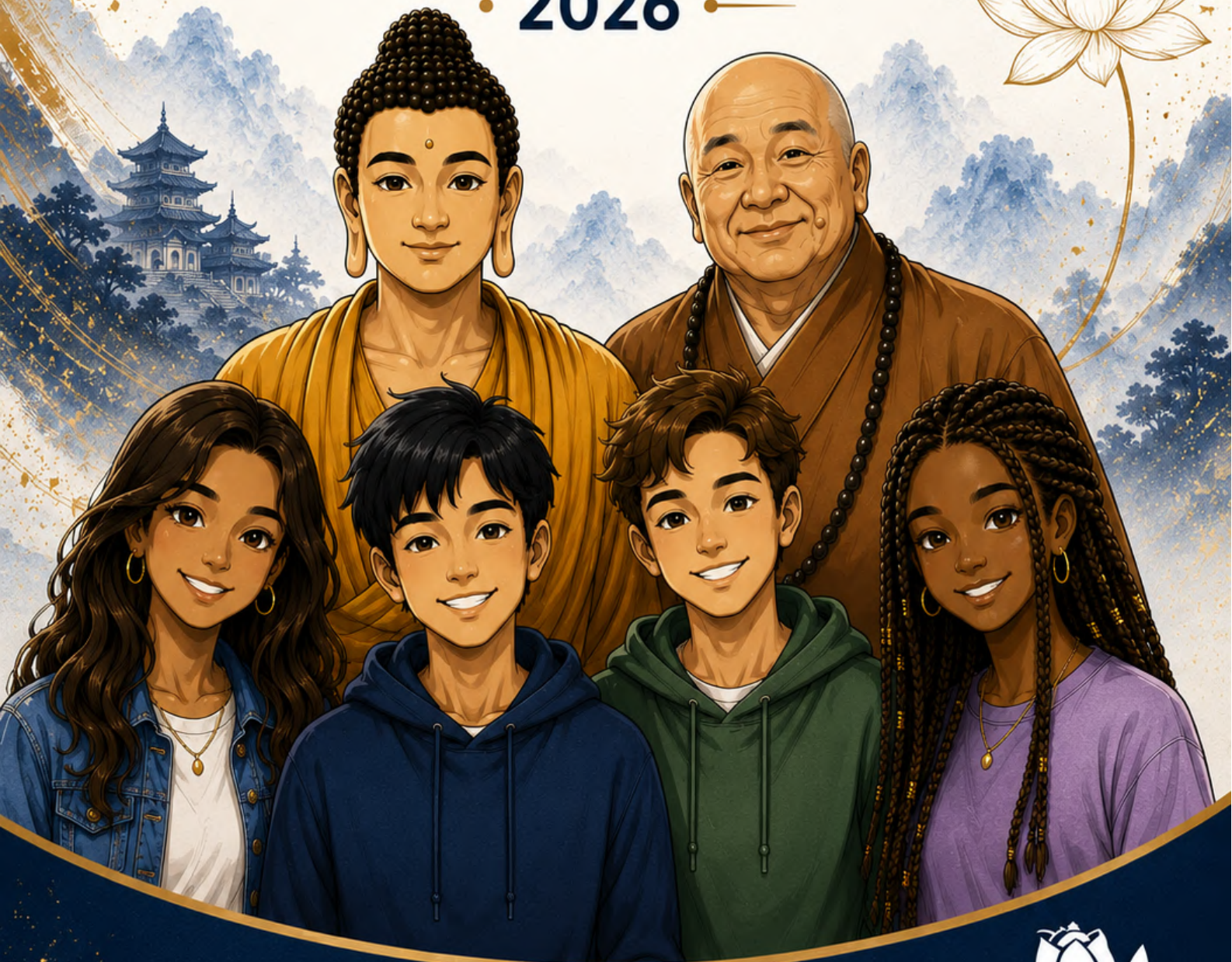




— AVALIAÇÃO —
GLOBAL
— SOBRE —
BUDISMO
• 2026 •



• **Material de Consulta**



Assinale “V” para verdadeiro e “F” para falso.

1. O budismo procura compreender as causas do sofrimento humano e ensinar caminhos para desenvolver sabedoria, equilíbrio e liberdade interior. Muitos ensinamentos apresentados pelo Buda buscam ajudar as pessoas a lidar melhor com suas emoções, desejos e atitudes no cotidiano.

(V) O apego excessivo é apontado no budismo como uma das causas do sofrimento.

(F) O budismo ensina que riquezas materiais garantem felicidade permanente.

(V) O Nobre Caminho Óctuplo faz parte dos ensinamentos budistas sobre a superação do sofrimento.

(F) As Quatro Nobres Verdades afirmam que o sofrimento humano não pode ser transformado.

2. Em diferentes tradições budistas, existe a prática de buscar orientação espiritual por meio da confiança em princípios considerados essenciais para o desenvolvimento interior e para a prática correta dos ensinamentos.

(V) O Dharma está relacionado aos ensinamentos budistas.

(F) A Sangha é formada somente por monges que vivem em templos isolados.

(V) O ato de “Tomar Refúgio” representa um compromisso espiritual no budismo.

(F) O budismo ensina que apenas poucas pessoas podem seguir os ensinamentos do Buda.

3. O budismo valoriza atitudes responsáveis e conscientes. Por isso, existem orientações éticas que incentivam respeito pela vida, honestidade, equilíbrio e cuidado com as próprias ações.

(V) Mentir para prejudicar outras pessoas vai contra os princípios éticos budistas.

(V) O respeito à vida é valorizado no budismo.

(F) Os ensinamentos budistas incentivam vingança contra quem causa sofrimento.

(F) Os preceitos budistas defendem que ações negativas não trazem consequências.

