

Verführerische Strafen –

69 schmerzhaft
Lektionen der Lust

Lilly An Parker

Eine Einführung in erotische SM- und BDSM-Spiele

ELYSION

Lilly An Parker, Katinka Uhlenbrock
Verführerische Strafen
69 schmerzhaftes Lektionen der Lust
- eine Einführung in erotische SM- und BDSM-Spiele -
Sachbuch

Die Sachbuchserie »69 Lektionen der Lust« behandelt verschiedene Aspekte der Erotik und nimmt den Leser an die Hand, um unter Anleitung und mit Humor in die Welt der Sinnlichkeit abzutauchen – wir wollen nicht belehren, sondern informieren und den letzten Funke entzünden, der vielleicht noch nötig ist, um selbst aktiv zu werden.

Sex und alles, was dazu gehört, ist schließlich viel zu schön, um wie ein Geheimnis gehütet zu werden ... oder?

Deswegen folgt uns in die aufregende Welt der Verführung, der Leidenschaft und des Vertrauens. Lasst euch fallen und verzaubern, denn wir wollen euch eine Welt zeigen, in der fast alles möglich ist ... spielerisch, leicht und erregend ...

Lilly An Parker, Katinka Uhlenbrock

VERFÜHRERISCHE STRAFEN

69 schmerzhafteste Lektionen der Lust

**- eine Einführung in erotische SM- und BDSM-
Spiele -**

Sachbuch

ELYSION

www.ElySION-Books.com

Verführerische Strafen
69 schmerzhaftes Lektionen der Lust

- eine Einführung in erotische SM- und BDSM-Spiele -

Sachbuch

ELYSION-BOOKS

1. Auflage: Mai 2020

VOLLSTÄNDIGE AUSGABE

ORIGINALAUSGABE

© 2020 BY ELYSION BOOKS GMBH, LEIPZIG

ALL RIGHTS RESERVED

UMSCHLAGGESTALTUNG: Inka Gabriela Schmidt

FOTO: © Adobe Stock/Klein_Razoomanetu

LAYOUT & WERKSATZ: Hanspeter Ludwig

www.imaginary-world.de

ISBN (vollständiges Buch) 978-3-96000-110-2

eISBN 978-3-96000-111-9

www.ElySION-Books.com

Inhalt

Vorwort

1. Einleitung

- 1.1 Was ist dieses Buch und was ist es nicht?
- 1.2 Was ist BDSM und wie gehört das in dieses Buch?
- 1.3 Rechtliches
- 1.4 Was ist eine Strafe?
- 1.5 Wozu strafen wir?
- 1.6 Welche Arten von Strafen gibt es?

2. Beginn

- 2.1 Wie fange ich an?
- 2.2 Wie finde ich Mitspieler, Partner etc.?
- 2.3 Safety first: Regeln und Sicherheit
- 2.4 Spielbeginn und Spielende
- 2.5 Spielübersicht
- 2.6 Neigungsbogen

3. Einsteigeraufgaben

- 01. Grundstellungen
- 02. Hausarbeit
- 03. Tänzerisches
- 04. Der Slip
- 05. Frisch verliebt
- 06. Enthaaren

07. Der Orgasmus

4. Weiterführendes

- 08. Telefonsex
- 09. Einkaufen mit Handycap
- 10. Slipless
- 11. Bei Anruf ...
- 12. Was für den Schwanz
- 13. Essen
- 14. Durchhaltestrafen
- 15. Selbstbefriedigung
- Special: Rollenspiele

5. Spiele für Fortgeschrittene

- 16. Unterwürfigkeit/Dominanz
- 17. Essbares
- 18. Schlagwerkzeuge u.ä.
- 19. Nachts
- 20. Klammerspiele
- 21. Eis
- 22. Wachs

6. Härteres

- 23. Atemkontrolle
- 24. Deprivation
- 25. Tunnelspiele – da musst du jetzt durch
- 26. Mehr Eis
- 27. Mehr Schlagen
- Special: Autschis

