

35 JAHRE MAKROBIOTIK IN BERLIN E.V. - 1987 bis heute

Chronologie von den Anfängen bis heute

(Diese Darstellung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.)

70er Jahre: „Ohsawa-Haus“ - Eine Gruppe von Leuten um Ingrid Heinen und Horst Rausch, die George Ohsawas Ideen studieren. Berliner Naturkostläden „Sattva“ an der Gneisenaustrasse und „Peacefood“ an der Koburger Strasse sind u.a. makrobiotisch orientiert. Auch in der „Urwohle“ und in der „Sesammühle“ erhält man entsprechende Produkte und Hinweise.

- 1981 1. Europäisches Makrobiotisches Sommerseminar in Innsbruck mit Aveline und Michio Kushi und vielen europäischen Lehrern mit ca. 700 Teilnehmern, darunter 7 Berliner).
- Dezember 1981 10-tägiger Makrobiotik-Kochkurs, organisiert von Hans Schmid, im Restaurant „Peacefood“ in der Koburger Strasse in Schöneberg. Kochlehrer ist Yojiro Tamagawa, der bei Lima Ohsawa in Tokyo lernte und in Innsbruck im Küchenteam war.
- 1982/83 Makrobiotik-Kochkurse im Restaurant „Lyssos“ an der Pfalzburger Strasse in Berlin-Wilmersdorf und in der Küche der Vollkorn-Bäckerei „Backhaus“ in der Nassauischen Straße mit Hans Schmid.
- 1983/84 Eröffnung des vegetarischen Vollwert – Restaurants „Lebensbaum“ in der Pfalzburger Straße in Wilmersdorf. Küchenchef ist Hans Schmid. Auf der Speisekarte finden sich Gerichte aus der an Michio und Aveline Kushi orientierten Küche.
- 1984-87 Steven Acuff, Makrobiotiklehrer aus Schweden, wo er zusammen mit Frau Karen Acuff das schwedische Makrobiotik-Zentrum „Björklyckan“ unterhält, unterrichtet im „Moveri“ in Charlottenburg, später im „Zeitlos“ und Seterap“ in Schöneberg **Fernöstliche Diagnose, Oki Yoga** und spricht über Makrobiotik und deren Antwort auf Zivilisationskrankheiten. Organisatorinnen sind Amras Doris Böttcher und Petra Bosse.
- 1986 Seit Frühjahr 86 gibt es den Naturkostladen „Sunrice“ von Hella Sonnek und Pierre Mallmann am Klausenerplatz in Charlottenburg. Der Ort wird wichtige Anlaufstelle für Makrobiotik-Interessierte.
- Regelmäßiger Treffpunkt wird auch das „Backhaus“ (Vollkorn-Bäckerei – Besitzer Hans Leib) in der Nassauischen Straße, wo am Samstag und am Sonntag Hans Schmid Kochkurse anbietet. Am Sonntag Abend wird von Hans Schmid und Freunden Abendessen serviert. Die Teilnehmerzahl steigt von Woche zu Woche bis zwischen den Brotregalen kein Platz mehr bleibt.

