



ชื่อหนังสือพิมพ์	วันที่	ปีที่	ฉบับที่	หน้า
ไทยนิวส์	11 พ.ย. 2555	43	15380	5

ถ้อยคำสำนวนล้านนา

กินหื้อพอคาบ หาบหื้อพอแรง

กินหื้อพอคาบ หาบหื้อพอแรง
แปลงหื้อพอใช้ ใช้หื้อพอนอน

แปลงหื้อพอใช้ ใช้หื้อพอนอน

กินหื้อพอใจ ใช้หื้อพอนอน

แปลงหื้อพอใช้ ใช้หื้อพอนอน



อ่านให้ใกล้เคียงกับสำเนียงล้านนาว่า “กินหื้อพอคาบ หาบหื้อพอแรง แปลงหื้อพอใจ ใช้หื้อพอนอน” แปลว่า กินให้เต็มอิ่ม หาบของเต็มกำลัง ประดิษฐ์คิดทำเครื่องมืออุปกรณ์ให้เพียงพอสำหรับใช้ งาน และให้ป่วยไข้จริง ๆ ถึงค่อยนอนพัก รักษา หมายความว่า กินเต็มอิ่ม เป็นมือตามกำหนด ไม่กินจุกกินจิกที่เรียกว่า “บ่เป็นคาบ เป็นมือ” หาบหรือแบกของเต็มกำลัง สามารถ ไม่อ้อมแรงด้วยความเกียจคร้าน หรือกินแรงผู้อื่นในเชิงเอาเปรียบ สร้างทำสิ่งที่จะใช้งานให้เพียงพอ และถ้าจะป่วย

ไข้ก็ให้มีอาการมากหรือหนักพอที่จะนอนรับการรักษา หากมีอาการไม่หนักหนาพอที่จะทำงานได้ก็ไม่ควรอ่อนแอหาเรื่องนอน สำนวนนี้มุ่งสอนให้คิดจริงทำจริงมีหลักการ ตั้งใจทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ.

สนั่น ธรรมธิ

สำนักส่งเสริมศิลปวัฒนธรรม

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (ภาพประกอบโดย ต่อพงษ์ เสมอใจ)