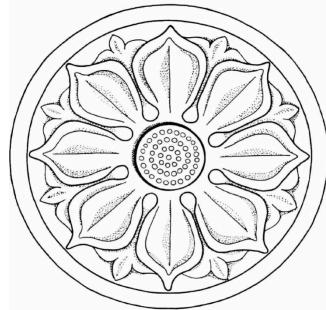


t o g e k k ō ~ j i

兔月光寺



Carta da Lua

abril | 2025



Seja de dia ou de noite  
trago sempre dentro de mim  
uma luz

Anna Swir



L u a   d e   A b r i l

Lua Nova 27

Quarto Crescente 5

Lua Cheia 13

Quarto Minguante 21

Apogeu 13

Perigeu 27



L u a r   d e   D ō g e n

Quando algo toca na tua cabeça, a tua cabeça sabe-o.  
Quando algo toca nos teus pés, os teus pés sabem-no.



## Z A Z E N

Zazen da Alva todas as manhãs 7h15/7h45

Zazen dos Menires todas as tardes 13h45/14h05

Zazen ao Luar todas as noites 22h/22h30

Zazen da Grande Perfeição da Sabedoria  
Além da Sabedoria segundas feiras 7h/8h

Zazen do Entardecer (Alvalade, Lisboa)  
quartas feiras 18h45/19h45

Zazen Botânico (São Mamede, Lisboa)  
quintas feiras 18h30/19h10

Zazen das Matriarcas 23 abril 6h30/7h30

Zazen da Lua Nova 26 abril 22h/23h05

Zazen da Lua Cheia 12 abril 22h/23h05

Zazen da Liberdade 13 abril 22h/22h30

## F U S A T S U

dESperTAR para o que se FAZ  
27 abril 9h~12h Alvalade

22 Semanas ao Luar  
segundas feiras 22h30/23h

Roda de Leitura~Contemplação  
quartas feiras | 2 e 16 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

**Jizong Xingche (n. 1606)** é uma das Ancestrais que inspiram a Prática da Sangha do Luar, enquanto alguém que guardou e transmitiu o Caminho do Despertar Juntas.

Jizong Xingche, nascida em 1606 com o nome secular de Liu, foi uma notável mestre Chan do século XVII. Nascida numa família rica e erudita em Hunan, Jizong demonstrou desde cedo inclinação para o budismo. Após ficar viúva ainda jovem, dedicou-se intensamente à prática religiosa, sendo ordenada por Shanci Tongji, um mestre Linji Chan. Mais tarde, tornou-se discípula e herdeira do Dharma de Wanru Tongwei, que, tal como Shanci, era um sucessor de Tianyin Yuanxiu. O *yulu* oficial de Jizong, que contém um sermão autobiográfico, foi publicado em 1656 e preservado no cânones budista Jiaxing. O seu sermão autobiográfico está estruturado em três secções principais: a sua vida antes de conhecer Shanci Tongji, a sua rigorosa prática de meditação *huàtóu\** sob a tutela de Shanci, e a sua jornada para a área de Jiangsu-Zhejiang, onde conheceu Wanru Tongwei e recebeu o título de mestre Chan.



\* A meditação *huàtóu* é uma prática que envolve a investigação intensa de uma frase ou questão crítica. Esta frase, por vezes retirada de koans ou casos públicos, tem como objetivo despertar um sentimento intenso de dúvida, por vezes descrito como uma bola de ferro alojada na garganta.



## L u a r   d e   C a e i r o

Hoje as flores sabem-me bem num paladar que se cheira.



sentamos

juntas

repousamos

aqui ~ Av. Estados Unidos da América, 1700-178 Lisboa

aqui ~ Rua da Escola Politécnica 54, 1250-102 Lisboa

aqui ~ [insight timer](#)

s e m p r e

A Q U I

<https://togeckkoji.org> \* <https://t.me/togeckkoji>