



Spiritual Tourism

การท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ







貴州茅台酒

銀都魚翅酒樓

銀都魚翅酒樓

โรงแรมราชวรมัน
ราชวรมัน

和成興大金行

เลือกของเอง

聯成興大金

和成興大金行

馬利興大金

塔牌紹興

振成豐

INGSARP TRAVEL

Hotel Royal
Bangkok @ Chinatown

Pa-Lan-La
www.palanla.com

“ทำไมเรามาอยู่ตรงนี้”

- สถานที่ต่างๆ ที่พวกเราใช้ชีวิตอยู่ในปัจจุบัน ล้วนสร้างชีวิตชีวา ความบันเทิงให้กับชีวิต จากเมืองที่เต็มไปด้วยแสง สี เสียง แม้เป็นโลกที่วุ่นวาย อึกทึก หากความสงบได้ยาก แต่หากพวกเราได้ลองมอง ลองตั้งคำถามกับตนเองว่า “ทำไมเรามาอยู่ตรงนี้” หรือสิ่งที่เราอยู่ ณ ตอนนี้อย่างไร เรียกว่า การผ่อนคลายได้หรือไม่ หรือ พวกเราต้องการสถานที่ที่เป็น Safe Zone ให้กับ “ความรู้สึกภายใน” หรือ ‘ใจ’ ของเราให้สงบยิ่งขึ้น
- ทางเลือกหนึ่งนี้อาจเป็นจุดเริ่มต้นการท่องเที่ยว เรียกว่า “การท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ” (Spiritual Tourism)

- จบ ม.6 ไม่มีเวลา **ต้องสอบแอดมิชชั่น**
- เรียน ปี 1 ไม่มีเวลา **ต้องเข้าร่วมกิจกรรมของสาขา/คณะ/มหาวิทยาลัย**
- เรียน ปี 2 ไม่มีเวลา **ต้องจัดกิจกรรมของสาขา/คณะ**
- เรียน ปี 3 ไม่มีเวลา **ต้องทำสัมมนา/วิจัย**
- เรียน ปี 4 ไม่มีเวลา **ต้องฝึกประสบการณ์วิชาชีพระดับ**
- เมื่อเรียนจบ ไม่มีเวลา **ต้องหางานทำ**
- เมื่อเริ่มงาน ไม่มีเวลา **ต้องผ่านครูผู้ช่วย**
- เมื่อผ่านครูผู้ช่วย ไม่มีเวลา **ต้องทำวิทยฐานะ**
- ลึ้นปี ไม่มีเวลา **ต้องเคลียร์งานก่อนปีใหม่**
- 10 ปี ต่อมา ไม่มีเวลา **ต้องเลี้ยงลูก**
- 20 ปี ต่อมา ไม่มีเวลา **แก่เกินไปที่ต้องเริ่มต้นทำอะไรใหม่ๆ**
- ถ้าเจอโอกาสนี้สัก 20 ปีที่แล้วคงจะดี ถ้ารอให้พร้อมแล้วค่อยลงมือทำ คงไม่ได้ทำอะไรแน่ๆ



- กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ให้ความหมายของ การท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ คือ การท่องเที่ยวประเภทหนึ่ง ที่เชื่อมโยงศรัทธา ศาสนา และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ซึ่งอาจอยู่ในหลากหลายรูปแบบ ไม่ว่าจะเป็นการแสวงบุญ หรือการเยี่ยมชมศิลปะ สถาปัตยกรรม และสถานที่ที่เกี่ยวข้องกับศาสนา หนึ่งในตัวอย่างที่เห็นได้บ่อยในประเทศไทย คือ การไหว้พระ 9 วัด
- ผลสำรวจเมื่อเดือนมีนาคม 2024 พบว่าการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณในอินเดีย มีสัดส่วนถึงร้อยละ 60 ของการท่องเที่ยวทั้งหมด โดยสาเหตุส่วนหนึ่งอาจมาจากสื่อโซเชียลมีเดีย ที่ทำให้เจน Z หันมาพักผ่อนในรูปแบบนี้กันมากขึ้น อีกทั้งอินเดียนับว่าเป็นประเทศที่มีความหลากหลายทางศาสนา และมีสถานที่ทางจิตวิญญาณมากมาย

