



微信搜一搜

黎家大院

DBSM 完全教程---教学类珍文

--- 校长

目录

1 紧缚.....	2
2 吊刑.....	3
3 鞭打.....	3
4 语言责罚.....	4
5 滴蜡.....	4
6 羞耻责.....	5
7 拷问.....	5
8 剃毛.....	6
9 电子震荡器.....	6
10 放尿,排便.....	7
11 肛门 调教.....	8
12 侍奉调教.....	9
13 露出.....	9
14 医疗器具.....	10
15 强奸体验.....	10
17 制服游戏.....	11
18 颜射.....	12
19 摄影.....	12
20 女体盛.....	13
21 浴室调教.....	13
22 玉体绘画.....	14
23 贞操带.....	14
24 野外调教.....	14
25 灌肠.....	15
26 奴隶誓约.....	16
27 监禁.....	16
28 Lesbian 调教.....	17
29 自慰.....	17
30 木马.....	18
31 连缚.....	18
32 宠物调教.....	19
33 拘束.....	19
34 其他.....	19



微信搜一搜

黎家大院

1 紧缚

紧缚调教和捆绑的意义并不一样,对奴隶实施的捆绑只是一种拘束手段,用来配合其它调教,而紧缚则可以单独成为一种 SM 的形式。

绝大多数喜欢 SM 的女性,最初都是从紧缚的经历开始的。甚至可以这样说,幼年有过被捆绑的幻想的女性,成年后多会出现 SM 的倾向。紧缚通过给予肢体完整的束缚感,而满足奴隶潜在的稳定和安全的需求。由于正常人是拥有自由的,所以一旦被紧缚,人的尊严即被剥夺,自

然会产生屈辱或羞耻的感觉。这也要求,紧缚必须建立在绝对的信任基础之上。

紧缚需要技巧高超的主人来实施,自己捆绑自己是非常困难而危险的。恋缚技巧中所展示的只是对身体各个局部的捆绑方法,而要达到肢体完整束缚,而不产生痛苦的要求,主人还要根据奴隶的体格特点相应创造性地组合。所以,紧缚在日本也是一门学问。从如何打各种绳结,到如何拘束肢体等等。相关的内容,“绳虐指南”章会给大家一个大概地介绍。

顺便说一些紧缚的基本常识。紧缚最常用的是棉绳或麻绳,既牢固又安全,丝绳也可以用,但不主张使用电线。多股编就的棉绳容易产生美丽的绳痕,如果不喜欢绳印的话,可以用单股的绳索。不喜欢白色的绳子,可以选择麻绳或染色的丝绳。通常每根绳索长度在 7 米左右,太长了捆绑和解开都很麻烦。一般需要准备 5 到 6 根,而且捆绑不同部位的绳索粗细也不同,例如:丁字裤,全身紧缚,乳房捆绑,乳头牵拉这四种捆绑,各自所需的绳索粗细就依次减小,从 10mm 到 4mm 不等。绳头最好用热塑或腊封住,不致散开。为了使绳子更柔软而不刺激皮肤,绳索应该在沸水里煮过,特别是麻绳,未煮过的几乎无法使用,特别喜欢麻绳刺激感觉的除外。至于用白酒来浸绳子,是为了让绳子产生香味,而不是出于消毒的目的。

不管采用何种方式的捆绑,主人都应该不时地注意奴隶手脚的颜色和体温。同时也要顾及奴隶的体形和柔韧性,不要强行采取太过激烈痛苦的捆绑。切记,任何动脉静脉流经的地方,决不能打结!诸如颈下,手腕内侧,腹股沟,关节等处,如果奴隶出现发麻的现象,主人应该立即松开绑缚。

各人对紧缚的感受是不同的。比如,绑起来玩弄奴隶的私处会产生羞耻感,反绑双手,带上各种刑具照镜子则会产生屈辱感,紧缚后给以鞭打则会产生痛苦感。如何掌握气氛,对主人的要求很高。甚至可以说,紧缚是 SM 的全部也不过分。



微信搜一搜

黎家大院

2 吊刑

吊，是从捆绑和紧缚发展而来的绳虐方法。所以在对奴隶施行吊刑之前，最好要有充分的捆绑和紧缚的技巧。如果说捆绑和紧缚还有定式或规律可循，吊的技巧就完全要靠主人的创造力和经验了。

吊的目的主要有两种。第一，通过绳索的牵拉和自身的重力使奴隶只能保持特定的姿势。第二，剥夺奴隶对地面的依靠，加强无助和孤立的感觉。吊的种类也非常丰富，站立姿态垂直的吊，全身离地水平的吊，双手反绑的吊，猪缚吊，逆海老吊，单脚吊，M字开脚吊等等，还不包括各种部分肢体的悬吊。吊刑本身并不足以作为一种调教，但是配合吊刑的调教几乎都能收到特别好的效果。因此，一个完美的恋缚空间中，滑车和吊梁是绝对不能缺少的。吊梁至少要能承受 300 斤的重量不晃动，没条件作滑车的有个滑轮就可以了。如果是倒吊或水平吊的话，吊绳和整个机构必须非常结实。吊起奴隶的时候如没有帮手，可先让奴隶站在椅子或桌子上，吊起后再把桌椅移去即可。

提醒一下常识。如果吊绳负担的重量很大，特别在全身吊起的场合，在捆绑和分配吊绳时一定要记得把重量分散在多道绳索上。切记不要在关节和接近血管处作吊绳的捆绑。把奴隶捆得像粽子一样，恰恰不是出于残忍的本意。主人有义务时刻注意奴隶手脚的温度和肤色，来控制吊刑的分寸。

3 鞭打

女孩子从小就有豁免家长打骂的特权，对鞭打的经历产生好奇也很自然，所以很少有女性会拒绝鞭打。特别是赤裸着身体被绑起来鞭打时，更容易激发某些女性体内的受虐因子。

鞭打所用的鞭，可以分为三种。单根的教鞭，多股的皮鞭和扁平的板子。教鞭是单根细长而坚韧的鞭，和马鞭或藤条类似，用力鞭打时皮肉非常痛，很容易产生鞭痕。所以，常用略带刚性的鞭梢向奴隶发令，或身体调教。多股的皮鞭抽打的痛苦感比教鞭轻，但抽打的面积大，挥动起来比教鞭恐怖的多，而且鞭打的声响非常大。皮鞭的鞭柄粗细适中，有时也作为插入调教的道具。若论抽打，板子最轻了。拖鞋，巴掌，木板都可以代替。板子的拷打可以一直把屁股打红，都不会留下皮肉损伤的痕迹。三种鞭打的特点不同，适应的对象和场合当然也不一样。鞭打时奴隶常采取伏跪或吊起的姿势。一方面略微给奴隶一点逃避的自由，另一方面使奴隶无法遮挡被鞭打的部位。如果同时再蒙住奴隶的双眼，不让奴隶对下一鞭有任何心理准备，鞭打的效果就更好了。

不管采用何种鞭打的方式，以下的部位是不可以作鞭打的。这些部位包括头部，手部，脚部，手肘，膝盖和小腿正面，腰部，腹部，颈部和脊背。而适合鞭打的部位包括，臀部，大腿，



微信搜一搜

黎家大院

肩背部，胸部，肋部和女性阴部。当然准备护创膏，皮肤软膏等以防万一也是必要的。

鞭打对奴隶也有要求。从配合的角度讲，被鞭打的奴隶应该随着每一鞭而发出哭叫，既可以向主人表示求饶或悔过，也可以缓解心理的紧张和肉体的痛苦。主人也可以规定，如果有一鞭奴隶忘记了哭叫，那么还要追加处罚，等等。

