SEC 1 HIGHER TAMIL WORKSHEETS (PAPER 2)
உயர்நிலை 1 உயர்தமிழ் தேர்வுப் பயிற்சித்தாள் (தாள் 2)
பொருளடக்கம்

எண்	பொருள்	பக்கம்
1	தேர்வுத்தாள் 1	1 - 8
2	தேர்வுத்தாள் 2	9 - 16
3	தேர்வுத்தாள் 3	17 - 24
4	தேர்வுத்தாள் 4	25 - 32
5	தேர்வுத்தாள் 5	33 - 40
6	தேர்வுத்தாள் 6	41 - 48
7	தேர்வுத்தாள் 7	49 - 56
8	தேர்வுத்தாள் 8	57 - 64
9	தேர்வுத்தாள் 9	65 - 72
10	தேர்வுத்தாள் 10	73 - 80
11	தேர்வுத்தாள் 11	81 - 88
12	தேர்வுத்தாள் 12	89 - 96
13	அருஞ்சொற்கள் (தேர்வுத்தாள் 1 to 12)	97 - 104
14	விடைத்தாள்	105 - 118

தேர்வுத்தாள் 1

60

‘அ’ பிரிவு

A1 முன்னுணர்வுக் கருத்தறிதல் (10 மதிப்பெண்கள்)

பின்வரும் பகுதியில் கோடிட்ட இடங்களில் மிகப் பொருத்தமான சொற்களைக் கொண்டு நிரப்பவும்.

ஆரோக்கிய வாழ்க்கைக்கான பழக்க வழக்கங்களை மேற்கொள்ளுமாறு அடிக்கடி வலியுறுத்தப்படுகிறது. உடல் நலத்தைப் **பேணுகின்ற** வழிகளைப் பின்பற்றினால் பல நோய்களைத் தவிர்க்கலாம், (Q1) ____________________ நோயின் வலிமையைக் குறைக்கலாம். நோயைப்போக்கிக் கொள்வதைவிட நோய்வராமல் (Q2) ____________________ கொள்ள வேண்டும் என்பதில் ஐயமில்லை.

“நாம் உண்ணும் உணவு மட்டும் நம்மை நோயாளி ஆக்கவில்லை. நாம் எண்ணும் எண்ணமும் நம்மைக் **கெடுக்கின்றது**” என்று சிங்கப்பூர் மருத்துவர் ஒருவர் சிந்தனையைத் தூண்டும் (Q3) ____________________ ஒரு பத்திரிகைக்கு எழுதிய கடிதத்தில் கருத்துரைத்துள்ளார்.

ஒருவர் ஆரோக்கியமாக வாழ வேண்டும் என்றால் நம்பிக்கை, அன்பு, மன அமைதி (Q4) ____________________ வாழ வேண்டும். ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை, உடற்பயிற்சியின் மூலம் மட்டும் (Q5) ____________________. நம் வீடுகளில், பள்ளிக்கூடங்களில், வேலை செய்யுமிடங்களில் ஒருவருக்கொருவர் பழகுகின்ற **விதம்**, நாம் கடைப்பிடிக்கும் போக்கு, பெறுகின்ற மனநிறைவு ஆகியவற்றையும் பொறுத்திருக்கிறது.

1. போன்றவை	6. பார்த்து	11. விதமான
2. எண்ணத்தை	7. நடைபெறாது	12. நிறைந்து
3. அல்லது	8. சிகிச்சை	13. ஆனால்
4. எதிர்த்து	9. வகையில்	14. ஏற்படாது
5. குறைந்து	10. அதனால்	15. சாத்தியமாகாது

பிழை திருத்தம் (10 மதிப்பெண்கள்)

கீழ்க்காணும் பகுதியின் இடப்பக்கத்தில் ஐந்து வினாக்களின் எண்கள் இடம்பெற்றுள்ளன. ஒவ்வொரு வினாவிற்கும் எதிரிலுள்ள வரியில் கோடிடப்பட்டுள்ள சொல் பிழையாக உள்ளது. அந்த பிழையான சொற்களைத் திருத்தி அச்சொற்களின் சரியான வடிவத்தை எழுதவும்.

