

Da lista de mais vendidos do
The New York Times



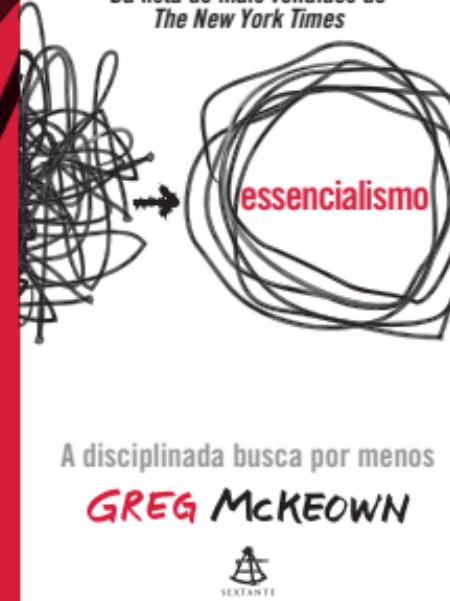
essencialismo

A disciplinada
busca por menos

GREG
McKEOWN



O ESSENCIALISTA NÃO FAZ MAIS COISAS EM MENOS TEMPO – ELE FAZ APENAS AS COISAS CERTAS.



Essencialismo é um antídoto para o estresse, o cansaço e a compulsão por fazer tudo. É uma leitura indispensável para quem quer recuperar o controle da saúde, do bem-estar e da felicidade.

– Arianna Huffington,
cofundadora do Huffington Post
e autora de *A terceira medida*
do sucesso

SEXTANTE