

リアルBL・SM術

BL
テクニ
ストリ
ーズ

S
A
N
Z
W
A
M
O
O
K

ワレ、 男子ヲ ドSニ 愛ス。

【編】R-BL研究会

ドMな「受け」男子の前では
完璧な支配者であれ！
ドSに愛するための心理と技術！！

【カバーイラスト】北沢きょう

【本文イラスト】北沢きょう／OMEGA 2-D／アキハルノビタ／波野ココロ
茶渋たむ／加賀城ヒロキ／夏目かつら／鯨

リアルBL・SM術

BLテキストシリーズ

ワレ、男子ヲ “ドS”ニ愛ス。

マニアックラブ研究会／編著
北沢きよう／表紙イラスト





カワイイ男子ヲ “ドS”ニ愛スルコトノススメ。

BL（ボーイズラブ）の世界では、古くから「攻めが受けをSM調教する」という描写が存在していました。

そもそもBLにおける「攻め」は、相手となる「受け」を精神的・肉体的にリードする役割で、「受け」はリードに従って性行為を受ける役割です。この関係性は、SMにおけるSとMの関係性にとてもよく似ているので、BLの世界にSMプレイが出てくるのも、何も不思議なことではありません。

では現実世界ではどうか？ というと、オトコ同士でSMプレイを楽しむカップルは、実はたくさん存在します。

それどころか、オトコ同士の世界にはSM専用の性風俗も古くから存在していましたし、ネットのゲイ専用SM掲示板には、パートナーを求める書き込みやら、自分を凌辱してくれるお相手を募集する書き込みやらでいっぱい。BLがオトコ同士のSMを描くようになるもっと以前から、SMを楽しむカップルやSMマニアのオトコたちはたくさんいたのです。

ただしオトコ同士のSMというと、どうしてもフィジカルでマッチョなハードSMの世界が目立ってしまいます。ボンテージ姿のガチムチボディが、やはりガチムチなMを鞭打ちしたり、ロウソク責めにしたり、集団で犯したりするものです。世間一般の人が考えるオトコ同士のSMのイメージも、確かにこのハードSMなのです。

では、BLで描かれているようなメンタル重視のSMは無いのか？ といえば、もちろんそんなことはありません。ハードSMはあくまでひとつのジャンル。実際にSMをしているオトコ同士のカップルの中には、プレイ自体よりも主従関係や互いの愛情由来のSMがたくさんあります。ただし、それがあまり日の目を見ないだけです。なぜなら本当のSMは、とてもプライベートなものだから。

この本は、そうしたオトコ同士のプライベートなSMの世界を、「受け（＝M）」のメンタルを中心に考えながら「どう調教していけばいいのか？」を考えた本です。もちろん、ハードSMにも通じる様々なプレイの解説もしていますが、主題はあくまでもSとMの関係性の構築であり、そのための調教であり、プレイです。

世間に溢れる SM と呼ばれるものの大半は、実は SM の表層的な部分をデフォルメしているものばかりです。S が M に非道な命令をする背景には、S の細やかな気配りや相手を知る努力があり、そうした S だからこそ M も信頼し、身を委ねるのです。

ところがそうした SM を行う上で本当に大事な部分は、いままで創作作品の中ではあまり描かれてきませんでした。

とはいえ、現実にはそれを知らずに SM をすると、大抵の場合、失敗します。

カリスマ調教師などと呼ばれる熟練の S でさえ、若い頃には様々な SM 関連書を読んで学んだり、影でこっそり縛りや鞭の練習をして調教術を確立しています。

もちろん、彼らは M の前ではそんなことをおくびにも出しません。それでいいのです。S は超人であるべきなのです。M にとって S とは、BL 作品や SM 官能小説が描いて来たように、最初から完璧であるべきです。それが幻想をかき立てるのです。でも実際は、ちゃんと勉強して、また実践の中でも勉強をしながら、数多のオトコたちを虜にする S へと化したのです。

本書は、これから愛するカワイイ男子をド S に愛したい人のための指南書という形式で書かれています。

プレイのテクニックよりも、心理やオトコのカラダの基礎知識を中心に解説しています。なぜなら、SM はプレイ自体よりも、いかに相手の心理を読み、巧みに悦びに導いていくかが重要だからです。

リアルな調教術を学ぶことで、BL 作品を創作する上でも、鑑賞するでもより深い理解と妄想が得られるはずです。

もちろん、機会があれば、カワイイ男子を調教してみてください。本書はリアル SM 術なのですから。 (マニアックラブ研究会)





Contents

004 序章 カワイイ男子ヲ“ドS”ニ愛スルコトノススメ。

007 第一章 オトコ同士のSMプレイの魅力

オンナも萌える！オトコ同士の支配と服従の世界／SMは究極の愛のカタチ
主従関係という名のロールプレイ／プレイは目的ではなく手段

024 コラム「S男子やM男子と出会うためにはどうすればいいの？」

025 第二章 知っておきたい「受け」の生態

受けは認められたい／受けは導かれたい／受けは征服されたい
受けは達成感がほしい／受けは嫉妬深い／受けはわがママが言いたい
受けが好むタイプは千差万別

040 コラム「愛する彼氏を縛ってみたい 縛り方はどこで覚えればいいの？」

041 第三章 「受け」のタイプいろいろ

受けにもいろんなタイプがいる／屈辱萌えタイプ／羞恥萌えタイプ
達成感萌えタイプ／心は女子タイプ／H大好きタイプ／愛され願望タイプ
小悪魔男子タイプ／破滅願望タイプ

060 コラム「パートナーはいないけどSMが楽しめる場所ってあるの？」

061 第四章 調教のための基本メソッド

攻めと受けの関係性を明確にする／受けのタイプに合った調教をする
もっと欲しいと思わせるのがポイント／頑張ったらご褒美をあげる
頑張りすぎる受けへの対処法

080 コラム「ゲイSMの動画を観たけどみんなあんなにハードなの？」

081 第五章 性感開発のためのオトコの性感帯講座

オトコの性感帯を知ろう／上半身の主な性感帯
下半身の主な性感帯／ペニス・陰囊／アナル

100 コラム「ご主人様とはセックスできないそんなSMカップルもいるって本当？」

101 第六章 「受け」を虜にする責めのアイデア

フェラチオ・イラマチオ／亀頭責め・潮吹き／射精管理／緊縛・拘束／羞恥コスプレ
打擲責め／ロウソク責め／クリップ責め／アナルセックス／アナル開発
アナル拡張／露出プレイ／輪姦プレイ／貸し出しプレイ／調教時の注意点



第 1 章

オトコ同士の SMプレイの魅力

I will love you. And dominate you. Guidebook of the Boys Love S&M.

BLSM

Boys Love S&M

ただの恋愛では
味わえない
SMの世界ならではの
魅力とは？

オナも萌える！ オトコ同士の支配と服従の世界

あまり知られていないリアルなBLSMの世界

SM というと、一般には「ご主人様に調教される M 女さん」や、「美しい女王様に虐げられて喜ぶ M 男くん」の姿を想像する人が多いのではないのでしょうか。ところが SM の世界には、SM 系の BL（ボーイズラブ）マンガで描かれるような「オトコ同士の SM カップル」も同じように存在します。

BL のようなオトコ同士の SM、つまり「BLSM」です。

世の中には性別を問わず S と M がいて、同性を愛する人もいるわけですから、BLSM が成り立つのも当然な話。なのにノンケの SM マニアさんに比べて世間の認知度が低いのは、「ただでさえ同性愛者や SM マニアというだけでも興味本位で見られるのに、両方だと知られたらどんな事になるか……」と、カミングアウトしない人が多かったからでしょう。

とはいえ、近年は LGBT の運動に代表される社会の変化により、少しずつ自分の性的嗜好を具現化しようとする男性たちや、それを SNS などで発信する若者たちが増えました。腐女子的に言えば、想像の産物だった BLSM が、現実となって向こうからやってきたわけです。

BLSMにおけるカップリング問題

さて、BL の世界でオトコ同士の関係を描く際、最も重視されるのが「どちらが攻めでどちらが受けか？」というカップリング問題です。

ノンケさんの場合、セックスでは男性が攻め、女性が受け（男性×女性）となりますが、男性同士の場合は性差によるカップリングがありません。そのため BL の世界では、このカップリング問題で腐女子同士が血で血を洗う抗争を繰り広げることも日常茶飯事なのです。



ところが実際のリアル BLSM では、その辺りはとても明確です。なぜなら SM は、S と M という性癖によって関係性ができているからです。

日常生活で相手をリードするタイプでも、性癖が M だったらその人が受け。リードする側が受けであれば、リードされる側でも自ずと攻めになります。

これはマゾ（マゾヒズム・マゾヒスト）という言葉の語源となった作家・マゾッホの時代から続く SM の基本で、マゾッホは女性に自らを踏みつけさせ、虐げさせるために、愛する女性を理想の女王様に育て上げた人。つまり「リードする側＝プレイにおける攻め」とは必ずしもならないのです。

もちろん、大半のカップルはリードする側が SM でも攻めになりますが、腐女子の血で血を洗うカップリング問題同様、そうなるとは限らないのが、人間という生き物の複雑なところなのです。

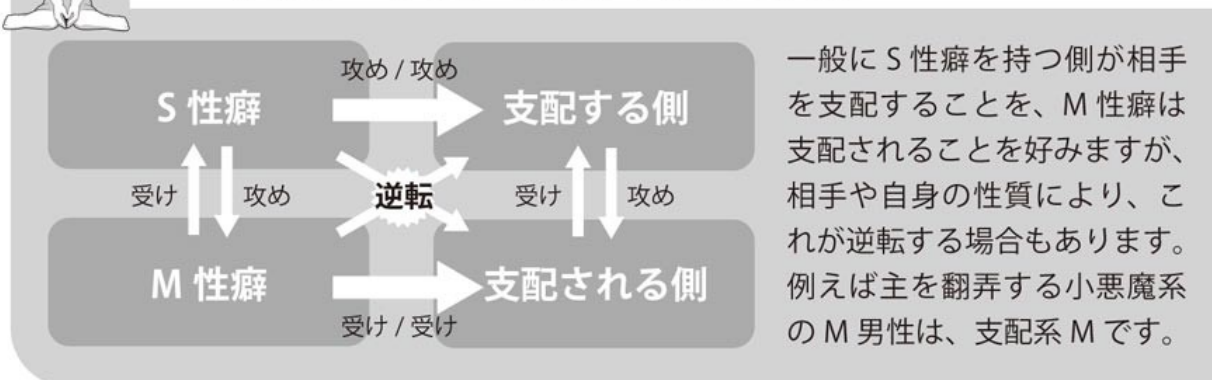
支配したいオトコと支配されたいオトコ

S と M という性癖と同じくらい、SM で重要なのが、「支配する側」と「支配される側」という関係性です。

前述の通り、マゾッホは M で受けでしたが、愛する女性を理想の女王様に自ら育て上げた「支配する側」でした。これは「性行為において攻めを好む男性よりも、攻めを好む女性のほうが圧倒的に少ない」という現実から生まれたもので、要は「自分を満足させてくれるような理想の攻めがないなら、自分で作っちゃおう」という逆転の発想なのです。



「SM性癖」と「支配と服従」の複雑な関係



マゾッホは自らの被虐性欲を満たすべく、「支配する受け」になりましたが、こうしたケースは BLISM にもあるものの、やはり「支配する側が責め」「支配される側が受け」というケースのほうが多いようです。

ではなぜ、受けは相手に支配されたいと願うのでしょうか。

この理由は簡単で、相手にすべてやってもらえらるからです。

相手に支配されるという状況は、言い換えれば相手にすべてを委ねられるという状況。自分で考えたり、自分で行動したりしなくても、相手がすべてをやってくれ、指示してくれる。それが支配される側の特権なのです。

逆に支配する側は、すべてをやってあげる側であり、すべてを指示する側になるので、性格も相当マメな人でないと務まりません。

これは男女間の SM の世界でも同様で、ご主人様は M の性癖や性格を考え、それに合った調教をしたり、調教のための道具を揃えたり、調教のためにいろいろな場所に連れていったり、M にやらせる調教メニューを日夜考えたり等々、それはそれはマメな人ばかりです。

これは別の視点から見れば、「M は S に徹底的にかまってもらえる」ということでもあります。かまってくれない彼氏より、かまってくれるご主人様。そう考えれば支配されたい願望も理解しやすいのです。

先輩後輩からSとMの関係へ

BLISM での支配・被支配関係は、実社会の上下関係の延長というケースもよく見られます。例えば部活の先輩後輩や会社の先輩後輩、上司と部下、先生と生徒といった、目に見えるわかりやすい上下関係です。

実際、同性愛に目覚めた人の中には、部活の先輩に仕込まれたとか、先生に放課後呼び出されて大事な部分を……といった経験談を語る人も多く、同性愛とのファーストコンタクトが目上の人からもたらされるといったケースが少なくありません。

また体育会系の部活の場合、監督や先輩からの徹底的なしごきは SM を思わせるものがあり、そこで支配や服従を体験することで、S 性や M 性を育まれるなど、日常の上下関係は BLISM に大きな影響を与えているのです。

SMは究極の愛のカタチ

主体はSM行為ではなく、SとMという人間

SMは、SがMに苦痛を与えたり、羞恥心や屈辱感を煽ることで、お互いの性癖や感情を刺激し合う行為です。

とはいえ、すべてのSが苦痛を与えたがったり、羞恥や屈辱を与えたがっているわけではありませんし、すべてのMが苦痛を求めているたり、羞恥や屈辱に興奮するわけではありません。詳しくは第三章で解説しますが、SにもMにもそれぞれに細かな嗜好があり、好き嫌いがハッキリ分かれています。

ですから「Mだから痛くしてやればいいんだろう？」などというデリカシーのない考え方でMを扱えば、大抵のMに嫌われることになります。SやMという性癖や心理は、思春期の乙女心のようにデリケートなものだからです。

Mなのに苦痛が嫌いと言うと、SMをよく知らない人は「痛いのが好きだからMなんじゃないの？」と思うかもしれません。ですが実際のMで「痛いのが大好き」という人はあまりいません。痛いものは痛い。できれば痛くされたくない。そう考えているMのほうがむしろ多いかもしれません。

ですが、そんな苦痛が苦手なMでも、ご主人様であるSに求められたときは、甘んじて苦痛を受け入れます。それはなぜかと言うと、受け入れることでご主人様が喜んでくれたり、興奮してくれるからです。

そもそもMは、誰彼かまわず苦痛を与えられたい、羞恥心や屈辱感を煽られたいという人々ではありません。フランスの著名な哲学者であるジル・ドゥルーズも言っているように、ほとんどのMは、自分が好きな相手を主と認め、その支配に置かれることを望む生き物で、好きだからこそ苦手な苦痛も甘んじて受け入れ、我慢しようと思えるのです。

もちろん「誰でもいいからとにかく苦痛を与えられたい」という即物的なMも存在しますが、ほとんどのMは叩かれる相手を選ぶのです。



これはSも同じで、「誰でもいいからイジメられれば満足」というSはあまりいません。SもMと同じように相手を選びます。

なぜならSは、叩いたり辱めたりといった行為自体よりも、「それによって相手がどのように反応するか」という部分に興奮する生き物だからです。

つまり、主体はSMプレイという行為ではなく、Mという人間なのです。

主体が行為ではなく人間なので、当然、相手を選びます。自分の好みのMであったり、自分が求める反応をするMを相手にした方が、より興奮し、快感を覚えるからです。羞恥や屈辱などはまさにそうで、羞恥心やプライドのないMをいくら責め立てたところで、良い反応など生まれません。

SMというと、どうしても派手な調教シーンにばかり目が行きがちですが、SとMの複雑に絡み合った心理こそが、実はとても重要なのです。

試練によって深まっていくSとMの愛情

SMには普通の恋愛よりも愛情が深まりやすいという効果もあります。

叩いたり縛ったり辱めたりするのに、なぜ愛情が深まるの？ と思う方もいるでしょうが、実はそれらの行為こそが愛情を深める鍵なのです。

なぜかと言うと、Mにとって苦痛や羞恥や屈辱を与えられる行為は、Sからもたらされる試練だからです。恋愛は試練があるほど燃え上がりやすいものですが、SMプレイはSが意図的にMに与える試練なのです。

SはMがそれを受け入れるかどうか、我慢できるかどうかで、自分への愛情を測っていますし、Mはそれを受け入れられるか、どれだけ我慢することができるかで、自分のSに対する愛情を再確認できるというわけです。「痛いのが苦手で恥ずかしがり屋な自分が、こんなに頑張れるなんて、本当に彼のことが好きなんだ……」わかりやすく言えばこういうことです。

もちろんSの方も、自分が与えた試練をMが乗り越えれば「俺のことがそれだけ好きなんだな」と思い、より可愛く感じます。

こう書くと、「SMって本質的には《いちゃラブ》と同じなのでは？」と感じる方もいるかもしれませんが、それはある意味正解です。カップル同士のSMは往々にして、濃厚でアブノーマルな《いちゃラブ》の世界なのです。

SMを濃厚でアブノーマルな《いちゃラブ》だと考えれば、彼とホテルへ行ったら知らないオトコたちが……というシチュエーションも、恋愛におけるサプライズだと言えます。彼から奴隷の証として与えられる首輪も、エンゲージリングに思えてくるかもしれません。SMにまったく興味がない人からすれば、何を言っているんだ？ という話ですが、SMはお互いの同意の下で行われる行為なので、そうした捉え方もできるのです。

しかも、Mに与えられる試練はただの試練ではなく、人に言えない2人だけの秘密の試練です。不倫の関係が普通の恋愛よりものめり込みやすいように、秘密の共有は2人の関係をより深いものへと導いていきます。だからこそ「SMは究極の愛のカタチ」だと語るSMカップルもいるのです。

もちろん、中には「愛情なんていらない」「そんなものは本当のSMではない」と言うSMマニアもいないわけではありません。ですが、BL作品の中でキャラクターたちが自分の性向についてSだMだと語ったり、SM的な愛し方に憧れやファンタジーを持ったBL作品が多くあるのは、SMが「究極の愛」としての側面を持つからに他なりません。



SMで愛情を深めていくための3つのポイント

調教の基本は「アメとムチ」と言いますが、これは試練の先にご褒美を用意することでモチベーションを促すため。ただ試練を与えるだけでは、Mの心とカラダはすり減っていくばかりです。またプレイや関係がマンネリ化しないように、時にはサプライズも用意しましょう。これはSMではない通常の恋愛でも同じことが言えます。



試練
普段の調教

ご褒美
達成報酬

サプライズ
特別な調教



達成感と
愛情確認

頑張れる
原動力

マンネリの
防止

主従関係という名の ロールプレイ

お互いの同意の下でSMは行われている

SMには、知らない人から見れば「イジメ」「性暴力」「虐待」と誤解してしまうような行為がたくさんあります。というよりも、SMはそういうプレイによって成り立っていると言っても過言ではありません。

例えば「鞭打ち」「ロウソク責め」「緊縛」などは、世間から見ればただの虐待行為ですし、「言葉責め」などの精神的苦痛も、イジメを連想させるような行為です。また、Mを複数のオトコに輪姦させるプレイなどは、一般的には性暴力の最たるものではないでしょうか。

BLSMはこれがオトコ同士なので、「ハードな薄い本」に出会っても乙女たちの抵抗感は薄くなるかもしれませんが、よくよく考えれば、やっていることはかなり酷くてエゲツないことだったりします。

ではSMはイジメであり、性暴力であり、虐待なのか。それはもちろん違います。なぜなら実際のSMは、お互いの同意の下で行われているからです。

SMは性的ロールプレイ

当たり前の話ですが、同意なきSM的行為は、虐待・暴行です。これはもちろん、SMでは無く、性犯罪です。そうならないためにも、SMプレイを行うSは事前にMと話し合い、「どんなプレイがしたいか」「どんなプレイができるのか」を確認した上で、SMを楽しむのです。

SMの行為が「プレイ」と呼ばれるのも、SMはあくまでお互いの同意の下で行われる「性的ロールプレイ」だからです。ロールプレイとは、それぞれが自分の役割を認識し、それに徹する遊び。Sはご主人様や調教者に徹し、Mは奴隷や調教される者に徹することで、SMは成立するわけです。



そのため SM は「関係性のロールプレイ」とも言われます。たとえ肉体的行為がなくても、精神的な支配と服従という関係性で成り立つからです。鞭やロウソクなどの派手なプレイも、役割や関係性があってこそなのです。

またロールプレイだからこそ、SM には様々なルールがあります。

例えば「M が本当にできないプレイはしない」「M がプレイ中に本当に嫌がっている時は絶対に止める」「プレイで起こり得る事故のリスクは S が責任をもって回避する」などがそうです。

とはいえ、プレイ中に「本当に痛いんだからやめろよ！」などと M が言ってしまうと、せっかく盛り上がっていた雰囲気が台無しになってしまいます。そうした状況を避けるためにあるのが「セーフワード」です。

セーフワードは、「この言葉を M が言ったら、どんな状況であってもプレイを止める」という約束事です。M の役割を逸脱してしまう「やめろ！」の代わりに、M が言ってもおかしくない言葉（「それだけは許して！」など）を事前に決めておき、それを「本当にやめてほしい時」に言わせるのです。ただの性暴力に見える SM も、実はとてもよく考えられているのです。



性的ロールプレイとしてのSとMの役割

SM をする上で重要なのが、S と M という役割をお互いが意識することです。これを明確にしておかないと、ただの SM ごっこになり、上手くいきません。特に重要なのは S の役割で、S が M を上手く導くことができれば、M の中にある被虐性や被支配欲求はさらに強くなり、S にとって理想の M へと成長させることができます。



S の役割

M 性を引き出す
M の性癖を把握する
調教をほどこす
ご褒美を与える
リスクを管理する



M の役割

S を信頼する
従順に尽くす
S にご奉仕する
調教を受け入れる
S 好みに成長する

SMの世界ではSを「ご主人様」、Mを「奴隷」などと言ったりしますが、これもロールプレイとしての役割を明確にするための呼び方です。

あくまで役割を名称化して、雰囲気をより楽しむためのものなので、奴隷はご主人様の命令をすべて聞く必要はありませんし、ご主人様も奴隷だからと言って何をしてもいいわけではありません。

もし「奴隷なんだから言うことを聞くのは当たり前だ」などと本気で思ってしまうと、とんだ勘違い野郎になります。こういうタイプはプレイも自分勝手になりやすいため、Mが楽しめず、最終的にMに捨てられてしまうということもよくあるので、ぜひ注意しましょう。

創作の世界と実際のSMの大きな違い

BLSMを楽しむカップルには、創作の世界のようにずっと主従関係でいるカップルもいれば、普段は対等な関係で、性行為の時だけSMを楽しむというカップルもいます。

ずっと主従関係でいるタイプは、いわゆるSMパートナーと呼ばれる関係によく見られます。SMをするためだけで繋がっていたり、Sに愛されたいためにMが自らSの奴隷になっているといった、まるでBLコミックの世界を彷彿とさせるようなファンタジーな関係です。

ただしこのタイプは、SMをするための関係なので一緒に暮らしたり、同性婚をするといったケースはかなり稀です。これは相手に対して愛情がないというよりも、一緒に暮らしてしまうと創作の世界のような日常的な主従関係が続けにくくなる、というのが本当のところだったりします。

プレイの時だけ会うのであれば、Sもかっこいいご主人様を自己演出できますが、四六時中一緒にいると必然的にご主人様のかっこわるい部分もMに見られてしまいます。するとどうでしょう、Mの中で肥大化したご主人様に対する幻想が、みるみるうちにしぼんでいき、もはやかつてのご主人様の栄光も今は昔……となってしまいうけです。

創作の世界の主人公のようになりたくても、人間には生活感が付きまといまふ。だからこそ、時には相手と距離を置くことも大切なのです。

プレイは目的ではなく手段

プレイ自体よりも相手の反応が大事

SMは時に相手を鞭で叩いたり、ロウソク責めにしてみたり、縛って拘束して吊るしたりします。なので、その姿を見て「これがSMか!」と思う人もたくさんいるわけですが、さて、その調子で実際にSMをしてみるとどうなるのでしょうか。きっとMはアナタから離れて行ってしまうことでしょう。

SMを見たとおりに真似してみたのに、なんでそうなるのか。それはSMに対する考え方の順番が間違っているからです。

そもそもSMは、何で鞭で叩いたり、ロウソクで責めたり、縛ったり、野外露出させてみたり……といろいろするのでしょう。それは、相手がそれによってどう反応し、どうエッチに変化するかが見たいからなのです。

