अक्रोध आर्ज्जवं नित्यं नातिवादोऽभिमानिता । गुरुपूजाऽनसूया च दया भूतेष्वपैशुनं ।
जनवादमृषावादस्तुतिनिन्दाविवर्ज्जनं । साधुकामश्च स्पृहयेन्नायतिं प्रत्ययेषु च ।
अवैरकृत्सूपचारः समो निन्दाप्रशंसयोः । सुवृत्तः शीलसम्पन्नः प्रसन्नात्मात्मवान् प्रभुः । ७८९
प्राप्य लोके च सत्कारं स्वर्गं वै प्रेत्य गच्छति । दुर्गमं सर्व्वभूतानां प्रापयन्मोदते सुखी ।
सर्व्वभूतहिते युक्तो न स्म यो द्विषते जनं । महाह्रद इवाक्षोभ्यः प्रज्ञातृप्तः प्रसीदति ।
अभयं यस्य भूतेभ्यः सर्व्वेषामभयं यतः । नमस्यः सर्व्वभूतानां दान्तो भवति बुद्धिमान् ।
न हृष्यति महत्यर्थे व्यसने च न शोचति । स वै परिमितप्रज्ञः स दान्तो द्विज उच्यते ।
कर्म्मभिः श्रुतसम्पन्नः सद्भिराचरितः शुचिः । सदैव दमसंयुक्तस्य भुङ्क्ते महाफलं । ८००
अनसूया क्षमा शान्तिः सन्तोषः प्रियवादिता । सत्यं दानमनायासो नैष मार्गो दुरात्मनां ।
कामक्रोधौ च लोभश्च परस्वेर्ष्या विकत्थना । कामक्रोधौ वशे कृत्वा ब्रह्मचारी जितेन्द्रियः ।
विक्रम्य घोरे तमसि ब्राह्मणः शंसितव्रतः । कालाकाङ्क्षी चरेल्लोकान्निरपाय इवात्मवान् ।
इति श्रीमहाभारते शान्तिपर्व्वणि मोक्षधर्म्मपर्व्वणि दमप्रशंसायां विंशत्यधिकद्विशतोऽध्यायः ॥ २२० ॥
॥ युधिष्ठिर उवाच ॥ द्विजातयो व्रतोपेता यदिदं भुञ्जते हविः । अन्नं ब्राह्मणकामाय कथमेतत् पितामह ।
॥ भीष्म उवाच ॥ अवेदोक्तव्रतोपेता भुञ्जानाः कार्य्यकारिणः । वेदोक्तेषु च भुञ्जाना व्रतलुप्ता युधिष्ठिर । ८०५
॥ युधिष्ठिर उवाच ॥ यदिदं तप इत्याहुरुपवासं पृथग्जनाः । एतत्तपो महाराज उताहो किं तपो भवेत् ।
॥ भीष्म उवाच ॥ मासपक्षोपवासेन मन्यन्ते यत्तपो जनाः । आत्मतन्त्रोपघातस्तु न तपस्तत् सतां मतं ।
त्यागश्च सन्नतिश्चैव शिष्यते तप उत्तमं । सदोपवासी स भवेद्ब्रह्मचारी सदा भवेत् ।
मुनिश्च स्यात् सदा विप्रो दैवतञ्च सदा भवेत् । कुटुम्बिको धर्म्मकामः सदाऽस्वप्नश्च भारत ।
अमांसादी सदा च स्यात् पवित्रश्च सदा भवेत् । अमृताशी सदा च स्याद्दैवतातिथिपूजकः । ८१०
विघसाशी सदा च स्यात् सदा चैवातिथिव्रतः । श्रद्दधानः सदा च स्याद्दैवतद्विजपूजकः ।
॥ युधिष्ठिर उवाच ॥ कथं सदोपवासी स्याद्ब्रह्मचारी कथं भवेत् । विघसाशी कथञ्च स्यात् सदा चैवातिथिव्रतः ।
॥ भीष्म उवाच ॥ अन्तरा प्रातराशञ्च सायमाशन्तथैव च । सदोपवासी स भवेद्यो न भुङ्क्तेऽन्तरा पुनः ।
भार्य्यां गच्छन् ब्रह्मचारी ऋतौ भवति वै द्विजः । ऋतवादी भवेन्नित्यं ज्ञाननित्यश्च यो नरः ।
न भक्षयेद्वृथामांसममांसाशी भवत्यपि । दाननित्यः पवित्रश्च अस्वप्नश्च दिवाऽस्वपन् । ८१५
भृत्यातिथिषु यो भुङ्क्ते भुक्तवत्सु सदा नरः । अमृतं केवलं भुङ्क्ते इति विद्धि युधिष्ठिर ।
अभुक्तवत्सु नाश्नानः सततं यस्तु वै द्विजः । अभोजनेन तेनास्य जितः स्वर्गो भवत्युत ।
देवताभ्यः पितृभ्यश्च भृत्येभ्योऽतिथिभिः सह । अवशिष्टन्तु योऽश्नाति तमाहुर्विघसाशिनं ।
तेषां लोका ह्यपर्य्यन्ताः सदने ब्रह्मणा सह । उपस्थितास्त्वाप्सरोभिः परियान्ति दिवौकसः ।
देवताभिश्च ये सार्द्धं पितृभिश्चोपभुञ्जते । रमन्ते पुत्रपौत्रैश्च तेषां गतिरनुत्तमा । ८२०
इति श्रीमहाभारते शान्तिपर्व्वणि मोक्षधर्म्मपर्व्वणि अमृतप्राश्निके एकविंशत्यधिकद्विशतोऽध्यायः ॥ २२१ ॥