कांस्यं बुद्धिप्रदं रुच्यं रक्तपित्तप्रसादनम्।
पैत्तलं वातकृद्रूक्षमुष्णं कृमिकफप्रणुत्॥
आयसे कान्तपात्रे च भोजनं सिद्धिकारकम्।
शोथपाण्डुहरं बल्यं कामलापहमुत्तमम्॥
शैलजे मृण्मये पात्रे भोजनं श्रीनिवारणम्।
दारूद्भवे विशेषेण रुचिदं श्लेष्मकारि च॥
पात्रं पत्रमयं रुच्यं दीपनं विषपापनुत्॥
जलपात्रन्तु ताम्रस्य तदभावे मृदो हितम्॥
पवित्रं शीतलं पात्रं घटितं स्फाटिकेन यत्।
काचेन रचितं तद्वत्तथा वैदूर्य्यसम्भवम्॥ * ॥
भोजनाग्रे सदा पथ्यं लवणार्द्रकभक्षणम्।
अग्निसन्दीपनं रुच्यं जिह्वाकण्ठविशोधनम्॥"
लवणं सैन्धवं ज्ञेयम्। आर्द्रकन्तु कटुकमपि न पित्तविरोधि मधुरपाकित्वात्॥
"अश्नीयात्तन्मना भूत्वा पूर्व्वन्तु मधुरं रसम्।
मध्येऽम्ललवणौ पश्चात् कटुतिक्तकषायकान्॥
फलान्यादौ समश्नीयात् दाड़िमादीनि बुद्धिमान्॥
विना मोचाफलं तद्वद्वर्ज्जनीया च कर्कटी॥
मृणालविसशालूककन्देक्षुप्रभृतीन्यपि।
पूर्व्वमेव हि भोज्यानि न तु भुक्त्वा कदाचन॥
गुरु पिष्टमयं द्रव्यं तण्डुलान् पृथुकानपि।
न जातु भुक्तवान् खादेन्मात्रां खादेद्बुभुक्षितः॥
घृतपूर्व्वं समश्नीयात् कठिनं प्राक् ततो मृदु।
अन्ते पुनर्द्रवाशी तु बलारोग्ये न मुञ्चति॥"
अयमर्थः। प्राक् घृतपूर्व्वं कठिनं समश्नीयात्। यथा काश्मादिवासिनः प्रथमं सव्यञ्जनां घृतपूर्व्वां रोटिकां भुञ्जते। ततो मृदुसपूपादिकमोदनं भुञ्जते। अन्ते पुनर्द्रवाशी भोजनान्ते दधितक्रदुग्धादि भुञ्जते।
"यद्यत् स्वादुतरं तद्धि विदध्यादुत्तरोत्तरम्।
भुक्त्वा यत् प्रार्थ्यते भूयस्तदुक्तं स्वादु भोजनम्॥"
स्वादन्नस्य गुणमाह।
"सौमनस्यं बलं पुष्टिमुत्साहं रसनासुखम्।
स्वादु सञ्जनयत्यन्नमस्वादु च विपर्य्ययम्॥
अत्युष्णान्नं बलं हन्ति शीतं शुष्कञ्च दुर्ज्जरम्।
अतिक्लिन्नं ग्लानिकरं युक्तियुक्तं हि भोजनम्॥
अतिद्रुताशिताहारो गुणान् दोषान्न विन्दति।
भोज्यं शीतमुष्णञ्च स्याद्विलम्बितमश्नतः॥"
गुरु त्रिविधं तन्निवारयन्नाह।
"मन्दानलो नरो द्रव्यं मात्रागुरु विवर्ज्जयेत्।
स्वभावतश्च गुरु यत्तथा संस्कारतो गुरु॥
मात्रागुरुस्तु मुद्गादिर्मांसादिः प्रकृतेर्गुरुः।
संस्कारगुरु पिष्टान्नं शीतमिक्षुपयश्चयम्॥ * ॥
आहारं षड्विधं चूष्यं पेयं लेह्यं तथैव च।
भोज्यं भक्ष्यं तथा चर्व्व्यं गुरु विद्याद्यथोत्तरम्॥"
चूष्यं इक्षुदाड़िमादि। पेयं पानकशर्करोदकादि। लेह्यं रसालाक्वथितादि। क्वथिता कढी इति लोके। भोज्यं भक्तसूपादि। भक्ष्यं लड्डुकमण्डकादि। चर्व्व्यं चिपिटचणकादि। स्वभावगुरुसंस्कारगुर्व्वोः स्वभावलघुनश्च भक्ष्यस्य भोजनपरिमाणमाह।