つまりSMは、プレイは目的なのではなく、あくまで手段ということ。

この順番を間違えてしまうと、Mの心は掴めません。なぜなら、ただ叩きただけでやっているのなら、相手は誰でもよくなってしまい、Mは自分が叩かれる意義を失ってしまうからです。

調教はMがマゾヒズムを剥き出しにする舞台

Mにとって調教は、自分のマゾヒズムを解放できる場であり、そんな恥ずかしい自分を受け止めてもらえる場所。だからこそ、例えつらい行為であったとしても、頑張っって耐えることができます。

Mはそんな自分の姿を、しっかりと見て、興奮して欲しいのです。自分が悶えれば悶えるほどSが喜んでくれるのなら、Mも調教され甲斐があるというもの。Mの心の奥にある、さらに深いマゾヒズムの扉が開かれ、これまで出来なかった行為まで出来るようになる。それがMという生き物です。



Mにとって調教は、マゾヒズムを公開する舞台のようなものなのです。なのにSが自分を見てくれず、プレイ自体に夢中になっていたらどうでしょう。ガマン汁でしっとりと濡れた亀頭も、すっかり乾いてしまいます。

そうならないためにも、相手の反応を見るための手段として、プレイを取り入れるようにしてください。よく「SMはいろんなプレイがあるから、何をすればいいかわからない」というSの人がいますが、それはプレイを目的としているからこそその悩みです。「Mの羞恥心を刺激したいなら、どうすればいいのか?」「Mが痛みにもどう反応するか見るためには、どうすればいいのか?」など、Mの反応から考えていけば、自ずとプレイも決まっていきます。

もちろん、SMは同意の下で行われるものなので、相手がどういうプレイが好きなのか、どういうプレイが苦手かもしっかり考慮した上で、プレイを行っていきましょう。相手のことをしっかり見るだけでなく、相手のことをしっかり考えることこそが、良いご主人様になるためのポイントです。

最終目標は自分好みのMに育てること

プレイは相手の反応を見るための手段だと書きましたが、SMの目的は相手の反応を見ることだけではありません。SMの最終的な目的は、Mへのプレイを繰り返しながら、Sが求める理想のMに育てることにあります。

SMの世界ではプレイを続けることを「調教」と呼ぶことがあります。調教は英語で「トレーニング」。つまりSMにおけるプレイは、相手を自分好みに調教していくための手段なのです。

鞭や口ウソクなど、Mに苦痛を与えるプレイをするのも、苦痛の中に快感を感じられるカラダにするためですし、野外露出や公開調教をするのも、Mが羞恥心に快感を覚えられるようにするためです。SMにおけるステレオタイプとも言えるプレイの数々は、それぞれすべてに意味があるわけです。

ですから、どんなMに育てたいかによって、Sが選択するプレイも自ずと変わっていきます。SでもMを一切叩かないSもいますし、緊縛などまったく興味がないというSもたくさんいます。それは自分が理想とするMに育てるために、それらの行為が必要ないからです。

そう考えると「SM だから M を鞭で叩くんでしょ？」とか「Sなのに縛れないんですか？」なんて言うのはまったくのお門違いだと分かります。SMの表面的な部分しか見ていないからこそ、そうってしまうのです。

最終的に「自分好みの M」へと育てるためには、最初にしたように、Mの反応をしっかり見なければいけません。反応を見なければ、Mが今どんな気持ちでいるかがわからないからです。

SはMの反応を見ながら、プレイのやり方を変えたり、プレイ自体を変えたりして、マゾヒズムの世界へ堕ちていくように導いていきます。時には頑張ったご褒美をあげたり、快感を与えたりしながら、調教される喜びに目覚めさせていくわけです。

このように、SMは一般に思われているよりもずっとデリケートで、しっかりと考え抜かれたもの。安易に「俺、ドSなんだよね」という人がいますが、そういう人は大抵、乱暴で自分勝手なだけで、SMの世界におけるSのような細やかなプレイや気遣いができないことがほとんどです。だからこそ理想のSに出会えたMは、その人を「ご主人様」と慕い、身も心も尽くすのです。



理想のMに育てるために重要な4つのポイント

理想のMに育てるためには、自分の理想をただ押し付けるだけではいけません。Mが自らSの求める姿になりたくるように、しっかりと相手と向き合ってプレイをしていきましょう。そうすることが、理想へと近づくための近道です。

- ☑ **目的から手段へ** | 相手がどういう性癖のMか、また、自分がどういうMに育てたいかを考えた上で、それに合ったプレイを選択する
- ☑ **Mの反応を見る** | 選択したプレイでMがどう反応をするかをしっかりと見ながら、相手の気持ちやプレイの仕方を考えて育てていく
- ☑ **ご褒美や快感も** | 相手に苦痛や屈辱を与えるだけでは、心もカラダも疲弊するばかり。状況に応じて頑張ったご褒美や快感を与えることが大切
- ☑ **臨機応変に対応** | 調教の中でMの違った魅力が見つかることもあるので、目的だけに拘らず、相手に合ったプレイで臨機応変に楽しむ



リアルなボーイラブSMを楽しみたいアナタに贈る「オトコの為のBLSMコラム」

S男子やM男子と出会うためには どうすればいいの？

SMに興味があるけれどお相手がいない。これはオトコ同士に限らず、ノンケの男女にとっても切実な問題。

今はSNS全盛の時代なので、SNSでお相手を探す男子もいることでしょう。ところがゲイの世界は古くからネットでも出会いの場が豊富。通常の出会い掲示板以外にも、SM専門の出会い掲示板もあるので、SNSと合わせれば家にいながらにしてパートナー探しができたりします。

ただしネットの場合、相手がどんな人かがイマイチよくわかりません。もし自分が思った人とまったく違う人が来たら……と不安になる人もいます。

そんなアナタは、ゲイの方々が集まる街に行ってみるのが一番です。

全国の主要都市には必ずと言っていいほどゲイバーがあり、東京の新宿二丁目のようなゲイタウンもあつたりします。そういう場所の中には、SMをイメージしたお店などもあり、そこにはSMに興味がある男子もいたりします。何度か通ってお店のスタッフさんや常連さんと仲良くなったら、「実はSMに興味があつて……」と告白してみましょう。お相手を探してくれたり、良い方法をアドバイスしてくれたりすることもあります。

また、既にゲイバーなどの経験があり、ある程度ゲイ文化に慣れ親しんでいる方であれば、ハッテン場で探してみるという手もあります。

ハッテン場は見ず知らずのオトコ同士が出会いを求め、時にその場でいやらしいことにまでハッテンする素敵な場所。主に公園や映画館、サウナなどが人知れずハッテン場と化していたりしますが、公共の場でエッチなことをしたい、エッチなことをされたいという男子が多いので、アブノーマルなプレイに耐性のある男子に巡り会える確率も高いのです。

それにハッテン場での行為自体が、露出プレイや公開プレイ、凌辱プレイといったSM的なプレイなので、カップルにならずともそうしたプレイを楽しめる場合も。もちろん公共の場所なので違法性が高かったり、見ず知らずの相手でリスクもありますので、その辺りは自己判断をお願いします。

ハッテン場がどこか知りたい人は、ネットで「ハッテン場」と検索してみましょう。簡単に見つけることができるはずです。もしかしたら自分の家のご近所が、実は有名なハッテン場だった……なんてこともありますよ。



第2章

知っておきたい 「受け」の生態

I will love you. And dominate you. Guidebook of the Boys Love S&M.

BLSM

Boys Love S&M

SMをするために
重要なのは
導く側のSが
Mの生態を知ること

受けは認められたい

自信のなさが生み出す強い承認欲求

受けを理想の M へと導くためには、「受けになるオトコはそもそもどんなタイプなのか？」を知ることが大切。そこで、受けになりやすいオトコの代表的なタイプについて、ここからいくつか紹介していきます。

まず最初に紹介するのは、「好きな相手に認められたい」という欲求が強いタイプです。

相手に認められたいという欲求は、心理学では「承認欲求」と言います。そして承認欲求には、相手より上だと認められたい「上位承認欲求型」、相手と対等であると認められたい「対等承認欲求型」、相手より下だと認められたい「下位承認欲求型」の3つの種類があります。

こうして見ると、最初から自分を卑下している下位承認欲求型が一番受けになりそうで、プライドの高い上位承認欲求型が一番受けにならなそうに見えます。が、しかし。実はどのタイプも受けになりやすいのです。

なぜかと言うと、プライドが高かろうが低かろうが、承認欲求が強い人は自分に自信が無い人たちだからです。

自信が持てないからこそ、相手に認められたい、必要とされたいと願うので、相手をリードする攻めには根本的に向かないのです。プライドの高さは心の弱さの裏返し。狼の皮を被った羊は、結局のところ、羊でしかありません。

もちろん下位承認欲求型なら、さらに完全な受けタイプです。自分が相手よりも下だと認めることで、庇護されたい、上の人に依存したいという欲求が強く、ハナから攻めになる気など毛頭ありません。

また下位承認欲求型は、その欲求が強くなればなるほど、「相手に蔑まれたい」「蔑まれることに快感を覚える」ようになります。つまり、下位承認欲求型は基本的に M そのもの。もちろん、もっとも調教向きとも言えます。



受けは導かれたい

「男がリードすべし」という悪しき慣習

受けになりやすいオトコの特長として、「優柔不断」があります。

何をするにも自分ひとりではなかなか決められず、ついつい迷ってしまうタイプは、そもそも相手をリードする側の攻めには向きません。優柔不断な人がリード役になったら、何をするにもなかなか進まないからです。

優柔不断な人も当然、そんなことは重々承知しています。なぜなら決断の遅さや、決断を後回しにしてきたことで、人生において損をしたことがある人たちが大半だからです。

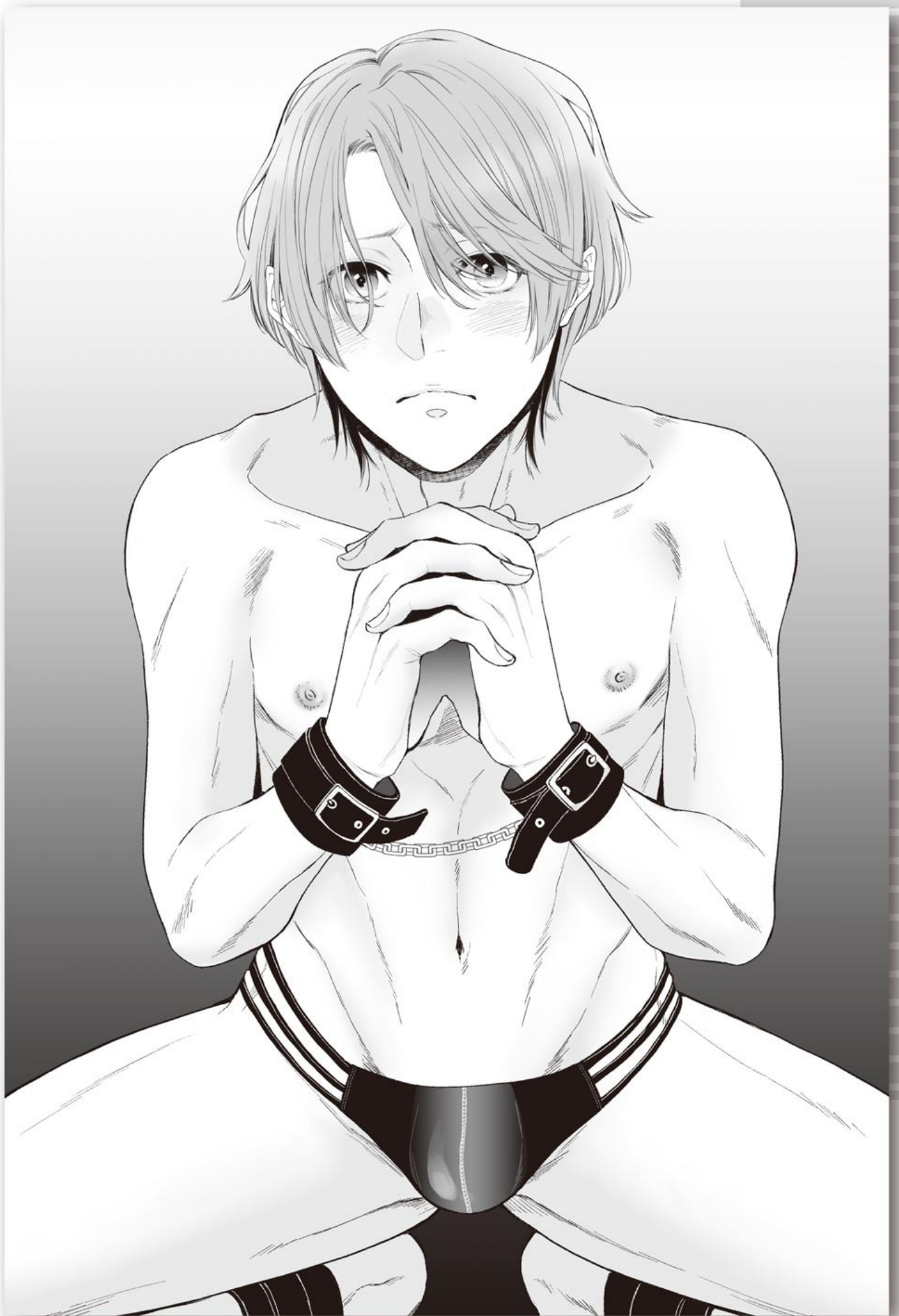
ですが、悲しいかな、社会には「男性は女性をリードしなければいけない」という無言の圧力がまだまだあります。そうした時代遅れの悪習が嫌で、オトコ同士の世界へと足を踏み入れる人も、実は少なくないのです。

そして、この「オトコだから相手をリードするのは当たり前」という悪しき慣習に疲れ果てた人たちが、受けという立場に幸せを見いだします。「自分がリードするのではなく、相手にリードしてもらえる喜び」「すべてを委ね、甘えられ、導いてもらえる喜び」が、常に決断に迷い、自分はダメなオトコだと思いこんできた人々の、男性性からの解放になるのです。

またこれは、BL ではない SM 関係でも、M になりやすいタイプに当てはまります。「女性をリードするより、女性にリードしてほしい」「男性性から解放されたい」そんな心の叫びが、女性にかしずく M 男くんへの道を開きます。

会社の社長さんや政治家、医者など、社会的地位が高い人の中に M が多いのも、常に決断を迫られるストレスフルな現実から逃れ、すべての決定権を相手に委ねて導かれることに、この上ない解放を感じるからです。

受けを M として育てたい人は、受けの導かれたい願望をすべて受け止め、自分が相手の道標となって、素敵な SM の世界へ導いてあげてください。



受けは征服されたい

相手を征服するためには魅力的じゃなきゃダメ

Mには「征服されたい願望」があります。相手に負かされ、支配され、服従したいという願望です。

こう書くとかなりの変態だと思う人もいるでしょうが、わかりやすく言えば「自分が負けを認めて支配や服従を受け入れるくらい、人間的に魅力的な相手と出会いたい」ということ。つまりMの征服願望とは、相手がそれだけ魅力的な存在であることが条件なのです。

この征服願望は、受けにも多かれ少なかれある願望です。自分のアナルに相手のペニスを受け入れるのですから、それはある意味で征服されるのと同じこと。ならば、征服の屈辱を甘受できるくらい、魅力的で自分をエッチに導いてくれる相手がいいと思うのは、当然のことでしょう。

そもそも、数多のオトコたちが自分のアナルにペニスを入れられることに抵抗を感じるのは、征服されてしまった気持ちになるからです。「オトコたるもの相手を征服すべし」「入れられる側ではなく入れる側」という、男根主義に根ざした教えに盲目的に従ってきたオトコたちからすれば、入れられる側になることは耐え難き屈辱なのです。

ところがその征服者が、自分も負けを認めるしかないほどの魅力をもった人物だったらどうでしょう。その屈辱もいつしか甘い快感となっていくはず。それもそうです。なぜなら征服者だと思ったその相手は、古臭い男性観に捉われていた自分を解放してくれた、勇者様なのですから。

このように、受けが征服されたいと思うのは、自分の中にある「オトコはこういうもの」という価値観をすべてぶち壊し、新たなステップへと連れていってくれる相手が欲しいからなのです。ですから、受けに愛され、Mへと導きたい方は、まず自分の人間性をしっかりと磨くことが大切です。



受けは達成感がほしい

達成感是自己への自信にも繋がる

受けになりやすいオトコの中には、「達成感」を求めるタイプもいます。

これは体育会系の部活動をやってきた人など、オトコ同士で頑張って何かを成し遂げた経験がある人に多いタイプです。努力の果てに何かを成し遂げることが快感となり、その快感を恋愛やセックスでも求めるのです。

もちろん、体育会系育ちには攻めもありますが、こちらはリーダータイプで、皆を鼓舞して達成させる側。そのリーダーに引っ張られ、達成感を味わうほうが、受けになりやすいというわけです。

ただし、一見リーダータイプと見える人でも、実は「自分がやらないといけないからやっているだけ」という場合もあります。そういう人は自分の理想とするリーダーを演じているので、よりリーダー気質の強い理想のオトコが現れれば、すんなりと受けに回ったりします。

さて、達成感を求めるタイプの特長ですが、ただイチャイチャするよりも、相手と何かを成し遂げたいという気持ちがあります。そのため、多少の無茶なことでも頑張ります。アナル拡張のために日々アナルプラグを装着して過ごすことも、このタイプなら朝飯前。それは「アナルを拡張して新たなプレイ（アナルフィスト等）をする」という目標が明確だからです。

さらにこのタイプは、褒められることが大好きです。褒められれば褒められるほど、どんどん頑張ります。なぜなら達成感は「自己肯定感」に繋がるから。何かを達成することで得られる自信は、自己評価上昇の表れ。褒められるのもそれと同じで、自己肯定感に繋がるもの。ですから、受けが頑張ったらどんどん褒めてやる気を起こさせてあげましょう。

受けを理想のMに導く時も、達成感を与えたり褒めることでやる気を出させ、理想へと近づけましょう。良きご主人様とは良きリーダーなのです。



受けは嫉妬深い

嫉妬を隠す攻めと表に出す受け

恋愛関係に嫉妬は付き物です。オトコ同士の関係でも、攻め受け問わず嫉妬心というのはいたる所で芽生えます。

ただし、攻めと受けの嫉妬はよく見ると、そこには違いがあります。わかりやすく言えば、攻めの嫉妬は男性的、受けの嫉妬は女性的なのです。

男性の場合、嫉妬していることをあまり言葉には出しません。なぜならカッコ悪いから。オトコの「自分が嫉妬していることを相手に悟られたくない」という高いプライドが、言葉に出すことをためらわせるのです。

逆に女性は、多くの場合、嫉妬が言葉となって出てきます。ただし女性にもプライドがあるので、嫉妬していることをそのまま言葉には出さず、匂わせるような表現をしてきます。すると、男性は意味がまったくわからない。その結果「ねえ！ 何で私の気持ちをわかってくれないのよ！」となってしまうのが、世の「恋愛あるある」なのです。

これと同じで、オトコ同士の場合も受けのほうが嫉妬していることを表に出しやすく、第三者からすると、より嫉妬深く見えてしまいます。これは受けのほうが女性的な性質の人が多いためかもしれません。

では、もし受けが嫉妬してしまったらどうすればいいのでしょうか。その時はちゃんと話を聞いて、なにかしら褒めてあげればいいのです。嫉妬が言葉に出るのは、愛情を確認して安心したいから。ちゃんと気持ちを聞いて、「お前が一番だよ」と理解させれば、それで安心できます。

もちろん、それでも引かずに「じゃあどうしてあの時は……」とさらに追い打ちをかけてくる受けもありますが、その時も相手が安心できる言葉をかけてあげてください。間違っても「しつこいな〜」「めんどくせーな〜」などと、火に油を注ぐようなことを言うてはいけません。



受けはわがママが言いたい

受けのわがママは攻めに対する信頼の証

嫉妬の話でも触れましたが、受けの中には内面が女性的な人が少なからず存在しています。いわゆるオネエ系と呼ばれる人たちもそうですが、それだけではなく、見た目は普通のオトコなのに感性が女性的な人たちです。

そのため、女性的な感情表現が出てしまう人もいます。例えば、相手を少し困らせたくてわがママを言ってみたり、自分のことをしっかり見てほしい、かまってほしいという思いから、わがママを言ってしまう、などがそれ。

これは「わがママな性格」ということではなく、彼氏に対して「甘えたい」ために思わず出てしまうわがママなのです。

そもそも一般的に女性のわがママと言われるものの大半は、「相手に決定権を委ねた上での自分の要望」で、本来はわがママでも何でもありません。相手を立てた上で「自分はこうしたいんだけど……」と言ってるだけなのです。

また、わがママを言えるのは、相手を信頼しているからこそ。キャバ嬢が自分に下心があるオヤジにわがママを言い、金品をせしめるのは、厳密にはわがママ＝信頼という構造を逆手にとったキャバ嬢の高等テクニックであって、女子が本当の意味でわがママを言うのは、信頼する相手だけです。

女性的な感性をもつ受けの場合も、これとまったく同じ。好きだからこそつついついわがママを言い、かまってもらおうとしたり、少しだけ困らせたりして、愛情を測ろうとします。

攻めのほうも、まったくわがママを言わない受けよりも、たまにはわがママを言って困らせたり、甘えたりする受けのほうが可愛いもの。これはSMの世界も同じで、従順過ぎるMよりも、少しは嫌がったりわがママを言うMのほうが、調教し甲斐があって可愛かったりします。なので「好かれないからわがママを言わない」と頑張っている人は、安心して甘えてみましょう。



受けが好むタイプは千差万別

性の多様化と同様にオトコの好みも多種多様

BLの世界のカップルは、攻めも受けもスレンダーなイケメン男子というケースがほとんど。ではリアルな同性愛関係での攻めや受けも、そういう男子がモテるのかというと、ハッキリ言えばそのとおりです。

ジャニーズ系のアイドルっぽい男子はやはり人気がありますし、スーツの似合う知的なイケメン紳士も、受けにはとても人気があります。

ただし、だからと言ってイケメン以外はダメかということ、そんなことはありません。実はオトコが好むオトコのタイプというのは、千差万別なのです。

例えば見た目だけでも、ジャニーズ系のイケメンが好きな人、ヒゲ男子が好きな人、熊っぽいオトコが好きな人、アスリート系好き、ガチムチ好き、ヒョロガリ好き等、それはもう色々。

さらに若い子が好きな若専、オジサン好きなフケ専。顔で選ぶ顔専にカラダで選ぶ体専、さらにそれぞれの性的嗜好など、オトコの数だけ好みがあると言っても過言ではないほど、好みのタイプはバラバラです。

そのため、ゲイの聖地として有名な新宿二丁目には「二丁目に捨てるゴミなし」なんて言葉まであるほど。性の多様化が世間に認知されるずっと以前から、オトコを愛するオトコの好みも多様化しているのです。

また、こうした好みとは別に、受けの中には「男性が好きな自分を受け入れてほしい」という願望が強い人もいます。自分の好みのタイプよりも、ありのままの自分を受け入れてくれる相手を求めている人です。

いくらLGBTが世間にどれだけ認知されようと、オトコ同士の恋愛はノンケの恋愛よりもハードルが高いのが現実。好きな同性ができて告白できなかったり、告白して傷ついてしまう人は少なくありません。だからこそ、ありのままの自分を受け入れてほしいと願う人も多いのです。





リアルなボーイズラブSMを楽しみたいアナタに贈る「オトコの為のBLSMコラム」

愛する彼氏を縛ってみたい 縛り方はどこで覚えればいいのか？

この本を読まれた方の中には、「実際に SM をしてみたい」と思っている人も多いでしょう。SM で使用する道具については、アダルトショップや SM の専門店、それぞれの道具の専門店などで購入することができます。

では実際のやり方を覚えるにはどうしたらいいのか？ 鞭や口ウソクなどは、自主練習をすればある程度はできるもの（とはいえ本格的にやりたい場合はしっかりと勉強する必要があります）。ところが緊縛はどうかというと、見た目が派手で簡単な「菱縄縛り」くらいなら誰でもできますが、それ以上となるかなり難しく、自己流でやるのは相当大変な上に危険。そこでオススメなのが、全国で行われている「緊縛講習会」で覚える、という方法です。

緊縛講習会は「縄会」とも呼ばれ、様々なプロの緊縛師や熟練の緊縛マニアさんが行っています。ここでは基本の結び方から受け手の吊り方までをレベルに応じて教えてもらえます。現在はプロとして活動している緊縛師の中にも、こうした講習会で縛り方を覚えた人が多いのです。

料金は会によって違いますが、手取り足取り教えてもらえるので、縛りを覚えたい人はぜひ参加してみましょう。

自宅の近所では緊縛講習会をやっていないという人は、緊縛の教則本や教則 DVD を見て覚える手もあります。

こちらプロの緊縛師が縛り方を 1 から教えてくれるものが多く、初心者向けから上級者向けまで様々なものがあります。

また、DVD であれば、一回教えてもらっただけでは覚えられない縛り方も、自宅で映像を見ながら何度でも練習できます。

人間を縛るという行為はとても難しく、リスクもあるので、何も学ばずに自己流でやってしまうのはとても危険です。ぜひ講習会や教則 DVD など基本からしっかりと学び、安全なプレイを心がけてください。



『いますぐできる！縛り方マニュアル DVD』監修者：おとなわ 価格：¥3,056 発行：三和出版株式会社



第3章

「受け」のタイプ いろいろ

I will love you. And dominate you. Guidebook of the Boys Love S&M.

