

„Irgendwann schaffe ich es.“

Schauspieler **ASHTON KUTCHER** (43) über seine Pläne in den Weltraum zu reisen. Er hatte schon ein Ticket für den nächsten Flug des Unternehmens Virgin Galactic von dem Briten Richard Branson gekauft. Auf Drängen von Ehefrau Mila Kunis habe er den Flugschein aber zurückgegeben.



Menschen

Neue Presse Seite 32 Sonnabend, 24. Juli 2021

Happy Birthday!

Das College brach sie ab, um als Rechtsanwaltsgehilfin und Tänzerin zu arbeiten. Dann wurde die Tochter puerto-ricanischer Einwanderer ein Superstar. **Jennifer Lopez** wird 52.



MIRJANA CVJETKOVIC

☎ 05 11/12 12 22 90

✉ mensh@neuepresse.de



Heute vermittelt er Menschen das, womit er es selbst sehr oft nicht leicht hatte:

Matthias Herzog (44) schult in Sachen **Selbstvertrauen, Resilienz, Durchhaltevermögen.**

Mit der NP sprach der Motivations- und Mentaltrainer über Berufliches und gab auch viel Privates preis.

Mit Matthias Herzog zu **mentaler Stärke**



ENTSPANNTER TYP: Coach Matthias Herzog weiß auf viele Fragen in diversen Lebenslagen eine passende Antwort. Foto: Dröse

ÜBRIGENS

Unter Druck: Eilish hatte Zweifel an ihrem Talent



Trotz großer Erfolge mit ihrem ersten Album hatte die US-Sängerin **Billie Eilish** (19) nach eigenen Angaben lange starke Zweifel an ihrer Arbeit und ihrem Talent. „Ich

fühlte mich immer unter Druck und verängstigt und hatte das Gefühl, nicht genug richtig zu machen oder keine gute Arbeit zu leisten“, sagte sie dem Musikvideo-Dienst Vevo.

Ohne Strenge: Tarantino lässt Sohn früh seine Filme sehen

US-Regisseur **Quentin Tarantino** (58) würde seinem Sohn **Leo** (1) schon früh erlauben, seine Filme anzuschauen. „Das kommt drauf an, was ihn interessiert. Wenn wir nach mir urteilen: Ich habe schon früh viel Zeugs geschaut, wenn es rauskam.“ Vermutlich wäre er als kleiner Junge am meisten von „Kill Bill“ angezogen, irgendwann zwischen fünf, sechs oder sieben Jahren.



Der Hingucker



Die letzte Hürde wurde am Freitag genommen: „Yet-Check war top! Morgen geht's los“, schrieb Jessica von Bredow-Werndl (35) auf Instagram zu dem Bild von der tierärztlichen Verfassungsprüfung. Sie ist die Startreiterin der deutschen Mannschaft im Grand Prix, der für die Team- sowie die Einzelentscheidung qualifiziert. Bredow-Werndl wird ihre Stute Dalera satteln. Reitsportfans können vor dem Bildschirm mitfiebers: Der erste Teil der Dressurwettbewerbe bei den Olympischen Spielen in Tokio wird am Sonnabend ab 10 Uhr, ZDF und Eurosport, übertragen. Einschalten!

In Gedenken: Großbritannien erinnert an Winehouse

Zehn Jahre nach ihrem Tod haben am Freitag viele Briten der Sängerin **Amy Winehouse** (†27) gedacht. Die Musikerin mit der beeindruckenden Stimme und der Bienenkorbfrisur starb am 23. Juli 2011 an einer Alkoholvergiftung. Im Londoner Stadtteil Camden, wo Winehouse bis zu ihrem Tod lebte, erinnert bereits seit 2014 eine lebensgroße Bronzestatue an die Jazz- und Soulsängerin.



VON MIRJANA CVJETKOVIC

Nein, den Weltrekord hat er nicht knacken können: Mitte Juni wollte **Matthias Herzog** (44) 22.000 Menschen online zusammenbringen, um mit „Europas größter Schulklasse“ einen Eintrag im „Guinness World Records“-Buch zu bekommen. Rund 10.000 Kinder und Jugendliche sowie Lehrer hatten sich dem Livestream zugeschart, ein großer Erfolg. Gereicht hat's aber nicht.

