



Cobos Nieuwsbrief

14e jaargang nummer 55, augustus 2013

Deze Nieuwsbrief is een uitgave van Cobos, Isaac da Costastraat 44, 7552 VW Hengelo

Welkom bij de zomereditie van de Cobos Nieuwsbrief

De tijd van terugkeer

De vorige Cobos Nieuwsbrief, intussen al weer een klein halfjaar geleden, stond ik het teken van [mijn artikel >>](#) over de aanloop naar 21 december 2012 en de eerste tijd erna. Kort samengevat ging dat over de betekenis van het einde van de Mayakalender: via een tussenfase naar een nieuw begin. Alsof je door een tunnel naar een heel ander gebied gaat. De grote vraag was toen nog: welke wereld wacht ons daar?

Tijdens de bijeenkomsten van de groep die nog steeds regelmatig hier in Hengelo bijeen komt, hebben we in de afgelopen maanden samen stapje voor stapje ontdekt waar het om gaat. De aarde van vóór 21 december 2012 omvatte de eerste drie dimensies, waaruit de materie bestaat. Nu kan de aarde ook de hogere dimensies omvatten, maar dat gebeurt niet in één keer. Het groeit gaandeweg, zoals alles in de natuur zich via een natuurlijk ontwikkelingsproces ontvouwt. Het is begonnen met de integratie van de vierde dimensie, waarbij je bewust omgaat met gedachten, gevoelens en emoties. Natuurlijk hebben mensen dat al wie weet hoe lang gedaan en geprobeerd, maar daarbij is ook heel veel mis gegaan.

Als je opnieuw wil beginnen, moet je eerst schoon schip maken. Daarom wordt nu alles wat op het vlak van de vierde dimensie uit balans is, wat niet harmonisch is, samen met alles wat daardoor is ontstaan, opgebouwd en gecreëerd, steeds duidelijker zichtbaar, zodat het opgeruimd of hersteld kan worden, zowel op het persoonlijke vlak als op dat van de hele mensheid. Dat is precies wat we de laatste tijd steeds duidelijker zien gebeuren. Het is de eerste stap: het herstel van harmonie en balans.

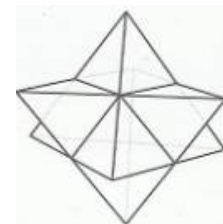
De aarde heeft het nieuwe begin hiermee gemarkeerd. Maar hoe verder de aarde komt in het integreren van nog hogere dimensies, hoe meer ook die ons leven zullen beïnvloeden. De integratie van de vijfde dimensie, het bewust omgaan met bewustzijn in al z'n verschijningsvormen, is intussen al begonnen.

De Mayakalender heeft veel facetten, maar het meest opvallende is de cyclische beweging: de tijd die in een cirkel draait, zoals de aarde in een jaar om de zon. De cyclus waar het hier om gaat duurt echter vele miljoenen jaren. De aarde luidt nu weliswaar een nieuwe tijd in, maar door de cirkelgang is het dus tegelijk een tijd van terugkeer. Wat zo opnieuw opkomt is nog terug te vinden in oeroude kennis, van zeker meer van 4000 jaar oud. Zoals bijvoorbeeld in de esoterische 'sleutels van Salomo', waarin wordt verteld over een voor de meeste mensen onbekende methode van persoonlijke ontwikkeling, die het 'linker pad' genoemd wordt: een visie die er van uitgaat dat je altijd beide kanten ziet en daardoor zonder oordelen uitgaat van alles wat er hier en nu is. Elk daarbij opkomend gevoel wordt daarbij geaccepteerd als een poort voor nieuwe inspiratie. Deze inspiratie werkt uniek en persoonlijk, maar komt ten goede aan alles en allen. Voor de meeste mensen is dit een nieuwe manier van kijken, beleven en ervaren – een nieuw bewustzijn.

