

## இயல் 3 - உடலை ஒம்புமின்



வகுப்பு : 8

பாடம் : தமிழ்

நோயும் மருந்தும்

### அ. சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக

1. உடல்நலம் என்பது ..... இல்லாமல் வாழ்தல் ஆகும்.

அ) அணி

ஆ) பணி

இ) பிணி

ஈ) மணி

2. நீலகேசி கூறும் நோயின் வகைகள் .....

அ) இரண்டு

ஆ) மூன்று

இ) நன்கு

ஈ) ஐந்து

3. இவையுண்டார்' என்னும் சொல்லைப் பிரித்து எழுதக் கிடைப்பது .....

அ) இ + யுண்டார்

ஆ) இவ் + உண்டார்

இ) இவை + உண்டார்

ஈ) இவை + யுண்டார்

4. தாம் + இனி என்பதனைச் சேர்த்தெழுதக் கிடைக்கும் சொல் .....

அ) தாம் இனி

ஆ) தாம்மினி

இ) தாமினி

ஈ) தாமனி

### ஆ. குறுவினா

# AAMS KOSAVAPATTY

### 1. நோயின் மூன்று வகைகள் யாவை?

நோயின் மூன்று வகைகள் :

(i) மருந்தினால் நீங்கும் நோய்கள்.

(ii) எதனாலும் தீராத தன்மையுடைய நோய்கள்.

(iii) வெளித்தோற்றத்தில் அடங்கி இருப்பன போலத் தெரிந்தாலும் முற்றிலும் தீராமல் உள்ளார்க்குள் இருந்து துன்பம் தருவன.

### 2. நீலகேசியில் பிறவித்துன்பத்தைத் தீர்க்கும் மருந்துகளாகக் கூறப்படுவன யாவை?

பிறவித்துன்பத்தைத் தீர்க்கும் மருந்துகள் :

(i) நல்லறிவு

(ii) நற்காட்சி

(iii) நல்லொழுக்கம்

## இ. சிறுவினா

1. நோயின் வகைகள், அவற்றைத் தீர்க்கும் வழிகள் பற்றி நீலகேசி கூறுவன யாவை?

### நோயின் மூன்று வகைகள் :

- (i) மருந்தினால் நீங்கும் நோய்கள்
- (ii) எதனாலும் தீராத தன்மையுடைய நோய்கள்.
- (iii) வெளித்தோற்றத்தில் அடங்கி இருப்பனபோல தெரிந்தாலும் முற்றிலும் தீராமல் உள்ளார்க்குள் இருந்து துன்பம் தருவன.

### நோயைத் தீர்க்கும் வழிகள் :

அகற்றுவதற்கு அரியவை பிறவித்துன்பங்கள் ஆகும். இவற்றைத் தீர்க்கும் மருந்துகள் மூன்று. அவை நல்லறிவு, நற்காட்சி, நல்லொழுக்கம் என்பவையாகும். இவற்றை ஏற்றோர் பிறவித் துன்பத்திலிருந்து நீங்கி உயரிய இன்பத்தை அடைவர்.

## ஈ. சிந்தனை வினா

# AAMS KOSAVAPATTY

1. துன்பமின்றி வாழ நாம் கைக்கொள்ள வேண்டிய நற்பண்புகள் யாவை?

- கருணையுடன் வாழ்தல்.
- இரக்கத்துடன் இருத்தல்.
- துணிச்சலுடன் செயல்படுதல்.
- நல்ல செயல்களைச் செய்தல்.
- கோபத்தை தவிர்த்தல்.
- பிறர் துயர் களைதல்.
- பிறர் துயர் பேணுதல்.
- அறச் செயல்களை செய்தல்.
- பிறர் குற்றத்தை மன்னித்தல்
- இனிமையாகப் பேசுதல்
- உண்மையை மட்டும் பேசுதல்.
- விழிப்புணர்வுடன் இருத்தல்.

