

O PROBLEMA DO CAPACITISMO CONTRA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA INTELECTUAL: UMA PERSPECTIVA BUDISTA

THE ISSUE OF ABLEISM AGAINST PEOPLE WITH INTELLECTUAL DISABILITIES:
A BUDDHIST PERSPECTIVE

EL PROBLEMA DEL CAPACITISMO CONTRA LAS PERSONAS CON
DISCAPACIDAD INTELECTUAL: UNA PERSPECTIVA BUDISTA

Magda Loureiro Motta Chinaglia

- Doutora em Medicina pela Unicamp e Especialista em Ginecologia e Obstetrícia pela Federação Brasileira das Sociedades de Ginecologia e Obstetrícia (FEBRASGO, 2000), é Professora no Instituto Pramãna.
- E-mail: magda.chinaglia@gmail.com

Maximiliano Augusto Sawaya

- Mestre em Ciências da Religião pela UMEESP, é Professor no Instituto Pramãna.
- E-mail: maxsawaya@gmail.com

RESUMO

O estigma, a discriminação e a exclusão social contra pessoas com deficiência intelectual ainda são um desafio para a sociedade brasileira. Apesar das leis e ações afirmativas que vêm sendo implementadas, pessoas com deficiência intelectual têm acesso mais limitado a oportunidades de trabalho, educação e aos serviços de saúde, e são mais vulneráveis a riscos significativos de morte precoce, violência e suicídio, entre outros. O budismo indiano é rico de relatos de como as comunidades budistas lidavam com pessoas com deficiência, sendo um dos exemplos mais inspiradores a história do Arhat Cūḍapanthaka, que foi cuidado pessoalmente pelo Buda histórico. Por meio de pesquisa bibliográfica e documental, apresentaremos a visão do budismo Mahāyāna sobre a deficiência intelectual e refletiremos sobre ensinamentos budistas extraídos da história do Arhat Cūḍapanthaka que podem ser aplicados ao contexto da deficiência intelectual como ferramentas para desconstruir o capacitismo contra essas pessoas.

Palavras-chave: Budismo; deficiência intelectual; compaixão; bodhicitta

ABSTRACT

Stigma, discrimination, and social exclusion against individuals with intellectual disabilities remain significant challenges in Brazilian society. Despite the implementation of laws and affirmative actions, people with intellectual disabilities still face limited access to employment, education, and healthcare services, and are more vulnerable to serious risks such as premature death, violence, and suicide, among others. Indian Buddhism offers a rich tradition of accounts detailing how Buddhist communities engaged with individuals with disabilities. One of the most inspiring examples is the story of Arhat Cūḍapanthaka, who received personal care from the historical Buddha. Through bibliographic and documentary research, this paper presents the Mahāyāna Buddhist perspective on intellectual disability and reflects on Buddhist teachings drawn from the story of Arhat Cūḍapanthaka that may serve as tools to deconstruct ableism toward individuals with intellectual disabilities.

Keywords: Buddhism; intellectual disability; compassion; bodhicitta

RESUMEN

El estigma, la discriminación y la exclusión social hacia las personas con discapacidad intelectual siguen siendo un desafío para la sociedad brasileña. A pesar de las leyes y acciones afirmativas que se han venido implementando, las personas con discapacidad intelectual tienen un acceso más limitado a oportunidades de empleo, educación y servicios de salud, y son más vulnerables a riesgos significativos como la muerte prematura, la violencia y el suicidio, entre otros. El budismo indiano es rico en relatos sobre cómo las comunidades budistas se relacionaban con personas con discapacidad, siendo uno de los ejemplos más inspiradores la historia del Arhat Cūḍapanthaka, quien fue cuidado personalmente por el Buda histórico. A través de una investigación bibliográfica y documental, presentaremos la visión del budismo Mahāyāna sobre la discapacidad intelectual y reflexionaremos sobre enseñanzas budistas extraídas de la historia del Arhat Cūḍapanthaka que pueden aplicarse al contexto de la discapacidad intelectual como herramientas para desconstruir el capacitismo hacia estas personas.

Palabras clave: Budismo; discapacidad intelectual; compasión; bodhicitta

INTRODUÇÃO

De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2022), 1,2% da população brasileira com 2 anos de idade ou mais tem deficiência intelectual no Brasil; isso corresponde a um contingente de aproximadamente 2.500.000 pessoas. As vulnerabilidades que essas pessoas enfrentam no seu dia a dia em todas as esferas, seja familiar, escolar, profissional ou social, são imensas e refletem o enorme desafio que representa a garantia de suas necessidades, direitos e dignidade no país.

