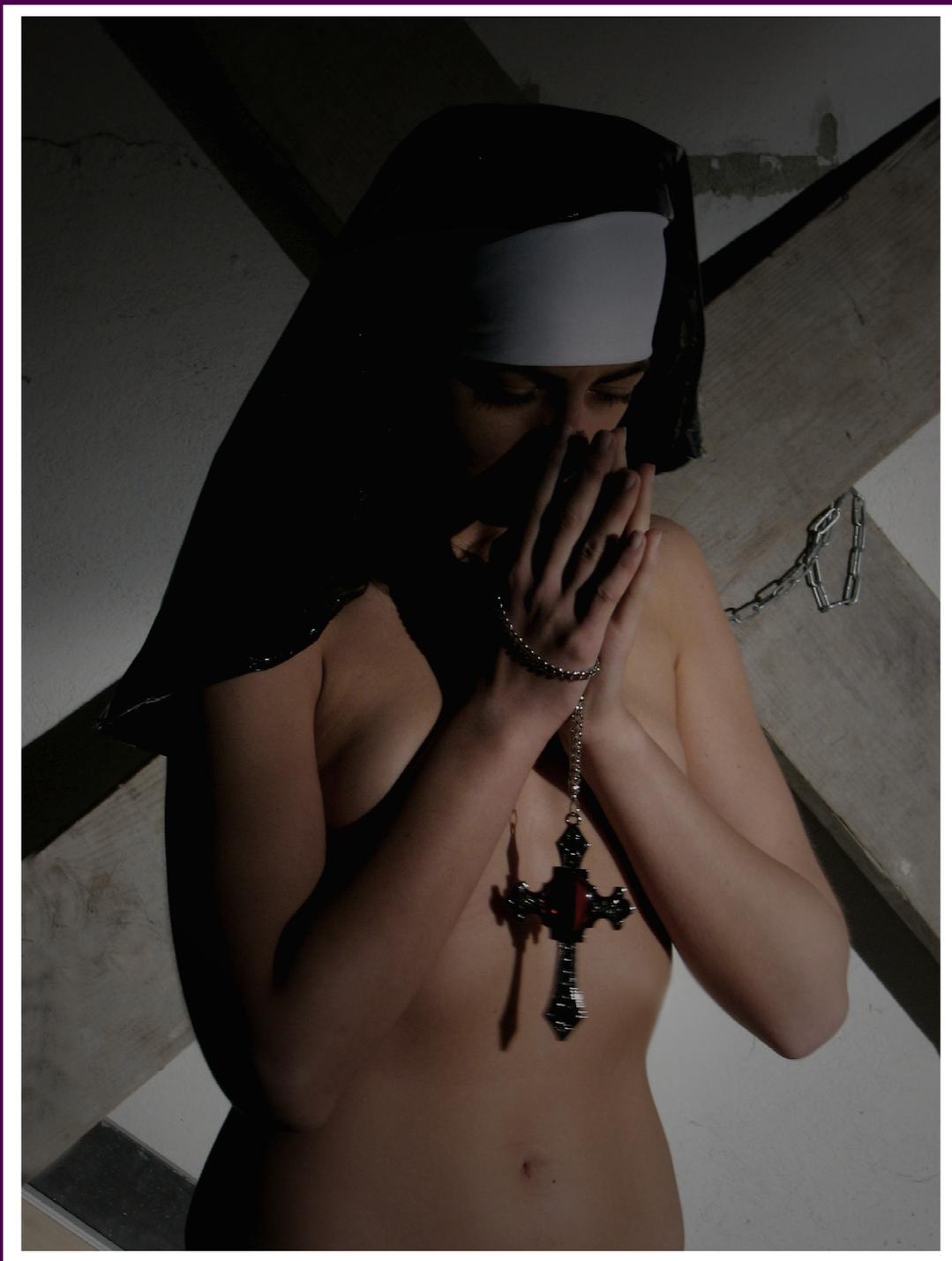


*CUADERNOS  
DE  
BDSM*



**Número 15 – Mayo 2011**

***Sobre la portada:  
Carta Pastoral***

*En este día que nos ocupa, la Iglesia celebra el solemne envío de la fotografía de la Santísima Pureza de **Asturianina**. Benedicto XVI anunció este Año por motivo de la primera portada de Santa Asturianina en los Cuadernos BDSM, que su portavoz, Patrono de los pervertidores de almas, sea el encargado de publicar la imagen de la Santa rindiendo culto al Señor.*

*La Congregación pastoral y de identidad misionera, otorga la autoría de la fotografía al Cardenal **Sr. Interior**, no pudiendo utilizarse la estampa para más fines comerciales que los prescritos en la oración por el presbítero.*

*A disposición del reino paralelo clerical-Ds,*

***asturianina***<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> <http://asturianina.blogspot.com/>

## EN ESTE NÚMERO:

Portada: Sr. Interior  
Modelo: asturianina

Editorial.

- 1- DOMINACION-SUMISION VERSUS DEPENDENCIA.  
Por kajira de Sr\_De\_Ayala..... pag. 07
- 2- EL CINTURON DE CASTIDAD EN EL BDSM.  
Por José ..... pag. 10
- 3- BEDESEMENIADAS.  
Por Spirit e Indocumentado..... pag. 16
- 4- LOS DIVERSOS GRUPOS DE PRACTICANTES DE BDSM  
Por Txiria ..... pag. 17
- 5- “LA CUALIDAD FUNDAMENTAL DE UNA DÓMINA DEBE SER LA HUMILDAD”  
Entrevista a Dómina Zara  
Por AMOBILBO ..... pag. 24
- 6- Gente BDSM:  
AL MAESTRO CON CARIÑO  
Por Sir Williams..... pag. 42
- 7- ¡ARRIBA, ARRIBA, Y ALLÁ VAMOS ! BUENO, CASI... Fundamentos de la  
Suspensión con cuerdas  
“Up, Up, and Away! Well, almost...” Por LqqkOut  
Traducción autorizada por el autor para CuadernosBDSM  
realizada por Guillermo García (GGG)..... pag. 47
- 8- ¿NOS VAMOS DE COMPRAS?  
UTENSILIOS PARA AZOTAR: EL LATIGO  
Por Ama Lena ..... pag. 60
- 9- LEY Y BDSM: análisis de noticia en prensa  
Por Sr\_De\_Ayala ..... pag. 63
- 10- DIEZ PREGUNTAS SOBRE EL BDSM  
Por WhipMaster ..... pag. 66
- 11- INDICE DE CONTENIDOS PUBLICADOS  
CUADERNOS BDSM 1 AL 15 ..... pag. 87

**A todos los que habéis colaborado para que este número se haga realidad:**

**¡¡ GRACIAS !!**

Si deseas asegurarte recibir futuros números, puedes suscribirte enviándonos un email a:

[cuadernosbdsm@gmail.com](mailto:cuadernosbdsm@gmail.com)

## A t í q u e n o s l e e s . . .

Cuando llega el momento de escribir esta editorial, quien esto escribe, no puede evitar cierto estado de nerviosismo e impaciencia. Tras varios meses de trabajo, tiene ante él la maqueta final y sólo falta añadir este texto para que se considere acabada y pueda ser distribuida. Ante los ojos de quien esto escribe, está el resultado de meses de trabajo y de ilusión que ahora se convierten finalmente en una realidad que estamos deseando compartir con todos ustedes.

Al mismo tiempo, sentimos una enorme gratitud hacia todas aquellas personas que de forma tan desinteresada han colaborado para hacer posible que este Cuaderno esté ahora entre sus manos, habiéndole dedicado una parte de su tiempo y esfuerzo a crear cultura BDSM.

Y es gracias a ése esfuerzo colectivo y desinteresado que ahora tengo ante mí otro nuevo y sorprendente número de Cuadernos de BDSM, el número 15. Y pese a haber visto y leído infinidad de veces cada una de las imágenes y artículos que lo componen, no es hasta este momento en que se unen que nos damos cuenta del resultado del trabajo realizado...

Abriendo este Cuaderno, una muy sugerente imagen llena de simbolismo de la señorita asturiana, realizada por el Sr. Interior, ocupa la portada. Una reflexión en torno a la D/s y la dependencia nos es ofrecida por la señorita kajira de Sr\_de\_Ayala, tras recordarles la reciente aparición de nuestro segundo especial.

Si buscamos información en internet acerca de los cinturones de castidad, encontraremos que prácticamente todos los textos publicados están referidos a la web de jmselva. Y en éste número, disfrutaremos de un magnífico artículo de su autoría acerca del tema.

Las geniales BEDESEMENIADAS de los Sres. Spirit & Indocumentao ponen un toque de humor ácido, cargando contra los tópicos que nos rodean.

Continúa el Sr. Txiria con su serie de artículos. Para ésta ocasión, analiza y expone los principales grupos de practicantes de BDSM que podemos encontrar.

Una extensa entrevista realizada por el Sr. AMOBILBO nos acercará a la figura y la mujer de la Sra. Dómina Zara, y a través de ella, a una parte de la historia del BDSM español.

El Sr. SirWilliams se suma a ésta edición mediante un homenaje al Maestro Avanlys, reconocida figura del BDSM Argentino.

El Sr. GGG nos traduce un nuevo trabajo del Sr. LQQKOUT, centrado esta vez en las suspensiones para el bondage.

La Sra. Ama Lena inicia en éste número una serie de artículos, a través de los cuales hará un repaso a los diversos utensilios y materiales que podemos encontrar en las Sex Shops y tiendas relacionadas con el BDSM. Y comienza con látigos...

Nuestro mundo es algo que está en constante movimiento. Muchas son las personas que llegan cada día hasta él intentando conocer más acerca de sus fantasías y sueños perversos. Y lo hacen con un equipaje más cargado de ellos que de realidades y con muchas preguntas que buscan respuesta. Y es el Sr. WhipMaster quien en este número intentará dar respuesta a algunas de ellas, las más básicas, con su artículo “Diez preguntas sobre el BDSM”.

Mientras preparábamos el cierre de esta edición, saltó a la prensa una noticia acerca de una sentencia relacionada con el Sadomasoquismo en España, en la que se absolvía a un hombre de los delitos de malos tratos y violación. Lo curioso de esta sentencia es la visión que da del BDSM, en la que la audiencia parece comprender cual es la naturaleza de nuestras prácticas. Ante la importancia de este hecho, hemos consultado con nuestro experto en leyes, Sr. de Ayala, quien nos ofrece una primera reflexión acerca de la misma.

Añadimos también un práctico índice de los Cuadernos publicados hasta éste número, así como de autores.

Vuelvo a echar un vistazo a la maqueta y de nuevo me embarga la necesidad de acabar estas líneas para cerrar el número, subirlo al servidor y comenzar su distribución. Siento en mí el deseo inmediato de compartirlo, el de todas aquellas personas que han hecho posible llegar hasta aquí.

Sólo queda firmarlo...

A ti que nos lees,

Gracias!!

## CuadernosBDSM

### CUADERNOS DE BDSM: ESPECIAL 24/7 – 2011

En la primera semana de julio publicaremos un nuevo **especial de Cuadernos de BDSM** que recoja la mayor cantidad de eventos relacionados con la celebración del “**24/7-Día Internacional del BDSM**”.

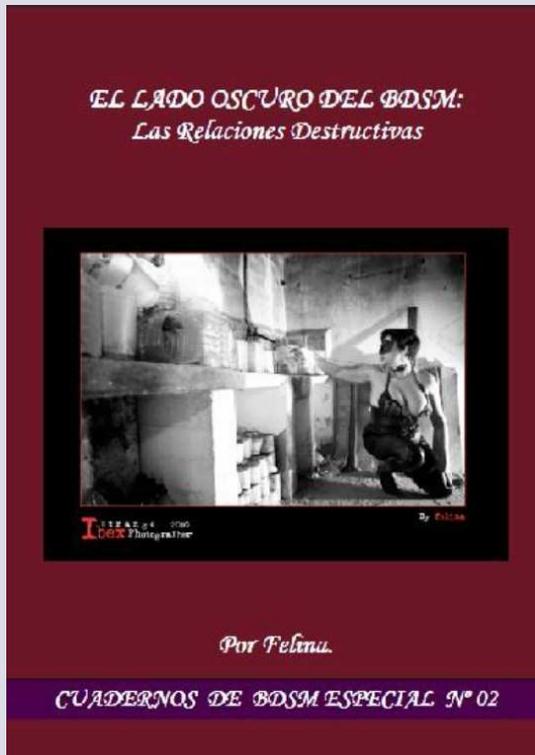
Por esta razón, les rogamos que, si están interesados en que su evento aparezca publicado en éste especial nos hagan llegar la información pertinente antes del día 30 del mes de Junio. Como saben, Cuadernos de BDSM es una publicación de libre distribución, independiente y sin ánimo de lucro, por lo que la inclusión en ésta guía es absolutamente **gratuita** y pueden anunciarse eventos en locales, quedadas, cenas, fiestas o cualquier otra iniciativa, tanto a nivel nacional como internacional.

Pueden enviarnos la información escribiéndonos a:

[cuadernosbdsm@gmail.com](mailto:cuadernosbdsm@gmail.com)



## CUADERNOS DE BDSM ESPECIAL N°2: El lado oscuro del BDSM: Las relaciones Destructivas.



Ya está disponible para su descarga el segundo especial de Cuadernos de BDSM. Éste segundo especial es obra de la Señora **Felina**, psicóloga clínica, y consiste en un somero análisis de los malos tratos y el BDSM.

A lo largo de sus más de cincuenta páginas analiza las relaciones de maltrato, sus dinámicas y sus formas de manifestarse, tanto en el plano de las relaciones en general, como de las relaciones BDSM en particular. En palabras de la autora:

*“De nada sirve decir que el problema no existe, esconder la cabeza e intentar barrer la miseria bajo la alfombra. Todos los que tenemos amigos y conocidos suficientes dentro del BDSM y la sensibilidad de querer escuchar, hemos conocido historias inquietantes de acoso y malos tratos, pero preferimos pensar que son excepciones, que*

*el BDSM no es eso y que esta pareja tan glamurosa y bien vestida que va a las fiestas y es el centro de atención, no puede ocultar una historia tan turbia.(...)”*

*“Siento mucho decirlo, pero el BDSM presenta muchos recovecos oscuros y somos nosotros quienes tenemos que iluminarlos desde dentro, no para demostrar nada a nadie, sino para dar sentido a la sexualidad que hemos elegido.”*

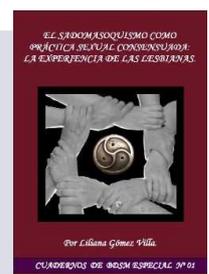
La portada de éste especial es de el Sr. Ibex, y las ilustraciones interiores son de el Sr. Nomar\_Tf.

Un especial que está recibiendo numerosas críticas positivas y que no deben de perderse. Pueden ustedes descargarlo desde el link:

<http://cuadernosbdsm.sadomania.net/cuadernos/CBDSMESPECIAL-02.pdf>

Aprovechamos para recordarles el Especial nº1 “El sadomasoquismo como práctica sexual consensuada. La experiencia de las lesbianas” – monografía de Liliana Gómez Villa.

<http://cuadernosbdsm.sadomania.net/cuadernos/CBDSMESPECIAL-01.pdf>



## DOMINACION - SUMISION VERSUS DEPENDENCIA EMOCIONAL

Por Kajira de Sr\_De\_Ayala

Todos los que vivimos o al menos hemos tenido contacto con la Dominación/sumisión, nos hemos podido plantear cuales son los límites de la Dominación y cuándo los superaríamos entrando en la manipulación de una persona haciéndole actuar de manera que sea negativa y autodestructiva para ella misma.

Una línea muy fina separa ambas cosas, tan fina que, según se analice más de una vez se puede haber sobrepasado aun sin ser consciente de ello.

Todos los que vivimos esta forma de ver y sentir nuestra sexualidad, cualquiera que sean nuestras motivaciones, tendríamos que tener la mente abierta a admitir nuevas experiencias, no obstante debemos ser conscientes de la existencia de lo correcto o ético y de la existencia de un trastorno de la personalidad que permitiría que una persona se comportara de forma negativa para sí misma .

Cada persona es un mundo, frase más que utilizada pero que nos sirve para denominar que hay que abstenerse a la crítica rápida y más en el tema que intento comentar, cuando son dos las personas a las que afecta, el Dominante o la persona que se somete voluntariamente casi sin objeción y deseosa de que así sea, para que ambos lleguen a un fin común.

Para centrar el asunto definiremos primero qué es la dependencia emocional<sup>1</sup>:

“La **Dependencia Emocional** es un trastorno de la personalidad enmarcado dentro de las dependencias afectivas. Sin embargo, para otros autores, se trata de un **trastorno** adictivo, en el que el objeto que provoca la adicción es la relación de pareja, y su objetivo es llenar un vacío en el sujeto que la padece. Este trastorno se relaciona con las emociones y la capacidad/ calidad para establecer vínculos significativos con otras personas. Al tratarse de un trastorno de la personalidad, tiende a tener un patrón crónico y estable a lo largo de la vida de la persona. Este trastorno presenta síntomas variados que dificultan su diagnóstico, desde la depresión reactiva, los trastornos obsesivos o los síndromes desadaptativos. En la dependencia emocional, el sujeto es controlado por su necesidad de la otra persona, y el intenso miedo a la pérdida y a la soledad contaminan el vínculo establecido en la pareja. La incidencia que presenta este trastorno en la población adulta ronda el 10%, según un estudio del año 2006 de la Fundación Instituto Espiral, y la gran mayoría de los afectados son mujeres (75%).

<sup>1</sup> [http://es.wikipedia.org/wiki/Dependencia\\_emocional](http://es.wikipedia.org/wiki/Dependencia_emocional)

En sus relaciones amorosas, los dependientes emocionales manifiestan hacia su pareja un tipo de apego "ansioso", caracterizado por una continua necesidad de saber que es amado por su pareja, dificultades para llevar una vida independiente, búsqueda incesante del candidato a pareja y selección precipitada del mismo, miedo a no ser querido, miedo a la pérdida del objeto de su amor y celos frecuentes, ideas contradictorias sobre el amor y dificultad para romper aún cuando la relación sea altamente problemática y generadora de malestar para el dependiente.”

El dependiente emocional se caracteriza, entre otras cosas, por apegarse a otra persona a la que idealiza. Por su escasa autoestima, le provoca fascinación encontrar a una persona segura de si misma, con cierto nivel de éxito o capacidades, aunque a veces estas sean más supuestas que reales; entiende el amor como apego, enganche o sumisión y admiración a la otra persona y no como un intercambio recíproco de afecto.

En sus relaciones se basa fundamentalmente en la necesidad excesiva de aprobación. Expresa sus demandas de atención haciendo regalos o favores. Ocupa siempre una posición subordinada y elige parejas narcisistas o explotadoras. Soporta desprecios, maltratos físicos y humillaciones.

Visto lo anteriormente expuesto es a primera vista comprensible la existencia de gente con este trastorno emocional dentro del mundo BDSM, igual que en el resto de la sociedad.

Me centraré en esta exposición en la figura que tiene la posibilidad más fácil de poder llegar a cruzar esa línea y de sobrepasarla, debido a la influencia y el poder que la sumisa le entrega y que, por tanto, tiene mayor posibilidad de abuso, intencionado o no, para un fin propio a través de la manipulación, el Dominante.

Cuando un dominante se encuentra ante una persona dependiente emocionalmente y por tanto con baja autoestima, tiene varias posibilidades: reforzar la autoestima y ayudarla ó, la segunda opción, cruzar la línea de lo ético de lo lícito e incluso de lo legal; dado que la dependencia emocional podría ser causa de incapacidad patrimonial.

Si el dominante opta por esta opción normalmente actuará en beneficio propio, aislando a la sumisa o sumiso de su entorno, de todo lo que pueda mermar su poder e influencia, se aprovechará de él o ella en todos los aspectos incluido el patrimonial en beneficio propio.

La verdad es que la dominación no es ni más ni menos que el ejercicio del dominio de una persona que se entrega libremente y el dependiente emocional no es libre, por lo que la conclusión es clara: este comportamiento no es dominación y el que lo hace no es realmente dominante.

Cuando un Dominante realmente domina para llegar a doblegar una voluntad, si el sujeto sometido no tiene la capacidad de ser libre ni es consciente de su entrega, pierde la capacidad de análisis crítico, pierde las ganas de satisfacer y de llegar también a la plenitud de ser dominado conscientemente. Ante esta situación, ¿dónde está el reto?, el

fin de doblegar una voluntad, una barrera que en un principio no parece posible romperla y por lo tanto superarla con la felicidad que por ambas partes comporta. ¿Acaso es Dominación el tener a alguien a tus pies que pierde su voluntad, su capacidad de luchar mentalmente a los retos dados?, hablaríamos de un vegetal, una persona sin criterio, sin las dudas iniciales que también se incluiría en su día a día.

Quizás se pierde en esos momentos el placer, el goce y orgullo de poseer a una persona sometida, a la que puedes llevar a unos límites consentidos y que sabes y disfrutas por ello que hará un gran esfuerzo para agradar, para enorgullecer a su Dominante y que está totalmente consciente de ello. Ambos llenos y plenos del juego al que disfrutan pertenecer y les lleva a satisfacer sus más íntimos deseos.

¿Qué disfrute es o sería la manipulación, el aprovecharse de una mente quizás algo débil por circunstancias para los fines no propios de este juego que todos vivimos como algo que de entrada debe ser honesto, sincero e igual para ambos roles?.

### **Kajira de Sr\_De\_Ayala**

## ***Sadomasoquistas universitarios de Gante luchan por el reconocimiento***

“Kajira”, una asociación juvenil de prácticas sadomasoquistas de Bruselas, Bélgica, pretende adscribirse a la universidad de Gante y recibir así financiación, ya que consideran sus actividades de tipo universitario.

“El objetivo de nuestra asociación es que la filosofía de vida que aporta el sadomasoquismo, que está muy mal visto en general, sea cada vez mejor aceptado en nuestras sociedades”, afirma el grupo en su página web.

Sin embargo el rectorado ha rechazado su adscripción alegando que “el expediente de Kajira no se ajusta” a las normas. De esta manera, de momento la universidad de Gante consigue librarse de una incómoda decisión: determinar si las actividades de “Kajira” se ajustan o no a la Convención Europea para los derechos humanos

Pueden leer aquí la noticia completa, publicada en el medio mexicano “Vanguardia”:

<http://www.vanguardia.com.mx/sadomasoquistasuniversitariosdeganteluchanporreconocimiento-708824.html>

## EL CINTURÓN DE CASTIDAD EN EL BDSM

Por José



Este instrumento tan curioso, hay que decir que es una de las rarezas en cuanto a los particulares deseos en el sexo. Siempre ha producido gran satisfacción el poder dominar a la pareja sometiendo sus órganos sexuales a la privación de placer.

Los cinturones de castidad femeninos son los más conocidos. Aunque se les atribuye una antigüedad considerable no se ha podido certificar que ya existiesen en la Edad Media, sino en tiempos posteriores. Estos cinturones sólo impedían la posibilidad de mantener relaciones sexuales por parte de la persona portadora del cinturón, pero no de que ella misma se procurase placer por las hendiduras del cinturón. Además de estar contruidos en materiales como el cuero, madera o que se oxidaban como hierro y no era viable el llevar estos instrumentos por más dos o tres días,

de forma continuada, salvo que hubiese una persona responsable de custodiar la llave que se encargase abrir y cerrar el cinturón cuando fuese absolutamente necesario.

También existe la teoría de que eran utilizados por las mujeres por propia voluntad para evitar ser violadas. A esta teoría también habría que añadir otras, que sería la utilización a modo de cilicio para la mortificación de la carne y así huir de las tentaciones, pero esta estaría intrínsecamente unida al placer, porque en algunas personas el dolor va unido a este.



En cuanto al tiempo que se puede usar un cinturón de castidad.

Esto se ha solucionado relativamente solo hace pocos años, rediseñando los cinturones para hacerlos en acero inoxidable y otros materiales plásticos, haciéndolos más seguros e infranqueables, reduciendo las posibilidades de introducción de los dedos o de cualquier instrumento que pueda producir placer. En algunos casos con la incorporación de una segunda placa sobre la zona que cubre el sexo. Esta segunda placa lleva una serie de pequeños orificios de apenas 3 milímetros cada uno, que impiden totalmente la manipulación en el sexo.

Dentro de los cinturones femeninos, habría que distinguir también entre los cinturones que se ajustan por encima de las caderas y los que se ajustan por debajo de las mismas. Si bien ambos tienen la característica común de impedir el sexo con otras personas, no impiden completamente la masturbación.

Los que se ajustan por encima de las caderas son totalmente imposibles de quitar porque es imposible hacerlos resbalar por las caderas, por la mayor anchura de las mismas, pero a su vez la distancia hasta el sexo es mayor, lo que permite una mayor holgura entre el cinturón y el sexo.

Por lo tanto son más difíciles de ajustar para impedir que se puede manipular en el sexo llevando puesto el cinturón de castidad.



Los cinturones que se ajustan por debajo de las caderas, deben estar muy bien ajustados porque podrían hacerse resbalar por el cuerpo. Pero debido a sus curvas, el cuerpo de la mujer tiene una mayor anchura por la parte del trasero, si bien es una parte del cuerpo con una carne más blanda y por lo tanto susceptible de modificar su volumen. Estos cinturones son los más seguros a la hora de impedir la masturbación, también los más fáciles de disimular bajo la ropa, pero por otra parte también pueden ser llevados por menor tiempo, porque debido a su mayor ajuste están muy ceñidos y son más incómodos de llevar.



El cinturón de castidad ha sido equipado con una serie de accesorios que aumentan las posibilidades, con anillos en los laterales para la posibilidad de sujeción de unas esposas o similares. Dentro del cinturón en la parte que queda oculta cuando se lleva puesto, tiene la posibilidad de acoplar dildos o vibradores tanto para el ano como la vagina. Tanto en las versiones masculinas como femeninas, estos vibradores pueden ser accionados a control remoto lo que permite mayores posibilidades. En cuanto a los candados, hoy en día se fabrican incluso de acero inoxidable lo que permite bañarse llevando puesto el cinturón. Otros candados que

dan también muchas posibilidades son los candados de combinación como mínimo de cuatro cifras, los cuales permiten cambiar la combinación.

## Cinturones de castidad masculinos



Los masculinos son relativamente recientes, concretamente de principios del siglo xx.

Si bien se ha avanzado mucho en el diseño de estos cinturones y se ha reducido su tamaño y diseño con nuevos materiales, tales como acero inoxidable y plásticos, haciéndolos más prácticos y llevaderos, cumpliendo totalmente las funciones para las que han sido diseñados.

En este caso sí queda cumplida perfectamente la función de impedir que el usuario de un cinturón pueda tener relaciones con otra persona y además el impedir que pueda masturbarse, porque impide totalmente la erección.

Los de plástico tienen su mercado debido no a su precio sino a su versatilidad, porque pueden ser usados durante tiempo prolongado e incluso atravesar los arcos detectores de metales de los aeropuertos. En estos casos se usan precintos plásticos personalizados que sustituyen los candados.

