

BUDAI PÉTER

# HALÁLOS BIZALOM

AZ EGÉSZSÉG ELVESZETT TUDÁSA

A könyv bármely részének sokszorosítása, akár elektronikus, akár mechanikus úton – ideértve az információtároló- és visszakereső rendszereket is – a kiadó írásbeli engedélye nélkül tilos! Kivételt képeznek a sajtóértékelés vagy ajánlás céljára idézett rövid részletek.

Copyright © 2015 Budai Péter, Fekete Miklós, Hudi István

ISBN 978-615-5310-27-0

Grafikai tervezés: Angyal István

Nyelvi lektor: Lakatosné Orosz Ildikó

Szakmai konzulensek:  
Dr. Rojkó László, Habil. Prof. Dr. Máthé Ákos

Szerkesztő: Duncan Shelley

Kiadó: Brooks Kiadó és Menedzser Iroda Kft.

Igazgató: Weith Katalin

Nyomda: IMI Print Kft.

*Ajánlom ezt a könyvet a régmúlt emberének,  
aki felfedezte, összeszedte és megőrizte a tudást.*

*Ajánlom ezt a könyvet a ma emberének,  
aki haladni akar tovább, nem pedig felfedezni újra,  
amit már egyszer felfedeztek.*



*A bátyám, Balázs emlékére...*

# TARTALOM

## BEVEZETŐ

---

AZ ORVOS VALLOMÁSA .....	11
FIGYELMEZTETÉS .....	13
HOGYAN OLVASD EZT A KÖNYVET.....	15
A TE ÉLETED.....	17

## ELSŐ RÉSZ: ÉLETVESZÉLYES VAK BIZALOM

---

MIKOR HALÁLOS A BIZALOM? .....	25
ÉN BÍZTAM.....	31
IDEJE VOLT FELNŐNI.....	35
MÉLYPONT .....	41

## MÁSODIK RÉSZ: CSODÁK PEDIG LÉTEZNEK

---

AZ INFORMATIKÁTÓL A GYÓGYNÖVÉNYEKIG.....	51
MI A FENE TÖRTÉNT?.....	63

## HARMADIK RÉSZ: A GYÓGYIPAR IGAZI ARCA

---

AZ ORVOSTUDOMÁNY A KIRAKAT MÖGÖTT.....	73
A HATÉKONYSÁG FOKMÉRŐJE.....	79

A BETEGSÉGIPAR MINT REMÉNYSÉG.....	85
A BETEGSÉGIPAR MINT BIZNISZ.....	91
A BETEGSÉGIPAR BIZONYÍTVÁNYA.....	101
LÁTKÉP CSATA KÖZBEN.....	113

## **NEGYEDIK RÉSZ: A MÚLT REJTELMEI**

---

A GYÓGYÍTÁS TÖRTÉNETE ÉS A BETEGSÉGIPAR FELEMELKEDÉSE.....	125
ŐSKOR.....	129
ÓKOR.....	135
KÖZÉPKOR.....	145
ÚJKOR.....	155
MODERN ÚJKOR, AVAGY A BETEGSÉGIPAR SZÜLETÉSE.....	165
MI DERÜLT KI A TÖRTÉNELMI ÁTTEKINTÉSÜNKBŐL?.....	171
A MODERNIZÁLT EMBER.....	177

## **ÖTÖDIK RÉSZ: A TERMÉSZET HATALMA**

---

A TERMÉSZET NEM LETT ELAVULT.....	187
MIK AZOK A GYÓGYNÖVÉNYEK EGYÁLTALÁN?.....	195
TOVÁBBFEJLESZTETT SZINERGIA.....	207
A TERMÉSZET A TEST MÁRKASZERVIZE.....	213
GYÓGYNÖVÉNYEK ÖRÖKSÉGE.....	223

