

ABENDZEITUNG FREITAG, 21. 11. 2014 / NR. 121/47  
TELEFON 089.23 77-3100  
E-MAIL LEUTE@AZ-MUENCHEN.DE



Voller Kraft und Wärme: Tamara Dietl (mit Hund Coco) strahlt stets Zuversicht aus. Mann und Tochter lieben ihre Stärke. Fs: API/Michael Tinnefeld (2), dpa



Großes Glück: Helmut und Tamara Diet haben eine elfjährige Tochter.

# „Ängstlich war ich nie“

Sie ist die starke Frau im Hintergrund: Im großen AZ-Gespräch erzählt Tamara Dietl, wie sie mit der Krebserkrankung ihres Mannes, Kult-Regisseur Helmut Dietl, umgeht

Rote Teppiche, Smalltalk, Blitzlichtgewitter – alles nicht ihr Ding. „Ich bin keine Schauspielerin“, sagt Tamara Dietl (50). Das ist auch gut so. Denn an ihr ist alles authentisch, nichts affektiert. Als sie kürzlich in München unterwegs war, traf sie auf der Straße eine Bekannte. „Du siehst ja gut aus“, sagte sie zu Tamara. Es klang vorwurfsvoll. Doch Tamara antwortete: „Wie soll ich denn bitte ausschauen? Soll ich nur heulen?“ Da war die Bekannte sprachlos. Seitdem ihr Mann, Kult-Regisseur Helmut Dietl (70, „Kir Royal“, „Monaco Franze“, „Rossini“), seine Krebserkrankung öffentlich gemacht hat, passiert so etwas immer mal wieder.

Tamara Dietl sitzt in ihrem Büro in der Schwabinger Wohnung und erzählt diese Anekdote. Neben ihr liegt Labrador Coco, auf dem Tisch stehen frische Croissants und Tee.

Sie arbeitet als Sinn- und Werte-Coach für Führungskräfte, Krisen sind ihr Job, ihre Stärke. Das erklärt ein bisschen, warum sie so eine starke Frau ist. Den Rest erzählt sie im großen AZ-Gespräch.

**AZ: Frau Dietl, wie wird man zur „besten Ehefrau von allen“?**

TAMARA DIETL: Das weiß ich nicht.

**Wie fühlen Sie sich, als Ihr Mann Sie beim Bambi vor seinem Millionen-Publikum so betitelte?**

Dass er nicht permanent mit mir unglücklich ist, kriege ich im Alltag schon mit. Wir führen

eine gute Ehe. Diese Ehe ist für mich mein Alltag. Wenn das für meinen Mann etwas ist, was er so vorher in der Form nicht erlebt hat, ist das eher seine Wahrnehmung. Für mich ist das normal – klingt blöd, ist aber so.

**Sie strengen sich nicht an, eine besonders gute Ehefrau zu sein?**

Nein. Natürlich gibt es hin und wieder kleine Liebesbekundungen bei uns, aber das ist mehr der Ausdruck eines Gefühls. Das sorgt nicht dafür, dass man eine gute Ehe führt. Natürlich freue ich mich, wenn mir mein Mann mal Blumen schenkt, sich mit unserer Tochter was zum Muttertag einfallen lässt. Aber es ist nicht der Garant dafür, dass es toll läuft. Das wäre ein Missverständnis. Ich glaube, es kommen zwei Sachen zusammen.

**Welche sind das?**

Erstens: Liebe. Nicht Verliebtsein, das ist am Anfang. Dieses „Wir lieben uns wie am ersten Tag“ – daran glaube ich nicht. Beziehung ist ein Prozess.

**Und zweitens?**

Was wir früh richtig gemacht haben, ist, dass wir die Erfahrungen, die wir davor in anderen Beziehungen sammelten, berücksichtigten, daraus lernten. Wir haben versucht, es besser zu machen. Das klingt nicht romantisch, aber darin waren wir erfolgreich. Das ist sehr hilfreich. Mir ist auch aufgefallen, dass wir nie über Rollen gesprochen haben, sondern über Aufgaben.

**Wie meinen Sie das?**

Ich koche sehr gerne, deshalb



KIMBERLYS KLATSCH  
leute@az-muenchen.de

bin ich diejenige, die kocht, nicht, weil ich die Frau bin. Mein Mann arbeitet dafür gern im Garten. Über so etwas haben wir gleich sehr sachlich, liebevoll und kooperativ gesprochen, wer für was zuständig ist. Wir haben uns keiner Illusion hingegeben. Klar, wir waren sehr verliebt, 1000 Schmetterlinge im Bauch. Interessanterweise hat bei uns der Verliebtheits-Zustand länger angehalten, als ich das kannte. Aber wir wussten, dass ein Zeitpunkt kommt, wo das vorbei ist und man plötzlich einen gemeinsamen Lebensalltag zu bewältigen hat. Immer mit dem Bewusstsein: Man muss etwas dafür tun. Es reicht nicht, sich auf Gefühle zu verlassen.

