

**ARNIE
KOZAK,
Ph.D.**



108 histórias
para entender a
atenção plena



SEXTANTE

ARNIE KOZAK, Ph.D.



108 histórias
para entender a
atenção plena

"Divertido, sábio e memorável."
TARA BRACH - autora de *Aceitação Radical*



“
Divertido, sábio
e memorável.”

TARA BRACH,
autora de
Aceitação Radical

 @editorasextante