โครงการ ตรัง ดัง เด่น : เมืองเรียนรู้ อิสระเสรีบนทุนทางวัฒนธรรมจีน

Tremendous – Trendy – Trang: A City of Limitless Learning Drawing on Chinese Cultural Resources

มหาวิทยาลัย
สงขลานครินทร์
วิทยาเขตตรัง

ปกณกะจีน

กรกฎาคม 2569

มหาวิทยาลัย
สงขลานครินทร์
วิทยาเขตตรัง

人生无执 何来烦憂 เหรินเซิงอู๋จื๋อ เหอไหลฝานอิว

ชีวิตคนเราหากปราศจากการยึดติด ปัญหาความกังวลใจจะมาจากไหน?

心若无求 万事皆悠 ซินโย่อู๋ฉิว ว่านซื่อเจยิว

หากจิตใจปราศจาคความโลภกิเลสตัณหา ทุกสิ่งทุกอย่างก็จะสงบสุขไม่มีปัญหา

มหาวิทยาลัย
สงขลานครินทร์
วิทยาเขตตรัง

人生有好友相伴 就是快乐 เหรินเซิงอิ่วหาวอิ่วเซียงป้าน จิ้วซื่อไคว่เล่อ

ชีวิตคนเรามีเพื่อนเป็นสหายที่ดีอยู่เคียงข้าง ย่อมมีความสุขสำราญใจ

生活有健康同行 就是幸福 เซิงหวออิ่วเจี้ยนคังถงสิง จิ้วซื่อซิ่งฝู

ชีวิตมีสุขภาพที่ดีเสมอ ย่อมเป็นโชคลาภ

福从健康来	**ฝูฉงเจี้ยนคางไหล**	โชคลาภมาจากมีสุขภาพที่ดี
乐从朋友来	**เล้อฉงผึงอิ่วไหล**	ความสุขสำราญมาจากมีเพื่อนที่ดี
美从心情来	**ไหม่ฉงซินฉิงไหล**	ความงดงามมาจากมีอารมณ์ที่ดี
寿从笑声来	**โซ่วฉงเสี้ยวเซิงไหล**	มีอายุยืนยาวมาจากการหัวเราะสบายใจ
保持好心态	**เป่าฉือห่าวซินไถ่**	รักษาทัศนคติของใจที่ดีเอาไว้
好运滚滚来	**ห่าวอิ้นกุ๋นกุ่นไหล**	ดวงดีโชคลาภหลั่งไหลมาไม่ขาดสาย

吃得苦中苦　ชือเตอขู่จงขู่

ได้ลิ้มรสความขมขื่นที่ลำบากแสนสาหัส

方为人上人　ฟางหวุยเหรินซ่างเหริน

เมื่อนั้นคนจึงจะสามารถอยู่เหนือคนได้

ปล. มะระมีรสขมแบบธรรมชาติ มีสารออกฤทธิ์เป็นยาช่วยกระตุ้นน้ำย่อยในกระเพาะอาหาร ทำให้เจริญอาหารและเป็นยาระบายอ่อน ๆ ด้วย

