

„In den Wochen vor seinem Tod haben wir Händchen haltend geschlafen“



Tamara und Helmut Dietl waren über 15 Jahre ein Liebespaar – bis er am 30. März 2015 starb

Im März starb Filmgenie Helmut Dietl mit 70 Jahren. Jetzt hat seine Witwe, Tamara Dietl (51), ein bewegendes Buch geschrieben: über das Sterben ihres geliebten Mannes und über die Kraft, die aus einer Krise kommen kann

Von **CHRISTINE EICHEL**

„Der Schmerz ist real“, sagt Tamara Dietl. „Aber das Leiden ist eine Entscheidung. Ich wollte mitfühlen, nicht mitleiden.“ Sätze, die von einer bemerkenswerten Stärke erzählen. Tamara Dietl entschied sich gegen das Leiden, gegen die Verzweiflung, auch gegen die Verdrängung. Bis zuletzt hat sie ihren unheilbar an Lungenkrebs erkrankten Mann gepflegt. Seine Lippen mit Wasser benetzt, als er nicht mehr trinken wollte. Und immer wieder seine Hand gehalten. „Ja, in den Wochen vor seinem Tod haben wir buchstäblich Händchen haltend geschlafen.“ Sie hält kurz inne. „Berührungen sind so wichtig. Warum wird das heute oft vergessen? Jede Mutter nimmt ihr Kind in den Arm, wenn es sich wehgetan hat. Doch Sterbende legen wir in ein Krankenhausbett, wo sie allein sind.“

Nein, keine Klinik. Tamara Dietl und ihr Mann fassten den Entschluss, dass er zu Hause sterben würde. Im Ehebett. Dort, wo sie ihre erste gemeinsame Nacht verbrachten, die renommierte Journalistin und der gefeierte, von Frauen umschwärmte Regiestar. Damals war Helmut Dietl noch

offiziell mit Schauspielerin Veronica Ferres liiert. Die Begegnung mit Tamara änderte alles. Sie heirateten, bekamen eine Tochter. Führten eine Ehe auf Augenhöhe. Respektierten einander, statt einander zu bevormunden.

Klar hat sie sich Sorgen gemacht, weil er rauchte wie ein Schlot. Klar hätte es manchmal ein bisschen weniger Rotwein sein können. Sie zuckt mit den Schultern. „Na und? Ich war seine Frau, nicht seine Mutter.“ Helmut Dietl hat es ihr gedankt. Öffentlich. Auf dem Höhepunkt seines Ruhms, als er schwer krank in Berlin die Goldene Lola, den Filmpreis für sein Lebenswerk, entgegennahm. Seit vierzehn Jahren habe ihm seine Frau nichts verboten, verkündete er, doch nun habe sie ihm doch noch etwas untersagt: sich öffentlich bei ihr zu bedanken.

Natürlich tat er es trotzdem. Dass er überhaupt auf der Bühne stehen könne, verdanke er der Pflege seiner Frau in den zurückliegenden harten Monaten. „Das war typisch für unsere Beziehung“, erinnert sich Tamara Dietl. „Respekt, Vertrauen, Humor – das hat uns auch geholfen, die Phase des Sterbens durchzustehen.“ Einmal, während eines gemeinsamen Spazier-

gangs, machte Helmut Dietl ihr eine zärtliche Liebeserklärung, die sie ebenso zärtlich erwiderte. Sein lapidarer Kommentar: „Und was machen wir jetzt mit meinem Krebs?“

Es sind solche Momente, die Tamara Dietls Buch zu einer berührenden Chronik des Liebens und des Sterbens werden lassen – und zu einem grandiosen Dokument der Lebenskunst. Hinreißend erzählt, klug analysierend, mit einem untrüglichen Gespür für die feinsten Sprachfacetten, gelingt ihr, was äußerst selten vorkommt: ein Buch, das man zweimal lesen möchte. Denn nachdem man die Geschichte kennt, will man ihren Reflexionen zur „Lebensmeisterschaft“ noch einmal in Ruhe nachgehen.

Lebensmeisterschaft, so nennt Tamara Dietl, was andere vielleicht mit Selbstmanagement oder Krisenkompetenz betiteln würden. Welche Bewältigungsstrategien gibt es? Woher nimmt man die nö-

Ein Buch gegen die Angst vor Krisen. Ein Buch für die Liebe, von Tamara Dietl



Witwe Tamara Dietl bei der Beisetzung ihres Mannes am 11. April in München

FOTOS: P. A. GETTY IMAGES, PROMO

tige Energie? Was schützt vor Entmutigung und Selbstaufgabe? Es könnte keine besseren Antworten auf diese Fragen geben als dieses Buch. Hier werden keine wohlfeilen Ratgebersprüche ausgebreitet. Hier lernt man Überlebentechniken angesichts einer echten existenziellen Bedrohung kennen.

Woher Tamara Dietl das alles weiß? Seit einigen Jahren arbeitet sie als Sinn- und Wertecoach. Ihr großes Vorbild ist Viktor Frankl, Psychologe, KZ-Überlebender, Autor des Buchs: „...trotzdem Ja zum Leben sagen“. Was sie daran fasziniert: Frankl sehe den Menschen nicht als Opfer seiner Psyche, seiner Erziehung, seines Schicksals. Dieser Haltung hat sie sich angeschlossen. Raus aus der Opferrolle!

„Man soll nichts vom Leben erwarten“, erklärt sie, „sondern reflektiert mit dem umgehen, was es anbietet.“ Und das erleichtert sogar den Umgang mit dem Tod? „Man braucht Demut. Darin steckt das Wort Mut. Was so viel bedeutet, wie: Stelle dich der Situation, akzeptiere die Dinge, wie sie sind.“ Aber was ist mit der Angst vor dem Tod? „Der Tod erinnert uns daran,

dass wir zerbrechlich sind. Wir fürchten Ereignisse, die wir nicht kontrollieren können. Genau das gehört jedoch zum Leben dazu.“

Auch sie hat Momente erlebt, in denen der Kontrollverlust sie fast umgeworfen hätte. Unbemerkt driftete sie in eine Erschöpfungskrise, von der sie sich nur langsam erholte. Lange hatte sie gehofft, die Krebserkrankung ihres Mannes sei heilbar. Schließlich musste sie sich mit dem Tod abfinden. Der Gestaltungsspielraum, der ihr blieb, war die empathische Begleitung des Sterbeprozesses. „Was hätte es genutzt, wenn ich gejamert hätte? Mein Mann ertrug keinen weinenden Besuch, er empfing niemanden, der demonstrativ trauerte. Er wollte Nähe, keine larmoyanten Gefühlsausbrüche. Das habe ich respektiert.“

Dann kam jener Tag. „Mein Mann schaute mich auf eine besondere Weise an, und ich verstand seinen Blick, seine Geste.“ Sie legte sich zu ihm ins Ehebett. „Ich hatte keine Angst davor. Ich fühlte mich stark, ich konnte ihn halten. Er starb in meinen Armen.“