BLSM

Boys Love S&M

理想の M に育てるために
ポイントとなる
受けの中のタイプを
徹底解説

受けにもいろんなタイプがいる

相手のタイプを知ることが調教の第一歩

ひとくちに受けと言っても、彼らの性格や性質はひとりひとり違います。

いかにも M っぽい、攻めに忠誠を誓うようなタイプの受けもいれば、一見攻めっぽく見えるけれど、性生活では完全に受けだったり。受けだけど相手を困らせて翻弄する小悪魔タイプなどもあります。

そこで、この章ではこれらの受けのタイプを、理想の M へと調教していく上でポイントとなるタイプに分けて分析していきたいと思います。もちろん、「それぞれのタイプの受けを調教するにはどうすればいいのか？」も合わせて解説していきます。

受けのタイプで調教の仕方も変わる

なぜ受けのタイプが重要かというと、第四章で詳しく触れますが、タイプによって調教のやり方を変える必要があるからです。

例えば「羞恥的な責めには興奮するけど痛いのは絶対にダメ」という受けに対して、最初から激しく鞭打ちなどしたらどうなるでしょう。受けの M 性が開発されるどころか「もう絶対ムリ！」となるのが自明の理。何ならもう二度と SM プレイの相手などしてくれなくなるかもしれません。

これはオトコ同士に限らず、SM を楽しむ人たち全般に言える話。相手を理想の M へと躰けていくためには、相手の性格や性的嗜好を S がしっかりと把握した上で、より効果的に行わなければいけないのです。

そのためにも、調教をする前に相手がどういうタイプかを知るのは、とても大切なこと。逆にこれを怠ってしまうと、「調教したらブチギレられて殴られた」なんて目も当てられない結末を迎えるかもしれません。

なお、この章で解説していく受けのタイプですが、最初にも書いたように、あくまでも「攻めが受けを M にしたい場合」を前提としたタイプ分けになります。もちろん、世の中の受けがすべてこれらのタイプに当てはまるというわけではありませんので、その点ご注意ください。

まずは、主な「調教する上で知っておきたい受けのタイプ」を、以下に一覧にしたのでご覧ください。次のページからは、それぞれのタイプの詳しい解説と、それぞれのタイプによる効果的な調教方法を紹介していきます。



Mへと導く上で知っておきたい主な受けのタイプ

ここで挙げているのは、M になりやすい又は M 性が強い受けのタイプです。ここにあるのは代表的なもので、他にもタイプはいろいろあります。また、いくつかのタイプが重なっている受けもいるので、その辺りもしっかり注意して把握しましょう。

- ✓ **屈辱萌えタイプ**

言葉責め、レイプ、輪姦など、屈辱的な状況に置かれるほど興奮してしまうタイプ
- ✓ **羞恥萌えタイプ**

露出プレイ、公開プレイなど、羞恥的な状況に置かれるほど興奮してしまうタイプ
- ✓ **達成感萌えタイプ**

苦痛責めなどのフィジカル系の責めや、明確な目標をクリアする事に達成感を覚え、快感を覚えるタイプ
- ✓ **心は女子タイプ**

外見はオトコだが心は女の子だと自認していたり、女装子のように女性の格好で女性として扱われたいタイプ
- ✓ **H 大好きタイプ**

とにかくエッチなことが大好きで、快楽を追い求めてしまう性依存症タイプ
- ✓ **愛され願望タイプ**

愛情欲求が強く、相手の愛情を欲し、愛されていることを自覚できないと落ち込んでしまうタイプ。
- ✓ **小悪魔タイプ**

プレイでは M で性癖も M なのに、S を自分の虜にするために翻弄させて支配しようとするタイプ
- ✓ **破滅願望タイプ**

愛する相手と一緒に堕ちていきたいと願い、リスクが高いプレイを好んで求めてしまうタイプ

屈辱萌えタイプ

耐え難き屈辱に興奮してしまう

他者から強引に性行為を強いられたり、複数のオトコたちに輪姦されることに興奮し、快感を覚えてしまうのが、この「屈辱萌え」タイプ。

屈辱とは、強制的に他者から自尊心（プライド）を傷付けられることで、恥ずかしさや悲しさの感情に溢れた状態のこと。なので必ずしも性行為を伴うものとは限らず、屈辱的な言葉で責められるのが好きな人や、おしっこなどの排泄物で汚されることに興奮するという人もいます。

この「屈辱に萌える」という性癖は、後述する「羞恥萌え」と同様、マゾヒズムの代表的な性癖のひとつ。SMをよく知らない受けの中には、これをマゾヒズムだとわからないまま萌えている人もいますが、しっかりとこちらの世界に導いてあげれば、立派なMになる人がたくさんいます。

屈辱萌えタイプの育て方としては、まず「受けがどういう屈辱行為に興奮するか？」を把握しましょう。言葉責めによって真綿で首を絞めるように責められたいのか、愛する彼に無理やりいやらしいことをされたいのか、はたまた複数のマッチョに代わる代わる弄ばれたいのかなど、最初は好みに合わせたプレイで「屈辱萌え」を育み、立派なMへと躰けていってください。



「屈辱萌えタイプ」を調教する上でのポイント

主な特長

自尊心を阻害されるような屈辱的な状況に、激しい興奮を覚えたり、快感を覚えてしまう性癖。

主なプレイ

屈辱的な言葉責め・拘束された状態での辱め・強引な性行為・複数の第三者による輪姦プレイ・体を汚される汚辱プレイなど。

注意点

第三者に犯されるプレイなどは、Sの管理下で行われることでMは安心してプレイができる。また性病対策やリスク管理もSが行う。



羞恥萌えタイプ

恥ずかしいのにアソコがビンビン

恥ずかしいという感情が興奮や快感に変わる。それが「羞恥萌えタイプ」。
誰かに見られるかもしれない野外での性行為に激しく興奮したり、全裸に首輪姿で夜の路地裏を露出散歩させられてギンギンになったり。羞恥は時に人間のマゾヒズムを呼び覚まし、この上ない快感となるのです。

ただし、ひとつ注意したいのは、「露出＝羞恥プレイではない」ということ。世の中には人のいない自然の中で全裸になったり、おしっこをしたり、セックスをすることで、自由と解放感を味わう人もいます。つまり「誰かに見られるかもしれない」という状況がないと、羞恥には繋がらないのです。

なので、相手がその状況に恥ずかしがっているのか、それとも解放感を満喫しているのか見極めてから、羞恥萌えタイプかどうかを判断しましょう。

羞恥萌えタイプを育てる場合は、相手の羞恥心の強さに応じて、少しずつ羞恥プレイの難度を高めていくのがオススメです。最初は人のいない場所での軽い露出から始め、慣れてきたら露出散歩、フェラや青姦、全裸オナニーなどに発展していくわけです。最初からあまり過激なことをすると、羞恥を飛び越えて悟りを開き、自由と解放感を謳歌してしまうので注意です。



「羞恥萌えタイプ」を調教する上でのポイント

主な特長

強すぎる羞恥心から、羞恥心を刺激される行為によって興奮や快感を覚えてしまう性癖。

主なプレイ

野外露出プレイ・白昼青姦・野外オナニー・人前やSNSなどでの公開オナニーや公開ストリップ・女装・首輪・鼻フックなど。

注意点

羞恥心はデリケート。相手の反応を見ながらプレイしていく。また、露出行為は法律や条令違反になる場合がある。S側が十分に注意する。



達成感萌えタイプ

試練を克服する脳内物質「アドレナリン」

自己肯定感を求めて課題をクリアすることに快感を感じる「達成感萌えタイプ」。このタイプは受けだけでなく、Mにもなりやすいタイプです。

なぜなら達成感萌えの人々は、与えられた試練をクリアすることに喜びや快感を感じるからです。SMの調教行為は、まさにこの「与えられた試練」と同じ。達成感萌えの人々にとっては苦痛系のプレイもどんと来いです。

これはなぜかと言えば、達成感萌えの人々は与えられた試練を「乗り越えるべきもの」と捉え、アドレナリンがバンバン分泌されるから。体育会系で鍛えられたカラダや、日々肉体を鍛錬するマッチョのボディは、筋肉の厚さだけで痛みに強いわけではありません。乗り越えるべき試練に対して脳内物質であるアドレナリンが分泌されることで、痛みを感じにくくなるのです。

そのため、達成感萌えの人々は、いわゆる「ハードSM」にハマりやすい傾向があります。鞭打ちやロウソク責めなどのわかりやすい試練のほうが、より達成感を得やすいからです。

それと同時に、アナル拡張などの「レベルアップしているのが明白な調教」も達成感を味わえるので、こうしたプレイもオススメです。



「達成感萌えタイプ」を調教する上でのポイント

主な特長

試練を克服した達成感に快感を感じる性癖。達成感自己肯定感にも繋がるので、自分に自信が持てる効果もある。

主なプレイ

鞭打ちプレイ・スパニング・ロウソクプレイ・緊縛吊り責め・アナル拡張やアナルフィストなど。

注意点

痛みを我慢できる人が多いため、気をつけないと怪我をしたり、後遺症が残る場合も。その点はSがしっかりとリスク管理を行う。



心は女子タイプ

オンナ心をもつ男子は女の子と思うべし

同性を愛する人の中には3つのタイプがあります。ひとつは自分をオトコだと認識し、男性的な個性で同じオトコが好きになる人。もうひとつは、自分がオトコだと認識しているけれど、女性的な個性のある人。そして最後が、生まれた時の性別はオトコだけど、自分を女性だと認識している人です。

ここで言う「心は女子タイプ」は、オトコだけど女性的な個性のある人や、自分を女性と認識している人です。この2つのタイプは、例え自分をオトコと認識しようとオンナと認識しようと、心は女子だからです。

心は女子の人たちは、必ずしもMに目覚めやすいわけではありません。当然ですが、女子にも様々な性癖の人がいるからです。

ただし女子の中にも一定数の「M性を秘めた人」がいるように、心は女子の人々の中にもM性を秘めた受けや、M性を自覚している受けはいます。ではそういう受けを理想のMに育てていくにはどうすればいいのか。いちばん大事なのは「相手を女の子として扱う」ということです。

心が女子の受けを、男性的なオトコ同士のSMへと導くと、とてつもない違和感に襲われます。あくまで心は女子なので、女子として接しましょう。



「心は女子タイプ」を調教する上でのポイント

主な特長

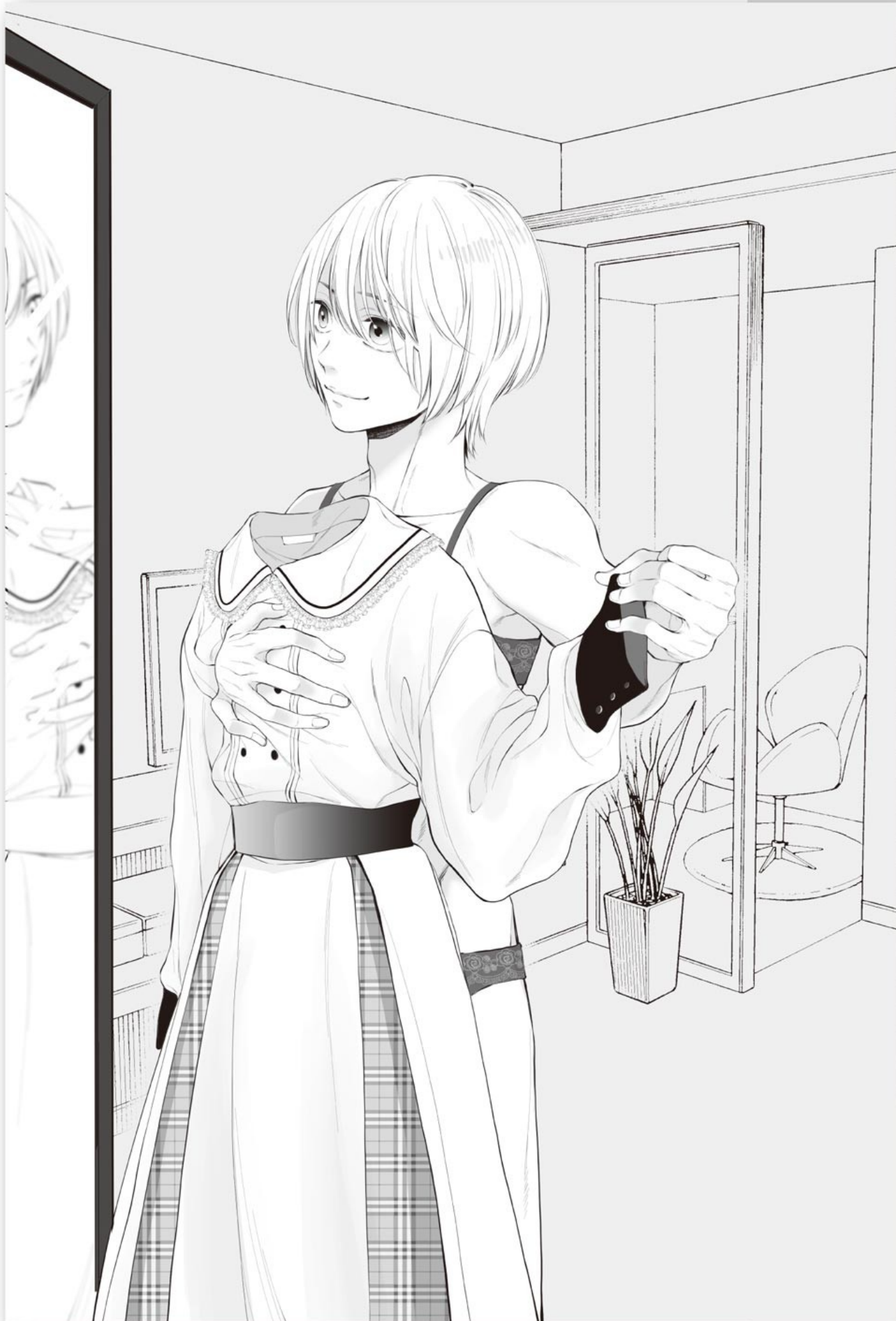
生まれた時の性別は男性だが、本人が認識する性が女性という人。または男性だと認識しているが、心は女性だと思っている人。

主なプレイ

基本的には受けの性癖に合ったプレイをするが、オトコ同士という感覚ではなく、相手を女性として扱うことが大事。

注意点

本人は自分を女性として認識していたり、女の子でありたいと願っているため、オトコとして扱うと傷ついてしまうので注意。



H大好きタイプ

快楽を追求する性依存型の受け

ノンケの中には「ゲイはセックスが大好き」と思っている人がいます。

これは「性をネタにするオネエやゲイをメディアが面白がって取り上げる」「ゲイ雑誌にアダルト描写が多い」「オトコ同士のセックスがノンケにはインパクトが強い」等による、ある種の偏見から来るもの。実際には「セックスは嫌い」という人や、「週に1～2度くらい」という人もたくさんいます。

ただし、ノンケの世界にもセックス依存的な男女がいるように、オトコ同士の世界にも、無類のセックス好きという性欲モンスターは存在します。

そんな「H大好きタイプ」の特長ですが、これはノンケのセックス好きと同様で、「とにかく快楽を追求する」という所にあります。なのでMの世界へといざなう時も、快楽系中心の調教をほどこすことをオススメします。

現代にはオトコの性欲を満たすお道具がたくさんありますので、それらを駆使した快楽調教でマゾヒズムの世界へと導き、さらに受けの性癖に合ったプレイも加味しながら、理想のMへと育てていきましょう。

また、あまりにも性欲が強いようなら、貸し出しプレイや複数プレイなどで、余りある精力を発散させてあげてください。



「H大好きタイプ」を調教する上でのポイント

主な特長

とにかくセックスが大好き。アナルオナニーが大好きというタイプ。おとなしそうに見えてかなりのセックス依存という人も。

主なプレイ

アナル開発グッズを使った快楽プレイ全般・貸し出し調教プレイ・複数プレイ・ゲイビデオに出演させるなど。

注意点

セックスをしてあげないと飽きられることがある。また、知らないうちに他のオトコと浮気をしているケースもある。



愛され願望タイプ

言葉だけじゃなくちゃんとかまってほしい

自分が好きな人に愛されたい。周りの人に愛されたい。親に愛されたい。人間であれば誰でもそう思うもの。ところがこの「愛され願望タイプ」は、その思いの激しさが尋常ではありません。他者からの愛情を過剰に求めてしまい、それが叶わないと今度は過剰に落ち込みます。さらには、それを繰り返すうちに「うつ」になってしまう人もいます。そんな危うい愛され願望タイプは、それゆえ世間では「愛されたい症候群」とも呼ばれています。

さて、そんな愛され願望タイプ、実はSMの世界にはたくさんいます。男女を問わず、Mにはこのタイプがとても多いのです。

なぜならSMは、過剰なまでにMをかまってあげる行為だから。

愛され願望タイプは、ただ言葉で「愛してるよ」と言っても満足しません。行動で示してくれないとダメなのです。その点、SMなら「もう許して〜！」とMが音を上げるほどかまいます。まさにWin-Winの関係なのです。

また、SMでは「この豚が！」などと相手を卑下する言葉責めをする人も多いですが、愛され願望タイプにはこれは逆効果。愛されている実感がないとやる気も起きず、病んでしまいがちなので、どうかご注意を。



「愛され願望タイプ」を調教する上でのポイント

主な特長

愛情欲求が異常に強く、愛されている実感がないと不安になるタイプ。愛情確認でわがまを言うことも多い。病みやすい。

主なプレイ

基本的には受けの性癖に合ったプレイをするが、罵るような言葉は厳禁。あくまで「愛しているからしている」というスタンスで。

注意点

深夜に急に電話して来たり、わざと困らせるようなことを言って気を引こうとすることがあるが、怒らずに包容力をもって接するのが大切。



小悪魔男子タイプ

愛されるためにSを翻弄

リアルなオトコ同士の世界はもちろん、BLの世界でも人気が高い「小悪魔男子タイプ」。このタイプは無邪気に攻めの心を翻弄し、受けでありながら攻めの心を支配しようとする、その名の通りの小悪魔です。

とはいえ、これは意図的にしているわけではありません。小悪魔男子は大抵の場合ルックスが良く、幼き頃より「愛されるのが当たり前」で育った人が大半。自分の一挙手一投足で、周りが喜んだり、困ったりする姿を見ているので、無意識のうちにそういう行動を取るのです。まさに小悪魔。

そんな小悪魔男子は、オトコ同士の世界では受けに多く、SMでもMになる人が多いのが特長。幼い頃よりずっと「やってもらう側」なので、基本的に面倒くさがり屋が多く、攻めやSの側にすべてやってもらいながら、時に可愛い姿を見せつつ、時に相手の嫉妬心を煽って弄ぶのです。

そのため、小悪魔系男子を上手く理想のMに育てるのは、なかなか困難。束縛を嫌がり、Mであっても自由でいたいと思うからです。

小悪魔系男子を理想のMにしたいなら、束縛したり早急に自分好みにしようとはせず、時間をかけてじっくり付き合っていきましょう。



「小悪魔男子タイプ」を調教する上でのポイント

主な特長

子供のように無邪気でいたずら好き。相手を困らせたり、時には甘えてきたりと、無意識にオトコを翻弄するタイプ。

主なプレイ

このタイプも基本的には受けの性癖に合ったプレイをするが、大人な対応を心がけることが大事。追いかけてすぎると逃げるので注意。

注意点

気まぐれなので、他に良いオトコを見つけたらすぐにそちらに行く。ただしそっちに飽きると戻って来たりもする。



破滅願望タイプ

愛ある躰けでもう一度育て直す

SMにも積極的でM性もあるけれど、付き合う際に注意しなければいけないのが「破滅願望タイプ」です。

このタイプはその名の通り、今の自分や、自分の置かれた環境を壊したいと願ってしまう人たちのこと。SMに対する積極性やM性も被虐性欲から来るものではなく、「自分を壊してほしい」という欲求の現れです。

その原因は幼少期の児童虐待にあたりと根深く、親からの愛情の不足から「ずっと幸せでいられるわけない」と幸せを怖がり、無意識に破壊しようとしたりします。付き合うとなると相当大変なのです。

また、自分を壊したいがゆえに、鞭打ちや緊縛などの激しいプレイにも積極的ですが、だからと言って満足するかと言うとまったく逆。ほとんどの場合は症状がどんどん悪化していきます。

ではこのタイプに合ったプレイは何かと言えば、それは「躰け」です。簡単な命令を与え、達成出来たら愛情を注ぎ、出来なかったら軽いスパンキングなどのお仕置きを与える。破滅願望をもつ人が本当に求めているのは、そうした愛ある「育て直し」なのです。



「破滅願望タイプ」を調教する上でのポイント

主な特長

自分の置かれている環境や自分自身を壊したい願望があるタイプ。幸せになるのが怖く、上手くいっていても自ら壊そうとする。

主なプレイ

最初は簡単な命令を与え、達成出来たら褒めて愛情を注ぎ、出来なかったら軽いスパンキングを行うなど、育て直しのつもりでプレイ。

注意点

精神が安定していても、急な不安から破滅願望が強くなることも。その時は親になったつもりで優しく抱きしめ、不安を取り除くこと。





リアルなボーイスラブSMを楽しみたいアナタに贈る「オトコの為のBLSMコラム」

パートナーはいないけど SMが楽しめる場所ってあるの？

一般的にSMは、SとMがプライベートで楽しむもの。ただし、お相手がいない人は、それだとSMの世界を楽しむことができません。

そこで世の中には、SMをしたい人のためのSM風俗があるわけです。

これはオトコ同士の世界でも同じ。特にゲイの文化はBDSM（ボンデージSM）などの文化とも密接に関わってきた歴史があるので、ゲイ専門の風俗が世間に認知された頃には、すでにSM系のお店も存在していました。

SMプレイが楽しめるお店は、ゲイ向けのSMバー形式のお店や、ゲイ向け風俗のSMオプションなどがあります。近年はゲイバー自体の数は全盛期より減ってきていますが、逆に風俗店形式のお店は花盛りです。

SMができるお店の料金ですが、ほとんどは1万円台から楽しめます。風俗店形式のお店の場合は、そこにオプション代や、出張の場合ならホテル代も加わるので少しお高くなりますが、実際にSMを楽しめることを考えればそれも安いもの。

しかも最近のゲイ向け風俗は、以前にも増して若いイケメンが増加中。もちろんマッチョ系やぽっちゃり系など、ゲイ向け風俗は幅広い好みに合わせた売り専ボーイが働いているので、好みのオトコを探すのも簡単です。

また、「まだSMプレイをする勇気はないけれど、SMプレイは一度観てみたい」という人は、SMショーをやっているバーや、全国の主要都市で開催されるSMイベントなどに行ってみるといいでしょう。

特に緊縛ショーや鞭打ちショーなど、本格的なショーを楽しめるSMイベントは、全国のSM好きなゲイたちにも大人気。汗とガマン汁にまみれたオトコの悶絶と絶叫に興奮した客たちが、気がつけばその場でカップリング、なんてことも珍しくはありません。「SMが観たくて行っただけなのに、素敵なパートナーに巡り会えた」というのも、こうしたイベントならではの経験です。

残念ながら、SM系の風俗はお金を介したカラダだけの関係。SMイベントも、基本的にはSMの世界の一端に触れることしかできません。本当のSMを楽しむためには、やはり信頼と愛情の絆で繋がったパートナーがいてこそです。ただ、SMプレイを試してみたい人の第一歩としてはオススメなので、興味のある人は足を運んでみてください。



第4章

調教のための 基本メソッド

I will love you. And dominate you. Guidebook of the Boys Love S&M.

