

ตัวอย่างแนวถาม-ตอบ-เฉลย

วิชากรรมฐาน 4

จิตตานุปัสสนาเป็นส่วนหนึ่งของสติปัฏฐาน 4 มีจุดมุ่งหมายหลักคืออะไร?

- ก. การฝึกสมาธิเพื่อให้จิตใจสงบ
- ข. การพิจารณาเพื่อเข้าใจสภาพและธรรมชาติของจิต
- ค. การเจริญวิปัสสนาเพื่อบรรลุธรรม
- ง. การรักษาศีลเพื่อเป็นพื้นฐานในการปฏิบัติธรรม

เฉลย: ข

หลักการสำคัญของจิตตานุปัสสนาคืออะไร?

- ก. การวิเคราะห์จิตเพื่อหาสาเหตุของปัญหา
- ข. การระลึกรู้สภาวะจิต พิจารณาธรรมชาติของจิต และไม่ตัดสินจิต
- ค. การฝึกจิตให้มีพลังอำนาจเหนือธรรมชาติ
- ง. การใช้จิตเพื่อสร้างสรรค์สิ่งต่างๆ

เฉลย: ข

ข้อใดไม่ใช่หลักการสำคัญของจิตตานุปัสสนา?

- ก. การระลึกความรู้สึกภาวะจิต
- ข. การพิจารณาธรรมชาติของจิต
- ค. การตัดสินจิตว่าดีหรือไม่ดี
- ง. การไม่ตัดสินจิต

เฉลย: ค

วิธีการเจริญจิตตานุปัสสนาเริ่มต้นด้วยอะไร?

- ก. การนั่งสมาธิ
- ข. การกำหนดรู้ลมหายใจ
- ค. การเดินจงกรม
- ง. การอ่านหนังสือธรรมะ

เฉลย: ข

เมื่อจิตสงบแล้ว ในการเจริญจิตตานุปัสสนา ขั้นตอนต่อไปคืออะไร?

- ก. การพิจารณาไตรลักษณ์
- ข. การสังเกตสภาวะจิตที่เกิดขึ้น
- ค. การแผ่เมตตา
- ง. การสวดมนต์

เฉลย: ข

ข้อใดคือความหมายของการ "ไม่ตัดสินจิต" ในจิตตานุปัสสนา?

- ก. การเพิกเฉยต่อความรู้สึกที่เกิดขึ้น
- ข. การรับรู้และสังเกตอาการของจิตโดยไม่ตัดสินว่าดีหรือไม่ดี
- ค. การวิพากษ์วิจารณ์จิตของตนเอง
- ง. การควบคุมจิตไม่ให้คิดในสิ่งที่ไม่ดี

เฉลย: ข

ประโยชน์ของการเจริญจิตตานุปัสสนาคืออะไร?

- ก. ทำให้มีญาณพิเศษ
- ข. ช่วยให้เข้าใจตนเอง ลดกิเลส และพัฒนาปัญญา
- ค. ทำให้มีชื่อเสียงและเกียรติยศ
- ง. ทำให้ร่ำรวยและประสบความสำเร็จ

เฉลย: ข

ข้อใดไม่ใช่ประโยชน์ของการเจริญจิตตานุปัสสนา?

- ก. การเข้าใจตนเอง
- ข. การลดกิเลส
- ค. การพัฒนาปัญญา
- ง. การมีอิทธิฤทธิ์

เฉลย: ง

จิตตานุปัสสนาเป็นพื้นฐานสำคัญในการปฏิบัติธรรมเพื่ออะไร?

- ก. การเข้าฌาน
- ข. การบรรลุธรรม
- ค. การเทศนาธรรม
- ง. การสร้างวัด

เฉลย: ข

ข้อใดสรุปความหมายของจิตตานุปัสสนาได้ถูกต้องที่สุด?

- ก. การเจริญสติเพื่อควบคุมจิตใจ
- ข. การเจริญสติเพื่อพิจารณาจิตใจตนเอง
- ค. การเจริญสติเพื่อบรรลุฌาน
- ง. การเจริญสติเพื่อเทศนาธรรม

เฉลย: ข

.....

แนวถาม-ตอบ วิชากรรมฐาน : ไตรสิกขา

ไตรสิกขาคืออะไร?

- ก. หลักปฏิบัติเพื่อการพัฒนาตนในพระพุทธศาสนา

ข. หลักคำสอนที่สำคัญที่สุดในพระพุทธศาสนา

ค. พิธีกรรมทางศาสนาที่สำคัญ

ง. สถานที่ปฏิบัติธรรมที่สำคัญ

เฉลย: ก

ไตรสิกขาประกอบด้วยอะไรบ้าง?

ก. ทาน ศีล ภาวนา

ข. ศีล สมาธิ ปัญญา

ค. ขันธ อายตนะ ธาตุ

ง. มรรค ผล นิพพาน

เฉลย: ข

ศีลในไตรสิกขา หมายถึงอะไร?

ก. การทำทาน

ข. การฝึกจิตให้สงบ

ค. การรักษากาย วาจา ให้สงบเรียบร้อย ไม่เบียดเบียนผู้อื่น

ง. การเจริญปัญญา

เฉลย: ค

ประโยชน์ของการรักษาศีลคืออะไร?

ก. ทำให้ร่ำรวย

ข. ทำให้มีชื่อเสียง

ค. ช่วยลดความกังวลและความเดือดร้อนใจ ทำให้จิตใจสงบ

ง. ทำให้มีสุขภาพแข็งแรง

เฉลย: ค

สมาธิในไตรสิกขา หมายถึงอะไร?

ก. การทำทาน

ข. การรักษาศีล

ค. การฝึกจิตให้ตั้งมั่น สงบ และมีสมาธิ

ง. การเจริญปัญญา

เฉลย: ค

เมื่อจิตใจสงบจากกิเลสและนิวรณ์ จะเกิดอะไรขึ้น?

ก. ทำให้จิตใจมีกำลัง มีสติ และมีปัญญา

ข. ทำให้มีอิทธิฤทธิ์

ค. ทำให้มีญาณพิเศษ

ง. ทำให้บรรลุธรรมได้ทันที

เฉลย: ก

ปัญญาในไตรสิกขา หมายถึงอะไร?

ก. การทำทาน

ข. การรักษาศีล

ค. การฝึกจิตให้สงบ

ง. ความรู้ความเข้าใจในสรรพสิ่งตามความเป็นจริง

เฉลย: ง

กระบวนการเกิดของไตรสิกขาเป็นอย่างไร?

ก. ปัญญา -> สมาธิ -> ศีล

ข. ศีล -> สมาธิ -> ปัญญา

ค. สมาธิ -> ปัญญา -> ศีล

ง. ปัญญา -> ศีล -> สมาธิ

เฉลย: ข

ความสัมพันธ์ของไตรสิกขาเป็นอย่างไร?

ก. ไม่เกี่ยวข้องกัน

ข. เป็นองค์ประกอบที่สัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด ไม่สามารถแยกออกจากกันได้

ค. เป็นองค์ประกอบที่ขัดแย้งกัน

ง. เป็นองค์ประกอบที่ส่งเสริมกันทางอ้อม

เฉลย: ข

การปฏิบัติธรรมควรเริ่มต้นจากอะไร?

ก. การฝึกสมาธิ

ข. การเจริญปัญญา

ค. การรักษาศีลให้บริสุทธิ์

ง. การทำทาน

เฉลย: ค

.....

แนวถาม-ตอบ วิชากรรมฐาน: ไตรลักษณ์

ไตรลักษณ์คืออะไร?

ก. หลักปฏิบัติเพื่อการดับทุกข์

ข. ลักษณะ 3 ประการของสรรพสิ่งในโลก

ค. คำสอนที่สำคัญที่สุดในพระพุทธศาสนา

ง. พิธีกรรมทางศาสนาที่สำคัญ

เฉลย: ข

ไตรลักษณ์ประกอบด้วยอะไรบ้าง?

