देवतानि नमस्कुर्य्याद्देयमारान्निवेदयेत् ।
दद्यात् पुष्पादिकं तेषां वृद्धांश्चैवाभिवादयेत् ॥
गुरुञ्चैवाप्युपासीत हितञ्चास्य समाचरेत् ।
वेदाभ्यासं ततः कुर्य्यात् प्रयत्नाच्छक्तितो द्विजः ॥
जपेदध्यापयेच्छिष्यान् धारयेच्च विचारयेत् ।
अवेक्षेत च शास्त्राणि धर्म्मादीनि द्विजोत्तमः ॥
वैदिकांश्चैव नियमान् वेदाङ्गानि विशेषतः ।
उपेयादीश्वरञ्चाथ योगक्षेमप्रसिद्धये ॥
साधयेद्विविधानर्थान् कुटुम्बार्थे ततो द्विजः ॥"
इति कौर्म्मे उपविभागे १७ अध्यायः ॥ * ॥
अपि च ।
"प्रातः शिरसि शुक्लाब्जे द्विनेत्रं द्विभुजं गुरुम् ।
प्रसन्नवदनं शान्तं स्मरेत्तन्नामपूर्व्वकम् ॥"
ॐ नमो गुरवे तस्मै इष्टदेवस्वरूपिणे ।
यस्य वाक्यामृतं हन्ति विषं संसारसंज्ञकम् ॥"
इति पठेत् ॥
"अहं देवो न चान्योऽस्मि ब्रह्मैवास्मि न शोकभाक् ।
सच्चिदानन्दरूपोऽहं नित्यमुक्तस्वभाववान् ॥"
इति भावयेत् ।

"लोकेश ! चैतन्यमयादिदेव
श्रीकान्त विष्णो भवदाज्ञयैव ।
प्रातः समुत्थाय तव प्रियार्थं
संसारयात्रामनुवर्त्तयिष्ये ॥
जानामि धर्मं न च मे प्रवृत्ति-
र्जानाम्यधर्मं न च मे निवृत्तिः ।
त्वया हृषीकेश ! हृदि स्थितेन
यथा नियुक्तोऽस्मि तथा करोमि ॥"

विष्णुपुराणे ।
"प्रबुद्धश्चिन्तयेद्धर्ममर्थञ्चास्याविरोधिनम् ।
अपीड़या तयोः काममुभयोरपि चिन्तयेत् ॥"
धर्म्मलक्षणन्तु भविष्ये ।
"धर्म्मः श्रेयः समुद्दिष्टं श्रेयोऽभ्युदयसाधनम् ॥"
अतएव जैमिनिः । चोदनालक्षणोऽर्थो धर्म्म इति । तेन वैदिकलिङ्प्रतिपाद्योऽर्थो धर्म्मः । कोऽर्थो योऽभ्युदयाय इति तु भविष्ये ॥ * ॥ ततः ॐ प्रियदत्तायै भुवे नमः । इति नमस्कृत्य दक्षिणं चरणं न्यसेत् । छन्दोगपरिशिष्टम् ।
"श्रोत्रियं सुभगाङ्गाञ्च अग्निं गाञ्चैवाग्निचितं तथा
प्रातरुत्थाय यः पश्येदापद्भ्यः स विमुच्यते ॥
पापिष्ठं दुर्भगां मद्यं नग्नमुत्कृत्तनासिकम् ।
प्रातरुत्थाय यः पश्येत्तत् कलेरुपलक्षणम् ॥"
अतएव व्यासः ।
"धनिनः श्रोत्रियो राजा नदी वैद्यस्तु पञ्चमः ।
पञ्च यत्र न विद्यन्ते तत्र वासं न कारयेत् ॥"
महाभारते ।
"कर्कोटकस्य नागस्य दमयन्त्या नलस्य च ।
ऋतुपर्णस्य राजर्षेः कीर्त्तनं कलिनाशनम् ॥"
मात्स्ये ।
"कार्त्तवीर्य्यार्ज्जुनो नाम राजा बाहुसहस्रभृत्
योऽस्य संकीर्त्तयेन्नाम कल्यमुत्थाय मानवः ॥
न तस्य वित्तनाशः स्यान्नष्टञ्च लभते पुनः ॥"

