



Guía de la Buena esposa

11 reglas
para mantener
a tu marido
feliz

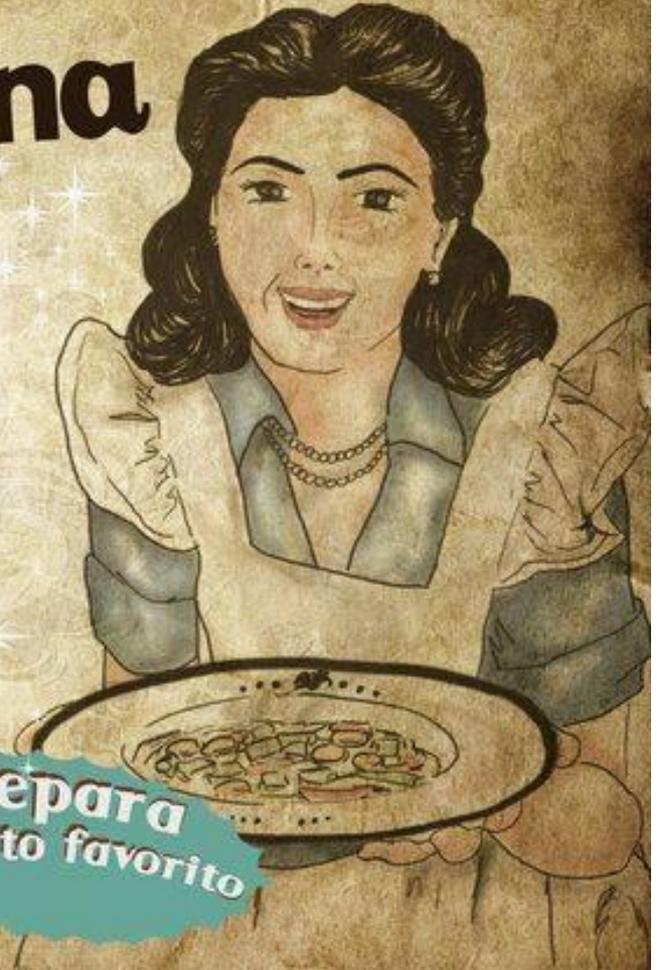
Sé la esposa que
él siempre soñó

1 Ten lista la cena

Planea con tiempo una deliciosa cena para su llegada.

Esta es una forma de dejarle saber que has estado pensando en él y que te preocupan sus necesidades. La mayoría de los hombres están hambrientos cuando llegan a casa.

Prepara su plato favorito





¡Luce hermosa!

Descansa 5 minutos antes de su llegada para que te encuentre fresca y reluciente.

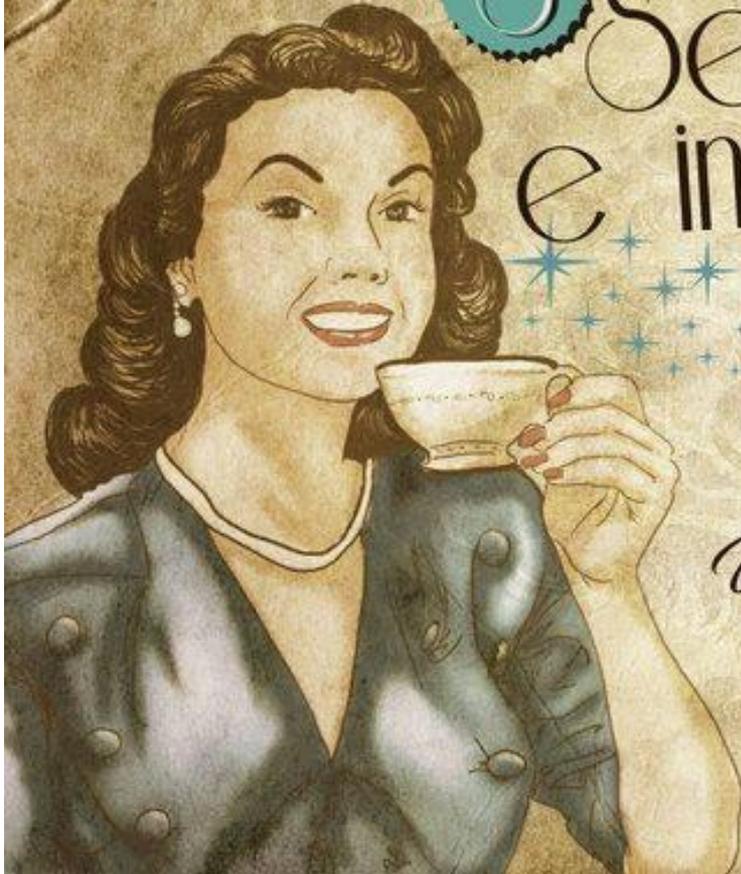
Retoca tu maquillaje, ponte un listón en el cabello y luce lo mejor posible para él. Recuerda que ha tenido un día duro y sólo ha tratado con compañeros de trabajo.

