

METHODE DE DISCIPLINE DU MARI SOUMIS PAR LE PORT CONTRAINT DU SOUTIEN GORGE

Ceci est le reader-digest traduit en français du guide www.brassiered.com

La discipline en soutien-gorge (Brassière discipline) est le fait qu'une femme impose à son mari le port du soutien-gorge pour l'encourager dans sa soumission. Elle s'effectue dans le cadre d'une relation dominée par la femme, et son but n'est pas nécessairement d'humilier le mari, mais de guider son énergie à devenir un meilleur mari, réfléchi et attentionné, plutôt qu'égoïste et ingrat. Cela aide l'homme à être plus attentif aux besoins et désirs de sa femme et à mettre fin à ses mauvaises habitudes. Cela garde aussi fidèle en l'aidant à dépasser la tentation de vous tromper.

La discipline en soutien-gorge ne doit pas être confondue avec le fétichisme de la lingerie ou la féminisation, où un homme porte aussi des dessous féminins. Elle ne cherche pas aussi de punir ou humilié l'homme. La discipline en soutien-gorge est utilisée plutôt comme un outil pour atteindre un objectif. Au contraire du travesti, un mari portant un soutien-gorge ne va se trouver attirant dans cet attirail.

Les résultats de la méthode sont nombreux :

- Un mari qui devient moins agressif et plus courtois
- Un mari qui perd ses mauvaises habitudes
- Un mari qui se soumet à votre volonté
- Un mari qui reste fidèle

Le port disciplinaire du soutien-gorge par votre mari a de multiples effets :

- Il a un fort effet dissuasif s'il ne veut pas s'y retrouver en permanence
- Il encourage un état d'esprit orienté vers la soumission du mari à sa femme
- Il est impossible d'oublier le port du soutien-gorge et donc la leçon porte en permanence
- Il agit comme un rappel de votre autorité pendant que vous êtes absente
- Il décourage votre mari d'aller batifoler ailleurs

Chapitre 1 : Comment commencer ?

C'est le premier pas qui pose beaucoup de difficulté. Une fois que votre mari aura porté un soutien-gorge une fois, il sera beaucoup plus facile de lui imposer de nouveau. Il aura du mal à se braquer.

Même si certaines épouses l'obtiennent facilement de leur mari en lui vendant l'idée en jeu, il vous faudra souvent utiliser avantageusement certaines opportunités ou le prendre en faute pour le contraindre.

Utilisez un subterfuge

Commencez à faire des subtiles suggestions à votre mari sur les avantages que les hommes gagneraient à porter un soutien-gorge pour mieux comprendre de ce que c'est que d'être une femme, avant de lui suggérer que lui aussi devrait essayer d'en porter un pour les mêmes raisons («tu ne te serais pas comporter ainsi si tu portais un soutien-gorge !»). La beauté de cette approche est que vous pouvez tester le terrain pour voir comment votre mari est susceptible de réagir à l'idée sans lui jamais lui faire savoir ce que vous imaginez. C'est l'approche la plus facile pour lui faire porter un soutien-gorge, qui offre le moins d'opposition. Toute protestation de sa part peut être écarté par une pirouette en suggérant qu'il n'a pas à s'inquiéter tant qu'il se comporte bien et de toute façon est un signe clair qu'il prend l'idée à cœur.

Initialement, vos suggestions quant au port d'un soutien-gorge ne doivent pas être trop appuyées - indépendamment de vos intentions ultimes. L'approche masquée, à la limite du jeu, rend plus difficile pour votre mari de protester trop fortement devant une telle perspective sans avoir l'air de sur-réagir, quelque chose qui peut être utilisé à votre avantage s'il le fait. Au fil du temps, un ton plus sérieux sera progressivement adopté, avec des commentaires réguliers sur les avantages du port du soutien-gorge pour établir une association dans l'esprit de votre mari entre les hommes se conduisant mal envers les femmes et le port du soutien-gorge comme punition. Une fois que cela a eu lieu, et l'idée de la discipline en soutien-gorge n'est plus nouvelle pour lui, il s'agit simplement de trouver une occasion propice pour commencer à en faire porter à votre mari pour de

vrai - à ce stade, il sera très probablement prêt d'accepter le soutien-gorge, cependant à contrecœur, comme une conséquence de tel mauvais comportement que vous avez choisi de réprimer.