Dit leidt nu al tot nieuwe ontdekkingen, die tegelijk oeroud zijn. Ze werken allemaal vanuit dit 'linker pad' principe van harmonie en balans. En ze omvatten alle gebieden: gezondheid en heling, emotionele balans en vrede, natuurkundige vernieuwingen en methoden van bouwen, manifesteren en omgaan met energie, vergelijkbaar met de ontdekkingen van Tesla, waardoor vrije energie mogelijk wordt - enzovoort. Het is heel mooi te herkennen in hoe de stroom van kosmische en aarde energieën nu werkt. Ik herkende het ineens ook als *hèt* werkingsprincipe van Body Emotions Release Therapy. En dit is nog maar het begin... Maar direct al een heel mooi, zuiver en sterk begin!

Harmonie: tussen twee astrologische zeshoeken

Deze Nieuwsbrief verschijnt in een korte periode tussen twee astrologische zeshoeken; een vorm die we ook kennen als de Davidster en als de eerste vorm van het lichtlichaam: de stertetraëder. Deze astrologische vorm heeft meestal een sterke invloed op het leven op aarde, die vele jaren kan aanhouden. Het opmerkelijke is, dat deze twee kort na elkaar verschijnen: op 29 juli was de eerste, de tweede verschijnt op 26 augustus a.s. Dat astrologen de energie van beide als 'heel harmonisch' omschrijven, vind ik in het licht van het bovenstaande heel intrigerend. 'Harmonie' betekent letterlijk 'overeenkomst', 'samenklank' en heeft verwantschap met het woord 'arm', waarvan de functie is dat er iets in beweging komt en nieuwe vorm krijgt. Uit alle informatie die ik over deze astrologische zeshoeken gelezen heb, kwam het meest duidelijk naar voren dat er een zeer krachtige energiestroom ontstaat, die beide aspecten (de tetraëder bestaat uit twee driekantige piramides, die de mannelijke en vrouwelijke oervormen in 6D zijn) in harmonie brengt. In de manier waarop de kosmische en aarde-energieën nu werken, kan je dat ook ervaren: ze stromen het sterkst *tussen* twee polen in, bijvoorbeeld *tussen* je handen, in plaats van het sterkst *uit* beide handen, zoals dat voor 21 december vorig jaar nog was.



Vóór 29 juli verscheen er een channeling van Germain. Die kan je [hier >>](#) nalezen. Tijdens deze activering ervaarde ik de energie als behoorlijk heftig. De uitwerking richtte zich voor mij vooral op het inzicht dat harmonische integratie betekent dat je de dimensies als geheel moet integreren. Ik kreeg daarbij een stroom informatie over hoe we de harmonie met de 2e dimensie - al het leven onder het aardoppervlak en onder onze huid (!) - zijn kwijtgeraakt. Ik voelde dat dit een absoluut onmisbaar deel is van de integratie en dat we, juist omdat al het leven op 2D zo lang verguisd, gedemoniseerd en met angst beladen is geweest, we de neiging zouden kunnen hebben om dat maar even 'over te slaan'. Ik voelde hoe belangrijk het is om het contact nu zó te herstellen, dat we weer als 'vanouds' in dagelijkse uitwisseling, harmonische contact en balans met deze oerkrachten van de natuur kunnen leven...

De komende ontwikkelingen kan je volgen en er over meepraten via [mijn Facebookpagina >>](#)

Verder in deze Nieuwsbrief:

- Maak kennis met de nieuwe stroom kosmische en aarde energie in de dagworkshop 'Shekinah – Nieuwe dimensies': zie bld. 3 en 4. En tijdens een uitgebreide weekendworkshop in het weekend van 13 t/m 15 december: bld. 4.
- In het kader van Bewustzijnsvormen starten we in december i.s.m. de Zwanenhof in Zenderen een unieke Training voor Professionals: zie bld. 5. En er is een nieuwe lezing gepland: op 14 februari 2014 in Deventer: bld. 5/6.
- Ik heb de reguliere erkenning van de Cobos Praktijk opgezegd omdat de eisen en restricties van de overheid en zorgverzekeringen volkomen haaks staan op de ontwikkelingen die de aarde en de energieën nu doormaken: zie bld. 6/7.

