

Het Geheim van een
Gelukkig Huwelijk

Hoe mannelijke kuisheid
je relatie kan verbeteren



Het Geheim van een Gelukkig Huwelijk

Door Ella Goodwife

Hoe mannelijke kuisheid je relatie kan verbeteren

Gebaseerd op de gelijknamige website
Illustraties door https://x.com/mare_ten

Vertaald door Batboy

Gepubliceerd Maart 2025

[https://happy-marriage.neocities.org/
ella@cock.li](https://happy-marriage.neocities.org/ella@cock.li)

Mijn naam is Ella, ik ben in de dertig en werk bij een verzekeringsmaatschappij. Mijn man is senior software engineer en we hebben twee prachtige dochters. Hoewel we al meer dan tien jaar getrouwd zijn, houden we nog steeds net zoveel van elkaar als toen we nog aan het daten waren. Daar is een goede reden voor, en in dit boek wil ik mijn **geheim voor een gelukkig huwelijk*** met jullie delen.

** Als je niet getrouwd bent, vervang dan in gedachten “echtgenoot” door “vriend” wanneer je dit boek leest. Het is op dezelfde manier van toepassing.*

Ik neem aan dat je partner je heeft verteld dat hij iets wil proberen dat 'mannelijke kuisheid' (male chastity) heet. Hij heeft je misschien dit boek gestuurd of je hebt hem via een zoekmachine gevonden. Je eerste reactie was waarschijnlijk verwarring. Wat wil hij dat ik doe? En waarom? Ik weet vrij zeker dat je man het verkeerd heeft uitgelegd, waardoor het gekker klinkt dan het in werkelijkheid is. Ontspan je, raak niet in paniek. Ik zal uitleggen waarom mannelijke kuisheid een geweldig idee voor jullie beiden zou kunnen zijn, en dat het jullie als koppel een nieuwe verbondenheid en hernieuwd verlangen kan geven.

Hoe lang duurt het om dit te lezen?

Dit boek bestaat uit meerdere hoofdstukken en ik raad je aan om in ieder geval de eerste zeven hoofdstukken te lezen, aangezien dit de "kernhoofdstukken" zijn. De rest is niet essentieel. Het zou niet langer dan 30-45 minuten moeten duren. Door dit boek te lezen doe je je man een groot plezier en moet je het zien als een investering in jullie relatie.

Voordat je verder leest, zorg ervoor dat je nergens door afgeleid wordt en dat niemand over je schouder meekijkt. Ontspan, neem de tijd, neem een glas wijn of een kop thee en probeer open-minded te zijn.

"Dit boek veranderde ons leven"

"Ik begin met te zeggen dat ik helemaal weg ben van mannelijke kuisheid en dat ik **wou dat we dit jaren geleden al hadden gedaan!** Mijn man bracht het hele kuisheidsgedoe ter sprake tijdens een nogal dronken avond in de kroeg, maar ik vind het wel heel dapper van hem. Hij stuurde me een link naar "Het geheim van een gelukkig huwelijk", dat ons leven ingrijpend heeft veranderd, en dat is echt geen overdrijving. Ik las het met een open blik en aan het eind was ik verkocht en wilde ik het proberen."

"Dit is echt de meest fantastische ervaring en ik ben zo blij dat we het geprobeerd hebben! Ik heb me nog nooit zo krachtig en geil gevoeld! Plotseling is alles nu op mijn voorwaarden, ik bepaal wat ik wil en wanneer, zonder dat ik iets hoeft terug te doen. In het begin is het moeilijk om me niet schuldig te voelen over het nemen van genot en er niets voor terug te geven, maar als je beseft dat het hem helemaal in extase brengt, verdwijnt dat schuldgevoel al snel. Hij kan niet genoeg

voor me doen, hij is attent, zorgzaam en liefdevol op een manier die we niet meer zijn geweest sinds we voor het eerst samen waren, hij wil me vasthouden en kussen, hij zegt me constant dat hij van me houdt, en hij is zo gelukkig als ik hem al lange tijd niet meer heb gezien."

"Ik hoop dat je de moed hebt om het te proberen. **Als je er met een open blik in stapt en bereid bent om er tijd en energie in te steken, zijn de beloningen ongelooflijk.** Lees "Het geheim van een gelukkig huwelijk" en gebruik dat als uitgangspunt. Ontdek samen wat jullie beiden opwindt en werk aan het vinden van de juiste balans. Veel succes!"

– verkort citaat van Sazz

INHOUDSOPGAVE

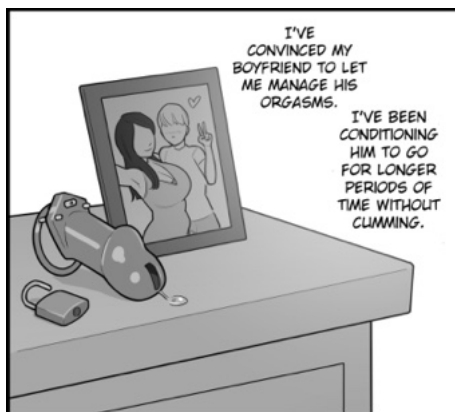
1. INTRODUCTIE TOT MANNELIJKE KUISHEID.....	6
2. DO'S EN DONT'S:	
HOE WORD JE EEN GOEDE SLEUTELHOUDER?.....	19
3. REGELS VOOR HET KOPPEL.....	30
4. TEASEN.....	36
5. KUISHEID GEBRUIKEN IN JE RELATIE.....	39
6. WANNEER EEN ORGASME TOESTAAN.....	45
7. HOE EEN ORGASME TOESTAAN	57
 BIJLAGE 1: EEN PENISKOOI VINDEN.....	 68
BIJLAGE 2: KUISHEIDSACCESSOIRES.....	80
VERDER LEZEN.....	84

1. INTRODUCTIE TOT MANNELIJKE KUISHEID

Ten eerste, wat is mannelijke kuisheid?

Simpel gezegd; de man gebruikt een zogenaamde peniskooi om zijn penis op te sluiten, en vervolgens geeft hij de sleutel aan zijn partner, de zogenaamde sleutelhouder. Peniskooien zijn seksspeeltjes van plastic of metaal die om de penis worden geklemd, waardoor masturbatie onmogelijk wordt. De sleutelhouder (jij) heeft de macht om te bepalen wanneer de kooi wordt ontgrendeld en wanneer je hem seksueel genot gunt. Dat kan vijf keer per week zijn of vijf keer per jaar. **Het is een zeer opwindend seksueel spel.**

In de loop der jaren heb ik online met veel vrouwen gesproken die hun man kuis houden. Waar ze het allemaal over eens waren, was dat de voordelen ongelooflijk waren. Het zal je misschien verbazen, net als mij, dat miljoenen stellen mannelijke kuisheid



gebruiken als onderdeel van hun relatie, echt meer dan je je kunt voorstellen. Mannelijke kuisheid is minder bizar dan je waarschijnlijk dacht en er wordt veel aan gedaan, misschien zelfs door sommige van je vriendinnen. **Ben je bereid om je best te doen om je relatie op een nieuwe en spannende manier te laten werken? Zo ja, lees dan verder.**

Wil hij echt dat ik dit doe?

Het spreekt voor zich dat alles in overleg moet gebeuren.

Bij de meeste stellen die besluiten te experimenteren met mannelijke kuisheid, komt het idee niet van de vrouw, hoewel dat misschien wel zo zou moeten zijn. Veel mannen fantaseren over het dragen van een kuisheidsgordel en de seksuele controle die hun partner hen geeft. Heeft hij je toegegeven dat hij te veel masturbeert? Zo ja, dan zou hij zich schuldig kunnen voelen over zijn frequente masturbatie en de mogelijke gevolgen daarvan voor jullie relatie. **Helaas hebben de meeste mannen niet de moed om toe te geven dat ze kuisheid verlangen**, en terwijl je dit leest, hoopt je man vurig dat je het eens wilt proberen.

Het betekent niet dat hij je onaantrekkelijk vindt. Het betekent niet dat jullie relatie saai is of dat je man zich verveelt. Heeft hij ooit een sexy cadeau voor je gekocht, zoals lingerie? Je weet **dat dit niet betekent dat hij je beu is – integendeel!** Het betekent dat hij je iets wilde geven waar jullie samen van kunnen genieten. Zijn zoektocht naar sexy ideeën is een andere uiting van zijn toewijding en liefde voor jou – niet van verveling. Hij wil juist meer leuke dingen met je doen!

Wat zijn de voordelen voor hem?

In de meeste relaties heeft de vrouw een lager libido dan de man, waardoor hij minder seks heeft dan hij zou willen. In die zin hebben vrouwen geen kuisheidsgordel nodig om de verdeling van seks te controleren. Zonder een expliciete structuur en communicatie rond deze controle, wordt de libido-mismatch echter door de man geïnterpreteerd als verwaarlozing of het gevoel niet begeerd te worden. Dit kan hem aanzetten tot overmatig masturberen of constant zeuren om seks. Zodra je een kuisheidsgordel begint te gebruiken om zijn orgasmes te controleren, zal de perceptie van je man veranderen van "verwaarloosd" naar "gecontroleerd". Door zijn sleutelhouder te worden, **vertel je hem dat zijn libido veel te waardevol is om te verspillen aan masturbatie**. Hij zal genieten van een plezierige staat van constante, milde opwindning, wat leidt tot een gelukkigere gemoedstoestand voor hem en een verbeterde seksuele dynamiek voor jullie beiden.

Maar hij krijgt meer dan dat. Het voelen van de kuisheidsgordel om zijn penis zal je man een sterk gevoel van warmte en veiligheid geven. Hij zal zich veilig voelen omdat jij de ware, fysieke verantwoordelijkheid voor zijn seksualiteit hebt genomen. Dat is wat ten grondslag ligt



aan al die fantasieën. Het is net als zijn trouwring – zijn ring vertelt de wereld dat hij niet beschikbaar is. **De kuisheidsgordel herinnert hem eraan dat de enige bron van seksueel genot bij jou ligt.** Kuisheidsspel is de warme zekerheid dat je van hem houdt en ervoor kiest hem het genot te geven dat hij zichzelf niet kan geven of van anderen kan krijgen. Hij zal genieten van de emotionele boost die jullie samen delen.

Wat zijn de voordelen voor mij?

Als je een relatie hebt, zou jij de enige bron van zijn ontlading moeten zijn en zou al zijn seksuele energie op jou gericht moeten zijn. Die zou niet verspild moeten worden aan het betasten van zichzelf of het kijken naar porno. **Alle mannen, als ze de mogelijkheid hebben, masturberen, en veel vaker dan de meeste vrouwen denken.** Dit is iets dat moeilijk te beheersen is voor hem en nog moeilijker om te laten gaan. Masturberen betekent meestal dat de man zijn vrouw een paar dagen negeert. Sommige mannen raken zelfs zo gewend aan masturbatie dat ze moeite hebben om een orgasme te bereiken tijdens normale seks met hun partner. Mannelijke masturbatie creëert een emotionele barrière in relaties en stelt een man in staat om enigszins afgesloten te blijven op een zeer egoïstische en zelfzuchtige manier. Zolang mannen toegang hebben tot masturbatie, hebben ze nooit echt volledig in een relatie geïnvesteerd.

Kuisheid maakt een einde aan masturbatie. Het verhoogt zijn humeur, energie en libido, en belangrijker nog, het verandert zijn verlangen om jou te bevredigen. Dit komt doordat hij, naarmate zijn seksuele energie toeneemt en hij die niet meer naar believen kan loslaten, die energie zal gebruiken om jou te bevredigen. Zijn

onophoudelijke aanbod van massages en orale seks is een zeer welkome bijwerking van de her-oriëntatie van zijn seksuele energie.

Herinner je je nog hoe je man zich gedroeg toen hij je het hof maakte? Was hij niet attenter, romantischer en meer gericht op jouw plezier? Heb je je ooit afgevraagd waar die aandacht vandaan kwam, of waar die naartoe ging? Het kwam voort uit zijn natuurlijke seksuele spanning, en die verdween waarschijnlijk via de 'veiligheidsklep' van masturbatie. De energie en tijd die hij voorheen besteedde aan masturberen, zullen nu worden besteed aan jou, werk, de kinderen of andere prioriteiten. Na korte tijd zullen jullie beiden een veel **gezondere, emotioneel positieve en seksueel bevredigende relatie waarderen**.

Door de controle over zijn seksuele ontlading te behouden, zorg je ervoor dat je van seksuele waarde en betekenis voor hem bent. De kuisheidsgordel voorkomt dat hij het heft in eigen hand neemt en leert hem onbewust dat seksuele bevrediging alleen bij jou vandaan komt. Wanneer hij alleen bij jou seksuele ontlading kan ervaren, vertelt zijn instinct hem **dat jij de meest waardevolle vrouw ter wereld bent**.

Ten slotte voelen sommige vrouwen zich gerustgesteld door de peniskooi, omdat ze zich nooit meer zorgen hoeven te maken dat een andere vrouw hem probeert te versieren.

Betekent kuisheid dat we geen seks meer mogen hebben?

Nee. Dat de man geen orgasme krijgt, betekent niet dat er geen seks is. Er zijn talloze manieren om intiem te zijn zonder een ejaculatie. Voel je vrij om hem te ontgrendelen wanneer je maar wilt, of het nu voor seks is, plagen of om een andere reden. Het gaat erom *zijn* orgasme te beheersen, niet het *jouwe*. Het ergste wat je kunt doen, is seksueel inactief zijn terwijl hij vastzit. In plaats daarvan kun en moet je regelmatig orgasmes hebben – en hij zal het *heerlijk* vinden om ze je te geven, zodat je er egoïstisch van kunt genieten zonder je er slecht bij te voelen.

