

**Inklusive
interaktiver QR-Codes**



Leseprobe

Sklavinnen Ausbildung

**Das BDSM-Trainingsprogramm für Paare
in 47 exakt beschriebenen Lektionen mit
Fotos, Haltungen, Fragebögen und SM-Regeln**

Wunibald - Zart & Hart

Inhalt

Über dieses Buch	9	L23 - Fragebogen 6 - Zu allgemeinen sexuellen Praktiken	58
Die Skulptur im Granit.....	10	L24: Die kniende Bauchlage.....	59
Wie du als Herr das Ausbildungsbuch am besten nutzt	11	L25: Regeln 36 bis 40 - Das Verhalten in Gesellschaft	60
Wie du als Sklavin das Ausbildungsbuch am besten nutzt	12	L26: Fragebogen 7 - Zum Dienen als Sklavin	62
L1: Zum Beginn	13	L27: Die kniende dienende Position	63
Gedanken und Konzept zu einem Paar-Vertrag	15	L28: Regeln 41 bis 45 - Zur Sexualität der Sklavin	64
Wie du als Herr das Ausbildungsbuch am besten nutzt	16	3 Methoden, wie ich mich bevorzugt selbst befriedige.....	66
L2: Fragebogen 1: Allgemeine Angaben.....	17	L29: Fragebogen 8 - Zur Kontrolle und Disziplin.....	67
L3: Die kniende Grundhaltung.....	18	Wie Haltungen mein Empfinden prägen	68
Zwischen Demut und Verlangen	19	L30: Die automatische Position	69
L4: Meine Verhaltensregeln als Sklavin	20	Erkennen, was er will	70
Regeln stärken mich als Sklavin.....	21	L31: Fragebogen 9 - Zu körperlichen Erfahrungen.....	71
L5: Die stehende Grundhaltung	22	L32: Regeln 46 bis 50 - Zur Sexualität des Herrn.....	72
Wenn Hingabe zur Sehnsucht wird	23	20 Bezeichnungen für den Penis des Herrn	74
L6: Regeln 1 bis 5 - Über die Stellung des Herrn	24	L33: Fragebogen 10 - Spezielle Rollenspiele und Praktiken....	75
L7: Die stehende Position.....	26	L34: Die stehende Bestrafungshaltung	76
L8: Regeln 6 bis 10: Über die Stellung der Sklavin.....	27	Der große und kleine Demutsknicks.....	77
Eine nächtliche Lektion in Hingabe	29	L35: Fragebogen 11 - Zur Interaktion mit Anderen	78
L9: Die gebückte Position.....	30	L36: Regeln 51 bis 55 - Über die Sicherheit der Sklavin.....	79
Nackt, verletzlich und begehrt	31	Mein Safewort	81
L10: Regeln 11 bis 15 - Verhalten der Sklavin	32	L37: Die gebückte Bestrafungshaltung.....	82
Stille Signale, geheime Lust.....	34	Spuren der Hingabe	83
L11: Die sitzende Position	35	L38: Fragebogen 12 - Zum Tragen von Kleidung	84
L12: Fragebogen 2 - Zum Fesseln	36	Die Kunst, sich zu verkaufen	85
Der Keuschheitsgürtel	37	L39: Regeln 56 bis 60 - Das Verhalten mit anderen	86
L13: Regeln 16 bis 20: Über die Bestrafung der Sklavin	38	In fremden Händen, in seinem Herzen	88
Aus meiner Sicht	40	L40: Die gestützte Bestrafungshaltung	89
L14: Fragebogen 3 - Zur Züchtigung.....	41	L41: Fragebogen 13 - Meine Erfahrung als Sklavin	90
L15: Die offene Rückenlage	42	L42: Regeln 61 bis 65 - Die täglichen Aufgaben der Sklavin ..	91
Ellen	43	Mein eigener Geschmack.....	93
L16: Regeln 21 bis 25 - Der Körper der Sklavin	44	L43: Die kniende Bestrafungshaltung	94
Disziplin an besonderen Tagen.....	46	L44: Fragebogen 14: Lustwerkzeuge der Sklavin.....	95
L17: Fragebogen 4 - Zu Klammern, Knebel und Piercings.....	47	L45: Regeln 66 bis 70, Verhalten bei der Bestrafung.....	96
L18: Die gespreizte Rückenlage	48	Melodie des Schmerzes.....	98
L19: Regeln 26 bis 30 - Das Präsentieren des Körpers	49	L46: Bestrafung auf dem Bock	99
20 Bezeichnungen für die Vagina	51	Fenster zur Lust.....	100
L20: Die gespreizte Bauchlage	52	L47: Regeln 71 bis 75 - Das Online-Verhalten der Sklavin....	101
L21: Fragebogen 5 - Zur vaginalen und analen Stimulation...	53	Warum ich es genieße	103
L22: Regeln 31 bis 35 - Grundsätzl. über die Bekleidung	54	Zwischen Vertrauen und Selbstzweifel.....	104
Kleidungsstücke, die ich nicht mehr benötige.....	56	Glossar	106
Die Tunika der Sklavin	57		

