सनत्कुमारः सनकः सनन्दनः
सनातनोऽप्यासुरिपिङ्गलौ च ।
सप्तस्वराः सप्त रसातलाश्च
कुर्व्वन्तु सर्व्वे मम सुप्रभातम् ॥
पृथ्वी सुगन्धा सरसास्तथापः
स्पर्शश्च वायुर्ज्वलितञ्च तेजः ।
नभः सशब्दं महता सहैव
कुर्व्वन्तु सर्व्वे मम सुप्रभातम् ॥
सप्तार्णवाः सप्त कुलाचलाश्च
सप्तर्षयो द्वीपवराश्च सप्त ।
भूरादि कृत्वा भुवनानि सप्त
कुर्व्वन्तु सर्व्वे मम सुप्रभातम् ॥
इत्थं प्रभाते परमं पवित्रं
यः संस्मरेद्वा शृणुयाच्च भक्त्या ।
दुःस्वप्ननाशो ननु सुप्रभाते
भवेच्च सत्यं भगवत्प्रसादात् ॥
ततः समुत्थाय विचिन्तयेच्च
धर्मं तथार्थञ्च विहाय शय्याम् ।
उत्थाय पश्चाद्धरिरित्युदीर्य्य
गच्छेत्तदोत्सर्गविधिं हि कर्त्तुम् ॥
न देवगोब्राह्मणवह्निमार्गे
न राजमार्गे न चतुष्पथे च ।
कुर्य्यादथोत्सर्गमपीह गोष्ठे
प्रच्छाद्य शीर्षं मुखनासिकञ्च ॥
ततश्च शौचार्थमुपाहरेन्मृदं
गुदे त्रयं पाणितले च सप्त ।
तथोभयोः पञ्च चतुस्तथैकां
लिङ्गे तथैकां मृदमाहरेच्च ॥
नान्तर्ज्जलाद्राक्षसमूषिकस्थला-
न्न चावशिष्टा सदनादिभग्ना ।
वल्मीकमृच्चैव हि शौचनाय
ग्राह्या सदाचारविदा नरेण ।
उदङ्मुखः प्राङ्मुखो वापि विष्टः
समाचमेदद्भिरफेनिलाभिः ।
आचम्य च त्रिः परिमृज्य च द्विः
स्तनौ स्पृशेच्चात्मशिरः करेण ॥
सन्ध्यां स निर्व्वर्त्त्य ततः क्रमेण
केशांश्च संशोध्य च दन्तधावनम् ।
कृत्वा तथा दर्पणदर्शनञ्च
कृत्वा शिरःस्नानमथाङ्गिकञ्च ॥
संपूज्य तोयेन पितॄन् सदेवान्
होमञ्च कृत्वालभनं शुभानाम् ।
कृत्वा बहिर्निर्गमनं प्रशस्तां
दूर्व्वां दधि सर्पिरथोदकुम्भम् ॥
धेनुं सवत्सां वृषभं सुवर्णं
मृन्मयं स्वस्तिकमक्षतानि ।
लाजा मधु ब्राह्मणकन्यकाश्च
श्वेतानि पुष्पाण्यथ शोभमानि ॥
हुताशनं चन्दनमर्कबिम्ब-
मश्वत्थवृक्षञ्च समालभेत ।
ततस्तु कुर्य्यान्निजजातिधर्म्मं
देशानुशिष्टं कुलधर्म्ममग्र्यम् ॥

स्वगोत्रधर्म्मं न हि सन्त्यजेत
तेनापि सिद्धिं समुपाचरेत ।
नासत्प्रलापं न च सत्यहीनं
न निष्ठुरं नागमशास्त्रहीनम् ॥
वाक्यं वदेत् साधुजनेन येन
निन्द्यो भवेन्नैव च धर्म्मभेदी ।
सङ्गं न चासत्सु जनेषु कुर्य्यात्
सन्ध्यासु भक्ष्यं सुरतं दिवा च ।
सर्व्वासु योनीषु पराबलासु
रजस्वलास्वेव जलेषु धीरः ॥
वृथाटनं वृथादानं वृथा च पशुमारणम् ।
न कर्त्तव्यं गृहस्थेन वृथा दारपरिग्रहम् ॥
वृथाटनान्नित्यहानिर्वृथादानाद्धनक्षयः ।
वृथापशुघ्नः प्राप्नोति पातनान्नरकं महत् ॥
सन्तत्या हानिरश्लाघ्या वर्णसङ्करतो भयम् ।
भेतव्यञ्च भवेल्लोके वृथादारपरिग्रहात् ॥
परस्वे परदारे च न कार्य्या बुद्धिरुत्तमैः ।
परस्वं नरकायैव परदाराश्च मृत्यवे ॥
नेक्षेत् परस्त्रियं नग्नां न सम्भाषेच्च तस्करान् ।
उदक्यया दर्शनं स्पर्शं सम्भाषाञ्च विवर्जयेत् ॥
नैकासने तथा स्थेयं सुन्दर्य्या परजायया ।
तथैव स्याच्च मातुश्च तथैव दुहितुस्त्वपि ॥
न भार्य्या वीक्षते नग्ना पुरुषेण कदाचन ।
न च स्नायीत वै नग्नो न शयीत कदाचन ॥
दिग्वाससोऽपि न तथा परिभ्रमणमिष्यते ।
भिन्नासनं भाजनादीन् दूरतः परिवर्जयेत् ॥
नन्दासु नाभ्यङ्गमुपाचरेत
क्षौरञ्च रिक्तासु जयासु मांसम् ।
पूर्णासु योषित् परिवर्जनीया
भद्रासु सर्व्वाणि समालभेत ॥
