



AVALIAÇÃO

9 A 12
ANOS

GLOBAL

SOBRE

BUDISMO

2026



Material de Consulta



Marque “V” para VERDADEIRO ou “F” para FALSO

<p>1 A Joia Tríplice é formada pelo Buda, pelo Dharma e pela Sanga.</p>  <p>(V)</p>	<p>2 O Dharma representa a comunidade de monges e monjas.</p>  <p>(F)</p>	<p>3 Tomar refúgio na Joia Tríplice é um passo importante para se tornar budista.</p>  <p>(V)</p>	<p>4 A Sanga inclui pessoas que praticam e ajudam a divulgar o Dharma.</p>  <p>(V)</p>	<p>5 O Buda é considerado apenas uma figura simbólica, sem importância real no budismo.</p>  <p>(F)</p>
<p>6 Sidarta Gautama nasceu como um príncipe antes de se tornar o Buda.</p>  <p>(V)</p>	<p>7 O Buda alcançou a iluminação após buscar respostas sobre o sofrimento humano.</p>  <p>(V)</p>	<p>8 O Buda ensinou apenas para sua família e não para outras pessoas.</p>  <p>(F)</p>	<p>9 Após a iluminação, o Buda passou a ensinar o caminho para ajudar os outros.</p>  <p>(V)</p>	<p>10 O Dharma é o conjunto de ensinamentos do Buda.</p>  <p>(V)</p>
<p>11 Seguir o Dharma pode ajudar as pessoas a viver com mais sabedoria e paz.</p>  <p>(V)</p>	<p>12 O Dharma ensina como lidar com problemas da vida.</p>  <p>(V)</p>	<p>13 Os ensinamentos do Buda não podem ser aplicados na vida atual.</p>  <p>(F)</p>	<p>14 Aprender o Dharma pode ajudar no desenvolvimento da mente.</p>  <p>(V)</p>	<p>15 Os Cinco Preceitos são orientações para ajudar as pessoas a viver melhor.</p>  <p>(V)</p>
<p>16 Um dos preceitos é não mentir.</p>  <p>(V)</p>	<p>17 Os preceitos permitem prejudicar os outros se for necessário.</p>  <p>(F)</p>	<p>18 Não roubar significa respeitar o que pertence aos outros.</p>  <p>(V)</p>	<p>19 O carma está relacionado às ações, pensamentos e palavras de uma pessoa.</p>  <p>(V)</p>	<p>20 As ações de uma pessoa não têm consequências.</p>  <p>(F)</p>

Marque “V” para VERDADEIRO ou “F” para FALSO

<p>21 A Lei de Causa e Efeito ensina que cada ação traz um resultado.</p>  <p>(V)</p>	<p>22 O carma acontece apenas por vontade divina, sem relação com nossas ações.</p>  <p>(F)</p>	<p>23 O Budismo Humanista ensina a aplicar o Dharma na vida diária.</p>  <p>(V)</p>	<p>24 O Budismo Humanista incentiva ajudar os outros.</p>  <p>(V)</p>	<p>25 O Budismo Humanista ensina que devemos viver isolados da sociedade.</p>  <p>(F)</p>
<p>26 Juntar as palmas das mãos é uma forma de demonstrar respeito no budismo.</p>  <p>(V)</p>	<p>27 Reverenciar o Buda pode ajudar a desenvolver humildade.</p>  <p>(V)</p>	<p>28 Em um templo, é correto fazer barulho e correr livremente.</p>  <p>(F)</p>	<p>29 O Caminho do Meio ensina a evitar extremos, como excesso e sofrimento exagerado.</p>  <p>(V)</p>	<p>30 Todos os seres são considerados iguais no budismo.</p>  <p>(V)</p>

Marque com “X” a opção correta

31 Qual é o papel do Dharma na Joia Tríplice?



A Representar a comunidade budista
 B Representar os ensinamentos do Buda
 C Representar os templos budistas
 D Representar os monges apenas

32 O que significa tomar refúgio na Joia Tríplice?



A Tornar-se automaticamente um monge
 B Buscar proteção e orientação no Buda, Dharma e Sangha
 C Tornar-se automaticamente um monge
 D Apenas visitar templos com frequência