ก. ศีล สมาธิ ปัญญา

ข. อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

ค. ทาน ศีล ภาวนา

ง. รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

เฉลย: ข

อนิจจัง หมายถึงอะไร?

- ก. ความทุกข์
- ข. ความไม่เที่ยง ความเปลี่ยนแปลง
- ค. ความไม่มีตัวตน
- ง. ความว่างเปล่า

เฉลย: ข

ทุกขัง หมายถึงอะไร?

- ก. ความสุข
- ข. ความไม่เที่ยง
- ค. ความทุกข์ ความไม่พอใจ
- ง. ความไม่มีตัวตน

เฉลย: ค

อนัตตา หมายถึงอะไร?

- ก. ความสุข
- ข. ความไม่เที่ยง
- ค. ความทุกข์
- ง. ความไม่มีตัวตนที่แท้จริง

เฉลย: ง

ข้อใดคือความสัมพันธ์ของไตรลักษณ์?

ก. ไม่เกี่ยวข้องกัน

ข. อนิจจังเป็นเหตุให้เกิดทุกขัง และอนัตตาก็เป็นผลมาจากอนิจจังและทุกขัง

ค. ทุกขังเป็นเหตุให้เกิดอนิจจัง และอนัตตาก็เป็นผลมาจากทุกขัง

ง. อนัตตาคือเหตุให้เกิดอนิจจัง และทุกขังก็เป็นผลมาจากอนัตตา

เฉลย: ข

เมื่อเรายึดติดในสิ่งที่เปลี่ยนแปลง จะเกิดอะไรขึ้น?

ก. ความสุข

ข. ความทุกข์

ค. ความสงบ

ง. ความว่างเปล่า

เฉลย: ข

การพิจารณาไตรลักษณ์อย่างถูกต้อง จะช่วยให้เรา...?

ก. เข้าใจโลกและชีวิตตามความเป็นจริง และสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้องตามธรรม

ข. มีอิทธิฤทธิ์เหนือธรรมชาติ

ค. บรรลุธรรมได้โดยง่าย

ง. มีความสุขตลอดไป

เฉลย: ก

ข้อใดไม่ใช่คำแนะนำเพิ่มเติมเกี่ยวกับการพิจารณาไตรลักษณ์?

- ก. ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับไตรลักษณ์จากแหล่งต่างๆ
- ข. พิจารณาไตรลักษณ์ในชีวิตประจำวัน
- ค. เจริญสติเพื่อระลึกถึงความเปลี่ยนแปลงของสรรพสิ่งอยู่เสมอ
- ง. เชื่อว่าทุกสิ่งเป็นไปตามกรรมเก่า

เฉลย: ง

ประโยชน์ของการพิจารณาไตรลักษณ์คืออะไร?

- ก. ทำให้เราเข้าใจโลกและชีวิตตามความเป็นจริง และสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข
- ข. ทำให้เรามีญาณพิเศษ
- ค. ทำให้เราบรรลุธรรมได้โดยง่าย
- ง. ทำให้เรามีอิทธิฤทธิ์

เฉลย: ก

.....

แนวถาม-ตอบ วิชากรรมฐาน: วิปัสสนูปกิเลส 10

วิปัสสนูปกิเลสคืออะไร?

- ก. อุปสรรคที่เกิดขึ้นระหว่างการเจริญวิปัสสนา
- ข. คุณธรรมที่ส่งเสริมการปฏิบัติธรรม

ค. วิธีการปฏิบัติวิปัสสนาให้บรรลุธรรม

ง. ผลของการปฏิบัติวิปัสสนา

เฉลย: ก

วิปัสสนูปกิเลสมีกี่ประการ?

ก. 5

ข. 8

ค. 10

ง. 12

เฉลย: ค

ข้อใดคือความหมายของ "โอภาส" ในวิปัสสนูปกิเลส?

ก. ความรู้พิเศษที่เกิดขึ้น

ข. ความรู้สึกอิ่มเอมใจ

ค. แสงสว่างที่เกิดขึ้นทางใจ

ง. ความสงบกายสงบใจ

เฉลย: ค

วิปัสสนูปกิเลสใดที่ทำให้เข้าใจผิดว่าตนเองมีญาณพิเศษ?

ก. โอภาส

ข. ญาณ

ค. ปีติ

ง. ปัสสัทธิ

เฉลย: ข

ความรู้สึกอิ่มเอมใจอย่างมาก เป็นลักษณะของวิปัสสนูปกิเลสใด?

ก. โอภาส

ข. ญาณ

ค. ปีติ

ง. สุข

เฉลย: ค

ความสงบกายสงบใจอย่างมาก อาจเป็นวิปัสสนูปกิเลสในข้อใด?

ก. ปัสสัทธิ

ข. อุเบกขา

ค. นิกันติ

ง. อธิโมกข์

เฉลย: ก

วิปัสสนูปกิเลสใดที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นอย่างแรงกล้าในธรรมะที่ตนเองปฏิบัติ?

ก. อธิโมกข์

ข. ปัคคาหะ

ค. อุปัฏฐาน

ง. อุเบกขา

เฉลย: ก

ความเพียรอย่างมากในการปฏิบัติธรรม อาจเป็นวิปัสสนูปกิเลสในข้อใด?

ก. ปัคคาหะ

ข. อุปัฏฐาน

ค. นิกันติ

ง. ญาณ

เฉลย: ก

สติที่ระลึกรู้สภาวะธรรมได้ว่องไว อาจเป็นวิปัสสนูปกิเลสในข้อใด?

ก. อุปัฏฐาน

ข. อุเบกขา

ค. นิกันติ

ง. ปีติ

เฉลย: ก

จิตใจวางเฉยต่อสภาวะธรรมต่างๆ เป็นลักษณะของวิปัสสนูปกิเลสใด?

ก. อุเบกขา

ข. นิกันติ

ค. ปัสสัทธิ

ง. สุข

เฉลย: ก

ความเพ็ดเพลินในรสแห่งธรรมที่ตนเองปฏิบัติ คือลักษณะของวิปัสสนูปกิเลสใด?

ก. นิกันติ

ข. ปีติ

ค. สุข

ง. อธิโมกข์

เฉลย: ก

วิปัสสนูปกิเลสเป็นสิ่งที่...?

ก. ฝึกและต้องกำจัด

ข. ฝึกและควรส่งเสริม

ค. ไม่ฝึก แต่ต้องรู้เท่าทัน

ง. ไม่มีจริง

เฉลย: ค

ทางแก้ไขเมื่อประสบกับวิปัสสนูปกิเลสคืออะไร?

ก. หยุดการปฏิบัติธรรมทันที

ข. พิจารณาว่าเป็นเพียงอาการที่เกิดขึ้นระหว่างการปฏิบัติธรรม

ค. หลงใหลในวิปัสสนูปกิเลสต่อไป

ง. เลิกปฏิบัติธรรม

เฉลย: ข

จุดมุ่งหมายของการปฏิบัติธรรมคืออะไร?

ก. การบรรลุวิปัสสนูปกิเลส

ข. การดับทุกข์และบรรลุธรรม

ค. การมีชื่อเสียงและเกียรติยศ

ง. การมีอิทธิฤทธิ์เหนือธรรมชาติ

เฉลย: ข

ข้อใดสรุปเกี่ยวกับวิปัสสนูปกิเลสได้ถูกต้องที่สุด?

ก. เป็นสิ่งที่ผู้ปฏิบัติธรรมทุกคนต้องประสบ

ข. เป็นอุปสรรคที่ต้องรู้เท่าทันเพื่อไม่ให้หลงผิดและหยุดการปฏิบัติธรรม

ค. เป็นเป้าหมายสูงสุดของการปฏิบัติธรรม

ง. เป็นสิ่งที่ช่วยให้บรรลุธรรมได้เร็วขึ้น

เฉลย: ข

.....