## வருமுன் காப்போம்

### அ. சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக

- காந்தியடிகள் ..... போற்ற வாழ்ந்தார்  
அ) நிலம்                      ஆ) வையம்                      இ) களம்                      ஈ) வானம்
- நலமெல்லாம்' என்னும் சொல்லைப் பிரித்து எழுதக் கிடைப்பது .....  
அ) நலம் + எல்லாம்                      ஆ) நலன் + எல்லாம்  
இ) நலம் + எலாம்                      ஈ) நலன் + எலாம்
- இடம் + எங்கும் என்பதனைச் சேர்த்தெழுதக் கிடைக்கும் சொல் .....  
அ) இடவெங்கும்                      ஆ) இடம்எங்கும்  
இ) இடமெங்கும்                      ஈ) இடம்மெங்கும்

### ஆ. வருமுன் காப்போம் - இப்பாடலில் இடம்பெற்றுள்ள மோனை, எதுகை, இயைபுச் சொற்களை எடுத்தெழுதுக.

#### மோனை(சீர்) :

உடலின்	-	உலகில்
இடமும்	-	இனிய
சுத்தமுற்ற	-	சுகமும்
நித்தம்	-	நீண்ட
காலை	-	காற்று
காலை	-	காலன்
கூழை	-	குளித்த
திட்டு	-	தினமும்
நோயை	-	நூறு

#### எதுகை (அடி) :

உடலின்	-	இடமும்
காலை	-	காலை
மட்டு	-	திட்டு
சுத்தமுள்ள	-	நித்தம்
கூழை	-	ஏழை
தாய்	-	நோயை

## இயைபு :

குடித்தாலும்	-	ஆனாலும்
குடியப்பா	-	உறங்கப்பா
உண்ணாமல்	-	தின்பாயேல்
பட்டிடுவாய்	-	விழுந்திடுவாய்
நன்னீரும்	-	உணவும்
விடும்அப்பா	-	தரும் அப்பா

## இ. குறுவினா

1. நம்மை நோய் அணுகாமல் காப்பவை யாவை?

**நம்மை நோய் அணுகாமல் காப்பவை :**

- காலையும் மாலையும் நடைப் பயிற்சி மேற்கொள்ள வேண்டும்.
- தூய்மையான காற்றைச் சுவாசிக்க வேண்டும்.
- நல்ல குடிநீரைக் குடிக்க வேண்டும்.
- நன்கு பசித்த பிறகு உண்ண வேண்டும். இவற்றைச் செய்தால் நோய் நம்மை

அணுகாது.

# AAMS KOSAVAPATTY

2. அதிகமாக உண்பதால் ஏற்படும் தீமையாகக் கவிமணி குறிப்பிடுவன யாவை?

அளவாக உண்ணாமல் அதிகமாக உண்டால் செரிமானம் ஆகாது. அதனால் உடல்நிலை பாதிக்கப்பட்டு நாள்தோறும் நோய்வாய்ப்பட்டுப் பாயில் விழும் நிலைக்கு ஆளாவோம்.

## ஈ. சிறுவினா

1. உடல் நலத்துடன் வாழக் கவிமணி கூறும் கருத்துகளைத் தொகுத்து எழுதுக.

உடல் நலத்துடன் வாழக் கவிமணி கூறும் கருத்துகள்:

- உடலில் உறுதி கொண்டவர், உலகில் மகிழ்ச்சி உடையவர்.
- எல்லா இடங்களையும் சுத்தமாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.
- நாள்தோறும் தூய்மையைப் போற்றிப் பாதுகாத்தல் வேண்டும்.
- காலையும் மாலையும் நடைப்பயிற்சி மேற்கொண்டு நல்ல காற்றைச்

சுவாசிக்க வேண்டும். அவ்வாறு செய்பவர்களை எமனும் அணுகமாட்டான்.

(v) கூழைக் குடித்தாலும் குளித்த பிறகு குடித்தல் வேண்டும்.

(vi) வறுமையில் வாழ்ந்தாலும் இரவில் நன்றாக உறங்க வேண்டும்.

(vii) அளவாக உண்ண வேண்டும். அதிகமாக உண்டால் செரிமானம் தடுமாறி நாள்தோறும் நோய்வாய்ப்பட்டுப் பாயில் விழும்படி ஆகிவிடும்.

(viii) தூய்மையான காற்றைச் சுவாசித்து நல்ல குடிநீரைக் குடித்து நன்கு பசித்த பிறகு உண்ண வேண்டும்.

(ix) இவைகளை மேற்கொண்டால் நோய் நம்மை அணுகாது. நூறாண்டு வாழலாம்.

