



**COMUNICADO DE IMPRENSA**  
**3 OUT 2016**

# **SISTER JINA EM PORTUGAL**

## **(IRMÃ CHAN DIEU NGHIEM)**

### **DIAS 06, 08-09 OUT**

A monja Chan Dieu Nghiem, representante da Comunidade Plum Village, fundada pelo Mestre Budista Zen Thich Nhat Hanh, estará em Lisboa nos próximos dias 7, 8 e 9 de Outubro para uma conferência pública e orientação de um retiro de consciência plena "Paz em nós mesmos, paz no mundo".

Chan Dieu Nghiem – Verdadeira Maravilha (também conhecida como Sister Jina) - é uma monja antiga e professora do Dharma de ascendência irlandesa-holandesa, que se ordenou na tradição Zen japonesa em 1985 e se juntou à comunidade de Plum Village em 1990, sendo uma das primeiras discípulas monásticas europeias de Thich Nhat Hanh's. Anterior abadessa do Lugar de Baixo, em Plum Village, ela oferece retiros em Plum Village e por todo o mundo, inspirando gerações de praticantes, com os seus ensinamentos.

#### **LISBOA**

#### **CONFERÊNCIA:**

SERÃO DE CONSCIÊNCIA PLENA

7 OUT | 19h00-21h00

CENTRO ISMAILI - AV. LUSÍADA, 1, LISBOA

A Consciência Plena é a prática de tocar profundamente a vida em cada momento do quotidiano. Enquanto estamos sentados, a caminhar, a comer, a beber chá e mesmo a trabalhar.

Quando

somos capazes de tocar profundamente a vida no momento presente, podemos tocar os muitos elementos curativos que estão disponíveis para nós, cultivando a paz e a alegria interior à nossa volta.

Este evento é organizado pela União Budista Portuguesa e pelo Círculo do Entre-Ser.

**Coração do Mundo,**  
Centro de Estudos e Práticas  
para o Despertar da Consciência

Av. Duque de Ávila, 95 - 3º,  
1069-013 Lisboa, Portugal

935 500 716  
[www.circuloentreser.org](http://www.circuloentreser.org)  
[info@circuloentreser.org](mailto:info@circuloentreser.org)

[www.facebook.com/circuloentreser](http://www.facebook.com/circuloentreser)  
[twitter.com/circuloentreser](https://twitter.com/circuloentreser)



## CASCAIS - SÃO DOMINGOS DE RANA

### RETIRO:

PAZ EM NÓS MESMOS, PAZ NO MUNDO

8 E 9 OUT | 10h00-18h00

SEMINÁRIO TORRE DA AGUILHA, SÃO DOMINGOS DE RANA

Retiro de Consciência Plena na tradição do Mestre Budista Zen Thich Nhat Hanh conduzido pela Sister Jina (Irmã Chan Dieu Nghiem) e acompanhado por mais duas monjas da comunidade de Plum Village.

A Irmã Chan Dieu Nghiem acompanhada de duas monjas de Plum Village oferecem um retiro de fim de semana de consciência plena, partilhando os maravilhosos ensinamentos de Thich Nhat Hanh. Mediante as práticas de meditação sentada, meditação a caminhar, meditação a comer, mediante o sorrir e o respirar, podemos verdadeiramente chegar ao momento presente. A partir deste lugar, podemos desabrochar como uma flor e ajudar a tornar a paz possível: na nossa família, na nossa sociedade e no mundo.

### Nota Biográfica Thich Nhat Hanh

Um dos mais inspiradores e conhecidos mestres budistas do nosso tempo, Thich Nhat Hanh, vietnamita, mestre Zen, poeta, escritor e activista pela paz, é o fundador do Budismo "comprometido", que integra a prática da consciência plena na vida do dia-a-dia. Durante a guerra do Vietname, foi exilado e fundou Plum Village em França, que é uma comunidade baseada na prática da consciência plena onde vivem monges e monjas e para onde milhares de leigos de todo o mundo anualmente se deslocam para praticar em conjunto. A seguir a Plum Village, centros de prática de consciência plena desta tradição foram fundados por todo o mundo. A sua doçura e modéstia, o seu grande empenho em aliviar o sofrimento no mundo e o facto de viver profundamente aquilo que ensina, torna-o um professor verdadeiramente reverenciado. A sua capacidade de converter a essência dos ensinamentos budistas em linguagem e conceitos simples e de aplicá-los directamente na prática quotidiana, torna os seus ensinamentos facilmente aplicáveis.



## CÍRCULO DO ENTRE-SER

O Círculo do Entre-Ser é uma associação filosófica e ética inspirada em Thich Nhat Hanh, nas tradições espirituais planetárias e nos sábios da humanidade, na ciência contemporânea e na visão holística da interdependência de todos os seres e fenómenos. Cientes de que todos os seres vivos aspiram à paz e à felicidade, visamos contribuir para a realização das melhores potencialidades do ser humano e para uma sociedade mais desperta e solidária na relação com o outro - humanos, todos os seres vivos e a Terra - mediante uma sabedoria prática adequada aos grandes desafios do mundo actual, em termos culturais, educativos, empresariais, sociais e ambientais.

O Círculo do Entre-Ser promove todas as actividades que contribuam para o despertar, a transformação e a expansão da consciência e em particular a prática individual e colectiva da atenção plena, levando-a a escolas, empresas, hospitais e prisões, entre outras instituições, mediante formadores experientes e qualificados. Para todos os seus fins, o Círculo do Entre-Ser realiza cursos, workshops, retiros, tertúlias, colóquios, conferências, publicações e acções públicas.

**Coração do Mundo,**  
Centro de Estudos e Práticas  
para o Despertar da Consciência

Av. Duque de Ávila, 95 - 3º,  
1069-013 Lisboa, Portugal

935 500 716  
[www.circuloentreser.org](http://www.circuloentreser.org)  
[info@circuloentreser.org](mailto:info@circuloentreser.org)

[www.facebook.com/circuloentreser](https://www.facebook.com/circuloentreser)  
[twitter.com/circuloentreser](https://twitter.com/circuloentreser)