GYÓGYNÖVÉNYEK – GYAKRAN ISMÉTELT KÉRDÉSEK .....	233
ÖSSZEFOGLALÓ .....	249

## FÜGGELÉK – BÓNUSZ FEJEZETEK

---

EGY ÚJ ÉLET LEGFONTOSABB ESZKÖZEI .....	255
A TUDATOSSÁG .....	257
A FOKOZATOSSÁG .....	263
A FELELŐSSÉG .....	269
ÖSSZEFOGLALÓ .....	275
MI A JÓ A BETEGSÉGBEN? .....	277
KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS .....	285
A GYÓGYNÖVÉNYEK MŰKÖDNEK .....	287
SZÓJEGYZÉK .....	323
FELHASZNÁLT IRODALOM/ AJÁNLOTT IRODALOM .....	349
INTERNETES FORRÁSOK .....	351



# BEVEZETŐ

# AZ ORVOS VALLOMÁSA

**H**a valaki egyszer az orvosi pályára lép, többé nem tud kiszállni. Nem azért, mert bárki is kényszerítené erre a munkára, hanem egyszerűen azért, mert ez hivatás, és nem munka. Képtelen cserbenhagyni azokat az embereket, akik számítanak rá.

Egy orvos életének szerves része mások segítése, és fantasztikus érzés, amikor ez igazán sikerül. Az a nehéz, amikor nem tudunk segíteni. Amikor le kell ülni a beteggel vagy a családdal, és elmondani az elmondhatatlant, azt, hogy a tudományunk itt már hatástalan. Természetesen, az orvos fájdalma semmiség azok fájdalmához képest, akik szenvedő alanyai egy ilyen szituációnak.

Orvosként sajnós a kelleténél jóval többször szembesültem azzal, hogy szakmám bizony komoly korlátok között működik. Vannak kollégák, akik ezt elfogadják. „A tudomány itt jár; ez még gyógyíthatatlan; mindent megtettünk; ennyire futotta.” Más kollégák nem tudnak napirendre térni a korlátok felett. Nekem sem megy.

Gyerekkora óta ismerem Budai Pétert. Pontosan tudom, hogy 2008-ban micsoda kálvárián mentek keresztül, amikor a bátyja megbetegedett, és azt is, hogy milyen érzés lehetett tehetetlenül átélni a tragédiát.



Amikor megtudtam, hogy milyen könyvet ír valójában, akkor kötelességemnek éreztem, hogy támogassam, segítsen az írása megjelentetésében. Az igazság az, hogy ez a könyv olyan közérdekű információkat tartalmaz, amelyekről nem hallani a híradóban, nem olvasni róla az újságokban, pedig ezeket tudnia kellene minden kisiskolásnak – felnőttekről nem is beszélve! Ha Önnek fontos a saját egészsége, fontos a családja egészsége, feltétlenül olvassa el ezt a könyvet! Ne egyszer, ahányszor csak lehet! Azt tanácsolom, szívlelje meg a benne foglaltakat! Higgye el, hasznára lesznek akkor, amikor baj van, és még inkább abban, hogy ne legyen baj!

*Dr. Rojkó László*  
HÁZIORVOS, NŐGYÓGYÁSZ,  
SPORTORVOS



# FIGYELMEZTETÉS

**F**elhívjuk a figyelmet, hogy az ebben a könyvben olvasottak nem minősülnek orvosi javaslatnak, vagy a szerző által tett ígéretnek. A könyvben közölt információk semmiféle orvosi kezelést vagy tanácsadást nem helyettesítenek. A könyv nem használható fel a felelősség áthárítására.

A HillVital gyógynövényes készítményeinek önmagukban semmiféle gyógyhatása nincs. Minden elért eredmény, kedvező élettani hatás – a tudományos tények, dokumentált igazságok, klinikai vizsgálatok, népirodalmi és orvosi tapasztalatok szerint – a gyógynövényeknek tudható be.

Senkit nem próbálunk meggyőzni arról, hogy kerülje el az orvosokat, hagyjon fel bármiféle orvosi kezeléssel, vagy akármilyen gyógyszer szedésével.

A betegeknek az itt leírtakkal kapcsolatban minden esetben ki kell kérniük a kezelőorvosuk véleményét, tanácsát.

A könyv célja tájékoztatás, ismeretterjesztés egy olyan témában, amiről sajnos nem nagyon lehet közérthető nyelven írt szakirodalmat találni.