4. Muitos ensinamentos budistas afirmam que todos os seres possuem potencial para desenvolver sabedoria e compaixão. Entretanto, emoções negativas e pensamentos egoístas podem dificultar esse desenvolvimento.

(F) O budismo afirma que algumas pessoas nascem incapazes de desenvolver bondade.

(V) A prática espiritual busca diminuir ignorância, raiva e apego excessivo.

(V) A compaixão é considerada uma qualidade importante no budismo.

(F) O egoísmo é visto como o principal sinal de evolução espiritual.

5. Durante sua busca espiritual, o Buda experimentou estilos de vida muito diferentes antes de apresentar um ensinamento baseado no equilíbrio e na moderação.

(V) O budismo evita tanto os excessos materiais quanto as privações extremas.

(F) O sofrimento físico intenso é considerado obrigatório para alcançar iluminação.

(V) O equilíbrio mental e emocional é valorizado nos ensinamentos budistas.

(F) O Caminho do Meio defende que desejos e impulsos devem ser seguidos sem limites.

6. O budismo ensina que tudo está sujeito a mudanças. Pessoas, sentimentos, situações e até pensamentos se transformam continuamente ao longo do tempo.

(V) A impermanência está relacionada às mudanças constantes da vida.

(V) Compreender as mudanças pode ajudar as pessoas a sofrer menos diante das perdas.

(F) O budismo afirma que emoções dolorosas permanecem iguais para sempre.

(F) A impermanência significa que nada possui qualquer valor ou importância.

7. Nos ensinamentos budistas, os seres sencientes são vistos como resultado de muitas causas e condições, experiências e transformações.

(V) O budismo ensina que a impermanência faz com que as coisas estejam constantemente mudando.

(V) As transformações da impermanência permitem que todos possam evoluir constantemente.

(V) A redução do egoísmo é considerada importante para a prática individual.

(F) O budismo afirma que personalidade e pensamentos jamais mudam.

8. A meditação ocupa papel importante em diversas tradições budistas. Muitas práticas buscam desenvolver atenção, clareza mental e maior compreensão dos próprios pensamentos e emoções.

(V) A observação da respiração é uma prática importante durante a meditação.

(F) A meditação budista tem como objetivo desenvolver poder sobrenaturais.

(V) A plena atenção é importante para a prática budista.

(F) O budismo ensina que a sabedoria pode só pode ser alcançada memorizando textos sagrados.

9. As variadas tradições budistas enfatizam a sabedoria e a compaixão por meio de diferentes práticas voltadas ao desenvolvimento espiritual, de acordo com as afinidades e níveis de compreensão de cada praticante. Esses meios habilidosos procuram oferecer oportunidade para que todos possam aprender com o Buda.

(V) Fazer doações àqueles que precisam de ajuda é uma forma de praticar o budismo.

(V) As orações e a concentração mental são formas de prática espiritual.

(F) O Budismo Humanista não dá importância à compaixão e à sabedoria.

(F) O budismo ensina que apenas monges conseguem buscar o desenvolvimento espiritual.

10. O Budismo Humanista procura aproximar os ensinamentos do Buda à vida cotidiana, incentivando educação, cultura, responsabilidade social e desenvolvimento interior.

(V) O Venerável Mestre Hsing Yün é o Fundador da Ordem Fo Guang Shan.

(V) O Templo Zu Lai está relacionado à Fo Guang Shan no Brasil.

(F) O Budismo Humanista defende o isolamento da sociedade por meio de retiros.

(V) A prática budista pode incluir ações sociais e atividades educativas.

11. Após muitos anos ensinando diferentes grupos de pessoas, o Buda continuou orientando discípulos até os últimos momentos de sua vida. Seus ensinamentos destacavam a importância da prática consciente, da responsabilidade pessoal e da continuidade do Dharma.

(V) O Buda foi um ser humano iluminado, mas ele não era Deus.

(V) O budismo ensina que o Buda nasceu, viveu e morreu como um ser humano.

(V) O Buda nos orientou a termos os preceitos como nossos mestres.

(F) A morte é entendida no budismo como uma punição espiritual.

12. Ao longo de sua vida, o Buda contou com diversos discípulos conhecidos por qualidades específicas, como sabedoria, memória, dedicação à prática e disciplina espiritual.

(V) Ananda ficou conhecido por sua excelente memória dos ensinamentos do Buda.

(V) Rahula era filho do Buda e também se tornou praticante budista.

(F) Aniruddha tornou-se famoso por liderar exércitos militares.

(F) Os discípulos do Buda eram incentivados a competir entre si por poder.

13. O budismo Mahayana desenvolveu fortemente o ideal do bodisatva, alguém que busca sabedoria e compaixão não apenas para si mesmo, mas também para beneficiar todos os seres.

(V) O bodisatva procura ajudar outros seres a superar o sofrimento.

(F) O ideal do bodisatva valoriza a libertação pessoal como mais importante.

(V) A paciência é uma característica importante no caminho do bodisatva.

(F) O budismo ensina que só as pessoas perfeitas podem praticar a plena atenção.

14. Alguns ensinamentos budistas afirmam que muitas aflições surgem quando as pessoas enxergam as coisas de forma rígida e limitada. A sabedoria desenvolvida pela prática procura ampliar nossa compreensão a respeito do sofrimento.

(F) O budismo afirma que tudo é sofrimento e a esperança é apenas uma ilusão.

(V) O budismo ensina que os fenômenos dependem de causas e condições.

(V) O budismo ensina que as coisas mudam de acordo com causas e condições.

(F) O Buda ensina que as ações humanas não possuem consequências reais.

15. Os textos budistas apresentam ensinamentos ligados à uma sabedoria mais profunda (chamada de sabedoria *prajña*), que nos permite uma compreensão da realidade além das aparências superficiais.

