

ข้อสอบ pre-test , post-test

โครงการฝึกอบรมหลักสูตรสมาธิกับการเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติงานและส่งเสริมคุณภาพชีวิต

---

๑. จุดประสงค์ของการทำสมาธิ เพื่ออะไร

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

๒. สมาธิมีกี่แบบ อะไรบ้าง

- ก. ๒ แบบ สมาธิสั้น สมาธิยาว
- ข. ๒ แบบ สมาธิธรรมชาติ สมาธิที่สร้างขึ้น
- ค. ๒ แบบ สมาธิธรรมชาติ สมาธิเทียม
- ง. ๒ แบบ สมาธิที่สร้างขึ้น สมาธิติดตัวมาจากอดีตชาติ

๓. สมาธิที่สร้างขึ้นมีสัดส่วนอย่างไร

- ก. ๖๐:๔๐
- ข. ๗๐:๓๐
- ค. ๘๐:๒๐
- ง. ๕๐:๕๐

๔. ฐานที่ตั้งจิตมี ๓ จุด ยกเว้นข้อใด

- ก. หน้าผาก
- ข. หัวใจ
- ค. สะดือ
- ง. ลิ้นปี่

๕. เหตุใดการทำสมาธิต้องบริการรรมทุกครั้ง

- ก. เพื่อให้มีรูปแบบชัดเจน
- ข. เพื่อให้จิตเป็นหนึ่ง จิตรวมเป็นสมาธิ
- ค. เพื่อให้จำได้ จะได้ไม่ลืมการทำสมาธิ
- ง. เพื่อให้ไม่หลับขณะนั่งสมาธิ

๖. การบริการรรมต้องใช้คำใด

- ก. พุทโธ
- ข. ยุบหนอ พองหนอ
- ค. สัมมา อะระหัง
- ง. คำใดก็ได้

๗. ฐานจิตมีกี่แบบ อะไรบ้าง

- ก. ๒ แบบ ฐานกว้าง ฐานแคบ
- ข. ๒ แบบ ฐานยาว ฐานสั้น
- ค. ๒ แบบ ฐานใหญ่ ฐานเล็ก
- ง. ๒ แบบ ฐานหนัก ฐานเบา

๘. การทำสมาธิอยู่ในฌานใด เหมาะกับการนำมาใช้ในการเพิ่มประสิทธิภาพชีวิต

ก. ฌาน ๑ และ ฌาน ๒

ข. ฌาน ๓ และ ฌาน ๔

ค. ฌาน ๕ และ ฌาน ๖

ง. ฌาน ๗ และ ฌาน ๘

๙. สัมมาสมาธิอยู่ที่ฌานใด

ก. ฌาน ๑ ถึง ฌาน ๔

ข. ฌาน ๕ ถึง ฌาน ๘

ค. ฌาน ๑ ถึง ฌาน ๘

ง. ถูกทุกข้อ

๑๐. จุดพลังอำนาจคืออะไร

ก. มีพลังจิตสะสมเพียงพอ

ข. ทำสมาธิได้ถึง ฌาน ๔

ค. ทำสมาธิมีพลังจิตเพียงพอที่จะไปวิชาญาณและวิปัสสนาได้

ง. ถูกทุกข้อ