

हठप्रदीपिका

स्वात्माराम - कृत

भ्रान्त्या बहुमतध्वान्ते राजयोगमजानताम् ।

हठप्रदीपिकां धत्ते स्वात्मारामः कृपाकरः ॥

संस्करणकर्ता

स्वामी दिगम्बरजी, डा. पीताम्बर झा

K A I V A L Y A D H A M A

विषय-सूची

	पृष्ठ संख्या
१. चित्र-सूची	(५)
२. प्राक्कथन	(६)
३. प्रस्तावना	(१०)
४. प्रस्तावना (अँग्रेजी-संस्करण से)	(२०)
५. मूल संस्कृत श्लोक, अन्वय, हिन्दी अर्थ और आवश्यकतानुसार आलोचनात्मक टिप्पणी	१
६. परिशिष्ट - १	१८९
७. परिशिष्ट - २	२०५
८. परिशिष्ट - ३	२०७
९. परिशिष्ट - ४	२१७
१०. परिशिष्ट - ५	२३१
११. परिशिष्ट - ६	२३२
१२. परिशिष्ट - ७	२३३

चित्र-सूची

चित्र	उपदेश	श्लोक
१. स्वस्तिकासन	१	१९
२. गोमुखासन	१	२०
३. वीरासन	१	२१
४. कूर्मासन	१	२२
५. कुक्कुटासन	१	२३
६. उत्तानकूर्मासन	१	२४
७. धनुरासन	१	२५
८. मत्स्येन्द्रासन	१	२६
९. पश्चिमतानासन	१	२८
१०. मयूरासन	१	३०
११. शवासन	१	३२
१२. सिद्धासन	१	३५
१३. पद्मासन	१	४४
१४. पद्मासन (दूसरा प्रकार)	१	४५, ४६
१५. सिंहासन	१	५०-५२
१६. भद्रासन	१	५३-५४
१७. हाथ की आकृति	२	७-१०
१८. (वस्त्र) धौति	२	२४
१९. गजकरणी	२	२६
२०. नेति	२	३०
२१. नौलि (१-२-३)	२	३४
२२. महामुद्रा	३	९-१२
२३. महाबन्ध	३	१८-२०
२४. महावेध (१-२)	३	२६-२७
२५. उड्डीयान	३	५६
२६. जालन्धरबन्ध	३	६९
२७. विपरीतकरणी-१	३	७८
विपरीतकरणी-२		
विपरीतकरणी-३		