Wie du als Sklavin das Ausbildungsbuch am besten nutzt

Dieses Buch ist kein Ratgeber, den du einfach von vorn bis hinten durchliest. Es begleitet dich auf deinem Weg und hilft dir, dich weiterzuentwickeln. Du gehst diesen Weg nicht allein, dein Herr führt dich, gibt dir die Lektionen vor und begleitet dich bei jedem Schritt.

Die Reihenfolge der Lektionen, die du zum Durcharbeiten erhältst, ist nicht zufällig gewählt. Jedes Kapitel baut auf dem vorherigen auf. Du erwirbst sukzessive neue Fähigkeiten durch die Bewältigung von Aufgaben und entwickelst dich kontinuierlich durch Herausforderungen.

Dein Herr entscheidet, wann du welche Lektion bekommst. Vertraue darauf, dass er weiß, was gerade bedeutend für dich ist. Überspringe keine Aufgaben und blättere nicht vor. Konzentriere dich stets auf das, was dir gerade gegeben wird.

Bei den meisten Lektionen findest du im Buch die Möglichkeit, zu bestätigen, dass du diese Lektion zum ersten Mal durchgearbeitet hast. Nutze diese Bestätigung. Sie zeigt dir und deinem Herrn, wie du vorankommst, und macht deinen Fortschritt erkennbar.

Bevor du zur nächsten Lektion übergehst, zeige deinem Herrn, dass du die aktuelle Aufgabe verstanden und verinnerlicht hast. Das kann ein Gespräch sein, ein Vorzeigen einer Haltung oder eine kurze Zusammenfassung, die du deinem Herrn gibst. Erst wenn du wirklich sicher bist, dass du eine Lektion verstanden und verinnerlicht hast, geht es weiter. Neues zu lernen ist faszinierend, aber das Wiederholen ist genauso unerlässlich.

Nur so wird aus Wissen echte Sicherheit. Dein Herr wird regelmäßig überprüfen, ob du die bisherigen Lektionen noch beherrschst. Sieh diese Überprüfungen als Chance, zu zeigen, was du kannst, und als Zeichen seiner Aufmerksamkeit.

Manchmal kann dein Herr nicht dabei sein, wenn du übst. Dann kannst du ihm Fotos oder Videos schicken, auf denen du die Aufgaben darstellst. Oder du nimmst auf, wie du eine Lektion laut vorliest, und sendest ihm die Aufnahme. So entsteht im Laufe der Zeit ein Archiv, das deinen Fortschritt dokumentiert und dir selbst zeigt, wie weit du bereits gekommen bist.

Vergiss nicht: Auch dein Herr lernt mit dir. Ihr entwickelt euch gemeinsam mit jeder Aufgabe. Sei offen für seine Hinweise und gib ihm Rückmeldung, wenn du etwas nicht verstehst oder unsicher bist.

Das Ausbildungsbuch ist euer gemeinsames Werkzeug. Nutze jede Lektion, um dich weiterzuentwickeln, und hab Freude daran, Schritt für Schritt zu wachsen.