- Body Emotions Release Therapy gaat een nieuwe fase in. Dankzij de nieuwe energie kan het nu ook als groeps cursus gegeven worden. Op 29 september en 20 oktober in Tienhoven en 10 november en 1 december in Enschede: zie bld. 7/8.

Ik wens je veel leesplezier en een prachtige zomer!

Krijn Koetsveld.



Shekinah ~ Nieuwe Dimensies

Er werd al vaak gezegd en geschreven dat de aarde zou veranderen, zou 'ascenderen' of de 'vijfde dimensie' zou bereiken. Dat is gebeurd: de aarde ondersteunde eerst de eerste drie dimensies, waaruit de materie bestaat. Door deze 'groeisput' draagt de aarde nu ook niet-materiële dimensies, waarvan de eerste twee zijn: het bewust harmonieus omgaan met gedachten, emoties en gevoelens (4D) en het bewust omgaan met bewustzijn (5D).

Lang voordat de aarde de 4e dimensie omvatte, hebben veel mensen al geprobeerd bewust en harmonieus met gedachten, emoties en gevoelens om te gaan. Niet zo vreemd dus, dat daarbij heel wat fouten gemaakt zijn. En daarnaast is er ook willens en wetens veel gecreëerd dat totaal niet harmonisch is. Nu de aarde deze vierde dimensie omvat, worden al die fouten zichtbaar. We kunnen het nu herstellen, in harmonie brengen en waar in onszelf nog oude emoties opgeslagen liggen, kunnen we gemakkelijker schoon schip maken.

Dit maakt de weg vrij om alle aspecten van je bewustzijn te zien, te omarmen, te integreren en uit te breiden (5D). Want wat je ziet, denkt en concludeert, hangt nauw samen met je mindset, je 'denkraam'. Nu de aarde ook 5D omvat, krijg je de mogelijkheid om dat 'raam' te openen, uit te vliegen en alles in vogelvlucht te overzien. Het effect uit zich in een sterkere intuïtie en in direct weten, zonder over iets te hoeven nadenken.

Omdat dit zich in een voor de aarde nieuw gebied van niet-materiële dimensies afspeelt, kan je het nu vooral energetisch waarnemen. De aarde ondersteunt nu een nieuwe stroom van kosmische en aarde-energieën die een diepe, helende kracht hebben, die moeiteloos en snel werken op je lichaam en op oude emotionele lagen. Ze bieden een krachtige ondersteuning als je je 4D en 5D eigen wil maken. Daarmee kan je het praktisch toepassen, elke dag weer. Zo leg je een heel nieuw fundament onder je bestaan.

Maar dit is nog maar het begin. De aarde heeft tijd nodig om dit nieuwe gebied te integreren, maar het blijft niet bij 4D en 5D. De energie werkt nu al vanuit 6D en dit stimuleert de volgende stappen van ontwikkeling, waarvan meerdere signalen aangegeven dat die nu heel snel dichterbij komen. Het proces gaat dus in sneltreinvaart door. De nieuwe 6D energiestroom werkt vanuit geometrische vormen, zoals je lichtlichaam. Al deze vormen vertegenwoordigen een specifieke scheppingskracht. De energiestroom blijft dan ook niet meer constant hetzelfde, maar verandert steeds en brengt zo nieuwe processen op gang.

Ondertussen kan je in alle verandering en de huidige chaos een oproep voelen: blijf niet zitten, maar 'ga met de tijd mee' – ook al voelt het in eerste instantie nog onwennig. Het 'go with the flow' was nog nooit zo actueel. Je nu afstemmen op deze energiestroom geeft je een nieuwe basis, waarmee je je optimaal kan ontwikkelen en verder kan bouwen aan je multidimensionele zijn.

Praktische informatie Dagworkshop Shekinah – Nieuwe Dimensies: zie bld.4

Praktische informatie Dagworkshop Shekinah – Nieuwe Dimensies

Dit is een workshop van één dag, waarin je deze nieuwe energieën ervaart en leert hoe je ze toe kan passen. Dat wordt omlijst met informatie over dit veranderingsproces van de aarde, het uitwisselen van ervaringen in deze overgangstijd en een blik op de komende fasen van het proces.

