

Lesboek bij de training

Commerciële BDSM

Nederlands

Auteur: Meesteres Moriah
Fotografie: Mrs. Moriah
ISBN: 9789465010106
Cover: 123rf.com
Eerste druk 2024
Contact: mrsdoriah@meesteresdoriah.nl
Uitgeverij: Bravebooks

© 2024 Meesteres Moriah – Insert Internetuitgeverij

Alle rechten voorbehouden. Geen enkel deel van dit boek mag worden gereproduceerd of verspreid in enige vorm of op enige wijze, elektronisch of mechanisch, inclusief fotokopiëren, opnemen, of enig informatieverwerkingssysteem, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur, behoudens in het geval van korte citaten opgenomen in kritische artikelen of recensies.

Inhoudsopgave

Disclaimer

Een woord vooraf

De wereld van BDSM

Wat is BDSM?

Commerciële BDSM

Wat is een fetisj?

De mogelijkheden van een hotelkamer

De rolverdeling

De rol van dominant

De rol van onderdanige

Wat is een switch?

Femdom, Findom & SM

Leer de sub herkennen

Dominant of onderdanig in het commerciële circuit

Termen en speluitleg

Domspace & subspace

Mental play

Subdrop

Opbouw van een spel

Het gebruik van maskers

De impact van bondage

Zintuigbeperking

Snoer de mond met gags

De rol van hormonen

Speltechnieken

Ageplay

Anal play

Bondage

Golden shower

Klemmen

Milking

Nipple torture of tepelmarteling

Puppyplay

Sissyfication
Wax play
Wheel of pain
Zwepen

Medical play

Nursing

Veiligheid en hygiëne

Bewaak je grenzen
Het belang van aftercare
Ervaringen delen
Het gebruik van drank en drugs
Hygiëne
Wat kan er misgaan en hoe reageer je hierop?
De dame als sub

Nawoord

Meer informatie

Disclaimer

Hoewel de informatie in dit boek met zorg is samengesteld, kan de auteur de juistheid en volledigheid ervan niet garanderen en is zij niet aansprakelijk voor eventuele fouten of omissies.

Door gebruik te maken van de informatie in dit boek, stemt u ermee in de auteur te vrijwaren van alle aansprakelijkheid voor schade, kosten en uitgaven, inclusief eventuele juridische kosten die voortvloeien uit de toepassing van de informatie in dit boek. Deze vrijwaring is van toepassing op alle schade of letsel veroorzaakt door het gebruik en de toepassing, direct of indirect, van enig advies of informatie gepresenteerd in dit boek, ongeacht of dit het gevolg is van contractbreuk, onrechtmatige daad, nalatigheid, persoonlijk letsel, criminele intenties of op basis van enige andere rechtsgrond.

U stemt ermee in alle risico's verbonden aan het gebruik van de informatie in dit boek te aanvaarden. Het is raadzaam een professionele arts te raadplegen om te beoordelen of u fysiek en mentaal in staat bent om deel te nemen aan de speltechnieken zoals voorgesteld in dit boek.

Een woord vooraf

In dit lesmateriaal geef ik mijn zienswijze weer, de manier waarop ik BDSM beleef. Deze zienswijze is ontstaan door mijn eigen pad te wandelen en door de vele gesprekken die ik in de loop van de jaren heb gevoerd met verschillende dominanten en subs. Tijdens mijn reis is mijn beeld ontstaan. Dit wil echter niet zeggen dat dit de enige heilige waarheid is. Iedereen kleurt zijn eigen plaatjes in en vormt daarmee zijn eigen waarheid. Dat geldt voor het hele leven en dat geldt dus ook voor BDSM.

Mijn waarheid of mijn zienswijze hoeft dus niet jouw zienswijze te zijn of te worden. Het is juist belangrijk dat jij je eigen weg hierin gaat volgen, jezelf nog beter leert kennen en je eigen waarheid gaat vinden. BDSM is geen einddoel maar een leerzame weg vol verwondering en verbazing.

