



Nur kein Bier ist kein Bier

Der Rapper Bucci wurde mit Anfang 20 alkoholabhängig. Jetzt ist er trocken und will ein Vorbild sein, auch mit seiner Musik

Text: Erik Hlacer und Fotos: Hahn & Hartung

Thema: Körper
19. Mai 2025

Bucci sitzt in einer Berliner Eckkneipe. Schummriges Licht, Holzvertäfelung, vor ihm zwei Aschenbecher, groß wie Kuchenteller. „Was darf's sein?“, brummt der Wirt. „Für mich ein alkoholfreies Bier“, sagt Bucci so selbstverständlich, als könnte ihm danach kein Boomer-Spruch etwas anhaben. Lukas Buczek alias Bucci (27) ist Musiker und kommt auch so daher: Die rosa Cap sitzt falsch herum auf seinen Locken, seine weiße Hose zieren spirituelle Symbole, unter anderem eines, das aussieht wie Buddha höchstpersönlich. Und er sagt Sachen wie: „Ich will mit meiner Mucke die Nische nailen.“

Was früher auch zu seinem Künstlerimage dazugehörte, waren Alkoholexzesse. Sein erstes Bier trank er mit 14 und kippte an diesem Tag gleich drei hinterher. Buccis Vorbilder hingen damals an der Tanke ab, tranken täglich und faselten was von „dick Kohle machen“.

Ein paar Jahre später war er dann selbst in Regensburg dafür bekannt, über die Stränge zu schlagen. Einmal wachte er auf, seine Hand war blutig, seine Erinnerung weg, das Bett voller Erde, und daneben lag zu allem Überfluss auch noch sein dreckiges Fahrrad. Es war einer von vielen Momenten, wo Bucci sich sagte, dass er etwas ändern müsse – aber er änderte erst mal nichts.



Startseite

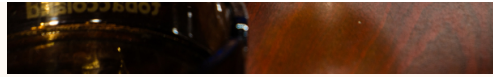
Das Heft

Alle Themen

Videos

Streit





Sobere Sache: In Eckkneipen geht Bucci weiterhin nur ist das Bier jetzt eben alkoholfrei. Prost!

Bucci nahm sich immer wieder vor, weniger zu trinken. Zum Beispiel nach dem BWL-Studium, als seine große Partyzeit vorbei war und er einen Job im Marketing anfang. Gute Voraussetzungen, könnte man meinen.

„Da begann meine schlimmste Zeit“, erzählt Bucci. Nach der Arbeit zechte er jeden Tag mindestens drei Feierabendbierchen. „Manchmal bin ich um vier Uhr nachts nach Hause gekommen, rotzevoll, und um sieben wieder zur Arbeit gegangen“, erzählt er.

▼ Volkskrankheit Alkoholsucht
▼ Bin ich auch alkoholsüchtig?

Bucci nimmt einen Schluck von seinem alkoholfreien Bier. Zwischen Prosten und Trinken lässt er sein Glas einmal kurz auf dem Bierdeckel aufsetzen, ein Automatismus aus den alten Zeiten. „Ich war vor allem psychisch abhängig“, sagt er.

Ständig habe er sich das Saufen schönegeredet, es sei ja schließlich nur eine Ausnahme. Und immer wieder belohnte er sich mit Bier, wenn in seinem Leben etwas gut lief. Am Ende reichte es schon, wenn er den Müll runtergebracht hatte, zack, Pulle auf.

Klingt trostlos, doch nach außen hin sah es in dieser Zeit eigentlich ziemlich glorreich aus, was Bucci so machte. Im September 2021 erschien das Musikvideo zu seinem Song „Durch die Stadt“. Darin sieht man ihn durch die Straßen ziehen, saufen, kiffen und feiern, währenddessen rappt er auf einem soften Drum-'n'-Bass-Beat. Am Ende des Videos springt Bucci in einen Brunnen, zieht sein T-Shirt aus und wird von den Leuten um ihn herum gefeiert. „Es war, als hätte ich mit meinem Lifestyle gewonnen.“



Nüchtern betrachtet: Das Saufen und die Rituale drumherum kann man sich ziemlich schönreden

Ein paar Monate später stand Bucci dann bei seinen Eltern vor der Haustür. Es war kurz vor Weihnachten. Bis dato hatte er ihnen immer verklickern können, dass er sein Leben im Griff hatte. Diesmal nicht. „Ich sah aus wie eine Leiche.“ Und als die Haustür aufging, sah er seiner Mutter den Schock sofort an.

