

A portrait of Lutz Herkenrath, a middle-aged man with a balding head, wearing black-rimmed glasses, a white collared shirt, and a dark grey textured suit jacket. He is smiling and has his arms crossed. The background is solid black.

Lutz Herkenrath:  
Vom Schauspieler  
zum Lebensberater

## Vom Schauspieler zum Lebensberater?

Lutz Herkenrath war Schauspieler und ist es noch. Doch das war ihm irgendwann nicht mehr genug: Heute ist er Coach und Trainer, schreibt Bücher und hält Vorträge. Seine Erfahrungen als Schauspieler würden ihm dabei helfen, Menschen zu verstehen und ihre Mimik und Gestik besser zu lesen.

Lutz Herkenrath leitet einen Supermarkt. Er ist unbeholfen und griesgrämig, ein richtig fieser Chef. Das allerdings nur in der Fernsehserie „Ritas Welt“. Danach sah man ihn im Fernsehen kaum noch. Herkenrath hat in seinem Beruf als Schauspieler etwas gefehlt – insbesondere im Fernsehbusiness. „Fernsehen ist sehr berechnend und vorhersehbar. Wenn ich einmal der böse Chef war, bin ich immer der böse Chef“, sagt Herkenrath. „Ritas Welt war high-end: Gute Drehbücher, gute Regie, enorme Einschaltquoten – geil.“ Er macht eine Pause. „Was sollte danach noch kommen?“ Es kamen Seminare und Vorträge. Herkenrath ist heute vor allem Coach, Redner und Zuhörer. Er redet über Emotionen, Durchsetzungsvermögen und Erfolg – im Leben und im Beruf. „Da können beide mitmachen: Mein Schau-

spieler-Ich und mein Trainer-Ich“, sagt Herkenrath.

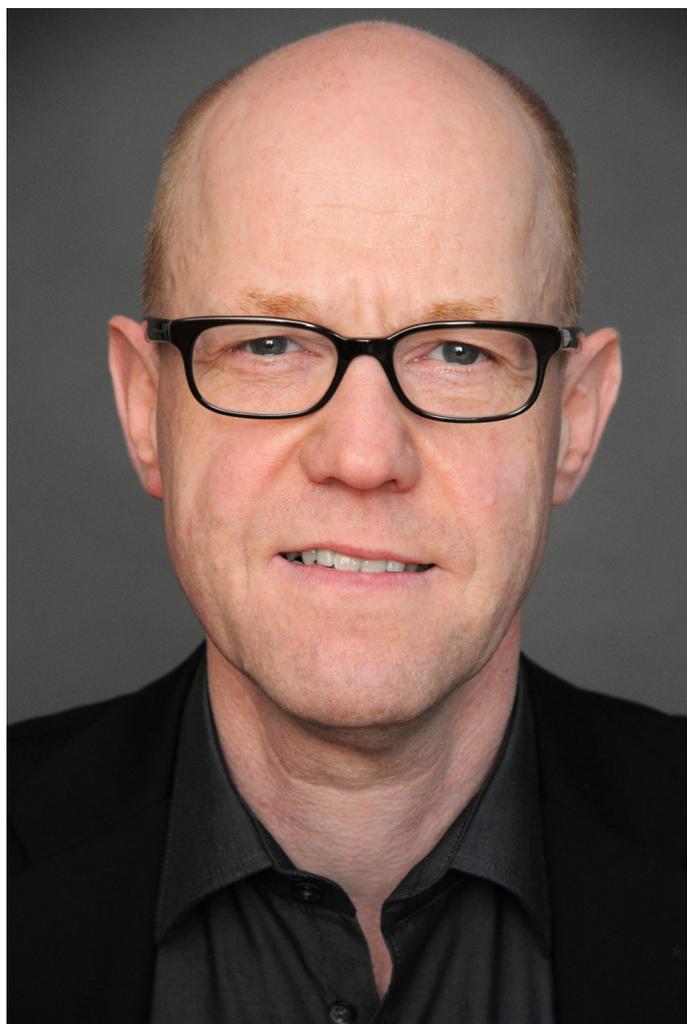
**Wenn man weiß, was man will, ist es gar nicht mehr so schwer.**

Seit er denken kann, wollte Herkenrath Schauspieler werden. Würde man seine damalige Schauspiellehrerin heute fragen, ob er gut war – Herkenrath bezweifelt, dass sie dies bejahen würde. „Doch ich wusste, was ich will. Und ich wollte es unbedingt. Das ist das Entscheidende.“ Anfangs habe er immer heiser gesprochen. „Ungefähr so“, sagt Herkenrath und verstellt seine Stimme zu einem rauen, kratzigen Flüstern. „Bei der ersten oder zweiten Rolle, kann das noch passen. Aber irgendwann würden sich die Leute fragen: Warum spricht der Herkenrath so komisch.“ Er habe ►

der Schauspielerei nicht den Rücken gekehrt: „Im Herzen bin ich noch immer Schauspieler und werde es wohl immer bleiben“, sagt Herkenrath. Doch irgendwann habe er sich ziemlich gelangweilt – etwas Neues musste her.