(x) இவையாவும் அரிய நம் உடல் நலமோடு இருப்பதற்கான வழிகள் எனக் கூறுகிறார்.

## உ. சிந்தனை வினா

ΔΑΜΣ ΚΟΣΔ\ΔΡΑΤΤΥ

1. நோய் வராமல் தடுக்கும் வழிமுறைகளாக நீங்கள் கருதுவன யாவை?

**நோய்கள் வராமல் தடுக்கும் வழிமுறைகள் :**

நாள்தோறும் உடற்பயிற்சி மேற்கொள்ளுதல். தியானம், யோகா போன்ற பயிற்சிகளை நாள்தோறும் செய்தல். உடலும் மனமும் பயன்பெறும்.

**உணவு உண்ணும்போது செயல்படுத்த வேண்டியவை :**

- மெதுவாக மென்று ருசித்து சாப்பிட வேண்டும்.
- அப்போதுதான் உமிழ்நீர் நன்கு சுரக்கும்.
- இவ்வாறு சாப்பிட்டால் நோயின்றி வாழலாம்.
- உணவை அளவாக உண்ண வேண்டும்.
- இரவு நேரங்களில் மாமிச உணவு உண்பதைத் தவிர்க்க வேண்டும்.
- இரவில் நேரங்கடந்து உண்ணக்கூடாது.



## 2. நல்வாழ்விற்கு நாம் நாள்தோறும் செய்ய வேண்டியவை யாவை?

நல்வாழ்விற்கு நாம் நாள்தோறும் செய்ய வேண்டியவை :

தினமும் நாற்பத்தைந்து நிமிடத்தில் மூன்று கி.மீ. நடைப்பயணம், பதினைந்து நிமிடம் யோகா, தியானம், மூச்சுப்பயிற்சி, ஏழு மணி நேர தூக்கம், மூன்று லிட்டர் தண்ணீர் அருந்துதல் ஆகியன அவசியம்.

எங்கோ விளையும் ஆப்பிளைச் சாப்பிடுவதை விட, நமது ஊரில் விளையும் கொய்யா, இலந்தை, நாவல், பப்பாளி, நெல்லி, வாழைப்பழங்கள் ஆகியவற்றைக் காலை உணவுக்கு முன் சாப்பிடலாம்.

## 3. தமிழர் மருத்துவத்தில் மருந்துகளாகப் பயன்படுவன யாவை?

வேர், தழை போன்ற தாவர உறுப்புகளும் தாதுப் பொருட்களும் உலோகமும் தமிழர் மருத்துவத்தில் மருந்துகளாகப் பயன்படுவனவாகும்.

### இ. சிறுவினா

#### 1. நோய்கள் பெருகக் காரணம் என்ன?

மனிதன் இயற்கையை விட்டு விலகி வந்ததுதான் முதன்மைக் காரணம்.

மாறிப்போன உணவு, மாசு நிறைந்த சுற்றுச்சூழல், மன அழுத்தம் இவை மூன்றும் குறிப்பிடத்தக்க காரணங்கள்.

#### சுற்றுச்சூழல் மாசு மற்றொரு காரணம்.

தன் உணவுக்காக வேறு எதைப் பற்றியும் கவலை கொள்ளாமல், நிலத்தை உரங்களாலும், பூச்சிக்கொல்லிகளாலும் நச்சுப்படுத்தலாம் என்ற அலட்சியமான எண்ண மும் மனஅழுத்தமும் எது கேளிக்கை, எது குதூகலம், எது படிப்பு, எது சிந்தனை என்ற புரிதல் இல்லாமையும் கூடுதல் காரணங்கள் ஆகும்.

நம்முடைய வாழ்வியலைச் செம்மைப்படுத்துவதற்காக அறிவியல் அறிவை, மேம்பட்ட அறிவை வளர்த்தோம். ஆனால் நுண்ணறிவைத் தொலைத்துவிட்டோம்.

இயற்கையோடு இயைந்து வாழலாம் என்கிற அறிவை நாம் மறந்துவிட்டோம். இதுவே இன்றைக்குப் பல நோய்கள் பெருக மிக முக்கியமான காரணம் ஆகும்.

