

# COACH

CARE  
LIFE  
TECH  
06.2019

Hemd und Hose  
**All At Sea**  
über *matches*  
*fashion.com*

FOTOS — TILL BRÖNNER — INTERVIEW — ULF PAPE

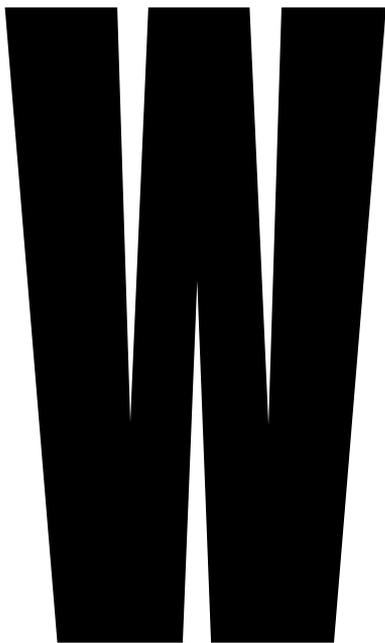
## GG CARE AWARD

Kein deutscher  
Schauspieler sieht  
derzeit so rasend  
gut aus wie er –  
unser „Best Look“-  
Gewinner 2019

# AUGUST WITTGENSTEIN

Sakko und Tanktop  
Dior Men





Wenn man seinen Instagram-Account *@august wittgenstein* anschaut, wird klar, dass in diesem Jahr nur er in der Kategorie „Best Look“ gewinnen konnte: ein gut aussehender Mann, zwischen James-Bond-mäßig cool vor einem Schloss oder James-Dean-mäßig rebellisch im Berliner Nachtleben unterwegs. Für das Shooting im Wellness-Bereich des Medical-Spa-Resorts Lanserhof am Tegernsee wechselte der 38-jährige Schauspieler August Wittgenstein nun in die Rolle des maximal gegroomten Gentlemans – eine, die er sichtlich perfekt beherrscht.

**Herr Wittgenstein, herzlichen Glückwunsch zum GQ Care Award in der Kategorie „Best Look“. Wie viel Arbeit investieren Sie in Ihr Aussehen?**

Gutes Aussehen ist ja immer relativ, aber sich ein wenig zu kümmern ist bei mir natürlich berufsbedingt. Ich habe die letzten zwei Jahre fast durchgängig gedreht. Jeder Maskenbildner kann bestätigen, dass das die Haut ganz schön beansprucht. Dann beginnt man unweigerlich, auf die Haut aufzupassen.

**In welchem Maß?**

Als während eines Drehs mal meine Haut verrückt spielte, wurde ich zu der Spezialistin Christiane Lingner vom Babor Institut in Berlin geschickt. Da habe ich gelernt, mich richtig um meine Haut zu kümmern. Die Luft ist unreiner geworden, und die meisten Männer kommen heutzutage nicht mehr damit aus, sich nur mit Wasser das Gesicht zu waschen. Dafür wäre meine Haut viel zu empfindlich.

**Und wie sieht Ihr athletisches Programm aus?**

Wenn ich meine Spielpartner aktivieren kann, ist Tennis immer die erste Wahl. Ich

gehe aber auch laufen, spiele viel Fußball. Wenn ich in Schweden bin, spiele ich Golf.

**Welche Sportart beherrschen Sie nicht?**

Ich muss noch lernen, wie man reitet, aber das kommt noch. Oh, mir fällt gerade ein, ich habe mal bei einem Casting behauptet, ich könnte reiten. Streichen Sie das lieber wieder. *(lacht)*

**Klassisches Hanteltraining machen Sie nicht?**

Doch, ich gehe viel ins Fitnessstudio.

**Wie intensiv?**

Letztes Jahr habe ich für eine schwedische Serie, „Hidden“, über einen langen Zeitraum fünf, sechs Tage die Woche trainiert, mit Personal Trainer, Powerlifting mit vielen Gewichten. Aber jetzt lasse ich es etwas ruhiger angehen. In Berlin bin ich etwa viermal die Woche im Fitnessstudio.

**Morgens oder abends?**

Morgens schaffe ich das einfach nicht. Das finde ich übermenschlich. Ich gehe abends.

**Superman-Darsteller Henry Cavill erzählte uns mal, er gehe morgens um vier Uhr trainieren.**

Dann muss man besessen sein. Das ist brutal. Da musst du wirklich alles aus deinem Sozialleben streichen. Ich glaube, Hugh Jackman ist für „Wolverine“ zweimal pro Nacht aufgestanden, um eine halbe Stunde zu trainieren.

