श्रीआदिनाथाय नमोऽस्तु तस्मै
येनोपदिष्टा हठयोगविद्या ।
विराजते प्रोन्नतराजसौध-
मारोढुमिच्छोरधिरोहिणीव ॥ [1.1–33 lost δ_2] 1.1

प्रणम्य श्रीगुरुं नाथं स्वात्मारामेण योगिना ।
केवलं राजयोगाय हठविद्योपदिश्यते ॥ 1.2

भ्रान्त्या बहुमतध्वान्ते राजमार्गमजानताम् ।
हठप्रदीपिकां धत्ते स्वात्मारामः कृपाकरः ॥ 1.3

हठविद्यां हि मत्स्येन्द्रगोरक्षाद्या विजानते ।
स्वात्मारामोऽथवा योगी जानीते तत्प्रसादतः ॥ 1.4

श्रीआदिनाथमत्स्येन्द्रशाबरानन्दभैरवाः ।
चौरङ्गीमीनगोरक्षविरूपाक्षबिलेशयाः ॥ 1.5

मन्थानभैरवो योगी सिद्धबुद्धश्च कन्थडिः ।
गोरण्टकः सुरानन्दः सिद्धपादश्च चर्पटिः ॥ (cd om. δ_1)[1] 1.6

[1] Usually omitted in Δ. δ_3 seems to have supplied this hemistich from a ms of another branch.

काणेरी पूज्यपादश्च नित्यनाथो निरञ्जनः ।
कपाली बिन्दुनाथश्च काकचण्डीश्वराह्वयः ॥ 1.7

अल्लमप्रभुदेवश्च घोडाचोली च टिण्टिणी ।
भालुकी नागबोधश्च खण्डकापालिकस्तथा ॥ 1.8

इत्यादयो महासिद्धा हठयोगप्रभावतः ।
खण्डयित्वा कालदण्डं ब्रह्माण्डे विचरन्ति ते ॥ 1.9

संसारतापतप्तानां समाश्रयमठो हठः ।
अशेषयोगजगतामाधारकमठो हठः ॥ (cd om. A) 1.10

हठविद्या परं गोप्या योगिनां सिद्धिमिच्छताम् ।
भवेद्वीर्यवती गुप्ता निर्वीर्या तु प्रकाशिता ॥ 1.11

सुराज्ये धार्मिके देशे सुभिक्षे निरुपद्रवे ।[2]
एकान्तमठिकामध्ये स्थातव्यं हठयोगिना ॥ 1.12

[2] χ has धनुःप्रमाणपर्यन्तं शिलाग्निजलवर्जिते between the hemistiches.

अल्पद्वारमरन्ध्रगर्तपिठरं नात्युच्चनीचायतं
सम्यग्गोमयसान्द्रलिप्तममलं निःशेषबाधोज्झितम् ।
बाह्ये मण्डपवेदिकूपरुचिरं प्राकारसंवेष्टितं
प्रोक्तं योगमठस्य लक्षणमिदं सिद्धैर्हठाभ्यासिभिः ॥ 1.13

एवंविधे मठे स्थित्वा सर्वचिन्ताविवर्जितः ।
गुरूपदिष्टमार्गेण योगमेव समभ्यसेत् ॥ 1.14

अत्याहारः प्रयासश्च प्रजल्पोऽनियमग्रहः ।
जनसङ्गश्च लौल्यं च षड्भिर्योगो विनश्यति ॥ 1.15

उत्साहात्साहसाद्धैर्यात्तत्वज्ञानाच्च निश्चयात् ।
जनसङ्गपरित्यागात्षड्भिर्योगः प्रसिध्यति ॥ 1.16

अहिंसा सत्यमस्तेयं ब्रह्मचर्यं क्षमा धृतिः ।
दयार्जवं मिताहारः शौचं चैव यमा दश ॥ ($\beta_\omega\delta_3$) 1.16*1

तपः संतोषमास्तिक्यं दानमीश्वरपूजनम् ।
सिद्धान्तश्रवणं चैव ह्री मतिश्च जपो हुतम् ॥ (β_ω) 1.16*2