Seks met een man die opgesloten zit is geweldig! Zijn penis is altijd klaar, en je hoeft je geen zorgen te maken over een halfharde penis omdat hij eerder die dag heeft gemasturbeerd. Je zult genieten hoe en wanneer je maar wilt, en dat in de wetenschap dat hij al zijn seksuele ervaringen met jou beleeft. Beëindig de seks altijd wanneer jij tevreden bent, zelfs als hij nog niet klaar is. Als je klaar bent, sluit hem dan weer op tot de volgende keer. Dit is wat hij verwacht en verlangt – voel je geen seconde schuldig. Je mindset als sleutelhouder zou moeten zijn: een vrouw *moet* klaarkomen, een man *wil* gewoon klaarkomen. De voordelen zijn enorm als **je seks laat draaien om het genot van de vrouw.**

Jou seksueel bevredigen is de taak van je man. Zijn onvermogen om het genot van een orgasme te ervaren, betekent alleen maar dat jij er veel meer zult ervaren dan ooit tevoren. Je denkt misschien dat dit alleen in jouw voordeel werkt, maar het is de

sleutel tot geluk voor jullie beiden. **Elke keer dat hij jou bevredigt, zal hij gelukkig zijn omdat hij jou gelukkig heeft gemaakt.** Hij zal leren dat zijn belangrijkste middel tot seksuele bevrediging via jou zal zijn. Elke keer dat jij een orgasme ervaart, zal hij een gevoel van seksuele bevrediging ervaren. Uiteindelijk zal je man puur door jouw genot genieten, zonder zelfs maar aan zijn pik te denken. Laatst vroeg mijn man of hij me mocht likken en ik zei hem (half gekscherend) dat hij dat kon als hij een week langer opgesloten bleef – en hij stemde er graag mee in!

Waarom kan hij niet gewoon stoppen met masturberen?

De meeste mannen masturberen minstens één keer per dag. Als hij het niet toegeeft, liegt hij waarschijnlijk. Het is veel makkelijker en sneller voor een man om te masturberen dan voor een vrouw – hij kan zich gewoon aftrekken onder de douche of nadat je in slaap bent gevallen. Hij heeft deze gewoonte al sinds zijn tienerjaren en het is **onmogelijk voor hem om van zijn masturbatieverslaving af te komen zonder jouw hulp** en het gebruik van een kuisheidsgordel.

Wat moet ik als zijn sleutelhouder doen?

Voor jou betekent kuisheid gewoon dat je hem opsluit en zijn sleutel vasthoudt. Het hoeft geen tijdverspilling te worden en je leven hoeft niet te draaien om het verlangen van je man naar kuisheid. Wat teasen en seksuele aandacht is nodig om de opwindning van je man op peil te houden, maar er zijn genoeg simpele manieren om dat te doen die niet veel tijd kosten. Mijn man zou liever drie maanden zonder orgasme zijn dan drie dagen zonder aandacht. **Laat geen dag voorbijgaan zonder hem eraan te herinneren dat je blij bent dat hij voor je opgesloten zit en dat je het heerlijk vindt om de controle te hebben over zijn erecties en orgasmes.**

Om je huwelijk te verbeteren, moet kuisheid echt worden en niet slechts een spelletje. **Kuisheid moet een 24/7 onderdeel van je relatie zijn** en opgesloten zitten en niet kunnen masturberen zou zijn standaardtoestand moeten zijn. Je man wil waarschijnlijk 24/7 opgesloten zitten en niet alleen voor af en toe spelen. Ontgrendel hem alleen als jij met hem wilt spelen. Laat de dingen nooit meer terugvallen in zijn oude gebrek aan zelfbeheersing. Mannelijke kuisheid is effectief en op de



lange termijn zul je er geen spijt van krijgen, ook al lijkt het in het begin misschien veel werk. Naarmate je je blijft inspannen om kuisheid te bereiken en de geweldige voordelen ervan ontdekt, zul je je eigen ideeën kunnen toevoegen.

Je man heeft je misschien bestookt met regels en suggesties over wat je als sleutelhouder zou moeten doen, maar het is belangrijk om te onthouden dat jij, en niet hij, degene bent die de beslissingen neemt zodra hij opgesloten zit. Er zijn geen vaste regels over hoe vaak je hem moet ontgrendelen of hem moet laten klaarkomen, en **kuisheid hoeft je dagelijkse leven niet te veranderen**, zeker niet buiten de slaapkamer.

Hoewel jij seksueel de controle behoudt, is het erg belangrijk om te onthouden dat jij en hij nog steeds een stel zijn in een relatie, dat hij nog steeds je echtgenoot is en dat jullie dynamiek pas verandert zodra jullie de slaapkamerdeur dichtdoen. Het leven gaat gewoon door zoals het altijd is gegaan; werk, financiën, familieproblemen en beslissingen blijven allemaal bestaan. Jouw seksuele dominantie zou zich niet op andere gebieden moeten bemoeien, hoewel je zult merken dat hij anders, vaak positief, zal reageren naarmate zijn gevoelens en emoties veranderen.

Ik heb hier geen tijd voor!

We hebben het allemaal erg druk, vooral degenen onder jullie die kleine kinderen thuis hebben. Stel je eens voor dat hij je misschien benaderd heeft met het idee van kuisheid *omdat* jullie het allebei zo druk hebben. De band van slot en sleutel verschilt niet veel van de band van de trouwringen die jullie aan je vingers dragen. Dit is iets dat jullie beiden met elkaar delen. Wanneer hij op zijn werk is of op reis, **wordt hij constant aan jou herinnerd en aan de stille geruststelling die jij in de relatie brengt**. De gemiddelde man krijgt twaalf erecties per dag, en dat is alleen als hij wakker is. Terwijl hij opgesloten zit, worden al deze erecties gestopt en verschuiven zijn gedachten naar jou. Bij elke gedachteverschuiving kan hij je een attent sms'je sturen, een aardige daad in huis verrichten of gewoon verlangend aan je denken. Denk er eens over na dat mannelijke kuisheid hem meer begaan zou kunnen maken met jouw behoeften, het huishouden en de kinderen. Bedenk dat het opsluiten van hem uiteindelijk meer quality time voor jullie beiden zou kunnen opleveren. En is het niet een beetje opwindend om te weten dat de peniskooi hem niet stijf zal laten worden zonder jouw toestemming, dat jij de enige vrouw bent die hem ooit een erectie zal geven?

Hoe gebruikelijk is mannelijke kuisheid?

Er is geen enkele seksshop die geen mannelijke peniskooi verkoopt. De website bij dit boek trekt jaarlijks een zevencijferig aantal bezoekers, ondanks dat het alleen bekend is van mond-tot-mondreclame. Op Reddit behoort de subreddit 'Chastity' tot de top 2% van de Reddit-communities qua omvang en activiteit. Volgens de Canadese krant *Journal de Québec* zit 4% van de mannen in Quebec opgesloten met de sleutel die aan hun partner is gegeven¹. In 2020 werd een peniskooi met een slot dat met een smartphone werd bediend gehackt, waardoor de geografische locatie van de toenmalige mannen die de kooi droegen, werd onthuld. Deze gegevens toonden aan dat mannelijke kuisheid een wereldwijd fenomeen is, vooral populair in Noord-Amerika, Europa en Oost-Azië². Gebaseerd op de relatieve populariteit van deze specifieke kooi, kan worden geschat dat 2,5% van de mannen een peniskooi bezit³. Dit wordt bevestigd door de verkoopcijfers van Amazon uit 2023, waaruit blijkt dat 2,3% van de mannen een peniskooi bezit⁴. Ter vergelijking: 2,5% van de volwassenen in het Verenigd Koninkrijk identificeert zich als LGBT. **Hoeveel homoseksuele mannen ken je? Je kent waarschijnlijk evenveel peniskooibezitters, en het aantal mannen dat geïnteresseerd is in kuisheid moet veel hoger zijn.**

¹ <https://www.journaldequebec.com/2017/11/01/la-chastete-masculine--des-hommes-a-mettre-en-cage>

² <https://www.bbc.com/news/technology-54436575>

³ <https://femdom.substack.com/p/unlocking-the-orgasm-gap-why-the>

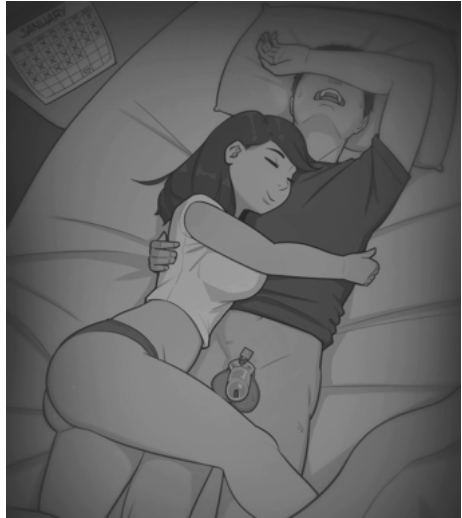
⁴ <https://femdom.substack.com/p/just-how-many-men-own-a-chastity>

Sorry, maar ik vind het nog steeds onzin!

Probeer het eens en laat je meevoeren. Je hebt niets te verliezen, het kan een nieuwe dimensie van intimiteit aan jullie relatie toevoegen en jullie zullen er veel plezier aan beleven. Dat beloof ik. Toon je liefde aan je man, beleef veel intieme momenten met hem, plaag hem, wees speels en geniet van elkaar. Het enige wat je hoeft te doen, is zijn ejaculaties onder controle te houden. Vertrouwd raken met mannelijke kuisheid kan in het begin een uitdaging zijn, maar het zal niet lang duren voordat het een normaal, dagelijks onderdeel van jullie relatie wordt. Na met veel vrouwen te hebben gesproken, was **de meest voorkomende spijt dat ze niet veel eerder met mannelijke kuisheid waren begonnen!**

Vrouwen die hun mindset succesvol hebben veranderd van de behoefte om hem orgasmes te geven, naar het verdienen van alle orgasmes die ze maar kunnen wensen, zijn uiteindelijk veel gelukkiger, en geen van hen zou willen dat hun man terugvalt in zijn oude gewoontes van dagelijkse masturbatie. Wat begon als zijn fantasie om seksueel gecontroleerd te worden door haar, wordt uiteindelijk ook *haar* fantasie.

Goed gedaan! Je hebt het eerste (en langste) van de zeven kernhoofdstukken afgerond! Ga hier verder: Wat je wel en niet moet doen - Hoe je een goede sleutelhouder wordt.



2. DO'S EN DONT'S: HOE WORD JE EEN GOEDE SLEUTELHOUDER?

Communiqueer, maar laat hem je niet lastig vallen

Mannelijke kuisheid is bedoeld als een manier om samen te werken en zijn seksuele energie op jou te richten. Communicatie is essentieel in elke relatie, maar vooral wanneer je een essentieel deel van het lichaam van je partner controleert. Echter, in ieder geval in het begin, is het enige moment waarop je man zijn kuisheid of de kooi ter sprake zou moeten brengen, wanneer je hem vraagt hoe het daar beneden met hem gaat. Anders zul je merken dat hij er constant over wil praten. Over het algemeen raad ik je aan om **hem niet toe te staan om een orgasme te vragen** – zeg gewoon: "Dat zal gebeuren wanneer ik het besluit en als je het nog eens vraagt, voeg ik meer tijd toe."

Neem de verantwoordelijkheid voor zijn penis

Zodra je hem opsluit, is zijn penis van jou, jouw speeltje. Je man bezit hem niet meer. Geen masturbatie meer, geen willekeurige

erecties meer. Zijn penis is van jou, en alleen jij bepaalt wanneer je hem aanraakt. Hij bestaat voor jouw plezier en vermaak. Je kunt hem eruit halen en gebruiken en hem vervolgens veilig terug in zijn kooi stoppen wanneer je maar wilt. Als je er zo over nadenkt, wordt het veel gemakkelijker om kuisheid in je leven te integreren. **Je sluit niets van hem op – je bewaart jouw speeltje veilig.** Het doel van de peniskooi is om hem te beschermen tegen ongeautoriseerde toegang.

Geen “Lock & Forget”

Ik kan niet genoeg benadrukken hoe belangrijk het is om elke dag iets seksueels te doen, hoe klein ook. Voor een man is er een enorm verschil tussen een relatie waarin hij het gevoel heeft dat hij niet genoeg seksuele aandacht krijgt en in plaats daarvan verlichting zoekt in masturbatie, en een relatie waarin mannelijke orgasmes beperkt zijn, maar erotische opwinding overvloedig.

Het is begrijpelijk dat er dagen zijn waarop je zijn situatie wilt negeren. Toch moet je dit niet langer dan een paar dagen laten duren zonder positieve opmerkingen te maken over zijn opsluiting, en hem **verbaal of fysiek te plagen**. Slechts één kleine opmerking zoals "Ik weet dat je wilt rukken, maar ik laat het niet toe" kan zijn dag goedmaken. Je moet een verbintenis met hem en jezelf aangaan om dit te laten werken. Als je niet bereid bent om de controle over het plagen en de moeite die dat met zich meebrengt over te nemen, dan ben je misschien beter af in je oude relatie, waarin hij jou negeerde en jij hem negeerde.

Als je man om seks vraagt, maar je er echt geen zin in hebt, vermijd dan zinnen als "Ik heb er geen zin in" of "Ik wil het niet".