(V) Para o budismo, a sabedoria e a prática são igualmente importantes para compreendermos a realidade.

(F) O budismo ensina que a individualidade e o egoísmo levam à iluminação.

(V) O budismo valoriza igualmente tanto a compaixão quanto a sabedoria.

(F) O budismo afirma que o conhecimento intelectual sozinho já resolve todo sofrimento.

16. O Nobre Caminho Óctuplo apresenta práticas relacionadas à conduta ética, ao desenvolvimento mental e à sabedoria. Esses ensinamentos procuram orientar a vida cotidiana de maneira equilibrada.

(V) O Caminho Óctuplo inclui aspectos relacionados à fala e às ações corretas.

(V) O desenvolvimento mental faz parte do caminho budista.

(F) O budismo ensina que boas intenções tornam desnecessárias as boas ações.

(F) O Caminho Óctuplo incentiva comportamentos agressivos e egoístas.

17. O budismo se iniciou no norte da Índia (atual região do Nepal), espalhando-se em seguida para a China e outras regiões da Ásia, sendo atualmente conhecido e praticado ao redor do mundo inteiro.

(V) Os votos do Ven. Mestre Hsing Yün auxiliaram a propagação do Darma pelo mundo.

(F) O Monastério Fo Guang Shan não foi importante para a propagação do budismo fora da Ásia.

(V) Os voluntários são tão importantes para a propagação do budismo quanto os monásticos de Fo Guang Shan.

(F) Os jovens e as crianças têm papel secundário na propagação do budismo.

18. Em muitos ensinamentos budistas, as ações humanas produzem consequências que podem influenciar tanto a própria pessoa quanto os outros ao seu redor.

(V) O budismo valoriza a responsabilidade pelas próprias ações.

(V) Atitudes compassivas são incentivadas pelos ensinamentos budistas.

(F) O budismo ensina que ações negativas nunca produzem consequências.

(F) O sofrimento dos outros deve ser ignorado para preservar a paz interior.

19. Os templos budistas frequentemente funcionam como espaços de prática espiritual, estudo, convivência e atividades culturais. Em muitos lugares, também realizam ações sociais e educativas.

(V) O Templo Zu Lai realiza atividades ligadas à cultura e ações sociais.

(F) Templos budistas existem principalmente para cerimônias funerárias.

(V) O Budismo Humanista incentiva o estudo e convivência respeitosa.

(F) O budismo proíbe qualquer atividade não religiosa dentro de templos.

20. A prática budista envolve tanto reflexão quanto transformação das atitudes diárias. Muitos ensinamentos procuram desenvolver equilíbrio emocional, empatia e consciência sobre a própria mente.

(V) O autoconhecimento é valorizado na prática budista.

(F) O budismo ensina que raiva e ódio devem ser alimentados para fortalecer a mente.

(V) A atenção às próprias ações e pensamentos faz parte do caminho budista.

(F) A prática budista está ligada a rituais religiosos, sem relação com atitudes cotidianas.

21. No budismo existem práticas conhecidas como as Seis Paramitas ou as Seis Perfeições, consideradas importantes para o desenvolvimento da sabedoria, da compaixão e do caminho do bodisatva. Essas práticas procuram transformar atitudes egoístas em ações benéficas para todos os seres.

(V) A paciência e a diligência são importantes para a prática budista.

(F) Apenas pessoas perfeitas podem praticar as Seis Paramitas.

(F) As Paramitas incentivam competição e orgulho pessoal.

(F) O objetivo das Paramitas é alcançar vantagens materiais e fama.

22. Antes de se tornar o Buda, Sidarta Gautama nasceu como príncipe em uma família nobre. Sua infância foi marcada por conforto e proteção, mas, ao crescer, começou a questionar o sofrimento existente no mundo.

(V) Sidarta Gautama nasceu em uma família da nobreza.

(F) Sidarta passou toda sua vida isolado sem contato com outras pessoas.

(V) O nascimento do príncipe Sidarta aconteceu antes do surgimento do budismo.

(F) Desde criança, Sidarta desejava se tornar um grande rei.

23. A história do budismo relata que Sidarta Gautama pertencia a um grupo familiar importante de sua região. Sua origem influenciou parte de sua formação antes da busca espiritual.

(V) O príncipe Sidarta pertencia ao clã Shakya, que significa “poder benevolente”.

(F) O clã de Sidarta era descendente de monges budistas.

(V) Sidarta recebeu educação e treinamento militares.

(V) O clã Shakya era composto por guerreiros de uma casta chamada Kshátrias.

24. Kapilavastu é frequentemente mencionada nos relatos sobre a juventude do príncipe Sidarta. Foi nesse ambiente que ele viveu parte importante de sua vida antes de iniciar sua jornada espiritual.

(V) O Bosque de Lumbini foi o local de nascimento do príncipe Sidarta.

(F) Kapilavastu foi um templo construído após a morte do Buda.

(V) A vida de Sidarta em Kapilavastu era cercada de conforto e privilégios.

(F) O budismo ensina que Kapilavastu ficava na China.

25. Em muitos ensinamentos budistas, afirma-se que pessoas agressivas ou de má conduta podem aumentar conflitos quando recebem atenção negativa constante. Por isso, certas situações exigem calma, equilíbrio emocional e sabedoria.

(V) O budismo valoriza a equanimidade diante de provocações.

(V) Ignorar discussões desnecessárias é uma forma de evitar mais conflitos.

(F) O budismo ensina que violência é uma boa resposta para lidar com pessoas difíceis.

(F) A raiva descontrolada é vista como um veneno, mas a ignorância e a ganância não.

26. Após o *parinirvana* do Buda, alguns discípulos se reuniram para preservar seus ensinamentos e organizar a transmissão correta do Dharma para as futuras gerações.

(V) O Primeiro Concílio Budista aconteceu após o *parinirvana* do Buda.