BLSM

Boys Love S&M

すべての調教に通じる
基本のやり方を
特に重要なポイントを中心に
わかりやすく解説

攻めと受けの関係性を明確にする

SMは役割を明確にした性的ロールプレイ

ここからは、理想のMに育てるための基本となるメソッドをいくつか解説していきます。最初に紹介するメソッドは「関係性を明確にする」です。

SMは「Sという枠割」と「Mという役割」がいるからこそ成立する性的ロールプレイです。そのため調教をするには、それぞれの性癖以上にこの役割分担をしっかりと行うことが重要になります。

どうしてそれが重要なのかと言うと、大抵の場合、Sは常にSではなく、Mも常にMというわけではないからです。

当たり前の話ですが、社会生活をする上でSが常にサディスティックだったり、Mが常にマゾヒズムに悶えてハアハアしていたら、いくら何でもやっていけません。周囲から「おかしい人」として扱われてしまいます。

世の中のSやMは、S性やM性をもった普通の人です。おかしい人ではありません。S性やM性もTPOに合わせて出したり引っ込めたりします。

非SMのセックスパートナーがいる人だっています。だからこそ、SMの時はSとMという関係性を明確にする必要があるのです。

役割を与えることでMはM性を発揮できる

関係性を明確にすると、お互いにSやMのスイッチが入ります。するとあら不思議。役割が曖昧なままプレイするよりも、SもMも興奮できるのです。

これこそSMが「性的ロールプレイ」と呼ばれる所以。

関係性を明確にすることで、Sは自分がSだと強く意識し、Mも自分がMだと強く意識できます。日頃は倫理観や道德観念のリミッターがかかっていたS性やM性が解放され、激しい興奮や快感が得られるのです。



特に M にはこの「役割の明確化」がとても大切。なぜなら M は基本的に受け身だからです。

M は S のプレイによって被虐性欲を満たしますが、時には苦手なプレイもあります。「やればできるけれど、できればしたくない」というプレイです。そんな時、関係性が明確であれば「やらなければいけない」というスイッチが入りますが、関係性が曖昧だと、簡単に断ったり、どうしていいかわからなくなってしまうのです。

そのため、S が M に対して「M という役割」を与えることが、調教するためにはとても重要になります。

M という役割を与えると、M は自分が思っていた以上の M 性を発揮できるようになります。先ほども書いたように、リミッターが外れるからです。露出プレイの羞恥に興奮し、ペニスをギンギンにさせるのも、複数のオトコたちに嬲られてメスイキしまくるのも、社会生活では口にするのも憚られるようなことですが、M という役割を与えられれば鬼に金棒。思う存分、己のマゾヒズムを解放できる状況が、心の奥に眠る M 性を呼び覚ますのです。



関係性の明確化によって生まれるSとMの意識

S と M の関係性が明確になると、互いの S 性や M 性もより強まります。S はよりご主人様らしく振る舞うようになり、M も奴隷的な気持ちになります。それにより、これまで気付かなかった様々な性癖に目覚めたり、相手に対する欲求が強くなったり、お互いの必要性をより強く感じるようになります。これは SM ならではの効果です。

ご主人様 (S)

調教する側

支配欲

興奮

S 性の
発動



支配・命令・調教

服従・拝受・成長

関係性

奴隷 (M)

調教される側

興奮

努力

M 性の
発動



理想の M に育てるためには、M 自身が M 性をどんどん発揮できるように仕向けることが大切。そのためにも、S と M という関係性を明確にし、M という役割を与えることが、調教のポイントになります。

ご主人様や奴隷という名称の意味

SM の世界では S を「ご主人様」、M を「奴隷」と呼んだりします。人権主義者の方々からしたら「とんでもない話だ！」となりそうですが、もちろんこれも関係性を明確化するための比喩表現です。実際の奴隷のような「望まぬ支配」ではありませんし、何なら M のほうから「ボクをキミの奴隷にして！」と懇願することもあります。

また、SM の世界の奴隷はいつでもご主人様を鞍替えできます。自分が望む相手の奴隷となり、嫌なら他のご主人様を探す。それが SM の世界の奴隷。これは一生懸命教育した新人が、あっさりと転職していくのに似ています。ご主人様は会社の管理職と同じで、意外と大変なのです。

関係性を明確にする表現は、他にも「飼い主とペット」「愛奴」などいろいろあります。女性的な M の場合は、あえて「牝（めす）」という、M 女性に付ける名称で呼ぶ場合もあります。

こうして様々な呼び方が生まれたのも、S と M の関係性こそが SM では大事だからです。例え性的なプレイがなくとも SM 関係が築けるのは、SM が精神的な繋がりを本質としているからこそ。それをより深めるための表現として、奴隷やペットや愛奴といった言葉があるのです。

もちろん「SM 関係だから、こうした呼び方をしなければいけない」ということはありません。奴隷という言葉を不快に思う M も世の中にはたくさんいますし、数で言えば名前と呼んで欲しいという人が大半でしょう。

実際、ご主人様や奴隷という表現をする人も、あくまでそれは肩書のようなもので、普段は名前と呼んだりします。

SM のプレイや、ご主人様や奴隷という呼び方は、お互いの S 性や M 性を高めて、より深く繋がるためのツールです。それをしっかりと理解した上で調教することが、何より大切なことなのです。

受けのタイプに合った調教をする

SMはSの一方向的な加虐行為にあらず

SMは、Sの加虐性欲をMが一方向的に受けているように見えがちですが、実際にはそんな事はありません。調教される喜びをMの心とカラダに刻み込むためには、相手になるMのタイプに合った調教をすることが大切なのです。

では、相手のタイプに合った調教とはどういうものかと言うと、相手の性格や性癖を考慮した上で、その相手に合った「躰」「プレイ」「レベルアップ」「目標設定」をするということです。

第二章と第三章で触れてきたように、受けをMへと導くためには相手の性格や性癖を理解することが重要です。そこを無視してプレイすると、受けに好かれるどころか「うわぁ、この人ムリだわぁ……」とドン引きされるのがオチ。異性である女性と違い、受けは同じオトコ。オトコの気持ちがわかるがゆえに、「この人はボクのこと好きなんじゃなくて、プレイがしたいだけなんだな」と、あっさり見抜くシビアさがあるのです。

なので、受けから三行半を突きつけられないためにも、相手の性格や性癖に合った調教をほどこすように心がけましょう。

相手のタイプに合った躰を行う

躰は人間が社会で生きるために必要な「礼儀」や「作法」を身に付けさせる訓練。これはSMの躰も基本的には同じで、ご主人様に対するMとしての礼儀や作法を身に付けさせるための訓練です。

例えば、ご主人様の前では常に正座だったり、挨拶も三つ指をついて深々とお辞儀したり、言葉遣いも常に敬語だったり……などの躰がSMではよくありますが、これは相手を従順なMとして育てるためです。



会ってすぐご主人様にペニスとアナルを性器チェックしていただいたり、会ってすぐご主人様のペニスを口に含んでご奉仕をするといった行為も、Mに「ボクはご主人様の所有物なんだ」と自覚させるための躰です。

つまり一般社会の躰と同様に、SMの躰にもそれぞれ意味があるということ。そして、Mに合わない躰をやっても身に付かないので、できるだけMの性格や性癖を考慮した上で躰をした方が、より効果的だということなのです。

相手のタイプに合ったプレイを選択

これは躰だけでなくプレイでも言えること。苦痛が苦手なMに激しい鞭打ちばかりすれば、痛みに恐怖を覚え、トラウマになってしまいます。少し気が強いMならば、堪えきれずに「痛いって言ってんだろーが〜！」なんて怒り出すこともあり、もはやSMの関係性などあったものではありません。

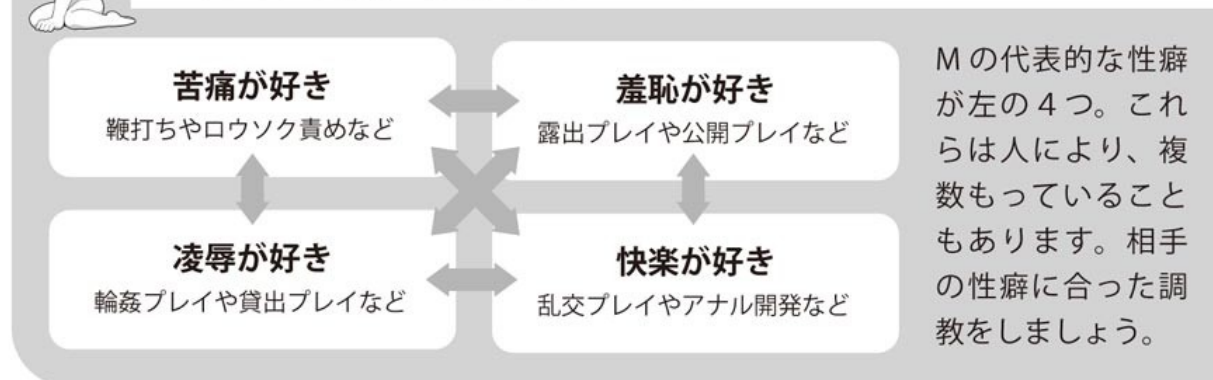
また、あまり羞恥心が強くないMに野外露出をさせた所で、それはただの遊びみたいなもの。ご主人様とだけセックスしたいMにいきなり輪姦プレイをさせれば、警察に駆け込まれて逮捕……なんて可能性もあります。

このように、受けの性格や性癖をまったく考慮しないプレイは、M性が育まれるどころかSMにすらなりません。

そんな失敗をしないためにも、苦痛を好む受けには苦痛を、羞恥を好む受けには羞恥を、凌辱を好む受けには凌辱を、といった具合に、相手のタイプに合ったプレイでまずはSMの魅力を教えてあげてください。



Mの主な性癖と効果的なプレイ



相手のタイプに合ったレベルアップと目標設定

理想の M に育てるためには、相手に合った躰やプレイを繰り返し行う必要があります。それによって M も経験値を積み、ロールプレイングゲームの勇者の如くレベルアップしていくのです。

このレベルアップとは、以前は出来なかったプレイが出来るようになったり、苦手だったプレイが好きになったりすることを言います。

ただし、早くレベルアップさせたいからといって、あまり無理強いをしてはいけません。せっかく本人もいい感じに SM にハマってきたのに、嫌いなプレイを無理やりされたことで、一気に SM が嫌いになってしまったり、重大なトラウマになってしまうことがあるからです。

また、最終的な理想への目標設定も、本人の性的嗜好からあまり外れないものにしましょう。羞恥プレイが好きで苦痛が苦手な M を、無理やり苦痛好きの M にするのではなく、「苦痛も好きな羞恥マゾ」といった感じに目標設定したほうが、目標への近道となります。



受けに合った調教をするためのまとめ

最後に、ここまで解説した「理想の M にするための調教の 4 つのポイント」をまとめました。躰は関係性の明確化、プレイは M 性の成長、段階設定は適切なレベルアップ、目標設定は S と M が求める最終的な関係性の構築が目的です。

☑ 受けに合った躰

躰はご主人様に接した時の礼儀作法の習得。S と M の関係性を明確にするためにも必要。

☑ 受けに合ったプレイ

性格や性癖に合ったプレイをすることで、より効果的に M 性が成長していく。

☑ 受けに合った段階設定

無理にレベルアップさせようとせず、相手の反応や性癖を考慮しながら時間をかけて段階的に。

☑ 受けに合った目標設定

受けの性癖と完全に離れた M 像を求めず、受けの性癖を育てながら理想へと近づけていく。

もっと欲しいと 思わせるのがポイント

精神的なリードが受けのM性を引き出す

世のモテる S たちの特長は、総じて調教した M たちに「また彼に調教して欲しい」と思わせる所。すると世のモテない S たちは総じてこう思うのです。「そんなに凄いプレイをされたの？ どんなプレイ？」と。

M たちが「また調教されたい」「もっとして欲しい」と思うのは、とてつもなくハードなプレイをしたからでも、江戸時代より伝わる拷問の秘術を使ったからでもありません。彼らは受けを M に導くのが上手いのです。

これは肉体的なプレイの話ではなく、精神的なリードが上手だということ。相手の M な心を的確に刺激し、M が自発的にマゾヒズムに堕ちていくように仕向ける。それがモテる S たちの高等テクニックなのです。

そもそもマゾヒズムに限らず性癖全般は、精神面への刺激が大きく影響します。羞恥に興奮する M は裸にならずとも、その状況を想像するだけで興奮しますし、苦痛も、凌辱も、支配もすべてそう。性的な行為が無くとも SM 関係が成り立つのも、精神面の作用が大きいからなのです。

もっと欲しいと思わせる「焦らし」の効果

では、世のモテる S たちは、どのように M を精神的にリードしているのでしょうか。実は多くのモテる S が効果的に使っているのが「焦らし」です。

焦らしとは、相手がこうして欲しいと待ち望んでいるのに、あえてそれをしないこと。これは恋愛強者のテクニックとしてもよく知られますが、それは恋愛の主導権を握るのに効果的なテクニックだから。SM における焦らしも同じで、自分が相手をリードする時にとても効果的なのです。

ただし、SM における焦らしの効果はそれだけでは終わりません。



Mは基本的に受け身なので、調教についても「相手に求められているから受けとめている」という意識があります。どんなに恥ずかしい行為に勃起しようと、凌辱的な行為にイキまくろうと、それはあくまで「彼にそうされた」こと。そう心のどこかで言い訳をしているのです。

ところが調教でM性が強くなり、興奮が強くなってきた時に焦らされたら、Mはどうなるでしょう。「止めないで」「もっとして」「早くして」と、その行為を自発的に求めざるを得なくなります。

すると、もう言い訳などできません。なぜなら自分からはっきりと「して欲しい」と願っていることを、M本人が自覚させられるから。

SMで焦らしが効果的だと言われるのは、実はここなのです。

世間で思われているような、SがMを一方向的に責めたり、辱めたり、快感へと導くのは、実際のSM関係ではまだよちよち歩きの初歩の段階でしかありません。Mが自発的に「して欲しい」「もっと欲しい」と思うように上手く導き、一方向的だった調教がSとMの共同作業になった時こそが、本当のSM関係のスタートと言っても過言ではないのです。



焦らしを入れた調教によるMの成長の変化

焦らしを入れることでMの中に能動的なM性が芽生え、自発的にM性を求めるようになります。逆に焦らしがないとMは受け身の意識が強くなります。

■焦らしアリ



能動的な
M性の開花

■焦らしナシ



受動的な
M性の開花

そのためには S が SM の主導権を握りつつ、M の自発的な M 性の開花を促す焦らしこそが効果的。だから数多の S は M を焦らすのです。

ただし、焦らすと言ってもただ「してあげない」だけではダメ。焦らしは、もっとして欲しいという欲求と同時に、イライラも募らせます。そのため焦らしという行為自体も、効果的に行う必要があります。

M性開花に効果的な焦らしのテクニック

調教における効果的な焦らしのポイントは、「M の気持ちを冷めさせないように行う」ことです。ただプレイを途中で止めるだけでは M も「あれ？ 終わりなのかな？」と思い、調教モードだったのが一気に冷めてしまいます。そうならないためにも、プレイを止めるのではなく「焦らしもプレイ」と考えて行うようにすることが大切です。

例えば調教中に行う「言葉責め」や「愛撫」などは、まさに効果的な焦らしプレイと呼べるもの。アナルバイブでお尻に快感を与えた後、相手がまだイッていない状況であえて敏感になったカラダを愛撫したり、「もっとされたいか？」と選択を迫ったり、「こんなに大きくなってるぞ」などとエッチな状態を実況中継したりと、メインのプレイと焦らしプレイを使い分けて効果的に行うのがポイントです。

すると、肉体的な責めによる興奮や快感と同時に、精神的な責めによる興奮や快感も高まり、より強い快感へといざなわれます。これこそが、M が「また調教されたい」「もっと欲しい」と思う正体。M を興奮させ、快感へ導きたいのであれば、M を観察し、心の機微をしっかりと把握してプレイすることが、何よりも重要なのです。

問題なのは「激しく責めれば M は気持ち良くなるんだろう？」と勘違いしている場合。言葉責めにしても、プレイ中に「どうだ？ 気持ちいいんだろう？ ほら、早くそう言え！」などと慌ただしく行う人もいますが、これでは M も集中することができません。

M を上手く導くためには、メインのプレイの合間に焦らしプレイをしっかりと入れ、M 自身の気持ちが高まる余裕を作ることを心がけましょう。

頑張ったらご褒美をあげる

ご褒美はMのモチベーションに繋がる

Mを自分の理想的なMに育てたいからと、つらい調教ばかりを強いるのは絶対にNG。辛い調教だけだとMの心とカラダが疲弊してしまい、我慢できずに逃げてしまったり、時には病んでしまいます。

そうならないためにも、Mがアナタのために頑張ったなら、ちゃんとご褒美をあげるようにしましょう。

世の中には「アメとムチ」という言葉があります。つらいこと（ムチ）を強いる場合は、その代償としてご褒美（アメ）がないとダメなのです。

また、ご褒美はMのモチベーションも引き出します。ご褒美があると思えば、多少嫌なことでも頑張ろうと人間は思うもの。ウリセン男子が好みじゃないオジサンに抱かれるのも、お金をしっかりいただくからこそ。「Mならつらいことを受け入れるのは当たり前だ」などという、一方的な考え方では、Mもプレイに悦びを感じられません。実際のSMは頑張ったらご褒美をあげ、それによりモチベーションをあげてMもまた頑張るのです。

SMにはどんなご褒美があるのか

さて、そのご褒美ですが、実はSとMの関係性によって様々です。

愛し合うカップルであれば、頑張ったご褒美は濃厚な「セックス」というのが定番です。カップルによっては、長期的な調教よりいかに気持ちの良いセックスが楽しめるかのために、SMをしている人たちもいます。

セックスをしないカップルであれば、調教後の「キス」や「ハグ」がご褒美という場合もあります。またセックスをしない理由も、元々セックスを必要としない関係だったり、奴隷だからしないという理由だったり様々です。



セックスをする関係でも、調教後に抱きしめられてキスされるのが、何よりも愛情を感じるご褒美だと言う M もいます。つまりご褒美とは、M がして欲しいことや、ご主人様の愛情を感じられる行為が多いのです。

苦痛が何よりも大好きという M の場合は、ご褒美が苦痛を伴うプレイだったりもします。これは羞恥や凌辱が大好きな M の場合でもそうで、好きなプレイをしてあげること自体が、時にご褒美になります。

ただし、ご褒美のために嫌なプレイばかりするというのも、なかなか耐えられないもの。実際は好きなプレイと苦手なプレイを調教の中に混ぜた上で、一番好きなプレイをご褒美としてたっぷり与えるというのがほとんどです。

また、SM ウリセンの客と M という関係の場合も、ご褒美をあげたほうが M はやる気になります。客と M の関係は既に金銭という対価が発生していますが、それ以外に M が欲しい物をあげたりすると、サービスが良くなったり、多少嫌なこともやってくれたりします。いわゆる「上客」というやつです。

ご褒美をあげることで起こる副作用

ご褒美をあげることで生まれるモチベーションは「外発的モチベーション」と言います。つまりご褒美や対価という外部からもたらされるものによって、やる気（モチベーション）が上がる状態のことです。

ただし外発的モチベーションであるご褒美には、一種の副作用もあります。人間は一度ご褒美をもらうと、それが当たり前と感じたり、さらなるご褒美を求めたり、もっと良いご褒美が欲しいと思うようになるからです。

頑張ったからあげたはずのご褒美が、気がつけばご褒美のおねだり状態になっていた……なんてことも、SM ではよくある話。だからご褒美は一切あげないと断言するご主人様も、世の中にはいたりします。

また、ご褒美をもらうことで上がるモチベーションは、M が自発的に頑張ろうとする気持ちを阻害する場合もあります。なぜなら、命令通りにやれば自然とご褒美がもらえるから。これは「どうせ給料は同じなんだから、そんなに頑張る必要ないって」と酒の席で後輩にアドバイスする、ダメな先輩サラリーマンと同じ。ご褒美は時に M をダメ男にするのです。

ではご褒美は使わない方がいいのかと言うと、そんなことはありません。プラスになるかマイナスになるかは、すべてご褒美のあげ方なのです。

効果的なご褒美のあげ方

ご褒美をあげる時に重要なのは、M がいつでも貰えるものと思わないようにすること。いつも貰えると思うと、人はそれが当たり前と感じ、もっと欲しがったり、マンネリに感じたりします。それを避けるためにも、ご褒美は M が本当に頑張った時や、不安に感じている時にあげましょう。

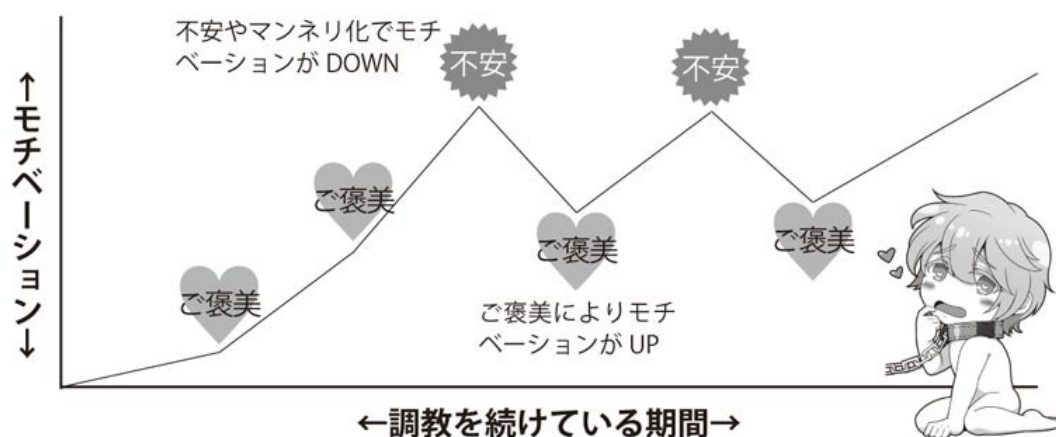
また、ご褒美はできるだけ物ではなく、愛情が感じられる行為にするようにしましょう。物はあくまでプレゼントです。ご褒美を物にすると、愛情欲求よりも物欲のほうが強くなり、泥沼のご褒美おねだりがはじまります。

さらにご褒美は、M としてのモチベーションが高い人には、あまり効果がありません。そういう M は調教自体がすでにご褒美のようなものなので、そのモチベーションを持続させるような調教が一番効果的です。



ご褒美によるMのモチベーションの変化

ご褒美の一番の目的はモチベーションの向上。ただしモチベーションがある程度高い状態だと、ご褒美の効果はそれほどありません。逆に不安やプレイのマンネリ化など、モチベーションが下がっている時のご褒美は、やる気を起こすのに効果的です。



頑張りすぎる受けへの対処法

自分では止められない「頑張りすぎ症候群」

モチベーションも高く、献身的に頑張る M は、S から見ても可愛いもの。ところがそんなやる気も頑張りも、あまり度が過ぎると危険です。M 本人の自覚がないまま心やカラダが疲弊していき、気付いた時にはボロボロになっていたということも、少なくはないからです。

M の中にはこうした「頑張りすぎる M」が結構います。本当はつらいのに「彼に喜んでほしいから」と無理をしてしまうタイプです。これは男女問わず SM の世界ではよく見られるもので、「彼は私がいないとダメだから」「頑張らないと彼に捨てられる」など、様々な理由で頑張り過ぎてしまいます。

もちろん、そんな「頑張りすぎ症候群」の M を守るのも、S の大事な務め。時には SM をせずにセックスをしたり、デートをしたり、旅行をしたりして、心とカラダをリフレッシュしてあげましょう。

頑張りすぎる人は、自分では頑張ることを止められません。信頼する相手から「頑張らなくてもいいんだよ」と言われることを望んでいます。M が頑張り過ぎていたと思った時は、そう優しく言ってあげてください。



頑張りすぎていると思った時に行うべきこと

調教しない日を作る

お酒の休肝日のように、SM しない日を作り、M の疲れた心とカラダを休ませる。

旅行など遠くに行く

非日常的な楽しい時間を過ごすことで、頑張りすぎる日常から解放させる。

相手がやりたいことをさせる

普段はなかなか言えないやりたいことをさせて、頑張らないでいい状況を作る。

頑張りすぎな M は日常の中だと頑張ることを止められません。なので日常から離れた楽しさを与えて、癒やしてあげましょう。





リアルなボーイスラブSMを楽しみたいアナタに贈る「オトコの為のBLSMコラム」

ゲイSMの動画を観たけど みんなあんなにハードなの？

オトコ同士のSMをテーマにしたゲイAVは、その大半がいわゆるハードSMと呼ばれるもの。一般のSM系AVでも、女の子が酷いことをされているものはあるけれど、オトコ同士のほうが痛々しいものが多いのです。

ではオトコ同士のSMはみんなそういうものかと言うと、もちろんそんなことはありません。苦痛が苦手なMもたくさんいますし、羞恥的に責められたいとか、カラダの関係がないピュアな主従関係を求める人もいます。

それではなぜゲイのSM系AVにはハードなものが多いのか。これは実を言うと、オトコのカラダゆえの錯覚があるのです。

実際にゲイのSM作品を見ると、やっていることは普通のSM作品とそれほど変わらなかったりします。縛られて、拘束されて、叩かれたり、ロウソクを垂らされたり、凌辱されたり等々、それらは女の子が主演の普通のSM作品でもやられていることです。ところが、華奢な女の子と筋骨隆々のオトコだと、迫力がまったく違うのです。そのため、オトコ同士のSMの方が、視覚的に凄いことをやっているように見えます。だから「オトコ同士のSMはハードだ」と錯覚してしまう人も多いのです。

ただしそれらは、女の子が主演のSM作品で言うとやはりハードSMの部類に入ります。事実、ゲイのSM作品にはハード系は多いです。それはゲイの世界のSMが、アメリカのハードSMの影響を受けているからなのです。

それに比べて女の子相手のSMは、どちらかと言えば日本的な羞恥を重視した作品が多め。つまりそもそもの成立過程が違うので、ゲイのSM作品ではアメリカ的なハードSMが定番になっていったわけです。

とはいえ、ゲイのSM作品もそればかりではありません。相手の羞恥心を刺激するような責めをしたり、愛情溢れるラブラブなSM作品だってあります。ただしそういう作品は、あまり世間には知られていません。それはやはり「ハードSM＝ゲイ」というイメージが強いからです。

ゲイタウンに行けば、世の中のゲイがみんなマッチョではなく、またオネエでもなく、どこにでもいそうな人たちのほうが多いとわかります。これはオトコ同士のSMの場合も同じ。筋肉ムキムキのマッチョなゲイがハードSMをするのが、オトコ同士のSMというわけではないのです。



第5章

性感開発のための オトコの性感帯講座

I will love you. And dominate you. Guidebook of the Boys Love S&M.