Hoewel je hem nooit seks verschuldigd bent, kunnen deze zinnen hem het gevoel geven dat hij ongewenst, genegeerd of afgewezen is. Het is beter om hem "actief" te weigeren, met zinnen als "Je hebt nog geen ontlading verdiend" of "Ik wil dat je wanhopig bent". Dit wekt een gelukzalige frustratie op, omdat hij toegeeft aan jouw controle. **Je vertelt hem dat er een plan en een doel zit in zijn ontkenning.** Merk op dat actieve ontkenning geen extra inspanning van je vereist – het staat gewoon voor een andere mindset.

Beperk je eigen seksualiteit niet

Een man die kuisheid verlangt, wil jou seksueel bevredigen en wil niet dat jij je zorgen maakt over wederkerigheid. Je kunt seks hebben hoe en wanneer je wilt – zijn kuisheid mag jou seksueel nooit beperken. Je kunt masturberen wanneer je wilt, of hij kan zijn mond of handen gebruiken om je te bevredigen. Als je hem wilt ontgrendelen om zijn penis te gebruiken, onthoud dan dat **seks voor hem geen orgasme hoeft te bevatten.** Zodra je bevredigd bent, kun je hem zeggen te stoppen, wachten tot zijn penis slap is en hem weer opsluiten. Het is erg belangrijk om strikt te zijn met het opsluiten van zijn penis wanneer je hem niet meer nodig hebt.



Wees niet bang om om orale seks te vragen. Neem initiatief! Een veelvoorkomende gang van zaken voor een kuisheidskoppel, is dat ze steeds langere periodes doorbrengen zonder de moeite te nemen hem te ontgrendelen, wat betekent dat ze steeds langere periodes zonder penetrerende seks hebben; in plaats daarvan krijgt zij meer orale seks. Daardoor wordt hij beter in het geven van orale seks, wat betekent dat zij nog meer orgasmes krijgt. In tegenstelling tot de toegang tot het lichaam van zijn vrouw te worden ontzegd, geniet hij juist van de constante opwindning en de toegenomen intimiteit.

Je moet ook regelmatig masturberen en hem dát laten weten of hem er zelfs naar laten kijken. Studies hebben aangetoond dat **vrouwen die regelmatig masturberen, gemakkelijker een orgasme bereiken tijdens orale seks.** Regelmatig masturberen maakt je vertrouwd met je clitoris en helpt je voor te bereiden

op een orgasme, zodat je binnen een paar minuten na het bevredigen van jezelf een orgasme kunt bereiken.

Wees niet bang om 'nee' te zeggen

Een vrouw kan zich vaak schuldig of bezorgd voelen dat haar man haar zoveel plezier geeft en er schijnbaar niets voor terugkrijgt. Ze zal hem dan uit schuldgevoel bevrijden, maar in werkelijkheid doet dit juist het goede dat kuisheid met zich meebrengt teniet. Hoe graag hij het ook wil, **hij heeft geen orgasme of zelfs maar een erectie nodig** – in plaats daarvan heeft hij jouw aanmoediging, jouw aanraking, jouw plagerij en jouw seksuele energie nodig. Als je man net zoals de mijne is, heeft hij waarschijnlijk belachelijk lang gefantaseerd over opgesloten zitten. Zo ja, dan wil je man dat je sterk bent en "nee" zegt. Hij heeft geen interesse in een "schijnbare" kuisheid waarbij je hem elke keer dat hij erom vraagt, ontgrendelt. De kuisheidsreis kan alleen slagen als jij je eraan committeert en je controle als sleutelhouder omarmt. Na verloop van tijd zul je je ongelooflijk begeerd en machtig voelen wanneer hij wanhopig op zoek is naar een bevrijding en je hem nog steeds nee zegt.

Er zullen momenten zijn waarop hij wenst dat hij gewoon los kon komen en zich kon aftrekken zoals vroeger. **Je moet benadrukken dat jij de sleutel hebt en dat alleen jij bepaalt wanneer die gebruikt wordt.** Voor hem zal de kuisheid waar hij naar verlangt pas 'echt' worden als hij wanhopig op zoek is naar een ontlading, maar jij die nog steeds niet toestaat. Dan zal hij begrijpen dat jij echt de controle over zijn penis hebt overgenomen, zoals in zijn fantasie, en dat je niet zomaar meespeelt. Kuisheid begint in zekere zin pas echt als hij eruit wil.

Zijn verzoeken om ontlading afwijzen wanneer je denkt dat hij die niet nodig heeft, hoort bij jouw rol als sleutelhouder. Een antwoord als 'niet deze week' of 'ik heb nog niet besloten' kan precies zijn wat hij wil horen. Voel je vrij om een overtuigende reden toe te voegen, zoals 'omdat ik wil dat je nog even wacht' of 'je moet je in plaats daarvan op mijn genot concentreren'. Laat hem voelen dat je geniet van zijn opwindende en seksuele frustratie en dat je blij bent dat hij niet kan masturberen.

Vergeet niet om na het spelen opnieuw te vergrendelen

Een zeer belangrijke stap tijdens elke vrijlatingsperiode is ervoor te zorgen dat je hem **meteen weer in zijn kooi opsluit**, vooral als je hem niet hebt laten klaarkomen. Hij wil dat jij het initiatief neemt en hem zegt de kooi terug om te doen. Hij wil niet ontgrendeld blijven of het gevoel hebben dat je niet echt geïnteresseerd bent om zijn sleutelhouder te zijn. Hoewel kuisheid zijn fantasie was en hij het prettig vindt om opgesloten te zitten, is het voor hem alleen bevredigend als het "gedwongen" aanvoelt en hij gelooft dat het vooral jouw wens is om zijn penis ook achter slot en grendel te hebben.



Na een orgasme komt je man in de zogenaamde herstelperiode terecht, waarin zijn verlangen naar alles wat seksueel is (inclusief kuisheid) even afneemt. Daarom is het belangrijk om hem zo snel mogelijk weer op te sluiten, idealiter direct nadat hij klaar is en zijn penis slap begint te worden: "Daar is je squirt, tijd om je terug in de kooi te krijgen." Zo wordt het opnieuw plaatsen van de peniskooi geassocieerd met de nagloed na het orgasme. **Houd de kooi en de sleutel bij de hand.** Idealiter instrueer jij hem als sleutelhouder om stil te blijven terwijl je de kooi zelf weer op zijn plaats zet, maar je kunt hem ook vertellen dat hij zichzelf op moet sluiten als je dat liever hebt.

De meeste kuisheidsgordels bestaan uit twee delen: een basisring die achter de penis en ballen zit, en een kooi die de penis omhult. Het is een goed idee om de basisring te laten zitten en de peniskooi pas te verwijderen wanneer je hem losmaakt. Op deze manier zijn geslachtsgemeenschap en andere stimulatie nog

steeds mogelijk, maar door de basisring te laten zitten, schep je al de verwachting dat hij daarna weer vastgezet zal worden. Hoe minder jij je zorgen hoeft te maken dat hij zich verzet tegen het vastzetten, hoe groter de kans dat je hem vaker afdoet.

Laat hem niet bij de sleutel komen

Laat de sleutel niet liggen op een plek die hij kent of waar hij hem gemakkelijk kan vinden. Dit zal hem alleen maar verleiden om stiekem de kooi te ontgrendelen en te masturberen als je er niet bij bent, en het zal lijken alsof je je rol als zijn sleutelhouder niet serieus neemt. Als bewaker van de kuisheid van je man geef je er misschien de voorkeur aan om de **sleutel altijd bij je te houden, bijvoorbeeld aan een ketting**. Je kunt de sleutel ook aan een enkelbandje, aan je bh of in je telefoonhoesje dragen. Zo zorg je ervoor dat de sleutel altijd onder je fysieke controle is, zodat je man hem niet kan “lenen” voor een stille ontlading. De aanwezigheid van de sleutel is ook een goede herinnering om hem regelmatig te plagen.

Laat hem je niet ontmoedigen

Misschien weigerde hij de kuisheidsgordel weer om te doen nadat je klaar was met spelen met zijn penis, of misschien probeerde hij te ontsnappen door zijn penis eruit te trekken om te masturberen. Dit is niet alleen een vorm van bedrog en een schending van het vertrouwen, het betekent ook dat het geen zin heeft om zijn sleutelhouder te zijn als hij nog steeds probeert de controle over zijn penis te behouden. Als dit gebeurt, zou je hem kunnen straffen met een lange opsluiting zonder vrijlating – iets veel langer dan hij prettig vindt en dat zal hem de volgende keer

dat hij in de verleiding komt om vals te spelen, wel twee keer doen nadenken. Je zou er ook voor kunnen kiezen om hem een aantal van zijn seksuele privileges af te nemen; het moet iets zijn dat hij meer mist dan jij (bijvoorbeeld je tot nader order niet meer naakt zien). Wat je ook besluit te doen, het moet hem ervan weerhouden om jou en de kuisheidsgordel opnieuw te trotseren. Als deze overtredingen blijven gebeuren, moet je dreigen met de ultieme straf: de kuisheid volledig stopzetten. Maak hem duidelijk dat hij jouw diensten als sleutelbewaarder kwijtraakt en dat je **geen interesse hebt in een 'schijnbare' kuisheid waarbij hij de controle niet daadwerkelijk aan jou overdraagt.**

Vergeet niet van hem te houden

Sommige vrouwen lijken te denken dat alleen omdat hun man kuisheid voorstelde, hij zich aan haar wil onderwerpen en haar bevelen in alle facetten van het leven wil gehoorzamen. Tenzij je man het heeft gezegd, is het zeer onwaarschijnlijk dat hij nu al het huishoudelijke werk wil doen of al zijn geld aan jou wil uitgeven. Ja, kuisheid kan hem daartoe motiveren, maar je moet nooit proberen hem te manipuleren om dingen te doen die hij niet wil doen. Seks als wapen gebruiken is noch gezond noch constructief, en dit geldt zowel voor huishoudelijke taken als voor al het andere. Je man opsluiten en hem chanteren om de badkamer schoon te maken, kan je relatie met hem schaden, niet versterken. Voor alle zaken buiten de slaapkamer blijven jullie gelijken. **Kuisheid is een middel om de liefde en emotionele band in een relatie te versterken,** niet een middel om hem tot je slaaf te maken.

Mannelijke kuisheid draait om elkaar leren kennen, een fijne band te delen en samen groeien als een eenheid. Een goed gecommuniceerde mannelijke kuisheidsrelatie zal jullie helpen samen te groeien en zijn seksuele energie te richten op het verbeteren van de relatie. In het begin lijkt het misschien hard werken, maar naarmate jij je erotische macht over hem leert waarderen, zullen jullie dichter bij elkaar komen en intiemer worden. Wat je ook doet of hoe je het ook doet, geniet van elkaar, respecteer elkaar en behandel elkaar goed.

Maak niet te veel regels

Hoewel kuisheid een basisstructuur nodig heeft (zie volgende pagina), is het laatste wat je wilt doen een lijst met ingewikkelde regels bijhouden en er zelf een slaaf van worden. Je doel is om te bepalen wanneer en hoe je man klaarkomt, niets meer, niets minder.

Geef niet te snel op

Misschien heb je kuisheid een paar dagen geprobeerd, maar zag je geen voordelen. Misschien heb je het erg druk gehad op je werk of met de kinderen en kun je hem niet veel aandacht geven. Het leven kan je soms dwarszitten. Er zijn veel mogelijkheden waarom je geen zin ziet in het voortzetten van kuisheid. Tenzij je man ook zijn interesse is verloren, raad ik je aan om niet te snel op te geven. **Probeer kuisheid minstens zes maanden uit voordat je besluit dat je het echt niet meer leuk vindt.** Je leert wat wel en niet werkt voor jullie beiden, en na verloop van tijd wordt het veel gemakkelijker om te bedenken wat je moet doen en wordt je reis spannender en leuker. Dus blijf proberen, sta

open voor nieuwe ideeën en vergeet niet om met je man te blijven communiceren!

Goed gedaan! Je hebt twee van de zeven kernhoofdstukken afgerond! Volgend hoofdstuk: Regels voor het koppel.



3. REGELS VOOR HET KOPPEL

Voordat je hem opsluit, is het verstandig om een paar regels met je man af te spreken. Dit helpt jullie beiden om verwachtingen te managen en geeft je wat structuur.

Als je niet echt om mannelijke kuisheid geeft, maar het toch wilt proberen omdat je man erom vroeg, hoef je hem alleen maar deze zeven simpele regels te vertellen:

Eenvoudige kuisheidsregels - voor de huiverige vrouw

1. De vrouw kan de peniskooi kiezen.
2. De vrouw heeft de sleutels tot de peniskooi in handen en mag deze niet toegankelijk maken voor haar man.
3. De vrouw bepaalt wanneer de man wordt vrijgelaten en wanneer hij seks mag hebben of mag ejaculeren.
4. Na een vrijlating, zal zij haar man vertellen dat hij de kooi zo snel mogelijk weer moet vergrendelen.
5. De echtgenoot zal niet om vrijlating vragen of voortdurend over kuisheid praten (tenzij de echtgenote geïnteresseerd is in een dergelijk gesprek).
6. Het kuisheidsspel zal het dagelijkse leven van de vrouw niet verstoren en haar eigen seksuele bevrediging niet beperken.
7. Het koppel probeert de kuisheidspraktijk een paar maanden uit, voordat ze beslissen of ze ermee door willen gaan.

Dat is het, maak het niet te ingewikkeld. Zeg tegen je man dat dit de regels zijn en dat hij ze moet accepteren, en als je het na zes maanden nog steeds niet leuk vindt, is het over en uit.

Als kuisheid je interesse heeft gewekt en je het graag wilt proberen, kunnen jij en je man een 'kuisheidscontract' printen en ondertekenen. Dit is natuurlijk geen juridisch document, het is gewoon een leuke manier om de zaken op gang te brengen en te bespreken wat jullie beiden van kuisheid verwachten.