33 Por que Sidarta Gautama deixou o palácio?



- A Porque queria se tornar rei
- B Porque não gostava de sua família
- C Porque queria viajar pelo mundo
- D Porque buscava entender o sofrimento humano

34 O que mudou após a iluminação do Buda?



- A Ele passou a viver isolado para sempre
- B Ele começou a ensinar o caminho para outras pessoas
- C Ele voltou a ser príncipe
- D Ele deixou de falar com as pessoas

35 Como o Dharma pode ajudar uma pessoa no dia a dia?



- A Evitando todos os problemas da vida
- B Ensinando a lidar com situações difíceis com sabedoria
- C Fazendo com que tudo aconteça sempre como desejamos
- D Substituindo completamente os estudos

36 Qual das opções melhor representa a prática do Dharma?



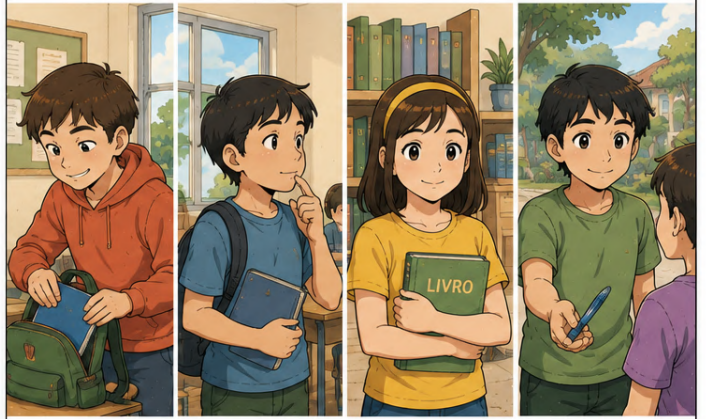
- A Ignorar os erros cometidos
- B Seguir apenas o que os outros fazem
- C Decorar textos sem compreender
- D Aplicar os ensinamentos em atitudes e decisões

37 Qual é a intenção principal dos Cinco Preceitos?



- A Orientar uma vida ética e responsável
- B Criar regras rígidas para punição
- C Controlar apenas o comportamento dos monges
- D Separar pessoas boas de pessoas ruins

38 Qual das atitudes está de acordo com o preceito de não roubar?



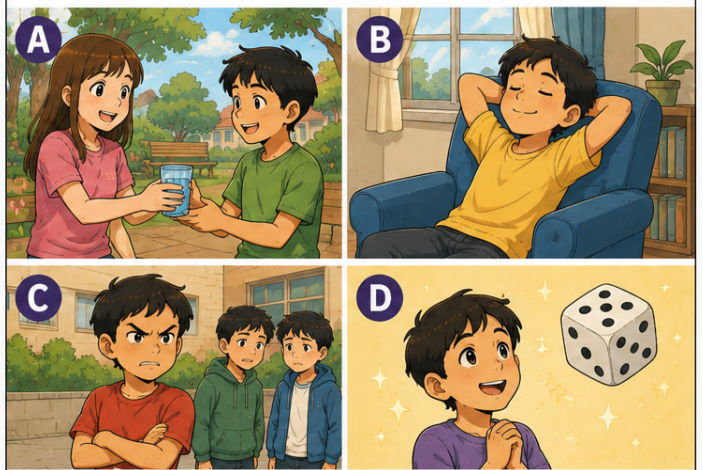
- A Pegar algo emprestado sem avisar
- B Usar algo e devolver apenas se for cobrado
- C Respeitar o que pertence aos outros
- D Compartilhar apenas quando for conveniente

39 O que a Lei de Causa e Efeito ensina?



- A Que o destino é fixo e não pode mudar
- B Que nossas ações influenciam os resultados que vivemos
- C Que apenas ações físicas têm consequências
- D Que pensamentos não têm importância

40 Qual das situações melhor representa o funcionamento do carma?



- A Uma pessoa age com gentileza e constrói boas relações
- B Uma pessoa não precisa agir, pois tudo já está definido
- C Uma pessoa age mal e nunca enfrenta consequências
- D Uma pessoa depende apenas da sorte