(F) Os discípulos buscavam preservar os ensinamentos budistas só para eles.

(F) O Primeiro Concílio Budista foi realizado por praticantes contrários ao budismo.

(F) O concílio tinha como objetivo corrigir os ensinamentos do Buda.

27. A iluminação do Buda é um dos acontecimentos mais importantes da história do budismo. Segundo a tradição, ela ocorreu após um profundo período de prática e reflexão.

(V) O Buda alcançou a iluminação sob a Árvore Bodhi.

(F) A iluminação ocorreu durante uma batalha militar.

(V) A meditação teve papel importante na busca espiritual do Buda.

(F) O budismo ensina que a iluminação pode ser conquistada com bens materiais

28. Na história da vida do Buda, um de seus seguidores, chamado Devadatta, tinha inveja dele e constantemente tentava prejudicá-lo, na intenção de assumir a liderança da Sanga.

(V) O Buda nos ensina a silenciosamente ignorar pessoas de mau comportamento.

(F) O Buda combateu Devadatta ativamente e derrotou-o militarmente.

(V) Devadatta foi um discípulo do Buda fortemente influenciado por desejos e apegos.

(V) O Buda tinha compaixão por Devadatta e às vezes se escondia dele para evitar conflitos.

29. Para o Buda alcançar a iluminação, ele teve que praticar bastante e superar diversos obstáculos. Para alcançarmos nossos objetivos, também é necessário dedicação e superação constantes.

(V) A prática da meditação foi fundamental para o Buda atingir a iluminação.

(F) O budismo ensina que satisfazer desejos é o caminho para a felicidade duradoura.

(V) O Buda permaneceu inabalável diante dos desafios surgidos em seu caminho.

(V) Para alcançar a iluminação, o Buda superou completamente o desejo, o apego e a insatisfação.

30. As Três Boas atitudes são uma prática constantemente incentivada pelo Venerável Mestre Hsing Yün e pelo Templo Zu Lai. Elas nos ensinam que é possível melhorar a realidade ao nosso redor através das nossas escolhas.

(F) Ter bons pensamentos não é importante, apenas fazer boas ações.

(F) Dizer boas palavras não é tão importante quanto fazer boas ações.

(V) Dizer boas palavras é tão importante quanto fazer boas ações.

(V) Ter bons pensamentos também é uma forma de fazer o bem.

Questões de múltipla escolha | Marque a resposta correta.

31. O budismo ensina que muitas dificuldades humanas surgem da maneira como as pessoas enxergam a si mesmas, os outros e o mundo ao redor. A prática budista procura desenvolver maior clareza mental e atitudes mais conscientes.

Qual alternativa apresenta uma atitude mais próxima dos ensinamentos budistas?

A) Buscar avanços pessoais sem se importar em prejudicar outras pessoas.

B) Agir sempre de acordo com as emoções momentâneas.

C) Desenvolver consciência sobre pensamentos, palavras e ações.

D) Ignorar completamente o sofrimento presente no mundo.

32. O conceito de impermanência mostra que tudo está sujeito a mudanças. Esse ensinamento influencia a maneira como os praticantes budistas lidam com emoções, relações e dificuldades da vida.

Segundo o budismo, compreender a impermanência pode ajudar principalmente a:

A) Aceitar mudanças e reduzir o apego excessivo.

B) Evitar qualquer tipo de relacionamento humano.

C) Eliminar completamente as emoções da mente.

D) Impedir que acontecimentos negativos ocorram.

33. Em diversas tradições budistas, a meditação é utilizada como prática de observação da mente e desenvolvimento da atenção. Essa prática busca ampliar a compreensão sobre pensamentos e emoções.

Qual alternativa descreve melhor um objetivo da meditação budista?

A) Desenvolver concentração, equilíbrio e autoconhecimento.

B) Fugir totalmente da realidade cotidiana.

C) Controlar outras pessoas por meio da mente.

D) Permanecer sem pensamentos durante toda a vida.

34. Os ensinamentos sobre compaixão ocupam lugar importante no budismo. Em muitas histórias budistas, atitudes compassivas aparecem como forma de diminuir o sofrimento e melhorar a convivência entre as pessoas.

Qual situação demonstra melhor o princípio da compaixão?

A) Ignorar pessoas em dificuldade para evitar problemas.

B) Ajudar sem esperar reconhecimento em troca.

C) Criticar constantemente os erros das outras pessoas.

D) Pensar no próprio sucesso primeiro, para depois ajudar os demais.

35. O budismo Mahayana desenvolveu fortemente o ideal do bodisatva, alguém que procura unir sabedoria e compaixão em benefício de todos os seres.

Qual alternativa está mais relacionada ao ideal do bodisatva?

A) Buscar apenas a iluminação para alcançar a libertação plena.

B) Acumular conhecimento para obter méritos e reconhecimento.

C) Ajudar outros seres enquanto desenvolve a própria prática espiritual.

D) Evitar contato com os problemas das outras pessoas para não os agravar.

36. O Nobre Caminho Óctuplo foi ensinado pelo Buda como um conjunto de práticas relacionadas à ética, à mente e à sabedoria. Esses ensinamentos procuram orientar a vida de forma equilibrada.

Qual das alternativas abaixo NÃO é coerente com os ensinamentos do Buda?

A) Fala correta.

B) Agressão correta.

C) Pensamento correto.

D) Ação correta.

37. Alguns ensinamentos budistas afirmam que muitas pessoas sofrem por acreditarem que tudo deve permanecer exatamente igual o tempo todo.

Esse ensinamento está mais relacionado ao conceito de:

- A) Terra Pura.
- B) Joia Tríplice.
- C) Impermanência.**
- D) Parinirvana.