A Lei Brasileira de Inclusão (LBI) estabelece, no seu artigo 4º, que “toda pessoa com deficiência tem direito à igualdade de oportunidades como as demais pessoas e não sofrerá nenhuma espécie de discriminação” (Presidência da República, 2015). Não obstante os avanços legislativos bem como os esforços empreendidos para a efetivação dos direitos, a discriminação e o estigma social permanecem como obstáculos significativos enfrentados pelas pessoas com deficiência, configurando manifestações de capacitismo.

Desse modo, apesar do extenso aparato legal vigente no país e das recentes políticas e ações afirmativas para proteção das pessoas com deficiência intelectual, o preconceito, o estigma, a depreciação e a exclusão social ocorrem em diferentes ambientes, sendo causa de intenso sofrimento para essas pessoas (Bernardes, Liliane Cristina Gonçalves, pp. 11-12). Consequentemente, essas pessoas estão mais expostas à inúmeros riscos tais como depressão, violência, abuso sexual, morte prematura, entre outras (WHO – World Health Organization, 2011, p. 59-60).

Diante desse contexto, a finalidade deste estudo é apresentar alguns aspectos da percepção do budismo Mahāyāna em relação aos desafios associados à condição de deficiência intelectual tomando como inspiração a história do Arhat Cūḍapanthaka. Ademais, propõe-se refletir, à luz da perspectiva budista do sistema Mahāyāna, sobre alguns elementos que podem contribuir para a mudança de concepções capacitistas que afetam pessoas com essa condição.

DEFICIÊNCIA INTELECTUAL E CAPACITISMO: VULNERABILIDADES E DESAFIOS NO BRASIL

A American Association on Intellectual and Developmental Disabilities (AAIDD), a American Psychiatric Association e a Organização Mundial da Saúde (OMS) estabelecem três elementos essenciais que devem estar presentes para confirmar a condição de deficiência intelectual: limitações substanciais da função intelectual, limitações substanciais do comportamento adaptativo e início durante o período de desenvolvimento (AAIDD, 2025). A partir desses critérios, a AAIDD define deficiência intelectual como “uma condição caracterizada por limitações significativas, tanto na função intelectual (inteligência) como no comportamento adaptativo, que começa antes dos 22 anos de idade”. Ademais, a AAIDD utiliza, como critério de mensuração da inteligência o teste de coeficiente de inteligência (QI) e indica o escore em torno de 70-75 como indicativo de limitação significativa da função intelectual (AAIDD, 2025).

Entretanto, os critérios exclusivamente biomédicos descritos acima necessariamente impõem uma visão reducionista sobre pessoas com deficiência intelectual, uma vez que não levam em consideração as interseccionalidades que definem sua identidade social, tais como gênero, raça/etnia, classe econômica etc. (Crenshaw, Kimberlé, 2022, p.177). A negligência desses fatores contribui para a invisibilização dessas pessoas ou para sua rotulação como um “problema” social, uma vez que são reconhecidas unicamente por suas limitações cognitivas. Neste sentido, pode-se afirmar que a maneira como as pessoas com deficiência são vistas é diretamente relacionada com as expectativas que a sociedade tem em relação a elas (Mutz, Kirsti D. 2015, p.7).

Um dos principais instrumentos normativos voltados para a garantia dos direitos dessa população a nível global é a Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência que, no Brasil, foi incorporada com a forma da lei nº 13.146, de 6 de julho de 2015, que instituiu a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência, conhecida também como Estatuto da Pessoa com Deficiência. Esta lei estabelece no Capítulo II, artigos 4 e 5:

Art. 4º Toda pessoa com deficiência tem direito à igualdade de oportunidades com as demais pessoas e não sofrerá nenhuma espécie de discriminação. Parágrafo 1º Considera-se discriminação em razão da deficiência toda forma de distinção, restrição ou exclusão, por ação ou omissão, que tenha o propósito ou o efeito de prejudicar, impedir ou anular o reconhecimento ou o exercício dos direitos e das liberdades fundamentais de pessoa com deficiência, incluindo a recusa de adaptações razoáveis e de fornecimento de tecnologias assistivas.