अथासनानि । ($\varepsilon_1\varepsilon_3$)

हठस्य प्रथमाङ्गत्वादासनं पूर्वमुच्यते ।
तत्कुर्यादासनं स्थैर्यमारोग्यं चाङ्गपाटवम् ॥[3] 1.17

वसिष्ठाद्यैश्च मुनिभिर्मत्स्येन्द्राद्यैश्च योगिभिः ।
अङ्गीकृतान्यासनानि कथ्यन्ते कानिचिन्मया ॥ [1.18–28 lost α_1] 1.18

जानूर्वोरन्तरे सम्यक्कृत्वा पादतले उभे ।
ऋजुकायः समासीनः स्वस्तिकं तत्प्रचक्षते ॥ [found before 1.17 in ε_1] 1.19

सव्ये दक्षिणगुल्फं तु पृष्ठपार्श्वे नियोजयेत् ।
दक्षिणेऽपि तथा सव्यं गोमुखं गोमुखं यथा ॥ (om. ε_1) 1.20

एकं पादमथैकस्मिन्विन्यस्योरुणि संस्थितम् ।
इतरस्मिंस्तथा चोरुं वीरासनम् इतीरितम् ॥ 1.21

गुदं निरुध्य गुल्फाभ्यां व्युत्क्रमेण समाहितः ।
कूर्मासनं भवेदेतदिति योगविदो विदुः ॥ 1.22

[3] 1.17–18 are transposed in $\delta_1\varepsilon_3$. δ_3 has it twice – in the regular place and after 1.18. Readings of the first occurence are closer to η_2 (कुर्यात्तदासनं तस्माद् and अङ्गपाटवम्) and the second to δ_1 which belongs to the same ms group as δ_3. In the apparatus, readings of the second occurence only are included.

पद्मासनं सुसंस्थाप्य जानूर्वोरन्तरे करौ ।
निवेश्य भूमौ संस्थाप्य व्योमस्थः कुक्कुटासनम् ॥ [1.23c–29d lost δ_3] 1.23

कुक्कुटासनबन्धस्थो# दोर्भ्यां संबध्य कन्धराम् ।
शेते कूर्मवदुत्तान एतदुत्तानकूर्मकम् ॥ 1.24

पादाङ्गुष्ठौ तु पाणिभ्यां गृहीत्वा श्रवणावधि ।
धनुराकर्षणं कृत्वा धनुरासनमुच्यते ॥ 1.25

वामोरुमूलार्पितदक्षपादं
जानोर्बहिर्वेष्टितदक्षदोष्णा ।
प्रगृह्य तिष्ठेत्परिवर्तिताङ्गः
श्रीमत्स्यनाथोदितमासनं स्यात् ॥ 1.26

मत्स्येन्द्रपीठं जठरप्रवृद्ध#-
प्रचण्डरुङ्मण्डलखण्डनास्त्रम् ।
अभ्यासतः कुण्डलिनीप्रबोधं
दण्ड#स्थिरत्वं च ददाति पुंसाम् ॥ 1.27

प्रसार्य पादौ भुवि दण्डरूपौ
दोर्भ्यां पदाग्रद्वितयं# गृहीत्वा ।
जानूपरिन्यस्तललाटदेशो
वसेदिदं पश्चिमतानमाहुः ॥ 1.28

इति पश्चिमतानमासनाग्र्यं
पवनं पश्चिमवाहिनं करोति ।
उदयं जठरानलस्य कुर्या-
दुदरे कार्श्यमरोगतां च पुंसाम् ॥ 1.29

धरामवष्टभ्य करद्वयेन
तत्कूर्परस्थापितनाभिपार्श्वः ।
उच्चासनो दण्डवदुत्थितः खे
मायूरमेतत्प्रवदन्ति पीठम् ॥ 1.30

हरति सकलरोगानाशु गुल्मोदरादी-
नभिभवति च दोषानासनं श्रीमयूरम् ।
बहुकदशनभुक्तं भस्म कुर्यादशेषं
जनयति जठराग्निं जारयेत्कालकूटम् ॥ 1.31