BLSM

Boys Love S&M

SMでも定番の性感開発
オトコのHなカラダの
仕組みを理解して
M調教に役立てよう

オトコの性感帯を知ろう

性感開発をすることで感じやすいカラダに

SMでは「性感開発」と呼ばれる調教があります。これはその名の通り、Mの性感帯を開発し、より感じやすいカラダへと導くための調教です。

この性感開発で一番よく知られるのが「アナル開発」です。女性の膣と違ってアナルは本来、性器ではありません。そのため、アナルでの性行為で絶頂を感じられるように訓練して性感開発をする必要があるのです。

このアナル開発ですが、SMに関係なくアナルセックスをするために行っている受けはたくさんいます。ただし、その方法は「アナルセックスを繰り返す中で自然と感じるようにする」という、女性の処女喪失のようなかなり乱暴なものも多く、本来が性器ではないアナルにはかなり過酷。そのため初体験のあまりの痛さに「二度と無理！」となる受けもいたりします。

もちろん、後述するような「段階を踏んだアナル開発」をする人たちも当然いますが、アナルの構造と性感帯を知らないと、効率の良い開発はできません。性感帯を知るということは、それだけ上手く相手を快感へと導くことに繋がることなので、ぜひここで性感帯について学んでください。

性感開発をしてエッチなMにする

アナルの性感について書きましたが、もちろんオトコの性感帯はアナルだけではなくありません。ペニスはオトコの最大の性感帯ですし、脇の下や乳首、乳輪、脇腹、鼠径部など、様々な部分に性感帯は広がっています。

また、それらの性感帯はただ感じやすいだけではなく、上手くリードしたり、上手に愛撫することで、より感度が高まります。普段はくすぐったいくらいの性感帯も、やり方次第で喘ぐほど感じるようになるのです。

そうして性感開発をしていけば、やり方次第では全身が過敏な M 体質へと成長します。そのためにも、性感帯と性感の責め方を知るのは重要なのです。

性感帯を開発する際の注意点

感じやすい M にするための性感開発ですが、その方法はとてもデリケートです。性感帯と呼ばれる部位は同じ場所でも感じるかどうかは個人差がありますし、感じる人でも感度はやはり人それぞれ。アナルを弄り始めてすぐにイケるようになる人もいれば、アナルはダメだけど乳首責めならイクという人もいます。人間の性感帯は、それだけ個人差のあるものなのです。

ですから、感じにくいからとただ強く刺激するのは絶対に NG。性感帯によっては強い刺激は危険ですし、何よりほとんどの性感帯は、少しずつ優しく刺激していかないとなかなか感度は上がりません。また、感じるかどうかはその場の雰囲気や相手によっても変わります。つまり感度はプレイによるフィジカルな刺激だけでなく、メンタルの作用がとても大きいのです。



性感帯をより感じさせるための調教のポイント

調教では性感開発も行います。性感帯の感度が上がるほど、快感を得やすく、調教の喜びを知ることができるからです。これはペニスやアナルなど、オトコ同士の SM の定番部位ではありません。ここでは性感を高める 4 つのポイントを紹介します。

☑ 優しく何度も

性感帯は繰り返し刺激することでより感度を高めることができます。その際は優しくデリケートに、感じる様に触りましょう。

☑ 触らず焦らす

ただ触るだけでなく、気持ちよくなってきた所で焦らすと、より触って欲しくなり、感度も高まります。

☑ 意識をさせる

性感帯を意識させると、いつもより感度が上がります。これは好きな相手に触られた場合もそうです。

☑ 雰囲気を作る

旅行など気持ちが高揚している時は性感帯も感じやすくなります。興奮している時も感度は上がります。



上半身の主な性感帯

上半身の性感帯の特徴と効果的な責め方

オトコの上半身で、主に性感帯と言われているのが、「髪の毛」「耳」「首筋」「背中」「乳首」「脇」「脇腹」です。

ただし部位ごとに感じ方も違うので、同じ様に責めてはいけません。ここからは各部位ごとの性感帯の特長と、効果的な責め方を解説します。

♡ 髪の毛

髪の毛はそれ自体が性感帯というわけではなく、毛根の部分が性感帯です。そのため髪の毛の触れ方や掴み方により、快感を得ることができます。優しく頭を撫でられると気持ち良く感じるのはこのためです。

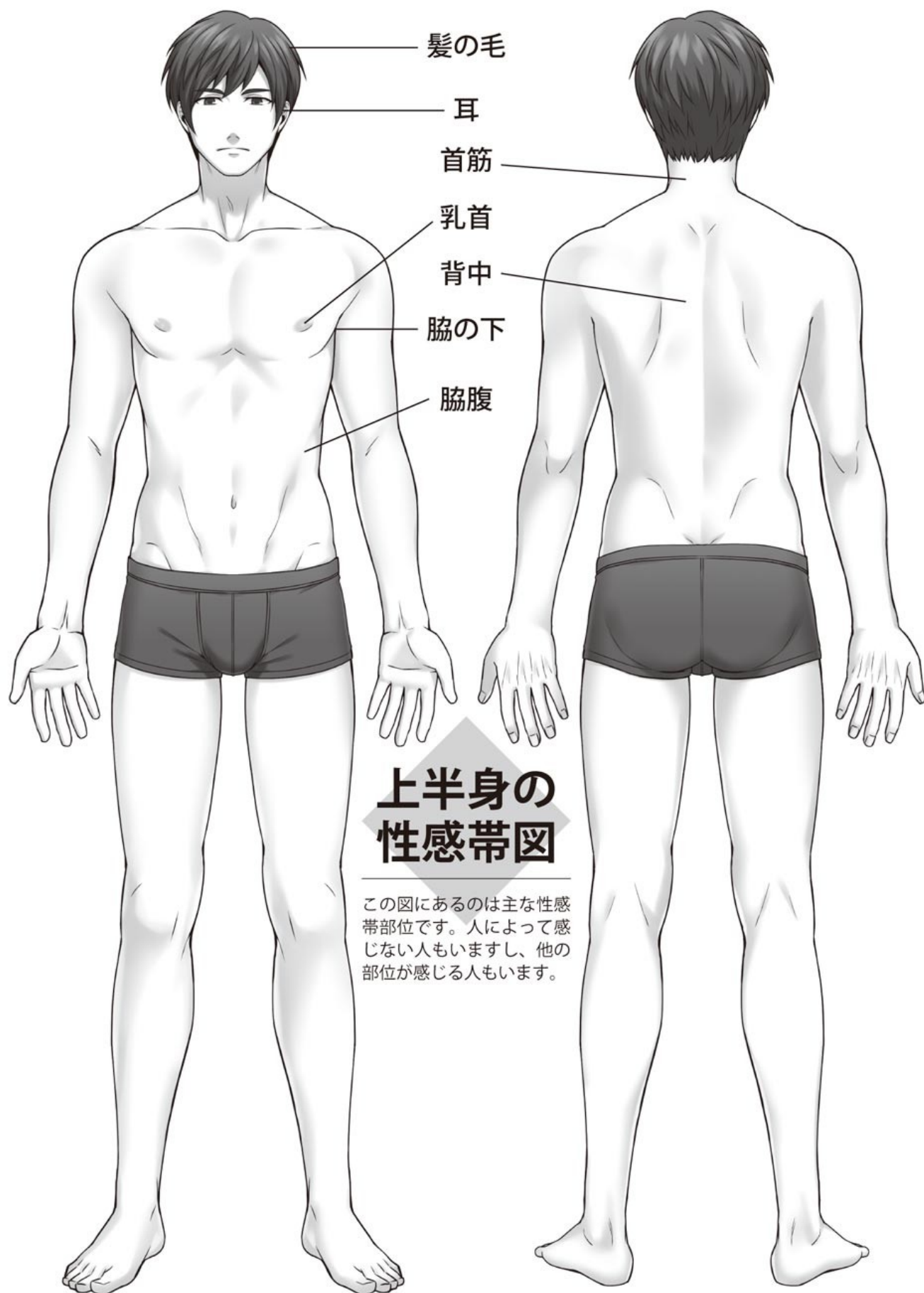
髪の毛の責め方も、ソフトタッチで「撫でる」のが基本。また髪を掴んで引っ張るのも、人によっては快感だったり、M性を刺激されます。ただしその際は髪を多めに掴んでゆっくり引きましょう。少ないと痛みが強くなります。

♡ 耳

耳はツボが集中している場所で、引っ張るだけで眼精疲労や代謝がアップしたり、ストレスを解消してくれる凄い部位。性感帯としても優秀で、優しく触ったり、舐めたり、息を吹きかけられると敏感に反応します。セックス中や調教中にそうした行為をするだけで、相手の感度も格段に上がるので、ぜひ試してみてください。

♡ 首筋

うなじから首筋のかけてのエリアも性感帯。ただし、うなじや首筋も、ソフトタッチで触らないとあまり快感を得られません。



首筋付近のエリアを責める時は、優しく撫でたり、舐めたり、息を吹きかけるなどして、デリケートに責めて感度をアップさせていきましょう。

♡♡ 乳首

乳首は上半身の中でも最大の性感帯のひとつ。周辺の乳輪も含め、優しく撫でたり舐めてあげれば、感度もグングン上がります。また、つまんだり引っ張れば、M 的な刺激も得られます。

だからと言って、乳首ばかりを執拗に責め続けると、乳首が痛くなってくるので NG。風俗ではこういう人を「乳首ストーカー」と呼びます。

あえて痛みを与えたい時は、摘んだり、引っ張ったりして、触れたり、舐めたり、吸ったりする時はソフトに……と、緩急を付けて責めましょう。

♡♡ 背中

背中もソフトタッチで触られることで敏感になるエリアです。腰から肩甲骨、首筋にかけて指先で優しく撫でたり、舐めてあげれば、全身の感度がグングン上がっていきます。時には爪の先で優しく引っ掻くようにすると、M 性も刺激されるので、乳首と同じように緩急をつけてみると効果的です。

♡♡ 脇の下

脇の下は乳首以上に敏感に感じるという人も多い場所。SM では脇腹と共に「くすぐり責め」をすることもあります。また、女性は脇毛を剃っている人が多いですが、オトコはそのままという人が多いので、脇毛を引っ張るというプレイもあります。ただし感じさせるのであれば、やはり優しく撫でたり舐めたりがいいでしょう。

♡♡ 脇腹

脇腹も感じやすい場所で、激しい刺激は快感よりもくすぐったく感じる人が多いです。なので、相手をくすぐって責めたい場合は激しく、全身を敏感にさせたいなら優しく、という感じで行いましょう。これは性感帯を責める上での重要なポイントでもあります。



下半身の主な性感帯

下半身の性感帯の特徴と効果的な責め方

オトコの下半身で、主に性感帯と言われているのは、「お尻」「肛門」「陰部」「鼠径部」「太腿」「足裏」です。

ここでは後で詳しく解説する陰部と肛門を除き、その他の部位の特長と効果的な責め方を紹介していきます。

♡ お尻(臀部)

お尻と言うと、アナル(肛門)の性感ばかり注目されがちですが、外側の臀部自体も立派な性感帯です。

お尻はカラダの中でも脂肪が厚く、痛みも感じにくいので、スパンキングや鞭打ちのターゲットになることも多い部位。そのため、お尻は鈍感だと思っている人もいます。でもそれは大間違い。お尻は痛みにも強く、なおかつとても感じやすい場所なのです。

お尻への責めは「優しく撫でる」「掴んで揉む」「叩く」という3つの責め方を、相手の反応や感じ方にあわせて行くと、より効果的です。



お尻を効果的に責めるための3つの方法

指先で円を描くように撫でる



お尻を掴んで揉みしだく



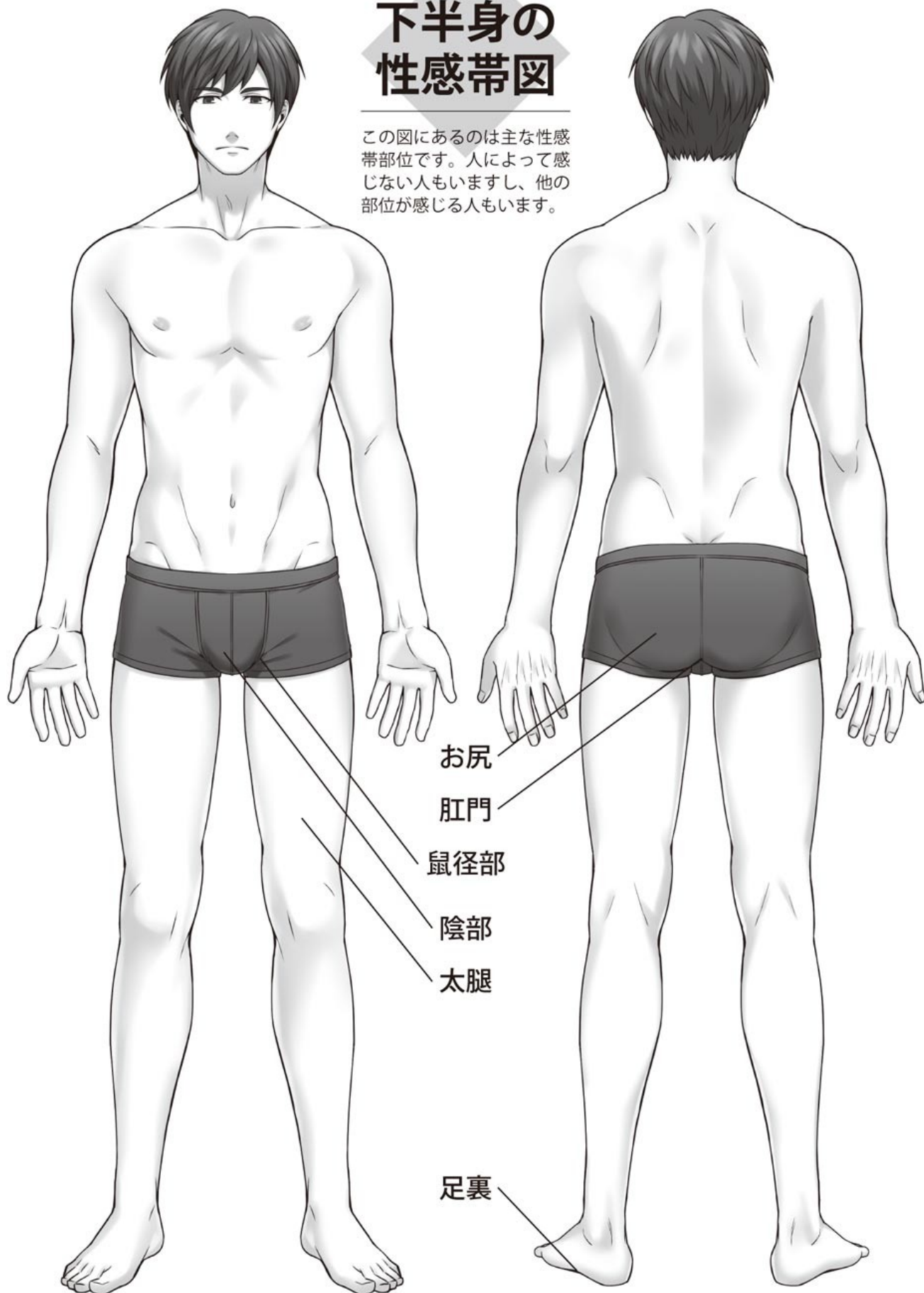
強弱をつけてお尻を叩く



撫でる時は指先が触れるか触れないかの感じで。叩く時も強くばかりではなく、強弱を付けてお尻の色々な場所を叩きましょう。

下半身の 性感帯図

この図にあるのは主な性感帯部位です。人によって感じない人もいますし、他の部位を感じる人もいます。



 鼠径部

股間部分もペニスにばかり目が行きがちですが、実はその周辺にも性感帯があります。それが「鼠径部」です。

鼠径部は股の付け根の部分のことで、いわゆる V ラインの辺りになります。この部分は性器ほどではないものの、かなり敏感な場所。フェラをする際にここを舐めたり、指先で優しくなぞったりすると効果的です。また、鼠径部には「リンパ節」というリンパが集まる箇所があるので、手の平で圧迫するとマッサージ効果もあり、リラックスした状態へ導けます。

 太腿

太腿は意外と敏感な部位。ただしその感度はとてもデリケートなので、基本は指先が触れるか触れないかくらいで、上下や円を描くように撫でてみましょう。太腿の正面や側面など、撫でる場所によって、より感じる場所が見つかることもあるので、相手の反応を見ながら撫でてください。

 足裏

足裏は下半身で一番敏感な場所です。そのため脇の下や脇腹同様、くすぐり責めをすることがあります。感度を上げたい場合は優しく撫でたり、舐めるのが効果的ですが、人によってはそれでも我慢できないのでご注意を。

Mのご奉仕への活用と様々なタッチのススメ

全身の性感帯を知ることは、M の性感開発をするためだけではなく、M にご奉仕をさせる時にも役立ちます。全身の性感帯を S が知っていれば、M にどこをどう奉仕させればいいのか、的確に命令することができるからです。

また、性感帯はどれもデリケートなので、「普通に触ったら感じないけれど、指が触れるか触れないかくらいで撫でられると感じる」ということがよくあります。そのため、相手がどういうタッチに感じるかをよく見て、様々なタッチの仕方を覚えてみましょう。「指の腹をそっと置いて撫でる」「爪の先を軽くあてて撫でる」など、少し変えただけでも感じ方はかなり変わります。



ペニス・陰囊

メンタルの影響を最も受けやすい性感帯

ペニスはオトコの生殖器であり、最大の性感帯です。とはいえ、これがなかなかデリケートで、擦れば勃つとかイクというものでもありません。

なぜならペニスは、最もメンタルの影響を受けやすい性感帯だからです。

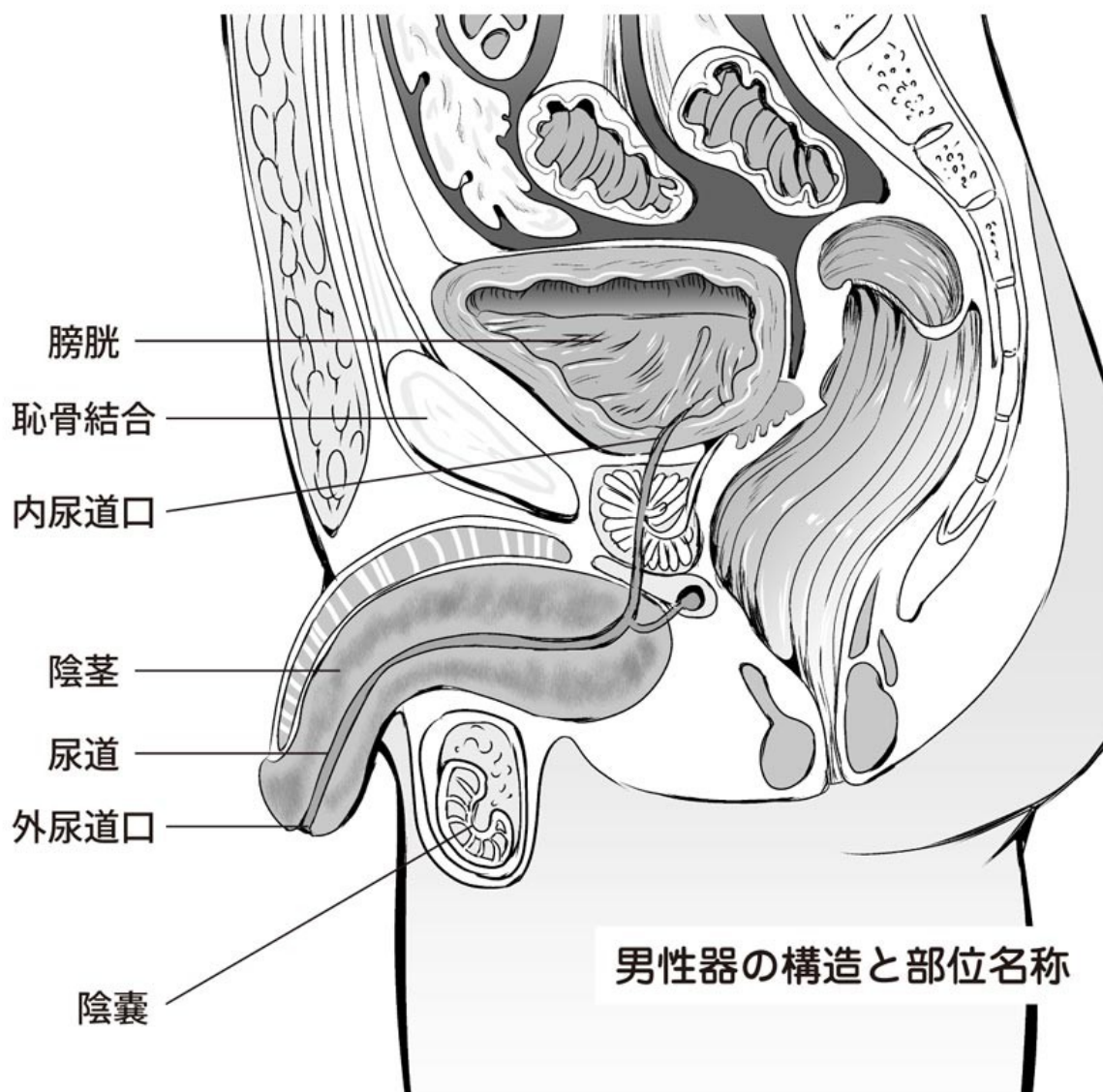
オトコの中には「性欲はあるけど勃起しない」という人たちがいます。いわゆる「ED（勃起不全）」です。一般的にEDは加齢や病気など、肉体的な原因から起こるものだと思われがちですが、実はメンタルによるものもかなり多いのです。それが「心因性ED」。つまりペニスは、それだけメンタルの影響を受けてしまう性感帯だということなのです。

なので相手がMだからと言って、「小さいチンコだな」とか、「いじってあげてるのになかなか勃たないなんて、お前はダメなオトコだな」などと面白がって言うてはいけません。人によってはそれだけで一発アウト。もうおちんちんで遊んであげることもできなくなります。ペニスはそれだけデリケートだということを、まずは知っておきましょう。

なぜオトコは勃起するのか？

通常、ペニスは性的な刺激によって勃起します。オトコは性的な刺激を受けると脳の中樞神経が興奮し、その情報をペニスに伝えます。すると様々な血管が緩み出し、海綿体へと血液を送り込むのです。その血液の圧力によって海綿体が膨張し、硬くなった状態が、勃起と呼ばれるものです。

