

Newsletter de la Falaise Verte

novembre 2025



J'espère que cet automne vous trouve toutes et tous en bonne santé.
J'ai été invité à une sesshin à Los Angeles au mois de septembre. Elle était organisée par notre maison mère, le *Myōshinji* à *Kyôto*. Le but était de se faire rencontrer des moines japonais, des pratiquants américains et des moines occidentaux ayant fait ou faisant encore des années de monastère au Japon. La sesshin était dirigée par Yamakawa *Sôgen Rôshi*, le supérieur du monastère de *Sôgenji* à *Gifu* mais aussi supérieur de toute la branche *Myôshinji* depuis 4 ans et encore pour les 4 ans à venir. Elle a eu lieu au *Rinzaiji*, centre zen situé dans Los Angeles, qui a été fondé par *Sasaki Jôshû Rôshi* dans les années 70, le maître zen du chanteur Léonard Cohen. La localisation du centre et les nuisances sonores potentielles obligent à quelques adaptations : *zazen* tôt le matin et chant des sûtra à partir de 08h00, instruments (*kaihan*, cloche, etc.) frappés très doucement, *kinhin* dans les rues du voisinage...
Cette sesshin souligne la volonté de notre maison mère de rapprocher le zen *Rinzai* japonais et les centres créés hors japon dans les années 70. Mais surtout, elle marque la volonté de Yamakawa *Rôshi* de transmettre une expérience authentique du zen. Ayant eu la chance de le côtoyer durant cette sesshin, c'est bien cette authenticité qui m'a impressionné chez lui, dans sa façon d'être tout autant que durant ses *hôwa* (discours sur le dharma). Et c'est cette authenticité qui m'a permis de tenir durant ces *hôwa* justement : pas moins de 2 heures d'affilée à chaque fois, en *zazen*, sans bouger...
Est-ce que se dire qu'on vit une expérience authentique peut nous aider lorsqu'on en bave sur le coussin ? Mon expérience est que oui et j'espère que c'est aussi le cas pour vous !
En tout état de cause, la Grande Sesshin de *Rôhatsu* qui arrive très bientôt sera l'occasion de vivre pleinement (et même au delà !) cette authenticité...
Bon *zazen* à toutes et tous,
Taishin Sômyô



Grande Sesshin de *Rôhatsu* 2025

Du dim. 23 au dim. 30 novembre

Sesshin dirigée par *Taishin Sômyô*
Inscription soumise à approbation
Possibilité de s'asseoir à l'occidentale au bord de l'estraude
Participation aux frais : 490 €
Date limite d'inscription : dim. 16 novembre 2025

[Je m'inscris !](#)



Deuxième Sesshin "Interfestos"

Du ven. 26 au lun. 29 décembre

Comme l'an dernier, nous vous proposons une sesshin entre Noël et le Jour de l'An pour récupérer des festivités du premier et se préparer au deuxième ! Trois assises de 30 min dans la journée (après le chant des sūtra, l'après-midi et le soir), *samu* de préparation des repas et taille des mûriers, longs temps de pause ou de promenade : une sesshin pour pratiquer ensemble tout en se faisant du bien pour clôturer 2025 et entrer dans 2026 en pleine forme !

[Renseignements](#)



Du lun. 16 au dim. 22 février 2026

Stage de Kyûdô d'hiver dirigé par Taikan Jyoji,
assisté de François Cavalier
Ouvert à tous, même débutants complets
(matériel prêté)
Participation aux frais : 420 € dont un acompte de
150 € à régler avant le début du stage.
Inscription au plus tard le dim. 08 février 2026

[Je m'inscris !](#)



Appel

Résidence à la Falaise Verte ?

De 6 mois à un an, voire plus...

Avec le départ de François en tant que membre de la Congrégation (rassurez-vous, il reste *tenzo* !), la Falaise Verte manque cruellement de bras... Plusieurs personnes viennent nous aider une fois par semaine, et nous leur en sommes infiniment reconnaissants, mais le Centre aurait besoin d'un résident ou d'une résidente.

Pour 6 mois et au delà, l'hébergement en pension complète est pris entièrement en charge par la Falaise Verte.

A partir de ce printemps, il sera possible pour ce résident ou cette résidente de loger dans le maison de la forêt au dessus du zendô.

Durant la résidence, il est bien sûr possible de s'absenter temporairement si des obligations familiales ou autre l'exigent.

Outre la pratique du *zen* et du *Kyûdô*, il y a quantités de projets à entreprendre, de compétences à acquérir et de belles rencontres à faire...

N'hésitez pas à contacter le Centre pour en savoir plus.

[Je me renseigne !](#)



Commandes calendriers zen 2026

Avant le dim.16 novembre !

Nous réitérons la campagne de commandes de calendriers zen pour 2026.

Il existe deux tailles (respectivement 73 et 36 cm de hauteur).

Avec l'expérience de l'année dernière, nous serons capables d'envoyer les calendriers avant Noël **si nous avons toutes les commandes avant le dimanche 16 novembre**.

Pour commander, bouton bleu ci-dessous :

[Commande](#)



Sewa Sesshin

Dates hiver 2026 :

Lun. 16 au dim. 22 février 2026 : Kyūdō Falaise Verte (Voie de l'arc)

Mer. 25 février au dim. 1er mars 2026 : Chadō (Voie du Thé)

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

Le **sewa** est une des formes de don traditionnelles 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 "sur ce qu'on fait au moment où on le fait" 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 démonstration pour découvrir la pratique du groupe accueilli.

A très bientôt pour cette nouvelle année de Sewa Sesshin.

