

**Ediciones Urano** publica **Zen 305** una obra que responde a las necesidades del mundo actual tras la crisis financiera, las revoluciones árabes y la catástrofe de Fukushima y que dará lugar a una tercera oleada de libros de zen que calará muy hondo.

**Ferran Martínez**, mito del deporte español y *coach* de kaizén, aún por primera vez la sabiduría de los maestros zen con la experiencia de los deportistas de élite para crear un libro de *coaching* único en su especie.

En un mundo en el que economistas, políticos y dirigentes en general han perdido toda credibilidad, los deportistas de élite son un ejemplo de superación y esfuerzo. Con **Zen 305** (los centímetros a los que se levanta el aro del baloncesto), el autor aún la filosofía zen y el deporte para explicar los procesos mentales a los que nos vemos sometidos. Se trata de una colección de herramientas tan eficaces como sugerentes para encontrar lo mejor de uno mismo, incluso en los momentos de máxima tensión.

De la mano de **Martínez** el lector se podrá inspirar en la vida y obra de grandes mitos del deporte cuya actitud encaja con los principios de la filosofía zen y que se han convertido en ejemplos de lucha y superación. En este sentido descubrirá la tenacidad y la capacidad de crecimiento ante las adversidades de **Larry Bird**, histórico jugador de la NBA, el esfuerzo y la mejora constante que llevaron a **Carl Lewis** a la cima del atletismo o el valor y los principios de **Mohamed Ali**.

**Zen 305** se completa con referencias sobre los temas que configuran la filosofía zen, el kaizén y otras disciplinas asociadas, apuntes personales del propio autor de lo aprendido de los ocho entrenadores que perfilaron su carrera profesional y 66 perlas del zen como inspiración para contingencias cotidianas.

**Ferran Martínez**, que ha triunfado como asesor financiero, conferenciante y consultor, presenta un libro de *coaching* cotidiano para hacer frente a los pequeños grandes problemas del día a día.



**«Espero que este libro de coaching aporte herramientas al lector para superar las adversidades cotidianas y poner rumbo hacia sus propios sueños.»**

**Ferran Martínez**

**FERRAN MARTÍNEZ** ha sido jugador de baloncesto del FC Barcelona, Joventut de Badalona, Panathinaikos de Atenas, Peristeri de Atenas y Fabriano (Italia), equipos con los que ha ganado numerosos títulos nacionales y europeos, además de jugar regularmente en la selección nacional en más de 156 ocasiones y de ser olímpico.

Alterna su participación en diferentes empresas y su labor como consultor en temas de *marketing* y finanzas con las retransmisiones de los partidos de ACB por Televisión Española y sus columnas en *La Vanguardia*, *Expansión* y *El Mundo Deportivo*.

Actualmente dirige una unidad de banca privada que se dedica a la gestión de patrimonios y asesoramiento financiero de deportistas profesionales y artistas.



Título: **Zen 305**

Autor: **Ferran Martínez**

Sello: **Urano** | Colección: **Crecimiento Personal**

Fecha de lanzamiento: **marzo de 2012**

P.V.P.: **15 € – 256 páginas**



[www.mundourano.com](http://www.mundourano.com)

síganos en [www.mundourano.com](http://www.mundourano.com)

y **facebook**/[mundourano](https://www.facebook.com/mundourano)



**URANO**



[www.zen305.com](http://www.zen305.com)