	தபால் தலை சேகரித்தல் பலருக்கு ஒரு நல்ல பொழுதுபோக்காக
	விளங்குகிறது. தபால் தலைகளை அவற்றின் விலைக்காக மட்டும்
Q6	சேகரிப்பு இல்லை. தபால் தலைகளின் வடிவமைப்பு, அவை கூறும்
	கதைகள் போன்றன மக்களைப் பெரிதும் கவர்கின்றன. தபால்
	தயாரிப்பின்போது இடம்பெற்ற சில நிகழ்ச்சிகளை நினைவுகூறும்
	பொருட்டு மக்கள் தபால் தலைகளைச் சேகரிக்கின்றனர். தபால் தலைகள்
Q7	ஒரு நாடு பாரம்பரியத்தைக் கடல் கடந்து வாழும் மக்களுக்குத்
Q8	தெரிவிக்கின்றன. மேலும் அது நாட்டின் வரலாறு, கலை, இயற்கை,
Q9	அறிவியல், கைவினைத் திறன் போன்றன எல்லா கூறுகளையும்
	பிரிதிபலிக்கின்றன. இன்று தபால் தலை சேகரிப்பது ஒரு சாதாரண
	பொழுதுபோக்காக இல்லை. அது ஆழ்ந்து பயிலக்கூடிய ஓர் அறிவார்ந்த
Q10	கலையாக விளங்குகிறது. தபால் தலைகளை ஆர்வத்தோடு ஆராய்பவர்கள்
	மற்ற நாடுகளின் புவியியல், வரலாறு, இயற்கை சூழ்நிலைகள்
	ஆகியவற்றைப் பற்றிய புலமை கிடைக்கும்.

Q6 ______________________

Q7 ______________________

Q8 ______________________

Q9 ______________________

Q10 ______________________

‘ஆ’ பிரிவு

B2 கருத்தறிதல் 1 (20 மதிப்பெண்கள்)

பின்வரும் கட்டுரைப்பகுதியைக் கருத்தூன்றிப் படித்து, அதனடியில் காணும் வினாக்களுக்கு உனது சொந்த நடையில் விடை எழுதவும்.

உலகச் சிரிப்பு தினம் ஆண்டுதோறும் மே மாதம் முதல் ஞாயிற்றுக்கிழமை அன்று கொண்டாடப்படுகிறது. சிரிப்பின் ***வாயிலாக*** உலகில் அமைதியை ஏற்படுத்தவேண்டும் என்பது இந்தத் தினத்தின் நோக்கமாகும். இது வேடிக்கையாகவும் விந்தையாகவும் தோன்றினாலும் இது **சாத்தியம்** என்பதை அறிவியல் உண்மைகள் உறுதிப்படுத்துகின்றன. ‘மனிதன் சிரித்தால் மனித மனம் மாறும், மனிதன் மனம் மாறினால் அவனைச் சுற்றியுள்ள உலகம் மாறும்’ என்பதுதான் இத்தினத்தின் அடிப்படைக் கோட்பாடு.

மன **இறுக்கத்தை**க் குறைக்க, நட்பை வளர்க்க, ஒருவருக்கொருவர் நெருக்கமாகப் பழக, இடைவெளியைக் குறைக்க, மனத்தெளிவு பெற துணைநிற்பது சிரிப்பு. ‘வாய்விட்டுச் சிரித்தால் நோய்விட்டுப் போகும்’ என்பார்கள். சிரிக்கும்போது மனத்தில் ஒருவித மகிழ்ச்சியான உணர்வு ஏற்படுகிறது. இதனால், உடலில் ஆரோக்கியமான வேதிப்பொருட்கள் **உற்பத்தியாவதால்** நோயைத் ***தீர்க்கும்*** மருந்தாகிறது. சிரித்து மகிழ்வதால் நோய்கள் வராமல் தடுக்கப்படுவதுடன் வந்த நோய்களும் விரைவில் குணமாவதாக ஆராய்ச்சி உண்மைகள் தெரிவிக்கின்றன.

