यो भानुवारस्तथैव च । अत्र स्नानं जपोहोमो देवतानां च पूजनम् । उपवासस्तथा दानमेकैकं पावनं स्मृतमिति" । गृहस्थस्य तु शुक्लायामेव नित्योपवास इत्युक्तम् । नैमित्तिककाम्योपवासौ तु कृष्णायामपि कर्त्तव्यौ । तत्र नैमित्तिकः स्मृत्यन्तरे पठ्यते । "शयनीबोधनीमध्ये या कृष्णैकादशी भवेत् । सैवोपोष्या गृहस्थेन नान्या कृष्णा कदाचनेति" । काम्यस्तु स्कन्दपुराणे "पितॄणां गतिमन्विच्छन् कृष्णायां समुपोषयेदिति" सनत्कुमारः "भानुवारेण संयुक्ता कृष्णा संक्रान्तिसंयुता । एकादशी सदोपोष्या सर्वसंपत्करी तिथिरिति" । मत्स्यपुराणेऽपि "एकादश्यां तु कृष्णायामुपोष्य विधिवन्नरः । पुत्रानायुः समृद्धिं च साम्राज्यं च स गच्छतीति" । दिनक्षये पुत्रवतो गृहस्थस्योपवासोऽपि निषिद्धः तथा च पितामहः "एकादश्यां दिनक्षये उपवासं करोति यः । तस्य पुत्रा विनश्यन्ति मघायां पिण्डदो यथेति" । मत्स्यपुराणेऽपि "दिनक्षयेऽर्कसंक्रान्तौ ग्रहणे चन्द्रसूर्य्ययोः । उपवासं न कुर्वीत पुत्रपौत्रसमन्वितः" इति । दिनक्षयलक्षणं पद्मपुराणे "द्वौ तिथ्यन्तावेकवारे यस्मिन् स स्याद्दिनक्षयः" इति । वशिष्ठोऽपि "एकस्मिन् सावने त्वह्नि तिथीनां त्रितयं यदा । तदा दिनक्षयः प्रोक्तस्तत्र साहस्रिकं फलमिति" । फलमत्रोपवासव्यतिरिक्तदानादिजन्यं द्रष्टव्यम् उपवासस्य निषिद्धत्वात् । ईदृशे विषये किं कर्त्तव्यमित्याकाङ्क्षायां वायुपुराणे पठ्यते "उपवासे निषिद्धे तु भक्ष्यं किञ्चित्प्रकल्पयेत् । न दुष्यत्युपवासेन उपवासफलम्भवेत्" । "नक्तं हविष्यान्नमनोदनं वा फलन्तिलाः क्षीरमथाम्बु वाज्यम् । यत्पञ्चगव्यं यदि वापि वायुः प्रशस्तमत्रोत्तरमुत्तरं चेति" । उपवासासमर्थस्त्वेकभक्तादीनि कुर्य्यात् तथा च स्मृतिः । "उपवासेत्व शक्तानामशीतेरूर्ध्वजीविनाम् । एकभक्तादिकं कार्यमाह बौधायनो मुनिरिति" । मार्कण्डेयपुराणे "एकभक्तेन नक्तेन तथैवायाचितेन च । उपवासेन दानेन न निर्द्वादशिको भवेदिति" । कूर्म्मपुराणेऽपि "एकभक्तेन नक्तेन क्षीणवृद्धातुरः क्षिपेत् । नातिक्रामेद्द्वादशीन्तु उपवासव्रतेन चेति" । स्मृत्यन्तरेऽपि "एकभक्तेन नक्तेन बालवृद्धातुरः क्षिपेत् । पयोमूलं फलं वाऽपि न निर्द्वादशिको भवेदिति" । भविष्यपुराणेऽपि "एकादश्यामुपवसेन्नक्तं वापि समाचरेदिति" । नित्यकाम्ययोरशक्तास्तु प्रतिनिधिभिर्व्रतं कारयेयुः । तथा च विष्णुरहस्ये "असामार्थ्ये शरीरस्य व्रते च समुपस्थिते । कारयेद्धर्मपत्नीं