Exemples d'opportunités que vous pouvez saisir

- Un pari perdu par lui
- Un comportement grossier à votre égard. Pour lui apprendre à respecter les femmes.
- Un jeu sexuel entre vous
- Etc...

L'introduire dans vos pratiques D/S

Certaines femmes peuvent être assez chanceuses pour utiliser une approche encore plus directe, en discutant ouvertement l'idée de la discipline par le soutien-gorge avec leur mari sans avoir besoin d'un tel subterfuge. Si vous avez déjà un rôle plus affirmé dans votre relation et qu'il vous est déjà particulièrement soumis, il sera réalisable de simplement demander à votre mari de porter un soutien-gorge pour vous. Dans une telle situation, il est utile de préciser vos raisons de vouloir lui imposer. Il est difficile pour un homme d'argumenter contre quelque chose qui va l'aider à empêcher de nuire, de rester fidèle et d'être plus attentif, en particulier lorsqu'il est présenté dans ces termes, mais il peut naturellement être inquiet au sujet des questions pratiques liées à son port du soutien-gorge. Si vous choisissez de présenter la discipline en soutien-gorge comme quelque chose que vous avez lu dans un livre et que voulez essayer, une option est de lui proposer d'essayer pour un temps pour voir comment cela fonctionne bien. Une fois que votre mari a accepté l'idée, et il a porté son premier soutien-gorge, il sera lui plus difficile de se plaindre - après tout, il a donné son consentement !

Chapitre 2 : Quand lui faire porter un soutien-gorge ?

Menacez-le de lui faire porter un soutien-gorge comme punition

Même si votre mari a déjà porté un soutien-gorge, la menace de lui en faire porter un porter est très efficace, en particulier s'il a déjà montré une forte aversion à l'idée. Et même s'il y ait habitué, la menace de durcir les conditions de port, en augmentant la durée ou en lui faisant porter un modèle plus dur, devrait porter ses effets.

Pour que votre menace ne soit pas en l'air, vous devez l'appliquer de temps en temps. Une fois qu'un homme a déjà mis un soutien-gorge une fois, il sera difficile de ne pas obéir surtout s'il a besoin de faire amende honorable. Au début, il est mieux qu'une telle punition soit effectuée sous votre contrôle, surtout pour s'assurer que votre mari ne soit pas tenter d'enlever le sous-vêtement. Vous êtes libre de choisir combien de temps votre mari doit rester avec et quel type de soutien-gorge il doit mettre. Au début l'impact psychologique devrait être suffisant au bout d'une heure, mais si ce n'est pas la première fois et qu'il y est habitué vous pouvez augmenter peu à peu la durée du port.

Faites-lui porter un soutien-gorge pendant qu'il fait le ménage

Beaucoup d'hommes sont réticents à partager les tâches domestiques, se justifiant avant tout par le fait qu'il s'agit de l'affaire de leurs femmes. Un stéréotype qu'il faut supprimer chez votre mari. La docilité soumise qu'apporte le port du soutien-gorge met votre homme dans l'état d'esprit idéal, pour réaliser ses tâches ménagères, surtout avec la crainte de devoir le garder encore plus longtemps s'il ne fait pas sérieusement. C'est mieux de fixer un planning régulier pour les tâches ménagères de votre mari. Vous lui présenterez son soutien-gorge juste avant qu'il commence, et il devra le garder jusqu'à vous jugerez que tout est correctement effectué. Cela devra être clair pour lui qu'il gardera son soutien-gorge tant que vous ne serez pas satisfaite de son travail. Il devrait normalement apprendre rapidement à faire les choses correctement que cela soit le ménage, le repassage ou simplement la vaisselle. Vous trouverez qu'un mari en soutien-gorge fait une bonne parfaite !

