



Received: October 21, 2021

Revised: June 1, 2022

Accepted: June 5, 2022

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในจังหวัดสุพรรณบุรี

Wellness Tourism in Suphan Buri Province

สมพงษ์ สุนทรธรรม (Sompong Soontorntham)¹

สมาน งามสนธิ (Sman Ngamsaniti)²

สุรินทร์ นิชามังกูร (Surin Niyamangkoon)³

บทคัดย่อ

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ คือ การท่องเที่ยวเพื่อส่งเสริมสุขภาพ และ/หรือบำบัดรักษาฟื้นฟูสุขภาพ ทั้งทางร่างกายและจิตใจควบคู่กัน โดยมีจิตสำนึกต่อการอนุรักษ์ ทรัพยากรท่องเที่ยวและสิ่งแวดล้อมในแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติและวัฒนธรรม การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพนั้นเป็นกิจกรรมการท่องเที่ยวบวกกับการพักผ่อนควบคู่ไปกับการดูแลสุขภาพของนักท่องเที่ยว ในปัจจุบันผู้สูงอายุมีจำนวนมากขึ้นและสถานะในเมืองมีมลพิษมากมาย เช่น ฝุ่นละอองในอากาศ เสียงจากรถยนต์ และอุตสาหกรรมอื่นๆ ทำให้สังคมหันมาดูแลสุขภาพมากขึ้น การพักผ่อนหย่อนใจไปยังสถานที่ต่างๆ ตามแหล่งธรรมชาติที่มีความสวยงาม ผสมผสานการดูแลสุขภาพ จึงเป็นที่มาของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวถือว่าเป็นเครื่องมือในการขับเคลื่อนพัฒนาเศรษฐกิจ และมีแนวโน้มที่จะเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ทิศทางของทั่วโลกก็หันมาสนใจรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพมากขึ้นทุกๆ ปี เห็นได้จากการที่ชาวต่างประเทศเดินทางมาท่องเที่ยวบวกกับการพักผ่อนในประเทศไทยมากขึ้นทุกปี ทำให้เศรษฐกิจจากภาคการท่องเที่ยวเข้มแข็งขึ้น และมีแนวโน้มเติบโตอย่างต่อเนื่อง ปัจจุบันประชากรของประเทศมีอายุยืนยาวขึ้น สังคมจึงกลายเป็นสังคมผู้สูงอายุ และผู้สูงอายุก็ดูแลสุขภาพของตนดีขึ้นเพื่อควมมีอายุยืนยาว การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเป็นอีกแนวทางหนึ่งเพื่อการนันทนาการและดูแลสุขภาพ ประกอบกับประเทศไทยมีทรัพยากรธรรมชาติ ประเพณีวัฒนธรรมที่งดงาม ประกอบกับมีหลักธรรมในพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางในการพัฒนาสุขภาพจากการท่องเที่ยวได้อีกทางหนึ่งด้วย หลักพุทธธรรมหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาในเรื่องภาวนา ๔ ได้แก่ ๑) กายภาวนา ๒) สติภาวนา ๓) จิตภาวนา ๔) ปัญญาภาวนา ช่วยสร้างดุลยภาพแห่งชีวิตของบุคคล ทั้งในด้านพฤติกรรม จิตใจ และสติปัญญา เมื่อเราประยุกต์ใช้ธรรมะหมวดนี้เข้ากับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพจะช่วยให้ผู้ประยุกต์สามารถเชื่อมโยงร่างกายและจิตวิญญาณเข้ากับบริบทของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพได้เป็นอย่างดี ในขณะที่เดียวกันก็จะเชื่อมโยงชีวิตที่งดงามเข้ากับธรรมชาติแวดล้อมและสังคมได้อย่างยั่งยืน

¹ นิสิตปริญญาเอกรัฐประศาสนศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

² อาจารย์ประจำหลักสูตรรัฐประศาสนศาสตร์ดุษฎีบัณฑิต คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

³ อาจารย์ประจำหลักสูตรรัฐประศาสนศาสตร์ดุษฎีบัณฑิต คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย



