



**SER ESPOSA FELIZ É UMA ARTE**

DR. JORGE ADOUM

Edição autorizada à FEEU pela Comissão Divulgadora Jorge Adoum

Primeira edição em português Dezembro/80

Impresso na República Federativa do Brasil

## PREFÁCIO

Em certa ocasião, pedimos ao Dr. Adoum para escrever algo quanto ao ajustamento conjugal.

Ele, na sua visão e inspiração, nos brindou com este maravilhoso opúsculo.

E assim, concluímos que o casal humano que consegue formar uma Unidade Consciente torna-se um Harmonioso Centro Irradiante de Vida, Amor e Luz.

Quando o homem encontra na sua esposa a mulher física, a sentimental e a espiritual, e, quando a mulher encontra em seu esposo o homem físico, o sentimental e o espiritual, a Unidade Divina se lhes revela.

A mulher física acende-lhe os Fogos da Vida.

Mas, estes Fogos têm que subir .....

A mulher sentimental leva com Amor Puro estes Fogos ao coração do homem; ele, então, sente um calor, um impulso, que é amor, e que o conforta, o protege e o incentiva, tornando-o mais humano e mais elevado.

Mas, este calor tem que subir .....

A mulher espiritual então leva este Calor ao cérebro do homem e aí se transforma em Luz Espiritual, e, nesta Luz, o Amor é Conscientizado, levando-os à realização do Ideal Uno.

O mesmo deve fazer o homem com a sua esposa.

Por isso e para isso, disse Jesus:

"Quando os dois forem uma só carne, uma só alma, um só espírito, virá o Reino de Deus."

Ele também disse:

"O Reino de Deus está dentro de cada um de nós".

O Reino de Deus é um estado irradiante de paz, harmonia, equilíbrio, suprimento, boa vontade, amor puro .....

30 de setembro de 1980

Comissão Divulgadora  
Jorge Adoum

**O**  
**OBJETIVO OCULTO**  
**DA**  
**UNIÃO MATRIMONIAL**  
**É O APERFEIÇOAMENTO MÚTUO,**  
**PELO AMOR**  
**OU PELA DOR**

**SER ESPOSA FELIZ É UMA ARTE**

Recordo-me que era um dia da semana passada, quando chegou para visitar-me um amigo advogado, a quem tratei de uma grave doença; no semblante do homem estavam escritas a decepção, o desgosto e 3 amargura; perguntei-lhe o motivo daquele estado de alma, e ele me respondeu com esta pergunta:

—Você tem um remédio para a nescidade?

Sorri e disse-lhe:

—Em árabe há um verso que diz:

"Sim, toda enfermidade tem remédio, menos a ignorância (estupidez!, que nã"o tem cura."

—Que grandiosa filosofia; nã"o se deve esquecê-la.

Calou-se e começou a olhar pela janela as pequenas nuvens que passeavam lentamente pelo firmamento.

—Outro desgosto com tua mulher? — perguntei-lhe.

—Quero passar esta tarde contigo; assim talvez possa recuperar minha alma. Queres ir comer en?? . . nao! não! Queres ceiar em minha casa número "dois"?

— Em tua casa número "dois"? Quantas casas tens? Pois bem, vamos conhecer tua casa número "dois".

— Ele levantou-se, tomou o telefone e marcou um número. Depois o ouvi dizer em tom respeitoso:

— Posso levar comigo uma pessoa amiga para a ceia?

— .....

— Obrigado, muito obrigado — voltou a dizer.

A noite era amena. . . Chegamos e ele bateu â porta. Uma dama abriu-a; era uma mulher alta, vestida com gos to e simplicidade. Era muito mais atrativa do que bela; irradiava simpatia e dignidade. Recebeu-nos com finura natural, sem

afetacão, como quem está acostumada a tratar as pessoas com educação e confiança em si mesma. O amigo apresentou-me:

—É meu confessor.

A mulher olhou-me detidamente por um lapso e depois disse:

—Se o doutor assim o diz, é porque o senhor o é. Seja bem-vindo!

As palavras saíam dos lábios daquela mulher como encantos e doçuras. O tom da voz tão suave que sugestionava e atraía. Seu sorriso era franco e cativador. Nela havia algo que se deixava sentir, porém que nunca se podia definir.

Durante a ceia, como de costume, falou-se de muitos temas, e a mulher estava a par de todos os conhecimentos antigos e modernos. Não sei por que motivo havíamos chegado ao incêndio da Biblioteca de Alexandria, levado a efeito por ordem de Omar, e ela disse:

— Deve haver muito exagero nestas histórias. Suponhamos que os historiadores pudessem afirmar que Omar ordenou que se queimasse a Biblioteca; nenhum historiador, porém, se atreveu a sustentar que todos os fornos de Alexandria foram alimentados pelos livros daquela Biblioteca durante sete ou oito meses. Duzentos fornos, pelo menos, daquela cidade, não poderiam ser alimentados com livros durante tanto tempo. Não lhe parece?

Eu fiquei perplexo. Nunca se me havia ocorrido este pensamento. Então lhe disse:

— Neste caso, também pode ser uma mentira histórica, porém o certo é que Omar poderia ter ordenado o incêndio daquele tesouro.

A mulher sorriu e disse:

— Assim creio eu. ..

A conversa depois passou a respeito do Rei Salomão, sua sabedoria e sua glória.

A senhora sorriu novamente e disse: .— Vocês, homens, são tão crédulos nas histórias como nós, mulheres, nos adivinhos e cartomantes. Não lhe ocorreu averiguar o exagero do historiador judeu quando disse: ". . . e possuiu Salomão quarenta mil cavalariaças com cavalos de puro sangue. . ." Qual a dimensão que se pode dar a cada cavalariaça?. . . Mil metros quadrados? Pois, se é assim, necessitamos quarenta mil quilômetros quadrados, isto é, a extensão dupla da Palestina, ou duas Palestinas para caberem as quarenta mil cavalariaças de Salomão. Escreveu Salomão livros de sabedoria?. . . Hummmm. . . é muito duvidoso. Para mim, Salomão jamais foi sábio, nem justo, nem escritor.

