

COSMO  
UNDERCOVER

**GEILENDE,  
HEILENDE HÄNDE**  
Tantramassagen berühren angeblich körperlich und emotional, wirken sich so positiv auf Gesundheit und Wohlbefinden aus. Expertin Cornelia Strobl bezeichnet das, was sie tut, sogar als „Beitrag zur Friedensarbeit“. Peace!



FOTO: AUDREY SHTECINIO/STOCKSY UNITED

# Let's get it ON

Immer mehr Frauen (und auch Männer) schwören auf **Tantramassagen**. Sind die wirklich so heiß? Eine Cosmo-Redakteurin hat mit ihrer Vagina den Selbstversuch gewagt

TEXT: LISA HECHENBERGER

7 MIN.  
LESEDAUER

**D**arf ich mich jetzt deinem Inneren zuwenden? Ich liege auf dem Rücken und bin nach einer Stunde Ganzkörpermassage tiefenentspannt. Beziehungsweise sollte es sein. Denn die Frage lässt mich kurz verkrampfen, mein Herz schlägt schneller. Das hier ist schließlich kein normaler Wellness-Termin, keine Ahnung, was nun kommt. Ich bin komplett nackt auf der Liege von Cornelia Strobl, die sich als Nächstes, so viel weiß ich immerhin, meiner Vagina widmen will. Meiner Yoni. Leicht dösig öffne ich die Augen und sehe, wie sie zwischen meinen gespreizten Beinen kniet und auf mein Okay wartet. Ein seltsamer Anblick. „Fuck it“, denk' ich mir. „Deshalb bin ich doch hier.“ Und nicke stumm.

## RUHE STATT ROTLICHT

Sobald das Wort Tantra fällt, schießen einem die Klischees durch den Kopf: gedreadlockte Hippies, Räucherstäbchen

und Bilder in psychedelischen Farben mit zehnarmigen Gottheiten darauf. Esoterisch angehaucht bin ich zwar nicht, Tantra reizt mich dennoch. Und zwar aus dem gleichen Grund, aus dem die meisten zu Cornelia Strobl

kommen: „Frauen wollen ihren Körper sinnlich erleben und ihren sexuellen Horizont erweitern“, bestätigt die zertifizierte Tantramasseurin. Es sei ein Thema, das immer mehr in die Mitte der Gesellschaft rücke, heute auch „normale“ Leute und Paare anspreche, fügt sie hinzu. Ich bin gespannt, was bei mir passiert.

Und nervös, bevor ich an einem Donnerstag um 11 Uhr vormittags auf das „Amaris“-Klingelschild drücke. So heißt das Studio, in dem Cornelia Strobl seit 22 Jahren arbeitet. „Duz mich bitte einfach“, sagt sie mit einem breiten Lächeln und freundlichen Händedruck. Die Gegend hier im Münchner Osten sieht allerdings mehr nach Gewerbegebiet als Selbstfindungs-oase aus. Das läge daran, erklärt mir die angehende Sexualtherapeutin, dass Tantramassagen unter das Prostitutionsschutzgesetz fallen und sie deshalb keine Praxis mitten in der Stadt haben dürfe – Stichwort Sperrbezirk. „Dabei hat eine seriöse Tantrapraxis überhaupt nichts mit Rotlicht zu tun“, erklärt sie. „Schnellen Sex bekommt man woanders.“ Vielmehr gehe es laut ihr darum, ein sicheres Umfeld zu bieten, in dem man sexuell ganz bei sich sein könne.

Sie führt mich in einen kleinen, gut beheizten Raum. Schummrig gelbe Lichterketten. Tücher überm Beistelltisch. In der Mitte steht die Massageliege, da-

neben ein Sideboard mit Öl, Kerzen, Taschentüchern und Feder-Tickler. Aus der Stereoanlage typische Entspannungsmusik, es riecht nach Spa. „Wenn du magst, kannst du dich erst duschen. Und dann bitte das hier umlegen“, sagt Cornelia Strobl und drückt mir ein gelbes Tuch mit großen rosafarbenen Blumen darauf in die Hand. Als ich im Bad verschwinde, höre ich sie noch sagen: „Ich ziehe mich in der Zwischenzeit auch um.“

## NACKTE BRÜSTE AUF DEM RÜCKEN

Beide nur noch mit einem Stück Stoff bedeckt, stehen wir uns nun gegenüber. Die Tantraexpertin nimmt meine Hände und guckt mir so tief in die Augen, dass es mir schwerfällt, dem Blick standzuhalten. „Entspann dich, atme tief durch. Du bist in einem geschützten Raum“, sagt sie mit ruhiger Stimme. Sie streicht mir über meine Arme. „Ich umhülle dich mit dem goldenen Faden des Tantra. Ich ehre deinen Leib als Tempel deiner Seele.“ Ich muss ein Lachen unterdrücken, etwas albern komme ich mir schon vor. „Lass dich jetzt drauf ein“, sage ich mir aber, „sonst hast du am Ende gar nichts davon.“ Und tatsächlich schafft es Cornelia Strobl mit ihrer fast mütterlich liebevollen Art, dass ich mich immer wohler fühle. Ihre Ruhe strahlt auf mich ab.

Los geht's wie bei einer Standardmassage: Ich liege auf dem Bauch, und Cornelia Strobl arbeitet sich von meinen Armen über Rücken und Beine bis zu den Füßen vor. Mit dem feinen Unterschied, dass wir sehr viel Körperkontakt haben. Wenn sie sich über mich beugt, spüre ich ihre nackten Brüste auf meiner Haut – ihr Tuch hat sie nur noch um die Hüften geschlungen.