उत्तानं शववद्भूमौ शयनं तु शवासनम् ।
सर्वासनश्रान्तिहरं चित्तविश्रान्तिसाधनम् ॥ 1.32

चतुराशीत्यासनानि शिवेन कथितानि तु ।
तेभ्यश्चतुष्कमादाय सारभूतं ब्रवीम्यहम् ॥ 1.33

सिद्धं पद्मं तथा सिंहं भद्रं चेति चतुष्टयम् ।
श्रेष्ठं तत्रापि च सखे तिष्ठ सिद्धासने सदा ॥ 1.34

अथ सिद्धासनम् । ($\alpha_1\gamma_1\eta_2$)

योनिस्थानकमङ्घ्रिमूलघटितं कृत्वा दृढं विन्यसे-
न्मेढ्रे पादमथैकमास्यहृदये# धृत्वा समं विग्रहम् ।
स्थाणुः संयमितेन्द्रियोऽचलदृशा पश्यन् भ्रुवोरन्तरं
एतन्मोक्षकपाटभेदजनकं सिद्धासनं प्रोच्यते ॥ 1.35

मतान्तरे तु ।

मेढ्रादुपरि विन्यस्य सव्यगुल्फं तथोपरि ।
गुल्फान्तरं च निक्षिप्य सिद्धासनमिदं भवेत् ॥ 1.36

पूर्वोक्तमेव मत्संमतम् । ($\alpha_1\beta_1\beta_2\gamma_1\varepsilon_1\varepsilon_3$)

एतत्सिद्धासनं प्राहुरन्ये वज्रासनं विदुः ।
मुक्तासनंवदन्त्येके प्राहुर्गुप्तासनं परे ॥ 1.37

यमेष्विव मिताहारमहिंसांनियमेष्विव ।#
मुख्यं सर्वासनेष्वेकं सिद्धाः सिद्धासनं विदुः ॥ [1.38–46 lost α_1] 1.38

चतुराशीतिपीठेषु सिद्धमेव सदाभ्यसेत् ।
द्वासप्ततिसहस्रेषु सुषुम्णामिव नाडिषु# ॥ 1.39

आत्मध्यायी मिताहारी यावद्द्वादशवत्सरम् ।
सदा सिद्धासनाभ्यासाद्योगी निष्पत्तिमाप्नुयात् ।
श्रमदैर्बहुभिः पीठैः किं स्यात्सिद्धासने सति# ॥ 1.40

प्राणानिले सावधानं बद्धे केवलकुम्भके ।
उत्पद्यते निरायासात्स्वयमेवोन्मनी यथा ॥ [1.41c–47d lost δ_3] 1.41

तथैकस्मिन्नेव दृढं बद्धे सिद्धासने सदा। (ab om. $\beta_2\varepsilon_1\varepsilon_2$)
बन्धत्रयमनायासात्स्वयमेवोपजायते ॥ (c om. β_2) 1.42

नासनं सिद्धसदृशं न कुम्भः केवलोपमः।
न खेचरीसमा मुद्रा न नादसदृशो लयः ॥ (om. β_ω)[4] 1.43

अथ पद्मासनम्।

वामोरूपरि दक्षिणं च चरणं संस्थाप्य वामं तथा
याम्योरूपरि पश्चिमेन विधिना धृत्वा कराभ्यां दृढम्।
अङ्गुष्ठौ हृदये निधाय चिबुकं नासाग्रमालोकये-
देतद्व्याधिविनाशकारि यमिनां पद्मासनं प्रोच्यते ॥ 1.44

मतान्तरे।

उत्तानौ चरणौ कृत्वा ऊरुसंस्थौ प्रयत्नतः।
ऊरुमध्ये तथोत्तानौ पाणी कृत्वा ततो दृशौ ॥ 1.45

नासाग्रे विन्यसेद्राजदन्तमूलं च जिह्वया।
उत्तभ्य चिबुकं वक्षस्यास्थाप्य# पवनं शनैः ॥[5] 1.46

[4] In β_ω this verse is omitted here and found at the beginning of the Khecarī section in Chapter 3: नासनं सिद्धसदृशं न कुंभ केवलोकनं। न खेचरीसमा मुद्रा न नादसदृशो लयः ॥

[5] Incomplete description. See the philological commentary.