— Talvez eu concorde com a senhora no primeiro ponto a respeito das cavalariaças, porém me é difícil duvidar da sabedoria de Salomão.

— Crer ou duvidar são coisas próprias de cada ser e ninguém deve intervir na fé do próximo, mas quisera que vocês, que são doutos, me explicassem o que significa esta sentença do Livro dos Provérbios: "Há três coisas difíceis e ignoro completamente a quarta: o caminho que a águia faz no ar, o caminho que a serpente faz sobre a pedra, o caminho do navio no mar, e o caminho do homem para a mulher". . . Pelo menos, minha curta inteligência não pode compreender tão alta sabedoria. . .

Aquela mulher me deixou perplexo e até estupefato, por sua cultura e erudição.

Ao despedirmo-nos, ela me disse: — Agora que já conhece a número "dois", o senhor será sempre bem-vindo.

Olhei a meu amigo surpreendido pelo que ela me disse, mas ele sorriu e sussurrou:

— Ela se dá a si mesmo este número. Depois te explicarei. Na rua, ele continuou:

— A número "dois" é a viúva do conhecido F., que morreu de apoplexia na casa de sua amante. Há também uma história que somente a senhora sabe bem. Depois da morte do es-

poso, ela abriu as portas para receber os intelectuais e artistas e sua maneira de viver a converteu em ídolo de todos. Cada um de nós acreditava que ela estava enamorada dele, mas depois tropeçávamos com a verdade, porque éramos cegos. O objetivo desta mulher é o de defender o matrimônio, o lar e a família.

— E de que maneira ela os defende?

— Enamora-te dela e saberás. Para cada caso tem ela um remédio especial.

— E por que se intitulou número "dois"?

— Porque ela se considera como a segunda mulher de todo homem casado que busca uma amante. Ela o atrai, como o imã ao ferro, e o amolda e o reforma a seu modo e sem obsequiá-lo com um só beijo. E como o homem gosta da mulher difícil, ele emprega mil mentiras para conquistá-la. Porém, é inútil, a fortaleza é invulnerável.

A história daquela mulher me intrigou. Passei dois dias pensando nela, e ao terceiro fui visitá-la, mas algo receoso. Ela recebeu-me com muita atenção e me disse:

— Você não vem como amante. Seja Bem-vindol Embo ra nós mulheres gostemos que nos amem. Rara vez me equivoquei com os homens. Você é digno de minha confiança e vou me confessar com você.

— Muito obrigado pela distinção, mas você sabe que eu também a amo.

— Estou muito agradecida, porque eu necessito de um ser que me ame. . . O seu amor me dignifica e nunca me prejudica. . .

Aquelas frases me perturbaram; eu não sabia o que dizer; ela, sem fazer caso de meu silêncio, continuou:

— Meu marido era um homem de gosto refinado; a beleza e o atrativo da mulher exerciam sobre ele um poder incalculável. Naquele tempo eu era uma mulher ignorante. . . (como o sou ainda e minha ignorância acarretou minha desgraça. Eu exigia sempre os direitos de uma esposa, sem pensar no cumprimento de meus deveres. . . Acaso os deveres de uma esposa vão mais além de dar de comer a seu marido e os de

satisfazer seu desejo sexual? . . Depois de alguns anos de prantos e decepções, de gritos e brigas, descobri que havia perdido meu esposo. Ele buscava em outras mulheres o que não encontrava na sua própria. Ele ia atrás da tranquilidade que não encontrava em seu próprio lar, pois todas as minhas rivais triunfavam sobre mim.

Ela calou-se durante um momento, fechou os olhos como quem quer recordar fatos distantes; depois continuou:

— Comecei a pensar em minha situação desagradável; consultei muitos entendidos nesta matéria matrimonial; li vários livros que tratavam sobre o tema, até que cheguei a compreender que eu fui a única culpada, de princípio a fim, e que fui eu a causadora de minha própria desgraça, ao invés de terem sido as minhas rivais. . . Uma vez me detive diante de um espelho e perguntei a mim mesma: Eu sou bela, e por que meu marido prefere outras mulheres? Efetivamente era bela, com aquela beleza bruta. Meu físico era agradável, porém meu cabelo emaranhado espantava. Minha roupa de casa era até indecente, sim, e porque negá-lo, era suja. Nunca cuidei de meus sapatos e indumentária, apesar das insinuações de meu marido. Minhas rivais eram mulheres elegantes e com aparência de distinção. Dissimuladamente comecei a estudar todas elas, e ao ver que todas me superavam em educação, cultura e distinção, compreendi que meu marido tinha razão de buscar em outras mulheres o que não pôde encontrar em mim.