Art. 5º A pessoa com deficiência será protegida de toda forma de negligência, discriminação, exploração, violência, tortura, crueldade, opressão e tratamento desumano ou degradante (Presidência da República, 2015).

Mesmo diante do arcabouço legal vigente e das iniciativas voltadas à sua efetivação, as pessoas com deficiência continuam expostas a um risco elevado de vivenciar múltiplas formas de discriminação, caracterizando o capacitismo. Em termos mais gerais, capacitismo pode ser definido como “a discriminação ocorrida por meio de determinados tratamentos, formas de comunicação, práticas, barreiras físicas e arquitetônicas que impedem o pleno exercício da cidadania das pessoas com deficiência” (BRASA – Brasil, Saúde e Ação, 2024).

O capacitismo está arraigado na cultura brasileira, tal como o racismo, o sexismo e a discriminação contra a população LGBTQIAPN+; por exemplo, é uma atitude capacitista presumir que uma pessoa com deficiência é incapaz de realizar qualquer atividade que as pessoas ditas “normais” realizam (Agência Brasil, 2021). Ao serem tratadas como incapazes, abrem-se as portas para a discriminação dessas pessoas (Borges, Cleyton Wenceslau et al, 2020, p.14). Segundo Liliane Cristina Gonçalves Bernardes (2024, p. 12), “o estigma e o capacitismo estão, portanto, profundamente interligados, reforçando-se mutuamente em um ciclo prejudicial. O estigma que envolve atitudes negativas e estereótipos, reflete um sistema de crenças capacitistas, no qual as pessoas com deficiência são vistas de modo depreciativo ou como inferiores”.

De fato, os estudos têm demonstrado que as vulnerabilidades e riscos aos quais essas pessoas estão expostas relacionam-se muito mais com questões mais amplas do que a própria condição em si. A Organização Mundial da Saúde (OMS) destaca, por exemplo, que o risco de ocorrência de condições como hipertensão arterial, doença cardiovascular, diabetes mellitus, doença de Alzheimer, demência e osteoporose, assim como sinais de envelhecimento prematuro, é mais elevado em adultos com deficiência de desenvolvimento (WHO – World Health Organization, 2011, p.59).

Com relação à mortalidade, grandes estudos populacionais internacionais têm demonstrado que pessoas com dificuldade de aprendizagem e com distúrbios mentais apresentam menor expectativa de vida, uma constatação que é atribuída principalmente às desigualdades de acesso a serviços de saúde (WHO – World Health Organization, 2011, p.59). Por exemplo, um estudo prospectivo realizado na Dinamarca e publicado em 2024 acompanhou 57.663 pessoas com deficiência intelectual para comparar as causas de mortalidade dessa população comparados com um grupo controle de 607.097 pessoas. Este estudo revelou resultados muito significativos a respeito da mortalidade de pessoas com deficiência; as taxas de mortalidade foram mais elevadas entre pessoas com deficiência intelectual para todas as causas, sendo que mais da metade das mortes (58%) nessa população foram classificadas como evitáveis. E quais foram as possíveis razões para esses achados? De um lado, os autores atribuíram às desigualdades de acesso dessas pessoas aos serviços de promoção e atenção à saúde e, de outro lado, à visão distorcida de profissionais de saúde em relação ao trato com essas pessoas (Thygesen, Lau Caspar et al, 2024, pp. 1227-1228).

Assim, fica muito claro que as vulnerabilidades dessas pessoas se expandem para muito além da deficiência em si, e apontam diretamente para o estigma e a discriminação que as atingem não apenas nos serviços de saúde, mas em todos os segmentos da sociedade. De fato, trata-se de um grave problema de saúde pública e de violação de direitos humanos, refletindo o enorme desafio para garantir as necessidades, direitos e dignidade dessas pessoas (Borges, Cleyton Wenceslau et al, 2020, p.14).

Em geral, pessoas com deficiência são expostas 4 a 10 vezes mais à violência e ao abuso, sendo que o abuso sexual é mais frequente entre pessoas com deficiência intelectual (Starke, Mikaela; Larsson, Anneli & Punzi, Elisabeth, 2024,

p. 2; WHO – World Health Organization, 2011, p.59). No Brasil, as pessoas com transtornos mentais estão entre as mais expostas à violência, apresentando as taxas mais elevadas em todas as suas categorias, segundo dados do Atlas da Violência (2024).