La dominación no tiene por qué llevar implícito que se desee reprimir los deseos sexuales de la sumisa o sumiso. Si no que en algunos casos son ellos mismos los que piden ser sometidos a la privación de libertad de sus órganos sexuales porque ello les produce placer.

Esto sería la combinación perfecta cuando el dueño o amo también desea que esta premisa sea cumplida, pero no suelen ser los casos más habituales.

El deseo entre ambos de utilizar un cinturón de castidad, nos lleva al ideal del placer mutuo de dominar y ser dominado, entrando ambas personas en la complicidad de cuales son los gustos de cada uno, pero obteniendo el placer a la vez, por motivos diferentes pero combinados, a la vez que se mezcla la química de amor y deseo entre ambos.



Lo más normal es que el amo/a imponga como castigo la utilización del cinturón de castidad para reprender o enseñar cual es la conducta que se desea seguir.

En estos casos el cinturón de castidad es uno de los pocos instrumentos usados en el bdsm que permite ser utilizado por largo tiempo y sin que esté presente el amo/a.

De hecho es fácil su utilización fuera de las horas de sesión con la pareja pero de modo que la sesión continúe fuera del tiempo de la misma, al poder ser usado bajo la ropa sin que llame en absoluto la atención de extraños. Una ancha falda con alguna prenda por encima de forma holgada, o un pantalón con alguna prenda que cubra hasta los genitales es más que suficiente. Claro está que en invierno es mucho más fácil lograr disimularlo bajo la ropa debido a la mayor cantidad de ropa que se lleva en esas fechas.

No es necesario un conocimiento muy avanzado en el bdsm para la utilización de este instrumento, pero sí exige un continuo seguimiento de las sensaciones producidas por el mismo en el sumiso/a.

En cuanto a las precauciones que se deben seguir en la utilización del cinturón de castidad.

Hay que tener siempre una segunda llave de seguridad en caso de perder la llave que normalmente se utiliza, pero esta llave nunca puede ser usada bajo ningún concepto por la sumisa/o. Solo puede tener acceso a esta llave el amo. Que será el responsable de custodiarla y tenerla bien guardada.



Otra precaución muy importante es la salud e higiene de la persona que lleve el cinturón de castidad, para lo que es interesante la depilación de la zona genital o bien el uso de polvos de talco o algún producto que suavice el contacto del cinturón con la piel. Así como una limpieza adecuada de la zona protegida.

Teniendo en cuenta estas premisas esenciales de seguridad, todo lo que la imaginación pueda sugerir puede ser llevado a la práctica. Si bien, siempre de una forma consensuada de antemano.

**“El cinturón de castidad produce una sensación de placer frustrado que induce a un mayor deseo de aquello que se prohíbe”.**

Esto debe tenerse muy en cuenta, porque la persona que lleve un cinturón de castidad, estará excitada debido a que se le está prohibiendo aquello que más desea. En el caso del hombre aunque no consiga la erección debido al cinturón, su deseo estará estimulado y estará predispuesto al acto sexual o a procurar a su ama/o el mayor placer. Para que de esta forma él consiga que su dueño le libere y pueda conseguir él también el placer. Cuanto mayor sea la restricción mayor será el deseo de procurar placer.

Los amos/as suelen ponerlo en práctica, porque consiguen el mayor placer para ellos, a la vez que mantienen al sumiso/a excitado eternamente, predispuesto para el sexo, no permitiéndole que consiga llegar al orgasmo.





El sumiso experimenta una sensación de placer inacabado, convirtiéndolo en una máquina inagotable de procurar placer.

Algunas personas de condición sumisa tanto hombres como mujeres usan el cinturón de castidad para procurarse placer. Esto puede considerarse: “autodominación” y puede conseguirse con este instrumento pues para poder liberarse hay que poseer “la llave”.

La llave que abre el candado del cinturón de castidad, pertenece al amo, o simplemente al dueño de la llave, que en inglés se denomina Keyholder. En algunos casos el sumiso busca alguien, que bien a sabiendas de lo que se le ha confiado, o bien ignorante de lo que se le ha entregado, puede guardar la llave de algún amigo/a, que use un cinturón de castidad. Esta puede estar contenida en un paquete grande de tal forma que nunca llamaría la atención. Y el paquete podría contener como excusa cualquier otra cosa.

También puede confiarse la llave de tal forma que puede entregarse a alguien con la condición de que la guarde y sólo la devuelva después de un tiempo determinado, Podrían ser horas o días.

En otras ocasiones el encargado de guardar la llave puede tenerla sin saber lo que guarda, esta puede estar metida en un sobre con instrucciones exactas del momento en que debe devolverse el mismo.

Para usar un cinturón de castidad no hace falta el dueño de la llave.

También existen cajas de seguridad las cuales cuentan, además de la combinación necesaria para abrirlas, con un temporizador. Este temporizador puede ser de horas o días igualmente. De esta forma el usuario del cinturón de castidad puede condicionar su libertad al paso de un tiempo, sin ninguna otra forma de obtención de la llave. Así que en el momento que cierra la caja fuerte con la llave dentro, queda completamente a merced del paso del tiempo.

Otra forma guardar la llave por el mismo usuario/a del cinturón es dentro de un molde metálico lleno de azúcar. Si se procede a poner el azúcar a fuego lento, esta se solidifica con la llave dentro.

Para sacar la llave es necesario poner de nuevo este molde a fuego lento, para que el azúcar se derrita, o bien en agua, pero debiendo esperar bastante tiempo hasta que el agua diluya el azúcar. De cualquier forma la obtención de la llave no puede conseguirse en cualquier lugar, lo que a su vez dificulta la apertura del cinturón pero por otra parte da cierta seguridad por si le ocurriese algo inesperado, porque el mismo usuario del cinturón de castidad, es así mismo dueño de la llave. Pero sin posibilidad en un corto plazo de tiempo ni con facilidad de utilizarla.



Para esto mismo puede utilizarse resina plástica, con idéntico resultado, en este caso puede llevarse la llave metida en algo parecido a un medallón pero sin forma de poderla utilizar sino es fundiendo el material en algún crisol, pero no a demasiada temperatura para no fundir la llave.

Hoy en día también existen personas que se ofrecen a custodiar la llave, a modo de guardianes de la castidad de esta persona que ha decidido usar un cinturón de castidad. Siempre con las condiciones que se establezcan en un contrato.

Es por tanto un instrumento que debidamente utilizado permite gran variedad de posibilidades. Hoy en la actualidad es muy utilizado por ambos sexos. Su uso no se considera como algo retrógrado sino como algo excitante en las relaciones de pareja. Algunos se han llegado a considerar auténticas joyas, gracias a su trabajo ornamental con grabados, joyas o incluso, contruidos en materiales preciosos: oro, plata. Pero esto es para personas a los que su poder adquisitivo y su refinado gusto permite esta clase de lujos.

**José**

[jmselva@arrakis.es](mailto:jmselva@arrakis.es)

Pueden leer más sobre cinturones de castidad en la web de este autor en:

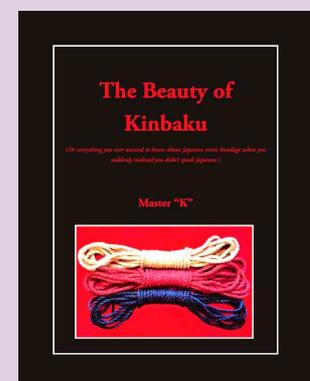
<http://www.arrakis.es/~jmselva/index.htm>

En ella encontrarán mucho más acerca del cinturón de castidad y el cine, los cómics, relatos, ideas para juegos y la posibilidad de solicitar la fabricación de su propio cinturón de castidad a medida, así como la colección disponible.

La web argentina **CírculoBDSM** ha publicado una traducción de un amplio **glosario de términos Shibari/Kimbaku**. Este material ha sido extraído, con autorización del autor, del libro "*The Beauty of Kimbaku*", del Sr. **Master "K"**, escritor Norteamericano y autoridad en el arte del shibari/kinbaku (ataduras eróticas japonesas) y su historia.

En la web podrán encontrar más información sobre el autor y el libro, así como el glosario completo traducido al castellano.

<http://www.circulobdsm.com.ar>



# BEDESEMENIADAS

CuadernosBDSM

Nunca se debió de enrollar con aquella Ama argentina...



Pues sí, mi Amo me regaló el otro día esta máscara para nuestras sesiones y me ordena que me la ponga todo el rato, ¿no es un encanto?



## LOS DIVERSOS GRUPOS DE PRACTICANTES DE BDSM

Por Txiria

Al definir lo que es el BDSM decía que era una experiencia vital en la que debe implicarse, al menos una de las prácticas que relataba.

Voy a hacer una definición en función de cada una de ellas empezando por las principales que son las reflejadas en el mismo acrónimo; más adelante seguiré con las demás. En todas las definiciones intentaré ser claro aunque, reitero, esto no excluye que una persona practique más de una práctica o situación.

### LOS BONDAGERS

El primero de los grupos a identificar es el de aquellos que practican para su gusto y para su realización personal la atadura o bondage en cada una de las diversas formas que este presenta.

A nivel general podemos decir que los bondagers son aquellas personas que presentan la exposición y profundización de su personalidad a partir de la práctica y el uso de las cuerdas con el fin de adornar, sujetar, limitar los movimientos o, incluso, inmovilizar a la otra persona.

A estos los denominamos bondagers activos aunque también tenemos a los pasivos que son aquellos que desarrollan su sentido y sienten su interior pleno al ser adornados, sujetos, limitados de movimientos o, incluso, inmovilizados por otra persona.

He de decir que, aunque es una técnica que Yo solo practico de una forma ocasional y, consecuentemente, no llego a toda la profundidad del sentimiento que ellos manejan, la relación que se establece entre un bondager o un shibari y sus cuerdas es algo que trasciende Mi entendimiento pues, muchos de ellos, son verdaderos artistas utilizándolas y se ve que, en el uso de las mismas, sienten que su alma sobrevuela los límites personales.

Otro apunte que debo hacer es que mucha gente tiene una relación similar con las cadenas o las vendas o el film alimentario que son instrumentos que, también, se pueden utilizar para llevar a cabo las prácticas someramente descritas anteriormente.

Sin embargo he de insistir en que no he visto la misma relación entre el bondager y la cuerda que en el caso de emplear cualquier otro tipo de material.

He de decir que, aunque materialmente se establezca por la dependencia de la persona atada respecto de aquella que lo ha atado, he conocido y conozco casos en que esa dependencia no va más allá que de este aspecto material por lo que no podemos definir que el atador y el atado sean Dominante y sumiso sino, nada más y nada menos, que lo que hemos dicho.

Los bondager no forman un grupo cerrado pero se identifican por el sentimiento y el calor que ponen en la atadura cuando la realizan o reciben.

### **DISCIPLINADORES Y DISCIPLINADOS**

Hay dos tipos básicos de practicantes de la Disciplina. El primero lo constituyen aquellos que optan por las prácticas consistentes en los pet-plays o en los school-plays, en los slave-plays, en los baby-plays u otras similares. Prácticas en las que se llevan a cabo actividades tendentes a que la persona que es disciplinada adopte unos determinados hábitos y formas de hacer las cosas en momentos específicos.

Quiero hacer constar que estas prácticas tienen mucho que ver con una parte de las que se practican en la Dominación/sumisión hasta el punto que, en muchos casos, se considera parte integral de la D/s aunque, en Mi opinión, se diferenciada de la misma pues los aspectos a disciplinar se refieren a una parte concreta de la vida o a un momento de la misma y no a la integridad de lo que vivimos.

Es evidente que la compenetración que debe existir entre los practicantes (disciplinador y disciplinado/s) tiene que ser muy alta y que tienen que tener muy definidos los roles y límites en los que se van a mover.

Su objetivo es el sentirse realizado al ser disciplinado o al disciplinar a la otra persona; el índice de satisfacción de las personas que lo practican suele ser muy alto por lo que conozco.

En la disciplina entran en juego sentimientos de control y sometimiento muy potentes pero se retrotraen a escenas que no forman parte de la vida cotidiana de las personas que los llevan a cabo.

Es por ello que he de decir que se presenta más como un juego de rol momentáneo (aunque tomado muy en serio mientras se practica) que como una forma de vida.

Sin embargo, hay otros aspectos de la disciplina que sí se imbrican en la vida diaria y que se suelen dar casi de forma exclusiva como parte de la D/s. Estos aspectos se refieren al control del vestido, el gasto, la comida, etc.

Todos estos aspectos corresponden, en Mi opinión, de forma evidente a la disciplina que se desea de la persona que acepta que se los impongan; sin embargo, no son una forma de disciplina que afecta a un momento determinado sino que afectan a la globalidad de la vida de la persona y, en este sentido, las considero mucho más cercanas a las condiciones de la Dominación/sumisión que en las de la Disciplina como práctica, técnica o forma de desarrollarnos vitalmente.

### **DOMINANTES Y SUMISOS.**

En estas definiciones voy a extenderme más que en las anteriores. Esto es debido a que considero que las personas afectadas por estas definiciones pueden establecer auténticas relaciones mientras que en los casos anteriores considero que se trata, básicamente, de momentos intensos e interesantes que, incluso, afectan a la vida pero que no pueden llegar a convertirse en una forma o sistema de vida.

Voy a empezar por expresar que es una persona Dominante y que es una persona sumisa.

Una persona Dominante es aquella que desea educar, dirigir y controlar la vida de aquella o aquellas personas que Le concedan dicha potestad y que se siente realizado y pleno al llevar a cabo dicha tarea.

Una persona sumisa es aquella que desea entregar su vida en manos de Otra a la que concede el derecho de que la guíe y la lleve hasta en el menor de los detalles de la misma; es evidente que el hecho de señalar que estas personas se sientan plenas en este tipo de realidad vital es algo casi superfluo.

Dicho esto lo primero que deseo es negar la máxima que confunde a las personas sumisas con las personas dependientes; las personas sumisas son personas emocionalmente y psíquicamente estables, libres y con capacidad de darse de forma plena y total mientras que las personas dependientes lo que temen realmente es quedarse solas y entienden que su objetivo vital es aferrarse a una persona que las de seguridad y estabilidad, estando dispuestas, por ello, a dar, de forma aparente, todo lo que sea preciso pero no por mor de sentirse plenas sino por el hecho de no sentirse solas y abandonadas.

Quizá la mayor diferencia es la forma en la que enfocan su vida ambos tipos de personas pues unas saben que encontrarán su plenitud en la entrega y el servicio mientras que las otras lo encuentran en la realidad de la compañía y la seguridad que sienten al hallarse acompañadas.

Aunque la D/s pueda afectar a todo el ámbito vital he de reconocer que hay muchas personas que la practican solo en determinadas parcelas vitales (la más habitual es en la parcela sexual); o, también, solo en los momentos en los que se encuentran frente a la persona o personas con la que tienen este tipo de relación.

Es por ello que, a pesar de seguir considerándolo como una forma de vida, reconozco que hay personas que lo practican exclusivamente en los momentos y/o situaciones que sienten en que es adecuado llevarlo a cabo.

Considero que las personas que nos encontramos en esta experiencia vital somos aquellas que seguimos los dos principios básicos en los que se asienta este tipo de relaciones (reitero, bien de forma constante bien solo en momentos o situaciones dadas); estos dos principios son los siguientes:

“Yo mando y tu obedeces”  
“tu propones, Yo dispongo”

Estos dos principios nos indican que el peso de las decisiones recaen en una de las personas que conforman la relación mientras que las demás deben aconsejar, apoyar, indicar, criticar con el fin de que la decisión que se tome por parte de la persona Dominante sea lo más acertada posible.

Es, para Mi, evidente que entre este tipo de personas no puedo encontrar a aquellas que tienen todo tasado y fijado de antemano.

Podría parecer que al decir esto Yo rechazo el Consenso como una de las formas básicas de funcionamiento cambiándolo por la Aceptación como espíritu fundamental.

Nada más lejos de Mi intención pero sí decir que según avanza la confianza y el conocimiento de las personas más disminuye la necesidad de estar consensuando cada una de las actividades y hechos mientras que aumenta la confianza en la aceptación de que la decisión que tomará la persona Dominante será la acertada y acorde a las capacidades de la persona sumisa.

Considero que está muy claro que una persona sumisa es una persona fuerte, libre y decidida que sabe lo que desea y, además, que eso que desea es servir y entregarse a una persona Dominante que la guíe y la complementa.

Por Nuestro lado, las personas Dominantes deberíamos ser personas con una personalidad fuerte y que también sabemos lo que deseamos. Ya he explicado qué es lo que deseamos, para poderlo conseguir lo primero que debemos tener es un fuerte

autocontrol pues solo aquellas personas que conseguimos controlarnos a nosotros mismos seremos capaces de controlar a los demás. Esta característica es, a Mi entender, una de las que apenas se suelen expresar.

Quizá sea así porque la consideramos como algo innato en Nosotros; el caso es que gracias a ese autocontrol sabremos hasta dónde y cómo podemos llegar. Será la característica que nos permita hacer ver a la persona sumisa que no solo sabemos lo que queremos sino que pondremos nuestra capacidad al servicio de lograrlo.

Digo todo esto para que se entienda que una persona que permita que la marquen el ritmo, que ceda el control de lo que sucede a la persona con la que está no podrá ser, en Mi opinión, una persona Dominante en ningún caso.

No quiero decir que a los Dominantes se nos detecta al primer golpe de vista, pero sí que deseo decir que tenemos una serie de características comunes como la de no solo desear llevar las riendas de Nuestra vida sino la de las personas que se Nos entreguen.

En fin, como resumen diré que considero que los practicantes de la D/s somos personas de personalidad asentada que sabemos que nos sentimos completos al dirigir, educar y controlar la vida de otras personas (las personas Dominantes) o al entregar nuestra vida y nuestros deseos sometiéndolos a los de otra persona (las personas sumisas).

## LOS SPANKERS

Los spankers (se traduciría como azotadores pero abarca tanto a los azotadores como a los azotados) son aquellas personas que gozan azotando o siendo azotadas o ambas cosas.

Sé que hay muchas personas que no entienden que se pueda disfrutar al recibir una azotaina; a todos ellos les recomiendo que lean sobre los efectos de la llamada “azotaina erótica” que es una técnica por la que se consigue que la persona que la recibe llegue incluso al orgasmo.

Los spankers forman un grupo no cerrado pero bastante hermético al cual no se accede con facilidad; debemos considerar que, por el tipo de práctica que llevan a cabo, podrían ser presa fácil de bromas obscenas y mal intencionadas.

Como veis la definición de este grupo que está integrado entre nosotros es fácil lo único que debo indicar es que, a menudo, cambian con mucha facilidad de rol; es decir, pasan con facilidad en la misma sesión de azotador a azotado.

Dentro de los que Yo he conocido he de reconocer que, finalmente, han optado por aceptar la realidad de que su esencia les pide ser sumisos o masoquistas más que solamente spankers pero he de reconocer que es todo un principio y, desde Mi visión, de los más interesantes.

## LOS SÁDICOS Y LOS MASOQUISTAS

Este es otro grupo que pueden llegar a formalizar una relación; en muchos casos se considera que esta relación es una relación viciada y psicótica, Yo no Me voy a atrever a juzgarlos de ninguna manera pero he de indicar que he conocido bastantes personas cuyo logro básico del placer consiste en proporcionar y recibir dolor y que ninguno de ellos Me ha parecido una persona enferma o que debe ser internada en un sanatorio mental.

Como es evidente las personas sádicas son aquellas que obtienen placer mediante la aplicación de acciones dolorosas a otras personas; si eso lo hacen mediante la fuerza y la imposición diremos que son unos maltratadores, por otro lado, si esto lo hacen mediante el asenso o el consenso de la persona que recibe este trato no deberían ser juzgados como tales sino como personas que han encontrado una forma de sentirse plenas.

Por su lado, aunque el final de la situación es la misma para ambos componentes de la relación se suele considerar que una persona que obtiene placer y plenitud a partir de sentir dolor es una persona enferma y psicológicamente desequilibrada.

Pero Yo he conocido a auténticos masoquistas que no solo son felices sino que, hablando con ellos, notas que son personas equilibradas y decididas, que saben lo que son y lo que desean vivir.

La relación entre una persona sádica y una masoquista tiene muchas connotaciones similares a la establecida entre una persona Dominante y una sumisa, sin embargo, he de decir que la principal diferencia está en el punto desde el que se extrae la plenitud y el placer.

Mientras en el caso de la D/s estas devienen de la entrega, la doma y el servicio, en el s-m se extraen de la pura situación física que se obtiene de provocar la indefensión mediante el dolor y de sentir esa sensación de estar indefenso y sometido desde el punto de vista físico.

Por lo tanto, las personas sádicas utilizan como medio básico de control y sometimiento las acciones físicas, la fuerza física y la imposición física lo que hace que muchos de ellos prefieran denominarse Amos (como similitud a lo que pasaba siglos atrás en los que muchas personas eran obligadas a servir a Estos por medio de la fuerza); esto implica que las personas que se implican en este tipo de relación perciben que el uso de la fuerza física es el centro de la relación.

Solo este uso es el que entienden que tiene que marcar las situaciones; de hecho, conozco a más de uno que solo ejercen ese placer del s-m en las sesiones en las que llevan a cabo esa imposición física efectiva.

Para Mí, por lo tanto, no resulta una relación que tenga que ser enfermiza sino que puede ser una relación completa y compleja; una relación en la que una persona desea

ser sometida mediante el uso de la fuerza, ser “obligada” a servir y otra desea “obligar” a servir a la primera mediante el uso de Sus artes y de Su fuerza.

Es evidente que la persona “obligada” sirve a la persona que la “obliga” a hacerlo por lo que, desde este punto de vista, podemos considerar que es una persona sometida, más que una persona sumisa.

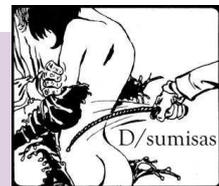
Con estas definiciones he dejado expresado lo que Yo entiendo que son los principales grupos que formamos el BDSM. Sin embargo, aún Me faltan otros muchos grupos que intentaré definir en el próximo artículo de esta serie que, espero y deseo, os interese.

### Txiria

Pueden conocer mejor al autor en:

<http://www.dsumisas.blogspot.com/>

Canal de Irc-Hispano: #D/sumisas



El pasado día 9 de Abril, tuvo lugar el **primer evento BDSM solidario** del que tengamos constancia en España.

El evento, bajo el nombre “**Cuerdas por Japón**”, tenía por objeto recaudar fondos para ayudar a las víctimas y afectados por el terremoto de Japón.

Gracias a la colaboración de un gran número de voluntarios, se pudo desarrollar un programa de actuaciones simultáneamente en cinco ciudades: Oviedo, Gijón, Granada, Madrid y Barcelona.

Desde CuadernosBDSM felicitamos a los promotores y todas las personas que participaron en este evento por su iniciativa y deseamos que proyectos como éste tengan una continuidad dado su interés social al mismo tiempo que contribuyen a hacer visible el BDSM a la sociedad de una forma positiva.

Si quieren saber más sobre Cuerdas por Japón, pueden visitar la página web del evento

<http://www.cuerdasporjapon.org/>



## “LA CUALIDAD FUNDAMENTAL DE UNA DOMINA DEBE SER LA HUMILDAD”

**Entrevista a Dómina Zara**  
**Fotografías de AMOBILBO**

**Por AMOBILBO**



Si hay una persona significativa para el BDSM español esa es posiblemente Dómina Zara. Y es que durante muchos años ella fue el personaje más popular y la cara más conocida de la escena bedesemera nacional y es imposible hablar del BDSM español sin hacer referencia a ella.

Por si fuera poco, su local el Fetish Café es uno de los más conocidos y más importantes de España. Y fue allí precisamente

donde Cuadernos BDSM tuvo una interesante y agradable entrevista con Antonia, su nombre real, junto a su marido sandman, en la que nos habló sobre su historia, su vida y como ve el BDSM en España.

**- ¿Quién es Dómina Zara? ¿Y quien es Antonia?**

**Dómina Zara:** Somos la misma persona, sólo que Dómina Zara nació cuando yo tenía 23 años y Antonia Serrano va a cumplir 52. Pero por lo demás soy la misma persona. No cambió.

**- ¿Alguna vez se ha visto encerrada por el “personaje”?**

**DZ:** Tanto como verme encerrada no pero si sentarme y decirme “*vamos a poner las cosas claras*”. Fue hace muchos años, eso sí, en una época en que yo llevaba todo muy al extremo. Yo digo que estaba al otro lado del espejo.

- **¿De dónde sacaste lo de Dómina Zara?**

- **DZ:** Zara es azote o látigo en un argot árabe. Y Dómina fue porque era Mistress o Maitresse. Entonces en americano era amante y yo me dije que eso no lo era de nadie. Y entonces me puse Dómina Zara. Pero no es Dómina de condición... es como Mari Carmen, un nombre compuesto.

- **¿Tenías algún modelo en el que te fijaste cuando empezaste?**

- **DZ:** Ninguno. Básicamente porque empecé gracias a todas las personas que jugaban conmigo. Yo no aprendí ni con libros ni con revistas, ni con vídeos, porque realmente no los conocía. Cuando empecé eran las personas que venían las que me decían lo que les gustaba, que es como mejor se aprende.

- **¿Y algún ídolo?**

**DZ:** Yo no soy de ídolos. Además... entonces quien había... Yo empecé en Cuevas del Sado, en Jovellanos, en un sitio que acondicionaron un poco más cuando llegué. Al poco tiempo abrió Mistress Michelle el Palacio del Sado. Pero antes no había nada.

- **Ahora eres tú el modelo en el que se fijan muchas Amas y Dóminas...**

**DZ:** ¡Nooo!. Si soy el modelo es porque llevo muchos años y he abierto muchas puertas pero por nada más.

- **¿Ser una referente no supone una gran responsabilidad? Tú sabes que no es lo mismo lo que diga o haga por ejemplo Dómina Pepa que tú...**

**DZ:** Lo que pasa es que ahora soy más mayor y tengo mucha experiencia porque he vivido mucho y he estado cuando no había nada. Se han abierto muchas puertas y he conocido a mucha gente y esto te influye algo.

- **Entonces ¿no te consideras la Reina del BDSM como muchos dicen?**

**DZ:** Bueno, bueno, la Reina... Puedo ser lo mismo que puede ser José Mari Ponce en otras cosas, o como ha podido ser Berlanga. Yo soy bastante humilde. Han dicho tantas cosas de mí que yo paso. Yo sé lo que soy.

- **Pero han dicho cosas buenas y cosas malas. ¿Cómo llevas éstas últimas?**

**DZ:** Las malas las he llevado mal, pero sobre todo por mi familia, por mis hijos, que son muy grandes, y por mi marido. Pero por mi no porque como te digo, sé perfectamente quién soy.

- **Tú has hecho mucho por dar a conocer nuestro mundo. ¿Pero cuál consideras que es tu mayor aportación?**

**DZ:** Más que darlo a conocer dignificarlo. Siempre se ha dicho que la Dómina o la Ama era la puta con un látigo en la mano y el esclavo un baboso asqueroso que no valía para

nada. Pero, por ejemplo, mi marido vale mucho. Por eso llevo casi 21 años con él. Para mí es lo más grande. Y yo valgo mucho también. Entonces... el libro y todo, todo lo que he hecho ha sido sinceramente para dignificar el tema.