4 语言责罚

这是一种纯粹使用语言而不施加体罚的调教方式。来源于最初对罪犯的审讯。

语言的责罚对主人的技巧要求很高，必须熟悉奴隶，了解奴隶的弱点，用有冷冰冰的语调和一针见血的判断来攻克奴隶的心理防卫，即所谓的攻心战。这个过程和被捕后的关押审讯非常类似，主人并不是压倒性地发挥支配作用，而奴隶也有辩解和防卫的权力。调教中，可以借用各种威慑手段和诸如监禁，紧缚等的软性体罚，但不可以施加真正的刑罚。发现并利用奴隶的弱点是很重要的，具体的方法可以参考刑讯心理学。

纯粹的语言责罚掌握的确困难，所以通常和角色游戏结合起来进行。学生和老师，英雄和敌人，罪犯和警察等等的角色分配，只要允许出现讯问情形的，都可以用作为语言责罚的角色背景。

利用粗话或不堪入耳的言辞，对奴隶进行语言责罚也是一种方法。出于羞辱，嘲讽，挑逗和责骂等各种目的言语，一样也可以奏效。只是考虑避免影响主人形象，通常交给助手完成就好。

5 滴蜡

滴蜡是借助融蜡的高温对皮肤产生刺激的刑罚。由于蜡对人体安全，施行简单卫生，刑罚后也不留痕迹，使得滴蜡成为一种非常普遍的调教。

SM 滴蜡使用专门的低温蜡烛，不致烫伤皮肤。为了和配合肤色形成出血的激烈效果，蜡烛通常选用鲜艳的红色。如果一时找不到，也可以用普通的小蜡烛代替。不妨记住这个简单的道理：蜡烛离人体越近，滴下的蜡油温度就越高，蜡烛倾斜角度越大，滴下蜡油的速度越快。反之亦然。人体各个部位都可以滴蜡，只是各部位对烫感的耐受度不同。后背和臀部通常比胸部和腹部能承受更高的温度。乳房，大腿内侧，足心等皮肤细嫩的地方，对蜡油的耐受度就低的多，因此会有强烈的效果。所以在对某个部位滴蜡前，主人应该先用手背试一下温度。期间还要视奴隶的反应来调整蜡烛的高度和角度。如果奴隶挣扎着摆动身体，或低声地哭叫，那么蜡油的温度都是合适的。如果奴隶的反应渐渐平缓，就应该加强热蜡的量。如果奴隶随着滴蜡，身体产生猛烈的反射，就要注意蜡油温度是否过高了。

为了防止奴隶的挣扎，滴蜡时通常要做捆绑。捆绑方式不限，保证滴蜡部位向上即可。如果



微信搜一搜

黎家大院

要除去热蜡，只需冷敷皮肤并稍作活动，待皮肤收缩后蜡块即自然脱落。

6 羞耻责

所谓羞耻责，就是针对女性奴隶的羞耻心理而进行的责罚。奴隶强烈的羞耻心是责罚成立的前提。因此，对缺乏性经验而羞涩的女性，羞耻责罚往往能收到很好的效果。

羞耻责罚的具体手段，不外乎视奸或褻玩。之前的准备工作，要把害羞而遮遮掩掩的奴隶捆绑成能令她感到羞耻的姿势。不一定非要用 M 字开脚的捆绑或暴露肛门的捆绑，捆绑是否到位，看奴隶的脸红程度就好。获得羞耻的感觉也并非一定要全身赤裸，有技巧的脱衣过程所产生的羞辱感比单纯赤裸强的多。用剪刀剪开内裤，只把内裤退到大腿上，或者用内裤塞住奴隶的嘴，都是很实用的方法。捆绑完成后即可进行责罚。

责罚的手段依然围绕着产生羞耻感的目的。借助电动玩具或手指玩弄奴隶的下体，让奴隶说出私处各个部位的名称，回答平时羞于启齿的问题等等，都可以结合着进行。如果在奴隶身前放一面镜子，让她能看见自己的羞耻表现，还会有更好的效果。有条件用摄影机拍下来或者不时用闪光灯打两下，那就更好了。随着责罚的进行，如果奴隶渐渐逼近高潮，主人的羞辱手段就更加多样。因为被捆绑着无法自己解决，而内心又有愈发强烈的需要，往往不得不把自己淫荡的一面真实地表现出来。羞耻责罚中，奴隶达到多次高潮是常有的事，高潮次数越多自然是好淫的表现，但连续高潮所带来的极端快感却足以令奴隶忘却受辱的经历，反而对主人产生真心的感激。

羞耻责罚的频度不宜过密，至多每月一次是比较合适的限度。过密的羞耻责罚会破坏奴隶的羞耻心，丧失羞耻本能的奴隶就无法体会责罚的乐趣了。因此在羞耻责罚之后，应该着力恢复正常的相处关系，保持性的神秘感，并赋予奴隶足够的隐私空间。奴隶最好也要节制自慰的频度，有意识地压抑一下性欲。这些简单的习惯，都会使下一次的羞耻责罚更为难忘！

7 拷问

日本“责”的本意和中国的责备，责罚并不完全一样，带有拷问的意义更多一些，这里仍然沿用“责”字。日本 SM 责的手段来源于古代日本拷问术。为什么很少有能挺过日本人刑罚的烈士呢？为什么日本人的女特务也很厉害呢？所以，不能小看日本人的捆绑术和拷问术啊。打死人很容易，但不伤及皮肉却要摧毁抵抗的意志，却是非常难的。捆绑和拷问术能够潜移默化地影响着现代的 SM 行为，可见其中确实有很多的内涵。

SM 中“责”和“缚”的手段都是非常多样的。除了常用的羞耻责，言语责和蜡烛责之外，还可以列出不少。诸如：股绳责，鼻责，水责，石抱责，针刺责，挠痒责，笼头责，海老责，木马责等。这里就分别简单介绍一下。



微信搜一搜

黎家大院

木马和股绳责主要通过奴隶体重对木马马背的挤压或绳索绳结摩擦为奴隶的下体制造痛苦。前者演变成专门的木马系列，后者则除了单纯的股绳缚外，还有跨绳等变种。鼻责和笼头责都是使用面部的拘束具扭曲奴隶的五官而产生痛苦的方式。水责是利用水的窒息作用产生痛苦，由于有生命危险，所以主人不可将水责的奴隶放置不管。奴隶桃缚盘坐姿时，在怀中压上大块圆石，就是非常痛苦的石抱责。把奴隶捆绑后，用手指，羽毛等细小物件挠痒，虽然听来温馨有趣，实际使用中却非如此。奴隶由忍耐转为大笑，进而疲劳，痛苦甚至会窒息，所以挠痒责也属于危险的责罚。

责罚或拷问的过程，即使虚构，也最好要有一个拷问的目的。即选择那些奴隶明明知道答案却不愿意回答的问题。采取何种方式捆绑奴隶可按拷问的需要而定。所以在责罚调教中，控制受虐的程度的人其实是奴隶自己。奴隶不肯招供，恰恰表示奴隶不满足目前的拷问过程，希望进一步地受虐。这种隐蔽的关系根本不能存在于正常接触和交往关系中，这正是 SM 吸引人的地方。