[Je participe !](#)

Sesshin de samu Du dim. 1er au ven. 06 février



Avant la Grande Sesshin d'hiver qui (qui aura lieu du lundi 09 au dimanche 15 février 2026), nous vous proposons une sesshin de samu du dimanche 1er au vendredi 06.

Il y aura 2 blocs de *samu* le matin et l'après-midi, chant des sūtra et zazen le matin et une assise en soirée.

Les *samu* prévus seront en extérieur (préparation des "Journées Japon 2026" qui auront lieu au mois de juin, cf. infra) mais aussi en intérieur (couture, peinture, rangements, etc.).

La sesshin de *samu* sera gratuite pour les personnes inscrites à la Grande Sesshin d'hiver qui suivra (après 2 jours plus tranquilles tout de même !). Pour les personnes participant exclusivement à la Sesshin de *samu*, la participation aux frais pour l'hébergement en pension complète correspondra à un demi-tarif, soit 35 € jour.

Il nous faudra cuisiner entre nous car nous n'aurons pas de *tenzo*. Dates d'arrivée et départ sont souples (arrivée un jour avant, départ en cours de route).

[Je m'inscris !](#)



Chadô : la Voie du Thé

Dates 2026

Mer. 25 fév. au dim. 1er mars

Mer. 27 mai au lun. 1er juin

Mer 1er au lun. 06 octobre

Les sessions de printemps et automne sont ouvertes à tous, même débutants complets. Celle d'hiver est réservée aux pratiquants avancés.

Franck Armand, notre Sensei de *Chadô*, a rédigé une série d'articles présentant la Voie du Thé.

Vous pouvez les consulter sur le [site web](#) de la Falaise Verte.

[Renseignements](#)

Stage de cuisine végétarienne & zen

Du jeudi 23 au dimanche 26 avril



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 !](#)



Journées Japon 2026

samedi 6 & dimanche 7 juin 2026

Grâce à notre équipe de volontaires, les préparatifs pour les "Journées Japon 2026" à la Falaise Verte avancent bien.

Expositions, démonstrations, initiations, ateliers, restauration, boutique et plus seront au programme de ces deux jours.

Nous vous tiendrons au courant de l'avancement du projet et espérons que vous pourrez passer au Centre pour l'occasion.

Nous aurons besoin de bénévoles durant l'événement et quelques jours auparavant pour les préparatifs. Nous lancerons l'appel au bénévolat dès que possible.



Samedis du Kyûdô 2025

8 novembre, 6 décembre 2025

Un samedi par mois, le *Dôjô* de l'esprit direct ouvre ses portes (coulissantes) à tous les *kyûdôka* désirant pratiquer dans l'esprit de la Voie. Salut d'ouverture à 10h, reprise à 14h00 et 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.

[Je m'inscris !](#)



Zazenkai du mardi

Tous les mardis à 19h00 à la Falaise Verte : deux assises entrecoupées d'un *kinhin*.

Falaise Verte

Zazenkai d'Aix-les-Bains

Tous les lundis à 19h30 à "L'arrêt-creations" à Grésy-sur-Aix

Aix-les-Bains



Zazenkai Marseille

Taishin sera présent aux côtés de Taidō (Gérard) pour le prochain zazenkai le dimanche 09 novembre à 15h00.
Date suivante : dim. 21/12 09h30

Marseille

Zazenkai Lyon

Prochain zazenkai le dimanche 16 novembre à 09h30 (ouverture du Dōjō à 09h00).
Date suivante : dim. 14/12 09h30

Lyon

Zazenkai Paris

Le prochain zazenkai qui aura lieu le samedi 06 décembre à 10h00 (ouverture du Dōjō à 09h00) est complet.

Prochaine séance prévue au printemps, date à déterminer.

Paris



Zazenkai Valence

Prochain zazenkai le dimanche 21 décembre à 10h00 (ouverture du Dōjō à 09h30) avec Taishin et Kidoh.

Valence

Zazenkai Grenoble

Prochain zazenkai à une date à déterminer. Ce sera un samedi matin comme la dernière fois.

Grenoble

Zazenkai Nîmes

Après une première très réussie dans un nouveau lieu, prochain zazenkai prévu en janvier, date à déterminer.

Nîmes



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](#).



Streaming YouTube

Attention : exceptionnellement **pas de streaming** le mardi 25 novembre (Rôhatsu !).

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

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

Vous pouvez télécharger le livret de sûtra 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](#)

Calendrier zen & Kyûdô 2026

Zen

Sesshin de samu : **dimanche 1er au vendredi 06 février**

Grande Sesshin d'hiver : **lundi 09 au dimanche 15 février**

Sesshin de début de printemps : **mercredi 15 au dimanche 19 avril**

Sesshin de fin de printemps : **jeudi 11 au lundi 15 juin**

Grande Sesshin d'été : **lundi 03 au dimanche 09 août**

Sesshin d'automne : **jeudi 22 au lundi 26 octobre**

Grande Sesshin de Rôhatsu : **dimanche 22 au dimanche 29 novembre**

Renseignements : [site web Falaise Verte](#)

Kyûdô

Kanchûgeiko (stage d'hiver) : **lundi 16 au dimanche 22 février**

Stage CTK.Ara printemps : **vendredi 19 au dimanche 21 juin**

Shochûgeiko (stage d'été) : **samedi 04 au vendredi 10 juillet**

Stage national d'initiation : **lundi 10 au dimanche 16 août**

Stage CTK.Ara automne : **vendredi 09 au dimanche 11 octobre**

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 Kyûdô](#)

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



Enseignement de *Myōshinji*

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.

Contacter la
Falaise Verte

Centre Zen de la Falaise Verte
278 chemin de la Riaillé
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](#)



© 2020 Centre Zen de la Falaise Verte