แนวถาม-ตอบ วิชากรรมฐาน: วิปัสสนาญาณ 16

วิปัสสนาญาณ 16 คืออะไร?

- ก. ขั้นตอนการเจริญสมาธิ
- ข. ขั้นตอนการเจริญวิปัสสนา
- ค. ขั้นตอนการเจริญพรหมวิหาร 4
- ง. ขั้นตอนการเจริญอิทธิบาท 4

เฉลย: ข

วิปัสสนาญาณขั้นแรกคืออะไร?

- ก. นามรูปปริจเฉทญาณ
- ข. นามรูปปัจจัยปริคคหญาณ
- ค. สัมมสนญาณ
- ง. อุทยัพพยญาณ

เฉลย: ก

นามรูปปริจเฉทญาณ คือญาณที่ทำหน้าที่อะไร?

- ก. พิจารณาเหตุปัจจัยของนามรูป
- ข. แยกแยะนามและรูปออกจากกัน
- ค. เห็นความเกิดขึ้นและดับไปของนามรูป
- ง. เห็นความน่ากลัวของสังขาร

เฉลย: ข

นามรูปปัจจัยปริคคหญาณ คือญาณที่ทำหน้าที่อะไร?

- ก. พิจารณาเหตุปัจจัยของนามรูป
- ข. แยกแยะนามและรูปออกจากกัน
- ค. เห็นความเกิดขึ้นและดับไปของนามรูป
- ง. เห็นความน่ากลัวของสังขาร

เฉลย: ก

สัมมสนญาณ คือญาณที่พิจารณาเห็นอะไร?

- ก. ไตรลักษณ์
- ข. อริยสัจ 4
- ค. ขั้น 5
- ง. ธาตุ 4

เฉลย: ก

อุทยัพพญาณ คือญาณที่เห็นอะไร?

- ก. ความดับไปของนามรูป
- ข. ความเกิดขึ้นและดับไปของนามรูป
- ค. ความน่ากลัวของสังขาร
- ง. โทษของสังขาร

เฉลย: ข

ภังคญาณ คือญาณที่เห็นอะไร?

ก. ความดับไปของนามรูป

ข. ความเกิดขึ้นและดับไปของนามรูป

ค. ความน่ากลัวของสังขาร

ง. โทษของสังขาร

เฉลย: ก

ภยญาณ คือญาณที่เห็นอะไร?

ก. ความดับไปของนามรูป

ข. ความเกิดขึ้นและดับไปของนามรูป

ค. ความน่ากลัวของสังขาร

ง. โทษของสังขาร

เฉลย: ค

อาทีนวญาณ คือญาณที่เห็นอะไร?

ก. ความดับไปของนามรูป

ข. ความเกิดขึ้นและดับไปของนามรูป

ค. ความน่ากลัวของสังขาร

ง. โทษของสังขาร

เฉลย: ง

นิพพิทาญาณ คือญาณที่เกิดจากอะไร?

- ก. ความเปื้อน่ายในสังขาร
- ข. ความต้องการหลุดพ้นจากสังขาร
- ค. การพิจารณาไตรลักษณ์ของนามรูป
- ง. การวางเฉยต่อสังขาร

เฉลย: ก

มุกฺขจิตฺตํกมฺยตาญาณ คือญาณที่แสดงถึงอะไร?

- ก. ความเปื้อน่ายในสังขาร
- ข. ความต้องการหลุดพ้นจากสังขาร
- ค. การพิจารณาไตรลักษณ์ของนามรูป
- ง. การวางเฉยต่อสังขาร

เฉลย: ข

ปฏิสังขานญาณ คือญาณที่ทำหน้าที่อะไร?

- ก. พิจารณาไตรลักษณ์ของนิพพาน
- ข. ทบทวนไตรลักษณ์ของนามรูป
- ค. เปลี่ยนจิตจากปุถุชนเป็นอริยชน
- ง. รับรู้ผลของการบรรลุธรรม

เฉลย: ข

สังขารุเบกขาญาณ คือญาณที่แสดงถึงอะไร?

- ก. ความเปื้อน่ายในสังขาร
- ข. ความต้องการหลุดพ้นจากสังขาร
- ค. การพิจารณาไตรลักษณ์ของนามรูป
- ง. การวางเฉยต่อสังขาร

เฉลย: ง

อนุโลมญาณ คือญาณที่พิจารณาอะไร?

- ก. ไตรลักษณ์ของนามรูป
- ข. ไตรลักษณ์ของนิพพาน
- ค. มรรค ผล และนิพพาน
- ง. เหตุปัจจัยของนามรูป

เฉลย: ข

โคตรภูญาณ คือญาณที่จิตเปลี่ยนแปลงจากอะไรไปเป็นอะไร?

- ก. บุพชนไปเป็นอริยชน
- ข. อริยชนไปเป็นพระอรหันต์
- ค. พระอรหันต์ไปเป็นพระพุทธเจ้า
- ง. เทวดาไปเป็นมนุษย์

เฉลย: ก

มัคคญาณ คือญาณที่เกิดขึ้นพร้อมกับอะไร?

- ก. การบรรลุธรรมเป็นพระอริยบุคคล
- ข. การพิจารณาไตรลักษณ์ของนิพพาน
- ค. การวางเฉยต่อสังขาร
- ง. การทบทวนมรรค ผล และนิพพาน

เฉลย: ก

ผลญาณ คือญาณที่ทำหน้าที่อะไร?

- ก. รับรู้ผลของการบรรลุธรรม
- ข. พิจารณาไตรลักษณ์ของนิพพาน
- ค. ทบทวนมรรค ผล และนิพพาน
- ง. วางเฉยต่อสังขาร

เฉลย: ก

ปัจจเวกขณญาณ คือญาณที่พิจารณาอะไร?

- ก. นามรูป
- ข. ไตรลักษณ์
- ค. มรรค ผล และนิพพาน
- ง. เหตุปัจจัย

เฉลย: ค

วิปัสสนาญาณ 16 มีจุดมุ่งหมายเพื่ออะไร?

ก. พัฒนาสมาธิ

ข. พัฒนาปัญญา

ค. พัฒนาศีล

ง. พัฒนาทาน

เฉลย: ข

วิปัสสนาญาณ 16 เป็นขั้นตอนที่ต้องปฏิบัติอย่างไร?

ก. ปฏิบัติพร้อมกันทุกขั้นตอน

ข. ปฏิบัติตามลำดับ

ค. เลือกปฏิบัติเฉพาะขั้นตอนที่สนใจ

ง. ปฏิบัติเมื่อมีเวลาว่าง

เฉลย: ข

.....

แนวถาม-ตอบ วิชากรรมฐาน : การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานมีจุดมุ่งหมายหลักคืออะไร?

ก. การฝึกสมาธิเพื่อให้จิตใจสงบ

ข. การเจริญสติเพื่อพัฒนาปัญญาให้รู้เห็นความจริงของสรรพสิ่ง

ค. การทำทานเพื่อสะสมบุญ

ง. การรักษาศีลเพื่อเป็นคนดี

เฉลย: ข

ข้อใดเป็นการเตรียมตัวเบื้องต้นสำหรับการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน?

- ก. การศึกษาพระไตรปิฎก
- ข. การรักษาศีล 5 หรือศีล 8
- ค. การนั่งสมาธิทุกวัน
- ง. การเข้าร่วมพิธีกรรมทางศาสนา

เฉลย: ข

สถานที่ที่เหมาะสมกับการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานควรมีลักษณะอย่างไร?

- ก. เป็นสถานที่ที่สะดวกสบาย
- ข. เป็นสถานที่ที่สงบและเหมาะสมกับการปฏิบัติธรรม
- ค. เป็นสถานที่ที่มีคนพลุกพล่าน
- ง. เป็นสถานที่ที่ใกล้บ้าน

เฉลย: ข

การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานในขั้นตอน "การกำหนดรู้" คืออะไร?