"गुरूणामर्द्धसौहित्यं लघूनां तृप्तिरिष्यते।"
अयमर्थः। माषपिष्टान्नादिभिरर्द्धं सौहित्यं कर्त्तव्यं मुद्गादिभिः स्वाभाविक्या मात्रया तृप्तिः कर्त्तव्येत्यर्थः।
"द्रवो द्रवोत्तरश्चापि न मात्रागुरुरिष्यते।"
द्रवः पेयादि। द्रवोत्तरः तक्राद्यधिक ओदनादिर्मात्रातोऽधिकोऽपि मात्रागुरुर्न मन्तव्यः। पेयस्य सर्व्वतो लघुत्वात्। उक्तञ्च सुश्रुतेन। पेयलेह्याद्यभक्ष्याणां गुरु विद्याद्यथोत्तरमिति। पेयं पय आदि। लेह्यं रसालादि। अद्यं ओदनसूपादि। भक्ष्यं मोदकादि।
"द्रवाढ्यमपि शुष्कन्तु सम्यगेवोपपद्यते।
विशुष्कमन्नमभ्यस्तं न पाकं साधु गच्छति॥"
अयमर्थः। शुष्कमपि स्रोतोरोधकरमपि द्रवाढ्यं सम्यक् पाकं याति। केवलस्य शुष्कस्यान्नस्य दोषमाह। विशुष्कमन्नमित्यादि॥ अपक्वं तत् किं भवतीत्यपेक्षायामाह।
"पिण्डीकृतमसंक्लिन्नं विदाहमुपगच्छति।"
पिण्डीकृतं अष्ठीलावद्भूतम्। असंक्लिन्नं असम्यगार्द्रम्। विदाहमुपगच्छति विदग्धं भवतीत्यर्थः॥ शुष्कादीनां वैगुण्यमाह।
शुष्कं विरुद्धं विष्टम्भि वह्निव्यापादमावहेत्।"
शुष्कं चिपिटादि। विरुद्धं क्षीरमत्स्यादि। विष्टम्भि चणकमसूरादि वह्निमान्द्यं कुर्य्यात्।
"न भुक्त्वा न रदैश्छित्त्वा न निशायां न वा बहून्।
न जलान्तरितान्न दिः शक्तूनद्यान्न केवलान्॥
पुनर्द्दानं पृथक् पानं सामिषं पयसा निशि।
दन्तच्छेदनमुष्णञ्च सप्त शक्तुषु वर्ज्जयेत्॥"
विषमाशनस्य लक्षणमाह।
"बहुस्तोकमकाले वा ज्ञेयं तद्विषमाशनम्।"
बहुलाल्पस्य भक्षितस्य दोषमाह।
"आलस्यगौरवाटोपशब्दांश्च कुरुतेऽधिकम्।
हीनमात्रं तनोः कार्श्यं करोति च बलक्षयम्॥"
अधिकं अन्नम्॥ अकाले भुक्तस्य दोषमाह।
"अप्राप्तकाले भुञ्जानोऽप्यसमर्थतनुर्नरः।
तांस्तान् व्याधीनवाप्नोति मरणञ्चाधिगच्छति॥"
अप्राप्तकालः कालादतिप्राक् भुञ्जानोऽसमर्थशरीरो भवति। तथा सति तांस्तान् व्याधीन् शिरोव्यथाविसूचिकालसकविलम्बिकादीन् प्राप्नोति। तेषामाधिक्ये मरणमपि प्राप्नोतीत्यर्थः।
"कालेऽतीतेऽश्नतो जन्तोर्व्वायुनापहतेऽनले।
कृच्छ्राद्विपच्यते भुक्तं न स्वाशोक्तुं पुनः स्पृहा॥
कुक्षेर्भागद्वयं भोज्यैस्तृतीयं वारि पूरयेत्।
वायोः सञ्चरणार्थाय चतुर्थमवशेषयेत्॥
दर्शनान्नस्य रसना प्रथमेनोपतर्पिता।
न तथा स्वादमाप्नोति ततः सेव्याम्बुनान्तरा॥
अत्यम्बुपानान्न विपच्यतेऽन्न-
मनम्बुपानाच्च स एव दोषः।