คำสำคัญ การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ พุทธบูรณาการ

Abstract

Wellness tourism is the tourism to promote health or to cure health ailment and to rehabilitate health and physical and mental wellbeing at the same time with the consciences to protect and conserve tourism resources, tourist attractions both nature and culture. Wellness tourism is activities for relaxation and health care at the same time. At present, people tend to live longer and city environment becomes polluted with dust from construction, noise from cars and traffic and other industries resulting the people in society turn to be more aware of health by travelling to rest to relax at various places with beautiful natures combined with health care and promotion that becomes the wellness tourism. Tourism Industry is an important tool that can drive Thailand's economy with increasing trends of booming industry. This can be seen from many foreigners coming to spend holidays in Thailand each years and there is trend of increasing that makes Thai tourism economy strong and will be stronger continuously. At present people tend to have longevity, the society becomes aged society. Older people take good care of their health in order to live longer and society becomes the old ages society. Wellness tourism is one of alternatives for recreation and health care. Besides, Thailand is rich with beautiful nature, fine tradition and culture including Buddhism principles that can be integrated to create wellness tourism. Buddhism principle that is appropriate for wellness tourism is Bhavana 4 or the 4 developments which are composed of 1) Physical Development, Moral Development, Emotional Development and Intellectual Development. All these Buddhist Principles made the balance of life, associated individual behavior and mindfulness with the natural environment and sustainable society.

Keywords: Wellness Tourism, Buddhism Integration

บทนำ

การท่องเที่ยว ถือเป็นอุตสาหกรรมที่สำคัญทางด้านเศรษฐกิจ มีผลต่อการพัฒนาประเทศ การส่งเสริมการท่องเที่ยวก่อให้เกิดการกระจายตัวของนักท่องเที่ยวไปยังพื้นที่ต่างๆ ของประเทศ ซึ่งนำมาสู่การกระจายรายได้ไปสู่ชุมชนท้องถิ่นมากขึ้น ในภาพรวมแล้วทำให้ประเทศมีความเจริญเติบโตทางด้านเศรษฐกิจภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติที่มุ่งให้ประเทศมีความมั่นคง มั่งคั่ง และยั่งยืน ควบคู่กับการพัฒนาประเทศ กรอบการพัฒนาประเทศระยะยาว ครอบคลุมตั้งแต่ปี 2561 - 2580 ในส่วนของอุตสาหกรรมการท่องเที่ยว เป้าหมายคือการเป็นจุดหมายปลายทางการท่องเที่ยวระดับโลก หรือเป็นแม่เหล็กการท่องเที่ยวระดับโลก โดยแนวคิด



เศรษฐกิจสร้างสรรค์ เช่น การท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์และวัฒนธรรม การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ความงาม และ แพทย์แผนไทยยกระดับมาตรฐานธุรกิจบริการด้านการส่งเสริมสุขภาพ การเสริมความงามสู่ตลาดระดับสูง การท่องเที่ยวทางน้ำ การท่องเที่ยวเชื่อมโยงภูมิภาคเพื่อขยายการท่องเที่ยวไทย และภูมิภาคไปพร้อมกัน ซึ่งนับเป็นมูลค่ามากมายที่จะสามารถพัฒนาชุมชนให้น่าท่องเที่ยว เน้นการพัฒนาท้องถิ่น จุดเน้น การดำเนินการในปี 2562 สร้างกระแสใส่ใจสิ่งแวดล้อม สร้างสรรค์สินค้า สร้างประสบการณ์ ด้าน การท่องเที่ยวเพื่อตอบสนองความต้องการของกลุ่มเป้าหมายทั้งตลาดในประเทศและต่างประเทศ ส่งเสริมเมือง รองและชุมชน คำนึงถึงเมืองหลักพ่วงเมืองรอง ชุมชนพร้อมขาย ตอบโจทย์ปัญหาของภูมิภาค และสอดคล้อง กับความต้องการของกลุ่มตลาดเป้าหมายในพื้นที่ชุมชน

