

1. Record Nr.	UNINA9910820843503321
Autore	Ramesh Kumar
Titolo	Yoga : a gateway to curb social evils // Ramesh Kumar
Pubbl/distr/stampa	New Delhi [India], : Pragun Publication, 2008
ISBN	1-4416-5220-5
Descrizione fisica	1 online resource (168 p.)
Soggetti	Hatha yoga Yoga - Health aspects
Lingua di pubblicazione	Inglese
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Note generali	Description based upon print version of record.
Nota di bibliografia	Includes bibliographical references (p. [151]).
Nota di contenuto	COVER -- Contents -- Acknowledgement -- Preface -- Introduction -- Yoga -- Raja Yoga -- Hatha Yoga -- Asanas -- Pranayama -- Meditation -- Methods of Self Control -- Development of a Good Character -- Controlling Human Behaviour -- Sins Against Humanity -- Conclusion -- References.