

චූඤ්ච දර්මය

10 - ශ්‍රේණිය





නිපුණතාව 07

ජීවි අජීවී පරිසරයට හිතකාමී ව හැසිරෙයි.

නිපුණතා මට්ටම 10.7.3

ආහාර පරිභෝජනයේ දී බුදු සිරිත ඇසුරින් ආදර්ශ ගෙන කටයුතු කරයි.

පාඩම

18 නිවැරදි ආහාර පරිභෝජනයෙන් සුව සේ වෙසෙමු



1. බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් දෝණපාක සූත්‍රය දේශනා කළ රජුගේ නම ලියන්න?
2. හික්සුන් වහන්සේලා පිණ්ඩපාතය පරිභෝජනයට පෙර සිදු කරන ප්‍රත්‍යාවේක්ෂාව (සිතුවිල්ල) ලියා දක්වන්න.
3. පහත සඳහන් මාතෘකා අතුරෙන් දෙකකට පමණක් කෙටි සටහන් ලියන්න.
 - (i) ආහාර හත්ථක
 - (ii) අලංසාටක
 - (iii) හත්ථාවච්චක
 - (iv) කාකමාසක
 - (v) භුක්තවම්තක
4. බුදු දහමෙහි සඳහන් (සේවියා) ආහාර ගැනීමේ දී නොකළ යුතු කරුණු පහක් ලියා දක්වන්න.
5. “සුභානුපස්සිං විහරන්තං - ඉන්ද්‍රියේසු අසංවුතං
භෝජනම්භිව අමතඤ්ඤං - කුසිතං භීතවිරියං
තංචේ පසහති මාරෝ - වාතෝ රුක්ඛංව දුබ්බලං” යන ගථාවේ අර්ථය ලියන්න.
6. දෛනික ජීවිතයේ දී නිවැරදි ආහාර පුරුදු අනුගමනය කිරීම තුළින් නිරෝගීමත් ජීවිතයක් ගත කළ හැකි ආකාරය පැහැදිලි කරන්න.