Ich bin komplett in Mandelöl gehüllt, spüre, wie sie mit dem Feder-Tickler über

**FLACHGELEGT**  
Nach der Tantramassage heißt es für Cosmo-Redakteurin Lisa Hechenberger: entspannen

## SPRECHEN SIE TANTRISCH?

*Wichtige  
Begriffe der  
Sinnlichkeit:*

### TANTRA

Lebensphilosophie, aus altindischen Lehren entwickelt. Sexualität wird darin als göttliche Kraft gefeiert.

### KAMASUTRA

Leitfaden der Erotik, zählt dank Beschreibungen von Sexpositionen zu den bekanntesten Tantraschriften.

### MAITHUNA

Ritualisierter Geschlechtsverkehr, der nach einer speziellen Reinigung und Meditation stattfindet.

### SANSKRIT

Uralte Kultursprache Indiens, aus der tantrische Begriffe stammen.

### YONI

Innerer und äußerer Intimbereich der Frau

### LINGAM

Penis

### CHAKRA

Energiezentrum im Körper. Es gibt sieben Hauptchakren, die entlang der Wirbelsäule verlaufen.



### BEZIEHUNGS-BOOSTER

„Hat man diese Dimension der Berührung mal erfahren, kann man damit auch in der Partnerschaft spielen“, erklärt Tanramasseurin Cornelia Strobl den Benefit für Paare

FOTOS: STUDIO FIRMA/STOCKSY UNITED, PRIVAT, HOLGER WEISS

Bauch, Beine und Po streicht. „Was man hier bekommt, ist etwas Ganzheitliches mit Nähe, Berührung, wobei das Sexuelle nicht zu kurz kommt“, hat Cornelia Strobl vorhin noch erklärt. Etwas befreimäßig ist das schon. Und zugleich ein Wahnsinnsgefühl, die eigene Komfortzone so weit zu verlassen.

## HEISSER HÖHENFLUG

Nach meinem Nicken schiebt Cornelia Strobl meine Beine ein Stück weiter auseinander und fängt vorsichtig an, mit beiden Händen meine äußeren Schamlippen zu berühren. Ich zucke zusammen. „Okay... okay...“, schießt es mir bei jedem Zentimeter durch den Kopf, den die Tanramasseurin sich mit ihren Fingern vortastet. Sie gleitet immer wieder mit den Händen zwischen meinen Beinen hoch und runter, massiert vorsichtig meine Klitoris, Öl und Körperflüssigkeiten mischen sich. Schließlich dringt sie mit zwei Fingern in mich ein. Ich stöhne leise auf. Die



**Wir  
brauchen Sie!**

Haben Sie auch außergewöhnliche Sex- oder Liebeserfahrungen gemacht und würden diese gern in Cosmo teilen? Dann schreiben Sie uns an undercover@cosmopolitan.de

Bewegungen sind zielgerichtet, aber sanft und einfühlsam, wie aus einem Guss. Ich achte bald nicht mehr darauf, wo sie mich berührt, sondern genieße einfach.

## HAPPY END FÜR IMMER

Gut zwei Stunden dauert das Ganze, etwa 30 Minuten davon gilt die Aufmerksamkeit nur meiner Yoni. Mehr als lüsterne Entspannung tut sich bei mir aber nicht. „Danke...“, sage ich irgendwann. Weil: Kommen kann ich nicht. Den Gedanken, dass eine fremde Frau versucht, mich hier zur Klimax zu bringen, kriege ich nicht komplett aus dem Kopf.

Doch zugleich ist es total befreiend, zu wissen: Ich muss keinen Orgasmus haben. Ich muss nicht mal reagieren, sondern darf einfach empfangen. Ein Aspekt, der Druck aus all meinen zukünftigen Sexerlebnissen mit Männern nehmen wird, da bin ich mir sicher. Und so

seltsam es klingt: Ich habe mich se-xuell selten so selbstbe-stimmt ge-fühlt wie hier, passiv auf der Liege. Zugleich bin ich echt stolz, mich

darauf eingelassen zu haben. Mit all diesen Gedanken und Gefühlen in mir bedanke ich mich bei Cornelia Strobl. Zum Abschied umarmen wir uns wie alte Freunde. Sich nur die Hand zu schütteln, käme mir jetzt absurd vor. C



**SEXUELLER  
EINKLANG**  
...ist das,  
was sie als  
Mitglied des  
Deutschen  
Tanramassage-  
Verbands (TMV)  
ihren Kunden mit-  
geben will. Eine  
90-minütige sinn-  
liche Massage bei  
ihr im Münchener  
Studio Amaris  
kostet 190 €.

# Natürlich

# LUST AUF LUST!



Pflanzliches  
Arzneimittel

# Remisens®



Remisens® ist ein pflanzliches Arzneimittel das auf natürliche Weise Lust und sexuelles Verlangen von Frauen unterstützt. Der enthaltene Wirkstoff *Turnera diffusa* wird bereits seit langem als sanftes Aphrodisiakum angewendet und ist gut verträglich – so kann die Lust auf ganz natürliche Weise gesteigert werden.

[www.remisens.natürlich-lust.de](http://www.remisens.natürlich-lust.de)

Remisens®, Wirkstoff: Damianablätter-Trockenextrakt.  
Anwendungsgebiete: traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung als Aphrodisiakum bei nachlassendem sexuellem Verlangen. Remisens® ist ein traditionelles Arzneimittel, das ausschließlich aufgrund langjähriger Anwendung für das Anwendungsgebiet registriert ist. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Schaper & Brümmer GmbH & Co. KG, Bahnhofstr. 35, 38259 Salzgitter; Stand: 04/2017



Jetzt in Ihrer Apotheke

# Remisens®

PZN 11867854, 11867860

schaper brümmer