

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 41 (1965-1966)  
**Heft:** 10

**Nachruf:** Brote und Lilien : zum Tod von Helen Guggenbühl  
**Autor:** Isler-Hungerbühler, Ursula

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 02.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Brote und Lilien

## Zum Tod von Helen Guggenbühl



Helen Guggenbühls Name hörte ich schon als Kind; meine Eltern lasen den Schweizer Spiegel seit seinem Erscheinen, und meist wenn in unserem konservativen Haushalt eine Neuerung eingeführt wurde, konnte meine Mutter Einwände oder Zweifel mit der – für mich fast magischen – Nennung «Helen Guggenbühl» entkräften.

Als junge Hausfrau stand ich etwas verwirrt zwischen eben bestandem Doktorexamen und der Verpflichtung, ein Heim und Gäste zu haben; ich fürchtete, endlich vernünftig werden zu müssen. Die funkelnde Gastfreundschaft des Elternhauses (mit einer weißbeschürzten Rosa im Hintergrund) konnte mir dabei wenig helfen. Da schickte mir meine Mutter den Artikel «Lilien statt Brot» aus der Märznummer 1949 – von Helen Guggenbühl. Was Helen Guggenbühl damals schrieb, war eine Verteidigung der landläufigen «Unvernunft», ausgehend von dem chinesischen Spruch:

*Hast du zwei Brote,  
tausch eines für eine Lilie!*

Ich wußte nicht, ob ich zwei Brote besaß, aber ich war glücklich, Helen Guggenbühls Auslegung zu lesen. «Es ist richtig, sich manchmal etwas Unvernünftiges zu leisten oder Unvernünftiges zu tun.» Meine Mutter hatte allerdings das Wörtchen *manchmal* unterstrichen – aber Helen Guggenbühl verdanke ich es, wenn mein Haushalt und meine Fa-

milie sich auch heute noch mit gesteuerter Unvernunft in Schwung bringen lassen.

So wurde ich eine von ungezählten Frauen, denen Helen Guggenbühl-Huber immer wieder Anregung und Selbstvertrauen gab: Ihre Artikel im Schweizer Spiegel und ihre Bücher vertraten die Stimme der Frau in einer für mehr als zwei Generationen von Leserinnen beispielhaften Weise. Denn sie fand eine Verbindung zwischen Tradition und geistiger Aufgeschlossenheit, die heute geradezu als Lebensstil der Schweizer Frauen gelten darf: sie hat den Hausfrauen nicht nur gezeigt, wie sie Zeit sparen, sondern ebenso eindringlich, wieviel Sinnvolles sie mit der gewonnenen Zeit anfangen können. Sie trat auch ein für das Recht der berufstätigen Frau, vor allem aber hat sie dem «freiesten aller Berufe», jenem der Hausfrau und Mutter, seinen Adel und seine Anerkennung zurückgegeben.

In ihrer eigenen Familie mit den drei Kindern, mit Nichten und Neffen und später auch den Enkelkindern, aber auch in einem weiten Freundeskreis und bei nie erlahmender Aufgeschlossenheit den Strömungen ihrer Zeit gegenüber, als Gastgeberin und als Mitglied verschiedener weiblicher Vereinigungen, erlebte sie unmittelbar, was den Ausgangspunkt ihrer Artikel und Bücher bildete.

Persönlich kennen lernen durfte ich Helen Guggenbühl erst in späteren Jahren. Sie hatte eine unvergeßliche Art des Zuhörens – wobei der klare Blick ihrer Augen sowohl Aufmerksamkeit verriet, als auch den Redenden unmerklich zur Besinnung brachte. Und ihre Antworten waren überlegt, freundlich – zugleich aber konnten sie eine leise Bitte zu Ordnung, Genauigkeit und Haltung bilden. Diese vergessenen weiblichen Tugenden verkörperte Helen Guggenbühl durch die Anmut ihres Wesens hindurch so zwingend, daß in ihrer Nähe kein nichtiges oder wehleidiges Gespräch aufkam.

Helen Guggenbühl hat gezeigt, wie eine Frau und Mutter das Leben gestalten soll in bewußter Verantwortung der Umwelt und dem schönen Alltag gegenüber. Sie hat aber auch, in der Stille einer jahrelangen Krankheit, die große Schar von Menschen, die sie voller Zuneigung umgaben, die Tapferkeit gelehrt, mit der man einem unausweichlichen Schicksal entgegengeht. Sie hat uns gelehrt, wie man Krankheit und Sterben als Vollendung eines Lebens empfängt – und das ist ihr letztes, vielleicht größtes Geschenk an uns. Ursula Isler-Hungerbühler