7. Fremdgesteuertes

- 28. Pläne

- 29. Ungewollte Orgasmen
- 30. Konsum/Kaufen
- 31. »Verwöhntag«
- 32. Öffentliches
- 33. Blinde Kuh und andere »Harmlose Kinderspiele«

8. Outdoor

- 34. Auto
- 35. Die Umkleide
- 36. Paßbildautomat
- 37. Im Wald
- 38. In Feld und Wiese
- 39. Im Club
- 40. In der Sauna
- 41. Am Strand/See

9. Kreatives

- 42. Abdrücke
- 43. Lesung
- 44. Bildhaftes
- 45. Körperkunst
- 46. Schriftliches
- 47. Fotos

10. Ästhetisches

- 48. Bodypainting
- 49. Wunderkerzen
- 50. Kerzenfesseln
- 51. Ich bin ein Kunstwerk
- 52. lebende Puppe
- 53. Kronkorken
- 54. Klebe, Schröpfen und „Aderlass“

- 55. Folie
- 56. Bondage und Fesselndes
- 57. Schlagen als Kunst

11. Ungewöhnliches

- 58. PetPlay
- 59. Möbel
- 60. Fetisch
- 61. Flüssiges
- 62. Toilette
- 63. flüssiges Gold
- 64. Spermaspiele
- 65. weitere Körperflüssigkeiten/Ausscheidungsprodukte
- 66. Fisting
- 67. moralische Schmerzgrenzen
- 68. Spiel
- 69. Feiertage

Weiterführendes

Vorwort

Oh nein, werden jetzt sicher einige denken. Nicht noch ein Buch über BDSM oder gar über »SM-Strafen«. Da gibt es doch schon so einiges auf dem Markt. Alles schon gesehen, alles schon gelesen und/oder ausprobiert. Vielleicht sogar in so gut, dass man auf gar keinen Fall eine Wiederholung möchte oder Konkurrenz.

Ja, auch ich persönlich finde, dass es in letzter Zeit einiges zu diesem Thema auf dem Markt gibt und der Trend dazu geht, weitere Geschichten, Romane, Sachbücher oder Magazine zu entwerfen. Und das finde ich persönlich sogar sehr gut!

Lange Zeit fristete BDSM, egal ob als Roman oder als Sachbuch, eine Art Schattendasein, wurde geduldet, aber mehr auch nicht. Selbst heute in der After-Shades-of-Grey-Zeit wird echter BDSM immer noch misstrauisch beäugt. Oder eben falsch wahrgenommen. Ein bisschen ans Bett ketten, den Po versohlen oder die Liebste per Handy überwachen, sie überrumpeln und sie anschließend mit einem Auto verwöhnen (oder als Otto-Normal-Mensch vielleicht mit einer Danke-Schokotafel), scheint immer noch zumindest für viele Leser das gängige Vorurteil zu sein.

So ist es auch nicht weiter verwunderlich, wenn Leute sich ob ihrer Neigung zu »S« oder »M« über sich selbst wundern oder gar verschämt leugnen, was sie spüren oder

ersehen. Zugegebenermaßen hat das Internet da einiges erleichtert und es ist auch deutlich einfacher an Informationen zu kommen. Trotzdem ist der Hang sich zu rechtfertigen, immer latent vorhanden. Wenn man gestehen muss, dass man auf Dominanz steht, wenn man zugibt, devot zu sein. Aber auch, wenn es darum geht, dass man beides mag und ein sogenannter »Switcher« ist.

(Für alle, die sich jetzt z.B. über diesen Begriff wundern und »Switch« für den richtigen halten; ich werde diesen und auch einige andere Begriffe verwenden, die vielleicht einem »Insider-Publikum« anders bekannt sind. Aber dieses Buch richtet sich auch und insbesondere an Anfänger und neugierigen Menschen, die aktiv nach neuen Spielen suchen. Und diese orientieren sich häufig an den gängigen Begriffen, die außerhalb der BDSM-»Gemeinde« genutzt werden. Wer sich also an einem Begriff oder einer Bezeichnung anstößt, dem sei hiermit ausdrücklich geraten, sich einen Stift zu nehmen und ihn für sich privat im Buch zu korrigieren.)

