

Hommage an eine charismatische Frau

Das Leben der Schönheit von Frauen gewidmet: Gertraud Gruber

Zum Welt-Frauentag am 8. März wurde in den Medien viel berichtet. echo-Mitarbeiterin Adelheid Wanninger besuchte an diesem Tag eine ganz besondere Frau am Tegernsee, die mit ihren fast 88 Jahren nach wie vor voll im (Berufs-)Leben steht: Gertraud Gruber.

Seit 54 Jahren steht dieser Name für natürliche Kosmetik, die heute eine enorme Produktpalette umfasst. 1955 gründete Gertraud Gruber die erste Schönheitsfarm Europas und war damit der Zeit weit voraus!

echo: Wie kamen Sie denn auf diese Idee?

Gertraud Gruber: Eigentlich war ich ja staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin und Heilgymnastin. Bis Kriegsende arbeitete ich in einem Lazarett in Rottach-Egern als Heilgymnastin mit Spezialisierung für die Gesichtsmuskulatur nach Nervenverletzungen. Durch meine eigenen Hautprobleme erhielt ich etwa mit 24 Jahren meine erste eigene Gesichtsbehandlung und absolvierte dann 1948 die Ausbildung zur Kosmetikerin in der Friedl-Groh Kosmetischule in München. Meine ersten Kundinnen besuchte ich hier am Tegernsee privat, oft heimlich, weil die Ehemänner nichts davon erfahren durften. Nebenher lernte ich viel über die Ernährungsweise vom ansässigen Dr. Issels. Irgendwann lernte ich Gräfin Walderdorf kennen und erzählte ihr, dass mich „nur das Gesicht behandeln“ nicht befriedigte. Ich wollte ja auch mein Wissen als Gymnastin und meine Ernährungsideen weitergeben - gesamtheitlich, neben der natürlichen Pflege der Haut. So haben wir im Gästehaus ihrer Silberfuchsfarm die erste Schönheitsfarm Europas untergebracht. Die Idee boomte und ich hatte sehr schnell international positive Presse. Schon vier Jahre spä-



Vital, schön und voll charismatischer Ausstrahlung: Gertraud Gruber (links) im Gespräch mit echo-Mitarbeiterin Adelheid Wanninger.
Foto: Wanninger

ter kaufte ich mir ein kleines Haus in Rottach-Egern, wo bis heute der Standort der Schönheitsfarm mit dem Stammhaus und einigen weiteren umliegenden Gästehäusern ist.

echo: Das bedeutet ja eine enorme Entwicklung!

Gertraud Gruber: Ja, in den Anfängen hatte ich 12 Mitarbeiterinnen, heute sind es über 80. Ich blieb auch nie stehen, bildete mich stets fort: Auf einem Kongress in Wien lernte ich Dr. Vodder kennen und machte eine Ausbildung in manueller Lymphdrainage. Ich war Schülerin bei Yogameister Selva Raya Yesudian und erwarb die Lehrberechtigung für Yoga. Ich unterrichte übrigens bis heute meine Farmgäste!

echo: Heute nehmen ja auch Männer gerne das Angebot einer Schönheitsfarm in Anspruch. Ihr Institut ist aber nur Frauen zugänglich.

Gertraud Gruber: Das hat

sich bewährt, denn Frauen genießen es dann auch einmal ganz leger und ungeschminkt sein zu dürfen. Und ungestört natürlich, denn auch prominente Damen wie Nadia Tiller, Frau Menuhin, Loki Schmidt, Catharina Valente und viele andere waren und sind hier Kundinnen.

echo: Was suchen die Frauen bei Ihnen, was sie nicht auch in einem modernen Wellness-Hotel haben könnten?

Gertraud Gruber: Wissen Sie, die Frauen sind bei uns zwischen einer und drei Wochen. Sie führen mit unserer Kosmetikerin nach Ankunft ausführliche Gespräche und bekommen dann ein spezielles persönliches Programm. Dazu können sie noch aus einem allgemeinen Angebot schöpfen wie Wassergymnastik, Walking, Meditativem Tanz, Qi Gong und Make up Unterricht. Begriffe wie ‚Ganzheitskosmetik‘ und ‚vorsorgende Gesundheitspfle-

ge‘ stammen von mir. Das Wichtigste ist, seine goldene Mitte zu finden, das Yin und Yang aus Ruhe und Bewegung, das Harmonie und Elastizität verleiht und so dem Körper und der Seele zu Ausstrahlung verhilft.

echo: Das haben Sie selbst auch immer gelebt, wie man an Ihrem blendenden Aussehen erkennt. Haben Sie denn noch Pläne oder Wünsche für die Zukunft?

Gertraud Gruber: Ein bisschen mehr Freizeit um zu reisen, denn das habe ich in all den Jahren leider versäumt. Und mehr Zeit für den Benediktushof bei Würzburg zum Meditieren.

echo: Würden Sie unseren Leserinnen einen Tipp für ihre Schönheit mitgeben?

Gertraud Gruber: Gerne - es sind ja oft so einfache Dinge, die man sich nur zur Gewohn-

heit machen muss: Täglich ein bisschen Gymnastik und Atemübungen um beweglich zu bleiben und ganz wichtig - kauen! Ausreichend kauen trainiert die Gesichtsmuskulatur, fördert die Verdauung und reguliert das Sättigungsgefühl. Das ist sehr wichtig, denn grundsätzlich gilt: Die Haut wird von innen genährt und von außen gepflegt.

Schönheit definiert Frau Gruber übriges so: Sichtbare Gesundheit und spürbare Herzwärme gepaart mit geistiger Vitalität.

Das Interview führte Adelheid Wanninger.

Ruhestand noch nicht in Sicht

Für ihre Verdienste als Pionierin der Ganzheitskosmetik und ihre gelebten Visionen sowie wirtschaftlichen Erfolge, erhielt Gertraud Gruber zahlreiche Auszeichnungen: Sie ist Trägerin des Bundesverdienstkreuzes am Bande, des Bayerischen Verdienstordens, der Asta-Poppelsdorff-Medaille, sie bekam die Staatsmedaille für besondere Verdienste um die bayerische Wirtschaft sowie den Award „A Life of Beauty“ verliehen und ist seit 2005 Ehrenbürgerin von Rottach-Egern.

Heute beziehen über 1500 Institute bis hin nach Japan und Südostasien ihre wirkstoffaktive Biokosmetik aus dem eigenständigen Unternehmen Gertraud Gruber GmbH & Co. Die Ausbildung für ihre Behandlungsmethoden erfolgt im eigenen Schulungszentrum, das Gertraud Gruber im Jahr 2000 in Rottach-Egern eröffnete.

Fragt man die knapp 88jährige ob sie denn irgendwann in Ruhestand gehen werde, antwortet sie lächelnd: „Das kann ich mir nicht vorstellen.“