



## КОЖА - СУХИЕ РУКИ

анонимно

15 октября 2002 года

**«Мои руки в полном порядке, и я уверен, что они такими и останутся!»**

Зимой 1992 года моя компания перевела меня на другое место работы. Мы с несколькими коллегами получили задание реконструировать участок. Эта задача требовала, чтобы мы также обучили и новых коллег.

В нашем старом кругу сотрудников у нас были очень доверительные отношения друг с другом, и при встрече было принято протягивать руку для рукопожатия. Эту привычку быстро переняли и новички.

К сожалению, был один коллега, у которого были проблемы с гигиеной тела. Я не хочу вдаваться в подробности.

Прикосновение к его руке было для меня настолько некомфортным, что мне приходилось придумывать для себя всё новые и новые тактики, чтобы избежать этого простого действия.

Тем не менее, когда приходило время сменить его на посту и когда - по необходимости - я должен был подать ему руку, я тщательно мыл руки, как только он уходил, а также брезгливо убирал своё рабочее место. Мысль о том, чтобы съесть свой завтрак после рукопожатия с ним, практически приводила меня в ужас. Поэтому я приобрел несколько тарелок для своего личного использования и всегда запираю их на ключ, чтобы быть уверенным, что ими пользуюсь только я.

С тех пор каждый год, когда наступали холода, у меня возникали проблемы с руками. Они становились шершавыми, на них появлялись небольшие трещины, которые затем открывались и начинали кровоточить, трещины распухали и заживали с довольно сильной болью. Однако поражена была только внешняя сторона кисти, тыльная сторона кисти, костяшки и внешняя поверхность пальцев. Абсолютно ничего не помогало, ни мази, ни кремы, ничего. Летом у меня не было проблем с руками, потому что летом я всегда мог отказаться от рукопожатия под предлогом потных рук, не показавшись невежливым.

Весной 1998 года меня перевели на другое место работы, в такой же офис с открытой планировкой, к которому я привык раньше. Больше я этого коллегу не видел.

Но на новом месте работы практика оживлённых рукопожатий продолжалась, как и раньше, и зимой 1998 года у меня также появились трещины и шершавые руки.

В следующем году, начиная с ноября 1999 года по март 2001 года, я взял академический отпуск. В это время я познакомился с Германской Новой Медициной.

Я был совершенно ошеломлён, когда обнаружил, что ни зимой 1999/2000 года, ни последующей зимой 2000/2001 года у меня не было привычной проблемы с руками.

Когда я самостоятельно исследовал вышеупомянутую ситуацию и объединил свои выводы со знаниями Германской Новой Медицины, мне сразу же стало ясно, что я пережил «**конфликт разделения**» (желания отделиться) с вовлечением моей руки (как защита) - доказательством тому служит тот факт, что пострадала только внешняя сторона руки! В конце концов, для меня контакт с этим коллегой был сущим мучением.

Я быстро определил свои «треки»: «офис», «коллега», «холодное время года», «рукопожатие». Поэтому я сообщил своим коллегам, что на данный момент я не буду пожимать им руки. Все это приняли.

Сейчас октябрь, мои руки в порядке, и я уверен, что зима пройдёт без проблем со здоровьем!

Переведено с английской версии оригинального немецкого документа

Источник: [www.LearningGNM.com](http://www.LearningGNM.com)