Der 44-Jährige wäre aber seinen Grundsätzen nicht treu, wenn er sich davon beirren ließe – schließlich ist er ja Motivationstrainer. Ergo: „Am 25. Januar 2022 starten wir einfach einen neuen Versuch.“ Dann will er mit weiteren Referenten das weitergeben, was er am besten kann: Selbstvertrauen vermitteln, Resilienz stärken, damit schwierige Lebenssituationen gemeistert werden können.

Herzog selbst hat sich das Zeug dazu nicht nur angesehen, seine persönlichen Erfahrungen nehmen eine Menge Raum ein. Im Gespräch mit der NP im „Julian's“ mit Blick auf den Maschsee erzählt der Mann

aus Garbsen, wie ihn Kindheit, Jugendalter und auch das bisherige Erwachsenenleben prägten. In der Familie war er das Nesthäkchen, seine drei Brüder und eine Schwester sind älter. Kummer ersparte ihm das nicht: „Im Schwimmbad haben sie den kleinen, dicken Matze den Berg runterlaufen lassen und gelacht, weil's so schön geschwabbelt hat.“ Diese „Lieblingsbeschäftigung“ seiner Geschwister hatte Auswirkungen auf sein Selbstvertrauen.

Hinzu kam, dass er sich in der Dunkelheit fürchtete,

sich nicht sonderlich attraktiv fand, „bis heute fällt es mir noch schwer, Fotos von mir machen zu lassen“, gesteht Herzog. Auch als erwachsener Mann hatte er mit Unsicherheiten zu kämpfen. An eine Situation erinnert sich der Coach noch genau. „2008 hatte ich mich bei ‚Schlag den Raab‘ beworben, wurde zum Casting eingeladen.“ Körperlich war er topfit, schon mal gute Voraussetzungen, um sich in der Show von Stefan Raab (54) behaupten zu können.

Um schließlich dabei sein zu können, musste er ein



MIT ELAN: Matthias Herzog ist 2013 mit dem Rad für den guten Zweck quer durch Deutschland gefahren. Er legte an 23 Tagen 4000 Kilometer zurück, stoppte in 75 Städten, sammelte 33.000 Euro ein.

Interview vor der Kamera geben – „und ich habe einfach kein Wort herausgebracht“, erzählt er über den schlimmsten Blackout seines Lebens. Die Konsequenz: „Ich war raus.“ Ein Tiefschlag, denn er hatte sich die ganze Nacht zuvor überlegt, was er in dem Gespräch wohl sagen würde. Der Perfektionismus, der ihm von Kindesbeinen an eingetrichtert wurde, brachte ihm rein gar nichts. Das weiß er selbst. Und er erwischt sich heute teilweise selbst, wie er in die Muster verfällt, sie ab und an sogar weiterträgt. „Wenn meine Tochter ihre Hausaufgaben nicht ganz ordentlich macht, bitte ich sie, sie wegzuradiieren und sauber neu hinzuschreiben“, sagt er über den Umgang mit der Zweitklässlerin.

Anekdoten wie diese sprudeln aus dem Mittvierziger nur so heraus. Und genau die haben ihn in seinem Beruf geprägt. Dem kann er wegen Corona derzeit aber nur eingeschränkt nachgehen. Wie viele andere auch, hat er umdenken müssen, um arbeiten zu können. „Aufgeben ist in meinem Wortschatz nicht vorhanden“, sagt er und lacht, obwohl ihm

NP VISITENKARTE

Matthias Herzog

*22. November 1976 in Bad Segeberg. Er ist das jüngste von fünf Kindern und wächst in der Gemeinde Tarp in Schleswig-Holstein auf. 1996 macht er Abitur am Gymnasium in Flensburg. Er studiert von 1997 bis 2002 Wirtschaftswissenschaften in Flensburg und an der University of California, Berkeley, anschließend hängt er ein Studium der Sportwissenschaften in Kiel dran. Sport ist seine Leidenschaft: Er macht beim Ironman mit, nimmt an der Fulda Challenge, dem härtesten Extremsportzehnkampf am Polarkreis bei bis zu Minus 30 Grad, teil. 2006 wird er Businesscoach. Zu seinen sportlichen Kunden gehören Vereine wie der TSV Havelse, Hannover 96, die Recken. Herzog ist mit Kristina (41) verheiratet, das Paar hat drei Mädchen und lebt in Garbsen. www.matthiasherzog.com

die Pandemie bis zu 90 Prozent Umsatzeinbußen beschert hat. Herzog schwenkte auf digitale Vorträge um, coachte Sportler und Vereine, große wie kleine Unternehmen sowie Schulen und Universitäten am Bildschirm. Er hofft, „dass es langsam wieder richtig losgeht“.