人这个辈子 要活的好 就要记住 这八个字

เหรินเจ้อเก้อไป้จื่อ เอี้ยวหวอเตอห่าว จิ้วเอี้ยวจี้จู้ เจ้อปาเก้อจื้อ

คนเราในชีวิตนี้ เพื่อที่จะมีชีวิตที่ดี ก็ขอให้จดจำตัวหนังสือ 8 คำนี้

心要简单。人要善良” **ซินเอี้ยวเจี่ยนตาน เหรินเอี้ยวซ่านเหลียง**

จิตใจจะต้องเรียบง่าย จะต้องเป็นคนดีมีเมตตา

别人怎么对我 是我的因果 **เปี๊ยะเหรินเจ่อเมอตุ่ยหว่อ ซื่อหว่อเตออิงกว่อ**

คนอื่นปฏิบัติต่อฉันอย่างไร ก็คือเหตุและผลของกฎแห่งกรรมของฉัน

我怎么对别人 是我的修養 **หว่อเจ่อเมอตุ้ยเปี๊ยะเหริน ซื่อหว่อเตอซิวหย่าง**

ฉันปฏิบัติต่อคนอื่นอย่างไร ก็คือการพัฒนาบ่มเพาะคุณธรรมของฉัน

种善因。得善果 **จ้งซ่านอิง เต๊อะซ่านกว่อ**

ปลูกฝังการกุศลแห่งความดีงาม ก็จะได้รับผลที่ดีงามด้วย

善良 是一个人 最好的风水 **ซ่านเหลียง ซื่ออีเก้อเหริน จุ้ยห่าวเตอเฟิงสุ่ย**

จิตใจดีงามมีเมตตา คือคนคนหนึ่ง ที่มีหลักฮวงจุ้ยที่ดีที่สุด

人生不求富贵。黄金满地 **เหรินเซิงปูฉิว หวางจินหม่านตี้**

ชีวิตคนเราไม่หวังร่ำรวย จะต้องเต็มไปด้วยทองคำ

但求如意 平安健康四季　ต้านฉิวหรูอี้ ผิงอานเจี้ยนคังซื่อจี่

แต่ขอเพียงสมปรารถนา ราบรื่นแข็งแรงตลอดสี่ฤดูกาล

情谊不求 我们朝夕相聚　ฉิงอี้ปูฉิว หว่อเมินเจาซีเซียงฉวี่

มิตรภาพไม่หวังพวกเราจะต้องมีการพบปะกันทุกเช้าค่ำ

但求我们 时时常常惦记　ต้านฉิวหว่อเมินสือสือ ฉางฉาง เตี้ยนจี้

แต่ขอเพียงพวกเรา คิดถึงกันบ่อย ๆ เท่านั้นเป็นพอ

厚德人生 众人尊 **โห้วเต๊อะเหรินเซิง จ้งเหรินจุน**

บุคคลผู้มีคุณธรรมสูงส่ง ย่อมได้รับความเคารพนับถือจากผู้คนทั่วสารทิศ

善良人生。福满门 **ซ่านเหลียงเหรินเซิง ฝูหม่านเหมิน**

ผู้ที่มีเมตตาอันดีงาม นำมาซึ่งความสุขโชคลาภเต็มครอบครัว

真诚之心。交良友 **เจินเฉิงจือซิน เจียวเหลียงอิ่ว**

ความจริงใจในการสร้างมิตรภาพที่ดีงาม

好人一生。遇知音 **ห่าวเหรินอีเซิง อี้จืออิน**

คนดีทั้งชีวิตพบปะแต่คนดีที่รู้ใจกัน

厚德人生 众人尊 **โห้วเต๊อะเหรินเซิง จ้งเหรินจุน**

บุคคลผู้มีคุณธรรมสูงส่ง ย่อมได้รับความเคารพนับถือจากผู้คนทั่วสารทิศ

善良人生。福满门 **ซ่านเหลียงเหรินเซิง ฝูหม่านเหมิน**

ผู้ที่มีเมตตาอันดีงาม นำมาซึ่งความสุขโชคลาภเต็มครอบครัว

真诚之心。交良友 **เจินเฉิงจือซิน เจียวเหลียงอิ่ว**

ความจริงใจในการสร้างมิตรภาพที่ดีงาม

好人一生。遇知音 **ห่าวเหรินอีเซิง อี้จืออิน**

คนดีทั้งชีวิตพบปะแต่คนดีที่รู้ใจกัน

德 อ่านว่า เต๊อะ แปลว่า คุณธรรม

得 อ่านว่า เต๊อะ แปลว่า ผลที่ได้รับ

บทพู่กันจีนต่อไปนี้ อธิบายความสัมพันธ์ระหว่าง

德 (dé = คุณธรรม/คุณงามความดี) กับ

得 (dé = การได้รับ/ผลประโยชน์/สิ่งที่ได้)