38. O Budismo Humanista procura aproximar os ensinamentos budistas da vida cotidiana, incentivando diversas ações positivas.

Qual alternativa está mais ligada à proposta do Budismo Humanista?

- A) Afastamento da sociedade através de retiros.
- B) Exclusividade religiosa para poucos praticantes.
- C) Valorização apenas de rituais antigos.
- D) Educação, cultura e responsabilidade social.**

39. Após atingir a Iluminação o Buda ensinou sobre os Três Venenos (raiva, ganância e ignorância) como obstáculos importantes para a felicidade e o desenvolvimento das pessoas.

Qual alternativa NÃO relaciona corretamente o veneno ao seu antídoto?

- A) É possível curar a ganância com a riqueza excessiva.**
- B) É possível curar a ignorância com a sabedoria.
- C) É possível curar a raiva com a paciência.
- D) É possível curar a ganância com a generosidade.

40. Os sutras são textos de grande importância para as diferentes tradições budistas e ajudaram a preservar os ensinamentos do Buda ao longo dos séculos.

Qual alternativa apresenta corretamente uma característica dos sutras?

- A) Opinião pessoal fantasiosa.
- B) Ficcional e humorístico.
- C) Ultrapassado e desatualizado.
- D) Ensino para o dia a dia.**

41. As “Quatro Nobres Verdades” são ensinamentos que nos ajudam a compreender a realidade e transcender as aflições. Esses ensinamentos não devem ser contemplados apenas intelectualmente, mas como partes relacionadas da prática budista.

Qual alternativa apresenta corretamente um ensinamento do Buda sobre o sofrimento?

- A) O sofrimento é impermanente e pode ser transformado em felicidade.**
- B) O sofrimento é permanente e não pode ser superado.
- C) O sofrimento não é real, por isso, não precisamos ajudar os outros.
- D) A realidade é apenas sofrimento, por isso, devemos evitar novas responsabilidades.

42. Em muitos ensinamentos budistas, o ciclo de envelhecimento, adoecimento, morte e renascimento são entendidos como partes naturais da existência humana. O objetivo da prática budista não é negar essas experiências, mas compreendê-las profundamente.

Segundo os ensinamentos budistas, compreender esse processo natural da vida ajuda principalmente a:

- A) evitar completamente o sofrimento físico.
- B) alcançar superioridade espiritual sobre os outros.
- C) desenvolver sabedoria e buscar libertação.**
- D) desfazer os vínculos com a sociedade.



43. O conceito de Buda possui significado profundo dentro do budismo. Ele não se refere apenas a uma figura histórica, mas também à realização completa do despertar espiritual.

Qual alternativa descreve corretamente o significado de “Buda”?

A) Um ser divino responsável pelo destino dos seres humanos.

B) Uma figura autoritária que dominava poderes sobrenaturais.

C) Um ser completamente livre das formas de sofrimento e ignorância.

D) Um sábio que alcançou apenas conhecimento intelectual.

44. Em diferentes tradições budistas, ouvir o Dharma é considerado parte importante do desenvolvimento espiritual. Entretanto, o simples contato com ensinamentos não é visto como suficiente para gerar transformação interior.

Segundo os ensinamentos budistas, qual atitude faz parte da maneira correta de aprender o Dharma?

A) Memorizar ensinamentos sem questioná-los para demonstrar respeito.

B) Contemplar e aplicar os ensinamentos na própria vida.

C) Repetir sutras apenas durante cerimônias religiosas.

D) Evitar questionamentos para preservar a tradição.

45. O budismo ensina que todos os seres possuem potencial para desenvolver sabedoria e despertar espiritual. Essa compreensão está relacionada ao conceito de Natureza Búdica.

A expressão “Eu sou Buda”, em muitos ensinamentos budistas, significa principalmente que:

A) algumas pessoas já nascem espiritualmente superiores às outras.

B) posso agir como um buda, falar como um buda e pensar como um buda.

C) apenas monges experientes podem atingir despertar espiritual.

D) o ser humano deve abandonar completamente sua individualidade.

46. A prática budista também pode ser encontrada no momento das refeições. Quando estamos vigilantes aos nossos pensamentos e nossa conduta ao comer, desenvolvemos um olhar de sabedoria e gratidão para com o alimento que entra em nosso corpo e seus efeitos positivos aumentam.

Qual alternativa representa uma forma de praticarmos durante as refeições?

A) considerar o esforço necessário para o cultivo e o preparo de cada alimento.

B) assistir filmes para praticar a plena atenção em várias coisas ao mesmo tempo.

C) valorizar o alimento de acordo com o seu sabor e nossas preferências pessoais.

D) deixar comida no prato quando já estivermos satisfeitos para praticar o desapego.

47. A prática da generosidade no budismo vai além de doações materiais. Muitos ensinamentos afirmam que compartilhar conhecimento, tempo e apoio emocional também são formas importantes de doação.

Qual alternativa representa corretamente as Quatro Generosidades (ou Quatro Doações) dos membros da BLIA?

A) doar dinheiro, alimentos, roupas e medicamentos.

B) oferecer sabedoria, silêncio, disciplina e estudo.

C) dar alegria, confiança, esperança e condições favoráveis.

D) propagar cultura, prosperidade, autoridade e liderança.



48. Os Quatro Grandes Votos aparecem em diferentes tradições Mahayana como compromissos fundamentais do caminho do bodisatva. Eles expressam aspirações relacionadas à libertação dos seres e ao cultivo do Dharma.

Qual alternativa apresenta um tipo de compromisso budista?

A) "Os seres sencientes são inúmeros, faço o voto de salvá-los."

B) "Os bens materiais são ilimitados, faço o voto de acumulá-los."

C) "Os sofrimentos são necessários, faço o voto de aumentá-los."

D) "Os prazeres são infinitos, faço o voto de satisfazê-los."