नाभ्यङ्गमर्के न च भूमिपुत्रे
क्षौरञ्च शुक्रे रविजे च मांसम् ।
बुधेषु योषिन्न समाचरेत
शेषेषु सर्व्वाणि सदैव कुर्य्यात् ॥
चित्रासु हस्ते श्रवणेषु तैलं ।
क्षौरं विशाखास्वभिजित्सु वर्ज्यम् ।
मूले मृगे भाद्रपदासु मांसं
योषिन्मघाकृत्तिकयोत्तरासु ॥
सदैव वर्ज्यं शयने ह्युदक्शिर-
स्तथा प्रतीच्यां रजनीचरेश ।
भुञ्जीत नैवेह च दक्षिणामुखो
न च प्रतीच्यामभिभोजनीयम् ॥
देवालयं चैत्यतरुं चतुष्पथं
विद्याधिकञ्चापि गुरुं प्रदक्षिणम् ।
कुर्य्यान्न वामं गमने च धीमान्
द्विजान् मृगान् गाश्च निशाचरेश ॥
माल्यानुलेपं वसनानि यत्नतो
नान्यैर्धृतान्येव हि धारयेत ।
स्नायाच्छिरःस्नानतया च नित्यं
निष्कारणं चैव विना निशासु ॥
ग्रहोपरागे स्वजनाभिघाते
मुक्त्वा च जन्मर्क्षगते शशाङ्के ।

नाभ्यक्तं कायमुपस्पृशेच्च
स्नातो न केशान् विधुनीत चापि ॥
गात्राणि चैवाम्बरपाणिना च
स्नातोऽवमृज्यद्रजनीचरेश ।
वसेच्च देशेषु सुराजकेषु
सुसंहितस्तीयजनेषु नित्यम् ॥
अक्रोधना न्यायपरा अमत्सराः
कृषीवला ह्योषधिजातयश्च ।
न तेषु देशेषु वसेच्च बुद्धिमान्
यस्मिन्नृपो दण्डरुचिस्त्वशक्तः ।
जनोऽपि नित्योत्सववद्धवैरः
सदा जिगीषुश्च निशाचरेन्द्र ॥
ऋषय ऊचुः ।
यच्च भोज्यं महाबाहो सदा धर्म्मस्थितैर्नरैः ।
यद्भोज्यञ्च समुद्दिष्टं कथयिष्यामहे वयम् ।
त्वज्यमन्नं पर्य्युषितं स्नेहाक्तं चिरसंभृतम् ।
अस्नेहा व्रीहयः श्लक्ष्णा विकाराः पायसा-
स्तथा ॥
शशकः शल्लको गोधा तथा खड्गी च कच्छपः ।
तद्वद्विदलकादीनि भोज्यानि मनुरब्रवीत् ॥
मणिवज्रप्रवालानां तद्वन्मुक्ताफलस्य च ।
शैलदारुमयानाञ्च तृणगुल्मौषधस्य च ॥
शाकधान्याजिनानाञ्च संहतानाञ्च वाससाम् ।
वल्कलानामशेषाणामम्बुना शुद्धिरिष्यते ॥
सस्नेहानामथोष्णेन तिलकल्केन चाविकम् ।
कार्पासिकानां वस्त्राणां शुद्धिः स्यात् सह
भस्मना ॥
नागदन्तास्थिशृङ्गाणां तक्षणाच्छुद्धिरिष्यते ।
पुनःपाकेन भाण्डानां मृन्मयानाञ्च शुद्धता ॥
शुद्धं भैक्ष्यं कारुहस्तः पण्यं योषिन्मुखं तथा ।
रथ्यागतमविज्ञातं दासवर्गेण यत् कृतम् ॥
वाक्यपूतं चिरानीतमनेकान्तरितं लघु ।
चेष्टितं बालवृद्धानां बालस्य तु मुखं शुचि ॥
म्लेच्छानामपि गोशाला स्तनन्धयसुता स्त्रियः ।
वाग्विप्रुषो द्विजेन्द्राणां पाठे वागम्बुबिन्दवः ॥
भूमिर्व्विशुध्यते खातदाहगोक्रमसेचनैः ।
लेपादुल्लेखनात् सेकात् वेश्मसम्मार्ज्जनाज्जलात् ॥
केशकीटावपन्नेऽन्ने गोघ्राते मक्षिकान्विते ।
मृद्वारिभस्मक्षाराणि प्रक्षेप्तव्यानि शुद्धये ॥
उडुम्बराणामम्लेन क्षारेण त्रपुसीसयोः ।
कांस्यानां भस्मना शुद्धिस्तोयाच्छुद्धिर्द्रवस्य च ॥
अमेध्याक्तस्य मृत्तोयैर्गन्धापहरणेन च ।
अन्येषामपि तद्रव्ये शुद्धिर्गन्धापहारतः ॥
मातुः प्रस्नवने वत्सः शकुनिः फलपातने ।
गर्द्दभो भारहारित्वे श्वा मृगग्रहणे शुचिः ॥
रथ्याकर्द्दमतोयानि गावः पथि तृणानि च ।
मारुतेनैव शुध्यन्ति पक्वेष्टकचितानि च ॥
मृतं द्रोणाढकस्यान्नममेध्याभिप्लुतं भवेत् ।
अग्रमुद्धृत्य सन्त्याज्यं शेषस्य प्रोक्षणं स्मृतम् ॥
उपवासं त्रिरात्रं वा दूषितान्नस्य भोजने ।
अज्ञाते ज्ञातपूर्व्वे च नैव शुद्धिर्व्विधीयते ॥
उदक्याश्च तु नग्नांश्च सूतिकान्त्यावसायिनः ।