

# Sådan behandler jeg...

CHARLOTTE BECH

AF TINE SEIBÆK / FOTO: THOMAS TOLSTRUP

## Krop og sind er ét

**Charlotte Bech er læge, har en doktorgrad i bevidsthedsudvikling og er specialist i vedisk (indisk) medicin med fokus på pulsdigose. Hun forlod et prestigefyldt lægejob i USA for at starte praksis med vedisk medicin i Hellerup. Samvittigheden bød hende at forlade vestlig medicin på grund af de bivirkninger, mange behandlinger har.**



Charlotte Bech holder sine fingre på patientens puls for at kortlægge vedkommendes fysiske og psykiske tilstand. Og hendes behandling kan bl.a. bestå af motion, samtalerapi, farveterapi, urtepræparater samt dét at finde en ny bolig eller skrive et brev til en slægtning.

? *Hvilken form for behandling tilbyder du?*

– Pulsdiagnose, hvor jeg føler patientens puls nogle minutter – ud fra en metode jeg har lært gennem mange år. Det har to formål: at stille diagnosen og at finde en behandling. Jeg aflæser balancer og ubalancer i kroppen, sindet og i forholdet til andre. Når jeg sætter fingrene på pulsen, vågner kroppens intelligens og strømmer frit. Allerede når de har fået taget deres puls, bliver mange mere afbalancerede. Kroppen ved, hvordan den skal fungere normalt. Den har bare glemt det. Ved pulsdigose får kroppen hukommelsen tilbage.

– Jeg foreslår en behandling, som f.eks. kan bestå af kostomlægning, motion, lydterapi, adfærdsterapi eller behandlinger i vedisk (indisk) psykologi. I den vediske psykologi går vi aldrig ind i traumerne, vi taler selvfølgelig om årsagen men fokuserer på nutiden. Jeg giver f.eks. folk recepten »Vær sammen med børn«, »Se mindre vold i tv«, »Lær Transcendental Meditation« eller »Skriv et brev til en slægtning, der sidder i fængsel«. Jeg bruger også farveterapi. Har man f.eks. en depression forværres den, hvis man går i mørke farver.

? *Hvordan hænger krop og sind sammen ifølge den vediske medicin?*

– I vedisk medicin anser vi langt de fleste sygdomme for at være psykosomatiske. Og mener, at krop og sind hænger 100 pct. sammen. Handler det f.eks. om overvægt, findes der i den vestlige medicin kun tre råd: spis

mindre, tæl kalorier og dyrk motion. I den vediske medicin ved vi, at nogle tager på uden at spise ret meget. Pulsdiagnose kan fastslå årsagen, f.eks. noget arveligt, fejlnæring, følelsesmæssig tomhed, stress, dårlig fordøjelse, skyldfølelse eller depression.

? *Kan du give et eksempel på en behandling?*

– En kvinde kom til mig med depression. Gennem pulsdigosen blev det klart, at årsagen var hendes mor. Det var faktisk morens stress, som skabte hendes depression. Så behandlingen var adfærdsterapi for begge. Et andet eksempel var en ung fyr med en alvorlig depression. Hans tilstand handlede om hans bolig, så »recepten« var at finde en ny. Desuden fik han nogle urtepræparater mod søvnløshed. Og en kostplan, så han kunne tage på.

? *Hvem opsøger dig?*

– Mennesker, der ikke ønsker vestlig medicin pga. bivirkningerne. Eller folk med små skavanker, som ikke bliver taget alvorligt hos egen læge. Samt raske, der bare vil forebygge og have et sundt og langt liv.

? *Hvordan bruger du din lægeuddannelse i dit job?*

– Jeg kombinerer de to verdener. Bl.a. kender jeg den medicin, folk tager. Hvis en patient fortæller, at han har ondt i hovedet, ser jeg straks 25 diagnoser for mig. Faktisk er det vigtigt at være almindelig læge først for at arbejde med vedisk medicin. Har en person f.eks. hovedpine, kan det handle om en blødning i kraniet, og så skal vedkommende på skadestuen med det samme. Den slags ved jeg som læge alt om.

Se evt. mere på: [www.stilhed.net](http://www.stilhed.net),  
[www.TMnu.dk](http://www.TMnu.dk) eller ring på tlf. 33 31 54 44.