En misschien kan dit lesmateriaal een inspiratie voor je zijn of een praktisch naslagwerk voor bepaalde handelingen. Gewoon als een kleine houvast. Maar als jij je eigen pad gaat bewandelen, zal je ontdekken dat BDSM ongrijpbaar is. Als je denkt dat je de waarheid hebt gevonden of je denkt dat je snapt hoe het zit, dan blijkt het even later toch weer een beetje anders te zijn...

... en dat maakt BDSM zo enorm intrigerend en interessant. Geniet van de reis en de ontmoeting met jezelf.

De wereld van BDSM

Wat is BDSM?

Wat is BDSM eigenlijk? Dat is nog best lastig uit te leggen. Ja, dat het een afkorting is van Bondage, Discipline, (Domination/submissives), Sadisme & Masochisme, dat is evident. Maar dat zegt nog niet zoveel. Sommige zullen BDSM omschrijven als “kinky seks”, maar daarmee wordt de ware beleving écht tekortgedaan. En hoewel voor iedereen de invulling van BDSM anders zal zijn, is het meer dan een spannend pleziertje.

BDSM draait volledig om balans, net als de dualistische wereld waarin we leven. Alles om ons heen, draait om balans, de aantrekking van tegengestelde belangen. Al hebben we dat misschien niet altijd in de gaten. Denk maar aan donker en licht, dag en nacht, goed en slecht, et cetera. Er is altijd een streven naar de juiste balans, een natuurlijk compenseren. En dat hebben wij mensen ook. Ook wij streven naar een natuurlijk evenwicht, balans in ons leven. En zodra die er niet is, wanneer we in disbalans zijn, dan voelen we ons niet prettig.

Balans en disbalans

Maar waardoor ontstaat die disbalans dan? Natuurlijk kunnen daar meerdere oorzaken voor zijn, externe invloeden maar het kan ook in onszelf ontstaan. Ieder mens wil graag gezien en geaccepteerd worden zoals hij is. Maar dat kunnen we pas van een ander verwachten, als we ook onszelf als geheel kunnen (willen én durven) zien. Mensen zijn niet alleen maar goed, we hebben net zo goed slechte eigenschappen. Of op z'n minst, minder goede eigenschappen. Je kunt je daarom afvragen of begrippen als goed/slecht dan wel een waarde hebben. Want als er een natuurlijk streven bestaat naar balans, betekent dit dat hoe meer “goed”, er ook meer “slecht” zal zijn. En bij het aantrekken van meer “slecht”, is “goed” dan nog wel “goed”? En andersom geldt dit natuurlijk precies zo. Als betekent dat bij meer “slecht” er ook meer “goed” zal komen, is “slecht” dan nog wel zo “slecht” wanneer het een aanjager is van “goed”?

Maar ik wil het niet te filosofisch maken, het is echter wel goed te weten hoe balans werkt. En hoe belangrijk dit voor ons is. Het is onlosmakelijk verbonden aan ons bestaan. Maar hierin ligt ook het begin van acceptatie van (en door) de ander. Want hoe kun je van een ander verwachten dat hij je omarmd als volledig, als je dat bij jezelf niet kunt?

Het streven naar balans zien we dus ook terug binnen de BDSM. Kijk maar naar de D/s, het vormt een pure symbiose. De één vult de ander aan en hoe hoger de één, hoe dieper de ander. Samen verantwoordelijk voor één geheel. Ik vergelijk het wel eens met een perfecte cirkel. Die cirkel is voor de helft gevuld met een D-iets en voor de andere helft met de s-iets. Samen vormt het een volledige cirkel waarbij het niet uitmaakt waar het iets van de één of het ander zicht bevindt, omdat het uiteindelijk één perfecte cirkel vormt.