## 2. பள்ளிக் குழந்தைகளுக்கு மருத்துவர் கூறும் அறிவுரைகள் யாவை?

(i) நோய் வந்த பின்பு மருத்துவமனைக்குச் செல்வதைவிட வருமுன் காக்கும் வாழ்க்கையை வாழக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள்.

(ii) சரியான உணவு, சரியான உடற்பயிற்சி, சரியான தூக்கம் ஆகிய மூன்றும் உங்களை நலமாக வாழவைக்கும்.

(iii) விலை உயர்ந்த உணவுதான் சரியான உணவு என்று எண்ணாதீர்கள்.

(iv) எளிமையாகக் கிடைக்கக்கூடிய காய்கறிகள், கீரைகள், பழங்கள், சிறுதானியங்களை உணவில் சேர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

(v) கணினித்திரையிலும் கைபேசியிலும் விளையாடுவதைத் தவிர்த்து நாள்தோறும் ஓடியாடி விளையாடுங்கள்.

(vi) இரவுத் தூக்கம் மிகவும் இன்றியமையாதது.

(vii) உரிய நேரத்தில் உறங்கச் செல்லுங்கள்; அதிகாலையில் விழித்தெழுங்கள். உங்களை எந்த நோயும் அண்டாது.

## ஈ. நெடுவினா

1. தமிழர் மருத்துவத்தின் சிறப்புகளாக மருத்துவர் கூறும் செய்திகளைத் தொகுத்து எழுதுக.

### முன்னுரை :

“மருந்தென வேண்டாவாம் யாக்கைக்கு அருந்தியது

அற்றது போற்றி உணின்.” என்றார் திருவள்ளுவர். அருந்தும் உணவே அருமருந்தென அறிந்தவர் நம் தமிழ் மக்கள். தமிழ் மக்கள் உடற்கூறுகள் பற்றிய அறிவிலும், மருத்துவம் பற்றிய புரிதலிலும் சிறந்து விளங்கினர்.



உலகில் பல்வேறு மருத்துவ முறைகள் இருந்தாலும் தமக்கென மரபு சார்ந்த மருத்துவ முறைகளை உருவாக்கிப் பின்பற்றி வந்தனர். அத்தகைய மருத்துவ முறைகள் பற்றிய செய்திகளை இக்கட்டுரை மூலம் அறியலாம்.

தொடக்க காலத்தில் தாவரங்களின் வேர், பட்டை, இலை, பூ, கனி முதலியவற்றை மருந்தாகப் பயன்படுத்தினர். தமிழர் மூலிகை மருத்துவம், அறுவை மருத்துவம், மருந்தில்லா மருத்துவம் போன்றவற்றையும் உடலை வளப்படுத்தி உள்ளத்தைச் சீராக்கும் யோகம் முதலிய கலைகளையும் அறிந்திருந்தார்கள்.

### மருத்துவ முறைகள் :

சித்த மருத்துவம், ஆயுர்வேதம், இயற்கை மருத்துவம், நாட்டு மருத்துவம் என்றெல்லாம் மருத்துவமுறைகள் பல இருந்தாலும் இவற்றுக்கெல்லாம் அடிப்படை ஒன்றுதான். இயற்கையில் கிடைக்கும் பொருள்கள், அப்பொருள்களின் தன்மை, சுவை இவற்றைக் கொண்டே நோயைக் குணப்படுத்த முடியும் என்ற உண்மையை மிகத் தெளிவாக விளக்கினர்.

தமிழர் மருத்துவம் நாட்டு வைத்தியமாகவும் பாட்டி வைத்தியமாகவும் மரபு சார்ந்த சித்த வைத்தியமாகவும் உணவு சார்ந்த மருத்துவமாகவும், பண்பாடு சார்ந்த மருத்துவமாகவும் விரிந்துள்ளது.

### தமிழர் மருத்துவம் பின்தங்கியதும் மறுமலர்ச்சி அடைந்ததும் :

ஆங்கிலேயரின் வருகையால் நவீன மருத்துவம் தலை தூக்கியது. இம்மருத்துவம் துரிதமாகச் சில நோய்களைத் தீர்த்தன. அதனால் தமிழர் மருத்துவம் பின்தங்கியது.