Zie op de volgende pagina een voorbeeldcontract dat je als uitgangspunt kunt gebruiken...

Voorbeeld “Kuisheidscontract” – voor het enthousiaste stel

Artikel 1: Regels voor de vrouw

- Sleutelbeheer: De vrouw bewaart de sleutel van de peniskooi en laat de sleutel niet achter op een plek die voor haar man gemakkelijk bereikbaar is.
- Vrijgave: De vrouw heeft de volledige vrijheid om te bepalen hoe vaak de kooi wordt ontgrendeld, en hoe vaak en op welke manier de echtgenoot seksuele ontlading mag hebben. *(Je kunt hier meer details over geven, bijvoorbeeld door een initiële lock-upperiode van [x] weken/maanden overeen te komen.)*
- Opnieuw opsluiten: Na het spelen zal de vrouw haar man zo snel mogelijk weer opsluiten, of hem vertellen dat hij dit moet doen.
- Geen “Lock & forget”: De vrouw zal haar man geregeld plagen en opwinden.

Artikel 2: Regels voor de echtgenoot

- De vrouw bevredigen: De man zal de vrouw seksueel en fysiek bevredigen in overeenstemming met haar wensen en eisen.
- Dankbaarheid: De echtgenoot zal niet om vrijlating vragen en er zullen geen discussies over kuisheid plaatsvinden, tenzij de vrouw het ter sprake brengt. Hoe gefrustreerd hij ook is, de echtgenoot zal altijd dankbaar blijven voor zijn liefhebbende vrouw die toegeeft aan zijn verlangens.
- Samenwerking: De echtgenoot mag niet ejaculeren zonder de uitdrukkelijke toestemming van de vrouw. De echtgenoot zal zich

niet verzetten tegen het opnieuw vergrendelen van de peniskooi na verwijdering en zal op geen enkele manier proberen de kooi te openen.

- Straffen: Als de echtgenoot een van de bovenstaande regels overtreedt, wordt dit ter beoordeling van de echtgenote afgehandeld en kan dit leiden tot straf, inclusief maar niet beperkt tot extra opsluiting. *(Je kunt bespreken welke andere "straffen" je en je echtgenoot zouden willen, bijvoorbeeld wel of geen fysieke straffen.)*

Artikel 3: Praktische zaken

- Noodsleutel: *(Indien de peniskooi met meerdere sleutels wordt geleverd:)* De vrouw zal één nood sleutel, verzegeld en controleerbaar, beschikbaar stellen aan de man voor gebruik in noodsituaties waarin de kooi voor een beperkte tijd moet worden verwijderd. De man stemt ermee in dat hij in een dergelijke situatie de vrouw onmiddellijk zal waarschuwen en dat seksuele ontlading niet is toegestaan.
- Hygiëne: De echtgenoot is verantwoordelijk voor het schoonhouden van zijn geslachtsdelen. Mocht de peniskooi ontgrendeld moeten worden voor reiniging of huidverzorging, dan dient dit onder toezicht van de echtgenote te gebeuren en stemt de echtgenoot ermee in de kooi daarna onmiddellijk weer te bevestigen.
- Buiten de slaapkamer: Deze overeenkomst heeft geen invloed op beslissingen in het dagelijks leven, zoals familie zaken, financiën en andere huwelijksbeslissingen.

Je doet het geweldig! Je hebt drie van de zeven kernhoofdstukken afgerond! Volgend hoofdstuk: Leer hoe je je man kunt plagen en hem wild kunt maken.



4. TEASEN

Eenmaal opgesloten, fantaseert hij alleen nog maar over jou. De grote veranderingen die je in jezelf moet aanbrengen om een kuisheidsrelatie te laten slagen, is **je er op toe te leggen hem regelmatig te teasen**, zoals je ongetwijfeld deed toen jullie net begonnen te daten, en veel vaker seks hadden. Die twee kunnen één en hetzelfde zijn. Hem je laten beffen terwijl hij opgesloten zit, drijft hem bijna gegarandeerd tot het uiterste. Gelukkig voor jou zal de peniskooi hem ervan weerhouden om over het uiterste te gaan. Hoe meer seks je hebt zonder hem te laten klaarkomen, hoe meer hij je wil. **Wees egoïstisch in bed.**

Dagen zonder seksuele activiteit of aandacht zouden een absolute uitzondering moeten zijn. Het lijkt in het begin misschien veel werk, maar hij zal je overladen met aandacht. Het moeilijkste zal zijn om die aandacht weer te krijgen. Teasen hoeft geen tijdrovende bezigheid te zijn, en er zijn oneindig veel manieren om hem te plagen, zowel fysiek als verbaal. Je hoeft niet te doen alsof je geil bent als dat niet zo is, maar laat hem wel zien dat je er nog steeds moeite voor doet.

Ideeën die weinig moeite kosten om te teasen als je er niet echt zin in hebt

- Gesprekken kosten weinig energie en stellen je in staat zijn opwindend te verhogen zonder dat je er iets voor hoeft te doen. Herinner hem eraan hoe opgewonden je raakt van zijn kuisheid, hoezeer je geniet van de kracht die de sleutel je geeft en dat hij moet wachten tot je er klaar voor bent. Zeg dat je geniet van zijn onvermogen om zichzelf aan te raken en hoe vol zijn ballen moeten zijn. Vraag hem of hij het mist om te masturberen of een erectie te krijgen. Plaag hem met zijn opsluiting; laat hem weten dat je van plan bent hem heel lang op te sluiten, of dat je zo geniet van zijn kuisheid dat je de sleutel misschien ooit weggooit.
- Stuur hem ondeugende berichtjes en foto's. Vraag hem om een 'kooicheck' (foto van zijn opgesloten pik) als hij op zijn werk is.
- Vraag hem naar zijn meest geheime seksuele fantasieën – ik garandeer je dat hij er een paar heeft, maar te bang is om het je te vertellen. Een geweldige manier om hem open te stellen, is door hem te vragen al zijn kinky fantasieën op te schrijven, zodat je ze later kunt lezen. Zelfs als je geen interesse hebt om die fantasieën daadwerkelijk te vervullen, zal het je helpen om je verbale plagerijtjes te perfectioneren met "op maat gemaakte" opmerkingen.
- Je kunt sexy kleding bij hem dragen, bijvoorbeeld minirokken, yogabroeken of wat je ook maar weet dat hij leuk vindt. Thuis

kun je gewoon in je ondergoed rondlopen – hij kan zijn ogen niet van je afhouden!

- Vraag hem 's avonds om naakt of zonder ondergoed te slapen, want "hem in de kuisheidskooi zien, windt je op".
- Wees fysiek. Geef hem de hele dag door veel kusjes en knuffels. Grijp regelmatig zijn kruis vast. Knijp zachtjes in zijn ballen. Kus zijn opgesloten pik, of aai hem terwijl je tv kijkt.

Ga zo door! Je hebt vier van de zeven kernhoofdstukken afgerond! Volgend hoofdstuk: Ontdek hoe kuisheid een plek kan vinden in je relatie.



5. KUISHEID GEBRUIKEN IN JE RELATIE

Het maakt niet uit hoe jullie relatie eruit ziet of wat precies jullie wensen en die van je man zijn; mannelijke kuisheid kan een plek hebben in jullie relatie. Elke vrouw moet zelf uitzoeken welke aanpak haar het gelukkigst maakt. Na gesprekken met vele andere stellen heb ik vijf verschillende 'intensiteit niveaus' geïdentificeerd voor hoe kuisheid in een relatie kan worden geïntegreerd.

- Intensiteit 1: **Af en toe spelen.**

De man zit slechts een paar dagen vast en wordt door zijn vrouw geplaagd als een soort langdurig voorspel van meerdere dagen. Op andere momenten is hij vrij en zal hij waarschijnlijk masturberen. Deze aanpak kan jullie seksleven opfleuren, maar waarschijnlijk verlangt je man naar meer.

- Intensiteit 2: **Weigeren van masturbatie.**

De man zit 24/7 opgesloten en kan daardoor zijn masturbatiegewoonte niet voortzetten. Hij is ontgrendeld voor seks en mag meestal klaarkomen. Hij kan regelmatig klaarkomen, maar zonder zijn vrouw niet meer. (Helaas betekent dit voor sommige mannen dat ze steeds *meer* naar

seks hunkeren. In dat geval moet je hem ofwel meer ontladingen gunnen, ofwel de volgende intensiteit opvoeren: hem orgasmes ontzeggen.)

- **Intensiteit 3: Orgasmecontrole.**

Vergelijkbaar met bovenstaande, maar hij mag niet of niet altijd klaarkomen tijdens de seks. De vrouw heeft gemeenschap puur voor haar eigen plezier en bepaalt wanneer en hoe hij mag klaarkomen. Orgasmes voor hem komen veel minder vaak voor. (Dit is de meest voorkomende variant van het kuisheidsspel en waar ik me in de volgende twee hoofdstukken op zal richten.)

- **Intensiteit 4: PIV-weigering.**

Vergelijkbaar met bovenstaande, maar er is weinig tot geen penis-in-vagina-seks meer, omdat de vrouw liever op andere manieren seksueel bevredigd wordt, zoals oraal of met seksspeeltjes, en daarom zijn penis niet nodig heeft om bevredigd te worden. Hij wordt af en toe ontgrendeld om te plagen of te ontspannen, wanneer de vrouw daar zin in heeft.

- **Intensiteit 5: Altijd opgesloten.**

Vergelijkbaar met bovenstaande, maar hij is nooit meer los. Als hij nog mag klaarkomen, moet dat in een kooi, bijvoorbeeld door middel van pegging of een vibrator. Dit is de levensstijl voor de lange termijn voor sommige stellen en de ultieme fantasie voor veel mannen.

Er is geen goed of fout antwoord en je moet uitzoeken wat het beste voor jullie als koppel werkt. Vraag je man vooraf in welke

van de bovenstaande intensiteiten hij geïnteresseerd is en vergelijk dat met wat jullie acceptabel vinden.

Er zijn ook andere relationele dynamieken waarin mannelijke kuisheid op zich niet het hoofddoel is, maar die toch op andere manieren nuttig kunnen zijn:

Relaties onder leiding van vrouwen (Female Led Relationship; FLR)

In zo'n relatie is hij volledig toegewijd aan zijn vrouw en behandelt hij haar als een prinses, van huishoudelijke taken en het verwennen van haar tot het kopen van alles wat ze maar wil. Mannelijke kuisheid kan een belangrijk instrument zijn om zijn liefde en toewijding te benadrukken.

Halfopen relaties

In zo'n relatie is de vrouw vrij om seksuele ervaringen met anderen te hebben. Mannelijke kuisheid kan worden gebruikt om de sensatie van consensuele non-monogamie te versterken – "jouw pik zit vast, maar mijn kutje is vrij". Het basisidee is dat zijn penis nutteloos voor je is als jij je genot ergens anders kunt vinden. Veel online content over mannelijke kuisheid draait om dit idee, en hoewel er niets mis mee is zolang beide partners ervan genieten, schrikt het ook veel nieuwkomers af die ten onrechte denken dat mannelijke kuisheid onvermijdelijk tot deze dynamiek zal leiden.

Kinky koppels verkennen een machtsuitwisseling

"Femdom" (vrouwelijke dominantie) is een consensuele dynamiek waarbij de vrouw een dominante rol in de slaapkamer speelt. Dit kan allerlei kinky dingen omvatten, zoals eisen dat hij naakt is terwijl zij gekleed blijft, zijn penis klein en nutteloos noemen, hem trainen om zo snel mogelijk te ejaculeren, hem met een strap-on neuken, op zijn gezicht zitten voor cunnilingus of anilingus, of hem slaan en schoppen tegen zijn ballen. Dit gebeurt altijd op een consensuele en speelse manier. Mannelijke kuisheid past goed bij de meeste van deze kinky dingen, omdat het de man een onderdaniger gevoel kan geven. Als je man van kuisheid houdt, is de kans groot dat sommige van deze dingen hem ook opwinden – het is het beste om hem ernaar te vragen. Maar alleen omdat je man wil dat jij de controle over zijn penis neemt, wil dat nog niet zeggen dat hij ook geïnteresseerd is in "femdom", en misschien geef jij er ook de voorkeur aan dat hij dominant is in bed (wanneer je hem ontgrendelt).

Langeafstandsrelaties

Kuisheid kan hier worden gebruikt als hulpmiddel om de romantiek levend te houden wanneer jullie elkaar niet kunnen zien. Hoe ver jullie ook uit elkaar zijn, zijn kuisheidsgordel geeft je de geruststellende zekerheid dat hij je altijd trouw is en niet masturbeert. Elke keer dat hij zijn penis in een kooi ziet, zal hij aan je denken en ernaar verlangen je weer te zien.

Ouders met jonge kinderen

Kansen op intimiteit zijn schaars en onvoorspelbaar als de kinderen 's nachts niet doorslapen of bij de ouders in bed belanden, wat een relatie kan schaden. Hoe kan kuisheid helpen?

Doe op die sporadische kinderloze avonden geen huishoudelijke klusjes of kijk geen tv, maar zet je telefoon uit en ga direct naar bed om intiem te zijn met je man. Kus, knuffel, laat je door hem masseren of masturbeer naast hem onder de lakens. De enige regel is: hij mag geen orgasme krijgen! Je zult meer ontspannen zijn in de wetenschap dat je geen "plichtsseks" hoeft te hebben alleen maar omdat de kinderen slapen, en hij zal meer ontspannen zijn in de wetenschap dat een kind dat weigert te slapen hem niet "cockblockt". In plaats daarvan laat je hem van tevoren weten hoe vaak je wilt dat hij zich laat klaarkomen. Wekelijks of tweewekelijks misschien? Op geplande orgasmedagen kun je hem gewoon de sleutel lenen, zodat hij "de spanning kan loslaten" in de badkamer.

