

॥ ಅಥ ಭೋಜನ ವಿಧಿಃ ॥

ಗಾಯತ್ರಿ ಮಂತ್ರ ಹೇಳಿ ಅನ್ನವನ್ನು ನೀರಿನಿಂದ ಪ್ರೋಕ್ಷಿಸಬೇಕು.

"ಸತ್ಯಂ ತ್ವರ್ತೇನ ಪರಿಷಿಂಚಾಮಿ" ಹೀಗೆ ಹೇಳಿ ಭೋಜನಪಾತ್ರೆಯನ್ನು ಸುತ್ತುಗಟ್ಟಿ ನೀರನ್ನು ಹಾಕಿ ಬಲಭಾಗಕ್ಕೆ ಒಂದು ನೀರಿನ ರೇಖೆಯನ್ನು ಎಳೆಯಬೇಕು. ಅದರ ಮೇಲೆ ಐದು ಅಗಳುಗಳಿಗೆ ಕಡಿಮೆ ಇಲ್ಲದಷ್ಟು ಅನ್ನವನ್ನು ನಾಲ್ಕು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ನೀರು ಬಿಡಬೇಕು.

"ಓಂ ಚಿತ್ರಾಯ ಸ್ವಾಹಾ | ಓಂ ಚಿತ್ರಗುಪ್ತಾಯ ಸ್ವಾಹಾ | ಓಂ ಯಮಾಯ ಸ್ವಾಹಾ | ಓಂ ಯಮಧರ್ಮರಾಜಾಯ ಸ್ವಾಹಾ | ಚಿತ್ರಾಯ ನಮಃ ತೃಪ್ತಿರಸ್ತು | ಚಿತ್ರಗುಪ್ತಾಯ ನಮಃ ತೃಪ್ತಿರಸ್ತು | ಯಮಾಯ ನಮಃ ತೃಪ್ತಿರಸ್ತು | ಯಮಧರ್ಮರಾಜಾಯ ನಮಃ ತೃಪ್ತಿರಸ್ತು |"

ಬಲಗೈಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ಹುಟ್ಟು ನೀರು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಎಡಗೈ ಅನಾಮಿಕ ಬೆರಳಿನಿಂದ ಭೋಜನಪಾತ್ರೆಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಿಕೊಂಡು ಕೆಳಗಿನ ಮಂತ್ರ ಹೇಳಿ ನೀರು ಕುಡಿದು ಅನ್ನದ ಅಗಳುಗಳನ್ನು ಪ್ರಾಶನೆ ಮಾಡಬೇಕು.

ಓಂ ಅಮೃತೋಪಸ್ತರಣಮಸಿ ಸ್ವಾಹಾ |

ಓಂ ಪ್ರಾಣಾಯ ಸ್ವಾಹಾ | ಓಂ ಅಪಾನಾಯ ಸ್ವಾಹಾ | ಓಂ ವ್ಯಾನಾಯ ಸ್ವಾಹಾ | ಓಂ ಉದಾನಾಯ ಸ್ವಾಹಾ | ಓಂ ಸಮಾನಾಯ ಸ್ವಾಹಾ | ಓಂ ಬ್ರಹ್ಮಣೇ ಸ್ವಾಹಾ |

ಊಟವಾದ ಮೇಲೆ ಉತ್ತರಾಪೋಶನ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಕೈಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ಹುಟ್ಟು ನೀರು ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಕೆಳಗಿನ ಮಂತ್ರ ಹೇಳಿ ನೀರು ಕುಡಿಯಬೇಕು.

ಓಂ ಅಮೃತಾಪಿದಾನಮಸಿ ಸ್ವಾಹಾ |

॥ ಇತಿ ಭೋಜನ ವಿಧಿಃ ॥