**- Muchos no conocerán como empiezas en esto...**

**DZ:** Trabajaba en un bingo y tuve muchos problemas. Entonces había un cajero que me daba dos tiras y luego decía que me había entregado cuatro y claro, todo ese dinero había que pagarlo. Me acuerdo que yo tenía un sueldo base de 31.600 pesetas. Llegó un momento que tuve una discusión muy grande porque ya no podía más. Yo estaba allí porque tenía que dar de comer a mis hijos, no porque un señor quisiera acostarse conmigo... Además bastante tenía con superar mi separación, que estaba muy reciente, para que un señor me coaccionara y me coartara la vida.

**- ¿Y qué paso?**

**DZ:** Pues que una señora que era cliente asidua del bingo me ofreció ir con ella. Lo que me dejó claro es que no tenía que hacer nada con los hombres.

**- Ahora puede parecer sencillo pero supongo que entonces no fue fácil dar ese paso...**

**DZ:** Bueno, cuando te pasa algo como lo del bingo, que no era la primera vez que me ocurría, y encima no te sale trabajo y tienes tres hijos para sacar adelante sola... pues bueno. Fui y pregunté. Fui a mirar y sí, sí.

**- ¿Te has arrepentido alguna vez de haber empezado en esto?**

**DZ:** No. He tenido momentos difíciles claro pero nunca me he arrepentido.

**Sandman:** Hubo una época en que ella llegó a estar muy mal económicamente.

**DZ:** Yo he trabajado en muchas otras cosas aparte del bingo. Lo que pasa es que, para dignificarlo un poco, siempre he dicho que mis hijos se han criado gracias a los látigos y las cadenas. Pero no es del todo verdad. Ha sido un aporte muy grande pero yo he trabajado cuidando ancianos, de repartidora...

**- ¿Y lo hacías al mismo tiempo que trabajabas de Ama?**

**DZ:** Sí claro, siempre, siempre.

**- ¿Recuerdas tu primera sesión?**

**DZ:** Sí, sí. Fue un spanking. Era algo extraño. Pero yo siempre he pensado que si a la otra persona le gusta y no haces daño... Yo lo que quería era ganar dinero y no pasarlo mal. Y hacer algo que realmente te realice y te haga sentir bien. Esa sesión fue vestida normal, ¡eh!, con tejanos o lo que fuera. Allí nadie vestía especial, salvo alguna señora que iba con túnica. Y nada. Había cuatro cosas: un cinturón, una paleta de ping pong, una sandalia. No había ni un potro pequeño. Una cosa muy casera.

**- Vamos, nada que ver con tu local**

**DZ:** No, no, no. Pero ojo, el local es nuestro local, es el sueño de nuestra vida, el de mi marido y el mío. Hay gente que colecciona otras cosas y nosotros coleccionamos esto.

**- ¿Es un sueño?**

**DZ:** Claro. Lo que pasa es que esto es muy caro para mantenerlo solo, nos relacionamos mucho, nos encanta comunicarnos con gente afín a nosotros. Lo mejor es hacerlo grande. Este es un proyecto que se desarrolló antes con dos sitios que tuve yo.

**- Vayamos por pasos. Después de trabajar con la señora de la que me hablabas ¿qué pasó? ¿Cuántos años estuviste con ella?**

**DZ:** Nada. Años no, sólo unos meses. Luego fui a Jovellanos, que era un sitio de relax, con un nivel más alto. Fui de encargada por la noche. El tema del sado empezó conmigo. Al llegar yo empezaron a hacer todas las instalaciones.

**- ¿Cuál fue el siguiente paso?**

**DZ:** Fui a la calle Industria con Cuenca. Allí trabajaba yo sola. Fue allí donde conozco a mi marido. Él me dice que le parece fantástico que haga esto pero que lo hiciera en un sitio donde no estuviera sola porque la experiencia que tuve con el propietario del local fue muy dura

Por eso me fui a Palacio, donde había Amas y sumisas. Esto fue hace 21 años. En Jovellanos, en el Palacio estuve unos dos años. Entonces una amiga que hacía relax me comentó que iba a coger una casa y me pregunto que me parecía la idea. El sitio estaba muy bien distribuido. Entrando a la derecha estaba su parte y a la izquierda podía hacer la mía. Acepté y estuve unos seis meses, tras lo cual me puse sola. Fue cuando cogí el ático y empezamos a organizar todo: reuniones, fiestas. Pero se quedo pequeño. Entonces me fui a Gracia, que eran dos pisos. Allí estuvimos 4 años hasta que surgió la oportunidad de coger este local, porque yo tenía ganas de arrastrar las cadenas y que ningún vecino me dijera que las oía.

**- Hablar de ti es también en gran medida hablar del Fetish Café. ¿Cómo surge? ¿Fue idea tuya o de José Maria Ponce?**

**Sandman:** La idea nace y se realiza en el Festival Erótico de Barcelona del año 98.

**DZ:** Se hizo con mi equipo y con mi material.

**S:** En un primer momento, Ponce ofrece la idea a mucha gente. Nosotros entonces nos movíamos con un grupo formado por varias parejas, y fuimos los primeros que organizamos una fiesta fetish en Barcelona, en Mephisto en el año 97. Ponce vino a ella y se puso en contacto con nosotros para organizar algo en la siguiente edición del Festival. Se lo propuso a bastante gente pero al final se decantó por nosotros.

**- ¿Qué pasó entonces?**

**S:** Nuestro miedo era no pillarnos nadie los dedos porque era algo que nunca se había hecho. La idea era que el Festival pondría los equipos de música, las luces, toda la infraestructura y los productos del bar. Y nosotros pondríamos los camareros. Si al final hubiese beneficios nosotros ganaríamos y si no mala suerte. Yo dije que muy bien pero que no era justo que las personas que iban a estar allí todo el día y que tenían que actuar debían cobrar. Entonces se aseguró un mínimo para Foxy y otro para Zara. A partir de ahí se organizó y fue un éxito.

**- ¿Entonces la idea es de Ponce?**

**S:** Sí. Es Ponce quien propone el nombre de Fetish Café.

**DZ:** Pero es algo que ya existía en el extranjero.

**S:** Lo que pasó es que al año siguiente Ponce ya no organizo el Festival. Nos lo propusieron a nosotros y dijimos que no nos interesaba. Pero sí lo organizamos en el año 2000. Entonces lo que yo hice fue registrar el nombre de Fetish Café, para no pillarnos los dedos.

**- Seguro que muchos han oído hablar del Fetish pero mucha gente en realidad no sabe qué es o qué se pueden encontrar.**



**DZ:** Un sitio agradable lleno de cosas y parafernalia, un ambiente de mucho respeto, donde puedes jugar y utilizar las instalaciones y materiales. A cambio colaboras con una consumición mínima (de 15 euros en las fiestas mensuales y 12 en el resto de eventos).

- **Por ejemplo ¿Puede venir cualquiera?**

**DZ:** Cualquiera no. Solamente las personas que realmente son de esta tendencia.

- **Pero si yo quiero venir ¿qué tengo que hacer?**

**DZ:** Simplemente llamar por teléfono y venir como invitado.

- **¿Debo vestir de alguna forma concreta?**

**DZ :** Yo siempre he dicho que el vestuario no hace al monje pero de alguna manera te implica un poco más. Si vienes un día a una fiesta qué menos que un poquito de esfuerzo. Ya no te pido que vengas de látex o de nada, pero como mínimo venir arreglado. Las señoras si son esclavas vendrán como su Amo quiera. Los esclavos que vengan con sus dueñas lo mismo pero si vienen solos aquí no pueden estar con las manos en los bolsillos, y que no se sepa si es tocino o es bacalao. Lo siento pero no. Como mínimo traerte un collar, para diferenciar si eres esclavo o Dom.

- **¿Qué días está abierto?**

**DZ:** Los jueves a la tarde desde las 5 hasta las 10 y los viernes y sábados a partir de las 12 de la noche. Además el segundo viernes de cada mes hacemos una comida y organizamos distintas actividades y cositas. Y el segundo sábado de mes se hace la fiesta.



-**¿Cuanta gente habrá pasado por el fetish?**

**DZ:** ¡Uyyyyy!. No tengo ni idea.

**S:** Si miras el libro de firmas veras que esta lleno, y eso que firma muy poca gente.

- **El Rosas5 no es muy rentable, el Luna Negra ha cerrado sus puertas...**

**DZ:** Por desgracia, por desgracia. Me sabe muy mal. Porque se hace mucho sacrificio, mucho esfuerzo y mucha ilusión. Y por eso me sabe mal.

- **Ya pero tu local no parece tener estos problemas ¿Cuál es la formula de su éxito?**

**DZ:** No. Rentable no es. La clave es que lo abras no como un vehículo privado de BDSM, sino a nivel de todo. Pero esto a mi no me interesa. No. No me sentiría a gusto. Yo no quiero eso. Quiero que si a ti te gusta ponerte a cuatro patas puedas hacerlo. Y que nadie pueda decir he visto a fulanito... No. Aquí nadie pica la puerta y entra. Esto es privado. ¿Que no te interesa? Pues no vienes. ¿Que no nos interesas? Pues lo mismo.

**- ¿Tu pierdes dinero?**

**DZ:** Yo llego a los gastos. Pero si lo viese como un negocio no lo hubiera abierto.

**S:** No sólo es negocio. Si no fuese porque yo trabajo y tengo mi propia actividad profesional seguramente esto estaría cerrado.

**DZ:** Hay muchas personas que entran y ven todo el material que tenemos, pero no entienden que es fruto de muchos años. Lo que pasa es que yo no vivo de ello.

**- Pero como es posible que el Fetish lleve tanto tiempo abierto mientras otros como mucho sólo duran unos años.**

**DZ:** ¿Y conoces alguna Ama que haya durado tanto como yo? Muchas llegaban y pensaban que iban a comerse el Mundo. Y yo decía *“Dios Mío de mi vida que esto como no te guste no lo puedes hacer”*. Lo que pasa es que claro, como hemos estado tan acibilladas las Amas profesionales... No los Amos profesionales, que los hay y los ha habido. Pero lo de las Amas ha sido una cosa increíble.

**- Reconoces que el tema del BDSM profesionales provoca muchas críticas en nuestro mundillo.**

**DZ:** Yo no me voy a pronunciar. Yo estoy muy a gusto como estoy. Y si un abogado gana dinero y disfruta de su trabajo genial. Pero yo voy a un profesional, no voy a cualquier chapucero.

**- Vosotras, las Amas profesionales, sufrís mucho el intrusismo de gente que no esta preparada y parece que cualquiera puede dedicarse a ello.**

**DZ:** Antes también pasaba, ¿eh?

**S:** Zara lleva sin dedicarse profesionalmente 9 años aunque mucha gente sigue pensando que aún se dedica a ello. Pero desde que se abrió el Fetish Café aquí no hay nadie que pueda decir que ha hecho con ella una sesión de pago.

**DZ:** Y eso que a mí me llama mucha gente por teléfono cantidad de veces para ello.

**- Pero el intrusismo os ha hecho mucho daño...**

**DZ:** Pero eso pasa en todo. Es como con los dentistas. Los hay muy buenos y los hay muy malos. Y lo mismo con los abogados y con todos.

**S:** También tenemos que tener muy en cuenta que hay mucha gente que nunca jamás pueden tener acceso a una relación BDSM normal, porque son mayores, porque no tienen valor, porque tienen limitaciones o por cien mil cosas.

**DZ:** Y porque no todo el mundo se lo comenta a su pareja. Muchos saben que si se lo dicen van a tener un problema.

**S:** Yo por ejemplo cuando a alguna de las novias que tenía le hacía cualquier tipo, no de comentarios, sino de simples insinuaciones, se horrorizaba. Y rápidamente tenía que tranquilizarla, diciéndola que estaba bromeando.

**DZ:** Y como esto mil. Por eso lo mejor es ir a una profesional.

**S:** Sobre todo antes porque ahora por lo menos hay Internet.

**- ¿Es cierto que las Amas profesionales hacen una labor terapéutica?**

**DZ:** A ver. Una labor terapéutica la hace toda persona que pueda estar con otras personas que no tienen acceso a todo. Hoy en día está todo abierto. Hoy hay Amos y hay Sumisos... pero antes... quien ha abierto todas esas puertas. ¿Quién las ha abierto? Las profesionales. Cuando yo empecé éramos 4, pero 4. ¿Y que hacían?. Pues oyes clavame el tacón y cosas así.

**- Sin querer molestarte, pero ¿puede haber entrega a cambio de dinero o de una compensación?**

**DZ:** Para mí, sí. Para mí, sí.

**- Pero no existe la posesión de la otra persona.**

**DZ:** Sí, sí que la hay. En ese momento la hay. No estamos hablando del relax, de jadear y de levantarla. Eso es muy fácil. No. Esto es mental.

**- Y la entrega ¿Es de la misma intensidad?**

**DZ:** Por supuesto. Claro que sí, porque es un momento. Un momento. Todas las persona no viven el BDSM las 24 horas. La vida son muchas cosas y a mí me gusta disfrutarla toda, hasta irme a patinar. Me encanta disfrutar del momento. Y cuando toca ese momento pues se juega.

**S:** Cuando se va con profesionales, y yo lo he hecho, si realmente conseguías la química con esa persona, te podías entregar. Te entregabas a tus propias fantasías, claro, porque esa persona no dejaba de ser una desconocida, pero si ella sabía llevarte y controlarte y cuidarte durante la sesión, el grado de entrega tuyo era muy grande y el grado de satisfacción también. Y podías llegar a tener una relación de amistad porque llegaba a ese nivel de conocerte.

**DZ:** Exacto.

**S:** Con Zara pasaba lo mismo. Mi primera sesión con ella fue muy mal. Pero hubo una serie de detalles en ella que me encantaron. Como te cuidaba, como estaba pendiente de ti.

**- ¿Tienes algún esclavo fijo? ¿Qué deben tener para que te gusten?**

**DZ:** He tenido. Las cualidades que me gustan son la humildad, adoración y sobre todo tener la cabeza en su sitio. De obsesión ninguna. Yo he tenido obsesivos y retorcidos y me los he quitado de encima.

**- Con tantos sumisos que han pasado por tus manos ¿Has vivido alguna situación violenta con algún sumiso?**

**DZ:** Sólo con el dueño del local donde conocí a mi marido. Fue una situación muy violenta. Yo llegue a tener dos veces el teléfono intervenido. Pero tampoco sé hasta qué punto era sumiso o qué era.

**- Preparando la entrevista he leído sobre la "Escuela de doma" ¿Qué es? ¿Es lo mismo que el Fetish?**

**DZ:** Yo no he tenido una Escuela de doma. Lo que tuvimos es una Escuela de dominación y sumisión. Aquí abríamos los jueves y venían muchas personas a aprender.

**- En tu local enseñas a jóvenes dóminas. ¿Se puede enseñar a ser una buena dominante?**

**DZ:** Yo no te voy a enseñar nada que no tengas. Lo que sí te puedo ayudar es a tener una seguridad. Porque, por ejemplo, no es lo mismo someter a un esclavo que no conoces de nada que someter a tu propia pareja, o al revés. Tienes que creértelo mucho. Y tú puedes darle esa seguridad.

**- ¿Qué cualidades debe tener una buena Domina?**

**DZ:** Ante todo la humildad.

**-¿La humildad?**

**DZ:** Sí, sí, sí.

**- Pero para muchos ser Dominante y humilde son términos contrapuestos. Muchos Amos y Amas se consideran Dios.**

**DZ:** Pero eso a quien o para quien. Lo primero es ver que pisas el suelo, porque hay que tener mucha seguridad y conocimientos y saber muy bien lo que quieres. Y respeto ante todo. Y humildad. Porque ante todo somos seres humanos. Podemos ser vainillas, chocolates o pimientas porque a mí me gustan todas las especias y a mí la palabra vainilla me parece ofensiva porque yo soy vainilla también.

**- ¿Tiene que tener las mismas cualidades un dominante masculino que uno femenino?**

**DZ:** El cuerpo de la mujer es diferente al del hombre aunque yo igual he podido someter a una mujer que a un hombre. Somos distintos. Y aunque conozco a Amos con mucha imaginación creo que las mujeres solemos tener más.

**- ¿Y más mala leche?**

**DZ:** No se debe tener. Tú no puedes ir y cargar tu mala uva. Esta siempre me la he dejado en casa. Jamás he pagado en nadie. Si no, no llevaría tantos años, ni con la gente que ha estado conmigo y que hoy en día es buena amiga mía. Aparte, ¿No estamos hablando de un juego?

**- ¿Cómo surgió la idea de escribir un libro?**

**DZ:** Yo tenía escritas muchas cosas y también tenía recopiladas cartas y cosas. Yo estuve en un aula de letras. Después conocí a Antonio Gómez, el coautor del libro, gran periodista, escritor fabuloso y, sobre todo, buen amigo. Él siempre me proponía escribir un libro. Yo, como te decía, he hecho algunas cosas aunque a ese nivel no llego. Pero siempre le decía que lo hiciera él, que yo le dejaba todo lo que tenía y que él lo

escribiera, pero nada. Así muchas veces. Al final le dije: “Antonio mira si no lo haces tu no lo va a hacer nadie, porque es algo tan personal que nadie que no me conozca lo va a poder recopilar”. Ese día se lo pensó durante la comida y por fin aceptó. Tras llevarse maletas de papeles y de cosas, él lo empezó a escribir con la idea de que si un día se publicaba bien y si no, pues bueno ahí estaba recopilado. Entonces un amigo suyo de la editorial Plaza y Janés le vio en Madrid y le preguntó los proyectos que tenía. Cuando Antonio le habló del libro le pidió que se lo enseñase y decidió publicarlo, y ya esta.

**- ¿Has quedado satisfecha con la experiencia? Porque no todos los que han publicado un libro han salido contentos...**

**DZ:** Pues yo estoy encantada. Mi libro está en bibliotecas y no ha sido nunca catalogado como erótico, sino como biográfico histórico y sociológico.

**- ¿Volverás a escribir mas libros?**

**DZ:** Mi segundo libro que lo recopile quien quiera. Estoy en el facebook, estoy en el blog, en mi web. Y todo, todo, todo lo estoy poniendo ahí: vídeos, fotografías, relatos... Todo está ahí. El que quiera que lo recopile y que lo edite.

**- Leyendo tu libro me asombró que dijeras que para ti llevar a cabo el, tan ansiado por muchos, 24/7 es imposible e insano y que tú nunca lo volverías a llevar a cabo.**

**DZ:** Por lo que yo he vivido y he visto porque yo he vivido el 24/7, ¿y sin cobrar, eh?, porque he hecho mucho, muchísimas sesiones y he tenido esclavos fijos y no he cobrado. Y para mí no lo es, pero lo respeto.

**- ¿Pero porqué piensas eso?**

**S:** Hemos tenido parejas de amigos que han jugado al 24/7 y todas han acabado mal, es más, han acabado muy mal

**DZ:** Cierto. Muy mal. Yo no soy quien para decir esto es bueno o es malo. Pero a mí me parece mucho más sano la gente que pueda decir esto lo jugamos 24 horas pero no van de Amo y esclavo las 24 horas, sino que siempre están presentes la dignidad de uno y la del otro... Es como decir sádico: Sádico es la persona que disfruta con el dolor y el sufrimiento. Yo no he querido nunca que el esclavo me mirara con ojos de terror. Quiero ojos de cariño, de entrega, pero no de terror. Yo no soy ninguna sádica.

**- ¿Entonces porqué prefieres el termino S/M a BDSM?**

**DZ:** Es que para mí es Sadomaso. Porque dónde se queda el transformista y dónde se quedan muchas tendencias. Estos juegos son muy amplios y variados. Entonces, BDSM, que ha venido de fuera, está bien pero yo me quedo con S/M. Además es aquello de repudiar siempre a los padres. Pues lo siento. La literatura nació con ellos y yo me quedo con los padres.



### - ¿Cómo surgió el reportaje de Documentos TV?

**DZ:** Hacía mucho tiempo que me lo proponían. Pero entonces yo tomaba tres tranquimazin al día de dos miligramos y eso es mucho. Mis ojos en esa época salen negros, parecen piedras.

### - ¿Porqué tomabas tanto medicamento?

**DZ:** Tenía una depresión de caballo. Yo me caigo por las escaleras, me infiltran y me dan una medicación que es para epilépticos pero que va muy bien para los huesos. Yo no sé si fue eso, pero a los cuatro días iba llorando por la calle. Y a partir de ahí se desencadenó todo esto. Lo curioso es que yo el libro, documentos tv, todo, lo saco con antidepresivos y con tres tranquimazines al día. Vamos, fatal. Pero como Dómina Zara me desenvolvía muy bien, aunque como Antonia Serrano estuviese hecha una caca. En cama, catatónica, muy mal.

### - ¿Y qué paso?

**DZ:** Fue entonces cuando los de Documentos Tv<sup>1</sup> me llamaron para hacerlo pero les dije que no, que era una responsabilidad muy grande, y que además no me sentía como para poder hacerlo. Me llamaron más adelante y les dije lo mismo.

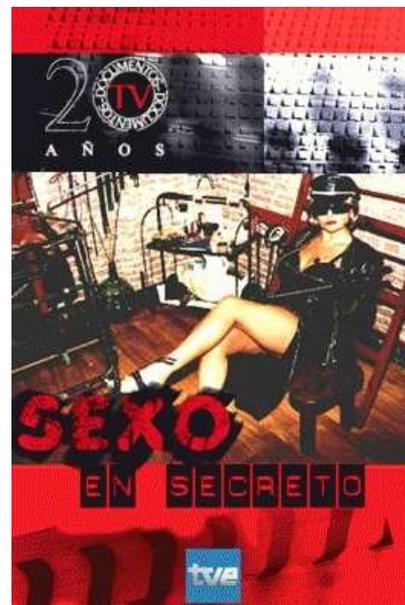
**S:** Ellos insistían en hacer un reportaje sobre Dómina Zara y yo pensaba que no tenía ningún sentido, que no interesaba. Entonces Zara tuvo la idea de abrirlo a más gente.

**DZ:** Ellos querían hacerlo en plan homenaje.

**S:** Exacto y que se viera cómo iba a comprar y esas cosas. Pero no se aguantaba de pie. Parecía ridículo. Entonces es cuando se decidió hacer un reportaje sobre el BDSM en Barcelona, en base a los nombres y datos que nosotros diésemos. Además entre los responsables del programa apareció el periodista David Miralles, que ahora dirige el espacio 21 Días, y al que ya conocíamos de un programa de TV3, que había hecho con mucho respeto. Y a partir de ahí salió.

Pero claro, Zara entró en depresión en el 2004, con lo cual le pilló el libro con una depresión en grado profundo. Tan profundo era que la crónica de El Mundo señalaba que sus ojos en el documental eran negros como piedras. Y todo era fruto de la medicación. Estaba muy mal en esa época.

**DZ:** Entonces los del programa me llamaron unas tres veces señalándome claramente que si no lo hacía yo no lo hacían. Al final yo les dije que quería cobrar. Les pregunté: “¿vosotros vais a cobrar?”. Ellos dijeron que claro y entonces yo les dije: “*pues yo también*”. Les dije una cantidad. Mi marido comentó que estaba loca pero ellos finalmente aceptaron y me pagaron por adelantado.



<sup>1</sup> Pueden ver el programa “Sexo en Secreto” de Documentos TV en varios videos que encontrarán a partir del siguiente link: <http://www.youtube.com/watch?v=rYAzhnYD7E>

**- ¿Cómo fue lo de salir en tu pueblo?**

**DZ:** A ver, cuando yo saco el libro el concejal de mi pueblo de Teruel me propone ir allí. Yo quería ir pero no me atrevía. Por eso le comenté que iría encantada, pero cuando superase la enfermedad. Pero al final se unió con el programa. Yo primero hablé con los del pueblo, y me dijeron que no había ningún problema.

**- “El BDSM no es para los medios de comunicación más que una confusa colección de perversiones y parafilias realizadas por enfermos mentales y su interés se reduce simplemente a que son un recurso magnífico para aumentar ventas a coste cero”. ¿Sigues pensando lo mismo después de esta experiencia?**

**DZ:** Sabes que pasa, que tienes que tener mucho cuidado con quien lo haces y evitar el morbo. Yo eso lo deje muy claro en el contrato. Yo no hago nada si no se trata el tema con respeto. Cuando fui donde Buenafuente<sup>2</sup>, él pregunto “¿esta mujer es simpática, da juego?” y le comentaron “Sí, pero ante todo, mucho respeto con el tema”. Y la entrevista salió muy bien y fue fantástica, lo mismo que la que me hizo Quintero en Sevilla, y otras muchas. A mí me llaman. Los del espacio 21 días<sup>3</sup> también me llamaron. Yo les dije que colaboraba con ellos en todo lo que necesitaran pero desde fuera, sin salir. Yo no salgo porque el programa ya esta hecho. Otro mas no tiene sentido. El resultado me pareció bueno porque se trato con mucho respeto. Fue muy digno y respetuoso. Me gustó todo y mi mayor respeto para todos los que se atrevieron a salir.

**- ¿Es fácil compaginar ser madre con domina?**

**DZ:** Teniendo muy claras las cosas. Dómina Zara no tiene nada que ver con Antonia Serrano pero al mismo tiempo es la misma.

**- Si tus hijos o algún familiar te hubieran pedido alguna vez que lo dejases. ¿Lo hubieras hecho?**

**DZ:** Yo les hubiera dicho “*me vas a mantener tu. Vas a vivir tú las experiencias que yo vivo*”. Mira tengo una hermana en Valencia, y yo salí allí en un programa llamado Carta Blanca, con nuestro querido, y desaparecido, José Luis Berlanga. Entonces otra hermana me comento que me había visto la Rosita. Y como a mí me gustan las cosas claras la llamé y la dije “*Rosita yo soy la de siempre. Yo podría decirte que lo hago por dinero u obligada pero esto lo hago porque quiero y me gusta. Si te parece bien, bien y si no pues también. Pero soy la misma*”. Y ella me dijo que tranquila que me quería y que se sentía muy bien. Mira somos 8 hermanos y te aseguro que nos llevamos muy bien porque nos decimos las cosas a la cara.

<sup>2</sup> Para ver el video on-line del programa: <http://www.youtube.com/watch?v=HeHOXJ4CQwY&feature>

<sup>3</sup> Pueden encontrar el programa 21 dias en el sado en la siguiente web: <http://play.cuatro.com/directo/portada/21-dias/#directo/portada/21-dias/>

- **¿Si una hija hubiese optado por seguir sus pasos le hubiera parecido mal?**

**DZ:** Es su problema.

- **¿Y si optase por ser sumisa?**

**DZ:** Es su problema. Lo que no puedo pensar es que porque un hijo mío fuese sumiso meterme y decirle que no podía serlo o sentirme mal. ¿Entonces que narices estoy yo haciendo?. Yo que sé lo que hacen ellos en su intimidad. Que haga cada uno lo que le dé la gana. Si a mi hija le gusta que le peguen en el culo es su problema. Yo no le hablo de estas cosas. Ella ha venido muchas veces aquí y ha visto las cosas... Lo que no creo es que estén con la postura del misionero. Hay muchos juegos. Mi hija pequeña va a cumplir 31 años. Y yo 52, pero a los veinte tenía a los tres... Cada cual que haga lo que quiera mientras se sienta realizado y se sienta bien.

