ဝိသုဒ္ဓိမဂ်လေ့ကျင့်ခန်းမေးခွန်းများ (အသုဘကမ္မဋ္ဌာန နိဒ္ဒေသ/ဥဒ္ဓုမာတက ကမ္မဋ္ဌာန်းပိုင်း)

ဆရာတော်ဦးဩဘာသ (ဓမ္မာနန္ဒဝိဟာရ) ၏ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်သင်တန်း (အသုဘ ကမ္မဋ္ဌာနနိဒ္ဒေသ/ဥဒ္ဓုမာတက ကမ္မဋ္ဌာန်းပိုင်း) လေ့ကျင့်ခန်း မေးခွန်းများ။

"အသုဘ ကမ္မဋ္ဌာနနိဒ္ဒေသ" သင်တန်းမှတ်စု စာမျက်နှာ 1 မှ 16 အထိ ။

1. အောက်ပါတို့ကို အမှားအမှန်ရွေးပါ။ (1 point)

   အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်ရန် ဆရာ မလို, ကိုယ့်ဖာသာ အားထုတ်နိုင်၏။

   ◯ မှန်သည်

   ◯ မှားသည်

2. အောက်ပါတို့ကို အမှားအမှန်ရွေးပါ။ (1 point)

   မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်စိတ်ချလျှင်ကား ဝိသဘာဂအာရုံပင် ဖြစ်သော်လည်း အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်း ရှုနိုင်၏။

   ◯ မှန်သည်

   ◯ မှားသည်

3. အောက်ပါတို့ကို အမှားအမှန်ရွေးပါ။ (1 point)

   အသုဘကောင်ရှုရန် သုသာန်သို့သွားလျှင် အခြားရဟန်းများ မသိစေပဲ တိတ်ဆိတ်စွာ လျှို့ဝှက်သွားရမည်။

   ◯ မှန်သည်

   ◯ မှားသည်

4. အောက်ပါတို့ကို အမှားအမှန်ရွေးပါ။ (1 point)

   အသုဘကောင်ကို ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ ခြံစသည်နှင့်တကွ တွဲ၍မှတ်သားခြင်းသည် မတွေဝေခြင်း အကျိုး ရှိ၏။

◯ မှန်သည်

◯ မှားသည်

5. အောက်ပါတို့ကို အမှားအမှန်ရွေးပါ။ (1 point)

အသုဘကောင် ချဉ်းကပ်လျှင် လေစုန်လမ်းဖြင့် သွားသင့်၏။

◯ မှန်သည်

◯ မှားသည်

6. အောက်ပါတို့ကို အမှားအမှန်ရွေးပါ။ (1 point)

ကမ္မဋ္ဌာန်းရှုလျှင် ထင်သာမြင်သာအောင် အသုဘကောင်နှင့် ခပ်နီးနီးသာ ထိုင်ရမည်။

◯ မှန်သည်

◯ မှားသည်

7. အောက်ပါတို့ကို အမှားအမှန်ရွေးပါ။ (1 point)

အသုဘကောင်ကို ယောကျ်ား,မိန်းမအသွင်ဖြင့် မမှတ်ပဲ ပ-ဒု-တ အရွယ်သုံးပါးဖြင့်သာ မှတ်သားအပ်၏။

◯ မှန်သည်

◯ မှားသည်

8. အောက်ပါတို့ကို အမှားအမှန်ရွေးပါ။ (1 point)

ဥဒ္ဓုမာတကကမ္မဋ္ဌာန်းသည် ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသော်လည်း ရပြီးသားဈာန်ကား မလျှောနိုင်တော့ပေ။

◯ မှန်သည်

◯ မှားသည်

9. အောက်ပါတို့ကို အမှားအမှန်ရွေးပါ။ (1 point)

အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံယူပြီး ပြန်လာသောရဟန်းအား လမ်းမှာ မည်သူနဲ့မျှ စကားမပြောရ။

◯

မှန်သည်

◯ မှားသည်

10. အောက်ပါတို့ကို အမှားအမှန်ရွေးပါ။ (1 point)

အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်းသည် စျာန်လေးပါးလုံးကို ရနိုင်ခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်သည်။

◯ မှန်သည်

◯ မှားသည်

11. အောက်ပါတို့၌ မှန်ရာတစ်ခုကိုသာ ရွေးချယ်ခဲ့ပါ။ (1 point)