O que pude fazer? Chorar? . . O pranto afeia e não resolve situações. Para distrair-me, comecei a ler romances de amor. Esta leitura me ensinou muitas coisas e entre elas a de cuidar de meu físico. Cortei meu cabelo como as demais mulheres que seguem a moda. Tratei de minhas unhas em uma manicure e uma massagista tomou conta de minha pele, que era áspera |P dura. A melhor modista da cidade encarregou-se de vestir-me na moda, mas sem exagero. Comprei os melhores perfumes franceses; a casa se converteu em um jardim de flores bem escolhidas e arrumadas, de acordo com os que têm gosto. A princípio meu marido me deixava fazer tudo sem dizer nada

para livrar-se de meu pranto e de meus gritos; mas um dia olhou-me sorrindo, e com ternura me tomou a cabeça com suas duas mãos, me beijou com paixão, dizendo: "Como és formosa, minha Nenal" Quase chorei de alegria, porque eu senti que havia ganho a primeira batalha contra minhas rivais. . . Daquele momento em diante comecei a estudar os gostos de meu marido e a analisar as qualidades de minhas rivais. Corno não fazia nada em casa, até aqueles dias, tratei de cultivar em mim as sementes da dignidade e da distinção de esposa amante e fiel, e assim com o tempo adquiri um posto muito mais elevado do que os de todas as minhas rivais. Por fim ganhei a confiança de meu marido, e de vez em quando cheguei a elogiar, embora de maneira indireta, as minhas rivais, dizendo, por exemplo, de uma delas: "Como dever ser feliz seu marido.. ." Eu sabia que estava mentindo, mas meu marido se sentia intrigado pela mudança que estava se verificando em mim, e começou a estudar-me como se fosse uma lição necessária que havia sido esquecida.

Uma noite, ao sairmos do cinema, encontramos a amante de meu marido. Senti que meu coração ia saltar pela boca, porém dominei-me. Ela nos olhou, meu marido cumprimentou-a e disse:

-- Apresento-te minha amiga Mariete. . . Minha senhora.

Felizmente era de noite e a luz me dava pelas costas, e por isso minha palidez passou despercebida. Sorri o melhor que pudee disse:

— Se a senhora é amiga de meu marido, eu também ambiciono que seja minha amiga.

No táxi, ao voltar para casa, disse a meu marido:

—Tua amiga é muito formosa e simpática.

Ele balbuciou um sim indefinido. Eu acrescentei:

—Quero cativar a amizade d esta.\*en hora. Há algum in conveniente?

— Não.. . disse perturbado.

No dia seguinte, falei àquela senhora pelo telefone, e com toda diplomacia a convidei e insisti a que viesse tomar chá em minha casa; depois de alguns rodeios, aceitou.

Eu me fiz a discípula da amante de meu marido, para ganhar sua total confiança e até confessei certas culpas que jamais em minha vida havia cometido, a fim de agradá-la. Não devo negar que gostei da mulher, pela sua cultura. Ela sabia e falava de tudo; para mim era uma insigne mestra. Ao elogiar sua cultura, ela se abriu sem reservas diante de mim. Antes de dois meses, eu já conhecia todos os seus defeitos e qualidades.

Disse-me ainda que teve que suportar muitos sofrimentos, porque queria recuperar seu marido, a quem adorava; ao mesmo tempo pensava em um método que pudesse redimir a toda mulher casada, dando-lhe uma norma de vida e de ser, para defender seu esposo das conquistas alheias e para reconquistá-lo, se for o caso.

Quando terminou de falar, levantou-se, foi a um escritório, tirou um manuscrito de uma caixa e m'o entregou dizendo:

— Aqui está minha história, ou melhor, o extrato de minhas experiências da vida conjugal. Você pode lê-lo, e se encontrar nele algo digno de ser publicado, autorizo-o para que o edite. Gosto de ser como a abelha, que reúne o mel para que outros o comam. Edite-o para o bem da mulher casada. A mulher, em nossos tempos, sofre pela sua ignorância, mas lança sempre a culpa ao homem, crendo que ele é o causador de sua desgraça. A MULHER TEM QUE MERECEER A METADE DO HOMEM PARA PODER CONSERVÁ-LO.

Ela calou-se, e eu aproveitei seu silêncio para perguntar:

— E reconquistou seu marido?

— Completa e totalmente; desenvolvi as qualidades de minha rival e evitei seus vícios. Enquanto minha rival critica va minha conduta com meu marido, eu dizia a ele com aparente tranquilidade: Se tu te sentes mais feliz com ela, rogo-te que não te eximas, por mim. . . Uma vez meu marido ajoee lhou-se diante de mim, abraçou minhas pernas e chorou. . .

—E.....

Ela cortou minhas palavras e disse:

—Queres saber por que morreu em casa dela. Meu marido era confiado demais — havia depositado com aquela mulher certos documentos, e procurou recuperá-los, mas não foi possível; estou segura que em um momento de desesperação reprimida, estalou algo em seu cérebro, na casa dela.. . mas, deixemos isto porque a recordação é amarga. . . Já sabe: Você é o único que pode entrar nesta casa sem bater na porta, e eu lhe estarei sumamente agradecida em poder compartilhar comigo certos momentos de alegrias e tristezas.

Eu a contelei sorrindo e disse:

— Seja franca: a quantas pessoas já disse estas frases? Seus olhos relampearam. Eu me arrependi daquela pergunta, mas ela foi mais prudente do que eu e sorrindo medisse:

— Não o culpo; ou o advogado o preveniu contra mim, ou você quer provar minha paciência. Eu conheço os homens.

O manuscrito de minha amiga número "dois" continha apontamentos que se sucediam ao acaso, sem premeditação e sem a intenção de escrever um estudo ou um livro. Eram ideias e conselhos inseridos no fio da experiência, como são inseridos os dias no fio do tempo. Cada frase era a essência de uma dolorosa experiência e cada experiência era filha do momento.

O caderno manuscrito tinha este título:

### **A ARTE DE CONSERVAR O MARIDO**

O que é o Matrimónio?

O dicionário o define assim: é a união legal do homem e da mulher.

Para nós esta definição é vaga. Os que sabem amar verdadeiramente definem melhor desta maneira: O Matrimónio é a união de dois seres de diferentes

sexos para formar uma só unidade. "OS DOIS SERÃO UM SO CORPO", disse Jesus.

Entre os animais, o macho busca indistintamente todos as fêmeas, e as fêmeas se submetem a todos os machos. Só o homem está feito para amar a uma só mulher, e a mulher digna se conserva para um só homem. Os libertinos são meros animais.