Piketpalen

Ogenschijnlijk heeft de D de teugels in handen en leidt zij of hij de s, maar het is de s die vooraf de piketpalen heeft geslagen waarin de D zich kan bewegen. En natuurlijk kunnen de grenzen van overgave bewandeld worden en waar mogelijk opgerekt, maar als de D de piketpalen volstrekt negeert en volledig de eigen zin doen, is er geen sprake meer van consensus. Dan is het gewoon mishandeling. Of vrijheidsberoving. Of...

Als je dieper in de verschillende lagen van de BDSM beleving duikt, kun je zomaar tot de ontdekking komen dat de D in dit geval misschien wel meer voor "Dienstbaar" staat en de s voor "sturend". Overigens is daarover een prachtige film gemaakt "The Duke of Burgundy". Absoluut een aanrader om een keer te kijken. Deze film weet dit feilloos weer te geven.

Macht en overgave

De lijn tussen "macht en overgave", "dienstbaar en sturend" is best dun omdat de basis altijd ligt in "consensus" van beide kanten. En juist die consensus (overeenstemming) maakt het cruciale verschil tussen BDSM en mishandeling. Andere aspecten die belangrijk zijn binnen BDSM zijn natuurlijk veiligheid, vertrouwen en je verstand erbij houden! Want BDSM kent risico's, dat moet je vooraf aan beide kanten incalculeren. En de verantwoordelijkheid ligt bij beiden. Niet alleen bij de D. Want of je nu dominant bent of onderdanig, ook binnen de BDSM ben en blijf je verantwoordelijk voor je eigen leven.

BDSM is een ruim begrip en er vallen allerlei verschillende belevingen onder. De grote lijnen zijn natuurlijk verwerkt in de afkorting: Bondage, Discipline, Sadisme en Masochisme. Deze woorden draaien om vrijheidsbeperking en pijn. Maar BDSM gaat veel verder dan dit. Denk bijvoorbeeld aan vernedering en/of sissyfication, dienstbaarheid, ageplay of... ach het is te veel om op te noemen.

Verschillende soorten subs

In de loop van de jaren heb ik gemerkt dat er allerlei soorten subs zijn. De verschillende soorten komen in deze training later aan de orde. Het is echter belangrijk goed in je achterhoofd te houden dat er niet “één soort sub” bestaat en dus ook geen “One size fits all”-beleving. BDSM gaat zoveel verder dan het zwaaien met een zweepje in een kinky outfit.

De wereld is niet zwart/wit en dat geldt ook voor de verschillende soorten subs. En zelfs die onderverdeling die ik verderop in dit boek ga maken, ligt veel genuanceerder. De scheidslijn is soms dun en er kunnen allerlei overlappingen zijn. Belangrijk om daar rekening mee te houden. Want een pijnslaaf kan zomaar niks met vernedering hebben en een vernederslaaf kan juist een enorme piepmuis zijn als het aankomt op pijnprikkels.

Verschillen in intensiteit

En net als je denkt dat je weet wat de sub nodig heeft, kom je weer voor nieuwe verrassingen te staan, want zijn incasseringsvermogen kan per dag verschillen. Er zijn allerlei factoren (ook van buitenaf) die invloed hebben op de beleving. Denk bijvoorbeeld aan drukte, vermoeidheid, andere baan, gezondheid, noem maar op. En dat geldt dus ook voor de dominant. Ook die kan een keer haar/zijn dag niet hebben, moe zijn, geen zin, noem maar op. Je zult merken dat een pure BDSM beleving iedere keer kan verschillen in intensiteit, al zou je steeds opnieuw hetzelfde doen.

