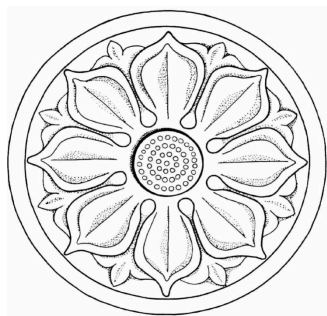


t o g e k k ō ~ j i
兔 月 光 寺



Carta da Lua
agosto|2025



Ao alcançar as notas certas
os sons encantadores de uma cítara
entrelaçam-se com o vento dos pinheiros
ao longo do meu beiral

Otagaki Rengetsu



L u a d e A g o s t o

Lua Nova 23
Quarto Crescente 1 e 31
Lua Cheia 9
Quarto Minguante 16
Apogeu 1 e 29
Perigeu 14



L u a r d e D ō g e n

Ah, que frescura agradável!



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 Botânico (São Mamede, Lisboa)

terças feiras 18h30/19h10

Zazen das Matriarcas 18 agosto 6h30/7h30

Zazen da Lua Nova 22 agosto 22h/23h05

Zazen da Lua Cheia 8 agosto 22h/23h05

Zazen da Liberdade 1 e 29 agosto 22h/22h30

F U S A T S U

dESperTAR para o que se fAZ

9 e 23 agosto 7h/8h

22 Semanas ao Luar

segundas feiras 22h30/23h



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

Otagaki Rengetsu (1791~1875) é uma das Ancestrais que inspiram a Prática da Sangha do Luar, enquanto alguém que guardou e transmitiu o Caminho do Despertar Juntas.

“Aprecio muito Otagaki Rengetsu, que perdeu marido, filhos, família e casa aos 30 anos de idade. Depois de todas as perdas, manteve a sua prática espiritual como base e transformou as suas perdas em belas obras de arte. Não reprimiu a sua dor, nem usou pensamentos positivos para a banir; em vez disso, acolheu o seu sofrimento no seio da mente compassiva, concentrada e flexível que gerou com a sua prática meditativa budista. Esta mente de Buddha absorveu e transformou o seu sofrimento de dor, a partir dos quais criou poemas de grande beleza que exprimiam as suas perdas nos tons mais subtis. Ao não articular ou descrever totalmente a sua história pessoal, Otagaki Rengetsu convida-nos a juntarmo-nos a ela, no lugar de aceitação onde nos deixamos ser tocados e compreendidos. Este é um dos poemas que ela escreveu para os seus filhos que tinham morrido tão jovens:

Aos meus amados filhos

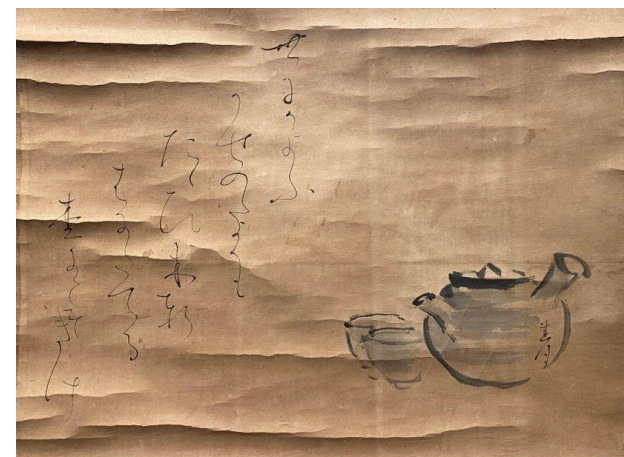
A minha mensagem final:

Flores a florescer

Com todo o seu coração

Na encantadora aldeia de Sakurai.

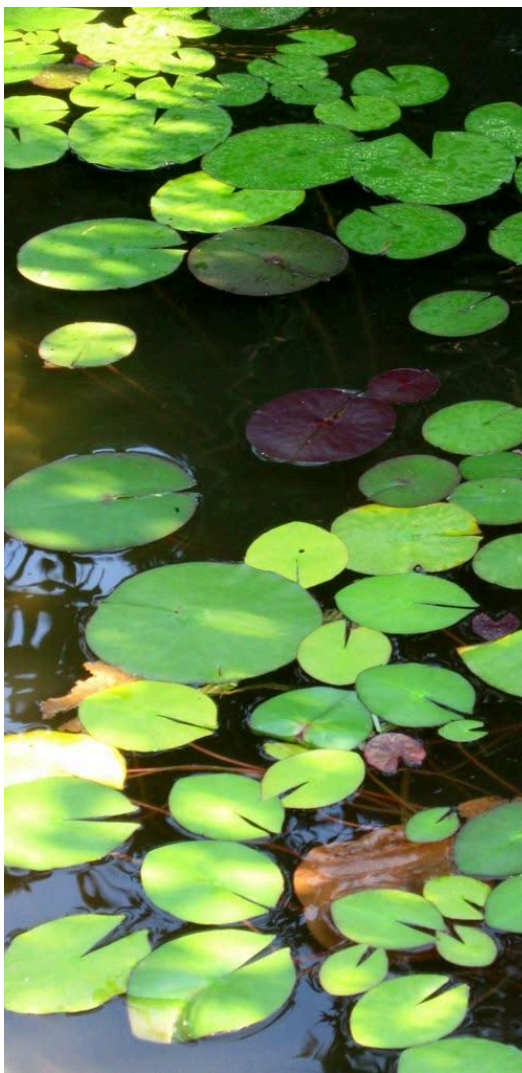
Neste poema, Otagaki nomeia um local histórico, a aldeia de Sakurai, onde um samurai se despediu do seu filho samurai quando este partiu para morrer em combate. E, no entanto, atualmente, o lugar tem a beleza de cada pessoa - seja criança ou samurai - que floresce completamente tal como é na teia do amor e da perda humana. Tudo o que podemos fazer é sermos completamente nós mesmos e oferecer a nossa presença, o nosso breve perfume em flor à aldeia que se embeleza com o nosso ser.”





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

O amor é uma companhia.



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