มีอาชีพรับราชการ/รัฐวิสาหกิจมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40.42 รองลงมาคือ เกษตรกร คิดเป็นร้อยละ 24.57 น้อยที่สุดคือ พนักงานบริษัทเอกชน คิดเป็นร้อยละ 4.14 มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนมากที่สุด จำนวน 15,001-20,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 36.85 รองลงมาคือ จำนวน 20,001 บาทขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 32.14 น้อยที่สุดคือต่ำกว่า 5,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 4.85 มีภูมิลำเนาภาคเหนือมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 41.28 รองลงมาคือภาคตะวันออกเฉียงเหนือ คิดเป็นร้อยละ 22.28 น้อยที่สุดคือภาคตะวันตก คิดเป็นร้อยละ 2.57

2) พฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน พบว่า นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุส่วนใหญ่ใช้เวลาในการเดินทางท่องเที่ยวบ่อยครั้งคือทุกปี คิดเป็นร้อยละ 67.00 เดินทางมายังแหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาบ่อยครั้งคือทุกปี คิดเป็นร้อยละ 70.57 จำนวนวันที่มักจะใช้ในการเดินทางท่องเที่ยวคือ ระหว่าง 3-5 วัน คิดเป็นร้อยละ 42.57 เหตุผลของการเดินทางมาสถานที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนา คือมีความศรัทธาจึงตั้งใจเดินทางมาสถานที่แห่งนี้ คิดเป็นร้อยละ 77.57 ความต้องการในการเดินทางมาสถานที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาแห่งนี้ คือต้องการมาทำบุญตามวิถีทางของพระพุทธศาสนา คิดเป็นร้อยละ 32.14 ความโดดเด่นของสถานที่ท่องเที่ยวคือ

สถานที่มีความร่มรื่น สะอาด สวยงามเหมาะสมกับการพักผ่อนหย่อนใจ คิดเป็นร้อยละ 27.00 ผู้ชักชวนให้เดินทางมาท่องเที่ยวสถานที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาคือเพื่อน คิดเป็นร้อยละ 36.28 การรับรู้เกี่ยวกับสถานที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาแห่งนี้คือมาจากอินเทอร์เน็ต คิดเป็นร้อยละ 35.85 ความต้องการให้สถานที่ท่องเที่ยวแห่งนี้ปรับปรุงหรือพัฒนา คือภูมิทัศน์ของสถานที่ คิดเป็นร้อยละ 26.14 กิจกรรมที่จะทำเป็นประจำเวลาเดินทางมาท่องเที่ยวที่สถานที่แห่งนี้ คือทำบุญ ถวายสังฆทาน คิดเป็นร้อยละ 27.42 วัดหรือแหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาในภาคเหนือที่เดินทางไปเป็นประจำ คือวัดพระธาตุดอยสุเทพ คิดเป็นร้อยละ 27.14

3) ผลการวิเคราะห์ความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน พบว่า โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.55$) เมื่อพิจารณาจำแนกตามรายด้าน โดยเรียงลำดับจากด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ด้านการปฏิบัติธรรม ($\bar{X}=4.69$) รองลงมา คือ ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกและที่พัก ($\bar{X}=4.64$) ด้านการเข้าถึงและความปลอดภัย ($\bar{X}=4.62$) ด้านบุคลากรและการบริการ ($\bar{X}=4.57$) ด้านกิจกรรมและการประชาสัมพันธ์ ($\bar{X}=4.56$) ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ ด้านแหล่งท่องเที่ยวและสิ่งดึงดูดใจ ($\bar{X}=4.27$) ตามลำดับ ทั้งนี้ เมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์ความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานเป็นรายด้าน พบว่า

3.1) ด้านแหล่งท่องเที่ยวและสิ่งดึงดูดใจ โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.27$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดยเรียงลำดับจากข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดตามลำดับ ได้แก่ สถานที่ท่องเที่ยวมีเอกลักษณ์และอัตลักษณ์ที่โดดเด่นทางพระพุทธศาสนา ($\bar{X}=4.79$) มีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ ความงดงามทางพุทธศิลป์ สถาปัตยกรรมและประติมากรรมของแหล่งท่องเที่ยว ($\bar{X}=4.57$) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ วัดมีความสำคัญทางด้านประวัติศาสตร์ ($\bar{X}=3.71$)

3.2) ด้านบุคลากรและการบริการ โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.57$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดยเรียงลำดับจากข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดตามลำดับ ได้แก่ ระบบการบริการดูแลนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ ($\bar{X}=4.85$) มีค่าเฉลี่ยสูงสุดรองลงมาคือ การบริการด้วยความสุภาพและเป็นมิตรของเจ้าหน้าที่ ($\bar{X}=4.78$) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ บุคลากรและเจ้าหน้าที่มีจำนวนเพียงพอ ($\bar{X}=4.12$)

3.3) ด้านกิจกรรมและการประชาสัมพันธ์ โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.56$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดยเรียงลำดับจากข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดตามลำดับ ได้แก่ การจัดกิจกรรมที่เน้นวิถีพุทธวิถีธรรม ($\bar{X}=4.79$) มีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ การประชาสัมพันธ์กิจกรรมการท่องเที่ยวของวัดผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์ให้นักท่องเที่ยวได้ข้อมูลข่าวสารที่รวดเร็ว ($\bar{X}=4.70$) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดคือ การจัดกิจกรรมที่เชื่อมโยงความร่วมมือกับชุมชน ($\bar{X}=4.28$)

3.4) ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกและที่พัก โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.64$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีค่าเฉลี่ยในระดับมากที่สุดทุกข้อเช่นกัน โดยเรียงลำดับจากข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดตามลำดับได้แก่ ที่พักในวัดสำหรับนักท่องเที่ยวที่มีความเหมาะสมและเพียงพอ ($\bar{X}=4.73$) มีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ ร้านจำหน่ายของที่ระลึกและสินค้าท้องถิ่นที่หลากหลาย ($\bar{X}=4.68$) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดคือ ร้านอาหาร เครื่องดื่มที่สะอาดและมีคุณภาพ ($\bar{X}=4.59$)

3.5) ด้านการเข้าถึงและความปลอดภัย โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.62$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีค่าเฉลี่ยในระดับมากที่สุดทุกข้อเช่นกัน โดยเรียงลำดับจากข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดตามลำดับ ได้แก่ เส้นทางหรือถนนเข้าสู่แหล่งท่องเที่ยวให้อยู่ในสภาพดี สะดวกและปลอดภัยในการคมนาคม ($\bar{X}=4.68$) มีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ ระบบขนส่งสาธารณะในการเข้าถึงแหล่งท่องเที่ยว ($\bar{X}=4.65$) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ การสร้างความมั่นใจให้นักท่องเที่ยวในเรื่องความปลอดภัยของแหล่งท่องเที่ยว ($\bar{X}=4.57$)

3.6) ด้านการปฏิบัติธรรม โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.69$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีค่าเฉลี่ยในระดับมากที่สุดทุกข้อเช่นกัน โดยเรียงลำดับจากข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดตามลำดับ ได้แก่ วัดเปิดโอกาสให้นักท่องเที่ยวได้ปฏิบัติธรรมทั้งในครอระยะสั้นและระยะยาว ($\bar{X}=4.74$) มีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ ที่พักภายในวัดมีความเหมาะสมและเพียงพอต่อจำนวนผู้สนใจปฏิบัติธรรม ($\bar{X}=4.70$) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดคือ สถานที่ปฏิบัติธรรมเป็นสัปปายะเหมาะสมแก่การปฏิบัติธรรม ไม่พลุกพล่าน ($\bar{X}=4.64$)

5.1.2 การพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

1) สภาพการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน พบว่า

1.1) ด้านความศรัทธาต่อเกจิอาจารย์และความเชื่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ นักท่องเที่ยวจะมีความเชื่อทางศาสนาและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ จึงนิยมเดินทางไปทำบุญไหว้พระขอพรสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เพื่อเป็นขวัญกำลังใจในชีวิต ขอโชคลาภและเงินทอง ให้การทำงานและธุรกิจประสบผลสำเร็จ นอกจากนี้ การที่นักท่องเที่ยวมีความศรัทธาและนับถือพระสงฆ์ที่เป็นเกจิอาจารย์ จึงเกิดการเดินทางท่องเที่ยวไปตามวัดและแหล่งท่องเที่ยวที่เป็นศาสนสถานด้วยความศรัทธา

1.2) ด้านวัฒนธรรมวิถีพุทธและประเพณีท้องถิ่น เป็นการท่องเที่ยวในลักษณะที่ให้คงไว้ซึ่งวิถีชีวิตของท้องถิ่นในแง่ประเพณีและวัฒนธรรมบนฐานทุนทางพระพุทธศาสนา โดยยึดหลักที่ว่าต้องให้เป็นจุดดึงดูดนักท่องเที่ยวที่ต้องการศึกษาความแตกต่างทางด้านประเพณีและวัฒนธรรมอันหลากหลาย โดยเฉพาะภาคเหนือตอนบนเป็นพื้นที่ซึ่งมีทั้งจารีตประเพณีและวิถีชีวิตของแต่ละชนเผ่าที่แตกต่างกัน จึงทำให้เกิดมรดกทางรูปธรรมและนามธรรมอันเป็นบ่อเกิดของแหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรม

1.3) ด้านประวัติศาสตร์และพุทธศิลปกรรม นักท่องเที่ยวเดินทางมาท่องเที่ยวตามวัดต่างๆที่มีประวัติศาสตร์อันเก่าแก่ โดยเฉพาะประวัติศาสตร์ทางพระพุทธศาสนาที่มีการเผยแพร่เข้ามาทางอาณาจักรล้านนาในอดีตจนมีความเจริญรุ่งเรืองตามลำดับ และได้ทิ้งหลักฐานทางประวัติศาสตร์และเรื่องราวที่น่าสนใจไว้ให้อนุชนรุ่นหลังได้เรียนรู้มาจนถึงปัจจุบัน ทำให้เกิดแหล่งเรียนรู้และแหล่งท่องเที่ยวที่มีสถาปัตยกรรมและพุทธศิลปกรรมเป็นโบราณสถานไว้ให้อนุชนรุ่นหลังได้เรียนรู้

1.4) ด้านกิจกรรมบนเส้นทางแสวงบุญ เป็นการเดินทางท่องเที่ยวที่มีเป้าหมายเพื่อการแสวงบุญและการเรียนรู้ทางศาสนา โดยเฉพาะนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุซึ่งมีความคุ้นเคยใกล้ชิดกับพระพุทธศาสนาเป็นทุนเดิม จึงนิยมเดินทางไปยังสถานที่แหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนา เพื่อเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การสันทนาการ การฟังธรรม การสวดมนต์ และการเจริญสมาธิภาวนา เป็นต้น

1.5) ด้านการปฏิบัติธรรม เป็นการท่องเที่ยวสำหรับกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่สนใจมุ่งเน้นการปฏิบัติธรรมโดยเฉพาะ เพื่อศึกษาหลักธรรมะ การนั่งสมาธิ การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน และการสันทนาการกับพระสงฆ์ ทำให้ได้รับคำแนะนำในการดำรงชีวิต ส่งผลให้จิตใจผ่อนคลายเบิกบานไม่ประมาทในชีวิต จนสามารถกำจัดความเครียด ความวิตกกังวลและความซึมเศร้า

2) การบูรณาการหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุ พบว่า

2.1) ด้านสุขภาพ (Health) เสริมสร้างให้ผู้สูงอายุเข้าใจความเป็นจริงของชีวิตและฝึกปฏิบัติตนในการปล่อยวางเรื่องราวที่ผ่านเข้ามาในชีวิตตามหลักอุเบกขาธรรม นำหลักขันติธรรมซึ่งเป็นธรรมที่เกี่ยวข้องกับความอดทนมาประยุกต์ใช้ได้ ทำให้เกิดความเพียรพยายามที่จะกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้สำเร็จ โดยมีเป้าหมายเพื่อเน้นการลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง เป็นการส่งเสริมสุขภาพทางด้านร่างกายของผู้สูงอายุให้มีการเคลื่อนไหวและไม่เฉื่อยชา รวมทั้งสร้างแรงจูงใจให้ผู้สูงอายุได้ทำกิจกรรมต่าง ๆ ภายในวัด การบำเพ็ญสาธารณประโยชน์ โดยใช้หลักอปริหานิยธรรมและหลักบุญกิริยาวัตถุเป็นฐาน

2.2) สุขสนุก (Recreation) พัฒนากิจกรรมที่เสริมสร้างความสนุกสนานและสร้างรอยยิ้มให้ผู้สูงอายุ ให้มีชีวิตชีวาร่วมกับเพื่อนวัยเดียวกันและต่างวัยในสังคม สนับสนุนกิจกรรมนันทนาการที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุโดยคำนึงถึงข้อจำกัดทั้งทางร่างกาย จิต อารมณ์ และสังคม อบรมพัฒนาจิตตามหลักมหาสติปัฏฐานให้ผู้สูงอายุมีอารมณ์ดี ไม่เหงา ห่างไกลจากภาวะซึมเศร้า ทั้งนี้การจะเป็นผู้มีอารมณ์ร่าเริงยินดีมีความพึงพอใจในชีวิต ต้องมีการพัฒนาอารมณ์ให้เกิดความสุขสนุกเพลิดเพลินผ่อนคลายความตึงเครียดและเกิดความสุขทางใจ

2.3) สุขสง่า (Integrity) ส่งเสริมกิจกรรมการดำเนินชีวิตให้มีความสุขสง่า

ซึ่งเป็นมิติของความสุขที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิต ความเชื่อมั่นในตนเอง การเห็นคุณค่าและยอมรับนับถือในตนเอง จัดหากิจกรรมที่ทำให้เพลิดเพลิน ไม่หมกมุ่นอยู่กับความคิดแบบเดิม ๆ อาจเป็นกิจกรรมที่ชื่นชอบ หรือกิจกรรมแปลกใหม่เพื่อสร้างประสบการณ์การเรียนรู้สิ่งใหม่ มีหลักพรหมวิหารธรรมที่ทำให้ผู้สูงอายุรู้จักมีเมตตาต่อสมาชิกในครอบครัวและรู้จักวางตนอย่างเหมาะสม และนำหลักโลกธรรม 8 มาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต ซึ่งจะช่วยให้เข้าใจการเปลี่ยนแปลงของโลกตามความเป็นจริง

2.4) สุขสว่าง (Cognition) ฝึกฝนการบริหารจิตและการกำหนดน้บลมหายใจตามหลักสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน โดยการเอาจิตจดจ่ออยู่กับการเคลื่อนไหวของสรรพสิ่ง เน้นกิจกรรมสมาธิบำบัดโรคที่เป็นการฝึกสติและสมาธิ เพื่อชะลอความเสื่อมของสมองในด้านต่าง ๆ รวมทั้งเสริมสร้างสุขภาพทางจิตวิญญาณให้ผู้สูงอายุสามารถเกิดการเรียนรู้ทั้งทางโลก และทางธรรมควบคู่กันไป โดยใช้กระบวนการด้านกายภาพนา สีลาภานา และจิตภานา เป็นฐานของการเรียนรู้ ทำให้ผู้สูงอายุมีจิตใจที่อยู่ในภาวะที่มีความสุขและเกิดความเข้าใจในการใช้ชีวิต

2.5) สุขสงบ (Peacefulness) จัดกิจกรรมพัฒนาสมรรถนะของผู้สูงอายุในการรับรู้เข้าใจความรู้สึกของตนเอง รู้จักควบคุมอารมณ์และสามารถจัดการกับสภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้ สามารถปรับตัวและยอมรับสภาพที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริงตามหลักไตรลักษณ์ 3 ฝึกความคิดยืดหยุ่นให้มากขึ้น อย่าเข้มงวด จับผิดหรือตัดสินผิดถูกตนเองและผู้อื่นอยู่ตลอดเวลา รู้จักผ่อนหนักเป็นเบา รู้จักให้อภัยไม่ถือโทษโกรธเคืองและปล่อยวาง เสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งจะช่วยให้การดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุเป็นไปอย่างมีความสุข เนื่องจากอารมณ์มักจะมีทั้งทุกข์และสุขสลับกันตลอดเวลา

3) การนำเสนอรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญโดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัด พบว่า

3.1) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านวัฒนธรรม ควรจัดทำเส้นทางท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาเชิงพุทธศิลปกรรม โดยยกระดับให้มีความพร้อมในการจัดการความรู้และการบริการจัดการทรัพยากรสำหรับนักท่องเที่ยวอย่างครบวงจร จัดกิจกรรมการเรียนรู้พระพุทธศาสนาผ่านพุทธศิลป์โดยเชื่อมโยงประเพณีของท้องถิ่น สร้างกิจกรรมจากจุดแข็งด้านต้นทุนทางวัฒนธรรมที่ทรงคุณค่าของล้านนา โดยจัดโปรแกรมท่องเที่ยวไปยังโบราณสถานและโบราณคดีบนพื้นฐานของความรับผิดชอบและมีจิตสำนึก สร้างเครือข่ายกลุ่มวัดที่มีกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมที่เน้นความเป็นเอกลักษณ์และอัตลักษณ์ของล้านนา เพื่อเป็นสิ่งที่ดึงดูดใจให้นักท่องเที่ยวเข้ามาเที่ยวชม

3.2) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านศรัทธาธรรม ควรมีการจัดแคมเปญเพื่อกระตุ้นการท่องเที่ยวเชิงศาสนาด้วยความเชื่อความศรัทธาต่อพระสงฆ์หรือต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ในทุกมิติ โดยการพาไปไหว้พระสักการะเพื่อเสริมมงคลชีวิตนำพาชีวิตรุ่งเรืองและช่วยให้ชีวิตมีที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจ

จัดทริปครอบครัวเดินทางแสวงบุญตามแหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาบนฐานของความศรัทธา เพื่อสักการะพระสงฆ์ที่ครอบครัวนับถือ หรือแหล่งท่องเที่ยวที่ครอบครัวมีความเชื่อความศรัทธา โดยใช้ศาสนสถาน ศาสนวัตถุและเรื่องราวที่เกี่ยวกับพระสุปฏิปันโนหรือเกจิอาจารย์เป็นสิ่งดึงดูดทางการท่องเที่ยว แต่ต้องมีความระมัดระวังในการกำหนดกิจกรรมการท่องเที่ยวให้เหมาะสม โดยคำนึงถึงบริบทความเชื่อและวัฒนธรรมในแต่ละท้องถิ่น

3.3) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านประเพณีและศิลปวัฒนธรรม ควรจัดกิจกรรมอนุรักษ์วัฒนธรรมที่มีคุณค่าของล้านนาและสืบทอดประเพณีท้องถิ่นทางด้านศาสนา อาทิ พิธีกรรมห่มผ้ากาสาวพัสดร์ให้แก่องค์ศาสนสถาน เช่น อุโบสถ องค์เจดีย์ และพระพุทธรูปที่สำคัญเพื่อถวายเป็นพุทธบูชาตามจารีตของชาวเหนือ จัดโปรแกรมการเดินทางท่องเที่ยวเพื่อให้นักท่องเที่ยวได้ชมงานประเพณีต่าง ๆ ที่ทางวัดหรือชาวบ้านในท้องถิ่นจัดขึ้น ซึ่งจะทำให้ได้รับความเพลิดเพลินตื่นตาตื่นใจในสุนทรีย์ศิลปะจากศิลปวัฒนธรรมของท้องถิ่น และได้รับความรู้มีความเข้าใจต่อสภาพสังคมและวัฒนธรรมล้านนา ซึ่งจะทำให้นักท่องเที่ยวมีประสบการณ์ใหม่ ๆ ทางด้านประเพณีและศิลปวัฒนธรรมเพิ่มขึ้น

3.4) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านกิจกรรมและการปฏิบัติธรรม จัดกิจกรรมอบรมการปฏิบัติกรรมฐานเบื้องต้นแก่นักท่องเที่ยว โดยเน้นให้ฝึกภาคปฏิบัติ และส่งเสริมกิจกรรมการเรียนรู้ข้อปฏิบัติอันเป็นทางสายกลางที่เรียกว่า “มัชฌิมาปฏิปทา” โดยให้มองเห็นถึงความสำคัญของร่างกาย จิตใจและปัญญา ซึ่งมีความสัมพันธ์กันและมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์ทุกเพศทุกวัยโดยเฉพาะผู้สูงอายุ ส่งเสริมและสนับสนุนให้เกิดภาคีเครือข่ายสถานปฏิบัติธรรมของวัดต่าง ๆ เพื่อสร้างความร่วมมือแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน โดยมีเป้าหมายเพื่อความป็นเอกภาพและมาตรฐานการสอนการปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลสำหรับนักท่องเที่ยวผู้สนใจการปฏิบัติธรรม