- ท่ามกลางความกดดันและความเครียดจากการเรียนและการทำงาน การไปเที่ยวสถานที่ศักดิ์สิทธิ์อาจเป็นหนึ่งวิธีที่สามารถสร้างความสงบทางจิตใจให้คนรุ่นใหม่ ความนิยมในการท่องเที่ยวรูปแบบนี้อาจแสดงให้เห็นว่าเจน Z หลายคนพยายามหาวิธีใหม่ๆ ในการผ่อนคลายจากชีวิตประจำวันมากขึ้น
- “เรารู้สึกถึงความเชื่อมโยงกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์ [...] เหมือนมีแหล่งพลังงานที่ไหลเวียนอยู่ภายในตัวเรา ซึ่งจิตใจเราสงบลง จากความกดดันทั้งด้านการศึกษา และการสร้างเส้นทางอาชีพซึ่งมักจะวุ่นวายเกินกว่าจะรับมือได้” สำนักข่าว Al Jazeera ได้สัมภาษณ์ เซาราบ ชุกลา (Saurabh Shukla) วัย 21 ปี ที่เลือกมาเยี่ยมชมสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ทางศาสนาฮินดู เพื่อพักผ่อนพร้อมกับเพื่อนของเขา อีกทั้งเขาและเพื่อนๆ ยังเสริมอีกว่า การไปปาร์ตี้และสถานบันเทิงยามค่ำคืนไม่ได้ดึงดูดใจพวกเขาเท่ากับการเยี่ยมชมสถานที่ทางจิตวิญญาณ “เราต้องการความสงบสุข และพลังงานบวกที่มีอยู่ในสถานที่ทางศาสนาและในธรรมชาติ” ชิวาม ทวิเวดี (Shivam Dwivedi) วัย 19 ปี กล่าว

- “ก่อนหน้านี้ เราพบคนรุ่นใหม่ที่มาเยี่ยมชม 10 คนจากทุกๆ 100 คนที่มาพระวิหาร แต่ตอนนี้เพิ่มขึ้นเป็นอย่างน้อย 40 คนจากจำนวนที่เท่ากัน มันอาจจะเชื่อมโยงกับความเชื่อในลัทธิดีลิตีที่เพิ่มขึ้น [หรือ] ความไม่มั่นคงทางการงานหลังการแพร่ระบาดของโควิด-19”
จาติน แพนดา (Jatin Panda) ผู้ดูแลกิจการวัดศรีชกันนาถ (Shree Jagannath Temple) บอกกับสำนักข่าว Al Jazeera

การท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ (Spiritual Tourism)

- มักจะมีการกล่าวถึงในลักษณะของความเชื่อมโยงกับหลายคำ เช่น การท่องเที่ยวเชิงศรัทธา (Faith-Based Tourism) การท่องเที่ยวเชิงศาสนา (Religious Tourism) และการท่องเที่ยวที่เกี่ยวข้องกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์ (Sacred Tourism) เป็นต้น ซึ่งแบ่งออกได้เป็น 2 แบบ คือ
- **แบบแรก** เป็นการเดินทางท่องเที่ยวเพื่อจุดประสงค์ของการแสวงบุญ การเข้าร่วมพิธีกรรมทางศาสนา ความเชื่อ และเพื่อยกระดับทางจิตวิญญาณของตน ส่วนใหญ่มักจะเป็นการเดินทางระยะไกล ใช้ระยะเวลาช้านาน ยกตัวอย่างเช่น การเข้าร่วมพิธีฮัจญ์ที่เมืองเมกกะ ประเทศซาอุดีอาระเบีย ที่จัดขึ้นเป็นประจำทุกปีสำหรับผู้นับถือศาสนาอิสลาม ซึ่งควรเข้าร่วมอย่างน้อยสักครั้งหนึ่งในชีวิต โดยในแต่ละปีมีคนเข้าร่วมมากกว่า 2 ล้านคนจากทั่วโลก