பல ஆண்டுகளுக்குப் பிறகு சர்க்கரை, இரத்தக் கொதிப்பு, புற்றுநோய், மாரடைப்பு முதலிய நோய்களுக்குத் தீர்வு காண இரசாயன மருந்துகள் போதாது என்றும், இதனுடன் உணவு, வாழ்வியல், உடற்பயிற்சி, யோகா ஆகியவற்றையும் கூட்டாக மேற்கொள்ள வேண்டும் என்றும் உணர்ந்தனர். மேலும்

இம்மருத்துவமுறை பக்கவிளைவுகள் அற்றது என்பதாலும் மறுமலர்ச்சி அடைந்தது.

### சித்த மருத்துவ மருந்துப் பொருள்கள் :

வேர், தழையால் குணமாகாதபோது சில நாட்பட்ட நோய்களுக்கு, தாவரங்கள் மட்டும் அல்லாமல் உலோகங்களையும் பாஷாணங்களையும் சித்த மருந்துகளாகப் பயன்படுத்தினர்.

மேலும் ஒவ்வொருவருடைய உடல் அமைப்பிற்கு ஏற்றவாறு மருத்துவம் மாறுபடும். நோயாளியின் வாழ்வியல், சமூகச் சிக்கல், எண்ணப் போக்கு மரபுவழி எப்படிப்பட்டது என்பனவற்றை ஆராய்ந்து சிகிச்சை அளித்தது தமிழர் மருத்துவம்.

### மருத்துவத்தில் பக்க விளைவுகள் :

ஒரு மருந்தை எடுத்துக் கொண்டால் அதற்கு விளைவும் இருக்கும். பக்க விளைவும் இருக்கும். ஆனால் தமிழர் மருத்துவத்தில் பக்க விளைவுகள் இல்லை. அதற்குக் காரணம் மருந்து என்பதே உணவின் நீட்சியாக இருக்கிறது.

சித்த மருத்துவத்தின் மீது தற்போது நடக்கும் பல அறிவியல் ஆய்வுகள் மூலம் அவற்றைத் தர நிர்ணயம் செய்து யாருக்கு எந்த மருந்து, எந்த அளவில், எந்தத் துணை மருந்துடன் கொடுத்தால் பக்க விளைவு இருக்காது என்று பட்டியலிட்டுள்ளனர்.

### தமிழர் மருத்துவத்தின் சிறப்பு :

தனித்துவமான பார்வை தமிழர் மருத்துவத்தின் முதல் சிறப்பு. சூழலுக்கு இசைந்த மருத்துவம் இது. இந்த மருத்துவத்தின் பயன்பாடோ, மூலக்கூறுகளோ, மருந்துகளோ சுற்றுச்சூழலைச் சிதைக்காது. நோய்க்கான சிகிச்சையை மட்டும் சொல்லாமல், நோய் மீண்டும் வராமலிருப்பதற்கான வாழ்வியலையும் சொல்கிறது.

### முடிவுரை :

நோய் நாடி நோய் முதல் நாடி என்ற திருக்குறளின்படி நோயை மட்டுமன்றி

அதன் காரணிகளையும் கண்டறிந்து ஒருவரை நோயில்லாத மனிதராக்கும் தமிழ் மருத்துவமுறையை நாமும் பின்பற்றி நோயின்றி வாழலாம்.

## உ. சிந்தனை வினா

### 1. நோயின்றி வாழ நாம் என்னென்ன வழிகளைக் கையாளலாம்?

- (i) அலட்சியம், முரண்பாடு இன்றி அளவோடு உணவு உண்ண வேண்டும்.
- (ii) உணவை மென்று, மெதுவாக, உமிழ்நீர் நன்றாக சுரக்க, ரசித்து, ருசித்து சாப்பிட வேண்டும்.
- (iii) நீண்ட காலம் வாழவும் நோயின்றி வாழவும் உடற்பயிற்சி மிகவும் அவசியம்.
- (iv) யோகாசனங்கள் செய்வதால் உடலும் மனதும் எப்பொழுதும் புத்துணர்வோடு இருக்கும்.
- (v) ஒவ்வாத உணவுகளைத் தவிர்த்தல் வேண்டும்.
- (vi) நல்ல பழக்க வழக்கங்களை மேற்கொள்ளுதல்.
- (vii) நாள்தோறும் அரைமணி நேரம் நல்ல வேகமாக நடக்க வேண்டும்.
- (viii) எளிமையாக வாழ விரும்புதல்.
- (ix) கோபத்தைக் குறைத்துக் கொள்ளுதல்.
- (x) அளவான உணவு, அளவான ஆசை, அளவான உறக்கம் இம்மூன்றும் அடிப்படை வழிகளாகும்.