49. O caminho ensinado pelo Buda é uma prática voltada à transformação da mente, da conduta e da compreensão da realidade. Ele os oferece uma ferramenta importante para a superação das aflições mentais.

Segundo os ensinamentos budistas, quais práticas estão diretamente relacionadas ao caminho do Buda?

A) Atingir um isolamento social permanente.

B) Recitação ritualística sem discernimento ou atividades mentais.

C) Desenvolvimento de bons hábitos, plena atenção e sabedoria.

D) Libertação completa das emoções humanas.

50. O Venerável Mestre Hsing Yün reforça que a impermanência não deve ser vista de maneira pessimista, mas como uma possibilidade maravilhosa.

Qual alternativa representa melhor essa compreensão sobre impermanência?

A) Nada possui importância porque tudo desaparece.

B) Tudo muda, portanto, crescimento e transformação são possíveis.

C) Sofrimento e felicidade permanecem fixos ao longo da vida.

D) A mudança existe apenas no mundo material.

51. O Budismo Humanista procura propagar os ensinamentos do Buda baseando-se no que é belo, virtuoso, necessário aos seres humanos e que purifica.

Qual alternativa representa corretamente uma característica do Budismo Humanista?

A) Separar prática espiritual e vida social.

B) Aplicar o Dharma na vida cotidiana.

C) Manter as tradições sem se deixar influenciar por necessidades atuais.

D) Defender o caminho monástico como a prática mais ideal.

52. Os ensinamentos budistas esclarecem que os fenômenos surgem e desaparecem de acordo com inúmeras causas e condições. Assim como uma semente, para brotar, precisa de terra, água e luz solar para, no tempo adequado, gerar frutos.

Esse conceito permite compreender que:

A) tudo já está predeterminado, por isso praticar não adianta.

B) nossos resultados não têm nenhuma relação com o nosso esforço.

C) nossas ações produzem efeitos e influenciam os outros ao redor.

D) nossas ações produzem efeitos apenas sobre nós mesmos.

53. Os Cinco Preceitos são apresentados como orientações éticas fundamentais para praticantes leigos. Seu propósito principal não é punição, mas desenvolvimento de consciência e responsabilidade.

Segundo os ensinamentos budistas, o princípio central dos preceitos está mais relacionado a:

A) evitar violar ou prejudicar outros seres.

B) obedecer a regras religiosas com fé e sem questionamento.

C) limitar comportamentos através do medo de consequências negativas.

D) buscar cultivar méritos e recompensas espirituais futuras.

54. A prática da paciência possui importância central no caminho do bodisatva. Alguns ensinamentos budistas descrevem diferentes níveis de paciência relacionados ao desenvolvimento espiritual.

Qual alternativa NÃO representa corretamente um dos níveis tradicionais de paciência?

- A) Paciência comum.
- B) Paciência de Darma.
- C) Paciência dos darmas não surgidos.
- D) Paciência da submissão absoluta.**

45. A cerimônia de Refúgio na Joia Tríplice marca um compromisso espiritual importante dentro do budismo. Ela representa confiança em princípios considerados fundamentais para o desenvolvimento da prática.

Tomar Refúgio significa buscar orientação e abrigar-se principalmente em:

- A) práticas ascéticas, meditação e silêncio.
- B) templos, mestres e rituais sagrados.
- C) Buda, Darma e Sanga.**
- D) disciplina, preceitos e sabedoria.

56. Alguns ensinamentos budistas afirmam que Nirvana não deve ser entendido como um lugar físico, mas como um estado relacionado à libertação das aflições mentais.

Segundo os ensinamentos budistas, Nirvana está mais relacionado a:

- A) eliminação da ganância, raiva e ignorância.**
- B) permanência eterna em um paraíso celestial.
- C) domínio sobrenatural sobre nascimento e morte.
- D) abandono completo da consciência individual.

57. O Budismo Humanista enfatiza atitudes concretas voltadas ao benefício social e ao desenvolvimento de relações humanas mais harmoniosas.

As “Três Boas Atitudes” podem ser relacionados principalmente a:

- A) Fala Correta, Ação Correta, Pensamento Correto.**
- B) copiar os *Sutras*, estudar o *Abdharma*, obedecer ao *Vinaya*.
- C) doar recursos materiais, construir templos e realizar cerimônias.
- D) seguir mestres, praticar austeridades e corrigir os outros.

58. Para a prática budista, o espírito de arrependimento não deve ser entendido apenas como culpa, mas como capacidade de reconhecer limitações e transformar atitudes equivocadas, influenciando até o nosso próprio carma.

Qual alternativa apresenta uma compreensão INCORRETA sobre o arrependimento no budismo?

- A) Pode incentivar autotransformação e esforço espiritual.
- B) Ajuda a desenvolver reflexão sobre as próprias ações.
- C) Deve servir como um instrumento de punição.**
- D) Pode estimular crescimento moral e consciência ética.

59. Os ensinamentos budistas afirmam que a mente humana pode ser influenciada por estados mentais que dificultam clareza, equilíbrio e sabedoria. Esses estados são chamados de “Três Venenos”.

Qual alternativa apresenta corretamente esses três estados?

- A) medo, tristeza e ansiedade.
- B) orgulho, sofrimento e desejo.
- C) ganância, raiva e ignorância.**
- D) apego, orgulho e insegurança.

60. Em diferentes tradições do budismo Mahayana, os bodisatvas simbolizam qualidades espirituais consideradas essenciais no caminho do despertar. Os ensinamentos a respeito deles visam encorajar os praticantes a também buscarem fazer o bem em benefício de todos os seres.

Qual alternativa apresenta corretamente as virtudes de um bodisatva?

- A) equanimidade — diligência.
- B) vaidade — bondade.
- C) agressividade — autoestima.
- D) paciência — preguiça.