3.5) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านจาริกบุญจาริกธรรม ควรจัดกิจกรรมรณรงค์ส่งเสริมการท่องเที่ยวเส้นทางจาริกแสวงบุญในมิติทางศาสนา ในลักษณะของบุญจาริกเพื่อเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ อันเกี่ยวเนื่องกับพระพุทธศาสนา โดยสนับสนุนให้วัดและพุทธศาสนสถานเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่มีศักยภาพความพร้อมในการรองรับนักท่องเที่ยว มีการจัดกิจกรรมวิถีพุทธวิถีธรรม เพื่อสร้างจุดสนใจหรือสร้างกระแสความสนใจให้กับพื้นที่ โดยวัดร่วมกับชุมชนจัดกิจกรรมทางศาสนาสำหรับนักท่องเที่ยว ซึ่งเป็นกิจกรรมสร้างสรรค์ที่มีคุณค่าทางจิตใจต่อพุทธศาสนิกชน

4) ผลการทดลองใช้รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน พบว่าจากการทดลองใช้โดยการวัดอบรมความรู้รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน คะแนนก่อนการอบรม (Pre-test) มีคะแนนเฉลี่ย = 9.78 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 1.083 (56.87 %) อยู่ในระดับปานกลาง และหลังการอบรมได้ทดสอบหลังการอบรม (Post-test)

มีคะแนนเฉลี่ย = 12.68 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 0.871 (86.23 %) อยู่ในระดับมาก ส่วนผลการเปรียบเทียบคะแนนก่อนการอบรมและหลังการอบรมด้วย t-test แบบ dependent ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 พบว่า เมื่อทดสอบ พบว่า $t = 12.845$, $Sig = 0.00$ แสดงให้เห็นว่าคะแนนก่อนและหลังการอบรมเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5) การประเมินผลรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน พบว่าความพึงพอใจของกลุ่มเป้าหมายที่มีต่อรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.57$) เมื่อพิจารณาจำแนกตามรายด้านโดยเรียง ลำดับจากด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ด้านกิจกรรมและการปฏิบัติธรรม ($\bar{X}=4.64$) มีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ ด้านจาริกบุญจาริกธรรม ($\bar{X}=4.62$) ด้านประเพณีและศิลปวัฒนธรรม ($\bar{X}=4.56$) ด้านศรัทธาธรรม ($\bar{X}=4.53$) ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ ด้านวัตถุประสงค์ ($\bar{X}=4.51$)

5.2 อภิปรายผลการวิจัย

5.2.1 พฤติกรรมการและความต้องการในการท่องเที่ยว

จากการศึกษาพบว่า พฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ มักจะเดินทางมายังสถานที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาทุกปี โดยเหตุผลของการเดินทางเนื่องจากมีความตั้งใจเดินทางมาวัดเพื่อทำบุญและกราบนมัสการสิ่งศักดิ์สิทธิ์ภายในวัด และมีความต้องการมาทำบุญตามวิถีทางของพุทธศาสนา ต้องการมาขอโชคโลภ ศิริมงคล/สะเดาะเคราะห์/พิธีกรรมทางศาสนาอื่น ๆ ต้องการสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ ต้องการเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา และต้องการเจอเพื่อน อยากรู้อยากเห็นในสิ่งใหม่ ๆ โดยปกติมักจะเลือกช่วงเวลาเดินทางในวันธรรมดาเพื่อหลีกเลี่ยงความหนาแน่นของนักท่องเที่ยวในช่วงวันหยุด ส่วนผู้ชักชวนให้เดินทางมาท่องเที่ยวสถานที่ท่องเที่ยวจะเป็นเพื่อนและคนในครอบครัว ทำให้นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุนิยมเดินทางท่องเที่ยวแบบกลุ่มหรือหมู่คณะ โดยมีครอบครัวหรือญาติร่วมเดินทางและร่วมตัดสินใจ ซึ่งผู้สูงอายุนิยมเดินทางไปเที่ยวกับลูกหลาน ญาติพี่น้อง หรือคนในครอบครัว เนื่องจากปัจจุบันสังคมไทยมีรูปแบบเป็นครอบครัวขยาย คือผู้สูงอายุจะอาศัยอยู่กับลูกและหลาน สอดคล้องกับหนังสือหนึ่งฤทัยรัตน์ กระจ่างพัฒน์วงศ์ (2561) ได้ศึกษาเรื่อง “พฤติกรรมการท่องเที่ยวของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาในเขตเทศบาลนครขอนแก่น” ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักเดินทางท่องเที่ยวร่วมกับครอบครัวหรือคู่สมรสและร่วมตัดสินใจในเรื่องของการเดินทางด้วยกัน จำนวนครั้งในการเดินทางท่องเที่ยวมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 2 ครั้ง ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ใช้ระยะเวลาในการท่องเที่ยวไม่นานนักประมาณ 1-2 คืน ทั้งนี้ นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุนับว่าเป็นกลุ่มนักท่องเที่ยวที่มีคุณค่าและเป็นผู้มีประสบการณ์ มักมีพฤติกรรมการท่องเที่ยวเพื่อการพักผ่อนและการศึกษาเรียนรู้ เป็นกลุ่มนักท่องเที่ยวที่มีระยะเวลาพำนักนานวัน เช่น มีระยะเวลาที่ใช้ในการท่องเที่ยวมากกว่า 5 วัน และเป็นสัปดาห์ มีการจับจ่าย

ค่อนข้างสูง และเป็นกลุ่มเป้าหมายหลักที่มีส่วนช่วยฟื้นฟูธุรกิจการท่องเที่ยวไทยได้ เนื่องจากมีศักยภาพและมีกำลังซื้อ เมื่อกลับมาจากการท่องเที่ยวตามแหล่งท่องเที่ยวทางศาสนาแล้ว ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะรู้สึกได้ผ่อนคลาย มีความสุข มีความรู้สึกสนุกสนานในการเจอเพื่อน หากผู้สูงอายุมีความรู้สึกพึงพอใจในการท่องเที่ยวจะอยากกลับไปท่องเที่ยวยังสถานที่ท่องเที่ยวเดิมซ้ำอีก และมีการบอกเล่าต่อไปยังกลุ่มเพื่อนและครอบครัว และสอดคล้องกับ ญัตติฎณิภรณ์ ปิงแก้ว (2563) ได้ศึกษาเรื่อง “พฤติกรรมประสบการณ์และความต้องการของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่เดินทางมาท่องเที่ยวในอุทยานแห่งชาติเขาใหญ่” ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่เดินทางมาท่องเที่ยวส่วนใหญ่เดินทางมาเป็นหมู่คณะ โดยแบ่งออกเป็น 3 กลุ่มได้แก่ กลุ่มครอบครัว (สามีภรรยา) กลุ่มครอบครัว (ลูกหลาน) และกลุ่มเพื่อน โดยมีวัตถุประสงค์ในการเดินทางมาท่องเที่ยวเพื่อท่องเที่ยวพักผ่อนหย่อนใจ สัมผัสธรรมชาติ การรับรู้ข้อมูลของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุส่วนใหญ่สามารถเข้าถึงแหล่งข้อมูลด้วยตัวเองจากการใช้สื่อออนไลน์และการบอกเล่าจากบุคคลที่รู้จัก นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับ พงศ์เสวก อเนกจำนงค์พร (2558) ได้ศึกษา “พฤติกรรมนักท่องเที่ยวของประชากรรุ่นเบบี้บูมในกรุงเทพมหานคร” พบว่า ประชากรรุ่นเบบี้บูมนิยมท่องเที่ยวเพื่อการพักผ่อนและเที่ยวในสถานที่ท่องเที่ยวตามธรรมชาติ เดินทางเป็นแบบกลุ่มหรือคณะ มีการจัดการเดินทางด้วยตนเอง มีครอบครัวหรือญาติเป็นผู้ร่วมทางและตัดสินใจในการเดินทางท่องเที่ยว และเป็นการเดินทางท่องเที่ยวภายในประเทศ โดยท่องเที่ยวในวันเสาร์-อาทิตย์

ส่วนความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน พบว่า นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความต้องการด้านการปฏิบัติธรรมมากที่สุด โดยผู้สูงอายุต้องการให้วัดเปิดโอกาสให้นักท่องเที่ยวได้ปฏิบัติธรรมทั้งในคอร์สระยะสั้นและระยะยาว สถานที่ปฏิบัติธรรมควรเป็นสัปปายะเหมาะสมแก่การปฏิบัติธรรมไม่พลุกพล่าน ที่พักภายในวัดมีความเหมาะสมและเพียงพอต่อจำนวนผู้สนใจปฏิบัติธรรม และต้องการให้มีพระวิปัสสนาจารย์ที่มีความรู้ความสามารถในการสอนกรรมฐานและนำปฏิบัติธรรม ซึ่งส่งผลทำให้นักท่องเที่ยวโดยเฉพาะผู้สูงอายุมีสติสมาธิรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลง จนสามารถประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิต เป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตที่แข็งแรงและมีความสุขทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ประกอบไปด้วยปัญญาแห่งพุทธธรรม สามารถแก้ไขปัญหาและดูแลตนเองให้ถึงพร้อมในทุกด้าน จนมีความมั่นใจในการใช้ชีวิตที่มีอยู่อย่างมีสติ สอดคล้องกับ วสุพารภรณ์ กันยะตีบ (2563) ได้ศึกษาเรื่อง “หลักพุทธธรรมกับการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษา สถานปฏิบัติธรรมแห่งหนึ่ง” พบว่า ปัจจุบันผู้สูงอายุให้ความสนใจในการเข้าปฏิบัติธรรมมากขึ้น เหตุผลที่ผู้สูงอายุเข้ามาสถานปฏิบัติธรรมส่วนใหญ่มีความตั้งใจมาปฏิบัติธรรม เพราะเชื่อมั่นว่าความดีแห่งวิถีพุทธธรรมจะนำตนไปสู่ชีวิตที่ดีงามทั้งสุขภาพทางด้านร่างกายและจิตใจในบั้นปลายแห่งชีวิต ส่งผลให้มีความสุขทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจเพราะเป็นการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมวิถีพุทธที่ยั่งยืน

นอกจากนี้ ในประเด็นการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ผู้สูงอายุยังต้องการให้สถานที่ท่องเที่ยวมีเอกลักษณ์และอัตลักษณ์ที่โดดเด่นทางพระพุทธศาสนา มีความงดงามทางพุทธศิลป์ สถาปัตยกรรมและประติมากรรม ต้องการให้มีระบบการบริการดูแลนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ การบริการด้วยความสุภาพและเป็นมิตรของเจ้าหน้าที่ บุคลากรและเจ้าหน้าที่ของวัดมีจำนวนเพียงพอ ต้องการกิจกรรมที่เน้นวิถีพุทธวิถีธรรม การประชาสัมพันธ์กิจกรรมการท่องเที่ยวของวัดผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์ให้นักท่องเที่ยวได้ข้อมูลข่าวสารที่รวดเร็ว ต้องการที่พักในวัดสำหรับนักท่องเที่ยวที่มีความเหมาะสมและเพียงพอ ร้านจำหน่ายของที่ระลึกและสินค้าท้องถิ่นที่หลากหลาย และต้องการเส้นทางหรือถนนเข้าสู่แหล่งท่องเที่ยวให้อยู่ในสภาพดี สะดวกและปลอดภัยในการคมนาคม ระบบขนส่งสาธารณะในการเข้าถึงแหล่งท่องเที่ยว ซึ่งเป็นการสร้างความมั่นใจให้นักท่องเที่ยวในเรื่องความปลอดภัยของแหล่งท่องเที่ยว สอดคล้องกับกาญจนาวดี พวงชื่นและแสงสรรค์ ภูมิสถาน (2563) ได้ศึกษาเรื่อง “พฤติกรรมการท่องเที่ยวและความต้องการของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุต่อการท่องเที่ยวในอุทยานแห่งชาติเขาใหญ่” ผลการศึกษาพบว่า นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุให้ความสำคัญของความต้องการสิ่งอำนวยความสะดวกและบริการที่เกี่ยวข้องกับบ้านพักมากที่สุด รองลงมาคือ กิจกรรมการท่องเที่ยวและการบริการพิเศษ โดยควรมีการส่งเสริมและพัฒนากิจกรรมการท่องเที่ยวแบบครอบครัว และนำหลักอารยสถาปัตย์มาใช้ในการออกแบบและพัฒนาสิ่งอำนวยความสะดวกและบริการในบ้านพัก และสอดคล้องกับ ศิริกุล เกียรติกุลไพบูลย์ (2558) ได้ศึกษาเรื่อง “พฤติกรรมการท่องเที่ยวของผู้สูงอายุวัยเกษียณ อายุ 60-79 ปี ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล” จากการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุวัยเกษียณชื่นชอบท่องเที่ยวตามแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติ ทั้งนี้เพื่อพักผ่อนเปลี่ยนบรรยากาศ เพื่อไหว้พระทำบุญและต้องการเจอเพื่อน และอยากกลับไปท่องเที่ยวยังสถานที่เดิมซ้ำ หรือเลือกใช้บริการบริษัทนำเที่ยวนั้นซ้ำหากพึงพอใจ และออกค่าใช้จ่ายด้วยตนเอง อีกทั้งมีการใช้ Social Media ในการรับข่าวสารและบอกต่อข้อมูลการท่องเที่ยว และมีความต้องการที่พักที่ สะอาด สะดวก สบาย และปลอดภัย ต้องการจุดบริการข้อมูล ในสถานที่ท่องเที่ยว เน้นอาหารท้องถิ่นและอาหารเชิงสุขภาพ ยินดีจ่ายเพิ่มหากบุคลากรนำเที่ยวมีความรู้ในการปฐมพยาบาลเบื้องต้น และต้องการโปรแกรมการท่องเที่ยวที่ไม่เร่งรีบ นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับ สุภาภรณ์ ประสงค์ทัน (2564) ศึกษาเรื่อง “การท่องเที่ยวผู้สูงอายุ: การสำรวจข้อจำกัดทางการท่องเที่ยว กิจกรรมนันทนาการ และความตั้งใจในการเดินทางท่องเที่ยว” ผลการศึกษาเชิงปริมาณพบว่า นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุชาวไทยมีความตั้งใจในการท่องเที่ยวในระดับมาก และมีความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการระหว่างการท่องเที่ยวในระดับปานกลาง และพบว่ามีข้อจำกัดด้านการท่องเที่ยวด้านโครงสร้างในระดับปานกลาง ไม่ว่าจะเป็นสิ่งอำนวยความสะดวกในแหล่งท่องเที่ยวไม่เอื้อต่อการให้บริการผู้สูงอายุ ขาดข้อมูลเกี่ยวกับการเดินทางและกิจกรรมนันทนาการการท่องเที่ยว

ผลการศึกษาเชิงคุณภาพ พบว่า นักท่องเที่ยวในกลุ่มนี้มีความต้องการที่แตกต่างจากนักท่องเที่ยวทั่วไป คือ ความต้องการความใส่ใจเป็นพิเศษเนื่องจากปัญหาในด้านสุขภาพ

5.2.2 สภาพการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

1) สภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้สูงอายุ ด้านความศรัทธาต่อเกจิอาจารย์และความเชื่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ พบว่า นักท่องเที่ยวที่มีความเชื่อทางศาสนาและสิ่งศักดิ์สิทธิ์จะนิยมเดินทางไปทำบุญขอพรสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เพื่อเป็นขวัญและกำลังใจในชีวิตขอโชคลาภและเงินทอง การงานและธุรกิจ ซึ่งจะเห็นได้ว่าเรื่องขวัญกำลังใจ รายได้และการงานเป็นวัตถุประสงค์หลักของการทำบุญให้สอดคล้องกับภาวะเศรษฐกิจและสังคมในปัจจุบัน นอกจากนี้ การที่นักท่องเที่ยวมีความศรัทธาต่อพระพุทธศาสนาและนับถือพระสงฆ์ที่เป็นเกจิอาจารย์ มีความเชื่อเรื่องกรรมและต้องการสร้างบุญสร้างกุศลในชีวิต จึงได้เดินทางท่องเที่ยวเพื่อกราบนมัสการและกราบไหว้บูชาเกจิอาจารย์และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่ตนเองนับถือ โดยเฉพาะในภาคเหนือที่มีความเชื่อและความศรัทธาต่อพระสงฆ์ที่เรียกว่า ครูบา ทำให้เกิดการใช้ความศรัทธาความเชื่อทางศาสนาเป็นแหล่งท่องเที่ยวสำหรับนักแสวงบุญผู้สูงอายุ สอดคล้องกับ พระศรีรัชมขมกลบัณฑิต และคณะ (2562) ได้ศึกษาเรื่อง “การท่องเที่ยวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมศรัทธาในหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาของผู้จาริกแสวงบุญตามวัดต่างๆ ในจังหวัดกาญจนบุรี” ผลการวิจัยพบว่า การท่องเที่ยวเชิงพุทธนอกจากที่จะได้ความเพลิดเพลินเจริญใจตามสมควรแล้วสิ่งที่ได้อีกอย่างหนึ่งก็คือ เป็นการส่งเสริมศรัทธาในหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาด้วย เพราะนักท่องเที่ยวจะมีการทำบุญไหว้พระ ขอพร การกระทำความดีนี้เป็นเครื่องตัดสินใจว่า นักท่องเที่ยวเชิงพุทธมีความเชื่อเรื่องผลของกรรม แต่อาจมกน้อยไม่เท่ากัน ที่แน่ ๆ สิ่งที่นักท่องเที่ยวเชิงพุทธได้ทำบุญไหว้พระขอพร หรือแม้แต่การทำบุญสะเดาะเคราะห์ก็ด้วยความหวังผลที่ตนจะได้รับในอนาคตข้างหน้าของทั้งชาตินี้หรืออาจจะไปถึงชาติหน้าตามคำที่ตนเองอธิษฐานต่อหน้าพระพุทธรูปหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์นั้น และสอดคล้องกับประทีป พิษทองกลาง (2563) ได้ศึกษาเรื่อง “วัดครูบาสร้าง: รูปแบบการพัฒนาอารยสถาปัตย์ของวัดที่เป็นแหล่งท่องเที่ยว ตามรอยครูบาเจ้าศรีวิไชย จังหวัดลำพูน” พบว่า ความศรัทธาต่อวัตรปฏิบัติและปฏิบัติทาของ ครูบาเจ้าศรีวิไชย คือศักยภาพสำคัญของการเดินทางมาสักการะและเที่ยวชมวัดที่ครูบาสร้างขึ้น นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับ อาภากร ปัญโญ และคณะ (2561) ได้ศึกษาเรื่อง “ธรรมยาตรา เยือนถิ่นครูบาเมืองลี: แนวทางการพัฒนาเส้นทางท่องเที่ยวเพื่อสักการะครูบาในเขตอำเภอลี จังหวัดลำพูน” ผลการวิจัยพบว่า วัดและศาสนาสถานทั้ง 2 แห่งมีศักยภาพด้านการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนาสูง เพราะมีประวัติที่เกี่ยวเนื่องกับครูบาทั้ง 3 รูป มีประวัติศาสตร์ยาวนาน สถาปัตยกรรมที่งดงาม เป็นสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ตั้งอยู่ในภูมิศาสตร์ที่สวยงามและเป็นที่พักผ่อนของประชาชน ส่วนแนวทางการพัฒนาเส้นทางท่องเที่ยวเพื่อสักการะครูบา คือ (1) ด้านภาพลักษณ์ ควรสร้างภาพลักษณ์ของแหล่งท่องเที่ยวผ่านสื่อสมัยใหม่เพื่อเป็นสิ่งดึงดูดใจนักท่องเที่ยว (2) ด้านกิจกรรม กำหนดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับแหล่งท่องเที่ยวให้

อยู่ในปฏิทินการท่องเที่ยวของจังหวัด โดยยังคงรักษารูปแบบและพิธีกรรมเดิมไว้ (3) ด้านวิถีชีวิต
 อนุรักษ์แบบแผนการดำเนินชีวิตของชาติพันธุ์ที่หลากหลายและเกี่ยวเนื่องกับพระพุทธศาสนาใน
 พื้นที่ไว้ผ่านการจัดการท่องเที่ยวโดยชุมชนมีส่วนร่วม

2) สภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้สูงอายุ
 ด้านวัฒนธรรมวิถีพุทธและประเพณีท้องถิ่น พบว่า แหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรมเป็นเรื่องราว
 เกี่ยวกับวิถีชีวิตของประชาชนในพื้นที่นั้น ๆ อาจเหมือนกันหรือแตกต่างกัน ประเพณีและวัฒนธรรม
 อาจแสดงออกในรูปแบบของศาสนา สถานที่สำคัญทางประวัติศาสตร์ วิถีชีวิตของประชาชน
 โดยเฉพาะภาคเหนือตอนบนมีวัฒนธรรมที่ค่อนข้างหลากหลาย เพราะเป็นพื้นที่ที่มีประวัติศาสตร์
 ยาวนาน มีทั้งโบราณสถาน โบราณวัตถุ จารึก ประเพณีและวิถีชีวิตของแต่ละชนเผ่า ก่อให้เกิดมรดก
 ทางรูปธรรมและนามธรรมอันเป็นบ่อเกิดของแหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรม การท่องเที่ยวประเภท
 ศิลปวัฒนธรรมเป็นสิ่งที่มีความสำคัญที่สะท้อนถึงอารยธรรม ภูมิปัญญา และวิถีชีวิตของคนในสังคม
 โดยเฉพาะการท่องเที่ยวประเภทวัดนั้น นับว่ามีคุณค่าและมีบทบาทที่สำคัญยิ่ง เพราะวัดเป็นแหล่งที่
 เชื่อมโยงความเป็นมาของวัฒนธรรมกับชุมชนและเป็นสถานที่รวบรวมมรดกศิลปวัฒนธรรม และ
 ศิลปกรรมอันวิจิตรงดงามเพียบพร้อมด้วยคุณค่าทางศิลปะที่แสดงให้เห็นถึงภูมิปัญญาของบรรพบุรุษ
 นักท่องเที่ยวส่วนใหญ่จึงนิยมที่จะมาสัมผัสและเรียนรู้ทางด้านวัฒนธรรม โดยเฉพาะวัฒนธรรมล้านนา
 ที่มีการสืบทอดกันมาอย่างยาวนาน สอดคล้องงานวิจัยของอักรินทร์ อังกูรวงษ์วัฒนา (2561) ได้ศึกษา
 เรื่อง “การพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมอย่างยั่งยืน โดยใช้ศักยภาพของภูมิปัญญาท้องถิ่น
 ล้านนา” ผลการวิจัยพบว่า บริบททางสังคมและวัฒนธรรมล้านนา ส่งผลต่อการพัฒนาการท่องเที่ยว
 เชิงวัฒนธรรม ทูทางสังคมหรือทุนภูมิปัญญาที่มีอยู่ในวิถีชีวิตของชาวล้านนา เช่น ศิลปวัฒนธรรม
 ขนบธรรมเนียม ประเพณี แหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติ แหล่งท่องเที่ยวทางประวัติศาสตร์ล้านนา
 มีเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรม ภูมิปัญญาท้องถิ่นที่สั่งสมสืบสานเป็นมรดกทางสังคมและวัฒนธรรมมี
 ความโดดเด่นและทรงคุณค่า สามารถดึงดูดนักท่องเที่ยวทั้งในประเทศและต่างประเทศ มาสัมผัสเที่ยว
 ชมวัฒนธรรมล้านนาอย่างต่อเนื่อง ซึ่งมีจำนวนนักท่องเที่ยวเพิ่มมากขึ้นและมีรายได้จากการท่องเที่ยว
 เพิ่มสูงขึ้น และสอดคล้องกับ ศิริพร ถาวรวิสิทธิ (2564) ได้ศึกษาเรื่อง “แนวทางการส่งเสริม
 การท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมของจังหวัดน่าน” ผลการวิจัยพบว่า จังหวัดน่านมีทรัพยากรการท่องเที่ยว
 เชิงวัฒนธรรมที่หลากหลาย อาทิโบราณสถาน โบราณวัตถุ พิพิธภัณฑสถานศิลปะการแสดง ขนบธรรมเนียม
 ประเพณีวิถีชีวิตกลุ่มชาติพันธุ์ ภูมิปัญญาท้องถิ่น ผ้าทอลายโบราณและเครื่องเงิน จึงควรมีการส่งเสริม
 และปลูกจิตสำนึกในการอนุรักษ์เชิงวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณีสิ่งแวดล้อมในท้องถิ่น
 ถ่ายทอดวัฒนธรรมที่มีไปสู่คนรุ่นใหม่ให้เห็นความสำคัญและคุณค่าในวัฒนธรรมของตน รวมทั้งภูมิใจ
 ที่จะนำเสนอความเป็นอัตลักษณ์ของวัฒนธรรมท้องถิ่น

3) สภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้สูงอายุ

ด้านประวัติศาสตร์และพุทธศิลปกรรม พบว่า เป็นการท่องเที่ยวที่นักท่องเที่ยวได้ศึกษาคุณค่าทางประวัติศาสตร์ วัฒนธรรมและสังคม รวมถึงสถานที่ที่มีความผูกพันทางจิตใจของชนรุ่นหลัง เพื่อชื่นชมและเรียนรู้ประวัติศาสตร์ในแหล่งท่องเที่ยวเหล่านั้น ส่วนการท่องเที่ยวสถาปัตยกรรมและพุทธศิลปกรรม เป็นสื่อช่วยในการโน้มน้าวจิตใจและเรียนรู้ของพุทธศาสนิกชน ให้เกิดความศรัทธา ประพฤติปฏิบัติตนในแนวทางที่ติงตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนา ทั้งนี้ เนื่องจากวัดเป็นทรัพยากรการท่องเที่ยวที่มีโอกาสดึงดูดนักท่องเที่ยวได้มาก เกิดจากการที่ตัวของวัดเองมีลักษณะทางสถาปัตยกรรมศิลปกรรมหรือความสำคัญทางด้านประวัติศาสตร์และโบราณคดีที่น่าสนใจ รวมทั้งการที่บรรพบุรุษได้ถ่ายทอดคำสอนทางพระพุทธศาสนาออกมาเป็นงานศิลป์ได้อย่างน่าชื่นชม เป็นพุทธศิลป์ที่ให้คุณค่าทั้งด้านความงามและทั้งเป็นสื่อให้คนได้เข้าถึงธรรมปฏิบัติ โดยช่วยกลมเกลียวจิตใจให้อ่อนโยนและมีคุณธรรม วัดจึงเป็นแหล่งรวมสรรพวิชาอันหลากหลายและพุทธศิลปกรรม สอดคล้องกับ ศิลาวัดน์ ชัยวงศ์ และคณะ (2563) ได้ศึกษาเรื่อง “การพัฒนาเส้นทางการท่องเที่ยวเชิงศิลปะของกลุ่มจังหวัดล้านนา” พบว่า ประวัติความเป็นมาของศิลปกรรม ศิลปะพื้นบ้านและพุทธศิลปกรรมในล้านนา เช่น จิตรกรรม ประติมากรรม และสถาปัตยกรรม สามารถสะท้อนความเป็นเอกลักษณ์ของล้านนา จากการสำรวจและรวบรวมข้อมูลแหล่งท่องเที่ยวที่นำทรัพยากรในพื้นที่มาสร้างสรรค์เป็นแหล่งท่องเที่ยว ศิลปะเชิงสร้างสรรค์ของกลุ่มจังหวัดล้านนา ได้พบศักยภาพของพื้นที่ที่สามารถนำสู่การสร้างเส้นทางการท่องเที่ยวได้ ประกอบด้วยจังหวัดเชียงใหม่ เชียงราย ลำพูน ลำปาง แพร่ น่าน พะเยา แม่ฮ่องสอน ซึ่งมีความโดดเด่นทางด้านส่งเสริมการเรียนรู้การอนุรักษ์ และการสร้างสรรค์ศิลปะของวัดและชุมชน ในกลุ่มจังหวัดล้านนา เป็นพื้นที่พัฒนาและ สร้างสรรค์ศิลปะเชิงสร้างสรรค์ในล้านนา และสอดคล้องกับ พระสุธีรัตนบัณฑิต (2563) ได้ศึกษาเรื่อง “การพัฒนาเมืองศิลปะเชิงสร้างสรรค์ในล้านนา” ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนากิจกรรมและเส้นทางการท่องเที่ยวเมืองศิลปะเชิงสร้างสรรค์ในล้านนา นั้น มีการดำเนินการควบคู่กับการส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมล้านนาเดิมกับการเยี่ยมชมศิลปะของศิลปินรุ่นใหม่หรือหอศิลป์ในล้านนา ซึ่งกลุ่มนักท่องเที่ยวให้ความสนใจเที่ยวชมและซื้อผลิตภัณฑ์ด้านศิลปะมากขึ้น ส่วนการเสริมสร้างเครือข่ายการพัฒนาเมืองศิลปะเชิงสร้างสรรค์ในล้านนาประกอบด้วย เครือข่ายภาครัฐ เอกชน ศิลปิน และสมาคมการท่องเที่ยว โดยมีจะต้องมีการพัฒนากิจกรรมส่งเสริมศิลปะในทุกรูปแบบทั้งศิลปะแบบดั้งเดิม ศิลปะร่วมสมัยและศิลปะเพื่อสังคม

4) สภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้สูงอายุ ด้านกิจกรรมบนเส้นทางแสวงบุญ พบว่า การท่องเที่ยวเชิงศาสนาลักษณะนี้จะส่งเสริมให้ผู้สูงอายุหาความสุขสงบเย็นจากธรรมะและหลักคำสอนทางศาสนา โดยให้ผู้สูงอายุได้มีการฝึกตน ฝึกจิตให้อยู่ในหลักธรรม ไม่หลงอยู่ในลาภยศ สรรเสริญ ทำความดีเพื่อให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง จัดกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาเพื่อส่งเสริมผู้สูงอายุด้านจิตวิญญาณ โดยการเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาในโอกาสต่าง ๆ ลักษณะการแสวงบุญเป็นการเดินทางโดยมีเหตุผลทางศาสนา

เป็นหลัก โดยจะมีความเชื่อในการทำกิจกรรมทางศาสนา เช่น การเดินทางไปประกอบพิธีทางศาสนา การไปสักการะสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่ตนนับถือ การไปประกอบพิธีกรรมทางศาสนา เป็นต้น ซึ่งในยุคแรก ๆ ไม่มีการเดินทางท่องเที่ยวเข้ามาเกี่ยวข้อง แต่ในปัจจุบันการเดินทางลักษณะนี้มักจะมีกิจกรรมอื่น ๆ นอกเหนือจากกิจกรรมทางพุทธศาสนาเข้ามาเกี่ยวข้อง เนื่องจากจำนวนผู้นับถือศาสนาและความเชื่อลดลง ประกอบกับสถานที่ประกอบพิธีทางศาสนาไม่ได้มีเพียงผู้นับถือศาสนาเท่านั้นที่เข้าไปเยี่ยมชม หากแต่เป็นนักท่องเที่ยวกลุ่มอื่น ๆ ที่สนใจเข้าไปเยี่ยมชมความงามหรือเข้าไปพักผ่อน ทั้งนี้การดำเนินกิจกรรมการเดินทางท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวที่มีกิจกรรมทางพุทธศาสนาเป็นมูลเหตุจูงใจหลัก เพื่อการบำบัดจิตใจตามหลักพุทธศาสนา หรือการบำบัดจิตใจโดยการฝึกปฏิบัติตนตามแนวทางพระพุทธศาสนา สอดคล้องกับ สุกัลยา โหระวณิช (2563) ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์กิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงพุทธในล้านนา” พบว่า กิจกรรมการท่องเที่ยวในพระพุทธศาสนามีตั้งแต่สมัยพุทธกาล เรียกว่า การจาริก จัดเป็นการท่องเที่ยวเชิงศาสนา บอกเล่าเรื่องราวในการพัฒนาทางสังคมและมนุษยผ่านทางมิติทางสังคม การท่องเที่ยวเชิงพุทธในล้านนา มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับประวัติศาสตร์พระพุทธศาสนาและสังคมชุมชน เป็นการศึกษาเรียนรู้ทางพระพุทธศาสนา ในเชิงลึกทางด้านจิตวิญญาณ ความศรัทธาความเชื่อในหลักพุทธธรรม และเกี่ยวข้องกับศิลปวัฒนธรรมและพุทธศิลป์ของท้องถิ่น รวมทั้งส่งผลต่อเศรษฐกิจและการนันทนาการเป็นกิจกรรมเที่ยวชมสถาปัตยกรรม ประติมากรรม จิตรกรรม การท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ จัดเป็นการท่องเที่ยวเชิงศาสนาที่มีคุณค่าตลอดมาจนถึงปัจจุบัน และสอดคล้องกับ พระปลัดสุตฤทธิ ธนสาโร (2563) ได้ศึกษาเรื่อง “ศาสนากับการท่องเที่ยววัฒนธรรมเพื่อการส่งเสริมเส้นทางแสวงบุญสู่วัดไพรพัฒนา จังหวัดศรีสะเกษ” ผลการวิจัยพบว่า คุณค่าจากการท่องเที่ยววัฒนธรรมทางศาสนามีติด้านการแสวงบุญ พบว่าทำให้เกิดเอกลักษณ์ประจำถิ่น เป็นแหล่งเรียนรู้ทางศาสนา ทำให้เกิดรายได้แก่ชุมชน เกิดความโดดเด่นของพื้นที่ที่สามารถพัฒนาสร้างสรรค์ในด้านประเพณี วัฒนธรรม ศาสนาและประวัติความเป็นมา คุณค่าที่เกิดคือผู้เที่ยวเกิดความศรัทธาเลื่อมใส และยังมีส่วนช่วยควบคุมจิตและพฤติกรรมได้ คุณด้านอิทธิพลในการท่องเที่ยววัฒนธรรมเชิงศาสนา พบว่า มีความสำคัญทำให้เกิดพลังต่อจิตใจ ทำให้ผู้คนได้ปฏิบัติตามคำสอน เป็นแนวทางปฏิบัติตนตามแบบอย่างที่ดีโดยเฉพาะในด้านการดำเนินชีวิต

5) สภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้สูงอายุ ด้านการปฏิบัติธรรม พบว่า การท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาที่มุ่งเน้นการปฏิบัติธรรมนี้เป็นรูปแบบเฉพาะ โดยเป็นการศึกษาถึงหลักธรรม การฟังธรรม การนั่งวิปัสสนา และการสนทนาธรรมกับพระสงฆ์ โดยอาศัยความสนใจเฉพาะของนักท่องเที่ยวด้านพระพุทธศาสนาเป็นเครื่องดึงดูดนักท่องเที่ยว ซึ่งมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นในกลุ่มนักท่องเที่ยว โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่สนใจด้านพระพุทธศาสนา อีกทั้ง สภาพการณ์ปัจจุบันผู้สูงอายุจะมีโอกาสในการประสบกับเรื่องทุกข์ใจที่เกิดขึ้นจากอดีตจนถึงปัจจุบัน รวมทั้งมีความกลัวความตายเนื่องจากการเจ็บป่วยเพราะว่าไม่มีคนดูแล ก็จะ

ทำให้ผู้สูงอายุเบื่อหน่ายทางโลกแล้วไปสนใจทางธรรมแทน จนเห็นว่าการเข้าปฏิบัติธรรมเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตของผู้สูงอายุไปแล้ว การปฏิบัติธรรมนี้จึงเป็นเป้าหมายสำคัญที่จะฟื้นฟูสภาพจิตใจของผู้สูงอายุให้เข้าใจสภาพความเป็นจริงของสรรพสิ่ง ทั้งนี้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะให้ความสนใจในการปฏิบัติธรรมอย่างจริงจัง ทำให้วัดในปัจจุบันได้จัดให้มีการปฏิบัติธรรมขึ้นเพื่อตอบสนองการปฏิบัติธรรมในรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงทัศนศึกษาและศาสนาให้กับผู้สูงอายุ สอดคล้องกับ พระสุภาพร เตชธโร (2564) ได้ศึกษาเรื่อง “การส่งเสริมกระบวนการทางธรรมปฏิบัติแก่นักท่องเที่ยวของพระสงฆ์สายวัดป่าในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ” ผลการวิจัยพบว่า คณะสงฆ์ได้พัฒนาวัดเป็นสถานที่สะอาดร่มรื่น เหมาะแก่เข้ามาท่องเที่ยวศึกษาระยะและมาปฏิบัติธรรมไว้เป็นอย่างดี โดยพระสงฆ์สามารถให้บริการแก่นักท่องเที่ยวได้ แต่จะต้องเป็นผู้นำสู่การปฏิบัติธรรม มีความรู้ภูมิกำล่อมใส ตลอดจนการใช้สื่อประชาสัมพันธ์ที่ดี จึงจะมีแรงจูงใจดึงดูดนักท่องเที่ยวมาเข้าสู่ธรรมปฏิบัติที่ส่งเสริมกระบวนการท่องเที่ยวของพระสงฆ์สายวัดป่าให้มีความมั่นคงต่อไป และสอดคล้องกับ พระศรีสังคม ชยานุวัตโฒ (2563) ได้ศึกษาเรื่อง “การท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนา : รูปแบบและเครือข่ายการจัดการท่องเที่ยวของวัดในสังคมไทย” พบว่า วัดที่เน้นส่งเสริมให้เป็นสถานที่สำหรับการปฏิบัติธรรม ขณะนี้กำลังได้รับความสนใจจากนักท่องเที่ยวทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติ บางวัดจะมีการสอดแทรกให้มีการเจริญสมาธิ มีการปฏิบัติธรรมร่วมอยู่ด้วยเสมอตามความเหมาะสม เป็นการสร้างความเชื่อมโยงให้เกิดพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงขึ้นในจิตใจของนักท่องเที่ยว ให้สนใจการปฏิบัติธรรมในวัดที่ส่งเสริมการปฏิบัติธรรมอย่างต่อเนื่องได้

5.2.3 การบูรณาการหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้า

จากการศึกษาพบว่า แนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง สามารถใช้รูปแบบความสุขเชิงจิตวิทยาในการนำไปบูรณาการกับหลักธรรมบำบัดได้ โดยรูปแบบความสุขสำหรับผู้สูงอายุมีองค์ประกอบอยู่ 5 ด้าน ได้แก่ (1) ด้านสุขสบาย (Health) (2) สุขสนุก (Recreation) (3) สุขสง่า (Integrity) (4) สุขสว่าง (Cognition) และ (5) สุขสงบ (Peacefulness) ทั้งนี้ การบูรณาการหลักพุทธธรรมบำบัดจึงมีความจำเป็นและสำคัญ เนื่องจากการป้องกันปัญหาสุขภาพจิตผู้สูงอายุ จำเป็นต้องเตรียมความพร้อมให้กับผู้สูงอายุในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงที่กำลังเกิดขึ้น ได้แก่ การปรับตัวให้เข้ากับสภาพร่างกายที่เสื่อมลง การปรับตัวให้ยอมรับจากการสูญเสียแบบแผนของสังคมที่เปลี่ยนไป การไม่มีงานทำและรายได้ลดลง ซึ่งเป็นต้นเหตุของการไม่มีความสุขในผู้สูงอายุ การส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้สูงอายุด้วยรูปแบบความสุขเชิงจิตวิทยา 5 ด้าน โดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัด ได้แก่ หลักอริยสัจ 4 หลักไตรสิกขา 3 หลักไตรลักษณ์ 3 หลักภาวนา 4 หลักโลกธรรม 8 หลักปถวิธ 10 หลักสัพปาเย 7 หลักนิวรรณ์ 5 และหลักพรหมวิหาร 4 เป็นต้น สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุ ซึ่งส่งผลให้ผู้สูงอายุมีภาวะสุขภาพจิตที่ดีขึ้น เช่น รู้สึกเป็นสุขสนุกผ่อนคลาย

รู้สึกมีชีวิตชีวาได้หัวเราะได้พูดคุยกับกลุ่ม รู้สึกมีความหวังเพราะมีเป้าหมายในชีวิต ลดความรู้สึกด้านลบลง คลายความรู้สึกเหงาเพราะได้มาทำกิจกรรมกับเพื่อน ๆ รวมถึงรู้สึกมีเพื่อนมีเครือข่ายคลายความหงุดหงิดรำคาญใจจากสภาพร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคมที่เปลี่ยนแปลง รู้สึกมั่นใจมากขึ้นที่จะเผชิญปัญหาและความเครียดที่อาจเกิดขึ้นในวันข้างหน้ารับรู้ถึงแหล่งสนับสนุนเพิ่มความ รู้สึกมีคุณค่าในตนเอง สอดคล้องกับ จิตติยา สมบัติบุรณ์ (2562) ได้ศึกษาเรื่อง “ความสุขของผู้สูงอายุไทยในยุค Thailand 4.0” พบว่า ความสุขสำหรับบุคคลที่เข้าสู่วัยสูงอายุเป็นสิ่งสำคัญ ผู้สูงอายุมักขาดความสุขหรือมีความสุขลดลงได้ง่ายกว่าวัยอื่นๆ เนื่องจากต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงในชีวิตหลายด้าน ทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตสังคม และ ด้านจิตวิญญาณ รวมทั้งยังมีข้อจำกัดในการใช้ชีวิตมากกว่าวัยอื่น ๆ โดยเฉพาะเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงของยุคสมัยเข้าสู่ยุค Thailand 4.0 ที่มีการใช้เทคโนโลยี วิทยาการ ความคิดสร้างสรรค์ นวัตกรรม วิทยาศาสตร์และการวิจัย ในชีวิตประจำวันเพิ่มขึ้น ดังนั้น การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความสุขด้วยการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพให้ครอบคลุม ทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตสังคม และด้านจิตวิญญาณ โดยใช้กิจกรรมสร้างสุข 5 มิติ สำหรับผู้สูงอายุ ได้แก่ สุขสบาย สุขสนุก สุขสง่า สุขสว่าง และสุขสงบ จะช่วยเสริมสร้างความรู้สึกทางบวก ซึ่งความรู้สึกทางบวกนี้จะทำให้ผู้สูงอายุ สามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมในครอบครัวและสังคมได้อย่างมีความสุข มีเกียรติ มีศักดิ์ศรีแห่งความเป็นมนุษย์ สามารถทำคุณประโยชน์ และขับเคลื่อนชุมชนในฐานะผู้มีประสบการณ์ท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงทางสังคมในยุค Thailand 4.0 ได้อย่างยั่งยืน