## விரிவானம் - தலைக்குள் ஒர் உலகம்

### 1. முளையின் வலது, இடது பாகங்களின் செயல்பாடுகள் பற்றித் தொகுத்து எழுதுக.

#### முன்னுரை :

உலகத்திலேயே மிக மிக வியப்பானது மனித முளை. அதன் செயல்பாடுகள் விந்தையானவை மட்டுமல்ல, புதிரானவை. மருத்துவ மேதைகளும் அறிவியலாளர்களும் இதனைத் தொடர்ந்து ஆராய்ந்து கொண்டிருக்கிறார்கள். நமது

உடல் இயக்கத்திற்கும் மன இயக்கத்திற்கும் காரணமான மூளையின் வலது, இடது பாகங்களின் செயல்பாடுகள் பற்றி அறிவோம்.

மூளைக்குச் செல்லும் நரம்புகளில் இட - வல மாற்றம் ஒன்று நிகழ்கிறது. அதாவது வலப்பக்கச் செய்திகள் மூளையின் இடப்பக்கப் பகுதிக்கும், இடப்பக்கச் செய்திகள் வலப்பக்கப் பகுதிக்கும் செல்கின்றன. நம்மில் பெரும்பாலானவர்கள் வலது கைக்காரர்களாக இருப்பதற்குக் காரணம் நம் மூளையின் இடது பகுதியின் அதிகப்படியான பாதிப்பினால்தான் என்று சொல்கிறார்கள்.

இடது பாதிதான் பேச, எழுத, கணக்கிட, தர்க்கரீதியில் சிந்திக்க உதவுகிறது. அறிவாற்றல், பிரச்சனைகளை அலசுதல், சதுரங்கம் போன்ற விளையாட்டுகளில் சிறப்பது இவற்றையெல்லாம் இடது பகுதி பார்த்துக் கொள்கிறது. நம் மொழி அறிவுகூட இடது பகுதியில்தான் நிகழ்கிறது.

### இடதுபாதி :

இடதுபாதி அண்ணன் என்றால் வலது பாதி தம்பி. இந்தப் பாதியால்தான் நாம் வடிவங்களை உணர்கிறோம். கவிதை எழுதுவது, படம் போடுவது, நடனம் ஆடுவது, நடிப்பது போன்ற கலை தொடர்பானவை எல்லாம் வலது பாதியில்தான், வலது பாதி 9 சரியில்லையெனில் வீட்டுக்குப் போக வழி தெரியாமல் திண்டாடுவோம்.

### வலது பாதி :

வலது பகுதி ஆக்கிரமிப்பு அதிகமாக இருப்பவர்கள் நடிகர்கள், பாடகர்கள், நடனக் கலைஞர்கள், இசைக் கருவிகளைக் கையாளுபவர்கள் இன்ன பிறர். இடது பகுதி ஆக்கிரமிப்பு அதிகம் இருப்பவர்கள் பட்டயக் கணக்கர்கள், கணக்கு ஆசிரியர்கள், இந்திய ஆட்சிப் பணிக்குப் படித்தவர்கள் போன்றோர். இடதும் வலதும் சரியான அளவில் கலந்து இருப்பவர்களும் உண்டு.

### முடிவுரை :

நம் மனதில் தோன்றும் உணர்வுகள், நம்மிடம் உள்ள நினைவாற்றல், நாம்

என்கிற தன்னுணர்வு, கற்றல் திறம், செயல்பாடுகள் இவையெல்லாம் மூளையின் செயல்பாடுகளுடன் தொடர்புடையதாகும்.

