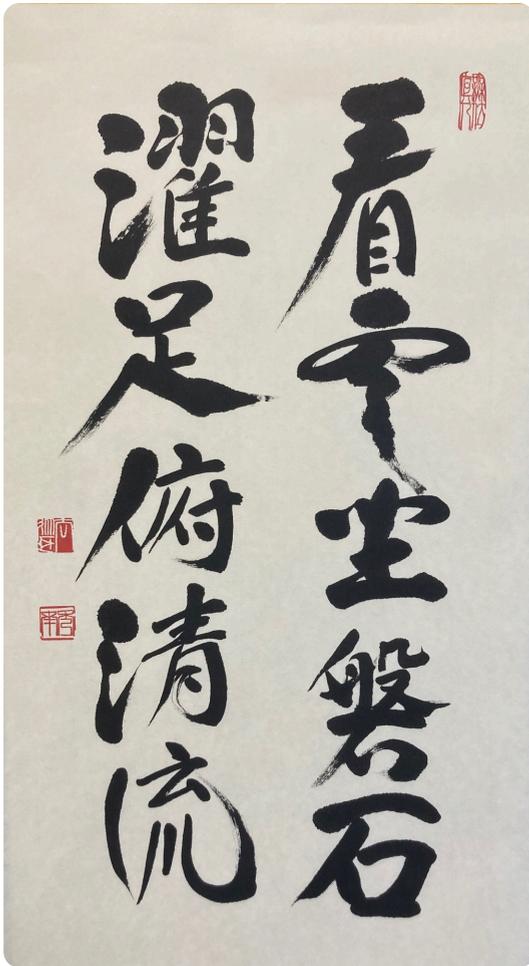


Newsletter de la Falaise Verte

Juillet 2025



Kumo o mite banjaku ni zashi, ashi o araita seiryû ni fusu.

Admirant les nuages, je m'assieds sur un rocher ; me lavant les pieds, je m'incline vers le ruisseau cristallin.

Noritake Shûnan Rôshi, supérieur du Reiun'in (Myôshinji, Kyôto)

Ce poème calligraphié est à la fois ancré (encré ?) dans les sensations de l'instant présent (regarder les nuages, se laver les pieds) mais évoque aussi un double mouvement : le mouvement d'émerveillement vers le haut en admirant les nuages et le mouvement d'humilité vers le bas en se lavant les pieds, le tout emprunt de respect et de gratitude.

Dans cette deuxième lecture, on pourrait presque traduire : **Sur un rocher, je tombe assis d'admiration devant la beauté des nuages ; me lavant les pieds, je tombe en prosternation devant la pureté du ruisseau.**

C'est la structure de la langue chinoise qui permet ces deux niveaux de lecture et cela donne accès à un niveau d'expression qui va au-delà du langage.

Taishin Sômyô

Grande Sesshin d'été

Du jeudi 07 au mercredi 13 août



Sesshin dirigée par *Taishin Sômyô*, ouverte à toutes et tous, mêmes personnes débutantes.

Position assise au bord de l'estrade à l'occidentale possible.

Participation aux frais pour l'hébergement en pension complète 420 € dont 150 € d'acompte à verser lors de l'inscription.

Date limite d'inscription : 31 juillet 2025

Je m'inscris !



Jukaie

La dernière matinée de la *sesshin* (**mercredi 13 août à 10h00**) aura lieu le *Jukaie* (transmission des préceptes) pour deux personnes qui en ont fait la demande et qui ont un lien fort avec la Falaise Verte. elles recevront à cette occasion un nom bouddhiste.

Si vous ne participez pas à la *Sesshin* mais souhaitez assister à la cérémonie et au déjeuner convivial qui suivra, merci de contacter la Falaise Verte (possibilité d'arriver la veille) :

Stage de Cuisine Végétarienne & Zen



Du jeudi 28 au dimanche 31 août

Stage de Cuisine dirigé par Isabelle Cauliez, notre *Tenzo*.

Ouvert à toutes et tous, même personnes sans expérience de la cuisine.