- **แบบที่ 2** เป็นการเดินทางเพื่อเยี่ยมชมสถานที่สำคัญทางศาสนา และสิ่งประดิษฐ์ที่มาจากความเชื่อ ความชื่นชอบ และความศรัทธา ซึ่งไม่ใช่เฉพาะทางด้านศาสนาเพียงอย่างเดียว แต่จะรวมไปถึงทางด้านศิลปะ สถาปัตยกรรม ประวัติศาสตร์ และสถานที่ของบรรพบุรุษหรือถิ่นกำเนิดดั้งเดิม ซึ่งกรณีนี้นักท่องเที่ยวที่เดินทางไปเยี่ยมชมอาจไม่ได้นับถือศาสนา นั้น ๆ เป็นแต่เพียงความสนใจ ยกตัวอย่างเช่น โบสถ์ในประเทศอิตาลี ที่เป็นสถาปัตยกรรมล้ำค่า ที่มาพร้อมกับงานศิลปะที่มีชื่อเสียงมากมาย กรุงเยรูซาเล็ม ประเทศอิสราเอล ที่ถือเป็นศูนย์กลางของศาสนายิว คริสเตียน และอิสลาม การท่องเที่ยวตามสถานที่สำคัญทางศาสนาที่มีอยู่จำนวนมากในประเทศอินเดีย หรือกรณีของประเทศไทย อาทิ ท้าวไร่หว้าพระ 9 วัด ท้าวไร่เดินทางสักการะสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งในและต่างประเทศ และการทำบุญในสถานที่ต่าง ๆ เช่น งานกินเจ ภูเก็ต งานบุญบั้งไฟพญานาค งานแห่เทียนพรรษา และงานชักพระ ประเพณีทางใต้ เป็นต้น

การท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ

- **นิยาม** การท่องเที่ยวที่เน้นการพัฒนาในเชิงจิตใจ เพื่อที่จะใช้การท่องเที่ยวพัฒนา หรือยกระดับคุณภาพชีวิต หรือการดำเนินชีวิตประจำวันให้ดียิ่งขึ้น หรือการค้นหาความหมายของชีวิต



- **การท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ** (Spiritual Tourism) เป็นการท่องเที่ยวในเชิงบำบัตจิตใจ ซึ่งสามารถแบ่งออกได้มากถึง 5 หมวด
 - หมวด 1 เป็นการบำบัตที่เน้นที่จิตใจโดยตรง
 - หมวด 2 การบำบัตโดยใช้พลังงาน
 - หมวด 3 ใช้การฝึกฝนร่างกายเพื่อบำบัตจิตใจ
 - หมวด 4 ศึกษาด้านโหราศาสตร์เพื่อสุขภาพ
 - หมวด 5 การให้คำปรึกษาด้านจิตใจและจิตบำบัต

หมวด 1 เป็นการบำบัดที่เน้นที่จิตใจโดยตรง เช่น ทำสมาธิ วิปัสสนา



หมวด 2 การบำบัดโดยใช้พลังงาน เช่น เทคนิคการรักษา โดยใช้พลังงานแบบหนึ่งของญี่ปุ่น



“เรกิ” ศาสตร์การรักษา
ด้วยพลังงานชีวิตจากญี่ปุ่น

หมวด 3 ใช้การฝึกฝนร่างกายเพื่อบำบัดจิตใจ เช่น ไทชิ รำไทเก๊ก กังฟู



หมวด 4 ศึกษาด้านโภชนาการเพื่อสุขภาพ เช่น Mediterranean diet, อาหารคลีน



หมวด 5 การให้คำปรึกษาด้านจิตใจและจิตบำบัด เช่น
สถานปฏิบัติธรรม หรือ ห้องสมุดมนุษย์ ของเดนมาร์ก



- ในไทยมีสถานที่ที่เกี่ยวเนื่องเชิงจิตวิญญาณอ้างอิงจากงานวิจัยของคนไทยในประเด็นการพัฒนาจุดหมายปลายทางแหล่งท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณกับพฤติกรรมนักท่องเที่ยวในจังหวัดเชียงใหม่ที่เลือกปักหมุดไปที่เชียงใหม่โดยตรง เพราะถือเป็นจังหวัดที่มีนักท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณมาเที่ยวติด 1 ใน 3 ลำดับแรกในไทย รวมถึงมีศูนย์สมาธินานาชาติมากที่สุดในไทย อาทิ
 - 1. วัดไร่เปิง (ตโปทาราม) อำเภอเมืองเชียงใหม่
 - 2. วัดอุโมงค์ สวนพุทธธรรม อำเภอเมืองเชียงใหม่
 - 3. วัดพระธาตุดอยสุเทพราชวรวิหาร อำเภอเมืองเชียงใหม่
 - 4. วัดพระธาตุดอยสุเทพราชวรวิหาร อำเภอเมืองเชียงใหม่
 - 5. ศูนย์ปฏิบัติธรรม วัดถ้ำดอยโตน อำเภอแม่วาง