**Ist Helmut der beste Ehemann?**

Ja, das kann ich problemlos sagen, weil er mein einziger ist. Für mich ist es sicherlich die beste Beziehung, weil wir sehr reif und erwachsen miteinander umgehen.



Tamara Dietl im Gespräch mit LEUTE-Kolumnistin Kimberly Hoppe.

**Sie haben nie versucht, ihn zu ändern?**

Nein, das finde ich albern. Ich bin seine Frau, nicht seine Mutter. Er ist nicht dumm. Warum soll ich ihm klarmachen, dass er mal Sport machen soll? Er weiß, was gesund und was ungesund ist. Unserer Tochter Serafina kann ich das noch sagen. Sie ist elf, hat den Dreh mittlerweile schon raus und sagt: „Mama, ich will ein Stück Schokolade, aber ich esse vorher eine Karotte.“ Das Problem ist, dass sich Menschen oft kindlich verhalten – oder wie Eltern. Aber nicht sehr erwachsen. Das machen mein Mann und ich anders. Wir lassen den anderen so, wie er ist. Allerdings habe ich meine Grenzen.

**Zum Beispiel?**

Wenn er seine cholerischen Anfälle kriegt, sage ich meinem Mann, er soll sich vor den Spiegel stellen. Wenn er sich wieder beruhigt hat, kann er gerne zurückkommen. Ich gehe nicht auf seinen Wutanfall ein.

**Waren Sie je ein ängstlicher Mensch?**

Ängstlich war ich nie. Aber natürlich habe ich Ängste. Angst ist die Grund-Emotion der Menschen. Die entscheidende Frage ist: Wie gehe ich mit meinen Ängsten um? Ich kann sie zulassen, ohne, dass sie mich

überwältigen. Ich nehme sie als Angst an. Ich unterdrücke sie nicht, verstärke sie auch nicht. Das klingt so schön einfach... und ist harte Arbeit. Aber für das Leben gibt es keinen Garantieschein und es ist nicht die Generalprobe. Es ist die Premiere, mehr Vorstellungen gibt es nicht. Mir hätte auch mit einem Mann, der nicht 20 Jahre älter und Kettenraucher ist, etwas passieren können. Ich finde die Zeit, in der wir heute leben, ist gekennzeichnet durch das Streben nach dem „perfekten Leben“, nach dem „glücklichen Leben“. Ich glaube, dass das ein Missverständnis ist, eine Illusion. In Wahrheit ist die Unsicherheit der Normalzustand des Lebens.

**Um sich sicher zu fühlen, gehen viele zur Vorsorge. Sie auch?**

Ja, da bin ich sehr rational. Die Technik ist heute besser denn je entwickelt. Ich übertreibe es aber nicht. Ich lebe auch gern mal ungesund. Ich esse wahn-sinnig gern, was dazu führt, dass ich immer ein bisschen zu viel Gewicht habe. Aber dafür fühle ich mich sehr lebendig.

**Ging Ihr Mann je zur Vorsorge?**

Nein. Und dann wurde da plötzlich was entdeckt.

**Im vergangenen Herbst, ein Tumor in der Lunge, Heilungschance bei 10 Prozent. Ihre erste Reaktion?**

Ich war erschüttert. Und im selben Moment wusste ich, dass ich mit diesem Gefühl werde umgehen können. Ich bin da natürlich nicht prototypisch. Ich habe eine Krisen-Coaching-Ausbildung hinter mir und konnte dieses Wissen jetzt gewissermaßen in eigener Sache anwenden. Also ich weiß, jetzt kommt die Schock-Phase, dann die Nicht-Verste-

hen-Phase. Wenn man das vorher weiß, wird man nicht so schlimm überwältigt, es bringt einen nicht so aus der Bahn. Es war ja auch nicht so, dass wir in die Klinik kamen und drei Sekunden später hieß es: „Ihr Mann hat Krebs.“ Das hat etwas gedauert, ich konnte mich darauf vorbereiten. Das war hilfreich. Sich mit der Situation auseinanderzusetzen.

**Wie haben Sie das gemacht?**

Hinzu kommt, dass ich bereits eine Erfahrung mit dieser Krankheit gemacht habe. Vor über 15 Jahren ist eine sehr gute Freundin an Krebs gestorben. Die hatte ich zwei Jahre lang intensiv begleitet. Ich habe mich nie davor geschaut, das Leben in seiner ganzen Bandbreite an mich heranzulassen. Vor 25 Jahren habe ich einen Dokumentarfilm über das erste Hospiz in Deutschland gemacht. Damals wusste kaum jemand, was das überhaupt ist. Diese Erfahrungen, die ich nicht nur gemacht, sondern vor allem auch reflektiert habe, die helfen mir jetzt.