Alles Liebe, Lilly An Parker



1. Einleitung

Während Lilly unsere Begrifflichkeiten erklärt hat, möchte ich einmal dazu kommen, was dieses Buch von anderen Texten abhebt, die es auf dem Markt gibt: Zum einen schreiben hier zwei Frauen - nicht nur für Frauen.

Ausdrücklich richtet sich dieses Buch auch nicht nur an Dominante, Devote oder Switcher - sondern auch an BDSM-Interessierte, die Spielideen jenseits des Shades-Of-Grey-Mainstreams suchen, ästhetische Formen der Erotik ausprobieren wollen oder einfach ihren Vanilla-Horizont (böse Wortspielkarte!) erweitern möchten.

Bewusst haben wir uns für eine Gliederung entschieden, die mit »Einsteigerstrafen« beginnt und dann über »Weiterführendes«, »Spiele für Fortgeschrittenere« bis hin zu »Ungewöhnlicherem« alles enthält, was sowohl für Einsteiger als auch für schwerpunktmäßige BDSM-Beziehungen interessant und nutzbar ist.

Neben Strafen oder Spielen mit Machtgefälle haben wir auch ästhetische Ideen aufgelistet, virtuelle Aufgaben und Vorschläge, die sich auf Schmerzen beziehen, genauso wie (abgesprochene!) Unterwerfungsrituale und Demütigungen (mit Einverständnis!).

Da dies eine recht weite Palette an allem ist, was das Herz begehrt oder begehren kann, haben wir bei vielen Strafen

oder »Spielstrafen« Varianten ergänzt. Denn natürlich kann man unsere Strafen an das eigene Empfinden anpassen, härter gestalten oder eine leichtere Alternative wählen.

Genauso bieten sich zahlreiche Strafen dazu an, sie kreativ aufzupeppen oder nach Draußen (»Outdoor«) zu tragen, zu kombinieren oder andere Menschen (Stichwort: »Fremde Haut«) miteinzubeziehen.

Neben den Varianten haben wir selbstverständlich auch noch Tipps und ggf. auch Utensilien oder Risiken dazugepackt. Dazu mit den Kapiteln »Einleitung« und »Beginn« Wissenswertes für Einsteiger und Vanillas.

Wenn man also einmal ganz ehrlich ist, bieten wir zwar 69 Grundideen in diesem Buch an, kommen aber de facto auf mindestens das Dreifache.

Aber 69 im Titel verkauft sich einfach besser - sagt der Verlag :-)

In diesem Kapitel bekommt ihr also einen kurzen Überblick über sexuelle Spielarten, Einsichten ins Rechtliche, Einblick in BDSM und eine Kurzübersicht der Strafarten. Im nächsten kommen wir dann zum eigentlichen Beginnen, zu Spielpartnern, Sicherheitsmaßnahmen, Vorlieben und Neigungen, bevor es an die 69 Punkte geht.

Bereits Eingeweihte können die weitere »Einleitung« und den »Beginn« natürlich überspringen und sich ganz dem Oberthema der Wahl hingeben.

Und nun wünsche ich allen Lesern viel Spaß bei diesem Buch, lasst euch inspirieren oder probiert gleich eure Lieblingsvarianten aus!

1.1 Was ist dieses Buch und was ist es nicht?

Wie schon zuvor geschrieben, wollen wir hier keine konkrete Anleitung geben und wir erheben weder allgemeingültige Ansprüche noch eine objektive Einstufung. Wir gehen rein subjektiv vor, weil nun einmal jeder Mensch einmalig ist. Was der eine für einfach erachtet, kann für den nächsten schon wieder mit Überwindung verbunden sein.