- **En tu página leo que tu meta es conseguir que el SM en España sea una opción sexual tan respetable como cualquier otra. ¿Crees que algún día lo conseguirás?**

**DZ:** Ya está ahí. ¿¿no?? Se está consiguiendo. Lo que pasa es que si la gente entra en los foros y nos ven despellejarnos como hacemos, o poniendo que si zoofilia, escatología. Y cosas así... Perdóname, pero eso no tiene nada que ver con el BDSM.

- **¿Realmente crees que lo hemos conseguido?**

**DZ:** Poco a poco. Algunos sí. Yo por ejemplo fui a mi pueblo y todo el mundo estaba allí. Por lo tanto yo lo he conseguido. Todo mi barrio sabe quién soy y nadie me pregunta y me dice nada. Me guardan un respeto tremendo. ¿Porqué? Porque la primera que respeta soy yo. Los que menos me han respetado son gente del tema. Ya me gustaría ver a muchos de ellos por un agujerito porque a veces el que más te critica es el que más tiene que callar. Yo por lo menos he demostrado, pues que los demás también lo hagan.

- **Eso de recibir críticas es bastante común. Recuerdo que a los ahora añorados Antonio y Bea, en su momento también se les criticaba mucho...**

**DZ:** Yo he ido a muchas fiestas a jugar con mi marido y he llegado allí y era la madrina de la celebración y yo sin saberlo. Y muchos decían Dómina Zara está hasta en la sopa. Pero yo iba y pagaba como todo el mundo.

- **Ellos dicen que ahora van a las fiestas a disfrutar y no antes que tenían que estar pendientes de que todo saliera bien y encima mal agradecido.**

**S:** Nuestra experiencia, por ejemplo, en el Club Sade fue nefasta. Nos hicimos socios estuvimos colaborando. Pero allí sólo nos querían para que hiciese exhibiciones, exhibiciones y más exhibiciones.

**DZ:** Por eso yo no abro el local más. Yo no pienso que cuanta más gente venga más meto en el bolsillo. No. Además como se ha dicho tanto de mí, bueno y malo, ya no me preocupa. Yo lo que tengo claro es que cuando no disfrute, ese día cierro.

**- Pero, ¿porqué parece que todo lo que se hace en este mundo es para criticarlo?**

**DZ:** Es que a ver. Si nos despellejamos nosotros mismos, ¿cómo los demás nos van a ver naturales?. Si el otro día no he salido en un programa de radio<sup>4</sup> y se ha montado una polémica conmigo... Y eso que no hablé. Que haga cada uno lo que quiera. Y luego están los que hablan de la esencia. ¿Esencia? Yo tengo mucha esencia porque llevo 21 años con la misma persona. Yo no puedo decir cómo sientes tú o cómo siente el otro, o esto es sado o no lo es. Venga por favor. Yo es que nunca, nunca he hecho eso. Y siempre que he hablado lo he evitado.

**- ¿No crees que el problema no es que haya gente que tenga una opinión contraria a la mayoría, sino que basta que uno diga que es blanco para que ellos digan que es negro, o al revés?. Vamos que más que expresar su opinión lo único que quieren es criticar y montarla...**

**S:** Hay algo peor. Es él "*tu no eres*". Mira, a mí hay prácticas, como todo el tema del transformismo que no me gustan pero jamás he puesto caras de asco, ni lo he criticado.

**DZ:** Yo no lo entiendo. ¿Quién es más que nadie?. Lo mejor es que tú disfrutes y punto. Hay profesionales muy buenas que disfrutan. Por ejemplo, Mistress Foxy no vive de ello. Yo cuando la conocí trabajaba en un banco. Tiene su negocio con su marido. Y nada, hace contadas sesiones pero porque le gusta. El día que diga basta pues no las hará. Ojo, alquila las salas, ¿eh?. Yo no soy madame de ella, ni nunca lo he sido.

**- ¿Qué piensas de la cantidad de "catedráticos" del BDSM que podemos encontrar en nuestro mundillo?**

**DZ:** En Internet hay mucho fantasma que saben de todo y lo curioso es que son gente a la que nadie conoce y te tienes que preguntar: "*¿pero bueno este señor o señora de donde ha salido?*". El problema es que los demás les escuchan. Yo ni me molesto. A mí la gente que me importa es la que me quiere.

**- Volvamos a los cambios habidos en el BDSM durante estos años...**

**DZ:** Es que cuando yo empecé no había nada, no se oía hablar de ello, donde estaba la gente. A ver ¿está bien considerada la homosexualidad? Pues no.

**- Pero ahora por ejemplo es común ver debates y programas donde sale gente homosexual...**

**DZ:** Eso es cierto pero la moral social está ahí.

**- Pero salen y llevan por bandera el serlo. En cambio no veo a nadie que diga soy Amo o soy sumiso...**

**DZ:** Es que tampoco hace falta. Yo destacaría que ahora el BDSM se ha abierto mucho y ojo, cuando se abre tanto pues entra de todo.

---

<sup>4</sup> Pueden escuchar el programa en <http://www.rtve.es/mediateca/audios/20110208/afectos-08-02-11/1009624.shtml>

- **¿Porqué crees que cuesta tanto salir del armario o como digo yo de la mazmorra?**

**DZ:** Si nosotros mismos decimos éste está loco, ésta es una puta o éste es de Sado o tal. ¿Cómo nos van a aceptar y tolerar los demás? Es imposible. Es como si los homosexuales se llamasen "*pues tú eres maricon y tú no sé qué*". Entonces no se aceptarían tanto. Ellos en cambio se apoyan entre todos y hacen bandera.

- **Si todos saliésemos de la mazmorra. ¿Mejoraría la cosa??**

**DZ:** Pues no lo sé. No lo sé. Yo he salido. Cada uno que haga lo que quiera. Tampoco he contado a nadie mi sexualidad íntima, ¿eh?. Porque tampoco hace falta. La gente sabe que él es sumiso. Pero a nadie le interesa nuestra intimidad. A lo que podamos llegar a jugar, eso no lo sabe nadie aparte de él y yo.

- **Hablábamos del BDSM. ¿Pero y tú?. ¿En qué has cambiado?**

**DZ:** En que soy más mayor. Me siento más realizada, más segura de mí misma.

**S:** Ha cambiado en una cosa muy importante que ahora es mucho más natural que hace unos años.

- **Eso es algo que te quería preguntar. Hasta hace poco siempre aparecías en plan Ama pero últimamente has aparecido tal y como eres. ¿A qué se debe este cambio?**

**DZ:** El cambio fue sobre todo a partir del libro. Éste fue el que me abrió. A partir de ahí me fui quitando máscaras. Porque a partir del libro que más me da...

**S:** Sin duda has cambiado mucho. A ti antes, por ejemplo, te parecía natural que tuviéramos esclavos trabajando por casa hasta que yo me opuse porque para mí era imposible convivir así. Entrabas en casa y había cuatro personas limpiando y ocupando nuestra intimidad. Era muy pesado la verdad.

**DZ:** Es cierto. Eran esclavos que no pagaban, ¿eh?. Pero sí, es cierto.



- **¿Qué hace Antonia cuando no ejerce de Dómina? ¿Qué aficiones tienes?**

**DZ:** Me encanta cocinar, me encanta estar con mis hijos, con mi nieto, me encanta disfrutar de mi casa, de mi marido, de mi familia, de mis amigos. Me gusta ir a comprar. Me gusta fregar los platos, limpiar...

- **¿No se te caen los anillos?**

**DZ:** ¿A miiii?

- **Pues seguro que a muchos les llamara la atención porque a bastantes dominantes sí que parece que se les caen si hacen cosas parecidas...**

**DZ:** No, no, no. Es que, la verdad a mí que me idealicen no me gusta nada. No me gusta que me tengan en un pedestal porque es imposible. No merezco estar, porque soy un ser

humano normal y corriente. Si algo tengo es que no soy vaga, no voy de señorita. Yo tengo a una persona que me viene a ayudar a casa, pero cuando estoy cocinando estoy disfrutando. Hoy estaré aquí toda la noche pero mañana al mediodía haré mi paellita de verduras. Y vamos que lavo la ropa, y plancho. Vamos que soy muy ama de casa. Me encanta ser ama de casa. Y disfruto de mi hogar. Me encanta llegar a mi casa.

**-“La humillación es la vida misma” ¿Lo has dicho tu?**

**DZ:** Yo no he dicho eso nunca. Pero mira yo he puesto en mi facebook unos enlaces sobre gente que se muere de hambre. Eso es humillación. Que se acepten estas cosas. Pero no el que a ti te guste estar a cuatro patas, o el que te digan que eres un perro. Siempre que te guste a ti... Y si soy menos dómina por eso, pues mira. Pero si no te gusta que te abofeteen pues no lo voy a hacer porque no soy sádica. Yo no disfruto con tu dolor, lo hago con tu placer.

**- He oído el rumor de que durante una temporada te retiraste a Londres. ¿Por qué te fuiste? ¿Cómo fue la experiencia?**

**DZ:** Yo no he residido en Londres. Yo quería ir allí. Eso sí. Con lo que me pagaron en Documentos TV yo podía haberme tirado seis meses en Londres. Yo he ido de vacaciones allí y a otros sitios.

**- Estos viajes te han permitido conocer otros mundos BDSM ¿Cómo salimos si nos comparamos con ellos?**

**DZ:** Bien. Estamos muy bien. Por ejemplo. Los dos clubs de aquí, tanto el Fetish como el Rosas no tienen nada que envidiar a ninguno del extranjero, a ninguno. Así de claro. Y en el BDSM en general lo mismo. Lo que pasa es que en Alemania a lo mejor hay gente que es más dura. Se utilizan más las mascararas y el látex. Porque aquí ve a Andalucía y a ver si les va a gustar ir a fiestas con látex. La única diferencia es que en cada sitio hay unas tendencias más que en otros.

**- ¿Hay algo que caracterice al BDSM español?**

**DZ:** Yo diría que aquí hay mucho fetichismo. Mucho. Aunque ahora se ha abierto un poco más, somos muy fetichistas... sobre todo de los pies.

**- Si tuvieras una varita cambiarías algo de este mundo**

**DZ:** No porque la gente que critica tanto del tema yo no la considero muy dentro del BDSM. Aquí lo principal es el respeto y una persona que no te respeta no creo que sea muy de BDSM o de SM porque ante todo lo que prima es el respeto.

**- ¿Domina Zara tiene límites?**

**DZ:** Siiiií. Por supuesto. Siempre los he tenido

**- ¿Se pueden saber?**

**DZ:** De la escatología ni hablar y nada que te pueda herir más allá... Cosas agresivas ni hablar y me las han propuesto. Y animales ni hablar.

- Entre tus muchas actividades me llama la atención que has dado varias conferencias. ¿Cómo es la experiencia de hablar ante gente que en su mayor parte no sabe nada del tema?

**DZ:** Ahora me voy a Granada<sup>5</sup>. He dado charlas ante comadronas, que incluso han estado aquí. Les di la charla porque hay embarazadas que les puede gustar que las aten o las den un cachete en el culo. Y así las comadronas las pueden orientar. Por ejemplo, sobre lo que pueden o no hacer. También he estado en la Universidad de Económicas, con los sociólogos y psiquiatras. He hecho muchas...

- ¿Actos así pueden ayudar a mejorar nuestra imagen?

**DZ:** Hombre todo lo que se lleve con respeto creo que ayuda a hacerlo.

- ¿Cuál es tu próximo reto u objetivo?

**DZ:** Es que no me pongo retos. Yo he hecho hasta películas como Domina Zara y como Antonia Serrano. Como ésta, casi me matan con una media en “El ojo que te ve”. Y no sé... yo lo que la vida me traiga, que me traiga salud y tirar adelante. Si algo me ha dado la edad y los años es que la montaña sube, baja y nunca se estanca. Y de todo sales. Y positividad y honradez. Yo me considero una persona muy honrada.

- ¿Has pensado alguna vez en retirarte?

**DZ:** Espero que no. Espero que no.

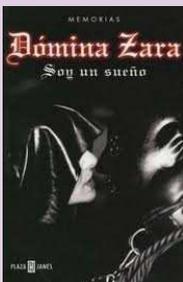
- ¿Cómo te gustaría ser recordada?

**DZ:** Con respeto y cariño. Simplemente. Respeto y cariño. Es lo único que me voy a llevar cuando me muera.

#### Para conocer más sobre Dómina Zara:

Blog: <http://dominazara.blogspot.com/>

Web Fetish Café: <http://www.mundofetish.com/>



Libro: **DÓMINA ZARA: Soy un sueño.**

Autores: Dómina Zara y Antonio Gómez Mateo.

Editorial PLAZA & JANES

ISBN 84-01-30538-2

Precio: 16,00€ (descatalogado).

<sup>5</sup> Pueden leer una breve reseña escrita por el Sr. ElFaro sobre la conferencia de Granada en el blog personal de Dómina Zara.

## **GENTE BDSM**

### **Al Maestro con cariño**

**Por Sir Williams**

*Un maestro de escuela  
puede decirte lo que espera de ti.  
Pero un verdadero maestro  
despierta tus propias expectativas.*  
**PATRICIA NEAL**

Era el título de una recordada película con Sydney Poitier, de fines de los años'60, y si bien la temática poco tiene que ver con este artículo, me viene bien el título.

Por esas cosas del destino, y que dependen de la suerte más que de buscarlas, o quizás de estar en lugar adecuado en el momento preciso, tuve la posibilidad de conocer hace 10 años al **Maestro Avanlys**. Fue en ocasión en que ambos coincidimos en una reunión privada en La Casona del Sado de Buenos Aires, todavía en vida de Dómina Sandra.

Desde el primer momento me llamó la atención su presencia. A pesar de ser una persona de pocas palabras y que no se hace notar, destaca en cualquier grupo de gente.

Con el correr del tiempo fui notando y apreciando sus cualidades humanas, sus valores como persona, y su actitud, experiencia y conocimientos como Dominante.

Su pasión por las cuerdas, más precisamente por el Shibari, sus conocimientos sobre la cultura francesa y japonesa, su sapiencia en general, no solo con respecto a nuestro estilo de vida, fueron creando en mi un profundo respeto y admiración, hasta convertirse en verdadera amistad, al punto que me considero SU "discípulo" en muchos aspectos, aún cuando él nunca pretendió ser mi maestro.

Es de ese tipo especial de personas que despierta las expectativas de los que lo rodean con una frase, o dando una explicación sobre cualquier materia. Obliga a que uno se pregunte, cuestione, aprenda y se informe. En más de una ocasión abrió mi mente con frases sueltas, que me obligaron a replantearme posiciones, conocimientos o darme cuenta de errores conceptuales, al punto que, por ejemplo, tomé real conciencia del significado del BDSM cuando comentó, como al pasar, la "*Teoría de la libido*" del filósofo San Agustín.

Por su profesión es un hombre de mundo, ha viajado a infinidad de lugares y vivido largas temporadas en Francia e Italia. Desde joven incursionó en este mundillo,

formándose como persona y Dominante, y adquiriendo extensa experiencia en lugares selectos de Europa, cuando en nuestro país ni siquiera conocíamos el tema y mucho menos el movimiento S&M.

Imaginemos lo difícil que habrá sido en sus comienzos y hace 30, 40, 50 años cuando esto no se conocía masivamente y era aún mucho más tabú que ahora; las dificultades que representaría reunirse en grupos, tratar los temas, conseguir parejas, si ni siquiera se conocía la sigla BDSM, el SSC y todos los reaseguros actuales. Tampoco la facilidad que representa hoy día Internet... aunque su participación en la red ha sido escasa, pues ha mantenido siempre un perfil bajo.

Ha superado los 70 y sin embrago mantiene una vitalidad envidiable y es, entre otras cosas, un infaltable a cualquier reunión que se organice en La Casona. Siempre dispuesto a apoyar con su presencia fiestas, reuniones, seminarios, talleres y cualquier actividad que se presente, y en casi todas las ocasiones accede a realizar alguna atadura, suspensión, o demostraciones de otras prácticas sin ánimo de destacarse, sino por ejercer y disfrutar el aspecto lúdico que lo caracteriza. Ninguna reunión en este ámbito da comienzo “oficialmente” hasta su llegada... y así debe ser, ya que su figura representa el modelo a seguir, el ejemplo por peso específico, aún sin él buscarlo.

Esto no pretende ser una biografía, lamentablemente por razones de intimidad no puedo ser más extenso en cuanto a su vida. Tampoco es una alabanza exagerada, simplemente es el reconocimiento a una persona que se ha ganado el respeto y admiración de muchos en nuestro ambiente, y quizás una forma de hacerlo conocer por las generaciones más jóvenes que no han tenido la posibilidad de conocerlo. Algún día, espero, llegar a “saber” la mitad que él.

Salud, Maestro ... y gracias!

**Sir Williams**

**Akhesa Shop**

En el pasado número 14 de Cuadernos BDSM publicamos un extenso artículo sobre corsés escrito por la Señora Akhesa. Les informamos, que la tienda online *Akhesa Shop* ha cambiado de dominio, el nuevo es :

[www.akhesacorsesybdsm.com](http://www.akhesacorsesybdsm.com)

**AKHESASHOP**

*Ropa fetichista. Corsés armado de acero. Cuero. Látex.*

## COMIDA MENSUAL EN BARCELONA Y ACTIVIDADES EN EL FETISH CAFÉ - 13/5/2011

Continúan en Barcelona los habituales encuentros del SEGUNDO VIERNES DE CADA MES, consistentes en una comida, seguida de las correspondientes ACTIVIDADES de carácter formativo relacionadas con el BDSM en el Fetish Café.

Se puede asistir sólo a la comida, unirse a los cafés, o asistir sólo al encuentro en el Fetish, según cómo mejor convenga a cada cual, sólo hay que indicar claramente al inscribirse en qué se desea participar y cuántas plazas.

### ACTIVIDADES DESPUÉS DE LA COMIDA EN EL FETISH CAFÉ

Después de la comida y para los que quieran desplazarse al Club Fetish, **Dómina Zara** nos obsequiará con una **PERFORMANCE SOBRE LA TÉCNICA DE LA CERA**. Posteriormente se proyectarán vídeos de temática BDSM, facilitados por los asistentes.



### SERVICIO DE ACOMPAÑANTES EN LA COMIDA PARA PRINCIPIANTES

Para aquellas personas que desconozcan el mundo BDSM, estén pensando en informarse antes de introducirse en este apasionante mundo, y quieran asistir a la comida, se procurará asignarles durante la misma a una persona con cierta experiencia y DE LA MISMA TENDENCIA, el/la cual se encargará de presentarlo/a a los demás comensales y contestará a las preguntas que sobre BDSM pudiera hacerle durante el evento. Para ello será condición indispensable que lo pida expresamente al coordinador al mismo tiempo que reserva su plaza.

Una vez en el restaurante, preguntará al personal del mismo por el nick del/la acompañante que se le asigne y que le será comunicada previamente por correo. El coordinador de la comida le reservará un asiento al lado de la persona que le sea asignada.

#### NOTAS:

- Los asistentes al evento NO están obligados a aceptar ser acompañantes de nadie. El servicio de acompañamiento sólo se les asignará a aquellas personas que manifiesten su deseo de ejercerlo con espíritu pedagógico y altruista.
- El acompañamiento NO es un derecho de los asistentes al evento, sólo será posible si hay suficientes voluntarios para ello.
- Por supuesto el/la acompañante sólo contestará preguntas sobre BDSM y su compromiso sólo durará el tiempo de la comida.

### ¿CÓMO APUNTARSE AL EVENTO?.

Escriban al siguiente correo indicando las plazas que deseen reservar, en qué van a participar (comida, cafés, actividad del Fetish Café) y, si fuera el caso, si desean un acompañante:

[fetishcafecomidas@hotmail.com](mailto:fetishcafecomidas@hotmail.com)

*A la venta...*



## SHIBARI & BONDAGE de Tentesion

Nuevo trabajo de Tentesion, en el que a lo largo de 150 páginas hace una recopilación de sus mejores fotografías en B/N sobre bondage. Con “Shibari & Bondage”, Tentesion se convierte en el primer fotógrafo español en publicar un libro de estas características en nuestro país.

<http://www.tentesion.com>

## FIESTA ART OF ROPES

Con motivo de la presentación del libro “Shibari&Bondage”, el próximo **7 de mayo** se celebrará a partir de las 22,00h en el **Club Rosas5** de Barcelona, una fiesta multidisciplinar que girará en torno al arte de las cuerdas. Un programa orientativo de las actividades que se realizarán durante el evento sería:

Braxter (11.30h) - Demo Bondage  
Josep Lapidario & Françoise ( 00. 15h) - Cuento Bondage  
Despert\_TNT ( 01.00h ) - Demo Bondage  
Kurt (01.45h) - Demo Bondage  
Medora & Amelie (02.15h) - Opera performance  
Alberto No Shibari & Kuss (03.00h) – Demo Bondage

La fiesta irá acompañada de la **exposición “Cuerpos sin fronteras”** a cargo de **inBout**. Concebida por Sudacadreams & Tentesion, es un proyecto en común de creación corporativa e iniciativa visual, avanzadilla de una gran exposición que se realizará en el mes de junio en la galería MMAC de Barcelona



Durante la fiesta será posible adquirir algunos ejemplares del “Shibari&Bondage” a 30 euros.

<http://clubrosas5.com/>

**EL NIDO DEL ESCORPION** de Barcelona  
convoca su próximo **CLUB DEL LIBRO 2011**.



El encuentro tendrá lugar el próximo domingo **8 de Mayo** a las 18:30 en el Nido. Para conocer más sobre esta inusual experiencia, sus reglas, y normas de inscripción, pueden consultar el blog, buscando en la categoría “club del libro”:

<http://nidodelescorpion.wordpress.com/>

**Taller de cuerdas  
en el Fetish Café**



El próximo **28 de Mayo** el Fetish Café propone un taller de cuerdas con **Ama Azu** como ponente.

El temario será el siguiente:

- Tipos de cuerdas.
- Preparación de las cuerdas.
- Nudos y despliegue de cuerdas.
- Karadas (Ataduras de cuerpo completas).
- Ataduras de pecho.

El horario del taller es de 11:00 a 14:30 y de 15:30 a 18:30

Plazas mínimas: 10

Plazas máximas:20

Para las inscripciones, contacten con Domina Zara a través del correo electrónico o del móvil del local.

Para más información pueden consultar el apartado eventos de la web:

<http://www.mundofetish.com>

# ¡Arriba, Arriba, y allá vamos <sup>1</sup>! Bueno, casi...

## Fundamentos de la Suspensión con cuerdas

Por LqqkOut

**Up, Up, and Away! Well, almost...**

Traducción de Guillermo García, autorizada por el autor para CuadernosBDSM

### Generalidades

La suspensión con cuerdas exige un conjunto de conocimientos técnicos un poco intimidatorio, que a menudo se simplifica para levantar en el aire a los alumnos voluntarios mediante unas ataduras básicas durante una clase de 90 minutos. Aunque sea posible lograr una suspensión en ese tiempo, a menudo los asistentes se quedan con una introducción incompleta a los fundamentos. En vez de dejar el suelo, los lectores recibirán un conocimiento básico sobre el equipo, los factores de seguridad y las consideraciones prácticas para una amplia gama de formas de suspensión. Esta clase única está enfocada a aspirantes a *aparejadores*<sup>2</sup> y también a los experimentados.

La suspensión con cuerdas es un juego extremo, es responsabilidad tuya practicarla dentro de tus posibilidades y comprender los riesgos que tú y tu pareja estáis asumiendo.

### Sobre este documento

*Esta guía no es un sustituto de la experiencia, el conocimiento y la supervisión de un instructor.*

Aprender a realizar suspensiones es un objetivo de primer orden para muchos de los entusiastas de las ataduras con cuerdas; sin embargo, igual que conducir un coche, la suspensión se aprende mejor bajo la supervisión de un practicante competente. Aunque

---

<sup>1</sup> N. del T.: En el original "Up, Up, and Away!" que es lo que dice Superman cuando emprende el vuelo.

<sup>2</sup> N. del T.: En el original "riggers". Traduciré "rigger" por aparejador, en el sentido de persona que maneja aparejos aunque soy consciente de que la principal acepción de esta palabra no sea esa, precisamente.

sea una frase fácil de decir, también es cierto que la cultura *no convencional*<sup>3</sup> se construye rompiendo tabúes, forzando los límites y aprendiendo mediante prueba y error (a veces trágico). A medida que, cada vez más, la información no convencional basada en la experiencia encuentra su lugar en la letra impresa y la red, empieza a emerger el tema de la suspensión mediante cuerdas. Este documento es un experimento, una manera de respetar la preocupación de la comunidad de la cuerda por la responsabilidad y la seguridad, mientras se proporciona un fundamento sólido (y espero que también respeto) para las habilidades que se requieren para practicar responsablemente las suspensiones con cuerdas. Hay muchas discusiones todavía por hacer sobre los peligros de la censura, sobre la responsabilidad de los que instruyen, y por último, sobre la libertad de los adultos para adoptar voluntariamente sus propias decisiones, de modo que ¡veamos a donde nos lleva este experimento!

## Datos biográficos

Soy un fanático adorador de las cuerdas y un educador sexual que ha encontrado un hogar en la comunidad no convencional del Medio Oeste de los EE.UU. Cuando no estoy de viaje a actividades relacionadas, colaboro con el grupo CUFFS (GRILLETES) de la Universidad Estatal de Iowa, y participo en la junta del grupo de TNG<sup>4</sup> Min-KY (Minnesota Kinky Youth) de Minneapolis. Aunque soy un miembro relativamente nuevo de la “escena” me he presentado a numerosas actuaciones a lo largo del país, incluyendo el Kinky Kollege, Shibaricon, Denver Bound y Beyond Leather.

Como presentador procuro facilitar un entorno de aprendizaje cómodo y realista para todos los géneros, orientaciones y niveles de experiencia.

Se puede encontrar mi larga lista de presentaciones, participaciones y materiales de clase en <http://www.kinkfriendly.org>

¡Qué lo disfrutéis!

LqqkOut  
[lqqkout@kinkfriendly.org](mailto:lqqkout@kinkfriendly.org)

<sup>3</sup> N. del T.: En el original “kink”. Aunque el término inglés ya esté muy extendido prefiero intentar traducirlo por “no convencional”.

<sup>4</sup> N. del T.: “The Next Generation”, personas aficionadas al BDSM entre los 18 y los 35 años

## Introducción

Las ataduras con cuerda son un asunto de elevada técnica. Hay clases sobre la preparación de las cuerdas, nudos decorativos, estilos de ataduras, intercambio de energía... ¡basta que nombres algo y probablemente habrá una conversación de varias semanas de duración sobre ello en tu lista de correo favorita! Mientras que algunos practicantes se conforman con los sencillos grilletes de una clase de principiante, muchos de nosotros preguntamos ansiosos “¿y ahora qué?” Adicionalmente, dada la belleza estética y el conocimiento técnico que se requiere, no debe sorprendernos que la suspensión sea un tema tan atractivo en la comunidad de las ataduras con cuerdas.

