

ชุด สืบสานมรดกภูมิปัญญา
ทางวัฒนธรรมไทย

มารยาทไทย



ชุด สืบสานมรดกภูมิปัญญา
ทางวัฒนธรรมไทย

มารยาทไทย



ชุด สืบสานมรดกภูมิปัญญา
ทางวัฒนธรรมไทย

มารยาทไทย

บรรณาธิการอำนวยการ ผ่องเพ็ญ อาษาเทวัญ บรรณาธิการ รุ่งโรจน์ อาษาเทวัญ
ผู้ช่วยบรรณาธิการ รัตนา ภูมิพิทักษ์

ผู้เขียน กฤษกร เพชรนอก ออกแบบปก ศิรินทิพย์ ใจปทุม

คอมพิวเตอรืกราฟิก ทรวงวุฒิ ตระกูลพันธ์ พิสูจน์อักษร สิริพรรณ ไพธิศรีสุข
เลขมาตรฐานสากลประจำหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ 978-616-596-161-5



จัดทำโดย บริษัท สกายบุ๊กส์ จำกัด 28, 30, 32

ซอยรังสิต-ปทุมธานี 16 ซอย 7 ต.ประชาติปัตย์ อ.ธัญบุรี จ.ปทุมธานี 12130
โทรศัพท์ 0-2958-1125, 0-2958-1127

e-mail : sales@skybook.co.th , saleskybook@gmail.com



www.facebook.com/skybook.co.th

www.skybook.co.th



© สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ (ฉบับที่ 5) พ.ศ. 2565

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของสำนักหอสมุดแห่งชาติ

กฤษกร เพชรนอก.

มารยาทไทย.--ปทุมธานี : สกายบุ๊กส์, 2567.

190 หน้า.-- (สืบสานมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรมไทย).

1. มารยาทและการสมาคม. I. ชื่อเรื่อง.

395

ISBN 978-616-596-161-5



คำนำ

มารยาทไทย เป็นเอกลักษณ์ของความเป็นไทยที่ถ่ายทอดสืบต่อกันมาจากคนรุ่นก่อนสู่คนรุ่นหลัง แต่ปัจจุบันคุณค่าของสิ่งเหล่านี้ได้เลือนหายไปจากสังคมไทย ดังนั้น เพื่อนำหลักปฏิบัติที่ถูกต้องและดีงามของมารยาทไทยกลับคืนสู่วิถีชีวิตของคนไทย จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่เราทุกคนต้องร่วมมือร่วมใจกันสืบสาน

หนังสือ **มารยาทไทย** เล่มนี้ จึงขอเป็นส่วนเล็กน้อยเล็ก ๆ ในการช่วยรักษาให้มารยาทไทยดำรงคงอยู่กับความเป็นไทย โดยการรวบรวมหลักประเพณีปฏิบัติที่ถูกต้องและตรงตามแบบแผนของมารยาทไทย ทั้งมารยาทในการยืน การเดิน การคลาน การนั่ง การแสดงความเคารพ การ



ส่งของ และรับของ การปฏิบัติต่อพระสงฆ์ และมารยาทที่เกี่ยวกับพระมหากษัตริย์ เพื่อให้คนไทยทุกคนได้รู้จักเรียนรู้ และรักษาวัฒนธรรมของชาติ

ด้วยความมุ่งมั่นและตั้งใจที่จะเป็นส่วนหนึ่งเพื่อร่วมสืบสานเอกลักษณ์และวัฒนธรรมของชาติ จึงหวังเป็นอย่างยิ่งว่าหนังสือ *มารยาทไทย* เล่มนี้ จะทำให้คนไทยทุกคนหันกลับมาประพฤติปฏิบัติตนให้ถูกต้องตามมารยาทไทยกันอีกครั้ง

กฤษกร เพชรนอก



สารบัญ

คำนำ	3
บทนำมารยาทไทย	7
มารยาทในการยืน	9
- การยืนในลักษณะต่าง ๆ	10
มารยาทในการเดิน	27
- การเดินในลักษณะต่าง ๆ	28
มารยาทในการคลาน	47
- การคลานในลักษณะต่าง ๆ	48
มารยาทในการนั่ง	57
- การนั่งในลักษณะต่าง ๆ	58



มารยาทในการแสดงความเคารพ	82
- การแสดงความเคารพในลักษณะต่าง ๆ	83
มารยาทในการส่งของและรับของ	103
- การส่งของและรับของในลักษณะต่าง ๆ	104
มารยาทในการปฏิบัติต่อพระสงฆ์	135
- การปฏิบัติต่อพระสงฆ์ในลักษณะต่าง ๆ	136
มารยาทที่เกี่ยวกับพระมหากษัตริย์	167
บรรณานุกรม	189