### கற்கண்டு - எச்சம்

#### அ. சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக.

- முற்றுப் பெறாமல் எஞ்சி நிற்கும் சொல் ..... எனப்படும்.  
அ) முற்று                      ஆ) எச்சம்                      இ) முற்றெச்சம்                      ஈ) வினையெச்சம்
- கீழ்க்காணும் சொற்களில் பெயரெச்சம் .....  
அ) படித்து                      ஆ) எழுதி                      இ) வந்து                      ஈ) பார்த்த
- குறிப்பு வினையெச்சம் ..... வெளிப்படையாகக் காட்டாது.  
அ) காலத்தை                      ஆ) வினையை                      இ) பண்பினை                      ஈ) பெயரை

#### ஆ. பொருத்துக

- நடந்து                      –                      வினையெச்சம்
- பேசிய                      –                      பெயரெச்சம்
- எடுத்தனன் உண்டான்                      –                      முற்றெச்சம்
- பெரிய                      –                      குறிப்புப் பெயரெச்சம்

#### இ. கீழ்க்காணும் சொற்களைப் பெயரெச்சம் வினையெச்சம் என

#### வகைப்படுத்துக

நல்ல, படுத்து, பாய்ந்து, எறிந்த, கடந்து, வீழ்ந்த, மாட்டிய, பிடித்து, அழைத்த, பார்த்து.

பெயரெச்சம்	வினையெச்சம்
நல்ல	படுத்து
எறிந்த	பாய்ந்து
வீழ்ந்த	கடந்து
மாட்டிய	பிடித்து
அழைத்த	பார்த்து

## ஈ. சிறுவினா:

### 1. எச்சம் என்றால் என்ன? அதன் வகைகள் யாவை?

- (i) பொருள் முற்றுப் பெறாமல் எஞ்சி நிற்கும் சொல் எச்சம் எனப்படும்.
- (ii) இது பெயரெச்சம் , வினையெச்சம் என்று இருவகைப்படும்.  
(எ.கா.) படித்த மாணவன். படித்த பள்ளி.

### 2. அழகிய மரம்' - எச்ச வகையை விளக்குக.

- (i) அழகிய மரம் - பெயரெச்சம்.
- (ii) பெயரைக் கொண்டு முடியும் எச்சம் ஆகும்.
- (iii) இத்தொடரில் 'அழகிய' என்ற மரம் பெயர்ச்சொல்லைக் கொண்டு முடிந்ததால் பெயரெச்சமாயிற்று.

### 3. முற்றெச்சத்தைச் சான்றுடன் விளக்குக.

ஒரு வினைமுற்று எச்சப்பொருள் தந்து மற்றொரு வினைமுற்றைக் கொண்டு முடிவது முற்றெச்சம் எனப்படும். (எ.கா.) **வள்ளி படித்தனள் மகிழ்ந்தாள்.** இத்தொடரில் படித்தனள் என்னும் வினைமுற்றுச் சொல் படித்து என்னும் வினையெச்சப் பொருளைத் தருகிறது. எனவே இது முற்றெச்சம் ஆகும்.

### 4. வினையெச்சத்தின் வகைகளை விளக்குக.

வினையெச்சத்தின் வகைகள் : வினையெச்சம் தெரிநிலை வினையெச்சம், குறிப்பு வினையெச்சம் என இரு வகைப்படும்.

#### (i) தெரிநிலை வினையெச்சம் :

செயலையும் காலத்தையும் வெளிப்படையாகத் தெரியுமாறு காட்டும் வினையெச்சம் தெரிநிலை வினையெச்சம் எனப்படும்.

(எ.கா.) எழுதி வந்தான். இத்தொடரில் எழுதி என்னும் சொல் எழுதுதல் என்னும் செயலையும் இறந்த காலத்தையும் தெளிவாகக் காட்டுகிறது.

## (ii) குறிப்பு வினையெச்சம் :

காலத்தை வெளிப்படையாகக் காட்டாமல் பண்பினை மட்டும் குறிப்பாக உணர்த்தி வரும் வினையெச்சம், குறிப்பு வினையெச்சம் எனப்படும்.

(எ.கா.) மெல்ல வந்தான். இத்தொடரில் மெல்ல என்னும் சொல் காலத்தை வெளிப்படையாகக் காட்டாமல், மெதுவாக என்னும் பண்பை மட்டும் உணர்த்துகிறது.