## Cuestión de enfoque

Recuerda, este es el primer paso en el aprendizaje sobre la suspensión. La información que se presenta aquí se orienta específicamente hacia los factores técnicos y no se detiene en la conexión entre el dominante y su pareja. Paradójicamente, aunque la suspensión pueda parecer una de las escenas más impresionantes, exige mucha atención técnica por parte del dominante, lo que a la larga te puede hacer olvidar el aspecto emocional de vuestro juego. A medida que ganas en experiencia y aprendes más sobre la suspensión, abres las puertas para que pueda emerger la interacción emocional/energética.

## Advertencia

No soy ingeniero, escalador ni carpintero. Esta información proviene de mi experiencia personal y tu propio recorrido puede ser distinto. Recuerda jugar dentro de los límites de tus capacidades y si tienes cualquier duda respecto a esta información mejor que peques de cauteloso en los temas de seguridad.

## Nota para monitores de mazmorras

Aunque la realización de suspensiones puede exigir mucha instrucción, práctica y conocimiento, las escenas de suspensión en el ámbito de la enseñanza en mazmorras es una habilidad muy útil, especialmente dado que tantos nuevos artistas de las cuerdas se interesan por ella cada día. Esta guía contiene las herramientas que necesitas para identificar a los aspirantes a aparejadores (pista: son los que comprueban la arquitectura y llevan la bolsa de mosquetones) y plantea unas cuantas buenas preguntas para evaluar su nivel de conocimiento, comodidad y experiencia.

## Diferencias globales de Seguridad

La suspensión introduce unas cuantas preocupaciones adicionales a las ataduras con cuerdas. Aunque cualquier escena tiene sus propios riesgos específicos, lo que sigue es de aplicación a la mayoría de los casos.

Gravedad – Lo que sube tiene que bajar, ¡y si todavía no lo ha hecho, la gravedad estará tirando todavía de ello! Sin arneses seguros, cuerdas fuertes y nudos adecuados, tu suspensión no puede mantenerse durante mucho tiempo.

Planificar antes que nada la Vía de Escape – Asegúrate, como mínimo, de que tu equipo contiene cuerda suficiente, herramientas adecuadas y un instrumento de corte. Una vez que tienes las herramientas necesitas un plan. Pensar en las ataduras que esperas hacer, los pasos necesarios para elevar en el aire a tu pareja, y una vía de escape. ¡Es tan importante saber como finalizar airosamente una suspensión, tanto si es al final de la escena como en una emergencia, como el plan para hacer la elevación! Aunque el plan podría ser sencillamente “desatar todo en sentido inverso” eso puede no ser siempre suficiente.

Fuerzas – En el trabajo en el suelo, la tierra sostiene al cuerpo de tu pareja. Una vez que dejas el suelo, el número de puntos de suspensión, la robustez de la cuerda, su diámetro y su posición adquieren una importancia mucho mayor. Ver la sección de “Física Básica” más abajo para una información más detallada.

Anatomía – El peso del cuerpo de tu pareja trabaja en su contra mientras está suspendida. Por tanto la posición de las cuerdas y el conocimiento anatómico se hacen mucho más importantes. Como norma general evita atar directamente las articulaciones y coloca cuerdas de apoyo en las grandes estructuras corporales, utilizando grilletas sin apretar o arneses. Las ataduras específicas de la suspensión están más allá del propósito de este documento.

Tensión – Todo lo mencionado antes provoca tensión mental y física en ambos, el dominante y el sumiso. Mientras que el dominante está continuamente haciendo malabarismos con los elementos técnicos de la escena, su pareja tiene que procesar muchas sensaciones nuevas.

## **Física básica**

La física de las ataduras de suspensión es bastante distinta de la del trabajo sobre el suelo, debido a que las cuerdas soportan completamente el peso de tu pareja, en lugar de que descansen sobre el terreno. Por ejemplo, en vez de darse la vuelta sobre el costado para conseguir comodidad, tu pareja tiene que elegir continuamente que cuerda(s) soportará(n) la mayor parte del peso, añadiendo de forma instantánea un cierto grado de apuro a la escena. La tensión incrementada que produce la gravedad hace que sea más probable que ocurran restricciones a la circulación, afectaciones a los nervios y dolores.

Nota para anguilas: Generalmente no considero la posibilidad de escape como componente de mis ataduras. Si a mi pareja le gustara competir con la gravedad, ¡ciertamente yo no me interpondré en su camino!

## **El Pozo y el Péndulo**

Un objeto que cuelgue de una única recta (cuerda) conectada a un punto fijo por encima de su cabeza se mantendrá estable porque la fuerza que la cuerda ejerce directamente hacia arriba contrarresta la fuerza hacia abajo de la gravedad. (Figura 1a)

Si el objeto no está directamente debajo del punto de sujeción, la cuerda tirará del objeto hacia aquel punto, provocando que oscile como un péndulo. (Figura 1b)

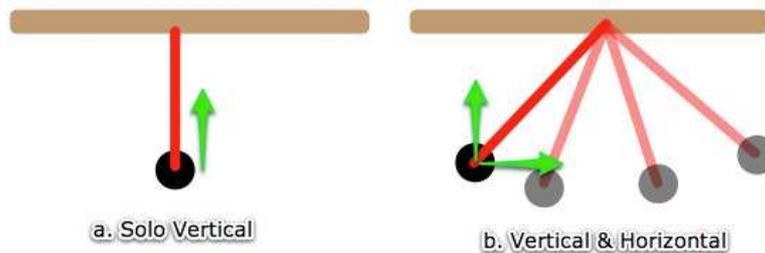


Figura 1 - Componentes de la Fuerza

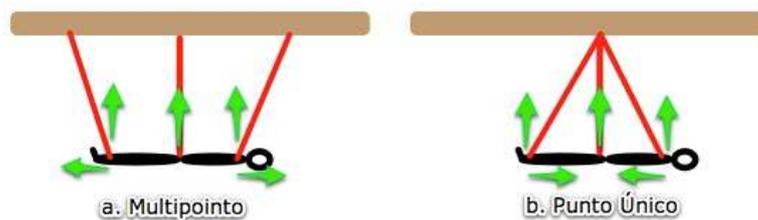


Figura 2 - Fuerzas de Suspensión

Consideremos una oscilación de recreo, cuando más atrás se la lleve, más rápido se mueve. En otras palabras, cuanto mayor sea la distancia horizontal que hay entre el objeto y su punto de sujeción, mayor será la fuerza que experimentará.

Aplicando estas reglas a la suspensión, cada enganche (grillete de pierna, arnés de pecho, arnés de cintura, etc.) puede ser tratado como un objeto colgante. La situación del correspondiente punto de sujeción determinará cuanta fuerza siente el cuerpo de tu pareja en esa localización.

En la figura 2, el cuerpo de la persona sometida está en la misma posición, mientras soporta fuerzas muy diversas. En 2a, se tira hacia fuera del cuerpo y se le permite al pecho expandirse mientras respira y ayuda a sus músculos centrales a mantener la posición del cuerpo. En cambio en 2b las cuerdas tiran del cuerpo del sumiso hacia sí mismo, restringiéndole la respiración mientras que le hace más difícil mantener la posición. Aunque ambos tipos de suspensión son válidos y se usan comúnmente, tener en cuenta las capacidades de tu sumiso puede dar lugar a una escena más larga, más cómoda.

*Peso, Kilonewtons (Kn), Carga de Trabajo Segura (Safe Working Load, SWL), y Carga de Ruptura (Mean Breaking Strength, MBS)*

Déjame que deje claro esto: Con el equipo y estudio adecuado, el peso no es un factor que imponga límites a la suspensión. Dicho esto es importante entender como elegir el

equipo adecuado para la tarea. Puesto que la mayoría de los almacenes no tratan con juguetes de impacto o artilugios similares, los aficionados a lo no convencional a menudo dependen de artículos convertibles para llenar su bolsa de los juguetes. Una buena noticia para los entusiastas de las cuerdas es que ¡el equipo legítimo de escalada de seguridad comprobada se encuentra con facilidad! La única pega es que el equipo de escalada se gradúa utilizando kilonewtons en vez de libras de modo que se necesita un poco de matemáticas. Para nuestros propósitos (es decir, para suspender a personas en un entorno con gravedad constante, o sea la Tierra) un Kilonewton son 225 libras (unos 98 kg), o un poco más que el peso medio de un varón en los Estados Unidos.

Aunque el peso de una persona (la masa) no cambia, si está saltando caerá al suelo con mucha más fuerza (de 5 a 10 veces más) que si estuviera quieto de pie. Aplicando este concepto, los soportes de la suspensión tienen que ser lo bastante fuertes para soportar las fuerzas generadas por un sumiso en movimiento.

El término “Carga de Trabajo Segura” indica el peso máximo que debería estar activo/en movimiento/vivo sobre una parte del equipo. Esta medida incluye un factor de seguridad que multiplica por 5 hasta 10. Por otro lado “Carga de Ruptura” indica el peso o fuerza que se sabe que romperá, doblará o hará fallar de cualquier otra forma, al equipo. Por ejemplo: un mosquetón cuya carga de trabajo segura sea 1 Kn puede soportar a una persona en movimiento que pese 1 Kn, 225 libras (unos 98 kg), y probablemente tendrá una MBS de 5 a 10 Kn, de 1125 a 2250 libras (de 490 a 980 kg).

Nota: Para más información sobre estos asuntos de física recomiendo “The Stage Rigger’s Handbook”<sup>5</sup> de Jay Glerum.

## Selección de las cuerdas

Hablando en general, se puede usar cualquier cuerda, cordel o cordón para hacer ataduras y con suficiente hilo dental es probable que incluso sea posible hacer una suspensión, ¡aunque no sea recomendable para principiantes! Cuando se eligen cuerdas para hacer suspensiones son de aplicación las mismas reglas generales: las cuerdas sintéticas pueden no soportar tan bien los nudos, las cuerdas gruesas resultarán más cómodas pero los nudos serán más abultados, etc. Puesto que la suspensión introduce algunas variables adicionales, debe tenerse, además, presente lo siguiente:

- a) Una cuerda elástica puede hacer que un arnés seguro se deslice y se vuelva incómodo o poco seguro.
- b) Las cuerdas homologadas para alpinismo pueden proporcionar tranquilidad de espíritu; sin embargo no son muy amigas de la piel (demasiado ásperas, inflexibles, etc.)
- c) Las cuerdas de fibras naturales (cáñamo y yute) son productos naturales y por ello las hay de una amplia variedad de calidades.

<sup>5</sup> N. del T.: “Manual del tramoyista”. Parece que en realidad su título es “Stage Rigging Handbook” según puede verse en <http://www.amazon.com/Stage-Rigging-Handbook-Revised-2nd/dp/0809317443>

- d) La mayoría de las cuerdas de soporte emplean de 4 a 8 cabos de cuerda, multiplicando eficazmente la fortaleza del sistema global. Esto, unido a la utilización de múltiples puntos de soporte (arnés de pecho, arnés de cadera y grilletes para muñecas y tobillos) significa que cualquier cabo de cuerda individual solamente soporta una pequeña porción del peso de tu pareja.
- e) Algunas cuerdas son más duraderas que otras, por ejemplo, el cáñamo es una fibra más densa y fuerte que el yute.
- f) Una vez que una cuerda muestre señales de fatiga, trozos sueltos, fibras rotas, es el momento de retirar ese trozo de las suspensiones.
- g) Elige cuerdas de soporte que sean lo suficientemente largas como para bajar a tu pareja hasta el suelo en caso de emergencia.

Nota: La mayoría de la gente usa cuerdas de cáñamo o MFP<sup>6</sup> de 30 pies (unos 9 m), 6 mm (1/4 de pulgada) u 8 mm (5/16 de pulgada) para las suspensiones. Aunque algunos prefieren el mayor diámetro por su robustez, yo elijo, habitualmente, un diámetro basado en la comodidad de mi pareja, puesto que las de 6 mm son lo suficientemente robustas para la mayor parte de las situaciones.

## Herramientas y utensilios

### Advertencia previa

El equipo comprobado de seguridad para escalada está disponible para la suspensión y se recomienda para ello. Dicho esto, la gente utiliza utensilios de acero con calificaciones tremendamente altas que están acompañados de etiquetas que dicen “no son para utilizar con equipo de juego”. Utilízalo bajo tu propio criterio y asume siempre que la calificación asignada es la Carga de Ruptura (MBS) del equipo.

### Mosquetones y Anillos

El propósito de un mosquetón o un anillo de “Shibari” es proporcionar una superficie lisa, que no produzca daños a tus cuerdas, cuando levantes, tires o ajustes las ataduras de cualquier otra forma. Funcionalmente los anillos ofrecen más superficie que la mayoría de los mosquetones, pero el efecto es el mismo. Generalmente yo engancho la cuerda de soporte principal de mi suspensión a un anillo, luego añado mosquetones al anillo cuando incluyo nuevas líneas de soporte a la suspensión.

Hay mosquetones de tamaños, formas y resistencias variadas. Lo más importante a considerar cuando se elige uno es



Figura 3 - Mosquetones  
Resorte Calibrado (Arriba)  
Llavero (Abajo)

<sup>6</sup> N. del T.: MultiFilament Polypropylene, Polipropileno multifilamento.

asegurarse que es válido para escalada. La ubicua moda del “mosquetón llavero” ha hecho a éste un poco más peligroso, pero los mosquetones calibrados estarán marcados claramente de forma similar a la de la ilustración. Otra de las propiedades de los mosquetones es el tipo de cierre: sólido, cuando una pieza sólida de metal (a veces curvada) sirve como bloqueo, de resorte, cuando un bucle de alambre crea un cierre tipo resorte, y de bloqueo, cuando el cierre contiene un mecanismo para ensamblar el bloqueo con seguridad, de forma que no pueda abrirse de forma accidental (los más comunes son los de bloqueo de tornillo y de giro). Para la mayoría de las suspensiones es suficiente cualquier mosquetón válido para escalada; sin embargo algunas personas prefieren mosquetones específicos, basándose en su tipo, color, material, o tipo de cierre. Yo prefiero mosquetones con cierre de resorte porque son ligeros, baratos (6 dólares para 24 Kn) y fáciles de enganchar a mi anillo o a otros mosquetones cuando se necesite. Aunque los mosquetones con cierre de giro son los que proporcionan mayor seguridad, la mayoría de las suspensiones se hacen bajo circunstancias muy controladas en las que todos los mosquetones están dentro del campo visual inmediato, con muy poco peligro de que se abran.

### **Soportes giratorios**

El soporte giratorio calibrado es un accesorio empleado a menudo en suspensiones de un solo punto. Como es obvio, permite que la persona suspendida gire, pero, para los que no les guste mucho el movimiento, eliminan también la necesidad de que no gire. Se pueden encontrar soportes giratorios en la red y en tiendas especializadas en equipo de escalada. A menudo se utilizan en rescates arriesgados y en danza aérea.

### **Aperturas rápidas**

He oído leyendas urbanas sobre locales que exigen el uso de mosquetones rápidos para las suspensiones. Aunque hay beneficios potenciales en la cacharrería de apertura rápida, los enganches normales utilizados en la comunidad no convencional son mosquetones rápidos para uso ecuestre y no están calibrados para soportar cargas. Hay aperturas rápidas calibradas para carga de uso mariner, pero tienes que buscar en la red o en almacenes especializados para localizarlas.

### **Dispositivos de elevación**

Se pueden utilizar unos cuantos dispositivos de elevación, dependiendo del tipo de suspensión. Estos pueden ser operados de forma manual o mediante electricidad y utilizar cadenas, cable de acero o cuerda. La utilización de un dispositivo de elevación introduce cuestiones adicionales de seguridad. Ver la sección de tipos de suspensión para más información.

### Grúas y tornos

Las grúas y los tornos son, a menudo, partes del equipamiento instaladas de forma permanente, diseñadas para levantar cargas pesadas en la construcción o en entornos de manufactura. Están disponibles en muchos suministradores de ferretería y su fuerza se mide en centenares de libras o, más a menudo, en toneladas. Las grúas de cadena operadas de forma manual se conocen por su forma de operar lenta y ruidosa, por lo que puede que no las encuentres en muchas mazmorras.

## Polipastos

Conocidos de forma más simple como poleas, los polipastos se conectan a menudo a un armazón de suspensión o a un punto fijo, y utilizan cuerdas como dispositivo primario de elevación. Generalmente admiten un rango específico de diámetros de cuerda y se calibran de forma separada a la de las cuerdas que se usen. A medida que le añades poleas a un polipasto se hace más fácil levantar un peso; sin embargo esto se hace a costa de más cuerda (ver los ejemplos de la tabla). Generalmente las poleas operan de forma uniforme y silenciosa, pero deben ser suministradas por el aparejador.

Poleas	Cuerda requerida para armazón de 8 pies (2,40 m)	Porcentaje de peso	Cuerda utilizada para 3 pies (90 cm) de elevación
2	16 pies (4,80 m)	50%	6 pies (1,80 m)
3	24 pies (7,20 m)	33%	9 pies (2,70 m)
5	40 pies (12 m)	20%	15 pies (4,50 m)

## **Puntos de anclaje**

Seleccionar un punto de anclaje seguro para la suspensión es una de las decisiones más importantes que harás en materia de seguridad cuando llesves a cabo suspensiones. Aunque haría falta un ingeniero en estructuras para determinar con exactitud la robustez de un punto de anclaje, utiliza la siguiente aproximación:

1. Confía en tu intuición – Incluso si el dueño de la mazmorra te jura que su equipo es seguro y firme, la decisión última es tuya. Si tienes cualquier reserva mental respecto a la seguridad del equipo suministrado, encuentra un punto de anclaje alternativo o realiza en su lugar una suspensión parcial con apoyo en el suelo. No hay necesidad de arriesgar tu seguridad o la de tu pareja por creer en la palabra de nadie.
2. Evita las hembrillas – Se pueden encontrar hembrillas (también llamadas armellas) en los techos y paredes de muchos sitios de juego. Aunque sean maravillosas para engancharle las manos a un sumiso por encima de la cabeza para una flagelación, pueden ser muy peligrosas si se utilizan para suspender. Las hembrillas se identifican fácilmente por la abertura que existe cerca de la base. Recuerda: la única cosa que hay entre tu pareja y el suelo son tornillos, fricción y madera destrozada. Si la madera cede o tu pareja empieza a girar sin las ventajas de un soporte giratorio, tu escena puede acabar con un final desastroso y accidentado. Nota: En algunos sitios de juego se usan pernos de ojo. Estos pernos, combinados con grandes arandelas y contratueras se pueden hacer muy seguros.



Figura 4  
Perno de ojo (Arriba)  
Hembrilla (Abajo)

3. Utiliza equipo especializado – Si no fuera por los dos puntos anteriores, respecto a la seguridad este sería el número uno. Por encima de todo y si es posible utiliza equipo que se haya diseñado específicamente para suspensiones. Consulta a los monitores de los lugares de juego de la mazmorra o al grupo local de aficionados a las cuerdas para encontrar el equipamiento adecuado.
4. Utiliza elementos estructurales – Si falla el punto tercero de arriba, mi regla de oro general es atar a un elemento de la estructura del edificio que se haya hecho para soportar el peso humano. La mayor parte de las veces esto incluye vigas que soporten viguetas de suelo o vigas de techo. Nota: he estado en muchas mazmorras situadas en edificios comerciales de techo plano. Si pretendes utilizar una “maraña de viguetas reforzadas en acero” como punto de suspensión, nunca la enganches a la parte inferior de la estructura (Figura 5).
5. “Mete un anillo” – Si no puedes alcanzar el punto al que te gustaría atar sin una escalera de peldaños, engancha primero un anillo o un mosquetón al equipo. De esta forma no te pillarás desequilibrado mientras lo estás atando y no malgastarás una tonelada de cuerda en las líneas de sustentación.



Figura 5  
Viguetas de techos  
comerciales

Nota: Este es un asunto ampliamente tratado y aquí solo he arañado la superficie. Jim Duvall (Seattle, WA) ha dado unas cuantas clases describiendo con gran detalle la selección de los puntos de anclaje. Si es posible, recomiendo vivamente asistir a estas clases si tienes la oportunidad de verlas en tu zona.

## Conclusión: Guía de Campo de la Suspensión

Como educador, he dado unas cuantas clases de suspensión de “cero a 90 minutos”. Cada vez me he ceñido a una atadura muy segura y repetible y he terminado la clase con sentimientos mezclados, preocupado, la mayor parte de las veces, de haber hecho un flaco favor a los asistentes. Han realizado una suspensión, claro, pero al final se quedó en una reseña deslavazada, al faltarle el contexto que espero haber facilitado aquí. La página que sigue resume ese contexto, facilitando los niveles de riesgo según unas cuantas variables de la suspensión. Se trata de un borrador, con estimaciones arbitrarias basadas únicamente en mis experiencias, serán bienvenidas las aportaciones.

Juega sabiamente y ¡gracias por leerlo!

**LqqkOut**  
[lqqkout@kinkfriendly.org](mailto:lqqkout@kinkfriendly.org)

	<b>Riesgo Bajo (1)</b> Poca Tensión, Gran Comodidad, Larga Duración, con Asistencia	(2)	<b>Riesgo Medio (3)</b> Suspensión Típica, Con Práctica, Todavía Aprendiendo	(4)	<b>Riesgo Alto (5)</b> Dolor / Tensión Altos, Poca Comodidad, Corta Duración, RACK <sup>1</sup>
<b>Total/Parcial</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Tumbado en el suelo</li> <li>▪ Miembro/miembros suspendidos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ De rodillas, en cuclillas</li> <li>▪ Rodillas y/o codos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sobre un solo pie</li> <li>▪ “Postura de grúa”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Tocando el suelo con nariz/pequeña parte del cuerpo</li> <li>▪ Suspensión “Parcial” ;)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sin contacto con el suelo</li> </ul>
<b>Elevación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sumiso en el suelo</li> <li>▪ Suspensión parcial</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ A unas pulgadas del suelo</li> <li>▪ Fácil de levantar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ A muchos pies del suelo</li> <li>▪ Al alcance del Dominante</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Precisa Dominante para usar puntas de los pies, Equilibrio incómodo</li> <li>▪ Difícil de levantar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sumiso completamente fuera del alcance sin grúa, escalera, etc.</li> </ul>
<b>Exigencia Física</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Tipo hamaca</li> <li>▪ Cuerpo bien soportado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 4-6 Puntos enganche</li> <li>▪ Exige equilibrio para levantar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Solo arnés de cintura</li> <li>▪ Útil fuerza en torso</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Enganches mínimos</li> <li>▪ Solo arnés de pecho</li> <li>▪ Precisa fortaleza global y flexibilidad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Punto único - Tobillo, muslo, etc</li> <li>▪ Precisa fortaleza global y flexibilidad</li> </ul>
<b>Puntos Elevados</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Equipo dedicado</li> <li>▪ Puntos múltiples</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Componentes estructura</li> <li>▪ Puntos múltiples</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Componentes estructura</li> <li>▪ Punto único elevado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Equipo dedicado</li> <li>▪ Punto único elevado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Punto único “ad hoc”</li> <li>▪ Rama de árbol, etc</li> </ul>

<sup>1</sup> N. del T.: RACK, Risk Aware Consensual Kink, Perversión Consensuada Consciente del Riesgo. Ver artículo de Gary Switch en el nº 8 de Cuadernos de BDSM

	<b>Riesgo Bajo (1)</b> Poca Tensión, Gran Comodidad, Larga Duración, con Asistencia	(2)	<b>Riesgo Medio (3)</b> Suspensión Típica, Con Práctica, Todavía Aprendiendo	(4)	<b>Riesgo Alto (5)</b> Dolor / Tensión Altos, Poca Comodidad, Corta Duración, RACK <sup>1</sup>
<b>Método de “Despegue”</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ No Procede – Suspensión Parcial</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sentar y Balancear</li> <li>▪ Basado en Asiento Suizo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Grúa: Elevación lenta desde posición sentado/tumbado</li> <li>▪ Fácil ajuste/marcha atrás</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Rotación: primero asegurar arnés, luego levantar miembros individuales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ “Fe ciega” - Pre-atado, Repentino</li> <li>▪ Elevación por ayudantes</li> </ul>
<b>Tiempo de pie/Fatiga</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ataduras bien preparadas antes de comenzar la escena</li> <li>▪ Se permite ir al baño</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ataduras preparadas mientras está sentado/arrodillado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Arnés apretado rápidamente mientras está de pie</li> <li>▪ La mayoría de las ataduras en el aire</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Preparación extensa</li> <li>▪ Posturas incómodas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Comienzo con suspensión parcial</li> <li>▪ Apuro/Suplicio</li> </ul>
<b>Ruta de Escape</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ya en tierra</li> <li>▪ Desatado mínimo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ponerse en pie</li> <li>▪ Bajar con Grúa/Torno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Levantar y desenganchar a la pareja (Punto único)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Colocar silla/mesa como apoyo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Múltiples ayudantes</li> <li>▪ Se necesita elevar o cortar</li> </ul>
<b>Velocidad / Eficiencia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Rápido/Eficiente</li> <li>▪ Movimientos practicados</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Metódico</li> <li>▪ Comprobar/Revisar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Aumento de confianza</li> <li>▪ Algún titubeo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sin experiencia</li> <li>▪ Pausas frecuentes/Reatado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sin experiencia</li> <li>▪ Consulta de libros</li> </ul>
<b>Cooperación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sumiso puede hablar/ponerse en pie/sentarse/usar brazos</li> <li>▪ Sumiso ayuda a atar</li> <li>▪ Dinámica de Laboratorio/Aprendizaje</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sumiso experimentado</li> <li>▪ Buena comunicación</li> <li>▪ Válido para cosas articuladas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sumiso atado con arnés de pecho/Embutidor de brazos</li> <li>▪ Movilidad limitada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sumiso casi siempre inmovilizado</li> <li>▪ Incapacidad de redistribuir el peso</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sumiso inmovilizado, sin hablar, sin posibilidad de ayudar</li> </ul>

	<b>Riesgo Bajo (1)</b> Poca Tensión, Gran Comodidad, Larga Duración, con Asistencia	(2)	<b>Riesgo Medio (3)</b> Suspensión Típica, Con Práctica, Todavía Aprendiendo	(4)	<b>Riesgo Alto (5)</b> Dolor / Tensión Altos, Poca Comodidad, Corta Duración, RACK <sup>1</sup>
<b>Urgencia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ No hay prisas</li> <li>▪ Tipo hamaca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Tiempo de Laboratorio/Práctica</li> <li>▪ Progresión planificada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ “Aviso de 2 Minutos”</li> <li>▪ Posturas experimentales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Postura intensa</li> <li>▪ Fotos tipo guerrilla</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ “Necesito sentarme”</li> <li>▪ Situación de emergencia</li> </ul>
<b>Dinámica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sumiso libre de moverse y ajustar cuando lo necesite</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Baile de cuerda</li> <li>▪ La mayoría de los miembros libre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Progresión mediante posturas múltiples</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Movimientos limitados</li> <li>▪ Cierta posibilidad de lucha</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sumiso inmovilizado</li> <li>▪ Incapacidad de ajuste</li> </ul>
<b>Asistencia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Instrucciones una a una</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ayudante experimentado</li> <li>▪ Colaboración de Dominante</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fiesta para jugar</li> <li>▪ Amigos cercanos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Solo con tu pareja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Autosuspensión</li> <li>▪ Sin ayudantes</li> </ul>

## ¿NOS VAMOS DE COMPRAS? UTENSILIOS PARA AZOTAR: EL LATIGO

Por **Ama Lena**

Es habitual ir a una tienda o comercio Sex shop y encontrar diversos juguetes para azotes, desde palas de madera a látigos de raros materiales.