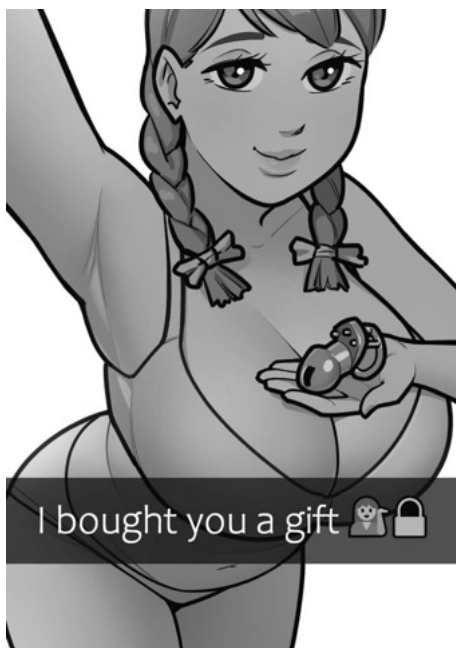
Niet-passende libido's en het doen opleven van dode slaapkamers

Veel stellen hebben een ongelijk libido, wat (zonder mannelijke kuisheid) kan leiden tot een ongezonde dynamiek waarbij de man regelmatig masturbeert en zich daarvoor schaamt, of zijn vrouw regelmatig lastigvalt om seks. Soms geeft ze toe en stemt ze in met weinig enthousiasme "medelijdensseks", wetende dat hij anders gewoon zonder haar zal masturberen. Maar met de man in kuisheid is de vrouw eindelijk vrij om "nee" te zeggen wanneer ze geen zin heeft, zonder schuldgevoel of zorgen over wat hij zou doen als ze wordt afgewezen. Dit is ook goed voor de man, omdat hij weet dat een "ja" betekent dat zijn vrouw daadwerkelijk bereid en enthousiast is.

Soms heeft de vrouw echter een zeer lage zin of helemaal geen zin in seks, wat, hoewel niet haar schuld, kan leiden tot een "dode

slaapkamer" omdat ze nooit in de stemming is voor iets seksueels. De man raakt steeds meer gefrustreerd door het gebrek aan seksuele aandacht van zijn vrouw, en als hij kuis is, voelt hij zich "opgesloten en vergeten". Het doel van kuisheid zou hier moeten zijn om wat gedeelde momenten van intimiteit terug te brengen door hem regelmatige orgasmes te gunnen, maar er wel voor te zorgen dat ze allemaal in jouw aanwezigheid plaatsvinden. Stel een vast schema op, bijvoorbeeld een of twee keer per week (niet te zelden). Op deze dagen maak je hem los en bepaal je wat er gebeurt; je kunt hem bijvoorbeeld op je lichaam laten masturberen, je kunt hem een snelle handjob geven, of je kunt hem gewoon plagen en hem weer opsluiten zonder orgasme.

Je bent geweldig! Je hebt vijf
van de zeven
kernhoofdstukken afgerond!



6. WANNEER EEN ORGASME TOESTAAN

De fysieke inlooperperiode (verplicht)

In eerste instantie moet je een **comfortabele, veilige en hygiënische peniskooi** vinden dat je man langdurig kan dragen. Misschien heeft je man al een kooi gekocht voordat hij je benaderde, misschien moeten jullie er samen nog een kopen. Zorg er in ieder geval voor dat het apparaat geschikt is om langdurig te dragen en dat de maat correct is. Begin eerst met een routine van zes uur per dag. Niet af en toe, niet één dag per week, maar elke dag, zelfs als hij er geen zin in heeft. Er zijn hierbij twee doelen. Het eerste is om te voorkomen dat de aanwezigheid van de peniskooi hem opwindt. Het andere is om de juiste maat te vinden, die veel kleiner zal zijn dan de maat die je in eerste instantie te kort vindt. Laat hem er vervolgens een week lang elke dag mee aan de slag gaan, zonder pauzes of excuses. Nogmaals, het doel is om het bewustzijn van de peniskooi constant te verminderen. Gedurende deze tijd heb je misschien een kleinere kooi of ring nodig. Laat hem er vervolgens in slapen. Het kan zijn dat hij een paar nachten nodig heeft om te

wennen aan zijn nachtelijke erecties. Zodra deze drempel is genomen, kan hij een hele week zonder ontgrendeling. Als de kooi hem geen problemen geeft, tel er dan nog een week of twee bij op. Als alles nog steeds goed is, is de fysieke gewenningsperiode voorbij en kun je beginnen met de echte opsluiting.

Zijn orgasmes controleren of niet?

Zoals in het vorige hoofdstuk vermeld, betekent de sleutelhouder zijn van je man niet dat je hem orgasmes moet ontzeggen. Als je gewoon wilt dat hij stopt met masturberen, maar hem toch elke keer dat jullie seks hebben een orgasme gunt, is dat prima. Mocht je man echter interesse hebben getoond in orgasmebeheersing (vraag het hem!) of ben je nieuwsgierig, lees dan vooral verder.

De wetenschap achter orgasmecontrole

De eerste vijf dagen na een orgasme ervaren mannen vaak een dip in hun stemming, veroorzaakt door een toename van prolactine – een hormoon dat de aanmaak van testosteron en oxytocine vermindert. (Testosteron is belangrijk voor zijn libido, algehele stemming en energie, terwijl oxytocine een belangrijke rol speelt bij romantische gehechtheid en hofmakerij en stress en angst vermindert.) De oxytocinespiegel begint vervolgens te stijgen tot deze 21 dagen of langer na het orgasme stabiliseert. Elke keer dat hij een orgasme heeft, begint de cyclus opnieuw.

Een releaseschema vinden dat bij je past

Het is geheel aan jou hoeveel ejaculaties je toelaat. Natuurlijk kun je nog steeds seks met hem hebben wanneer je maar wilt, de vraag is alleen wanneer je hem laat klaarkomen. Er zijn verschillende meningen over de ideale frequentie, maar ongeacht welk systeem je kiest, is het meestal het beste om jezelf af te vragen of het niet beter is om hem langer te laten wachten (zolang hij er natuurlijk nog steeds aan mee wil doen).



Orgasme verhouding:

Sommige vrouwen beschouwen het aantal orgasmes dat hun man kan krijgen als een fractie van het aantal orgasmes dat zij zelf hebben gehad. Dat kan zo strikt zijn als een verhouding van honderd op één, of zo onschadelijk als een verhouding van één op één (wat betekent dat hij niet vaker klaarkomt dan jij). Je kunt

het aantal kiezen dat bij je past en de tijd tussen de orgasmes precies goed krijgen.

Geplande releases:

De meest voorkomende mening die ik ben tegengekomen, is dat er niet meer dan één ejaculatie per maand zou moeten zijn, of dat er slechts enkelvoudige cijfers zouden moeten zijn, wat neerkomt op minder dan tien per jaar. Je kunt merken dat je hem maandelijks laat klaarkomen en dan besluit dat je het prettiger vindt om hem langer te laten wachten. Aan de andere kant laten veel vrouwen – vooral de jongere vrouwen met een vriend of echtgenoot in de twintig – hun partner ongeveer één keer per week klaarkomen. Ik vermoed dat ze voorheen een paar keer per dag masturbeerden, dus één keer per week is een flinke vermindering. Je zult moeten experimenteren en uiteindelijk zul je moeten kiezen welk schema het beste bij je past.

Kalender zegt “nee”...

Een populaire recente trend voor kuisheidskoppels is om hem strikt opgesloten te houden – zonder enige orgasme – tijdens *Locktober* en *No Nut November*, gevolgd door *Denial December*. Natuurlijk kun je ook aandringen op *Dry January*, *No-Fapruary*, *Merciless March*, *Abstinence April*, *May-not-come*, *Sexless Summer* en *Softember*, dus je hebt eigenlijk altijd een goed excuus om hem te negeren.

Een doel stellen:

Sommige vrouwen stellen graag doelen voor hun man, bijvoorbeeld dat ze eerder dan gepland een orgasme mogen hebben als ze een belangrijk doel bereiken. Een van de vrouwen met wie ik sprak, wilde dat haar man zou afvallen. Ze vertelde hem dat hun relatie zoveel beter was met hem in zijn peniskooi, dat hij er nu maar één keer per jaar uit mocht voor een ontlading. Ze liet hem echter eerder vrij voor elke 2,5 kilo die hij verloor en dat hij voor elke 2,5 kilo die hij aankwam drie maanden extra in zijn peniskooi kreeg. Ze was dolblij met het resultaat. Hij was in dat jaar 23 kilo afgevallen en had tien extra orgasmes. Misschien kan jouw man met de juiste motivatie ook fitter, dunner of gespierder worden?

Willekeurige vrijlatingen:

Je hebt misschien wel of geen regels, afspraken en schema's met je man besproken. Vergeet die, behalve de regels die jij wilt. Jij, de sleutelbewaarder, kunt nieuwe regels bedenken. **Het is volledig jouw beslissing wanneer hij kan klaarkomen.** Er komt een moment waarop de vraag opkomt: "Hoe lang duurt het voordat ik klaar kan komen?" Het antwoord is: "Je wilde kuisheid, dus dat is het." Geen schema, geen voorwaarden.

Zelfs als je een van de meer voorspelbare patronen gebruikt waarbij hij zijn bevrijding kan "verdienen", laat je man dan nooit geloven dat hij het "recht" heeft om bevrijd te worden. Jij blijft altijd de controle houden en kunt spontaan besluiten zijn bevrijding te annuleren of uit te stellen. "Misschien morgen." Zelfs als je hem losmaakt, is het niet te laat om "van gedachten te veranderen"; je kunt zo lang met zijn pik spelen als je wilt, of tot

hij op het randje van een orgasme is – en dan stoppen en de kooi weer omdoen. Zeg hem vriendelijk "dit is alles voor nu" en dat je het "voor later wilt bewaren".

Je bedriegt hiermee niet. In plaats daarvan stel je de basisregels opnieuw vast, waarvan de belangrijkste is dat jij de controle hebt. Je bent hem niets verschuldigd en je hoeft je niet te verantwoorden. Als hij klaagt, herinner hem er dan aan dat hij degene was die kuisheid wilde en zeg hem dat hij nu nog langer zal moeten wachten. Je kunt gerust een vrijlating blijven beloven en redenen vinden om dat niet te doen. Zolang je de communicatie gaande houdt en de spanning hoog houdt, zal hij je des te meer waarderen.

De mentale inbraakperiode (optioneel)

De algemene consensus is dat je je ervaring kunt verbeteren met een lange opsluitingsperiode **waarin de kuisheidskooi nooit af mag, zelfs niet voor seks**. Ik noem dit de mentale inbraakperiode. Deze periode kan eenmalig of herhaaldelijk worden toegepast.



Als je wilt dat dit een geweldige ervaring wordt voor jullie beiden, zijn er een paar voorwaarden:

1. Hij moet een goed passende kooi hebben gevonden dat hij met vertrouwen gedurende langere tijd kan dragen, zonder ongemak of pijn – of smegma.
2. Jij als sleutelhouder moet een gezond libido hebben en genieten van de intimiteit met je man. Anders bestaat het risico dat je hem "opsluit en vergeet".

3. Doe het niet als een van jullie nog twijfels heeft over de hele kuisheidskwestie, of als je kuisheid wel leuk vindt, maar geen zin hebt in orgasmebeheersing. Je moet een paar weken ervaring hebben met het dragen van een sleutel voordat je je hieraan verbindt.

Ervan uitgaande dat aan deze voorwaarden is voldaan, kan de mentale inwerkperiode cruciaal zijn voor je succes, omdat **het zijn geest de kans geeft zich aan te passen aan het gebrek aan masturbatie en ejaculatie**. In plaats van zichzelf te bevredigen wanneer hij maar wil, zal hij zijn seksuele energie op jou richten. De meeste mannen zullen het kort volhouden en dan terugvallen in hun oude masturbatiegewoonten, terwijl een lange periode van opsluiting hem laat zien dat je toegewijd bent aan jullie relatie en van plan bent om definitief een einde te maken aan zijn dagen van masturberen achter je rug. Het lijkt misschien wat streng, maar ik denk dat de mentale inwerkperiode **minstens drie maanden onafgebroken zonder vrijlating zou moeten duren**.

Je moet sterk zijn en je aan je deel van de afspraak houden. Het zal de dynamiek van jullie relatie zodanig veranderen dat jullie beiden op weg zijn naar langdurig geluk. Je zou zelfs, zonder dat hij het weet, de sleutel ergens anders kunnen bewaren, bijvoorbeeld op je werk of bij een vriend, zodat je niet in de verleiding komt hem los te maken. Door zo'n lange opsluitingsperiode aan het begin van je kuisheidsreis af te dwingen, kan hij je verlangen, toewijding en vastberadenheid begrijpen; het geeft je ook de kans om de **kracht te ontwikkelen om "nee" te zeggen**. Je kunt als nieuwe sleutelhouder niet te streng zijn als je jezelf wilt bevrijden van het gevoel dat het je

plicht is om hem klaar te laten komen en als je wilt dat hij zich concentreert op zijn nieuwe rol: jou seksueel bevredigen. Als je deze doelen niet hebt bereikt, verleng dan de tijd. Uiteindelijk heb ik mijn man een maand uitstel gegeven, en achteraf ben ik daar blij om, want toen ik hem uiteindelijk liet gaan, was dat op mijn voorwaarden.