Lektion 06: Die Verhaltensregeln 1-5 der Sklavin Über die Stellung des Herrn

Einleitung

Diese fünf Regeln definieren meine Haltung als Sklavin gegenüber meinem Herrn. Sie sind nicht verhandelbar und dienen mir als feste Grundlage meines Verhaltens, Denkens und Empfindens. Ich nehme sie an, weil ich mich entschieden habe, mich meinem Herrn vollständig zu unterwerfen. Ich tue das mit meinem Körper, meinem Geist und meiner Einstellung.

Die Regeln helfen mir, mich zu orientieren. Sie geben mir Sicherheit in meiner Rolle und erinnern mich daran, dass meine Aufgabe darin besteht, zu dienen, zu gehorchen und zu vertrauen. Sie fordern von mir ständige Achtsamkeit und die Bereitschaft, mein eigenes Wollen seinem Willen unterzuordnen.

Ich werde diese Regeln nicht nur auswendig lernen, sondern mich innerlich mit ihnen verbinden. Sie sind Teil meines Weges, eine bessere Sklavin zu werden. Im Denken klar, im Verhalten gehorsam, im Inneren ruhig und empfänglich.

REGEL 1	Ich diene und gehorche meinem Herrn.
REGEL 2	Ich ehre meinen Herrn als Person, die Gedanken meines Herrn und seinen Körper.
REGEL 3	Ich akzeptiere die Macht meines Herrn über mich ohne jeden inneren Zweifel.
REGEL 4	Mein alleiniges Ziel ist es, meinem Herrn eine perfekte Sklavin zu sein. Alle meine Handlungen und Gedanken ordne ich diesem Ziel unter.
REGEL 5	Ich vertraue meinem Herrn. Er weiß, was für mich am besten ist, er entscheidet für und über mich und er wacht über mein Wohlergehen.

Die fünf Regeln sind bewusst knapp formuliert, damit du sie als Sklavin leicht lernen und im Gedächtnis behalten kannst. Gleichzeitig ist es wichtig, dass du die Bedeutung jeder Regel genau verstehst, um sie wirklich verinnerlichen zu können. Deshalb findest du hier eine ausführliche Erklärung:

Regel 1 – Ich diene und gehorche meinem Herrn.

Diese Regel bildet das Fundament meiner Unterwerfung. Sie erinnert mich daran, dass mein Platz im Dienen liegt. Nicht passiv oder mechanisch, sondern mit aktiver Aufmerksamkeit, Hingabe und Bereitschaft. Dienen bedeutet für mich, seinem Willen vorzudenken, Bedürfnisse zu erkennen und Aufgaben mit Sorgfalt zu erfüllen, ohne Aufforderung zu erwarten. Gehorsam heißt, seinen Anweisungen ohne Zögern zu folgen, egal, ob sie mir leichtfallen oder mich herausfordern. Auch wenn mein eigener Impuls ein anderer wäre, ordne ich mich seinem Befehl unter. Diese Regel hilft mir, Kontrolle abzugeben und meine Rolle als Sklavin klar einzunehmen. Tag für Tag, Handlung für Handlung.

Regel 2 – Ich ehre meinen Herrn als Person, die Gedanken meines Herrn und seinen Körper.

Diese Regel fordert Respekt in seiner umfassendsten Form. Mein Herr ist nicht nur mein Dom, er ist mein Bezugspunkt, mein Vorbild, mein Maßstab. Ich ehre ihn durch mein Verhalten, durch meine Sprache, meine Gesten und mein Auf...

Lektion 12 - Fragebogen 2

Fragen zum Fesseln

Bevor ich die Fragen zum Fesseln beantworte, mache ich mir bewusst, wie wichtig es ist, mich ehrlich und offen mit meinen eigenen Empfindungen, Wünschen und Grenzen auseinanderzusetzen. Gefesselt zu werden ist ein starkes Gefühl, ich übergebe die Kontrolle über mich vollständig an meinen Herrn. Das Ausfüllen dieses Fragebogens ist für mich als Sklavin daher eine wertvolle Gelegenheit, meine eigenen Vorlieben, Unsicherheiten und Abneigungen zu reflektieren und meinem Herrn mitzuteilen.