- ก. การนั่งสมาธิ
- ข. การฝึกสติให้ระลึกถึงอิริยาบถต่างๆ ของร่างกาย
- ค. การอ่านหนังสือธรรมะ
- ง. การฟังเทศน์

เฉลย: ข

"การพิจารณา" ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน หมายถึงอะไร?

- ก. การคิดวิเคราะห์ปัญหาต่างๆ
- ข. การพิจารณาถึงความไม่เที่ยง ความทุกข์ และความไม่มีตัวตนของสรรพสิ่ง
- ค. การจดจำคำสอนของพระพุทธเจ้า
- ง. การทำความเข้าใจโลกและชีวิต

เฉลย: ข

"การเจริญสติ" คืออะไร?

- ก. การทำสมาธิ
- ข. การเจริญสติอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้จิตใจตั้งมั่น
- ค. การทำบุญ
- ง. การรักษาศีล

เฉลย: ข

การทบทวนผลการปฏิบัติมีประโยชน์อย่างไร?

- ก. ทำให้รู้ว่าตนเองปฏิบัติได้ดีหรือไม่
- ข. ทำให้ประเมินความก้าวหน้าและปรับปรุงวิธีการปฏิบัติได้
- ค. ทำให้เกิดความภาคภูมิใจ
- ง. ทำให้มีกำลังใจในการปฏิบัติธรรมมากขึ้น

เฉลย: ข

ข้อใดเป็นสิ่งที่ควรระวังในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน?

- ก. การทำทาน
- ข. ความเพียรและความอดทน
- ค. การฟังเทศน์
- ง. การอ่านหนังสือธรรมะ

เฉลย: ข

ประโยชน์ของการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานคืออะไร?

- ก. ทำให้มีสุขภาพแข็งแรง
- ข. ช่วยลดกิเลส เพิ่มปัญญา และดับทุกข์
- ค. ทำให้ร่ำรวย
- ง. ทำให้มีชื่อเสียง

เฉลย: ข

ข้อใดเป็นคำแนะนำเพิ่มเติมสำหรับการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน?

- ก. ปฏิบัติธรรมเฉพาะวันหยุด
- ข. ศึกษาข้อมูลจากแหล่งต่างๆ และเข้าร่วมการอบรม
- ค. ปฏิบัติธรรมเมื่อมีปัญหา
- ง. ปฏิบัติธรรมตามความเชื่อส่วนตัว

เฉลย: ข

.....

ความรู้ทั่วไป เกี่ยวกับวิปัสสนา (เนื้อหาใหม่เพิ่มเติม)

1. วิปัสสนาหมายถึงอะไร?

ก. การทำสมาธิให้แน่นแน

ข. การพิจารณาความไม่เที่ยงของสรรพสิ่ง

ค. การสวดมนต์ภาวนา

ง. การทำทาน

เฉลย: ข.

2. หลักระรมใดเป็นหัวใจของวิปัสสนา?

ก. ศีล

ข. สมาธิ

ค. ปัญญา

ง. วิริยะ

เฉลย: ค.

3. ไตรลักษณ์ประกอบด้วยอะไรบ้าง?

ก. ศีล สมาธิ ปัญญา

ข. ทาน ศีล ภาวนา

ค. อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

ง. ชั้นที่ 5 อายุตนะ 12 ธาตุ 18

เฉลย: ค.

4. อนิจจัง หมายถึงอะไร?

ก. ความสุข

ข. ความทุกข์

ค. ความไม่เที่ยง

ง. ความว่างเปล่า

เฉลย: ค.

5. ทุกขัง หมายถึงอะไร?

ก. ความสุข

ข. ความทุกข์

ค. ความไม่เที่ยง

ง. ความว่างเปล่า

เฉลย: ข.

6. อนัตตา หมายถึงอะไร?

ก. ความสุข

ข. ความทุกข์

ค. ความไม่เที่ยง

ง. ความไม่มีตัวตน

เฉลย: ง.

7. ชั้นที่ 5 ประกอบด้วยอะไรบ้าง?

ก. รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

ข. ทาน ศีล ภาวนา สมาธิ ปัญญา

ค. อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา นิพพาน

ง. ศีล สมาธิ วิริยะ สติ สมาธิ

เฉลย: ก.

8. การเจริญวิปัสสนา มีจุดมุ่งหมายเพื่ออะไร?

ก. เพื่อให้ร่ำรวย

ข. เพื่อให้มีชื่อเสียง

ค. เพื่อให้พ้นจากทุกข์

ง. เพื่อให้มีสุขภาพแข็งแรง

เฉลย: ค.

9. สติ หมายถึงอะไร?

ก. ความจำ

ข. ความระลึกทั่ว

ค. ความคิด

ง. ความรู้สึก

เฉลย: ข.

10. สัมปชัญญะ หมายถึงอะไร?

ก. ความรู้ตัวทั่วพร้อม

ข. ความจำ

ค. ความคิด

ง. ความรู้สึก

เฉลย: ก.

11. การเจริญสติปัฏฐาน 4 มีอะไรบ้าง?

ก. กาย เวทนา จิต ธรรม

ข. ทาน ศีล ภาวนา สมาธิ

ค. อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา นิพพาน

ง. ศีล สมาธิ วิริยะ สติ

เฉลย: ก.

12. การพิจารณาภายในกาย คืออะไร?

ก. การพิจารณาร่างกายของผู้อื่น

ข. การพิจารณาร่างกายของตนเอง

ค. การพิจารณาจิตใจของผู้อื่น

ง. การพิจารณาจิตใจของตนเอง

เฉลย: ข.

13. การพิจารณาเวทนาในเวทนา คืออะไร?

ก. การพิจารณาความรู้สึกของผู้อื่น

ข. การพิจารณาความรู้สึกของตนเอง

ค. การพิจารณาความคิดของผู้อื่น

ง. การพิจารณาความคิดของตนเอง

เฉลย: ข.

14. การพิจารณาจิตในจิต คืออะไร?

ก. การพิจารณาจิตใจของผู้อื่น

ข. การพิจารณาจิตใจของตนเอง

ค. การพิจารณาความคิดของผู้อื่น

ง. การพิจารณาความคิดของตนเอง

เฉลย: ข.

15. การพิจารณาธรรมในธรรม คืออะไร?

ก. การพิจารณาหลักธรรมของผู้อื่น

ข. การพิจารณาหลักธรรมของตนเอง

ค. การพิจารณาความคิดของผู้อื่น

ง. การพิจารณาความคิดของตนเอง

เฉลย: ข.

16. วิปัสสนาภูมิ หมายถึงอะไร?

ก. สถานที่ปฏิบัติธรรม

ข. อารมณ์ที่ใช้ในการเจริญวิปัสสนา

ค. ครูบาอาจารย์ผู้สอนวิปัสสนา

ง. หนังสือที่ใช้ในการศึกษาธรรมะ

เฉลย: ข.

17. สังขาร หมายถึงอะไร?

ก. ร่างกาย

ข. จิตใจ

ค. ความคิดปรุงแต่ง

ง. ความรู้สึก

เฉลย: ค.

18. วิญญาณ หมายถึงอะไร?

ก. ร่างกาย

ข. จิตใจ

ค. ความคิดปรุงแต่ง

ง. การรับรู้ทางอายตนะ

เฉลย: ง.

19. มรรค 8 คืออะไร?

ก. ทางแห่งการดับทุกข์

ข. ทางแห่งการสร้างบุญ

ค. ทางแห่งการทำทาน

ง. ทางแห่งการรักษาศีล

เฉลย: ก.

20. นิพพาน หมายถึงอะไร?

ก. ความสุข

ข. ความทุกข์

ค. ความดับทุกข์

ง. ความว่างเปล่า

เฉลย: ค.

.....

1. ไตรสิกขา หมายถึงอะไร?