Ook jij hebt voldoende tijd nodig om te ontdekken hoe je zijn kuisheid het beste voor je kunt laten werken. In het begin miste ik het echt om seks te hebben met mijn man, dus begon ik te experimenteren en na te denken over hoe ik hem kon leren me te plezieren zonder hem los te hoeven maken of bang te zijn dat hij per ongeluk zou klaarkomen. **Hij kan zijn mond, zijn handen en verschillende seksspeeltjes op je gebruiken – je zou alles moeten uitproberen.** Een van de vrouwen met wie ik sprak, liet zich regelmatig bevredigen door haar man. Ze leerde al snel hoe ze klaar kon komen door orale stimulatie en geeft er nu zelfs de voorkeur aan boven normale seks, mogelijk dankzij de verbeterde orale vaardigheden van haar man of omdat ze meer ontspannen is nu seks vooral om haar genot draait.

Als je man, ondanks zijn wens om in kuisheid te worden gebracht, aanvankelijk bang is voor zo'n lange opsluiting, maar er niet helemaal tegen is, herinner hem er dan zachtjes aan dat je de kuisheid liever op jouw voorwaarden doet. **"Zie het niet als drie maanden kuisheid, zie het als drie maanden voorspel."** Herinner hem eraan dat je hem na deze periode een ervaring kunt geven zoals hij nog nooit eerder heeft gehad. Dit zal een beloning zijn voor het stel. Als je hem eindelijk een orgasme laat krijgen, zal het bijna te veel zijn voor zijn lichaam.

Zie hier hoe anderen hun 3-maanden durende inbraak-periode hebben ervaren...

“Onze 90-daagse opsluiting verliep prima. Mijn vrouw plaagde me regelmatig zonder de kooi te verwijderen en geen PIV-seks. Het belangrijkste was om mijn kleine mannetje geen directe stimulatie te geven.

De grootste voordelen van de 3-maanden lockup waren:

1. **Ze leerde dat ze zich niet schuldig hoefde te voelen omdat ze me negeerde.** Ze plaagde me herhaaldelijk tot ik helemaal wanhopig was en hield me vervolgens vast totdat ik kalmeerde of me toeliet haar te bevredigen.
2. **We waren constant fysiek intiem, zonder de druk van mijn orgasme.** Ik ontdekte hoe zij het meest genoot van aanrakingen en begon me daarop te concentreren in plaats van op mijn eigen ontlading. Haar geplaag was vaak het voorspel voor haar orgasmes. Ze vond haar eigen ritme en frequentie voor orgasmes, los van de mijne.
3. **De verleiding om te masturberen nam aanzienlijk af,** maar niet helemaal. Ik denk dat dit is wat ze noemen: je hersenen herprogrammeren. Ik wil nog steeds af en toe met mezelf spelen. Maar ik begin al snel te beseffen hoeveel prettiger haar magische aanraking is dan de mijne, en mijn verlangen keren terug naar haar. **Geen erecties meer, afgezien van haar aanraking, zijn nu mijn levensdoel.**
4. Dit was een grote stap in het **leren wat een gezond vrijlatingsschema voor mij is.** (...) Ze vindt het fijn om niet zo vaak met mijn sperma te hoeven omgaan. Ze houdt niet van die plakkerige rommel. Eens in de paar weken is waarschijnlijk te vaak voor haar. We hebben erover gepraat en ze besloot dat een maand mijn kortste opsluiting zou moeten zijn.

Geloof me, de reis is het waard! Mijn vrouw en ik genieten meer dan ooit van ons huwelijk. Echt waar. Zelfs de minste of geringste aanwijzing dat het misschien wel terug zouden kunnen gaan in onze relatie, bezorgt ons paniek en zorgt ervoor dat we stoppen, onderzoeken en alles wat kapot is repareren. We gaan nooit meer terug!”

– verkort citaat van littleguy3

“Voordat we vanochtend vroeg uit bed kwamen, reikte mijn prachtige vrouw naar haar kooi en begon hem te plagen! Na een paar minuten, toen ik erg opgewonden raakte, hield ze de kooi stevig vast en vertelde me hoe trots ze was dat ik 20 dagen lang in een kooi zat en volledig erectie- en ejaculatievrij was! Toen zei ze: "En dan te bedenken dat je nog maar een paar maanden te gaan hebt!" God, wat is ze sexy!”

– citaat van [lmell](#)

“3 maanden is inderdaad mogelijk, als je de juiste pasvorm hebt en gewend bent aan de kooi. Als je het eenmaal 3 weken zonder problemen kunt dragen, denk ik dat 3 maanden niet alleen mogelijk is, maar zelfs sterk wordt aangeraden. **Ik denk dat het heel belangrijk is dat jullie beiden weten dat lange lockups mogelijk zijn, zelfs als zij uiteindelijk de voorkeur geeft aan kortere.** Dat jullie nu allebei weten dat jullie zo lang kunnen gaan, maakt het alleen maar leuker.”

– verkort citaat van [lockedforfun](#)

“Het is eng, maar het idee is dit: totdat je drie maanden lang niet meer kunt genieten, kun je het idee dat je enige controle hebt, niet echt loslaten. Die drie maanden zijn bedoeld om het idee te doorbreken dat je een orgasme MOET hebben, dat je ontladingen nodig hebt. Totdat je erdoorheen bent, ben je, in je gedachten, niet onder haar controle. En dan... moet ze over haar schuldgevoel heen komen. Ze moet zich op haar gemak voelen om maandenlang je orgasme te weigeren. **Ze moet leren die controle te krijgen en zich er niet schuldig over te voelen.**”

“Ik heb meer dan TIEN JAAR geprobeerd mijn vrouw zover te krijgen dat ze mijn orgasmes zou weigeren. Een decennium waarin ik bijna 24/7 in kuisheid leefde, maar ze snapte het niet. Pas toen ik mijn eerste drie maanden zonder vrijlating had afgesloten, begon het te dagen. Ze was in die drie maanden seksueel bevredigd en genoot ervan om te zien hoe blij ik was dat mijn orgasme werd geweigerd.”

– verkorte quote van [cb6000](#)

"Ik was tegen de drie maanden opsluiting, omdat ik echt van seks hou en niet zo lang zonder de penis van mijn man wilde zitten. Daarom kwam hij op het idee om er een weddenschap van te maken. Als ik hem op enig moment vrij laat, voordat de drie maanden voorbij zijn, moet ik hem € 1.000 betalen en als ik hem de hele drie maanden opsluit, moet hij mij € 1.000 betalen. Ik ga deze weddenschap zeker winnen en ik denk erover om hem zelfs iets te verlengen! Tot nu toe heb ik geleerd hoe ik klaar kan komen door orale seks, en we hebben een grote strap-on dildo gekocht die over de kooi gaat, zodat we nog steeds penetrerende seks kunnen hebben (het voelt heel natuurlijk en de bewegingen zijn hetzelfde). We zijn intiemer dan voorheen en onze relatie is ook buiten de slaapkamer romantischer geworden. Hij is als een tiener die voor het eerst verliefd is. Achteraf gezien weet ik niet waarom ik zo bang was voor een lange opsluiting. Het was echt een openbaring."

- verkorte e-mail van yerim

Bijna klaar! Je hebt zes van de zeven kernhoofdstukken afgerond! De volgende wordt sexy...



7. HOE EEN ORGASME TOESTAAN

Dit hoofdstuk bevat een aantal ideeën en aanbevelingen die wat mij betreft goed samengaan met kuisheid en orgasmebeheersing. Maar doe vooral wat je zelf wilt!

Eindelijk is de releasedag aangebroken! Nu is hij eindelijk aan de beurt! Op releasedagen zal zijn opwinding waarschijnlijk zo groot zijn dat hij binnen een paar seconden klaarkomt. Soms komt hij al klaar door de kooi eraf te halen... In dat geval: *klus geklaard*, en hij gaat er weer in!

Houd vast aan je eigen wensen en voorkeuren wanneer je nadenkt over hoe je hem zijn vrijheid kunt geven. Wees niet bang om creatief te zijn en vergeet niet om hem zo snel mogelijk weer op te sluiten als je klaar bent.

“Binnen” klaarkomen

Pijpen

Als je graag pijpt, of als het zijn favoriet is en je hem echt wilt verwennen op de releasedagen, ga er dan voor. Persoonlijk doe ik het niet zo vaak meer als voordat we met kuisheid begonnen

(alleen als ik er zin in heb). Soms plaag ik hem ermee dat hij me constant oraal bevredigt, maar ik hem zelden.

Tijdens penis-in-vagina seks

Het is absoluut prima om hem in je te laten klaarkomen als je dat wilt of als het belangrijk voor hem is. Naar mijn mening heeft het echter wel degelijk zin om hem niet altijd te laten klaarkomen tijdens de geslachtsgemeenschap. **Wanneer seks en ejaculatie gescheiden zijn, kan hij zich op jou concentreren.**

Hij moet altijd zijn best doen om je te bevredigen en hij **mag nooit klaarkomen zonder jouw toestemming** – zelfs niet als je hem normaal gesproken elke keer dat jullie seks hebben laat klaarkomen. Zelfs als het per ongeluk gebeurt of je het niet erg vindt, druist het in tegen de kerngedachte van mannelijk kuisheidsspel, namelijk dat hij zichzelf moet proberen te beheersen en alleen moet ejaculeren wanneer jij dat wilt. Mocht het toch gebeuren, overweeg dan om zijn volgende geplande vrijpartij af te zeggen of hem tot nader order "kutvrij" te houden. Een van de vrouwen met wie ik sprak, laat haar



vriend zelfs een (met wederzijdse toestemming) "illegale ejaculatiebelasting" betalen. (Als je man zijn best doet, maar moeite heeft om het vol te houden, kan hij tijdens de seks een orgasme vertragend condoom of een penishuls (zie afbeelding) gebruiken om het langer vol te houden en ongelukjes te voorkomen.)

Mijn man en ik hebben regelmatig seks, maar het gaat om mijn behoeften en een ejaculatie wordt nooit verwacht. Nadat ik mijn orgasme (of twee) heb gehad, knuffelen we een tijdje om dichterbij elkaar te komen. Ik geniet echt van deze momenten. Zodra zijn erectie is gekalmeerd, doet hij zijn peniskooi weer om en dan kletsen we wat of rollen we ons om en vallen in slaap. Soms laat ik hem even voor zichzelf zorgen voordat ik hem weer opsluit. Als ik hem af en toe in me laat klaarkomen, geniet hij er echt van om me daarna te beffen totdat ik me weer schoon voel. Dit is een ongelooflijk erotische en intieme handeling voor ons beiden, en het was oorspronkelijk zijn idee!

"Ik vind het heerlijk dat mijn man me zo graag wil dat hij mijn kutje vol sperma likt."

"Ik moet hier nog aan wennen, vooral omdat hij eigenlijk niet wil opruimen na zijn orgasme. Het idee is tot het laatste moment geil voor hem, en dan... niet meer. Maar hij vindt de gedachte dat ik hem DWING het te doen extreem geil. Hij vertelde me dat als ik hem dwing het te doen terwijl hij er geen zin in heeft, hij er later over fantaseert. Dat vind ik heel geil. Hij zou dat eigenlijk niet moeten willen, maar voor mij wel moeten."

– verkort citaat van [Happylocking](#)

“Buiten” klaarkomen

Masturbatie

Veel vrouwen laten hun man gewoon rukken op de dag van de vrijlating. Idealiter doet hij dat in jouw bijzijn, in plaats van alleen. Een leuk idee is om hem "rukinstructies" te geven – hem vertellen hoe hij het moet doen.

Handjobs

Het is jouw spel – jij hebt de controle over de joystick en hij is er voor jouw plezier. Je kunt ervoor kiezen om hem een langdurige, sensuele handjob te geven om hem echt te laten genieten van zijn ontlading, of, als je je kinky voelt en denkt dat hij het leuk zou vinden, kun je er wat "femdom"-aspecten aan toevoegen om het wat spannender te maken – hieronder vind je een paar voorbeelden.

Speelse onderwerping

Dit kan heel leuk zijn als jullie het allebei leuk vinden. Vraag je man of hij enthousiast is over een van deze ideeën:

- Geef je man een maximale tijd. Als zijn laatste ejaculatie bijvoorbeeld twee weken geleden was, kun je hem maximaal twee minuten de tijd geven om klaar te komen. Lukt dat niet, dan wordt hij opnieuw opgesloten en kun je hem met een brede grijns vertellen dat hij duidelijk niet geil genoeg was en de volgende keer wat langer opgesloten moet blijven.

- Stop niet met strelen nadat hij klaarkomt. Wanneer een man klaarkomt, wordt zijn eikel al snel extra gevoelig en wil hij met rust gelaten worden. Als je blijft strelen en wrijven, zal hij overweldigd raken door de intense sensatie. Misschien moet je zijn handen eerst vastbinden! Maar maak je geen zorgen, wat je doet is volkomen onschuldig, net als kietelen. Het is gewoon te grappig als mijn man me smeekt te stoppen met zijn pik te strelen.
- Laat hem zich helemaal uitkleden, maar houd zelf je kleren aan.
- Geef hem een "verveelde" handjob. Kijk naar je telefoon of tv in plaats van hem aandacht te geven.
- Dring erop aan dat hij een condoom omdoet, omdat je niet wilt dat hij een bende maakt in bed.
- Zeg hem dat hij het resultaat van zijn bevrijding op mag likken, vooral als het op jouw lichaam terechtkomt. Je kunt het hem ook met je vinger voeren.
- Geef hem een paar speelse tikjes of een stevige kneep in zijn ballen. Je hoeft niet te voorzichtig te zijn – de meeste mannen geven de voorkeur aan veel ruwer spel dan ze laten blijken, vooral als ze opgewonden zijn. Laat hem je begeleiden als je het niet zeker weet.