**„Manager zu bespaßen, brauche ich so dringend wie Kopfschmerzen.“**

Ein jetziger Kollege, Jens Weidner, war es, der Herkenraths Talent als Coach erkannte. „Er hat mich mitgeschnackt auf ein Seminar – ich wollte gar nicht. Manager zu bespaßen, brauche ich so dringend wie Kopfschmerzen.“ Wenn diese Businessstypen im Flugzeug sitzen, würden sie drei Dinge ausstrahlen:



Lutz Herkenrath Foto: Lutz Herkenrath

Guck mich nicht an, sprich mich nicht an, ich bin wichtig. Die brauche ich nicht in meinem Leben, dachte Herkenrath damals. Doch Jens Weidner erzählte ihm, dass diese Typen in Seminaren ganz anders seien. Und sie waren wirklich anders, merkte Herkenrath schnell: „Da wollen sie etwas von mir und sind auf einmal viel angenehmer. Ich ging aus dem ersten Seminar raus und dachte: Wie geil ist das denn, so arbeiten zu können.“ Dieses Gefühl kannte er bisher nicht. Es war etwas ganz anders als die Schauspielerei. Etwas Neues. Etwas Gutes. „Mit klopfendem Herzen habe ich dann die ersten Seminare geleitet“, erzählt Herkenrath.

**„Das Wort Hilfe bedeutet für mich, dass ein Großer dem Kleinen aufhilft – das ist überhaupt nicht der Fall bei meiner Arbeit.“**

Auf der Bühne und im persönlichen Gespräch will er Menschen berühren. Das war schon früher so und ist geblieben. Aber Herkenrath will mehr. Er will Menschen neue Wege zeigen, die sie glücklicher machen. Veränderung braucht Mut, weiß Herkenrath. Er selbst hat eine feste Stelle im Stadttheater nach sieben Jahren gekündigt – ohne etwas anderes zu haben. „Ich hatte eine gute Stellung, tolle Rollen und dann habe ich gesagt: Okay, das war es jetzt – das hat damals keiner verstanden.“ Doch Mut wird belohnt, wenn auch nicht immer sofort „Es gab Durststrecken. Manchmal waren es sogar ein paar Jahre, bis ►

das nächste Schiff kam, das mich mitgenommen hat“, sagt Herkenrath.

Veränderung braucht nicht nur Mut, sondern manchmal auch Unterstützung. Das Wort „helfen“ benutzt Herkenrath bewusst nicht: „Hilfe bedeutet für mich, dass ein Großer dem Kleinen aufhilft. Das ist überhaupt nicht der Fall bei meiner Arbeit. Doch wenn sich Menschen verändern wollen, dann kann ich hilfreich sein. Zum einen, weil ich Körpersprache lesen kann und zum anderen, weil ich als Schauspieler einen guten Instinkt entwickelt habe, herauszufinden, was die eigentliche Ursache bestimmten Verhaltens ist.“ Denn nicht immer sei die Begründung, die wir anderen liefern, der wahre Grund unseres Handelns. „Diesen Grund herauszufinden, ist aber entscheidend.“ Nur so könne man Handlungsoptionen entwickeln. In seinen Seminaren sitzen oft Menschen in Führungspositionen. Sie haben das Know-How für ihre Job, aber ihnen fehlt die Führungskompetenz oder Persönlichkeit. „Diese Menschen kommen zu mir und wir schauen, wie sie das erreichen können, was ihnen fehlt. Die Information spucke ich ihnen allerdings nicht aus – ich habe sie gar nicht.“ Doch er würde dabei helfen, Fragen zu stellen, die dabei helfen, Erklärungen für das eigene Verhalten zu finden. „Wenn ich den Kern eines Menschen fasse, seine Grundmotivation erkenne – und er sie vielleicht auch zum ersten Mal erkennt – dann können die Menschen sehr viel aufrechter und erfolgreicher durchs Leben gehen“, sagt Herkenrath.

Denn das Entscheidende sei es, seinem Herzen zu folgen. Herkenrath gibt zu, dass das etwas kitschig klingt. Doch er meint es ernst und ganz konkret: Wo bin ich richtig und wo bin ich falsch? „Diejenigen, die am richtigen Ort sind, kommen nicht zu mir. Denn sie brauchen nichts in der Hinsicht, bei denen ist alles chico“, sagt Herkenrath.

### Was lässt unser Herz singen?

Nicht jeder sollte seinen Job kündigen, nur, weil ihm etwas nicht passt – das sei nicht immer die Lösung. So würde unsere Gesellschaft und Wirtschaft auch nicht funktionieren. Aber man sollte sich die entscheidenden Fragen stellen: Was lässt unser Herz singen? Was sind meine Motivatoren? Und welchen Sinn verfolge ich? „Das ist oftmals nicht das Gleiche“, betont Herkenrath. „Viele Menschen glauben, Geld sei der Sinn ihrer Arbeit“, sagt Herkenrath. Doch die meisten würde der finanzielle Reichtum nicht erfüllen. „Ordentlich Kohle zu verdienen, kann für manche Menschen ein Motivator sein. Aber selten ist es der Sinn, der mich nährt und glücklich macht“, meint Herkenrath. Deshalb sei eine weitere, wichtige Frage: Würde ich das, was ich mache, auch tun, wenn ich dafür kein Geld bekäme? „Solche Fragen stellt sich kaum einer“, meint Herkenrath.

Er kennt viele Beispiele von Menschen, die immer gegen ihre innere Motivation angekämpft haben. „Dadurch wird man traurig und wenn man nicht traurig ►

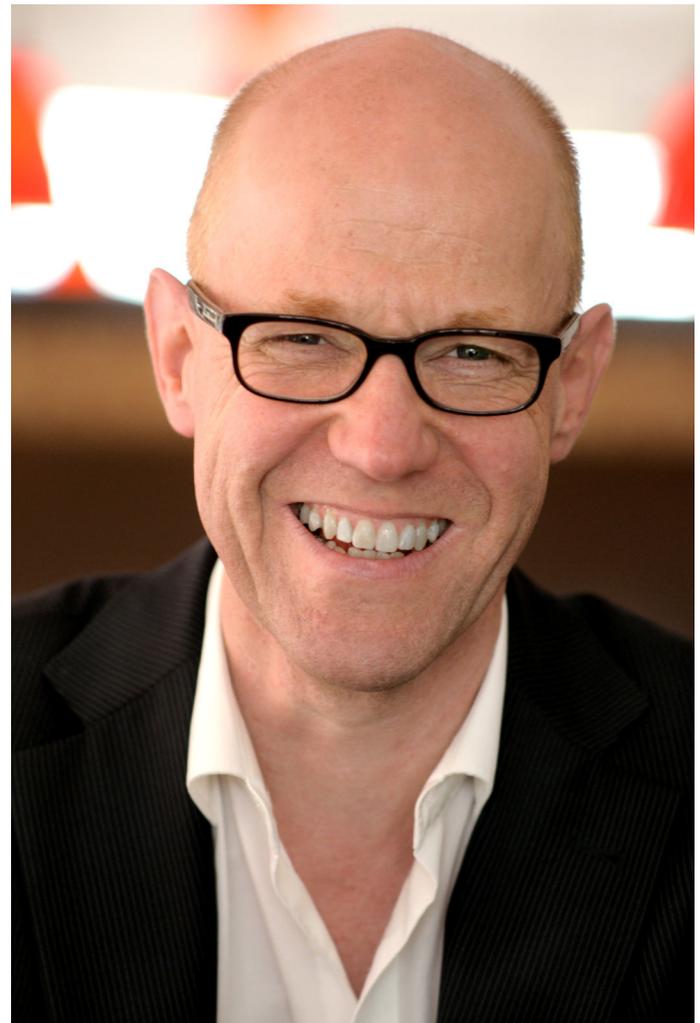
wird, wird man krank“, sagt Herkenrath. Das hat Herkenrath schon öfter erlebt. Da war beispielsweise ein Banker, der eines von Herkenraths Seminaren besuchte. Jahrelang jagte der Banker dem großen Geld hinter – bis er gemerkt hat, dass ihn das nicht glücklich macht. Eines Tages kam er zu der Erkenntnis: Er muss diesen Job und die Einstellung an den Nagel hängen, um das zu tun, was ihn glücklich macht. Das sei für ihn eine Erfolgsgeschichte, sagt Herkenrath.

**„Erfolg ist die Fähigkeit und die äußere Erlaubnis das tun zu dürfen, was mich ausmacht.“**

Doch was ist Erfolg? Erfolg sei etwas, das folgt, wenn man das tut, was man gerne macht. „Es ist die Fähigkeit und die äußere Erlaubnis das tun zu dürfen, was mich ausmacht“, sagt Herkenrath. „Ganz egal, ob ich Kellner bin oder Leiter eines Konzerns – Erfolg kann jeder sofort sehen.“ Auf dem Weg zum Erfolg muss man vor allem eines: Sich selbst kennenlernen. „Ich muss mich kennen, nicht die Arbeitsmarktsituation oder die Gesellschaft, sondern mich selbst“, sagt Herkenrath. Das sei eine der wichtigsten Aufgaben bei der Persönlichkeitsentwicklung. Und was ist, wenn das was ich kann nicht das ist, was ich will? „Dann ist die Aufgabe das zu lernen, was ich tun will“, sagt Herkenrath. Hier gilt natürlich: Je früher desto besser. „Denn wenn

man mit Mitte 40 merkt, man möchte am liebsten in den Weltraum, dann wäre das eventuell etwas spät.“ —

Text: Jana Sepehr



Lutz Herkenrath Foto: Lutz Herkenrath