

✱ ಅಹಾರ ಸೇವಿಸುವ ಮೊದಲು

ಅನ್ನಪೂರ್ಣೇ ಸದಾಪೂರ್ಣೇ ಶಂಕರಪ್ರಾಣವಲ್ಲಭೇ |

ಜ್ಞಾನವೈರಾಗ್ಯಸಿದ್ಧ್ಯರ್ಥಂ ಭಿಕ್ಷಾಂ ದೇಹಿ ಚ ಪಾರ್ವತಿ ||

ಅಹಂ ವೈಶ್ವಾನರೋ ಭೂತ್ವಾ ಪ್ರಾಣಿನಾಂ ದೇಹಮಾಶ್ರಿತಃ |

ಪ್ರಾಣಾಪಾನಸಮಾಯುಕ್ತಃ ಪಚಾಮ್ಯನ್ನಂ ಚತುರ್ವಿಧಂ |