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Health Tourism) การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทยให้ความหมายไว้ว่า หมายถึง การท่องเที่ยวที่มีแรงจูงใจหรือจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ และ/หรือบำบัดรักษาฟื้นฟูสุขภาพ หรือเป็นการท่องเที่ยวที่ผสมผสานการรักษาและฟื้นฟูสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจควบคู่กัน โดยมีจิตสำนึก ต่อการอนุรักษ์ทรัพยากรการท่องเที่ยวและสิ่งแวดล้อมในแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติและวัฒนธรรม การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพนั้น เป็นกิจกรรมการท่องเที่ยวหรือการพักผ่อนควบคู่ไปกับการดูแลสุขภาพของ นักท่องเที่ยว การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสามารถแบ่งตามลักษณะสุขภาพของการท่องเที่ยวออกเป็น 3 ระดับ คือ

1. การท่องเที่ยวเพื่อรักษาสุขภาพของนักท่องเที่ยวที่ติดอยู่แล้วให้ดียิ่งขึ้น การท่องเที่ยวในลักษณะนี้ กำลังเป็นที่นิยมอย่างสูงทั่วโลก เนื่องจากนักท่องเที่ยวส่วนใหญ่เริ่มให้ความสำคัญกับการรักษาสุขภาพของ ตนเองภายใต้สภาพแวดล้อมที่เสื่อมโทรมในปัจจุบัน โดยการออกกำลังกายและดูแลสุขภาพอย่างถูกวิธี เช่น การนั่งสมาธิ การฝึกโยคะ การฝึกไทเก๊ก การอาบน้ำแร่หรือสปา การนวดแผนโบราณ การรับประทานสมุนไพร การรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพและการพักผ่อนในที่ที่มีอากาศบริสุทธิ์ใกล้ธรรมชาติมากขึ้น ซึ่งประเทศไทยมีสถานที่ให้บริการการท่องเที่ยวเพื่อรักษาสุขภาพหลายประเภท เช่น การนวดแผนโบราณที่วัดโพธิ์ การนั่งสมาธิ ในวัดสำคัญทางพุทธศาสนา เป็นต้น

2. การท่องเที่ยวเพื่อฟื้นฟูสุขภาพของนักท่องเที่ยว หรืออยู่ในระยะพักฟื้น การท่องเที่ยวลักษณะนี้ นักท่องเที่ยวต้องการอากาศที่บริสุทธิ์อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดีและเป็นธรรมชาติรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ และออกกำลังกายอย่างเบาๆ เพื่อฟื้นฟูสุขภาพ สถานที่ท่องเที่ยวที่ให้บริการลักษณะนี้ เช่น ชีวาครม สถานที่พักตากอากาศชายทะเล เป็นต้น

3. การท่องเที่ยวเพื่อรักษาโรคของนักท่องเที่ยว การท่องเที่ยวในลักษณะนี้กำลังได้รับความนิยมเป็น อย่างสูง เนื่องจากค่ารักษาพยาบาลในประเทศไทยถูกกว่าต่างประเทศ และประเทศไทยมีแพทย์ที่มีความ เชี่ยวชาญ และมีมือหลายด้าน เช่น การทำทันตกรรม การเปลี่ยนสะโพก การเปลี่ยนข้อเข่า การผ่าตัดเพื่อเสริม ความงาม เป็นต้น

การพัฒนาส่งเสริมประเทศไทยให้เป็นศูนย์กลางด้านการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ เพื่อยุทธศาสตร์ การพัฒนาให้เป็นศูนย์กลางสุขภาพนานาชาติ 10 ปี (พ.ศ. 2559 - 2568) และมุ่งสู่ศูนย์กลางการท่องเที่ยวเชิง สุขภาพ (Medical & Wellness) กำลังเดินหน้าอย่างได้ผล การตลาดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพทั่วโลกมีมูลค่า



1.6 ล้านล้านบาท ขยายตัวปีละเกือบ 10 เปอร์เซ็นต์ ช่วยสร้างรายได้ให้กลุ่มผู้ประกอบการ เติบโตขึ้นร้อยละ 30⁴

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Medical & Wellness Tourism) หมายถึง การเดินทางท่องเที่ยวเยี่ยมชมสถานที่ท่องเที่ยวที่สวยงามในแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติและวัฒนธรรมที่มีจิตสำนึกต่อการส่งเสริมรักษาสุขภาพและสิ่งแวดล้อม

