

**JUSTIN ZORN
& LEIGH MARZ**

**O
SILÊNCIO
VALE
OURO**

**COMO EVITAR AS
DISTRAÇÕES E
TRANSFORMAR
A QUIETUDE EM
ENERGIA, CLAREZA
E CONEXÃO**



SEXTANTE

ESTE LIVRO
MOSTRA
COMO LIDAR
COM O RUÍDO
EM NOSSOS
OUVIDOS, TELAS
E MENTES.



APRENDA
PRÁTICAS
INDIVIDUAIS E
COLETIVAS PARA
CRIAR PAZ NO
COTIDIANO.

sextante.com.br