**S'asseoir en silence, respirer, se nourrir sainement... quoi de plus
fondamental ?**

[Je me renseigne !](#)

Sewa Sesshin
(Appel aides Bénévoles)



Merci à tous les bénévoles qui se sont inscrits pour les *sewa sesshin* de l'été. L'équipe de la Falaise Verte, ainsi que tous les stagiaires qui vont venir en juillet et août sont pleins de gratitude pour cette aide indispensable au fonctionnement du Centre. Vous trouverez ci-dessous les dates pour les *sewa sesshin* de l'automne.

Sewa signifie "service" en japonais et vient du sanskrit "seva".

Le seva est une des formes de dons traditionnels dans le bouddhisme. Durant les *sewa sesshin*, l'hébergement en pension complète est pris en charge par la Falaise Verte. Il vous suffit donc d'être déjà venu(e) au Centre au moins une fois et d'être à jour de cotisation.

Venir en "*Sewa Sesshin*" 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* mais 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 mais il est généralement possible d'assister à une pratique pour la découvrir.

Dates automne 2025 :

Mer. 01 au lun. 06 octobre : Chadô (voie du thé)

Ven. 10 au dim. 12 octobre : Kyûdô (voie de l'arc traditionnel japonais)

Lun. 13 au dim. 19 octobre : Shiatsu (acupressure thérapeutique)

Jeu. 30 oct. au dim. 02 nov. : Kyûdô (stage féminin)

Merci de prendre contact avec le Centre :

[Je participe !](#)



Chadô : la Voie du Thé

Du mer. 01 au lun. 06 octobre

Session ouverte à tous, même débutants complets.

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

Pour tout renseignement :

Renseignements Voie du Thé



Stage CTKARA

Du ven. 10 au dim. 12 octobre

Stage dirigé par Laurence ORIOU Sensei, Kyôshi 6ème dan.

Inscription sur Kyudo Gestion par votre *dôjô*

Sesshin d'automne



Du jeu. 23 au lun. 27 octobre

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

Position assise au bord de l'estrade à l'occidentale possible.

Participation aux frais pour l'hébergement en pension complète 280 € dont 100 € d'acompte à verser lors de l'inscription.

Date limite d'inscription : 16 octobre 2025

Inscription *Sesshin* d'automne

6ème Rencontre de femmes



Du jeu. 30 octobre au dim. 02 novembre

Stage de *Kyūdō* féminin dirigé par *Tomoko Shimomura Sensei*

Posture et courtoisie/étiquette dans un *dôjô*

Atelier habillement et *tasuki sabaki* (*zasha & rissha*)

Atelier matériel

Sharei spéciaux

Echanges sur le *Kyūdō*

Inscription via Kyudo Gestion par votre *dôjô*

Grande *Sesshin* de *Rôhatsu* 2025



Du dim. 23 au dim. 30 novembre 2025

Sesshin dirigée par *Taishin Sômyô*

Après le solstice d'été, la longue marche vers *Rôhatsu* débute... Et la Grande Sesshin de *Rôhatsu* commence à l'intérieur de soi dès l'inscription... Je vous invite donc à vous inscrire dès maintenant !

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 : 490 € à verser en intégralité avant le début de la *sesshin*. Prévoir aussi le renouvellement de votre adhésion annuelle.

Inscription au plus tard le dimanche 16 novembre

[Je m'inscris !](#)



Streaming YouTube

Interruption du streaming YouTube du chant des sūtra en juillet et août. En outre, Taishin sera en déplacement tout le mois de septembre.

La reprise du streaming aura lieu le mardi 7 octobre.

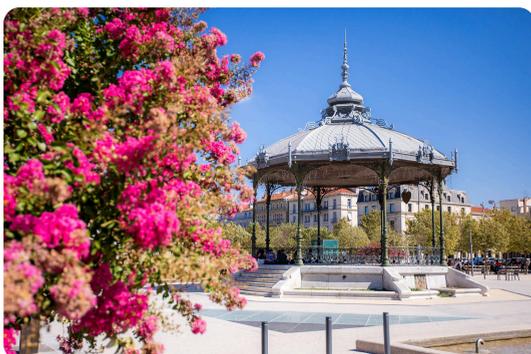
Nous streamons le chant des sūtra et le *zazen* du matin les mardis. Il vous suffit d'aller sur la chaîne [YouTube](#) de la Falaise Verte et le live apparaîtra.