Indem ich jede Frage gewissenhaft beantworte, trage ich dazu bei, dass unser gemeinsames Spiel auf Vertrauen, Respekt und gegenseitigem Verständnis basiert. Nur wenn mein Herr weiß, was mir gefällt, was ich mir vorstellen kann und wo meine Grenzen liegen, kann er verantwortungsvoll mit mir umgehen und mich gezielt fördern oder fordern. Gleichzeitig hilft mir das Ausfüllen, meine eigenen Gefühle und Fantasien besser zu verstehen und mich bewusst auf meine Rolle einzulassen.

Ich weiß, dass ich „Weiß ich nicht“ nur dann ankreuzen soll, wenn ich den Begriff nicht verstehe und „Lehne ich ab“ nur möglichst selten verwenden soll.

	Gefällt mir sehr gut	Gefällt mir gut	Kann ich mir vorstellen	Gerade noch akzeptabel	Lehne ich ab	Weiß ich nicht
Leichte Fesselung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arm- und Beinmanschetten tragen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Brustfesselung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Einen Keuschheitsgürtel tragen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fesseln aus Leder tragen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fesseln aus Eisen tragen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ganzkopfmaske tragen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Handschellen tragen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
In Öffentlichkeit gefesselt sein (unter der Kleidung)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mumifizierung (Ganzkörper-Fesselung)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Schwere Fesselung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Spreizstangen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tragen eines Halsbandes (zu Hause)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tragen eines Halsbandes (öffentlich)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Über mehrere Tage gefesselt sein	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Datum

Unterschrift



Lektion 24

Die kniende Bauchlage

Meine Aufgabe ist es, die kniende Bauchlage eigenständig zu erlernen und sie auf Befehl meines Herrn in vollkommener Form einzunehmen. In dieser Position bringe ich meine Demut und Bereitschaft zum Ausdruck, indem ich mich meinem Herrn in einer besonders präsenten und einladenden Weise darbreite. Durch das bewusste Heben meines Pos und das kontrollierte Senken meines Oberkörpers zeige ich mich offen und empfänglich, sodass mein Herr jederzeit über mich verfügen kann. Die kniende Bauchlage unterstreicht meine Hingabe und macht meine Unterwerfung für meinen Herrn sichtbar und spürbar. Sofern mein Herr nichts anderes vorgibt, bin ich dabei nackt.



So nehme ich diese Haltung ein:

1. Ich lege mich flach auf den Bauch, Stirn auf den Boden.
2. Dann ziehe ich meine Knie unter meinen Körper, sodass meine Oberschenkel senkrecht nach oben zeigen und einen rechten Winkel mit dem Boden bilden.
3. Meinen Po strecke ich so hoch wie möglich nach oben.
4. Ich spreize meine Knie etwa 30 bis 40 Zentimeter auseinander, meine Arme strecke ich so weit wie möglich nach vorne aus.
5. Ich drücke meinen Oberkörper so weit nach unten, dass meine Brustwarzen gerade nicht den Boden berühren.
6. Meine Pomuskeln lasse ich so entspannt wie möglich, damit der Blick auf meine Rosette frei bleibt.

Hinweise für den Herrn:

- Es ist darauf zu achten, dass die Spannung im Oberkörper stets beibehalten wird. Dies kann am besten durch Kontrolle der Nippel erfolgen, die ihre Distanz zum Boden nicht verändern dürfen.
- Diese Haltung eignet sich hervorragend zum langsamen Einführen eines Po-Dildos.

Bestätigung der Sklavin

Ich habe die kniende Bauchlage erstmals am
eingenommen und werde sie zukünftig regelmäßig selbstständig üben und
auf Anordnung meines Herrn korrekt ausführen.

.....
Unterschrift der Sklavin



Gedanken von Jana

Wie Haltungen mein Empfinden prägen

Manchmal frage ich mich, wie viel von meiner Unterwürfigkeit wirklich in meinem Herzen wohnt und wie viel davon durch meinen Körper fließt, durch jede kleine Geste und jede Haltung, die ich einnehme. Es ist zum Beispiel erstaunlich, wie sehr sich mein Empfinden verändert, nur weil ich meine Arme anders halte oder meine Beine in eine bestimmte Position bringe.

