

Newsletter de la Falaise Verte



La Falaise Verte a récemment fait l'acquisition de 3 hectares de terrain situés entre le Centre et le "Ravin de la Riaille". La propriété comporte une petite maison renommée "Petit Trianon", ce qui convient mieux à un temple bouddhiste que "maison des chasseurs"...

Le terrain comporte aussi un magnifique petit pont au dessus du ravin. il est maintenant accessible à pied après un gros samu d'éronçage.

Nous l'avons baptisé "*Higan bashi*", le "pont vers l'autre rive" en japonais. A découvrir lors de votre prochain séjour à la Falaise Verte !

photo : Jonathan Mignotte

Sesshin d'avril 2022



Du jeudi 14 au lundi 18 avril

Les inscriptions pour la sesshin d'avril vont bon train. il ne reste qu'une petite dizaine de places. Ne tardez pas à vous inscrire si vous souhaitez y participer. Nous clôturerons les inscriptions dès que le nombre maximum de participants sera atteint.

Sesshin ouverte à toutes et à tous, dirigée par Taishin Sômyô.

Arrivée : jeu. 14 février dans l'après-midi

Départ : lun. 18 février vers 13h00

Participation aux frais : 240 € dont 50 € d'acompte à l'inscription

Prévoir le renouvellement de cotisation pour 2022 si nécessaire

[Inscription Sesshin Avril](#)

Kyûdô, stage de printemps Comité

Territorial Auvergne-Rhône-Alpes



Du vendredi 24 au dimanche 26 juin 2022

Responsable *shôgo* : Christophe Rolewski

Assistante : Patricia Stalder

le thème sera à l'initiative du *shôgo*

Le stage est réservé aux personnes licenciées du CNKyudo pouvant tirer à la *mato*, avec priorité aux clubs de la région Auvergne-Rhône-Alpes. Parmi les thèmes abordés, certains seront plus spécifiques aux 2ème et 3ème *dan*.

Les inscriptions se font sur le site du CNKyudo, par votre club.

Les inscriptions sont ouvertes ! Nombre de places limité.

Changement de dates *Sesshin* de *Rôhatsu*



Du 26 novembre au 03 décembre 2022

Suite au retour de participant-e-s potentiel-le-s, la *Sesshin* de *Rôhatsu* 2022 a été avancée d'une semaine.

Elle aura donc lieu du samedi 26 novembre au samedi 03 décembre.

[Inscription *Rôhatsu*](#)

Calendrier Zen & Kyûdô 2022

Zen

Sesshin d'avril : jeu. 14 au lun. 18 avril
Sesshin de printemps : jeu. 09 au lun. 13 juin
Grande Sesshin d'été : sam. 16 au ven. 22 juillet
Sesshin d'automne : jeu. 06 au lun. 10 octobre
Grande Sesshin de Rôhatsu : sam. 26 novembre au sam. 03 décembre
Renseignements : [site web Falaise Verte](http://site.web.Falaise.Verte)

Kyûdô

Stage printemps CT Auvergne-Rhône-Alpes : ven. 24 au dim. 26 juin
Stage d'été : sam. 02 au ven. 08 juillet dirigé par T. Jyoji assisté de F. Cavalier
Stage d'initiation du CNKyûdô : ven. 12 au jeu. 18 août
Stage automne CT Auvergne-Rhône-Alpes : ven. 14 au dim. 16 octobre
Stage Grands débutants CT Auvergne-Rhône-Alpes : ven. 04 au dim. 06 novembre
Renseignements : [site web Falaise Verte](http://site.web.Falaise.Verte)

Renouvellement adhésion Zen

Pour renouveler votre adhésion Zen :

[Adhésion Zen 2022](#)

Rebouvellement adh. Kyûdô

Pour renouveler votre adhésion Kyûdô :

[Adhésion Kyûdô 2022](#)

Appel aux bénévoles



Aide bénévole au Centre

Venir comme bénévole lorsque le Centre reçoit un groupe permet de pratiquer zazen matin et après-midi et de se concentrer lors des *samu* de cuisine, rangements ou nettoyages. C'est une *sesshin* avec moins d'heures de zazen.

Les journées sont longues mais il y a une bonne pause en début d'après-midi

et la soirée est libre.

Les circuits de vie des permanents et bénévoles sont complètement séparés de ceux des stagiaires du groupe accueilli pour limiter les risques liés au Covid.

Il suffit d'être à jour de cotisation pour pouvoir venir comme bénévole. L'hébergement en pension complète est pris en charge par le Centre.

Pour ce printemps, nous avons besoin d'aide aux dates suivantes :

mar.19 au dim. 24 avril : Yoga
jeu. 28 avr. au dim. 1er mai : Qi Gong
jeu. 05 au dim. 08 mai : Kyûdô
mer. 18 au lun. 23 mai : Voie du Thé
mar. 24 au dim. 29 mai: Shiatsu
ven. 03 au lun. 06 juin : Kyûdô
mer. 15 au lun. 20 juin : Taiji
ven. 24 au dim. 26 juin : Kyûdô

[Je participe !](#)

Zazenkai en ville



S'asseoir en groupe pour relancer sa pratique

Attention : la séance prévue à Lyon le dim. 20 mars est reportée au dim. 27 mars.

Pour le premier trimestre :

Paris : dim. **10/04, 15/05, 26/06** à 18h30

Lyon : dim. **27/03, 24/04, 22/05, 19/06** à 09h30

Marseille : dim. **20/03, 03/04, 24/04, 08/05, 22/05, 12/06, 19/06**

Visé : tous les **lundis** à 19h30 et **1er sam. du mois** à 14h30

Aix les Bains : tous les **lundis** à 19h45

Pour télécharger les fiches d'information de chaque zazenkai, suivre le lien ci-dessous.