कल्यं प्रातः ॥ * ॥
अथ विण्मूत्रोत्सर्गः । विष्णुधर्म्मोत्तरे ।
"निद्रां जह्याद्गृही राम ! नित्यमेवारुणोदये
वेगोत्सर्गं ततः कृत्वा दन्तधावनपूर्व्वकम् ॥
स्नानं समाचरेत् प्रातः सर्व्वकल्मषनाशनम् ॥"
अरुणोदयकालमाह स्कन्दपुराणम् ।
"उदयात् प्राक् चतस्रस्तु नाड़िका अरुणोदयः ।
तत्र स्नानं प्रशस्तं स्यात्तद्धि पुण्यतमं स्मृतम् ॥"
नाड़िका दण्डः । विष्णुधर्मोत्तरे ।
"वेगरोधं न कर्त्तव्यमन्यत्र क्रोधवेगतः ।"
आयुर्व्वेदीयेऽपि । न वेगितोऽन्यकार्य्यसिद्धिः स्यान्नाजित्वा साध्यमामयम् । अङ्गिराः ।
"उत्थाय पश्चिमे रात्रेस्तत आचम्य चोदकम् ।
अन्तर्द्धाय तृणैर्भूमिं शिरः प्रावृत्य वाससा ॥
वाचं नियम्य यत्नेन ष्ठीवनोच्छ्वासवर्ज्जितः ॥
कुर्य्यान्मूत्रपुरीषे तु शुचौ देशे समाहितः ॥"
विष्णुपुराणम् ।
"ततः कल्यं समुत्थाय कुर्य्यान्मैत्रं नरेश्वर ! ।
नैरृत्यामिषुविक्षेपमतीत्याभ्यधिकं भुवः ॥
तिष्ठेन्नातिचिरं तत्र नैव किञ्चिदुदीरयेत् ॥"
कल्यमुषःकालम् । मैत्रं मित्रदेवताकपायुसम्बन्धात् पुरीषोत्सर्गः । नैरृत्यामुत्थानदेशमारभ्य उत्थायेत्यनेन उपस्थितेः इषुप्रक्षेपयोग्यदेशाद्बहिः । तद्देशपरिमाणमाह पितामहः ।
"मध्यमेन तु चापेन प्रक्षिपेत्तु शरत्रयम् ।
हस्तानाञ्च शते सार्द्धे लक्ष्यं कृत्वा विचक्षणः ॥"
आपस्तम्बः ।
मूत्रपुरीषोत्सर्गं कुर्य्याद्दक्षिणां दिशं दक्षिणापरां वेति ।" दक्षिणापरां नैरृतीम् । मनुः ।
"मूत्रोच्चारसमुत्सर्गं दिवा कुर्य्यादुदङ्मुखः ।
दक्षिणाभिमुखो रात्रौ सन्ध्ययोश्च यथा दिवा ॥"
यत्तु यमवचनम् ।
"प्रत्यङ्मुखश्च पूर्व्वाह्णे त्वपराह्णे च प्राङ्मुखः ।
उदङ्मुखस्तु मध्याह्ने निशायां दक्षिणामुखः ॥"
इति तदिच्छाविकल्पार्थं सूर्य्याभिमुखनिरासार्थञ्च न तु नियमार्थं देवलवचनविरोधात् । तथा च देवलः ।
"सदैवोदङ्मुखः प्रातः सायाह्ने दक्षिणामुखः ।
विण्मूत्रमाचरेन्नित्यं सन्ध्यायां परिवर्ज्जयेदिति"
अत्र प्रातःसायाह्नशब्दौ दिवारात्रिपरौ पूर्व्वोक्तमनुवचनैकवाक्यत्वात् । सन्ध्यायां परिवर्ज्जयेदिति तु पीड़ितेतरपरम् ॥ * ॥ यमः ।
"कृत्वा यज्ञोपवीतन्तु पृष्ठतः कण्ठलम्बितम् ।
विण्मूत्रे च गृही कुर्य्याद्यद्वा कर्णे समाहितः ॥
पृष्ठतः पृष्ठे कण्ठलम्बितं निवीतं तत् पृष्ठलम्बितंनिवीतमापृष्ठदेशावलम्बं ग्राम्यधर्मेष्वितिनिगमपरिशिष्टवचनात् ।
"नियम्य प्रयतो वाचं संवीताङ्गोऽवगुण्ठितः ॥"
इति मनुवचनाच्च ॥
अत्र संवीतं निवीतं संवीतं मानुष इति तैत्तिरीयश्रुतेः । मानुषे सनकादितर्पणे । पृष्ठलम्बितं निवीती वेति बौधायनीयाच्च । ततश्च हारवत्

