

SUMARI

Introducció	7
Disset minuts	7
Per què aquest llibre	8
Avisos i aclariments	12
El joc dels números	13
Definició	16
Origen del concepte	23
La creixent importància del capital sexual	28
1. Tabú	33
És inconscient	33
És egoista	36
És conflictiu	39
Ens estigmatitza	40
És incorrecte	42
2. Estatus	45
Supervivència	47
Reproducció	49
El joc de l'estatus	51
Competitivitat	58
Jerarquia	62
Convencions	66
Autoestima	71
Degradar	83

3. Les regles de l'atracció	95
4. Cultiu d'atractius	111
Capital econòmic	112
Capital físic	118
Capital cultural	137
Capital social	151
5. Màrqueting	213
La fama	220
6. Conclusions	225
Competència incontrolada	228
La il·lusió fonamental	230
Malbaratament prodigiós	234
Som vinguts a connectar	238
Reconeixement interpersonal	245
Desigualtat d'estatus	249
Hygge	252
Epíleg	257
Agraïments	263
Bibliografia	265
Llibres	265
Articles	267
Papers	268
Vídeos	269