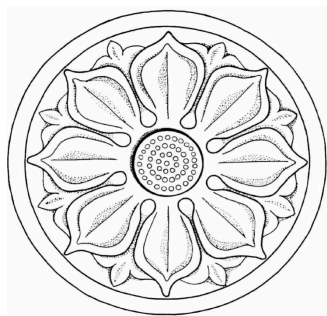


t o g e k k ō ~ j i
兔 月 光 寺



Carta da Lua
abril|2024



Por sobre as flores da lua
um corpo fascinado flutua sem pensamento

Matsuo Basho



L u a d e A b r i l

Lua Nova 8
Quarto Crescente 15
Lua Cheia 24
Quarto Minguante 2
Apogeu 20
Perigeu 7



L u a r d e D ō g e n

Praticar o Caminho com todo o respeito é
em si mesmo, iluminação.
Não existe separação entre a prática e a iluminação
ou entre o zazen e a vida quotidiana.



Z A Z E N

Zazen da Alva

todos os dias 7h15/7h45

Zazen dos Menires

todos os dias 13h45/14h05

Zazen ao Luar

todas as noites 22h/22h30

Zazen do Entardecer (Alvalade)

quartas feiras 18h45/19h45

Zazen Botânico (Jardim Botânico)

quintas feiras 18h45/19h45

Zazen das Matriarcas 4 abril 6h30/7h30

Zazen da Lua Nova 7 abril 22h/23h05

Zazen da Lua Cheia 23 abril 22h/23h05

Zazen da Liberdade 20 abril 22h/22h30

F U S A T S U

dESperTAR para o que se fAZ

20 abril 9h~12h Alvalade

S E S S H I N

Canção das Flores

5 a 7 abril São Domingos (Santiago do Cacém)



Roda de Leitura~Contemplanção

quartas feiras | 3 e 17 abril | 20h/21h30

A Esposa de Buddha

O Caminho do Despertar Juntas

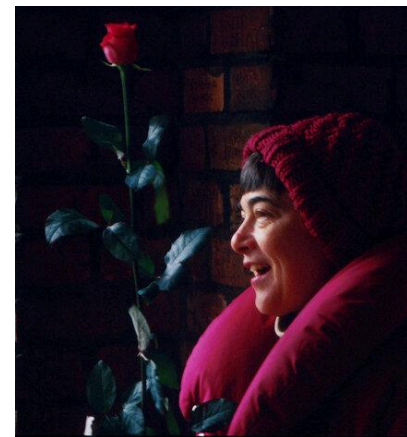


A N C E S T R A L I D A D E

Sandra Jishu Angyo Holmes (1941- 1998) é uma das Ancestrais que inspiram a Prática da Sangha do Luar, enquanto alguém que guardou e transmitiu o Caminho do Despertar Juntas.

Sandra Jishu Angyo Holmes nasceu na Califórnia. Frequentou a Universidade de Columbia e tornou-se bioquímica. Participou na investigação inicial sobre a doença da SIDA, que só então estava a ser identificada e diagnosticada. Era uma buscadora. No início, dedicou-se ao Vedānta e seguiu os ensinamentos de Ramana Maharshi. Foi visitar o seu ashram na Índia e continuou a praticar em Nova Iorque, estudando de modo autodidata sãoscrito. Finalmente em 1981, deixou o seu trabalho e foi viver para a Comunidade Zen de Nova Iorque, em Riverdale. Para além de um programa regular de meditação, estudo e retiros, a Comunidade tinha já iniciado um negócio - uma padaria -, e os seus passos seguintes foram na direção da ação social.

"A minha forma básica de espiritualidade é a fé no desconhecido. Acredito que tudo o que entra na minha vida é para ser trabalhado espiritualmente; o Zazen é a minha prática ideal, embora tenha de lutar comigo mesma todos os dias para o fazer. A minha espiritualidade é uma herança do meu pai. Ele foi um buscador durante toda a sua vida, mas nunca conseguiu encontrar a paz. Nunca conseguiu ver que ele é tudo o que lhe acontece. Todo o seu mundo parece ser uma luta contra o inimigo, tanto interno como externo. Descobri que as minhas próprias lutas são parte integrante do meu caminho espiritual e que o meu despertar é muito, muito gradual."

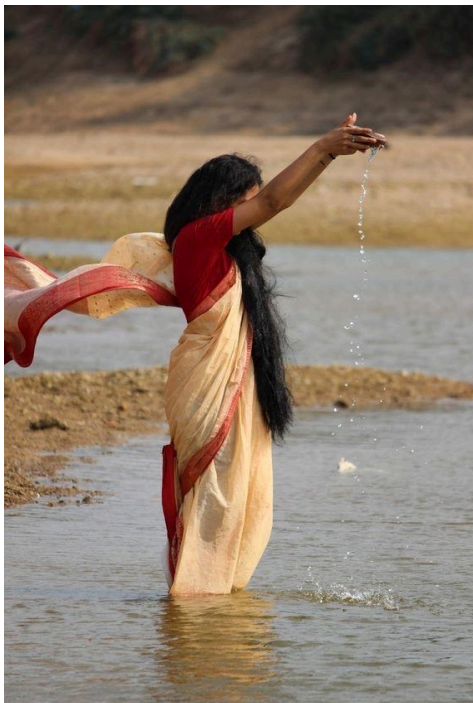


<https://zenpeacemakers.org/zpi-publishing/remembrance-sandra-jishu-angyo-holmes/>



L u a r d e C a e i r o

Porque o penso sem pensamentos



sentamos

juntas

repousamos

aqui ~ Av. Estados Unidos da América, Alvalade, Lisboa

aqui ~ Jardim Botânico, Rua da Escola Politécnica, Lisboa

aqui ~ [insight timer](https://insighttimer.com)

s e m p r e

A Q U I

<https://togeekkoji.org> * <https://t.me/togeekkoji>