சிரிப்பில் அசட்டுச்சிரிப்பு, ஆணவச்சிரிப்பு, **ஏளனச்சிரிப்பு**, சாகசச்சிரிப்பு, நையாண்டிச் சிரிப்பு எனப் பலவகைகள் உண்டு. மேலைநாடுகளில் மருத்துவர்கள் நோயாளிகளுக்குச் சிரிப்பு ஒளிக்காட்சியைப் பார்க்குமாறு **பரிந்துரை** செய்கிறார்கள். சிரிக்கும்போது உடலில் முந்நூறு தசைகள் அசைகின்றன. அதன் வாயிலாக உடலிலும் மனத்திலும் உள்ள அழுத்தங்களும் கவலைகளும் வெளியேறுகின்றன.

சிரிக்கும் உணர்வு இருந்தால் எத்தகைய கொடிய துன்பத்தையும் துரத்த முடியும். பழம்பெரும் நடிகர் என்.எஸ் கிருஷ்ணன் அவர்கள், ஒருமுறை வெளியூர் சென்றிருந்த சமயம் அவர் வாகனம் மரத்தில் மோதி விபத்துக்குள்ளாகியது. வேறொரு வாகனத்திற்காக அவர் காத்திருந்தபோது, அந்த வழியாக வந்த விவசாயிகள் விபத்து **குறித்து**க் கேட்டனர். அப்பொழுது, “வாகனத்துக்குக் கொஞ்சம் ஓய்வு தேவைப்பட்டது. அதனால், அதை மரத்தில் சாய்த்து வைத்திருக்கிறேன்” என்றாராம்.

நாம் சிரித்தால் உலகம் நம்முடன் சேர்ந்து சிரிக்கும். அழுதால் நாம் ஒருவரே தனியாக அழுதுகொண்டிருக்க நேரிடும். “மகிழ்ச்சியாக இருக்கும் நேரத்தில் மட்டுமே உங்கள் வீட்டை விட்டு வெளியே வாருங்கள்,” என்கிறார் சுவாமி விவேகானந்தர். “சோக **அலைகளை**, துக்கச் **சுவடுகளை**, கவலை எண்ணங்களை வீட்டில் புதையுங்கள்; வெளி உலகில் வந்து பரப்பாதீர்கள்,” என அறிவுறுத்துகிறார். சிரிப்பு அலைகள் பிறரை நம்மிடம் ஈர்க்கச் செய்யும்; கவலை அலைகள் பிறரை நம்மை விட்டு விலகச் செய்துவிடும்.

வினாக்கள்

பின்வரும் வினாக்களுக்கு நான்கு தெரிவுகள் கொடுக்கப்பட்டுள்ளன. அவற்றுள் மிகப் பொருத்தமான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து அதன் எண்ணை மட்டும் அடைப்புக்குள் எழுதவும்.

Q11 உலகம் எப்போது மாற்றமடையும்? (2 மதிப்பெண்கள்)

1. அமைதி ஏற்படும்போது
2. சிரிப்பு தினம் கொண்டாடும்போது
3. விந்தையும் வேடிக்கையும் மாறும்போது
4. சிரிப்பால் மனிதனின் மனம் மாறும்போது ( )

Q12 சிரிப்பு எதனால் நோய் தீர்க்கும் மருந்தாகிறது? (2 மதிப்பெண்கள்)

1. மன அழுத்தங்களும் கவலைகளும் அகலுவதால்
2. சிரிக்கும்போது மகிழ்ச்சியான உணர்வு ஏற்படுவதால்
3. வாய்விட்டுச் சிரித்தால் நோய்விட்டுப் போகும் என்பதால்
4. சிரிக்கும்போது தேகத்தில் ஆரோக்கியமான வேதிப்பொருட்கள் ஏற்படுவதால்

( )

பின்வரும் வினாக்களுக்கு உன் சொந்த நடையில் விடை எழுதவும்.