เด็กจากไทย





“มารยาท” หรือ “มรรยาท”

หมายถึง กิริยาวาจาที่แสดงออกมาด้วยความ
สุภาพเรียบร้อยและประพฤติปฏิบัติถูกต้องตามแบบแผน
ที่ได้กำหนดขึ้นมา ดังนั้น มารยาทไทย จึงมีความหมายว่า
การประพฤติปฏิบัติตนให้ถูกต้องเหมาะสม
ตามระเบียบแบบแผนของความเป็นไทยที่ได้สืบทอดกันมา
จากอดีตสู่ปัจจุบัน เป็นการแสดงออกถึงเอกลักษณ์ของ
ความเป็นไทยอันอ่อนช้อยงดงาม และสุภาพอ่อนโยน
ปัจจุบันอารยวัฒนธรรมจากนานาประเทศได้เข้ามามี
บทบาทสำคัญในสังคมไทย ทำให้ความเป็นไทยที่สืบทอด
การแสดงออกด้วย “มารยาทไทย” เปลี่ยนแปลงไป
จากหลักประพฤติปฏิบัติที่ถูกต้อง ดังนั้น การศึกษาเรียนรู้
เพื่อนำ “มารยาทไทย” กลับเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของ
ความเป็นไทยในสังคมปัจจุบัน จึงเปรียบได้กับ
การอนุรักษ์และรักษาไว้ซึ่งเอกลักษณ์ของชาติ
ให้คงอยู่กับคนไทยตลอดไป

สารจากในการจีน





การยืนตามลำพัง

การยืนตามลำพังในสถานที่ใดก็ตาม ควรยืนในลักษณะที่สุภาพ และอยู่ในท่าที่สบาย ตัวตรงหรือเอียงได้เล็กน้อย ขาทั้งสองข้างชิดกัน หรืออยู่ในท่าพักขาข้างใดข้างหนึ่ง ปล่อยแขนทั้งสองข้างแนบลำตัว หรือ ประสานไว้ข้างหน้า

หมายเหตุ ท่ายืนตามลำพังที่ควรหลีกเลี่ยง และไม่ถือปฏิบัติ คือ

๑. แกว่งแขนไปมา
๒. ยืนขาถ่าง
๓. ห่อไหล่ เอียงตัว หรือย่อเอว
๔. หันหน้าไปมาด้วยความลึกลับ ลุกกลน หรือ หลุกหลิก
๕. มือล้วงกระเป๋า
๖. เท้าเอว
๗. เกาโนนแกะเนื้ออยู่ตลอดเวลา
๘. ยืนพึงเสว ต้นไม้ หรือกำแพง





การยืนตามลำพัง



การยืนต่อหน้าผู้ใหญ่

ในการยืนต่อหน้าผู้ใหญ่ นั้น ถ้าไม่จำเป็นไม่ควรยืนต่อหน้าผู้ใหญ่ แต่ให้ยืนเฉียงไปทางใดทางหนึ่ง โดยการยืนต่อหน้าผู้ใหญ่จะมีวิธียืนอยู่ ๒ วิธีด้วยกัน คือ

๑. ยืนตรง ขาชิด ปลายเท้าทั้งสองข้างห่างกันเล็กน้อย ส้นเท้าชิด มือทั้งสองข้างแนบลำตัว หรือประสานกันไว้ข้างหน้าด้วยความสำรวม



หมายเหตุ การประสานมือ สามารถทำได้ ๒ วิธี คือ

๑. คว่ำมือซ้อนกัน (มือซ้ายทับมือขวา หรือมือขวาทับมือซ้าย)
๒. หงายมือทั้งสองข้าง แล้วสอดนิ้วเข้าระหว่างร่องนิ้วของแต่ละนิ้ว