3

Se dulce e interesante

Su aburrido día de trabajo quizá necesite mejorar. Tú debes hacer todo lo posible por hacerlo.

*Una de tus obligaciones
es distraerlo.*



Arregla tu casa

cuatro

Debe lucir
impecable

Haz una última ronda por las principales áreas de la casa, justo antes de que tu marido llegue. Levanta libros de escuela, juguetes, etc. Y limpia con un plumero las mesas.



5

Hazlo sentir en el paraíso



Durante los meses más fríos del año debes preparar la chimenea antes de su llegada. Tu marido sentirá que ha llegado a un paraíso de descanso y orden, esto te levantará el ánimo a ti también.

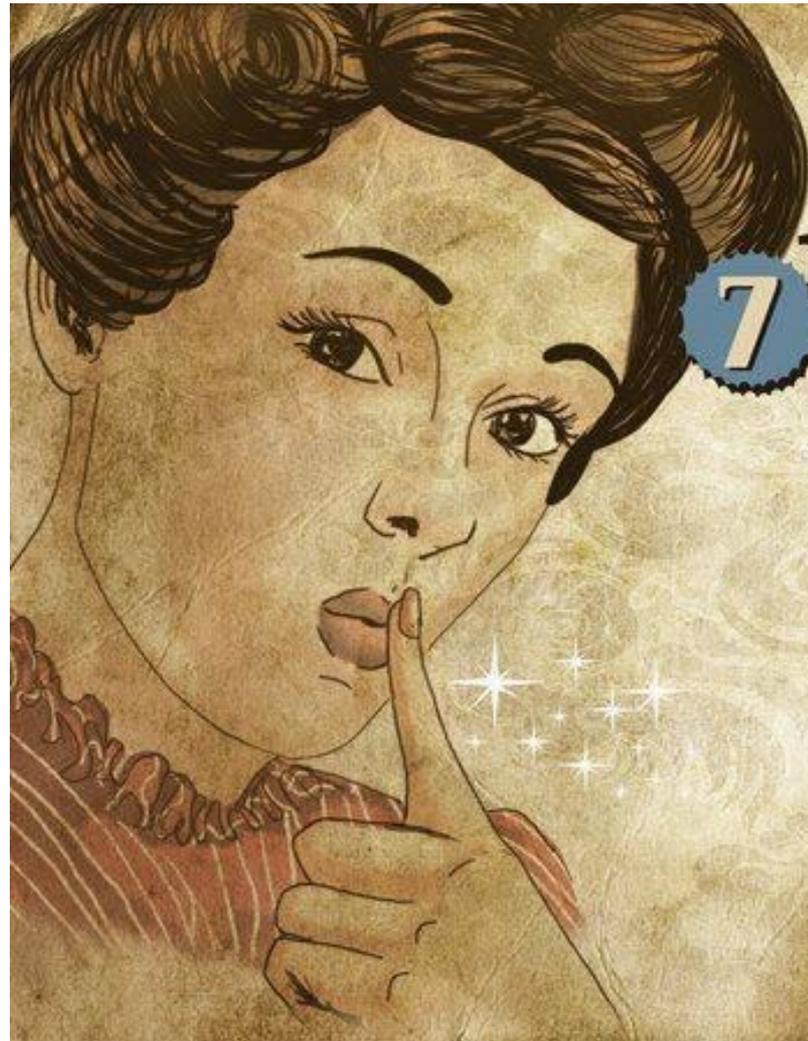
Después de todo, **cuidar de su comodidad te brindará una enorme satisfacción personal.**