Q13 நடிகர் என்.எஸ். கிருஷ்ணன் நகைச்சுவை நிறைந்தவர் என்பதை எதன்வழி அறியலாம்? (6 மதிப்பெண்கள்)

____

____

____

____

____

Q14 சுவாமி விவேகானந்தரின் கருத்து என்ன? (6 மதிப்பெண்கள்)

____

____

____

____

____

WORDSMITH
BEYOND LEARNING
EQ SKILLS = JUMP GRADES + achieve BIG

Q15 பின்வரும் சொற்கள் மேற்கண்ட பகுதியில் இடம்பெற்றுள்ளன. அச்சொற்களின் பொருளை எழுதவும். (4 மதிப்பெண்கள்)

அ) வாயிலாக - ______________________

ஆ) தீர்க்கும் - ______________________

கருத்தறிதல் 2 (12 மதிப்பெண்கள்)

பின்வரும் கட்டுரைப்பகுதியைக் கருத்தூன்றிப் படித்து, அதனடியில் காணும் வினாக்களுக்கு உன் சொந்த நடையில் விடை எழுதவும்.

மக்கள் தங்களை அழகு செய்துகொள்ள நவமணிகள் பதித்த அணிகலன்களை அணிந்து வருகின்றனர். ஒன்பது வகை மணிகளை 'நவமணிகள்' என்றழைப்பர். நவமணிகளில் முத்தையும் பவளத்தையும் தவிர மற்றவை எல்லாம் **பூமியிலிருந்து** கிடைக்கின்றன.

இன்று நம் பெண்கள் பெரிதும் விரும்பி அணியும் ஆபரணங்களுள் ஒன்று முத்து ஆபரணமாகும். முத்து, முத்துச்சிப்பியிலிருந்து **உருவாகிறது**. முத்துச்சிப்பி கடலில் வாழ்கிறது. அதன் உடலில் மணல் போன்ற ஏதேனும் ஒரு சிறு பொருள் தைக்கும் போது அது அப்படியே **தங்கிவிடுகிறது**. முத்துச்சிப்பியின் உடலில் அது இருக்கும்போது சுண்ணாம்பு கலந்த நீர் வெளியாகி அந்தப் பொருளைச் சுற்றிப் **படிந்து** உறுதியாகி விடுகின்றது. இவ்வாறு வளர்ந்த பொருள் முத்து எனப்படுகிறது. முத்து முழு வளர்ச்சியடைய ஏறக்குறைய நான்கு ஆண்டுகள் ஆகின்றன.

கடலுக்கடியில் சென்று முத்துச்சிப்பிகளை எடுத்து வருவோரை நாம் முத்துக்குளிப்போர் என அழைக்கிறோம். அவர்கள் கடலுக்கடியில் சென்று சிப்பிகளை எடுத்து வருகின்றனர். இவ்வாறு செய்யும்போது முத்துக்குளிப்பவர் நீரினுள் நெடுநேரம் இருக்க நேர்ந்தால் அவர்கள் **மூச்சுத்திணறி** இறந்துவிடுவதும் உண்டு. கடலில் வாழும் பெரிய சுறா மீன்கள் முத்துக்குளிப்போரைத் தாக்கிக் கொன்றுவிடுவதும் உண்டு.

கிடைப்பதற்கு அரிய முத்து விலையுயர்ந்த பொருளாகவே இருந்து வருகிறது. பல நாட்டு **மாதர்கள்** முத்தை அணிய விரும்புகின்றனர். இதையுணர்ந்த 'மிகிமோட்டோ' என்ற ஜப்பானியர் செயற்கை முறையில் முத்து வளர்க்கும் தொழிலைத் தோற்றுவித்தார். அவர் முத்துப் பண்ணையை **அமைத்தார்**. அதில் முத்துச்சிப்பிகளை வளர்த்து முத்துகளை எடுத்தார். அவை **தோற்றத்தில்** இயற்கை முத்தினை **ஒத்திருந்த** போதிலும் அவற்றின் அழகும் ஒளியும் இயற்கை முத்துக்கு **ஈடாக** இருப்பதில்லை. எனினும், விலையுயர்ந்த இயற்கை முத்தினை வாங்க இயலாதவர்கள் இவ்வகை முத்தினை வாங்கி அணிவதற்கு அவரின் கண்டுபிடிப்பு உதவியது.