इदं पद्मासनं प्रोक्तं सर्वव्याधिविनाशनम् ।
दुर्लभं येन केनापि धीमता लभ्यते भुवि ॥ 1.47

पश्चादुक्तमेव मत्संमतम् । (om. $\beta_1\chi$)

कृत्वा संपुटितौ करौ दृढतरं बद्ध्वा तु पद्मासनं
गाढं वक्षसि संनिधाय चिबुकं ध्यानं च तच्चेतसि# ।
वारं वारमपानमूर्ध्वमनिलं प्रोच्चालयन् पूरितं#
मुञ्चन्प्राणमुपैति बोधमतुलं शक्तिप्रभावान्नरः# ॥ (om. β_1) 1.48

पद्मासनस्थितो योगी नाडीद्वारेषु पूरयन् ।
मारुतं धारयेद्यस्तु# स मुक्तो नात्र संशयः ॥ 1.49

अथ सिंहासनम् ।

गुल्फौ च वृषणस्याधः सीवन्याः पार्श्वयोः क्षिपेत् ।
दक्षिणे सव्यगुल्फं तु दक्षगुल्फं तु सव्यके ॥ (cd om. δ_3) [eye-skip?] 1.50

हस्तौ च जान्वोः संस्थाप्य स्वाङ्गुलीः संप्रसार्य च ।
व्यात्तवक्त्रो निरीक्षेत नासाग्रं सुसमाहितः# ॥ (om. δ_3) 1.51

सिंहासनं भवेदेतत्पूजितं योगिभिः सदा ।
बन्धत्रितयसन्धानं कुरुते चासनोत्तमम्# ॥ (om. δ_3) 1.52

अथ भद्रासनम् । (om. $\alpha_1\delta_3\varepsilon_1\varepsilon_3$)

गुल्फौ च वृषणस्याधः सीवन्याः पार्श्वयोः क्षिपेत् । [= 1.50ab] (ab om. $\delta_3\varepsilon_1\beta_\omega$)
सव्यगुल्फं तथा सव्ये दक्षगुल्फं तु दक्षिणे । ($\beta_2\gamma_1\chi$) [cd not in β_1]
पार्श्वपादौ च पाणिभ्यां दृढं बद्ध्वा सुनिश्चलम् ॥ 1.53

भद्रासनं भवेदेतत्सर्वव्याधिविषापहम्# ।
गोरक्षासनमित्याहुरिदं वै सिद्धयोगिनः ॥ 1.54

इत्यासनानि । (δ_2)

एवमासनबन्धेषु योगीन्द्रो विजितश्रमः ।
अथाभ्यसेन्नाडिशुद्धिं मुद्रादिपवनक्रियाम् ॥ 1.55

क्रियायुक्तस्य सिद्धिः स्यादक्रियस्य कथं भवेत् ।
न शास्त्रपाठमात्रेण योगसिद्धिः प्रजायते ॥ ($\beta_2\beta_\omega\eta_2\chi$)[6] [not in β_1] 1.55*1

न वेषधारणं सिद्धेः कारणं न च तत्कथा ।
क्रियैव कारणं सिद्धेः सत्यमेतन्न संशयः ।
शिश्नोदररतायेह न देया वेषधारिणः ॥ ($\beta_2\beta_\omega\eta_2\chi$) [not in β_1] 1.55*2

मयि बोधाम्बुधौ स्वच्छे तुच्छोऽयं विश्वबुद्बुदः ।
प्रलीन उदितो वेति विकल्पपटलः कुतः ॥ (Δ) 1.55*3

श्रुतिप्रतीतिः स्वगुरुप्रतीतिः
स्वात्मप्रतीतिर्मनसोऽपि रोधः ।
एतानि सर्वाणि समुच्चितानि
मतानि धीरैरिह साधनानि ॥ (Δ) 1.55*4

आसनं कुम्भकं चित्रं# मुद्राख्यं करणं तथा# ।
अथ नादानुसन्धानमभ्यासानुक्रमो हठे ॥ (om. η_1) 1.56

ब्रह्मचारी मिताहारी योगी योगपरायणः ।
अब्दादूर्ध्वं भवेत्सिद्धो नात्र कार्या विचारणा ॥ 1.57

[6] χ has this verse and the next one (without the 3rd line) after 1.64.