O abuso sexual exige uma observação ainda mais atenta, por suas nuances de intersecção com gênero. De acordo com esse mesmo documento, violência sexual foi o tipo de violência mais registrada entre grupos com pessoas com deficiência intelectual (37% dos registros), tendo as mulheres na faixa de 10 a 19 anos como grupo prioritário de exposição a este tipo de violência (Cerqueira, Daniel et al, 2024, p.76). Por outro lado, os dados nacionais sobre gravidez resultante de violência especificamente nessa população são muito limitados, quase inexistentes. Entretanto, um estudo conduzido no Hospital Perola Byington lança uma luz sobre a complexidade e a gravidade do problema. Nesse estudo, gestantes com idade maior ou igual a 14 anos que recorreram ao serviço com solicitação de aborto legal foram comparadas segundo dois grupos: 88 gestantes com deficiência intelectual e 1390 gestantes sem deficiência intelectual. Os dados mostraram que a busca pelo aborto foi mais tardia e o crime sexual perpetrado por um parente foi mais frequente nas gestantes com deficiência intelectual (Santana, Walkyria Almeida et al, 2025, p. VII).

O *bullying*¹ é outra forma de violência comum; estudos têm demonstrado que crianças e adolescentes com deficiência intelectual estão entre as vítimas frequentes do *bullying* escolar (Fang, Zuyi et. al, 2022). Embora aqui também haja uma lacuna de estatísticas nacionais, dados da pesquisa nacional sobre o *bullying* no ambiente escolar realizada com uma amostra de 1170 estudantes LGBTQIAPN+ revelaram que quase 70 por cento dos entrevistados mencionaram ter visto alguém da escola sofrer *bullying* ou algum tipo de agressão verbal por ser pessoa com deficiência. (Aliança Nacional LGBTI+, 2024, p. 42). Portanto, para crianças, adolescentes e adultos com deficiência intelectual a escola, ao invés de ser um ambiente de acolhimento, muitas vezes torna-se um espaço hostil, contribuindo para seu adoecimento e facilitando a evasão escolar.

Na raiz da violência voltada a pessoas com deficiência intelectual está as desigualdades de poder, na qual indivíduos sem deficiência, ao interagirem com pessoas com deficiência, abusam de sua fragilidade deixando-as susceptíveis à violência. Um caso recente é bem ilustrativo, no qual um professor de educação física que agrediu com uma rasteira, sem nenhum motivo aparente, um estudante de 11 anos com TEA (transtorno do espectro autista)² (Globo, 2025). Outros fatores são as interseccionalidades, como já mencionado, e a exclusão social (Cerqueira, Daniel et al, 2024, p. 58).

O estigma e a discriminação também se desdobram no risco, talvez de percepção mais sutil, mas igualmente grave, de ideação e tentativa de suicídio. Ainda que o suicídio seja considerado raro em pessoas com deficiência intelectual porque requer a necessidade de capacidade e vontade para tomar a decisão e concluir a ação, há risco aumentado para pensamentos e tentativas suicidas, principalmente em função da solidão e do isolamento social (Costa, Júlia Ondrusch de Moraes et al., 2021, p. 112491). No Brasil, dados do Ministério da Saúde sobre suicídios e lesões autoprovocadas indicaram que, no período de 2010 a 2021, houve o registro de 3.575 pessoas com deficiências; destas, mais da metade, 1.622 pessoas, tinham deficiência intelectual (Ministério da Saúde, 2024, p. 10).

Finalmente, os desafios e dificuldades no campo do trabalho; em 1991, com a lei 8213/91, conhecida como Lei de Cotas, o Brasil tornou compulsória a contratação de pessoas com deficiência. Esta lei obriga as empresas com mais de 100 funcionários a reservarem dois a cinco por cento das vagas de contratação para pessoas com deficiência (Morais, Karine Helena, 2017, p. 2). Todavia, por mais que existam leis que legitimam o direito ao trabalho para pessoas com deficiência, bem como os processos de fiscalização e de capacitação desses profissionais, Karine Helena Moraes (2017) aponta que a inserção dessas pessoas no mercado de trabalho, assim como sua permanência, ainda é insatisfatória. O relato de um jovem com TEA (transtorno do espectro autista) exemplifica essa dificuldade: “normalmente me consideram estranho para as vagas gerais e normal demais para os cargos PCD” (Carvalho, Rone 2025). As pessoas com deficiência intelectual ainda lutam pela igualdade de oportunidades e pelo reconhecimento de suas competências profissionais.

