

Nach der goldenen Mitte streben

Gertraud Gruber und die Schönheitsfarm

Gertraud Gruber war ihrer Zeit weit voraus, als sie im Oktober 1955 die erste Schönheitsfarm in Europa eröffnet. Oder aber, als sie in der Nachkriegszeit Yoga praktiziert und Frauen etwas ermöglicht, das sich zur damaligen Zeit niemand zu träumen wagt – ganz besonders nicht „ihre Damen“. Gertraud Gruber war vielfache Preisträgerin, um ihre Errungenschaften und Verdienste im Bereich Kosmetik, Gesundheit und Wellness, als

auch für ihr herausragendes, unternehmerisches und persönliches Engagement. In Rottach-Egern hinterlässt sie uns mit ihrer Schönheitsfarm ein geliebtes Erbe. Und sie wird stets Vorbild bleiben, für einen Wert, den wir mehr denn je suchen: innere Schönheit. Ich bin unterwegs auf den Spuren einer Frau, deren Leben eine Bereicherung war. Insbesondere für alle, die sie persönlich kennen und von ihr lernen durften.



TEGERNSEE

Mit den heutigen Geschäftsführerinnen Elisabeth Eibl und Birgit Bosse nehme ich auf der Sonnenterrasse der Villa Platz. Beschirmt mit einer Markise, denn zu viel Sonne tut der Haut nicht gut. Ein Credo, das Gertraud Gruber ihren „Gästinnen“ gerne ans Herz legte. Von hier, aus der zweiten Reihe im Ortskern von Rottach-Egern hat man den allerbesten Blick auf das Ringbergschloss, den Wallberg und den Riederstein. Kaum zu glauben, dass nur ein paar Gehminuten entfernt das exklusive Leben pulsiert. Denn innerhalb der grünen Oase der Schönheitsfarm am Berta-Morena-Weg toben lediglich die Vögel und eine wohlige Frühlingsbrise. Dabei tauchen wir in die Geschichte der Frau ein, die all dies erwachen ließ.

Es ist die Nachkriegszeit, die Gertraud Gruber ins Lazarett an den Tegernsee bringt. Bei einer Skitour gibt sie preis: „Hier bringt mich keiner mehr weg“. Und bei einer Behandlung eines Patienten erlebt sie ihren Schlüsselmoment. Die Kraft der Zuwendung, insbesondere auf der mentalen Ebene, lässt sie erkennen, wozu sie fähig ist. Diese Fähigkeiten offenbart sie zunächst in einem kleinen



Behandlungsraum in einer Zahnarztpraxis oder bei ihren Touren durch das Tal, bei welchen sie Frauen besucht und therapiert. Am Ende ist es ihr Wunsch, einen Ort zu schaffen, an welchem die Frauen dieser Ära, die sich nicht selten in ihrer Dreifachrolle verlor, etwas bekommen. Allem voran und inspiriert durch den Film „Breakfast at Tiffanys“, den sie im Kino von Rottach-Egern sieht, das Frühstück ans Bett serviert. Und so ist es noch heute, dass der Tag für die Gästinnen der Schönheitsfarm Gertraud Gruber mit einem Frühstück beginnt, dass aufs Zimmer, auf den Balkon oder direkt ans Bett serviert wird. Für die Pionierin der Inbegriff von Luxus – für ihre Damen ebenso.

Mir stellt sich mit dem ersten Berührungspunkt dieser Geschichte unweigerlich die Frage, wie eine Frau zur damaligen Zeit eine Philosophie leben kann, die aus meiner Sicht aneckt. Wie sie sich den Mächten von Beginn an entgegenstellt. Wie sie sich durch nichts aus der Ruhe bringen lässt und an ihren Prinzipien festhalten kann. Wie sie auf einen Pfad findet, der von da an für viele noch lange unerschlossen bleibt: Das Erkennen der inneren Schönheit.

