

# Niveau 1 – 1<sup>er</sup> cours

— Le Noble Sentier Quadruple (Amour – Sagesse) —

1. Apprendre la Vérité chez Happy Science
2. Explorer le Cœur Juste
3. Le Principe de l'Amour
  - 1) Donner de l'amour sans rien attendre en retour
    - Conférence sur "L'Amour souffle comme le Vent"
  - 2) L'amour que vous donnez revient à vous
  - 3) Le don de l'amour commence par la "gratitude"
4. Contemplation – Amour inconditionnel
  - 1) Respiration
  - 2) Contemplation
    - Songez à une personne avec laquelle vous souhaitez améliorer la relation : famille, ami(e)s, collègues, supérieurs, subordonnés, etc.
    - Votre amour pour cette personne n'est-il pas conditionnel, de sorte que vous l'aimez seulement lorsqu'elle satisfait vos exigences ? Par exemple, n'avez-vous pas pensé : "Je serai sympathique avec mon ou ma partenaire si lui ou elle corrige son caractère coléreux et se montre sympathique à mon égard" ou « Si mon supérieur me reconnaît correctement, alors je serai plus obéissant » ?
    - Prêtez serment d'offrir un amour pur à cette personne indépendamment de son attitude ou de sa réaction, comme si vous étiez un Ange du Ciel.
5. Le Principe de la Sagesse
  - 1) Lire les livres de la Vérité est le premier pas vers la Sagesse
  - 2) Le monde spirituel se compose de multiples royaumes correspondants au niveau de l'Eveil.
  - 3) Explication sur les espaces multidimensionnels et la Loi de l'Attraction des mêmes longueurs d'ondes.
  - 4) "La vie est un cahier d'exercices"
6. Les Etapes de l'Amour