

FLOW-IN LOVE FOR ETERNITY

LOVE COLLEGE

Journal



WWW.E-LOVECOLLEGE.NL

Hi!



Wij zijn Bas en Herma Villerius,
relatietherapeuten met een missie:
Flow-in your Love!

Onze karakters blenden onmogelijk, maar met hemelse genade delen we krachtig onze liefde in puurheid, openheid en passie.

We geven jullie sleutels tot goddelijke principes én praktische tools, zodat je – juist in al jullie verschillen – kunt groeien naar diepere lagen van sterke, liefdevolle verbinding.

Omdat we daarnaast ook al (20+!) jaar elkaars geliefden zijn, wéten we waarover we het hebben. Door dik en dun, in de volheid van het leven in bediening, bedrijf en gezin met 3 kinderen, leren we nog steeds nieuwe lagen liefde voor elkaar, helpen we elkaar verder helen, vertrouwen en tot bloei komen voor God, elkaar en ons gezin met de generaties na ons!

Kom mee, spring in 'The flow', de bron en rivier van Gods oneindige liefde, in Zijn tedere én krachtige aanwezigheid! Het is goed!

Bas en Herma

LoveCollege.nl

E-LoveCollege.nl

info@flow-incollege.nl

CONTENT

HEMELS HUWELIJK

1. Destination
2. Lovely Check-in
3. Code of Honour
4. Hand-out
5. Homework

COMMUNICATIE

1. Play the Game
2. How to talk
3. Heart Connection
4. Emotions
5. Hand-out
6. Homework

WAT WIL HIJ, WAT WIL ZIJ?

1. His and Hers
2. Hand-out
3. Homework



SEKSUALITEIT

1. Sensual Journey
2. Open up more deeper
3. Two hearts become one
4. Hand-out
5. Homework

BEAUTIFUL CRACKS

1. From glory to glory
2. Hand-out
3. Homework

BLESSINGS



Emotion

Wist je dat 80% van je boodschap **non-verbaal** is?

Je **emoties** kleuren onbewust de **toon** van wat je zegt.

Geef nu **een rondleiding** door je hart om de ander deelgenoot te maken.

Jij bent de gids, je partner de toerist.

Deel wat en hoe lang jij wilt: jouw gevoelens, herinneringen, verlangens.

De ander luistert **aandachtig** – zonder vragen of reactie.

Rond af als je klaar bent en **bedank** elkaar.

Wissel daarna van rol, of doe dat op een later moment.

1

Wat herinner jij je van
je kindertijd hoe je
omging met emoties?
Welk voorbeeld heb je
van je ouders
gekregen? Wat spreekt
je hierin aan?

2

Welke emoties kun jij
makkelijk uiten?
Welke zijn lastiger?
Op welke manier ga je
leren je emoties op een
gezonde manier te
beleven?

3

Ben je tevreden over de
manier waarop emoties
je relatie beïnvloeden?
Wil je daar iets mee?
Vraag God welke route
je mag volgen.
Bij Hem ben je veilig!

Hand-out 2



EMOTIONELE VERBINDING

Emotionele verbinding is het gevoel van wederzijds begrip, veiligheid en nabijheid. Het ontstaat wanneer je je openstelt voor elkaars gevoelens en behoeften. Deze verbinding zorgt ervoor dat je je gezien en gewaardeerd voelt. Wanneer ruzie ontstaat, kan die verbinding voor je gevoel verdwijnen, waardoor misverstanden en pijn toenemen.



PATRONEN

Door patronen in een ruzie te herkennen, begrijp je wat er onder de oppervlakte speelt en waarom bepaalde reacties telkens terugkomen. Dit inzicht helpt om op een meer liefdevolle en constructieve manier met conflicten om te gaan, waardoor de emotionele verbinding hersteld wordt.



EMOTIES

Emoties hebben een belangrijke functie: ze geven richting, waarschuwen ons en verbinden ons met anderen. Ze helpen ons om te voelen wat er speelt, En heel te worden, in onszelf en in onze relaties. Emoties zijn door God gegeven, bedoeld om je in beweging te zetten. Innerlijke wegwijzers die aangeven wat je nodig hebt, zoals controlelampjes op je dashboard. Verdriet wijst op verlies. Boosheid op onrecht of bescherming van iets wat waardevol voor je is. Blijdschap laat weten wat betekenisvol is en angst helpt je beschermen tegen gevaar.



ALS EEN KOP ZONDER KIP

Emoties negeren is echt géén optie! Alleen door te luisteren naar je behoefte en die te vervullen kun je groeien, goede keuzes maken en diepe verbindingen aangaan. Zo wordt je emotioneel volwassen.



Homework

DAGBOEK

Houd de komende tijd eens bij welke emoties je tijdens de dag hebt gevoeld. Gewoon aan het eind van de dag een momentje inchecken in jezelf en bij elkaar. Waar vroeg de emotie om? Hoe ben je er mee omgegaan?

DANSEN

Praat nog eens na over de dansen die jullie regelmatig dansen. Waar vragen ze ten diepste om? Hoe kun je elkaar helpen de liefdesdans te gaan dansen?

TERUGBLIK

Vertel aan elkaar wat je vanuit dit thema echt wilt gaan inzetten voor jullie relatie.

Waar verlang je naar?

Hoe ziet dat er praktisch uit in jouw en je lief zijn gedrag?