Aus diesem Grund lassen wir Kategorien wie »gemein«, »demütigend« oder »unangenehm« weg und beschränken uns nur auf den Schwierigkeitsgrad; hauptsächlich, um eine grobe Unterteilung vornehmen zu können: Wir steigern uns also mit jeder Seite des Buches ein wenig mehr :-)

Rollenspiele, also Spiele, in denen man in eine andere Rolle schlüpft, werdet ihr hier nicht finden. Für Ideen und Anregungen zu diesem Thema empfehlen wir das Buch »Rollenspiele - 69 sinnliche Fantasien und erotische Maskeraden«. Wir beschränken uns auf SM-Strafen.

Und da nicht jeder unserer 69 Punkte als Strafe gemeint ist oder verstanden wird, beschränken wir uns im Folgenden darauf, von Aufgaben zu sprechen.

Unsere Aufgaben sind - wie erwähnt - keine reine Anleitung. Wir wollen einen Anreiz bieten und die Fantasie anregen. Deswegen haben wir unsere Aufgaben zu einem großen Teil mit Tipps und Tricks und Varianten garniert.

Bitte beachtet, dass ihr euch im einvernehmlichen Bereich bewegt und die Aufgaben mit einer guten Portion gesunden Menschenverstand ausführt. Belästigt keine zufälligen Passanten oder unwillige Mitmenschen und orientiert euch an unseren Sicherheitstipps. Denn tatsächlich benötigt man für einige der Aufgaben sogar Fachwissen (Bondage) oder sogar eine abgeschlossene Ausbildung in dem Bereich (explizit bei Eingriffe in den Körper, z.B. Nadeln). Habt ihr das nicht, lasst euch bitte von jemandem helfen, der es kann!

Und jetzt einmal für alle und ganz wichtig: Weder wir noch der Verlag haftet für Schäden, die euch oder anderen durch die Durchführung der Aufgaben oder die Anregung durch dieses Buch entstehen.

1.2 Was ist BDSM und wie gehört das in dieses Buch?

BDSM ist die gebräuchlichste Bezeichnung für verschiedene, einander artverwandte Vorlieben bezüglich sexueller Praktiken. Weniger präzise, aber durchaus gebräuchlich ist auch die Bezeichnung SM, Sado-Maso oder Sadomasochismus. Angelehnt an Kleidungs Vorlieben der Szene spricht man auch von Ledersex oder Kinky Sex. Wobei manche Kleidungsstücke auch in der Gothicszene gebräuchlich sind.

Der Begriff BDSM setzt sich aus den Anfangsbuchstaben der englischen Bezeichnungen Bondage, Discipline, Sadism, Masochism zusammen, oder auch Bondage, D/s (Dominance & submission), Masochism. Darunter versteht

man eine Gruppe von Verhaltensweisen, die einen besonderen erotischen Kick auslösen.

Bondage (Fesselung)

Mit Bondage werden alle Praktiken beschrieben, bei denen der Bottom gefesselt wird. Dabei finden meistens Seile oder Handschellen Verwendung, aber auch Schals, Lederriemen, Klebeband oder andere Hilfsmittel. Auch das Spreizen der Gliedmaßen und der freie Zugriff auf sämtliche Körperteile kann durch Bondage erreicht werden. Das fantasievolle Spektrum reicht vom Fesseln auf ein Bett, in einen Türrahmen, an ein Andreaskreuz bis hin zu einer frei schwebenden Hängefesselung. Bondage kann sogar genussvoll zum Kunstwerk stilisiert werden.

Für den Bottom liegt der Lustgewinn in der Regel in dem Gefühl der völligen Hilflosigkeit. Er suhlt sich in der Vorstellung, sich seinem Partner wehrlos ausgeliefert zu haben. Umgekehrt erfreut sich der Top an den vergeblichen Befreiungsversuchen, möglicherweise begleitet von Jammern und Flehen, und damit auch an seiner scheinbaren Macht über den gefesselten Bottom.