Eine Woche später schloss er mit dem Alkohol ab, nahm sich vor, nicht mehr zu trinken – mal wieder. Doch diesmal zog er durch. Ohne Therapie, aber mithilfe eines spirituellen Coaches. „Der hat mich nach meinen Tiefpunkten gefragt. Und die waren immer dann, wenn ich mich in Rollen gezwängt habe, in die ich nicht reingehöre.“

Zum Beispiel in die Rolle des Partyrappers. „Ich habe immer gedacht, man kann mich sowieso nicht anderweitig mögen, also werde ich jetzt einfach der Asozialste, und dann feiern mich die Leute dafür.“

Er merkte in dieser Zeit, dass sein Alkoholkonsum viel mit Männlichkeitskomplexen zu tun hatte. Eigentlich sei er immer der reflektierte und kreative Typ gewesen. Doch schon als Kind dachte er, die Jungs, die Fußball spielen, seien richtig und er falsch. Später habe er versucht, das zu kompensieren mit vermeintlich männlichen Moves wie Saufen und Frauen aufreißen. Diese Selbsterkenntnis half ihm beim Weg aus der Sucht.

▼ Wo finde ich Hilfe?
▼ Du hast Freunde oder Angehörige, die unter Alkoholsucht leiden?

Um abstinent zu werden, sagt Bucci, müsse man entweder am Tiefpunkt angekommen sein oder Begeisterung für ein neues Ziel haben. Bei ihm sei es beides gewesen. Wobei sein neues Ziel eigentlich sein altes war: berühmt werden mit Musik. Nur eben nicht mehr mit Party-Rap.

Heute singt Bucci eher, als dass er rappt. Sein neuestes Projekt: deutscher Pop mit positiver Message. Er will den Leuten erzählen, dass sie gut genug sind, so wie sie sind.

Das macht er inzwischen auch mit einem eigenen Podcast, bei dem es viel um Spiritualität geht. Dort will er Leuten Mut machen, die auch Suchtprobleme haben, und sagt Sachen wie: „Alkohol ist nie das Problem, sondern immer nur das Symptom. Das eigentliche Problem liegt tiefer.“

Auch in seinen Insta-Reels und TikToks erzählt Bucci von seiner Abstinenz. Berichtet von seinen Tiefpunkten. Erklärt, wie man zu seinen eigenen unterbewussten Wünschen findet. Und holt sich Anerkennung über seine Community. Erst neulich hat ihm jemand das hier geschrieben: „Ey Bucci, ich habe immer geglaubt, wenn man nicht trinkt, dann kann man kein geiler Atze sein. Du hast mir das Gegenteil bewiesen, vielen Dank dafür, dritter Monat ohne.“

Dieser Text wurde veröffentlicht unter der Lizenz CC-BY-NC-ND-4.0-DE[☞]. Die Fotos dürfen nicht verwendet werden.

Mehr zum Thema

Die Welt ist Büchelkühn

Tream hat Millionen Fans und eine Platinschallplatte. Dabei rappt er fast nur über Frauen, Bier und Bayern

Meine Mutter ist Alkoholikerin

Unser Autor hat Jahre gebraucht, sich das einzugestehen

„Ein großer Konflikt besteht in der Kriminalisierung“

Seit Jahren steigt die Zahl der Drogentoten. Warum ist das so und was könnte man dagegen tun? Ein Gespräch mit Daniel Deimel, der zum Thema Sucht

Alles flashig

In ihrem Roman „Dicht“ beschreibt Stefanie Sargnagel eine sorgsam verschwendete Jugend – mit viel Humor, Dosenbier und einem untypischen Ausgang

fluter – Magazin der Bundeszentrale für politische Bildung

[Wir über uns](#) [Kontakt](#) [Abo](#) [Newsletter](#)



[Erklärung zur Barrierefreiheit](#) [Impressum](#) [Datenschutz](#) [Netiquette](#)

© 2001-2025 fluter.de / Bundeszentrale für politische Bildung