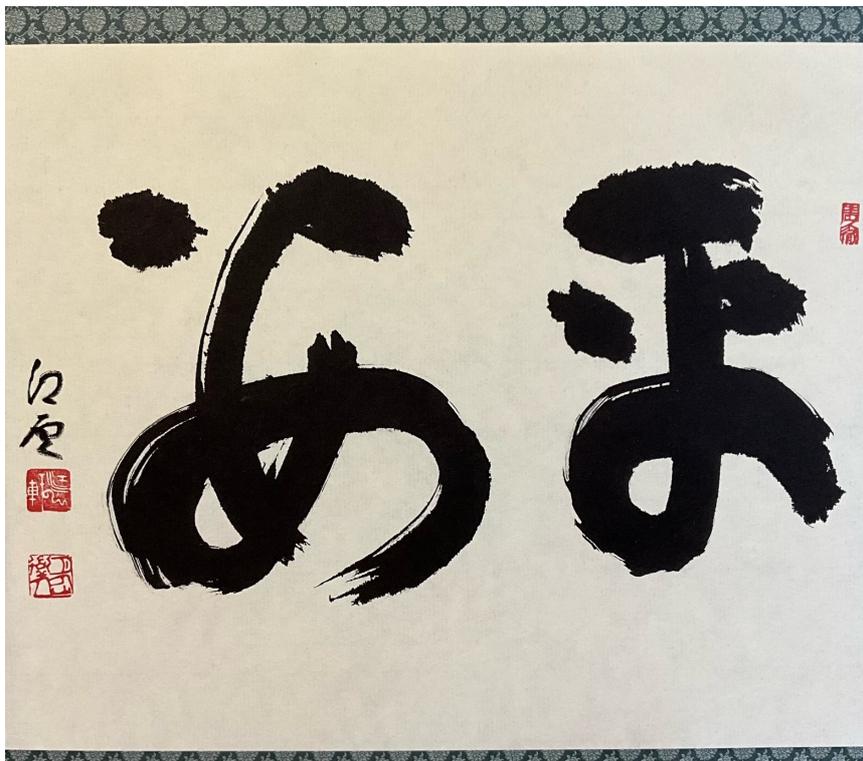


Newsletter de la Falaise Verte septembre 2023



平安 "Hei'an" la paix, calligraphie de *Matsuki Gessen Rôshi*

Nous espérons que vous avez passé un bel été. Un remerciement spécial à toutes les personnes bénévoles qui sont venues aider au centre malgré les conditions caniculaires !

La campagne d'appel aux dons pour la réfection de l'escalier est un succès ! Il ne nous manque que quelques milliers d'euros. Le devis a été signé et les travaux devraient commencer mi-octobre. Un grand merci à tous les donateurs (passés et à venir...).

Un gros *samu* nous attend donc pour la *Sesshin* d'automne : le démontage de l'ancien escalier... Toutes les bonnes volontés sont les bienvenues !

Les hasards du calendrier amènent quelques changements pour l'année prochaine : la Grande *Sesshin* d'été aura lieu en août en non en juillet et les *sesshin* ne commenceront désormais plus le samedi pour éviter billets de train onéreux et bouchons sur les routes.

Plus près de nous, le mois d'octobre sera bien rempli et nous faisons encore appel aux vocations de bénévoles.

Bonne rentrée à toutes et à tous,
Taishin Somyô



Inscription
Sesshin
d'automne

Sesshin d'automne

**Du jeudi 21 au lundi 25
septembre**

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

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

Départ : lun. 25 sept. à partir de 13h00

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

Inscription au plus tard le 12 sept.



Inscription
Rôhatsu 2023

Grande Sesshin de Rôhatsu 2023

**Du samedi 25 novembre au
samedi 02 décembre**

Sesshin dirigée par *Taishin
Sômyô*

L'inscription à la Grande *Sesshin*
de *Rôhatsu* est soumise à
approbation et suppose
normalement la participation
préalable à une grande *sesshin*
à la Falaise Verte.