De workshop wordt georganiseerd op:

Datum: Zondag 6 oktober en zondag 24 november (2 afzonderlijke dagworkshops)

Plaats: Lonnekerspoorlaan 88, Enschede

Aanvang: 10.00 uur. Einde: 17.00 uur.

Kosten: € 95,- per persoon.

Aanmelden: telefonisch: 074-2509520, via e-mail: cobos@inn.nl of schrijf je online in: www.cobos.nl/nederlands/inschrijven/index.html

Deze dagworkshop kan je ook bij jou thuis organiseren!

Het minimum aantal deelnemers is 8, het maximum is afhankelijk van de ruimte: we zitten tijdens de workshop in een ruime kring. Als je de workshop organiseert, is deelname voor jou gratis.

Neem even contact op voor overleg over datum, plaats en organisatie: telefonisch 074-2509520 of via e-mail: cobos@inn.nl



Shekinah – Nieuwe Dimensies

Weekend van vrijdag 13 tot zondag 15 december 2013

Deze workshop staat nu al gepland - om vrijwel één jaar na de omslag van 21 december 2012 opnieuw bij elkaar te komen. We zullen dan met elkaar delen hoe we de ontwikkelingen die zich nu steeds sneller opvolgen, hebben ervaren. En wat is de diepere betekenis van dit hele proces? Waar staan we zo, aan het eind van 2013, vlak voor de Winterzonnepunt? En hoe gaat het verder?

Tijdens dit weekend zullen we dus veel uitwisselen, maar ook veel dieper ingaan op de energie en de nieuwe ontwikkelingen. We zullen veel en vaak met de energieën werken en veel plezier hebben met alle nieuwe mogelijkheden, uitdagingen en 'doorkijkjes' naar de tijd die voor ons ligt.

In de volgende Nieuwsbrief zal ik de informatie over deze workshop aanvullen, want dan is alweer een volgend deel van deze prachtige ontwikkeling zichtbaar geworden. Intussen zal ik het ook steeds op [deze bladzijde >>](#) van de Shekinah website bijhouden.

Hou je dit weekend alvast vrij in je agenda? Nog beter: reserveer alvast een plek door een mailtje te sturen aan Inge, die deze workshop organiseert. Haar mailadres is: ingastrid@hotmail.com.

Krijn Koetsveld.



Bewustzijnsvormen

Ook tijdens de zomermaanden gaan we gewoon door met de eigen [Facebookpagina](#) van Bewustzijnsvormen. Maar we beperken ons tot leuke plaatjes en korte, vermeldenswaardige items. Na de vakantieperiode keert de vrijdagvraag weer terug, met het antwoord daarop in de vorm van het blog. Mocht je iets hebben gemist: op onze [blogpagina](#) kan je alle voorgaande blogs nalezen. Wil je geen enkel blog meer missen? Geef je dan op voor de verzendlijst via het veld 'Blog' rechts op elke [pagina van de website >](#)

Uiteraard worden belangrijke berichten niet alleen op Facebook, maar ook op [onze website](#) vermeld. Na de vakantieperiode brengen we een nieuw Nieuwsbulletin uit. Ook daar kan je je gratis op abonneren. Geef daarvoor je mailadres door via het veld 'Nieuwsbulletin' rechts op elke [pagina van de website >](#)

De activiteiten van Bewustzijnsvormen:

Training Bewustzijnsvormen voor Professionals

Vooraankondiging!