Aparte de la mano, instrumento insustituible, los látigos, paletas, azotes, gatos, y casi cualquier superficie plana es válida para esos usos. Todo será cuestión de saber qué utilidad y cuánto tiempo queremos disfrutarlos.

En algunos comercios, intentarán vender los empaquetados, que están bien para juegos suaves o partes muy sensibles del cuerpo, pero si lo que queremos es un látigo de verdad, estas cosas hay que saberlas:

Partes del Látigo:

- Cracker o Popper (el "chasqueador", la punta final intercambiable)
- Fall (la parte entre el cracker y el cuerpo trenzado del látigo)
- Thong (el cuerpo en sí...)

El grosor, vendrá dado por el alma y sus tiras:

De 4, 8, 12, 14, 16... y hasta 24.

Bueno, en teoría los de 12 hebras son más flexibles, pero en la práctica no siempre, ya que al tener hebras más delgadas el trenzado resulta más duro. Ambos funcionan muy bien cuando están "asentados", es decir, usados.

Los de 12 hebras tienen una apariencia más fina al ser las tiras de cuero más delgadas, pero los de 8 al tener las tiras más gruesas tienen la ventaja en durabilidad sobre terrenos abrasivos. Por esto, son muy indicados para trabajo duro o para principiantes, ojo, practicar sobre un cuerpo no tiene nada que ver con las prácticas y el coger experiencia sobre un árbol o madera...

El "alma" puede ser de madera, al igual que el mango, textil, son los habituales en tiendas de productos para equitación, incluso hay quien, de forma inteligente, la va haciendo con los hilos del trenzado, lo que hace que sea flexible y a la vez resistente. Pueden ser de varias pieles, de canguro, de vaca, de toro (vergajo).

Pero para saber más de ellos: [Látigos](#) <sup>1</sup>

Como aviso final, siempre hay que tener en cuenta varias cosas:

- El dolor de un latigazo es del interior al exterior de la zona golpeada, por lo que en un primer momento puede parecer que no duele, pero en dos, tres segundos, estar en el suelo retorcido.
- Producen quemadura y la marca es complicada de quitar ni de disimular.
- Siempre, siempre, recordad que la persona puede disfrutar del dolor, pero no de las heridas y de la consecuente curación de las mismas, incluso, puede no poder justificarlas.

Pondré varias imágenes y luego, cada cual elige el suyo.



**-Latig Love-**

Este, por ejemplo es de piel de canguro, su medida y el grosor hacen que su trabajo pueda durar casi un mes, puesto que hay que curar la piel, tensar, cortar, etc.

<sup>1</sup> <http://es.wikipedia.org/wiki/Látigo>

¿Su precio? Dependiendo de la medida, van de los 150€ en medidas de 1.00m, a los 350€ para medidas de 3.50m.



**-P&D-**

Este otro es de piel de vaca, aunque su trabajo casi lleva el mismo tiempo, al tener que ser teñido para conseguir ese bonito color rojo, puede llevar más tiempo el tenerlo a disposición...

Su precio desde los 100€ para 1.50m a los 200€ para medidas superiores.

Un saludo,

**Ama Lena**  
[www.elrincondelena.com](http://www.elrincondelena.com)

## BDSM Y LEY: ANÁLISIS DE NOTICIA EN PRENSA

### “ABSUELVEN A UN HOMBRE DE LOS DELITOS DE MALOS TRATOS Y VIOLACIÓN POR QUE A SU MUJER LE GUSTABA EL SADO”

*La Audiencia Provincial de Alicante ha absuelto a un hombre de los delitos de malos tratos y violación al considerar que **no existen pruebas suficientes para condenarle** y sí indicios de que el matrimonio **mantenía habitualmente prácticas sadomasoquistas**.*

(...)

*Ante la falta de más pruebas, la Audiencia entiende que éste es "un **dato curioso de especial relevancia**" para entender el caso. Según los jueces, el sado puede implicar moratones en la pareja y "entraña unos comportamientos de dominio de uno con sumisión del otro, en los que se producen situaciones ficticias de resistencia". Y que la negativa de la mujer a tener sexo "podría enmarcarse en fantasía".*

Publicado por la edición digital del diario “El Mundo” en fecha 20/04/11

<http://www.elmundo.es/elmundo/2011/04/20/alicante/1303288255.html>

Atraídos por esta noticia, hemos consultado a nuestro colaborador en temas legales, Sr\_De\_Ayala, quien nos ofrece esta primera impresión acerca de ella y sus posibles repercusiones. A continuación reproducimos su respuesta:

Según una noticia publicada en el diario el mundo el pasado día 20/04/2011 la audiencia provincial de Alicante ha absuelto a un hombre al que el Ministerio Fiscal acusaba de un delito de Malos tratos y uno de violación basándose en que no existían pruebas de la comisión del delito y **sí indicios de que el matrimonio mantenía habitualmente prácticas sadomasoquistas**

En primer lugar indicar que para esta breve reseña nos basamos únicamente en la noticia publicada en los medios de comunicación, al no disponer hasta el momento del texto de la sentencia completa y que una vez que dispongamos de la misma la analizaremos en profundidad.

Hay que advertir que la sentencia de la audiencia provincial **no es vinculante** para ningún otro tribunal, lo que quiere decir que ante un hecho idéntico nos podríamos encontrar con sentencias distintas e incluso contradictorias . Igualmente aclarar que la sentencia no es firme y dados los delitos “malos tratos y violación” por los que acusaba el Ministerio Fiscal y la pena que solicitaba 12 años de prisión es prácticamente seguro el recurso del Ministerio Publico ante el Tribunal Supremo.

En cuanto al contenido de la misma, la Audiencia provincial absolvió al acusado, marido y Amo, al estimar que la única prueba de los delitos eran la declaración de la mujer y la existencia de unos moratones (con el consiguiente parte de lesiones), lo que sí parece que la sentencia considera probado es la práctica de forma habitual, esta característica reviste gran importancia, pues difícilmente el argumento de la sentencia podría ser aplicado a relaciones esporádicas; de prácticas sadomasoquistas las cuales podrían ser la causa de las lesiones.

Esta sentencia podría inducir a pensar que el consentimiento no debe ser puntual, es decir en cada momento, y nada más lejos de la realidad puesto que la sentencia lo único que afirma es que si bien la mujer manifestó que las relaciones no fueron consentidas; ante la falta de pruebas de ello hay que fallar a favor de la presunción de inocencia.

En resumen nos encontramos ante una sentencia que no es vinculante para otros tribunales, aunque sí alegable; que será seguramente recurrida; que hace referencia exclusivamente a relaciones habituales (estables) y que establece un precedente interesante que habrá que seguir para saber en si adquiere firmeza o en su caso el pronunciamiento del supremo.

**Sr\_De\_Ayala**

## EL RINCON DEL GALENO

Les recordamos que para cualquier duda o consulta sobre salud, relacionada con la práctica del BDSM, pueden escribir a:

[cuadernosbdsm@gmail.com](mailto:cuadernosbdsm@gmail.com)

Y sus mensajes serán transmitidos al **Señor galeno** para su respuesta.

**ATENCIÓN:** el objetivo de esta sección es únicamente preventivo, y pretende resolver dudas generales a través de casos particulares. Jamás debe considerarse como una consulta médica. Cualquier problema médico, debe ser valorado por UN MÉDICO PRESENCIAL

## DE CINE...

### AÑO BISIESTO

El 29 de abril se estrenó en España esta película mexicana, dirigida por Michael Rowe y ganadora de la Cámara de Oro en Cannes

“*Año Bisiesto*” narra la historia de una relación sadomasoquista entre Ana, una joven periodista y su nueva pareja, que le descubre los placeres del sadomasoquismo. Según el director, la película retoma “*esta posición de víctima de la mujer y la invierte y la pone como la que se hace con el poder y la que está moviendo todos los hilos de la relación víctima-verdugo*”, en una referencia indirecta al poder que ejerce desde la sombra la mujer en México.



Mucho erotismo, escenas de humillación y fetichismo, violencia, manipulación, y la soledad y ansias de amor de los personajes en un único escenario, el apartamento de Ana.

Pueden ver aquí el trailer de la película:

<http://vimeo.com/13172515>

### MY NORMAL

“*My Normal*” es la historia de Natalie, una joven lesbiana de Lower East Side, que está luchando por encontrar un equilibrio entre sus sueños de convertirse en cineasta y su estido de vida como dominatrix. Su aspecto exótico y técnicas poco convencionales hacen de ella una de las más deseables amantes del underground de Nueva York.

Después de hacerse amiga de su distribuidor de maria y una encendida relación amorosa con su nueva chica, Natalie consigue una beca en una película.

Pero si todo lo que ella quiso se hace realidad, ¿por qué su vida se desmorona?. Cuando parece que todo está perdido, Natalie comprende que la única manera de convertir sus sueños en realidad es usar sus talentos como dominatrix para conseguir exactamente lo que desea.”



Esta película se presentó en febrero en el V Festival Internacional de Cine Gay y Lésbico de Tenerife (Festival del Sol). Pueden ver aquí el trailer

[http://www.youtube.com/watch?v=HSi5P-z64to&feature=player\\_embedded](http://www.youtube.com/watch?v=HSi5P-z64to&feature=player_embedded)

# Diez preguntas sobre BDSM<sup>1</sup>

por WhipMaster

Fotografías de Anitch Jefferson

## 1- ¿Qué es el BDSM?

BDSM es el acrónimo de *Bondage* (=Ataduras), *Disciplina*, *Dominación*, *Sumisión*, *Sadismo* y *Masochismo*. O sea, seis conceptos distintos sintetizados en cuatro iniciales, de forma que la D y la S tienen valor doble.

Se trata de una forma de sexualidad alternativa. Una forma diferente de buscar el placer, más allá del sexo convencional, que puede resultar extraordinariamente gratificante.



El BDSM engloba prácticas diversas pero a menudo conectadas entre ellas que responden a fantasías sexuales profundamente arraigadas (aunque frecuentemente reprimidas) y que consisten, principalmente, en la búsqueda del placer mediante la Dominación/sumisión, la estimulación por el dolor, las ataduras, el fetichismo, etc.

Puesto que se trata de prácticas que implican algunos riesgos, deben llevarse a cabo, siempre, con el pleno consentimiento de la pareja y de forma consciente, sensata y segura. Si no es así, no es BDSM.

El concepto BDSM es más amplio que otras denominaciones, tradicionalmente arraigadas, como sado, SM (sadomasoquismo, sado-maso), o D/s (Dominación/sumisión) que sin embargo siguen siendo utilizadas.

---

<sup>1</sup> Agradecimientos: Alba Drevnerusky, Anitch Jefferson, Dragón, Loves Beck, Mauricia Parx, Morticia Koenkamp, Nudoss Aabye, Pao Ansar, Yokana Moonwall.

Las imágenes que acompañan este texto han sido editadas por Anitch Jefferson, que es propietaria de los derechos de las mismas así como la protagonista de la mayoría de ellas. Algunas de estas fotos fueron obtenidas en el Fetish Café de Dómina Zara, a quien expresamos nuestro agradecimiento por su amabilidad.

## 2- ¿Puedes decirme algo más acerca de las prácticas BDSM?

Como te decía, las prácticas BDSM responden a fantasías sexuales profundamente arraigadas. La fantasía es la materia prima del BDSM. Trata de imaginar el potencial erótico de un cachete en el culo en el momento oportuno o lo excitante que puede resultar hacer el amor con los ojos vendados o con tu pareja esposada.

Una de las principales prácticas BDSM son las ataduras (en inglés, *bondage*) y su exquisita variante japonesa, el *kinbaku* o *shibari*. Es la fantasía de las esposas elevada al máximo refinamiento. Hay personas capaces de hacer auténticas maravillas anudando cuerdas alrededor del cuerpo de su pareja. Y por supuesto personas que disfrutan satisfaciendo el deseo de su pareja mientras permanecen atadas, inmovilizadas o con los movimientos restringidos.

Uno de los significados de disciplinar es azotar y una disciplina es un instrumento que sirve para azotar. Así pues, cuando hablamos de disciplina nos estamos refiriendo, principalmente, a los azotes y la flagelación erótica. Lo que en inglés se denomina *spanking*, que admite una amplia gama de intensidades y que se puede poner en práctica con las manos, con una zapatilla, con el cinturón, con una fusta, o con una amplia variedad de objetos. La imaginación no tiene límites. Para una gran mayoría de personas, uno o unos pocos cachetes suaves son más que suficientes para generar un estímulo erótico. Pero también hay personas que buscan estímulos más fuertes.



SM, sadismo y masoquismo, sadomasoquismo, se refiere, precisamente, a aquellas prácticas que persiguen la estimulación y la búsqueda del placer mediante la mortificación o el dolor (los mismos azotes, los mordiscos, la aplicación de pinzas en los pezones, el goteo de cera sobre el cuerpo y un larguísimo etcétera). Subrayo algo muy importante: en el BDSM el dolor es un medio para alcanzar el placer. No un fin en sí mismo.

Una de las imágenes más típicas y tópicas con la que muchas personas identifican habitualmente el “sado” es la del hombre sumiso puesto a los pies de una mujer dominante, vestida de cuero y de expresión adusta. Sin embargo esto no es sado propiamente dicho si no Dominación/sumisión (o D/s, para abreviar) algo que generalmente se entremezcla con otras cosas como la humillación o el fetichismo (del cuero, el látex, los zapatos de tacón de aguja o las botas altas, por poner tan sólo algunos ejemplos bastante comunes).

El BDSM tiene mucho de paradójico. ¿O no es paradoja que el dolor pueda ser causa de placer? Sin embargo, esto es algo que tiene explicación científica. La clave está en las endorfinas. Otras paradojas BDSM, como que la sumisión y la entrega a una persona dominante constituyen un acto de libertad, son meras contradicciones semánticas.

Es relativamente frecuente, entre las personas iniciadas en el tema, hablar de juegos - transportando el *play* inglés- en lugar de prácticas, que parece una palabra más técnica.

Existen listas de prácticas (*playlist*, en inglés) en las que puedes encontrar referenciadas muchas de las que caben dentro del amplísimo abanico de posibilidades que ofrece el BDSM. Estas listas de prácticas son útiles para explorarlo sobre el papel y fantasear, individualmente o en pareja.

### 3- ¿En qué consiste la D/s?

Como acabamos de ver, la Dominación/sumisión o D/s es una de las facetas del BDSM. La destacamos porque posiblemente sea la más transversal, la más entrelazada con las demás prácticas BDSM.

La gran mayoría de juegos BDSM se plantean como situaciones D/s en las que uno de los componentes de la pareja asume un rol dominante mientras que el otro le cede el control, asumiendo un rol sumiso. Por eso las relaciones BDSM han sido definidas como relaciones de cesión de poder o de intercambio de poder.



La persona dominante es la que asume el control, o sea, la iniciativa y la responsabilidad de dirigir la búsqueda del placer dentro de los límites consensuados con su pareja. A la persona dominante le corresponde administrar los deseos de la persona sumisa y encontrar formas creativas e imaginativas de desarrollar las fantasías BDSM compartidas. El placer de la persona dominante radica en la erotización de una mezcla de sensaciones como poder, transgresión, vértigo, libre expansión del deseo contando con la entrega y la complicidad de la persona sumisa, etc.

Sinónimos de dominante son: Amo/Ama, Señor/Señora, Master/Mistress, Dom/Domme, Dómina o Dominatrix, Top, etc.

La persona sumisa es la que voluntariamente cede el control a su dominante en una escena BDSM y se entrega a él porque confía y tiene la certeza de que sus propios límites y los términos consensuados van a ser respetados. Los testimonios personales de muchas personas sumisas suelen coincidir en que su mayor deseo es complacer a su dominante y verlo satisfecho. Sumisión no significa pasividad. Al contrario, requiere buenas dosis de complicidad y de sutileza para interactuar de forma proactiva con la persona dominante, insinuando, sugiriendo, provocando, seduciendo, estimulando, excitando...

Sinónimos de sumiso/sumisa son sub o *bottom*. Una cuestión muy debatida en foros y tertulias sobre el tema es la diferencia entre sumisión y esclavitud, si es que existe. O bien si “esclavo” o “esclava” son aceptables como sinónimos de “sumiso” o “sumisa”. A mi juicio, la respuesta es obvia: la esclavitud ya fue abolida hace mucho tiempo pero mientras se trate de BDSM y por tanto de algo consensuado, la persona sumisa puede ser llamada como mejor guste. Se trata, al fin y al cabo, de incorporar el lenguaje al desarrollo de las fantasías BDSM como un elemento generador de estímulos. En este sentido “esclavo” o “esclava” son palabras muy sugerentes.



Otros elementos generadores de estímulos que, como determinadas palabras o vocabulario, contribuyen a alimentar las fantasías BDSM, son los contratos de sumisión (documento sin ningún valor efectivo por el que la persona sumisa verbaliza la entrega a su dominante), ciertas reglas o pautas de comportamiento, algunas formas de protocolo y etiqueta (por ejemplo, la persona sumisa dirigiéndose a su dominante llamándole Amo/Ama, Señor/Señora), etc. Pero nada de esto es obligatorio y todo depende de la intensidad que busque cada pareja, de sus gustos y de las fantasías que desee vivir, así como del nivel de formalidad con el que quiera desarrollar su relación.

Huelga decir que las relaciones BDSM, por muy formales que sean, no están reñidas ni con el sentido del humor ni con la seducción, la ternura, las caricias, los besos o el cariño, si no todo lo contrario. Y que una persona asuma un rol dominante o sumiso dentro de un juego BDSM no implica, ni mucho menos, que lo sea o tenga que serlo fuera de ella. Con frecuencia es justamente lo contrario.

Dos son los roles propios de una relación BDSM, dominante y sumiso, aunque hay personas que alternan ambos roles y que disfrutan plenamente de cada uno de ellos, según las situaciones. Son los denominados ambivalentes o *switch* (uno de cuyos significados, en inglés, es cambiar o intercambiar).

#### 4- ¿Qué significa SSC?

SSC es el acrónimo de Sensato, Seguro y Consensuado (traducción aproximativa del inglés *Sane, Safe, Consensual*).

Una de las formas de explicar el BDSM es por analogía respecto al juego, en la medida que es algo que se practica por placer obedeciendo a unas reglas específicas. Para jugar es necesario conocerlas bien y respetarlas. El SSC constituye una de estas reglas o principios éticos fundamentales, posiblemente el más importante. Se dice que no es BDSM si no es sensato, seguro y consensuado.<sup>2</sup>

A mí me gusta añadir, además, que debe ser practicado de forma plenamente consciente, es decir, con pleno conocimiento de lo que se hace.

Cuando alguien se decide a desarrollar sus fantasías y a evolucionar del cachete puntual o del juego esporádico con esposas hacia cosas más intensas, surge el riesgo de una eventual confusión con el abuso, la violencia o el maltrato, que son cosas execrables, repugnantes y que además están fuera de la ley. Para que esta indeseable confusión no se produzca de ninguna manera, ambos componentes de la pareja han de estar plenamente de acuerdo. El consentimiento delimita la frontera entre el BDSM y el abismo. De hecho, delimita la última frontera de cualquier tipo de relación sexual. Pero muy especialmente cuando se trata de BDSM puesto que implica ciertas dosis de violencia simbólica. Los azotes, por ejemplo. Un cachete, un azote, un pellizco, etc. no serán nunca BDSM si antes no existe consentimiento, ganas, voluntad y acuerdo para que lo sean.

Nadie puede escudarse en el BDSM para llevar a su pareja hacia terrenos no deseados por ella, puesto que la ley está por encima de todo y las leyes de violencia de género son especialmente sensibles hacia estas cosas. Consenso implica respeto absoluto a la ley y a la otra persona, a su libertad y a su privacidad, a su integridad física y psíquica y a sus límites.

<sup>2</sup> Stein, David: "Seguro. Sensato. Consensuado. La creación de una consigna". *Cuadernos de BDSM* núm. 8, julio 2009, p. 22-31. Accesible en línea desde <http://cuadernosbdsm.sadomania.net/cuadernos/CBDSM8.pdf>



## 5- ¿Qué riesgos implica el BDSM?

A medida que una pareja se va adentrando en estas prácticas y expandiendo su fantasía aparecen algunos riesgos. Pero no hay que dramatizar. De ninguna manera se trata de riesgos inasumibles para una gran mayoría de personas y físicamente no son mayores que los que implican determinadas prácticas deportivas, por ejemplo. Son riesgos que no deben ser ignorados pero que pueden prevenirse y minimizarse perfectamente si se identifican convenientemente y si se actúa con prudencia, sensatez y cautela.

Si cuando se habla de BDSM se hace énfasis en los riesgos no es tanto por la gravedad de éstos como para subrayar lo fundamental: el BDSM ha de ser seguro y debe practicarse con pleno conocimiento de lo que se trata y de lo que implica.

En este sentido, otra de las reglas o principios éticos fundamentales del BDSM es el llamado RACK o RACSA, acrónimo, este último, de riesgo asumido y consensuado para prácticas de sexualidad alternativa (traducción del inglés *Risk Aware Consensual Kink RACK*). El RACSA establece la obligatoriedad de conocer los riesgos que implican las diversas prácticas BDSM, consensuarlos y prevenirlos adecuadamente.<sup>3</sup>

En tanto que el RACSA se inscribe en el marco de una relación consensuada o consentida, es de algún modo consecuencia y complemento del SSC e implica ambos componentes de la pareja por igual.



Es evidente que no se puede atar a alguien si no se sabe, por ejemplo, cuales son los nudos apropiados para no lesionarle o hasta donde se pueden forzar sus articulaciones. Igual que no se puede hacer una sesión de *spanking* desconociendo el manejo de los instrumentos apropiados o qué partes del cuerpo son adecuadas para recibir unos azotes con los que no se trata de hacer daño si no, insisto, estimular a la pareja y encontrar placer.

De la misma forma que ambos componentes de la pareja han de ser conscientes de los riesgos, es igualmente imprescindible, fundamental, que compartan el conocimiento de los límites respectivos y el compromiso mutuo de respetarlos. Saber hasta dónde se desea llegar para no sentirse forzado o para no encontrarse ante situaciones indeseadas. Las líneas rojas que no se desea traspasar o las cosas que se prefiere explorar con mucha cautela antes de decidir si merece la pena adentrarse en ellas para encontrar más placer.

<sup>3</sup> Switch, Gary: "Origen sadomasoquista del RACK. RACK frente a SSC". *Cuadernos de BDSM* núm. 8, julio 2009, p. 41-42. Accesible en línea desde <http://cuadernosbdsm.sadomania.net/cuadernos/CBDSM8.pdf>

Hay que conocer los riesgos, respetar los límites y por supuesto tomar todas las precauciones y medidas de seguridad necesarias en función de las prácticas que se vayan a llevar a cabo. Si tu pareja se siente segura contigo será mucho más fácil que os concentréis en lo esencial: la búsqueda del placer.

Frecuentemente el BDSM no se practica con la pareja estable si no con parejas ocasionales o en el marco de relaciones informales, incluso abiertas a terceras o cuartas personas. También es importante tomar precauciones en este sentido y profundizar tanto como sea posible en el mutuo conocimiento antes de practicar BDSM. Aunque es algo de sentido común, no está de más recordarlo.

Un riesgo al que están expuestas las personas recién llegadas al BDSM vía chats, foros, etc. es el de encontrarse ante situaciones no deseadas, quizás por haber querido ir demasiado deprisa o por haber confiado en gente que no merecía esta confianza. Por desgracia este tipo de gente existe fuera y dentro del BDSM y por esta razón es importante informarse, no dejarse llevar por impulsos, no precipitarse y hablar mucho con la otra persona y a poder ser con otras de su entorno antes de establecer una relación.

Además de riesgos físicos, el BDSM puede implicar riesgos psicológicos si se practica en el marco de relaciones faltas de sensatez. De todos modos, los riesgos psicológicos no derivan de las prácticas BDSM propiamente dichas si no de las personas que las llevan a cabo y de la forma como se plantee su relación. Un buen conocimiento de la pareja, el sentido común, la prudencia y una actitud realista (es decir, ajustada a la realidad, no fantasiosa) son probablemente los mejores antidotos ante este tipo de riesgos.<sup>4</sup>

Por último quisiera señalar que un factor de riesgo nada desdeñable para los practicantes del BDSM son los prejuicios sociales alrededor del tema. Algunas veces hemos visto que personas conocidas han sido denigradas o puestas en la picota en los medios tras haberse hecho públicas sus prácticas BDSM privadas (incluso violando su intimidad en aras del sensacionalismo).

## 6- ¿BDSM o sadomasoquismo?

BDSM es un concepto puesto en circulación a principios de los años noventa del siglo XX en relación con la reivindicación en positivo de las sexualidades alternativas. Sadomasoquismo, en cambio, es un concepto antiguo, acuñado en el ámbito de la psicopatología y con muchas connotaciones peyorativas.

Por esto es preferible hablar de BDSM en lugar de sado, sadomasoquismo, sado-maso, SM, etc.

<sup>4</sup> Los riesgos psicológicos y particularmente los riesgos derivados de relaciones conflictivas y potencialmente destructivas han sido certeramente analizados desde el punto de vista de la psicología clínica por Felina en un número especial de los *Cuadernos de BDSM*. Véase: “El lado oscuro del BDSM: las relaciones destructivas”, *Cuadernos de BDSM* Especial núm. 2, abril 2011. Accesible en línea desde <http://cuadernosbdsmsadomania.net/cuadernos/CBDSMESPECIAL-02.pdf>

Por esto y también porque BDSM es un concepto mucho más amplio y que abarca e interrelaciona muchas más cosas, tal como ya he señalado. El SM es sólo una parte del BDSM.

Y sobre todo: las fantasías y las prácticas que tienen cabida dentro del BDSM, en tanto que se trata de algo basado en el consenso mutuo y en la búsqueda del placer, están lejos del alcance del sadomasoquismo patológico, siendo muy importante evitar todo lo que pueda ser causa de confusión entre ambas cosas.

Por todo esto es preferible hablar de BDSM.

## 7- ¿Es el BDSM un juego sexual?

¿Juego? Ya dije que el BDSM puede explicarse por analogía respecto al juego, en la medida que es algo que se practica por placer obedeciendo a unas reglas específicas.

Pero de ninguna manera se trata de un juego banal, por todo lo que implica (toma de conciencia, consenso y negociación entre las partes, prevención de riesgos, responsabilidad, ética, liberación de pulsiones muy íntimas, etc.). De hecho, hay personas que viven intensamente el BDSM a las que la analogía con el juego no satisface. Para estas personas el BDSM es una filosofía o un estilo de vida.



