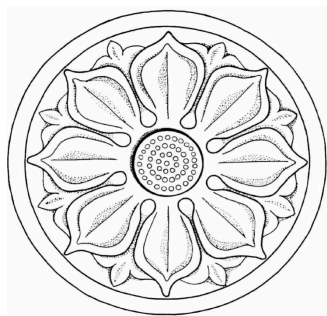


t o g e k k ō ~ j i
兔 月 光 寺



Carta da Lua
maio | 2025



Uma lua brilhante, uma brisa límpida
não posso mantê-las
sentindo-me ampla e tranquila
deixo-as ir para este ou oeste.

Lianghai



L u a d e M a i o

Lua Nova 27
Quarto Crescente 4
Lua Cheia 12 (Vesak)
Quarto Minguante 20
Apogeu 11
Perigeu 26



L u a r d e D ō g e n

Por isso,
os passos para a frente e os passos para trás
dentro da caverna do demónio na montanha negra
nada são além da jóia única brilhante*.

* 一顆明珠 [ikka myōju] metáfora que exprime a Talidade,
a Realidade-tal-como-É vivida plenamente.



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 22 maio 6h30/7h30

Zazen da Lua Nova 26 maio 22h/23h05

Zazen da Lua Cheia 11 maio 22h/23h05

Zazen da Liberdade 11 maio 22h/22h30

F U S A T S U

dESperTAR para o que se fAZ
24 maio 9h~12h Alvalade

22 Semanas ao Luar
segundas feiras 22h30/23h

Roda de Leitura~Contemplanção

quartas feiras | 7 e 21 maio | 20h/21h30

A Esposa de Buddha

O Caminho do Despertar Juntas



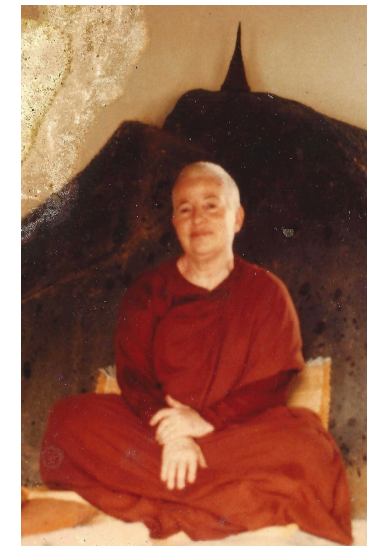
A N C E S T R A L I D A D E

Ayya Khema (1923-1997) é uma das Ancestrais que inspiram a Prática da Sangha do Luar, enquanto alguém que guardou e transmitiu o Caminho do Despertar Juntas.

Ayya Khema era judia alemã e monja budista Theravāda. Tinha 10 anos quando Hitler chegou ao poder e foi enviada no último transporte de crianças judias para fora da Alemanha. Quando tinha 15 anos, foi para a Escócia, onde tinha família, e, em 1941, viajou num cargueiro japonês da Escócia para Xangai, terra onde os seus pais se tinham refugiado. Viveu em Xangai durante a guerra, até os japoneses aprisionarem todos os ocidentais num campo de concentração.

Seu pai morreu durante esse período. Foi libertada pelos americanos em 1945 e foi para os Estados Unidos.

Quando foi viver para a Austrália, os vizinhos perguntaram-lhe se gostaria de escutar uma fala de um monge budista. Ela aceitou o convite e sentiu-se em casa. E começou a praticar a meditação budista. O monge era o Venerável Khantipalo, e Khema passou a participar nos seus retiros. Teve um centro de retiros, que dirigiu durante vários anos, numa ilha do Sri Lanka, até que a guerra civil que lá existia tornou tudo demasiado difícil. Regressou à Alemanha, onde fundou um centro de retiros e um mosteiro.



“O passado é uma memória. O futuro é uma fantasia.

Presta atenção ao que está a acontecer aqui e agora.”

<https://www.lionsroar.com/buddhist-nun-ayya-khema-was-a-force-of-nature-and-of-unconditional-love/>



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

Eu não tenho filosofia: tenho sentidos...



sentamos

juntas

repousamos

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

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

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

s e m p r e

A Q U I

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