Faites-lui porter un soutien-gorge à la maison

C'est l'endroit le plus facile pour lui en faire porter un. Il n'a pas besoin de faire attention à ce qu'un étranger le remarque. Au départ vous pourrez lui en faire porter un à des moments précis, comme quand il rentre du travail ou que vous le punissez. Puis faites lui en porter un, de plus en plus souvent, jusqu'à l'obliger à lui en faire porter un en permanence à la maison. Vous pouvez le choisir pour lui ou le laisser choisir. Sauf si vous attendez du monde, il ne doit pas être autorisé à enlever son soutien-gorge jusqu'à ce qu'il aille se coucher. En lui imposant cela, vous disposerez d'un mari parfaitement bien élevé et attentif à chaque fois que vous serez seule avec lui, sans compter les bénéfices que vous obtiendrez en le forçant à penser à vous le temps du port.

Faites-lui porter un soutien-gorge quand vous sortez

Si le fait de porter un sous-vêtement féminin dans l'intimité est déjà un bon moyen de le discipliner, grâce à la connotation niant l'égo du mâle du soutien-gorge, le fait de devoir aussi en public renforce cette discipline en ajoutant le risque d'être découvert pour votre mari. Même si honnêtement il n'y a aucune raison que quelqu'un remarque le sous-vêtement, cela suffit souvent par la peur que cela engendre, surtout pour des hommes peu habitués, à le maintenir très obéissant. Vous pouvez lui imposer le port en guise de punition, ou pour des événements récurrents comme à chaque fois que vous l'emmenez faire les boutiques avec vous, quelque chose qui dressera même le plus récalcitrant des hommes.

Faites-lui porter un soutien-gorge à son travail

Pour de nombreux hommes, les 8 heures ou plus qu'ils passent à leur boulot chaque jour constituent la plus longue période qu'ils passent loin des yeux de leurs épouses. C'est aussi là qu'ils risquent d'être infidèles. Qu'importe que sa secrétaire soit sexy ou non, un homme portant un soutien-gorge ne risque pas d'aller la draguer une fois qu'il aura réfléchi à la façon dont elle réagirait une fois quand elle découvrirait que sa femme lui fait porter un soutien-gorge.

Porter un soutien-gorge au travail est un défi intimidant pour tout homme, avec la crainte que son secret soit découvert par un collègue, avec le risque que toute la boîte soit rapidement au courant. Dans le but d'éviter une telle situation, il est important que votre mari soit capable de masquer son soutien-gorge efficacement avant de lui imposer le port au travail et de l'avoir emmené ainsi devant un public anonyme auparavant.

Vous pouvez choisir de lui en faire porter un pendant un seul jour en guise de punition, qui a déjà prouvé son efficacité par la crainte qu'un collègue s'en aperçoive et devrait faire de sa journée une leçon mémorable. Puis après vous pouvez instituer un jour par semaine comme « jour du soutien-gorge » quel que soit son comportement méritoire ou non de la semaine. Ce qui pourrait aboutir qu'à la fin il porte en permanence au travail...

Faites-lui garder son soutien-gorge pour la nuit

Obliger votre mari à porter un soutien-gorge au lit aussi. Quand il se réveillera et constatera qu'il porte déjà un soutien-gorge au-delà de sa nuit, cela sera une profonde expérience pour un homme, qui lui rappellera sa place dans votre relation comme au premier jour. C'est facile de commencer à lui faire porter un soutien-gorge pendant la nuit puisqu'il est en porte déjà pendant la journée. Ordonnez lui simplement de la garder alors qu'il se met en tenue pour le lit, et ne l'autorisez à en changer uniquement au matin pour en mettre un propre. La présence du sous-vêtement sur sa poitrine devrait perturber son sommeil au départ mais il devrait vite s'y adapter. S'il se plaint trop, vous pourrez lui rappeler pourquoi les femmes à la large poitrine ont besoin d'en porter la nuit, et lui proposez, pour bien comprendre leur problème, d'en porter un pendant la nuit avec de larges prothèses de seins !