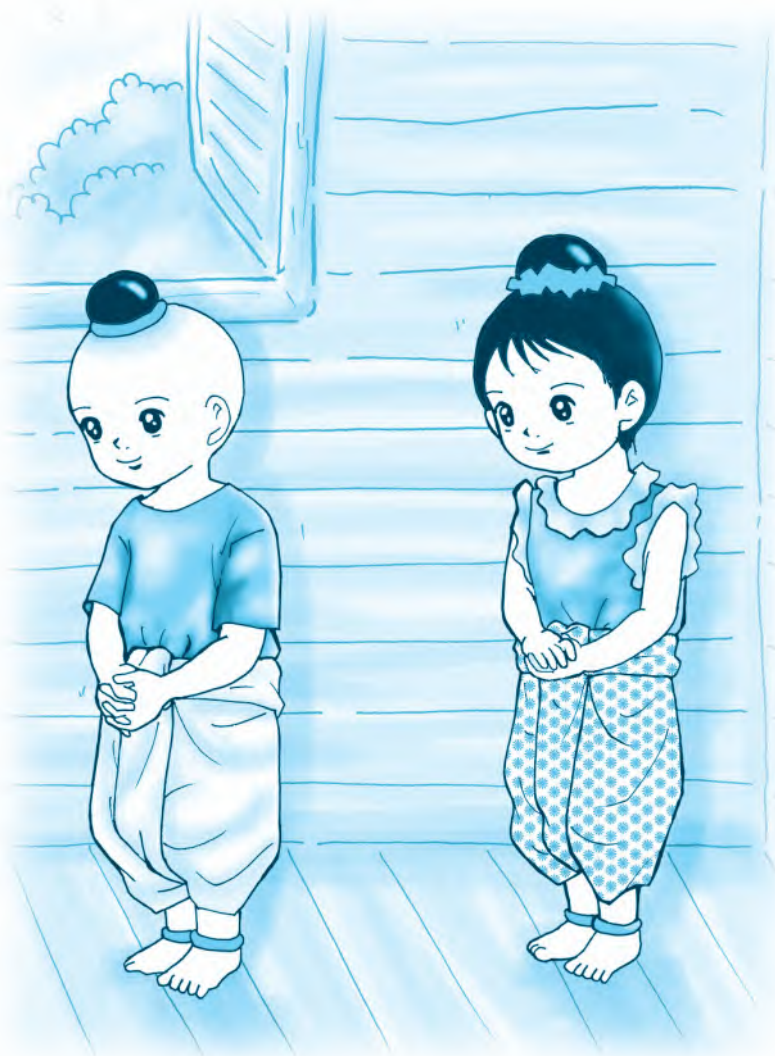
๒. ยืนค้อมส่วนบน ให้ยืนค้อมส่วนบนตั้งแต่เอวขึ้นไป ขาชิด ปลายเท้าทั้งสองข้างห่างกันเล็กน้อย ส้นเท้าชิด ไหล่ค้อมไม่มาก มือประสานกันไว้ข้างหน้า และเงยหน้าขึ้นเล็กน้อย ซึ่งการยืนค้อมส่วนบนจะใช้ในกรณีที่ผู้ใหญ่พูดด้วย

หมายเหตุ การยืนต่อหน้าผู้ใหญ่ดังที่ได้กล่าวมา สามารถนำไปใช้ได้กับบุคคลทั่วไป พระภิกษุสงฆ์ และการยืนต่อหน้าที่ประทับ ซึ่งการค้อมตัวจะมากหรือน้อยนั้น ขึ้นอยู่กับความมีอาวุโสเป็นสำคัญ (ถ้ามีอาวุโสมาก หรือเป็นที่เคารพอย่างสูง ก็ให้ค้อมตัวลงมาก)





การยืนตรงของชายกับหญิง



การยืนค้อมส่วนบนของเข่ากับหญิง



การยื่นถวายความเคารพ

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
สมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ
และพระบรมวงศานุวงศ์

