

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**