**Als Wahl-Berliner leben Sie in einer Stadt, in der man eigentlich ganz gern mal ausgeht. Wie schaffen Sie es, da einen so intensiven Trainingsplan einzuhalten?**

Ich habe dreieinhalb Jahre in L.A. gelebt. Die Kalifornier haben das System perfektioniert, auf Ernährung und Fitness zu achten und abends ein ganz anderes Gesicht zu zeigen.

**Hält man das denn immer durch?**

Ich bin 38 Jahre alt und brauche nicht mehr ständig in Clubs zu gehen. Aber klar, wenn Freunde da sind, kann ich schwer Nein sagen. Die Balance muss man aber halten. Dreimal die Woche sich die Kante geben, aber trotzdem den Fitnessplan einhalten – das geht nicht.

**Bemerkenswert! Viele Berliner sind da etwas großzügiger mit sich selbst.**

Ich glaube, wenn zwei Tugenden mich begleiten, sind das Disziplin und Durchhalte-

vermögen. In den ersten Jahren der Schauspielerei lief es bei mir überhaupt nicht gut. Da muss man die Zähne zusammenbeißen. Das habe ich gelernt.

**Wie haben Sie es geschafft, damals nicht den Mut zu verlieren?**

Ich habe nebenbei immer in Start-ups gearbeitet, habe mir meine Miete verdient und war dadurch nicht komplett davon abhängig, wie es mit der Schauspielerei lief. Trotzdem nagt das an einem. Als Schauspieler oder Schauspielerin braucht man die Bestätigung. Wenn das lange ausbleibt, wird es schwierig. Ich war kurz davor zu sagen, okay, ich schaffe es nicht. Ich muss aufhören.

**Wie bleibt man auf dem Teppich, wenn der Erfolg dann plötzlich kommt?**

Ach, da hilft das Alter.

**Na ja, so alt sind Sie nun noch nicht.**

Wirklich, wenn man sehr früh sehr erfolgreich ist, hebt man leichter ab. Ich war schon 30, als der Erfolg kam, und da war ich auch schon etwas geerdeter.

**Was sind die wichtigsten Lektionen, die Sie in L.A. gelernt haben?**

Die Menschen dort gehen unglaublich gut aufeinander zu. Diese Offenheit habe ich gelernt. Das ist gut für das Networking. Für die Kunst sind die Workshops dort gut, inhaltlich *cutting edge*, sehr fortschrittlich.

**Konnten Sie dort einen Freundeskreis aufbauen?**

Ja, das hat aber gedauert. Ich kam ganz allein in die Stadt, und in L.A. sind die Wege weit. Man muss überall mit dem Auto hinfahren. Aber dann habe ich einen Kreis von amerikanischen Buddys und europäischen Freunden gehabt. Ich liebe L.A. Das war eine lustige und spannende Zeit.

**Und die Klischees? Was nervt an Hollywood?**

Die Einseitigkeit. Man führt keine Unterhaltung, in der es nicht um Filme geht, um Kunst und um die Medienlandschaft, ach ja, und Health und Fitness. Philosophische Fragen kommen da genauso selten vor wie globale Politik.

**Sie haben viel gesehen von der Welt. Aufs Internat sind Sie in Schweden gegangen.**

Ja, in Kristinehamn, da war ich drei Jahre. Meine Mutter ist Schwedin.

”

**Ich brauche nicht mehr ständig in Clubs zu gehen. Sich dreimal die Woche DIE KANTE GEBEN, aber trotzdem den Fitnessplan einhalten – das geht nicht**



Pullover  
Gucci  
Hose  
Ami  
beides über  
matchesfashion.com

### **Haben Sie eine schwedische Eigenschaft?**

Die Schweden haben einen tollen Humor, auch eine Affinität zu Sarkasmus. Das habe ich übernommen, und von meinem Großvater mütterlicherseits habe ich die Direktheit.

### **Sie sprechen so akzentfreies Schwedisch, dass Sie für das schwedische Fernsehen auf Schwedisch drehen.**

Ja, „Hidden“ war komplett auf Schwedisch, und in der Schule habe ich Theater gespielt.

### **Sie reisen sehr viel. Was ist Ihnen auf Reisen das Wichtigste?**

Inzwischen sind das Restaurants. Ich plane meine Trips rund um die Mahlzeiten. Und ich versuche, an jedem Reiseziel ein gewisses Bildungsprogramm mitzunehmen. Darauf bereite ich mich vor den Reisen vor. Italien und Schweden sind meine Favoriten.