Le chant des **sūtra** commence à **06h30** et le **zazen** à **07h00** pour se terminer à 07h30.

Vous pouvez télécharger le livret de sūtra sur le site web de la Falaise Verte en cliquant [ici](#).

Attention : en cas d'annulation, une news sera publiée sur le site web de la Falaise Verte. Mieux vaut le consulter avant de mettre son réveil le lundi soir !

[Chaîne YouTube](#)



Zazenkai de Valence

Un dimanche par mois à 10h00

Grâce à vous et *Sugimoto Kidoh*, moine *Rinzai* Japonais vivant à Valence, la première saison des *zazenkai* de Valence a été un succès.

Nous reprendrons en septembre, dates et lieu à déterminer.



Zazenkai de Lyon

Un dimanche par mois à 10h00

Prochaine date : **03 août**

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 à 09h30 ou 15h00

Le zazen du Vieux Port reprendra à la rentrée. Nous vous communiquerons les dates dès que possible.

Renseignements [ici](#).



Zazenkai de Nîmes

Nous avons le plaisir de vous annoncer le 3ème zazenkai de Nîmes le **dim. 19 octobre** à 10h00 (ouverture du *Dôjô* à 09h30) dans un **nouveau lieu** (détails à venir).

Vous trouverez tous les renseignements en suivant ce [lien](#).
Merci de vous inscrire sur [Framadate](#) pour faciliter la préparation du *Dôjô*.



Zazenkai de Paris

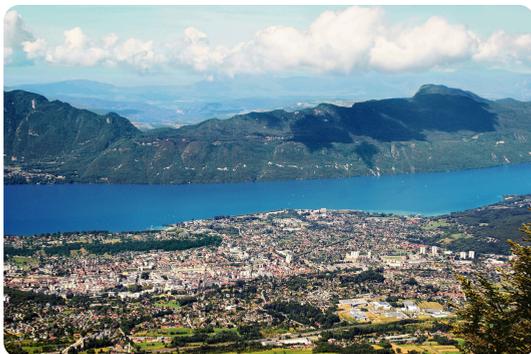
Le zazenkai de Paris a lieu au *Dôjô* du *Iôkai Shiatsu* situé près de la gare Saint-Lazare.

Une séance aura lieu d'ici fin 2025.
Nous vous tiendrons informés dès qu'une date sera fixée.



Zazenkai de Grenoble

Le zazenkai de Grenoble a lieu au *Dôjô Zen* situé non loin de la gare.
Une séance aura lieu d'ici fin 2025.
Nous vous tiendrons informés dès qu'une date sera fixée.



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](#).



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](#).

Calendrier zen & Kyûdô 2025

Zen

Grande *Sesshin* d'été : jeudi 07 au mercredi 13 août

Sesshin d'automne : jeudi 23 au lundi 27 octobre

Grande *Sesshin* de *Rôhatsu* 2025 : dimanche 23 au dimanche 30 novembre

Renseignements : [site web Falaise Verte](#)

Kyûdô

Stage CTK.Ara automne : ven. 10 au dim. 12 octobre

6ème rencontre de femmes : jeu. 30 octobre au dim. 02 novembre

Renseignements : [site web Falaise Verte](#)

Renouvellement adhésions 2025

Comme chaque année, nous vous invitons à renouveler votre adhésion. Cela maintient et renforce le lien entre vous et la Falaise Verte et cela constitue une aide importante au bon fonctionnement du Centre.



Adhésion Zen



Adhésion Kyūdō

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



Enseignement de *Myōshin-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 êtes en contact avec le Centre Zen de la Falaise Verte.

[Se désinscrire](#)