# HOGYAN OLVASD EZT A KÖNYVET

A könyv írásakor törekedtem arra, hogy közérthetően és egyszerűen fogalmazzak. Éppen ezért kerültem a szakszavak, idegen szavak és bonyolult kifejezések használatát, mivel ezek teljesen megakasztják az embert az olvasásban.

Ám elképzelhető, hogy vannak olyan részek, ahol a téma szükségessé teszi egy-egy idegen szó, szakkifejezés, illetve sajátos jelentéstartalommal bíró szó vagy kifejezés használatát. Ezeket a könyv legvégén, egy szószedetben gyűjtöttem össze, melyeket javaslok a további informálódás céljából elolvasni.

Kellemes időtöltést kívánok!



# A TE ÉLETED

Láttam filmekben, láttam az életben, ott zajlott előttem, hallottam, ahogyan fojtott hangon susmorognak róla, vagy fennhangon, értetlenkedve mondják:

*„Mindig a jók mennek el elsőként!”*

*„Nem tudhatjuk, mikor szólít magához az Úr!”*

*„A tragédiát nem lehet előre látni!”*

*„Bármikor megtörténhet!”*

*„A múlt héten még semmi baja nem volt, most meg az ágyat nyomja!”*

Még hosszan folytathatnám, de nincs miért.

Én értem, hogy a dolgok nagyon bonyolultak lehetnek, mindenkinek megvan a feladata az életben, és olyan ember nincs, aki mindenhez ért. De azt mondani, hogy valaminek nincs oka, hanem csak úgy megtörténik, az felelőtlenség.

Két testes, negyvenes nő beszélget az élelmiszerboltban. Nem értik, miért veri őket az Isten ennyi nyavalyával, jönnek a visszerek, kalimpál a szív, a migrén teszi őket a sírba. Hallom, miről beszélnek: az állandó rohanásról, a konfliktusokról, a nehézségekről, a kilátástalanságról. Látom a testalkatukat, nézem a kosarukat, és eszembe

jut, amit a táplálkozástudósok mondogatnak: „A tested utál téged”.

*A bajok nem a semmiből robbannak elő.* A test nem úgy megy tönkre, hogy előtte semmi sem történt, hogy egy pillanattal korábban még minden tökéletesen működött benne. A test lélegzetelállítóan erős és szívós, évekig vagy akár évtizedekig bírja a kínzást, de nála is van egy határ.

Van olyan, hogy egyéni tűrőképesség, alkat, érzékenység, allergia, stressz. Van, ami valakinek jó, másnak nem jó, vagy bizonyos élethelyzetben jó, másik élethelyzetben nem az. Van olyan, hogy valaki tovább bírja a gyűrődést, mint valaki más. Ez nem jelent semmit.

Tudom, vannak emberek, akik fennen hirdetik, hogy ők már a harmincas vagy negyvenes éveikben járnak, akármit ehetnek, és semmi bajuk.

De vajon mit jelent az, hogy *semmi bajuk*?...

Azt jelenti, hogy nincsenek rosszul, vagy csak néha?

Azt jelenti, hogy nem kellett még hívni a mentőket?

Ha elkezdenénk komolyabban megvizsgálni ezeket az embereket, állítom, hogy találnánk egyet s mást, ami nagyon messze van már az optimálistól. Néhány vizsgálat, és lehet, akadna néhány olyan érték, ami bizonyára okot adhatna az aggodalomra.

Van olyan, aki ötven éve alkoholistá, már hetvenéves, és még bírja.

De mit bír?

Milyen élete van?

Milyen az életminősége?

Vajon túlélne egy náthát vagy egy kisebb fertőzést?

Ez valami rekordkísérlet akar lenni?

A testünk ugyanúgy épül fel, és ugyanúgy működik, az igényei ugyanazok. Vannak, akik véletlenül immunisak egy bizonyos kórokozóra, míg valami másra túlérzékenyek. Ne vegyük túlságosan komolyan ezeket, mert előbb-utóbb biztosan meg fogjuk járni.