သတ်ဖြတ်ခံရပြီး ခြေလက်အင်္ဂါများကို ပိုင်းဖြတ်ကာ ထိုထိုအရပ်၌ စွန့်ပစ်ထားသော အသုဘကို ရှုလျှင်-

◯ ဝိက္ခိတ္တက အသုဘ-

◯ ဝိက္ခာယိတက အသုဘ-

◯ ဟတဝိက္ခိတ္တက အသုဘ- ကမ္မဋ္ဌာန်းဟု ခေါ်သည်။

12. အောက်ပါတို့၌ မှန်ရာတစ်ခုကိုသာ ရွေးချယ်ခဲ့ပါ။ (1 point)

သုဿန်သို့ ကမ္မဋ္ဌာန်းရှုသွားရာ၌ ယူဆောင်/ခေါ်ဆောင် မသွားနိုင်သော အရာကို ရွေးချယ်ခဲ့ပါ။

◯ ရဟန်းသာမဏေ အဖော်များ

◯ တောင်ဝှေး

◯ ကျောင်းစောင့်ခွေး

◯ တုတ်-နှင်တံ

13. အောက်ပါတို့၌ မှန်ရာတစ်ခုကိုသာ ရွေးချယ်ခဲ့ပါ။ (1 point)

အသုဘရှုရန် နေရာရွေးသောအခါ-

◯ လေအောက်ဘက်မှ ထိုင်ရမည်။

◯ လေညာဘက်မှ ထိုင်ရမည်။

◯ လေညာတည့်တည့် မကျလွန်းသော အရပ်၌ ထိုင်ရမည်။

14. အောက်ပါတို့၌ မှန်ရာတစ်ခုကိုသာ ရွေးချယ်ခဲ့ပါ။ (1 point)
အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်းရှုသော ယောဂီအား ဥဂ္ဂဟနိမိတ် ထင်ရာအခါဟူသည်မှာ-

◯ မျက်စိဖွင့်၍ အကြိမ်တစ်ထောင်ခန့် ရှုပြီးလျှင်-

◯ မျက်စိဖွင့်၍ ၃-ရက်ခန့် ရှုပြီးလျှင်-

◯ မျက်စိဖွင့်ကြည့်စဉ်နှင့် မှိတ်ကြည့်စဉ် တစ်ထပ်တည်းတူစွာ အာရုံထင်လာလျှင်-

15. အောက်ပါတို့၌ မှန်ရာတစ်ခုကိုသာ ရွေးချယ်ခဲ့ပါ။ (1 point)
ကျောင်းနှင့်သုသာန် အသွားအပြန်လမ်းများကို ကောင်းစွာမှတ်သား၍ သွားခြင်းသည်-

◯ မတွေဝေခြင်း အကျိုးရှိ၏။

◯ အသုဘအာရုံ၌ စိတ်ကို ဆောင်ကပ်ဖွဲ့ချည်ထားနိုင်ခြင်း အကျိုးရှိ၏။

◯ နှလုံးသွင်းမှုကို ကမ္မဋ္ဌာန်းလမ်းစဉ်ပေါ်သို့ တဖန်တက်ရောက်စေခြင်း အကျိုးရှိ၏။

16. အောက်ပါတို့၌ မှန်ရာတစ်ခုကိုသာ ရွေးချယ်ခဲ့ပါ။ (1 point)
နှစ်သက်-ငြိမ်းအေးမှု ပီတိ ပဿဒ္ဓိကြောင့်-

◯ သမာဓိ

◯ သုခ

◯ ပညာ- ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာ၏။

17. အောက်ပါတို့ကို မှန်ကန်အောင် တွဲစပ်ပေးပါ။ (5 points)

____ က။ ပုဠဝက အသုဘ	**1.** ၁။ ဓားဖြင့် ၂-ပိုင်းပြတ်ထားသော သူသေကောင်
____ ခ။ လောဟိတက အသုဘ	**2.** ၂။ ပိုးလောက်တို့ ပြည့်နှက်နေသော သူသေကောင်
____ ဂ။ ဝိစ္ဆိဒ္ဒက အသုဘ	**3.** ၃။ ဟိုဟိုဒီဒီတစ်ပိုင်းစီ ပြန့်ကျဲနေသောသူသေကောင်
____ ဃ။ ဝိက္ခိတ္တက အသုဘ	**4.** ၄။ ခွေးစသည်တို့ ခဲစားထားသော သူသေကောင်
____ င။ ဝိက္ခာယိတက အသုဘ	**5.** ၅။ သွေးယိုထွက်နေသော သူသေကောင်