ここでポイントなのは、性的な刺激とは必ずしも物理的な刺激のことではなく、精神的な刺激もそうだということです。BL作品を読んで勃起したり、ゲイAVを観て興奮し、勃起するのも、すべては精神的な刺激によるもの。



そもそも勃起するように指令を出すのは脳なので、肉体的な行為よりも精神的な作用のほうが大きいのです。ですから BL 作品の世界でよくある「カラダが勝手に反応してるよ」「おやおや、カラダは正直だね」という表現も、正確には「脳の中樞神経が興奮しちゃってるからカラダが反応してるよ」です。

心因性 ED は、何かしらの心の問題で、興奮しても陰茎に信号が行かない状態です。そのため、その問題を取り除けば、勃起できるようになります。

メンタルの影響が大きいペニスですが、それはつまり、ペニスは精神的な刺激を与えることで、より感度も高まるということです。好みの相手とするほどセックスの時に射精が早まるのもそのため。普段のセックスではなかなか勃起しない M が、苦痛を与えられたり、辱められたり、羞恥を与えられると勃起してしまうのも、自分の性癖を刺激されているからこそなのです。

ですから、ペニスの感度を上げたい場合は、できるだけ相手の心理を突くような刺激を与えてあげましょう。そこがペニス開発の最大のポイントです。

「亀頭責め」「男の潮吹き」「寸止め」

ペニスの開発は精神面だけではもちろんありません。ペニスを刺激するためのテクニックを駆使することで開発することも可能です。それが「亀頭責め」「男の潮吹き」です。

亀頭責めは亀頭だけを刺激し続けるテクニックです。亀頭には約 4000 本の末端神経が集中していて、とても敏感。そのため、この部分だけを刺激し続けることで、手コキやセックスとは違った快感を生み出すことができます。

ただし亀頭はとてもデリケートな部位なので、行う場合はローションなどを使ってください。また、手にストッキングを被せて行くと、より効果的です。亀頭責めは激しい快感を味わえる代わりに、M も暴れやすいので、ベッドや拘束椅子などに手足を拘束してから行うといいでしょう。



「亀頭責め」「男の潮吹き」「寸止め」のやり方

「強制射精」や「射精管理」は、M男だからこそ効果的なプレイ。男同士のSMでは、こうしたテクニックも上手く使って、理想のMに育てていきましょう。

亀頭責め

素手または手にストッキングをした状態でたっぷりローションを使い、亀頭を握る。そのまま密着した状態で手首をローリングさせて亀頭全体を刺激。さらに手の平を広げて亀頭を左右に擦ったり、亀頭を握って上方向に擦り上げたりして、相手のMが一番イキやすいやり方を重点的に行き、射精へ導く。

男の潮吹き

まずは手コキ、亀頭責めなどで一度射精に導く。射精したら、もう一度亀頭にたっぷりローションを掛け、素手または手にストッキングをした状態で亀頭責めを行う。その後の行為は亀頭責めと同じ。そのままずっと責め続けると、上手く行けば潮を吹く。吹かない人もいるので、その時は止めておくのがベスト。

寸止め

ペニスを手コキなどで刺激し、射精へと促していく。相手の表情、言葉、カラダの反応などでイキそうと思ったら、ペニスの根本を握って射精を止めたり、刺激を中断して射精できないようにする。これを何度も繰り返す。ただし、あまりやりすぎると射精障害などのリスクがあるので、やりすぎはNG。

男の潮吹きは、亀頭責めなどで射精させた後、そのまま刺激し続けることで起こる現象です。オトコならわかることですが、射精後のペニスは過敏になっていて、刺激されると「無、無理〜!」という状態になります。それでも刺激を続けられると、やがて精液とは違う液体が尿道口から飛び出します。この「アクメ状態が続き、やがて精液ではない液体が飛び出す」というところが、女性の潮吹きに似ているため、こう呼ばれるのです。

ただし男の潮吹きは、誰でも絶対にできるというわけではないので、ある程度やって無理そうと思ったら諦めましょう。

これらは「強制射精」とも呼べるプレイで、それゆえプレイ自体がとてもSMチックです。風俗の世界でも「M 性感」と呼ばれる M 男性向けの風俗の定番になっています。また、あえて射精させない「寸止め」も、プレイとしては効果的。要は射精しそうになる少し前で手を離し、射精させないというのですが、M の射精を管理するという、SM ならではのプレイです。

陰囊はオトコの急所なので優しく愛撫

ペニスのすぐ下にある「陰囊」も、立派な性感帯のひとつです。

陰囊はオトコの急所なので、強い刺激を与えるのは絶対に NG。これはオトコの常識ですが、一転、優しく愛撫したり舐めたりすれば、とても気持ち良くなれます。

陰囊の責め方ですが、お尻の時のように、ソフトなタッチで円を描くように触ってみましょう。するとその刺激に反応して肛門がキュッキュッと締まり、カラダも熱くなって、ペニスも膨張してくるはずです。

また、舌先を袋のシワに入れるように全体を舐めたり、口に咥えて吸ったりするのも効果的。「M の金玉袋を舐めるなんて、ご主人様っぽくない」という方は、M を拘束した状態でやってみましょう。SM 感がより強くなり、マゾヒズムも刺激されるので、まさに一挙両得です。

この時もただ触ったり舐めたりするだけではなく、マゾヒズムを刺激するような言葉や雰囲気作りを心がけてください。SM はカラダの刺激だけにあらず。いかに相手の M 性を高めるかも大切なのです。

アナル

開発次第で最高の性感帯に

アナルは生殖器ではありません。ただし構造と性感帯を理解し、しっかり開発することで、オトコのカラダの中でも最大の快感部位になります。

そのためにまず知っておきたいのが、アナルの構造です。

アナルは入り口である「肛門」、その肛門から少し陰囊側にある「会陰」、腸壁を隔てて正面側にある「前立腺」と「精囊」が性感帯です。また「直腸」は膨満感（腸内にモノがいっぱい入っている感覚）を味わえるので、人によってはメンタル的な快感を味わえます。

アナルセックスで快感を得たり、オーガズムに達する人がいるのは、これらの性感帯を刺激されるからです。特に絶頂を生み出す大きな要素のひとつが、肛門が擦られて刺激を与えられることで得られる快感で、もうひとつは前立腺や精囊を亀頭で圧迫されることによる快感です。

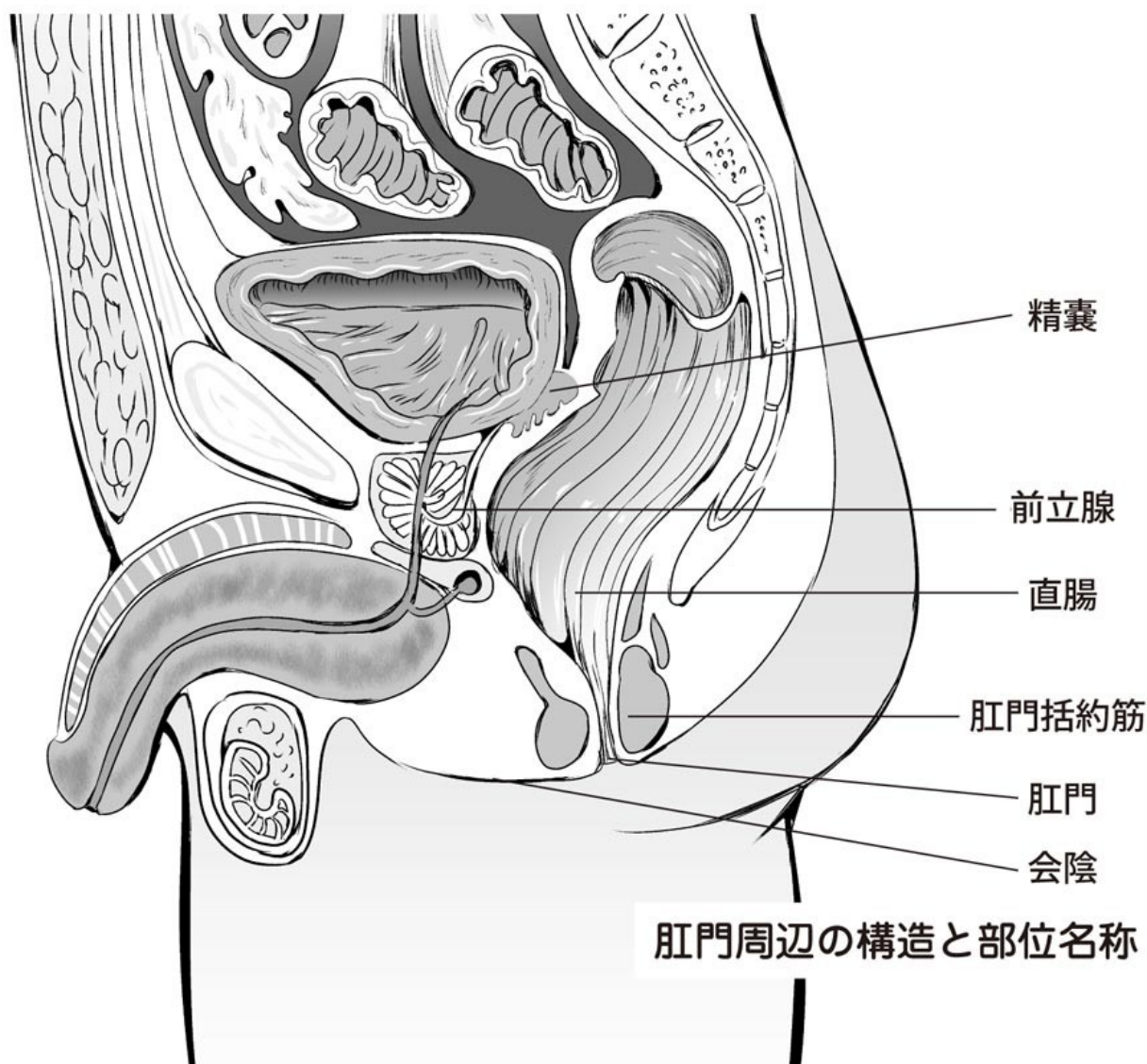
快感を得られるのは、あくまで性感帯を刺激しているからでなのです。この原理を知らないとアナルを責めても相手を気持ち良くさせられません。

前立腺や精囊は未発達な性感帯

肛門や会陰は、ほとんどの人が最初から敏感です。肛門を撫でられたり舐められたりすると感じる人が多いですし、会陰も適度に圧迫されれば快感を得られるという人が多いです。

ところが前立腺や精囊はどうかというと、肛門や会陰と違って、ほとんどの人は性感帯として発達していません。これは女性最大の性感帯と言われる「ポルチオ（子宮膣部）」や「G スポット」と同じで、体内にあるからです。

ペニスやクリトリスは体外にあるので刺激を受けやすく、オナニーもしや



すいので性感帯として発達しやすいのですが、体内にある前立腺や精囊、女性のポルチオやGスポットは、セックスやアナルセックスなどで刺激を受けるまで、ほぼ未発達な状態のまま。オトコがアナルセックスでなかなかイケないのも、セックス経験の少ない女性がなかなか中イキできないのも、すべてはこの「性感帯として発達していない」ことが原因です。

ですから、女性がセックスを繰り返すことで中イキできるように、オトコもアナルへの刺激を繰り返して性感帯として発達していくことで、前立腺や精囊での快感を得られるようになります。

ただし後述するように、お尻の中というのは女性の膣以上にデリケートな場所。あまり乱暴に開発しようとする大変危険なので、やはり構造をしっかり理解した上で開発していく必要があります。

ドライオーガズムとは何か？

アナルの開発でよく出てくるのが「ドライオーガズム」という言葉。

ドライオーガズムとは、前立腺を刺激することで「射精を伴わないオーガズム」に達する状態のことを言います。射精しないことや、女性のように連続で何度もイけることから、ドライオーガズムでは女性が経験するオーガズムとよく似た快感を得られると言われています。

前立腺のメカニズムはまだ詳しく解明されていませんが、前立腺内にある「前立腺小室」という部分は、女性の子宮にあたる部位。そのため前立腺を刺激するという行為は、女性のポルチオを刺激するのと同じなので、女性同様のオーガズムを得られるのだとも言われています。

ただしドライオーガズムは誰もができるというわけではありません。実は前立腺の開発も、フィジカルだけではなくメンタルが大きく影響するからです。同じように刺激しても、イク人とイカない人がいるのはそのため。オトコのカラダはとかくメンタルに左右されるものなのです。

なお、前立腺の責め方は、次の第六章で詳しく解説していますので、そちらをご覧ください。

トコロテンとは何か？

アナルセックスでは「トコロテン」と呼ばれる現象も起こります。

トコロテンは精嚢を刺激することで起こる射精のことで、そのためペニスに触れることなく射精することができます。精嚢は精液の7割を占める「精嚢液」を作る場所であり、射精管とも繋がっているため、この場所を刺激することで「強制射精」をさせることができるわけです。

精嚢は前立腺のすぐ奥にあるので、「ドライオーガズムのために前立腺を刺激していたつもりが、実は精嚢を刺激していた」ということもよくあります。「ドライオーガズムをさせるはずがトコロテンになってしまった」ということも多いのは、このためです。また、前立腺を刺激することで精嚢も刺激され、ペニスの先から精液がダラダラ出るということもあります。

精囊の責め方は前立腺とは少し違うので、こちらも第六章で詳しくやり方を解説していきます。

お尻はとてもデリケート

アナルを開発する場合にとっても大切なのは、「肛門や腸内はとてもデリケートなので、無茶な開発はしない」ということです。

まず肛門ですが、肛門は「肛門括約筋」という筋肉によって閉じたり開いたりします。もし無理な開発やアナル拡張でこの筋肉が切れてしまうと、元通りにするのはかなり難しいのです。そうすると日常生活にも支障をきたしてしまうので、絶対に無理な開発・拡張はやめましょう。

また腸内は痛みに鈍感です。そのため傷がついても気が付かない場合が多く、知らないうちに炎症を起こしていたりして、最悪の場合、手術しなければいけなくなることもあります。このようにアナルの開発はリスクも高いので、開発する際はくれぐれも無理をしないようにしてください。



アナル開発の時に注意したいポイント

アナル開発をする時は、「感染症のリスク」「怪我のリスク」を考えた上で、慎重に行いましょう。事前に浣腸をする場合も多いですが、浣腸によって便意が残ってしまうとお尻が開きにくくなってしまいますので、少し時間を置いてから行ってください。

☑ 感染症に注意

お尻には様々な細菌がいます。事前に浣腸をしても、お尻に触れる場合はフィンダム（指用スキン）などで感染対策をしましょう。

☑ 後遺症に注意

肛門の筋肉や腸内の炎症など、お尻の怪我は後遺症になるリスクが高いので、無理な開発は絶対にやめましょう。

☑ ほぐして行う

肛門をほぐさずに開発すると、痛みや切れ痔の原因になるので、必ずほぐしてから行いましょう。

☑ 潤滑剤を使う

腸内はデリケートなので、指やオモチャを入れる時は必ずローション等の潤滑剤を使いましょう。





リアルなボーイズラブSMを楽しみたいアナタに贈る「オトコの為のBLSMコラム」

ご主人様とはセックスできない そんなSMカップルもいるって本当？

SM マニアの中には「M とはセックスをしない」という人がいます。なぜセックスをしないのかと言うと、「ご主人様は相手を責め苛むものであり、セックスの快楽を M に与えること自体がおかしい」という考えだからです。

S がセックスをしてくれないなら、M はセックスが出来ないかと言うと、必ずしもそういうわけではありません。ではどうするかと言うと、ご主人様と M はセックスしないけれど、その代わりに他のオトコに M とセックスをさせるのです。これを SM では「他人棒調教」と呼びます。

他人棒調教には、いくつかのやり方があります。ひとつは、ご主人様を選んだ相手とセックスさせる方法。もうひとつは、M 本人にオトコを誘わせてセックスをさせる方法です。

前者の場合、相手はひとりの時もあれば、複数の時もあります。複数の場合は「複数調教」や「輪姦調教」と呼ばれ、M はその全員に馴染めなければいけません。また、ご主人様の目の前で他のオトコとセックスをさせられることもあれば、「貸し出し調教」のように、ご主人様がいない所で相手に奉仕し、調教され、セックスすることもあります。

ご主人様がいない場合は、その様子をビデオカメラや写真で記録するように命じられることもよくあります。事後にその様子を観たご主人様が「そんなに気持ち良かった？」などと M を詰問し、それをまた理由として M を激しく調教するわけです。自分がやらせたのに M が責められるのもおかしい話ですが、それもまた SM ならではのプレイなのです。

M が命令に従ってオトコを誘うのは、「男娼プレイ（ウリセンプレイ）」とも呼ばれます。その場合はオトコを誘って一緒にホテルへ消えていくまでをご主人様が見て楽しみ、事後の記録や報告でまた楽しむわけです。

パートナーが他人とセックスをする「寝取られプレイ」が思い浮かびますが、これらの場合は「寝取らせプレイ」です。嫉妬心で興奮するのではなく、他人とセックスさせるという嗜虐的な状況に興奮するのです。

ちなみに、他人とはセックスさせるけど自分はしない場合、M は結構な確率で他のオトコに走ります。それでも「去る者追わず」とやせ我慢できる人でないと、「SM にセックスはいらない」なんてかっこよく言えないのです。



第6章

「受け」を虜にする 責めのアイデア

I will love you. And dominate you. Guidebook of the Boys Love S&M.

BLSM

Boys Love S&M

SMの代表的なプレイを
どんなタイプに合うか
どんな効果があるか
詳しく解説

フェラチオ・イラマチオ

お口でのご奉仕はMの大事なお務め

フェラチオは一般のカップルでも行われている性行為。でも SM 関係の場合はちょっと意味が違います。ご主人様のペニスにお口でのご奉仕するのは、Mにとって大切なお務めなのです。

ですから、フェラチオはプレイというよりも、MとしてSに尽くす上での礼儀作法のようなもの。ただ漫然としゃぶらせるのではなく、尿道口から亀頭、カリ、竿、そして陰囊まで、しっかりご奉仕できるように努めましょう。

イラマチオはMが自らしゃぶるのではなく、ご主人様がMの口にペニスをねじ込んでMの頭を前後に振ったり、ご主人様が腰を振って快感を得るプレイ。Mはイラマチオの苦しみと同時に、自分の歯でご主人様のペニスを傷付けないように注意しなければいけないので、かなり大変です。ただし屈辱感や凌辱感を味わえるので、凌辱プレイ好きには人気があります。

また、同じような「舌でのご奉仕」として「リップ」もあります。リップは舌と唇を使ってご主人様の全身を舐めるご奉仕。足の指を舐めさせたり、顔面騎乗してアナルを舐めさせたりといった、恥辱的な奉仕もあります。どれもご主人様への愛情を示すプレイでもあるので、ぜひ覚えさせましょう。



「フェラチオ」「イラマチオ」を行う上でのポイント

こんなMにオススメ

フェラチオはほとんどのMが受け入れるプレイ。従順なMや凌辱好きなMなら、イラマチオで口内を犯してあげよう。

効果的なプレイ方法

口奉仕はMのカラダを刺激するわけではないので、言葉を上手く使ってMを興奮させながら行うと上達も早くなる。

こんなプレイに発展

前述の全身リップの他、Mの口内で勃起したペニスでそのままMのアナルを犯すのもアリ。最後に顔射で汚辱プレイに。



亀頭責め・潮吹き

亀頭への刺激で未知の強制オーガズムの世界へ

亀頭責めは M の亀頭だけを刺激して強制射精へと導くプレイ。そして潮吹きは、射精後も亀頭責めを行うことで強制オーガズム状態にし、精液ではない分泌液が亀頭から飛び出す状態のことを言います（やり方は第五章参照）。

この2つは快楽責めの一種ですが、どちらも普通の気持ち良さとは違い、快感を強制的に与えて苦しませる感覚も与えられます。女性で言えば「イッているのに電マでクリトリスを刺激され続ける」ような責めです。

オトコは女性と違って、射精すると「賢者タイム（性欲がなくなる状態）」になりますが、これらは賢者タイムを作らずに快感状態を強制的に継続させるプレイ。普通の快感とは違い、M はかなり苦しむことになります。そのため、M であってもその苦しみから逃れようと暴れる人が多いので、ロープや拘束具で動かないように拘束しておくのがオススメです。

また、亀頭は非常に敏感な部位なので、そのまま擦ると強い痛みを感じる場合があります。ですから、亀頭責めを行う時は、必ずローションをたっぷりと使いましょう。ローションで摩擦係数が減ることで、亀頭への刺激が程良くなるので、よりオーガズムへと導かれやすくなります。



「亀頭責め」「男の潮吹き」を行う上でのポイント

こんなMにオススメ

基本的にはどんな M でも OK。ただしイキ続けるため心臓にも負担がかかるので、持病のある人にはやらないほうが安全。

効果的なプレイ方法

拘束具などで四肢を拘束した状態のほうが暴れても継続できる。また、拘束された方が M もマゾヒズムを刺激される。

こんなプレイに発展

亀頭責めの発展型が男の潮吹き。潮吹き後は相当カラダに負担がかかっているので、一度休ませたほうが無難。

射精管理

Mの性欲処理をご主人様が管理する

射精管理は「Mの射精をご主人様がコントロールする」こと。第五章で書きましたが、射精しそうになった瞬間、刺激を止める「寸止め」や、精嚢を刺激することで強制的に射精させる「トコロテン」も、この射精管理の部類に入ります（寸止めのやり方は第五章参照。トコロテンのやり方は本章「アナル開発」を参照）。また、手コキや亀頭責めも、強制的に射精させるという意味ではこの射精管理にあたります。

トコロテン、手コキ、亀頭責めなどは強制的に射精をさせますが、寸止めのように強制的に射精を禁止するプレイとしては他に「貞操帯」があります。貞操帯はその名の通り、操を守るために履くパンツのようなもの。一般的には女性用のものが有名ですが、男性用のものもアダルトグッズのショップへ行けば普通に購入できます。これをMに履かせて生活させることで、セックスはもちろん、オナニーもさせないように管理するわけです。

Mも貞操帯を履かされれば「自分は彼の奴隷なんだ」とM性を刺激されることうけあいですが、実際にはこれをして生活するのは相当不便。あくまでプレイ時のM性を高めるツールとして使うのがいいでしょう。



「射精管理」を行う上でのポイント

こんなMにオススメ

強制射精はほとんどのMが楽しめるが、射精させないほうは快楽好きのMだと相当なストレスになるのでご注意ください。

効果的なプレイ方法

射精管理は相手の羞恥心も刺激するので、羞恥心を煽るように言葉責めをすると、M性がより強まっていく。

こんなプレイに発展

強制射精後は言葉責めや苦痛責めで、相手のいやらしさを責め立てると効果的。

緊縛・拘束

拘束だけじゃない緊縛の奥深さ

SMでは縄やロープ、拘束具などでMを拘束するプレイがよく行われます。これはSの側は拘束したほうが抵抗されずにプレイでき、Mの側も拘束されることで自由を奪われて「相手のされるがままになる」ことでM性が刺激される、といったメリットがあります。

また緊縛は、ただカラダを拘束するのではなく、縛られることで様々な快感を得られるというメリットもあります。例えばSMの定番とも言える「菱縄縛り」を例にあげると、この縛りは手足の自由がきくため、これ自体ではいわゆる「拘束された状態」にはなりません。ところが、恥ずかしい姿に縛られることや、カラダに伝わる縄の圧迫感などで、ただ拘束されるのとは違うマゾヒスティックな快感を味わえる人が多いのです。

もちろん、緊縛の中には相手を完全に拘束するものもたくさんありますが、全身を縄で圧迫される快感や、縄をほどかれた後の解放感は、ただ拘束されるだけでは味わえないものです。