Dernière chose, il est important d'éviter de relâcher la discipline, de telle sorte qu'une fois que votre mari a commencé à porter un soutien-gorge régulièrement dans une situation particulière, il doit continuer. En ne lui permettant pas d'être libre de soutien-gorge dans la même circonstance ultérieurement, quelles que soient ses protestations, votre mari apprendra vite d'accepter son sort et ne perdra plus son temps à essayer d'y échapper, ce qui pourrait devenir une mauvaise habitude si vous n'y mettez pas fin tout de suite. Devrait-il persister à se rebeller, il deviendrait nécessaire de la punir en augmentant le temps de port. Il comprendra vite que toute tentative pour échapper au port du soutien-gorge aura l'effet inverse !

Chapitre 3 : Comment lui apprendre à dissimuler son soutien-gorge ?

Si votre mari doit porter un soutien-gorge en présence de personnes extérieures (des collègues par exemple) sans qu'elles ne remarquent rien, il est vital qu'il sache comment le mettre et agir pour éviter de révéler son secret embarrassant. Bien que beaucoup d'homme imaginent naïvement qu'il suffise de porter un vêtement suffisamment épais pour cacher leur sous-vêtement féminin, il y a de nombreux indices qui peuvent dévoiler la présence d'un soutien-gorge à des observateurs attentifs, même si on peut considérer qu'il est bien caché sous les vêtements.

Les signes qui révèlent la présence d'un soutien-gorge

Les bretelles visibles sous les vêtements



Les chemises qui sont épaisses et sombres offrent plus de protection pour masquer le soutien-gorge. Attention aussi aux vêtements mouillés qui deviennent translucides après une bonne suée. Il faut bien choisir ses habits.

Les formes qui trahissent sous les vêtements



Si votre mari ne veut pas être embarrassé, il doit non seulement faire attention à la couleur de son soutien-gorge, mais s'assurer que l'on ne devine pas ses formes dessous ! Et même si les hauts moins serrés contre le corps facilite les choses, attention à ce que le soutien-gorge ne devienne pas visible lors d'un mouvement. Même quelque chose d'aussi innocent que de se gratter l'épaule peut le trahir.

Les bosses créées par les attaches des bretelles



Potentiellement très embarrassantes.

Les renflements de la peau sous la ceinture du soutien-gorge



Une proportion notable de femmes porte mal leur soutien-gorge sans s'apercevoir qu'il n'est pas à leur taille et trop serré. Cela crée une protubérance remarquable de chair sous la ceinture du soutien-gorge qui peut être remarqué. Votre mari doit faire attention à ne porter ses soutien-gorge trop serré.

Ajuster les bretelles de soutien-gorge en public



Les hommes ont beaucoup plus de problèmes que les femmes quand il s'agit de garder les bretelles de leur soutien-gorge bien mises sur leur épaule, car avec l'absence de poitrine, il y a moins de poids dans les bonnets pour garder les bretelles bien tendues. Ils y a donc chez eux plus de risques que les bretelles glissent des épaules. Remettre une bretelle tombée demande habilité et discrétion. Si les femmes peuvent inconsciemment réajuster leurs bretelles en public plusieurs fois par jour, les hommes doivent prendre au contraire beaucoup de précaution pour ne jamais le faire en public. Le mari condamné au port disciplinaire du soutien-gorge doit être sûr de ne pas être observé lorsqu'il doit remettre ses bretelles et doit pas prendre comme habitude de le faire par réflexe.