März 1987	Während eines Kochkurses im Nachbarschaftsheim Mittelhof in Zehlendorf, organisiert durch Angelika Dlouhy und Hans Schmid, entsteht unter den Teilnehmern die Idee zur Gründung eines Vereins für Makrobiotik.
April 1987	Vorbereitung der Vereinsgründung
10. Mai 1987	Zum Abschluss eines Seminars mit Steven Acuff findet die Vereinsgründung mit 17 Gründungsmitgliedern statt. Die erste Geschäftsstelle ist in der Schustehrusstraße 40 in Berlin – Charlottenburg.
Dezember 1987	1. Winterseminar während einer Woche im Pan Paradise in Berlin-Tiergarten mit Steven Acuff, Schweden, Bob Carr, München/Cleveland und Katriona Forrester, Schweiz. Teilnehmerzahl 40.
Frühjahr 1988	Wochenendseminare im Jugendgästehaus in der Kluckstrasse in Berlin-Tiergarten mit Dr. med Marc van Cauwenberge, Boston/USA (Autor des Buches „Die makrobiotische Hausapotheke“ und Dr. Ronald Kotzsch, USA, Historiker und Religionswissenschaftler (Autor des Buches „Macrobiotics – Yesterday and Today“) anlässlich seines Studienaufenthalts im Goetheanum in Dornach (80 -120 Teilnehmer).
27. August 1988	Eröffnung des Makrobiotik-Zentrums in der Schustehrusstrasse 26, in 10585 Berlin – Charlottenburg. Anwesend ist auch Annette Schwarzenau, Gesundheitsstadträtin.
Herbst 88	Michio und Aveline Kushi, Boston / USA sowie Herman und Cornelia Aihara, Oroville / Californien, alle Schüler von Georges Ohsawa, halten Vorträge und unterrichten in Berlin.
1988 – 1997	Vorträge, Seminare, Übungsgruppen, Selbsthilfegruppe für Krebskranke, angeführt von Peter Voigt und Kochkurse u.a. für Medizinstudenten des Lehrstuhls für Naturheilkunde (Prof. M. Bühring) der FU Berlin sowie Beratungen und Kochen für Kranke. Regelmäßiger Besuch von bekannten Makrobiotik-Lehrern (Rik Vermuyten, Antwerpen, Denny Waxman, Philadelphia und Steven Acuff, Schweden, Geraldine Walker) zwecks Unterricht und Gesundheitsberatung.
1989	Erstveröffentlichung der deutschen Ausgabe des Buches „Die makrobiotische Antwort auf Krebs“. Im Anhang schildern drei Berliner ihre ermutigenden Erfahrungen mit der makrobiotischen Lebens- und Ernährungsweise für ihren Genesungsprozess. Aufbau und Leitung der Küche im Makrobiotik-Zentrum durch Hans Schmid.
November 1990	Der Verein veranstaltet auf dem Gelände der UFA-Fabrik in Tempelhof den 12. Internationalen Makrobiotik – Kongress, Motto „Brücken statt Mauern“.

180 Teilnehmer aus vielen europäischen Staaten und den USA, darunter Aveline und Michio Kushi und Shizuko Yamamoto sowie mehr als 40 TeilnehmerInnen aus den osteuropäischen Staaten, Tschechien, Polen, Ungarn und Russland zum ersten Mal nach der Öffnung der Mauer.

- 1994 Hans Schmid, der damalige Pächter der Küche, stellt beim Wirtschaftsamt Charlottenburg den Antrag auf Gaststättenerlaubnis.
- Ken Prange und Angela Agrati ziehen von Italien nach Berlin und bringen neue Impulse in den Verein und in die Küche. Das Kochkursangebot wird vergrößert und der Fahrbare Mittagstisch eingeführt.
- Seit 1996 Zusammenarbeit mit der VHS Charlottenburg im Rahmen der Gemeinnützigkeit. Kochkurse unter dem Motto „Deine Nahrung sei Deine Medizin“ (Hippokrates)
- 1997 Von Juni bis September: Umfangreiche Umbauten und Renovierungsarbeiten in den Vereinsräumen und Gründung der „Makrobiotik Gastronomie GmbH“. Geschäftsführer ist KenPrange. Zusammen mit Angela Agrati als Chefköchin wird ab Herbst 1997 das Makrobiotik Restaurant Natural‘Mente aufgebaut.
20. September Offizielle Wiedereröffnung des Makrobiotik-Zentrums, indem fortan Kochkurse, Vorträge und Seminare angeboten werden, und das Restaurant Natural‘Mente vollwertige Speisen aus der vegetarischen und makrobiotischen Küche, darunter auch Fischgerichte, anbietet.
- April 2002 Heilkochkurs mit Cornelia Aihara (50 TeilnehmerInnen aus ganz Deutschland)
- 2002 – 2004 5-teiliger Workshop „Makrobiotische Medizin“ mit Rik Vermuyten, Antwerpen
- Seit 2002 Das Naturkost-Restaurant „Natural‘Mente“ beginnt mit Schul- und Kita-Catering. Impuls dafür ist die Teilnahme an der Grünen Woche, wo gute Geschäftsverbindungen geknüpft werden konnten. U.a. zur Partei Bündnis90/Die Grünen.
- 2005 Seit der Eröffnung der Küche im MakroZentrum 1988 (!) war allen Beteiligten klar, dass die Nahrungsmittel aus biologisch kontrolliertem Anbau stammen sollten. Dementsprechend wurde eingekauft. Seit Mitte 2005 ist die Makrobiotik Gastronomie GmbH „BIO“ zertifiziert nach dem EG-Kontrollsystem.
- Berlin, Mai 2007 Hans Arthur Schmid