Preencha as lacunas e complete os textos.

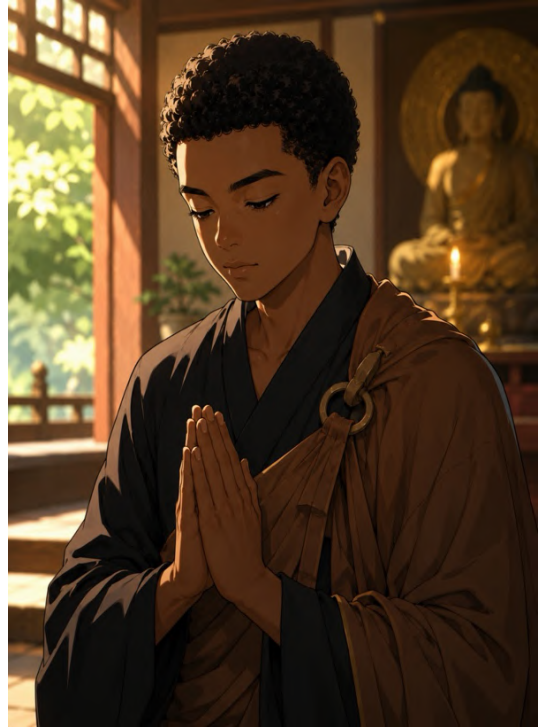
61. Na Escola [Terra Pura](#), a [prática](#) não se limita a imaginar um lugar distante, mas envolve cultivar [fé](#), concentração e aspiração espiritual. Essa escola propõe a concentração no [Buda Amita-bha](#) e a recitação de seu [nome](#) com a esperança de [renascer](#) em sua Terra Pura. Essa prática ajuda o praticante a orientar a mente para o bem, a [compaixão](#) e a sabedoria, em acordo com os ensinamentos do [Buda Shakyamuni](#), em vez de se deixar dominar pela dispersão. A [recitação](#) pode ser feita em diferentes momentos, inclusive mentalmente, pois o mais importante é manter atenção, sinceridade e [continuidade](#) nas práticas.



62. Os discípulos do Buda [Shakyamuni](#) ficaram conhecidos por diferentes qualidades espirituais e intelectuais, sendo frequentemente citados em [sutras](#) e relatos históricos do budismo primitivo. [Ananda](#) tornou-se especialmente reconhecido por sua extraordinária [memória](#) e capacidade de preservar os ensinamentos, desempenhando papel fundamental para a propagação do budismo. Já [Rahula](#) era [filho](#) do próprio Buda, destacou-se pela dedicação à prática introspectiva.



63. Os [Cinco Preceitos](#) não devem ser entendidos como [correntes](#) que limitam a [liberdade](#), mas como [orientações](#) que ajudam o praticante a evitar ações [destrutivas](#). Todos os preceitos podem ser resumidos no princípio de não [violar](#) os outros seres. Assim, [abster-se](#) de matar, roubar, mentir, ter má conduta sexual e consumir substâncias que perturbem a mente não representa simples [obediência](#) religiosa, mas desenvolvimento gradual de [responsabilidade](#) e equilíbrio interior. Quando praticados corretamente, os preceitos fortalecem a [autodisciplina](#), preservam a clareza da mente e ajudam o praticante a manter maior lucidez diante das próprias emoções, desejos e impulsos.



64. O conceito de [Nirvana](#) ocupa posição central no [budismo](#) e está relacionado à libertação das aflições mentais que mantêm os seres presos às [aflições](#). Entre essas aflições estão a ganância, a raiva e a ignorância, consideradas [raízes](#) de muitos conflitos humanos, também conhecidas como os [Três Venenos](#). Diferentemente da ideia de um paraíso, Nirvana refere-se a um estado de profunda liberdade interior e cessação das contaminações mentais. Já o termo [Parinirvana](#) é utilizado para indicar o momento do [fim](#) da vida física de um [Buda](#) plenamente desperto, que transcendeu completamente o [ciclo](#) de nascimento e morte conhecido como [Samsara](#).



65. As [Seis Paramitas](#) são [práticas](#) fundamentais do caminho do [bodisatva](#) no budismo [Mahayana](#). Elas incluem a generosidade, os [preceitos](#), paciência, [diligência](#), meditação e sabedoria [prajnã](#), funcionando como meios para desenvolver equilíbrio interior e beneficiar todos os seres. A generosidade não se limita a bens materiais, podendo incluir tempo, incentivo, conhecimento e apoio emocional. A [paciência](#), por sua vez, não significa passividade, mas capacidade de manter estabilidade diante das dificuldades e provocações. Essas práticas procuram reduzir o [apego](#) ao “eu” e aproximar o praticante da mente compassiva do bodisatva, voltada ao despertar e a [libertação](#) de todos os seres.



66. Os **Três Selos** do Dharma são **ensinamentos** considerados fundamentais para identificar aquilo que está de acordo com a visão budista da realidade. O primeiro selo afirma que todos os fenômenos condicionados são **impermanentes** (*anitya*), pois surgem e desaparecem continuamente de acordo com **causas e condições**. O segundo selo ensina que todos os **fenômenos** existentes são caracterizados pela ausência de um “eu” fixo e permanente, princípio chamado de **não-eu** (*anātman*). Isso significa que os seres e fenômenos não possuem existência independente e imutável. O terceiro selo afirma que o **Nirvana** é caracterizado por uma quietude inabalável e pela libertação das **aflições mentais**. Esses ensinamentos procuram desenvolver compreensão profunda sobre a **existência**, o apego e o **caminho** da libertação espiritual.