**In welcher Phase sind Sie jetzt?**

Es ist keine Phase mehr. Es ist über ein Jahr her. Wenn Sie so wollen, ist diese Phase am besten mit einem Zitat von Picasso zu beschreiben: Wir müssen lernen, uns geborgen zu fühlen im Ungewissen. Es klingt ein bisschen paradox, aber ich entwickle in der Unsicherheit immer mehr eine Sicherheit. Ich verbessere mich im Umgang damit. Bekomme mehr Selbstvertrauen. Ich will nicht passiv sein, kein Opfer.

Morgen lesen Sie: Tamara Dietl über die harte Zeit mit der Chemotherapie und Momente, in denen sie und ihr Mann den Krebs vergessen

ABENDZEITUNG SAMSTAG, 22. 11. 2014 / NR. 122/47

TELEFON 089.23 77-3100

E-MAIL LEUTE@AZ-MUENCHEN.DE

# „Es gab Momente großer Erschöpfung“



„Andere Leute sammeln Kunst, ich hänge mir Bücher an die Wände“: Nach ihrem Mann Helmut und ihrer elfjährigen Tochter Serafina sind Bücher die große Leidenschaft von Tamara Dietl.

Fotos: Michael Tinnfeld/API, dpa

Im zweiten Teil des großen AZ-Gesprächs erzählt Tamara Dietl (50), Ehefrau des Star-Regisseurs Helmut Dietl (70), wie „scheißhart“ die Chemo war und wie sich ihre Liebe mit der Zeit verändert hat

**AZ: Frau Dietl, reden Sie darüber, was ist, wenn es Ihrem Mann schlechter geht?**

TAMARA DIETL: Nein. Es gibt so viele Möglichkeiten, was passieren könnte. Da brauch ich gar nicht anfangen, mir zu überlegen: Was wäre wenn? Es ist mittlerweile mein Lieblingssatz: Das Leben im Konjunktiv bringt nichts. Es kommt eh anders, als ich es erwarte. Ich hatte mir auch meinen 50. Geburtstag im Februar ganz anders vorgestellt.

**Was war da los?**

Ursprünglich wollte ich ein Riesenfest. Nach der Diagnose stand ich aber vor der Entscheidung: Jammern ist rum, weil ich einen kranken Mann habe, und die große Party nicht stattfinden kann – weil er kurz danach mit der Therapie anfangen musste. Dann wurde meine Mutter auch noch sehr krank, und ist zwei Monate nach meinem 50. gestorben. In dieser Situation, so kurz vorm 50. überlegte ich, was mache ich jetzt? Wen will ich um mich haben? Am Schluss habe ich mit den Menschen gefeiert, die mir wirklich wichtig sind. Es wurde einer meiner schönsten Geburtstage, den ich sehr genossen habe.

**Genießen Sie den Moment jetzt überhaupt mehr?**

Ja! Es gibt viele ganz schöne und auch romantische Momente zwischen meinem Mann und mir, wo wir den Krebs vergessen. Mein Mann hat ja diesen tollen Humor, das ist eine große Hilfe. Die melancholischen Momente sind sehr selten. Überwiegen tut das gelebte Leben, dass wir Zeit sinnvoll und schön miteinander verbringen.

**Streiten Sie sich weniger?**

Wir streiten ja eh nicht viel.

**Wie geht das?**

Bei meinem Mann fliegen mal die Fetzen, das ist sein Temperament, aber die Fetzen fliegen nicht zwischen uns.

**In dem „Zeit“-Interview, in dem Ihr Mann seine Lungenkrebskrankung öffentlich machte, sagte er, er würde keine Chemotherapie machen. Jetzt hat er doch eine gemacht. Haben Sie Ihre Meinung mit ihm zusammen geändert?**

Meine Erfahrung ist: Der Patient hat subjektiv immer Recht. Es war klar: Egal, wie sich mein Mann entscheidet, ich respektiere das und unterstütze ihn. Wir tragen und ertragen den Krebs gemeinsam. Nach dem Interview kamen viele Leute auf uns zu mit Tipps. Immer wieder wurde der Lungenspezialist Prof. Huber erwähnt. Da entschieden



KIMBERLYS KLATSCH

leute@az-muenchen.de

wir, uns von ihm beraten zu lassen. Er hat mit Prof. Belka vom Klinikum Großhadern ein zwei-stündiges Gespräch mit uns geführt. Da wurde uns sehr nüchtern und sachlich erklärt, wie die Lage ist. Wie hoch die Chancen sind. Nicht, dass der Krebs geheilt wird, sondern, dass das Leben verlängert werden kann. Das hat uns überzeugt. Jetzt geht es meinem Mann gut. Er ist nicht gesund, aber er ist da. Wir können ein gemeinsames Leben führen.