8 剃毛

现代女性有修整体毛的习惯并不奇怪，如果要穿吊带衫，背心等，体毛是必须细致修理的。但是几乎没有女性有剃掉阴毛的念头。成熟的女性却有着少女般光洁的耻部，一旦在公共浴室被同性嘲笑是非常难堪的事。阴毛也是女性成年后的标志，而且阴毛的生长缓慢，一旦剃光需要很多时间才能长齐。因此剃去阴毛对女性而言是潜意识中成人资格的剥夺和人格的羞辱。这里的剃毛调教，就是特指阴毛而说的。

剃毛调教通常作为对奴隶的一种惩罚手段。剃光阴毛的奴隶甚至在只有女性出入的私密场合里也会感到自卑。剃毛调教的过程很简单，所需的工具包括剃须刀，肥皂，热水毛巾。如果奴隶会反抗的话，当然还要准备绳子。如果奴隶长有浓密的阴毛，可先用剪刀把阴毛剪短。然后用热水毛巾热敷阴部，使毛囊舒展后再涂上肥皂或剃须泡。然后就可以自上而下地动手了。对于皮肤褶皱处的阴毛，要小心地展平并剃除，不可过急，以免划破皮肤。完成之后最好涂一点爽肤水或爽身粉，为奴隶美化一下光洁的阴部。然后就可以让奴隶从镜子里欣赏杰作了。如果想用胶带把跳蛋在外阴固定话，不剃掉阴毛可不行。

如果处于责罚的目的，还有其它的除毛方法。包括使用药物永久地除毛，用手或夹子拔，用蜡烛烧等等。至于看着阴毛在蜡烛的烧烤下卷曲地燃烧是什么滋味呢？试过就知道了。

9 电子震荡器

很多初尝 SM 的女性会害怕鞭打，灌肠，针刺等容易产生痛苦的调教。不过慢慢就会体会到真正可怕的东西其实是振荡器和催淫剂。只要有充分的时间，这两件东西可以剥去任何端庄高贵或清纯可人的外表，把女性内心追求肉欲的一面挖掘出来。从这层意义上讲，电动振荡器和催淫剂是调教的主人必备的工具。



微信搜一搜

黎家大院

电子振荡器有很多种类。直接贴合在内裤内侧的振动蝴蝶体积小，可以日常佩戴而不为人知；小型而圆滑的跳蛋用处最多，既可以刺激乳头，阴核，也可以放入体内振动。细长而柔软的电动拉珠适合阴道紧小的年轻女性使用，还常用来开发肛门感受；逼真而粗壮的电动阴茎则可以同时对阴核，阴道，宫颈和肛门等多处产生刺激，可以说把振荡器的功能发挥到极点。有的除了振动之外，还有颗粒状的外表，各种颜色和形状，能够发光，发热，旋转等。款式繁多，几乎可以满足各种女性的需求。电子振荡器的初衷是为了解决那些寂寞女性的欲望问题，到了 SM 的工具箱里，立刻就成为攻陷女性欲望防线的最佳武器。

电子振荡器几乎可以用在所有的调教场合。使用时最好用保险套套住，保证卫生，如果没有前戏地插入，还要准备一些润滑剂。需要注意的是，不要过多地使用电动阴茎。由于电动阴茎比人体坚硬，过多使用可能造成肌肉组织损伤。一旦奴隶形成电动阴茎的高潮依赖，就不容易从正常性交中得到满足。所以，不要过早地对奴隶使用电动阴茎，偶尔使用也应该结合其它的调教内容，而不要单一依赖插入调教的效果。多数的情况下，使用外置的跳蛋或拉珠效果一样很好，而且负面影响小的多。

10 放尿,排便

一时想不出更雅的词来，仍然沿用日本人的称呼吧。

放尿和排便都是人类无法有别于动物的本能行为。男女生理有别，使得各自处理排泄方式不同，这种不同甚至在长时间的社会生活中对男女的社会行为也产生潜移默化的影响。男子如果内急，可以在公共场合略作回避地解决。女性则不然，在很多场合下不仅要不动声色地忍住尿意，而且还要在一个隐蔽可靠的地方处理，还要尽量掩盖或不发出不雅的声音。所以，放尿和排便的调教几乎是针对现代女性奴隶所设计的。束缚着身体，同时在主人或者爱侣的注视下毫无遮掩地排泄，奴隶必须完全放弃人格和自尊，由此产生的羞耻感是不言而喻的。是否经历过放尿和排泄的调教，甚至是奴隶体验的一道分水岭。

放尿和排便的调教一般按奴隶的志愿分为两种。当奴隶的内心仍然抵抗排泄调教的时候，通过束缚或拘禁，使奴隶不断积聚尿意，而不允许奴隶正常地排泄。主人或调教方可在奴隶强忍尿意的过程中进行各种调教，奴隶因无法分心会很快进入忘我的状态，如果一直不释放奴隶的话，结果当然只能是羞耻地在主人面前排泄。从奴隶大量饮水开始到有尿意的时间约为 40 分钟，从强忍尿意到失控而排泄的时间一般在一小时。数据视奴隶的体质和饮水量而不同。如果奴隶采用单足吊缚，并且定时强迫饮水的话，后果是可想而知的。另一种则是奴隶的身心已经能够接受排泄调教，可以按主人发出的指令或制定的计划作特殊的排泄活动。总之，不在正常环境与正常姿势下完成的排泄活动都可以给女性奴隶特殊的身心体验。这里的排泄调教，主要以放尿为主。如要强迫奴隶排便，不作灌肠是不可能的。而且粪便的清洁和处理都不好办，所以请参见“灌肠”节。

放尿和排便有很多具体调教计划，诸如：给奴隶规定一个忍耐的上限时间，如果奴隶能够完



微信搜一搜

黎家大院

成，则给予高潮的奖励，如果奴隶中途无法忍耐就排泄，则还要追加处罚。也可以在地上分开地放置多个小水杯，捆绑奴隶的双手后，要求奴隶自己去注满这些水杯，如果奴隶无法自如地控制尿流，是无法灌满全部水杯的。也有的奴隶喜欢下身被股绳捆绑着排泄，由于尿液无法顺畅地排出，会产生像儿童尿湿裤子般的羞耻感觉。奴隶大量饮水后放出的澄清尿液，或浣肠后由肛门排出的清洁饮料，都可以无害地饮用。一般用来对奴隶的羞辱或责罚场合。放尿和排便不会产生真正的肉体痛苦，所以只要注意卫生和事后的清洁就可以了。

11 肛门 调教

肛门调教的目的是开发奴隶肛门的感受，并非一味出于肛交的目的。主人必须明白。对于没有肛门体验经历的奴隶，即肛处女，初次调教的成功与否，也将影响到奴隶肛门性感的二次形成。奴隶肛门欲望的最初产生起源于幼儿期，而后随着两性角色的确立，使得肛门作为原始的性感部位慢慢被淡化。好在肛门一直负担着控制排便的任务，所以唤醒奴隶的肛门性感的还是不难的。

肛门调教的道具按奴隶的体质和括约肌的状况不同而异。拉珠和润滑剂都很有用。调教之前最好能作灌肠，或者让奴隶自己排空，否则对调教的双方都不卫生。放入直肠的道具或手指等应用保险套套住，特别记住，从直肠抽出的道具或手指不能直接插入阴道，以免传播病菌。此外，对肛门粘膜破损，痔疮或产伤未愈的奴隶，不要作肛门调教。