Mag sein, wenn auch in einer Arbeiterfamilie in München groß geworden, dass es ihre vermutlich unbeschwerte Kindheit war, die ihre Perspektive prägte. Mag sein, dass es daran lag, dass sie weltoffen und dadurch vorausdenkend war. Ganz bestimmt lag es daran, dass sie bescheiden war, bodenständig, wertschätzend im Umgang mit allen Lebewesen und den Schwachen und stets mit der Absicht lebte, nach der goldenen Mitte zu streben. Gutes Essen, Bewegung, gesunder Schlaf: Wovon wir heute um diese Ganzheitlichkeit wissen, war für Frau Gruber im Stillen längst selbstverständlich. Doch diese Balance ist etwas, das uns im Heute schwerfällt. Sind wir doch permanent angebunden und mit Extremen konfrontiert. >>>





Auf der Schönheitsfarm wird dieser Zwiespalt ausgeglichen. Das individuelle perfekte Maß aus allem findet in den Behandlungsplan der Frauen, die sich für eine Woche oder für etwas länger in das Vermächtnis von Gertraud Gruber zurückziehen. „Jetzt bin ich wieder zu mir gekommen“, sind Stimmen, die Elisabeth Eibl und Birgit Bosse regelmäßig hören, wenn sie den Gästinnen nach der Regeneration begegnen. Von der Geschäftigkeit der Stadt aufs Land, von der Hektik am Morgen zum Frühstück am Bett – weg von müssen, hin zum Sein. Während des Aufenthalts dürfen sich die Frauen treiben lassen, sie dürfen entspannt sein und viel mehr Ruhe genießen, als sie gewohnt sind. Dabei war der Botschafterin der goldenen Mitte stets wichtig, alle mitzunehmen, niemals jemanden zu bevorzugen. Weil es gerade die Frauen mit Mehrfachbelastung sind, die verwöhnt werden sollen.

„Die Hände sind die Verlängerung des Herzens“

Und so gehen sie mit voller Bewusstheit hinaus in die Natur und lassen den Tag erwachen. Sie bewegen sich im Pavillon, bei Chi Gong und Yoga. Sie genießen das ihren Bedürfnissen angepasste Menü im Speisesaal. Doch vor allem lassen sie sich von wohlwollenden Händen verwöhnen. In jedem der fünf Häuser, die zur Anlage gehören und jeweils mit ihrem eigenen Charakter bestechen, befindet sich im Untergeschoss der Bereich für die kosmetischen Behandlungen. So inspiriert der Geist von Gertraud Gruber den Gang im Bademantel vom Zimmer hinunter zur Anwendung. Et-

was vermeintlich Nebensächliches rückt ins Zentrum und nährt die ganzheitliche Erholung. In diese Ganzheitlichkeit fügt sich das Urprinzip, niemals mit Geräten zu arbeiten. Es sind die Hände, die die Verlängerung des Herzens darstellen und das Spüren erwecken. Etwas, mit dem wir oft nicht mehr vertraut sind. Besonders wenn die Energie erschöpft ist, das Leben „down“, dann darf man als Gast der Schönheitsfarm wieder Zuversicht spüren, man darf heilen und sich ganz und gar dem Gespür der Kosmetikerin, Badefrau oder Therapeutin hingeben. Um uns wieder mehr besinnen zu können und die Füße einmal ruhig zu halten. Um zu erkennen, was im Leben wirklich wichtig ist. Dass es nicht ständig höher, schneller, weiter gehen kann. Sondern dass wir mit dem Einfachen zurechtkommen und in die Zufriedenheit finden.

Welch ein Glück, dass Gertraud Gruber dafür diesen Ort geschaffen hat und ihre Mitarbeiterinnen an solch einem schönen Platz wirken dürfen, inmitten der Natur. Sie selbst war es, die die Menschen um sich regelmäßig darauf hinwies: „Riecht ihr diese Natur!“ Bis zuletzt war sie selbst von dieser Luft, dieser Atmosphäre begeistert. Außerdem war sie bis zuletzt reichlich engagiert, unterrichtete, hielt Vorträge, ging durch die Zimmer, um die Frauen zu begrüßen. Bis die Gründerin der Schönheitsfarm im März 2022, in ihrem 101. Lebensjahr, verstarb. Dabei war Gertraud Gruber in all ihrem Wirken niemals fanatisch, übertrieb es niemals. Vielmehr folgte sie unentwegt ihrem Rhythmus, der sie in Balance hielt. Kein Verzicht, von allem etwas – in genau dem richtigen Maß. Es ist das „Wie“, das Frau Gruber vorlebte und weiterreichte. Und es ist das Wie, das die Menschen an diesen Ort zieht.