ก. ทางแห่งการดับทุกข์

ข. ข้อปฏิบัติ 3 ประการในพระพุทธศาสนา

ค. หลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า

ง. การทำบุญให้ทาน

เฉลย: ข.

2. ไตรสิกขา ประกอบด้วยอะไรบ้าง?

ก. ทาน ศีล ภาวนา

ข. ศีล สมาธิ ปัญญา

ค. อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

ง. ชั้น 5 आयตนะ 12 ธาตุ 18

เฉลย: ข.

3. ศีล ในไตรสิกขา หมายถึงอะไร?

ก. การทำจิตใจให้สงบ

ข. การรักษาความประพฤติให้ดีงาม

ค. การพิจารณาความจริงของชีวิต

ง. การให้ทานแก่ผู้ยากไร้

เฉลย: ข.

4. สมาธิ ในไตรสิกขา หมายถึงอะไร?

ก. การรักษาความประพฤติให้ดีงาม

ข. การทำจิตใจให้สงบและตั้งมั่น

ค. การพิจารณาความจริงของชีวิต

ง. การให้ทานแก่ผู้ยากไร้

เฉลย: ข.

5. ปัญญา ในไตรสิกขา หมายถึงอะไร?

ก. การรักษาความประพฤติให้ดีงาม

ข. การทำจิตใจให้สงบและตั้งมั่น

ค. การพิจารณาความจริงของชีวิตและความเข้าใจในธรรม

ง. การให้ทานแก่ผู้ยากไร้

เฉลย: ค.

6. ศีล มีประโยชน์อย่างไร?

ก. ทำให้จิตใจสงบ

ข. ทำให้เกิดปัญญา

ค. ทำให้สังคมสงบสุข

ง. ทำให้ร่ำรวย

เฉลย: ค.

7. สมาธิ มีประโยชน์อย่างไร?

ก. ทำให้จิตใจสงบและมีสติ

ข. ทำให้เกิดปัญญา

ค. ทำให้สังคมสงบสุข

ง. ทำให้ร่ำรวย

เฉลย: ก.

8. ปัญญา มีประโยชน์อย่างไร?

ก. ทำให้จิตใจสงบ

ข. ทำให้เข้าใจความจริงของชีวิต

ค. ทำให้สังคมสงบสุข

ง. ทำให้ร่ำรวย

เฉลย: ข.

9. การรักษาศีล 5 ช่วยให้เกิดผลดีอย่างไร?

ก. ทำให้มีสุขภาพแข็งแรง

ข. ทำให้มีสติปัญญาดี

ค. ทำให้สังคมสงบสุข

ง. ทำให้มีชื่อเสียง

เฉลย: ค.

10. การทำสมาธิ ช่วยให้เกิดผลดีอย่างไร?

- ก. ทำให้มีสุขภาพแข็งแรง
- ข. ทำให้มีสติปัญญาดี
- ค. ทำให้สังคมสงบสุข
- ง. ทำให้มีชื่อเสียง

เฉลย: ข.

11. การศึกษาและปฏิบัติธรรม ช่วยให้เกิดผลดีอย่างไร?

- ก. ทำให้มีสุขภาพแข็งแรง
- ข. ทำให้มีสติปัญญาดี
- ค. ทำให้สังคมสงบสุข
- ง. ทำให้พ้นจากทุกข์

เฉลย: ง.

12. ข้อใดคือองค์ประกอบของศีล?

- ก. สัมมาวาจา สัมมากัมมันโต สัมมาอาชีโว
- ข. สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปो สัมมาวาจา
- ค. สัมมาวาจาโม สัมมาสติ สัมมาสมาธิ
- ง. สัมมาสังกัปปो สัมมาอาชีโว สัมมาวาจาโม

เฉลย: ก.

13. ข้อใดคือองค์ประกอบของสมาธิ?

- ก. สัมมาวาจา สัมมากัมมันโต สัมมาอาชีโว
- ข. สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปो สัมมาวาจา
- ค. สัมมาวายาโม สัมมาสติ สัมมาสมาธิ
- ง. สัมมาสังกัปปो สัมมาอาชีโว สัมมาวายาโม

เฉลย: ค.

14. ข้อใดคือองค์ประกอบของปัญญา?

- ก. สัมมาวาจา สัมมากัมมันโต สัมมาอาชีโว
- ข. สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปอ
- ค. สัมมาวายาโม สัมมาสติ สัมมาสมาธิ
- ง. สัมมาสังกัปปอ สัมมาอาชีโว สัมมาวายาโม

เฉลย: ข.

15. การรักษาศีล 8 มีประโยชน์อย่างไร?

- ก. ทำให้มีสุขภาพแข็งแรง
- ข. ทำให้มีสติปัญญาดี
- ค. ทำให้จิตใจสงบยิ่งขึ้น
- ง. ทำให้มีชื่อเสียง

เฉลย: ค.

16. การเจริญสมาธิแบบใด ช่วยให้เกิดปัญญา?

- ก. การทำสมาธิแบบสมถะ
- ข. การทำสมาธิแบบวิปัสสนา
- ค. การทำสมาธิแบบเดินจงกรม
- ง. การทำสมาธิแบบนั่งสมาธิ

เฉลย: ข.

17. การศึกษาพระไตรปิฎก มีประโยชน์อย่างไร?

- ก. ทำให้มีสุขภาพแข็งแรง
- ข. ทำให้มีสติปัญญาดี
- ค. ทำให้เข้าใจหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า
- ง. ทำให้มีชื่อเสียง

เฉลย: ค.

18. การปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน ทำได้อย่างไร?

- ก. การรักษาศีล ทำสมาธิ และศึกษาธรรมะ
- ข. การทำบุญให้ทานทุกวัน
- ค. การสวดมนต์ภาวนาทุกวัน
- ง. การไปวัดทุกวัน

เฉลย: ก.

19. ไตรสิกขา มีความสำคัญต่อการพัฒนาตนเองอย่างไร?

- ก. ทำให้มีสุขภาพแข็งแรง
- ข. ทำให้มีสติปัญญาดี
- ค. ทำให้เป็นคนดี มีความสุข และพ้นจากทุกข์
- ง. ทำให้มีชื่อเสียง

เฉลย: ค.

20. ไตรสิกขา มีความสำคัญต่อสังคมอย่างไร?

- ก. ทำให้สังคมสงบสุขและน่าอยู่
- ข. ทำให้สังคมร่ำรวย
- ค. ทำให้สังคมมีชื่อเสียง
- ง. ทำให้สังคมมีอำนาจ

เฉลย: ก.

.....

1. ไตรลักษณ์ หมายถึงอะไร?

- ก. หลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า
- ข. ลักษณะ 3 ประการของสรรพสิ่ง
- ค. การทำบุญให้ทาน
- ง. ข้อปฏิบัติ 3 ประการในพระพุทธศาสนา

เฉลย: ข.

2. ไตรลักษณ์ ประกอบด้วยอะไรบ้าง?

ก. ทาน ศีล ภาวนา

ข. ศีล สมาธิ ปัญญา

ค. อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

ง. ชั้น 5 आयตนะ 12 ธาตุ 18

เฉลย: ค.

3. อนิจจัง หมายถึงอะไร?

ก. ความสุข

ข. ความทุกข์

ค. ความไม่เที่ยง

ง. ความว่างเปล่า

เฉลย: ค.

4. ทุกขัง หมายถึงอะไร?

ก. ความสุข

ข. ความทุกข์

ค. ความไม่เที่ยง

ง. ความว่างเปล่า

เฉลย: ข.

5. อนัตตา หมายถึงอะไร?

ก. ความสุข

ข. ความทุกข์

ค. ความไม่เที่ยง

ง. ความไม่มีตัวตน

เฉลย: ง.

6. การพิจารณาไตรลักษณ์ มีประโยชน์อย่างไร?