记住这些安全和卫生的常识后，就可以按部就班地开始调教了。肛门括约肌不像阴道括约肌那样有弹性，而且直肠粘膜很容易受伤，所以调教方对奴隶的安全要绝对负责。最初可以从一个润滑过的手指或橡胶棒开始，把手指指尖插入奴隶的肛门处并略施加压力，让奴隶采取与放屁时类似的括约肌放松动作，手指就能轻松地自动进入。在奴隶没有完全适应肛门被异物侵入的感觉前，不宜弯曲或抽动手指，强烈的动作都容易引起奴隶本能地排斥反应。手指需要退出时，要求奴隶以排便时的自然腹压将手指缓缓“排”出，凭调教者主观意志而不顾奴隶括约动作快速地进入或抽出都是不对的。对于肛门特别紧小的奴隶，甚至可以让奴隶带着橡胶棒过夜。当奴隶不再排斥手指或橡胶棒后，可以改用拉珠，大拉珠，跳蛋等其他道具，并结合缓慢的旋转和抽动，使肛门的括约肌进一步舒展，如果感到不适仍可按前法退出。由于直肠深处的弯曲结构，插入奴隶肛门部分的长度不宜超过 10 公分。

肛门也属于人体私密的器官，而且在调教时容易发出臭味，所以肛门调教的奴隶会产生很大的羞耻感。经过正常的肛门开发后，奴隶才会在生理和心理上适应肛交。所以肛门调教可以在便后作为日常的调教进行，也可在奴隶限制高潮调教时转移奴隶的性欲注意力等。其实，妇科检查时，肛门的指检也是例行的步骤，只是没有调教的成分在里面而已。适合肛门开发的体位和捆绑方法，请参见三“绳虐指南”部分。

注，如果要进行肛交，应注意到奴隶肛门的位置采取合适的体位，不可像阴道性交一样随意进行。一旦奴隶产生痛苦，应立即退出。简单的损伤可以用类似痔疮药膏来处理，出血的话



微信搜一搜

黎家大院

还是尽早去医院治疗。

12 侍奉调教

中文应该写作侍奉更合适一点。

侍奉调教的目的是让奴隶学会为主人提供性服务的方法。这里所说的性服务，当然不是对等地位的性交，而是奴隶对主人单方面的性服务。包括对主人的崇拜，给主人的口交服务等。如果前阶段的调教使得奴隶愿意诚心地侍奉主人，那么包括点烟，倒酒，捶背，按摩等的服务都不需要特别指导就会做。而女性奴隶如果不了解主人的男性特点，就无法为主人提供舒适的口交。所以，侍奉调教的过程先从崇拜调教开始，崇拜主人的形象，崇拜主人的物品直到崇拜主人的性器。然后让奴隶在崇拜的心情下，对假阳具进行口交的训练，主人在一旁给予指导并视奴隶的进步给予奖励，训练的内容包括舔，吸，吹，吻和深喉适应等。直到奴隶能够记住男性敏感点，并能有分寸地进行动作就可以了。至于侍奉时能否体会主人的心思，这就要看奴隶的天资了。

侍奉与其说是一种调教，更多情况下是作为对奴隶出色表现的认可和嘉奖。所以，在奴隶成功成长时间的调教之后，主人应主动让奴隶侍奉，并从中得到休息和娱乐。有什么能比付出全身心来取悦主人更令奴隶感到幸福呢？

13 露出

这里说的“露出”和“露阴癖”是有区别的。前者是奴隶在主人的命令下为了取悦主人而做的，后者则是社会性的心理变态。

所谓露出，就是命令奴隶在公开场所暴露羞处的调教方式。由于害怕被熟人看见或认出，中等程度的奴隶是不会接受在人流密集场所的露出命令的。但是在无人的野外，阴暗的小巷，破旧的屋舍里，只要主人在心理上给奴隶足够的安全感，奴隶对露出调教还是基本能接受的。

在公共场合的露出调教，最长也不过几秒钟。否则容易被人围住，碰上保安就更麻烦了。准备露出的奴隶，最好不穿内衣或内裤，而直接在外面穿大衣，这样穿脱都比较方便。相比公共场合的露出，僻静的地方的体验则更深刻一些，前提是确保没有人发现，也不会遇到歹徒。只要主人能令奴隶产生“正在被陌生人窥视身体”的想法，奴隶就能获得羞耻的感受。所以，相关内容也可以参见“野外调教”节。至于最佳的露出体验，也可以从多人在场的集体调教中获得。在座的观众虽然是主人的好友，但奴隶既不认识，事先也不知情。在这种情况下，主人命令奴隶脱掉衣服表演露出，恐怕对奴隶的羞辱体验是非常深刻的。当然，事后应该让这些观众和奴隶互相认识了解，并达成基本的信任关系，否则奴隶潜在的恐惧会对主人后续的调教产生负面的影响。



微信搜一搜

黎家大院

14 医疗器具

医疗器具作为调教的道具，其实也是一种物尽其用。许多男性羡慕妇科医生的职业，在检查台上再高贵的女性也要袒露下体听任医生护士的各种摆布，而医疗类的 SM 游戏正好可以满足男性的这种愿望。同时，许多女性在接受年轻医生的妇科检查时，也会体验一种被陌生人窥视下体的羞辱感，这种感觉虽然难以名状，确也无法拒绝。正如在医生面前没有羞耻感可言，以医疗检查为由，往往可以破除女性自身的羞耻防线。所以，SM 的女性喜欢医疗游戏也不是天生的。医生也罢，主人也罢，只要支配方的手法温柔，往往女性就被轻易地击倒。

这里所指的医疗器具主要指阴道扩张器。至于敷料钳子，镊子，冲洗器，宫颈扩张器等等，因为没有“实际”作用只能被忽略了，为了达到更好的调教效果，许多原本不是器具的道具也纷纷挤了进来，像毛笔，手电，吸瓶，试管等。至于检查台，不必专门去买一张，很多医院现在还只用板床呢。

具体的调教过程可以参照医疗的过程，为了让支配的主人“师出有名”，这里就列出一些。这些常规的操作包括外阴的检查，阴道和肛门的指诊，阴道扩张后的内窥检查，冲洗，消毒，组织涂片，止血纱布的填充，导尿，药物留置等等。即使没有医学常识也可以想出个大概，不过调教的效果和是否深入没有任何关系。调教时奴隶的体位除了膀胱截石位外，偶尔也可采取膝胸卧位和侧卧位。调教的过程中，不时地提问一些奴隶羞于启齿的问题，则更能渲染气氛。总之，医疗调教是体现主人温柔体贴的机会。如果主人单纯地把奴隶看作听话的试验品来摆弄，反而会使奴隶产生变态的感觉。

仍然补充几点必须注意的常识。任何进出阴道的器具都要消毒和润滑，最好准备一个干净的腰盘放置器械。如果奴隶的阴道相对扩张器较小，正确的步骤是把扩张器的鸭嘴和阴唇方向平行地放入，大部分进入后再旋转到正常位置，最后慢慢打开。金属制品可以反复使用，牢固而有逼真的冰冷感觉，可以缓慢地打开并锁住。塑料制品就没有这些好处了。扩张器没有任何弹性，和特制的情趣用品不同，所以不要强迫插入或过度扩张。导尿器具和奴隶外阴应严格的消毒，并使用导尿管，插入尿道前应做好充分润滑。奴隶应该配合放松下体，避免插入的痛苦。女性一般插入约 4-6cm 就应该到位了。较细的导尿管不仅安全，而且能增加排尿缓慢的羞耻感。安全起见，不推荐使用留置式的导尿管