„Hier lebt man anders, man lernt anderes kennen, vor allem die innere Schönheit. Etwas, das tiefer geht – viel tiefer. Das eigene Leben verändert sich durch Gruber ein Stück weit.“

Elisabeth Eibl



Elisabeth Eibl ist inzwischen seit 15 Jahren an der Schönheitsfarm und ihre Geschichte reicht von „völligem Neuland“ bis hin zu „entzückenden Mittagessen“ mit ihrer Chefin. Ihre Wege sollten sich kreuzen und ihre Leben sich gegenseitig bereichern. Wenn sie von den Treffen mit Gertraud Gruber erzählt, strahlen ihre Augen und ihr Herz leuchtet. So muss es also gewesen sein, der Schönheitspionierin zu Lebzeiten zu begegnen.

Birgit Bosse, seit beinahe zweieinhalb Jahren bei Gertraud Gruber, konnte vorher nicht wissen, worauf sie stoßen wird. Doch sie erfährt bald: „Man braucht eine Weile, um diese innere Welt zu verstehen, die Intensität. Wenn man sich darauf einlässt, bekommt man sehr viel zurück. Am Ende ist es unbeschreiblich, jede Frau muss sie erleben – diese Tiefe.“ Dass Birgit Bosse viele Gästinnen regelmäßig wiedersieht, bestätigt ihre Gedanken und die Besonderheit ihrer Arbeitgeberin.

Es stellt sich unweigerlich die Frage, wie es ohne Gertraud Gruber weitergehen kann. „Gut geht es weiter“, wissen die beiden Geschäftsführerinnen, „Einfach ist es sicher nicht. Doch die Wurzel ist so stark, dass wir mit ihr auch unseren eigenen Weg finden. Es wird anders sein, doch stets wird ihre Hand spürbar sein.“ Sei es durch die Kompetenz, die das Erbe von Frau Gruber trägt. Sei es durch die Schönheit, die sie hinterlässt. Sei es durch die Freude, sie erlebt haben zu dürfen.

Elisabeth Eibl und Birgit Bosse wissen, dass sie ihr Vorbild nicht kopieren können. Doch dass sie anstecken können und dass die neue Generation ihre Triebe ausstrecken darf – für die Farm, die Frauen und die Mitarbeiter. Im Sinne von Gertraud Gruber nimmt Elisabeth Eibl vor allem den Wert mit, den gesunden Rhythmus zu leben, das Gute, das Vernünftige. „Nicht fanatisch dem Trend folgen. Sich auf seine Intuition besinnen und sich nicht vom Außen ablenken lassen. Mehr das tun, was man spürt. Dann ist es richtig.“ Birgit Bosse lässt sich von der Bodenständigkeit weitertragen. „Den Blick für die Schönheit zu bewahren. Natur, Essen, Behandlungen. Dabei nicht abzuheben. Das können wir gut mitnehmen.“ Ich selbst bin erfüllt von der Absicht Gertraud Grubers, Frauen etwas Gutes zu tun und ihnen etwas zu schenken. Das Frühstück am Bett serviert zu bekommen. Würde ich sie darüber hinaus noch einmal persönlich treffen, könnte sie mir durchaus mit ihren eigenen, geradlinigen und bleibenden Worten begegnen:

„In sich ruhen, beweglich bleiben und nichts übertreiben. Schützen Sie ihre Haut, pflegen Sie ihre inneren Organe. Essen Sie gute, naturbelassene Lebensmittel in einer ausgewogenen Zusammensetzung. Genießen Sie das Leben, seien Sie fröhlich, wach für Neues und vergleichen Sie sich nicht dauernd mit anderen. Streben Sie nach der goldenen Mitte.“

Autorin: Anja Buntz

„Als eine Berührung von Herz zu Herz.“
Astrid Eckerl, Leiterin Kosmetik und Therapie