Verpest orgasme

Dit is wanneer je hem stimuleert tot vlak voor het "point of no return" en dan je hand weghaalt en alle stimulatie volledig stopt vlak voordat hij klaarkomt. Als je het goed timet, stroomt het sperma, in plaats van in "stoten" te ejaculeren, moeiteloos langs de penis – vandaar dat ze ook wel misleidend "geruïneerde" orgasmes worden genoemd. Als het goed wordt gedaan, zal hij daarna nog steeds geil zijn en hard als staal blijven, nog steeds verlangend naar meer, ook al is hij net klaargekomen. Als je, net als veel vrouwen, het moeilijk vindt om zijn "point of no return" te voorspellen voordat hij klaarkomt, kun je in plaats daarvan zijn penis gewoon loslaten direct bij de eerste ejaculatie.

Misschien wil je hem in het ongewisse laten: laat hem niet van tevoren weten of je hem een verpest of een 'normale' orgasme wilt bezorgen.

Wat echte koppels leuk vinden aan verpeste orgasmes...

"Ik vond mislukte orgasmes vanaf het begin supergeil. Ik denk dat we als vrouwen geconditioneerd zijn om "de klus te klaren". Ik heb er altijd al van gedroomd om mijn man zo hard mogelijk te laten klaarkomen. Ik wist niet dat een mislukt orgasme soms MEER voldoening geeft aan mijn partner dan een traditioneel orgasme – psychologisch tenminste. Met een mislukt orgasme krijg ik nog steeds het beeld dat ik wil. Ik heb hem nog steeds een orgasme bezorgd. Maar ik houd hem ook geil en wanhopig, en dat vind ik geweldig. Verpeste orgasmes houden de seksuele energie hoog."

– verkort citaat van [Happylocking](#)

"Ik mis echt geen normaal orgasme. Als ik door de hand van mijn vrouw mag klaarkomen, houd ik het maar zo'n 20 seconden vol van begin tot eind. De afgelopen twee jaar zijn al mijn orgasmes "verpest". Na zo lang zonder een "normaal" orgasme te hebben gezeten, voelen de verpeste orgasmes nu normaal en intens aan, en ik vind het fijn dat ze me geil laten blijven en laten genieten van het opklikken van mijn eigen sperma als ze me dat opdraagt."

– verkort citaat van [quickcuckhub](#)

"We zijn overgestapt op alleen nog maar mislukte orgasmes voor hem, omdat ik heb besloten dat hij zich niet meer "volledig" moet ontladen. Handjobs, blowjob en zelfs seks eindigen nu in een mislukt orgasme voor hem. Ik geniet er echt van om al zijn orgasmes te verpesten en ik denk dat het ook veel beter voor hem is. Na een "volledig" orgasme had hij vroeger geen zin om weer vastgebonden te worden en duurde het een paar dagen voordat hij weer in het ritme zat. Nu is hij misschien even van streek als ik hem verpest, maar hij is binnen een paar minuten, i.p.v. dagen, weer de oude! Hij vraagt nooit meer om een pauze voor zijn kuisheid en hij geniet er meer van!"

– van Jane (via e-mail)

Ontdek hoe je hem een verpest orgasme kunt bezorgen...

“Het zogenaamde "verpeste" orgasme is een van de meest intens plezierige trucjes die je in de slaapkamer kunt gebruiken om je man tot een dierlijke seksuele razernij te drijven. De naam is misleidend: het is nog steeds een orgasme! Een echt verpest orgasme is NOG STEEDS potentieel intenser dan een normaal orgasme! Het is helemaal niet "verpest"! Voel je niet schuldig dat je het orgasme van je man verpest! Ik kan het gewoon niet genoeg benadrukken. Kortom, een verpest orgasme (of drie) vergroot zijn seksuele uithoudingsvermogen voor de rest van de nacht, zonder zijn verlangen te verminderen.”

“Om de hersenen van je man te buigen en hem echt epische, verwoeste orgasmes te bezorgen, moet je zijn lichaam heel, heel goed kennen. Je moet zijn specifieke reeks van escalerende fysieke genotssignalen bestuderen, om het eerste mogelijke moment in de reeks te identificeren waarop je hem kunt loslaten en hem alsnog naar een climax kunt laten stromen. Gebogen rug, gespannen spieren, gekreun, gejammer, pulserende pik, ingetrokken ballen – elke man heeft zijn eigen signalen. In plaats van op het laatste moment los te laten, wil je juist zo vroeg mogelijk loslaten. Je wilt dat hij onaangeraakt blijft hangen, op de rand van een climax, zo lang als fysiek mogelijk is, voordat zijn lichaam hem reflexmatig naar de andere kant stuurt. Mannen schatten hun eigen point-of-no-return echter altijd verkeerd in. Om zijn ware point-of-no-return te vinden, moet je de reeks van fysieke reacties in zijn lichaam bestuderen totdat je het punt

vindt waarop hij 5 tot 15 seconden onaangeraakt blijft hangen, voordat hij oncontroleerbaar lekt. Eigenlijk is de kracht van zijn 'klaarkomen' een aanwijzing om te weten of je het goed doet (zwakker is beter)."

"Doe het goed, en zijn sperma zou er gewoon uit moeten druppelen, met zwakke weeën. Een andere belangrijke aanwijzing dat je het goed doet, is zijn herstelperiode – of het gebrek daaraan. Na een typisch goed mislukt orgasme zou zijn pik helemaal niet slap moeten worden. Hij zou opgewonden, stijf en verlangend naar meer actie moeten blijven. Ik sta hem toe orgasmes te hebben, maar hij kan ze alleen op mijn voorwaarden krijgen. Ik kan ervoor kiezen hem te "maken". Of ik kan ervoor kiezen hem te "verpesten". Hij geeft me die keuze, gewillig en liefdevol, elke keer weer."

– verkort citaat uit [dit geweldige artikel](#)

Komen terwijl opgesloten



De peniskooi voorkomt erecties en de meeste penisstimulatie, maar sommige mannen kunnen nog steeds ejaculeren zonder ontgrendeld te worden als ze al lang niet klaar zijn gekomen en extreem opgewonden zijn. Dit kan gebeuren met minimaal fysiek contact, zoals zachtjes in zijn ballen knijpen of zijn pik door de tralies van de kuisheidskooi plagen, en misschien zelfs door louter mentale stimulatie, bijvoorbeeld wanneer hij er echt van geniet om je te bevredigen. Sommige mannen krijgen zelfs "natte dromen". Hoe dan ook, hij zal er waarschijnlijk behoorlijk onbevredigd en geil van worden.

Als je een sterke **vibrator tegen de kooi** of testikels drukt, kan dat leiden tot ejaculatie. Deze manier geniet zelfs de voorkeur bij sommige vrouwen om hem een ontlading te geven.

Veel mannen vinden het ook prettig om door hun partner "gepegged" (gepenetreerd) te worden, wat kan leiden tot – blijkbaar zeer plezierige – **prostaatorgasmes**. Dit kan erg leuk

zijn voor beide partners en het draagt ook bij aan een goede prostaatgezondheid.

Je hebt alle kernhoofdstukken gelezen! Je man zal versteld staan! Nu je weet hoe je een sleutelhouder kunt zijn, waarom leer je dan niet meer over peniskooien? .



BIJLAGE 1: EEN PENISKOOI

VINDEN

De meest voorkomende vraag die vrouwen die net beginnen met kuisheid stellen, is wat voor soort apparaat ze hem moeten



opsluiten. Het moet comfortabel zijn als hij het 24/7 wil dragen, en het moet volledig veilig en effectief zijn als jij er tevreden mee wilt zijn. Helaas zul je je moeten voorbereiden op een frustrerende zoektocht naar het juiste apparaat en de juiste pasvorm, want de penis van elke man is anders.

Afmetingen

De peniskooi moet mogelijk op maat gemaakt worden. Over het algemeen is het belangrijk om hem **in de kleinste kooi te plaatsen waar zijn penis in slappe toestand in past**, zodat hij geen erectie kan krijgen met het apparaat. Begin natuurlijk met

een kooi die gemakkelijk om te doen is. De kans is groot dat hij uiteindelijk afzakt, zelfs zonder enige moeite. Ga kleiner, ga veel kleiner, en ga dan nog kleiner. Het probleem hier is de erectie en stimulatie. Geen erectie is de maat die je nodig hebt – letterlijk iets zo klein als de kleinste penis ooit van je man. Je hoeft je absoluut geen zorgen te maken over een apparaat waarvan de schacht een centimeter korter is dan de lengte van zijn penis wanneer deze volledig slap is.

Vaak bleek de oorspronkelijk bestelde kooi te breed of te lang te zijn vanwege de optimistische afmetingen van de man of de angst om te veel opgesloten te zitten. Als je een te grote kooi kiest, is deze onhandig, voegt deze onnodig gewicht toe en is deze uiteindelijk minder geschikt om de hele dag te dragen. Een kleinere kooi zal discreter zijn onder kleding en zal ook veel comfortabeler zijn om te dragen. Een goed passende kooi mag geen ruimte bieden voor groei voorbij zijn volledig slappe toestand. Dit is vooral belangrijk voor het comfort 's nachts, omdat nachtelijke erecties aan het scrotum zouden trekken. Als hij nog steeds een erectie kan krijgen, betekent dit dat het apparaat te groot is en dat het oncomfortabel kan zijn om er een erectie in te krijgen.

Als het apparaat naar beneden lijkt te hangen omdat zijn ballen laag hangen, of als het "weggeduwd" wordt tijdens pogingen tot erectie, kan hij een "kuisheidsriem" kopen. Deze wordt aan de basisring bevestigd en om zijn heupen gedragen, zodat het apparaat dicht bij zijn lichaam blijft.

Open versus gesloten ontwerp

Er zijn open kooien en gesloten modellen. Het gesloten model heeft als voordeel dat het de toegang tot de penis beperkt en geen gevoelige plekjes blootlegt. Het moet echter wel af en toe ontgrendeld worden voor reiniging en huidverzorging. Een open kooimodel daarentegen stelt de drager in staat om alle delen van zijn penis onder de douche te wassen en zorgt ervoor dat de huid beter kan ademen. Het nadeel is natuurlijk dat als hij echt wanhopig is, hij zichzelf in de kooi kan laten klaarkomen door zijn eikel door de tralies te wrijven. Desondanks zou ik een open model voor langdurige kuisheid aanraden, omdat **deze onbeperkt gedragen kan worden zonder dat hij ooit ontgrendeld hoeft te worden**. Gemengde ontwerpen die alleen de gevoelige eikel bedekken, beloven het beste van twee werelden, maar ze zijn zeldzaam.

Open “Cage”-ontwerp



Gesloten-ontwerp



Gemengd ontwerp



Onbesneden mannen moeten mogelijk nog steeds af en toe de penis verwijderen om onder de voorhuid schoon te maken. Als je wilt dat je man zich laat besnijden, is dit een goede gelegenheid om hem erom te vragen. (Het zal na ongeveer vier weken genezen zijn.) Desondanks zijn er miljoenen onbesneden mannen in kuisheid die helemaal geen problemen melden.

Materialen

Kuisheidsgordels zijn verkrijgbaar in diverse materialen, waaronder roestvrij staal, titanium, kunststof (nylon, polycarbonaat of ABS), hars en siliconenrubber. Staal en titanium zijn de sterkste en meest hygiënische materialen, omdat ze geen vloeistoffen of geuren absorberen. Het nadeel is echter het gewicht: titanium weegt vier keer zoveel en staal acht keer zoveel als niet-metalen materialen.

Titanium



Staal



Resin (Hars)



Nylon



Polycarbonaat



Siliconenrubber



Sloten

Er zijn verschillende soorten sloten die in peniskooien gebruikt kunnen worden.

Het meest voorkomende type slot is een klein **hangslot**, dat een aangenaam klikgeluid maakt wanneer je hem op slot doet en als bijkomend voordeel heeft dat je man zichzelf kan opsluiten zonder sleutel. Een **geïntegreerd slot**, ook wel magic locker genoemd, is kleiner en discreter, maar je hebt wel de sleutel nodig om het slot te sluiten (niet alleen om het te openen). Een nieuw type slot, genaamd "**Click & Lock**", combineert de voordelen van beide: het is een geïntegreerd slot dat zonder sleutel kan worden afgesloten.

Sommige kuisheidsapparaten bieden de optie van een zogenaamde **veiligheidsschroef**, een uniek ontworpen schroef die het apparaat vergrendelt en alleen ontgrendelt met een speciale sleutel die je nergens anders kunt kopen. Dit is de meest discrete en lichtgewicht optie, maar kan wat lastiger zijn.

Bluetooth-sloten zijn een andere optie, hoewel ze nog niet beschikbaar zijn voor de meeste kooien. Het voordeel is dat je geen sleutel hoeft mee te nemen, omdat je het apparaat eenvoudig met je telefoon kunt ontgrendelen, of zelfs een eenmalige code naar je partner kunt sturen die het slot vervolgens met zijn of haar telefoon kan ontgrendelen. Het nadeel is dat je ervoor moet zorgen dat de batterij in het slot niet leeg raakt.

Tot slot zijn er **genummerde plastic zegels**. Deze kunnen worden gebruikt in plaats van een hangslot, maar ze kunnen slechts één keer worden gebruikt en moeten dan met een schaar worden opengeknipt. Elk zegel heeft een uniek gedrukt nummer om ongemerkt manipuleren te voorkomen. Je man kan het zegel gemakkelijk verwijderen, maar hij zal het niet voor je geheim kunnen houden. Deze sloten zijn in sommige situaties handig, bijvoorbeeld voor mannen die zichzelf moeten vergrendelen in een langeafstandsrelatie.