การส่งเสริมสุขภาพจิตด้วยรูปแบบความสุข 5 ด้านโดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัด จึงสามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตและมีความสุขของผู้สูงอายุ และสามารถพัฒนาทุกองค์ประกอบของสุขภาพจิตผู้สูงอายุได้ เป็นการดูแลผู้สูงอายุแบบองค์รวมคือ กาย จิต สังคมและปัญญาให้มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีทำให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นและมีความสุขในสังคมสูงวัย สอดคล้องกับ เกสร มัยจิน (2559) ได้ศึกษาเรื่อง “การสร้างความสุขด้วยจิตวิทยาเชิงบวก” พบว่า ความสุขเป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนาแต่เกิดขึ้นได้ยาก แต่มีหลายศาสตร์ที่พยายามศึกษาและอธิบายเกี่ยวกับความสุข แนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกเป็นแนวคิดหนึ่งที่ได้พัฒนาและถูกนำมาใช้เป็นแนวทางในการสร้างความสุข โดยการสร้างความสุขด้วยจิตวิทยาเชิงบวก ประกอบด้วยการพัฒนาจุดแข็งของตนเอง การปรับความคิดให้เป็นบวกและการกำหนดเป้าหมายในชีวิต ปัจจุบันมีการประยุกต์ใช้แนวคิดการสร้างความสุขด้วยจิตวิทยาเชิงบวกร่วมกับการดูแลสุขภาพทั้งด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต เพื่อหวังให้บุคคลสามารถดูแลสุขภาพของตนเองอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น และสอดคล้องกับพระครูภาวนาสังวรกิจ (2562) ได้ศึกษาเรื่อง “การพัฒนาสุขภาวะองค์รวมสำหรับผู้สูงวัยตามแนวพุทธจิตวิทยา” ผลการวิจัยพบว่า องค์ประกอบของสุขภาวะองค์รวมที่มีความเหมาะสมกับผู้สูงวัย มี 5 ด้าน ประกอบด้วย ด้านกาย ด้านสังคม ด้านอารมณ์ ด้านจิตและด้านปัญญา ซึ่งการพัฒนาสุขภาวะทางจิตของ Ryff & Keyes มี 6 มิติ คือความเป็นตัวเอง จัดสภาพแวดล้อมได้ มีความมองงามในตน มี

สัมพันธ์ภาพต่อผู้อื่น มีเป้าหมายชีวิต และยอมรับตนเองได้ ส่วนหลักพุทธธรรมที่ส่งเสริมสุขภาพคือสัปปายะ 7 และใช้หลักไตรสิกขา 3 เพื่อพัฒนาสุขภาพของผู้สูงอายุแบบองค์รวมนอกจากนี้ยังสอดคล้องกับพระมหาเถรานุเถระ นรินโท (2562) ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาแนวทางการพัฒนา คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามหลักภavana 4 กรณีศึกษา : ผู้สูงอายุบ้านห้วยห้อย ตำบลธาตุทอง” ผลการวิจัยพบว่าหลักภavana 4 นี้ เป็นหลักการพัฒนาบุคคลโดยมีกรอบแห่งการพัฒนา 4 ประการ คือ การพัฒนาตนเองให้มีสติตั้งอยู่ในความไม่ประมาท การทำตนให้ตั้งอยู่ในกรอบระเบียบข้อปฏิบัติที่ติงามของสังคม การอบรมจิตของตนให้มีความผ่อนคลายการพัฒนาปัญญา ทำให้เป็นผู้มีเหตุมีผล หลักภavana 4 นี้ เป็นหลักการพัฒนาดนเองในการดำเนินชีวิตประจำวันและการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข

5.2.4 รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญโดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัด

จากการสร้างรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญ โดย บูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัดที่ได้จากการวิจัยในครั้งนี้ เรียกว่า “MFCAP Model” ซึ่งเป็นรูปแบบที่ให้ความสำคัญกับการท่องเที่ยวอย่างบูรณาการบนฐานทางพระพุทธศาสนา คณะผู้วิจัยได้รูปแบบใช้ชื่อว่า “MFCAP Model” มีองค์ประกอบหลักที่สำคัญคือ 1) M= Material (วัตถุธรรม) 2) F= Faith (ศรัทธาธรรม) 3) C= Custom and Arts and Culture (ประเพณีและศิลปวัฒนธรรม) 4) A= Activities and Meditation (กิจกรรมและการปฏิบัติธรรม) และ 5) P= Pilgrimage (จาริกบุญ จาริกธรรม) สามารถนำอภิปรายผลได้ดังนี้

1) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านวัตถุธรรม

จากการศึกษาพบว่า การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านวัตถุธรรมจะมีลักษณะเป็นกิจกรรมการท่องเที่ยวที่เน้นการเที่ยวชมสถาปัตยกรรม ประติมากรรม จิตรกรรม และการเที่ยวชมบริเวณวัดที่อาศัยความงดงามทางด้านศิลปกรรม ความเป็นเอกลักษณ์และมีความชื่อเสียงของแหล่งท่องเที่ยวเป็นปัจจัยในการดึงดูดความสนใจของนักท่องเที่ยว ทั้งนี้ วัดที่มีกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงวัตถุธรรมจะเน้นความเป็นพุทธศิลป์ เป็นสถานที่ที่มีสภาพแวดล้อมสวยงาม มีความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว และมีการสร้างสรรค์ศิลปะตามความเชื่อทางพระพุทธศาสนา ดังนั้น รูปแบบการท่องเที่ยวจึงควรมีการจัดทำเส้นทางท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาเชิงพุทธศิลปกรรม โดยยกระดับให้มีความพร้อมในการจัดการความรู้และบริการจัดการทรัพยากรสำหรับนักท่องเที่ยวอย่างครบวงจร มีการจัดกิจกรรมการเรียนรู้พระพุทธศาสนาผ่านพุทธศิลป์โดยเชื่อมโยงประเพณีของท้องถิ่นสร้างกิจกรรมจากจุดแข็งด้านต้นทุนทางวัฒนธรรมที่ทรงคุณค่าของล้านนา โดยจัดโปรแกรมท่องเที่ยวไปยังโบราณสถานและโบราณคดีบนพื้นฐานของความรับผิดชอบต่อและมีจิตสำนึก สร้างเครือข่ายกลุ่มวัดที่มีกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงวัตถุธรรมที่เน้นความเป็นเอกลักษณ์และอัตลักษณ์ของล้านนา เพื่อเป็นสิ่งที่ดึงดูดใจให้นักท่องเที่ยวเข้ามาเที่ยวชม สอดคล้องกับ นาวิณ พรหมใจสา (2563) ได้ศึกษาเรื่อง

“การพัฒนาารูปแบบและกระบวนการจัดการท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาในจังหวัดเชียงราย” พบว่า กลุ่มวัดที่มีกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมที่เน้นความเป็นพุทธศิลป์ เป็นสถานที่มีสภาพแวดล้อม สวยงาม ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว มีการสร้างสรรค์ศิลปะตามพระพุทธศาสนา หรือ ประวัติศาสตร์ท้องถิ่น ซึ่งเป็นสิ่งที่ดึงดูดใจให้นักท่องเที่ยวเข้ามาเที่ยวชม ประกอบกับวัดมีกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาที่เอื้อต่อการเรียนรู้และการเที่ยวชม จึงกลายเป็นแหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนา ที่มีลักษณะเด่นในด้านพุทธศิลป์ และสอดคล้องกับ อนุกุล ศิริพันธ์ และคณะ (2557) ได้ศึกษา “การออกแบบเส้นทางการท่องเที่ยวทางด้านพุทธศิลป์ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดลำปาง” ผลการศึกษา พบว่า การนำมรดกทางประวัติศาสตร์มาเพิ่มมูลค่าด้านการท่องเที่ยว จำเป็นต้องมีการจัดการด้าน องค์ประกอบของการท่องเที่ยวให้พร้อมทั้งด้านการอนุรักษ์บูรณะและพัฒนาแหล่งประวัติศาสตร์ การจัดการการเข้าถึงแหล่งท่องเที่ยว และการจัดการสิ่งอำนวยความสะดวกด้านการท่องเที่ยว การสร้างความพร้อมเหล่านี้ จำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือจากทุกภาคส่วน โดยเฉพาะจากประชาชน ที่อยู่อาศัยในพื้นที่เมืองเก่า ทั้งในเรื่องการร่วมอนุรักษ์บูรณะดูแลแหล่งดึงดูดใจทางประวัติศาสตร์ นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับ ประทีป พิษทองกลาง และคณะ (2561) ได้ศึกษาเรื่อง วัดงาม นามมงคล: แนวทางการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงศาสนาของวัดนามมงคล ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ผลการวิจัยพบว่า (1) พระเจดีย์และพระพุทธรูปวัดนามมงคลมีความเก่าแก่ มีเรื่องราวที่เกี่ยวข้องกับ ที่มาของชื่อที่เป็นมงคล และมีความเกี่ยวเนื่องกับประวัติศาสตร์ของเมืองเชียงใหม่ (2) นามของวัด พระเจดีย์ และพระพุทธรูปเป็นนามมงคลที่เป็นสิ่งดึงดูดใจนักท่องเที่ยว รวมถึงประวัติความเก่าแก่ ความศักดิ์สิทธิ์ ความงดงามวิจิตรทางศิลปกรรมแบบล้านนาเป็นจุดแข็งของวัดนามมงคลทั้ง 9 แห่ง

2) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านศรัทธาธรรม

จากการศึกษาพบว่า การท่องเที่ยวด้านศรัทธาธรรมเป็นลักษณะการเดินทางท่องเที่ยวที่เกิดจากความเชื่อและความศรัทธาที่นักท่องเที่ยวมีต่อเกจิอาจารย์และความเชื่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ หรือต่อสิ่งต่าง ๆ ที่เชื่อว่าสิ่งนั้นจะสามารถบันดาลให้ตนมีความสุขในชีวิต อันเป็นความเชื่อที่มนุษย์มีต่อสิ่งที่อยู่เหนือธรรมชาติที่อยู่คู่กับสังคมไทยมาอย่างยาวนาน จนเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตคนสู่การกำหนดเป็นสิ่งสูงสุดที่ต้องเคารพนับถือ และกลายเป็นรูปแบบของการประกอบพิธีกรรมเพื่อการอ้อนวอนหรือขอความช่วยเหลือจากสิ่งที่อยู่เหนือธรรมชาติ โดยแสดงออกมาในลักษณะความสัมพันธ์กับวิถีชีวิตของบุคคลในชุมชน ทั้งในด้านกายภาพ ด้านการประกอบอาชีพ ด้านความเป็นอยู่ ความปลอดภัย ด้านจิตใจและด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ดังนั้น รูปแบบการท่องเที่ยวด้านศรัทธาธรรม ควรมีการจัดแคมเปญเพื่อกระตุ้นการท่องเที่ยวเชิงศาสนาด้วยความเชื่อความศรัทธาต่อพระสงฆ์หรือต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ในทุกมิติ โดยการพาไปไหว้พระสักการะเพื่อเสริมมงคลชีวิตนำพาชีวิตรุ่งเรืองและช่วยให้ชีวิตมีที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจ จัดทริปครอบครัวเดินทางแสวงบุญตามแหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาบนฐานของความศรัทธา เพื่อสักการะพระสงฆ์ที่ครอบครัวนับถือ หรือแหล่ง

ท่องเที่ยวที่ครอบครัวมีความเชื่อความศรัทธา โดยใช้ศาสนสถาน ศาสนวัตถุและเรื่องราวที่เกี่ยวข้อง พระสุปฏิปันโนหรือเกจิอาจารย์เป็นสิ่งดึงดูดทางการท่องเที่ยว สอดคล้องกับ สุกัลยา โหระเรือง (2563) ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์กิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงพุทธในล้านนา” พบว่า รูปแบบกิจกรรมของการท่องเที่ยวเชิงพุทธในล้านนาเกิดจากความเชื่อและศรัทธา เนื่องจากพระพุทธศาสนาเป็นรากฐานความเชื่อความศรัทธาของอาณาจักรล้านนามาโดยตลอดหลายร้อยปี ดังนั้นการท่องเที่ยวเชิงพุทธในล้านนาเป็นการเดินทางไปเพื่อจุดประสงค์ในการสร้างสมบุญกุศลตามความเชื่อและศรัทธาทางพระพุทธศาสนา ซึ่งก็คือการไปนมัสการสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ในที่ต่าง ๆ อาทิ วัดสำคัญที่เกี่ยวข้องกับปีเกิด ซึ่งการแสวงบุญนอกจากจะได้บุญแล้วยังถือเป็นบุญพิเศษวิถีชาวพุทธในล้านนา เป็นกิจกรรมการท่องเที่ยวที่เป็นลักษณะของการไหว้พระธาตุปีเกิดตามความเชื่อแบบล้านนา และสอดคล้องกับ สุวิภา จำปาวัลย์ (2558) ได้ศึกษาเรื่อง “พระธาตุล้านนา: การท่องเที่ยวและการอนุรักษ์ในสังคมโลกาภิวัตน์” พบว่า ความเชื่อความศรัทธาเรื่องพระธาตุล้านนาในสังคมโลกาภิวัตน์นั้นเปลี่ยนไปตามแนวคิดระบบทุนนิยมที่เปลี่ยนวัฒนธรรมกลายเป็นสินค้า ทำให้เกิดการเคลื่อนไหวในสังคม 2 ลักษณะคือการอนุรักษ์และการท่องเที่ยว เพื่อรื้อฟื้นเรื่องราวและประเพณีของพระธาตุในสังคมรัฐจารีตอีกครั้ง ให้เกิดประโยชน์แก่ท้องถิ่นทั้งด้านความรู้ทางประวัติศาสตร์ การอนุรักษ์ การเพิ่มมูลค่าแหล่งท่องเที่ยว และยังคงเป็นที่พึ่งทางจิตใจแก่ผู้คนสืบเนื่องมาถึงปัจจุบัน

3) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านประเพณีและศิลปวัฒนธรรม

จากการศึกษาพบว่า การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านประเพณีและศิลปวัฒนธรรม จะเป็นลักษณะของการท่องเที่ยวตามเทศกาลและวันสำคัญของวัฒนธรรมประเพณีในพื้นที่และวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา นักท่องเที่ยวจะได้เข้าร่วมกิจกรรมการท่องเที่ยวที่มีความเกี่ยวข้องกับศิลปกรรมที่มีอยู่ภายในวัด และที่อาศัยความเป็นเอกลักษณ์ด้านวิถีชีวิต ภูมิปัญญา วัฒนธรรม ประเพณี ความต่อเนื่องของการสืบสานประเพณีเป็นเครื่องดึงดูดใจในการเที่ยวชม โดยเฉพาะนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุจะได้สัมผัสกลิ่นอายของบรรยากาศแบบดั้งเดิมทางประเพณีและวัฒนธรรม ซึ่งวัดที่เป็นแหล่งท่องเที่ยวแต่ละแห่งได้จัดขึ้น เพื่อเป็นการอนุรักษ์ สืบสาน และต่อยอดสำหรับให้อนุชนรุ่นหลังได้สืบต่อ ดังนั้น รูปแบบการท่องเที่ยวด้านประเพณีและศิลปวัฒนธรรมจึงควรจัดกิจกรรมอนุรักษ์วัฒนธรรมที่มีคุณค่าของล้านนาและสืบทอดประเพณีท้องถิ่นทางด้านพระพุทธศาสนา อาทิ พิธีกรรม ห่มผ้ากาสาวพัสตร์ให้แก่องค์ศาสนสถาน เช่น อุโบสถ องค์กรเจดีย์ และพระพุทธรูปที่สำคัญ ทั้งนี้เพื่อถวายเป็นพุทธบูชาตามจารีตของชาวเหนือ มีการจัดโปรแกรมการเดินทางท่องเที่ยวเพื่อให้นักท่องเที่ยวได้ชมงานประเพณีต่างๆที่ทางวัดหรือชาวบ้านในท้องถิ่นจัดขึ้น ซึ่งจะทำให้นักท่องเที่ยวได้รับความเพลิดเพลินตื่นตาตื่นใจในสุนทรียะศิลป์จากศิลปวัฒนธรรมของท้องถิ่น ได้รับความรู้มีความเข้าใจต่อสภาพสังคมและวัฒนธรรมล้านนา ซึ่งจะทำให้ให้นักท่องเที่ยวจะมีประสบการณ์ใหม่ ๆ ทางด้านประเพณีและศิลปวัฒนธรรมเพิ่มขึ้น สอดคล้องกับ

พระเอกลักษณะ อชิต (2563) ได้ศึกษาเรื่อง “รูปแบบการจัดการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมวิถีพุทธของวัดในจังหวัดสมุทรสงคราม” ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบการจัด การท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมวิถีพุทธ ได้แก่ การอนุรักษ์โบราณสถานและโบราณวัตถุให้มีความมั่นคง แข็งแรง และคงไว้ซึ่งเอกลักษณ์ความเป็นไทย การพัฒนาทักษะทางด้านภาษาและวัฒนธรรมท้องถิ่นของบุคลากรอย่างมีประสิทธิภาพ การจัดกิจกรรมการท่องเที่ยวลักษณะเชิงปฏิบัติธรรม บูรณาการกับการอนุรักษ์โบราณสถาน และการบูรณาการวิถีชีวิตความเป็นไทย ร่วมกับศาสนาอื่นอย่างสันติสุข และสอดคล้องกับ พระครูภาวนาวิชิตคุณ (2559) ได้วิจัยเรื่อง “รูปแบบการพัฒนาวัดให้เป็นแหล่งท่องเที่ยว เชิงวัฒนธรรมในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา” ผลการวิจัยพบว่ารูปแบบการพัฒนาวัดให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา ได้แก่ การอนุรักษ์โบราณสถาน และโบราณวัตถุให้มีความมั่นคง แข็งแรงและคงไว้ซึ่งเอกลักษณ์ความเป็นไทยอย่างแท้จริง การพัฒนาทักษะทางด้านภาษา และวัฒนธรรมท้องถิ่นของบุคลากรอย่างมีประสิทธิภาพจัดกิจกรรม การท่องเที่ยวลักษณะเชิงปฏิบัติธรรมบูรณาการกับการอนุรักษ์โบราณสถาน

4) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านกิจกรรมและการปฏิบัติธรรม

จากการศึกษาพบว่า การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านกิจกรรมและการปฏิบัติธรรม มีลักษณะเป็นการเดินทางเพื่อเข้าร่วมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาและเข้าร่วมปฏิบัติธรรม เจริญวิปัสสนากรรมฐานในสำนักปฏิบัติธรรมของวัดต่าง ๆ ซึ่งส่งผลทำให้นักท่องเที่ยว โดยเฉพาะผู้สูงอายุมีสติสมาธิ รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลง จนสามารถประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมนำมาใช้ในการดำเนินชีวิตได้ เป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตที่แข็งแรงและมีความสุขทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ประกอบไปด้วยปัญญาแห่งพุทธธรรม สามารถแก้ไขปัญหาและดูแลตนเองให้ถึงพร้อมในทุกด้าน จนมีความมั่นใจในการใช้ชีวิตที่มีอยู่อย่างมีสติ ดังนั้น รูปแบบการท่องเที่ยวด้านกิจกรรมและการปฏิบัติธรรม จึงควรมีการจัดกิจกรรมอบรมการปฏิบัติกรรมฐานเบื้องต้นแก่นักท่องเที่ยว โดยเน้นให้ฝึกภาคปฏิบัติ และส่งเสริมกิจกรรมการเรียนรู้ข้อปฏิบัติอันเป็นทางสายกลางที่เรียกว่า “มัชฌิมาปฏิปทา” โดยให้มองเห็นถึงความสำคัญของร่างกาย จิตใจและปัญญา ซึ่งมีความสัมพันธ์กันและมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์ทุกเพศทุกวัยโดยเฉพาะผู้สูงอายุ ส่งเสริมและสนับสนุนให้เกิดภาคีเครือข่ายสถานปฏิบัติธรรมของวัดต่างๆ เพื่อสร้างความร่วมมือแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน โดยมีเป้าหมายเพื่อความเป็นเอกภาพและมาตรฐานการสอนการปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพและประสิทธิผล สำหรับนักท่องเที่ยวผู้สนใจการปฏิบัติธรรม สอดคล้องกับ พระศรีสังคม ชยานุวัฑฒ (2563) ได้ศึกษาเรื่อง “การท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนา : รูปแบบและเครือข่ายการจัดการท่องเที่ยวของวัดในสังคมไทย” พบว่า วัดที่จัดให้มีการปฏิบัติธรรมมีความเป็นเครือข่ายการปฏิบัติธรรมกันอยู่ทั่วไปในสังคมไทย และมีการจัดการเครือข่ายอยู่ 2 ระดับคือ (1) ระดับนโยบาย มีคณะกรรมการฝ่ายเผยแผ่พระพุทธศาสนา เป็นผู้รับผิดชอบด้านการปฏิบัติธรรม ขณะนี้ได้