Bewustzijnsvormen start in samenwerking met Centrum de Zwanenhof in Zenderen met een 'Training Bewustzijnsvormen voor Professionals die met mensen werken'. Voor elke professional is een compleet overzicht over de situatie cruciaal tijdens de omgang met arbeidsrelaties. Maar zoals je blikveld bepaalt wat je wel en niet ziet, zo bepaalt je mindset of 'denkraam' welke betekenis je aan de situatie geeft. Hoe beter je je eigen denkraam kunt overzien, en je je in de mindset van je arbeidsrelaties kan verplaatsen, hoe gemakkelijker en sneller je elkaar kan begrijpen en dus hoe effectiever je als professional bent. Bewustzijnsvormen geeft je met de 'Training voor Professionals' daarvoor een krachtig hulpmiddel in handen. Je leert je inzicht en overzicht te vertalen in een creatieve, op maat gesneden oplossing die voor alle betrokken partijen werkt.

Meer informatie wordt binnenkort vermeld op de websites www.zwanenhof.nl en www.bewustzijnsvormen.nl. De 'Training voor Professionals die met mensen werken' wordt op basis van individuele inschrijving gegeven bij de Zwanenhof in Zenderen.

Praktische informatie:

Data: 7 en 8 december 2013 & 18 en 19 januari 2014
 Kosten: € 1150,- voor beide weekenden all-inn.
 Lokatie: De Zwanenhof, Retraitehuisweg 6, 7625 SL Zenderen
 Reserveren: www.zwanenhof.nl
 Meer informatie: info@bewustzijnsvormen.nl

Lezing over Bewustzijnsvormen

Bewustzijnsvormen: het openen van je denkraam verscherpt je inzicht!

Een filosofie helpt als het gemakkelijker wordt om het standpunt van anderen te begrijpen. Bewustzijnsvormen is een geheel nieuwe visie, een praktisch hulpmiddel, dat je inzicht geeft in de verschillende manieren waarop mensen kijken en ervaren. Hoe je wordt geboren - in een cultuur, religie, familie - vormt je venster op de wereld. Daarbinnen leef, werk en denk je. Het is je 'denkraam', dat opgebouwd is uit één, twee of drie 'Bewustzijnsvormen'. Binnen één Bewustzijnsvorm kunnen mensen gemakkelijk met elkaar communiceren. Maar de Bewustzijnsvormen verschillen zoveel van elkaar, dat onderling contact moeilijk of vaak



zelfs onmogelijk lijkt. Als je niet door hebt dat iemand in een andere Bewustzijnsvorm leeft, begrijp je de ander niet of slecht. Dat komt doordat de verschillende Bewustzijnsvormen andere betekenissen aan een situatie geven.

Inzicht in de Bewustzijnsvormen geeft je een overzicht over elke interactie tussen mensen. Het biedt je ook inzicht in je eigen 'denkraam'. Als je weet hoe je zelf en hoe de ander de wereld ziet, begrijp je niet alleen veel beter wat er speelt, maar kom je op nieuwe en creatieve ideeën hoe je de ander kunt begrijpen en de situatie kunt verbeteren.

In deze lezing maak je kennis met de visie van Bewustzijnsvormen, ontdek je je eigen Bewustzijnsvorm(en) en krijg je inzicht in welke Bewustzijnsvormen anderen kunnen leven.

De lezing wordt gegeven op:

vrijdag 14 februari 2014 in Deventer. Meer informatie en de mogelijkheid tot aanmelden verschijnt binnenkort op <http://www.tijdvoordegeest.nl/>

Bewustzijnsvormen thuis

We komen naar je toe! Organiseer in overleg met ons voor je gezin, familie, vrienden kennissen en/of collega's een kennismakingsavond Bewustzijnsvormen bij je thuis. Omdat zo'n avond kleinschalig is, komt ieder die dat wil aan bod met zijn of haar vraag of onderwerp. De kosten p.p. zijn laag en als organisator neem je gratis deel. Maak een afspraak via info@bewustzijnsvormen.nl.

Activiteiten rond Bewustzijnsvormen voor grotere groepen

Wil je een grotere groep laten kennismaken met Bewustzijnsvormen? Of denk je aan een bedrijfstraining? Op [deze bladzijde](#) krijg je een idee van de mogelijkheden en de kosten. Daar vind ook de contactgegevens via [Organisatiebureau Cobos](#) met meer informatie.