वा पुत्रं वा विनयान्वितमिति" । पैठीनसिः "भार्य्या पत्युर्व्रतं कुर्य्याद्भार्य्यायाश्च पतिर्व्रतम् । असामर्थ्ये परस्ताभ्यां व्रतभङ्गो न जायते" इति । स्कन्दपुराणे "पुत्रं वा विनयोपेतं भगिनीं भ्रातरन्तथा । एषामभावएवान्यं ब्राह्मणं विनियोजयेत्" । अन्यत्रापि "भ्रातरं भगिनीं शिष्यं कारयेद्ब्राह्मणादिभिरिति" । स्मृत्यन्तरेऽपि "पितृमातृपतिभ्रातृश्वश्रूगुर्वार्य्यभूभुजाम् । अदृष्टार्थमुपोषित्वा स्वयञ्च फलभाग्भवेदिति" कात्यायनः । "पितृमातृस्वसृभ्रातृगुर्वर्थे च विशेषतः । उपवासं प्रकुर्वाणः पुण्यं शतगुणं लभेत् । दक्षिणा नात्र दातव्या शुश्रूषा विहिता च सा । नारी च पतिमुद्दिश्य एकादश्यामुपोषिता । पुण्यं शतगुणं प्राहुर्मुनयः पारदर्शिनः । उपवासफलं तस्याः पतिः प्राप्नोत्यसंशयम् । राज्यस्थक्षत्रियार्थे च एकादश्यामुपोषितः । पुरोधाः क्षत्रियस्यार्द्धं फलं प्राप्नोति निश्चितम् । पितामहादीनुद्दिश्य एकादश्यामुपोषणे । कृते ते तु फलं विप्राः ! समग्रं समवाप्नुयुः । कर्त्ता दशगुणं पुण्यं प्राप्नोत्यत्र न संशयः । यमुद्दिश्य कृतं सोपि संपूर्णं फलमाप्नुयादिति" । प्रतिनिधौ च कश्चिद्विशेषः स्मृतौ "काम्ये प्रतिनिधिर्नास्ति नित्ये नैमित्तिके च सः । काम्येऽप्युपक्रमादूर्द्ध्वं क्वचित्प्रतिनिधिं विदुरिति" । अयमर्थः नित्यं नैमित्तिकं च प्रतिनिधिनाप्युपक्रम्य कारयेत् काम्यं तु स्वसामर्थ्यं परीक्ष्य स्वयमेवोपक्रम्य कुर्य्यात् असामर्थ्ये उपक्रमादूर्द्ध्वं प्रतिनिधिनापि तत् कारयेत् ।

उपवासाकरणे प्रायश्चित्तं स्मर्य्यते "अष्टम्याञ्च चतुर्दश्यां दिवा भुक्त्वैन्दवं चरेत् । एकादश्यां दिवा रात्रौ नक्तञ्चैव तु पर्वणीति" स्मृत्यन्तरे "अर्के पर्वद्वये रात्रौ चतुर्दश्यष्टमीदिवा । एकादश्यामहोरात्रं भुक्त्वा चान्द्रायणञ्चरेत्" ।

अथ काम्योपवासक्रमः तत्राङ्गिराः "सायमाद्यन्तयोरह्नोः सायं पातश्च मध्यमे । उपवासफलं प्रेप्सुर्जह्याद्भक्तचतुष्टयम्" इति । देवलः "दशम्यामेकभक्तस्तु मांसमैथुनवर्जितः एकादशीमुपवसेत् पक्षयोरुभयोरपि । देवतास्तस्य तुष्यन्ति कामितं चास्य सिध्यतीति" बृहस्पतिरपि "दिवानिद्रा परान्नं च पुनर्भोजनमैथुने । क्षौद्रं कांस्यामिषं तैलं द्वादश्यामष्ट वर्जयेदिति" कूर्मपुराणे "कांस्यं मांसं मसूरांश्च चणकान् कोरदूषकान् । शाकं मधु परान्नञ्च त्यजेदुपवसन् स्त्रियमिति" स्मृत्यन्तरेऽपि "शाकं मांसं मसूरांश्च