1 Intimidação sistemática, por meio de violência física ou simbólica, por meio de atos de intimidação, humilhação ou discriminação”. ALIANÇA NACIONAL LGBTI+ 2024, p.15.

2 Pessoas com transtorno do espectro autista (TEA) são consideradas como alguém com deficiência para todos os efeitos legais, segundo a lei 12.764/12. Fonte: PRESIDÊNCIA DA REPÚBLICA, 2012.

Este artigo não se propõe a examinar estratégias, ações ou desafios inerentes às políticas públicas voltadas ao enfrentamento do estigma e da discriminação contra pessoas com deficiência intelectual. Nosso foco é abordar o problema a partir da perspectiva do budismo Mahāyāna, destacando aspectos doutrinários dessa tradição que possam oferecer subsídios teóricos e reflexivos capazes de auxiliar no debate para o reconhecimento das potencialidades das pessoas com deficiência intelectual, visando promover sua valorização e inclusão social. Para isso, adotaremos como ponto de partida a inspiradora história do monge budista indiano Cūḍapanthaka, que viveu na época do Buda histórico e que, apesar da deficiência intelectual, alcançou um dos mais elevados graus de cognição possíveis da mente humana, o estado de Arhat³.

A HISTÓRIA DE CŪḌAPANTHAKA: O MONGE BUDISTA INCAPAZ DE MEMORIZAR AS NORMAS DE DISCIPLINA MORAL QUE ALCANÇOU O ESTADO DE ARHAT

Cūḍapanthaka. (P. Cūlapanthaka/Cullapantha; T. Lam phran bstan; C. Zhutubantuojia) foi um eminente Arhat que, segundo fontes em Pāli, foi um dos principais discípulos do Buda.

A história do Arhat Cūḍapanthaka é relatada em diversos textos do cânone budista. De acordo com o Mahāprajñāpāramitā śāstra (Chödrön, Karma Migme, 2001), Cūḍapanthaka e seu irmão, Mahāpanthaka, nasceram da união de uma jovem rica de Rājagrha, na Índia, e um escravo. Foram criados pelos avós e abraçaram a fé budista, tendo ingressado na comunidade monástica. Seu irmão era responsável por sua instrução religiosa, mas Cūḍapanthaka era tão obtuso que foi incapaz de memorizar um único verso das regras do Vinaya, o código budista de conduta moral. Desse modo, ao perceber a dificuldade do monge Cūḍapanthaka para entender e memorizar as regras de conduta moral do monastério, seu irmão decidiu expulsá-lo da vida monástica.

Ao ser expulso do monastério, foi acolhido pelo Buda. Na versão contada pelo Ekottarikāgama (Webb, Nola, 2014, s/p.), ao ver o estado de desespero de Cūḍapanthaka o Buda o acolheu dizendo: “Não tenha medo, monge, eu cuidarei para que você alcance a Suprema, Plena e Completa Iluminação; você não se iluminará por causa de seu irmão mais velho, Panthaka”. Tomando-o pela mão, levou-o de volta ao monastério, entregou-lhe uma vassoura de bambu e pediu que ele pronunciasse o nome do objeto. De início, Cūḍapanthaka conseguiu pronunciar “bambu”, mas não conseguia lembrar a palavra “vassoura”. E, quando conseguia pronunciar “vassoura”, esquecia a palavra “bambu”. Contudo, ele continuou repetindo “vassoura de bambu” por vários dias e, com o tempo, os erros de sua pronúncia desapareceram e ele começou a refletir:

