

# Kulakovs 24 dienas

## pārticis tikai no ūdens

KULAKOVS  
šā gada novembrī.

Pēc 24 dienu badošanās un 12 zaudētiem kilogramiem komponists JURIS KULAKOVŠ pagājušajā nedēļā atsācis ēst. Šādas badošanās kūres Kulakovs ievēro jau vairāk nekā desmit gadu. Šī bijusi visilgākā, un tās mērķis bijis organisma attīrīšana, nevis novājēšana. Tiesa, tagad viegls esot ne tikai prāts, bet arī pats. **«Nu der drēbes, kuras vilku jaunībā,»** viņš smeļ.

Interese par badošanos Kulakovam radusies 90. gadu sākumā, kad par šo tēmu viņš izlasījis vairākas grāmatas. «Ir cilvēki, kas badojas reizi nedēļā, reizi mēnesī vai nedēļu, bet man sanāk diezgan ekstrēmi – ne visai regulāri un vairākas nedēļas pēc kārtas,» PDz stāsta Kulakovs. Motivācija, kāpēc viņš badojas, esot organisma attīrīšana. «Arī tagad – pirms šīs kūres man šķita, ka pēdējā laikā visa kā bijis par daudz. Svara zaudēšana nebija būtiskākais – galvenais, lai attīrās organisms. Uz savu galvu gan neko nedaru, teorētiskā bāze ir svarīga, īpaši, kad atsāk ēst, citādi var arī nomirt,» viņš piebilst.

Badošanās laikā Juris dzēris tikai ūdeni un pirms kūres sākšanas plānojis, lai šajā periodā nebūtu radoši jāstrādā. «Badošanos ar rakstīšanu ir grūti apvienot. Vīstrakākās ir pirmās dienas – trešajā dienā es izpīpēju pus-paciņu cigarešu, jo bija nedaudz jāpastrādā, bet tad atkal saņēmos un turpināju tikai ar ūdeni. Pēc nedēļas vairs nebija nekādu problēmu, ēdiens bija kļuvis vienaldzīgs.» Lai cik tas būtu dīvaini, badošanās laikā par Jura iecienītāko lasāmvielu kļuvis pavārgrāmata. «Mājās man to ir diezgan daudz, un tad es lasu un domāju, ko pagatavošu, kad beigšu badoties.» Pagaidām viņa maltīte ir ar ūdeni atšķaidīta burkānu sula un tomāti, bet nedēļas nogalē viņš sev pagatavoja vieglu putru. «Ja atsāk ēst uzreiz un tā normāli, badošanās var beigties morgā,» viņš nosaka. «Viss jādara pamazām.»



KULAKOVŠ  
šā gada maijā.



Apkārtējo attieksme pret Jura nodarbi bijusi trejāda – vieni uz viņu noraudzījušies ar līdzjutību, citi – ar nesapratni, bet bijuši arī tādi, kas domājuši, ka Kulakovs vienkārši ir traks. «Jā, bija visādi,» viņš lēni novelk. «Toties tagad ir ļoti viegla sajūta un der drēbes, ko vilku pirms daudziem gadiem,» piebilst Kulakovs. [D]