- หรือจังหวัดอื่นๆ ก็มีเช่นกัน เช่น อุทยานสวรรค์ จ.นครสวรรค์ วัดพระใหญ่ จ.ภูเก็ต วัดเทพมณเฑียร กรุงเทพมหานคร หรือจะไปตามจังหวัดต่างๆ ที่รองรับการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณก็ไปตามจังหวัดเหล่านี้ได้เลย

- ภาคกลาง : กรุงเทพฯ กำแพงเพชร นครนายก นครสวรรค์ ปทุมธานี เพชรบูรณ์ สมุทรปราการ สมุทรสงคราม สุพรรณบุรี อุทัยธานี
- ภาคตะวันตก : กาญจนบุรี เพชรบุรี ราชบุรี
- ภาคตะวันออก : จันทบุรี ชลบุรี ตราด ระยอง
- ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ : นครราชสีมา นครพนม บึงกาฬ บุรีรัมย์ มุกดาหาร เลย ศรีสะเกษ สกลนคร
- ภาคใต้ : ประจวบคีรีขันธ์ นครศรีธรรมราช พังงา ภูเก็ต ระนอง สงขลา สตูล สุราษฎร์ธานี ปัตตานี ยะลา นราธิวาส
- ภาคเหนือ : เชียงใหม่ พิษณุโลก แพร่ อุตรดิตถ์ แม่ฮ่องสอน

เยือนยล มนตรา มาตุคาม

- โปรแกรมทัวร์ ที่มีผู้นำเที่ยวคนเดิม สุขภาพ ดีรักษา ผู้เดินทางใคร่ครวญโลกเพื่อสะสม และส่งต่อคลังปัญญาทางศิลปะ วัฒนธรรม และประวัติศาสตร์แห่งมนุษยชาติ ที่ส่งต่อองค์ความรู้ที่เป็นแก่นแกนของชีวิต
- เป็นการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ การท่องเที่ยวแนวใหม่ที่ย้ายจุดโฟกัสจากการ ‘ออกไปเที่ยวข้างนอก’ เป็นการ ‘กลับไปเที่ยวข้างใน’ เพื่อเดินทางลึกลงในสถานที่ลึกกลับที่สุด... นั่นคือตัวเราเอง
- เมื่อ ‘สถานที่’ ไม่ใช่ ‘ปลายทาง’ แต่คือ ‘ต้นทาง’ ของการเดินทางกลับสู่ “รากของต้นไม้มแห่งชีวิต” ที่ทำให้เราเข้าถึงการรับรู้อันยิ่งใหญ่ รู้จัก และค้นพบตัวเองมากขึ้นผ่านการเชื่อมต่อกับพื้นที่และประสบการณ์ระหว่างการเดินทาง เพื่อเข้าถึงสภาวะภายในของตัวตนที่แต่ละคนมีเป็นของตัวเอง เหมือนได้กุญแจที่จะไขไป ‘ทำงานกับพื้นที่ภายในตัวตน’

- ชวนให้มาเยือนยุค “In between” หรือที่ว่างระหว่างสิ่งต่างๆ ที่โอบอุ้มและเชื่อมโยงเรื่องราวทับซ้อนระหว่าง “พระนครมณฑล” ทางกายภาพของแผ่นดินแม่ กับ “พระนครอันตรธาน” ที่เป็นหมุดหมายความรักของผู้สร้างเมือง แฝงฝังไว้เป็นรากฐาน และอาจเลือนหายหากไม่มีใครรับรู้ เป็นมนตราที่เกาะเกี่ยวสอดคล้องต่อเนื่องกันมาไม่ขาดสาย และเชื่อมโยงสู่พหุวัฒนธรรมในโลกสากล