ก. ทำให้ร่ำรวย

ข. ทำให้มีชื่อเสียง

ค. ทำให้เข้าใจความจริงของชีวิต

ง. ทำให้มีสุขภาพแข็งแรง

เฉลย: ค.

7. การเห็นความไม่เที่ยงของสรรพสิ่ง ช่วยให้เกิดผลดีอย่างไร?

ก. ทำให้มีความสุขมากขึ้น

ข. ทำให้ปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่น

ค. ทำให้มีอำนาจมากขึ้น

ง. ทำให้มีสติปัญญาดี

เฉลย: ข.

8. การเห็นความทุกข์ของชีวิต ช่วยให้เกิดผลดีอย่างไร?

- ก. ทำให้มีความสุขมากขึ้น
- ข. ทำให้เข้าใจความทุกข์และหาทางพ้นทุกข์
- ค. ทำให้มีอำนาจมากขึ้น
- ง. ทำให้มีสติปัญญาดี

เฉลย: ข.

9. การเห็นความไม่มีตัวตนของสรรพสิ่ง ช่วยให้เกิดผลดีอย่างไร?

- ก. ทำให้มีความสุขมากขึ้น
- ข. ทำให้ลดละความเห็นแก่ตัว
- ค. ทำให้มีอำนาจมากขึ้น
- ง. ทำให้มีสติปัญญาดี

เฉลย: ข.

10. ไตรลักษณ์ มีความสัมพันธ์กับขั้น 5 อย่างไร?

- ก. ขั้น 5 เป็นส่วนหนึ่งของไตรลักษณ์
- ข. ไตรลักษณ์ เป็นส่วนหนึ่งของขั้น 5
- ค. ขั้น 5 และไตรลักษณ์ เป็นสิ่งเดียวกัน
- ง. ขั้น 5 และไตรลักษณ์ เป็นสิ่งที่แยกจากกัน

เฉลย: ก.

11. การพิจารณาไตรลักษณ์ในชีวิตประจำวัน ทำได้อย่างไร?

ก. การสังเกตความเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจ

ข. การทำบุญให้ทานทุกวัน

ค. การสวดมนต์ภาวนาทุกวัน

ง. การไปวัดทุกวัน

เฉลย: ก.

12. การพิจารณาไตรลักษณ์ ช่วยให้เกิดปัญญาอย่างไร?

ก. ทำให้มีสติปัญญาดี

ข. ทำให้เข้าใจความจริงของชีวิต

ค. ทำให้มีอำนาจมากขึ้น

ง. ทำให้มีสุขภาพแข็งแรง

เฉลย: ข.

13. การพิจารณาไตรลักษณ์ ช่วยลดละความทุกข์ได้อย่างไร?

ก. ทำให้มีความสุขมากขึ้น

ข. ทำให้ปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่น

ค. ทำให้มีอำนาจมากขึ้น

ง. ทำให้มีสติปัญญาดี

เฉลย: ข.

14. การพิจารณาไตรลักษณ์ ช่วยให้เกิดความเมตตาได้อย่างไร?

- ก. ทำให้มีความสุขมากขึ้น
- ข. ทำให้เข้าใจความทุกข์ของผู้อื่น
- ค. ทำให้มีอำนาจมากขึ้น
- ง. ทำให้มีสติปัญญาดี

เฉลย: ข.

15. การพิจารณาไตรลักษณ์ ช่วยให้เกิดความสงบได้อย่างไร?

- ก. ทำให้มีความสุขมากขึ้น
- ข. ทำให้ปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่น
- ค. ทำให้มีอำนาจมากขึ้น
- ง. ทำให้มีสติปัญญาดี

เฉลย: ข.

16. การพิจารณาไตรลักษณ์ ช่วยให้เกิดความเข้าใจในธรรมชาติของชีวิตอย่างไร?

- ก. ทำให้เข้าใจความเปลี่ยนแปลงของชีวิต
- ข. ทำให้เข้าใจความสุขของชีวิต
- ค. ทำให้เข้าใจความสำเร็จของชีวิต
- ง. ทำให้เข้าใจความร่ำรวยของชีวิต

เฉลย: ก.

17. การพิจารณาไตรลักษณ์ ช่วยให้เกิดความเข้าใจในความสัมพันธ์ของสรรพสิ่งอย่างไร?

ก. ทำให้เข้าใจความเชื่อมโยงของสรรพสิ่ง

ข. ทำให้เข้าใจความแตกต่างของสรรพสิ่ง

ค. ทำให้เข้าใจความขัดแย้งของสรรพสิ่ง

ง. ทำให้เข้าใจความโดดเด่นของสรรพสิ่ง

เฉลย: ก.

18. การพิจารณาไตรลักษณ์ ช่วยให้เกิดความเข้าใจในความว่างเปล่าของสรรพสิ่งอย่างไร?

ก. ทำให้เข้าใจความไม่มีตัวตนของสรรพสิ่ง

ข. ทำให้เข้าใจความสุขของสรรพสิ่ง

ค. ทำให้เข้าใจความสำเร็จของสรรพสิ่ง

ง. ทำให้เข้าใจความร่ำรวยของสรรพสิ่ง

เฉลย: ก.

19. ไตรลักษณ์ มีความสำคัญต่อการปฏิบัติธรรมอย่างไร?

ก. เป็นพื้นฐานของการปฏิบัติธรรม

ข. เป็นเป้าหมายของการปฏิบัติธรรม

ค. เป็นวิธีการปฏิบัติธรรม

ง. เป็นผลของการปฏิบัติธรรม

เฉลย: ก.

20. ไตรลักษณ์ มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตอย่างไร?

ก. ทำให้เข้าใจความจริงของชีวิต

ข. ทำให้มีความสุขมากขึ้น

ค. ทำให้มีอำนาจมากขึ้น

ง. ทำให้มีสติปัญญาดี

เฉลย: ก.

.....

1. วิปัสสนูปกิเลส หมายถึงอะไร?

ก. อุปสรรคในการเจริญวิปัสสนา

ข. ผลของการเจริญวิปัสสนา

ค. วิธีการเจริญวิปัสสนา

ง. สภาวะของจิตที่สงบ

เฉลย: ก.

2. วิปัสสนูปกิเลสมีทั้งหมดกี่ประการ?

ก. 5

ข. 8

ค. 10

ง. 12

เฉลย: ค.

3. โอภาส ในวิปัสสนูปกิเลส หมายถึงอะไร?

ก. ความสุข

ข. แสงสว่าง

ค. ความสงบ

ง. ความเชื่อ

เฉลย: ข.

4. ญาณ ในวิปัสสนูปกิเลส หมายถึงอะไร?

ก. ความรู้พิเศษ

ข. ความสงบ

ค. ความสุข

ง. ความเชื่อ

เฉลย: ก.

5. ปีติ ในวิปัสสนูปกิเลส หมายถึงอะไร?

ก. ความสุข

ข. ความสงบ

ค. ความอึดเอิบใจ

ง. ความเชื่อ

เฉลย: ค.

6. ปัสสัทธิ ในวิปัสสนูปกิเลส หมายถึงอะไร?

ก. ความสุข

ข. ความสงบกายสงบใจ

ค. ความอึดเอิบใจ

ง. ความเชื่อ

เฉลย: ข.

7. สุข ในวิปัสสนูปกิเลส หมายถึงอะไร?

ก. ความสบายกายสบายใจ

ข. ความสงบ

ค. ความอึดเอิบใจ

ง. ความเชื่อ

เฉลย: ก.

8. อธิโมกษ์ ในวิปัสสนูปกิเลส หมายถึงอะไร?

ก. ความศรัทธาแก่กล้า

ข. ความสงบ

ค. ความอึดเอิบใจ

ง. ความเพียร

เฉลย: ก.

9. ปัคคาหะ ในวิปัสสนูปกิเลส หมายถึงอะไร?

ก. ความเพียรที่พอดี

ข. ความสงบ

ค. ความอึดเอิบใจ

ง. ความเชื่อ

เฉลย: ก.