வினாக்கள்

Q16 நவமணிகள் கிடைக்கும் இடங்கள் யாவை? அவற்றின் பயன் யாது? (2 மதிப்பெண்கள்)

____

____

____

____

____

Q17 முத்து எவ்வாறு உருவாகிறது? (3 மதிப்பெண்கள்)

____

____

____

____

____

Q18 முத்துக்குளிப்போர் எவற்றால் பாதிக்கப்படுகிறார்கள்? (3 மதிப்பெண்கள்)

____

____

____

____

____

WORDSMITH BEYOND LEARNING EQ SKILLS = JUMP GRADES + ACHIEVE BIG

Q19 மிகிமோட்டோ என்ன செய்தார்? அதனால் விளைந்த நன்மை என்ன? (4 மதிப்பெண்கள்)

____

____

____

____

____

சுருக்கி வரைதல் (8 மதிப்பெண்கள்)

Q20 **கருத்தறிதல்** 2இல், முத்தைப் பற்றி கூறப்பட்டுள்ள செய்திகளைப் **பொருள் பிறழாது** உன் சொந்த நடையில் 40 சொற்களில் சுருக்கி எழுதவும்.

____

____

____

____

____

____

____

____

____

____

____

WORDSMITH BEYOND LEARNING EQ SKILLS = JUMP GRADES + ACHIEVE BIG

அருஞ்சொற்பொருள்

தேர்வுத்தாள் 1

1. பேணுகின்ற	-	பாதுகாக்கின்ற (Take care)
2. கெடுக்கின்றது	-	துன்புறுத்துகிறது (Spoil)
3. விதம்	-	முறை (Way)
4. சாத்தியம்	-	இயலக்கூடியது (Possible)
5. இறுக்கத்தை	-	அழுத்தத்தை (Tightness)
6. உற்பத்தியாவதால்	-	உண்டாவதால் (Produce)
7. ஏளனச்சிரிப்பு	-	கேலிச்சிரிப்பு (Mockery laugh)
8. பரிந்துரை	-	சிபாரிசு (Recommend)
9. குறித்து	-	பற்றி (About something)
10. அலைகளை	-	எண்ணங்களை (Waves / Thoughts)
11. சுவடுகளை	-	அடையாளங்களை (Traces)
12. பூமியிலிருந்து	-	நிலத்திலிருந்து (From earth)
13. உருவாகிறது	-	உண்டாகுகிறது (Create)
14. தங்கிவிடுகிறது	-	இருந்துவிடுகிறது (To stay)
15. படிந்து	-	ஒட்டி (Stuck)
16. மூச்சுத்திணறி	-	சுவாசிக்க முடியாமல் (Breathless)
17. மாதர்கள்	-	பெண்கள் (Ladies)
18. அமைத்தார்	-	ஏற்படுத்தினார் (Set up)
19. தோற்றத்தில்	-	அமைப்பில் (Appearance)
20. ஒத்திருந்த	-	போன்றிருந்த (Being similar)
21. ஈடாக	-	சமமாக (Equal to)

தேர்வுத்தாள் 2

1. பராமரிப்பை	-	கவனிப்பை (Maintenance / Care)
2. பட்டியலிட்டு	-	தொகுத்து (Listed)
3. பலன்களை	-	நன்மைகளை (Benefits)
4. உடலையும்	-	தேகத்தையும் (Body)
5. புத்துணர்ச்சியோடு	-	எழுச்சியோடு (Freshness)
6. தரிசு	-	விளைச்சல் இல்லாத நிலம் (Fallow land)
7. வறண்ட	-	காய்ந்த (Drought)
8. இனப்பெருக்கம்	-	இனவிருத்தி (Reproduction)