41 Qual é a principal característica do Budismo Humanista?



- A Focar apenas em rituais antigos
- B Evitar o contato com outras pessoas
- C Priorizar apenas estudos teóricos
- D Aplicar os ensinamentos na vida cotidiana

42 Como o Budismo Humanista se manifesta na prática?



- A Ajudando os outros e melhorando a convivência
- B Evitando qualquer tipo de responsabilidade
- C Buscando apenas benefícios pessoais
- D Ignorando os problemas da sociedade

43 Qual é o significado de juntar as palmas das mãos ao cumprimentar alguém?



- A Demonstrar superioridade
- B Mostrar respeito e consideração
- C Evitar contato com outras pessoas
- D Imitar outras culturas

44 Qual é o objetivo da reverência ao Buda?



- A Pedir recompensas materiais
- B Mostrar obediência sem reflexão
- C Demonstrar humildade e respeito
- D Seguir uma tradição obrigatória

45 O que o Caminho do Meio ensina?



- A** Evitar tanto os excessos quanto as privações extremas
- B** Escolher sempre o caminho mais fácil
- C** Evitar qualquer tipo de esforço
- D** Seguir apenas regras rígidas

46 O que significa a igualdade entre os seres no budismo?



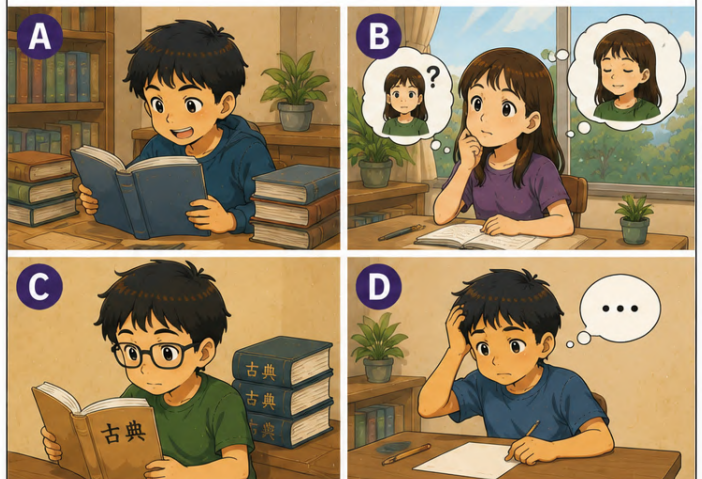
- A** Todos têm o mesmo comportamento
- B** Todos devem ter as mesmas opiniões
- C** Todos devem viver da mesma forma
- D** Todos têm o mesmo valor essencial

47 Qual atitude está mais alinhada com os ensinamentos do Buda?



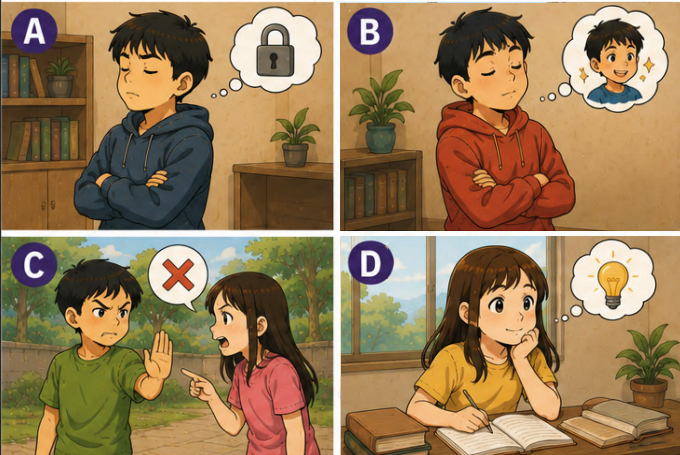
- A** Agir impulsivamente sem pensar
- B** Refletir antes de agir e considerar os outros
- C** Buscar vantagem em todas as situações
- D** Ignorar as consequências das ações

