

Nicht trocken - frei!

## Schlagartig frei von Alkoholsucht



Philipp Oehrli

Quelle: zVg / WunderHeuteTV

Philipp Oehrli gab sein Alkoholproblem lange nicht zu. Als Koch war es üblich, nach Feierabend mit den Kollegen etwas zu trinken. Doch die Folgen belasteten ihn zunehmend.

«Meine Schwester sagte es mir ins Gesicht: 'Philipp, du hast ein Alkoholproblem!'», erzählt der junge Koch aus Frauenfeld. Er wimmelte sie jedoch ab. «Das war damals meine Strategie - ich meinte, ich hätte den Alkoholkonsum im Griff, nur mein Umfeld sehe das nicht.» Nach der Arbeit ging Philipp mit seinen Kollegen aus der Gastronomie oft noch etwas trinken. «Das gehörte einfach dazu», erklärt er. Lange fand er das cool. Immer mehr gehörte das Trinken von Alkohol zu seinem Alltag.

Zunehmend fühlte er sich am nächsten Morgen aber gar nicht mehr wohl. Schliesslich gestand er sich ein, dass seine Schwester den Nagel auf den Kopf

getroffen hatte. «Eines Tages war ich mit einem Kollegen unterwegs und wir konsumierten ziemlich viel. Abends war ich betrunken und zutiefst niedergeschlagen.» Und dann konnte er nicht mehr anders – er fiel auf die Knie und rief zu Gott: «Ich habe ein Alkoholproblem, Herr, bitte befreie mich! Wenn du noch etwas vorhast mit mir, dann hilf mir jetzt!»

## **Tapetenwechsel**

Danach rief Philipp seinen Vater an und bat auch ihn um Hilfe. Der holte ihn aus dem Kanton Bern in den Kanton Thurgau, wo die Eltern lebten. Um Abstand vom bisherigen Umfeld zu bekommen, suchte Philipp hier eine neue Arbeitsstelle. Er bat Gott auch um neue Freunde. «Mein Vater und ich fuhren von einem Restaurant zum anderen und fragten, ob ein Koch gebraucht würde.» Die Tour war erfolgreich, der Berufsmann konnte in einem gepflegten Lokal am See neu beginnen.

## **Neue Freunde**

Philipp öffnete sich immer mehr für den christlichen Glauben, begann, in der Bibel zu lesen, liess sich taufen. Er lernte in der Gemeinde neue Freunde kennen. «Sie waren wie Brüder für mich, haben mich motiviert, aus der Sucht auszusteigen», betont er. «Anders als die Kollegen vorher feuerten sie mich nicht an, noch mehr zu trinken oder lachten mich aus, wenn ich betrunken war.» Er arbeitete sehr viel und meinte, nun hätte er den Alkoholkonsum im Griff. Doch das Verlangen kehrte zurück. Und abends hatte er Mühe, einzuschlafen. Heimlich fing er an, wieder zu trinken. Er wohnte zu der Zeit noch bei den Eltern und schämte sich, dass er sie so hinterging. Doch seine Eltern merkten bald, dass ihr Sohn rückfällig geworden war.

## **Hin- und hergerissen**

Philipp bezog eine eigene Wohnung und ging wieder mit Berufskollegen in den Ausgang. Das Trinken gehörte dazu. Er pendelte hin und her zwischen Verlangen und Abscheu. Während der Weiterbildung zum Diätkoch erkannte er die negativen Auswirkungen übermässigen Alkoholkonsums für den Körper. Trotz dieses Wissens und obwohl er auch viel Sport trieb, für einen Halbmarathon trainierte und sich gesund ernährte, konnte er mit dem Trinken nicht aufhören. Er

konnte die Menge reduzieren, aber frei wurde er nicht durch seine Anstrengungen. «Ich mochte mir nicht mehr in die Augen schauen», gesteht Philipp.

## Hoffnungslos

Mehr und mehr verlor er die Hoffnung, wieder gesund zu werden, weinte aus Verzweiflung. Schliesslich bat er seine Eltern, während ihrer Ferien ihre Wohnung nützen zu dürfen. Er wollte Abstand zum Alltag, um Jesus zu suchen. «Wenn du real bist, zeig dich mir, tu ein Wunder! Bitte schenk mir wieder Hoffnung – ich will frei werden, lege dir alles hin», bat er den Sohn Gottes. Er konsumierte keine Medien in dieser Zeit, stellte Fernseher und Handy nicht an, trieb viel Sport und suchte den Kontakt zu Gott. Er ernährte sich gesund und powerte sich beim Joggen und Velofahren aus. «Das brachte etwas, aber mein Geist war noch nicht so weit», gesteht Philipp. «Immer wieder war ich als Folge meines übermässigen Alkoholkonsums von Sorgen und depressiven Gedanken erfüllt.»

## Eine Berührung Gottes

«Doch dann, nach etwa fünf Tagen, begann ich auf dem Velo zu singen und Gott zu loben. Und dann begegnete mir Gott am Ufer des Sees», erklärt Philipp. «Ich wurde von ihm so berührt, dass ich absteigen musste und nur noch weinte.» Philipp spürte die Nähe Gottes von Kopf bis Fuss: «Es war wie ein Adrenalinschub – einfach tausendmal mehr, nicht von dieser Welt...» versucht er das Erlebnis zu beschreiben. Von diesem Moment an war er frei von der Sucht nach Alkohol. Auch seine Ängste, Sorgen und Depressionen waren weg. «Ich hätte am liebsten die ganze Welt umarmt», erinnert er sich.

Heute, drei Jahre später, ist Philipp gesund. Er hat nochmals Wohnung und Arbeitsstelle gewechselt. An einem Fest kann er heute ein Glas Alkohol trinken. «Doch dabei bleibt es», betont er. «Ich bin Gott so dankbar!»

*Sehen Sie sich das Video von WunderHeuteTV mit Philipp Oehrli an:*

*Zum Thema:*

[Nach schrecklicher Kindheit: Vom Alkohol fast zerstört](#)

[Nationaler Aktionstag: Dreimal täglich – wenn Alkohol zum Medikament wird](#)

[Die andere Prävention: «Die Leute schätzen sich bei Alkohol massiv falsch ein»](#)

Datum: 29.04.2023

Autor: Mirjam Fisch-Köhler

Quelle: Jesus.ch / WunderHeuteTV

Tags