15 强奸体验

强奸体验

早就有这样的例子，女性在遭到强奸后反而出现性欲亢进的现象。这表明女性并非百分之百地拒绝强奸。有些性欲望压抑很深的女性，只要施暴的男性有足够耐心和技巧，就能够把她



微信搜一搜

黎家大院

们深层次的受虐欲望发掘出来。女性的柔弱，希望得到关注和爱护，丰富的幻想和细心的感受等特质，都使得女性在社会压力下容易出现受虐的本能欲望。没有接触到 SM 内容之前，女性心目中所能想象被侵犯的场景只有捆绑和强奸。所以，这都为强奸调教的成立打下了基础。从另一侧面讲，如果把强奸体验和灌肠，针刺等 SM 活动并列起来，多数女性还是容易接受前者。当然，被陌生人粗暴的强奸是不在讨论范围内的。

进行强奸调教之前，支配方最好曾经得到奴隶的默许，太过突然的强奸虽然刺激，但可能遭到奴隶意外的反抗。特别是轮奸的计划，如果奴隶不曾接受的话，是万万使不得的。而强奸的具体实施，必须保证意外性和突然性，要让奴隶相信，自己的确有可能正被陌生人施暴。为了打消某些女性厌恶的感觉，初次实施强奸调教的环境不妨选在干净和舒适的地方。如果奴隶自己就把环境整理好的话，那多少暗示着奴隶正在等待主人动手呢。

正确的强奸体验应该和捆绑联系在一起。合理的捆绑能够使支配方不必把力量用在粗鲁地制服女性上，实际只有暴力制服女性的过程才是真正会产生痛苦的过程，把束缚女性的任务交给温柔的麻绳则是再好不过了。捆绑的过程中，奴隶应该懂得“假挣扎，真配合”。解释一下的话，就是主人正在捆绑的部位或不希望主人捆绑的部位要顺从地配合主人，否则绑得不好中途松掉，或绑得太紧产生痛苦就扫兴了，而期待主人捆绑或已经捆绑好的部位则可以表现出奴隶的反抗，不然就失去了强奸的意义。奴隶的反抗也可作为主人施加暴力程度的标尺，奴隶顽强的挣扎表示期待主人更有力地制服，奴隶放弃挣扎则表示屈服于主人的力量。主人应该蒙住奴隶的眼睛，并且不发出奴隶熟悉的声音，防止奴隶认出自己，加强奴隶无助的感受。捆绑并制服奴隶的过程正是女性幻想被暴力侵犯主体过程，时间不妨持续较长，如果奴隶此阶段完全忘我地投入的话，在捆绑完成“惨遭摧残”前的刹那，应已陷入半哭泣半昏迷的崩溃状态，所以此后即使主人说话也不会影响游戏的气氛。如果奴隶不接受强奸调教，或对调教不满，则会保持清醒并试图拆穿主人的真实面目。此时虽然还可以继续调教，但情景和气氛就失败大半了。

对奴隶展开性攻势则是强奸体验的华彩乐章。由于奴隶放弃反抗，深陷无助和绝望的境地。所以各种平时使用的情趣物件都可以轮番上场，把奴隶摆成各种羞耻的姿势进行“奸污”，看看你的奴隶能泄湿几条床单？如果经历数次高潮后，奴隶放弃了象征性的反抗，全身无力地瘫软下来，则表示奴隶的体力到达可以支持的极限。主人应该放开奴隶的束缚，以正常的性交再给奴隶最后一次高潮，作为奴隶出色表现的奖励。当然也可以暂停攻击，让奴隶休息一小时，恢复部分体力后继续把奴隶推入性高潮的漩涡。因此，强奸调教之前最好摸清奴隶的脾气和习惯，帮助在这种情况下正确地判断。

强奸体验对奴隶来说不管真假，都是非常消耗体力的过程。所以对接受强奸调教后的奴隶要给予赞美和奖励，并允许奴隶自由地休息和恢复。

17 制服游戏

制服游戏是从异装的角色游戏演变而来的。如果把它和“过家家”联系起来，相信女性都会



微信搜一搜

黎家大院

很快接受。制服游戏需要双方都要有较高的修养，否则游戏的过程刻板无趣，容易和其他调教产生混淆。

制服游戏的种类很多，不少青色文学都可以直接拿来当剧本。一般的角色分配是：护士和病人，空姐和劫机犯，预警和被俘特工，教师和不良少年，公司上下属等。切记，不可以拿血亲或乱伦作为剧本，在奴隶心中产生强烈的羞耻感的同时，这些内容会潜在地影响奴隶另一面的真实生活。

制服游戏的重要之处在于让女性也参与其间。即使是奴隶，也要尊重她的表演欲和富于幻想的特点。女性奴隶心中导演着的剧本不会比主人设计的逊色。只是女性的社会角色使得奴隶的一方很难有自我表示的机会。所以，主人准备制服游戏前应该耐心得启发奴隶，尊重奴隶的愿望。游戏的设计阶段越简单越好，要有大体的情节和场景控制游戏的方向，具体的道白留给主人发挥，否则奴隶哪里来新鲜感呢？策划的最终结果只要简单到喜剧还是悲剧就足够，代表受虐角色的反抗是否成功。这样不容易产生冲突和冷场。如果有条件拍下来，就知道双方下次怎样作得更好了。

18 颜射

所谓颜射，通常是指向奴隶的脸上喷射精液或放尿。常识中，别人的体液都是肮脏的东西。更不用说是从尿道排出的精液和尿液了。所以，颜射调教能够彻底地打击奴隶的女性自尊，助长对男性的崇拜。因此，能够接受主人颜射的奴隶通常都非常服从，忠心耿耿。

颜射的动作很简单，不过不捆住奴隶的双手，刚开始时奴隶也是不会就范的。如果对毫无经验和准备的奴隶进行颜射，会产生很大的精神刺激和羞辱感。所以，在颜射之前，也许应该逐步打消奴隶对精液或尿液的恐惧，如果奴隶已经能基本接受放尿调教则更好了。有条件的话，可以把奴隶接受颜射的过程拍摄下来。美丽脸庞上挂着精液的照片对奴隶一直可以产生很强的暗示作用。此外，由颜射调教还可以引申开去，即主人可以把奴隶身体的任何一部分当作喷射的目的。如果在奴隶身上挂一块“公共厕所”的牌子，就已经走到极端了。

迄今为止，尚未发现正常精液或尿液溅入口鼻后可能导致疾病的例子。不过，溅入眼睛和耳朵大概会很难处理。己所不欲，勿施与人的道理主人总不会不知道吧。另外，对奴隶补充一句。男性精液中含有大量的高度活性物质，新鲜而易于吸收，美容和滋养皮肤的效果任何高级护肤品都无法比拟，可惜来源有限，不能天天用啊。

19 摄影

女性在 SM 中绽放的美态，平时绝对埋藏在心里，难能一见。与其让女性认可 SM 的行为，不如让女性更直接地去认可 SM 时刻的自己。而帮助女性完成这种认可，把那些难忘的瞬间化为像片上美丽的永恒，绝对一招奏效。请设想，如果没有那么多 SM 网站上的图片，会有多少美眉能感觉出自己的 SM 潜质呢？看过那些令人心跳的照片，难道美眉不希望自己也成为那个幸福的主角吗？