Wenn ich meine Arme vor der Brust verschränke, spüre ich einen Hauch von Schutz, fast so, als würde ich mich gegen die Welt abschirmen. Es ist eine Haltung, die mir ein wenig Sicherheit gibt, ein Rest von Kontrolle, den ich festhalte. Doch sobald ich meine Arme hinter dem Rücken verschränke, verändert sich alles.

Plötzlich bin ich offen, verletzlich, ausgeliefert. Mein Brustkorb hebt sich, mein Herz klopft schneller, und ich fühle mich nackt, nicht im körperlichen, sondern im seelischen Sinn. Es ist, als würde ich mich meinem Herrn wortlos anbieten, bereit, alles loszulassen.

Noch deutlicher spüre ich den Unterschied, wenn ich schreibe. Im Sitzen, mit übereinandergeschlagenen Beinen, fühle ich mich beinahe wie in meiner Studienzeit, unabhängig und frei. Doch wenn ich im Knien schreibe, die Beine leicht gespreizt, wird jeder Buchstabe zu einer kleinen Geste der Hingabe. Mein Rücken ist gerade, mein Blick gesenkt, und ich spüre, wie meine Gedanken sich ordnen, wie ich mich mehr und mehr öffne. Es ist, als würde die Demut durch meine Finger in die Worte fließen.

Manchmal verlangt mein Herr, dass ich mich auf den Boden setze, die Knie an die Brust gezogen, die Arme darum geschlungen. In dieser Haltung fühle ich mich klein, fast kindlich, und eine tiefe Ruhe breitet sich in mir aus. Ein anderes Mal soll ich gespreizt knien, die Hände auf den Oberschenkeln, eine Haltung, die mich zwingt, mich zu zeigen, mich zu öffnen, auch wenn es mir schwerfällt.

Oder wenn mein Herr mir befiehlt, mich in eine abgelegene Ecke des Raumes zu stellen, den Blick zur Wand gerichtet, die Hände gespreizt an die kühlen Flächen gelegt.

In dieser Position spüre ich, wie mein Stolz langsam schwindet und ich mich ganz in die Rolle der Gehorchenden fallen lasse. Gleichzeitig breitet sich ein prickelndes Gefühl in meinem Unterleib aus, meine Haut wird empfindlicher, und ich merke, wie ich zwischen den Beinen feucht werde. Einfach nur, weil ich mich so sehr öffne.

Jede Haltung ist wie eine eigene Sprache, ein stilles Bekenntnis zu meiner Unterwerfung. Sie formt meine Gedanken, meine Gefühle, mein Selbstbild. Manchmal fällt es mir schwer, mich in diese Haltungen zu begeben, doch immer wieder spüre ich, wie sie mich verändern. Wie sie mich lehren, loszulassen, zu vertrauen und mich ganz hinzugeben.

In diesen Momenten weiß ich, dass Demut nicht nur ein Gedanke ist, sondern etwas, das ich mit meinem ganzen Körper lebe.



Gedanken von Jana

Die Kunst, sich zu verkaufen

Heute hat mein Herr mit mir gemeinsam den Film „Caligula“ angesehen. Die Bilder, die Geschichten, die Atmosphäre des alten Roms zogen mich in ihren Bann. Ich spürte, wie mein Herr mich dabei immer wieder beobachtete, als wolle er prüfen, wie ich auf die Szenen reagierte.

Nach dem Abspann wandte er sich mir zu, seine Stimme ruhig, aber bestimmt: „Stell dir vor, du bist eine Sklavin auf einem römischen Markt, und ich möchte dich möglichst teuer verkaufen. Schreibe einen Werbetext über dich selbst, preise deine Vorzüge an, erkläre, warum dich ein Patrizier kaufen sollte und welche Leistungen du dem neuen Herrn nach seinem Kauf bieten kannst.“

Es war eine interessante Aufgabe, in dieser Art über mich selbst nachzudenken, mich zu beschreiben und mich anderen anzubieten. Ich atmete tief durch und begann zu schreiben:

Edle Herren, tretet näher und betrachtet Aurelia, die anmutigste Blüte meines Hauses. Ihr Körper ist jung, geschmeidig und von begehrenswerter Anmut. Sie ist willig, lernbegierig und bereit, jeden Wunsch ihres Herrn zu erfüllen, ganz gleich, wie verborgen oder ausgefallen er sein mag.