6 Prepara a los niños

Cepíllales el cabello, lava sus manos y cámbiales la ropa en caso de ser necesario. Son sus pequeños tesoros y él los querrá ver relucientes.

tómate unos minutos para arreglar a los niños





7

Minimiza el ruido

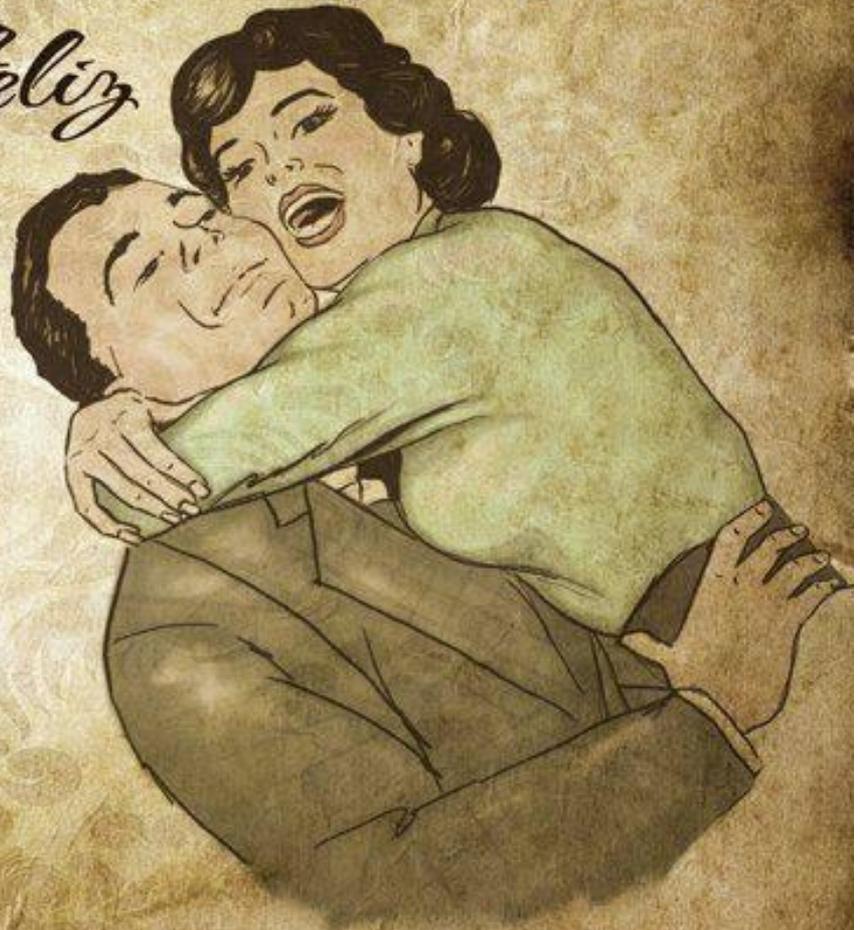
A la hora de su llegada apaga lavadora, secadora y aspiradora e intenta que los niños estén callados.

Piensa en todo el ruido que él ha tenido que soportar durante su pesado día de oficina.