Karin en Krijn Koetsveld.



Erkenning van de Cobos Praktijk opgezegd.

Tot nu toe werd de Cobos Praktijk erkent door de beroepsverzekering BATC en daarmee werden de consulten gedeeltelijk door de zorgverzekeringen vergoed. Beroepsverenigingen stellen voor de continuering van deze erkenning een aantal eisen, waaronder continue bijscholing, maar alleen in door hen erkende (geaccrediteerde) opleidingen. Dit betekent dat wat je wel en niet doet binnen je praktijk door je beroepsvereniging wordt gestuurd.

Daarnaast leggen ook de zorgverzekeringen, los van de beroepsverzekeringen eigen regels, eisen en beperkingen op. Daarin zijn ze ook nog eens allemaal verschillend. Met als gevolg dat sommige verzekeringen de declaraties toch niet erkennen en dus ook niet vergoeden. En de trend is dat het jaarlijkse maximale bedrag dat wordt uitgekeerd, elk jaar lager wordt.

Er is ook een duidelijke trend waar te nemen waarbij de zorgverzekeringen de eisen aan opleiding voor alternatief werkende therapeuten in de gezondheidszorg steeds hoger opschroeven. Daarbij worden de eisen tot opleiding, kennis en toepassing van reguliere methoden steeds meer verscherpt en verhoogd. De zorgverzekeringen stellen nu eigenhandig in dat alleen nog BIG geregistreerde therapeuten vergoed zullen worden, die daarnaast voldoen aan door hen opgestelde opleidingseisen in medische en psychosociale kennis, alles opnieuw op reguliere basis, dus zonder alle alternatieve en complementaire kennis en ervaring te laten meetellen. Het patroon is duidelijk: de beheersing en controle wordt steeds verder opgevoerd en de macht van de zorgverzekeringen wordt steeds groter.

Dit was voor mij aanleiding me af te vragen of deze erkenning, met alle beperkingen die daarmee gepaard gaan, nog wel zin heeft. Maar er is daarnaast een veel belangrijker ontwikkeling, die me aan het denken zette....

Mijn hele motivatie lees je [hier](#) in het artikel **'Waarom ik de erkenning van de Cobos Praktijk heb opgezegd'**. De consulten worden nog tot 1 oktober a.s. vergoed.

Maar: de Cobos Praktijk gaat ook daarna gewoon door. Om de verandering te markeren, pas ik op 1 oktober a.s. de naam aan: **Cobos Praktijk voor Energetische Behandeling, Begeleiding en Body Emotions Release Therapy**.

Op [deze bladzijde](#) van de Cobos website vind je informatie over mijn werkwijze, de kosten, e.d. Voor vragen en een afspraak kan je me ook bellen: 074-2509520, of mail naar krijnkoetsveld@cobos.nl.

Krijn Koetsveld.



Body Emotions Release Therapy (B.E.R.T.)

Binnen de Cobos Praktijk heb ik veel mooie, indrukwekkende resultaten van Body Emotions Release Therapy (B.E.R.T.) mogen zien. Cliënten melden al na enkele sessies: 'ik heb meer rust', 'een veel vrijer gevoel', 'het malen en piekeren verdwijnt vanzelf' en 'ik ben minder moe en slapen gaat weer goed'.

Body Emotions Release Therapy helpt bij gespannenheid, stress, overwerkt zijn, burn-out, een last uit het verleden of problemen na een trauma. Op de [website van de Cobos praktijk >](#) kan je de uitgebreide informatie over B.E.R.T. lezen.

Binnen de praktijk blijf ik individueel met Body Emotions Release Therapy werken, zo nodig in combinatie met andere methoden en energetische heling. Maar die nieuwe stroom van kosmische en aarde-energieën maakt het nu ook mogelijk om B.E.R.T. als groeps cursus te geven. Daarin staat centraal dat je de methode zo goed leert, dat je die geheel zelfstandig kan toepassen. Dit is de tekst van de folder:



Cursus Body Emotions Release Therapy (B.E.R.T.)