## உ. பொருத்துக:

1. காக்கை உட்காரப் பனம்பழம் விழுந்தது போல – தற்செயல் நிகழ்வு
2. கிணறு வெட்டப் பூதம் கிளம்பியது போல – எதிர்பாரா நிகழ்வு
3. பசு மரத்து ஆணி போல – எளிதில் மனத்தில் பதிதல்
4. விழலுக்கு இறைத்த நீர் போல – பயனற்ற செயல்
5. நெல்லிக்காய் மூட்டையைக் கொட்டினாற் போல - ஒற்றுமையின்மை

## ஊ. உவமைத் தொடர்களைப் பயன்படுத்தித் தொடர் அமைக்க.

### 1. குன்றின் மேலிட்ட விளக்கைப் போல

காந்தியடிகளின் புகழ், குன்றின் மேலிட்ட விளக்குப் போல் உலகெங்கும் ஒளிவீசுகின்றது

### 2. வேலியே பயிரை மேய்ந்தது போல

வேலியே பயிரை மேய்ந்தது போல் தலைமைப் பொறுப்பில் உள்ளவர்களே தவறு செய்கிறார்கள்.

### 3. பழம் நழுவிப் பாலில் விழுந்தது போல

பழம் நழுவிப் பாலில் விழுந்தது போல் நான் எதிர்பார்க்காமலேயே என் பிறந்த நாளுக்கு எனக்குப் புத்தாடை வாங்கித் தந்தார் என் அப்பா, என் மாமா மிதிவண்டி வாங்கித் தந்தார்.

### 4. உடலும் உயிரும் போல

கந்தனும் குமரனும் உடலும் உயிரும் போல எப்போதும் ஒருவரை ஒருவர் பிரியாமல் இணைந்தே இருப்பார்கள்.



## 5. கிணற்றுத் தவளை போல

கந்தன் கிணற்றுத் தவளை போல நாட்டு நடப்புகளை அறியாமல் இருந்தான்

### மொழியோடு விளையாடு

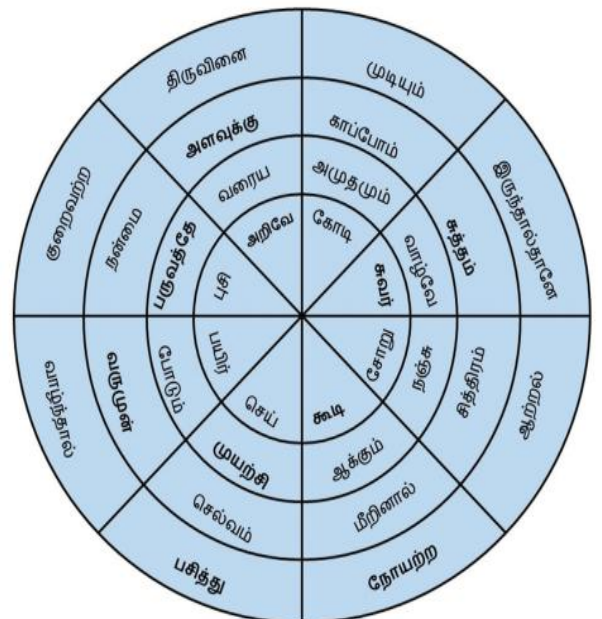
அ. கீழ்க்காணும் படம் சார்ந்த சொற்களை எழுதுக.

1. பட்டை
2. வசம்பு
3. இலவங்கம்
4. அன்னாசிப்பூ
5. மிளகு
6. ஓமம்
7. சீரகம்
8. கருஞ்சீரகம்
9. சோம்பு
10. பெருங்காயம்
11. சித்தரத்தை



ஆ. வட்டத்திலுள்ள பழமொழிகளைக் கண்டுபிடித்து எழுதுக.

1. முயற்சி திருவினை ஆக்கும்.
2. அளவுக்கு மிஞ்சினால் அமுதமும் நஞ்சு.
3. நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்.
4. சுத்தம் சோறு போடும்.
5. வருமுன் காப்போம்.
6. அறிவே ஆற்றல்
7. பருவத்தே பயிர்செய்.
8. பசித்துப் புசி.





9. சுவர் இருந்தால்தானே சித்திரம் வரைய முடியும்.

10. கூடி வாழ்ந்தால் கோடி நன்மை.

AAMS KOSAVAPATTY