O verdadeiro amor é a manifestação da divindade na alma, porque é por si mesmo divino, ou então não existe. O verdadeiro amor é o caminho da alma para a eternidade.

A mulher adora Deus no homem que ama e que a fecunda, e cria nela a coroa de todas as ambições: o filho. Logo, o Matrimónio é a união de duas almas que se tornam UMA e que deve completar-se com uma terceira. "O HOMEM É ÚNICO EM TRÊS AMORES, COMO DEUS EXISTE EM TRÊS PESSOAS. (Eliphaz Levy)

Amar é ter encontrado a Deus na criatura. As almas vivem de verdade e de amor.

Senhora, tu amas assim a teu marido?

Sê franca contigo mesma e responda, mentalmente, a esta pergunta.

O inferno na alma é o não poder amar, e a maioria da humanidade está condenada a esta tortura, porque ela não sabe distinguir entre a paixão e o amor.

Dom João Tenório ia de uma decepção a outra, na busca do amor, e por fim morreu sufocado pelos braços de um espectro de pedra. O verdadeiro amor é a imortalidade da alma. O homem que deseja mais do que uma mulher, e a mulher que obedece aos desejos de mais de um homem, são animais; não são dignos de conhecer o amor.

A mulher pura e recatada é o ideal do homem; o homem digno e delicado é o sonho ideal da mulher. Logo, o casamento é o verdadeiro amor, e não é somente uma união legal segundo as leis humanas.

Uma mulher que ama a um homem e se casa com outro a quem não ama é indigna de chamar-se esposa.

Um casamento de conveniência é concubinato legalizado pelas leis humanas.

Casar-se com uma mulher que pertenceu por amor a outro, sem ser abandonada por ele, é desposar a mulher do próximo.

O verdadeiro amor nunca pode estar em contradição com o dever; a paixão sempre pede satisfação.

Escute, senhora, por que a ti estão dedicadas estas linhas: o homem atual perdeu muito de sua dignidade, e seu único remédio está em tuas mãos; tu podes curá-lo; mas, para triunfares em teu intento, deves sacrificar-te até dez vezes ao dia durante toda a tua vida, para salvar a teu esposo.

O homem está enfermo; o matrimónio cambaleia e a sociedade está em destruição. TU ÉS A MULHER: CONSO LADORA DOS AFLITOS, CURADORA DOS ENFERMOS REFÚGIO DOS PECADORES, PORTA DO CÉU, etc. Em tuas mãos está a salvação da humanidade.

Socialmente, a mulher tem direito de abandonar o marido que a engana, e se não tem filhos torna-se livre ante a natureza; porém, se for mãe, perde o direito de abandonar seu filhos e desonra-se a seus olhos. Então será preciso o sacrificio e que se resigne ao heroísmo da cruz materna, considerando-se viúva no matrimónio e consolando-se das dores no carinho da mãe.

Sem embargo estas Unhas não foram escritas para consolar às esposas abandonadas, e sim para o coração digno do verdadeiro amor, com a intenção de lutar e reconquistar o esposo perdido. Ao escrever não justifico de forma alguma o homem, contudo posso assegurar que em muitas ocasiões a mulher é demasiado culpada pela destruição do lar. Porém se erramos às vezes, isto não deve significar que não podemos corrigir o erro.

Mãos á obra, senhora; levanta-te e prepara-te para o ataque, com a arma do AMOR, para reconquistar teu marido, pai de teus filhos.

Casaste por amor?

Medita e examina em teu coração, e responde com franqueza e lealdade a ti mesma, porque o amor não engana e nem pode ser enganado.

O que esperavas da vida matrimonial?

Tens contribuído sempre para criar a felicidade no lar?

Tens aliviado as dificuldades da vida doméstica?

Tu te sacrificas para que teu marido tenha o que deseja?

Tens procurado criar sempre, com teu próprio esforço e abnegação, os atrativos que renovam os encantos da vida matrimonial?

Tens procurado aliviar a tristeza de teu marido, ou crês que só ele que tem a obrigação de aliviar a tua?

Tens recebido sempre teu marido, quando ele volta para casa depois do trabalho, como o recebias quando eras sua noiva e ele ia te visitar?

Tens cuidado de sua tranquilidade e bem-estar no lar?

Tens estudado seus gostos para satisfazê-lo quando necessário?

Muitas perguntas devo dirigir-te, prezada senhora, mas, por enquanto, estas são suficientes. Estou esperando as respostas.

O matrimónio é um estado cheio de dificuldades que têm que ser enfrentadas na busca da felicidade conjugal. É impossível oferecer um método único que seja aplicável a todos os casos e circunstâncias.

- Nestas linhas ponho á tua disposição a série de conhecimentos que podem capacitar-te a formares teu próprio método.

As informações adquiridas por experiências e aqui contidas podem ser como um guia racional que ajuda a toda mu-



Iher casada a encontrar na vida conjugal uma grande parte dos momentos ditosos com que sonhou.

## A FELICIDADE E O AMOR

A Vontade Superior plantou na natureza humana o desejo de perpetuar-se em carne e em espírito e para conseguir tal condição, o homem e a mulher sentem uma mútua atração que os incita a desejarem-se e a buscarem um no outro o que necessitam para satisfazer aos fins da natureza.

Satisfazer o desejo que permite alcançar tal finalidade constitui a dita no amor que exige condições: satisfazer os apetites materiais e encher as necessidades morais.

O homem é uma metade de Deus e necessita de sua outra metade para o cumprimento dessas finalidades; logo, o homem ao casar crê haver encontrado a pessoa que lhe inspira o encanto, a beleza, a harmonia, o saber, a cobiça pelo dinheiro, a ânsia da superação. O varão busca sua contraparte na mulher, e esta nele. Mas o homem é o executor das inspirações da mulher e por isso ele busca nela a luz que o guia a adquirir a satisfação dos apetites materiais e das necessidades espirituais.