Ihr dunkles, glänzendes Haar fällt in weichen Wellen über ihre Schultern, und ihre bernsteinfarbenen Augen funkeln verheißungsvoll. Aurelias Brüste sind rund und fest, die Nippel stehen aufrecht wie ein ägyptischer Obelisk, bereit, von begehrenden Händen und Lippen liebkost zu werden.

Ihre Finger sind geschickt und sanft, sie vermag es, die Leier mit anmutigen Melodien zu spielen. Die selben Finger werden auch auf einem anderen, viel empfindlicheren Instrument Töne der höchsten Lust aus ihrem neuen Herrn hervorlocken. Ihre Haut ist makellos und ihr Körper sorgfältig rasiert. Die Feuchte zwischen ihren Schenkeln erinnert an den

Tau eines Frühlingsmorgens, frisch, einladend und voller Verheißung. Aurelias Po ist straff, ein Anblick, der den Eingang in eine dunkle Welt voller Lust und Geheimnisse verspricht, während er stets bereit ist, auch Züchtigungen zu erfahren.

Sie versteht es, mit ihren zarten Lippen zu verführen und mit ihrem demütigen Blick zu betören. Sie kennt alle Künste der Liebe und weiß, wie sie einem Mann Vergnügen berei-

ten kann, sei es in zarter Hingabe oder in leidenschaftlicher Ekstase. Sie ist ausdauernd, gehorsam und stets bereit, sich ihrem Herrn ganz hinzugeben, Tag und Nacht, ohne Scheu und ohne Widerstand.

Doch nicht nur das: Sie wurde auch in der Kunst der Liebe mit einer anderen Sklavin unterwiesen, um ihrem neuen Herrn auf Wunsch ein sinnliches Spiel zu dritt zu bereiten und ihm doppeltes Vergnügen zu schenken.

Wer Aurelia erwirbt, erhält nicht nur eine Sklavin für den Alltag, sondern eine Gefährtin für die Nacht, die bereit ist, alle Fantasien zu er-

füllen und sich mit Leib und Seele hinzugeben.

Kauft sie, und sie wird euch mit Lust, Hingabe und unerschöpflicher Leidenschaft dienen, so, wie es nur eine wahre Sklavin vermag.

Mein Herr las den Text. Ein Lächeln umspielte seinen Mund. „Sehr schön, Jana“, sagte er, „das ist dir wirklich großartig gelungen. Wir werden übrigens Samstagabend ausgehen, wir sind zu einer Party im römischen Stil eingeladen...“



Dominanz & Hingabe

Führt ihr als Paar eine dominant-devote Beziehung – oder möchtet ihr eine beginnen? Dieses Ausbildungsbuch öffnet euch die Tür zu einer neuen Dimension eurer Partnerschaft. In fast 50 Kapiteln entdeckt ihr die Kunst der wahren Hingabe: Der dominante Part verfeinert seine Führung, während der devote Part mit jeder Übung neue Facetten der Unterwerfung erlebt.

Auf über hundert Seiten erwarten euch fundiertes Wissen, praxisnahe Lektionen und inspirierende Impulse für eure gemeinsame Entwicklung. Sechzehn essenzielle Positionen – von der devoten Grundhaltung bis zur stehenden Bestrafungshaltung – werden präzise erklärt und durch ausdrucksstarke Fotos anschaulich vermittelt. Fünfundsiebzig klare Verhaltensregeln und tiefgehende Fragebögen schaffen Struktur, Vertrauen und emotionale Tiefe in eurer D/s-Dynamik.



Über den Autor:

Wunibald, geboren 1965 in Wien, gründete 1996 die Webseite „Zart und Hart“. Neben vielen anderen Themen wurde dort auch „Die Ausbildung der Sklavin“ angeboten, das die Grundlage für dieses Buch bildet. Er ist verheiratet und lebt in Österreich.