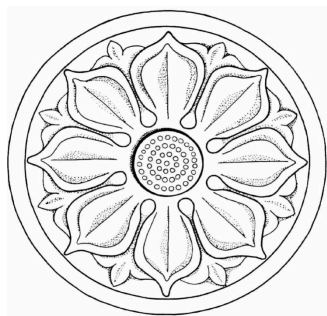


t o g e k k ō ~ j i  
兔 月 光 寺



Carta da Lua  
novembro|2025



Sobre as águas azuis  
o reflexo da lua  
brilha como uma jóia

Shenyi



L u a d e N o v e m b r o

Lua Nova 20  
Quarto Crescente 28  
Lua Cheia 5  
Quarto Minguante 12  
Apogeu 20  
Perigeu 5



L u a r d e D ō g e n

一顆明珠  
Ikka no Myōju

Uma única jóia luminosa



## 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 19 novembro 18h45/19h45

Zazen das Matriarcas 14 novembro 6h30/7h30

Zazen da Lua Nova 19 novembro 22h/23h05

Zazen da Lua Cheia 4 novembro 22h/23h05

Zazen da Liberdade 20 novembro 22h/22h30

## F U S A T S U

5 e 20 novembro 7h/8h

Roda de Leitura~Contemplação

quartas feiras | 12 e 26 novembro | 19h/20h30

Candeia Velada~Histórias de Vinte e Cinco Séculos de Mulheres Despertadas



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

**Paṭācārā (560 a.C - 480 a.C)** é uma das Ancestrais que inspiram a Prática da Sangha do Luar, enquanto alguém que guardou e transmitiu o Caminho do Despertar Juntas.

Paṭācārā perdeu o marido, os filhos, os pais e o único irmão em circunstâncias trágicas.

O Buddha consolou-a, e ela tornou-se bhikkhunī (monja).

Um dia, enquanto lavava os pés, notou como a água fluía afastando-se em três etapas – algumas gotas escorriam e desapareciam perto dela, outras um pouco mais longe, e outras ainda mais longe.

Esta observação levou-a a meditar sobre a transitoriedade da vida – algo que ela própria tinha conhecido por experiência pessoal.

O Buddha, vendo-a com o Seu Dibbacakkhu (Olho Divino), projectou-Se diante dela e pronunciou esta estrofe.

Logo ela atingiu o estado de arahantī.

yo ca vaṣṣaṣataṃ jīve apaṣṣaṃ udayavyayaṃ |  
ekāhaṃ jīvitaṃ śreyo paṣṣato udayavyayaṃ ||

Um único dia na vida de uma pessoa que claramente vê a origem e o fim (de todas as coisas),

é melhor do que cem anos de vida daquele que não percebe a origem e o fim das coisas.

(Dhammapada, v. 113. Tradução de José Carlos Calazans)





L u a r   d e   C a e i r o

Bastar-nos-ia sentir com clareza e vida



sentamos

juntas

repousamos

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

aqui ~ [insight timer](#)

s e m p r e

A Q U I

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