O homem sente que os mistérios da Divindade estão encerrados no coração da mulher amada, e ao amar a mulher, está amando, através dela, o próprio Deus.

O homem é mente que pensa; a mulher é intuição que inspira; pensar é ter cérebro, intuir é ter coração. O cérebro trabalha, o coração adivinha.

O homem é a força e o poder e por tal motivo busca na mulher o conselho e a previsão. A força vence, mas o conselho convence. O homem é o Fogo Sagrado e a mulher é quem mantém este fogo divino nele.

O homem se diviniza na mulher e ela manifesta a divindade dele.

O homem, como cérebro qual dínamo, fabrica força; a mulher, como coração, produz amor; a força mata, o amor ressuscita.

A mulher é a divina arte que não imita, é a lei da beleza

Senhora, tens sido luz para teu marido?

Tens sido seu conselho e previsão?

Tens mantido gceso o seu Fogo Sagrado, ou o tens apagado?

Tens divinizado teu marido, ou o tens animalizado?

Tens sido para ele uma inspiração superior?

Talvez me dirás que és ignorante e que ná'o sabes fazè-lo; pois bem, a ignorância é uma desculpa, mas esta desculpa não te justifica, porque o ignorante deve aprender.

—Aprender o quê?

~ Aprender a amar, a amar, a amar, porque o amor é o saber máximo que te guia a adivinhar as necessidades e os desejos de teu marido.

— Mas, como deve ser o amor? Acaso eu não o amo?

Estude o decálogo do Amor da esposa para com o marido, e depois poderás responder a ti mesma aquela pergunta. Este decálogo exige:

1 — Fidelidade ao lar e ao marido.

2 — Abnegação sem limites.

3 — Prudência em palavras e atos.

4 — Diligente na vida doméstica.

5 — Delicada em todos os gostos.

6 — Sempre alegre com o marido.

7 — Constante nos afetos.

8 — Recatada na vida social.

9 — Terna e compreensiva na vida conjugal.

10 — Honesta e digna nas relações íntimas.

Estas são as qualidades que o homem busca na esposa, a qual, ao proporcioná-las ao marido, este obrigatoriamente deve corresponder e contribuir, por sua vez, com seu decálogo, que consiste nas qualidades que fascinam a mulher, e são as seguintes:

- 1 — Generoso no lar.
- 2 — Valente no perigo.
- 3 — Constante no trabalho.
- 4 - Completo em suas obrigações.
- 5 — Inteligente nas iniciativas.
- 6 — Firme nas decisões.
- 7 — Verdadeiro nas palavras.
- 8 — Tolerante em seu comportamento.
- 9 — Fogoso em seus desejos.
- 10 — Lhano na vida íntima.

De tudo o que ficou dito, se depreende que O AMOR TEM UMA ARTE E UMA CIÊNCIA QUE SE DEVE APRENDER E PRATICAR para a ventura do matrimônio e a felicidade do lar.

Agora, senhora esposa, podemos dirigir-te as seguintes perguntas, para respondê-las mentalmente em TEU INTIMO; Tens sido sempre abnegada com a família? Foste sempre fiel ao lar e ao marido? Quantas vezes por dia te queixas de tua sorte? Tens sido prudente em aconselhar teu marido ou tens querido dar-lhe ordens?

Quantas vezes ao dia gritas com ele, ou na hora de comer?

Tens sido sempre alegre com ele ou tens te portado como uma criança que perdeu seu brinquedo?

Quantas vezes tens chorado tua desgraça matrimonial ante ele, alegando que em casa de teus pais eras uma rainha?

Quantas vezes gritas por dia com a cozinheira, a criada e os filhos?

Tens sido constante em teus afetos, ou somente quando tens uma necessidade psíquica ou física?

EPOR ULTIMO: »

QUANTAS VEZES FERISTE TEU MARIDO COM PALAVRAS OU GESTOS?

Pois saiba: O homem perdoa tudo, menos a ferida ocasionada pelas palavras. Estas feridas nunca se cicatrizam e sua recordação fere mais cada dia.

Depois de responderes a ti mesma estas perguntas, sabrás por que teu marido já não gosta de estar muito tempo em casa e por que busca um pouco de tranquilidade em casa alheia.

## O NOIVADO PERMANENTE

Muitos perguntam: Por que, quando éramos noivos estávamos felizes, e agora, depois de casados, sofremos?

A resposta a esta pergunta é: Porque, desgraçadamente, deixaram de ser noivos. O verdadeiro e ditoso casamento deve permanecer sempre um noivado perfeito. O objetivo do casamento é a satisfação do desejo íntimo de perpetuarmos-nos em carne e em espírito, mas, não o de fartarmos-nos e sofrer a desilusão. Todo homem e mulher normais podem procriar um filho, mas nem todos os homens e mulheres podem perpetuar no filho os mais altos ideais. Por quê? - Porque todo homem e toda mulher são excelentes noivos e péssimos maridos, salvo algumas exceções. Como noivos, são a suma delicadeza, possuem as dez qualidades enumeradas anteriormente, ou, pelo menos, aparentam tê-las; mas, depois do casamento e terminada a lua-de-mel, começam a se desnudarem ante a realidade, e cada um começa a culpar a seu companheiro pela infelicidade matrimonial.

Do que ficou exposto, conclui-se que para conservar o casamento feliz devem os esposos continuarem noivos em pensamento, palavras e atos.