การยื่นถวายความเคารพสำหรับผู้ชายและผู้หญิง สามารถปฏิบัติได้ดังต่อไปนี้

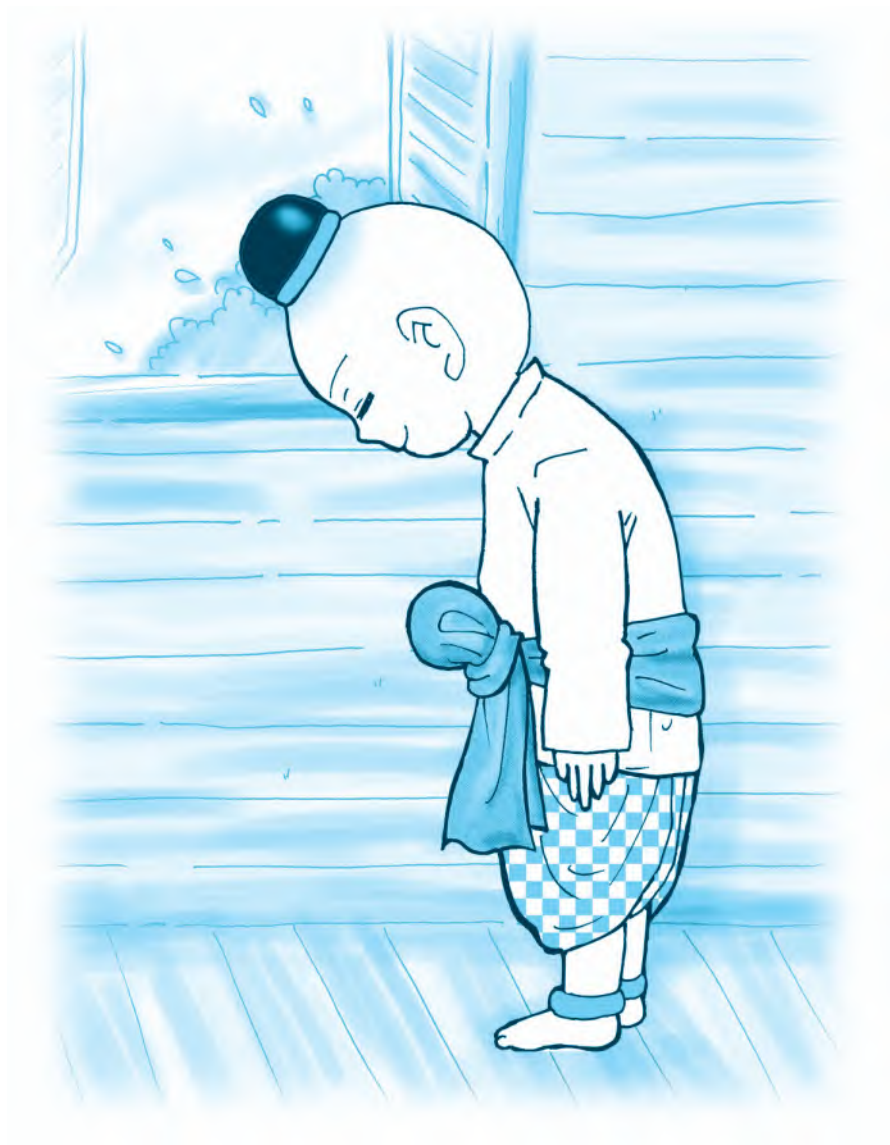
การยื่นถวายความเคารพสำหรับผู้ชาย

๑. เมื่อสวมหมวกเครื่องแบบทหาร ตำรวจ
ทุกเหล่าทัพ และข้าราชการ ให้ยืนตรง และกระทำความเคารพ

๒. ถ้าไม่ได้สวมหมวก ให้ยืนตรง หันหน้าไปทาง
พระองค์ท่านแล้วถวายคำนับ โดยการก้มศีรษะและส่วนไหล่
ลงมาช้าๆ ต่ำพอสมควร แขนทั้งสองข้างแนบลำตัว และให้
กระทำเพียงครั้งเดียวแล้วยืนตรง



หมายเหตุ ถ้าสวมหมวกอื่นที่ไม่ใช่หมวกเครื่องแบบ ต้องถอดหมวก
ก่อนการถวายคำนับ ยกเว้นผู้ที่โพกผ้า หรือสวมหมวกตาม
ศาสนาที่ตนนับถือ



การถวายคำนับ



การกระทำวันทยหัตถ์



การยืนถวายความเคารพสำหรับผู้หญิง

ให้ถวายความเคารพในแบบย่อเข้า หรือเรียกกันโดยทั่วไปว่า **“ถอนสายบัว”** ซึ่งมีวิธีปฏิบัติดังต่อไปนี้

๑. ยืนตรง เท้าชิด แขนทั้งสองข้างแนบลำตัว ปลายเท้าห่างกันเล็กน้อย

๒. หันหน้าไปทางพระองค์ท่าน

๓. วาดเท้าข้างใดข้างหนึ่งไปข้างหลัง

โดยวาดปลายเท้าไปอีกด้านของขาที่ยืนเพื่อช่วยในการพยุงตัว พร้อมกับย่อเข้าอีกข้างหนึ่งลงอย่างช้าๆ

๔. เมื่อใกล้จะต่ำสุด ให้ยกมือทั้งสองข้างมาวางประสานกันบนหน้าขาข้างหนึ่งที่ย่อต่ำลง และให้วางค้อมไปทางเข้า



หมายเหตุ - ยืนด้วยขาซ้าย แล้ววาดเท้าขวา ให้วางมือซ้ายหงายบนหน้าขาและวางมือขวาทับ

- ยืนด้วยขาขวา แล้ววาดเท้าซ้าย ให้วางมือขวาหงายบนหน้าขาและวางมือซ้ายทับ

๕. ก้มศีรษะต่ำลงเล็กน้อย ไหล่ตึง แล้วค้อมตัวลงแต่พองาม

๖. เยกศีรษะขึ้นพร้อมกับชักเท้าข้างที่ไขว้กลับที่เดิม และตั้งเข้าตรง

หมายเหตุ - ในกรณีที่ผู้หญิงแต่งเครื่องแบบปกติขาว หรือเต็มยศ หรือเครื่องแบบทหาร ตำรวจ และข้าราชการ ไม่ต้องถอนสายบัว แต่ให้ถวายคำนับแทน และหากสวมหมวกเครื่องแบบ ก็ให้กระทำวันทยหัตถ์เช่นเดียวกับผู้ชาย