



Nouvelles de la Falaise Verte

Janvier 2020



MEILLEURS VŒUX 2020

拈華微笑 - NENGE MISHÔ

- « Montrer une fleur, esquisse d'un sourire »

Calligraphie de Taitsû Rôshi

Lorsque Shakyamuni voulut transmettre l'esprit du Bouddhisme, sans rien dire, il montra une fleur à l'assemblée réunie pour l'écouter. En réponse, Mahakasyapa sourit. Dans le monde du Zen, cette transmission est considérée par beaucoup comme le moment le plus important du Bouddhisme.

A l'occasion de ce nouvel an 2020 riche en changements, nous vous souhaitons à toutes et à tous cette qualité de compréhension silencieuse et subtile.

« Le moment de la transmission est venu ! »

Le processus de passage de témoin entre Me Jyoji et Taishin est arrivé à son terme, ou plutôt à son commencement !

Les sesshin seront, dès le mois de février, dirigées par Taishin.

La validation de cette transmission par notre maison-mère, le Myôshinji à Kyoto, devrait aboutir dans les semaines qui viennent.

En revanche, la cérémonie traditionnelle de prise de fonction n'aura pas lieu avant 2021. En effet, le 32^{ème} anniversaire de la mort de Mumon Rôshi (le maître de Taïkan Jyoji au monastère de Shôfukuji à Kobe) a lieu cet automne et il mobilise toutes les énergies des anciens du monastère, rendant impossible tout déplacement à l'étranger.

Un mailing spécifique vous sera adressé très bientôt.

Sesshin de février 2020



Du samedi 15 au vendredi 21 février 2020

*Date limite d'inscription : **mercredi 5 février***

La participation aux frais d'hébergement en pension complète est de **330 €**. Inscription par versement d'un acompte de 90 €, règlement du solde à l'arrivée.

Prévoir en sus le renouvellement de votre **adhésion**.

Concernant les adhésions, voir l'article ci-dessous.

Calendrier des Sesshin 2020



- Sesshin d'hiver : du sam. 15 au vend. 21 février
- Sesshin d'avril : du vendredi 10 au lundi 13 avril
- Sesshin de samu : du lun. 13 au vendredi 17 avril
- Sesshin de juin: du jeudi 11 au dimanche 14 juin
- Sesshin d'été : du samedi 18 au samedi 25 juillet

L'arrivée a lieu l'après-midi du premier jour (avant 18h00), le départ après le repas de midi du dernier jour. Date limite d'inscription : 10 jours avant la sesshin.

Sesshin de samu et couture Avril 2020



- Du lundi 13 au vendredi 17 avril aura lieu un sesshin de samu et couture.

La sesshin de samu s'inscrit dans la continuité de la sesshin d'avril. Il est possible de faire une des deux sesshin ou les deux.

L'objectif est de participer à la maintenance du Centre, tout en gardant respiration et concentration, dans l'esprit du Zen.

Zazen matin et soir, samu matin et après-midi, petit-déjeuner et déjeuner en silence, dîner convivial. Nous aurons un atelier lasure, un atelier couture et, sans doute, un autre de peintures intérieures.

*La participation aux frais d'hébergement en pension complète est de **120 €** (30 €/jour). Inscription par versement d'un acompte de **45 €**, règlement du solde à l'arrivée.*

Calendrier des stages de Kyudo 2020



- Stage d'hiver : du samedi 22 au vendredi 28 février

- Stage d'été : du samedi 4 au vendredi 10 juillet

La pratique du Kyudo s'insère dans un programme global d'apprentissage de la Voie. Ouvert à toutes et à tous, débutants ou confirmés, de tout âge.

- Stage d'initiation : du samedi 8 au vendredi 14 août

Ce stage sera dirigé par les enseignants de Kyudo du CNKy (Comité National de Kyudo). Il est destiné aux débutants (ou pratiquants de moins d'un an) et tout spécialement conçu pour leur permettre un apprentissage technique rapide et efficace. www.kyudo.fr

Si un de ces stages vous intéresse, merci de vous y inscrire par avance pour une meilleure organisation : falaiseverte@orange.fr

Adhésions associatives Zen et Kyudo 2020

Nouvelles Adhésions 2020

À partir de cette année, janvier 2020, de nombreux changements concernant les adhésions sont mises en place.