โดยเล่นคำที่ออกเสียงเหมือนกันในภาษาจีนว่า dé แต่ความหมายต่างกัน

得不到。德不到　　**เต๊อะปูเต้า　เต๊อะปูเต้า**

ผลได้ยังไม่ได้มา เพราะคุณธรรมมีไม่ถึง

德到了。得到了　　**เต๊อะเต้าเลอ　เต๊อะเต้าเลอ**

คุณธรรมได้มาถึงแล้ว　และได้รับผลมาแล้ว

德大於得　必有所得　　**เต๊อะต้าอีเต๊อะ　ปี๊อิ่วโส่เต๊อะ**

คุณธรรมนั้นยิ่งใหญ่กว่าผลประโยชน์　แต่ก็ย่อมมีผลประโยชน์ที่ได้รับ

得大於德。必有所失　　**เต๊อะต้าอีเต๊อะ　ปี๊อิ่วโส่ซึ**

หากได้รับผลมากกว่าคุณธรรม　ย่อมต้องมีบางสิ่งบางอย่างสูญเสียไป

德行如根。所得若果 **เต๊อะสิงหรูเกิน โส่เต๊อะโย่กว่อ**

การกระทำคุณธรรมเสมือนหนึ่งเป็นราก สิ่งที่ได้รับก็คือผลลัพธ์

根深. . . 方可葉茂 **เกินเซิน ...ฟางเข่อเย๊ะม่ง**

ต้นไม้ที่มีรากหยั่งลึก...จึงจะเจริญเติบโต มีกิ่งใบสวยสดงดงาม

德厚. ... 方可行远 **เต๊อะโห้ว.....ฟางเข่อสิงเอี่ยน**

มีคุณธรรมอันสูงส่งแรงกล้า.....จึงจะประสบความสำเร็จได้ยาวไกล

มหาวิทยาลัย
สงขลานครินทร์
วิทยาเขตตรัง

อย่าให้ “สิ่งที่อยากได้” ใหญ่กว่า “คุณธรรมที่ควรมี”

เพราะเมื่อคุณธรรมมาก่อน

ผลที่ดีย่อมตามมาอย่างเหมาะสมและยั่งยืน

คุณธรรมเปรียบเสมือนราก ยิ่งหยั่งลึกและสั่งสมอย่างมั่นคง

สิ่งที่ได้รับก็ยิ่งงอกงาม มั่นคง และยั่งยืน

“จงมีคุณธรรมให้มากพอที่จะรองรับความสำเร็จนั้น”