[Renseignements zazenkai](#)

Les Samedis du Kyûdô à la Falaise Verte



Un samedi par mois de 10h à 16h

Le dôjô ouvre ses portes aux *kyudoka* de tout horizon souhaitant venir pratiquer dans un esprit de concentration conviviale.
Une participation aux frais d'entretien du Dôjô est demandée, entre 5 et 10 € en fonction de la saison.
Le repas de midi est pris en commun, chacun·e apportant un plat familial ou régional à partager avec le groupe.

Dernière date prévue pour cette année : **Samedi 9 avril**

Merci de prévenir de votre participation.

Renseignements Samedi du Kyûdô

Session de Voie du Thé de printemps



Du mer. 18 au lun. 23 mai

Franck Armand, le maître de Thé de la Falaise Verte, dirigera une session de Voie du Thé ouverte à toute personne, même débutante, du mer. 18 au lun. 23 mai.

Renseignements, conditions et inscription auprès de Franck Armand :

Renseignements Voie du Thé

Qi Gong mensuel & stage à la Falaise Verte



Un samedi matin par mois & stage fin avril

Colin Manoha anime une demi-journée de Qi Gong un samedi par mois à partir 9h00.

Au programme, zazen et pratique du Qi Gong : mouvements de base, Qi Gong postural, ouverture des Dantian et circulation énergétique. Les prochaines dates :

Sam 19 mar.

Sam. 2 avr.

Un stage de Qi Gong aura en outre lieu du **jeu. 28 avril au dim. 1er mai** : retour à la nature, cuisine végétarienne bio, zazen, pratique du Qi Gong.

Renseignements, conditions et inscription auprès de Colin Manoha :

Renseignements Qi Gong

Shôjin Mes *sushi* à vélo by Isabelle



Projet participatif d'Isabelle d'un stand nomade électrique pour la vente de *makizushi* et *mochi* faits maison en vallée de la Drôme.

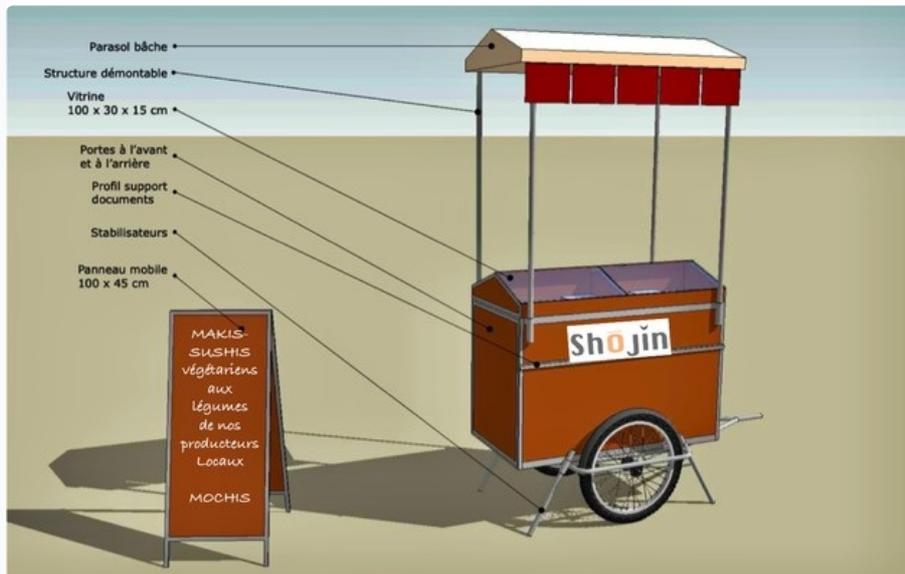
Isabelle Cauliez est *tenzo* à la Falaise Verte depuis plusieurs années. Sa cuisine est non seulement délicieuse mais aussi, et cela est très important pour la pratique, foncièrement saine pour le corps et l'esprit.

Outre son activité au Centre, Isabelle vend ses *makizushi* et *mochi* faits maison sur les marchés hebdomadaires de la vallée de la Drôme. Elle souhaite désormais effectuer ses déplacements en vélo à assistance électrique (VAE) équipé d'une remorque-stand afin d'apporter sa contribution

à la nécessaire transition énergétique. Ce véhicule vert lui permettra d'aller vendre ses produits sur les marchés, de livrer ses prestations de traiteur et d'aller animer sur site des ateliers de cuisine.

Pour aider à finaliser ce projet, Isabelle vient de lancer une campagne participative que nous soutenons déjà de tout cœur (et d'estomac !). N'hésitez pas à aller faire un petit tour de roue du côté de sa page dédiée au financement de son projet.

Shôjin, mes sushis à vélo



Pratiques hebdomadaires à la Falaise Verte



Zazen & Kyûdô

- Zazen le **mardi à 19h00**
- Kyûdô le **jeudi à 15h00 et 19h00**

Si vous avez des questions sur le protocole sanitaire mis en place, n'hésitez pas à contacter le Centre.

Bonne pratique à toutes et tous, L'équipe de la Falaise Verte



Enseignement de Myôshin-ji

Une fois par jour assis en silence, réajustons corps, souffle et esprit.

Réalisant quel joyau est l'humanité, prenons grand soin de soi et d'autrui.

Emplis de gratitude pour être nés à la vie, accomplissons en retour mille et mille actes bienfaisants.

Contact Falaise Verte

Centre Zen de la Falaise Verte
278 chemin de la Riaille
07800 Saint Laurent du Pape
www.falaiseverte.org



Cet e-mail a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}
Vous avez reçu cet email car vous vous êtes inscrit sur Centre Zen de la Falaise Verte.

[Se désinscrire](#)



© 2020 Centre Zen de la Falaise Verte