ทริปท่องเที่ยว

- เส้นทางเชื่อมโยงระหว่างสายน้ำกับสามราชธานี จากอยุธยา ธนบุรี และกรุงเทพฯ ได้แก่
- **ทริป 1 รักแรกพบ** วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม และวัดสุทัศน์เทพวรารามราชวรมหาวิหาร
- **ทริป 2 รักยิ่งใหญ่ที่กว้างกว่าพ่อแม่ต่อลูกหรือหลาน** วัดเทพธิดารามวรวิหาร และวัดราชน้ำเตชาวรวิหาร
- **ทริป 3 รักแห่งสยามใหม่** พระราชอุทยานสราญรมย์ วัดราชประดิษฐฯ และวัดราชบพิธฯ
- **ทริป 4 (2 วัน) รักข้ามคลอง**
 - วันแรก ล่องแม่น้ำเจ้าพระยา วัดราชาธิวาสวิหาร วัดกัลยาณมิตรฯ ศาลเจ้าเกียนอันเกง โบสถ์ซางตาครู้ส วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร
 - วันที่สอง ล่องคลองบางกอกน้อย วัดสุวรรณารามฯ วัดศรีสุदारามฯ วัดกุหาสวรรค์ฯ และวัดกำแพงบางจาก

- **ทริป 5** (3 วัน 2 คืน) รักแห่งสากล ไม่สิ้นสุดและเป็นหนึ่งเดียว
 - วันแรก วัดไผ่ล้อม พระนารายณ์ราชนิเวศน์ เทวสถานปราสาทแขก พระปราสาทสามยอด
 - วันที่สอง วัดอโยธยา วัดมเหยงคณ์ วัดใหญ่ชัยมงคล วัดพนัญเชิง วัดพุทไธศวรรย์
บึงพระราม
 - วันที่สาม หมู่บ้านโปรตุเกส หมู่บ้านญี่ปุ่น วัดนักบุญยอแซฟอยุธยา สถานผังศพปลูม
จุฬาราชมนตรี เจ้าพระยาบวรราชนายก (เฉกอะหมัด)

Spiritual Tourism เพื่อท่องเที่ยวเอเชีย อินเดีย—จีน แข่งยึด โอกาส 'เศรษฐกิจศรัทธา'

- แนวโน้มการท่องเที่ยวที่มาแรงในเอเชียหันมาเป็น “Spiritual Tourism” หรือการท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณ ที่เน้นเดินทางเพื่อแสวงหาความสงบ ความหมาย และการเชื่อมโยงกับตัวเองมากกว่าความบันเทิงแบบเดิม
- ในเมืองพาราณสี บาห์ลี หรือเชียงใหม่ ภาพของนักท่องเที่ยวที่จูดรูปขอพรพร้อมถือสมาร์ตโฟนไว้ในมือ กลายเป็นสัญลักษณ์ของยุคที่ความศักดิ์สิทธิ์ถูกรีแบรนด์ให้เข้ากับชีวิตโซเชียล โลกของศรัทธากำลังแปรเปลี่ยนเป็นเศรษฐกิจแห่งประสบการณ์
- การเปลี่ยนแปลงนี้สะท้อนให้เห็นว่า การแสวงบุญไม่จำกัดอยู่แค่พิธีกรรมอีกต่อไป แต่กลายเป็นการแสวงหาประสบการณ์ที่ครบทั้งมิติทางวัฒนธรรม สุขภาวะ และอัตลักษณ์ ตอบโจทย์ผู้คนที่เหนื่อยล้าจากชีวิตการทำงาน