Solange schärft der Experte seine eigenen Potenziale, fürs Berufliche – aber auch Private. Stets herausfordernd ist nicht nur die Beziehung zu den drei Kindern (8, 4, 2), sondern auch die Liebe zu seiner Frau Kristina (41). Seit 23 Jahren sind die beiden ein Paar, sie ist seine erste Freundin und große Liebe. Vor Jahren stand die Beziehung auf der Kippe. Er hatte viel zu tun,

war dabei, sein erstes Buch zu schreiben. Für Urlaub war „keine Zeit“, also fuhr sie allein in Begleitung eines Kommilitonen.

Weitere Gedanken darüber machte sich Matthias Herzog nicht. Bis die heute 41-Jährige aus dem Skiurlaub zurückkehrte. „Er hat sich in mich verliebt“, klärte sie ihren Lebensgefährten über die Gefühle der Reisebegleitung auf. Und fügte hinzu: „Ich weiß nicht, ob das auch auf Gegenseitigkeit beruht.“ Das saß! „Da habe ich gemerkt: Ich will sie so, wie sie ist. Weil sie die beste Person ist, wenn sie ist, wie sie ist.“ Ein Antrag folgte (er legte ihr im Schnee ein Herz aus Rosen aus), gestern feierten sie zehnten Hochzeitstag – Glückwunsch!

Für gehörlosen Piwko ist Liebe „barrierefrei“

Für den gehörlosen „Let's Dance“-Finalisten und Schauspieler **Benjamin Piwko** (41) macht die Liebe nicht vor körperlichen Unterschieden oder Einschränkungen Halt. „Liebe ist für mich barrierefrei“, sagte Piwko anlässlich der Eröffnung eines neuen Kompetenzzentrums für Gehörlose in Hamburg. Piwko selbst ist schon länger mit Schauspielerin **Felicitas Woll** (41/„Berlin, Berlin“) zusammen. Woll beherrsche mittlerweile die Gebärdensprache. Und seine Tochter sei hörend und

wachse wie viele Kinder zweisprachig auf. „Also sie gebärdet, sie spricht, wie sie gerade möchte. Ich finde, das ist ein großes Geschenk“, so Piwko dazu.

Der Kampfsportler und Schauspieler wünscht sich, dass die Welten von Gehörlosen und Hörenden noch viel intensiver miteinander verschmelzen – ob Schule, Beruf oder Freizeit. „Ich würde mir eine Schule wünschen, in der viele verschiedene Kinder zusammen sind und sich kennenlernen können. Hörende mit Gehörlosen zum Beispiel.“



FÜR MEHR MITEINANDER: Der gehörlose Schauspieler Benjamin Piwko setzt sich für Inklusion ein. Foto: Kaiser/dpa

Rapper West stellt neues Album „Donda“ vor

Gewohnt großspurig hat Rapper **Kanye West** (44) sein neues Album „Donda“ öffentlich vorgestellt. Er ließ die Tracks seines zehnten Studioalbums übereinstimmenden Medienberichten zufolge am Donnerstagabend in einer ausverkauften Veranstaltung in einem Stadion in Atlanta im US-Bundesstaat Georgia abspielen. West selbst war auch dabei: Im Internet kursierende Videos zeigten ihn wortlos auf dem Feld der Arena herumlaufen, manchmal ins Publikum zeigen oder auf die Knie gehen.

Trotz der laufenden Scheidung sei auch Noch-Ehefrau **Kim Kardashian** (40) mit den gemeinsamen Kindern anwesend gewesen. Ebenso war Superstar Jay-Z Medien zufolge in einem Song zu hören – dies überraschte einige angesichts der Entfremdung der Beiden in den vergangenen Jahren.

„Donda“, benannt nach Wests gestorbener Mutter, sollte eigentlich am Freitag offiziell erscheinen. Zunächst ließ das Album auf diversen Streamingportalen aber auf sich warten.



MELDET SICH ZURÜCK: US-Rapper Kanye West stellt sein zehntes Album in einem Stadion vor. Foto: Wyke/dpa