微信搜一搜

黎家大院

从奴隶的惊恐，无助，绝望地挣扎，到娇羞，忘我，陶醉于快感，奴隶在各种 SM 调教中表现的千姿百态无一不值得记录。关于奴隶如何化妆，做发型，现场的布置，采光，拍摄，包括图像后期美化等等，堂主将在 SM 摄影章详细展开。摄影所需的装备当然要数字化。拍出的照片不能拿到外面冲印自不待言，数字化的媒体更容易加密和收藏。用传统摄像机拍摄就免了，保管好录像带太困难，不过想学璩美凤的倒可以一试。

摄影时切记在照片中只能出现奴隶，而不要有主人的身影。否则不仅会破坏特殊时刻的美感，也可能在将来对观者产生负面的影响。情色小说里常常有这样的情节，女主人公因为被偷拍了照片而受到要挟，继而坠入 SM 的圈套之中无法自拔。毕竟是小说，堂主并不赞成把照片用作要挟的工具，如果 SM 的技巧被用在强迫基础上的性玩偶培养，那可更是大错特错了。因此，照片必须妥善的保管，一旦发生遗失，眼下的后果是毁灭性的。所以，堂主建议用带加密的文件格式存储这些内容。即使遗失或泄密也不怕，更不用担心将来被孩子看见。

20 女体盛

女体盛是日本从前所特有的男女不平等的见证。原意是指用女人的身体作摆设。餐桌上，白净的女体可以用来盛放菜肴，涂抹佐料；展台上，性感的女体可以用来衬托贵重的物品；住宅里，细心捆扎女体可以当作茶几，花瓶，圣诞树，灯架等等。

女体盛的调教是让赤裸的奴隶采取奇特的姿势，在长时间模仿没有生命的摆设的过程中体会羞耻和折磨的过程。为了保证摆设的可靠，奴隶必须自觉保持着姿势，所以不必施加额外的拘束，捆绑的目的也是为了帮助奴隶保持姿势不晃动或散开。女体盛是对奴隶的服从度，意志和体力的全面严格训练。所以在调教的过程中如果不断让奴隶感受性感，是无法达到这种训练目的的。这也是女体盛和普通性感调教截然不同的地方。

21 浴室调教

浴室调教的游戏成分更重一些，所以不能算是真正的调教。在浴室里，裸体带来的羞耻感就大大降低，即使奴隶被捆绑，主人和奴隶还是接近平等的。所以，浴室调教很适合初尝 SM 的男女尝试。同时，浴室游戏的内容也有调情的一面，既可以增进主人和奴隶和谐关系，也可以使身体得到休息。属于最边缘的软性 SM。

在浴室游戏中，主人可以把捆绑着的奴隶当作宠物，一边玩弄一边洗。也可以把奴隶当作海绵，为自己洗。和过程相比，这里的花样就不重要了。当然，如果把浴室当作特别的拷问场所，而对奴隶进行喷淋，水责或灌肠放尿等的其它调教，就不是这里讨论的内容了。

注，浴室里不要采用太过刺激的乳液即可。地板湿滑的话，捆绑后的奴隶容易跌倒，所以有条件最好把奴隶半吊起来。



微信搜一搜

黎家大院

22 玉体绘画

青春的女性胴体是一幅最好的画布。时下突然兴起的人体彩绘就是例证。温暖而诱惑的肉体表现着柔媚细腻的主题，真是美到极致了。

作一幅完美的身体绘画，主人的工笔也要有三分火候。日本的刺青师就是专门从事人体绘画的，彩绘的颜料可以洗去，而刺青的花纹则无法消除，所以刺青对主人的要求更高。准备好专用的人体无害颜料，配合大小画笔，就可以作画了。网上有 Body Paint 的套餐，也不外乎这些东西。堂主不赞成在这完美的天然画布上作什么野兽派的展示，平凡普通的花鸟虫鱼，已经是极为合适的题材。女性纤柔的体格正好能灵动地表现诸如花瓣，羽毛等娇美的主题。即使没有绘画的基础，主人也只需按范例作些针对性地练习就好。

绘画的部位主要在身体的正面或背面。背脊部位适合各种大面积的作画，比较平坦，缺点是女伴往往无法自己欣赏。而正面有乳房和腰肢的起伏，处理的恰到好处需要很高的水平。如果绘画能够自然地运用乳晕的颜色，并且淡化乳头和肚脐的话，那是再完美不过了。另外在大腿和臀部的作画，题材可以很小，却容易因身体的活动而被抹去，不如画在肩膀或乳房处。至于使用口红的涂抹，因其毫无美感可言，归入羞耻责罚更好一点。

身体绘画其实并非 SM 的内容，把它归为情侣和恋人之间的特殊的交流更为合适。为了保持绘画时温馨静谧的气氛，可不要把女伴当作奴隶捆起来。她能自始至终地温顺地接受你的画笔，已经是很出色的调教成绩了。

23 贞操带

贞操带调教属于限制高潮类调教。这和贞操带的结构和功能有关。现在的贞操带以皮制的居多。仿古的金属制贞操带因为必须合身制作，而且制作困难，所以并不多见。最初金属制贞操带可以完整地禁锢女性的下体，其金属部分完全与女体贴合，阴户处仅留一丝窄缝或筛状小孔，供排尿使用，肛门处排便的孔洞略大，但和身体紧密贴合，不留缝隙。即便是手指也无法插入。金属制贞操带可以长期佩戴。而皮质的贞操带一般不加孔洞，直接完全封锁下体对外的出口，奴隶排泄和性交的权力都被彻底剥夺。所以只能用于短时间的调教。现代的贞操带已经逐渐失去了保护贞操的本意，而产生很多变种。包括女性主人佩戴的假阴茎，内置震动棒的责罚型贞操带等等，都已是完全背道而驰的产物。

贞操带调教分为强迫高潮和高潮剥夺两类。前者把情趣工具置于奴隶的下体，然后在外面的贞操带闭锁。奴隶虽然被没有束缚自由，但因下体不断受到强迫的刺激，无法停止或摆脱，而连续达到高潮。后者是利用催情剂或性感带的摩擦激起奴隶的性欲，然后用贞操带闭锁奴隶的下体，剥夺奴隶达到高潮的自由，给奴隶以痛苦的精神折磨。另外，贞操带也可以作为控制奴隶排泄的工具，偶而也用贞操带代替项圈作为奴隶身份的标志。

24 野外调教



微信搜一搜

黎家大院

野外调教是一种场合型的调教。调教的内容不限，紧缚，露出，鞭打，放尿，宠物，责罚等等都可以。野外的定义大概是荒僻无人的露天场所。常识上看应该是人迹罕至的地方。由于不是私人的地界，也有可能偶尔遇到路人。这正是野外调教刺激的地方。

废弃的工地，树林，山野，田庄等等，都可以算是野外的场合。为了安全起见，最好把私车停在附近，一旦有意外可以马上离开。野外的调教的手法也不受任何限制，由于调教的同时奴隶有害怕生人偷窥的心情，平时司空见惯的刑罚也会产生强烈的效果。至于在花园，街道，咖啡屋，电影院作野外调教，即使奴隶不怕，主人也没这个胆子吧。万一被便衣的公安或围观的群众当作流氓，调教就无法收场了。所以，在公共场合的调教也仅限于衣服下的紧缚，不穿内衣的言语责罚，或插入振动器等等。

野外调教特别要注意安全。全身赤裸地被捆绑着的奴隶光是应付心理上的紧张就够呛，更不谈什么自我保护意识了。不仅要防止跌伤或擦伤，更要小心虫咬或其它意外，所以急救箱和卫生用品是必须要带的。如果是在野地里，还需要带上自己的毯子或垫子。为了保证安全，建议主人还要有一名助手，这样才能在调教的同时把各方面都照顾齐全。