- ในมิติทางเศรษฐกิจ ขนาดของตลาดนี้เติบโตอย่างก้าวกระโดด
- อินเดียนาคาดว่าภายในปี 2028 การท่องเที่ยวเชิงจิตวิญญาณจะมีมูลค่าประมาณ 59,000 ล้านดอลลาร์สหรัฐ และสร้างการจ้างงานใหม่มากกว่า 100 ล้านตำแหน่ง
- จีนเดินทางนำพลักดัน “**Temple Economy**” ซึ่งมีมูลค่าราว 13,900 ล้านดอลลาร์สหรัฐ
- ตัวเลขเหล่านี้สะท้อนว่า การเดินทางที่เคยเป็นเพียงเรื่องของศรัทธา กำลังกลายเป็นเครื่องจักรเศรษฐกิจขนาดใหญ่ที่ไม่เพียงสร้างรายได้และการจ้างงาน แต่ยังขับเคลื่อนภูมิภาคเอเชียให้เติบโตบนฐานของความหมายและคุณค่าทางจิตวิญญาณ

ตลาด Spiritual Tourism

- ตลาดนี้ถูกนิยามใหม่ด้วยผู้บริโภค 4 กลุ่มหลัก
- **กลุ่มที่ 1 “The Modern Pilgrim”** หรือ ผู้แสวงบุญยุคใหม่ ที่ต้องการความสะดวกสบายควบคู่กับความศักดิ์สิทธิ์ เช่น ที่พักบูทึค เต้นท์ทรู หรือบริการส่งสัมภาระระหว่างเดินทาง
- แอป HENRO Helper ในญี่ปุ่นช่วยให้ผู้แสวงบุญวางแผนเส้นทางกว่า 1,200 กิโลเมตรได้อย่างปลอดภัยและเป็นระบบ ขณะที่ Templestay ในเกาหลีใต้เปิดโอกาสให้ผู้เข้าพักสัมผัสวิถีสงบแบบพระสงฆ์ แต่ยังคงมีความสะดวกสบาย
- **กลุ่มที่ 2 “The Gen Z Seeker”** นักเดินทางสายจิตวิญญาณ โดยเฉพาะ Gen Z ที่ต้องการทริปสั้น กระชับและแชร์ได้บนโซเชียล ตัวอย่างเช่น Soulshine Bali ที่ผสานโยคะดนตรี และความสนุกในบรรยากาศวีทรีตแบบไม่เคร่งขรึมเกินไป

- **กลุ่มที่ 3 “The Digital Devotee”** เน้นศรัทธาผ่านหน้าจอมากกว่าการเดินทางจริง แอป AppsForBharat และ VAMA ในอินเดียเปิดให้ผู้ใช้ทำพิธีออนไลน์ จุดตะเกียงเสมือน หรือส่งของถวายถึงบ้าน ขณะที่วัดในจีนและสิงคโปร์ก็เริ่มใช้คิวอาร์โค้ดรับบริจาคและถ่ายทอดพิธีกรรมแบบไลฟ์สด
- **กลุ่มที่ 4 “The Luxury Wellness Traveler”** นักเดินทางระดับหรูที่ต้องการประสบการณ์สงบแต่พรีเมียม รีสอร์ทอย่าง Six Senses Qing Cheng Mountain ในจีน หรือ Ananda in the Himalayas ในอินเดีย ต่างเป็นตัวอย่างที่ผสานความหรูหรากับพิธีกรรมโบราณได้อย่างลงตัว

- สำหรับประเทศไทย การเติบโตของ Spiritual Tourism ถือเป็นโอกาสทางเศรษฐกิจที่น่าสนใจ ซึ่งสามารถต่อยอดได้ผ่านการผสานวัฒนธรรม ศิลปะ และเทคโนโลยีเข้าด้วยกัน ภาพรวมของอุตสาหกรรมท่องเที่ยวไทยที่มีองค์ประกอบด้านสุขภาวะและจิตวิญญาณเป็นหัวใจสำคัญอยู่แล้ว และกำลังมุ่งสู่เป้าหมายสร้างรายได้รวมราว 87,400 ล้านดอลลาร์สหรัฐภายในปี 2026

สรุป

- **การท่องเท่ยวเซงจิตวิญญาน** คื การท่องเท่ยว เพื่อเติมไฟในชีวิต ลอดปัญหาคที่สั่งสม อยู่ใใจ มุ่งหาคความสงบภายใจิตใจตนเอง เป็ดโอกาสให้ตัวเองได้ค้้นหาคความหมายของ ชีวิตที่ลึกซึ้งกว่า ซึ่อาจได้พบเจอแรงบั่นดาลใจใหม่ ๆ ที่ตามหา

