



Tamara Dietl, 55, ist Autorin\* und Coach. Jeden Monat denkt sie in DONNA über die kleinen und großen Themen des Lebens nach

Es gibt wenige Themen, zu denen ich eine so klare Haltung habe. Und es hat im Rahmen dieser Kolumne bisher noch kein Thema gegeben, auf das ich mit so einer zutiefst persönlichen Geschichte antworten muss: Mein Mann war Kettenraucher, und ich habe ihn vor vier Jahren an Lungenkrebs verloren. In den 15 Jahren unserer Ehe habe ich ihm kein einziges Mal gesagt, dass er mit dem Rauchen aufhören soll. Und das aus gutem Grund. Nicht ich war verantwortlich für seine todbringende Nikotinsucht, sondern er selbst.

## Mein Mann hat Bluthochdruck und lehnt gesundes Essen oder Bewegung ab. Ich mache mir Sorgen

Als wir uns vor über 20 Jahren kennenlernten, war er 55 und ich 35 Jahre alt. Ich wollte damals eine Beziehung auf Augenhöhe. Wollte um keinen Preis die Spielchen, die Erwachsene so gerne spielen, obwohl sie zu alt dafür sind. Ich wollte in meiner Liebe zu meinem Mann erwachsen werden, was mir gelungen ist. Nicht zuletzt deshalb, weil ich mich im Laufe der Jahre verändert habe, aber ihn nicht ändern wollte. Ich habe ihn von Anfang an so genommen, wie er war. Ihm nichts verboten, weder das Rauchen, noch das Trinken und auch sonst nichts. Ich war schließlich seine Frau und nicht seine Mutter. Die Verantwortung für sein Tun ließ ich bei ihm. Ihn darauf hinzuweisen, dass das alles nicht förderlich für seine Gesundheit sein konnte, empfand ich als lächerlich. Er war ein erwachsener Mann, der das selber wusste.

Wenn er abends eine Flasche Rotwein trank, dazu mindestens 50 Zigaretten rauchte und am nächsten Morgen nie ins Fitnessstudio ging, dann ließ ich ihn. Ohne ihm Vorwürfe zu machen. Dieses „Mach es mir zuliebe“ war nicht mein Ding. Entweder er wollte aus Liebe zu sich, oder eben nicht.

Manchmal war es hart mitanzusehen, wie er Tag für Tag 100-mal zur Zigarette griff. Und ich musste mir auf die Zunge beißen, um ihn nicht zu maßregeln. Musste lernen, es auszuhalten, dass ein erwachsener Mensch das Recht

hat, Dinge zu tun, die nicht gut für ihn sind und vor allem, dass ich dafür nicht verantwortlich bin. Irgendwann kam der Moment, an dem ich mich hilflos fühlte, ihm bei seiner Selbsterstörung zuzusehen. Es war der Moment, an dem ich nach einer Lösung suchte, die uns weiterhin auf Augenhöhe und selbstverantwortlich miteinander leben ließ. Das war der Moment, in dem ich begriff, dass es einen Unterschied zwischen Verantwortung und Unterstützung gibt. Die Verantwortung für sein Handeln trug jeder selbst. Also handelte ich und bot ihm meine hundertprozentige Unterstützung an, wenn er sich dafür entscheiden würde, mit dem Rauchen aufzuhören. Es dauerte noch zwei lange Jahre, bis er mein Angebot annahm und seine letzte Zigarette rauchte.

Den Lungenkrebs hat er nicht mehr verhindern können. Und als er in einem großen Interview seine Krankheit öffentlich machte, übernahm er dafür die volle Verantwortung.

*\*In „Die Kraft liegt in mir“ (btb) schrieb sie unter anderem über den Tod ihres Mannes, den Regisseur Helmut Dietl*

FOTO: DAGMAR MORATH



Einer, der  
**HÖRZU**  
zu Hause hat

JOHANNES B. KERNER  
Exklusiv fotografiert  
für HÖRZU