8 Procura verte feliz

**Regálale una gran sonrisa
y muestra sinceridad en tu
deseo de complacerlo.**

**Tu felicidad es la
recompensa por su
esfuerzo diario.**

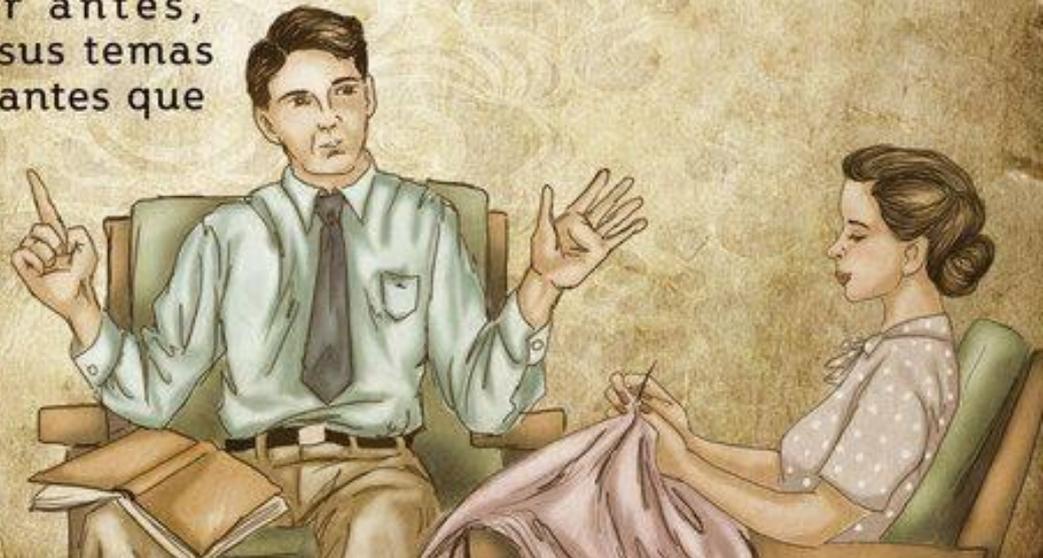


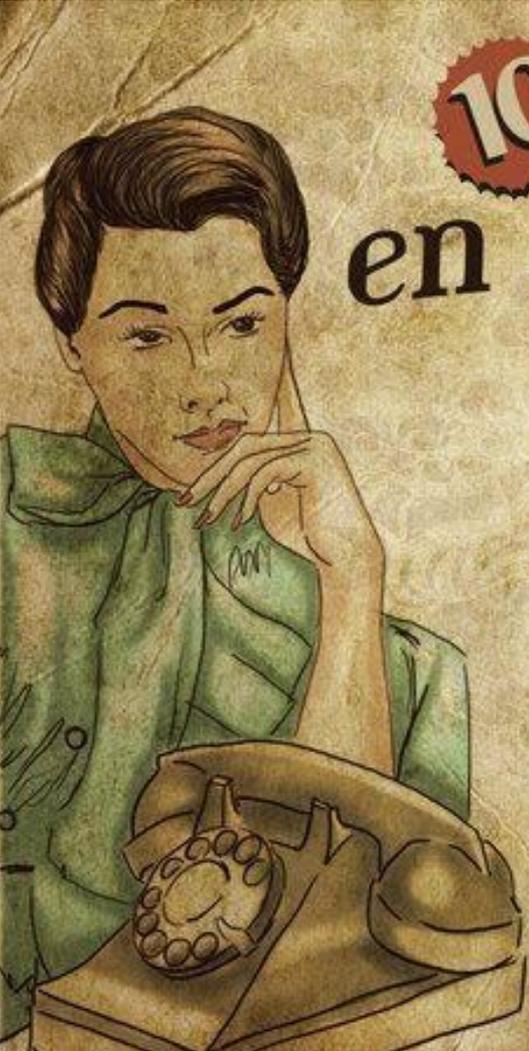


Escúchalo

Puede que tengas una docena de cosas importantes que decirle, pero a su llegada no es el mejor momento para hablarlas.

Déjalo hablar antes, recuerda que sus temas son más importantes que los tuyos.





10 Ponte en sus zapatos

No te quejes si llega tarde,
si va a divertirse sin ti
o si no llega en toda la noche.
Trata de entender su mundo
de compromisos.

