

ÍNDICE

• • •

Prólogo, por Pete Carroll	13
Prefacio, por Zach Kleiman	17
Introducción, por Bill Gates	21
Preludio.....	27
1. Reflexiones sobre el aspecto mental del tenis.....	31
2. El descubrimiento de los dos yoes.....	41
3. Silenciar al yo número 1	49
4. La confianza en el yo número 2	77
5. El descubrimiento de la técnica.....	103
6. Cambiar los hábitos.....	137
7. Concentración: aprendiendo a centrar la atención.....	155
8. Juegos en los que participamos en la pista de tenis.....	187
9. El sentido de la competición.....	207
10. El Juego Interior fuera de las pistas de tenis.....	221
Epílogo.....	239
Agradecimientos	243
Sobre el autor	249