

چهارمین دوره مسابقات سیر مطالعاتی (سال ۱۳۹۷) - مرحله اول

کتاب: آرامش - ویژه سطح ۲

۱- با توجه به آهوزه های قرآنی تنها راه نجات بشر چیست؟
الف) توبه
ب) رزق حلال

د) نماز

ج) بازگشت به قانون خدا

۲- کدام گزینه صحیح نیست؟

الف) اطمینان به معنای سکونت و استنباس است.
ب) سکونت فقط مقابل دو چیز است: حرکت و اضطراب
ج) معنای فرار عبارتند از: وقار، خضوع، طمأنینه، از حرکت افتادن
د) در کتاب دیوان الابدع امن به معنای اعتماد کردن به کسی آمده است

۳- کدام معنا به ترتیب برای واژه آرامش و فشار صحیح نیست؟

الف) خوابیدن - فشار روانی
ب) رادر - نیروی جسمی
ج) فشار روانی - بی حرکت
د) صلح و احمیت - تأکید بر واجبار

۴- کدام گزینه صحیح است؟

الف) هُون به معنای سکنه است
ب) هُون به معنای ذلت و حقارت است
ج) هُون مقابل کراهت است
د) هُون به معنای ذلت و خزی است

۵- مراد از سکنه در تائوت بنی اسرائیل چیست؟
الف) تورات
ب) عصای موسی(ع)

د) همه موارد

ج) روحی از جانب خدا

۶- تعریف ذیل در مورد کدام یک از موارد ذیل می باشد: «برون داد واکنش های فرسایشی بدن برای هتعالل جلوه دادن خود، در برابر کنش هایی که حضر تشخص داده می شوند.»

د) استرس یا فشار روانی

ج) فشار روانی

ب) استرس

الف) اضطراب

۷- از دیدگاه "سله" استرس چند نوع است و کدام نوع آن سودمند می باشد؟

الف) ۵ - شبه استرس
ب) ۴ - شبه فشار
ج) ۴ - پریشانی و اضطراب
د) ۴ - شبه استرس

۸- کدام یک از ویژگی های آرامش ناب و اصل نمی باشد؟

الف) آرامشی انسانی و نالوده
ب) آرامشی حاصل ارتباط با وجود ابدی
ج) آرامشی حقیقی
د) آرامش حاصل رضایت هندی از دنیا

۹- این آیه اشاره به کدام یک از عوامل استرس زا دارد؟ «هَا أَبْهَأُ الذِّهْنُ أَهْوَاُ لَا تُغْرِهُوَا طَهَابَاتِهَا أَكَلُ اللَّهِ لُحْرًا وَلَا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُتَعَدِينَ»

الف) فرهنگی تحمیلی - عامل اجتماعی - محیطی
ب) رژیم غذایی - عوامل بیرونی
ج) فقر و محرومیت - عوامل اجتماعی - محیطی
د) رفتارهای پرمیزی - عامل درونی - روانی

۱۰- طراح حس «سلمان بافتگی» چه کسی بود؟

د) فولکمن

ج) کوپاس

ب) آنتونوفسکی

الف) لازاروس

۱۱- این حدیث را کامل کنید «ایمان هیچ بنده ای راست و محکم نمی شود مگر این که.....»

الف) زبانش را نکه دارد
ب) دلش را آرام و محکم کند
ج) اهل عمل شود
د) دروغ نگوید

۱۲- ویژگی افراد هنیب چیست؟

الف) اهل ایمانند و قلبشان آرام است
ب) اهل نمازند و قلبشان آرام است
ج) اهل تقوایند و قلبشان آرام است
د) اهل عملند و قلبشان آرام است

۱۳- ملق فرموده امیر المومنین(ع) شرط موفقیت در چیست؟

الف) اصلاح فکر - قصد زیبا
ب) فروتنی - وقار
ج) آرامش - ایمان
د) بقیین - مدارا

چهارمین دورہ مسابقات سیر مطالعاتی (سال ۱۳۹۷) - مرحلہ اول

کتاب: آرامش - ویژه سطح ۲

- ۱۴- به فرموده امیر المومنین (ج) ، کلب آرامش چیست؟
الف) بخشش
ب) خوش بینی
ج) قناعت
د) تواضع
- ۱۵- در تفاسیر، سکنه با کدام یک از فضائل اخلاقی بکسان دانسته شده است؟
الف) صداقت
ب) صبر
ج) تقوا
د) خوش خلقی
- ۱۶- کدام یک از موارد زیر، جزء ویژگی های کرامت نفس در انسان می باشد؟
الف) دل بستن به دنیا
ب) کوچک شدن دنیا در نزد او
ج) نرم خویی و خوش خلقی
د) همه موارد
- ۱۷- پیامبر اکرم(ص) استشمار چه گلی را بوی خود معرفی می نماید؟
الف) گل محمدی
ب) گل باس
ج) گل سرخ
د) گل نرگس
- ۱۸- بهترین اثری که برای فرار و سکونت پان شدهاست.
الف) آمادگی روحی
ب) مهار خشم
ج) هوفتت
د) دور اندیشی
- ۱۹- «کاترین پاندر»، نسبت به کدام حساله حساسیت نشان می داد؟
الف) اعتراف به گناه
ب) حائز درمائی
ج) تراناک
د) خُشربه
- ۲۰- مهم ترین انتظار دین از بشر چیست؟
الف) ارتباط با خدا
ب) ارتباط با خانواده
ج) ارتباط با خود
د) ارتباط سالر با دیگران