10. อุปัฏฐาน ในวิปัสสนูปกิเลส หมายถึงอะไร?

ก. สติแก่กล้า

ข. ความสงบ

ค. ความอึดเอิบใจ

ง. ความเชื่อ

เฉลย: ก.

11. อุเบกขา ในวิปัสสนูปกิเลส หมายถึงอะไร?

ก. ความวางเฉย

ข. ความสงบ

ค. ความอึดเอิบใจ

ง. ความเชื่อ

เฉลย: ก.

12. นิกันติ ในวิปัสสนูปกิเลส หมายถึงอะไร?

ก. ความพอใจ

ข. ความสงบ

ค. ความอึดเอิบใจ

ง. ความเชื่อ

เฉลย: ก.

13. วิปัสสนูปกิเลส เกิดขึ้นได้อย่างไร?

ก. จากการเจริญสมาธิ

ข. จากการเจริญวิปัสสนา

ค. จากการทำทาน

ง. จากการรักษาศีล

เฉลย: ข.

14. วิปัสสนูปกิเลส เป็นอันตรายต่อการปฏิบัติธรรมอย่างไร?

ก. ทำให้หลงผิดคิดว่าบรรลุธรรม

ข. ทำให้เกิดความขี้เกียจ

ค. ทำให้เกิดความโกรธ

ง. ทำให้เกิดความกลัว

เฉลย: ก.

15. การรู้เท่าทันวิปัสสนูปกิเลส ทำได้อย่างไร?

ก. โดยการมีสติ

ข. โดยการทำทาน

ค. โดยการรักษาศีล

ง. โดยการสวดมนต์

เฉลย: ก.

16. วิปัสสนูปกิเลส มีลักษณะอย่างไร?

ก. เป็นความสุขที่แท้จริง

ข. เป็นความสุขที่ฉาบฉวย

ค. เป็นความทุกข์

ง. เป็นความว่างเปล่า

เฉลย: ข.

17. การละวิปัสสนูปกิเลส ทำได้อย่างไร?

ก. โดยการปล่อยวาง

ข. โดยการยึดมั่น

ค. โดยการเพิกเฉย

ง. โดยการหลีกเลี่ยง

เฉลย: ก.

18. วิปัสสนูปกิเลส เกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติธรรมประเภทใด?

ก. ผู้ปฏิบัติธรรมที่ขาดสติ

ข. ผู้ปฏิบัติธรรมที่เคร่งครัด

ค. ผู้ปฏิบัติธรรมที่ใจดี

ง. ผู้ปฏิบัติธรรมที่ฉลาด

เฉลย: ก.

19. วิปัสสนูปกิเลส มีความสำคัญอย่างไรต่อการปฏิบัติธรรม?

ก. เป็นเครื่องเตือนใจให้มีสติ

ข. เป็นเครื่องชี้วัดความสำเร็จ

ค. เป็นเครื่องเพิ่มพูนปัญญา

ง. เป็นเครื่องสร้างความสุข

เฉลย: ก.

20. เป้าหมายของการปฏิบัติธรรม คืออะไร?

ก. การละวิปัสสนูปกิเลส

ข. การบรรลุวิปัสสนูปกิเลส

ค. การสร้างวิปัสสนูปกิเลส

ง. การเพิกเฉยต่อวิปัสสนูปกิเลส

เฉลย: ก.

.....

1. วิปัสสนญาณ 16 หมายถึงอะไร?

ก. ขั้นตอนการเจริญสมาธิ

ข. ขั้นตอนการเจริญวิปัสสนา

ค. ขั้นตอนการให้ทาน

ง. ขั้นตอนการรักษาศีล

เฉลย: ข.

2. ญาณแรกในวิปัสสนญาณ 16 คืออะไร?

ก. อุทยัพพญาณ

ข. ภังคญาณ

ค. นามรูปปริจเฉทญาณ

ง. สังขารุเปกขาญาณ

เฉลย: ค.

3. นามรูปปริจเฉทญาณ หมายถึงอะไร?

ก. ญาณกำหนดรู้การเกิดดับของนามรูป

ข. ญาณกำหนดรู้ปัจจัยของนามรูป

ค. ญาณกำหนดแยกนามรูป

ง. ญาณกำหนดความเสื่อมของนามรูป

เฉลย: ค.

4. ปัจจัยปริคคหญาณ หมายถึงอะไร?

ก. ญาณกำหนดรู้การเกิดดับของนามรูป

ข. ญาณกำหนดรู้ปัจจัยของนามรูป

ค. ญาณกำหนดแยกนามรูป

ง. ญาณกำหนดความเสื่อมของนามรูป

เฉลย: ข.

5. สัมมสนญาณ หมายถึงอะไร?

ก. ญาณพิจารณานามรูปโดยไตรลักษณ์

ข. ญาณกำหนดรู้ปัจจัยของนามรูป

ค. ญาณกำหนดแยกนามรูป

ง. ญาณกำหนดความเสื่อมของนามรูป

เฉลย: ก.

6. อุทยัพพญาณ หมายถึงอะไร?

ก. ญาณกำหนดรู้การเกิดดับของนามรูป

ข. ญาณกำหนดรู้ปัจจัยของนามรูป

ค. ญาณกำหนดแยกนามรูป

ง. ญาณกำหนดความเสื่อมของนามรูป

เฉลย: ก.

7. กังคญาณ หมายถึงอะไร?

ก. ญาณกำหนดรู้การเกิดดับของนามรูป

ข. ญาณกำหนดรู้ปัจจัยของนามรูป

ค. ญาณกำหนดแยกนามรูป

ง. ญาณกำหนดความเสื่อมของนามรูป

เฉลย: ง.

8. ภยญาณ หมายถึงอะไร?

ก. ญาณเห็นความน่ากลัวของสังขาร

ข. ญาณกำหนดรู้ปัจจัยของนามรูป

ค. ญาณกำหนดแยกนามรูป

ง. ญาณกำหนดความเสื่อมของนามรูป

เฉลย: ก.

9. อาทีนวญาณ หมายถึงอะไร?

- ก. ญาณเห็นโทษของสังขาร
- ข. ญาณกำหนดรู้ปัจจัยของนามรูป
- ค. ญาณกำหนดแยกนามรูป
- ง. ญาณกำหนดความเสื่อมของนามรูป

เฉลย: ก.

10. นิพพิทาญาณ หมายถึงอะไร?

- ก. ญาณเบื่อหน่ายในสังขาร
- ข. ญาณกำหนดรู้ปัจจัยของนามรูป
- ค. ญาณกำหนดแยกนามรูป
- ง. ญาณกำหนดความเสื่อมของนามรูป

เฉลย: ก.

11. มุญจितุกัมมตาญาณ หมายถึงอะไร?

- ก. ญาณใคร่พ้นจากสังขาร
- ข. ญาณกำหนดรู้ปัจจัยของนามรูป
- ค. ญาณกำหนดแยกนามรูป
- ง. ญาณกำหนดความเสื่อมของนามรูป

เฉลย: ก.

12. ปฏิสังขาญาณ หมายถึงอะไร?

ก. ญาณพิจารณาทบทวนสังขาร

ข. ญาณกำหนดรู้ปัจจัยของนามรูป

ค. ญาณกำหนดแยกนามรูป

ง. ญาณกำหนดความเสื่อมของนามรูป

เฉลย: ก.

13. สังขารุเปกขาญาณ หมายถึงอะไร?

ก. ญาณวางเฉยในสังขาร

ข. ญาณกำหนดรู้ปัจจัยของนามรูป

ค. ญาณกำหนดแยกนามรูป

ง. ญาณกำหนดความเสื่อมของนามรูป

เฉลย: ก.

14. สัจจานุโลมิกญาณ หมายถึงอะไร?

ก. ญาณคล้อยตามอริยสัจ

ข. ญาณกำหนดรู้ปัจจัยของนามรูป

ค. ญาณกำหนดแยกนามรูป

ง. ญาณกำหนดความเสื่อมของนามรูป

เฉลย: ก.