सुस्निग्धमधुराहारश्चतुर्थांशविवर्जितः ।
भुज्यते शिवसंप्रीत्यै मिताहारः स उच्यते ॥ 1.58

कट्वम्लतीक्ष्णलवणोष्णहरीतशाक-
सौवीरतैलतिलसर्षपमत्स्यमद्यम् ।
आजादिमांसदधितक्रकुलत्थकोल-
पिण्याकहिङ्गुलशुनाद्यमपथ्यमाहुः ॥ 1.59

भोजनमहितं विद्यात्पुनरप्युष्णीकृतं रूक्षम् ।
अतिलवणमम्लपृक्तं# कदशनशाकोत्कटं दुष्टम्# ॥ [Upagīti] 1.60

तथा हि गोरक्षवचनम् । ($\alpha_1\beta_2\beta_\omega\gamma_1\eta_1\eta_2$)

[7]वर्जयेद्दुर्जनप्रान्तं वह्निस्त्रीपथसेवनम् ।
प्रातःस्नानोपवासादि कायक्लेशविधिं तथा ॥ 1.61

[7] χ adds here: वह्निस्त्रीपथिसेवानामादौ वर्जनमाचरेत् (cf. HP 3.32cd; Amaraugha (short recension) 35)

गोधूमशालियवषष्टिकशोभनान्नं
क्षीराज्यमण्डनवनीतसितामधूनि ।
शुण्ठीपटोलकफलादि च पञ्चशाकं
मुद्गादि दिव्यमुदकं# च यमीन्द्रपथ्यम्# ॥ 1.62

सर्वशाकमचाक्षुष्यं चाक्षुष्यं शाकपञ्चकं ।
जीवन्ती वास्तु मत्स्याक्षी मेघनादः पुनर्नवा ॥ (γ_1) 1.62*1

क्षीरपर्णी च जीवन्ती मत्स्याक्षी च पुनर्नवा ।
मेघनादश्च पञ्चैते शाकनाम प्रकीर्तिता (sic) ॥ ($\beta_\omega\varepsilon_3$) 1.62*2

मृष्टं# सुमधुरं स्निग्धं गव्यं धातुप्रपोषणम् ।
मनोऽभिलषितं योग्यं योगी भोजनमाचरेत् ॥ 1.63

युवा वृद्धोऽतिवृद्धो वा व्याधितो दुर्बलोऽपि वा ।
अभ्यासात्सिद्धिमाप्नोति सर्वयोगेष्वतन्द्रितः ॥ 1.64

पीठानि कुम्भकाश्चित्रा दिव्यानि करणानि च ।
सर्वोऽपि च हठाभ्यासो राजयोगफलावधि ॥ 1.65

इति स्वात्मारामयोगीन्द्रविरचितायां हठप्रदीपिकायां प्रथमोपदेशः ॥

List of Sigla

α_1	N3	Gr1	2 folios missing in Ch. 1 (1.18–28, 38–46)
α_2	J5	Gr1	consulted sporadically
α_3	G4	Gr1	consulted sporadically
β_1	P11	Gr4b	consulted sporadically
β_2	C6	Gr4b	
β_ω	V3	Gr6	
γ_1	N23	Gr2	
δ_1	V19	Gr3	
δ_2	K3	Gr3	the first folios missing (1.1–33)
δ_3	C7	Gr3	2 folios missing in Ch. 1 (1.23c–29d, 41c–47b)
ε_1	P15	Gr4c	
ε_2	N19	Gr4c	consulted sporadically
ε_3	V15	Gr4c	influenced by Gr3
η_1	V1	Gr4c/4d	
η_2	J10	Gr4d	
χ	Jyo	Gr4a	Brahmānanda's version, based on the edition 1972