तस्मान्नरो वह्निविवर्द्धनाय
मुहुर्मुहुर्व्वारि पिबेदभूरि॥
भुक्तस्यादौ जलं पीतं कार्श्यमन्दाग्निदोषकृत्।
मध्येऽग्निदीपनं श्रेष्ठमन्ते स्थौल्यकफप्रदम्॥"
अन्यच्च।
"समस्थूलकृशा भुक्तमध्यान्तप्रथमाम्बुपाः।"
इति वाग्भटः॥ भुक्तं भोजनम्।
"तृषितस्तु न चाश्नीयात् क्षुधितो न पिबेज्जलम्।
तृषितस्तु भवेद्गुल्मी क्षुधितस्तु जलोदरी॥"
ननु शिष्टा भोजनान्ते दुग्धं पिबन्ति तत् कथमुचितम्। यतस्त्रिधा विभक्तस्य भोजनकालस्य प्रथमो भागो वातस्य द्वितीयः पित्तस्य तृतीयः कफस्य। अतएवाह।
"अश्नीयात्तन्मना भूत्वा पूर्व्वन्तु मधुरं रसम्।
मध्येऽम्ललवणौ पश्चात् कटुतिक्तकषायकान्॥"
अस्यायमभिप्रायः। भोजने पूर्व्वं भुक्तो मधुरो रसो बुभुक्षितस्य वातपित्तयोः शमको भवति।

"भोजनमध्ये भुक्तावम्ललवणौ
पित्ताशये च वह्निवृद्धिं कुरुतः।
भोजनान्त्यसमये भुक्ताः कटुतिक्त-
कषाया रसा कफं शमयन्तीति।"

अतो भोजनावसानसमयस्य कफकालत्वात्तत्र कथं श्लेष्मजनकं दुग्धं पातुमुचितं भवति। यत उक्तम्।
"दुग्धं स्वादुरसं स्निग्धमोजस्यं धातुवर्द्धनम्।
वातपित्तहरं वृष्यं श्लेष्मलं गुरु शीतलमिति॥"
उच्यते।
"विदाहीन्यन्नपानानि यानि भुङ्क्ते हि मानवः।
तद्विदाहप्रशान्त्यर्थं भोजनान्ते पयः पिबेत्॥"
अतएव ब्रह्मपुराणे।
"कुर्य्यात् क्षीरान्नमाहारं दध्यन्नं न कदाचनेति॥
लवणाम्लकटूष्णानि विदाहीन्यपि यानि तु।
तद्दोषं हर्त्तुमाहारं मधुरेण समापयेत्॥"
भोजनावसानसमये दुग्धादिमधुरभोजनेन वर्द्धितकफो लवणाम्लकटुभोजनजनितां पित्तस्य वृद्धिं नाशयति पित्तवृद्धिनाशनेन कफस्यापि वृद्धिरुपक्षीणा भवति क्षीणकफवृद्धिरग्निमान्द्यादीन् व्याधीन् उत्पादयितुं न शक्नोति॥
"एवं भुक्त्वा समाचामेत् कृच्छ्रपहणपूर्व्वकम्।
भोजने दन्तलग्नानि निर्हृत्याचमनञ्चरेत्॥
दन्तलग्नमनिर्हार्य्यं लेपं मन्येत दन्तवत्।
न तत्र बहुशः कुर्य्याद्यत्नं निर्हरणं प्रति॥
आचम्य जलयुक्ताभ्यां पाणिभ्यां चक्षुषी स्पृशेत्।
भुक्त्वा पाणितले घृष्ट्वा चक्षुषोर्यदि दीयते।
अचिरेणैव तद्वारि तिमिराणि व्यपोहति॥
भुक्त्वा च संस्मरेन्नित्यमगस्त्यादीन् सुखावहान्।
विष्णुरात्मा तथैवान्नं परिणामश्च वै यथा।
सत्येन तेन यद्भुक्तं जीर्य्यत्वन्नमिदं तथा॥

अगस्तिरग्निर्वड़वानलश्च
भुक्तं ममान्नं जरयत्वशेषम्।
सुखञ्च मे तत् परिणामसम्भवं
यच्छत्वरोगं मम चारुदेहे॥

अङ्गारकमगस्तिञ्च पावकं सूर्य्यमश्विनौ।
यश्चैतान् संस्मरेन्नित्यं भुक्तं तस्याशु जीर्य्यति॥