



**Οκτώβριος  
2017**

Τηλ: 210-96 52 336  
pinteris@hotmail.co

# Η Εφημεριδούλα

**Τεύχος 233 Χρόνος 31ος**

Εκδότης: Γιώργος Πιντέρης, Ph.D. Ψυχολόγος - Συγγραφέας

**Γιώργος Πιντέρης, Ph. D.**  
Ψυχολόγος

**Εαυτέ μου,  
σταμάτα να κατέβω!**



ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΙ ΚΑΒΓΑΔΕΣ ΚΑΙ ΔΙΑΛΟΓΟΙ  
ΜΑΘΕ Ν' ΑΠΟΦΑΣΙΖΕΙΣ ΣΥΝΕΙΔΗΤΑ



**ΚΥΚΛΟΦΟΡΕΙ  
5 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2017**

Έχεις ποτέ αναρωτηθεί τι θα πει «σκέφτομαι»; Στην ουσία θα πει «μιλάω από μέσα μου». Στο προηγούμενο βιβλίο μου «Όταν η λογική παραλογίζεται» διαπιστώνουμε ότι όταν σκεφτόμαστε, κάνουμε διανοητικές παραμορφώσεις οι οποίες μας αναστατώνουν και μας καταθλίβουν. Όμως, από μέσα μας μιλάμε όλη την ώρα. Τις περισσότερες φορές που κάτι λέμε ή κάτι ακούμε, λέμε ταυτόχρονα και κάτι από μέσα μας.

Το ότι μιλάμε από μέσα μας το γνωρίζουμε όλοι. Εκείνο που δεν γνωρίζουμε, είναι τι ακριβώς λέμε και, πώς αυτά που λέμε από μέσα μας, επηρεάζουν αυτά που κάνουμε και λέμε «απ' έξω μας», δηλαδή τη συμπεριφορά μας. Δεν γνωρίζουμε επίσης ότι ο «αυθόρμητος» εαυτός μας δεν είναι και τόσο «αυθόρμητος». Πολλές φορές αυτά που κά-

νουμε και λέμε είναι αποτέλεσμα ενός εσωτερικού προγραμματισμού που έχουμε υποστεί στα αρχικά στάδια της ζωής μας. Αυτός ο προγραμματισμός μας οδηγεί σ' ένα σενάριο ζωής στο οποίο πρωταγωνιστούμε, αλλά χωρίς να γνωρίζουμε το σενάριο!

Επίσης δεν γνωρίζουμε ότι το ατομικό μας σενάριο μπορεί να επηρεάζεται από ένα ευρύτερο οικογενειακό ή ακόμα κι ένα εθνικό σενάριο. Όλα αυτά τ' ανακαλύπτουμε μέσα στο «Εαυτέ μου σταμάτα να κατέβω!» μ' έναν τρόπο που μας κάνει να γελάμε με τον εαυτό μας και όχι «εις βάρος μας».

## Το Ιαπωνικό Bushido

Όσοι έχουμε ασχοληθεί με Ιαπωνικές πολεμικές τέχνες γνωρίζουμε τη λέξη Bushido. Είναι ένας κώδικας τιμής που συνέταξαν κάποτε οι πολεμιστές (και σωματοφύλακες) της ανώτερης τάξης. Μιας και θαυμάζαμε τους μεγάλους δασκάλους του Τζούντο, του Καράτε, του Αϊκίντο και τους λοιπούς, θαυμάζαμε και το Bushido. «Ο κώδικας τιμής του πολεμιστή», σκεφτόμασταν. «Άρα, θα είναι κάτι καλό».

Ας δούμε όμως ποιο είναι αυτό το «καλό». Η βασικότερη αξία του Bushido είναι η Ιεραρχία και συνεπώς η τυφλή υποταγή στην εξουσία. Ο υπέρτατος αρχηγός είναι ο Αυτοκράτορας διότι είναι απευθείας απόγονος ...του θεού ήλιου. Αμέσως από κάτω είναι άλλες εποχές το παπαδαριό, κι άλλες οι στρατιωτικοί. Η σειρά λοιπόν πηγαίνει ως εξής: Αυτοκράτορας - Στρατιωτικοί

- Παπαδαριό (ή αντίστροφα) - Βιομήχανοι - Πολιτικοί. Από κει και πέρα φτάνουμε στο λαό, αλλά κι εδώ πάλι συναντάμε το «ανώτερος-κατώτερος». Ο στρατιώτης υποκλίνεται στον γραφειοκράτη, αλλά ο αγρότης υποκλίνεται στο στρατιώτη. Η αγρότισσα υποκλίνεται στον αγρότη. Συνέχεια υποκλίνονται μέχρι που ξεχαρβαλώνεται η μέση τους.

Το πράγμα όμως δεν σταματάει εκεί, διότι όλος ο υπόλοιπος κόσμος πρέπει να υποκλίνεται στους Ιάπωνες. Οι μη Ιάπωνες είναι κατώτερα όντα και γι' αυτούς δεν ισχύουν οι κανόνες που ισχύουν για τους Ιάπωνες. Εξ ου και ο Ιαπωνικός ιμπεριαλισμός του 20ου αιώνα που κατέληξε στη Χιροσίμα.

Ο κώδικας τιμής που ονομάζεται Bushido έχει να κάνει με ισότιμους. Όμως η βασική του αρχή είναι το χρέος για τυφλή υποταγή στους ανωτέρους. Μ' άλλα λόγια αφού αυτή είναι η ύψιστη αξία το Bushido είναι μια συμφωνία των ισότιμων για υποταγή στους ανωτέρους - οι οποίοι καμιά φορά τους έβαζαν να σκοτωθούν μεταξύ τους για ν' αποδείξουν ότι είναι αφοσιωμένοι. Έχω δει Ιαπωνικές ταινίες εποχής όπου οι φουκαράδες αλληλοσφάζονταν ζητώντας συγγνώμη ο ένας από άλλον!