— Eu não sei o que pensar, dizia um marido: "quando eu era noivo, esperava com impaciência e ânsia louca o momento de chegar à casa de minha noiva; seu olhar me embriagava de ventura, sua voz me banhava de ternura; as horas a seu lado eram minutos... E hoje?... Ah. . . como é diferente. . . Mas... Como pode uma mulher transformar-se em pouco tempo ao converter-se em esposa?"

— Não deves culpar a ela, amigo, disse-lhe; tu tensa culpa, porque deixaste de ser aquele noivo que esperava, minuto por

minuto, o momento de chegar até ela. . . Este é o fim do en-fartamento sexual. . . Os maridos, para viverem em harmonia e felizes, devem usar o direito matrimonial o menos possível e praticar continuamente a delicadeza do noivado.

### DEVES E NAO DEVES

Para ti, esposa, estão escritas, exclusivamente, estas linhas. Tu és a guardiã" responsável de teu paraíso, de teu lar e de tua ventura matrimonial. Tu tens muitos deveres a cumprir. Não me perguntes: **QUAIS SÃO OS DEVERES DE MEU MARIDO PARA COMIGO?**. . . Dir-teei imediatamente: Tu deves cumprir primeiramente com teus deveres, e depois poderás exigir teus direitos. A primeira desgraça matrimonial consiste em pedir primeiro, com a promessa de dar depois. A maioria dos homens casados foge do lar porque neles se lhes exige demasiado sem dar-lhes nada em recompensa. Buscam fora o que não encontram dentro do lar. Não deves crer, mulher esposa, que somente a beleza de tua rival é o único atrativo exercido sobre teu marido; eu posso assegurar-te que noventa por cento dos maridos vivem com mulheres muito menos formosas<sup>A</sup> do que suas próprias esposas. Isto nos demonstra que a formosura de uma rival exerce pouca fascinação sobre o homem, se ela não está acompanhada de outras qualidades.

Mulher esposa, dou-te meus conselhos; toma-os como **VADE MECUM** (Guia) para conservares teu marido, ou para reconquistá-lo, se o perdeste. Este método é infalível e inenunciável: **EU PRATIQUEI PESSOALMENTE. DEVES APRENDER A ARTE DE SER UMA MULHER CASADA.** . .

### MULHER ESPOSA, ESCUTA:

Todo homem gosta de um perfume especial. Tu tens que descobrir aquele que agrada a teu marido, e perfumar-te com

ele. Em último caso, um pouco de colónia é suficiente para fazer-te agradável ao olfato de teu marido.

Nunca deves apresentar-te, pela manhã, ao teu marido, antes de teres lavado o rosto e penteado o cabelo como quando o esperavas no tempo de noivado. Deves cuidar de teu hálito, porque, seé fétido, pode causar repugnância ao esposo. Lembra-te que quando noiva chupavas uma pastilha perfumada para agradar com teu hálito a teu noivo?

Deves apresentar-te sempre com a roupa limpa e adequada, como quem espera uma visita importante.

A esposa feliz é a que se considera sempre noiva.

Ao escrever uma carta a teu marido, escolha um papel fino. A amante de meu marido lhe escrevia em papel de luxo e perfumado, enquanto que eu lhe mandava cartas escritas em papel de embrulho.

Eu encabeçava minhas cartas com: Querido Alberto), enquanto que ela lhe dizia: "Adorado de minha alma. Luz de minha vida. Amor de meus amores", etc. Minhas cartas eram com minhas roupas: manchadas e sujas, enquanto que as de-eram como um vestido de noiva. Se tu não tiveste uma educação suficiente, deves cultivar-te em casa e aprender diariamente algo mais. Uma vez meu marido me falou de uma viagem à França e eu lhe perguntei: A França está perto dos Estados Unidos da América? (Eu não sei por que nSo me esbofeteou.)

Deves achar toda tua plenitude em teu marido e perpetuar o ideal de haver encontrado sua metade necessária e complementar.

Deves buscar um ideal novo no casamento: assim como lo noivado se converteu em casamento, assim também deves tratar de converter o casamento novamente em noivado.

Deves ter uma abnegação ilimitada em agradar a teu es-proso, uma ternura infinita para prodigalizar-lhe e uma bondade inesgotável para perdoar suas faltas. **PORÉM, DEVES TER CUIDADO, SUMO CUIDADO EM NÃO APAGAR SEU FOGO DIVINO E NÃO ESGOTA-LO SEXUALMENTE.** O ho-

mem ou a mulher esgotados sexualmente vivem sempre brigando. Não queres crer? Pois bem, pensa um momento: o que sentes quando teu marido se ausenta de ti durante um mês? O que farias se o encontrasses depois desta ausência? Não o comerias em beijos? Pois bem, deves provocar com prudência e diplomacia essa ausência sexual, vivendo um ao lado do outro. Deves amar a teu marido até a adoração, mas tens que conservar sempre imaculado o teu pudor.

Os homens perdoam a si mesmos todos os erros, e perdoam à mulher todas as suas culpas, menos a perda da virgindade. Se cometeste um deslize sexual antes do matrimónio, devias confessá-lo ao teu noivo, e nunca esperar o casamento para comunicá-lo ao marido,

A maioria dos noivos perdoam, enquanto que a maioria dos esposos tratam de vingar-se pelo engano.

O homem não busca, tão somente, no casamento, o ato sexual, porque pode buscá-lo em uma outra mulher. O marido busca na esposa a alma gémea que encha seu vazio. A alma gémea tem amor, pudor e abnegação. Se levas ao matrimónio esta trindade, a coroa destas três colunas será a felicidade.

Nunca deves discutir com teu marido, se tu ou ele têm fome ou sono; um estômago faminto não tem ouvidos.

Deves proporcionar toda plenitude do gozo no abraço sexual com teu marido, porém deves recusar tudo o que seja antinatural, para que ele não te tenha aversão depois.

Deves compartilhar a sensação com teu marido; de outra maneira, se produz o desgaste fisiológico sem apagar a sede da alma.. .