சிகரம் உயர்நிலை 1 உயர்தமிழ் விடைத்தாள்

தேர்வுத்தாள் 1

A1 முன்னுணர்வுக் கருத்தறிதல்

Q1	அல்லது	(3)
Q2	பார்த்து	(6)
Q3	வகையில்	(9)
Q4	நிறைந்து	(12)
Q5	சாத்தியமாகாது	(15)

பிழை திருத்தம்

Q6	சேகரிப்பது
Q7	நாட்டின்
Q8	அவை
Q9	போன்ற
Q10	ஆராய்பவர்களுக்கு

B2 கருத்தறிதல் 1

Q11 4

Q12 4

Q13 என்.எஸ்.கிருஷ்ணன் ஒருமுறை வெளியூர் சென்றிருந்த சமயம் அவருடைய வாகனம் மரத்தில் மோதி விபத்துக்குள்ளாகியது. அப்போது அவ்வழியாக வந்த விவசாயிகள் விபத்து குறித்துக் கேட்டனர். அதற்கு என்.எஸ்.கிருஷ்ணன் வாகனத்துக்குக் கொஞ்சம் ஓய்வு தேவைப்பட்டது. அதனால் மரத்தில் சாய்த்து வைத்திருக்கிறேன் என்றார். இதன் வழி அவர் நகைச்சுவை நிறைந்தவர் என்பதை அறியலாம்.

Q14 சுவாமி விவேகானந்தா சோக அலைகளையும் துக்கச் சுவடுகளையும் அவ்விடத்திலேயே விட்டு விட்டு செல்லும்படியும் அதனை வெளியே கொண்டுவர வேண்டாம் என்பதையும் கூறினார். மகிழ்ச்சிதான் கவலையை மறக்கச் செய்யும். எனவே கவலை என்ற எண்ணத்தை வீட்டில் புதைத்து விடுங்கள். மகிழ்ச்சியாக இருக்கும்போது மட்டும் வெளியே வாருங்கள் என்பதே சுவாமி விவேகானந்தரின் கருத்து.

Q15 அ) வழியாக

ஆ) நீக்கும், போக்கும்

கருத்தறிதல் 2

Q16 நவமணிகள் கடல், பூமி ஆகிய இடங்களில் கிடைக்கின்றன. இவற்றை மக்கள் பல நிகழ்வுகளில் தங்களை அலங்கரித்துக் கொள்வதற்கு அணிகின்றனர். மேலும் கௌரவத்தை வெளிப்படுத்திக் கொள்வதற்கும் நவமணிகள் பயன்படுகின்றன.

Q17 முத்துச்சிற்பியின் உடலில் மணல் போன்ற ஏதேனும் ஒரு சிறிய பொருள் தைக்கும். அப்போது அது அங்கேயே தங்கிவிடுகிறது. மேலும் சுண்ணாம்பு கலந்த நீர் வெளியாகி, அந்தப் பொருளைச் சுற்றி படிந்து விடுகிறது. பின் இவ்வாறு வளர்ந்த பொருள்தான் நாளடைவில் முத்தாக உருவாகிறது.

Q18 முத்துக்குளிப்போர் கடலுக்கடியில் சென்று முத்துச்சிற்பிகளை எடுப்பர். அப்போது நீண்ட நேரம் நீரினுள் இருக்க நேரும். அத்தருணத்தில் மூச்சுத்திணறல் ஏற்படும். அந்த நிலையில் கடலில் வாழும் பெரிய சுறாமீன்களுக்கு இரையாகி விடுவார்கள். இவ்வாறெல்லாம் முத்துக்குளிப்போர் பாதிக்கப்படுகிறார்கள்.

Q19 மிகிமோட்டோ செயற்கை முறையில் முத்து வளர்க்கும் முறையைத் தோற்றுவித்தார். இதன்வழி முத்துகளை அதிகமாக உற்பத்தி செய்ய முடிந்தது. மேலும், விலையுயர்ந்த

செயற்கை முத்தினை வாங்க இயலாதவர்கள் இதை வாங்கி அணிந்தனர். இதுவே மிகிமோட்டோ செயலால் விளைந்த நன்மை ஆகும்.