¿Sexual? El BDSM es una forma de sexualidad alternativa. En muchas de sus prácticas el protagonismo de la componente genital es bastante relativo. Para muchos practicantes del BDSM el objetivo no es acabar echando un polvo si no alcanzar un estado de excitación prolongado. Desarrollando estas fantasías, muchas partes del cuerpo pueden convertirse en fuente de estímulos placenteros. También los sentidos cobran un protagonismo destacado. La vista, por ejemplo, dada la importancia que dentro del BDSM se otorga a la componente estética y a la puesta en escena. Más relevantes que los sensoriales son posiblemente los estímulos mentales que el BDSM proporciona. Tanto por las dosis de creatividad e imaginación que su puesta en práctica requiere como por que permite explorar y liberar instintos, morbos y fantasías en dosis muy elevadas y al fin y al cabo alcanzar placeres de gran intensidad. Placer sublime, sexo extremo o sexo gourmet, son algunas formas interesantes de adjetivación del BDSM.

En los ambientes BDSM se suele hablar de “gente vainilla” para referirse a las personas que practican sexo convencional. Se dice que es como quien se conforma con un sencillo helado de vainilla pudiendo elegir entre los más variados y exquisitos gustos y sabores.

En tanto que se puede disfrutar como fantasía o como un placer puramente mental, hay personas que practican un BDSM sin contacto físico, permaneciendo sólo en un plano ciber o manteniendo relaciones a distancia, por internet, el canal por el que una mayoría se acerca a la experiencia BDSM. Algunos se quedan en este nivel, porque no siempre es posible ir más allá. Al fin y al cabo es una opción tan válida (aunque seguramente no tan gratificante) como la de aquellas otras personas que pueden vivirlo en toda su intensidad, haciendo del BDSM su estilo de vida.

Una relación BDSM 24/7 es la que se vive 24 horas al día, 7 días a la semana, es decir, permanentemente, lo cual se puede entender y llevar a la práctica de formas muy diversas.

El BDSM puede disfrutarse de muchas formas y con muy variados matices e intensidades. Ninguna es mejor o peor que otra. Mientras canalices tus fantasías respetando a los demás (que es lo que en esencia se desprende de las reglas o principios éticos fundamentales que hemos comentado) tu opción, sea la que sea, será tan válida como la de cualquier otra persona, por muy experta que sea o diga ser.

## **8- ¿Existe una simbología BDSM?**

El BDSM tiene determinados símbolos y referentes culturales. Por esto se dice, a veces, que existe una cultura BDSM o que el BDSM constituye una subcultura. No obstante, me parece necesario precisar que de ninguna manera se trata de una simbología o de una cultura herméticas, sólo para iniciados, puesto que el BDSM no constituye ninguna secta o grupo cerrado. Para practicarlo no hay que militar en ningún grupo, comunidad, etc. ni hay que superar ningún ritual iniciático o practicar determinadas liturgias. Te basta con tu propia fantasía, las ganas y una pareja cómplice.

Es cierto que antaño, sobre todo antes de que existiera internet, el mundo BDSM vivía como en las catacumbas y, allí donde existían, las comunidades bedesemeras eran como núcleos muy cerrados en si mismos. Para estos la adopción de unos símbolos de identidad específicos era necesaria para reivindicarse y fortalecer el sentimiento de comunidad. En la actualidad, superada la etapa resistencial (aunque sin haberse alcanzado la normalidad, ni mucho menos), el BDSM se puede vivir de forma bastante más desinhibida y el valor de la simbología identitaria se ha relativizado bastante.

Persiste, sin embargo, el uso de determinados símbolos bien arraigados, tales como el triskel, comúnmente adoptado como icono del BDSM. Se trata de una variante del triskel céltico, con algunos detalles que lo singularizan.



Si ves a alguien con un anillo inspirado en el que aparecía en la película *Historia de O* es muy posible que se trate de una persona implicada en una relación BDSM. Consiste en un aro con una argollita que puede recordar un collar en miniatura.<sup>5</sup>

Además de símbolos identificadores como los que acabo de mencionar, muchos aspectos de las relaciones BDSM están cargados de simbolismo, dada la importancia que adquiere la puesta en escena a la hora de desarrollar fantasías BDSM con un cierto nivel de formalidad. Por ejemplo, cuando una persona dominante impone el collar a su sumiso o sumisa (la llamada “collarización”). O cuando una pareja BDSM formaliza su enlace (para lo que se inventó un ritual llamado “ceremonia de la rosa”). La forma de hablar y de comportarse una persona sumisa ante su dominante, al igual que su

<sup>5</sup> Un repaso más extenso a los símbolos identificadores está contenido en el documento *Simbología BDSM*, disponible en <http://bdewm.blogspot.com> [Consulta: abril 2011]

gestualidad o determinadas posturas, también pueden obedecer a determinadas reglas de etiqueta o protocolo, con un significado específico que cada pareja puede adaptar a sus propios gustos o circunstancias particulares.<sup>6</sup>



En cuanto a la forma de vestir, aunque no hay nada prescrito, es bastante frecuente la asociación entre el BDSM y el gusto por el cuero, el látex, los corsés o los zapatos de tacón de aguja, las botas altas, etc. Es frecuente que en fiestas y encuentros de gente del BDSM se exija indumentaria de cuero o látex o, como mínimo, vestir de negro (a esto se le llama “ir de código”).

El día 24 de julio (24/7) se celebra el día internacional del BDSM.<sup>7</sup> Desde 2009 se celebra también, durante el mes de enero, el *International Fetish Day*.<sup>8</sup>

Señalaré, por último, que el BDSM tiene como referentes determinadas obras literarias, películas, cómics, canciones, etc. entre las cuales sobresale *Historia de O*. En los foros dedicados al tema podrás encontrar, con relativa facilidad, listas de obras o canciones con contenidos explícitamente BDSM o afines.

## 9- Esto me atrae: ¿soy un bicho raro?

¿De verdad que has pensado esto? Pues quítatelo ya de la cabeza.

De todas formas te diré, por si de alguna manera te tranquiliza, que este es un pensamiento relativamente frecuente. La antigua confusión entre BDSM y sadomasoquismo patológico ha hecho y todavía hace mucho daño, a pesar de los esfuerzos reiterados por transmitir información seria sobre el tema (tanto desde sectores comprometidos como desde el ámbito académico) y de la progresiva normalización de las sexualidades alternativas.

Tampoco ayuda mucho la imagen del BDSM que puntualmente se refleja algunos medios y en determinados programas de gran audiencia, que a veces se apoyan en el viejo prejuicio de que el BDSM es el colmo de la perversión, cargándolo de dramatismo, explotando su aura de cosa prohibida y dando más notoriedad a los que

<sup>6</sup> Gabrel: “ El protocolo BDSM”. *Cuadernos de BDSM* núm. 4, septiembre 2008, p. 8-18. Accesible en línea desde <http://cuadernosbdsmsadomania.net/cuadernos/CBDSM4.pdf>

<sup>7</sup> Escuela Cibersumisas: “Manifiesto Día Internacional BDSM 24 de julio”. *Cuadernos de BDSM* núm. 2, febrero 2008, p. 23-24. Accesible en línea desde <http://cuadernosbdsmsadomania.net/cuadernos/CBDSM2.pdf>

<sup>8</sup> <http://www.internationalfetishday.com/> [Consulta: abril 2011]

viven profesionalmente del tema que a la gente que lo disfruta tranquilamente en la intimidad sobre la base de la complicidad, el cariño y el afecto mutuo. Obviamente, los primeros siempre serán más propensos y estarán más interesados que los segundos en aparecer en los medios. Más de una vez hemos visto programas que utilizan el BDSM de forma descaradamente sensacionalista o burlona. No es raro, por desgracia, que gente bedesemera (o presuntamente bedesemera) aparezca en shows televisivos entremezclada con frikis del más diverso pelaje o presentada como si perteneciera a alguna extraña secta de encapuchados.

Hay personas que no conocen ni sienten el tema y que sinceramente piensan, desde su desconocimiento, que es cosa de gente un poco rara o frustrada, para la que el BDSM sería un último recurso para encontrar pareja. Cuando se toma contacto con él y se profundiza mínimamente en su conocimiento se comprueba enseguida que los tópicos y los estereotipos que circulan por ahí no se ajustan a la realidad. Más bien se alejan considerablemente de ella. La gente que practica BDSM es gente normal y corriente y la base social y cultural del mundo BDSM es amplia, heterogénea y extraordinariamente diversa.<sup>9</sup>

No es menos cierto que la gente del BDSM acostumbra a ser prudentemente discreta y que raramente explicitará públicamente sus gustos si sabe o intuye que no se encuentra en un entorno favorable.

Debido a connotaciones culturales, religiosas, a la presión social, etc. también hay personas que tratan de ignorar, minimizar, rechazar o silenciar la atracción que en algún momento sienten por el BDSM o alguna de sus manifestaciones y que incluso se culpabilizan por tener este tipo de fantasías, considerándolas negativas.

Bastantes personas confiesan que su toma de contacto con el tema no estuvo exenta de ciertos conflictos internos. Por un lado les atraía fuertemente, pero por otro lado estaban ahí los temores y los prejuicios ancestrales. Por tanto no es tan extraño que surja la pregunta ¿soy un bicho raro?

Pues no. De ninguna manera. Este no es un gusto mayoritario. Para disfrutarlo hay que sentirlo y no todo el mundo lo siente. Pero no es nada raro, ni mucho menos.

Según datos del prestigioso Kinsey Institute, en los Estados Unidos, entre un 5 y un 10 % de la población practica BDSM aunque sea ocasionalmente. Asimismo, un 14 % de hombres y un 11 % de mujeres tuvieron en algún momento experiencias sexuales con toques BDSM. Más todavía: un 11 % de hombres y un 17 % de mujeres jugaron alguna vez con ataduras.<sup>10</sup>

<sup>9</sup> Una aproximación a la base social del BDSM desde el mundo anglosajón la ofrecen las encuestas de Gloria G. Brame. Véase por ejemplo <http://gloria-brame.com/therapy/bdmsurveyresults.html> [Consulta: abril 2011]

<sup>10</sup> Véase <http://www.kinseyinstitute.org/resources/FAQ.html#bdsm> [Consulta: abril 2011]

El mismo Kinsey Institute constata que la incidencia de trastornos psicopatológicos, depresión, ansiedad, etc. entre las personas que practican BDSM no presenta diferencias significativas con respecto a su incidencia entre el conjunto de la población.<sup>11</sup>

En España, según un estudio sobre actitudes y prácticas sexuales realizado por el CIS Centro de Investigaciones Sociológicas (estudio 2738, de 2008) un 4.8 % de las personas que usan juguetes para sus relaciones sexuales declaran que utilizan cosas para atar como esposas, grilletes, arneses o cuerdas.<sup>12</sup>



El mismo estudio ofrece datos interesantes sobre el consentimiento, una de las bases sobre las que se fundamenta la práctica del BDSM. Un 50.6 % se muestra muy de acuerdo con esta frase: *Mientras no se haga daño a nadie, y se trate de adultos que consienten libremente, nadie tiene por qué decir qué es lo que se puede o no hacer en una relación sexual*. Otro 43.1 % dice estar bastante de acuerdo. La suma de los muy de acuerdo y los bastante de acuerdo alcanza el 93.7 %.

<sup>11</sup> *Ibidem*.

<sup>12</sup> Centro de Investigaciones Sociológicas: *Actitudes y prácticas sexuales. Estudio nº 2738*. Febrero 2008. Accesible en línea desde [http://www.cis.es/cis/opencm/ES/1\\_encuestas/estudios/listaTematico.jsp?tema=118&todos=si](http://www.cis.es/cis/opencm/ES/1_encuestas/estudios/listaTematico.jsp?tema=118&todos=si)

En la misma onda, un 45.7 % dice estar muy de acuerdo con la frase *En una relación sexual vale todo, siempre que los dos estén totalmente de acuerdo* mientras que el 46.0 % está bastante de acuerdo.

También refiriéndose a España, el informe Durex sobre bienestar sexual GSWS de 2007-2008 atestigua que un 2 % de encuestados practica BDSM y que a un 4 % le gustaría incorporarlo a su vida sexual. Según la misma encuesta, a nivel global, el porcentaje de personas que practican BDSM, tanto hombres como mujeres, asciende al 3 %.<sup>13</sup>

Extrapolando estos datos (4 % de personas que desearían probar el BDSM y 2% de practicantes) podría suponerse, por ejemplo, que en un avión con 150 pasajeros a bordo, podrían encontrarse unas 6 personas interesadas por el BDSM y hasta 3 practicantes, que no es poco. O que en un centro de trabajo o en un aula universitaria de unas 50 personas podría haber por lo menos otra, además de ti, que fantasea con el tema.

O sea: no estás solo con tus fantasías BDSM. Hay mucha más gente completamente normal, como tú, que comparte estas fantasías, aunque a lo mejor no se atreve a expresarlas.

No lo atestigua únicamente el análisis sociológico. Indicio evidente del profundo arraigo de las fantasías BDSM es por ejemplo su utilización como recurso publicitario, algo relativamente frecuente. En la publicidad, movida por una industria potentísima que suele apelar a las emociones y los instintos básicos para vehicular sus mensajes, no es difícil encontrarse con guiños bedesemeros. Y no sólo en los anuncios. También en el ámbito de otras industrias no menos potentes, como la de la moda o la del espectáculo. Son sobradamente conocidos los toques bedesemeros que adornan los shows y los videoclips de cantantes como Madonna, Lady Gaga, Christina Aguilera, Rihanna, etc.



La estética fetichista que suele envolver las fantasías BDSM resulta tremendamente atractiva. Aunque lo que se ve en fotografías y películas son sueños que poco tienen que ver con el BDSM real, constituyen un potente llamador, como también lo son determinadas películas, cómics, u obras literarias que se aproximan al tema o se centran en él. Su belleza posee un extraordinario poder de seducción.

<sup>13</sup> Véase <http://www.durex.com/es-ES/SexualWellbeingSurvey/pages/default.aspx> [Consulta: abril 2011]

## 10- ¿Cómo puedo iniciarme?<sup>14</sup>

¿Te atrae?, ¿lo sientes?, ¿te gusta?, ¿te sientes cómodo con estas fantasías?, ¿tienes ganas de desarrollarlas y experimentarlas? Pues adelante, pero sin precipitarte y sin dejarte llevar por impulsos momentáneos.



Tómate tu tiempo y actúa reflexivamente. Avanza gradualmente, tatea. Busca información en internet, lee –tanto textos de ficción como de no ficción–, visualiza imágenes o películas, fantasea y explora tus propias reacciones para ir descubriendo lo que más te gusta, lo que te atrae pero a la vez temes, lo que decididamente rechazas, dónde situarías tus límites, cual sería tu rol, etc. Una vez lo tengas mínimamente claro puedes empezar a relacionarte. No hay escuelas de BDSM pero sí grupos y personas experimentadas dispuestas a ayudar a los novatos, aunque al fin y al cabo la iniciación al BDSM es en buena medida un proceso de autoaprendizaje y de autoconocimiento.

Los foros de internet, los chats, los grupos o las comunidades virtuales son un medio idóneo para las primeras tomas de contacto. La costumbre es entrar en ellos adoptando un seudónimo o *nickname*, algo habitual en los chats de cualquier temática. En el mundo BDSM la mayoría de la gente suele identificarse por su *nick* (sin ir más lejos,

<sup>14</sup> En el núm. 13 de los *Cuadernos de BDSM*, de septiembre de 2010, se encuentran recogidos numerosos testimonios personales sobre el proceso de llegada e iniciación al BDSM. Accesible en línea desde <http://cuadernosbdsm.sadomania.net/cuadernos/CBDSM13.pdf>

este texto lo firmo con el mío). Introdúctete, observa comportamientos, pregunta sin temor pero educadamente, asiste a charlas y tertulias virtuales, habla con las personas o grupos que te inspiren más confianza, pasa de las habladurías y cuando te sientas mínimamente afianzado trata de interactuar con otras personas, experimentar sensaciones y familiarizarte con ellas. Luego ya verás si estás dispuesto a adentrarte en el BDSM real. No te comprometas a nada ni con nadie hasta que no estés seguro de que es lo que realmente quieres y sobre todo se honesto y evita generar falsas expectativas, en los demás y contigo mismo.

Si te identificas como sumiso o sumisa, en los chats te lloverán propuestas de gente que enseguida querrá ser tu dominante. Este tipo de gente que tiene prisa no es recomendable para una primera experiencia, ni siquiera en internet. Desconfía asimismo de las personas que parecen vivir en un mundo de fantasía, ajenas a la realidad, y de las personas excesivamente celosas, manipuladoras, tramposas o poco respetuosas. Ser dominante no implica ser desconsiderado o grosero, si no todo lo contrario, igual que ser sumiso o sumisa no te obliga a servir a todos los dominantes que se crucen en tu camino. Si finalmente te decides a adentrarte en el BDSM real una buena forma de empezar es participar en alguna quedada, cena o encuentro, como los que organizan los grupos de internet. También existen clubs y locales especializados donde a menudo se organizan fiestas, tertulias o actividades. Los podrás localizar con relativa facilidad preguntando en los foros o a personas bien relacionadas.

El 24 de julio, con motivo del día internacional del BDSM, se suelen convocar bastantes eventos en todas las ciudades donde existen grupos mínimamente organizados. Esta puede ser una buena ocasión para una primera toma de contacto y empezar a conocer gente cara a cara. Si tienes una relación estable y deseas desarrollar estas fantasías con tu pareja, asegúrate bien de que realmente le gusta. Es difícil atraer hacia el BDSM a personas que no lo sienten. Si recurres a los servicios de profesionales ten en cuenta que nada te garantiza un conocimiento del BDSM superior al que pueda proporcionarte, sin mediar interés económico, una persona experimentada. Si vas a quedar a solas con alguien, que la primera vez sea sólo para tomar un café y en un lugar público y concurrido. No des tu número de teléfono a quien no esté dispuesto a revelarte el suyo. Rechaza, al principio, las citas a ciegas o las propuestas que te exijan más de lo que tú estés dispuesto a dar. No sigas adelante si te sientes presionado. Infórmate acerca de las precauciones aconsejables ante una cita (la alarma silenciosa, por ejemplo). Si acudes a ella seguro y relajado, podrás disfrutarla mucho más. Cuando ya acumules experiencia, atiende a los principiantes como te atendieron a ti cuando te iniciabas o como te gustaría que lo hubieran hecho.

**WhipMaster**  
**hvk120@hotmail.com**  
<http://bdewm.blogspot.com/>

## AVISOS

### SOBRE LA PUBLICACION DE EVENTOS

*CUADERNOS  
DE  
BDSM*

Les recordamos que en Cuadernos de BDSM publicaremos únicamente aquellos eventos que nos hagan llegar los interesados escribiéndonos a [cuadernosbds@gmail.com](mailto:cuadernosbds@gmail.com) También incluiremos aquellos eventos de los que tengamos constancia y consideremos interesantes de promocionar.

Número a número, **Cuadernos de BDSM** ha ido creciendo y exigiendo una mayor dedicación, lo que nos resta tiempo para rastrear la red en busca de eventos que promocionar. En nuestra intención de dar un trato igualitario a todos los organizadores de eventos y locales, creemos que ésta es la mejor solución. Si desean tener una información actualizada de los eventos BDSM que se organicen, les recomendamos acudan a la web de **Flechazosbds**.



<http://www.flechazosbds.com>

### SOBRE EL ENSAYO “DISCURSO SOCIAL DEL BDSM”

Algunos imprevistos de orden personal, obligan a los coordinadores del proyecto del Ensayo sobre el Discurso Social del BDSM a posponerlo temporalmente.

**NO SE TRATA DE UNA SUSPENSIÓN**, todos los implicados seguimos con la misma ilusión que al principio y esperamos retomarlo en cuanto las circunstancias nos lo permitan, pero motivos que escapan a nuestro control nos impiden ajustarnos en este momento a los plazos inicialmente previstos.

Los colaboradores que lo deseen y que no hubieran enviado aún sus aportaciones, podrán aprovechar esta demora.

Quedamos por tanto en stand-by durante un tiempo indefinido, que puede prolongarse varios meses. En cuanto podamos concretar, les informaremos sobre los nuevos plazos.

Les agradecemos su confianza y su paciencia.

[ensayobds@gmail.com](mailto:ensayobds@gmail.com)

## ALGUNOS CONSEJOS INFORMÁTICOS SOBRE CUADERNOS DE BDSM.

La lectura online de los Cuadernos de BDSM enmarcados dentro del navegador de internet que dispongamos, puede resultar en ocasiones un tanto incómoda. Es por ello que publicamos este minitutorial para aquellas personas que no sepan cómo descargar y guardar en su Pc los Cuadernos y utilizar directamente el Adobe Acrobat Reader para su lectura, permitiéndonos así una serie de mejoras en la misma, dependiendo del tamaño de la pantalla que utilicemos.

### Algunos trucos para su descarga:

Para guardar el Cuaderno en su PC, pulse con el botón derecho sobre el enlace del cuaderno elegido y en la ventana que se abre, seleccione con el botón izquierdo “Guardar destino como...”. Seleccione el lugar de su PC donde desea guardarlo y pulse “Guardar”.

Si desea guardarlo una vez abierto desde el link en su navegador, haga click sobre el botón de la imagen adjunta y seleccione el lugar y el nombre con el que desea guardarlo en su Pc.



### Para leerlo:

Una vez guardado el Cuaderno en su Pc, búsquelo y haga doble click sobre el archivo. Así se ejecutará el programa “Adobe Acrobat Reader” que abrirá, a su vez, el archivo.



En la parte superior de la pantalla, veremos la barra de herramientas que se aprecia en la imagen...

En ella, podemos seleccionar el tamaño del “zoom” con el que deseamos visualizarlo. También podemos, entrando por la etiqueta “Ver” seleccionar ver una o dos páginas al tiempo o, si seleccionamos “Modo pantalla completa” obtener una vista de el Cuaderno ajustado a pantalla completa. Para avanzar o retroceder la página debemos pulsar las teclas “RePág” o “AvPág” y para salir, pulsar la tecla “Esc”.

Y para los amantes de las nuevas tecnologías que ya hayan adquirido un lector de e-book, el resultado de cargar los Cuadernos para su lectura en dichos dispositivos puede ser muy interesante y satisfactorio, pues el formato “pdf” es compatible con la mayoría de ellos.

## ¿QUIÉN PUEDE COLABORAR?

Cualquier persona que lo desee, da igual cual sea su rol, género, orientación sexual, preferencias de juego o forma de vivir el bdsm

## ¿CÓMO COLABORAR?

Escribenos a nuestro email enviándonos tus artículos (inéditos), información sobre eventos, fiestas, nuevas publicaciones o películas, hablanos de tu canal de chat, consultas e ideas...

[cuadernosbdsm@gmail.com](mailto:cuadernosbdsm@gmail.com)

## ¿PUEDO REENVIAR LAS REVISTAS O COPIAR SUS CONTENIDOS?

**SÍ.**

Siempre y cuando se respete la autoría de los artículos: SIEMPRE QUE COPIES ALGO, INDICA EL **NOMBRE DEL AUTOR Y SU PROCEDENCIA**.

*Se permite la distribución íntegra de la revista o la copia de sus artículos siempre que sea sin intención de lucro, se identifique autor y procedencia y no se alteren los textos originales. Los autores se reservan no obstante el derecho a solicitar la retirada de su artículo de un determinado espacio si lo consideran oportuno.*

Y recuerda...

Deseamos que este proyecto sea una plataforma a través de la cual compartir nuestros conocimientos y experiencia aplicados al BDSM, desde cualquiera de los innumerables puntos de vista que estas siglas pueden acoger y tratando de transmitir a través de sus contenidos una información madura y seria.

Este proyecto no representa a ningún grupo en particular ni se ciñe a ninguna filosofía concreta. Los artículos no tienen por qué seguir una línea de opinión o tendencia marcada, pudiendo perfectamente publicarse artículos con opiniones antagónicas, siempre que la información sea veraz y esté correctamente argumentada. Tampoco tienen por qué reflejar la opinión de la revista y de quienes en ella trabajamos. Ayudadnos a desterrar de estas páginas el fantasma del dogmatismo, y los reduccionismos e intolerancias que a veces tanto dañan a nuestro mundo.

Los artículos e imágenes son propiedad de quienes los rubrican, y por tanto, son también responsabilidad suya.

CuadernosBDSM es una revista gratuita, que se elabora sin ningún interés económico y de libre distribución a través de correo electrónico. Así, si sus contenidos te parecen interesantes, hazla llegar a quienes creas puedan interesarle.

[cuadernosbdsm@gmail.com](mailto:cuadernosbdsm@gmail.com)

**LUCHA CONTRA EL SPAM:** Si reenvías la revista no olvides poner a tus contactos en **“COO”** (copia oculta) y tu propia dirección en el campo **“PARA”**.