次のページでは、誰でも簡単にできる菱縄縛りの縛り方を図で解説しています。興味のある方はぜひ参考にしてパートナーを縛ってみてください。



「緊縛」「拘束」を行う上でのポイント

こんなMにオススメ

抵抗できない状況に置かれたい、無理やりされるのに萌えるというM。また緊縛好きなMも一定数存在する。

効果的なプレイ方法

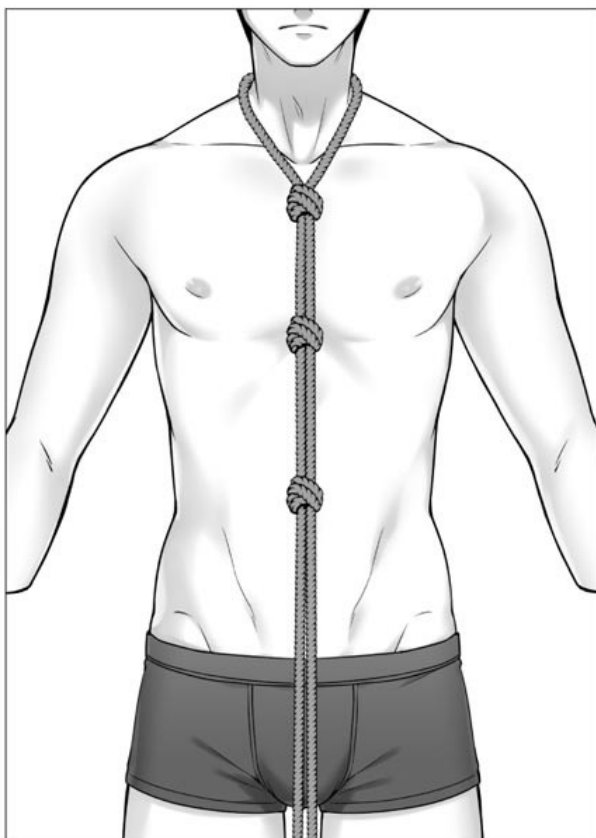
拘束はできるだけシンプルに、すぐ解けるようにするとMも安心。緊縛は相手の性癖に合わせて縛り方を変える。

こんなプレイに発展

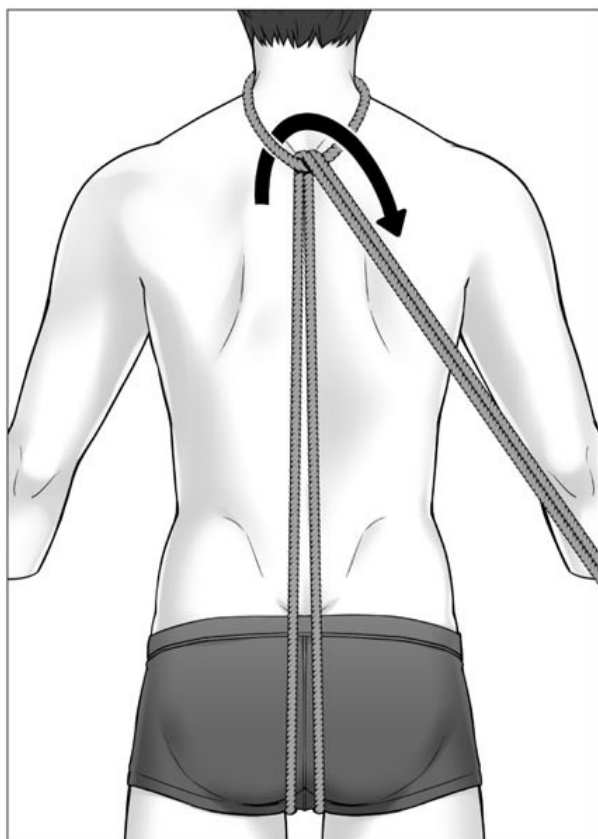
鞭打ちやロウソク責め、オモチャ責めや羞恥責めなど、様々なプレイに展開できるのが緊縛や拘束の魅力。



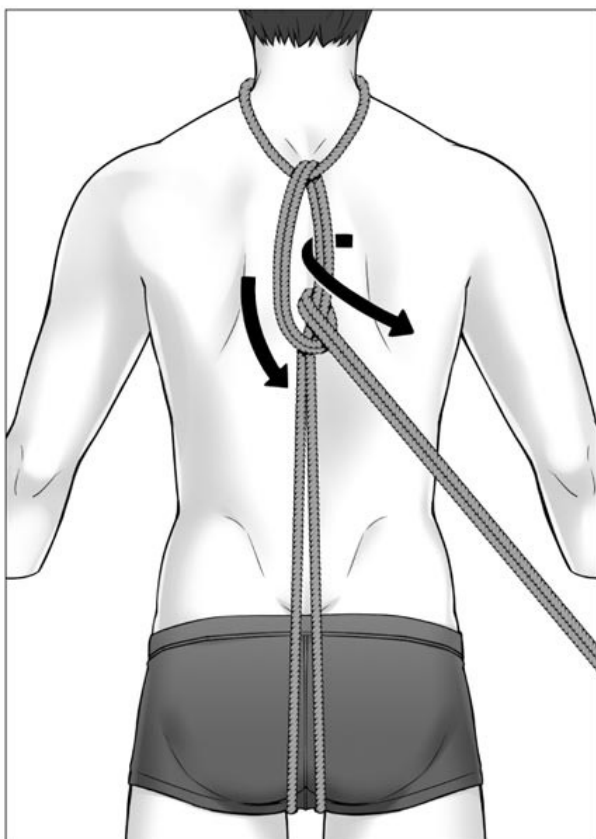
01 市販の SM 用ロープ（10m）を半分に折り返し、折返し部分を首にかける。



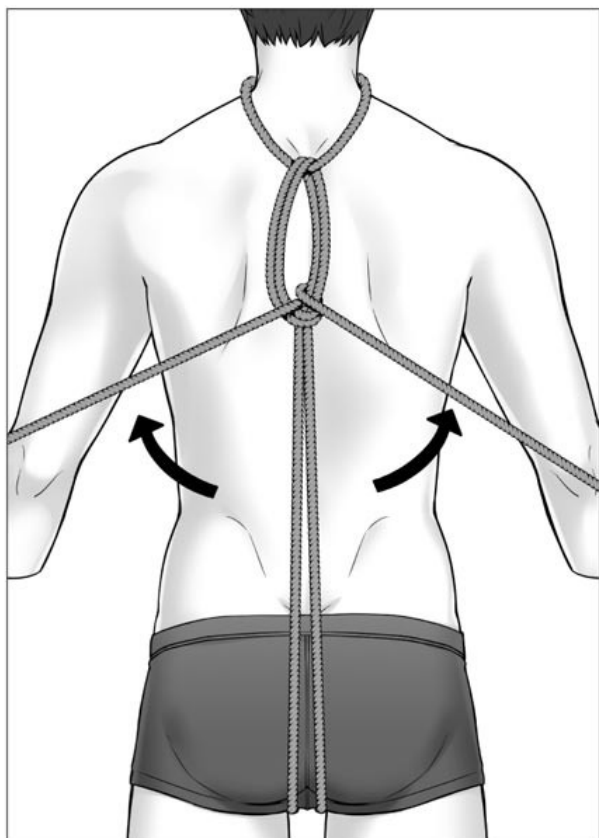
02 正面の 2 本の縄を合わせ、図のように 3 箇所を固結びにする。



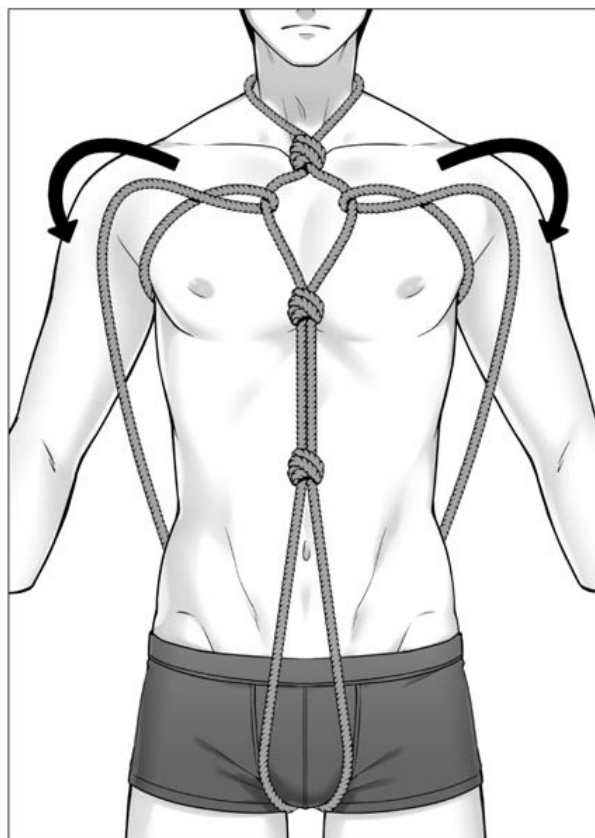
03 余った縄を股間から背面へ送り、首の縄の所へ通して折り返す。



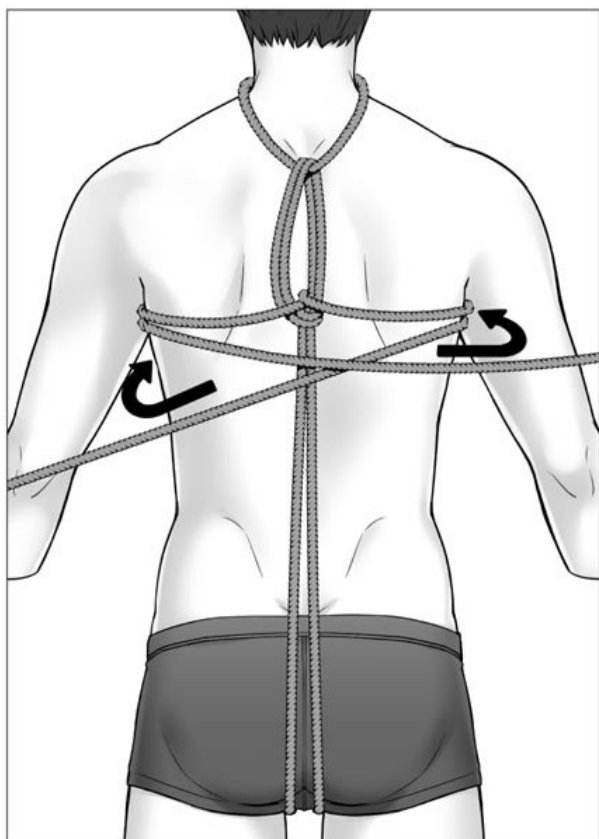
04 折り返した縄を横から背面の縄に一周させて、輪を作る。



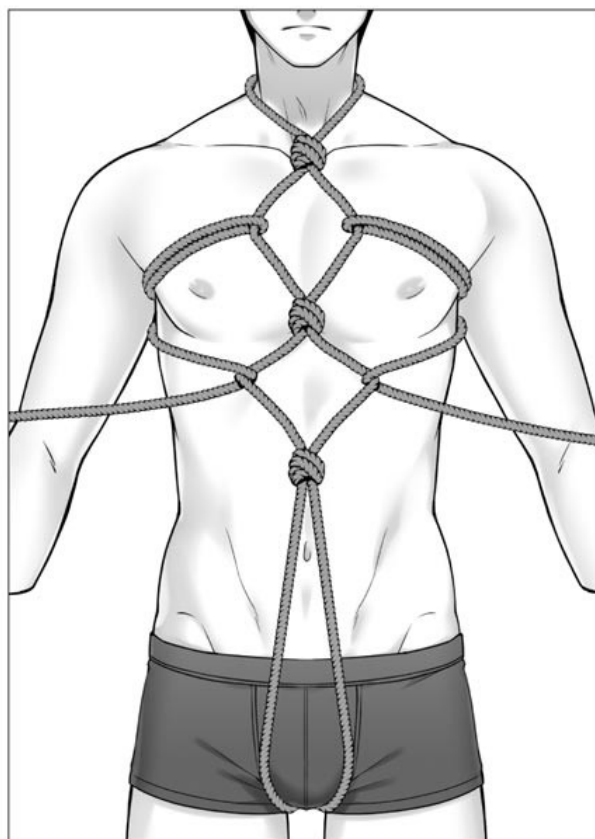
05 残りの縄を左右に分け、左右の脇の間から正面へと送る。



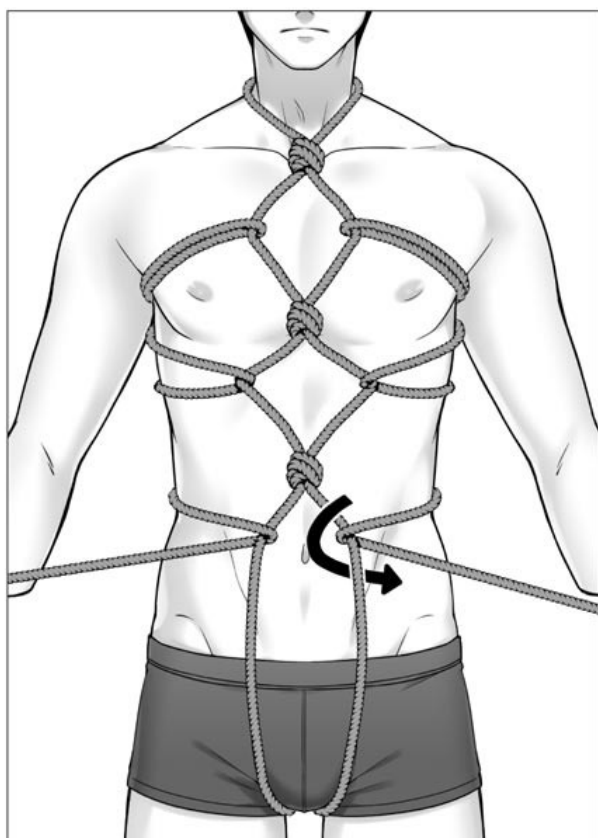
06 左右の縄を1つ目の結び目と2つ目の結び目の間の縄に通し、折り返す。



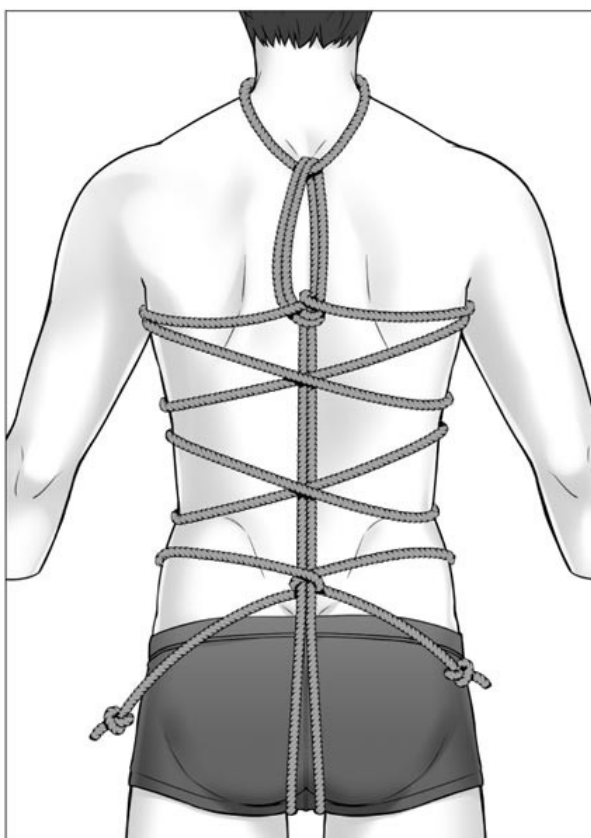
07 折り返した縄をもう一度背面へ送り、中央の縄でクロスさせてまた正面へ送る。



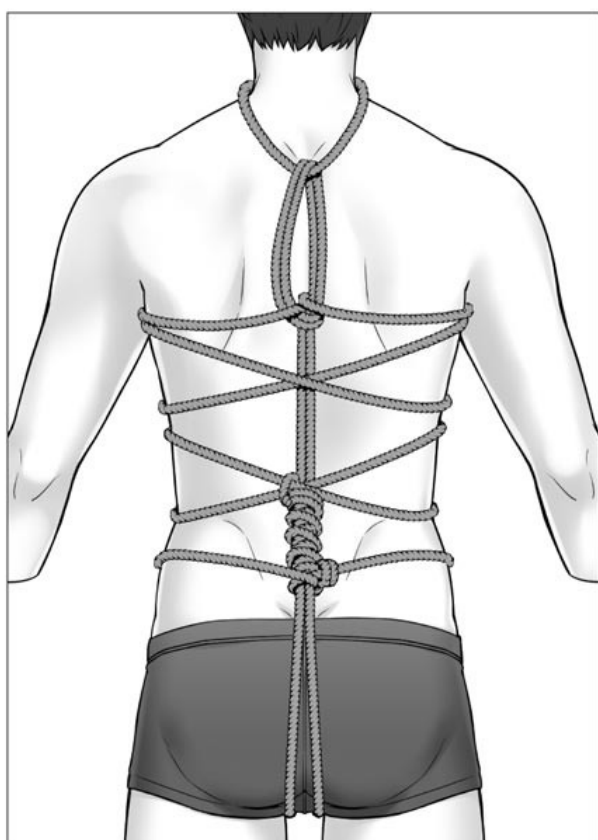
08 今度は2つ目と3つ目の結び目の間の縄に通して、また背面へ送る。



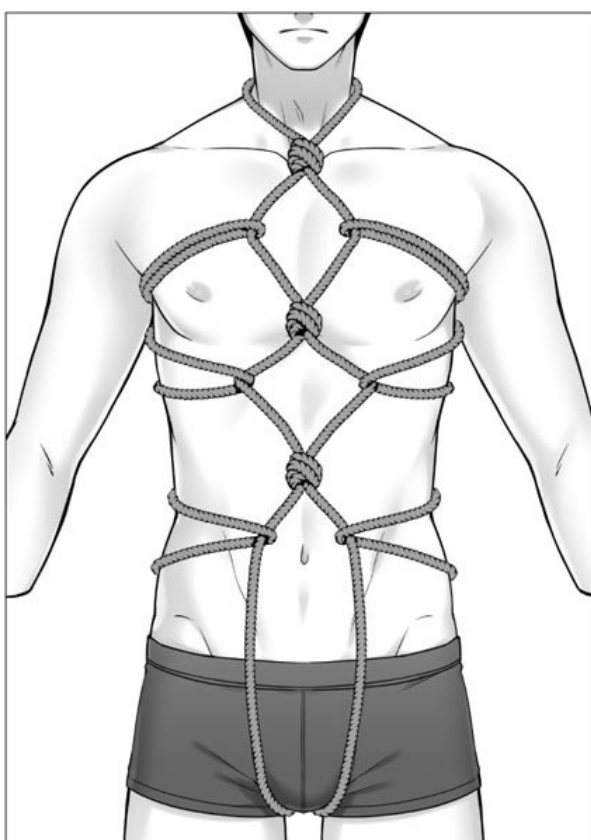
09 背面でクロスして戻し、今度は3つ目の結び目の下の縄に通して折返し、背面へ。



10 左右の縄を背面の中央の縄へ通し、折り返す。



11 そのまま2本の縄を結び、余った縄を中央の縄に巻きつけて処理すれば完成。



12 正面から見た図。あまりきつくなりすぎないように縛るのがポイント。

羞恥コスプレ

コスプレによる心理的な効果

昔から SM の世界では、様々な衣装を M に着させて奴隷らしさや M っぽさを強調してきました。ボンテージファッションも、元々は SM プレイ用の衣装が広まったもの。現在もゲイの SM 作品では、革製のボンテージに身を包んだオトコ同士のハードなプレイが見られます。

現在は男の娘ブームもあり、男性用のコスプレ衣装もかなり豊富。あえて女の子のコスプレをさせたり、際どい水着や女性用下着を着せるのも、羞恥プレイの一環として効果があります。特にパートナーが可愛い男の子であれば、可愛いコスプレも似合うのでオススメです。

なぜ SM で M に衣装を着せるかというと、コスプレすることで M の心理状態が変わるからです。ボンテージなら「ボクは奴隷なんだ」と意識することができ、女装なら「ボクは女の子」、猫耳を付ければ「ボクはペット」という様に、M 的な役割により入り込めるわけです。

SM 用のボンテージが露出度高めなのも、M の羞恥心や恥辱感を煽るためです。衣装を着るだけで、人間の心理というのは大きく変わります。アナタも M を調教する時に取り入れてみてはいいかでしょうか。



「羞恥コスプレ」を行う上でのポイント

こんなMにオススメ

基本的に人間は変身願望があるので、コスプレはどのタイプにも効果的。羞恥コスプレは特に羞恥心の強い M に効果が高い。

効果的なプレイ方法

自分が理想とする姿にさせることで、M もそのキャラを意識するようになり、より効果的な調教を行える。

こんなプレイに発展

コスプレは基本的に心理誘導のツールなので、コスプレをさせた上で自分の好みや M の性癖に合ったプレイを行う。



打擲責め

痛みを快感へ変えるためには「緩急」を付ける

打擲(ちょうちやく)とは打撃系の責めのこと。「鞭打ち」「スパンキング」「パドル責め」「殴る」「蹴る」といった行為はすべてこのジャンルに入ります。

打擲系のプレイは、基本的には相手に「痛み」を与えるために行います。ただし、だからと言って強く打てばいいわけではありません。ただ強く打ち続けていたら、苦痛が好きなMでも嫌がりますし、何よりもカラダが保ちません。苦痛プレイが好きなMであっても、相手のことを考えない無茶なプレイは、本能的に危険と察知し、拒絶するものです。

では打擲責めはどうすればいいかというと、打つ時に「緩急を付ける」ことが大切です。痛いだけの繰り返しだと、人間はただ「痛い」としか感じる事ができず、M性も何もあったものではありません。そこで、強く打つ前や後に必ず「焦らし」や「会話」や「ソフトな打擲」を入れ、M性を意識させたり、痛みが快感へと変化するための時間を作っておけるのです。

これはバラ鞭でも一本鞭でも、スパンキングでも他の打擲プレイでもすべて同じ。この「ダウンタイム」があるからこそ、打たれた場所がじんわりと



打擲プレイの基本的なプレイのやり方



打擲責めでは強い打撃はここ一番で出します。その間はソフトな打撃や叩いた場所への愛撫、会話などでMの気持ちを高めていきます。

熱くなり、それがやがて快感に変わります。

また、打つ場所も最初はお尻だけにしておきましょう。お尻は脂肪が厚いので、叩いてもリスクが低いからです。間違っても鞭で顔を打ってはいけません。目に当たれば失明します。

お尻を打つ時も、同じ場所ばかりだと危険なので、場所を変えながら打つようにしてください。

スパンキングの場合も、様々な打ち方で叩けるようにしましょう。また鞭の場合は、事前にソファなどを打って練習したり、自分の太腿を打って痛みの強さを知っておいた方がいいでしょう。



「打擲責め」を行う上でのポイント

こんなMにオススメ

苦痛プレイが好きなM。また、本人に意識はなくても、苦痛を伴うプレイにエッチに反応してしまうM。

効果的なプレイ方法

弱い打撃や愛撫などを多めにする事で、強い痛みがより効果的になる。その方がMのカラダへの負担も少ない。

こんなプレイに発展

叩いた部位は過敏になるので、愛撫するだけでも被虐的な快感を味わえる。傷ができた場合は消毒も忘れずに。

ロウソク責め

Mに鋭い痛みと熱さを与えるロウソクプレイ

鞭などと共に、SMの定番とも言えるロウソクプレイですが、どんなロウソクでも良いわけではありません。

一般的にSMで使用されるロウソクは、SM用の低温ロウソクや和蠟燭が用いられます。どちらも「融点」が低いので、垂らした時に感じる熱さも若干低く、ロウソクによる火傷のリスクも低減できるからです。

とはいえ、低温ロウソクや和蠟燭でも、実際には融点の高い西洋ロウソクと変わらないような、かなり熱いものもあります。そのため、ロウソク責めを行う時は、必ず事前にSが腕などにロウソクを垂らし、どれくらいの熱さか確認しておく必要があります。自分で確認しておけば、Mが「熱い、熱い！」と言った時に、本当に耐えられない熱さなのかがわかります（ただし低温ロウソクでも、Mが本気で嫌がっていたらやめましょう）。

また、ロウソクは絶対に顔にはかけないようにしましょう。目に入ってしまうと視力低下や失明の恐れがあります。さらにロウソクは、床などに落ちるとそのままこびり付きます。そのためラブホテルでも「ロウソクプレイNG」の所があるほど。必ずシートなどを敷いてプレイしてください。



「ロウソク責め」を行う上でのポイント

こんなMにオススメ

苦痛プレイが好きなM。また、本人に意識はなくても、苦痛を伴うプレイにエッチに反応してしまうM。

効果的なプレイ方法

一度に大量にかけるとつらいので、少しずつカラダの色々な所にかける。かけ続けると慣れるのでダウンタイムも忘れずに。

こんなプレイに発展

そのまま他のプレイに移行すると床がロウだらけになるので、一度落としてから。鞭でロウを落とすのもSMの定番プレイ。

クリップ責め

全身クリップで惨めな奴隷の姿に

クリップ責めも SM ではよく見られるプレイでしょう。皆さんもテレビの罰ゲームなどで、顔面クリップ姿の芸人を観たことがあるかもしれません。

クリップ責めは、使うクリップによって痛みがまったく違います。SM でよく使われるのは、比較的痛みが少ない「木製クリップ」です。ただし木製クリップであっても、挟む場所によってはかなりの痛みを伴います。

