



菊花调教指南

菊花调教的目的主要是开发M菊花的感受，并非一味出于肛交的目的。

主人必须明白，对于没有菊花体验经历的M，初次调教的成功与否，也将影响到M菊花性感的二次形成。人类的菊花欲望最初产生起源于幼儿期，而后随着两性角色的确立，使得菊花作为原始的性感部位慢慢被淡化。好在菊花一直负担着控制排便的任务，所以唤醒M的菊花感觉还是不难的。

菊花调教的道具按M的体质和括约肌的状况不同而异。

拉珠和润滑剂都很有用。调教之前最好能进行灌肠，或者让M自己排空，否则对调教的双方都不卫生。

放入直肠的道具或手指等应用保险套套住，特别记住，从直肠抽出的道具或手指不能直接插入阴道，以免传播病菌。此外，对菊花粘膜破损，痔疮或产伤未愈的M，不要作菊花调教。记住这些安全和卫生的常识后，就可以按部就班地开始调教了。

菊花括约肌不像V道括约肌那样有弹性，而且直肠粘膜很容易受伤，所以调教

菊花括约肌不像尿道括约肌那样有弹性，而且直肠粘膜很容易受伤，所以调教方对M的安全要绝对负责。最初可以从一个润滑过的手指或橡胶棒开始，把手指指尖插入M的菊花处并略施加压力，让M采取与放屁时类似的括约肌放松动作，手指就能轻松地自动进入。



M没有完全适应菊花被异物侵入的感觉前，不宜弯曲或抽动手指，强烈的动作都容易引起M本能地排斥反应。

手指需要退出时，要求M以排便时的自然腹压将手指缓缓“排”出，凭调教者主观意志而不顾M括约肌的感觉快速地进入或抽出都是不对的。对于菊花特别紧小的M，可以让M带着可以接受尺寸的橡胶棒过夜，当M不再排斥手指或橡胶棒后，可以改用拉珠，大拉珠，跳蛋等其他道具，并结合缓慢的旋转和抽动，使菊花的括约肌进一步舒展，如果感到不适仍可按前法退出。由于直肠深处的弯曲结构，插入M菊花部分的长度不宜超过10公分。





菊花属于人体私密的器官，而且在调教时容易发出臭味，所以菊花调教会给M带来强烈的羞耻感。

经过正常的菊花开发后，M才会在生理和心理上适应菊交。所以菊花调教可以在便后作为日常的调教进行，也可在M限制高潮调教时转移M的性欲注意力等。其实，妇科检查时，菊花的指检也是例行的步骤，只是没有调教的成分在里面而已。

注，如果要进行菊交，应注意到M菊花的位置采取合适的体位，不可像Y道Xing交一样随意进行。一旦M产生痛苦，应立即缓慢退出。

如果出现简单的损伤可以用痔疮药膏来处理，出血的话还是尽早去医院治疗。



就医学上的资料来看，被肛者能获得快感的有两种情况：1.男性→前列腺的刺激

2.女性→羞耻感的兴奋

当然，医学上的论述是一个大数据的论点，现实上是有些特殊例子，例如2来说，的确有些女性是能在被肛时获得快感，甚至高C。

那么在此所要提出的是S都会希望去进行调教（或菊交），而很多M的经历却是只有一痛。

毕竟菊花不如Y道，它除了粪便和肠黏液外，并不会分泌润滑液，因此若在没做好事前充分准备就强行插入，只会带来痛楚，甚至造成肛裂伤惨痛结果。

事前准备：

1.先用浣肠液浣肠一次，建议使用生理食盐水，不要用甘油，否则会造成肠内壁的伤害。

2.浣肠后等待约10-20分钟（看个人而异），然后排出体内的便便，尽量排干净些。

3.排完便后，用清水+清洁用品清洗菊花，接着用小水管、或大针筒、或浣肠器，在菊花内注入500-1000cc左右的清水，注入完毕后，忍住15-20分钟（看个人忍受度），将水排出体外。同样注入清水程序，做2-3次即可干净。

4.在手指上沾约一节指节大小的润滑油（建议用水性，不要用油性，油性会造成肠内壁伤害，也会溶解保险套），将润滑油涂抹在菊花口，同时进行略微施力的按摩，直到感觉菊花口微热感。





5.再沾上同样量（一指节）的润滑油，用一根手指，慢慢的插入菊花内，缓缓的抽插，让内壁能沾满润滑油。接着，用两根手指，一样的润滑油量，缓缓插入菊花内抽插，同时在菊花内将手指上下左右的做撑开动作。同样程序，直到三根或四根手指插入时能顺利抽插，且无不舒服感。

（有一点要特别注意，指甲不能留长，否则容易割伤肠内壁）

6.开发不够，不能同时容纳多根手指时，S可以慢慢增加难度，不要一次想放入，不仅容易给M带来痛苦，而且容易引起肛裂，造成M的排斥和抵触。

7.如果S硬度不够可能会进不去，要有心里准备，哈哈。

8.插完屁屁的丁丁请勿放入Y道以免造成感染。

9.如果是陌生Xing伴侣建议使用保险套。

10.过程中可从1指、2指、或是狐狸尾巴、连球肛塞慢慢扩张，到Gui头至整根Ying茎。

11.可以使用后入式，同时别忘按摩Y蒂，让M身体放松，才容易进入。

还有一点也需要特别留意，对M的心理建设部分一定要事先给予充分的沟通和协调。惟有在能完全放心和放松下，才能去感受到欢愉的美好。