Ez az én életem. Az meg a tied.

*Végső soron minden felelősség a miénk.* Nem az orvosoké, nem a gyógyszergyáraké, nem a politikusoké. A miénk.

Ha ezt el tudod fogadni, ha megérted ezt, akkor olvass tovább!

Ha elutasítod, hogy bármi felelősséged lenne a saját egészségedért, a saját életminőségedet illetően, akkor felesleges több időt eltöltened a könyvvel... Inkább menj, és rebegj imát a szerencse istennőjének, hátha jó kedvében találsz ma is!



ELSŐ RÉSZ

**ÉLETVESZÉLYES  
VAK BIZALOM**

*„Az örület azt  
jelenti, hogy  
valaki ugyanazt  
teszi újra meg újra,  
mégis más  
eredményt vár.”*

ALBERT EINSTEIN



# MIKOR HALÁLOS A BIZALOM?

Azt mondják, ember embernek farkasa, az élet egy mindenkinek mindenki ellen való küzdelme. A mai korban az emberek önzők, csak magukkal törődnek, az erkölcs hanyatlik, lassan kihal. Van benne igazság, de én egy kicsit másként látom.

A vak bizalom hatja át az életünket, az egymásba vetett vak bizalom. Abból indulunk ki, hogy az emberek értik a dolgukat, és tisztességesen, becsülettel, legjobb tudásuk szerint végzik a munkájukat. Lehetséges, hogy mi nem, vagy nem mindig. Az is lehet, hogy a gazdasági helyzet vagy egy nehéz szituáció miatt kompromisszumot kötünk a saját elveinkkel, és elvállalunk valamit, amihez igazából nem értünk. Vagy megeshet, hogy túlvállaljuk magunkat. Előfordulhat az is, hogy látjuk a közvetlen környezetünkben, hogy mások néha tesznek ilyet. Még az is meglehet, hogy tudjuk, miként faragják le a költségeket a cégben, ahol dolgozunk, vagy milyen szabályok vannak, amit a profit érdekében hoztak. De valahogy mégis abból indulunk ki, hogy ez egyszeri eset, és mások biztosan jobban csinálják.

Egész társadalmunk arra épül, hogy bízunk egymásban. Ha megéhezünk, elmegyünk a boltba vagy a közeli gyorsétterembe, és veszünk valamit, amit élelemnek hívnak, majd beletesszük a testünkbe. Azt nem tudjuk, hogy pontosan mi az, amit a testünkbe teszünk. Esetleg, ha

tudatosabbak vagyunk, elolvassuk a címkét, és elszörnyülködünk, ha E betűs összetevőket találunk, mintha tényleg tudnánk, hogy mik azok. Nem vesszük be magunkat egy laboratóriumba, hogy ott alaposan megvizsgáljuk az ételt, és valamennyi azonosított összetevő alapján mérlegeljük: érdemes-e megennünk, vagy jobb lenne kihajítanunk a kukába. Inkább megesszük, amit vettünk, és kész.

Esetleg piacon vásárolunk, a termelőtől, vagy mi magunk termeljük meg, amit megesszünk. De vajon mit tudunk a talajról, annak összetételéről, a felhasznált vetőmagokról, permetezőszerről, tápokról, a levegőről, a kártevőkről? A vak bizalom szerves része az életünknek.

Igazából a bizalommal nincsen semmi probléma, egészen addig a pontig, amíg minden olajozottan, kifogástalanul működik, igazodva azokhoz a józan szabályokhoz, melyeket a tapasztalatok alapján hoztunk. Ha nem lenne bizalom a világban, az élet annyira lelassulna, olyan körülményessé válna, amelyet igazán nem kívánhatunk magunknak. Csak gondoldj bele, hogy a fenti példánál maradva, mielőtt elfogyasztnád a reggelidet, előtte másfél órán át szöszölnél a laborban... mire jutna időd azon a napon?

