



Nouvelles de la Falaise Verte

Février 2018

« Si je pose la question à chacun d'entre vous, « pourquoi pratiquez-vous le Zen ? », la réponse va être différente d'une personne à l'autre, mais globalement, la réponse va être quelque chose comme : « pour améliorer ma condition intérieure ». Je pense que réaliser sa propre nature, c'est la raison pour laquelle on pratique le Zen. En dirigeant ses efforts dans le sens de réaliser sa propre nature, on améliore sa condition intérieure.

Le problème c'est la continuité dans l'effort, l'assiduité, la persévérance.

Il y a dans la nature de l'être humain des fondamentaux : manger, boire, se coucher, dormir etc. indépendants de l'agitation du mental. Et le fondamental des fondamentaux, c'est respirer.

Si on était conscient de l'importance qu'il y a de respirer correctement – et c'est ça qu'enseigne zazen – on n'arrêterait jamais le zazen.

Donc j'insiste sur ce point-là : ne jamais arrêter zazen une fois qu'on a mis le pied dedans.

Continuez sans fin la pratique du zazen ! »

Taïkan Jyoji, « Rivage sans retour, les non-pensées d'un maître zen », tome 4, p.118

(D'autres textes de Taïkan Jyoji sont disponibles sur le blog : aucoeurduzen.blogspot.fr)

Rappel de la Sesshin de février 2018



La prochaine sesshin aura lieu **du samedi 17 au vendredi 23 février 2018.**

Les personnes souhaitant participer sont invitées à s'inscrire au plus tôt.

Ci-contre : éventail calligraphié par Maître Mumon : « L'être authentique est sans affaires », phrase célèbre de Rinzaï.

[Inscription sesshin](#)

Calendrier des Sesshin 2018



- Sesshin de février : du samedi 17 au vendredi 23
- Sesshin d'avril : du vendredi 30 mars au lundi 2 avril
- Sesshin de juin : du jeudi 14 au dimanche 17
- Sesshin de juillet : du samedi 21 au samedi 28
- Rôhatsu : du samedi 17 au samedi 24 novembre

Tous les [renseignements](#) sur le site web.

Calendrier des stages de Kyudo 2018 & Samedis du Kyudo à la Falaise



- Stage d'hiver : du samedi 24 fév. au vendredi 2 mars
- Stage d'été : du samedi 7 au vendredi 13 juillet

Tous les [renseignements](#) sur le site web.

Les samedis du Kyudo 2018 auront lieu les samedis :

10 février / 17 mars / 14 avril / 26 mai / 23 juin

Pratique de 10h00 à 17h00, repas partagé, chacun amenant un plat de sa confection. Participation : 5€.

Stage de Qi Gong avril 2018 : du jeudi 5 au dimanche 8 avril



Un stage de Qi Gong de 4 jours se déroulera à la Falaise Verte, **du jeudi 5 au dimanche 8 avril**. Le stage sera dirigé par Colin Manoha.

Zazen, pratique méditative du Qi Gong tout au long de la journée : mouvements de base, Qi Gong postural, ouverture des Dantian et circulation énergétique.

Renseignements et inscriptions auprès de Colin Manoha :

inspirmeditation@gmail.com

www.inspirmeditation.com

ou de la Falaise Verte : falaise.verte@orange.fr

Calendrier stages de Chadô 2018

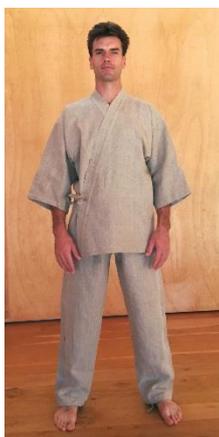


Frank Armand animera les prochaines sessions de Voie du Thé, « Chadô » en japonais, aux dates suivantes :

- Du vendredi 17 au lundi 21 mai
- Journée en l'honneur de Rikyû le dimanche 27 mai
- Du jeudi 27 au dimanche 30 septembre

Ouverts à tous, débutants y compris. Attention : nombre de places limité ! Pour plus d'informations, contacter soit directement Franck : franck.armand@mirokou.com ; soit le Centre de la Falaise Verte.

Premier atelier de couture à la Falaise Verte 2018 !



Le premier atelier de couture est prévu à la Falaise verte du **mardi 3 au dimanche 8 avril**, à la suite de la sesshin.

Sous la conduite et l'aide de Nathalie, l'objectif est que chaque participant(e) réalise sa **propre tenue de zazen**.

Le tissu sera fourni. Les nombre de places est limité à 7 pour assurer la qualité de l'encadrement. Les personnes intéressées sont donc d'ores et déjà invitées à réserver leur place.

Participation aux frais : 290€.

Samou et aides bénévoles à la Falaise Verte 2018



La Falaise Verte accueille tous les printemps/étés des groupes importants qui viennent pratiquer des disciplines en accord avec l'esprit du Zen.