25 灌肠

浣肠，其实借用了“灌”音和“洗”形，一个字就把我们通常所说的灌肠调教都说明白了。所以这里我还是写作“浣肠”。

正确操作浣肠有很多需要注意的细节，我这里简单地讲一下。接受浣肠前，可以采用适合浣肠的捆绑，也可以让奴隶自己用双手抓住双脚并保持尽量张开的姿势。让奴隶自己看见浣肠的过程，可以打消奴隶的恐惧和紧张。浣肠所用的液体最好是用非刺激性的美容香皂水，既有香味也有一定杀菌作用。而温水，生理盐水，牛奶等也都可以用。甘油溶液会产生强烈的便意，酒精成分会很快被肠道直接吸收入血液，醋溶液虽然刺激但经常使用可能破坏肠道环境引起溃疡。所以选择甘油，啤酒或醋等其它液体时，一定要顾及肠道的吸收作用。浣肠液体的温度最好在 40 度左右，冷水浣肠容易使腹部着凉而腹泻。初次浣肠的量，100CC 就差不多了。为了软化粪便，也可以放少许助泻药。正规的洗肠就是这样作的。

浣肠用具可以从大号注射器，吊瓶和洗球中各选其一。注射器可以控制灌肠量的多少，吊瓶则有类似自动灌肠的效果，洗球使用最方便。其它所需的工具包括橡皮管，钢丝夹，灌肠头，肛门塞和固定具等。在保证卫生的情况下，还可以在奴隶的阴道内同时施加电动阴茎，并用贞操带闭锁下身。此时为了避免肛门溢流液体渗入阴道，不建议奴隶采取匍匐或伏跪的姿势。

如果不希望奴隶就地排便的话，记得不要捆得太紧。肛门毕竟只是环状括约肌的结构，要做到长时间滴水不漏是不可能的，所以浣肠后加上一个肛门塞可以防止液体溢流。如果把橡皮管固定在下身并作灌肠，只要用钢丝夹夹住随时可以暂停，而且便于排液或继续灌肠。相反，如果主人把你紧紧地捆起来浣肠，可不要说没有心理准备啊。另，如果在长时间逆向体位下



微信搜一搜

黎家大院

过量浣肠，还会因液体返流而使奴隶呕吐。

浣肠可以作为一般的调教，也可以作为肛交前的准备。其实浣肠是一种普通的消化道清理手段。用于便秘，食物中毒，肠套迭，临产前强制排空等等。最近突然冒出打着美容目的的洗肠服务来，大概也是考虑到许多办公室女性肠道蠕动能力差，经常便秘的情况吧。定期的浣肠对女性的健康还是有好处的。这也算是为了浣肠调教找一些理由。

26 奴隶誓约

奴隶誓约是主人和奴隶初次确立关系时的一种仪式。也是通常进入 SM 状态的标志。精美的项圈和誓约词是仪式所不可缺少的。

奴隶誓约的最主要的过程就是：由主人为奴隶戴上项圈，然后奴隶跪在主人面前宣读誓约，表示自愿接受调教的态度。如果想长期地确立调教的关系，则还可以让奴隶正规地在誓约上签字。当然誓约没有任何法律效应，如果有人硬说你的 SM 调教是违背妇女意愿的强迫行为，誓约也许能作为部分的证明或辩护吧。进行誓约仪式的时候，并不对奴隶作捆绑，也不需要脱去衣服，但跪姿几乎是必须的。

奴隶誓约在日本是一种严肃的 SM 礼节。特别是在从未谋面的 SM 伙伴之间，通过誓约的过程可以使双方互相了解，进而做好充分的准备。即使调教结束，为奴隶摘下项圈之前，奴隶也应作短暂的答谢。这里，项圈的角色非常重要，一旦女性佩戴上项圈，即告进入 SM 状态，可以接受调教；项圈除掉之后，又立刻恢复正常人的身份和平等的关系。这是不是比一句“可以了吗”更含蓄一点呢？

27 监禁

监禁是一种原始的体罚。通过黑暗的地牢，恐怖的声响和长时间的自由剥夺来动摇奴隶的心理防御。由于监禁的特殊要求，使得地下室成为监禁的最佳场所。既不需要遮挡阳光，也不必担心奴隶呼叫。没有开阔的地下室的，用铁笼子盖上黑布也可以代替。一般的捆绑，紧缚只能是给精神与肉体产生片刻的作用，和长时间的黑暗体验完全不同。有条件的话，试试就知道了。

监禁调教一般也结合捆绑。奴隶的进食，排泄等都由主人控制。剥夺奴隶休息的权力，用黑暗紧张的环境来扰乱奴隶的时间感，再结合各种调教手段后，奴隶就会失去自我的控制能力。这段时间的长短个人不同，不过和奴隶在精神上是否投入有很大关系。因此，在调教前主人和奴隶应该有充分了解和信任，当奴隶渐渐丧失正常意识而开始受本能左右时，监禁调教的主导责任完全落在了主人的一边。奴隶出现木讷，哭泣，绝望等的现象，其实都是幼年经历或生活压力突然失去抑制后的一种直接表露。也许，监禁调教中的奴隶渴望着外界的强制手段摧毁自己的防御机制，使自己倍受压抑的心情可以脱离道德和社会的约束而自由宣泄吧。对于真正的痛苦折磨，常人还是会敬而远之的。



微信搜一搜

黎家大院

28 Lesbian 调教

Lesbian 调教其实泛指调教方和奴隶同为女性的 SM 活动。和字面解释不同，调教方并不一定是女同性恋者。是调教的内容并没有具体限制，但仅仅因为调教方性别的变更，打破了在同性间的心理平衡限度，会给奴隶带来非常特别的体验。即使是同样的调教，也会有全新的羞耻感觉出现。

女性甘于受男性虐待式的性爱，有很多的潜在原因，也容易为双方理解。一旦调教方转为女性，这些原因的大部分都会被否定。作为同性，女性主人一开始会给奴隶可靠和可信的感觉。当顺从的奴隶被温柔地捆绑起来施行调教的时候，女主人的可靠和可信便会荡然无存。如果女性奴隶内心还有一丝自尊，就绝对不会轻易向同性低头或认输，更不用说像奴隶一样赤裸身体捆绑着接受调教了。受到同性的羞辱和玩弄而无法反抗的时候，奴隶的对抗心理会不断加剧。同时由于女主人对奴隶的生理结构和心理特点非常熟悉，哪怕普通的调教手段都会产生双倍的效果，很快就可以瓦解奴隶的防线，让奴隶不得不屈服。而且，女性主人可以佩戴比男性更为粗壮坚硬的假阴茎对奴隶展开攻势。如果奴隶一旦意识到这一点，今后都会对女性主人产生比男性更深的敬畏感。如果女主人比奴隶更年轻或更弱小，调教都会对奴隶产生更大的心理刺激。

关于是否能接受同性恋的问题，和这里的 Lesbian 调教并没有正面的抵触。SM 和性爱难以区分，而又有着本质的不同。SM 需要有最深的信任和完全的沟通，性别的差异只会影响调教手段的细节，而丝毫不会影响 SM 的气氛。如果 SM 双方都明白这一点，即使互换主人和奴隶的角色，一样可以得到向往的效果。而情爱与婚姻和 SM 之间是没有必然关系的。如果因不能接受女同性恋而拒绝 Lesbian 调教，当然不能强求。不过，要小心奴隶尝到 Lesbian 调教的滋味后变成 Lesbian 啊。