クリップは乳首やペニスの包皮など、主に性感帯に付けることが多くなります。これはもちろん、その方がより痛みを感じやすいから。また、全身にクリップを付けると、見た目もより被虐的になります。

クリップはそれ単体で使う時もあれば、ヒモやチェーンを装着してその先に鈴を付けたり、オモリを付けて荷重をかける場合もあります。鈴を付ければ責める度に鈴が鳴りますし、オモリを付ければより強い痛みを感じさせることができる、というわけです。

ただし、あまり長い時間そのままにしておくと、皮膚がうっ血して痕が残ったり、痣になってしまうこともあります。「苦痛はなるべく短時間で」という意識でプレイすると、リスクも少なくなります。



「クリップ責め」を行う上でのポイント

こんなMにオススメ

苦痛プレイが好きな M。また、苦痛を伴うプレイにエッチに反応してしまう M。ソフトな苦痛が好きな M など。

効果的なプレイ方法

オモリを付けたり、鈴を付けたりすると、プレイに変化が付けられる。紐を付けて引っ張るというプレイもオススメ。

こんなプレイに発展

クリップを鞭で落とすプレイも SM の定番。また、挟まれた部位は過敏になるので、乳首責めなどに発展するのも有効。

アナルセックス

関係性を明確にしやすいアナルセックス

アナルセックスは SM に限らず行われる行為ですが、SM では主に 3 つの目的で行われます。ひとつは「アナルの開発具合の確認」、もうひとつは「M がご主人様や第三者のペニスに奉仕するため」、そして最後は、M への「ご褒美のため」です。

つまり、アナルセックスをどういう目的で行うかは、SM カップルによってそれぞれ違うのです。

最初の方でも書いたように、SM はプレイ自体よりも、どういう関係性で、どういう M にするのか」が重要。同じアナルセックスであっても、理由や目的が違うのはそのためです。

また、アナルセックスは「攻め」と「受け」という関係性がハッキリと意識できるプレイでもあります。この攻め受け関係は、SM の支配と服従の関係によく似ています。SM の関係性にも影響を与える意識なので、アナルセックスをしたほうが、実はお互いの SM 関係も構築しやすいのです。

なお、アナルセックスの際は必ずローションとコンドームを使いましょう。腸やペニスへのリスクが軽減されます。



「アナルセックス」を行う上でのポイント

こんな M にオススメ

アナルセックスが好きな M。ご主人様のペニスとアナルで繋がりたいと思っている M。アナルが嫌いな M 以外全部。

効果的なプレイ方法

アナルセックスはメンタルの影響が大きいのので、言葉責めや愛撫など、メンタルに作用する行為を同時にすると感じやすい。

こんなプレイに発展

アナルセックス後のペニスをお掃除フェラ。アナルセックスの際は必ずコンドームをし、射精後は外してからフェラをする。



アナル開発

アナルでオーガズムを得るための開発

アナルの開発は、SMの世界で「M男」「M女」を問わずよく行われている行為です。なぜアナルを開発するのかと言うと、開発することで女性器のように快感を得られるようになるからです。

特にオトコ同士の場合、女性器に挿入することができないので、セックスをする場合は、必然的に攻めが受けのアナルに挿入することになります。その際、ただ入れられるというだけではなく、Mがアナルで快感やオーガズムを得られたほうがプレイも楽しめるので、アナルを開発することになります。

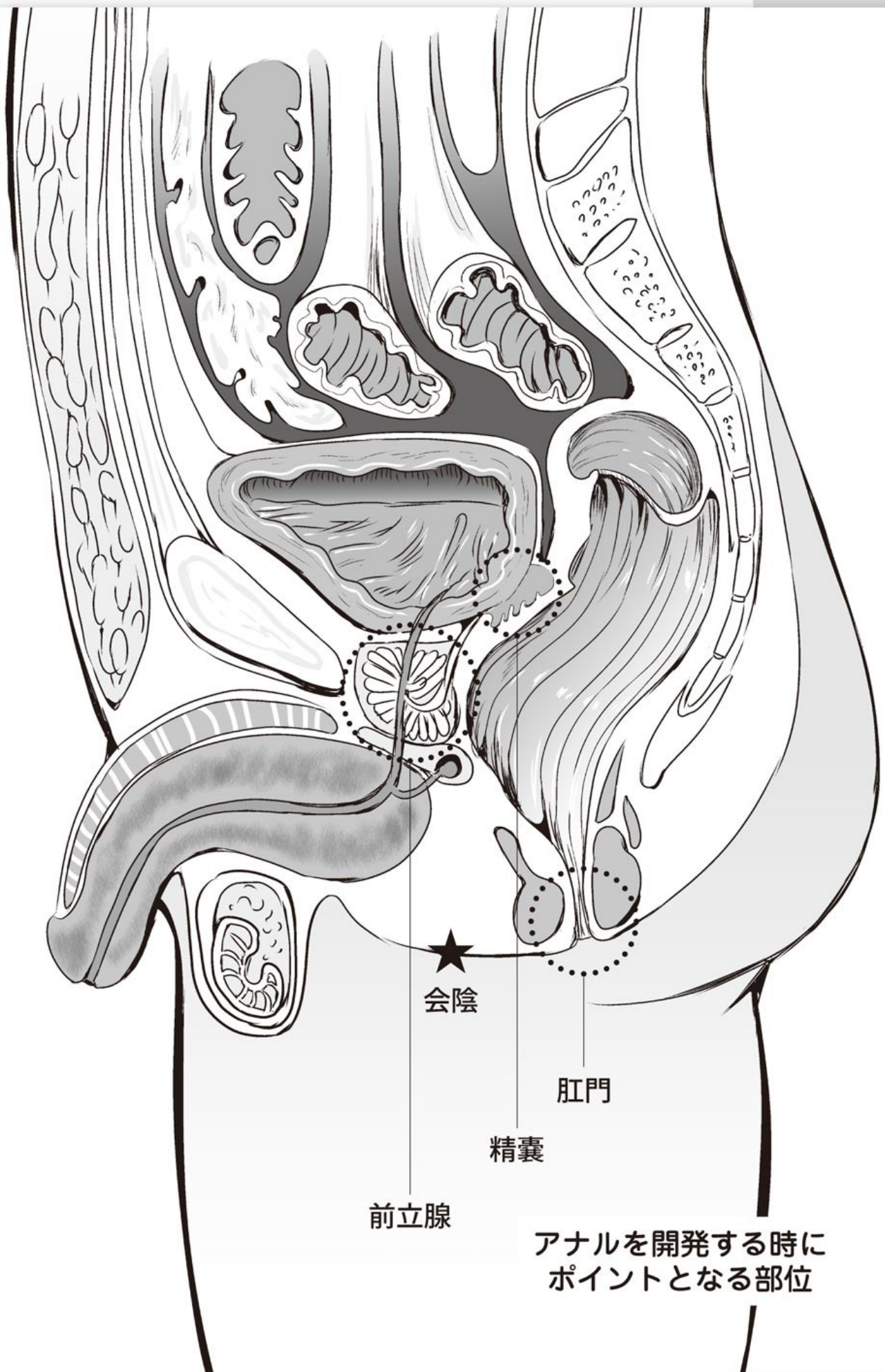
アナルの開発方法ですが、基本は指を使って「肛門」「前立腺」「精囊」の三箇所を開発していきます。そして、この三箇所の開発のサポートとして、「会陰」を圧迫しながら行くと、より効果的に開発することができます。

なお、アナルからは基本的に愛液のような粘液は出ません。そのため、アナルに指を入れる時は必ずローションを塗りましょう。また、性感染症予防としてフィンドムやコンドームを指に嵌めて行ってください。

肛門のマッサージと拡張

まずは肛門ですが、肛門の開発は主に「拡張」です。と言っても、アナルを開発するための拡張は、人間のペニスが入る程度でかまいません（それ以上の拡張は、次の「アナル拡張」で詳しく解説します）。大人の指が三本ほど入れば、アナルセックスも可能とされるので、その程度の拡張をします。

そのためには、まず肛門の周辺部分を人差し指の腹でゆっくり指圧します。肛門周辺を全体的に、満遍なく押しましょう。肛門周辺の筋肉がほぐれてきたと思ったら、ローションを塗布した指をゆっくり肛門へ入れていきます。



最初は無理をせず、ゆっくり、少しずつ入れてください。第一関節まで入ったら、そのまま奥に入れないで、指先で肛門周辺をほぐすように動かします。時間をかければ、少しずつほぐれて指が中に入っていくはずですよ。

指が一本入ったら、その状態への違和感を無くすためにしばらくそのままにします。そしてお尻が緩んだままなのを確認したら、同じ要領で時間をかけて二本目、三本目と順に挿入していきます。こうして指三本が入る状態になれば、アナルセックスもしやすい状態ですよ。

前立腺を刺激する「ドライオーガズム」の導き方

次は前立腺を刺激して「ドライオーガズム」へと導きます。そのためにはまず、前立腺の位置を知らなければいけません。前立腺は、人差し指を第二関節まで挿入した時の指先の上辺り（お腹側）にあることが多いですよ。触ってみて「この辺りかな」と思ったら、もう片方の手でペニスを触ってみましょう。興奮すると前立腺は膨張するので、それでわかると思います。

位置がわかったら、Mをリラックスした状態へ導きながら、指で圧をかけます。擦ったりする必要はありません。ただ圧をかけるだけです。

すると中がヒクヒクしてくるので、押し戻されないように圧をかけます。それを大体5分感覚で数回繰り返し、Mがこちらを信頼してリラックスした状態が続けば、個人差はありますが、ドライオーガズムへ導けると思います。

なお「エネマグラ」などの専用器具を使用して、M本人に開発させるという手もあります。



「アナル開発」を行う上でのポイント

こんなMにオススメ

お尻のエッチで快感やオーガズムを得たいM。ご主人様のペニスを快感やオーガズムへ導かれないMなど。

効果的なプレイ方法

肛門の拡張とドライオーガズムは、リラックスした状態であるほどやりやすくなる。会陰を圧迫するのも開発に効果的。

こんなプレイに発展

アナルを開発すると、アナルセックスだけでなく、アナルバイブやアナルプラグなどでも快感を得やすくなる。

精嚢を刺激する「トコロテン」の導き方

最後は精嚢を刺激して「トコロテン」へと導く方法です。まずは精嚢の位置ですが、前立腺のすぐ奥にあり、人差し指を真っ直ぐ根本まで挿入すると、そのすぐ上辺りにあることが多いです。

精嚢は膀胱のすぐ後ろにあるので、圧をかけてやるとMは何か尿道から出そうな感覚を覚えます。Mにもしそう言われたら、精嚢を圧迫している証拠。この部分を刺激し、圧をかけることで、トコロテンと呼ばれる状態が起こります。つまり、ペニスに触らずに射精が起こるのです。

トコロテンの魅力は、アナルセックスでもこの状態に導ける所。攻め側が精嚢の位置を把握し、そこをあえてペニスで突くことで、強制的に射精させることができます。そもそもトコロテンは、オトコ同士のセックスの中で頻繁に見られていたものです。そのためトコロテンという名称もゲイ用語。ペニスでアナルを突いて射精させるという、オトコのファンタジーのようなプレイですから、上手いくと感動もひとしおです。



エネマグラを使用したドライオーガズムとは？

エネマグラを使用した場合の、ドライオーガズムへの導き方を下に紹介します。ドライオーガズムに達するポイントは、リラックスした状態を維持すること。副交感神経が優位になっていないと、ドライオーガズムに達しないのでご注意ください。

① 器具を肛門に挿入する

購入したエネマグラを開封・洗浄し、ローションを塗布して肛門にゆっくりと入れる。

② タップを会陰にあてる

柄の部分にあるツル状のタップ（球状の部分）を会陰（肛門と陰嚢の間）にあてるようにする。

③ 15分程そのまま放置

そのまま横向きに寝て、動かず、リラックスした状態を維持する。

④ ドライオーガズムへ…

15分ほどリラックスした状態でいれば、ドライオーガズムに達する。



※ドライオーガズムに達するかどうかは個人差があります。

アナル拡張

訓練次第ではアナルフィストも

前項で解説したのは「アナルセックスに支障がない程度のアナル拡張」でしたが、ここで紹介するのは、さらなる拡張の世界。ペニスどころかもっと太いディルドを挿入したり、オトコの拳を呑み込むアナルフィストも可能になるような、そんな貪欲過ぎるアナル拡張です。

SM マニアやゲイ男性の集まるネットの世界では、こういうほぼ「ビックリ人間」のような M 男性の姿がたまに見られます。彼らは日々、ご主人様からの調教や自らの手でアナルを拡張し続け、自分のアナルがいかに拡張されているかを自慢し、称賛されることに快感を覚えるのです。

この「限界への挑戦」とも言えるアナル拡張を好むのは、ほとんどが達成感を求めるタイプです。アナルフィストを目指すのは、一般の人々で言えばエベレストの頂上を目指すにも等しい行為。エベレスト登頂も一朝一夕にたどり着けるものではありませんが、彼らは何と、数年、十数年の月日をかけてアナルフィストまでたどり着いた勇者たちなのです。

では、どうやってそこまで拡張できたのか。ほとんどの人は「アナルプラグ」を使ったステップアップ式の拡張で目標を達成しています。



「アナル拡張」を行う上でのポイント

こんなMにオススメ

達成感に快感を見いだすタイプの M。また、お尻の拡張に興味があったり、自分の M 性を自慢したい M にもオススメ。

効果的なプレイ方法

肛門の開閉には自律神経も関わっているので、リラックスした状態で行うことで、拡張もしやすくなる。

こんなプレイに発展

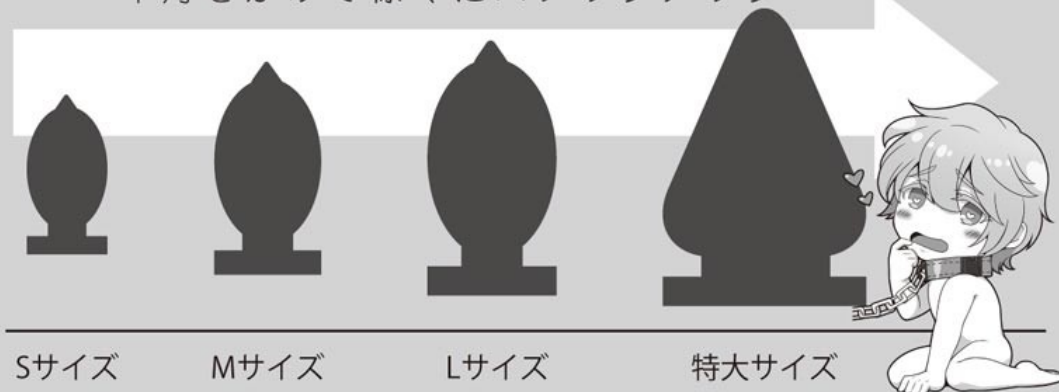
大型のディルドやバイブの挿入、アナルフィストなどができるようになる。公開プレイをすれば垂涎の的にもなれる。



アナルプラグを使ったアナル拡張の基本

アナルプラグは自分に合ったサイズを挿入し続け、肛門が違和感を覚えなくなったら次の大きさに変えていきます。それを繰り返すことで肛門もどんどん拡張されますが、大きくなるほどステップアップも大変。無理に入れようとするとう肛門括約筋が切れてしまうので、無理のないステップアップを心がけましょう。

年月をかけて徐々にステップアップ



アナルプラグで肛門を拡張していく

アナルプラグは肛門拡張に特化したアイテムで、様々なサイズ、形状があります。一般的には、最初は直径2～3cm程度のSサイズのプラグを肛門に挿入するのですが、ただ入れるだけではありません。それだけでは肛門はすぐに収縮してしまうので、そのまま長時間入れ続けるのです。

そしてSサイズで何の問題もなく日々を過ごせたら、次のステップ。今度はさらに1cm程太いアナルプラグを入れます。そしてまた慣れたら次のステップ。そしてまた慣れたら……と、これを何度も繰り返し、最終的にアナルフィストへとたどり着くのです。

また、アナルプラグをずっと挿入していると、大抵のMは自然とアナルの性感帯も開発されます。なのでMとしては一挙両得なのです。ただし、アナルプラグは入れっぱなしにしておくと、肛門から抜けにくくなってしまいますので、適度に出し入れすることも大事。また、無理に入れようとするとう筋肉断裂などのリスクが大きくなります。そうしたリスクを抱えながら、日々怠ることなく訓練を続けたMだけが、究極のアナルMになれるのです。

露出プレイ

恥ずかしいのに勃起が止まらない

羞恥心が強いMにピッタリなのが「露出プレイ」です。

露出プレイは、第三者にMの恥ずかしい姿を晒すプレイ。多くは野外で行われますが、アダルトショップやオフィスといった屋内での露出や、外から見えるホテルの窓辺で裸になるプレイなど、やり方は多種多様。ネットなどに恥ずかしい写真や動画を公開するのも、一種の露出プレイです。

露出プレイの醍醐味は、他人に自分の恥ずかしい姿を見られる、または見られるかもしれないという状況に、Mがどれだけ興奮するかです。ただし本当に羞恥心が強い人は、いきなり全裸で人前を走れと言われてもできません。なので、露出プレイもステップアップ方式で慣れさせるのがオススメ。

最初は人気のない山の中などで露出させ、慣れてきたら近くに人がいる場所へ。それも慣れてきたら、今度はより人の近くで……という様に、徐々に慣れさせながら、羞恥プレイの快感に目覚めさせていくのです。

ただし露出プレイは、一步間違えれば完全に犯罪。なので実際に行う場合は「局部を露出しない」「街中でしない」「他人に見せつけない」ことが大切。Mに降りかかるリスクを最低限に抑えるのも、ご主人様の大事な務めです。



「露出プレイ」を行う上でのポイント

こんなMにオススメ

羞恥心が強いM。羞恥的なプレイに、無意識に反応してしまうM。

効果的なプレイ方法

恥ずかしい命令をされたり、羞恥的な状況を言葉で指摘されると、羞恥心の強いMは余計意識して恥ずかしくなる。

こんなプレイに発展

羞恥心でいっぱい状況の中でMのペニスをしごいたり、フェラチオ・セックスをさせるなど。



輪姦プレイ

不特定多数のオトコたちに弄ばれる快感

凌辱されることに興奮してしまう M は少なくありません。そんな凌辱萌えな M の調教にオススメしたいのが、輪姦プレイです。

輪姦プレイは、不特定多数のオトコたちに自分の M を輪姦させるプレイ。ご主人様と M だけではできない「複数のオトコたちに凌辱される」という行為を、ご主人様の管理下で擬似的に行うというものです。

この輪姦プレイのやり方ですが、ゲイ専用の SM 系掲示板などで「輪姦プレイに参加してくれる男性」を募集し、プレイパートナーを見つけます。オトコ同士の世界では、こうしたプレイを楽しむ人たちも多いので、募集をすればすぐにお相手は見つかるはずです。

ただし、ただ相手を見つければいいわけではありません。見知らぬ第三者とプレイする以上、最低限のリスク管理は必要。性感染症対策としてコンドームの着用は当然ですし、信用できる相手かどうか、管理者である S が事前に行って確認することも大切。

凌辱プレイと言うと過激なプレイ内容ばかりが目立ちますが、実際はそうした様々なリスク管理の上で行われているのです。



「輪姦プレイ」を行う上でのポイント

こんなMにオススメ

複数の見知らぬオトコたちに汚されたい、凌辱されたいという M。複数プレイに興味がある M。快楽萌えの M など。

効果的なプレイ方法

リスク管理を徹底していると伝えたほうが、安心してプレイに没頭できる M が多い。無理強いは絶対 NG。

こんなプレイに発展

輪姦プレイで快感に溺れた M に、罰を与えるプレイ。輪姦の様子を動画などに記録し、それを観せて辱めるプレイなど。



貸し出しプレイ

第三者に自慢のMをレンタル

輪姦プレイは複数のオトコたちに M を凌辱させますが、この「貸し出しプレイ」は特定のひとりに M を貸し出すプレイです。

SM の場合、他の SM マニアに貸して調教させることがよくありますが、SM マニアではないオトコに貸し出し、好きなように弄ばせることもあります。ただしその場合も、相手と S の間で「やってはいけない行為」や安全面の確認をした上で行うことが重要です。

また、目的に応じて貸し出しプレイをすることもあります。例えば、苦痛調教が苦手な S が、苦痛調教が上手い S に貸し出したり、セックスはあまりしないタイプの S が、性豪のオトコに自分の M をセックス漬けにしてもらうために貸し出すなどです。こういう場合は「貸し出し調教」とも言います。

貸し出しプレイは基本、その場にご主人様はいません。なので M が不安になることも多いのですが、逆に貸し出された相手がタイプだったり、自分好みのプレイをしてくれた場合、そちらに心移りしてしまうこともあります。安全管理はもちろんですが、そういった「M に見捨てられるリスク」もあるということを考えた上で、プレイすることをオススメします。



「貸し出しプレイ」を行う上でのポイント

こんなMにオススメ

性癖に関係なく、M が同意するか否かがポイント。快楽萌えタイプの M ほどハマりやすい傾向がある。

効果的なプレイ方法

貸し出しプレイの様子をビデオなどで録画させると、ご主人様の命令でやっている的意识させられる。画像の管理は厳重に。

こんなプレイに発展

プレイ後の事後報告をしながらのセックス。また、貸し出しプレイで他人棒セックスに目覚め、複数調教が可能になる M も。

調教時の注意点

Mを所有する以上は責任を持つ

実際にMを調教する場合は、様々なリスクがあります。ただし、そのほとんどはSがしっかりリスク管理を行えば、回避できるものばかりです。

以下に代表的な注意点をいくつか挙げますので、どうかご確認ください。Mの管理はSの責任です。その上でプレイするよう心がけましょう。



調教する時にSが考えておくべきこと

ここに挙げたのは注意点の中でも基本中の基本。実際に調教していれば、他にもいろいろな注意すべきことが出てくるはずです。Mはアナタを信頼してプレイしているのですから、Mが安心して楽しめるような状況を作りましょう。

✓ 上手にリード

SMはプレイ内容以上にメンタル的なリードが大事。無理なプレイをしなくても、リード次第でM性は開花します。

✓ 反応をチェック

相手の反応をきちんと観察していないと、相手の状況が掴めません。しっかり見た上でプレイを選択してください。

✓ 嫌な事はしない

相手が本当に嫌なことは絶対にしてはいけません。無理強いするとMが病んだり、関係が壊れることもあります。

✓ 衛生面を考える

衛生面に細心の注意を払いましょう。手洗いはもちろん、使う道具などもしっかり消毒し、感染症対策しましょう。

✓ 事故を回避する

怪我のリスクがある場合は、安全面を考えて行ってください。未熟な技術で難しいことをすると事故に繋がります。

✓ 性感染症対策

他のオトコを交えたプレイでは、必ずコンドームを装着させるなど、性感染症対策をした上で行ってください。

SANWA MOOK

BL テキストシリーズ

リアルBL・SM術 ワレ、男子ヲ“ドS”ニ愛ス。



2021 年 1 月 10 日発行

R-BL 研究会／編著

表紙イラスト：北沢きょう

本文イラスト：北沢きょう／OMEGA 2-D／アキハルノビタ／加賀城ヒロキ
夏目かつら／茶渋たむ／波野ココロ／鯨

SD イラスト：鯨

図解イラスト：鯨／菅野タダシ

カバーデザイン：俵製作所

三和出版 HP ■ <http://www.sanwapub.com/>

発行■ 三和出版株式会社

〒 170-8468

東京都豊島区巣鴨 4-26-10

編集部■ 03-5907-7015

営業部■ 03-5907-7011

発行人■ 小野寺一

編集人■ 平林幹雄

印刷・製版■ 三共グラフィック株式会社

「愛と繊細さ」の技法・大解剖!!

ドMに愛され支配する
俺様の攻めの非道調教の裏側にある



Mの淫乱な生態



Mの嫉妬を理解する



Sは憧れられる存在



支配と従属の世界



屈辱に萌えるM



男子の性感帯を知る



もっと欲しいと思わせる



調教に耐えたご褒美



羞恥コスプレ調教

SANWA MOOK

リアルBL・SM術

フレ男子ヲ
「ドS」ニ愛ス。