En effet, en 2017, les autorités fiscales nous ont indiqué que les adhésions à l'Association Zen de la Falaise Verte renaient dans la catégorie des dons. Elles donnent donc droit à un reçu fiscal permettant une réduction de l'impôt sur le revenu de 66% du montant de l'adhésion.

Ainsi, jusqu'en 2019, l'adhésion ordinaire étant de 75 €, les personnes soumises à l'impôt sur le revenu payaient seulement, après réduction d'impôt, un tiers du montant de l'adhésion. Les personnes non soumises à l'impôt (et donc a priori ayant des revenus plus modestes) elles, en payaient l'intégralité.

Pour corriger cette situation paradoxale, il a été voté lors de la dernière AG de l'Association que le montant des adhésions serait revu de la façon suivante :

ZEN :

- **Adhésion ordinaire : 30 €** (dont 6 € pour le Bulletin, pas de reçu fiscal, réservées aux personnes ne payant pas d'impôts ou venant pour la première fois)
- **Adhésion de soutien : 76 €** (dont 6 € pour le Bulletin de la Falaise Verte avec **émission d'un reçu fiscal** de 70 €, soit un coût après réduction d'impôts de 30 €)
- **Adhésion membre bienfaiteur** : montant libre avec **émission d'un reçu fiscal** égal au montant de l'adhésion (moins les 6 € correspondant au Bulletin)

KYUDO :

Pour le Kyudo, les montants sont les mêmes que pour le Zen. Toutefois, l'association de Kyûdô n'étant pas une association culturelle, nous ne pouvons pas faire bénéficier les adhérents d'une réduction fiscale.

- **Adhésion ordinaire : 30 €** (dont 6 € pour le Bulletin, réservées aux personnes venant pour la première fois)
- **Adhésion de soutien : 76 €** (dont 6 € pour le Bulletin de la Falaise Verte)
- **Adhésion membre bienfaiteur** : montant libre

Participation aux frais pour les pratiques hebdomadaires (zazen du mardi et kyudo du jeudi)

En 2019, il a été demandé aux pratiquants du Kyûdô participant à la pratique hebdomadaire du jeudi, une **participation aux frais de 50 €** en sus de l'adhésion ordinaire. Toutefois, aucune participation aux frais n'était demandée aux pratiquants du zazen du mardi. Pour corriger cette différence, il a été voté de demander aux pratiquants des zazen du mardi, **une participation aux frais de 50 € à l'année, en plus de leur adhésion**. Cela permettra de rentrer dans les frais réels des séances (Zendô, chauffage etc...) souvent largement sous-estimées.

Dans le cas d'une adhésion ordinaire, ou après réduction d'impôts pour une adhésion de soutien, le coût total s'élève à 30+50=80 €, soit un peu plus que les 75 € actuels.

L'adhésion annuelle est très importante puisqu'elle permet de maintenir un lien avec le Centre même les années où vous ne pouvez pas participer à une sesshin ou un stage de Kyûdô.

Adhésions en ligne !

Il est désormais possible de remplir sa fiche d'adhésion de manière informatique (et régler par virement). Un nouveau formulaire en ligne est disponible :

Adhésion ZEN : <https://forms.gle/kryGmdn66YUxCCSVA>

Adhésion KYUDO : <https://forms.gle/23sgHH85Gtifge6F6>

Ces liens seront systématiquement transmis dans les mails d'inscriptions aux sesshin et stages ; il sont également présents sur le site internet de la Falaise Verte. Il est tout à fait possible de ne faire qu'un seul virement incluant à la fois l'acompte à une sesshin, ou un stage de Kyûdô, et le renouvellement de votre adhésion.

Stage de Qi Gong 2020



Un stage de Qi Gong de 4 jours se déroulera à la Falaise Verte, du jeudi 23 au dimanche 26 avril 2020.