48 O que significa desenvolver sabedoria no budismo?



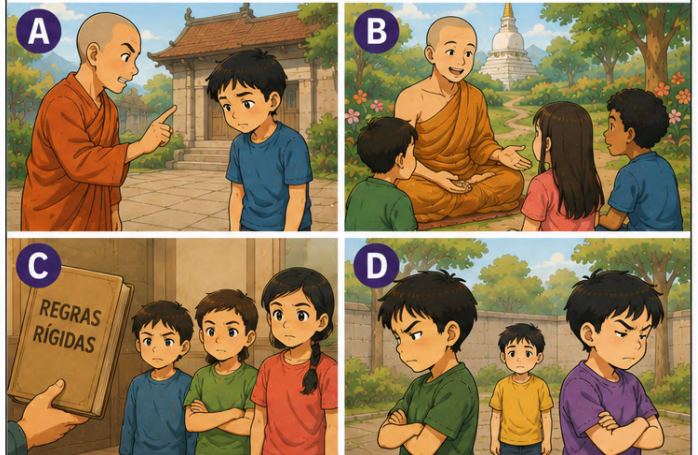
- A** Saber muitas informações
- B** Entender a realidade e agir com consciência
- C** Memorizar textos antigos
- D** Evitar tomar decisões

49 Qual das opções melhor representa uma mente em desenvolvimento?



- A Uma mente que não muda
- B Uma mente focada apenas em si mesma
- C Uma mente que rejeita opiniões diferentes
- D Uma mente aberta ao aprendizado e à reflexão

50 Qual é o objetivo principal dos ensinamentos budistas?



- A Controlar o comportamento das pessoas
- B Ajudar as pessoas a viver com mais sabedoria e menos sofrimento
- C Criar regras rígidas para a sociedade
- D Separar pessoas em grupos

Complete as lacunas



51

O caminho do bodisatva ensina a ajudar todos os seres a superar o sofrimento. Ele pratica a compaixão, cuidando dos outros com respeito, e desenvolve sabedoria para agir corretamente. Seu objetivo não é apenas alcançar a própria iluminação, mas beneficiar todos os seres. Esse caminho exige esforço e dedicação, pois o praticante aprende a pensar no bem coletivo e agir com responsabilidade.



52

O Monastério Fo Guang Shan foi fundado pelo Venerável Mestre Hsing Yün em Taiwan. Ele promove o Budismo Humanista, que ensina a aplicar o Darma na vida diária. O monastério realiza atividades de educação, ajudando as pessoas a aprender e praticar. Também incentiva ações de cultura, promovendo valores éticos e sociais. Seu objetivo é mostrar que os ensinamentos do Buda podem ser vividos no dia a dia, com equilíbrio e sabedoria.



O Buda **Amitabha** é conhecido por sua infinita **luz**, que representa sabedoria e clareza. Ele está ligado à **Terra Pura**, um lugar de paz onde os praticantes podem renascer. Muitas pessoas **recitam** seu nome como prática espiritual. Essa prática exige fé e **concentração**.



Os **sutras** são **textos** que registram os ensinamentos do Buda. Eles foram preservados por meio da tradição ao longo do tempo. Esses textos ajudam os praticantes a entender o **Darma** e aplicá-lo na vida. Ao **estudar** os sutras, desenvolve-se a sabedoria e a capacidade de tomar boas decisões. Eles funcionam como guias para a **prática** espiritual e para o desenvolvimento pessoal.



O Venerável Mestre **Hsing Yün** foi um importante líder do **budismo** moderno. Ele fundou **Fo Guang Shan** e divulgou o **Budismo Humanista**, incentivando a prática no dia a dia. Seu trabalho valorizou a **educação** e a cultura como formas de crescimento. Ele ensinou que o budismo deve ser vivido na sociedade, com ética e compaixão, ajudando as pessoas a melhorar suas vidas.



O Templo **Zu Lai**, localizado em **Cotia**, é o maior templo budista do Brasil. Ele faz parte do Monastério **Fo Guang Shan** e promove o **Budismo Humanista**. O templo realiza atividades de **educação** e prática espiritual, abertas à comunidade. Ele também incentiva o aprendizado do **Darma** e a convivência harmoniosa.



A **Sanga** é a comunidade de praticantes do budismo. A **BLIA** (Associação Internacional Luz de Buda) reúne membros leigos que ajudam na **propagação** do Dharma. Eles participam de atividades culturais, educativas e sociais. Essas ações fortalecem o **Budismo Humanista** e incentivam a prática no **cotidiano**. A Sanga é importante porque oferece apoio e ajuda no desenvolvimento espiritual.



