

## Formel 1-Crack Lewis Hamilton

# Nun gibts Tequila ohne Alkohol



Rekord-Weltmeister der Formel 1

Quelle: Wikimedia / Jen\_ross83 / CC BY-SA 2.0 Deed

Nach übermäßigem Champagner-Konsum hat sich der Rennbolide zum radikalen Verzicht entschlossen. Als weltbekanntes Vorbild einer riesigen, auch jungen Fangemeinde, setzt der bekennende Christ so ein starkes Zeichen. Achtsamkeit für Körper und Geist.

In der Musikszene ist Drogenkonsum ein geläufiges Nebengeräusch, beim Spitzensport sind es beim Doping illegale Substanzen – und hier gehts nun um Alkohol am Steuer; also, Alkohol beim Steuermann. Lewis Hamilton war ja nicht betrunken gefahren, er hatte es in der Freizeit übertrieben.

In einem Interview mit dem Modeblatt «Vogue» erzählte er nun von seinem neuen Lebensstil der totalen Abstinenz.

# Statt VW die VF - Vorbildfunktion

In zweierlei Hinsicht wirkt der Mercedesfahrer als Vorbild. Einerseits steht er zu seinem problematischen Alkoholkonsum. Auch in christlichen Kreisen ist es immer noch ein Tabu, überhaupt zu Schwächen zu stehen, wobei gerade der Alkohol [kein kleines Übel ist](#). Es ist erstaunlich, dass auch in heutiger Zeit, wo der Gang zum Psychologen teilweise zum westlichen Alltag gehört, Hilfe aufsuchen immer noch einen etwas peinlichen Touch hat.

So kann Hamilton eine Lanze dafür brechen, Schwächen zu benennen, sich Hilfe zu besorgen und einen besseren Umgang damit zu finden. Seelsorge und Beratung sollte im christlichen Leben eine selbstverständliche Rolle spielen. Es ist jedenfalls wohltuend, Last(e)r(n) mit anderen zu teilen.

## Funktion Nummer 2: Kein Alkohol

Daher ist Hamilton zweitens ein Vorbild in Sachen guten Umgang mit Alkohol. Ok, man weiss, dass Leute, die mal ein Trinkproblem hatten, zu einem radikalen Wechsel neigen, und beim grossartigen Rennsportler scheint totale Abstinenz zu passen. Schlussendlich geht es vor allem um einen gesunden Umgang mit dieser Substanz. Er setzt ein starkes Statement.

## Gebet für Geist, Seele und Körper

Zudem ist sich die Renn-Ikone bewusst, dass das Zusammenspiel von Körper, Seele und Geist wichtig ist. So hat auch das Gebet einen hohen Stellenwert in seinem Leben: «Ich bete viel. Ich möchte Gott dadurch meine Dankbarkeit zeigen. Ich will nicht nur beten, wenn ich in Schwierigkeiten bin, sondern auch, wenn ich einen tollen Tag hatte, dann möchte ich Gott danken», schrieb er in seiner Autobiografie ([Livenet berichtete](#)).

Doch natürlich kann ein Spitzensportler nicht nur meditierend in seiner Stube sitzen. Da muss auch die körperliche Fitness stimmen und Bewegung sowie Ernährung, oder eben die Getränke, sind wichtig.

## Zuviel Korken-Knallen

Der Turbo-Heizer sagte, er habe mit 16 Jahren angefangen zu trinken: «Ich leide dann mehrere Tage lang – manchmal sind es drei oder vier Tage», sagte Hamilton über den Kater, der auch gar nicht zum Lebensstil eines Spitzensportlers passt. Der siebenfache Weltmeister mit einem geschätzten Vermögen von 310 Millionen Dollar wurde masslos und entkorkte immer wieder zu viele Flaschen Ferrari Trento. Auf dem Podium gehörts nun Mal zur Kultur, dass die Korken knallen.

Nicht selten sind es Umstände, die zu Gewohnheiten und später zum Übermass oder einer gefährlichen Sucht führen. Da gibts nur das Rezept vom konsequenten Nein-Sagen. Im Falle Hamiltons bedeutet dies, dass er heutzutage ganz auf Alkohol verzichtet.

Leider, oder doch dank der schlechten Resultate, kam es eh nicht zu grossen Formel 1-Feiern für ihn. Max Verstappen gewann in der vergangenen Saison 19 von 22 Rennen, Lewis Hamilton hingegen kein einziges.

## **Die Bewegung: BOB sein für andere**

GPblog.com etwa titelte zu dieser Story: «Hamilton, der BOB: 'Ich habe aufgehört zu trinken!'» Aber was genau ist BOB? Ursprünglich stammt die Bewegung aus Belgien, wo sich dieser Name 1995 durchsetzte. Denn BOB steht nicht für eine Abkürzung, sondern als Eigenname.

BOB ist derjenige Kumpel, der im Ausgang auf Alkohol verzichtet und sich entscheidet, die anderen später nach Hause zu fahren. Also Einschränkung zu Gunsten seines Kollegenkreises. Unterdessen ahmen dies viele andere Länder nach, die BOBs sind am knallgelben Schlüsselanhänger zu erkennen, und die Initiative wurde mit mehreren Preisen ausgezeichnet.

## **Und jetzt, Tequila ohne Alkohol**

Für seine Leidenschaft Rennsport ernährt sich Lewis Hamilton seit einigen Jahren ausschließlich von Pflanzen. So hält er sich fit. Er trinkt in letzter Zeit häufiger Tequila, der Brite hat sogar seinen eigenen Brand entwickelt. Wie könnte es anders sein: alkoholfrei.

Er sagte, er habe seit vier Monaten keinen Alkohol mehr getrunken: «Ich weiß nicht, ob ich wieder trinken werde», erklärt er und ergänzt: «Seit ich nicht mehr trinke, fühle ich mich so viel besser, so viel klarer. Ich schlafe besser, ich wache

auf und kann um fünf Uhr morgens aufstehen.» Auch eine gute Tageszeit für Gebet.

Zum Thema:

[Hamiltons viele Facetten: Mit Kreuz auf dem Rücken und Gott am Hals](#)

[Corinne Suter: Gott gibt ihr Kraft](#)

[Jahrhundert-Fussballer «Pelé»: Er beherrschte tänzerischen Fussball](#)

Datum: 30.11.2023

Autor: Roland Streit

Quelle: Livenet

Tags

[Sport](#)

[Sportler](#)

[Promis](#)