การท่องเที่ยวภายในประเทศที่ก่อให้เกิดการเรียนรู้และสร้างสรรค์ประโยชน์ต่อสังคมโดยรวมโดยมีแนวโน้มที่จะพัฒนาท่องเที่ยวให้เป็นไปในลักษณะการท่องเที่ยวแบบยั่งยืนมากขึ้น กล่าวคือ นักท่องเที่ยวมีแนวโน้มที่จะเดินทางท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม และท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์มากขึ้น ซึ่งนักท่องเที่ยวกลุ่มนี้เห็นความสำคัญของทรัพยากรธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม ขนบธรรมเนียมประเพณีท้องถิ่น วิถีชุมชนเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่มีจุดเด่นพิเศษปัจจุบันการท่องเที่ยวเชิงพุทธ ได้รับความนิยมเพิ่มขึ้น มีนักท่องเที่ยวจำนวนมากนิยมเดินทางไปวัด เพื่อร่วมกิจกรรมทางศาสนา การปฏิบัติธรรม ซึ่งมักจะใช้เวลาหยุดในช่วงเทศกาลวันสำคัญทางศาสนาจะมีการถือศีลปฏิบัติธรรม และประชาชนในท้องถิ่นที่เล็งเห็นผลประโยชน์ จึงเริ่มมีการประกอบอาชีพที่เกี่ยวข้อง และเข้ามาใช้พื้นที่ในวัดเพื่อการประกอบอาชีพมากขึ้น

การจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

1. ความหมายของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (2563) ได้ให้ความหมายของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ คือ กิจกรรมทางการท่องเที่ยวที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพ ส่งผลให้เกิดสุขภาพ (Wellness) อาทิเช่น การรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ การนวด การประคบสมุนไพรเพื่อสุขภาพ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ รวมไปถึงโปรแกรมการลดน้ำหนัก การฝึกโยคะ การขับสารพิษออกจากร่างกาย(Detox) การฝึกทำสมาธิ เป็นต้น นอกจากนี้ การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ยังมีเป้าหมายให้นักท่องเที่ยวมีสุขภาพร่างกายและจิตใจ แข็งแรงสมบูรณ์ (Wellness Services) โดยพนักงานผู้ให้บริการโดยตรง เช่น การนวดแผนไทย การนวดเท้า การนวดน้ำมัน การนวดกดจุด เป็นต้น

สอดคล้องกับการให้ความหมายของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ⁵ เป็นการท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพ หรือ Wellness Tourism เป็นการท่องเที่ยวเพื่อหลีกเลี่ยงออกจากสิ่งที่ทำให้เป็นทุกข์จากการใช้ชีวิตประจำวันไปสู่สถานที่สงบสบายเป็นจุดหมายในการปรับสภาพ หาคความลงตัวของการดำรงชีวิต ซึ่งประสบการณ์ของนักท่องเที่ยวผ่านกิจกรรมการท่องเที่ยวที่เกิดขึ้นไปสู่จุดหมายปลายทางนั้นเป็นปัจจัยสำคัญ โดยสถานที่ท่องเที่ยวต้องพัฒนาความสามารถรองรับความต้องการของนักท่องเที่ยว ตอบสนองความพึงพอใจของนักท่องเที่ยว นักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพมักมีพฤติกรรมดูแลสุขภาพ เช่น การรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ การฝึกสมาธิ การฝึกโยคะ การนวดผ่อนคลายบำบัด

⁴การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย. (2563). การนำเสนอทิศทางการส่งเสริมการท่องเที่ยวของ ททท. ปี 2563. สืบค้นเมื่อ 9 กุมภาพันธ์ 2563. จาก <http://www.tatreviewmagazine.com>.

⁵กานดา ธีรานนท์. (2561). การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของประเทศไทย: สถานการณ์และศักยภาพทางการแข่งขันในภูมิภาคอาเซียน. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยฟาร์อีสเทอร์น, 12(Supplement), 22.



2. ประเภทของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ สามารถแบ่งได้ตามจุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์ของโปรแกรมการท่องเที่ยวและความต้องการของนักท่องเที่ยวเป็น 2 ประเภทหลัก⁶ ดังนี้

2.1 การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion Tourism) หมายถึง การเดินทางท่องเที่ยวเพื่อพักผ่อนหย่อนใจ เยี่ยมชมสถานที่ท่องเที่ยวตามแหล่งธรรมชาติ และวัฒนธรรม โดยจัดสรรเวลาส่วนหนึ่งมาทำกิจกรรมเพื่อดูแลสุขภาพ เช่น การนวดแผนไทย การออกกำลังกาย การเล่นกีฬา โดยจุดประสงค์หลักของการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ คือ การส่งเสริมบำรุงรักษาสภาพกายและสุขภาพจิต การบำบัด การฟื้นฟูสุขภาพ การทำจิตให้สงบด้วยการฝึกปฏิบัติสมาธิ

2.2 การท่องเที่ยวเชิงบำบัดรักษาสุขภาพ (Health Healing Tourism) หมายถึง การเดินทางท่องเที่ยวเพื่อพักผ่อนหย่อนใจ โดยแบ่งเวลาส่วนหนึ่งเพื่อมาทำกิจกรรมบำบัดรักษาโรค หรือฟื้นฟูสุขภาพต่างๆ เช่น การตรวจร่างกาย การผ่าตัดเพื่อรักษา การผ่าตัดเสริมความงาม หรือการแปลงเพศ ในโรงพยาบาลที่มีคุณภาพมาตรฐาน หรือเรียกว่าการท่องเที่ยวเชิงแพทย์ (Medical Tourism)

กล่าวโดยสรุป การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพนั้นประกอบไปด้วย การท่องเที่ยวในแหล่งธรรมชาติ ด้วยกิจกรรมการท่องเที่ยวที่ปรับสมดุลทั้งสุขภาพร่างกายและสุขภาพจิตใจ ทำให้เกิดความรู้สึกผ่อนคลาย ขจัดความเครียด เพิ่มพลังกำลังให้สมบูรณ์และแข็งแรง

3. ทิศทางการส่งเสริมการท่องเที่ยวของการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.)

จากข้อมูลของการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย ได้กำหนดเป้าหมายเชิงเศรษฐกิจ เพื่อสร้างรายได้ทางการท่องเที่ยวให้เพิ่มขึ้นร้อยละ 10 จากปี 2563 ซึ่งจะทำให้รายได้จากนักท่องเที่ยวต่างชาติเพิ่มขึ้นเป็น 2.431 ล้านล้านบาทในปี 2563 ในขณะที่นักท่องเที่ยวชาวไทยจะเพิ่มขึ้นเป็น 1,287 ล้านล้านบาท ทำให้รายได้รวมเพิ่มขึ้นจาก 3.38 ล้านล้านบาท เป็น 3.718 ล้านล้านบาท

ดังนั้น ผู้ประกอบการทุกภาคส่วนในอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวจะแสวงหาแนวทางเปลี่ยนวิกฤตเป็นโอกาส โดยนำจุดแข็งและโอกาสของประเทศมากำหนดเป็นแนวทางหลัก ตลอดจนการตลาดท่องเที่ยวเชิงสุขภาพตามวิสัยทัศน์ของการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย ต้องการส่งเสริมให้ประเทศไทยเป็นแหล่งท่องเที่ยวยอดนิยม (Preferred Destination) อย่างยั่งยืนต่อไป

4. แนวทางการพัฒนาบุคลากรในอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

4.1 ภาครัฐ พัฒนาศักยภาพของบุคลากรให้มีความสามารถเพื่อตอบสนองความต้องการของนักท่องเที่ยวที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

4.2 ผู้ประกอบการบริษัทนำเที่ยว ส่งเสริมให้มีการเรียนรู้งาน และสอนผ่านระบบพี่เลี้ยง

4.3 ผู้ปฏิบัติงานในแหล่งท่องเที่ยว พัฒนาบุคลากรให้มีความสามารถดำเนินงาน และจัดให้มีการเรียนรู้ผ่านระบบคอมพิวเตอร์

4.4 ผู้ประกอบการด้านสุขภาพตามภูมิปัญญาไทย จัดให้มีการอบรมหลักสูตรส่งเสริมสุขภาพตามภูมิปัญญาไทยภายในองค์กร