29 自慰

这里所说的自慰调教是指奴隶在主人的眼前或在主人的命令下所作的自慰行为。虽然自慰行为纯粹由个人支配，但说自慰具有强烈的 SM 的色彩却毫不为过。因为自慰的本质在一定程度上包含了自我 SM 的幻想，所以习惯性自慰的女性中几乎不会有拒绝 SM 的人。

自慰不容于传统的道德观，在很多人眼里，自慰是比排泄更私密的事情。即使独自一人的自慰行为也会产生羞愧和负罪的感觉，更不用说在主人的注视下了。自慰调教所产生的羞耻体验也是非常深刻的。偏偏自慰之后的高潮会让你欲罢不能，忘记各种文明观念的约束。好在现代的观点已经肯定了适度自慰对身体的积极作用。所以把自慰引入 SM，毫无变态或叛道的意思。



微信搜一搜

黎家大院

自慰调教的气氛是非常宽松的，没有胁迫与捆绑，只是对奴隶羞耻感度的纯粹挑战。奴隶的敏感点，毕竟只有奴隶自己才最清楚。特别是在相处不久的 SM 派对之间，不要希望对方的爱抚能一针见血。把自慰调教作为正式调教的准备，往往还没有达到高潮，奴隶就进入理想的燃情状态。容易接受以后的各种调教，而不会产生抵触。同时，在一旁的主人更要细心地观察了解，务必洞悉奴隶各种的性感特征，为以后的奴隶性感开发积累经验。相比之下，在其它的调教中不断地摸索，当然是笨办法了。不要期望奴隶会自己坦白自己的性感带，缺乏羞耻心的奴隶是不值得眷顾的。让奴隶不自觉地泄露自己的“要害”，才是自慰调教的最大特点。

30 木马

木马是女性奴隶专用的调教器械。因为类似木驴，所以把木马用作惩罚淫贱的刑具几乎成为共识。

通常的木马也叫三角木马，把三角形断面的木梁包覆蒙皮，架起到齐腰高即可。受罚的奴隶赤裸下身，像骑马一样直接骑在上面，利用三角的棱边和奴隶的体重对女体产生折磨的效果。简易的三角木马用两块木板人字形搭接就可以制成。更简易的木马可以用单根粗木棍制成。甚至把两个靠背椅拼在一起，也能快速作出一个木马来。

根据木马高度不同，奴隶也要相应受捆绑，木马才能起到作用。齐腰高的木马，奴隶一旦骑上去，两脚尖才能刚好碰到地面，这是最理想的。如果是过矮的简易木马，就要把奴隶的双腿弯曲起来，小腿紧贴大腿捆住，保证奴隶的大部分体重落在马背上。如果木马太高或奴隶无法承受下体的压力时，可以用绳索把奴隶吊住，转移部分体重，或者让奴隶不时在马背上伏一会。

31 连缚

所谓连缚，就是多个奴隶同时在一起捆绑并调教的方式。并不特指某种调教手段。通常的连缚只捆绑两个奴隶，并没有什么特别的原因。

连缚的作用是很特别的。一起捆绑受虐的奴隶，因为调教中同伴的存在，所以奴隶不容易产生孤独和消极的情绪，心情会比较稳定，这对尝试 SM 的快乐非常重要。任何新的调教项目，只要有一方能接受，另一方也会受到影响而慢慢接受。奴隶的心情可以相互传染，这些积极的暗示作用，不是靠主人的经验就可以弥补的。并排在一起捆绑的两个美丽奴隶，本身就是一种强烈的视觉冲击。对主人而言，这种征服欲和成就感难以形容。

连缚还可以引发一种别出心裁的调教，奴隶竞赛。多个奴隶同时进行相同内容的调教，并且要对比调教结果，胜者得到奖励，输家还要追加处罚。利用奴隶潜在的竞争心理，连缚也可以令原本紧张的调教，产生更积极，活跃的气氛。



微信搜一搜

黎家大院

32 宠物调教

宠物调教，就是把奴隶当成宠物来饲养的一种调教方式。因为是乖乖的宠物，所以一般也不加捆绑。宠物调教属于中长时段的调教，期间奴隶必须戴着项圈，有时还加上缰绳和口球，不一定要模仿某种宠物，但必须放弃人类特有的行为方式。所以，宠物调教是一种精神上的调教。

宠物奴隶模仿最多的就是狗。像狗一样在地上趴着，舔着盘子吃东西，抬起腿小便，跟主人外出，让主人逗着玩等等。作为宠物，一直要保持开心的样子，如果愁眉苦脸的就应该受处罚。为了调教的逼真，奴隶不仅不能说话，有时还要插上尾巴，和真的宠物住在一起。即使宠物奴隶有生理或心理的需求，也必须暗示主人，让主人帮助。

各人对宠物调教的接受能力是不同的，这和奴隶的成熟度和心理状态有关，并非所有奴隶都能认可宠物调教。宠物奴隶放弃了做人的权利和尊严，就是希望换来主人的怜惜和疼爱。如果主人习惯虐待饲养的小动物，动辄鞭打脚踢，关在门外不给饭吃，奴隶可要小心了。

33 拘束

拘束和紧缚非常相似。两者之间的最主要区别在于使用的束缚工具不同。紧缚只用绳索，而拘束可以使用各种专门的拘束具。绳索的捆扎比较困难，却有着无穷无尽的发挥余地。相比之下，拘束具的使用更加直接简单，而且不会产生紧缚的痛苦。所以，拘束更适合初尝 SM 的派对。

拘束具的种类非常多，最常见的是各种皮质的手铐脚镣，有单纯锁链式的，也有皮套束缚式的，还有长棍固定式的，直接买来就可以用。同类的拘束具还包括口球，拘束带和全身拘束装。即使不善捆绑的主人也可以把奴隶彻底地拘束起来。如果有条件，还可以自制其它的拘束具，包括各种枷和拘束箱。前者包括铐住双手和脖颈的面枷和铐住脚踝的足枷，后者可以算是特殊的枷，奴隶的头和手脚都在箱外，身体则被拘束在箱内。同类的制品还有十字架和木马等。此外，用胶带，皮带，电线等代用品，也可以拘束奴隶。大体捆绑的方法和紧缚类似，这里不赘述了。

34 其他

还有没有其它的调教呢？当然有，前面仅列出一些大家都可以接受的软性内容。对于真正的 SM 嗜好者，恐怕是远远不够的。所以，那些过头的内容也在这里一并简要地补齐。



微信搜一搜

黎家大院

除了拘禁和鞭打外，通常所说的硬性 SM 内容主要包括穿刺，窒息，兽交，异物插入，药物调教等等。穿刺原先是指在肚脐，下身打孔并佩戴饰物的行为。硬性的 SM 者往往在下身特殊部位穿孔，或吊挂重物，或加以拘束。因为比较伤害身体，所以堂主并不推荐。至于窒息，是通过特殊手段限制奴隶的呼吸，以达到一种临界缺氧的幻觉状态，相比之下更加危险。以下的就不解释了，这些手段越来越倾向于对身体的折磨，在对身心产生不可逆转的作用的同时，其作为 SM 出发点的情趣的一面却已近乎消失了。很少有人一定要从那里去寻找快感。即使有过那样的经历，堂主更要在这一劝你迷途知返了。

至于另一些方式，例如蒙眼，摩擦等等，通常被视为情侣之间的游戏，还没有到软性 SM 的程度。也就不另立门户了。

