

La Demande

Une méditation du cœur simple et profonde



Un programme gratuit, en ligne, pour :

Trouver la paix en son intérieur

Sentir la bonté dans son cœur

Se connecter à ses vraies nécessités

Aider réellement ses proches

Se réconcilier avec soi-même et avec les autres

Renouveler l'espoir et la foi dans la vie

<https://lademande.org/>

Le prochain programme en groupe démarre **25 janvier** 2026.



Inscription : **la.demande.org@gmail.com**