⁶ E-sichaikun, 2014, 170-173



4.5 ผู้ให้บริการด้านสุขภาพแก่นักท่องเที่ยวในสถานบริการสุขภาพ จัดให้มีการฝึกอบรมจากเครือข่ายผู้ที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน

4.6 ผู้ประกอบการด้านที่พัก พัฒนาศักยภาพของบุคลากรให้สามารถดำเนินงานเพื่อตอบสนองต่อความต้องการของนักท่องเที่ยวที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

4.7 บุคลากรด้านการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพรวมทุกประเภท พัฒนาศักยภาพใหม่ๆ ของบุคลากรให้สามารถดำเนินงานเพื่อตอบสนองความต้องการของนักท่องเที่ยว

5. การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในจังหวัดสุพรรณบุรี

จังหวัดสุพรรณบุรี ตั้งอยู่ในภาคกลางของประเทศไทย มีแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติ วัฒนธรรม และประวัติศาสตร์ สินค้าพื้นเมือง และอาหารท้องถิ่น เป็นแหล่งท่องเที่ยวทางประวัติศาสตร์หลายแห่ง รวมถึงมีตลาดเก่าแก่ ตลาดโบราณ และตลาดยุคใหม่ เช่น ตลาดสามชุกร้อยปี ตลาดเก้าห้อง 100 ปี และตลาดบางลี่ เป็นต้น ร่วมสัมผัสวิถีชีวิตของชาวสุพรรณบุรี เช่น หมู่บ้านอนุรักษ์ควายไทย วิถีชีวิตของคนในชนบทที่กำลังจะเลือนหายไป เรียนรู้วิถีชีวิตชาวนาจังหวัดสุพรรณบุรี ยังเป็นดินแดนแห่งขุนเขา เช่น อุทยานแห่งชาติพุเตย เป็นป่าผืนสุดท้ายของป่าห้วยขาแข้ง เป็นสถานที่ท่องเที่ยวทางธรรมชาติ มีความเงียบสงบ ความงดงามของป่า น้ำตก หมอกยามเช้า และยังได้สัมผัสกับวิถีชีวิตของชากระเหรี่ยงอีกด้วย นอกจากนี้ จังหวัดสุพรรณบุรียังมีแหล่งท่องเที่ยวที่ซ่อนอยู่มากมาย เช่น กิจกรรมต่าง ๆ การท่องเที่ยวเชิงนิเวศ การท่องเที่ยวเชิงพญายักษ์ สวนสัตว์ และแหล่งอนุรักษ์ปลาน้ำจืด วัดวาอารามที่มีสถาปัตยกรรมที่งดงาม จังหวัดสุพรรณบุรีถือเป็นสถานที่ท่องเที่ยวที่พักผ่อนหย่อนใจ มีสถานที่พักผ่อนที่ใกล้ชิดกับธรรมชาติที่สงบ ร่มเย็นสวยงาม มีสถานที่ศึกษา และค้นคว้า ทั้งประวัติศาสตร์ที่เก่าแก่ และเรื่องราวที่น่าสนใจในอดีต การได้สัมผัสกับสิ่งแวดล้อมที่สวยงาม วัฒนธรรมที่หลากหลาย อาหารกายอาหารใจ มากมายจึงจัดเป็นจังหวัดที่เหมาะสมกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพอีกจังหวัดหนึ่งด้วย

หลักพุทธธรรมที่เกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ต้องประกอบไปด้วย การพัฒนาทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ พัฒนาการด้านพฤติกรรมและปัญญาภายใต้ความตระหนักรู้ ความรับผิดชอบต่อสิ่งแวดล้อม ซึ่งตรงกับหลักภาวนา ๔

ภาวนา ๔ หมายถึง การเจริญ การทำให้เป็นให้มีขึ้น การฝึกอบรม การพัฒนา ประกอบไปด้วย

๑) กายภาวนา คือ การเจริญกาย พัฒนากาย การฝึกอบรมกาย ให้รู้จักติดต่อกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้งห้าด้วยดีและปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษ ให้กุศลธรรมงอกงาม ให้อกุศลธรรมเสื่อมสูญ การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ: physical development