Os Quatro Grandes **Bodhisattvas** representam qualidades importantes no budismo. **Kuan Yin** é a Bodhisattva da Grande Compaixão, Manjushri é o Bodhisattva da Grande **Sabedoria**, Kshitigarbha é o Bodhisattva dos Grandes **Votos** e e Samantabhadra é o Bodhisattva das Grandes **Realizações**. Esses princípios orientam os praticantes a agir com bondade e responsabilidade. Eles servem como exemplo para quem deseja seguir o caminho espiritual e ajudar a todos os seres.



Os Cinco **Preceitos** são orientações para uma vida ética. Eles ensinam a **não** matar, não **roubar**, **não mentir**, não ter má conduta sexual e não usar álcool ou drogas. Seguir esses princípios ajuda a desenvolver **respeito** e responsabilidade. Eles orientam o comportamento e ajudam a criar uma convivência mais harmoniosa entre as pessoas.



Tomar refúgio na **Joia Tríplice** significa confiar no **Buda** como professor, no **Dharma** como ensinamento, e na **Sanga** como nosso grupo de amigos. Essa prática marca o início do caminho budista. O refúgio é um **compromisso** de viver com mais consciência e seguir os ensinamentos do Buda.



A **impermanência** ensina que todas as coisas estão em constante mudança. Nada permanece igual para sempre, incluindo pensamentos, emoções e situações. Compreender essa **verdade** ajuda a diminuir o apego e o sofrimento. O **praticante** aprende a desenvolver **equilíbrio**, aceitar as **mudanças** e cultivar mais sabedoria na vida diária.



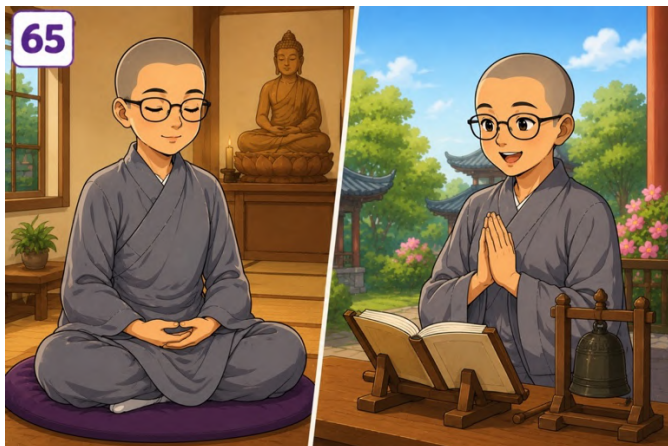
O Nobre Caminho **Óctuplo** é um ensinamento do Buda para superar o **sofrimento**. Ele inclui práticas de **sabedoria**, comportamento ético e desenvolvimento mental. Entre seus elementos estão a fala **correta**, a **ação correta** e a **concentração** correta. Esse caminho ajuda o praticante a alcançar mais equilíbrio, clareza e consciência.



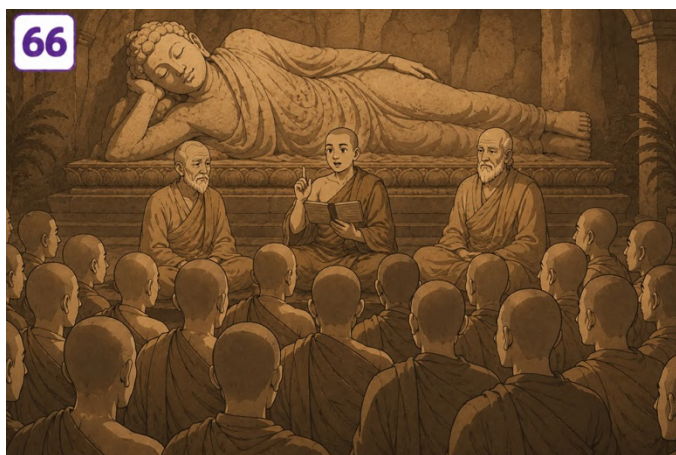
As Quatro **Nobres Verdades** explicam o sofrimento e o caminho para superá-lo. O Buda ensinou que existe o **sofrimento**, sua causa, sua cessação e o caminho para alcançar a libertação. **Compreender** essas verdades desenvolve **sabedoria**, fortalece a prática e ajuda a alcançar maior libertação **espiritual**.