Der ausführende Partner benötigt umfangreiche Kenntnisse über das Anwenden der Fesseln, um dieses Spiel zum einen für den Partner lustvoll zu gestalten, und zum anderen, um gesundheitliche Gefährdung des Gefesselten zu vermeiden. So dürfen etwa Seile nicht zu eng anliegen oder einschnüren, oder die Unbeweglichkeit nicht zu lange andauern. Die Bondagesitzung muss sofort beendet werden, wenn der Bottom sich unwohl fühlt oder über einschlafende Gliedmaßen klagt.

Discipline (Disziplin)

Bei Discipline handelt es sich vorrangig um sogenannte Erziehungsspiele. Der Top gibt die Regeln für das Verhalten

vor und kontrolliert, ob diese vom Bottom befolgt werden. Diese Regeln können nur für das aktuelle Spiel gültig sein, im Sinne von 24/7 aber auch Einfluss auf den Alltag nehmen. Eine nicht befolgte Regel dient als Anlass für Bestrafung. Dabei werden wiederum die zuvor abgesprochenen Grenzen für Regeln und Strafen beachtet. Selbstverständlich können Regeln wieder aufgehoben oder verändert werden, wenn einer der Partner sie als nicht mehr passend empfindet.

Die Bestrafung besteht bei Discipline meistens in der Züchtigung des Bottoms durch Schläge mit der Hand oder mit diversen Züchtigungsinstrumenten bis hin zur Kennzeichnung mit Striemen. Der gezüchtigte passive Partner empfindet infolge der Schmerzen größte Lust. Die Intensität der Schläge kann je nach Züchtigungsmittel, Ausübung und Dauer stark variieren. Auch hierbei sind Kenntnisse zur Sicherung der Gesundheit notwendig, damit nur Körperstellen geschlagen werden, die nicht geschädigt werden können. Dazu später mehr bei den Schlaginstrumenten.

Sadism (Sadismus) und Masochism (Masochismus)

Auch mit Sadomasochismus wird die eher physisch ausgerichtete Seite von BDSM bezeichnet, im Wesentlichen das Zufügen beziehungsweise gewollte Erdulden von Schmerzen. Im Gegensatz zu Discipline spielen Schläge bei Sadomasochisten jedoch meistens eine eher untergeordnete Rolle. Es gibt stattdessen eine Vielzahl anderer Praktiken, um Schmerzen zu erzeugen wie Kneifen, Zwicken, Kitzeln oder Wachsspiele.

S/M-Spiele werden oftmals in Kombination mit anderen Praktiken ausgeübt wie Fesselungen oder Machtausübung, selten allein. Eine klare Abgrenzung ist in realen Spielen eher schwer, die Übergänge fließend.

Bei dieser Art Spiele zieht der aktive Part seinen Lustgewinn entweder aus dem Zufügen von Schmerzen oder über die körperlichen und verbalen Reaktionen des Bottoms. Dabei kann sich dieser wiederum auf seine Empfindungen konzentrieren, zu denen auch sexuelle Erregung gehören kann.

SSC (Safe, Sane and Consensual)

Eine der wichtigsten Regeln des BDSM bei allen diesen Aktivitäten: niemand wird tatsächlich zu etwas gezwungen, das er nicht möchte. Auch Betteln und Flehen während eines Rollenspiels und die Entscheidung des Tops, nachzugeben oder nicht, sind letztlich Bestandteil einer abgesprochenen Szene in beiderseitigem Einverständnis. Diese für die physische und psychische Gesundheit notwendige Einvernehmlichkeit wird mit der Bezeichnung »SSC« zusammengefasst. Die Abkürzung steht für »Safe, Sane and Consensual«, was frei übersetzt so viel bedeutet wie »sicher, dem gesunden Menschenverstand entsprechend und einvernehmlich«.

Andere Begriffe dafür sind auch »Risk aware consensual Kink«(RACK) oder »Balls Out Risky Kink« (BORK).

