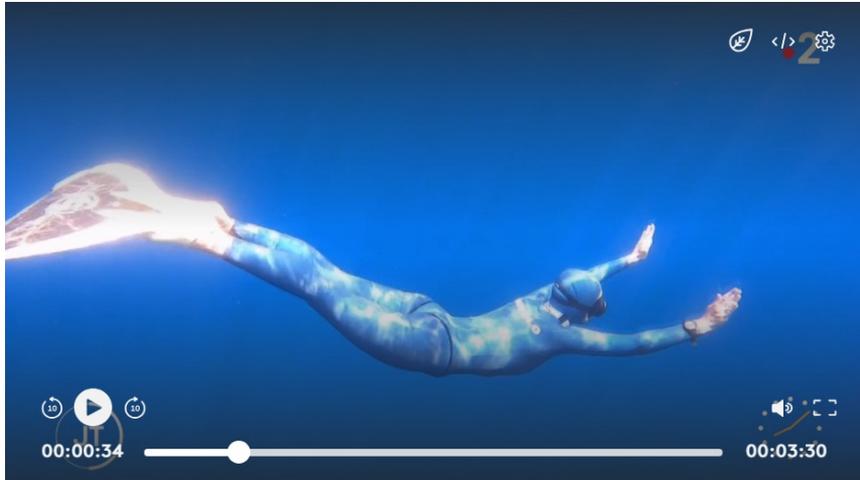


# Newsletter de la Falaise Verte

## *Juillet 2023*



### **Apnée et zen**

Une fois n'est pas coutume, et pour commencer la période estivale dans la fraîcheur aquatique, cette newsletter débute par ce lien vers un très beau [mini-reportage France Info](#) qui m'a fait m'exclamer (intérieurement) : Apnée et zen, même chemin !  
Bon été à toutes et à tous,  
Taishin Sômyô

Rencontre avec l'apnériste Alice Modolo

### ***Appel urgent aides Bénévoles***



#### **Été 2023**

Nous sommes en **déficit de bénévoles pour les 2 gros stages ci-dessous** ! Si vous pouvez venir ne serait-ce que quelques jours, cela contribuera à la qualité de l'accueil à la Falaise Verte. Merci d'avance ! 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 vraie *sesshin* avec moins d'heures de *zazen*.

Les journées sont bien remplies 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.

**Lun. 24 juillet au mar. 1er août : Shiatsu**

**Jeu. 24 au mer. 30 août : Yoga**

Je participe !



Inscription  
Grande sesshin  
d'été

## **Grande Sesshin d'été**

**Du sam. 15 au ven. 21 juillet**

**Il reste des places pour la Grande Sesshin d'été !**

Sesshin dirigée par *Taishin Somyô*, ouverte à toutes et tous, même personnes débutantes complètes.

Arrivée : sam. 15 juillet dans l'après-midi

Départ : vend. 21 juillet vers 13h00

Participation aux frais : 390 € dont 150 € d'acompte à l'inscription

**Inscription au plus tard le 12 juillet**



## **Réfection escalier**

**Dôjô : point d'avancement**

Grâce à votre générosité, nous avons atteint les 2/3 du financement nécessaire pour la réfection de l'escalier menant au *dôjô*.

Cette newsletter est l'occasion d'exprimer notre sincère gratitude à tous les donateurs et toutes les donatrices. Chacun de vos dons nous touche profondément et fait une différence.

**Encore un petit effort !!!**

Vous trouverez la fiche d'appel aux dons en pièce jointe à cette newsletter.

Tous ensemble, nous pouvons atteindre l'objectif d'ici la fin de l'été.

Merci d'avance !

***Stage exceptionnel de Kyûdô août 2023***



### **Du jeudi 03 au mardi 08 août**

Au mois d'août se déroulera au *Dôjô* de Noisiel un passage de *Dan*. Nous organisons à la Falaise Verte un stage juste avant cet examen afin de figner les huit phases du tir ainsi que les déplacements de base et de faire disparaître les dernières imperfections flagrantes. Les pratiquant·e·s de tout niveau sont évidemment les bienvenu·e·s

Le stage sera dirigé par Taïkan Jyoji.