कृत्वा पृष्ठलम्बितं स्कन्धे इत्यर्थः । एकवस्त्रतापक्षे व्यवस्थामाह सांख्यायनः । यद्येकवस्त्रो यज्ञोपवीतं कर्णे कृत्वा अवगुण्ठित इति । कर्णे दक्षिणे । पवित्रं दक्षिणे कर्णे विण्मूत्रमाचरेदिति स्मृतौ तथा दर्शनात् । अवगुण्ठितः कृतशिरोऽवगुण्ठनः । मनुः ।
"छायायामन्धकारे वा रात्रावहनि वा द्विजः ।
यथासुखमुखः कुर्य्यात् प्राणबाधभयेषु च ॥"
महाभारते ।
"प्रत्यादित्यं प्रतिजलं प्रति गाञ्च प्रति द्विजम् ।
मेहन्ति ये च पथिषु ते भवन्ति गतायुषः ॥"
प्रतिः सांमुख्ये ॥ * ॥ मनुः ।
"न मूत्रं पथि कुर्व्वीत न भस्मनि न गोव्रजे ।
न फालकृष्टे न जले न चित्यां न च पर्व्वते ॥
न जीर्णदेवायतने न वल्मीके कदाचन ।
न ससत्त्वेषु गर्त्तेषु न गच्छन्नापि संस्थितः ॥
न नदीतीरमासाद्य न च पर्व्वतमस्तके ।
गवाग्निविप्रानादित्यमपः पश्यंस्तथैव च ॥
न कदाचन कुर्व्वीत विण्मूत्रस्य विसर्ज्जनम् ॥"
ससत्त्वेषु प्राणिमत्सु । संस्थित उत्थितः । पर्व्वतनिषेधादेव मस्तकनिषेधे सिद्धे पुनर्निषेधो यत्र पर्व्वतोऽशक्यपरीहारस्तत्रापि मस्तकवर्ज्जनार्थः । अथवा । पर्व्वतमस्तकनिषेधोऽधिकदोषाय ॥ * ॥ वशिष्ठः ।

"आहारनिर्हारविहारयोगाः
सुसंवृता धर्म्मविदा तु कार्य्याः ।
वाग्बुद्धिगुप्ती च तपस्तथैव
धनायुषी गुप्ततमे तु कार्य्ये ॥"

निर्हारो मूत्रपुरीषोत्सर्गः । विहारः स्त्रीसंभोगः । योगः समाधिः । वाग्गुप्तिरश्लीलालापत्यागः । बुद्धिगुप्तिरनिष्टचिन्तात्यागः । हारीतः
"आहारन्तु रहः कुर्य्यान्निर्हारञ्चैव सर्व्वदा ।
गुप्ताभ्यां लक्ष्मपतेः स्यात् प्रकाशे हीयतेतया ॥"
विष्णुपुराणम् ।
"सोमाग्न्यर्काम्बुवायूनां पूज्यानाञ्च न संमुखम्
कुर्य्यात् ष्ठीवनविण्मूत्रसमुत्सर्गञ्च पण्डितः ॥"
आपस्तम्बः । "न च सोपानत्को मूत्रपुरीषे कुर्य्यादिति ।" वृद्धमनुः ।
"करगृहीतपात्रेण कृत्वा मूत्रपुरीषके ।
मूत्रतुल्यन्तु पानीयं पीत्वा चान्द्रायणञ्चरेत् ॥"
भरद्वाजः ।
"अथावकृष्यविण्मूत्रं लोष्टकाष्ठतृणादिना ।
उदस्तवासा उत्तिष्ठेद्दृढं विधृतमेहनः ॥" * ॥
उदस्तवासाः कटिदेशादूर्द्धक्षिप्तवस्त्रः ।

अथ शौचम् । देवलः ।

"धर्मविद्दक्षिणं हस्तमधःशौचे न योजयेत् ।
तथैव वामहस्तेन नाभेरूर्द्ध्वं न शोधयेत् ।
प्रकृतिस्थितिरेषा स्यात् कारणादुभयक्रिया ॥"
कारणाद्रोगादेः । ब्रह्माण्डपुराणम् ।
"उद्धृतोदकमादाय मृत्तिकाश्चैव वाग्यतः ।
उदङ्मुखो दिवा कुर्य्याद्रात्रौ चेद्दक्षिणामुखः ॥
सुनिर्णिक्ते मृदं दद्यात्सृदन्ते त्वप एव च ॥"