

# „Er war die Liebe meines Lebens“

**Zehn Jahre nach dem Tod von Helmut Dietl (†): Wovon Tamara Dietls neues Buch handelt und wie sehr sie ihren Mann noch heute vermisst**

**K**risen sind ihre Profession: Das schreibt Tamara Dietl selbst im Vorwort ihres neuen Buchs „Die Seele bleibt Fußgänger“. Und die 61-jährige hat recht: Mehr als viele andere Menschen musste sich die Wahl-Münchnerin in ihrem Leben bereits mit dem Thema Krisen auseinandersetzen: mit dem Tod ihres Mannes, dem Münchner Regisseur Helmut Dietl († 2015), dem Tod ihrer Eltern. Und nun auch mit dem aktuellen Weltgeschehen.

Die AZ hat mit ihr über ihr neues Buch gesprochen, von dem Schauspielerin Iris Berben sagt: „Es hat mich tief berührt, wie offen und mutig, aber auch verletzlich sie von ihren Erfahrungen mit persönlichen und gesellschaftlichen Krisen erzählt.“ Aber auch über den Tod ihres Mannes, der sich heuer zum zehnten Mal jährt.

**AZ: Frau Dietl, die Krisen haben Sie in der Vergangenheit nicht gerade verschont. Der Tod Ihres Mannes, Ihrer Eltern – all das in relativ kurzer Zeit. Können Sie sagen, welche Krise für Sie die schlimmste war?**

TAMARA DIETL: Das ist schwer zu sagen und überhaupt

**Ich hätte heute einen sehr traurigen Mann**

nicht miteinander zu vergleichen. Der Tod meines Mannes und auch seine lange Leidensphase, das war schon schlimm. Das habe ich damals auch in meinem ersten Buch sehr ausführlich beschrieben und das hat mir geholfen.

**Ist die zweite oder dritte Krise schon weniger schlimm als die erste? Wird es leichter?**

Leichter wird es nicht. Ein Verlust ist immer schlimm und eine Krise bleibt eine Krise. Was hilft, ist aber, dass ich mich darauf verlassen kann, dass ich damit umgehen kann, weil ich die Erfahrung schon einmal gemacht habe.

**Gibt es Dinge, die Sie heute noch**



Tamara und Helmut Dietl (†) – hier im Jahr 2001. Ein Jahr später heiratete das Paar in Venedig.

Foto: Ursula Düren/dpa

**nicht tun können, weil es zu wehtut? Können Sie etwa die Filme oder Serien Ihres Mannes anschauen?**

Ganz schwierig. Es gibt auch bestimmte Sachen, die ich nicht mehr kochte.

Wenn ich schon daran denke, könnte ich weinen, weil es dann wieder so nah ist. Solchen Situationen gehe ich auch aus dem Weg – so weit geht meine Konfrontation nicht.

Insofern: Ich vermisste ihn natürlich, aber ich habe auch wieder so viele spannende Aufgaben im Leben und ich weiß, dass er sich auch gewünscht hat, dass ich nicht daran verzweifle. Der Schmerz ist ein Teil von mir, die Trauer bleibt, aber die Zeit heilt wirklich. Und ich brauche auch nicht

ständig in die Vergangenheit zu schauen, weil ich die Vergangenheit ja immer in mir trage. **In Ihrem neuen Buch schildern Sie, wie auch Sie damals die Nachricht vom Angriff Russlands auf die Ukraine völlig aus der Bahn geworfen hat – warum konnte Sie das, nach all den schlimmen Krisen in ihrem direkten Umfeld, noch so schocken?**

Ich bin mit einem komplett anderen Weltbild und Lebensgefühl groß geworden. Dass es in Europa nochmal einen Aggressor gibt, der Völkerrecht bricht, das hat mich fassungslos gemacht und macht es noch.