บทสรุปสั้น ๆ จากทีมงาน

มหาวิทยาลัย
สงขลานครินทร์
วิทยาเขตตรัง

周末星期天 祝你 充满财富。幸福安康

โจวมั้ชิงฉีเทียน จู่หนี่ ชงหม่าน ไฉฝู่ ซิ่งฝู่ อานคาง

สุดสัปดาห์วันอาทิตย์

ขอให้เธอ มั่งมีเต็มไปด้วยทรัพย์สินเงินทอง

มีโชคลาภ อยู่เย็นเป็นสุข ราบรื่น สุขภาพแข็งแรง

มหาวิทยาลัย
สงขลานครินทร์
วิทยาเขตตรัง

珍惜... 风吹不散 是友谊

เจินซี... ฟงชุยปูซ่าน ซื่ออิ่วอี้

จงทนุถนอมอย่างมีคุณค่า

สายลมไม่สามารถจะพัดมิตรภาพให้ปลิวสลายไปได้

真心不忘 是祝福

เจินซินปูว่าง ซื่อจูฝู

มีความจริงใจในการอวยพร ไม่มีวันถูกลืม

มหาวิทยาลัย
สงขลานครินทร์
วิทยาเขตตรัง

人身上 最宝贵 的来西

เหรินเซิงซ่าง จุ้ยเป่ากุ้ย เตอตุงซี

สิ่งที่มีค่ามากที่สุดในตัวมนุษย์

並不是 脑袋上 充满知识

ปิ้งปูซื่อ หน่าวไต้ซ่าง ชงหม่านจื้อสือ

ไม่ใช่หัวสมองที่อัดแน่นด้วยความรู้

但这颗心 是充满着 爱和同情

ต้านเจ้อเคอซิน ซื่อชงหม่านเจอ อ้ายเหอถงฉิง

หากแต่คือหัวใจ ที่เปี่ยมล้นด้วยความรักและเอ็นดู

耳朵准备 聆听　เอ่อโตจุ่นไป้ หลิงทิง หูที่พร้อมจะรับฟัง

并且乐意 提供帮助他人

ปิ้งเฉ่เล่ออี้ ถีก้งปังจู้ทาเหริน

และมือที่ยินดี หยิบยื่นความช่วยเหลือแก่ผู้อื่น

送给你一朵花，接住今日的好运气

ซ่งไก๋หนี่ อีตว่อฮวา เจจู้จินหยือ เตอห่าวอิ้นชวี่

ขอมอบดอกไม้หนึ่งดอกให้เธอ ขอให้เธอรับเอาความโชคดีของวันนี้ไว้ในหัวใจ

真正的富有，是你脸上的微笑

เจินเจิ้นเตอฟู่อิ่ว ซื่อหนี่เหลี่ยงซ่าง เตอวุยเซี่ยว

ความมั่งคั่งที่แท้จริง คือรอยยิ้มที่อยู่บนใบหน้าของเธอ

生活有些微苦，但我有满分甜

เซิงหวออิ่วเซ วุยขู่ ต้านหว่ออิ่ว หม่านเฟินเถียน

ชีวิตอาจมีรสขมอยู่บ้างเล็กน้อย แต่ฉันก็ยังมีความหวานที่เต็มเปี่ยมอยู่ในหัวใจ

มหาวิทยาลัย
สงขลานครินทร์
วิทยาเขตตรัง

日子慢慢走，美好悄悄来

หยือจื่อม่านม่านโจ่ว ไหมห่าวเชียวเชียวไหล

วันเวลาค่อย ๆ เดินไปอย่างช้า ๆ ส่วนสิ่งดีงามก็ค่อย ๆ เข้ามาอย่างเงียบ ๆ

花不会一直开，但一直有花开

ฮวาปูหุ้ย อีเจ๋อคาย ต้านอีเจ๋อ อิ่วฮวาคาย

ดอกไม้ไม่อาจเบ่งบานอยู่ตลอดเวลา

แต่ในทุกช่วงเวลา ย่อมมีดอกไม้สักดอกกำลังผลิบานเสมอ

มหาวิทยาลัย
สงขลานครินทร์
วิทยาเขตตรัง

周日好 โจวหยื้อห่าว

สุขสันต์วันอาทิตย์ ขอให้เป็นวันหยุดที่แสนดี

今好 明好 天天好 **จินห่าว หมิงห่าว เทียน ๆ ห่าว**

วันนี้ดี พรุ่งนี้ดี ขอให้ทุก ๆ วันล้วนเป็นวันที่ดี

千好 万好 你最好 **เชียนห่าว ว่านห่าว หนี่จุ้ยห่าว**

พันความดี หมื่นความดี ก็ยังไม่เท่ากับเธอที่ดีที่สุด

มหาวิทยาลัย
สงขลานครินทร์
วิทยาเขตตรัง

人生有缘 常思念

เหรินเซิงอิ่วเหยียน ฉางซือเนี่ยน

ชีวิตคนเรามีความผูกพันมีวาสนาต่อกัน ย่อมคิดถึงกันเสมอ

清晨问候 如见面

ชิงเสินเวิ่นโห้ว หรูเจี้ยนเมี้ยน

ได้ทักทายกันยามเช้า เสมือนหนึ่งได้พบหน้ากัน