Alles draait om energie. Je eigen energie, de energie van de ander en de gezamenlijke energie. Als je daarvoor open kunt staan, kan dit je leidraad zijn. In combinatie met de signalen die de sub afgeeft. Kreunen, kermen, oogopslag, fysieke reacties, kortom alle verbale – en non-verbale communicatie geven je een leidraad en houvast. Het is dus belangrijk dat de dominant niet alleen sensitief is maar ook empathisch en liefdevol. Hoe sadistisch het ook kan zijn. En ja, dat klinkt tegenstrijdig maar dat is het niet. Daarom is BDSM zo intrigerend en soms moeilijk te begrijpen. Het hangt namelijk vol tegenstellingen aan elkaar en laat zich maar moeilijk vangen in een duidelijk verhaal.

Commerciële BDSM

Een BDSM beleving met je partner is natuurlijk volledig anders dan een commerciële BDSM beleving. Je partner ken je waarschijnlijk door en door, en “foutjes” worden veelal met de mantel der liefde bedekt. Bij een client gaat deze vlieger niet op. Die heeft betaald voor een bepaalde beleving (en waarschijnlijk vooraf hierover gefantaseerd) en wil voor zijn betaling passend beloond worden. Dit kan alleen maar als het voorgesprek zo goed mogelijk is gevoerd. Want alleen als jij weet welke verwachtingen de ander heeft, kun jij hierop professioneel inspelen. Bij een masochist kan dit helder zijn. Zijn beleving is immers gericht op het ervaren van pijnprikkels en het maakt hem waarschijnlijk niks uit of hij van tevoren weet wat hij kan verwachten.

Echter bij andere onderdanige cliënten kan dit lastig zijn. Want wetenschap is vaak “in strijd” met het verlangen. Vooral de Femdomslaaf wil jou graag de touwtjes in handen geven. Het draait dus vooral veel om perceptie. Hiermee bedoel ik te zeggen dat de ander vooral het idee moet hebben, dat jij degene bent die bepaalt.

Het meest belangrijke moment is dus het voorgesprek. Want in dat gesprek moet jij op subtiele wijze proberen te achterhalen met wie of wat je te maken hebt. En zelfs dan kan het nog gebeuren dat bij gebrek aan zelfkennis, of schroom, er iets anders wordt verteld dan het werkelijke verlangen. Het is dus van groot belang dat je continu de ander blijft lezen omdat bijsturen tijdens het samenzijn nog moet kunnen worden bijgesteld.

Voorbeeld

Ik werd door een sub benaderd met de vraag naar een commerciële “Nursing” sessie. Ik checkte of mijn idee bij nursing hetzelfde is als zijn idee. Dus benoemde ik verschillende belevingen, zoals needle play, elektro en sounding en hij gaf aan dat dit inderdaad zijn verlangen is. We bespraken verder nog wat kinks van hem (het dragen van een doktersjas en een patiënten jasje) en zijn medische gegevens (bloedverdunners, bloedziekten, hartafwijkingen, et cetera).

Tijdens de sessie zie ik hem niet écht genieten van de specifieke handelingen. Naalden vond hij lastig, elektro vond hij eng en het enige dat hij echt lekker vond waren de sounds. Ik zag hem echter wel gefascineerd rondkijken naar pruiken en high heels in de studio. Dus ik speelde daar op in en stelde wat open vragen. Daarbij kwam ik al snel tot de conclusie dat hij eigenlijk richting

sissyfication zou willen gaan. Een volledig andere beleving dan “medical play”. Dus terwijl hij nog in de gynaecologenstoel zat, gaf ik hem alvast een paar high heels aan, een pruik op en wat rode lippenstift en langzaam veranderde ik het spel richting sissyfication.

De sub bloeide op en genoot enorm. Blijkbaar zat er bij hem nog een blokkade en mocht deze kant van hem er nog niet zijn. Het is dus enorm belangrijk je sub steeds te blijven observeren en hierop in te spelen.

Wat bespreek je in het voorgesprek?

Ontdek zijn verlangen

Als eerste is het belangrijk dat je er achter komt wat de client zou willen beleven. Er zijn niet alleen heel veel soorten subs, er zijn ook gradaties in ervaring. Komt hij er voor het eerst een beetje aan snuffelen, wil hij vooral een kinky ervaring of heeft hij al de nodige BDSM ervaring en weet hij heel goed wat hij wil.