๒) ศีลภาวนา คือ การเจริญศีล พัฒนาความประพฤติ การฝึกอบรม ศีลให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย ผู้ร่วมกับผู้อื่นได้ดี เกื้อกูลแก่กัน: moral development

๓) จิตภาวนา คือ การเจริญจิต พัฒนาจิตการฝึกอบรมจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคงเจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีเมตตา กรุณา ขยันหมั่นเพียร อดทนมีสมาธิ และสดชื่น เบิกบาน เป็นสุข ผ่องใส เป็นต้น: emotional development



๔) ปัญญาภาวนา คือ การเจริญปัญญา พัฒนาปัญญา การฝึกอบรมปัญญาให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นโลกและชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลดปล่อยจากความทุกข์แก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นด้วยปัญญา: intellectual development⁷

กายภาวนา สามารถนำมาบูรณาการกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ในด้านที่ทำให้มีร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ มีความสดชื่น ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ เช่น การฝึกโยคะ การเดินท่องเที่ยวชมธรรมชาติ การปั่นจักรยานท่องเที่ยวเชิงนิเวศ และนำไปสู่สัปปายะ คือ ความประพฤติที่ดีงาม ไม่เบียดเบียน สร้างความเดือดร้อนให้แก่ผู้อื่นทั้งด้านสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรธรรมชาติ จิตภาวนา เป็นขั้นตอนของการเจริญจิต มีเมตตา นำไปสู่การพัฒนาคน เพื่อนำไปแก้ปัญหาด้านจิตได้ ทำให้มีจิตใจที่เข้มแข็ง ต่อสู้กับอุปสรรค ความเครียดในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี เช่น การนั่งสมาธิ พิจารณากาย พิจารณาใจภายในจิตของตนเอง ทำให้ตระหนักรู้และเกิดปัญญาปัญญาภาวนา เป็นการฝึกฝนอบรมปัญญาให้ทำในสิ่งที่ดีงามเป็นกุศล และหลีกเลี่ยงการทำที่เป็นอกุศล ให้เข้าใจสภาวะความเป็นจริงต่อผู้อื่น ต่อสิ่งแวดล้อม ให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข การท่องเที่ยวเชิงปัญญา เช่น พิพิธภัณฑสถาน โบราณสถาน สถานที่สำคัญทางประวัติศาสตร์ ทำให้มีโลกทัศน์ที่กว้างกว้างไกล เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม ทำให้สิ่งแวดล้อมดีขึ้น รวมทั้งปัจจุบันก็มีนักท่องเที่ยวทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติ ต่างก็สนใจเข้ามาปฏิบัติธรรม เช่น การเจริญสติวิปัสสนากรรมฐาน

แนวทางบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยว

ในคำสอนทางพระพุทธศาสนา การดำรงชีวิตอยู่อย่างมีคุณภาพมีความสุขที่แท้จริงเป็นสิ่งสำคัญ จึงสอนให้ปฏิบัติทางกายและจิตใจควบคู่กันไปอย่างพอดีตามหลัก มัชฌิมาปฏิปทา ซึ่งสรุปได้ในหลักภาวนา ๔ เพื่อพัฒนาพฤติกรรมทางกาย พัฒนาศีล พัฒนาจิตใจ พัฒนาความรู้ความเข้าใจให้สมบูรณ์พร้อม สำหรับการวัดผลการพัฒนาตามหลักภาวนานั้น อาจใช้หลักภาวนา ๔ ประการ คือ ภาวนิกาย มีกายที่พัฒนาแล้ว ภาวนิตีล มีศีลที่พัฒนาแล้ว ภาวนิจิต มีจิตที่พัฒนาแล้ว และภาวนิปญญา มีปัญญาที่พัฒนาแล้ว ซึ่งนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุสามารถนำมาบูรณาการเพื่อสร้างความสุขในชีวิตได้ โดยมีรูปแบบกิจกรรม คือ สุขสบาย สุขสนุก สุขสง่า สุขสว่าง และสุขสงบ⁸