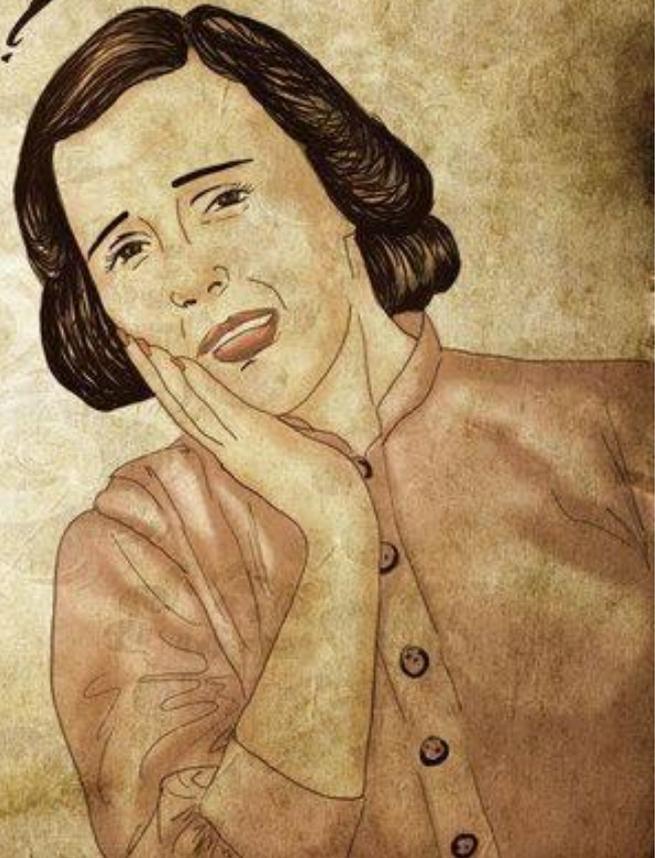
Trata de entender su mundo de
presión y compromisos, y su
verdadera necesidad de estar
relajado en casa.

11

No te quejes!

**No lo satures
con problemas
insignificantes.**

Cualquier problema tuyo,
es un pequeño detalle
comparado con lo que
él tuvo que pasar.





Hazlo sentir a sus anchas

Extra!

*Deja que se acomode en un sillón
o se recueste en la habitación.*

Ten una bebida caliente lista para él. Arregla su almohada y ofrece quitarle sus zapatos.

**Habla con voz
suave
y placentera**

Una buena esposa
siempre sabe cual es su lugar





**Esta Guía se publicó en 1953.
La escribió una mujer española de nombre
Pilar Primo de Rivera (1907-1991).**

Pilar era hermana de José Antonio Primo de Rivera, fundador de la Falange Española, partido político de extrema derecha- e hija de Miguel Primo de Rivera, dictador español de la década de 1920. Además fue líder de la Sección Femenina de la Falange.



Entre 1934 y 1977, la Sección Femenina de la Falange adoctrinó a las españolas para cercenarles cualquier deseo de emancipación o rebeldía y cualquier otro deseo (sobre todo ése).

Tras el paréntesis liberador de la Segunda República, en el que las mujeres habían conquistado el derecho a votar y habían comenzado a ocupar espacios públicos, la dictadura de Franco se empeñó en conducir las de nuevo al redil doméstico, en extirparles afanes igualitarios y en convertirlas en las procreadoras que la patria necesitaba después de tanta sangría.

La mujer ideal de Pilar Primo de Rivera

- "Gracias a Falange, **las mujeres van a ser más limpias**, los niños más sanos, los pueblos más alegres y las casas más claras".
- "Todos los días deberíamos de dar gracias a Dios por habernos privado a la mayoría de las mujeres del don de la palabra, porque si lo tuviéramos, quién sabe si caeríamos en la vanidad de exhibirlo en las plazas".
- "**Las mujeres nunca descubren nada**; les falta el talento creador reservado por Dios para inteligencias varoniles".
- "**La vida de toda mujer**, a pesar de cuanto ella quiera simular -o disimular- **no es más que un eterno deseo de encontrar a quien someterse**".



Un grupo de niñas desfila durante un acto de la Sección Femenina. / ARCHIVO GENERAL DE LA ADMINISTRACIÓN (AGA)