67. Os **Quatro Grandes Votos** representam **compromissos** espirituais voltados ao benefício coletivo e o despertar da mente **bodhi**. O primeiro voto afirma: “Os **seres sencientes** são incontáveis, faço o voto de **libertá-los**”, demonstrando o compromisso de ajudar sem distinção. O segundo voto declara: “As **aflições** são inesgotáveis, faço o voto de **extingui-las**”, enfatizando a necessidade de superar ignorância, apego e raiva. O terceiro voto ensina: “Os **ensinamentos** do Dharma são ilimitados, faço o voto de **aprendê-los**”, incentivando o estudo contínuo dos ensinamentos budistas. Já o quarto voto afirma: “O **caminho** do Buda é supremo, faço o voto de **seguir-lo**”, mostrando a aspiração de alcançar o despertar completo. Esses votos não devem ser apenas **recitados** mecanicamente, mas **aplicados** no cotidiano com perseverança, sabedoria e compaixão.



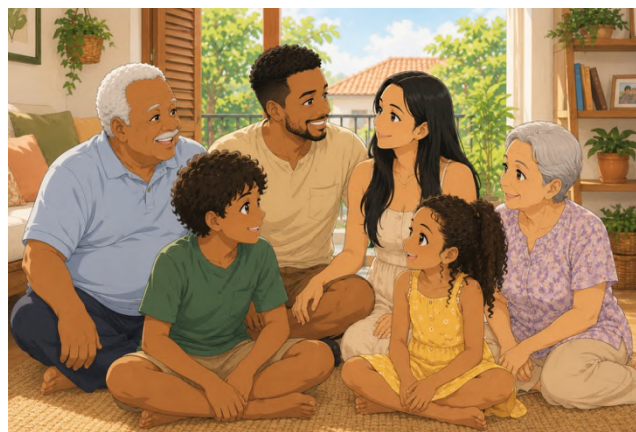
68. Na época do Buda, homens e mulheres que **renunciavam** a vida comum para dedicar-se ao caminho espiritual ingressavam na **Sanga**, a comunidade **monástica** budista. Os **monges** eram chamados de *bhikshus*, termo em **sânscrito** que significa literalmente “pedinte” ou “mendicante religioso”, pois dependiam das **oferendas** recebidas durante as rondas de **mendicância** para sobreviver. As mulheres monásticas eram chamadas de *bhikshunis*. A vida monástica envolvia estudo, preservação dos **preceitos**, meditação e disciplina interior. O Buda ensinava que o verdadeiro valor de um **praticante** não dependia de riqueza, nascimento ou posição social, mas da sinceridade no cultivo espiritual, da compaixão e da capacidade de beneficiar todos os seres sencientes através da **prática correta**.



69. O Sutra Surangama narra que dentre os [discípulos](#) do Buda, [Ananda](#) era conhecido por sua beleza, inteligência e extraordinária memória. Certo dia, enquanto realizava sua ronda de [mendicância](#), encontrou uma jovem chamada [Matangi](#), pertencente à casta dos [intocáveis](#), tirando água de um poço. Mesmo sabendo da posição social dela, Ananda pediu-lhe água sem demonstrar qualquer desprezo, afirmando que, para um monge, todos os seres são iguais. A gentileza e o respeito de [Ananda](#) tocaram profundamente [Matangi](#), que passou a nutrir grande apego e admiração por ele. Mais tarde, influenciada pela mãe, ela tentou aproximar-se de [Ananda](#) e fazê-lo abandonar seus [votos monásticos](#). Contudo, após intenso conflito entre emoção e razão, Ananda procurou ajuda do [Buda](#). O Buda ensinou que o apego nasce da [ignorância](#), dos desejos e das ilusões da mente, e conduziu Matangi ao caminho da prática espiritual. Após ordenar-se, ela passou a estudar o [Darma](#), arrependeu-se de seus antigos desejos e desenvolveu profunda sabedoria, tornando-se exemplo de transformação espiritual e igualdade dentro da [Sanga](#).



70. Os [Seis Pontos](#) da Respeitosa [Harmonia](#) ensinam formas de construir uma [convivência](#) pacífica na Sanga e também em famílias, grupos, escolas e na [sociedade](#). O primeiro é a harmonia entre os [pontos de vista](#), por meio do entendimento compartilhado, pois pessoas com visões totalmente conflitantes dificilmente trabalham bem juntas. O segundo é a harmonia [moral](#), por meio de preceitos compartilhados, sem privilégios especiais. O terceiro é a harmonia [econômica](#), com compartilhamento igualitário dos recursos necessários. O quarto é a harmonia [mental](#), alcançada pela felicidade compartilhada, pela cortesia e pelo respeito. O quinto é a harmonia [verbal](#), evitando discussões e usando palavras que favoreçam a convivência. O sexto é a harmonia [física](#), vivendo juntos em comunidade de modo respeitoso. Quando praticados, esses pontos reduzem conflitos e ajudam a construir um mundo mais estável e harmonioso.



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.
- Joia Tríplice:** Os três refúgios do budismo: Buda, Darma e Sanga.
- Tomar Refúgio:** Compromisso espiritual de seguir os ensinamentos budistas.
- Cinco Preceitos:** Orientações éticas do budismo para ajudar as pessoas a viver de forma correta e consciente.
- Māra:** Figura simbólica que representa ilusões, distrações e obstáculos espirituais.
- Árvore Bodhi:** Árvore sob a qual o Buda alcançou a iluminação.
- Bodhi:** Palavra que significa “despertar” ou “iluminação”.
- Chan:** Tradição budista que enfatiza meditação e observação da mente.
- Amitabha:** Buda associado à tradição da Terra Pura.
- Parinirvana:** Momento da morte final do Buda após alcançar completa libertação.
- Fo Guang Shan:** Ordem budista fundada pelo Venerável Mestre Hsing Yün, ligada ao Budismo Humanista; significa Montanha da Luz de Buda em chinês.