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งปัญญาและการปฏิบัติ ซึ่งเข้าไปเกี่ยวข้องกับการแก้ไขปัญหาให้กับชีวิตและความเป็นอยู่จริงของมนุษย์ พระพุทธศาสนามุ่งเน้นการสอนความจริงที่เป็นประโยชน์และสั่งสอนเฉพาะสิ่งที่จะนำมาปฏิบัติให้เป็นประโยชน์ในชีวิตจริง ด้วยเหตุที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับชีวิตจริงของมนุษย์นี้เอง หลักพุทธธรรม จึงต้องอาศัยการพิจารณาคุณค่าทางจริยธรรม หลักธรรมเพื่อส่งเสริมซึ่งกันและกันไปในทิศทางที่ก่อประโยชน์อย่างสูงสุด⁹

⁷อง ปญจก.๒๒/๗๙/๑๒๑.

⁸พระราชนิพนธ์ วิสารโท. บูรณาการพุทธธรรมกับระบบการดูแลสุขภาพพระยาว สำหรับผู้สูงอายุของอำเภอศรีวิไลจังหวัดบึงกาฬ. สาขาวิชาพุทธศาสนา บัณฑิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

⁹อนุสรณ์ ว่องวานิช. การดำเนินธุรกิจ แนวพุทธบูรณาการ. สืบค้นจาก <http://www.dsdw2016.dsdw.go.th>



บทสรุป

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเป็นการท่องเที่ยวเพื่ออายุวัฒนะ หรือ Wellness Tourism เป็นการท่องเที่ยวเพื่อหลีกเลี่ยงสิ่งที่เป็นทุกข์จากการใช้ชีวิตประจำวันไปสู่สถานที่สงบสบายของการดำรงชีวิต นักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ มักมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ เช่นการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ การฝึกสมาธิ การฝึกโยคะ การนวดผ่อนคลายบำบัด เป็นต้น

ประเทศไทยมีศักยภาพเพียงพอที่จะเป็นศูนย์กลางการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Health Tourism) เนื่องจากประเทศไทยมีจุดแข็งที่เป็นข้อได้เปรียบ และมีทรัพยากรที่อุดมสมบูรณ์ เอื้อต่อการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเป็นอย่างมาก อันประกอบด้วย แหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติ อาหาร สมุนไพร การแพทย์ทางเลือกแผนไทย กีฬาท้องถิ่น ศาสนา สิ่งแวดล้อมที่ส่งเสริมการท่องเที่ยว มีบุคลากรที่มีคุณภาพการให้บริการระดับสูง การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเป็นรูปแบบการท่องเที่ยวที่ได้รับความนิยมสูงสุดของภาคธุรกิจการท่องเที่ยวของประเทศไทย และมีแนวโน้มเป็นที่นิยมสูงขึ้นอย่างต่อเนื่องคู่กับจำนวนผู้สูงอายุในประเทศไทย

บรรณานุกรม

- กานดา อีรานนท์. (2561). การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของประเทศไทย: สถานการณ์และศักยภาพทางการแข่งขันในภูมิภาคอาเซียน. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยฟาร์อีสเทอร์น*, 12(Supplement), 22.
- การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย. (2563). *การนำเสนอทิศทางการส่งเสริมการท่องเที่ยวของ ททท. ปี 2563*. สืบค้นเมื่อ 9 กุมภาพันธ์ 2563 จาก <http://www.tatreviewmagazine.com>
- ข้อมูลสถานที่ท่องเที่ยวในจังหวัดสุพรรณบุรี. สืบค้นจาก <https://www.lovethailand.org/travel/th/35-สุพรรณบุรี.html> <https://www.lovethailand.org/travel/en/35-Suphan-Buri.html>
- พระราชนันท์ วิสารโท. (2542). *บูรณาการพุทธธรรมกับระบบการดูแลสุขภาพพระยาว สำหรับผู้สูงอายุของ อำเภอสรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ*. สาขาวิชาพุทธศาสนานันทวิทยา มหวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ-ราชวิทยาลัย.
- อนุรุท ว่องวานิช. (2563). *การดำเนินธุรกิจแนวพุทธบูรณาการ*. สืบค้นเมื่อ 9 กุมภาพันธ์ 2563 จาก <http://www.dsdw2016.dsdw.go.th>