

ข้อสอบ pre-test , post-test
โครงการฝึกอบรมหลักสูตรสมาธิเพื่อการเป็นข้าราชการ ๔.๐

๑. จุดประสงค์ของการทำสมาธิ เพื่ออะไร

- ก. เกิดความสงบ
- ข. บรรลุมรรคผลนิพพาน
- ค. สะสมบุญบารมี
- ง. สะสมพลังจิต

๒. สมาธิเข้ามามีส่วนเข้ามาพัฒนาการศึกษาเพราะอะไร

- ก. เพราะการศึกษาเริ่มต้นที่วัดจนพัฒนามาเป็นโรงเรียน
- ข. เพราะการศึกษามีความจำเป็นที่จำต้องใช้ความจดจำเป็นหลัก
- ค. เพราะการศึกษาไทยเริ่มจากพระเป็นผู้สอน
- ง. เพราะสมาธิทำให้เด็กเรียบร้อย

๓. สมาธิช่วยให้เกิดความเฉลียวฉลาด มีไหวพริบปัญญาขึ้นได้ ต้องเกิดจากความพร้อมด้านใด

- ก. ด้านกำลังเงิน และการสนับสนุนในการศึกษาของพ่อแม่
- ข. ความตั้งใจเรียนของเด็ก และการสนับสนุนของพ่อแม่
- ค. ความตั้งใจเรียนของเด็ก และความตั้งใจในการสอนของอาจารย์
- ง. ด้านร่างกาย และด้านจิตใจ

๔. กำลังใจหรือพลังจิต เกิดขึ้นจากสาเหตุใด

- ก. การสะสมบุญบารมีในอดีตชาติ และปัจจุบันชาติ
- ข. การทำสมาธิ โดยการเดินจงกรม และนั่งสมาธิเท่านั้น
- ค. สมาธิจากการจดจ่อ และสมาธิจากการนั่งสมาธิ
- ง. สมาธิธรรมชาติ และสมาธิสร้างขึ้น

๕. ข้อใดเป็นการอธิบายคำว่า “การชิงสุกก่อนห่าม” ได้ถูกต้อง

- ก. รีบเก็บผลไม้มาจากต้นก่อนที่จะพร้อมรับประทานได้
- ข. มีความสัมพันธ์ลึกซึ้งก่อนแต่งงาน
- ค. ใจเร็วด่วนได้
- ง. คนที่ทำอะไรเกินตัว สุดท้ายทำไม่ได้ แล้วเกิดเสียกำลังใจ

๖. “จุดสุดยอด” คือ อะไร

- ก. จุดที่ทำสมาธิแล้วจิตนิ่งได้ง่ายที่สุด
- ข. จุดประสานกายหยาบและกายละเอียด
- ค. การเป็นอริยะบุคคล
- ง. นิพพาน

๗. สมาธิช่วยในการทำงานได้อย่างไร

- ก. สมาธิจะช่วยชะลอความเคลื่อนไหวของคลื่นสมองด้วยการเสริมพลังแล้วลดความเคลื่อนไหวของคลื่นสมอง
- ข. สมาธิเป็นการหยุดพักที่มีประสิทธิภาพ
- ค. ทุกคนต้องเคร่งเครียดกับการทำงาน จึงต้องทำสมาธิเพื่อให้เกิดความโปร่งใส
- ง. ถูกทุกข้อ

๘. สมบัติที่ใช้ในการทำงานเป็นสมบัติแบบใด

ก. สมบัติขั้น

ข. สมบัติระดับกลาง

ค. สมบัติลึก

ง. ถูกทุกข้อ

๙. การทำสมบัติช่วยแก้ปัญหากรรมสุจริตได้อย่างไร

ก. ปล่อยวางได้

ข. รู้ได้ว่าเกิดจากกรรมใดของตน

ค. แก้ไขปัญหากรรมสุจริตได้

ง. มีคนมาช่วยเหลืออย่างไม่คาดคิด

๑๐. การทำสมบัติสำรองไว้ก่อนทำงานมีคุณประโยชน์อย่างไร

ก. ทำให้หน้าตาผ่องใส เป็นที่ประทับใจของเพื่อนร่วมงาน

ข. ได้พักผ่อนอย่างเต็มที่ ทำให้ไม่่ง่วงนอน

ค. ผู้บังคับบัญชาชื่นชมความเป็นคนธำมะธำมโ

ง. แทนที่จะเหนื่อยต่อการทำงาน เขากลับทำงานได้มากอย่างน่าประหลาด