Amikor egy probléma megjelenik előttünk, gyakran értetlenkedünk, nem értjük, honnan pattant elő, miért ver minket az *Úr* vagy a *Természet* vele. Az a mítosz, hogy az élet kiszámíthatatlan, és bármelyik pillanatban megtörténhet bármi, abból ered, hogy nem figyelünk oda igazán az életre. Ha 18 óra 12 perckor rosszullet tör ránk, 1 másodperccel vagy 1 perccel előtte már nem volt minden rendben, csak akkor még nem észleltük, hogy mi történik a szervezetünkben. Az a folyamat, ami a rosszulletet eredményezte, talán évtizedekkel korábban indult el.

A konokság jó tulajdonság egy olyan úton járva, melyen rengeteg az akadály, de teljesen értelmetlen tulajdonság, ha vak bizalom formájában jelenik meg. *A vak bizalom igazából az elme lustasága:* kitartunk valami mellett, amiről tudjuk, hogy árt, valaki mellett, akiről tudjuk, hogy megbízhatatlan. Ezredszerre is elmegyünk megoldást keresve valakihez, akinél még nem találtunk megoldást semmire, és ezredszerre is elvisszük az autónkat ahhoz a szerelőhöz, akinél csak addig klappol minden, amíg a műhely kapuján belül vagyunk.

Ebben az évszázadban az életünk maga az ellentmondás. A modern, túlnépesedett, rohanó társadalomban a vak bizalom egy olyan elem, ami nélkül a civilizáció nem képes működni. Kétely nélkül kell hinnünk abban, hogy a civilizációs gépezet minden szintjén megfelelő eredmény születik, és a mi feladatunk csak annyi, hogy a saját dolgunkkal törődjünk. Mivel nincs más választásunk, nem tehetünk mást, mint elfogadjuk, hogy a vak bizalom szükségszerű. De legyen annyi éberségünk, hogy tudjuk, a problémák nem a semmiből születnek, és olvassunk a jelekben.

Öngyilkosság ragaszkodnunk valamihez, ami nem hozza az ígért és elvárt eredményt, s elvetnünk valamit, amire tényleg lehet támaszkodni.

A technikai és civilizációs vívmányok alaptalan magabiztosságba ringatnak, aminek következtében a modern ember kissé nemtörődömmé vált – magától értetődően tisztelet a kivételnek. Végül is, mitől kellene félnünk? Éjjel-nappal nálunk van a mobiltelefon, ha gond van, már hívjuk is a szakértő segítséget, ami – mi sem természetesebb – percekben belül meg is érkezik.

Ma már olyan fejlett minden, minek aggódni? A vegyészetnek az a része, amit gyógyszerészetnek neveznek, sci-fibe illően fejlett, csak bekapunk valamit, és minden rendben. Ha netán mégsem, akkor majd segít a magasan fejlett sebészet: csak álomra hajtjuk a fejünket, és mire felébredünk, minden a legnagyobb rendben lesz. Pár hónapja műszemet adtak egy vak férfinak, aki tíz év után ismét látott, és felismerte a feleségét! Akkor miért aggódnánk?

Ez a *halálos bizalom*. Halálos bizalom egy olyan valószínűtlenül tökéletes ábrándkép irányában, amit reklámok és izgalmas filmek építettek fel bennünk.

A fiktív valóságban minden olyan kiszámított, olajozott, hibátlan, az emberek mindenhez értenek, mesterei szakmájuknak, elkötelezettek, becsületük, tisztességük határtalan. Egy film mesterséges, manipulált valóságában ez tényleg igaz lehet, az egésznek csak az a szépséghibája, hogy az életünk nem egy film.

Húszéves koromig filmszerű életet éltem, vakon bízva a környezetemben, az emberekben, a társadalomban. Azután a családban valaki rákos lett, de én nem izgattam magam, mert hittem, kétely nélkül. Úrhajók viszik az embereket az űrbe, a halott szívét beteszik az élő mellkasába, és az ott dobog tovább! Rák? Ugyan már! Nem lesz semmi probléma, minden marad a régiben!

Nos, ez a halálos bizalom.

Semmi nem maradt a régiben.





*„Öngyilkosság ragaszkodnunk  
valamihez, ami nem hozza az ígért  
és elvárt eredményt.”*