Hangslot



Geïntegreerd slot



“Click & Lock”:



Veiligheidsschroef



Bluetooth



Kunststof zegels



Beveiliging

Hoewel een vergrendelde peniskooi niet volledig uit zijn lichaam verwijderd kan worden, **zal hij uiteindelijk ontdekken hoe hij zijn slappe penis eruit kan trekken en achter je rug kan masturberen**, zoals veel vrouwen op de harde manier hebben ondervonden. Zodra hij dit ontdekt heeft, is kuisheid voor hem slechts een spelletje. Het is niet echt en hij, niet jij, heeft de controle, iets wat jullie beiden niet willen. Er zijn verschillende manieren om de beveiliging te verhogen door te voorkomen dat de penis onopgemerkt terugtrekt.

Ontmoedigend terugtrekken

Anti-pullout inserts: Er zijn kooi-inserts die het terugtrekken van de penis tegengaan door het zeer pijnlijk te maken. Deze inserts zijn verkrijgbaar als optionele extra's bij sommige apparaten of als essentieel onderdeel van de kuisheidsgordel. Deze inserts hebben in principe ruwe oppervlakken of prikjes die zeer pijnlijk zijn wanneer de eikel erlangs moet bij een poging tot terugtrekking. Helaas kunnen deze inserts in het begin oncomfortabel zijn. Bovendien zijn ze niet erg effectief voor onbesneden mannen.

Het detecteerbaar maken van uittrekbare onderdelen

Eikelringen: Sommige apparaten hebben een kleine ring die achter de eikel wordt geplaatst voordat het apparaat wordt vergrendeld. Als de penis eruit wordt getrokken, blijft de eikelring in de kooi achter. Het terugplaatsen van de penis in de kooi met de eikelring correct bevestigd is vrijwel onmogelijk zonder deze te ontgrendelen, zolang de spijlen van de kuisheidskooi zo dicht bij elkaar zitten dat hij zijn vingers er niet in kan krijgen. Hoewel deze apparaten het terugtrekken niet echt voorkomen, zal geen enkele masturbatie onopgemerkt blijven.

Plasbuispluggen: Een andere optie is om een apparaat met een plasbuisplug te gebruiken (vergelijkbaar met een katheter, maar meestal korter). Dit maakt het erg moeilijk om de penis uit het apparaat te trekken. En zelfs als het hem lukte, zou het vrijwel onmogelijk zijn om de penis correct terug te brengen zonder hem te ontgrendelen, dus je zou weten als hij masturbeerde. Het nadeel van dit mechanisme is dat het niet zo snel en gemakkelijk in te brengen is, omdat je de plug moet steriliseren en glijmiddel moet gebruiken om hem in te brengen. Bovendien bestaat er altijd een risico op urineweginfecties of urethrale verwondingen.

Volledig voorkomen van uittrekken

Tetherspouts: De zogenaamde tetherspout is een veel korter type urethra-insert dat gebruikmaakt van een weinig bekende anatomische eigenschap van de mannelijke urethra om terugtrekking van de penis te voorkomen. Het inbrengen en verwijderen van de tetherspout is enigszins ingewikkeld, maar het grote voordeel is dat hij lang ingebracht kan blijven en niet verwijderd hoeft te worden wanneer het apparaat ontgrendeld wordt (en blijkbaar zelfs tijdens seks op zijn plaats kan blijven). In de urethra van een man, net onder de opening, bevindt zich een ingebedde ring van taai weefsel die sterk bestand is tegen uittrekken. Onder deze ring verwijdt de urethra zich tot een kleine kamer, de fossa navicularis, die in de eikel ligt en comfortabel voorwerpen kan vasthouden. Tetherspouts maken gebruik van deze eigenschappen van de mannelijke urethra. Het zijn tweedelige constructies bestaande uit een tuit en een houder die samen precies hetzelfde werken als de knoop op een kledingstuk. Eenmaal ingebracht en gemonteerd, kan de tetherspout niet worden verwijderd, omdat de houder in de fossa navicularis naar de opening van de plasbuis wijst, net zoals een knoop naar een knoopsgat wijst. De tetherspout zal iets uit de opening van de plasbuis steken, net als een tuitje, waar hij aan het kuisheidsapparaat kan worden vastgemaakt.

Piercings: De laatste (en zonder twijfel de veiligste) methode is om zijn penis te piercen, zodat er een staafje of lus doorheen kan worden gestoken en aan het apparaat kan worden vastgemaakt. Hij zal zijn penis er niet uit kunnen trekken, tenzij hij de piercing eruit wil trekken. De gebruikelijke piercings die voor kuisheid worden gebruikt, zijn de Prince Albert-piercing en de

frenulumpiercing, die beide eenvoudig en ongevaarlijk zijn. Er zijn kuisheidsapparaten met een ingebouwd piercingstaafje, wat betekent dat wanneer je het apparaat afdoet voor seks, de piercing ook weg is, en het kleine gaatje aan de onderkant van zijn penis nauwelijks zichtbaar is wanneer de piercing uit is. Veel vrouwen met wie ik sprak waren aanvankelijk terughoudend, **maar geen van hen heeft spijt gehad van de penispiercing van hun man**. Een bijkomend voordeel van een piercing is het verhoogde comfort, omdat de penis altijd op zijn plaats blijft. Normaal gesproken heeft de penis de neiging om wat te bewegen in de kooi, bijvoorbeeld na vooroverbuigen, sporten, erecties, of wanneer zijn balzak losser en strakker wordt. Een piercing zorgt ervoor dat de punt van de penis altijd tegen het uiteinde van de peniskooi wordt gedrukt zoals het hoort. Hierdoor wordt een actieve, zorgeloze levensstijl ondersteund, zonder dat de penis af en toe hoeft te worden bijgesteld.

Piercing



Urethraplug



Tetherspout



Anti-pullout insert



Eikelring



Andere ontwerpen

Het populairste type kuisheidsgordel is verreweg het **"ball-trap"**-model, zoals hierboven afgebeeld. Hoewel ze niet voorkomen dat de penis eruit trekt (tenzij hij een piercing, tetherspout of plasbuisplug heeft), kunnen ze niet uit de "gevangen" testikels worden verwijderd zonder ze te ontgrendelen, vandaar de naam.

Er is een speciaal type kuisheidsgordel verkrijgbaar, die slechts bestaat uit een klein kooitje rond de eikel, vastgezet met een piercing of eikelring. Deze **"eikelkapjes"** kunnen een comfortabelere optie zijn, omdat ze geen basisring hebben en meestal erecties mogelijk maken (maar wil je dat eigenlijk wel?). Met een piercing bieden ze extra veiligheid, omdat het gordeltje niet zonder sleutel kan worden verwijderd.

Ten slotte zou je kunnen kiezen voor een **volledige kuisheidsgordel** die om de heupen gaat en bijna volledig masturbatiebestendig is. Ik kan me echter niet voorstellen dat ze volledig geschikt zijn voor 24/7 gebruik: kan hij sporten zonder dat de riem schuurt? Hoe kan hij zijn penis goed wassen? Wat gebeurt er als hij aankomt?

"Ball-trap device"



"Glans cap"



"Full belt"



Vergelijkingstabel van de meest populaire kuisheidsapparaten:

<https://happy-marriage.neocities.org/device-table>



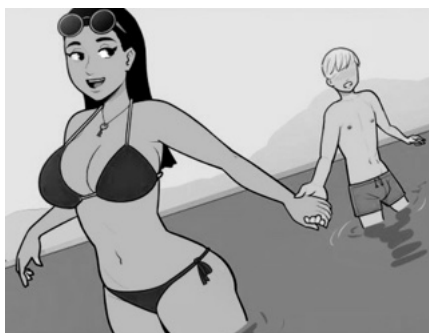
BIJLAGE 2:

KUISHEIDSACCESSOIRES

Moet je nog iets anders kopen als je de perfecte kooi hebt? Niet echt. Maar er zijn veel leuke accessoires en speeltjes die je kunt uitproberen!

Een ketting voor aan je sleutelbos.

Het dragen van de sleutel aan een ketting heeft veel voordelen. De sleutel heb je altijd bij je, dus je kunt hem altijd spontaan ontgrendelen, waar je ook bent, en je kunt er zeker van zijn dat hij de sleutel niet kan pakken zonder dat je het weet. Ten slotte herinnert hij zich elke keer dat hij naar je kijkt, de kracht die je hebt en je liefde voor hem.



Pro tip: Als je het idee van een "lelijke" sleutel aan je ketting niet prettig vindt, kun je een mooi en discreet sieraad kopen dat stiekem toch een functionele kuisheidssleutel is. Er zijn verschillende ontwerpen en prijzen, variërend van betaalbare kuisheidssleutels op Etsy tot op maat gemaakte exemplaren, gemaakt door professionele goudsmiden.

Handboeien,
blinddoeken en andere
beperkingen.

Het is geweldig om zijn armen en benen te kunnen vastbinden, bijvoorbeeld met handboeien. Zo kun je de peniskooi afdoen en hem zo veel plagen als je wilt, zonder dat je bang hoeft te zijn dat hij het heft in eigen handen neemt of weigert om weer vastgebonden te worden.



Een vibrator.

Vibrators zijn de beste vriend van een vrouw. Voor de meesten zijn ze de snelste en makkelijkste manier om een orgasme te bereiken. Je hoeft hem niet te ontgrendelen als je alleen maar een snel orgasme voor het slapengaan wilt.



Plaag hem met het feit dat jij kunt masturberen en hij niet. Misschien kun je de vibrator zelfs op zijn opgesloten pik gebruiken en kijken wat er gebeurt?

Een strap-on.

Misschien wil je seks, maar heb je geen zin om hem elke keer te ontgrendelen. Misschien wil je gewoon hard geneukt worden zonder je zorgen te maken over zijn prestaties of dat hij per ongeluk klaarkomt. Misschien heeft hij gewoon nog geen ontlading verdiend, maar wil je toch iets in je voelen. Er zijn strap-on dildo's die hij net boven zijn echte lul kan "dragen" om met je te vrijen in alle gebruikelijke posities en met de normale bewegingen, maar zo lang als je wilt en zonder hem te hoeven ontgrendelen. Je kunt elke gewenste maat kiezen en hij zal een onbeperkt uithoudingsvermogen hebben. Het zal een onvergetelijke en adembenemende ervaring voor jullie beiden zijn. Als je je extra ondeugend voelt, laat hem dan een kooi met spikes dragen - wanneer hij een erectie krijgt, zullen de spikes speels naar binnen graven.



"Ik vind het geweldig als hij een strap-on dildo draagt."

"Ik vind het superheet. Ik vind het heerlijk om hem een dildo-pijpbeurt te geven. Het is een marteling. Ik vind het fijn om te weten dat hij kronkelt, wanhopig om in mijn kutje te zijn. De ontkenningfactor is superheet. Ik mag klaarkomen, maar jij niet. Je zult me iets zien doen wat je zelf ook zou willen. Je voelt het niet. Ik mag klaarkomen en jij niet. Je gaat gefrustreerd en onbevredigd naar bed, maar je verlangt nog steeds naar me."

- citaat van [Happylocking](#)

Een penishuls of -verlengstuk.

Als je het idee niet prettig vindt dat hij een strap-on dildo gebruikt, maar je je zorgen maakt dat hij te snel klaarkomt tijdens de seks, is er nog een simpele oplossing: penis sleeves, die je als een heel dik condoom om de ontgrendelde penis draagt. Het dragen van een penis sleeve helpt hem niet alleen om het langer vol te houden, maar je kunt er ook een kiezen die groter en dikker is dan zijn "naakte" penis.



VERDER LEZEN

Ik heb met veel kuisheidsvrouwen en -vriendinnen, echtgenoten en vriendjes gesproken. Lees de getuigenissen van slechts enkele van de miljoenen stellen die mannelijke kuisheid beoefenen. Wil je ook toegevoegd worden? Stuur me dan een e-mail, bij voorkeur met een foto (gezicht is niet vereist).

Getuigenissen: <https://happy-marriage.neocities.org/couples>

Houd er rekening mee dat ik deze bijdragen niet kan verifiëren. Sommige zijn mogelijk fictief, de meeste zijn waarschijnlijk echt.

Als je meer wilt weten over kuisheid en sleuteldragen, of vragen hebt, zijn dit een paar goede websites om te beginnen:

- **ChastityForums.**

Een "gewoon" en vrouwvriendelijk forum om alleen maar mannelijke kuisheid te bespreken. Geen gepraat over fetisjen, geen foto's van pikken. Ik raad je aan om hier te beginnen.

<https://chastityforums.com/>

- **Chastitymansion.**

Waarschijnlijk het grootste en populairste kuisheidsforum. Als je vragen hebt, krijg je hier veel hulp. Ze hebben ook een

subforum speciaal voor (geverifieerde) vrouwen. Helaas zijn er altijd leden die hun fetisjen (zoals sissificatie of extreme BDSM-fantasieën) aankaarten of hun penis in een kooi laten zien zonder dat iemand erom vraagt, wat sommige nieuwkomers kan afschrikken.

<https://chastitymansion.com/>

- **r/chastitytraining.** (Reddit)

Deze subreddit kan een geweldige bron zijn, omdat er veel leden zijn die graag reageren of helpen, maar (zoals te verwachten op Reddit) is er veel content over sissy's/transgenders en cuckolding, die je waarschijnlijk zult moeten negeren.

<https://reddit.com/r/chastitytraining>