Υπάρχουν Αρχές και Αξίες. Οι Αρχές είναι νόμοι της ζωής, ανεξάρτητοι από κοινωνίες και χρόνο. Ισχύουν όπως ο κανόνας της βαρύτητας στη φυσική. Ν' αναφέρω μερικές αρχές: Κάθε ζωντανός οργανισμός είναι προγραμματισμένος τό-

σο να διατηρηθεί στη ζωή, όσο και να πεθάνει. Η εξέλιξη περνάει από στάδια. Πρώτα μπουσουλάς, μετά περπατάς, μετά τρέχεις και μετά πεδάς. Ότι σπείρεις θα θερίσεις. Όλα τα ζωντανά όντα έχουν μια έμφυτη αίσθηση δικαίου. Αυτές είναι Αρχές.

Οι Αξίες είναι ανθρώπινα κατασκευάσματα. Η Μαφία έχει αξίες (όπως η «Ομερτά»), όμως οι αξίες αυτές παραβιάζουν τις αρχές για τις οποίες μιλήσαμε πιο πάνω. Οι Ναζιστική Γερμανία κι αν είχε αξίες που παραβιάζουν αυτές τις αρχές: Οι Εβραίοι, οι νέγροι και οι ομοφυλόφιλοι δεν δικαιούνται να ζουν. Οι Αρία φυλή είναι ανώτερη από όλες τις άλλες. Ανάλογες αξίες είχε τότε και η Ιαπωνία και μάλιστα πολύ πριν εμφανιστεί ο Χίτλερ. Οι Ιάπωνες είναι παιδιά του θεού ήλιου και πρέπει να κατακτήσουν όλη την οικουμένη.

Πάνω σ' αυτές τις αξίες έρχεται και το Bushido για να εξασφαλίσει το status quo: *Τυφλή*



*υπακοή στην εξουσία.* Σου λέει «βάλε τους Εβραίους στο φούρνο» κι εσύ τους βάζεις. Σου λέει «σφάζε τους αμάχους» κι εσύ τους σφάζεις. Διότι η υπακοή στην εξουσία είναι πάνω από την ανθρώπινη ζωή! Δημοκρατία και πάλι Δημοκρατία! Όσοι εξυπηρετούν αξίες που παραβιάζουν αρχές, είναι σα να ευθυγραμμίζουν τις σεζλόγγκ πάνω στον Τιτανικό.

**Βοήθεια για Υπολογιστές  
COOLMATTERTECHS**

**Μάνος Καραντουμάνης**

**210 422 5065**

**210 422 6665**

**6931 251 421**

**Πέμπτη 5 Οκτωβρίου**

**20:30**

**Βιβλιοπωλείο Ιανός**

**Σταδίου 24, Αθήνα, τηλ.: 210 3217917)**

**Ο ψυχολόγος-συγγραφέας**

**Γιώργος Πιντέρης**

**προυσιάζει το νέο βιβλίο του**

**Εαυτέ μου,**

**σταμάτα να κατέβω!**

**Τον συγγραφέα θα προλογίσει η ψυχολόγος**

**Εύη Κόκκαλη**

**Θ' ακολουθήσει συζήτηση με  
το κοινό.**

**Πληροφορίες [www.psichogios.gr](http://www.psichogios.gr)**

**210 - 28 04 800**

**[www.pinteris.gr](http://www.pinteris.gr)**

**Τι υπάρχει εκεί**

Το site το δημιουργούμε σιγά - σιγά. Προς το παρόν υπάρχουν εκεί τα εξής:

**1. Η λίστα όλων των βιβλίων** μου που έχουν εκδοθεί μέχρι τώρα εκτός από το «Αντιμετωπίζοντας την Ανεργία» που το εξέδωσα εγώ και δεν έχω ένα ούτε για δείγμα.

**2. Videos & Εκπομπές:** Εκεί υπάρχουν κάποιες ραδιοφωνικές εκπομπές που έχω κάνει (και εξακολουθώ να κάνω) στο Κέντρο Καρδιάς 95. Θα προστεθούν κι άλλες. Υπάρχουν επίσης κάποιες από τις διαλέξεις που έχω κάνει καθώς και δύο ραδιοφωνικές θεατρικές κωμωδίες. Επίσης, έχει κάποια 20λεπτα δραματοποιημένα επεισόδια από την τηλεοπτική σειρά «Μετά το Γάμο» που είχε προβληθεί το 1986. Αυτά τα έχω

γράψει εγώ και είναι από το βιβλίο μου «Συντροφικότητα αλά Ελληνικά» που έγραψα το 1984.

**3. Τεύχη της Εφημεριδούλας** των τελευταίων 10 ετών.

**4. Κείμενά μου.** Στα μεγάλα κείμενα υπάρχει μόνο ένα. Είναι μια μετάφραση μιας ομιλίας του Carl Rogers. Θα προσθέσω κι άλλα. Τα μικρά κείμενα είναι χωρισμένα σε 2 κατηγορίες: Κοινωνικοπολιτικά και ψυχολογικά. Σαν πολίτης αυτού του κράτους και αυτού του πλανήτη λέω κάπου-κάπου την άποψή μου. Κάποια υπάρχουν και στην Εφημεριδούλα.

**5. Η επικοινωνία** είναι αυτό που επιθυμώ. Όποιος μου γράφει του απαντάω αμέσως.

**6. Σύντομα** θα προστεθούν και παρουσιάσεις θεμάτων με video και πολυμέσα.