

Newsletter de la Falaise Verte

mars 2024



En plus de nos obligations concernant la sécurité incendie des bâtiments (mentionnées dans la newsletter précédente), nous avons eu début février une visite des pompiers relative aux débroussaillage obligatoire autour des bâtiments.

Nous enchainons donc les gros *samu* de débroussaillage. Un morceau conséquent a été avancé durant la *sesshin* d'hiver puis pendant le stage de *Kyûdô*. Aujourd'hui, en plus des permanents, notre résidente et les bénévoles nous aident aussi pour ce travail colossal, herculéen, cyclopéen, titanesque. L'échéance est placée à fin avril. Il y aura d'ici-là une ***sesshin de samu*** (voir ci-dessous) puis le ***sesshin d'avril*** pour finaliser les choses.

Conséquence fâcheuse : la rédaction du bulletin de la Falaise Verte 2023 a dû être encore repoussée... Nous ferons au plus vite dès que le débroussaillage sera terminé.

D'ici là, nous débroussaillons, coupons les branches trop basses, éliminons les coupes à temps plein...

La sesshin d'avril s'achèvera par le Jûkaie d'Anouck, résidente à la Falaise Verte depuis septembre 2023. C'est un moment important que cette transmission des préceptes et du nom bouddhistes lors de cette cérémonie qui établit le lien entre un pratiquant ou une pratiquante et la Falaise Verte. On compte sur votre présence !

En plus du zazenkaï mensuel à Lyon, Taishin Sômyô sera présent à **Marseille** (31 mars), **Grenoble** (28 avril) et **Paris** (30 juin). Ces zazenkaï sont l'occasion de découvrir le zazen ou relancer sa pratique et d'entretenir (ou renouer) des liens avec le Centre.

A la Falaise Verte ou en ville donc, à très bientôt.



Sesshin d'avril

Du jeudi 18 au lundi 22 avril

Sesshin dirigée par *Taishin Sômyô*

Participation aux frais : 280 € dont un acompte de 100 € à régler à l'inscription.

Le dernier matin, cérémonie de transmission des préceptes.

Inscription au plus tard le lundi 08 avril.

Inscription *Sesshin* d'avril 2024



Sesshin de samu

Du dimanche 14 au mercredi 17 avril

Samu le matin **et** l'après-midi, à la différence des sesshin "normales". Programme de *zazen* allégé le soir afin de récupérer de la journée.

Nous prévoyons la fin du débroussaillage mais aussi mise en route du potager, peinture et couture pour cette sesshin.

Participation aux frais (demi-tarif pour tous) : 140 € dont un acompte de 50 € à verser lors de l'inscription.

A noter : la sesshin de samu sera gratuite pour les personnes qui enchaîneront avec la sesshin d'avril !
Inscription au plus tard le lundi 08 avril.

Inscription *Sesshin samu* 2024

Appel aides Bénévoles printemps 2024



Nous avons reçu de nombreuses propositions d'aides bénévoles pour les stages de ce printemps et en sommes extrêmement reconnaissants. Il reste cependant quelques places disponibles pour les stages mentionnés ci-dessous, en particulier le stage d'**escrime japonaise** qui devrait être constitué d'un gros groupe de *kendōka* de haut niveau, ainsi que le stage de **Kyūdō suisse** qui est dirigé par le président de la Fédération Européenne de Kyūdō.

Être bénévole, c'est aussi la possibilité de découvrir une Voie (possibilité pour les bénévoles d'assister à la pratique) et d'échanger avec les pratiquants et l'enseignant qui sont en général très avancés dans leur discipline.

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.

Mer. 08 au dim. 12 mai : *Kendō*, escrime japonaise

Ven. 17 au lun. 20 mai : *Kyūdō*, hauts gradés

Jeu. 30 mai au dim. 02 juin : *Kyūdō*, pratiquants suisses

Mer. 05 au lun. 10 juin : *Chadō*, la Voie du Thé

Mer. 19 au lun. 24 juin : Taiji, dirigé par Michel Douiller

Sam. 29 au dim 30 juin : *Kyūdō*, groupe Auvergne Rhône Alpes

Merci de prendre contact avec le Centre :

[Je participe !](#)



Taïkan Jyoji invité à l'émission Sagesses Bouddhistes

Taikan Jyoji était l'invité de Sagesses Bouddhistes sur France 2 le dimanche 03 mars.

Vous pouvez regarder l'émission en replay sur [ce lien](#)



Chadô : la Voie du Thé

Du mercredi 05 au lundi 10 juin

Session ouverte à tous, même débutants complets.

Attention ! Nombre de places limité.

Vous pouvez consulter les articles d'introduction à la Voie du Thé de Franck Armand sur le [site web de la Falaise Verte](#).

Renseignements voie du thé



Qi Gong

Du jeudi 02 mai au dimanche 05 mai

Colin Manoha animera 3 jours de Qi Gong au *Dôjô* 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.

Renseignements et inscription auprès de Colin Manoha :

Renseignements Qi Gong



Samedis du *Kyûdô*

23 mars et 06 avril

Un samedi par mois, le *Dôjô* de l'esprit direct ouvre ces portes à tous les *kyûdôka* désirant pratiquer dans l'esprit de la voie.

Salut d'ouverture à 10h et de clôture à 16h30.

Merci de prévoir un plat familial ou régional à partager lors du repas convivial et de prévenir de votre venue afin de faciliter l'organisation.

Renseignements samedi du *Kyûdô*



Zazenkai de Lyon

Le dimanche matin

Prochain *zazenkai* le **dimanche 10 mars** à 09h30 puis le **dimanche 24 mars**.

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

Taishin Sômyô sera présent pour le *zazenkai* du **dimanche 31 mars**.

Vous trouverez tous les renseignements pratiques sur le site du [Zazenkai de Marseille](#).



Zazenkai de Grenoble

Dôryû Zenji, responsable du magnifique [Dôjô zen de Grenoble](#), nous accueillera à nouveau le **dimanche 28 avril** pour un *zazenkai* matinal.

Attention : début de la séance décalé de 30 minutes : ouverture des portes à 09h30, **début du zazen à 10h00**.

Nous enverrons un mail d'information complet aux personnes qui se seront

inscrites sur ce lien [Framadate](#)



Zazenkai de Paris

Nous nous retrouverons le **dimanche 30 juin** au *Dôjô* du *Iôkai Shiatsu* pour un *zazenkai* parisien grâce à Christine, responsable du *Dôjô*, qui a accepté de nous recevoir une fois de plus.

Ouverture du *Dôjô* à 09h30 et **début du zazen à 10h00**. Clôture vers 12h00.

Nous enverrons un mail d'information complet aux personnes qui se seront inscrites sur ce lien [Framadate](#)



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](#).

Renouveau adhésions 2024

Comme chaque année, nous vous invitons à renouveler votre adhésion. Cela resserre les liens entre vous et le Centre et cela constitue une aide importante au bon fonctionnement de la Falaise Verte.



Adhésion Zen



Adhésion Kyūdô

Calendrier zen & Kyūdô 2024

Zen

Sesshin de *samu* : dimanche 14 au mercredi 17 avril

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* 2024 : samedi 23 au samedi 30 novembre

Renseignements : [site web Falaise Verte](#)

Kyūdô

Stage d'été *Shochûgeiko* : lundi 1er au dimanche 07 juillet

Renseignements : [site web Falaise Verte](#)

**Bonne pratique à toutes et à 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.

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