

# විෂය

බුද්ධ ධර්මය

## 9 - ශ්‍රේණිය

### නිපුණතාව 7.0

: ජීවි අජීවි පරිසරයට හිතකාමී ව හැසිරෙයි.

### නිපුණතා මට්ටම 9.7.2

: කායික නිරෝගීතාවට අදාළ ක්‍රමෝපාය අනුගමනය කරයි.

## පාඩම

19 පාඩම (ආරෝග්‍ය පරමාලාභා)

- 1 'ආරෝග්‍ය පරමා ලාභා' යන්නෙහි අර්ථය ලියන්න.
- 2 පංච ශීලයෙහි තෙවන හා පස්වන ශික්ෂාපද ආරක්ෂා කිරීම කායික නිරෝගීතාව පවත්වා ගැනීමට උපකාරී වන්නේ කෙසේ ද?
- 3 ආහාර අනුභවයෙන් අප අපේක්ෂා කළයුතු ප්‍රධානතම කරුණු මොනවා ද?
- 4 බුදු දහමේ ඉගැන්වෙන ආකාරයට ලොව පවත්නා බලවත්ම රෝගය කුමක් ද?
- 5 ආහාර අනුභවයේ දී අප සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු පහක් ලියන්න.
- 6 හික්ෂුන් වහන්සේගේ නිරෝගීතාව පවත්වා ගැනීමට බුදුරදුන් අනුදන් පිළිවෙත් පහක් ලියා දක්වන්න.
- 7 වර්තමාන සමාජයට ගැලපෙන නිරෝගී ජීවිතයක් ගතකිරීම සඳහා පාසල් දරුවන් විසින් පුරුදු පුහුණු කළයුතු ඵලදායී පිළිවෙත් දහයක් ලියන්න.