### **Welche Medien konsumieren Sie regelmäßig?**

Den „Economist“, das ist eigentlich meine Bibel, lese ich seit Uni-Zeiten regelmäßig. Unterwegs ist mir die BBC am liebsten.

### **Was für eine Ausdrucksform könnten Sie für sich in Betracht ziehen, wenn es nicht die Schauspielerei wäre?**

Ich würde gern ein Buch schreiben, vielleicht ein Kinderbuch. Drehbücher habe ich

schon geschrieben, und irgendwann möchte ich auch Regie führen. Nicht im großen Stil, aber um die Erfahrung zu machen, aus dieser Perspektive zu arbeiten.

### **Wenn man wie Sie aus einem Adelsgeschlecht kommt, ist die Schauspielerei ein recht bürgerlicher Beruf. Wie haben Sie Ihre Eltern davon überzeugen können?**

Die Idee, Schauspieler zu werden, habe ich schon mit fünf Jahren geäußert. Da wäre es schwer gewesen, mich davon abzubringen.

### **Wie kommt ein fünfjähriger Wittgenstein auf so eine Idee?**

Ich habe James Bond im Fernsehen gesehen und habe meinen Eltern gesagt: „Ich will genauso werden wie der.“ Da haben die gesagt: „Der ist aber gar kein Geheimagent, sondern Schauspieler.“ Und ich: „Okay, ich werde Schauspieler.“ Dabei bin ich geblieben, auch wenn ich nicht wusste, wie das alles gehen würde. Meine Eltern haben meinen Wunsch ernst genommen und mich darin unterstützt. Mein Vater sagt immer, mein Werdegang sei für ihn wie gutes Entertainment.

### **Abgesehen von James Bond, was ist Ihre Traumrolle?**

Meine Traumrolle ist ein schwedischer Diplomat, Raoul Wallenberg, seine Biografie

lese ich gerade. Er hat in Ungarn Zehntausende Juden vor dem Holocaust gerettet – und das hat er völlig selbstlos getan. Ich wünsche mir, dass jemand ein gutes Drehbuch daraus macht.

### **Wie stellen Sie sich auf große Herausforderungen ein?**

Wenn ich über anderthalb Jahre die gleiche Serie drehe und am Ende wirklich nur noch Nachtdrehs und Stunts auf dem Plan stehen, merke ich, wie mein Geduldsfaden gegenüber meinen Mitmenschen dünn wird und ich nicht so höflich sein kann, wie ich es eigentlich für richtig halte. Ich versuche dann, einfach keinen Widerstand gegen die Schwierigkeiten zu entwickeln, sondern mich treiben zu lassen.

### **Sie schalten gut auf Durchzug?**

Sagen wir so, wenn es im Urlaub regnet, setzt man sich mit einer Flasche Wein unter die Markise, und irgendwann kommt die Sonne wieder raus.

### **Was ist größte Gewinn Ihrer Karriere?**

Der Einblick in einen selbst ist das eine. Shakespeare schrieb: „To thine own self be true.“ Aber ganz so egozentrisch, wie viele denken, ist der Beruf gar nicht. Das Größte, was mir der Beruf gibt, sind die Menschen, die ich kennenlernen darf. 



## AUGUST WITTGENSTEIN

### FACTS

---

**Geboren:**

Am 22. Januar 1981  
in Siegen als August-  
Frederik Prinz zu  
Sayn-Wittgenstein-  
Berleburg

**Ausbildung:**

Geschichtsstudium  
an der Georgetown  
University in Washing-  
ton, D.C., und  
Schauspielausbildung  
an der American  
Academy of Dramatic  
Arts in New York

**Karriere:**

„Illuminati“ (2009),  
„Ku'damm 56“ (2016),  
„The Crown“ (2017),  
„Ku'damm 59“ (2018),  
„Das Boot“ (2018)

---

Sakko und  
Rollkragenpullover  
**Prada**

**STYLING:** Clark Parkin;  
**GROOMING:** Alexander Hof-  
mann/Uschi Rabe; **DIGI-TECH:**  
Markus Dettweiler; **FOTO-**  
**ASSISTENZ:** Bruno Axhausen;  
**STYLING-ASSISTENZ:**  
Christin Roos; **PRODUKTION:**  
Frank Seidlitz, Verena Aichinger  
*Mit freundlicher Unterstützung  
des Lanserhofs am Tegernsee*