Chaque année, des *bénévoles* viennent participer à la vie du Centre pour pratiquer le Zen et aider aux tâches quotidiennes. En échange, la Falaise ne demande pas de participation financière et fournit le gîte et le couvert.

Votre participation est très appréciée et de plus en plus de bénévoles tiennent à participer. Afin de gérer au mieux les aides, nous vous proposons l'agenda des stages du Printemps ci-dessous. Si une date vous intéresse, merci de vous inscrire dès que possible.

Printemps :

- Du jeudi 22 au mercredi 28 mars : Stage de Qi Gong
- Du dimanche 15 au jeudi 19 avril : Stage de Yoga
- Du mardi 1er au dimanche 6 mai : Stage de Shiatsu
- Du mercredi 9 au dimanche 13 mai : Stage de Kendô
- Du jeudi 24 au dimanche 27 mai : Stage de Kyudô
- Du vendredi 1^{er} au dimanche 10 juin (2 fois 5 jours) : Stage en silence pratique Hindoue

Les personnes intéressés pour venir passer du temps au Centre, faire zazen et samou ensemble, sont invitées à nous contacter dès que possible : falaise.verte@orange.fr

Zazenkai (réunion de zazen) à Paris, Lyon, Marseille, Visé, Bruxelles : toutes les dates du premier semestre 2018.

Depuis plusieurs années maintenant, le Centre de la Falaise Verte propose un zazen régulier dans plusieurs grandes villes en France et en Belgique. L'occasion de maintenir sa pratique, de l'alimenter grâce à l'énergie du groupe, de partager zazen avec les autres et pourquoi pas, de faire découvrir sa pratique à des proches qui le souhaitent. Nous donnons ici toutes les dates 2018 afin que vous puissiez organiser vos agendas.

	Fév.	Mars	Avril	Mai	Juin
Paris	11	18	08	20	10
Lyon	04	04	08	06	17
Marseille	25	25	15&29	06&27	03&17
Bruxelles	04	04	08	06	03

Plus :

Belgique, Visé	Tous les lundis de 19h30 à 20h30 & tous les premiers samedis du mois de 14h30 à 16h30
Aix-les-Bains	Tous les lundis 19h30

Les lieux :

	Horaires	Adresse
Paris	18h30 (zazen à 19h00)	Dôjô « Dans la cour », 173 rue du Faubourg Saint-Antoine 75011 Paris ; code du porche : 2639
Lyon	09h15 (zazen à 10h00)	Dôjô « Okinawa - Shaolin », 110 quai Pierre Scize 69005 Lyon
Marseille	09h30 (zazen à 09h55)	Dôjô Iôkaï Shiatsu, 31 rue Saint-Saëns 13001 Marseille
Bruxelles	10h00	Centre « Les Sources », rue Kelle 48, 1200 Bruxelles
Visé	19h30 (Lun.) 14H30 (Sam.)	Rue des Récollets 20, 4600 Visé
Aix-les-Bains	19h30	36 rue du Puits d'Enfer, 73100 Aix les Bains

Les fiches d'information sont téléchargeables sur le site web de la Falaise Verte : [Paris](#), [Lyon](#), [Marseille](#), [Belgique](#). Vous pouvez aussi contacter directement la [Falaise Verte](#) ou [Zen Visé & Bruxelles](#)

Japonisme 2018



L'année 2018 marque les 150 ans de l'ère Meiji, ère à l'aube de laquelle le Japon se tourna résolument vers la modernité. À cette occasion la France sera la scène de nombreux événements, spectacles, expositions, concerts etc. réunis sous le nom de « Japonismes 2018 ».

Le Centre de la Falaise verte a été sollicité par les autorités du Zen Japonais pour soutenir et participer à la « **SEMAINE DE LA CULTURE ZEN** » qui aura lieu du **3 au 6 octobre 2018** à la **Maison de la Culture du Japon à Paris** (www.mcjp.fr).

Du 3 au 6 à partir de 13h00 : exposition photos illustrant la vie dans un monastère zen Rinzai ;

Du 4 au 6 : à partir de 15H00 : Shazengo (calligraphie zen) et zazen seront au programme. Le zazen sera proposé par session de 2h00.

Le dimanche 7 à l'espace Pierre Cardin - www.espacepierrecardin.com : expo photo, film et conférence avec le Maître Zen du monastère Engaku-ji, préfecture de Kamakura ; traduction Taishin - www.engakuji.or.jp.

Nous ferons parvenir davantage d'informations à l'approche de l'évènement. Vous êtes d'ores et déjà conviés à venir nous retrouver durant cet évènement coorganisé par la Falaise Verte.

Toute l'équipe de la Falaise Verte vous souhaite un très bon début d'année.

falaiseverte@orange.fr

www.falaiseverte.org

04 75 85 10 39

Crédits photo : Céline Bansart, Simon Manoha, Michèle Bernard