As **Seis Paramitas** são **práticas** importantes no caminho do **bodisatva**. Elas incluem **generosidade**, preceitos, paciência, diligência, concentração e sabedoria. Essas virtudes ajudam o praticante a beneficiar os outros e desenvolver a mente. A prática **constante** fortalece a compaixão e aproxima o praticante da iluminação.



O budismo **Chan** enfatiza a **meditação** e a observação direta da mente. Já a escola **Terra Pura** destaca a recitação do nome do Buda **Amitabha** com fé e concentração. Embora tenham **métodos** diferentes, ambas procuram desenvolver sabedoria e ajudar os praticantes no caminho espiritual.



Após o **Parinirvana** do Buda, seus **discípulos** se reuniram para recitar os ensinamentos. Esse encontro ficou conhecido como o Primeiro **Concílio Budista**. Os ensinamentos foram transmitidos **oralmente** durante muitos anos antes de serem **escritos**. O objetivo era proteger o Dharma e garantir que as futuras gerações pudessem **aprender** corretamente.



O príncipe **Sidarta** Gautama viveu no palácio cercado de **conforto e riqueza**. Mesmo assim, percebeu que as pessoas sofriam com doenças, velhice e morte. Por isso, deixou sua família e iniciou uma busca espiritual. Durante muitos anos, praticou **meditação** e estudou com diferentes mestres. Depois de perceber que os extremos não traziam equilíbrio, seguiu o **Caminho do Meio**. Sentado sob a árvore **Bodhi**, alcançou a **iluminação** e passou a ser chamado de Buda Sákyauni.



No budismo existem diferentes tipos de praticantes. Os **budas** são seres plenamente iluminados que descobriram a verdade por si mesmos. Os **bodisatvas** procuram ajudar todos os seres antes de alcançar o nirvana completo. Os **monásticos** dedicam suas vidas à prática espiritual e ao estudo do Dharma. Já os praticantes **leigos** vivem na sociedade, trabalham, estudam e também seguem os ensinamentos do Buda. Todos fazem parte da **Sanga**, cada um contribuindo de maneira diferente.



O jovem **Rahula**, filho do Buda antes de sua vida monástica, tinha o hábito de contar pequenas **mentiras**. Para ensiná-lo, o Buda utilizou uma bacia com água **suja**. Ele explicou que, quando alguém tem o **mau hábito** de mentir, sua **mente** se torna semelhante àquela água: impura e sem clareza. O menino compreendeu o ensinamento e decidiu **praticar** a verdade e a sinceridade. Essa história ensina a importância da **honestidade** e do cuidado com as palavras e ações no caminho espiritual.



As Três **Boas Atitudes** ensinam a fazer boas **ações**, dizer boas **palavras** e ter bons **pensamentos**. Esses ensinamentos ajudam as pessoas a desenvolver respeito, compaixão e responsabilidade. Assim, melhoramos nossa **convivência** com os outros e também nosso próprio coração.

TERMOS BUDISTAS

Buda: Pessoa que alcançou iluminação, compreendendo profundamente a vida e o sofrimento.

Darma: Os ensinamentos do Buda usados para ajudar as pessoas a viver com sabedoria e compaixão.

Sanga: Comunidade de praticantes budistas, incluindo monges, monjas e leigos.

Monástico: Pessoa que renunciou a vida mundana para praticar os ensinamentos do Buda em um monastério.

Compaixão: Desejo sincero de ajudar os outros e aliviar o sofrimento das pessoas.

Impermanência: Ensino que mostra que tudo muda com o tempo.

Bodisatva: Pessoa que busca iluminação ajudando também todos os seres.

Terra Pura: Reino estabelecido pelo Buda, associado à paz, à pureza e ao cultivo espiritual.

Sutra: Texto que registra ensinamentos budistas importantes.

Paramitas: Práticas de aperfeiçoamento espiritual, são: generosidade, preceito, paciência, diligência, meditação e sabedoria.