**Wie war die Therapie?**

Das war, ich muss es so sagen, eine scheißharte Zeit. Über 30 Bestrahlungen in acht Wochen. Parallel dazu verschiedene Chemotherapien. Es gab eine Zeit, wo Helmut nichts essen konnte, künstlich ernährt werden musste, weil die Speiseröhre mitbestrahlt wurde. Er konnte nicht mehr schlucken. Ich habe das getan, was ich tun konnte: Ich war für ihn da und habe mich intensiv um ihn gekümmert.

**Hatten Sie je das Gefühl: Ich kann nicht mehr?**

Nein. Ich habe mir und meinem Mann stets gesagt: Da müssen wir durch. Das hat viel mit Disziplin zu tun. Aber es gab Momente großer Erschöpfung.

**Was hilft Ihnen?**

Ich gehe dann gerne spazieren und früh ins Bett. Ich lasse Sachen weg, die ich früher gemacht habe: lange ausgehen, viel Alkohol trinken – gut, Rauchen tu ich ewig nicht mehr.

**Wann haben Sie aufgehört?**

Am 8.8.08. Helmut hatte Ende 2007 einen Schlaganfall. Am 8. August waren wir bei einem Neurologen zur Nachuntersuchung. Der hat geschaut, ob alles ok ist. Er sagte immer wieder: „Frau Dietl, schauen Sie mal diese Adern, toll! Wenn man das so sieht, kann man gar nicht glauben, dass Ihr Mann Kettenraucher war. Alles so

sauber.“ Seit dem Moment habe ich keine Zigarette mehr angerührt. Mein Mann hatte direkt nach dem Schlaganfall aufgehört.

**Ihr Mann rechnete aus, dass er in 48 Jahren etwa 960 000 Zigaretten geraucht hat.**

Ja, und dann hat er es plötzlich gelassen. Das geht. Man muss es nur wollen.

**Wollen Sie und ihr Mann noch etwas Besonderes erleben?**

Wir sagten mal, eine Reise nach Paris wäre noch toll. Aber, nein, ich habe keine Wünsche mehr offen. Es hätte den Geschmack von „Das letzte Mal“. Mein Mann und ich haben nicht das Gefühl, dass wir was tun müssen, was wir noch nicht getan haben. Für uns ist es das Schönste, zusammen zu sein. Wir hätten schon letztes Jahr sagen können: Das ist das letzte Weihnachten, das letzte Silvester. Nein! Es war dieses Silvester und es war dieses Weihnachten, was wir feierten.

**Bernd Eichinger hat sie einander vorgestellt – vor 18 Jahren.**

**Wie war die erste Begegnung zwischen Helmut und Ihnen? Interesse auf den ersten Blick.**

**Warum verliebten Sie sich?** Ich liebe seinen Humor, seine Intelligenz, die Mischung aus Klugheit und Sensibilität. Und – er ist ein richtiger Mann. Darf man das heute noch sagen?

**Unbedingt.**

Er war und ist ein männlicher Mann. Das finde ich als weibliche Frau sehr attraktiv. Ich kann mit den ganzkörperglattrasierten Männern von heute nicht viel anfangen, sorry. Ich sehe auch gern die Spuren des Lebens, mag den Drang nach Perfektion nicht.

**Schmerzt es besonders, wenn der männliche Mann schwach und hilflos ist?**

Nein, das ist ein Teil, der dazugehört. Da entsteht was anderes. Eine tiefe, tiefe Liebe. Und das Bedürfnis, für ihn da zu sein, sich um diesen Menschen zu kümmern. Das ist ein schönes Gefühl. Es ist in dem Sinne keine erotische Attraktion, sondern eine viel tiefere Attraktion. Liebe entsteht immer wieder neu.

## Geheim-Party mit den coolen Olsen-Twins

ANZEIGE

**CAFÉ**  
Café  
Münchner  
Freiheit

**Wir sind Frühstück!!**

Viele Variationen  
täglich von 6.30 bis 14.00 Uhr

Café Münchner Freiheit  
Münchner Freiheit 20 · 80802 München  
www.muenchner-freiheit.de



Bernd Eichinger (r.) stellte Helmut Dietl und Tamara einst einander vor.



MUNICH, GERMANY - NOVEMBER 20: Mary-Kate Olsen and her twin sister Ashley Olsen (R) and Marion Heinrich (C) during Mary-Kate Olsen and