Le stage sera dirigé par Colin Manoha. Zazen et pratique du Qi Gong. Mouvements de base, Qi Gong postural, ouverture des Dantian (plexus énergétiques) et circulation céleste.

Hébergement en pension complète Falaise Verte : 165 € (+40 € en chambre individuelle).

Frais enseignement : 180 €

Renseignements et inscriptions auprès de Colin Manoha : inspiredmeditation@gmail.com ou : falaiseverte@orange.fr

Voie du Thé 2020



Du mercredi 11 au lundi 16 mars, Franck Armand animera la prochaine session de Voie du Thé.

Pour plus d'informations, contacter directement Franck Armand : franck.armand@mirokou.com

Dates suivantes :

- Du mercredi 27 mai au lundi 1^{er} juin
- Du mercredi 23 au lundi 28 septembre

Activités hebdomadaires et mensuelles à la Falaise Verte

- **Zazen du mardi soir** : Zazen collectif de 19h30 à 20h45. Prévenir avant une première participation. Assis sur son coussin à 19h25.

Pour les personnes qui ne peuvent exceptionnellement pas venir le mardi, il est désormais possible de **participer aux zazen du soir les autres jours de la semaine (sauf le vendredi)** avec les permanents du Centre de 19h30 à 21h00. Contacter le Centre la veille (ou au plus tard le matin même) pour avvertir de votre venue. Ne prévoir de **ne venir qu'en cas de réponse positive du Centre**. La participation aux soirées de sesshin reste bien sûr aussi possible.

- **Kyudo du jeudi soir** : Tir à l'arc zen, de 19h00 à 20h45. Prévenir avant une première participation.
- **Samedis mensuels de Kyudo** : prochaine date le samedi 1^{er} février
Repas partagé, apporter un plat régional ou familial. PAF : 10 € pour chauffage et cibles, gratuit pour les membres de soutien s'étant acquittés des 50 € annuels de participation aux frais pour la pratique hebdomadaire.

- Samedis mensuels Qi Gong : prochaines dates les samedis 18 janvier et 8 février
Zazen et Qi Gong de 09H00 à 12H00. Toutes les infos : www.inspirmeditation.com

Zazenkaï à Paris, Lyon, Marseille, Visé, Aix les Bains

Le Centre de la Falaise Verte propose un zazen régulier dans plusieurs 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.

	Horaires		Adresse
Paris	Dimanche 19h00 (ouverture des portes à 18h30)	Mensuel	Dôjô Dans la cour, 173 rue du Faubourg Saint-Antoine 75011 Paris ; code du porche : 3157
Lyon	Dimanche 09h55 (ouverture des portes à 09h15)	Mensuel	Dôjô Okinawa-Shaolin, 110 quai Pierre Scize 69005 Lyon (sonner à l'interphone)
Marseille	Dimanche 09h55 (ouverture des portes à 09h30)	Mensuel	Dôjô Iôkaï Shiatsu, 31 rue Saint-Saëns 13001 Marseille
Visé	Lundi 19h30	Hebdo	Rue des Récollets 20, 4600 Visé
	Samedi 14H30	Mensuel	
Aix-les-Bains	Lundi 20h15 (ouverture des portes à 19h45)	Hebdo	Cabinet de Richard Cohen <i>L'arrêt-créations</i> Bât. Le Corsuet 40 route des Gorges de Sierraz 73100 Grésy sur Aix

Pour une première participation, prévenir et prévoir d'arriver à l'heure d'ouverture des portes. Toutes les informations sur le site web de la Falaise Verte : <http://falaiseverte.org/weekly-zazen/>

Dates 2020

hebdomadaire

Belgique, Visé	Tous les lundis de 19h30 à 20h30
Aix-les-Bains	Tous les lundis de 20h15 à 21h35

mensuel

	Janv.	Fev.	Mars	Avril	Mai	Juin
Paris	19	-	1	26	17	21
Lyon	19	9	15	5	17	7
Marseille	5	9	15 & 29	5 & 19	3 & 17	7 & 21
Visé	Premier samedi du mois					

Bénévoles à la Falaise Verte : venir aider et pratiquer au Centre



La saison printemps été 2020 va commencer. Chaque année, la Falaise Verte accueille des stages de nombreuses pratiques en lien avec le Zen (Shiatsu, Yoga etc...).