Les bretelles ne sont pas les seules qui demandent à être réajustées. Un soutien-gorge peut devenir inconfortable surtout s'il est gardé longtemps. Cela demande une volonté de fer de résister à l'envie de se gratter sous la ceinture du soutien-gorge ou e remettre en place les bonnets qui ont glissé. L'homme doit en être particulièrement conscient en public.

Les marques laissés sur le peau



Il y a un indice de présence d'un soutien-gorge qui ne verra pas en public : les marques laissées par un soutien-gorge serré et porté longtemps. Ces marques si elles sont remarqués (à la piscine, à la plage, chez le docteur) dévoilent sans aucun doute le port récent d'un soutien-gorge. Cela peut devenir un avantage pour vous. La présence des marques vous permettent de vérifier d'un coup d'œil s'il a gardé bien sagement son soutien-gorge, comme demandé, au travail ou si sa désobéissance nécessite de lui cadénasser le soutien-gorge pour s'assurer qu'il le garde bien.

Chapitre 4 : Comment m'assurer qu'il n'enlève pas son soutien-gorge ?

Cousez ou attachez un fil témoin au niveau de l'attache - impossible pour votre mari de l'enlevez sans que sachiez au courant



Modifiez le soutien-gorge pour permettre la mise en place d'un cadenas



Il ne faut pas sous-estimer l'impact psychologique du cadenas de métal qui verrouille le soutien-gorge, surtout si vous l'enfermez vous-même. Impossible pour lui de l'enlever et il devra se résigner à son sort.

Rajoutez une sécurité au niveau du cou

Il est possible en se contorsionnant et en jouant sur l'élasticité du sous-vêtement que votre mari arrive à l'enlever sans que vous le sachiez. Le collier résout ce problème.



Chapitre 5 : Punition en soutien-gorge

Un mari qui enlève son soutien-gorge sans votre permission

doit porter un soutien-gorge cadenassé, de façon à comprendre qu'il n'a pas le choix de quand et où il doit porter son soutien-gorge.

Un mari qui se plaint trop de porter un soutien-gorge

doit porter un soutien-gorge très serré, de façon à s'apercevoir à quel point son soutien-gorge habituel est préférable

Un mari qui laisse négligemment glisser les bretelles de son soutien-gorge

doit porter un soutien-gorge dont les bretelles ne tiennent pas en place et puni à chaque fois qu'elles tombent

Un mari qui mate la poitrine des autres femmes

doit porter un soutien-gorge en dentelle très féminin et visible, pour comprendre ce que s'est de se faire mater la poitrine

Un mari qui est pris en train de regarder de la pornographie

doit porter un soutien-gorge avec de profondes prothèses mammaires, pour apprendre que le corps des femmes ne sont pas que pour le plaisir des hommes

Un mari qui est arrogant ou qui a un problème de comportement

doit porter un soutien-gorge difficile à cacher, dans la crainte constante d'être découvert

Un mari qui ne fait pas ses tâches domestiques et préfère sortir

doit porter un soutien-gorge impossible à cacher, pour ne pas pouvoir sortir sans votre permission

Un mari qui a une attitude non respectueuse envers les femmes

doit rester quelques temps en ne portant que dans la lingerie féminine, jusqu'à ce qu'il comprenne où est sa place

- Faites lui porter un soutien-gorge dans une situation particulière, plus sévère ou avec plus de risques (quand il sort boire avec ses amis, à un dîner d'affaire, quand il va voir sa mère, quand vous l'emmenez dans un magasin de lingerie ...)
- Faites lui porter un soutien-gorge moins confortable (plus serré par exemple ou un corset)



- Faites lui porter un soutien-gorge plus visible (noir par exemple sous une mince chemise blanche)



- Rajoutez des prothèses de seins ou des ballons pour gonfler sa poitrine





- Faites-lui porter un soutien-gorge au-dessus de ses vêtements



- Faites lui se raser entièrement les poils de la poitrine



- Faites le bronzer en soutien-gorge