จัดทำโครงการต่าง ๆ ขึ้น เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนให้เครือข่ายการปฏิบัติธรรม มีความเป็นเอกภาพ และสร้างมาตรฐานการสอนการปฏิบัติ โดยให้ยึดแนวทางเดียวกันคือ การปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐานสูตร (2) ระดับปฏิบัติการ ได้แก่ เจ้าสำนักปฏิบัติธรรมต่าง ๆ ทำหน้าที่บริหารจัดการภายในสำนัก และบริหารจัดการสำนักสาขาให้ดำเนินงานได้อย่างราบรื่น สร้างพระวิปัสสนาจารย์ เป็นผู้นำรุ่นใหม่สืบทอดอายุพระพุทธศาสนาให้ยั่งยืน และสอดคล้องกับ พระพิพัฒน์ โสภณจิตโต ทัฬงาม (2563) ได้ศึกษาเรื่อง “รูปแบบการบริหารจัดการของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดอ่างทอง เพื่อเสริมสร้างศักยภาพทางปัญญา” พบว่า รูปแบบการบริหารจัดการด้านสถานที่ คือ จัดสถานที่ภายในวัดให้มีความเป็นสัปปายะ สงบร่มรื่น มีพื้นที่สีเขียว มีสถานที่สำหรับการเดินจงกรมและนั่งสมาธิที่เหมาะสม อากาศถ่ายเทสะดวก นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับ จิตราภรณ์ เถรวัตร และธงคำเกิด (2560) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การสร้างรูปแบบกิจกรรมนันทนาการเพื่อการท่องเที่ยวแบบหมู่คณะของนักท่องเที่ยวชาวไทย” ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบกิจกรรมนันทนาการเพื่อการท่องเที่ยวแบบหมู่คณะของนักท่องเที่ยว ผู้วิจัยได้เสนอรูปแบบกิจกรรม ไว้ 2 รูปแบบ คือ กิจกรรมนันทนาการระหว่างการเดินทางท่องเที่ยวซึ่งรูปแบบนี้จะกระทำบนรถบัส และกิจกรรมนันทนาการระหว่างการเดินทางท่องเที่ยว ซึ่งรูปแบบนี้จะกระทำในสถานที่ท่องเที่ยวจริง ในการจัดรูปแบบกิจกรรมนันทนาการเพื่อการท่องเที่ยวแบบหมู่คณะของนักท่องเที่ยว จะต้องคำนึงถึงความปลอดภัยของนักท่องเที่ยวที่เข้าร่วมกิจกรรมเป็นสิ่งสำคัญ และกิจกรรมนั้นจะเสริมสร้างความสนุกสนานและความประทับใจให้กับนักท่องเที่ยวที่ร่วมเดินทางมาท่องเที่ยว

5) รูปแบบการท่องเที่ยวด้านจาริกบุญจาริกธรรม

จากการศึกษาพบว่า การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านจาริกบุญจาริกธรรมมีลักษณะเป็นการท่องเที่ยวเพื่อการพักผ่อนจิตใจตามแหล่งท่องเที่ยวของวัด เป็นการเดินทางไปทำบุญตามวัดต่าง ๆ โดยเป็นทัวร์ทำบุญไหว้พระในลักษณะเข้าไปเย็นกลับตามจังหวัดใกล้ ๆ หรือเดินทางไปทำบุญในลักษณะค้างคืนช่วงเทศกาลงานบุญสำคัญๆ โดยมีเป้าหมายเพื่อความสบายใจและความสบายใจ ทั้งเป็นสิริมงคลกับตนเองหรือครอบครัวในวาระสำคัญต่าง ๆ ทั้งนี้ โดยทั่วไปการท่องเที่ยวลักษณะนี้จะมีกิจกรรมการจาริกแสวงบุญ ซึ่งเป็นการเดินทางหรือการแสวงหาสิ่งที่มีความสำคัญต่อจิตใจ บางครั้งก็จะเป็นการเดินทางไปยังศาสนสถานที่มีความสำคัญต่อความเชื่อหรือความศรัทธาของผู้คน ผู้ที่เดินทางไปทำการจาริกแสวงบุญเรียกว่านักแสวงบุญ ดังนั้น รูปแบบการท่องเที่ยวด้านจาริกบุญจาริกธรรม จึงควรจัดกิจกรรมรณรงค์ส่งเสริมการท่องเที่ยวเส้นทางจาริกแสวงบุญในมิติทางศาสนา ในลักษณะของบุญจาริกเพื่อเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ เกี่ยวกับพระพุทธศาสนา โดยสนับสนุนให้วัดและพุทธศาสนสถาน เป็นแหล่งท่องเที่ยวที่มีศักยภาพความพร้อมในการรองรับนักท่องเที่ยว มีการจัดกิจกรรมวิถีพุทธวิถีธรรม เพื่อสร้างจุดสนใจหรือสร้างกระแสความสนใจให้กับพื้นที่ โดยวัดร่วมกับชุมชนจัดกิจกรรมทางศาสนาสำหรับนักท่องเที่ยว ซึ่งเป็นกิจกรรมสร้างสรรค์ที่มี

คุณค่าทางจิตใจต่อพุทธศาสนิกชน และต่อความสัมพันธ์ที่ดีในสังคม สอดคล้องกับ แม่ชีกฤษณา รักษาโหม (2556) ได้ศึกษาเรื่อง “รูปแบบและกระบวนการจัดการท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ : กระบวนการเปลี่ยนแปลงเส้นทางบุญสู่เส้นทางธรรม” ผลการวิจัยพบว่า เส้นทางท่องเที่ยวมี 2 รูปแบบ ดังนี้ (1) เส้นทางบุญประกอบ ด้วย 2 เส้นทางคือ เส้นทางตำนานองค์พระธาตุและเส้นทางอภิวาทพระพุทธรูปคู่บ้านพระอริยสงฆ์ (2) เส้นทางธรรม คือ เส้นทางรุ่งเรืองในพุทธธรรม แต่ละเส้นทางมีอัตลักษณ์และกระบวนการท่องเที่ยว ดังนี้ เส้นทางตำนานองค์พระธาตุ มีพระบรมสารีริกธาตุของพระพุทธเจ้าเป็นแหล่งดึงดูด ทำให้นักท่องเที่ยวเกิดเป้าหมายในการเดินทางกราบไหว้แสวงบุญ มีทั้งหมด 10 พระธาตุ เส้นทางอภิวาทพระพุทธรูปคู่บ้านพระอริยสงฆ์คู่มือเมือง มีพระพุทธรูปศักดิ์สิทธิ์และพระอริยสงฆ์เป็นแหล่งดึงดูด ซึ่งนักท่องเที่ยวมีความเชื่อว่าไหว้พระพุทธรูปและทำบุญกับพระอริยสงฆ์ได้บุญมาก ได้ชื่อว่าเดินตามรอยพระอริยสงฆ์ และยังมีรูปแบบการปฏิบัติธรรมที่ยังสืบทอดมาจนถึงทุกวันนี้มี 10 วัดและเส้นทางรุ่งเรืองในพุทธธรรม วัดอุประสงค์ของการไปคือเพื่อปฏิบัติธรรม หวังเพิ่มบุญ สังสมความสงบ แสวงหาความจริงของชีวิต ลดความวุ่นวายหวังการบรรลุธรรม ปฏิบัติตามแนวทางที่พระอริยสงฆ์ปฏิบัติไว้เป็นแบบอย่าง มีทั้งหมด 10 วัด และสอดคล้องกับ กอบกุล วิศิษฐ์สรศักดิ์ (2562) ได้ศึกษาเรื่อง “การพัฒนาเส้นทางท่องเที่ยวเชิงจาริกแสวงบุญวัดในจังหวัดเพชรบุรี” ผลการวิจัยพบว่า คุณลักษณะของวัดที่เหมาะสมเป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงจาริกแสวงบุญ 5 ประการ คือ (1) มีทรัพยากรการท่องเที่ยวเชิงจาริกแสวงบุญที่น่าสนใจ (2) การเข้าถึงแหล่งท่องเที่ยวเชิงจาริกแสวงบุญได้ง่าย (3) มีสิ่งอำนวยความสะดวก (4) มีกิจกรรมให้ปฏิบัติ (5) ชุมชนและภาคส่วนต่าง ๆ ให้การสนับสนุน

ทั้งนี้ สำหรับการพัฒนารูปแบบดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิดของ Getzels-Guba (1957) ที่ว่า รูปแบบจะต้องเป็นที่รวมของแนวคิด และแสดงถึงความสัมพันธ์ต่าง ๆ และการส่งเสริมรูปแบบการท่องเที่ยวที่ไม่ส่งผลกระทบต่อทรัพยากรการท่องเที่ยว โดยผู้ทรงคุณวุฒิมีความคิดเห็นต่อรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานในภาพรวมอยู่ในระดับมาก การพัฒนารูปแบบนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของพระมหาณัฐกิตติ อนารโท และคณะ (2563) ได้ศึกษาเรื่อง “รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงพุทธของพระสงฆ์สายวัดป่าในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย” ผลการวิจัยพบว่า การท่องเที่ยวเชิงพุทธของพระสงฆ์สายวัดป่าในภาคตะวันออกเฉียงเหนือในปัจจุบันเป็นทางเลือกหนึ่งของนักท่องเที่ยวที่กำลังได้รับความนิยม แต่จะมีปัญหาเกี่ยวกับการจัดการแหล่งท่องเที่ยว การบริการสิ่งอำนวยความสะดวกที่ยังไม่เพียงพอ และพฤติกรรมของนักท่องเที่ยวที่ไม่เหมาะสม โดยรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงพุทธของพระสงฆ์สายวัดป่าในภาคตะวันออกเฉียงเหนือพบว่า มี 14 รูปแบบ คือ การท่องเที่ยวเชิงปฏิบัติธรรม การศึกษาธรรมะ การเรียนรู้ การสักการะสิ่งศักดิ์สิทธิ์ การท่องเที่ยวเชิงนิเวศ การท่องเที่ยวที่สัมพันธ์กับวัฒนธรรมท้องถิ่นการท่องเที่ยวประวัติ/ผลงาน

ปฏิบัติ การพักผ่อน การแสวงบุญ เพื่อสุขภาพ ศึกษาวิถีชีวิตพระสงฆ์ เยี่ยมชมศิลปะ/จิตรกรรม และท่องเที่ยวเชิงประวัติศาสตร์ของพระสงฆ์สายวัดป่า

5.2.5 การทดลองใช้รูปแบบการจัดการการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

การทดลองใช้รูปแบบโดยการจัดอบรมความรู้รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน คะแนนก่อนการอบรม (Pre-test) มีคะแนนเฉลี่ย = 9.78 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 1.083 (56.87 %) อยู่ในระดับปานกลาง และหลังการอบรมได้ทดสอบหลังการอบรม (Post-test) มีคะแนนเฉลี่ย = 12.68 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 0.871 (86.23 %) อยู่ในระดับมาก ส่วนผลการเปรียบเทียบคะแนนก่อนการอบรมและหลังการอบรมด้วย t-test แบบ dependent ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 พบว่า เมื่อทดสอบ พบว่า $t = 12.845$, $Sig = 0.00$ แสดงให้เห็นว่าคะแนนก่อนและหลังการอบรมเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับ ศิวินิต อรรถวุฒิกุล และคณะ (2560) ได้ศึกษาเรื่อง “การพัฒนา รูปแบบการจัดการการท่องเที่ยวเชิงศาสนาของจังหวัดราชบุรี” ผลการวิจัยพบว่า การประเมินความรู้ของกลุ่มเป้าหมายจากการอบรม พบว่ากลุ่มเป้าหมายมีคะแนนการอบรมก่อนทดสอบอยู่ในระดับกลาง และหลังการอบรมอยู่ในระดับมาก จากการเปรียบเทียบผลการอบรมคะแนนก่อน และหลังการอบรมเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับนรินทร์ สังข์รักษา, สมบูรณ์ ยืนยงสุวรรณและสมชาย ลักษณ์นารักษ์ (2557) ที่พบว่า ผลการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการอบรมเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับ ทินกฤต รุ่งเมือง (2558) ได้ศึกษาเรื่อง “การพัฒนา รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ เพื่อส่งเสริมเครือข่ายกิจกรรมการท่องเที่ยวของกลุ่มทวารวดี 4 จังหวัด” ผลการวิจัยพบว่า ผลการทดลองรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ ด้านการบริหารจัดการการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ตามโครงสร้าง เพื่อความสอดคล้องตามหลักธรรมาภิบาลทำให้สมาชิกทราบถึงแนวทางการกระจายรายได้ การจัดกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์อย่างต่อเนื่อง มีการจัดกิจกรรมที่สะท้อนถึงประวัติศาสตร์ วัฒนธรรมและประเพณี

5.2.6 การประเมินและปรับปรุงรูปแบบการท่องเที่ยว

ความพึงพอใจของกลุ่มเป้าหมายมีระดับความพึงพอใจที่มีต่อรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้ เนื่องจากการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานรูปแบบ “MFCAP Model” จะมีการทบทวนและดำเนินการจัดทำรูปแบบการท่องเที่ยวให้มีความเหมาะสมกับบริบทของวัดและชุมชนแต่ละพื้นที่ สอดคล้องกับความต้องการของนักท่องเที่ยว และมีการบูรณาการขับเคลื่อนรูปแบบการท่องเที่ยวที่มีลักษณะหลากหลายไปพร้อมกัน เช่น การท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพทางภูมิศาสตร์และธรรมชาติ การท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอัตลักษณ์ ประวัติศาสตร์ ศาสนา พิธีกรรม และความเชื่อโบราณสถาน โบราณวัตถุ ขนบธรรมเนียม ประเพณี ภูมิปัญญาท้องถิ่นและธรรมชาติ และ

รักษาอัตลักษณ์ของชุมชนแหล่งท่องเที่ยว จึงทำให้เป็นรูปแบบการท่องเที่ยวที่น่าสนใจสำหรับนักท่องเที่ยว สอดคล้องกับ ศิวินิต อรรถวุฒิกุล และคณะ (2560) ได้ศึกษาเรื่อง “การพัฒนาแบบการจัดการการท่องเที่ยวเชิงศาสนาของจังหวัดราชบุรี” ผลการวิจัยพบว่า ความพึงพอใจของกลุ่มเป้าหมายมีระดับความพึงพอใจของกลุ่มเป้าหมายที่มีต่อรูปแบบการจัดการการท่องเที่ยวเชิงศาสนาของจังหวัดราชบุรีในภาพรวม อยู่ในระดับมาก ($X = 3.83$, $S.D. = 0.776$) นอกจากนี้การประเมินรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน พบว่ามีรูปแบบเป็นการท่องเที่ยวในลักษณะการท่องเที่ยวในสถานที่เกี่ยวข้องกับศาสนา อาทิ โบราณสถาน วัดสำคัญ พระพุทธรูปองค์สำคัญ เดินสายไหว้พระ นมัสการสถานที่สำคัญ รูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้จะให้ความสำคัญแก่ผู้ท่องเที่ยว ทั้งในด้านจิตใจและประโยชน์ในด้านคำสอน กับความสำคัญที่มีต่อสถานที่นั้น เป็นสำคัญ ซึ่งทำให้เกิดเป็นรูปแบบและกระบวนการการท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาที่หลากหลาย สอดคล้องกับนาวิณ พรหมใจสา (2559) ได้ศึกษาเรื่อง “การพัฒนาแบบและกระบวนการจัดการท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาในจังหวัดเชียงราย” ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบและกระบวนการการท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาในจังหวัดเชียงราย แบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่ (1) กลุ่มวัดที่เป็นแหล่งเรียนรู้เชิงประวัติศาสตร์และพระพุทธศาสนา (2) กลุ่มวัดที่มีกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมที่เน้นความเป็นพุทธศิลป์ (3) กลุ่มวัดที่มีกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงเน้นศรัทธาความเชื่อและประเพณีวัฒนธรรม และ (4) กลุ่มวัดที่เน้นการปฏิบัติธรรมและศาสนกิจ เส้นทางท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาในจังหวัดเชียงราย ดังนั้น จึงเห็นได้ว่า รูปแบบ “MFCAP Model” ที่ได้มีความเหมาะสมและความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

5.3 ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาวิจัย คณะผู้วิจัยจึงสรุปข้อเสนอแนะเพื่อนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ได้ ดังนี้

5.3.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1) หน่วยงานที่เกี่ยวข้องในระดับจังหวัดและระดับท้องถิ่น ได้แก่ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา สำนักงานท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัด และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในกลุ่มภาคเหนือตอนบน ควรมีแผนงานและนโยบายขับเคลื่อนในการนำรูปแบบการจัดการการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน MFCAP Model ที่ได้จากการศึกษาไปขยายผลและยกระดับ เพื่อนำไปสู่การปฏิบัติให้เกิดผลในเชิงรูปธรรมในพื้นที่แหล่งท่องเที่ยว ซึ่งจะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อผู้ประกอบการต่อนักท่องเที่ยว หรือส่งเสริมสนับสนุนให้มีการศึกษาต่อยอดต่อไป

2) หน่วยงานทางการท่องเที่ยวทั้งภาครัฐและภาคเอกชน ควรร่วมกันบูรณาการนโยบายและวางแผนงาน เพื่อยกระดับรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยสนับสนุนและส่งเสริมกิจกรรมวิถีพุทธวิถีธรรมเชิงสร้างสรรค์ หรือเทศกาลประจำปีให้

เป็นไปในทิศทางเดียวกัน มีการจัดทำกรอบนโยบายเพื่อกำหนดงานกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงศาสนา และวิปัสสนากรรมฐานตลอดทั้งปี รวมทั้งนำข้อมูลการวิจัยไปสร้างเป็นเส้นทางท่องเที่ยวบนเส้นทาง แสงบุญ โดยมีเส้นทางเชื่อมต่อแหล่งท่องเที่ยวหลักในพื้นที่จังหวัดภาคเหนือตอนบน

3) หน่วยงานภาครัฐควรจัดทำยุทธศาสตร์การพัฒนาเชิงพื้นที่ เพื่อการยกระดับ และขับเคลื่อนรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานให้ชัดเจนตรงทิศทาง สอดคล้อง กับความต้องการของนักท่องเที่ยวทุกกลุ่ม พัฒนาสิ่งอำนวยความสะดวกและบริการทั้งด้าน การขนส่งสาธารณะ เทคโนโลยีสารสนเทศที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยว รวมทั้งจัดทำแผนพัฒนา การศึกษาด้านภาษาต่าง ๆ ที่หลากหลายแก่มีคักุเทศก์ ผู้ประกอบการและประชาชนในพื้นที่เพื่อสร้าง องค์กรความรู้ทางการท่องเที่ยวและการสื่อสารที่เข้าใจตรงกัน สามารถช่วยเสริมสร้างประสบการณ์ การท่องเที่ยวให้กับนักท่องเที่ยวจากประเทศต่างๆ ได้อย่างครบถ้วนทุกมิติและลึกซึ้งมากขึ้น

4) สำนักงานการท่องเที่ยวจังหวัดและภาคีเครือข่ายการท่องเที่ยว ควรนำข้อมูล การวิจัยไปจัดทำแผนงานเชิงปฏิบัติการสำหรับการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนา กรรมฐานของจังหวัด เนื่องจากแต่ละจังหวัดในเขตภาคเหนือตอนบนมีความหลากหลายในแต่ละมิติ โดยมีวัดและสถานที่เกี่ยวเนื่องด้วยศาสนาที่มีประวัติศาสตร์และคุณค่าทางศิลปวัฒนธรรมแตกต่างกัน พร้อมทั้งจัดทำกลยุทธ์การท่องเที่ยวเชิงบูรณาการบนฐานทุนทางศาสนาและวัฒนธรรมอย่างต่อเนื่อง โดยหน่วยงานและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องระดับนโยบายควรร่วมกันสร้างเอกลักษณ์ความรู้คุณค่าให้เห็น วัฒนธรรมเฉพาะท้องถิ่นของล้านนาอย่างเป็นรูปธรรมและยั่งยืน

5) หน่วยงานที่เกี่ยวข้องทุกระดับ ควรดำเนินการสนับสนุนรูปแบบการท่องเที่ยว เชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานให้เป็นแหล่งเรียนรู้ในจังหวัด โดยนำไปจัดทำเป็นแผนกลยุทธ์และ แผนปฏิบัติการที่สอดคล้องกับยุทธศาสตร์การท่องเที่ยวของกระทรวงท่องเที่ยวและกีฬา และยุทธศาสตร์ การท่องเที่ยวจังหวัด รวมถึงขับเคลื่อนยุทธศาสตร์การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อเป็นการสร้างความยั่งยืนของแหล่งท่องเที่ยวสำหรับนักท่องเที่ยวในเขตภาคเหนือตอนบน

6) องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทุกระดับควรมีนโยบายในการบริหารจัดการ การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานที่หลากหลายและเหมาะสม เช่น จัดกิจกรรมส่งเสริม การท่องเที่ยวครอบครัวอบอุ่นเชิงพุทธและวัฒนธรรมท้องถิ่น กิจกรรมการท่องเที่ยวบนฐานการปฏิบัติ ธรรมกรรมฐานของวัดต้นแบบอย่างยั่งยืน รวมทั้งยกระดับแผนงานการสร้างเครือข่ายการท่องเที่ยว เชิงศาสนาในเขตภาคเหนือตอนบน เพื่อเตรียมความพร้อมและรองรับจำนวนนักท่องเที่ยวในอนาคต

5.3.2 ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

1) ภาคีเครือข่ายทุกภาคส่วนที่มีความเกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวในพื้นที่ เช่นคน ในชุมชน หน่วยงานราชการและภาคเอกชน ตลอดจนนักท่องเที่ยว ควรร่วมมือกันส่งเสริมความ ตระหนักรู้ถึงคุณค่าทางศาสนาและวัฒนธรรม ปลูกฝังให้นักท่องเที่ยวมีจิตสำนึกที่ดีต่อการท่องเที่ยว

เชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน สนับสนุนการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียจากทุกภาคส่วน เพื่อให้วัดเป็นสถานที่ท่องเที่ยวทรงคุณค่าและสามารถคงไว้ซึ่งอัตลักษณ์ของมรดกทางวัฒนธรรมล้านนาอย่างยั่งยืน

2) องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นร่วมกับองค์กรคณะสงฆ์จังหวัด ร่วมกันยกระดับและขับเคลื่อนรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยการจัดกิจกรรมนันทนาการและการปฏิบัติธรรมกรรมฐานสำหรับผู้สูงอายุ ทั้งนี้ การจัดปฏิบัติธรรมและกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุที่จะได้ผลดีมากที่สุดคือ ให้มีความเหมาะสมกับวัยและสภาพร่างกายของผู้สูงอายุ สอดคล้องกับความต้องการของผู้สูงอายุ

3) หน่วยงานที่เกี่ยวข้องและชุมชนในพื้นที่ ควรมีการเตรียมความพร้อมในการรองรับตลาดกลุ่มผู้สูงอายุ โดยปรับตัวให้สอดคล้องกับความต้องการของกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ ทั้งด้านความต้องการทางร่างกายที่ต้องการความปลอดภัยในการเดินทางและร่วมกิจกรรม ส่งเสริมให้เกิดสิ่งอำนวยความสะดวกในแหล่งท่องเที่ยวที่ได้มาตรฐานด้านรูปแบบการให้บริการผู้สูงอายุ รวมทั้งส่งเสริมให้บุคลากรได้รับการอบรมและพัฒนาทักษะการดูแลผู้สูงอายุ เพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจให้บุคลากรเกี่ยวกับความต้องการ ลักษณะพฤติกรรม และการบริการที่เหมาะสมแก่ผู้สูงอายุ ซึ่งสามารถทำให้ผู้สูงอายุพึงพอใจ ประทับใจ และเพิ่มโอกาสในการเดินทางท่องเที่ยวในอนาคต

4) สำนักงานพระพุทธศาสนาจังหวัดและคณะสงฆ์ร่วมกับเครือข่ายองค์กรทางพระพุทธศาสนาในพื้นที่ ควรบูรณาการความร่วมมือกันเพื่อพัฒนาทรัพยากรการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานที่มีอยู่ในพื้นที่ให้เป็น “ศูนย์กลางการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในภาคเหนือ” โดยสร้างกลไกการทำงานแบบมีส่วนร่วมผ่านหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน

5) วัดและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวควรให้ความสำคัญต่อการสร้างเจตคติที่ดีในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานผ่านการประชาสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมภาพลักษณ์และการสื่อสาร โดยนำเสนอกิจกรรมการท่องเที่ยวที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุแต่ละช่วงวัยหรือกิจกรรมปฏิบัติธรรมกรรมฐานที่ช่วยบำบัดโรคหรืออาการที่มักพบในผู้สูงอายุ ทั้งนี้ เพื่อให้นักท่องเที่ยวมีเจตคติที่ดีต่อการท่องเที่ยว นำมาซึ่งความมั่นใจและอัตราการท่องเที่ยวที่เพิ่มสูงขึ้น

5.3.3 ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1) ควรศึกษารูปแบบการพัฒนาแหล่งท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์บนฐานทุนทางวัฒนธรรมและพระพุทธศาสนาเพื่อเชื่อมโยงกับแหล่งท่องเที่ยวในภูมิภาคลุ่มแม่น้ำโขง

2) ควรศึกษาข้อเสนอเชิงนโยบายและยุทธศาสตร์การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานในเขตภาคเหนือตอนบน

3) ควรศึกษารูปแบบการท่องเที่ยววัดต้นแบบในระดับภูมิภาคและระดับประเทศ เพื่อประเมินผลการท่องเที่ยวด้านศาสนาและวัฒนธรรมในภาพรวม

บรรณานุกรม

- กรมการศาสนา. (2557). *แนวทางการดำเนินงานโครงการส่งเสริมการท่องเที่ยวเส้นทางแสวงบุญในมิติทางศาสนา ปี 2557*. กรุงเทพฯ: สำนักงานพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม กระทรวงวัฒนธรรม.
- กรรณิกา คำดี. (2558). วัดและศาสนสถานในมิติของการท่องเที่ยว. *วารสารภาษาศาสนาและวัฒนธรรม*. 4(2): 175-191.
- กรวรรณ สังขกร และคณะ. (2558). *การบริหารและการจัดการการท่องเที่ยวในภาคเหนือตอนบนเพื่อรองรับนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ*. (รายงานการวิจัย). กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.) และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว).
- กอบกุล วิเศษศรีศักดิ์. (2562). การพัฒนาเส้นทางท่องเที่ยวเชิงจาริกแสวงบุญวัดในจังหวัดเพชรบุรี. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี*. 9(3): 97-108.
- กาญจนาวดี พวงชื่น และแสงสรรค์ภู มิสถาน. (2563). พฤติกรรมการท่องเที่ยวและความต้องการของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุต่อการท่องเที่ยวในอุทยานแห่งชาติเขาใหญ่. *วารสารการบริการและการท่องเที่ยวไทย*. 15(2): 29-40.
- การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย. (2550). *นโยบายและแนวทางการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์*. กรุงเทพฯ: การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย.
- _____. (2558). *โครงการข้อมูลเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงนิเวศ*. กรุงเทพฯ: อัสชา.
- กุลวรา สุวรรณพิมล. (2548). *ความหมายของนักท่องเที่ยว*. กรุงเทพฯ: เอ็ดดูเคชั่นอินโดไชน่า.
- เกสร นัยจิ้น. (2559). การสร้างความสุขด้วยจิตวิทยาเชิงบวก. *วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี*. 24(4): 673-680.
- คณะกรรมการปฏิรูประบบรองรับการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประเทศไทย. (2560). *รายงานคณะกรรมการปฏิรูประบบรองรับการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: สำนักเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร.
- จริญญา เจริญสุข และสุวัฒน์ จุฑากรณ์. (2545). *ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับอุตสาหกรรมการท่องเที่ยว*. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- จิตติยา สมบัติบุรณ์. (2562). ความสุขของผู้สูงอายุไทยในยุค Thailand 4.0. *วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า*. 30(2): 219-227.
- จิตราภรณ์ เถรวัตร และธง คำเกิด. (2560). การสร้างรูปแบบกิจกรรมนันทนาการเพื่อการท่องเที่ยวแบบหมู่คณะของนักท่องเที่ยวชาวไทย. *วารสารวิชาการนวัตกรรมสื่อสารสังคม*. 5(1): 83-99.

- จุฬารณีย์ โสตะ. (2549). แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ. *วารสารศูนย์บริการวิชาการ*. 14(4): 8-10.
- ฉลองศรี พิมลสมพงศ์. (2548). *การวางแผนและพัฒนาตลาดการท่องเที่ยว*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ชนัญ วงษ์วิภาค. (2547). *การจัดการทรัพยากรทางวัฒนธรรมเพื่อการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืน*. นครปฐม: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- ชมพูนุท พรหมภักดี. (2556). *การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: สำนักวิชาการสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา.
- ฐิรชญา มณีเนตร. (2552). *ไทยศึกษาเพื่อการท่องเที่ยว*. ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- คำเกิง โถทองและคณะ. (2550). *เส้นทางการท่องเที่ยวอารยธรรมขอมในประเทศไทย กับพหุชา ลาว*. (รายงานวิจัย). กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.
- ทัศนีย์ ทองประทีป. (2552). *พยาบาล: เพื่อนร่วมทุกข์ ผู้ป่วยระยะสุดท้าย*. กรุงเทพฯ: วี.พรินท์ (1991).
- ทินกฤต รุ่งเมือง. (2558). การพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ เพื่อส่งเสริมเครือข่ายกิจกรรมการท่องเที่ยวของกลุ่มทวารวดี 4 จังหวัด. *วารสารร่วมพฤษภ มหวิทยาลัย เกริก*. 33(1): 137-160.
- ทิพวรรณ พุ่มมณี. (2546). *อุตสาหกรรมการท่องเที่ยว*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ทิตนา แคมมณี. (2545). *ศาสตร์การสอน : องค์ความรู้เพื่อจัดกระบวนการเรียนรู้*. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เทพฤทธิ์ วงศ์ภูมิและคณะ. (2554). ความชุกของโรคซึมเศร้าในประชากรสูงอายุจังหวัดเชียงใหม่. *สมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*. 56(2): 103-116.
- ธนกฤต สังข์เฉย. (2550). *อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ*. เพชรบุรี: คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตสารสนเทศเพชรบุรี.
- นัฐพร เกิดกลาง และคณะ. (2553). พฤติกรรมการท่องเที่ยวในกรุงเทพมหานครของผู้เยี่ยมเยือน ชาวไทย. *วารสารพฤติกรรมศาสตร์เพื่อการพัฒนา*. 2(1): 78-87.
- ณัฐฉิณีภรณ์ ปิงแก้ว (2563). พฤติกรรมประสบการณ์และความต้องการของนักท่องเที่ยวสูงอายุที่เดินทางมาท่องเที่ยวในอุทยานแห่งชาติเขาใหญ่. *วารสารวิทยาลัยดุสิตธานี*. 14(3): 51-74.

- นรินทร์ สังข์รักษาสมบุรณ์ ยืนยงสุวรรณ และสมชาย ลักษณะานุกรักษ์. (2557). *การพัฒนาเมืองต้นแบบเศรษฐกิจสร้างสรรค์ “เมืองโอง ดินสูกและตุ๊กตา” เพื่อพัฒนาขีดความสามารถในการแข่งขันการเข้าสู่ประชาคมอาเซียน และเชื่อมโยงสินค้า OTOP กับการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ของจังหวัดราชบุรี*. (รายงานการวิจัย). นครปฐม : สถาบันวิจัยและพัฒนามหาวิทยาลัยศิลปากร.
- นาวิณ พรหมใจสา. (2563). *การพัฒนารูปแบบและกระบวนการจัดการท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาในจังหวัดเชียงราย*. *วารสารวิชาการ*. ฉบับพิเศษ: 253-262.
- นิตา ขำเขียว. (2562). *การท่องเที่ยวเชิงแสวงบุญทางพระพุทธศาสนา อำเภอไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี*. *วารสารศรีนครินทรวิโรฒวิจัยและพัฒนา*. 11(21): 123-133.
- บังอร ธรรมศิริ. (2549). *ครอบครัวกับการดูแลผู้สูงอายุ*. คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี: มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์.
- ปัญญา พงษ์พานิช. (2560). *การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและจิตใจ*. สืบค้นเมื่อ 20 มีนาคม 2564. จาก https://www.mots.go.th/ewt_dl_link.php?nid=7789.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2544). *การพัฒนาการสอน*. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- _____. (2545). *วิธีการสร้างสถิติสำหรับการวิจัย*. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- _____. (2549). *การวิจัยเพื่อแก้ปัญหาและพัฒนาผู้เรียน*. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- ประทีป พีชทองกลาง และคณะ. (2561). *วัดงาม นามมงคล: แนวทางการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงศาสนาของวัดนามมงคล ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่*. *วารสารภาษา ศาสนา และวัฒนธรรม*. 7(1): 212-239.
- ประเสริฐ ใจสม. (2563). *บุปปัจจัยของความยั่งยืนของการท่องเที่ยวเมืองรอง*. *วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร*. 8(1): 133-143.
- ประยงค์ ศรีไชย และคณะ. (2561). *รูปแบบแนวทางการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักพระพุทธศาสนา ในจังหวัดอุบลราชธานี*. *วารสาร มจร อุบลปริทรรศน์*. 4(3): 145-154.
- ปรีชา แดงโรจน์. (2544). *อุตสาหกรรมท่องเที่ยวสู่ศตวรรษที่ 21*. กรุงเทพฯ: ไพบ่แอนดีพอร์พรีนติ้ง.
- ปวีณา โทณแก้ว. (2542). *ปัจจัยที่กำหนดรูปแบบการใช้จ่ายในการท่องเที่ยวภายในประเทศของคนไทย*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารบัณฑิต). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- พงษ์ วรพงศ์พิเชษฐ. (2550). *พุทธธรรมบำบัด*. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.
- พงศ์เสวก อเนกจำนงค์พร. (2558). *พฤติกรรมนักท่องเที่ยวของประชากรรุ่นเบบี้บูมในกรุงเทพมหานคร*. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต). สาขาวิชาการจัดการอุตสาหกรรมบริการและการท่องเที่ยว: มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.

- พระครูภาวนาวิชิตคุณ. (2559). *รูปแบบการพัฒนาวัดให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา*. (วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต). สาขาการจัดการเชิงพุทธ. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระครูภาวนาสังวรกิจ. (2562). *การพัฒนาสุขภาวะองค์กรสำหรับผู้สูงวัยตามแนวพุทธจิตวิทยา*. (ปริญาพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระครูสุตพัฒนาภรณ์. (2563). แนวทางการส่งเสริมสุขภาวะในพระพุทธศาสนาตามแนวทางพุทธเถรวาท. *วารสารบัณฑิตสาเกตปริทรรศน์*. 5(1): 57-68.
- พระปริยัติกิจวิธาน. (2561). การสร้างเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุแบบองค์รวมเชิงพุทธบูรณาการ. *Journal of Buddhist Education and Research*. 5(2): 16-31.
- พระปลัดวุฒิพงษ์ กิตติวัฒน์. (2562). การดูแลสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักพระพุทธศาสนาในโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดเพชรบูรณ์. *วารสารพุทธศาสตร์ปริทรรศน์*. 6(1): 19-26.
- พระปลัดสุตฤทธิ ธนสารโร. (2563). ศาสนากับการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมเพื่อการส่งเสริมเส้นทางแสวงบุญสู่วัดไพรพัฒนาจังหวัดศรีสะเกษ. *วารสารวิจัยวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์*. 4(1), 79-91.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). (2551). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม*. กรุงเทพฯ: เอส. อาร์. พรินติ้งแมสโปรดักส์.
- พระภุชิสสะ ปณญาปโชโต. (2562). การเสริมสร้างสุขภาวะตามหลักภavana 4 ของผู้สูงอายุในตำบลยางฮ่อม อำเภอขุนตาล จังหวัดเชียงราย. *วารสาร มจร การพัฒนาลังคม*. 4(1), 49-63.
- พระมหาเชาวฤทธิ์ นรินโท. (2562). *การศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามหลักภavana 4 กรณีศึกษา : ผู้สูงอายุบ้านห้วยหอย ตำบลธาตุทอง*. (วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระมหาณัฐกิตติ อนารโทและคณะ. (2563). รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงพุทธของพระสงฆ์สายวัดป่าในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย. *วารสารวิชาการธรรมทรรศน์*. 20(2): 35-45.
- พระมหาเดชจรต สิริญาณเมธี. (2562). การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามหลักพุทธธรรม: ศึกษาเฉพาะกรณีชุมชนเจดีย์ปล่องตำบลช้างเผือก อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่. *วารสารปัญญา*. 25(2): 28-33.
- พระมหาบุญพิเชษฐ์ จันทร์เมือง. (2553). *การจัดการการท่องเที่ยวในพระอารามหลวงชั้นเอกในเกาะรัตนโกสินทร์*. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต). สาขาวิชาการวางแผนและการจัดการการท่องเที่ยวเพื่ออนุรักษ์สิ่งแวดล้อม: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- พระมหาสุริยา มะสันเทียะ. (2558). กลยุทธ์การเพิ่มคุณค่าการตลาดสำหรับการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนาของพระอารามหลวงในเกาะรัตนโกสินทร์. *วารสารวิทยาลัยพาณิชยศาสตร์บูรพาปริทัศน์*. 10(1): 31-42.
- พระมหาสุทิตย์ อากาศโร (อบอุ้น). (2556). *การพัฒนาารูปแบบและกระบวนการจัดการท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาในประเทศไทย*. พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพิพัฒน์ โสภณจิตโต. (2563). รูปแบบการบริหารจัดการของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดอ่างทองเพื่อเสริมสร้างศักยภาพทางปัญญา. *วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร*. 8(1): 222-232.
- พระศรีรัชมมงคลบัณฑิต. (2562). การท่องเที่ยวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมศรัทธาในหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาของผู้จาริกแสวงบุญตามวัดต่าง ๆ ในจังหวัดกาญจนบุรี. *วารสารปรัชญาปริทรรศน์*. 24(1): 46-55.
- พระศรีสังคม ชยานุวัฑฒ. (2563). การท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนา : รูปแบบและเครือข่ายการจัดการท่องเที่ยวของวัดในสังคมไทย. *วารสารมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. 7(3): 238-248.
- พระสุภาพร เตชธโร. (2562). กระบวนการส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงพุทธของโครงการไหว้พระ 9 วัดจังหวัดอุบลราชธานี. *วารสาร มจร อุบลปริทรรศน์*. 4(2): 9-17.
- พระเอกลักษณ์ อชิโต. (2563). รูปแบบการจัดการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมวิถีพุทธของวัดในจังหวัดสมุทรสงคราม. *วารสาร มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์*. 9(1): 121-133.
- เพ็ญประภา เพชรบูรณิน และศศิธร ป้องเรือ. (2557). การบริหารจัดการสิ่งแวดล้อมของแหล่งท่องเที่ยวทางประวัติศาสตร์ จังหวัดนครพนม ตามแนวทางการท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์. *วารสารวิชาการการท่องเที่ยวไทยนานาชาติ*. 10(2): 74-86.
- มูลนิธิหอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ. (2559). *กรอบแนวทางการส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงศาสนาภาคตะวันออกเฉียงเหนือ*. กรุงเทพฯ: การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย.
- มัลลิกา มัติโก และรัตนา เพ็ชรอุไร. (2542). *ประมวลสถานภาพทางสุขภาพและสังคมของผู้สูงอายุไทย : วิเคราะห์จากวิทยานิพนธ์*. กรุงเทพฯ: กองบริหารงานวิจัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- มานิช พรหมปัญญา. (2556). แนวทางการเตรียมความพร้อมการท่องเที่ยวเชิงพุทธของจังหวัดอุบลราชธานีรองรับการเข้าสู่ประชาคมอาเซียน. *วารสารการบริการและการท่องเที่ยวไทย*. 8 (2): 36-47.
- มานิช หล่อตระกูล และปราโมทย์สุคนิษฐ์. (2558). *จิตเวชศาสตร์ รามาทิบัติ*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตเวชศาสตร์คณะ แพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดีมหาวิทยาลัยมหิดล.

- มาริสสา อุทยาพงษ์. (2560). การประยุกต์ใช้การเจริญสติเพื่อป้องกันผู้ที่มีภาวะซึมเศร้า. *วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์*. 13(2): 109-122.
- มิ่งสรรพ์ ขาวสอาด. (2553). ภาพลักษณ์และพฤติกรรมนักท่องเที่ยวต่างชาติภายใต้สถานการณ์วิกฤตการเมืองไทย. *วารสารเศรษฐศาสตร์ธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรมศิลปากร*. 28(3), 55-98.
- แม่ชีกฤษณา รักษาโฉมและคณะ. (2556). รูปแบบและกระบวนการจัดการท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ : กระบวนการเปลี่ยนแปลงเส้นทางบุญสู่เส้นทางธรรม. (รายงานการวิจัย). กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช).
- แม่ชีกฤษณา รักษาโฉม. (2560). รูปแบบและกระบวนการสร้างจิตสาธารณะเพื่อการจัดการท่องเที่ยวของแหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาอย่างยั่งยืน. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์*. 9(2): 83-96.
- เยาวดี วิบูลย์ศรี. (2544). *การประเมินโครงการ: แนวคิดและแนวปฏิบัติ*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- _____. (2549). *การวัดผลและการสร้างแบบสอบถาม*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- รัตน์ บัวสนธ. (2552). *การวิจัยและพัฒนานวัตกรรมการศึกษา*. กรุงเทพฯ: คำสมัย.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2556). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554*. กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์.
- ฤทัยรัตน์ วรกิจใจดม. (2551). *พุทธศาสนากับการมีชีวิตรื่นยาว*. (สารนิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรบัณฑิต). ศาสตรศึกษา: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วสุพากรณ์ กันยะตีบ. (2560). *หลักพุทธธรรมกับการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาสถานปฏิบัติธรรมแห่งหนึ่ง*. (วิทยานิพนธ์สาขารัฐศาสตร์มหาบัณฑิต). คณะสาธารณสุขศาสตร์: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- วงศ์ธีรา สุวรรณิน และคณะ. (2557). การศึกษาศักยภาพการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมของวัดในจังหวัดปทุมธานี. *วารสารบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์*. 8(3): 63-81.
- วันเพ็ญ ปันราช. (2552). *การพัฒนากระบวนการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- วาสนา ทองจันทร์. (2550). *พฤติกรรมความพึงพอใจในการใช้บริการของผู้สูงอายุในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา.

- วุฒินันท์ กันทะเตียน. (2560). ภูมิสถาปัตยกรรมของวัดไทยกับการเรียนรู้และการเสริมสร้าง
 สุขภาวะเชิงพุทธบูรณาการ. *วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์*. 13(2): 137-149.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2549). *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย วัยรุ่น-วัยสูงอายุ เล่ม 2*.
 กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศิลาวัฒน์ ชัยวงศ์ และคณะ. (2563). การพัฒนาเส้นทางการท่องเที่ยวเชิงศิลปะของกลุ่มจังหวัด
 ล้านนา. *วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์ มจร วิทยาเขตแพร่*. 7(1): 75-88.
- ศิวินิต อรรถวุฒิกุล และคณะ. (2560). การพัฒนารูปแบบการจัดการการท่องเที่ยวเชิงศาสนาของ
 จังหวัดราชบุรี. *Veridian E-Journal, Silpakorn University*. 10(2): 2309-2407.
- ศิริกุล เกียรติกุลไพบูลย์. (2558). *พฤติกรรมการท่องเที่ยวของผู้สูงอายุวัยเกษียณอายุ 60-79 ปี ใน
 เขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล*. (ปริญญาการจัดการมหาบัณฑิต). วิทยาลัย
 การจัดการ: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ศิริพร ถาวรวิสิทธิ์. (2564). แนวทางการส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมของจังหวัดน่าน.
วารสารสมาคมนักวิจัย. 26(1): 224-255.
- ศุภลักษณ์ อัครางกุล. (2551). *พฤติกรรมนักท่องเที่ยว*. ขอนแก่น: โรงพิมพ์คลังน่านาวิทยา.
- สำนักงานปลัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2559). *รายงานภาวะเศรษฐกิจการท่องเที่ยว*.
 กรุงเทพฯ: กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.
- สายฝน เอกวางกูร. (2553). *รู้จัก เข้าใจ ดูแล ภาวะซึมเศร้า*. กรุงเทพฯ : บริษัท ส.เอเชียเพรส
 (1989) จำกัด.
- สำนักงานแพทย์ทางเลือก กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก. (2559). *แนวทาง
 การดูแลสุขภาพด้วยหลักวิถีธรรมวิถีไทย*. กรุงเทพฯ: บริษัท วี อินดี้ ดีไซน์ จำกัด.
- สำนักงานการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย. (2561). *ร่วมสวดมนต์ข้ามปี 18 ล้านคน ททท.รुकหนัก
 เที่ยวเชิงศาสนา*. สืบค้น วันที่ 1 มีนาคม 2564,
 จาก <https://www.dra.go.th/th/cmsdetail-17-19-1-2161.html>
- สำนักงานปลัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2561). *สถานการณ์การท่องเที่ยวโลก*. กรุงเทพฯ:
 กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.
- สำนักสถิติเศรษฐกิจและสังคม. (2560). *การสำรวจสุขภาพจิต (ความสุข) คนไทย*. กรุงเทพฯ:
 สำนักงานสถิติแห่งชาติ.
- สำนักพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมภาคเหนือ. (2558). *รายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย*. เชียงใหม่:
 สำนักพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมภาคเหนือ.
- สำนักพัฒนาสุขภาพจิต. (2556). *คู่มือความสุข 5 มิติสำหรับผู้สูงอายุ*. นนทบุรี: โรงพิมพ์ชุมนุม
 สหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.

- _____. (2558). *แนวทางการดูแลทางด้านสังคมจิตใจของผู้สูงอายุเพื่อป้องกันปัญหาสุขภาพจิต*. กรุงเทพฯ: ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- สุกัลยา โหระเรือง. (2563). การศึกษาวิเคราะห์กิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงพุทธในล้านนา. *วารสารสังคมศาสตร์และมานุษยวิทยาเชิงพุทธ*. 5(3): 70-84.
- สุดาทิพย์ นันทโชค. (2555). พฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงศาสนาในจังหวัดสิงห์บุรีของนักท่องเที่ยวสูงอายุ. *ประชุมเชิงวิชาการ SWUMBA Research Conference*. 17 กรกฎาคม 2555. กรุงเทพฯ: โรงแรมจัสมิน เอ็กเซกคิวทีฟสวีท.
- สุพรรณณี อินทร์แก้ว. (2549). *การตลาดธุรกิจบริการเฉพาะอย่าง*. กรุงเทพฯ: ธนาเพรส.
- สุภาภรณ์ ประสงค์ทัน และคณะ. (2564). การท่องเที่ยวผู้สูงอายุ: การสำรวจข้อจำกัดทางการท่องเที่ยวกิจกรรมนันทนาการ และความตั้งใจในการเดินทางท่องเที่ยว. *วารสารสังคมศาสตร์*. 10(1): 119-130.
- สุรพล ชยภพ. (2552). *การพัฒนารูปแบบการดูแลผู้สูงอายุโดยการมีส่วนร่วมของชุมชน จังหวัดนครราชสีมา*. (วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต). สาขาวิชาวัฒนธรรมศาสตร์. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- สุรศักดิ์ ศิลาวรรณา. (2550). *การท่องเที่ยวและการเผยแพร่พระพุทธศาสนา : บทบาทของวัดในเขตกรุงเทพมหานคร กรณีศึกษาวัดบวรนิเวศวิหารและวัดเบญจมบพิตรดุสิตวนาราม*. (สารนิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรบัณฑิต). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สุวดี เบญจวงศ์. (2541). ผู้สูงอายุ คนแก่และคนชรา: มิติทางสังคมและวัฒนธรรม. *มนุษยสังคมสาร*. มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง. 19(6): 54-60.
- สุวิภา จำปาวัลย์. (2558). พระธาตุล้านนา: การท่องเที่ยวและการอนุรักษ์ในสังคม โลกาภิวัตน์. *วารสารวิจัยศิลป*. 6(2): 106-135.
- หนึ่งหลัทยรัตน์ กระจำงพัฒน์วงศ์. (2561). พฤติกรรมการท่องเที่ยวของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาในเขตเทศบาลนครขอนแก่น. *วารสารบริหารธุรกิจและการบัญชี มหาวิทยาลัยขอนแก่น*. 2(2): 34-51.
- อนุกุล ศิริพันธุ์ และคณะ. (2557). การออกแบบเส้นทางการท่องเที่ยวด้านพุทธศิลป์ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดลำปาง. *วารสารการพัฒนาชุมชนและคุณภาพชีวิต*. 2(3): 265-276.
- อักรินทร์ อังกูรวงษ์วัฒนา. (2561). การพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมอย่างยั่งยืน โดยใช้ศักยภาพของภูมิปัญญาท้องถิ่นล้านนา. *วารสารนวัตกรรมการบริหารและการจัดการ*. 6(3): 11-17.

อากาศกร ปัญญา และคณะ. (2561). ธรรมเนียมตรา เขื่อนถ้ำนครชุมเมืองลี้: แนวทางการพัฒนาเส้นทางท่องเที่ยวเพื่อสักการะบูชาในเขตอำเภอลี้ จังหวัดลำพูน. *วารสารปรัชญาและศาสนา*. 3(2): 52-73.

อุทุมพร (ทองอุไทย) จามรมาน. (2541). โมเดลคืออะไร. *วารสารวิชาการ*. 1(2): 22-26.

Balanced Scorecard Institute. (2015). *Award for Excellence Report of Balanced Scorecard*. North Carolina.

Baloglu & McCleary. (2004). U.S. International pleasure travelers' images of four Mediterranean destinations: A comparison of visitors and no visitors. *Journal of Travel Research*. 38(2): 144-152.

Beck, A.T., Rush, A.J. Shaw, B., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press.

Bongkosh Ngamsom. (2001). The impact of a bundle of travel determinants on repeat visitation: An exploratory study of tourism in Thailand. *Unpublished doctoral dissertation*. Oklahoma State University: Oklahoma.

Calantone, R. & Johar, J.S. (1984). Seasonal segmentation of the tourism market using a benefit segmentation framework. *Journal of Travel Research*. 23(2): 14-24.

Chen, C. (2001). An investigation of tourists destination loyalty and preferences. *International Journal of Contemporary Hospitality Management*. 3(2): 79-85.

Chitty, B., Ward, S., & Chua, C. (2007). *An application of the ECSI model as a predictor of satisfaction and loyalty for backpacker hostels*. New York: Delmar.

Chon, K. S. (1990). The role of destination image in tourism: A review and discussion. *Tourism Review*. 45(2): 2-9.

Davidson, R. (1993). *Tourism (2nd ed.)*. Singapore: Longman Group.

Eisner, E. (1976). Educational connoisseurship and criticism: Their form and functions in education evaluation. *Journal of Aesthetic Education*. 39(2): 192-193.

Fakeye, P. C., & Crompton, J. L. (1991). Image differences between prospective, first-time and repeat visitors to the Lower Rio Grande Valley. *Journal of Travel Research*. 30(2): 10-16.

Getzels, J.W. & Guba, E.G. (1957). Social behavior and administrative process. *American Journal of Education*. 65(4): 423-441.

- Good, C.V. (1973). *Dictionary of Education (3 rded.)*. New York: McGraw-Hill.
- Gunn, C. A. (1989). *Vacation scape-designing tourist regions (2nd ed.)*. New York: Van Nostrand Reinhold.
- Hausser, D.L. (1980). *Comparison of different models for organizational analysis*. New York: John Wiley & Son.
- Holloway, W. V. (1983). *State and Local Government in the United States*. New York: McGraw Hill.
- Jasmin, S., & Trygstad, L. (1979). *Behavioral concepts and the nursing process*. St. Louis, M.O: The C.V. Mosmy.
- Keeves, Peter J. (1988). *Model and Model Building Educational Research Methodology and Measurement : An International Handbook*. Oxford: Pergamon Press.
- Kurlowicz, L.H., & Facluty, N. (1997). Nursing standard of practice protocol: Depression in elderly patients. *Geriatric Nursing*. 18(5): 192-200.
- Longman, C. (2009). *Longman Dictionary of contemporary English*. England: Pearson Education.
- Lotrakul M. (2006). Suicide in Thailand during the period 1998-2003. *Psychiatry Clin Neurosci*. 60(1): 90-5.
- McIntosh R.W. & Goeldner C.R. (1986). *Tourism Principles, Practices, Philosophies*. New York: John Wiley & Son.
- Mescon, M.H. & Khedouri, F. (1985). *Management : Individual and organizational effectiveness (2nd ed)*. New York: Harper and Row.
- Nadler, D.A. (1980). *Role of Model in Organization Assessment*. New York: John Wiley & Son.
- Parasuraman, A., Zeithaml, V., & Berry, L. (1988). SERVQUAL: A multiple-item scale for measuring consumer perceptions of services quality. *Journal of Retailing*. 64(1): 12-40.
- Sadock, B.J., & Sadock, V.A. (2000). *Comprehensive textbook of psychiatry (7thed)*. Philadelphia: Lippincott.
- Seligman, E. P. (1981). *A learned helplessness point of view*. In L. P. (Ed.). Behavior therapy for depression. New York: Academic Press.

- Shu, T. C., & Steven, F. I. (2007). Examining the mediating role of festival visitors satisfaction in the relationship between service quality and behavioral intentions. *Journal of Vacation Marketing*. 12(2): 160-165.
- Smith, E.W., and Other. (1980). *The Education's Encyclopedia*. New York: Prentice-Hall.
- _____. (1980). *Management: Making organization perform*. New York: MacMillan.
- Stoner, J.A.F. and Wankel, C. (1986). *Management*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.
- Tariq, A. N., & Moussaoui, N. (2009). *The main antecedent of customer loyalty in Moroccan banking sector*. New York: John Wiley and Sons.
- Valente, S.M. (1994). Recognizing depression in elderly patients. *American Journal of Nursing*. 94(12): 18-28.
- Vimalin Virojtrairatt. (2010). *Community pre-empowering for tourism: sustainable tourism management guideline Amphoe Mae Chaem, Chiang Mai, Thailand*
From https://doi.nrct.go.th/ListDoi/listDetail?Resolve_DOI=
- Willer, D. (1968). *Scientific Sociology : Theory and method*. Englewood cliffs. New Jersey: Prentice-Hall.
- World Health Organization. (2017). *Depression and other common mental disorders: Global health estimates*. Geneva: WHO Document Production Services.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ

ชื่อ-นามสกุล	วุฒิการศึกษา	ผู้เชี่ยวชาญ
ผศ.ดร. โผน นามณี	ศน.ม (พุทธศาสนาและปรัชญา) Ph.D. (Buddhist Studies)	ตรวจสอบด้านระเบียบวิธี
ดร. จรูญศักดิ์ แพง	รป.ม. (รัฐประศาสนศาสตร์) Ph.D. (Public Administration)	ตรวจสอบด้านเนื้อหา
ดร. ณรงค์ศักดิ์ ลุนสำโรง	M.A. (Linguistics) Ph.D. (Linguistics)	ตรวจสอบด้านภาษา

ภาคผนวก ข
รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิเข้าร่วมสนทนากลุ่ม

ที่	ชื่อ-นามสกุล	ตำแหน่ง
1	พระครูสมุห์ธนโชติ จิระมโม, ดร.	ผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านศาสนา
2	รศ.ดร.สุวิทย์ รุ่งวิสัย	ผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นนักวิชาการ
3	ผศ.ดร.ประเสริฐ ปอนถิ่น	ผู้ทรงคุณวุฒิจากหน่วยงานภาครัฐ
4	นายอภิลาภ บุญโสภิต	ผู้ทรงคุณวุฒิจากหน่วยงานภาคเอกชน
5	นายสุพล ฦ วิชัย	ผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นผู้นำชุมชนในพื้นที่
6	ร.ต.อ.นิคม ศรีดวงอินทร์	ผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นผู้นำชุมชนในพื้นที่
7	นายกมล บุตรชารี	ผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นผู้สูงอายุ
8	พระสมคิด ดิกขปัญโญ	ผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นพระสงฆ์
9	นายพงษ์กานต์ จันทร์เงิน	ผู้ทรงคุณวุฒิชมรมมัคคุเทศก์ชุมชน
10	นายอินจันทร์ รูปดี	ผู้ทรงคุณวุฒิชมรมมัคคุเทศก์ชุมชน
11	นายชยางกูร ชินวรภัทร	ผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นปราชญ์ชาวบ้าน
12	นายพัฒนา แก้วประเสริฐ	ผู้ทรงคุณวุฒิจากองค์กรปกครองท้องถิ่น
13	นายวิทยา พงษ์ศิริ	ผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นผู้ประกอบการท่องเที่ยว
14	นายอนันต์ ชุ่มแกว่ง	ผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นปราชญ์ชาวบ้าน
15	นายสุพรรณ จินะมูล	ผู้ทรงคุณวุฒิจากองค์กรปกครองท้องถิ่น

ภาคผนวก ค
แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง การพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญ
โดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้า
ของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง ในเขตท่องเที่ยวเมืองรองภาคเหนือตอนบน

คำชี้แจง :

แบบสอบถามชุดนี้จัดทำขึ้นเพื่อสำรวจความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรม และความต้องการ
ในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง ซึ่งท่านเป็นบุคคลหนึ่ง
ที่ผู้วิจัยใคร่ขอความอนุเคราะห์สอบถามตามความคิดเห็นของท่าน โดยคำตอบของท่าน คณะผู้วิจัยจะ
รักษาไว้เป็นความลับและจะไม่มีผลกระทบต่อการทำงานของท่านหรือหน่วยงานที่ท่านรับผิดชอบ
เนื่องจากผู้วิจัยจะนำคำตอบของท่านไปใช้วิเคราะห์ในภาพรวมเท่านั้น

แบบสอบถามชุดนี้ประกอบด้วย 5 ตอน ดังนี้

- ตอนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม
- ตอนที่ 2 แบบสอบถามพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน
- ตอนที่ 3 แบบสอบถามความต้องการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน
- ตอนที่ 4 ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ขอขอบคุณทุกท่านที่ร่วมมือตอบแบบสอบถาม

ดร.อุเทน ลาพิงค์และคณะ

ตอนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง: โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ใน ที่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน

1. เพศ ชาย หญิง
2. อายุ 18 – 30 ปี 31 – 40 ปี
 41 – 50 ปี 51 – 60 ปี
 61 ปีขึ้นไป
3. วุฒิทางการศึกษา มัธยมศึกษา ปวช./ปวส.
ปริญญาตรี ปริญญาโท
ปริญญาเอก
4. อาชีพ ตำแหน่ง (ระบุได้มากกว่า 1 ตำแหน่ง)
 ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว พนักงานบริษัทเอกชนฯ
 เกษตรกร รับจ้างทั่วไป
 รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ อื่น ๆ โปรดระบุ.....
5. รายได้เฉลี่ย ต่อเดือน
 ต่ำกว่า 5,000 บาท 5,001 - 10,000 บาท
 10,001 - 15,000 บาท 15,001 - 20,000 บาท
 20,001 บาทขึ้นไป
6. ภูมิลำเนา ภาคกลาง ภาคเหนือ
 ภาคตะวันตก ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
 ภาคตะวันออก ภาคใต้

ตอนที่ 2 พฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานของผู้สูงอายุ

1. ท่านใช้เวลาในการเดินทางท่องเที่ยวบ่อยเพียงใด

<input type="checkbox"/> ทุกสัปดาห์	<input type="checkbox"/> ทุกเดือน
<input type="checkbox"/> ทุก 3 เดือน	<input type="checkbox"/> ทุก 6 เดือน
<input type="checkbox"/> ทุกปี	<input type="checkbox"/> อื่น ๆ ระบุ.....
2. ท่านเดินทางมายังสถานที่ท่องเที่ยวที่เป็นแหล่งพระพุทธศาสนาบ่อยเพียงใด

<input type="checkbox"/> ทุกสัปดาห์	<input type="checkbox"/> ทุกเดือน
<input type="checkbox"/> ทุก 3 เดือน	<input type="checkbox"/> ทุก 6 เดือน
<input type="checkbox"/> ทุกปี	<input type="checkbox"/> อื่น ๆ ระบุ.....
3. จำนวนวันที่ท่านมักจะใช้ในการเดินทางท่องเที่ยว

<input type="checkbox"/> 1-2 วัน	<input type="checkbox"/> 3 – 5 วัน
<input type="checkbox"/> 5 – 7 วัน	<input type="checkbox"/> 1 สัปดาห์
<input type="checkbox"/> มากกว่า 1 สัปดาห์	
4. เพราะเหตุใดท่านจึงเดินทางมาท่องเที่ยวสถานที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนา (ครั้งนี้)

<input type="checkbox"/> ตั้งใจเดินทางมาสถานที่แห่งนี้
<input type="checkbox"/> ตั้งใจเดินทางมาสถานที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาอื่นเป็นหลัก
<input type="checkbox"/> เป็นส่วนหนึ่งของเส้นทางการเดินทางท่องเที่ยว
<input type="checkbox"/> อื่น ๆ (โปรดระบุ)
5. สาเหตุหลักที่ท่านชอบเดินทางมาท่องเที่ยวสถานที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนา

<input type="checkbox"/> ต้องการเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา
<input type="checkbox"/> ต้องการพระเครื่องหรือเครื่องรางของขลังเพื่อบูชา
<input type="checkbox"/> ต้องการสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ ต้องการมาทำบุญตามวิถีทางของพุทธศาสนา
<input type="checkbox"/> ต้องการมาขอโชคโชน ศิริมงคล/สะเดาะเคราะห์/พิธีกรรมทางศาสนาอื่นๆ
<input type="checkbox"/> อื่น ๆ (โปรดระบุ)
6. ท่านคิดว่าอะไรคือความโดดเด่นของสถานที่ท่องเที่ยวแห่งนี้

<input type="checkbox"/> หลักธรรม คำสอนของพระพุทธศาสนา
<input type="checkbox"/> พิธีกรรมทางพระพุทธศาสนา
<input type="checkbox"/> พระพุทธรูปประจำวัด/วัตถุมงคล/สิ่งศักดิ์สิทธิ์
<input type="checkbox"/> สถานที่ที่มีความร่มรื่น สะอาด สวยงามเหมาะสมกับการพักผ่อนหย่อนใจ
<input type="checkbox"/> อื่น ๆ (โปรดระบุ)

7. ใครเป็นผู้ชักชวนให้ท่านเดินทางมาท่องเที่ยวที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนา
- คนในครอบครัว คนที่เคยมาท่องเที่ยวสถานที่นี้
- เพื่อน ไม่มีใครชักชวน/เข้ามาด้วยตนเอง
- อื่น ๆ (โปรดระบุ)
8. ท่านทราบเกี่ยวกับสถานที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาแห่งนี้ได้อย่างไร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
- สมาชิกในครอบครัว เพื่อน/คนรู้จัก
- โทรทัศน์/วิทยุ ใบปลิว แผ่นพับ ป้ายประกาศต่างๆ
- อินเทอร์เน็ต นิตยสารนำเที่ยว
- การประชาสัมพันธ์ของวัด อื่น ๆ (โปรดระบุ)
9. ท่านต้องการให้สถานที่ท่องเที่ยวแห่งนี้ปรับปรุงหรือพัฒนาเรื่องใดเพิ่มเติมอีก (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
- ภูมิทัศน์ของสถานที่ กิจกรรมพิเศษในวัดหยุด/วัดสำคัญทางศาสนา
- การประชาสัมพันธ์ การประชาสัมพันธ์ภายนอก
- มัคคุเทศน์ประจำวัด การให้ความรู้เกี่ยวกับหลักธรรมคำสอนทางศาสนา
- อื่น ๆ (โปรดระบุ)
10. กิจกรรมที่ท่านจะทำเป็นประจำเวลาเดินทางมาท่องเที่ยวที่สถานที่แห่งนี้ (โปรดระบุ)
- อันดับ 1..... อันดับ 2.....
- อันดับ 3..... อันดับ 4.....
11. วัดหรือแหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาใดในภาคเหนือที่ท่านเดินทางไปเป็นประจำ
- อันดับ 1..... อันดับ 2.....
- อันดับ 3..... อันดับ 4.....
12. วัดหรือแหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาใดในภาคเหนือที่ท่านคิดว่าเป็นสถานที่ท่องเที่ยวที่ประชาชนนิยมไปท่องเที่ยวมากที่สุด
- อันดับ 1..... อันดับ 2.....
- อันดับ 3..... อันดับ 4.....