Spanning loslaten voor beter contact met jezelf en anderen

Wat doet spanning? Als je met iemand in gesprek gaat, ben je geïnteresseerd en benieuwd wat de ander te vertellen heeft. Dan luister je goed. Maar als je gespannen bent, veel aan je hoofd hebt, je zorgen maakt, lukt het niet om goed te luisteren. Dat merk je bijvoorbeeld tijdens een gesprek met een collega of vriend(in).

Zo maakt spanning het ook moeilijk om de subtiele signalen van je lichaam te ervaren. Daarom is het heel zinvol om je lichaam te helpen de spanning los te laten. Eenmaal bevrijd van spanning is het gemakkelijker om signalen van je lichaam op te vangen. En kun je ook weer beter naar anderen luisteren.

Hoe ontstaat spanning? Je maakt van alles mee en daar voel je veel bij. Soms gebeurt er iets dat je emotioneel zó raakt, dat je er nauwelijks weg mee weet. Dan stop je het weg of je negeert het. Als er niets mee gedaan wordt, bergt je lichaam zo'n ervaring op, zodat je

toch verder kan, ook als het heftig is. Maar die emotionele lading wil je lichaam wel weer kwijt, en als er later iets gebeurt dat er een beetje op lijkt, is dat voor je lichaam een kans om van die lading af te komen. Dat merk je, en misschien weet je ergens ook wel dat het goed zou kunnen zijn, maar als je geen idee hebt wat je er mee aan moet, beheers je je vanzelf weer. En dan gaat het deksel weer dicht...

Wat is de zin er van? Alles wat je hebt meegemaakt, heeft je gemaakt tot wie je nu bent. Vaak dragen die opgeborgen emoties onontdekte, waardevolle ideeën in zich over wie je werkelijk bent. Je lichaam wil bij een volgende gelegenheid niet alleen de emotionele lading kwijt, maar ook die diepe waarheden met je delen.

Wat brengt de cursus me? Tijdens de cursus leer je eerst hoe je zelfstandig je lichaam kan helpen zich van de opgeslagen emoties te bevrijden. Jouw eigen, unieke manier waarop je lichaam met jou communiceert, ontdek je gaandeweg als je blijft oefenen. Het vraagt dus wel even tijd om de taal van je lichaam te gaan verstaan. Want je lichaam spreekt niet met woorden, maar met gevoelens, kleine bewegingen en intuïtieve beelden.

De cursus is daarom opgebouwd uit drie delen: twee cursusdagen en enkele weken waarin je thuis zelfstandig oefent. Tijdens de oefenweken is het mogelijk om via telefoon of e-mail met de trainer te overleggen over jouw persoonlijke (nieuwe) ervaringen. Tijdens de tweede cursusdag leer je hoe je B.E.R.T. nog gericht en specifiek kan toepassen. Daarmee ben je in staat om B.E.R.T. geheel zelfstandig en op je eigen manier te gebruiken.

Wie is de trainer? De cursus wordt gegeven door Krijn Koetsveld. Hij werkt al meer dan 30 jaar met groepen en individuen aan bewustzijnsontwikkeling. Daarbij ontmoette hij veel mensen die last hadden van spanning, stress, posttraumatische stoornissen of lichamelijke klachten die het gevolg zijn van stress. Omdat bestaande methoden vaak maar ten dele helpen, ging hij enkele jaren geleden op onderzoek uit, in de hoop een manier te vinden die de emotionele lading echt helemaal uit het lichaam kan werken. Die manier ontwikkelde hij zelf en hij noemde het 'Body Emotions Release Therapy (B.E.R.T.)'.

Praktische informatie:

Er zijn twee cursussen georganiseerd:

Cursusdata: Zondag 29 september en zondag 20 oktober 2013

Tijden: aanvang: 10.00 uur, einde rond 17.00 uur.

Plaats: 'Land van Dromen', Westbroekse Binnenweg 20, 3612 Tienhoven (bij Utrecht).