Een voorgesprek duurt zo’n 45 minuten en om de juiste antwoorden te krijgen is het belangrijk dat je snel met hem de diepte in gaat. Houd daarbij in je achterhoofd dat een sub overmoedig kan zijn. En dat hij schroom kan hebben en/of schaamte. Het is belangrijk dat je hem zoveel mogelijk op zijn gemak weet te stellen, want alleen als hij zich veilig genoeg voelt, kan hij open over zijn verlangen praten en kun jij erachter komen waar zijn verlangen zit.

Wat zijn jouw eisen of grenzen?

Zoals het belangrijk is dat jij weet wat je van de sub kunt verwachten en waar hij zit in zijn verlangens, zo belangrijk is het ook dat jij aangeeft waar jouw grenzen liggen en wat jij verlangt van de ander. Wees helder hierover, zodat de ander weet waar hij aan toe is en wat hij kan verwachten.

Denk hierover vooraf goed na, zodat je niets kunt vergeten tijdens het gesprek. Denk bijvoorbeeld aan dingen als: goede hygiëne (moet hij zich vooraf aan de sessie douchen?), bepaalde no-go’s, hoe wil je genoemd worden, respectvolle behandeling, het gebruik van drank, drugs en poppers, et cetera.

Medische check

In het intakegesprek is het ook belangrijk dat een korte medische check aan de orde komt, waarin bepaalde aandoeningen of medicijngebruik kan worden opgevraagd. Voor het spel is het belangrijk om te weten of iemand bloedverdunners slikt, een bloedziekte heeft, diabetes is en/of hartproblemen

heeft. Deze informatie is noodzakelijk voor het bepalen van je spel. Houd hier altijd rekening mee.

Spreek een stopwoord af

Als je eenmaal weet waar hij zit in zijn verlangen en ook zijn ervaring weet (en daarmee de intensiteit kunt bepalen) is het belangrijk dat je met elkaar een code- of stopwoord afspreekt. Kies hiervoor iets wat je goed kunt onthouden.

Bijvoorbeeld:

Kleurcode: Groen (gaat prima, mag nog iets harder)
Oranje (pijn is te handelen, maar wordt pittig)
Rood (stop)

Cijfer: Controleer tijdens de beleving naar het niveau door middel van een cijfer (1-10) Een aanvullend stopwoord is hierbij gewenst. Dit kan natuurlijk van alles zijn, zolang het maar niet voor de hand ligt en het dus bewust wordt geroepen.

Bij het afroepen van het stopwoord, ligt het spel volledig stil. Je kunt op dat moment met elkaar in gesprek gaan waarom het stopwoord is gebruikt. Heeft het betrekking op een specifieke handeling, dan kun je met iets anders verder gaan, maar als het om de hele beleving gaat, dan ligt het spel gewoon stil. Je kunt met elkaar iets drinken en praten om erachter te komen waarom de sessie is gestopt. Hier kunnen allerlei redenen voor zijn.