Q20 முத்து நவமணிகளுள் ஒன்று. கடலில் வாழ்கின்ற சிப்பியின் வயிற்றில் தங்கும் மண் நாள்பட முத்தாக மாறுகிறது. இதை முத்துக்குளிப்பாளர்கள் எடுக்கும்போது பல ஆபத்துகளைச் சந்திப்பார்கள். இதனால்தான் முத்து அரிதாகவும் விலை உயர்ந்ததாகவும் இருக்கின்றது. ஜப்பானியர்கள் செயற்கை முறையில் முத்தை உருவாக்குகிறார்கள். இதனால், பல நாட்டுப் பெண்களுக்கு முத்தை விருப்பத்துடன் அணிகின்ற வாய்ப்பு கிடைத்துள்ளது.

தேர்வுத்தாள் 2

A1 முன்னுணர்வுக் கருத்தறிதல்

Q1	கருத்தில்	(2)
Q2	நடவடிக்கையாக	(4)
Q3	ஆயினும்	(8)
Q4	தொடர்ந்து	(10)
Q5	இணைந்து	(12)

பிழை திருத்தம்

Q6	வாய்மொழியாக
Q7	வெவ்வேறு
Q8	அன்பையும்
Q9	உரசிக்கொள்வார்கள்
Q10	சந்திக்கும்போது

B2 கருத்தறிதல் 1

Q11 2

Q12 3

Q13 நெல்லிக்காய் ஊறுகாய் மட்டுமல்லாமல் சட்னி துவையல், குழம்பு, பழச்சாறு போன்றவைச் செய்ய பயன்படுகிறது. சத்துக்களை வீணாக்காமல் இருக்க குளிர்ச்சாதனப் பெட்டியில் வைத்து நீண்ட நாட்கள் பாதுகாக்கலாம். அடுத்து உப்பில் இட்டு காற்றுப் புகாதவாறு ஒரு புட்டியில் போட்டு மூடிவைத்துச் சிறிது நாட்கள் கழித்து நேரடியாக உண்ணலாம்.

Q14 உடல் வெப்பத்தைக் குறைத்தல், சிறுநீரைப் பெருக்குதல், கபத்தை நீக்குதல், நுரையீரல் போன்றவையோடு உடலை வலுப்படுத்துதல், பசியைத் தூண்டுதல் பித்தத்தைத் தணித்தல் சிரத்தைச் சுத்தம் செய்தல் மற்றும் மலச்சிக்கலைப் போக்குதல் போன்றவற்றால் நெல்லிக்கனியில் அளவிட முடியாத நன்மைகள் உள்ளதாகக் கூறப்படுகிறது.

Q15 அ) முதிர்ந்த

ஆ) திங்களில்

கருத்தறிதல் 2

Q16 சான்றோர்கள் கூறிய அன்பும், அருளும், உண்மையும், நன்றி உணர்ச்சியும் வாழ்க்கைக்கு வேண்டும் என்பதை நீதி நூல்கள் வாயிலாக நாம் அறியலாம்.

Q17 அறிவியலை வியப்போடு கேட்டு நம்புகிறவர்கள் அறநெறிக்குப் பணிந்து நடக்கின்ற மனம் இல்லாதவர்களாக இருக்கிறார்கள். அவர்களிடம் அருளின் சிறப்பையும் உண்மையின் பெருமையையும் அறிவியலால் விளக்க இயலாது.

Q18 மறு உலகிற்கு உதவும் புண்ணிய வழிகள் என்று கூறப்படும் பொய் சொல்லாமல் இருத்தல், நன்றி மறக்காமல் இருத்தல், நன்மை பயக்கும் இன்சொல் பேசுதல் போன்றவை இந்த உலகத்தில் மக்கள் வாழ்வதற்குத் தேவையானவை ஆகும்.

Q19 சமுதாயத்தில் பொய்யர்களும் நன்றியில்லாதவர்களும் உள்ள போதும், ஒருவரையும் எளிதில் நம்ப முடியாத, உள்ளம் கலந்து பழக முடியாத நிலை பெரும்பான்மையாக