Participation aux frais : 455 € à
verser en intégralité avant le
début de la *sesshin*

**Inscription au plus tard le
mer. 15 nov.**

Appel aides Bénévoles



Octobre 2023

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.

Il est bien sûr possible de ne venir qu'une partie d'un stage ou séminaire.

mardi 03 au dimanche 08 octobre : Voie du Thé

lundi 09 au dimanche 15 octobre : Shiatsu

jeudi 19 au dimanche 22 octobre : Qi Gong

vendredi 27 au dimanche 29 octobre : Kyûdô

Je participe !

Pratiques hebdomadaires à la Falaise Verte

Le *zazen* du mardi reprendra le
19 septembre à 19h00.



Le Kyûdô du jeudi reprendra le **14 septembre** à 15h00 et 19h00.

[Contacter la Falaise Verte](#) pour tout renseignement.



Zazenkai de Lyon

Le dimanche matin

Le *zazenkai* de Lyon reprendra le **dimanche 17 septembre** à 09h30.

Vous trouverez tous les renseignements pratiques en téléchargeant la [fiche d'information](#).

Merci de vous inscrire sur [Framadate](#) pour faciliter la préparation du *dôjô*.



Zazenkai de

Marseille

Le dimanche matin

Le *zazenkai* de Marseille reprendra le **dimanche 10 septembre** à 09h30.

Les dates suivantes prévues :

- dim. 1er octobre
- dim. 29 octobre

Pour tout renseignement, merci de [contacter la Falaise Verte](#).



Zazenkai d'Aix les bains

Tous les lundis soir à 19h30 à "L'arrêt-créations" à Grésy-sur-Aix.

Pour tout renseignement, merci de [contacter la Falaise Verte](#).



Zazenkai de Visé

Tous les lundis soir de 19h30 à 20h30 et chaque premier samedi du mois de 10h00 à 12h00.

Pour tout renseignement, merci de [contacter la Falaise Verte](#).



Cyber zazen

Didier, pratiquant de longue date à la Falaise Verte, propose un zazen par internet les lundi, mardi, jeudi et vendredi de 09h00 à 09h45 : deux assises de 20 min entrecoupées d'un *kinhin* en marche lente de 5 min. Pour tout renseignement, merci

de [contacter directement Didier](#).



Renseignements
session Voie du
Thé

Session de Voie du Thé

**Du mardi 03 au dimanche 08
octobre**

La Voie du Thé (*Chanoyu*, *Chadô* ou *Sadô* en japonais) est un des trois piliers de la pratique à la Falaise Verte.

Vous pouvez consulter les articles d'introduction à la Voie du Thé de Franck Armand sur le site web de la Falaise Verte. Le matériel est prêté. Le nombre de personnes participantes est limité.



Renseignements
stage Qi Gong

Stage de Qi Gong

**Du jeudi 19 au dimanche 22
octobre**

Colin Manoha animera 3 jours de Qi Gong au Dojo de la Falaise Verte.

Au programme : zazen et pratique du Qi Gong, mouvements de base, Qi Gong postural, ouverture des Dantian, circulation énergétique, retour à la nature et cuisine végétarienne bio.

Calendrier Zen & Kyûdô 2024

Zen

Grande *Sesshin* d'hiver : lundi 12 au dimanche 18 février

Sesshin d'avril : jeudi 18 au lundi 22 avril

Sesshin de printemps : mercredi 12 au dimanche 16 juin

Grande *Sesshin* d'été : lundi 05 au dimanche 11 août

Sesshin d'automne : mercredi 25 au dimanche 29 septembre

Grande *Sesshin* de *Rôhatsu* 2023 : samedi 23 au samedi 30 novembre

Renseignements : [site web Falaise Verte](#)

Kyûdô

Stage d'hiver *kanchûgeiko* : lundi 19 au dimanche 25 février

Stage d'été *Shochûgeiko* : samedi 06 au vendredi 12 juillet

Renseignements : [site web Falaise Verte](#)

**Bonne pratique !
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.



Contactez la
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 en contact avec le Centre Zen de la Falaise Verte.

[Se désinscrire](#)



© 2020 Centre Zen de la Falaise Verte