มหาวิทยาลัย
สงขลานครินทร์
วิทยาเขตตรัง

星期二快乐 ซิงฉีเอ้อไคว้เล่อ

สุขสันต์วันอังคาร ขอให้เป็นวันที่แสนสุข

不论是今天 还是任何日子ปูลุ่นซื่อจินเทียน ไฮ่ซื่อเยื่อนเหอหยื่อจี่

ไม่ว่าจะเป็นวันนี้ หรือวันไหน ๆ

愿你度过 美好快乐 的日子 เยี่ยนหนี่ตู้กว้อ ไหมห่าวไคว้เล่อ เตอหยื่อจื่อ

ขอให้เธอได้พบเจอแต่วันเวลาที่งดงามและเปี่ยมด้วยความสุข

มหาวิทยาลัย
สงขลานครินทร์
วิทยาเขตตรัง

有幸福 好运连连　　**อิ่วซิ่งฝู ห่าวอิ้นเหลียน ๆ**

ขอให้มีความสุข และมีโชคดีเข้ามาอย่างต่อเนื่อง

身体健康 心想事成　　**ซินถี่เจี้ยนคัง ซินเสี่ยงซื่อเฉิง**

ขอให้สุขภาพแข็งแรง และสมหวังในทุกสิ่งที่ปรารถนา

每天问候很短 **ไหม่เทียนเว่นโห้วหึนต่วน**

ทุกวันทักทายกันสั้น ๆ

三言两语很暖 **ซานเหยียนเหลียงอวี่หึนหย่วน**

เพียงสองสามคำก็รู้สึกอบอุ่นหัวใจ

不管春夏秋冬 **ปูก่วนชุนเสี้ยชิวตง**

ไม่ว่าจะฤดูกาลไหน ๆ ก็ตาม

愿你平安 健康就好 **เหยี้ยนหนี่ผิงอาน เจี้ยนคังจิ้วห่าว**

ขอให้เธอปลอดภัย เป็นสุข และสุขภาพแข็งแรงก็พอ

มหาวิทยาลัย
สงขลานครินทร์
วิทยาเขตตรัง

一念之善 อีเนี่ยนจือซ่าน

ความคิดที่ดีเพียงหนึ่งเดียว

猶如滴水 起涟漪 อิ๋วหรูตี่สุ่ย ฉี่เหลียนอี

เหมือนหยดน้ำที่สามารถก่อให้เกิดระลอกคลื่นได้

可以遍满 十方法界 เขออี่เพียนหม่าน สือฟางฝ่าเจ๋ะ

และก็สามารถแผ่ขยายไปได้ ทั่วสิบทิศทางของจักรวาล

มหาวิทยาลัย
สงขลานครินทร์
วิทยาเขตตรัง

一善之行　　อีซ่านจือสิง

การกระทำความดีหนึ่งครั้ง

猶如滴水 能穿石　　อิ๋วหรูตี่สุ่ย ฉี่เหลียนอี

เช่นเดียวกับน้ำที่หยดลงมา สามารถกัดเซาะหินได้

可以啟发 每颗人心　　เขออี่ฉี่ฟา ไหม่เคอเหรินซิน

และก็สามารถสร้างแรงบันดาลใจ ให้กับทุกหัวใจคนได้

祝你福安　　จู่หนี่ฝู่อาน

ขอให้เธอโชคดี มีสุข สวัสดี

我们做人。寿要长 **หว่อเมินโจ้เหริน โส้วเอี้ยวฉาง**

ชีวิตคนเรา ต้องการมีอายุยืนยาว

就要想得开 **จิ้วเอี้ยวเสี่ยงเต๊อะคาย**

ก็ต้องเปิดใจคิดให้กว้าง

身体要好。就要放下 **เซินถี่เอี้ยวห่าว จิ้วเอี้ยวฟ่างเสี้ย**

ต้องการมีสุขภาพที่ดี ก็ต้องปล่อยวาง

มหาวิทยาลัย
สงขลานครินทร์
วิทยาเขตตรัง

很多疾病 都是从气出来的 **หึ่นตวอจี๋ปิ้ง โตวซื่อฉงชี่ชูไหลเตอ**

โรคภัยไข้เจ็บมากมาย สาเหตุล้วนเกิดจากอารมณ์ความโกรธทั้งสิ้น

想开。想明白了 **เสี่ยงคาย เสี่ยงหมิงป่ายเลอ**

เปิดใจให้กว้างคิดให้ตก ทำความเข้าใจ!ให้ดีแล้ว

就没有 什麼什麼事情了！ **จิ้วไหมอิ่ว สือเมอะสือเมอะซื่อฉิงเลอ**

อะไร ๆ ก็ไม่มีแค่นั้นแหละ !

简单过生活　　เจี่ยนตานกว้อเซิงหวอ

การดำรงชีวิตที่เรียบง่าย

平安就是福　**ผิงอานจิ้วซื่อฝู**

ราบรื่นสุขสบายก็ถือว่าเปนโชคอันประเสริฐแล้ว

มหาวิทยาลัย
สงขลานครินทร์
วิทยาเขตตรัง

谢谢

THANK YOU

ขอขอบคุณข้อมูลจากคุณสาคร โกกนุทพงศ์