Lors de ces stages, nous faisons appel à des bénévoles pour les nettoyages, la cuisine, la vaisselle et les nombreuses tâches quotidiennes. Participation au zazen du matin et du soir, travail en silence et en concentration, permettent aux bénévoles de pratiquer le Zen en activité (Gyôzen en japonais).

Les bénévoles qui viennent participer à la vie du Centre pratiquent le Zen et aident aux tâches quotidiennes. La Falaise ne demande pas de participation financière et fournit le gîte et le couvert, il suffit d'être à jour de cotisation. 2 séances de zazen par jour plus zazen libre possible, travail en cuisine et nettoyages pendant la journée, pause en début d'après-midi, soirée libre.

Afin de gérer au mieux les aides, nous vous proposons l'agenda des stages ci-dessous. Si une date vous intéresse, merci de prendre contact dès que possible : falaiseverte@orange.fr

Dates Printemps :

- Du mercredi 11 au dimanche 15 mars : Stage de Thé
- Du samedi 18 avril au dimanche 23 avril : Stage de Yoga
- Du jeudi 23 au dimanche 28 avril : Stage de Qi Gong animé par Colin
- Du mardi 28 avril au dimanche 3 mai : Stage de Shiatsu
- Du jeudi 7 au dimanche 10 mai : Stage de Kendô
- Du mardi 19 au dimanche 24 mai : Stage Hindouiste
- Du mercredi 27 mai du lundi 1^{er} juin : Stages de Thé et de Kyûdô
- Du vendredi 5 au dimanche 7 juin : Stage de Kyûdô
- Du mardi 16 au dimanche 21 juin : Stage de Shiatsu

Comité d'éthique de la Falaise Verte

Le 30 novembre 2019 a été décidée la création d'un comité d'éthique de la Falaise Verte. Ce comité sera sollicité dans l'éventualité d'un comportement inapproprié de quelque personne présente à la Falaise Verte. Durant chaque sesshin et stage de Kyûdô, le comité sera représenté par un référent à qui toute personne témoin ou victime d'un tel acte pourra s'adresser.

Les modalités pratiques de mise en place de ce comité seront établis dans les semaines qui viennent et vous en serez tenus informés.

Réveillon du jour de l'an 2020 à la Falaise Verte



Lors du réveillon du jour de l'an à la Falaise Verte, qui a réuni une vingtaine de pratiquants du Zen et du Kyudo dans une ambiance conviviale, chaque participant a été invité à composer un haïku. Nous vous en proposons ici quelques-uns. Puissent-ils vous inspirer pour votre pratique quotidienne !

Je vais là,
Avec force et détermination
Où je suis incapable d'arriver
TJ

Finding joy in the wood
Burning all traces
Vive l'impermanence !
Lygia

J'aime la plage et les vagues
Surtout quand il fait beau
Et me baigner
Baptiste, 10 ans

Givre d'un matin d'hiver
Crisse dans la montée
Et fond au sommet
Isabelle

L'arbre cède sous le poids des flocons
Jambes croisées
Le poids des pensées
Raphaël

Un bon repas j'ai mangé
Un bon jour de l'an, j'ai festoyé
Une belle année, j'ai commencée
Sophia, 12 ans

Assis en silence
Le centre de moi-même en expansion
Comme le flux et le reflux des vagues
Eric

Horizon lointain
Voler avec les nuages
Bouquet d'hellébores
Jocelyne

Nouvelle année
Les Trois Trésors, vivants devant moi
Nouvel élan
TS

Dans la nuit de la nouvelle année
Les esprits dansent avec les étoiles
Derrière un bambou
Marie

S'estompant les lueurs, déjà
Venait une aube émergeant de l'horizon
Immuable récréation
Claude

Kyudo ré mi fa
Sol face à la cible
L'archer fait ses gammes
Jonathan

Contactez le Centre :

Centre Zen de la Falaise Verte 278 Chemin de la Riaille 07800 Saint Laurent du Pape

falaiseverte@orange.fr 04 75 85 10 39