**Das war aber nicht der einzige Grund, warum Ihre Seele irgendwann nicht mehr Schritt halten konnte?**

Ich bin ja Krisen-Expertin und habe mich trotzdem und zu meiner eigenen Überraschung irgendwann einfach überfordert gefühlt mit der Veränderung der Welt, mit dieser gro-

ßen „Multi-Krisen-Ausnahmesituation“, von der Digitalisierung über die Entwicklung der KI bis zum Artensterben, der Klimakrise, der Pandemie und den Kriegen. Gerade dieses rasante Tempo, in dem aktuell alles passiert, und was das für unsere Psyche und unser Gehirn bedeutet, das wird, meiner Meinung nach, immer noch nicht ernst genug genommen. Daher auch der Titel: „Die Seele bleibt Fußgänger“ – egal wie schnell sich die Welt entwickelt. Das Schreiben des Buches hat mir sehr geholfen.

Jetzt fühle ich mich wieder stark und nicht mehr ohnmächtig.

**Was hat Ihnen sonst noch geholfen, um mit den Irrungen und Wirrungen der aktuellen Zeit besser umzugehen? Und was würden Sie anderen raten?**

Ich mache meine Pausen, ich gehe fürsorglicher mit mir um. Und alle Formen von Kreativität sind sehr hilfreich. Da muss

auch jeder für sich ausprobieren, was ihm hilft. Aber es geht zumindest darum, etwas zu finden, das nichts mit dem Smartphone zu tun hat.

**Ein Wissen, an das Sie sich selbst immer halten?**

Nein! Das sind dann die sogenannten Ehrenrunden, die auch ich drehe. Diese neuen Muster für sich umzusetzen, ist immer wieder harte Arbeit und etwas, das nicht auf Knopfdruck passiert. Ich habe auch kein Buch über die „Sieben Schritte zum Glück“ geschrieben, das ist mir

ganz wichtig.

Diese Art von Ratgebern finde ich, ehrlich gesagt, verlogen. In meinen jungen Jahren dachte ich auch noch, ich finde diesen besagten Knopf, den man nur drücken muss, und dann wird alles gut – aber dafür sind wir Menschen viel zu kom-

**Tamara Dietl**



**Die Seele bleibt Fußgänger**

Vom gelungenen Leben in einer Welt im Wandel  
Tamara Dietl liest aus ihrem Buch am Freitag, 21. November, um 19 Uhr in der Attenkoffer Akademie in Straubing.

**AZ-INTERVIEW**  
mit Tamara Dietl



Foto: Dagmar Morath

Die Tochter von SPD-Politiker Friedrich Duve ist 1964 in Hamburg geboren und zur Schule gegangen. Hier machte sie auch ihre ersten Schritte als Journalistin bei der Hamburger Morgenpost. Später arbeitete sie unter anderem für Spiegel TV, aber auch für Constantin-Chef Bernd Eichinger (†). 2002 heiratete sie den Münchner Filmemacher Helmut Dietl und pflegte ihn bis zu seinem Tod im Jahr 2015. Mit ihm hat Dietl eine inzwischen erwachsene Tochter.

plex, das ist Augenwischerei. **Sie sagen auch: Nicht jede Krise muss eine Chance sein – wie ist das gemeint?**

In jeder Krise steckt vielleicht eine Chance, aber man muss sie nicht immer nutzen. Denn das geht schon wieder in die Richtung Druck und Selbstoptimierung. Wir dürfen uns unsere Überforderung und Erschöpfung auch einfach zugestehen. Und wir dürfen auch einfach mal Dinge tun, die nicht zweckgebunden sind.

**Wenn man sich Ihr Leben so anschaut, hat man den Eindruck, Sie waren stets für viele Menschen der Anker – an wem halten Sie sich fest?**

Ich halte mich sehr an mir selbst fest. Ich finde, das Leben ist ein Geschenk, und ich habe einen gewissen Trotz in mir, mir die begrenzte Zeit auf dieser Erde nicht versauen zu lassen. Und daraus ziehe ich eine unheimliche Kraft.

