तृतीयमायुषो भागं वानप्रस्थाश्रमे वसेत् । तानेवाग्नीन् परिचरेद्यजमानो दिवौकसः ।
नियतो नियताहारः षष्ठभक्तो प्रमत्तवान् । तदग्निहोत्रं ता गावो यज्ञाङ्गानि च सर्व्वशः ।
अफालकृष्टं व्रीहियवं नीवारं विघसानि च । हवींषि सम्प्रयच्छेत मेध्यञ्चापि पशुषु । ८८९०
वानप्रस्थाश्रमेऽप्येतास्तस्रो वृत्तयः स्मृताः । सद्यः प्रक्षालकाः केचित् केचिन्मासिकसञ्चयाः ।
वार्षिकं सञ्चयं केचित्केचिद्द्वादशवार्षिकं । कुर्व्वन्त्यतिथिपूजार्थं यज्ञतन्त्रार्थमेव वा ।
अभ्रावकाशवर्षासु हेमन्ते जलसंश्रयाः । ग्रीष्मे च पञ्चतपसः शश्वच्च मितभोजनाः ।
भूमौ विपरिवर्त्तन्ते तिष्ठन्ति प्रपदैरपि । स्थानासनैर्व्वर्त्तयन्ति सवनेष्वभिषिञ्चते ।
दन्तोलूखलिकाः केचिदश्मकुट्टास्तथाऽपरे । शुक्लपक्षे पिबन्त्येके यवागूं कथितां सकृत् । ८८९१
कृष्णपक्षे पिबन्त्यन्ये भुञ्जते वा यथागमं । मूलैरेके फलैरेके पुष्पैरेके दृढव्रताः ।
वर्त्तयन्ति यथान्यायं वैखानसगतिं श्रिताः । एतास्त्वान्यास्त्र विविधा दीक्षास्तेषां मनीषिणां ।
चतुर्थस्त्वेपनिषदो धर्म्मः साधारणः स्मृतः । वानप्रस्थाद्गृहस्थाच्च ततोऽन्यः सम्प्रवर्त्तते ।
अस्मिन्नेव युगे तात विप्रैः सर्व्वार्थदर्शिभिः । अगस्त्यः सप्त ऋषयो मधुच्छन्दोऽघमर्षणः ।
सांकृतिः सुदिवातण्डिर्यथा वासोऽकृतश्रमः । अहोवीर्य्यस्तथा काव्यस्तार्क्ष्यो मेधातिथिर्बुधः । ८८९२
बलवान् कर्णनिर्व्वाकः शृङ्गपालः कृतश्रमः । एनं धर्म्मं कृतवन्तस्ततः स्वर्गमुपागमन् ।
तात प्रत्यक्षधर्म्माणस्तथा यायावरा गणाः । ऋषीणामुग्रतपसां धर्म्मनैपुणदर्शिनां ।
अन्ये चापरिमेयास्त्र ब्राह्मणा वनमाश्रिताः । वैखानसा बालखिल्याः सैकताश्च तथाऽपरे ।
कर्म्मभिस्ते निरानन्दा धर्म्मनित्या जितेन्द्रियाः । गताः प्रत्यक्षधर्म्माणस्ते सर्व्वे वनमाश्रिताः ।
अनक्षत्रास्त्वनाधृष्या दृश्यन्ते ज्योतिषां गणाः । जरया च परिद्यूनो व्याधिना च प्रपीडितः । ८८९३
चतुर्थे चायुषः शेषे वानप्रस्थाश्रमं त्यजेत् । सद्यस्कारां निरूप्येष्टिं सर्व्ववेदसदक्षिणां ।
आत्मयाजी सोत्मरतिरात्मक्रीडात्मसंश्रयः । आत्मन्यग्नीन् समारोप्य त्यक्त्वा सर्व्वपरिग्रहान् ।
सद्यस्कांश्च यजेद्यज्ञानिष्टीश्चैवेह सर्व्वदा । यदैव याजिनां यज्ञादात्मनीज्या प्रवर्त्तते ।
त्रीश्चैवाग्नीन् यजेत् सम्यगात्मन्येवात्ममोक्षणात् । प्राणेभ्यो यजुषः पञ्च षट् प्राश्नीयादकुत्सयन् ।
केशलोमनखान् वाप्य वानप्रस्थो मुनिस्ततः । आश्रमादाश्रमं पुण्यं पूतो गच्छति कर्म्मभिः । ८८९४
अभयं सर्व्वभूतेभ्यो दत्त्वा यः प्रव्रजेद्द्विजः । लोकास्तेजोमयास्तस्य प्रेत्य चानन्त्यमश्नुते ।
सुशीलवृत्तो व्यपनीतकल्मषो न चेह नामुत्र च कर्त्तुमीहते । अरोषमोहो गतसन्धिविग्रहो भवेदुदासीनवदात्मविन्नरः ।
यमेषु चैवानुगतेषु न व्यथेत् स्वशास्त्रसूत्राऽऽतिमन्त्रविक्रमः । भवेद्यथेष्टा गतिरात्मवेदिनि न संशयो धर्म्मपरे जितेन्द्रिये ।
ततः परं ज्येष्ठमतीव सद्गुणैरधिष्ठितं चीनधिवृत्तिमुत्तमं । चतुर्थमुक्तं परमाश्रमं शृणु प्रकीर्त्त्यमानं परमं परायणं ।

इति श्रीमहाभारते शान्तिपर्व्वणि मोक्षधर्म्मपर्व्वणि शुकानुप्रश्ने चतुश्चत्वारिंशदधिकद्विशततोऽध्यायः ॥ २४४ ॥

॥ शुक उवाच ॥ वर्त्तमानस्तथैवात्र वानप्रस्थाश्रमे यथा । योक्तव्योत्मा कथं शक्त्या वेद्यं वै काङ्क्षता परं । ८८९५
॥ व्यास उवाच ॥ प्राप्य संस्कारमेताभ्यामाश्रमाभ्यां ततः परं । यत् कार्य्यं परमार्थन्तु तदिहैकमनाः शृणु ।