D/s (Dominance and Submission) und 24/7

Die Abkürzung D/s steht für die eher psychisch als physisch ausgerichtete Komponente des BDSM. Im Vordergrund steht das Machtgefälle zwischen den Spielpartnern, mit dominanter Herrschaft auf der einen Seite, Unterwerfung und Unterordnung auf der anderen Seite. Wo die Grenzen für Herrschaft und Unterwerfung liegen, definieren die Partner gemeinsam. Manche Tops stellen dem Partner nur kleine Aufgaben, andere nehmen ihn sprichwörtlich an die Leine.

Die beiden Rollen werden bewusst angestrebt und ausgelebt. Zu diesen psychisch orientierten Praktiken gehört auch wiederum die Kategorie der Erziehungsspiele, bei denen der dominante Partner dem devoten bestimmte Verhaltensweisen vorgibt.

Eine spezielle Variante sind erotische Themenrollenspiele wie das Ageplay - dabei wird im Spiel ein starker Altersunterschied angenommen - oder das Petplay - bei dem der Bottom die Rolle eines Tieres übernimmt, sowie die Konstellation von Herrschaft und Sklaventum. Letztere kann für die Dauer einer Session umgesetzt werden, oder auch in den Alltag übernommen werden. Man spricht dann von 24/7 - 24 Stunden am Tag, 7 Tage in der Woche. Beide Partner gehen durchaus einem normalen Alltag nach. Es geht vor allem darum, sich durch kleine Gesten oder Regeln des Machtgefälles bewusst zu sein. Eine weit verbreitete Sitte ist beispielsweise das ständige Tragen eines Halsbandes durch den Bottom, um die Verbundenheit und die Unterwerfung unter den Dom auch in dessen Abwesenheit zu empfinden beziehungsweise nach außen darzustellen.

Nebenbei bemerkt ist BDSM keine Erfindung der Neuzeit. Bereits einige der ältesten Keilschrifttafeln der Welt belegen Rituale, die zu Ehren der Göttin Ištar durchgeführt wurden. Beschrieben werden diese Rituale mit Schmerz und Ekstase, Strafen, Stöhnen ... ganz im Sinne von BDSM.

Bereits aus dem 9. Jahrhundert v. Chr. sind griechische Schriften über Flagellation überliefert. Ende des 6. Jahrhunderts v. Chr. wurde in einem etruskischen Grab in Tarquinia eine sexuelle Züchtigung dargestellt. Auch im Kamasutra sind Schlagspiele überliefert und wird darauf hingewiesen, dass diese beim Geschlechtsverkehr nur in

gegenseitiger Übereinkunft stattfinden dürfen, da sie nicht von jedem Partner als lustvoll empfunden werden.

Spätestens seit dem 18. Jahrhundert wird das Thema sexueller Züchtigung auch im deutschsprachigen Raum thematisiert und erlebt einen Aufschwung in den 1980er Jahren.

Obwohl Marquis de Sade und Leopold von Sacher-Masoch eng mit den Begriffen Sadismus und Masochismus verbunden sind, distanziert sich die Szene heute von de Sade, da dessen Biographie und Verhaltensweisen mit dem Verständnis der Freiwilligkeit nicht in Übereinstimmung stehen. Ähnlich verhält es sich in SM-Romanen der Gegenwartsliteratur, bei denen die Realitätsnähe mitunter zu Gunsten von Spannung und Unterhaltungswert in den Hintergrund treten.

1.3 Rechtliches

Wie ein guter Freund aus der BDSM-Szene einmal so schön treffend formulierte: »Rechtlich ist man immer auf der unsicheren Seite«.

Alle Anwesenden haben herzlich gelacht und ich empfinde die Aussage auch heute noch als sehr passend. Was für die Swinger der (meist gehasste, aber zutreffende) Slogan »Alles kann, nichts muss« ist, ist für den BDSMer eben oben genannter Punkt.

Deswegen sei hier einmal explizit erwähnt, dass wir keine Rechtsgelehrten sind und man mit juristischer Beratung im Zweifelsfall besser beraten ist. Aber einen kurzen, knackigen Überblick wollen wir doch geben: Generell hängt es vom jeweiligen Land ab, ob und welche Praktiken aus dem BDSM eine Straftat sein können.