Deves evitar que teu marido abuse de suas relações sexuais contigo, porque o enfartamento sexual acarreta o esfriamento do amor e dá motivos a desgostos e brigas no matrimônio.

Deves esquecer teus contratemplos do dia quando teu marido volta de seu trabalho para casa; deves recebê-lo com semblante risonho e palavras ternas. Quando o marido vê que

sua mulher o recebe compungida, ele começa a buscar outra que lhe prodogalize as carteias que necessita.

Não deves queixar-te com ele da cozinheira, da lavadeira ou dos filhos, enquanto puderes remediar sozinha a situação; do contrário, poderás fazê-lo de uma outra maneira, como quem pede um conselho para solucionar problema, mas não com gritos, emoções e desgostos.

Deves procurar familiarizar-te com o mesmo ramo de estudos que professa teu marido, porque o homem gosta de falar do que sabe com alguém que o compreenda, e lhe agrada dar lições em seu ramo de saber.

Se tens uma rival, deves estudá-la de perto, com paciência, e deves descobrir com diplomacia as qualidades que atraíram teu marido para ela. Deves tratar de superá-la em ditas qualidades para reconquistares teu marido.

Deves estudar a ti mesma, porque pode ser que sofras, sem sabê-lo, de alguma anormalidade em teu órgão sexual que causa repugnância ou fastio a teu esposo.

Se sofres de estreitamento em teus órgãos genitais, deves dilatar o tempo das carícias que precedem ao ato, até que os órgãos segreguem suficiente muco e se façam elásticos.

Se és demasiado retardada em obter prazer, deves induzir com carinho e amor ao marido, para que te prepare o ânimo e que não vá ao ato senão por tua iniciativa, porque uma mulher que não acompanha a emoção de seu esposo acarreta uma desilusão para ambos.

Se teus órgãos estão ressequidos e ásperos, deves aplicar um pouco de vaselina ou de saliva, e se são demasiado úmidos deves tomar um pequeno banho com solução de alúmen ou água com limão antes do ato.

Se teus órgãos são muito largos e não proporcionam a plenitude do gozo natural, deves lavá-los com um pouco de suco \*de limão diluído em duas partes de água, e assim se produz um razoável estreitamento.

Se és excessivamente ardente, deves corrigir-te com banhos vaginais de água fresca com limão (4 limões de bastante

suco para um litro de água) e com banhos genitais frios duas vezes ao dia, de 15 minutos de duração cada um. Evitar excitantes na comida.

Se és demasiado fria, debes corrigir tua aberração mental e tratar de sentir a excitação intensa, aproveitando os ciclos de maior intensidade sexual, que na mulher alcança a 16 dias anteriores às regras, e se já não tens as regras, a própria natureza te fará sentir os momentos mais propícios para o abraço sexual. Deves buscar em teu corpo as zonas excitáveis e desenvolver sua sensação. Às vezes essa aberração provém de uma ideia religiosa, pois debes saber e convencer-te de que, entre marido e mulher, tudo é permitido se é natural e correto, e debes compreender que exercer o ato incompleto aumenta mais a aberração e acarreta a desgraça do matrimônio. Deves atrair o marido com o perfume que lhe agrada. Deves dar aos lábios a cor que proporciona suavidade ao tecido, suavidade à tez e encanto às linhas.

Deves cuidar de tua boca: brancura aos dentes, suavidade e colorido às gengivas, perfume ao hálito, cor de rosa à língua.

Deves perfumar o leito conjugal e as prendas íntimas. Deves evitar tudo o que pode repugnar e esfriar o ânimo de teu marido quando estão em intimidade sexual.

Deves conservar-te em perfeitas condições de saúde para prolongar teu vigor sexual. O exercício moderado, a sã e moderada alimentação são aconselháveis para o caso.

Nunca debes cair no erro, e crer como outras mulheres acreditam que uma vez casada, já não é necessário cuidar de sua beleza e de seu físico. Deve ser completamente o contrário: a mulher casada tem mais necessidade de cuidar de sua pessoa do que a jovem solteira.

Deves criar um ambiente agradável à vista, ao gosto, ao tato, ao ouvido e ao olfato, no lar. Deves ser a honra da família e do marido.

Deves atender com diligência a saúde e a higiene da família, e contribuir para o melhoramento físico e mental da prole.

Deves estar animada do desejo de enriquecer a economia do matrimônio com tua economia razoável e tua diligente labores.

Deves aprender a ciência da vida doméstica e a adaptar-te à convivência com vários seres no mesmo recinto, contribuindo com tua cooperação afável para proporcionar ventura ao lar.

Se teu marido vai cedo para o trabalho, debes levantar-te com ele para atender suas necessidades antes de sair.

Deves fazer de teu lar o refúgio da paz, para que o marido encontre nele o descanso de suas lutas.

Deves adornar teu lar, a cada momento, com o esmero que dedicas aos dias de festa.

Deves ser leal com teu esposo; tens que agradá-lo com doçura que não enfastia nem com repetições que esgotem.

Deves dar-lhe ânimo em seus desalentos e nunca debes censurá-lo acerbamente por seus erros, porque todo homem erra.

Deves satisfazer os cinco sentidos de teu marido para influir em seu ânimo: à vista, pela cor e pela forma, com proporções agradáveis; ao ouvido, pela palavra suave com som melódico e frases amorosas; ao olfato, com perfume que desperta a vivacidade e produz a associação de ideias afins; ao tato, pela suavidade que acaricia, pela temperatura confortável e pelo magnetismo que anima; ao gosto, pelo sabor, cheiro e calor.