**Würden Sie sich dennoch wünschen, noch einmal so eine große Liebe zu finden, wie es Ihr verstorbener Mann für Sie war?** Er war einfach die Liebe meines Lebens. Aber man weiß ja nie, was die Zukunft bringt.

**Interview:**  
Franziska Hofmann

## Rutschpartie: Zahlreiche Unfälle durch Glätte in Bayern

**Die Polizei meldet Behinderungen wegen Schnee und Glätte – und appelliert an Autofahrer**

**G**latte Straßen haben vor allem in Niederbayern zu zahlreichen Unfällen geführt. In aller Regel blieb es dabei bei Blech- und anderen Sachschäden, allerdings wurden vereinzelt auch Menschen leicht verletzt.

Wie das Polizeipräsidium Niederbayern mitteilte, kam es aufgrund des einsetzenden Wintereinbruchs am Morgen zwischen 6 und 8 Uhr zu rund 120 Notrufen.

„Wohl auch aufgrund des beginnenden Berufsverkehrs ereigneten sich knapp 100 Verkehrsunfälle“, schilderte eine Sprecherin. Es gab viele Blechschäden, zudem standen Last-



Ein Auto und ein Bu sind in Passau von der Fahrbahn abgekommen – nicht der einzige witterungsbedingte Unfall. Foto: dpa/zema-medien | Riedl

wagen und Autos quer und blieben liegen. „Besonders stark betroffen war der Passauer Raum.“

Dort kam es aufgrund von Schneefall und Glätte sowie

mehreren Unfällen zu spürbaren Verkehrsbehinderungen auf Bundesstraßen. Auch Schulbusse kamen aufgrund der Verhältnisse nicht weiter. Rund um Deggendorf und Straubing er-

eigneten sich der Polizei zufolge ebenfalls vermehrt Unfälle.

Die Polizeiinspektion Vilshofen vermeldete ebenfalls zahlreiche Vorfälle in den Morgenstunden. Bei einem dieser Unfälle mit Personenschaden seien wohl Sommerreifen die Ursache gewesen, schilderte eine Polizeisprecherin.

Sie wies darauf hin, dass bei winterlichen Straßenverhältnissen wie Glatteis, Schneeglätte, Schneematsch oder Reifenglätte Winter- oder Ganzjahresreifen verwendet werden müssten.

Auch das Polizeipräsidium Niederbayern richtete einen Appell an die Bevölkerung: „Wir bitten alle Verkehrsteilnehmer, langsam und vorausschauend zu fahren. Halten Sie Abstand zu vorausfahrenden

Fahrzeugen und schalten Sie ihr Licht ein. Bei derartigen Verhältnissen sind Winterreifen unumgänglich.“

Auch anderswo in Bayern werden die Straßen derzeit schnell glatt: So geriet im oberpfälzischen Bad Kötzting (Landkreis Cham) ein 22-Jähriger mit seinem Auto auf schneeglätter Fahrbahn ins Schleudern und kollidierte mit einem entgegenkommenden Milchlaster. Beide Fahrer kamen mit leichten Verletzungen in ein Krankenhaus – ebenso wie ein weiterer Fahrer, der bei einem Folgeunfall beim Abbremsen auch ins Schleudern kam und leicht verletzt wurde.

Mit frostigen Temperaturen und Schnee kann es auf den

Straßen in Bayern auch in den kommenden Tagen glatt werden. Vor allem am Morgen sei in Lagen oberhalb von 400 Metern Vorsicht geboten, teilte der Deutsche Wetterdienst mit.

Im Bergland und bei Schneeschauern solle man auch tagsüber auf Glätte achten. Am Wochenende erwarten die Meteorologinnen und Meteorologen dann viel Sonnenschein in weiten Teilen des Freistaats.

### Beilagenhinweis

Einem Teil unserer heutigen Ausgabe liegt ein Prospekt von

**SEGMÜLLER**

bei.

Wir bitten um freundliche Beachtung.