Si aún no leíste los **anteriores números** de **Cuadernos de BDSM**, puedes descargarlos de los siguientes links:

**CuadernosBDSM14** <http://cuadernosbdsm.sadomania.net/cuadernos/CBDSM14.pdf>  
**CuadernosBDSM13** <http://cuadernosbdsm.sadomania.net/cuadernos/CBDSM13.pdf>  
**CuadernosBDSM12** <http://cuadernosbdsm.sadomania.net/cuadernos/CBDSM12.pdf>  
**CuadernosBDSM11** <http://cuadernosbdsm.sadomania.net/cuadernos/CBDSM11.pdf>  
**CuadernosBDSM10** <http://cuadernosbdsm.sadomania.net/cuadernos/CBDSM10.pdf>  
**CuadernosBDSM9** <http://cuadernosbdsm.sadomania.net/cuadernos/CBDSM9.pdf>  
**CuadernosBDSM8** <http://cuadernosbdsm.sadomania.net/cuadernos/CBDSM8.pdf>  
**CuadernosBDSM7** <http://cuadernosbdsm.sadomania.net/cuadernos/CBDSM7.pdf>  
**CuadernosBDSM6** <http://cuadernosbdsm.sadomania.net/cuadernos/CBDSM6.pdf>  
**CuadernosBDSM5** <http://cuadernosbdsm.sadomania.net/cuadernos/CBDSM5.pdf>  
**CuadernosBDSM4** <http://cuadernosbdsm.sadomania.net/cuadernos/CBDSM4.pdf>  
**CuadernosBDSM3** <http://cuadernosbdsm.sadomania.net/cuadernos/CBDSM3.pdf>  
**CuadernosBDSM2** <http://cuadernosbdsm.sadomania.net/cuadernos/CBDSM2.pdf>  
**CuadernosBDSM1** <http://cuadernosbdsm.sadomania.net/cuadernos/CBDSM1.pdf>

**CBDSMEspecial01** <http://cuadernosbdsm.sadomania.net/cuadernos/CBDSMESPECIAL-01.pdf>  
**CBDSMEspecial02** <http://cuadernosbdsm.sadomania.net/cuadernos/CBDSMESPECIAL-02.pdf>

**Y ADEMÁS PUEDES ENCONTRARNOS EN...**

~~Ahora también en facebook...~~ (no, en facebook ya no, que nos echaron)  
<http://www.facebook.com/?ref=home#!/CuadernosBDSM?ref=profile>

Estamos en **FetLife**:

Perfil → <http://fetlife.com/users/813040>

Grupo → <http://fetlife.com/groups/30695>

Y siguenos en **twitter** → <http://twitter.com/cuadernosbdsm>

## INDICE DE CONTENIDOS PUBLICADOS: CuadernosBDSM números 1 al 15

Nº	TITULO	AUTOR
1	D/S BILBAO	AMOBILBO
	VALENCIA BDSM	Dexther
	BDSM Y TELEVISIÓN	Dragón y lena {DR}
	LA SUMISIÓN MENTAL: SUMISIÓN PERFECTA	El Faro
	LA SENCILLEZ DE COMPLICAR LAS COSAS.	Leo
	PAREJA ESTABLE Y BDSM, ¿DIFÍCIL COMBINACIÓN?	Leo
	AMOS, MACARRAS Y RECEPTORES DE ENTREGA	Nomar Tf.
	¿QUÉ SIGNIFICA UNA CESIÓN?	Piel {DR}
	PARAFILIA VS BDSM	Tanque 72
2	LAS CUERDAS. ¿SÓLO PARA BONDAGE?	Ama Lena
	GRILLETES Y ESPOSAS	Amo Tornado.
	UN POQUITO DE RESPETO, POR FAVOR	AMOBILBO
	DE LAS ETS: VIH	CuadernosBDSM.
	DECONSTRUYENDO TABÚES: BDSM	Dr. Ricardo Duranti, revista Infosida
	MANIFIESTO “DÍA INTERNACIONAL DEL BDSM”.	Escuela de Cibersumisas, Gabrel y ona {JV}
	DOMINACIÓN FEMENINA	Mistress Kalista
3	“POR 20 EUROS IR A LAS FIESTAS ES UN CHOLLO” Entrevista al Dark Sabbat	AMOBILBO
	BDSM SOCIAL	CuadernosBDSM
	LA ESPIRAL POSITIVA/NEGATIVA. EL AMO SANO/ENFERMO	El Faro
	EL JARDÍN SECRETO Circuito de Webs de Bondage Gratuitos	El Jardín Secreto
	NOSOTROS: LOS NUESTROS	Neo-Cortex BDSM
	DE LOS COLLARES Y DE LA PROPIEDAD	Nomar TF
4	YO SI TENGO FAMA DE RARITA Entrevista a Olga Viñuales	AMOBILBO
	LA MIRADA SUMISA	AMOBILBO
	Web de TUMUNDOBDSM	CuadernosBDSM
	LA VENUS DE KOSTENKI	Dragón
	EL PROTOCOLO BDSM	Gabrel
	GOR, DONDE EMPIEZA LA FANTASIA Y TERMINA LA REALIDAD, O NO POR CONOCER UN POCO MÁS...	kajira de Ayala
	CIE-10, DSM-IV y Declaración Universal de los Derechos Sexuales.	Lena {DR}
	MOMIFICACIÓN	Meinherr
	BDSM y LIGA	Nomar Tf
El BDSM y el marco jurídico	Sr. De Ayala	
5	EN EL BDSM NO EXISTE NINGUNA BIBLIA Entrevista a Antonio y Bea	AMOBILBO
	EL CHAT Y EL BDSM: Canal ATAME	Arkangel
	HASTA SIEMPRE BETTIE PAGE	CuadernosBDSM
	FOSK. VIVIENDO EL BDSM BAJO UNA SEGUNDA PIEL	Ignasi Puig Rodas
	MI CONCEPTO DEL BONDAGE DENTRO DEL BDSM	Tribuno
	LA SEGURIDAD (1ª parte).	Txiria
6	TRAMPLING	AkhAsshA
	ENTREVISTA A KURT, DEL ROSAS5	AMOBILBO
	FIESTAS SI, ORGIAS NO	AMOBILBO
	DIMENSIONES PSICOLÓGICAS DE LA ENTREGA MASOQUISTA	Dorothy C. Hayden traducción de Guillermo García
	PRINCIPIOS BÁSICOS DE LA D/s: LA SEGURIDAD EMOCIONAL	Txiria
	BELLEZA ENCADENADA. LA REPRESENTACIÓN DE LA MUJER CAUTIVA EN EL ARTE	WhipMaster
	EL SPANKING Y LA MAGIA. LA FLAGELACIÓN COMO PRÁCTICA MÁGICA	ZEXI

	BIOQUIMICA DE LA SUMISION	zule
7	SADE Y MISTER PROPER, LA D/S EN LA VIDA DIARIA	Adriano
	HABLAR DEL 24/7 NO ES FÁCIL	Ama Lena
	24/7	AMANDA Dómina
	24/7. ALGUNAS REFLEXIONES	AMOBILBO
	ENTREVISTA A UNA PAREJA 24/7	BufoXTL
	TIEMPO PARA LAS COSAS POR LAS QUE VIVIMOS	Gabrel y ona{JV}.
	COSAS QUE HACER EN DENVER CUANDO ESTÁS MUERTO	Mario y valentina
UNA VIDA COMO OTRA CUALQUIERA	Txiria y Maria de Txiria	
8	CRITICAR ES EL DEPORTE FAVORITO DE NUESTRA ESPECIE Entrevista a Bo	AMOBILBO
	CIEEN CONSEJOS PARA ELEGIR TU AMO EN LA RED. (Y construir tu relación BDSM a partir de cero)	El Faro
	“SEGURO, SENSATO Y CONSENSUADO”. LA CREACIÓN DE UNA CONSIGNA. “Safe Sane Consensual” The Making of a Shibboleth	David Stein Traducción de Guillermo García
	¿POR QUÉ NOS GUSTA EL BDSM?	Felina
	ORIGEN SadoMasoquista del RACK: RACK frente a SSC. SM ORIGIN of RACK: RACK vs. SSC	Gary Switch. Traducción de Guillermo García
	LOS SANTOS DEL JUEVES Recital de poesía LA CAJA	Neo-Cortex BDSM
9	SIN PALABRAS: BONDAGE DE CARA	AkhAsshA
	MI VISIÓN DEL SELFBONDAGE	Atado
	VARUNA Y SU ARMA	BraXteR CAiN (NEO- CORTEX BDSM)
	TACONES DE AGUJA. FASCINACIÓN Y SEDUCCIÓN. Exposición en el Museo del Traje de Madrid	WhipMaster
	SOBRE NUESTRA PORTADA Presentamos a Gvs	Cuadernos BDSM
	ESPOSAS, GRILLETES Y LA LEY ESPAÑOLA	CuadernosBDSM
	GUIA DE RECURSOS. BONDAGE CON Ñ	CuadernosBDSM
	EL BONDAGE Y LA PAELLA	Dragon
	LA ATADURA TANGA. Con introducción de CuadernosBDSM. The G-String Tie.	John Willie Traducción de Guillermo García
	ATADURAS CON CUERDAS 101. Rope Bondage 101 v2.	LqqkOut Traducción de Guillermo García
10	SHIBARI PROJECT. PASION POR LA CUERDA	MasterBondage
	LA FISICA APLICADA AL BDSM: SUSENSIONES	Nawajjin
	MI VISION DEL FETICHISMO	Ama Eva
	VISITA A LUNA NEGRA. Entrevista a Sir Jess	AMOBILBO
	MAZMORRAS BDSM	AmoSAPIENS y Lady_Rojo_Fuego
	GUIA DE RECURSOS. BONDAGE CON Ñ	CuadernosBDSM
	EL VALOR DEL AMATEUR. EVALUANDO CUADERNOS BDSM	Gabrel
	LA GRATUIDAD: LA PENETRACIÓN	German Amo
BDSEM ¿AMATEUR O PROFESIONAL?	Nomar_Tf	
11	MI VISION SOBRE EL SPANKING	Sir Williams
	A PROPOSITO DEL BDSM EN SECOND LIFE. DOMUS AUREA Y SPAIN D/S	WhipMaster
	UNA REFLEXION SOBRE LA AUTOESTIMA	AMOBILBO
	“NO ME GUSTA EL BDSM PROFESIONAL, PORQUE NO ME GUSTAN LOS ENGAÑOS” Entrevista a ToyHartaDIidiosas	AMOBILBO
	PROYECTO: ENSAYO “REPRESENTACIÓN SOCIAL Y EL DISCURSO SOCIAL DEL BDSM”	CuadernosBDSM
	EL RINCON DEL HUMOR	El Faro y GVS
	WONDER WOMAN Y EL BONDAGE	Dragón
	LA TUTORIA COMPLETA	El Faro
	La varita violeta tambien en casa	FETTERATI
	BOTIQUIN IMPRESCINDIBLE Y apropiado PARA UNA sesion BDSM	Galeno
LA VARITA VIOLETA “Violet Wand”	Sir Don	

	PRINCIPIOS BÁSICOS DE LA D/S. Parte 3: Sensato	Txiria
	Un excelente tratado de BDSM en italiano: “BDSM. Guida per esploratori dell’erotismo estremo”, de Ayzad	WhipMaster
12	“LAS REGLAS DEL JUEGO SON QUE NO HAY REGLAS” Entrevista a Jose Luis Carranco	AMOBILBO
	PUBLICIDAD Y BDSM	CuadernosBDSM
	SADOMANIA	CuadernosBDSM
	IMPROVISADOS	CuadernosBDSM
	EL RINCON DEL HUMOR	El Faro y GVS
	TALLER DE JUEGOS DE FUEGO “Fire Play Workshop”	Don
	EQUUS EROTICUS: ARISTÓTELES Y FILIS	Dragón
	ACARICIARSE, UN PASATIEMPO MARAVILLOSO	El Faro
	SALUD Y BDSM	Galeno
	SOBRE LA DOMINACIÓN Y LA SUMISIÓN “LAS REGLAS DEL JUEGO. El manual de BDSM.” Capítulo 2 - Reproducción autorizada por el autor.	Jose Luis Carranco
	BDSMK	La Mosca Cojonera
	LAS CHARLAS DEL FETISH CAFÉ	lola e iraide
RESEÑA DEL 8/8 DIA MUNDIAL DEL SPANKING (CONSENSUADO)	Sir Williams	
BDSM CAMP	ToyHartaDIdiotas	
13	EL ÁRBOL DE LA CIENCIA. Origen e Identidad de un Dominante	Adriano
	LA DOMINACIÓN	Ama Azu
	AMA ISTHAR	Ama Isthara
	AMA LENA	Ama Lena
	“NO SE POR QUÉ ESTE COLECTIVO SE SIENTE TAN AVERGONZADO Y ACTUAN COMO SI ESTUVIESEN COMETIENDO UN DELITO” Entrevista a Jose María Ponce	AMO BILBO
	UNA HISTORIA COMO OTRA CUALQUIERA	AMOBILBO
	MI PRIMER APRENDIZAJE	Anónimo
	Beth	Beth
	Princesasumisa 46	Princesasumisa_46
	“BUUUF; UN INICIO MUY POLÍTICAMENTE INCORRECTO”	Txiria
14	DESCONSTRUCTING ELISE SUTON	Spirit
	RENACER	PSYCHO
	QUE ES UN CORSE	Akhesa
	UNAS PEQUEÑAS IDEAS. ¿QUÉ ES BDSM?	Txiria
	“SIN CONSENSO NO HAY BDSM, SOLO VIOLENCIA” ENTREVISTA A AYZAD	AMOBILBO
	EL RINCON DE GALENO	Galeno
	FLECHAZOS BDSM	MisterEddy
	BEDESEMENIADAS	Spirit & Indocumentao
	LA LUNA PERVERSA	LuNa y Perversa
	SUBASTA DE ESCLAVOS	DEGE y Camelia
	PONY PLAY	Amo Jinete
	LAS BOTAS DE MUJER	Rubberbcn
LOS PRECEDENTES	Lorena	
15	DOMINACION-SUMISION VERSUS DEPENDENCIA	Kajira de Sr_De_Ayala
	EL CINTURÓN DE CASTIDAD EN EL BDSM	José
	BEDESEMENIADAS	Spirit & Indocumentao
	LOS DIVERSOS GRUPOS DE PRACTICANTES DE BDSM	Txiria
	“LA CUALIDAD FUNDAMENTAL DE UNA DÓMINA DEBE SER LA HUMILDAD” ENTREVISTA A DÓMINA ZARA	AMOBILBO
	AL MAESTRO CON CARIÑO	Sir Williams
	¡ARRIBA, ARRIBA, Y ALLÁ VAMOS ! BUENO, CASI... FUNDAMENTOS DE LA SUSPENSIÓN CON CUERDAS “Up, Up, and Away! Well, almost...”	LqqkOut Traducción de Guillermo Garcia
	¿NOS VAMOS DE COMPRAS? UTENSILIOS PARA AZOTAR: EL LÁTIGO	Ama Lena
LEY Y BDSM. ANÁLISIS DE NOTICIA EN PRENSA	Sr_De_Ayala	
DIEZ PREGUNTAS SOBRE EL BDSM	WhipMaster	
E-1	EL SADOMASOQUISMO COMO PRACTICA SEXUAL CONSENSUADA. LA EXPERIENCIA DE LAS LESBIANAS	Liliana Gómez Villa
E-2	EL LADO OSCURO DEL BDSM: LAS RELACIONES DESTRUCTIVAS	Felina

## INDICE POR AUTOR

AUTOR	TITULO	Nº
Adriano	SADE Y MISTER PROPER, LA D/S EN LA VIDA DIARIA	7
	EL ÁRBOL DE LA CIENCIA. Origen e Identidad de un Dominante	13
AkhAsshA	TRAMPLING	6
	SIN PALABRAS: BONDAGE DE CARA	9
Akhesa	QUE ES UN CORSE	14
Ama Azu	LA DOMINACIÓN	13
Ama Eva	MI VISION DEL FETICHISMO	10
Ama Isthara	AMA ISTHAR	13
Ama Lena	LAS CUERDAS. ¿SÓLO PARA BONDAGE?	2
	HABLAR DEL 24/7 NO ES FÁCIL	7
	AMA LENA	13
	¿NOS VAMOS DE COMPRAS? UTENSILIOS PARA AZOTAR: EL LÁTIGO	15
AMANDA Dómina	24/7	7
Amo Jinete	PONY PLAY	14
Amo Tornado.	GRILLETES Y ESPOSAS	2
AMOBILBO	D/S BILBAO	1
	UN POQUITO DE RESPETO, POR FAVOR	2
	“POR 20 EUROS IR A LAS FIESTAS ES UN CHOLLO” Entrevista al Dark Sabbat	3
	YO SI TENGO FAMA DE RARITA Entrevista a Olga Viñuales	4
	LA MIRADA SUMISA	4
	EN EL BDSM NO EXISTE NINGUNA BIBLIA Entrevista a Antonio y Bea	5
	ENTREVISTA A KURT, DEL ROSAS5	6
	FIESTAS SI, ORGIAS NO	6
	24/7. ALGUNAS REFLEXIONES	7
	CRITICAR ES EL DEPORTE FAVORITO DE NUESTRA ESPECIE Entrevista a Bo	8
	VISITA A LUNA NEGRA. Entrevista a Sir Jess	10
	UNA REFLEXION SOBRE LA AUTOESTIMA	11
	“NO ME GUSTA EL BDSM PROFESIONAL, PORQUE NO ME GUSTAN LOS ENGAÑOS” Entrevista a ToyHartaDIdiotas	11
	“LAS REGLAS DEL JUEGO SON QUE NO HAY REGLAS” Entrevista a Jose Luis Carranco	12
	“NO SE POR QUÉ ESTE COLECTIVO SE SIENTE TAN AVERGONZADO Y ACTUAN COMO SI ESTUVIESEN COMETIENDO UN DELITO” Entrevista a Jose María Ponce	13
	UNA HISTORIA COMO OTRA CUALQUIERA	13
	“SIN CONSENSO NO HAY BDSM, SOLO VIOLENCIA” ENTREVISTA A AYZAD	14
	“LA CUALIDAD FUNDAMENTAL DE UNA DÓMINA DEBE SER LA HUMILDAD” ENTREVISTA A DÓMINA ZARA	15
	AmoSapiens y Lady Rojo Fuego	MAZMORRAS BDSM
Anónimo	MI PRIMER APRENDIZAJE	13
Arkangel	EL CHAT Y EL BDSM: Canal ATAME	5
Atado	MI VISIÓN DEL SELFONDAGE	9
Beth	Beth	13
BraXteR CAiN (NEO-CORTEX BDSM)	VARUNA Y SU ARMA	9
BufoXTL	ENTREVISTA A UNA PAREJA 24/7	7
Cuadernos BDSM	DE LAS ETS: VIH	2
	BDSM SOCIAL	3
	Web de TUMUNDOBDSM	4
	HASTA SIEMPRE BETTIE PAGE	5
	ESPOSAS, GRILLETES Y LA LEY ESPAÑOLA	9

	GUIA DE RECURSOS. BONDAGE CON Ñ	9
	SOBRE NUESTRA PORTADA	9
	Presentamos a Gvs	
	GUIA DE RECURSOS. BONDAGE CON Ñ	10
	PROYECTO: ENSAYO “REPRESENTACIÓN SOCIAL Y EL DISCURSO SOCIAL DEL BDSM”	11
	PUBLICIDAD Y BDSM	12
	SADOMANIA	12
	IMPROVISADOS	12
<b>David Stein</b> Traducción de Guillermo García	“SEGURO, SENSATO Y CONSENSUADO”. LA CREACIÓN DE UNA CONSIGNA. “Safe Sane Consensual” The Making of a Shibboleth	8
<b>DEGE y Camelia</b>	SUBASTA DE ESCLAVOS	14
<b>Dexther</b>	VALENCIA BDSM	1
<b>Don</b>	TALLER DE JUEGOS DE FUEGO “Fire Play Workshop”	12
<b>Dorothy C. Hayden</b> traducción de Guillermo García	DIMENSIONES PSICOLÓGICAS DE LA ENTREGA MASOQUISTA	6
<b>Dr. Ricardo Duranti,</b> <b>revista Infosida</b>	DECONSTRUYENDO TABÚES: BDSM	2
<b>Dragon</b>	LA VENUS DE KOSTENKI	4
	EL BONDAGE Y LA PAELLA	9
	WONDER WOMAN Y EL BONDAGE	11
	EQUUS EROTICUS: ARISTÓTELES Y FILIS	12
<b>Dragón y lena{DR}</b>	BDSM Y TELEVISIÓN	1
<b>El Faro</b>	LA SUMISIÓN MENTAL: SUMISIÓN PERFECTA	1
	LA ESPIRAL POSITIVA/NEGATIVA. EL AMO SANO/ENFERMO	3
	CIEEN CONSEJOS PARA ELEGIR TU AMO EN LA RED. (Y construir tu relación BDSM a partir de cero)	8
	LA TUTORIA COMPLETA	11
	ACARICIARSE, UN PASATIEMPO MARAVILLOSO	12
<b>El Faro y GVS</b>	EL RINCON DEL HUMOR	11
	EL RINCON DEL HUMOR	12
<b>El Jardín Secreto</b>	EL JARDÍN SECRETO Círculo de Webs de Bondage Gratuitos	3
<b>Escuela de Cibersumisas, Gabrel y ona{JV}</b>	MANIFIESTO “DÍA INTERNACIONAL DEL BDSM”.	2
<b>Felina</b>	¿POR QUÉ NOS GUSTA EL BDSM?	8
	EL LADO OSCURO DEL BDSM: LAS RELACIONES DESTRUCTIVAS	E-2
<b>FETTERATI</b>	La varita violeta también en casa	11
<b>Gabrel</b>	EL PROTOCOLO BDSM	4
	EL VALOR DEL AMATEUR. EVALUANDO CUADERNOS BDSM	10
<b>Gabrel y ona{JV}.</b>	TIEMPO PARA LAS COSAS POR LAS QUE VIVIMOS	7
<b>Galeno</b>	BOTIQUIN IMPRESCINDIBLE Y apropiado PARA UNA sesión BDSM	11
	SALUD Y BDSM	12
	EL RINCON DE GALENO	14
<b>Gary Switch.</b> Traducción de Guillermo García	ORIGEN SadoMasoquista del RACK: RACK frente a SSC. SM ORIGIN of RACK: RACK vs. SSC	8
<b>German Amo</b>	LA GRATUIDAD: LA PENETRACIÓN	10
<b>Ignasi Puig Rodas</b>	FOSK. VIVIENDO EL BDSM BAJO UNA SEGUNDA PIEL	5
<b>John Willie</b> Traducción de Guillermo García	LA ATADURA TANGA. Con introducción de CuadernosBDSM. The G-String Tie.	9
<b>José</b>	EL CINTURÓN DE CASTIDAD EN EL BDSM	15
<b>Jose Luis Carranco</b>	SOBRE LA DOMINACIÓN Y LA SUMISIÓN “LAS REGLAS DEL JUEGO. El manual de BDSM.”	12
	Capítulo 2 - Reproducción autorizada por el autor.	
<b>kajira de Sr_De_Ayala</b>	GOR, DONDE EMPIEZA LA FANTASIA Y TERMINA LA REALIDAD, O NO	4
	DOMINACION-SUMISION VERSUS DEPENDENCIA	15
<b>La Mosca Cojonera</b>	BDSMK	12

<b>Lena{DR}</b>	POR CONOCER UN POCO MÁS... CIE-10, DSM-IV y Declaración Universal de los Derechos Sexuales.	4
<b>Leo</b>	LA SENCILLEZ DE COMPLICAR LAS COSAS.	1
	PAREJA ESTABLE Y BDSM, ¿DIFÍCIL COMBINACIÓN?	1
<b>Liliana Gomez Villa</b>	EL SADOMASOQUISMO COMO PRÁCTICA SEXUAL CONSENSUADA. LA ESPERENCIA DE LAS LESBIANAS	E-1
<b>lola e iraide</b>	LAS CHARLAS DEL FETISH CAFÉ	12
<b>lorena</b>	LOS PRECEDENTES	14
<b>LqqkOut</b>	ATADURAS CON CUERDAS 101. Rope Bondage 101 v2.	9
Traducción de Guillermo García	¡ARRIBA, ARRIBA, Y ALLÁ VAMOS ! BUENO, CASI... FUNDAMENTOS DE LA SUSPENSIÓN CON CUERDAS “Up, Up, and Away! Well, almost...”	15
<b>LuNa y Perversa</b>	LA LUNA PERVERDSA	14
<b>Mario y valentina</b>	COSAS QUE HACER EN DENVER CUANDO ESTÁS MUERTO	7
<b>MasterBondage</b>	SHIBARI PROJECT. PASION POR LA CUERDA	9
<b>Meinherr</b>	MOMIFICACIÓN	4
<b>MisterEddy</b>	FLECHAZOS BDSM	14
<b>Mistress Kalista</b>	DOMINACIÓN FEMENINA	2
<b>Nawaijin</b>	LA FISICA APLICADA AL BDSM: SUSPENSIONES	9
<b>Neo-Cortex BDSM</b>	NOSOTROS: LOS NUESTROS	3
	LOS SANTOS DEL JUEVES Recital de poesía LA CAJA	8
<b>Nomar_TF</b>	DE LOS COLLARES Y DE LA PROPIEDAD	3
	BDSM y LIGA	4
	BDSEM ¿AMATEUR O PROFESIONAL?	10
	AMOS, MACARRAS Y RECEPTORES DE ENTREGA	1
<b>Piel{DR}</b>	¿QUÉ SIGNIFICA UNA CESIÓN?	1
<b>Princesasumisa_46</b>	Princesasumisa_46	13
<b>PSYCHO</b>	RENACER	14
<b>Rubberbcn</b>	LAS BOTAS DE MUJER	14
<b>Sir Don</b>	LA VARITA VIOLETA “Violet Wand”	11
<b>Sir Williams</b>	MI VISION SOBRE EL SPANKING	10
	RESEÑA DEL 8/8 DIA MUNDIAL DEL SPANKING (CONSENSUADO)	12
	AL MAESTRO CON CARÍO	15
<b>Spirit</b>	DESCONSTRUSTING ELISE SUTON	14
<b>Spirit &amp; Indocumentao</b>	BEDESEMENIADAS	14
	BEDESEMENIADAS	15
<b>Sr. De Ayala</b>	El BDSM y el marco jurídico	4
	LEY Y BDSM. ANÁLISIS DE NOTICIA EN PRENSA	15
<b>Tanque_72</b>	PARAFILIA VS BDSM	1
<b>ToyHartaDIdotas</b>	BDSM CAMP	12
<b>Tribuno</b>	MI CONCEPTO DEL BONDAGE DENTRO DEL BDSM	5
<b>Txiria</b>	LA SEGURIDAD (1ª parte).	5
	PRINCIPIOS BÁSICOS DE LA D/s: LA SEGURIDAD EMOCIONAL	6
	PRINCIPIOS BÁSICOS DE LA D/S. Parte 3: Sensato	11
	“BUUUUF; UN INICIO MUY POLÍTICAMENTE INCORRECTO”	13
	UNAS PEQUEÑAS IDEAS. ¿QUÉ ES BDSM?	14
	LOS DIVERSOS GRUPOS DE PRACTICANTES DE BDSM	15
<b>Txiria y Maria de Txiria</b>	UNA VIDA COMO OTRA CUALQUIERA	7
<b>WhipMaster</b>	BELLEZA ENCADENADA. LA REPRESENTACIÓN DE LA MUJER CAUTIVA EN EL ARTE	6
	TACONES DE AGUJA. FASCINACIÓN Y SEDUCCIÓN. Exposición en el Museo del Traje de Madrid	9
	A PROPOSITO DEL BDSM EN SECOND LIFE. DOMUS AUREA Y SPAIN D/S	10
	Un excelente tratado de BDSM en italiano: “BDSM. Guida per esploratori dell’erotismo estremo”, de Ayzad	11
	DIEZ PREGUNTAS SOBRE EL BDSM	15
<b>ZEXI</b>	EL SPANKING Y LA MAGIA. LA FLAGELACIÓN COMO PRÁCTICA MÁGICA	6
<b>zule</b>	BIOQUIMICA DE LA SUMISION	6

# FETISH PARTY

Clube Dominna

S&M  
Bondage/Shibari  
Podolatria  
Voyeurismo/Exibicionismo  
Medical Play  
Dog/Doney Play  
Dominacao/Submissao  
Candle/Fire Play  
entre outros...

Cenas e  
Performances  
ao vivo...



\$50,00 (normal)  
\$35,00 (lista)

Inf.: 9371.6218 / 8483.8149  
bela@clubedominna.com  
www.clubedominna.com

Kitsch Club  
Rua Vergueiro, 2676 - V. Mariana  
www.kitschclub.com.br

05/05  
QUINTA  
21:00



Design by "G.S."

Rock, Pop  
80's  
House,  
Techno

Dress Code  
Latex/Leather  
Burlesque  
Full Fantasy  
Dimp/Bitch  
Body Art  
Medical  
Masoch

PRÓXIMO NÚMERO...

... Septiembre ' 11

¡¡ CONTAMOS CONTIGO !!