Arrivée : jeu. 03 août dans l'après-midi

Départ : mard. 08 août vers 13h00

Participation aux frais d'hébergement en pension complète : 325 €

dont 150 € d'acompte à l'inscription

Le nombre de personnes participantes est limité à 35

Inscription au plus tard le 23 juillet

Inscription Stage de Kyûdô août 2023



Inscription  
Sesshin de  
septembre

### ***Sesshin de septembre***

**Du jeu. 21 au lun. 25  
sept.**

*Sesshin* dirigée par *Taishin Somyô*, ouverte à toutes et tous, même personnes débutantes complètes.

Arrivée : jeu. 21 septembre dans l'après-midi

Départ : lundi 25 septembre vers 13h00

Participation aux frais : 260 €  
dont 100 € d'acompte à l'inscription

Inscription au plus tard le 07 septembre

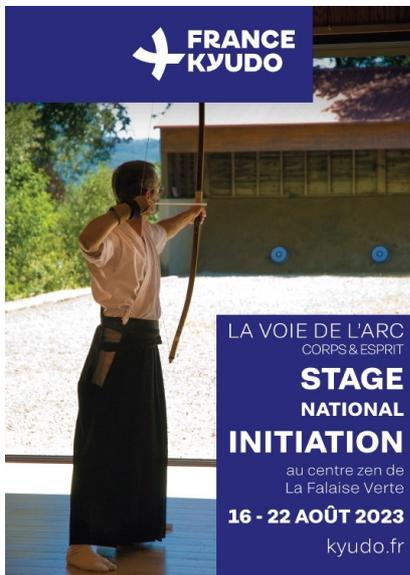
### ***Stage National d'Initiation***

**Du mercredi 16 au mardi  
22 août**

Le stage sera dirigé par Charles Louis Oriou *Sensei*.

Il est ouvert aux débutants et licenciés pratiquant depuis 1 an.

Renseignements et inscription via le site de [France Kyudo](https://francekyudo.org) ou



Renseignements  
SNI 2023

de la [Falaise Verte](#).

## Calendrier Zen & Kyûdô 2023

### Zen

Grande *Sesshin* d'été : sam.15 au ven. 21 juillet  
*Sesshin* d'automne : jeu. 21 au lun. 25 septembre  
Grande *Sesshin* de *Rôhatsu 2023* : sam. 25 nov. au sam. 02 déc.

Renseignements : [site web Falaise Verte](#)

### Kyûdô

Stage d'été *Shochûgeiko* : sam. 01 au ven. 07 juillet  
Stage exceptionnel d'août : jeu.03 au mar. 08 août  
Stage National d'Initiation France Kyudo : mer.16 au mar. 22 août  
Stage CTKara : ven. 27 au dim. 29 octobre

Renseignements : [site web Falaise Verte](#)

## Pratiques hebdomadaires à la Falaise Verte

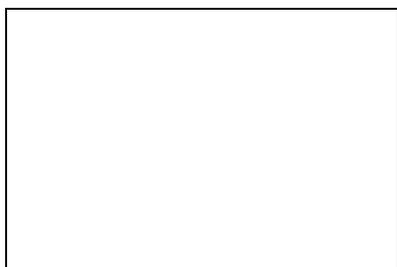


### Zazen & Kyûdô

Le zazen du mardi est maintenu  
**jusqu'au mardi 08 août.**  
Le Kyûdô du jeudi est lui interrompu  
jusqu'à la rentrée.

Pratique hebdomadaire du **Kyûdô**  
le **jeudi à 15h00** et **19h00.**  
Pratique hebdomadaire de **zazen**  
le **mardi à 19h00.**

### L'équipe de la Falaise Verte



### Enseignement de Myôshin-ji

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



Contactez la  
Falaise Verte

Centre Zen de la Falaise Verte  
278 chemin de la Riaille  
07800 Saint Laurent du Pape  
[www.falaiseverte.org](http://www.falaiseverte.org)

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

[Se désinscrire](#)



© 2020 Centre Zen de la Falaise Verte