

Στη σύγχρονη δυτική κοινωνία πολλοί άνθρωποι έχουν καταληφθεί από έναν ξέφρενο καθημερινό ρυθμό, ατελείωτες υλικές απαιτήσεις, καταναλωτική μανία. Για πολλούς τα υλικά αγαθά έχουν γίνει στόχος ζωής και έχουν αντικαταστήσει τη φυσική ομορφιά και τις ηθικές αξίες. Κυνηγώντας όμως τις υλικές αμοιβές, οι άνθρωποι ξεχνούν ότι τα πιο πολύτιμα αγαθά αυτού του κόσμου είναι δωρεάν. Η υγεία, η ευτυχία και η ψυχική ισορροπία δεν αγοράζονται. Αντίθετα, χαρίζονται απλόχερα όταν οι γονείς φροντίζουν τα παιδιά τους, όταν οι φίλοι καίρονται ο ένας τη συντροφιά του άλλου και όταν οι ερωτευμένοι κοιτάζονται στα μάτια. Η πραγματική ευτυχία των ανθρώπων βρίσκεται στις ζεστές διαπροσωπικές σχέσεις (οικογενειακές, φιλικές, ερωτικές), οι οποίες έχουν ανάγκη από συναισθηματικές και όχι οικονομικές επενδύσεις.

Το βιβλίο αυτό αναφέρεται στην πολύτιμη συνεισφορά των διαπροσωπικών σχέσεων στην ευτυχία και την ψυχική ισορροπία των ανθρώπων και αναλύει τα μυστικά επιτυχίας των σχέσεων αυτών. Το βασικό χαρακτηριστικό των ζεστών διαπροσωπικών σχέσεων είναι η έντονη ανταλλαγή συναισθημάτων μεταξύ των αλληλεπιδρώντων. Τα συναισθήματα όμως δεν μεταφέρονται με λόγια, αλλά χρησιμοποιούν τη δική τους σιωπηλή μα πανίσχυρη γλώσσα. Η σιωπηλή γλώσσα των συναισθημάτων, η μη λεκτική επικοινωνία, εξασφαλίζει σε μεγάλο βαθμό την επιτυχία των διαπροσωπικών σχέσεων. Ερευνητές της ανθρώπινης συμπεριφοράς υπολογίζουν ότι λιγότερο από το 10% της συνολικής επικοινωνίας γίνεται μέσω του

λόγου, ενώ το υπόλοιπο 90% γίνεται μέσω της μη λεκτικής οδού.

Σκοπός του βιβλίου είναι να ευαισθητοποιήσει τους αναγνώστες σχετικά με την εκτεταμένη δράση και την τεράστια σημασία της μη λεκτικής επικοινωνίας στις ανθρώπινες σχέσεις, έτσι ώστε να γίνουν πιο ικανοί στη χρήση της. Η επιτυχής δράση της μη λεκτικής επικοινωνίας είναι ιδιαίτερα χρήσιμη σε όλους τους λειτουργούς της ψυχικής υγείας, αλλά είναι απαραίτητη και σε όλους τους ανθρώπους που επιδιώκουν την επιτυχία των διαπροσωπικών τους σχέσεων και την προσωπική τους ευτυχία.