15. โคตรภูญาณ หมายถึงอะไร?

ก. ญาณหัวต่อระหว่างโลกีย์และโลกุตระ

ข. ญาณกำหนดรู้ปัจจัยของนามรูป

ค. ญาณกำหนดแยกนามรูป

ง. ญาณกำหนดความเสื่อมของนามรูป

เฉลย: ก.

16. มัคคญาณ หมายถึงอะไร?

ก. ญาณรู้มรรค

ข. ญาณกำหนดรู้ปัจจัยของนามรูป

ค. ญาณกำหนดแยกนามรูป

ง. ญาณกำหนดความเสื่อมของนามรูป

เฉลย: ก.

17. ผลญาณ หมายถึงอะไร?

ก. ญาณรู้ผล

ข. ญาณกำหนดรู้ปัจจัยของนามรูป

ค. ญาณกำหนดแยกนามรูป

ง. ญาณกำหนดความเสื่อมของนามรูป

เฉลย: ก.

18. ปัจจเวกชนญาณ หมายถึงอะไร?

ก. ญาณพิจารณาทบทวนมรรคผล

ข. ญาณกำหนดรู้ปัจจัยของนามรูป

ค. ญาณกำหนดแยกนามรูป

ง. ญาณกำหนดความเสื่อมของนามรูป

เฉลย: ก.

19. วิปัสสนญาณ 16 มีประโยชน์อย่างไร?

ก. ทำให้ร่ำรวย

ข. ทำให้มีชื่อเสียง

ค. ทำให้เข้าใจความจริงของชีวิตและพ้นทุกข์

ง. ทำให้มีสุขภาพแข็งแรง

เฉลย: ค.

20. การเจริญวิปัสสนญาณ 16 ต้องอาศัยอะไร?

ก. การทำทาน

ข. การรักษาศีล

ค. การทำสมาธิและปัญญา

ง. การสวดมนต์

เฉลย: ค.

.....

1. การปฏิบัติวิปัสสนา มีจุดมุ่งหมายเพื่ออะไร?

- ก. เพื่อให้มีฤทธิ์เดช
- ข. เพื่อให้ร่ำรวย
- ค. เพื่อให้พ้นจากความทุกข์
- ง. เพื่อให้มีชื่อเสียง

เฉลย: ค.

2. หลักธรรมใดเป็นหัวใจของการปฏิบัติวิปัสสนา?

- ก. ทาน
- ข. ศีล
- ค. ปัญญา
- ง. สมาธิ

เฉลย: ค.

3. การปฏิบัติวิปัสสนา เริ่มต้นจากการพิจารณาอะไร?

- ก. อนาคต
- ข. อดีต
- ค. ปัจจุบัน
- ง. ความฝัน

เฉลย: ค.

4. สติปัฏฐาน 4 ประกอบด้วยอะไรบ้าง?

ก. ทาน ศีล ภาวนา สมาธิ

ข. กาย เวทนา จิต ธรรม

ค. อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา นิพพาน

ง. ศีล สมาธิ วิริยะ สติ

เฉลย: ข.

5. การพิจารณาภายในกาย คืออะไร?

ก. การพิจารณาร่างกายของผู้อื่น

ข. การพิจารณาร่างกายของตนเอง

ค. การพิจารณาจิตใจของผู้อื่น

ง. การพิจารณาจิตใจของตนเอง

เฉลย: ข.

6. การพิจารณาเวทนาในเวทนา คืออะไร?

ก. การพิจารณาความรู้สึกของผู้อื่น

ข. การพิจารณาความรู้สึกของตนเอง

ค. การพิจารณาความคิดของผู้อื่น

ง. การพิจารณาความคิดของตนเอง

เฉลย: ข.

7. การพิจารณาจิตในจิต คืออะไร?

- ก. การพิจารณาจิตใจของผู้อื่น
- ข. การพิจารณาจิตใจของตนเอง
- ค. การพิจารณาความคิดของผู้อื่น
- ง. การพิจารณาความคิดของตนเอง

เฉลย: ข.

8. การพิจารณาธรรมในธรรม คืออะไร?

- ก. การพิจารณาหลักธรรมของผู้อื่น
- ข. การพิจารณาหลักธรรมของตนเอง
- ค. การพิจารณาความคิดของผู้อื่น
- ง. การพิจารณาความคิดของตนเอง

เฉลย: ข.

9. การปฏิบัติวิปัสสนา ช่วยให้เกิดผลได้อย่างไร?

- ก. ทำให้ร่ำรวย
- ข. ทำให้มีชื่อเสียง
- ค. ทำให้เข้าใจความจริงของชีวิต
- ง. ทำให้มีสุขภาพแข็งแรง

เฉลย: ค.

10. สติ หมายถึงอะไร?

ก. ความจำ

ข. ความระลึกถึงตัว

ค. ความคิด

ง. ความรู้สึก

เฉลย: ข.

11. สัมปชัญญะ หมายถึงอะไร?

ก. ความรู้ตัวทั่วพร้อม

ข. ความจำ

ค. ความคิด

ง. ความรู้สึก

เฉลย: ก.

12. การปฏิบัติวิปัสสนา ต้องอาศัยอะไร?

ก. ความเชื่อ

ข. ความศรัทธา

ค. ความเพียร

ง. ความขี้เกียจ

เฉลย: ค.

13. การปฏิบัติวิปัสสนา ช่วยให้เกิดอะไร?

ก. ความโกรธ

ข. ความโลภ

ค. ความหลง

ง. ถูกทุกข้อ

เฉลย: ง.

14. การปฏิบัติวิปัสสนา ช่วยให้เกิดอะไร?

ก. ความเมตตา

ข. ความกรุณา

ค. ความสงบ

ง. ถูกทุกข้อ

เฉลย: ง.

15. การปฏิบัติวิปัสสนา ช่วยให้เข้าใจอะไร?

ก. ความไม่เที่ยง

ข. ความทุกข์

ค. ความไม่มีตัวตน

ง. ถูกทุกข้อ

เฉลย: ง.

16. การปฏิบัติวิปัสสนา ช่วยให้เกิดปัญญาอย่างไร?

- ก. ทำให้มีสติปัญญาดี
- ข. ทำให้เข้าใจความจริงของชีวิต
- ค. ทำให้มีอำนาจมากขึ้น
- ง. ทำให้มีสุขภาพแข็งแรง

เฉลย: ข.

17. การปฏิบัติวิปัสสนา ช่วยให้ลดละความทุกข์ได้อย่างไร?

- ก. ทำให้มีความสุขมากขึ้น
- ข. ทำให้ปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่น
- ค. ทำให้มีอำนาจมากขึ้น
- ง. ทำให้มีสติปัญญาดี

เฉลย: ข.

18. การปฏิบัติวิปัสสนา ช่วยให้เกิดความเมตตาได้อย่างไร?

- ก. ทำให้มีความสุขมากขึ้น
- ข. ทำให้เข้าใจความทุกข์ของผู้อื่น
- ค. ทำให้มีอำนาจมากขึ้น
- ง. ทำให้มีสติปัญญาดี

เฉลย: ข.

19. การปฏิบัติวิปัสสนา ช่วยให้เกิดความสงบได้อย่างไร?

- ก. ทำให้มีความสุขมากขึ้น
- ข. ทำให้ปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่น
- ค. ทำให้มีอำนาจมากขึ้น
- ง. ทำให้มีสติปัญญาดี

เฉลย: ข.

20. การปฏิบัติวิปัสสนา มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตอย่างไร?

- ก. ทำให้เข้าใจความจริงของชีวิต
- ข. ทำให้มีความสุขมากขึ้น
- ค. ทำให้มีอำนาจมากขึ้น
- ง. ทำให้มีสติปัญญาดี

เฉลย: ก.

.....