Deves eliminar de tua mente a necessidade de crer que quando o marido comete um erro, a mulher deve censurá-lo com cara feia e tratá-lo com desprezo e choro; todas estas manifestações são bastante suficientes para afastá-lo de ti em busca de outra, que sabe desculpá-lo e animá-lo para enfontrarseu caminho.

Deves compartilhar as alegrias de teu marido.

Deves alimentá-lo de esperança.

Deves ter fé nele.

Deves proceder com abnegação ilimitada.

Deves inspirar-lhe o desejo de superação.  
Deves ajudá-lo em seus esforços.  
Deves animá-lo sem desalento.  
Deves compartilhar com ele o mesmo sentimento.  
Deves dispensar-lhe tua exclusiva devoção.

Deves saber que não é necessário nem possível praticar tudo o que ficou dito de uma só vez, e sim simultaneamente, para que a felicidade exista. Quando a ocasião exige, deves, então, aplicar o conselho.

Quando Maomé chegou ao apogeu de sua glória e domínio, um dia sua favorita lhe perguntou:

— Senhor, qual de todas as mulheres que conhecestes que te fez mais feliz?

— Khadija — respondeu Maomé sem vacilação.

— Khadija? — repetiu admirada a favorita. Uma ignorante, velha, viúva e feia. . . qualquer de tuas mulheres podia fazer-te mais feliz.

— Todas juntas não me dão nem um reflexo do que ela me deu — respondeu o profeta. Ela era sábia em sua prudência, pura de alma como uma virgem, formosa de coração como a mais perfeita beldade, terna e amorosa como as bem-aventuradas. Amou-me quando eu era pobre, acreditou em mim quando ninguém acreditava; esforçou-se em fazer-me ditoso quando era infeliz; perfumou minha existência com sua abnegação e embelezou minha existência com as virtudes de todas as graças. Desde que morreu, tenho buscado em vão nas demais mulheres um só dos encantos com que Khadija iluminou meu espírito. . .

Esposa: tens sido uma Khadija para teu marido? . . . Tens sido uma iluminação para seu espírito? . . . Tens sido aquela graça que não tem nome: sabedoria prudente, formosura de coração, ternura abnegada e perfume que enche todo o ser de teu marido? Tens sido a comunhão espiritual com ele? . . .

— Como alcançar a comunhão espiritual com teu marido?

— Pois escuta:

Deves fazer o gosto de teu marido.

Deves ser sincera nas confidências.

Deves-te expressar com delicadeza.

Deves respeitar o círculo de sua autoridade.

Deves guardar absoluto pudor na intimidade.

Deves dispensar-lhe preferências em particular e em público.

Deves evitar o antagonismo.

Deves guardar-lhe sempre o respeito.

Deves agradecer-lhe ao seres compreendida.

Deves condescender com jovialidade e ânimo alegre.

Deves ser sua alegria, mas não instrumento de seus caprichos.

lutas.

Deves interessar-te em suas empresas e compartilhar suas

Deves fazer com que ele sinta orgulho de ti.

Deves evitar impacientá-lo e deves acalmar suas más paixões.

Deves serenar seus impulsos e serenar sua fogueira.

Deves atender suas necessidades e orientar suas ambições.

O homem aos 18 anos peca por inocência, aos 28 por impaciência e aos 38 por necessidade.

Deves cuidar de teus filhos como mãe e não como uma encarregada, e considerar que teu marido tem alma de criança.

Deves proceder sem preferência entre teus filhos, porém tens que concedê-la a teu esposo.

Deves fazer com que teus filhos sejam o adorno de tua beleza, porém que teu marido seja a coroa de tua glória.

Deves ser a compreensão dos trabalhos diários de teu marido e fazer-te merecedora de sua confiança, para que te volvas ao conselho luminoso de seus acertos.

Deves ser a satisfação de seus recreios e fazer com que ele te tenha sempre em seu coração.

Deves ser a companheira doce e constante de teu marido, para dar-lhe ânimo e compartilhar suas esperanças.

MUITO IMPORTANTE:

DEVES EVITAR DE FERI-LO COM GESTOS OU PA LAVRAS, PORQUE AS FERIDAS PELA LÍNGUA NÃO CI-CRATIZAM NUNCA; AO CONTRARIO, CONSERVAM-SE COMO FOGO SOB CINZAS.

Conta a lenda que, quando Maomé regressou da presença do Senhor, encontrou-se com Moisés, que lhe perguntou:

— Irmão Maomé: que Lei te deu o Senhor para teu povo?

— O Senhor — respondeu Maomé — deu-me um decálogo

em que consta que o bom crente tem direito ao Paraíso, se para cada má ação fizer uma boa.

— Teu povo não poderá cumprir esta Lei — disse Moisés. Volta ao Senhor e Lhe suplica que seja mais benigno.

Maomé voltou e obteve do Senhor um novo decálogo em que o bom crente ganha o Paraíso se para cada duas ações más fizer uma boa obra.

— Ainda é muito para teu povo — considerou Moisés. Volta novamente ao Senhor e suplica mais tolerância.

Maomé voltou ao Senhor pela terceira, 4.ª, 5.ª até a 10.ª vez, sempre aconselhado por Moisés, e obteve do Senhor que o bom crente pode ir ao Paraíso se para cada dez ações más fizer uma boa.

— Isto teu povo pode cumprir — disse Moisés. Vai agora aos teus e lhes ensina esta Lei com boas palavras.

E assim Maomé criou um Império, fundou uma Religião e levou a milhares de famílias a ventura e o desfrute de incontestáveis bens.

Esposa: tu deves aplicar o decálogo de Maomé com teu marido, para obter a felicidade no casamento e a ventura no lar. Desta maneira, teu marido se converte em teu servo, e ASSIM SERÁS UMA VERDADEIRA ESPOSA E ASSIM TE-RAS PRATICADO A ARTE DE SER UMA ESPOSA FELIZ.