ตอนที่ 3 ความต้องการในท้องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

เป็นคำถามเพื่อการแสดงความเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามตามระดับความต้องการเกี่ยวกับ การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ขอความกรุณาผู้ตอบแบบสอบถามทำเครื่องหมาย / ลงในช่องระดับความต้องการเพียงช่องเดียว ดังรายการต่อไปนี้

ข้อ	ความต้องการในการท่องเที่ยวเชิงศาสนา และวิปัสสนากรรมฐาน	ระดับความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ด้านแหล่งท่องเที่ยวและสิ่งดึงดูดใจ สถานที่ท่องเที่ยวมีเอกลักษณ์และอัตลักษณ์ โดดเด่นทางพระพุทธศาสนา					
2	วัดส่งเสริมให้ความรู้ทางพระพุทธศาสนา					
3	วัดมีความสำคัญทางด้านประวัติศาสตร์					
4	ความงดงามทางพุทธศิลป์ สถาปัตยกรรมและ ปฏิมากรรมของแหล่งท่องเที่ยว					
5	อยู่ใกล้กับสถานที่ท่องเที่ยวอื่น ๆ ในชุมชน					
6	ด้านบุคลากรและการบริการ การให้บริการแบบครบวงจรของศูนย์บริการ นักท่องเที่ยว					
7	การจัดทำเอกสาร แผ่นพับ เพื่อให้ข้อมูลข่าวสาร แก่นักท่องเที่ยว					
8	การบริการด้วยความสุภาพและเป็นมิตรของ เจ้าหน้าที่					
9	ระบบการบริการดูแลนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ					
10	บุคลากรและเจ้าหน้าที่ของวัดมีจำนวนเพียงพอ					
11	ด้านกิจกรรมและการประชาสัมพันธ์ การจัดกิจกรรมที่เน้นวิถีพุทธและวิถีธรรม					
12	การจัดกิจกรรมที่เชื่อมโยงความร่วมมือกับชุมชน					
13	การประชาสัมพันธ์กิจกรรมการท่องเที่ยวของวัด ผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์ให้นักท่องเที่ยวได้ ข้อมูลข่าวสารที่รวดเร็ว					

ข้อ	ความต้องการในการท่องเที่ยวเชิงศาสนา และวิปัสสนากรรมฐาน	ระดับความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
14	นักท่องเที่ยวมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมของวัด และสามารถเข้าร่วมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา					
15	บรรจุกิจกรรมของแหล่งท่องเที่ยวลงในแผนงาน ของการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทยและของ จังหวัด					
16	ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกและที่พัก สิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับนักท่องเที่ยว ผู้สูงอายุและผู้พิการเช่น ที่จอดรถพิเศษ ทางลาด ห้องสุขา รถเข็นนั่ง เป็นต้น					
17	พื้นที่หรือลานจอดรถที่เป็นระเบียบ สะดวก ปลอดภัย และมีจำนวนที่เพียงพอสำหรับ นักท่องเที่ยว					
18	ที่พักในวัดสำหรับนักท่องเที่ยวมีความเหมาะสม และเพียงพอ					
19	ร้านอาหาร เครื่องดื่มที่สะอาดและมีคุณภาพ					
20	ร้านจำหน่ายของที่ระลึกและสินค้าท้องถิ่นที่ หลากหลาย					
21	ด้านการเข้าถึงและความปลอดภัย การติดตั้งป้ายสื่อความหมายให้นักท่องเที่ยวได้ เข้าใจอย่างชัดเจน					
22	เส้นทางหรือถนนเข้าสู่แหล่งท่องเที่ยวให้อยู่ใน สภาพดีสะดวกและปลอดภัยในการคมนาคม					
23	มาตรการด้านความปลอดภัยและระบบเตือนภัย ภายในแหล่งท่องเที่ยวของวัด					
24	การสร้างความมั่นใจให้นักท่องเที่ยวในเรื่อง ความปลอดภัยของแหล่งท่องเที่ยว					
25	ระบบขนส่งสาธารณะในการเข้าถึงแหล่ง ท่องเที่ยว					

ข้อ	ความต้องการในการท่องเที่ยวเชิงศาสนา และวิปัสสนากรรมฐาน	ระดับความต้องการ				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
26	ด้านการปฏิบัติธรรม สถานที่สำหรับการไหว้พระสวดมนต์ ปฏิบัติธรรม และเจริญวิปัสสนากรรมฐาน					
27	พระวิปัสสนาจารย์ที่มีความรู้ความสามารถในการ สอนกรรมฐานและนำปฏิบัติธรรม					
28	วัดที่เปิดโอกาสให้นักท่องเที่ยวได้ปฏิบัติธรรมทั้ง ในกรอบระยะสั้นและระยะยาว					
29	สถานที่ปฏิบัติธรรมเป็นสัปปายะ เหมาะสมแก่ การปฏิบัติธรรม ไม่พลุกพล่าน					
30	ที่พักภายในวัดมีความเหมาะสมและเพียงพอต่อ จำนวนผู้สนใจปฏิบัติธรรม					

ตอนที่ 4 ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ขอความกรุณาผู้ตอบแบบสอบถามให้ความเห็นเกี่ยวกับปัญหาและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

ปัญหาการท่องเที่ยว	ข้อเสนอแนะการท่องเที่ยว
ด้านแหล่งท่องเที่ยวและสิ่งดึงดูดใจ
ด้านการเข้าถึงและความปลอดภัย
ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกและที่พัก
ด้านการให้บริการ
ด้านการประชาสัมพันธ์
ด้านการจัดกิจกรรมส่งเสริมการท่องเที่ยว
ดานบุคลากร

ขอขอบคุณที่ให้ความร่วมมือ

ดร.อุเทน ลาพิงค์ และคณะ

ภาคผนวก ง
แบบสอบถามภาษาถิ่นเพื่อการวิจัย

แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย

เรื่อง การพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญ
โดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้า
ของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง ในเขตท่องเที่ยวเมืองรองภาคเหนือตอนบน

.....

คำชี้แจง

1. แบบสัมภาษณ์ฉบับนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อนำข้อมูลการสัมภาษณ์ไปจัดทำเป็นรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญโดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง ในเขตท่องเที่ยวเมืองรองภาคเหนือตอนบน

2. แบบสัมภาษณ์นี้มีทั้งหมด 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

ตอนที่ 2 สัมภาษณ์เกี่ยวกับสภาพการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

ตอนที่ 3 สัมภาษณ์เกี่ยวกับรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

ตอนที่ 4 แนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมบำบัด

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

1.1 ชื่อ/นามสกุล และอายุปัจจุบัน

.....

1.2 วุฒิทางการศึกษา

.....

1.3 ที่อยู่

.....

1.4 E-mail/Facebook/Line และเบอร์โทรศัพท์มือถือ

.....

1.5 ตำแหน่ง และหน่วยงานที่สังกัด

.....

1.6 สัมภาษณ์ ณ สถานที่

.....

1.7 วัน/เดือน/ปี และเวลาที่สัมภาษณ์

.....

1.8 สัมภาษณ์โดย

ตัวต่อตัว ทางโทรศัพท์ ทางโปรแกรมไลน์ อื่นๆ

หมายเหตุ ขออนุญาตใช้เครื่องบันทึกเสียงและบันทึกภาพในการสัมภาษณ์

ตอนที่ 2 ข้อมูลสัมภาษณ์เกี่ยวกับสภาพการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

1) สภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวด้านความศรัทธาต่อเกจิอาจารย์และความเชื่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เป็นอย่างไร ?

.....
.....

2) สภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวด้านวัฒนธรรมวิถีพุทธและประเพณีท้องถิ่น เป็นอย่างไร ?

.....
.....

3) สภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวด้านประวัติศาสตร์และพุทธศิลปกรรม เป็นอย่างไร ?

.....
.....

4) สภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวด้านกิจกรรมบนเส้นทางแสวงบุญ เป็นอย่างไร ?

.....
.....

5) สภาพทั่วไปของการท่องเที่ยวด้านการปฏิบัติธรรม เป็นอย่างไร ?

.....
.....

6) ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

.....
.....

ตอนที่ 3 ข้อมูลสัมภาษณ์เกี่ยวกับรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน

1) การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านวัตถุธรรม ควรมีรูปแบบและลักษณะอย่างไร ?

.....

.....

2) การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านศรัทธาธรรม ควรมีรูปแบบและลักษณะอย่างไร ?

.....

.....

3) การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านประเพณีและศิลปวัฒนธรรม ควรมีรูปแบบและลักษณะอย่างไร ?

.....

.....

4) การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านกิจกรรมและการปฏิบัติธรรม ควรมีรูปแบบและลักษณะอย่างไร ?

.....

.....

5) การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานด้านจาริกบุญจาริกธรรม ควรมีรูปแบบและลักษณะอย่างไร ?

.....

.....

6) ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

.....

.....

ตอนที่ 4 แนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้า

1) แนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุ ด้านสุขสบาย (Health) ควรมีรูปแบบและลักษณะอย่างไร ?

.....

.....

2) แนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุ ด้านสุขสนุก (Recreation) ควรมีรูปแบบและลักษณะอย่างไร ?

.....

.....

3) แนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุ ด้านสุขสง่า (Integrity) ควรมีรูปแบบและลักษณะอย่างไร ?

.....

.....

4) แนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุ ด้านสุขสว่าง (Cognition) ควรมีรูปแบบและลักษณะอย่างไร ?

.....

.....

5) แนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุ ด้านสุขสงบ (Peacefulness) ควรมีรูปแบบและลักษณะอย่างไร ?

.....

.....

6) ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

.....

.....

ขอขอบคุณที่ให้ความร่วมมือ
ดร.อุเทน ลาพิงค์ และคณะ

ภาคผนวก จ
ภาพการสัมภาษณ์และการสนทนากลุ่ม



ภาพที่ 1 สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านศาสนา



ภาพที่ 2 สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นผู้สูงอายุ



ภาพที่ 3 สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นผู้นำชุมชนในพื้นที่



ภาพที่ 4 การสนทนากลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิร่างรูปแบบการท่องเที่ยว



ภาพที่ 5 การสนทนากลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิเกี่ยวกับรูปแบบการท่องเที่ยว



ภาพที่ 6 การสนทนากลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบรูปแบบการท่องเที่ยว

ภาคผนวก ฉ
ใบรับรองจริยธรรมการวิจัย



ใบรับรองจริยธรรมการวิจัยของข้อเสนอการวิจัย
เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัยและยินยอม

หมายเลขข้อเสนอการวิจัย ว.๑๑๖/๒๕๖๔

ข้อเสนอการวิจัยนี้และเอกสารประกอบของข้อเสนอการวิจัยตามรายงานการศึกษาด้านล่าง ได้รับการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยแล้ว คณะกรรมการฯ มีความเห็นว่าข้อเสนอการวิจัยที่จะดำเนินการมีความสอดคล้องกับหลักจริยธรรมสากล ตลอดจนกฎหมาย ข้อบังคับและข้อกำหนดภายในประเทศ จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยตามข้อเสนอการวิจัยนี้ได้

ชื่อข้อเสนอการวิจัย: การพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญ โดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพังในเขตท่องเที่ยวเมืองรองภาคเหนือตอนบน

(The Development of Models of Religious Tourism and Meditation Retreat on the Pilgrim Routes in the Secondary Cities in the Upper Northern Thailand based on Buddhist Medicine to Promote wellbeing of Seniors Living Alone and help them Cope with Depression)

รหัสข้อเสนอการวิจัย: -

สถาบันที่สังกัด: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา

ผู้วิจัยหลัก: ดร.อุเทน ลาพิงค์

เอกสารที่พิจารณาทบทวน

- | | |
|---|--------------------------------|
| ๑. แบบเสนอโครงการวิจัย | ฉบับที่ วันที่ ๒๐ กรกฎาคม ๒๕๖๔ |
| ๒. เอกสารชี้แจงข้อมูลผู้เข้าร่วมการวิจัย | ฉบับที่ วันที่ ๒๐ กรกฎาคม ๒๕๖๔ |
| ๓. หนังสือแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมการวิจัย | ฉบับที่ วันที่ ๒๐ กรกฎาคม ๒๕๖๔ |
| ๔. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล | ฉบับที่ วันที่ ๒๐ กรกฎาคม ๒๕๖๔ |

(พระสุวรรณเมธาภรณ์, ผศ.)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗ สิงหาคม ๒๕๖๔

หมายเลขใบรับรอง: ว.๑๑๖/๒๕๖๔

ประวัตินักวิจัย

ประวัตินักวิจัย

ชื่อ	:	ดร.อุเทน ลาพิงค์
ตำแหน่ง	:	หัวหน้าโครงการวิจัย
ประวัติการศึกษา	:	Ph.D. (Philosophy) University of Mysore India M.A. (Philosophy) University of Mysore India M.A. (Linguistics) University of Mysore India พธ.บ. (การสอนสังคม) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ประวัติการทำงาน	:	อาจารย์ประจำหลักสูตร สาขาพุทธศาสนาและปรัชญา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา
ผลงานทางวิชาการ	:	1. อุเทน ลาพิงค์. (2561). การประเมินผลโครงการพัฒนาพื้นที่ต้นแบบ ปอดบุญศรี ในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. <i>วารสารวิชาการธรรมทรรคน์</i> . 18(3): 91-103. 2. อุเทน ลาพิงค์. (2561). การพัฒนาสุขภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุโดยใช้หลักสังคหวัตถุ 4 ในภาคเหนือ. <i>วารสารวิชาการธรรมทรรคน์</i> . 18(2): 233-243.
ผลงานการวิจัย	:	1. อุเทน ลาพิงค์. (2562). แนวทางพัฒนาการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูของนักศึกษาสาขาวิชาการสอนภาษาอังกฤษ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา. 2. อุเทน ลาพิงค์. (2562). การรักษาศิล 5 เพื่อการลด ละ เลิกดื่มสุราของชุมชน วัดเจดีย์แม่ครัว ตำบลแม่แฝกใหม่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่.
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	:	มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา

ประวัตินักวิจัย

ชื่อ-สกุล	:	พระครูวินัยธรสัจญชัย ญาณวีโร, ดร.
ตำแหน่ง	:	ผู้ช่วยนักวิจัย
ประวัติการศึกษา	:	<p>พธ.ด. (สาขาวิชาพระพุทธศาสนา) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ศน.ม. (พุทธศาสนาและปรัชญา) มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ศน.บ. (พุทธศาสตร์) มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย</p>
ประวัติการทำงาน	:	<p>อาจารย์ประจำหลักสูตรพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา</p>
ผลงานทางวิชาการ	:	<ol style="list-style-type: none"> 1. พระครูวินัยธรสัจญชัย ญาณวีโร, ดร. (2564). แนวคิดเรื่องมงคลตามแนวทางพุทธปรัชญา. <i>วารสารชัยภูมิปริทรรศน์ วิทยาลัยสงฆ์ชัยภูมิ</i>. 4(3): 38-47. 2. พระครูวินัยธรสัจญชัย ญาณวีโร, ดร. (2564). การเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา. <i>วารสารชัยภูมิปริทรรศน์</i>. 4(1): 29-38. 3. พระสัจญชัย ญาณวีโร, (2562). การส่งเสริมพฤติกรรมเชิงพุทธจริยธรรมของนิสิตและนักศึกษามหาวิทยาลัยสงฆ์ในภาคเหนือ. <i>วารสารมหาจุฬานาครทรรศน์</i>. 6(5): 2271.
ผลงานการวิจัย	:	<ol style="list-style-type: none"> 1. พระครูวินัยธรสัจญชัย ญาณวีโร, ดร. (2565). หลักธรรมและแนวทางการเจริญกรรมฐานในอานาปานสติสูตรของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา. 2. พระครูวินัยธรสัจญชัย ญาณวีโร, ดร. (2563). การพัฒนาการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ของนักศึกษา มหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา. 3. พระสัจญชัย ญาณวีโร, (2561). การเสริมสร้างความเข้มแข็งตามหลักบุญกิริยาวัตถุของชุมชนบ้านแสนคำ อำเภอแม่วาง จังหวัดเชียงใหม่.
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	:	มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา

ประวัตินักวิจัย

ชื่อ-สกุล	:	นายเขมินทรา ตันธิกุล
ตำแหน่ง	:	ผู้ช่วยนักวิจัย
ประวัติการศึกษา	:	คบ. (สังคมศึกษา) มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ศษ.ม. (การบริหารการศึกษา) มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา
ประวัติการทำงาน	:	อาจารย์ประจำหลักสูตรสาขาวิชาการสอนสังคมศึกษา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา
ผลงานทางวิชาการ	:	1. พระมหาโชคชัย ถวิลถึง, ทิตติยา มั่นดี, พิมภัสสร เต็ดขาด, เขมินทรา ตันธิกุล, ปรีดา นวลรักษา, พระมหาแมนมิตร ญาณวีโร (2561). การเปรียบเทียบความสามารถในการอ่านจับใจความวิชาภาษาไทย ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดปทุมวนาราม ในพระราชูปถัมภ์ระหว่างกลุ่มที่สอนแบบ SQ4R และกลุ่มที่สอนแบบปกติ. <i>วารสารคณะศึกษาศาสตร์ มมร.</i> 6(2): 458-469. 2. ซาลี ภักดี, ฉัตรชัย ศิริกุลพันธ์, พิมภัสสร เต็ดขาด, เขมินทรา ตันธิกุล. (2563). การพัฒนาหลักสูตรโรงเรียนผู้สูงอายุโดยใช้หลักไตรสิกขาในเขตจังหวัดภาคเหนือตอนบน. <i>วารสาร มมร วิชาการ ล้านนา.</i> 9(2): 46-54.
ผลงานการวิจัย	:	เขมินทรา ตันธิกุล. (2563). การพัฒนาสมรรถนะด้านการสอนของนักศึกษาวิชาชีพครูสาขาวิชาการสอนสังคมศึกษา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา.
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	:	มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา