

Lieber Albert, liebe Freundinnen und Freunde der Meditation,
liebe Anwesende,

heute sind wir zusammen gekommen, um den Einsatz und das großartige Engagement von Pfarrer Albert Hennegriff zu würdigen, der uns Suchenden hier in St. Albert über so viele Jahre eine spirituelle Heimat gegeben hat.

Albert wurde 1935 in Erlenbach bei Osterburken als eines von neun Kindern geboren. Er hatte das Glück – was damals nicht selbstverständlich war – die höhere Schule besuchen zu können, womit der Grundstein für seinen späteren Beruf als Pfarrer gelegt war. Seine Priesterweihe bekam er 1964 in Freiburg. Während seiner Kaplanszeit war Albert in Baden-Os, Konstanz und Pforzheim. In Hilsbach bei Sinsheim übernahm er seine erste Pfarrei. Im Jahre 1979 entschloss sich Albert die Pfarrei St. Albert in Heidelberg-Bergheim zu übernehmen, welche er bis zum Jahre 2004 leitete. Sein [40-jähriges Priesterjubiläum](#) feierte er ebenfalls im Jahre 2004.

Schon zu Studienzeiten vermisste Albert die spirituelle Tiefe, woraufhin er sich entschloss, mehrere Monate das Studium zu unterbrechen und stattdessen in Israel in einem Kibbuz zu leben.

Als Kaplan und später auch als Pfarrer galt er als Mann des Aufbruchs, wie er bei [seiner Verabschiedung in den Ruhestand](#) von einem evangelischen Kollegen betitelt wurde. So setzte er sich für die Ökumene ein und engagierte sich für die Mitarbeit von Laien, die Rechte von Frauen und für eine

Neuorientierung hinsichtlich des Zugangsweges zum Priesteramt. Nicht zuletzt unterzeichnete er das Memorandum „[Kirche 2011: Ein notwendiger Aufbruch](#)“, das von Theologieprofessorinnen und – Professoren initiiert worden war.

Auf seiner spirituellen Suche kam Albert 1974 zum ersten Mal mit Zen-Meditation in Berührung, als er einen Einführungskurs bei Pater Lutze in Neckarelz besuchte. Bei diesem Besuch erlebte Albert die erhoffte spirituelle Dimension jenseits der Ratio. Fragen nach dem „Wer bin ich“ und der Abgeschlossenheit des Geistes wurden nun zunehmend wichtiger in seinem Leben. Auf seinem weiteren Weg besuchte Albert Kurse im Kloster Beuron und bei Pater Lassalle in Dietfurt bis er schließlich mit Willigis Jäger seinen Lehrer fand. Im Jahre 1986 absolvierte er ein 4-monatiges Langzeit-Training im Haus St. Benedikt in Würzburg, in dem er sich fünf und mehr Stunden am Tag der Meditation widmete. Nach dieser intensiven Übungszeit entschloss sich Albert, in Heidelberg eine Meditationsgruppe zu gründen, damit auch dort die Möglichkeit geschaffen wurde, in einer Gruppe meditieren zu können. Ab diesem Zeitpunkt

hatten Suchende unterschiedlicher Richtungen wie Zen, Kontemplation oder Vipassana eine Anlaufstelle, in der sich drei Mal pro Woche die Möglichkeit zum Sitzen bot. Doch zuerst musste ein Meditationsraum eingerichtet werden. So wurde der Raum, der früher für Chorproben und als Vorzimmer für die Gemeindebücherei genutzt wurde, mit

neuen Fenstern ausgestattet, frisch gestrichen, die Decke abgehängt, mit Vorhängen ausgestattet, Kissen, Decken, Bänkchen und Matten angeschafft und auch optisch geschmackvoll eingerichtet, bis er letztlich das wurde was er heute ist: Ein Raum mit viel Atmosphäre und Ausstrahlung.

Wie wir alle wissen ist die äußere Gestaltung aber nur eine Seite der Medaille – das gilt für das Sitzen wie auch für einen Meditationsraum. Denn es muss ebenfalls das Innenleben gestaltet werden. In den Einführungskursen, aber auch in den monatlichen Samstags-Vorträgen, hat Albert seine langjährige Meditations-Erfahrung und den theoretischen Hintergrund, den er durch sein Theologie-Studium, aber auch durch fortwährendes Selbststudium erworben hatte, weitergegeben. Seine Vorträge reichten von Hinduismus über Buddhismus bis ins Christentum - von Zen-Texten hin zu Biographien von Mystikern. Diese Vielfalt öffnete einer Vielzahl von Menschen mit unterschiedlichsten Weltanschauungen die Tür und machte damit diese Gruppe einzigartig in Heidelberg. Zudem ist es Albert ein Anliegen, dass jeder und jedem die Möglichkeit geboten ist, mit zu sitzen; deshalb sind die Beiträge, die von den Teilnehmern zu entrichten sind entsprechend niedrig gewählt. Sein Engagement reicht aber noch weiter: Albert ist ausgebildeter Kontemplationslehrer des [Würzburger Forums der Kontemplation e.V.](#), welches aus der ehemaligen Würzburger Schule der Kontemplation hervorging. Dort hat er sich aktiv engagiert und arbeitet auch heute noch in der [Regionalgruppe Rhein-Neckar](#) mit. In den Treffen der

Regionalgruppe werden in Tages-Workshops Themen zur christlichen Mystik behandelt.

Albert brachte immer wieder neue Impulse in die Gruppe, welche aus seiner Neugier und Aufgeschlossenheit gegenüber Neuem resultierten. Als Beispiel seien hier die vielen Studienreisen erwähnt, die ihn quer durch Europa, aber auch in den Nahen Osten und den asiatischen Raum führten. Dabei interessierte er sich insbesondere für die verschiedenen spirituellen Wege und Gegebenheiten vor Ort. So hörte man ihn begeistert von den Stabkirchen in Norwegen erzählen oder lauschte aufmerksam seinen Ausführungen über seine China-Reise in einem Samstagsvortrag. Albert lebt also gemäß einem Leitsatz des Dalai Lama, der sinngemäß besagt „besuche jedes Jahr einen Ort an dem du noch nie gewesen bist“. Es ist insofern nicht verwunderlich, aber dennoch bemerkenswert, dass dies auch zu immer neuen Impulsen in der Gruppe führte. So gab es z.B. Workshops zu Massagen oder Hand auflegen, Übungen zum Tönen oder sonntägliche Gesprächskreise. Sein Hauptanliegen blieb aber die Meditation selbst und so haben sich die abendlichen Sitzzeiten, die drei Mal pro Woche angeboten werden seit Gründung der Gruppe nicht verändert. Nimmt man drei Termine pro Woche über den Zeitraum von 26 Jahren und rechnet die Sitzsamstage und Einführungskurse hinzu kommt man auf eine Stundenzahl von ca. 5500 Stunden¹.

¹ Nach der [10 000 Stunden-Regel](#) des US-Psychologen Anders Ericsson kann man mit 10 000 Stunden zur Weltspitze gehören

Albert bereicherte das Gruppenleben zudem durch seine Kontakte zu anderen Meditationslehrern und konnte zum Beispiel Reiner Manstetten zu einer Vortragsreihe über Meister Eckhardt an den Sitz-Samstagen gewinnen. Zudem gab es außerordentliche Sitztage mit Malter Faber oder der Rinzai-Nonne Sozui Zenni; auch gab es Vorträge von Willigis Jäger im Gemeindesaal von St. Albert.

Den Meditierenden kam auch zugute, dass in St. Albert eine Leihbibliothek eingerichtet wurde, welche sich über die Jahre zu einer stattlichen Literatur-Sammlung rund um das Thema Meditation entwickelte. Dort können Bücher kostenlos ausgeliehen werden.

Neben einer soliden Ausbildung der Meditationsgruppe ist Albert auch die spirituelle Begleitung wichtig. Er ist den Menschen ein Gefährte auf dem Weg. Dabei strahlt er Ruhe und Gelassenheit aus, überrascht aber auch immer wieder mit Spontanität und seinem Sinn für Humor. So wurde Albert einmal gefragt wie man denn hier mit dem Leid des Balkankrieges umgehen könne. Darauf war seine knappe Antwort: Bescheiden leben. Wer Albert kennt, weiß, dass es sich hierbei nicht um eine bloße Floskel handelt, sondern um gelebte Authentizität als Ausdruck seiner Jahrzehnte langen Meditations-Erfahrung.

Lieber Albert, Du hast uns seit beinahe drei Jahrzehnten eine spirituelle Heimat und damit die Möglichkeit gegeben, zu uns selbst zu finden. Dabei hast Du unvorstellbar viel Zeit und Engagement für Einführungskurse, Vorträge, Glocke schlage,

Literaturrecherche, Organisation, Weiterbildung und Begleitung aufgebracht, um nur einiges zu nennen; letztlich aber hast Du uns ein Stück von Dir gegeben. Und es ist nur schwer auszuloten, wie viel Gutes Du dadurch in die Welt gebracht hast. Wir alle möchten Dir herzlich dafür danke sagen. Danke für dieses Klein-Od und die wunderbare Möglichkeit, hier der Stimme des Dharma lauschen zu können.

Ich möchte nun alle einladen mit mir gemeinsam den zweiten Teil der Metta Bhavana, einer Meditation aus dem Theravada-Buddhismus, zu rezitieren. Dabei legen wir die linke Hand auf unser Herz und öffnen unsere rechte Hand zum Segensgruß in Richtung Albert:

Lieber Albert.

Mögest Du gesund sein und frei von Leiden.

Mögest Du frei sein von Hass, Gier und Verblendung.

Mögest Du angefüllt sein mit Ruhe, Gelassenheit und Frieden.

Mögest Du glücklich sein.

Herzlichen Dank, Albert. Vielen Dank für die Aufmerksamkeit.