Checklist intake

Wat is het verlangen? Wat hoopt hij te beleven? Wat voor een sub is hij? →

Spelvorm bepalen

Seksuele handelingen? → Piketpaaltjes bepalen

Hoeveel ervaring heeft hij hierin? → Intensiteit bepalen

Wat zijn jouw eisen en grenzen? → Grenzen bewaken

Medische check → Veiligheid bewaken

Welk stopwoord gaan jullie gebruiken? → Vertrouwen geven

Wat is het verlangen? Hiermee bepaal je de spelrichting	Femdom	SM	Ageplay	Kinkyseks	Anders
Seksuele handeling? Wat zijn de seksuele behoeften?	Oraal geven/ontvangen		Anaal geven/ontvangen		
Wat is zijn ervaring Hiermee bepaal je de intensiteit	Veel	Matig	Weinig	Eerste keer	
Wat zijn jouw eisen Hiermee bewaak je jouw grenzen	Grenzen	<input type="checkbox"/>	Benaming	<input type="checkbox"/>	
	Hygiëne	<input type="checkbox"/>	Respect	<input type="checkbox"/>	
	Drank	<input type="checkbox"/>	Anders		_____
	Drugs	<input type="checkbox"/>			_____
	Poppers	<input type="checkbox"/>			_____
Medische gegevens Om rekening mee te houden	Bloedverduunners	<input type="checkbox"/>			
	Hartklachten	<input type="checkbox"/>			
	Bloedziekten	<input type="checkbox"/>			
	Diabetes	<input type="checkbox"/>			
	Anders	<input type="checkbox"/>			_____

Welk stopwoord gebruiken? Voor de veiligheid en het vertrouwen	_____				

(Achterin dit lesboek vind je de link om dit formulier te downloaden)

Uiteraard staat privacy en vertrouwelijkheid bovenaan. Het is essentieel om intieme details of persoonlijke informatie over de cliënt niet met anderen te bespreken. Respecteer de privacy door alle interacties en ervaringen strikt vertrouwelijk te houden.

Wat is een fetisj?

Een fetisj verwijst naar een sterke fixatie (of fascinatie) voor een bepaald object, lichaamsdeel of activiteit, die seksuele opwinding veroorzaakt of daarmee is geassocieerd. Dat is een behoorlijke mond vol. Samengevat kun je zeggen dat er bij een fetisj sprake is van een bepaalde versterkte fascinatie in combinatie met seksuele opwinding.

Historie

Het concept van fetisjisme komt oorspronkelijk uit de antropologie. Hier verwees het naar de toewijzing van magische of religieuze eigenschappen aan bepaalde voorwerpen. Binnen de BDSM verwijst fetisjisme specifiek naar een seksuele fixatie.

Verschillende soorten

Er zijn enorm veel verschillende fetisjen, je kunt het zo gek niet bedenken en het bestaat. De meest voorkomende zijn:

- Voetfetisj (met stip op nummer één)
- Leerfetisj
- Latexfetisj
- Spanking
- High heels fetisj

Maar naast deze vijf zijn er nog honderden anderen. Een fetisj hoeft overigens niks met BDSM te maken te hebben, echter binnen de BDSM kan er wel mee gespeeld worden en daardoor een extra versterkende werking hebben.

Negatief imago

Helaas staat fetisjisme vaak negatief bekend, maar in principe is er natuurlijk niks mis mee zolang het niet schadelijk is en wordt beleefd tussen instemmende volwassenen (en niemand pijn of leed wordt aangedaan, tenzij dat op een veilige en consensuele manier deel uitmaakt van de fetisj). Het is ook niet dat je een keuze hebt, je kunt er zelf weinig aan doen dat je een fetisj hebt. Je wordt er weliswaar niet mee geboren, maar ze ontstaan vanzelf in de loop van de tijd. Soms door een trauma en soms is het er gewoon en is het niet te herleiden waar het vandaan is gekomen. Zolang je er niemand mee kwetst of pijn doet, is dat helemaal prima.

Gebruik het!

Je kunt als dominant gebruik maken van deze fascinatie. Wanneer je weet dat iemand een leerfetisj heeft, kun je zijn opwinding bij voorbaat verhogen door een lederen outfit aan te trekken. Het mes snijdt dan aan twee kanten. Als iemand een leerfetisj heeft en je verschijnt in een sexy kanten babydoll, sla je de plank behoorlijk mis.

Het is dus belangrijk dat je vooraf op de hoogte bent van mogelijke fascinaties. Maak er gebruik van en speel ermee. Geef ze de gelegenheid zoveel mogelijk te kunnen genieten van hun fetisj. Laat ze kijken, voelen, ruiken of misschien zelfs proeven.