Kosten: € 185,- incl. BTW en inclusief 2x lunch en ondersteuning tijdens de oefenweken

Tweede cursus:

Cursusdata: Zondag 10 november en zondag 1 december 2013.

Tijden: aanvang: 10.00 uur, einde rond 17.00 uur.

Plaats: Lonnekerspoorlaan 88, Enschede.

Kosten: € 185,- incl. BTW en ondersteuning tijdens de oefenweken

Overnachten: als voorafgaand aan een cursusdag in Tienhoven of Enschede wil overnachten, is dat mogelijk in een plaatselijke Bed & Breakfast. Geef dat bij je aanmelding even afzonderlijk aan, dan sturen we je informatie over de mogelijkheden. De afspraak en betaling van de kosten regel je zelf met de B & B.

Aanmelden: telefonisch: 074-2509520, via e-mail: cobos@inn.nl of online:

www.cobos.nl/nederlands/inschrijven/index.html

Meer informatie: Bij Krijn Koetsveld, telefonisch: 074-2509520 of per e-mail: cobos@inn.nl



Shekinah website vernieuwd

De Shekinah website is geheel vernieuwd en aangepast aan de huidige ontwikkelingen. Shekinah is nu opnieuw begonnen aan een hele nieuwe reeks workshops. Als je de hele ontwikkeling sinds 2000 wilt bekijken, ga dan eens naar [deze bladzijde >>](#). Alle informatie over de nieuwe dagworkshop Shekinah - Nieuwe Dimensies vindt je op [deze bladzijde >>](#). En ook de [homepage >>](#) is vernieuwd.

Krijn Koetsveld.



'Volgroeid Bewustzijn'

Dit boek past helemaal in de huidige ontwikkelingen. Het is geschreven vanuit de vijfde dimensie en voor de integratie daarvan. Lees meer over het boek in de [Cobos Webshop](#). Klik daarvoor op de blauwe balk onder 'Bewustzijnsvormen'. Via dezelfde bladzijde van de Cobos website kan je het boek ook bestellen. De kosten: € 22,50 plus € 3,- verzendkosten (binnen Nederland). Je krijgt het boek toegestuurd zodra je betaling binnen is. Je kan het boek ook bestellen in de boekhandel. Het ISBN is: 978-90-76407-41-8.



Contactgegevens Cobos

Voor de volgende aspecten kan je contact opnemen met Krijn Koetsveld:

info@cobos.nl, of telefonisch: 074-2509520, op werkdagen tussen 10.00 en 17.00 uur:

- **Inhoudelijke informatie** over lezingen, workshops, trainingen en andere activiteiten.
- **Persoonlijke vragen**, over begeleiding, hulpverlening ([Cobos Praktijk](#)) of n.a.v. een cursus of het delen van een persoonlijke ervaring.
- **Organisatorische zaken**, zoals het organiseren van lezingen, cursussen, workshops en andere activiteiten.
- **Reserveren of inschrijven voor een cursus**; [pagina inschrijven](#) is het gemakkelijkst.
- **Wijzigingen m.b.t. je inschrijving**, zoals verandering van kamer, dieet doorgeven e.d.
- **Folders aanvragen**, om uit te delen bij jou in de buurt, tijdens beurzen, etc.

Voor de volgende zaken kan je mailen naar Maria ter Beek: administratie@cobos.nl:

- **Betalingen en nota's**: info en vragen over nota's en betalingen.
- **Cobos Webshop**: ga eerst naar de [webshop pagina](#). Daar vind je ook informatie over hoe je artikelen kan bestellen en de leveringsvoorwaarden.

De bankrekening van Cobos is: 6111607, IBAN: NL59INGB0006111607 - BIC code : INGBNL2A, t.n.v. Cobos, Hengelo. Vermeld altijd waarvoor je betaling is: naam van de workshop met de startdatum of kenmerk/factuur/notanummer.



De eerstvolgende Cobos Nieuwsbrief

De volgende editie van de Nieuwsbrief is de najaarseditie, die gepland staat voor oktober.

Hartelijke groet,
Krijn Koetsveld.