“O que significa essa remoção? E o que são os defeitos? Por exemplo, há um defeito quando há sujeira em um telhado de ardósia, e remover a sujeira traz limpeza.” Mais uma vez, um pensamento lhe ocorreu: “Por que o Exaltado me deu essa lição? Agora devo refletir sobre isso.” Essa linha de raciocínio o levou a pensar ainda mais: “Também há impurezas no meu próprio corpo; eu sou um exemplo vivo disso. O que significa remover essas impurezas? O que são essas impurezas?” Então ele refletiu: “As impurezas são os grilhões das contaminações mentais, e removê-las corresponde à compreensão do conhecimento. Agora sou capaz de varrer essas impurezas mentais com a vassoura da sabedoria.” Após esses pensamentos, o Venerável Cūḍapanthaka refletiu sabiamente sobre os cinco agregados do apego, contemplando seu surgimento e desaparecimento: “Isto é a forma; este é seu surgimento e sua cessação. Esta é a sensação... esta é a percepção... estas são as formações mentais... e esta é a consciência, seu surgimento e sua cessação.” Ao refletir sabiamente sobre os cinco agregados do apego, sua mente libertou-se das influências nocivas do desejo, do apego à existência e da ignorância. Ao realizar a suprema libertação, ele alcançou o conhecimento dessa libertação e compreendeu, de acordo com a realidade: “O ciclo de nascimento e morte chegou ao fim, a vida santa foi vivida, o que precisava ser feito foi feito, e não haverá mais renascimento...” (Webb, Nola, 2014, s/p.).

3 Arhat: Segundo a tradição budista, aquele que é digno de veneração, ou aquele que conquistou os inimigos, as aflições mentais e alcançou a libertação do ciclo de renascimento e sofrimento. É o quarto e mais elevado dos quatro frutos alcançados pelos *śrāvakas*. Também é usado como um epíteto do Buda. Gyaltsen, Ngawang Rinchen; Stenzel, Julia; Gyaltsen, Tsewang. 84.000, 2025, p.26.

Desse modo, ao realizar a simples tarefa de varrer o chão com uma vassoura de bambu, Cūḍapanthaka percebeu que remover o pó significava remover as impurezas mentais, desejo (*rāga*), ódio (*dveṣa*) e ignorância (*moha*)⁴. Imediatamente, todas as suas aflições foram extintas, e ele atingiu o estado de Arhat, ou seja, ele venceu o *saṃsāra*, o ciclo de nascimento e morte, e alcançou a paz definitiva (*nirvāṇa*)⁵.

Um episódio envolvendo Cūḍapanthaka descrito nos textos relata o seguinte: no dia em que ele se tornou arhat, o médico pessoal do Buda, Jīvaka, o convidou juntamente com a Saṃgha para uma refeição, mas não convidou Cūḍapanthaka, a quem considerava “estúpido demais”. O Buda aceitou o convite, porém, ao notar a ausência de Cūḍapanthaka, recusou-se a participar da refeição. Jīvaka então enviou alguém no monastério para buscar Cūḍapanthaka, mas este criou magicamente mil e trezentos monges fictícios idênticos a ele, tornando-se invisível por meio desse truque. O Buda então precisou enviar uma ordem formal para que ele concordasse em ir à casa de Jīvaka. Como ele criou monges fictícios para confundir Jīvaka e, também, como ele superou a desconfiança dos demais monges com sua eloquência para ensinar o Dharma, o Buda o proclamou o principal entre aqueles que criam formas espirituais e transformam mentes (Chödrön, Karma Migme, 2001).

A história do Arhat Cūḍapanthaka é profundamente inspiradora; um monge budista indiano, aparentemente portador de uma deficiência que dificultava sua aprendizagem, foi acolhido e orientado pessoalmente pelo Buda depois de ter sido expulso da comunidade monástica por causa da deficiência. Foi treinado pelo Buda e, depois de algum tempo, obteve o estado de Arhat.

Cūḍapanthaka é tradicionalmente incluído como um dos dezesseis anciãos Arhat⁶, que foram pessoalmente selecionados pelo Buda entre seus discípulos para permanecerem no mundo, protegendo o Dharma até a vinda do próximo Buda, Maitreya (Buswell, Robert E. & Lopez, Donald S., 2014, p. 200-201).

A CONTRIBUIÇÃO DA NARRATIVA DE CŪḌAPANTHAKA, A PARTIR DA PERSPECTIVA DO BUDISMO MAHĀYĀNA, PARA O DEBATE SOBRE O CAPACITISMO INTELECTUAL NO CONTEXTO BRASILEIRO

Lama Tsongkhapa, renomado mestre do budismo tibetano da Escola Geluk do século XV, em sua obra Lamrim Chenmo descreveu as facilidades e as oportunidades para tomar completo proveito do renascimento humano. Segundo a obra, “facilidade significa liberdade de renascimento com qualquer das oito condições sem facilidade” (Tsongkhapa, Lobsang Dragpa, 2020, p. 55), ou seja, ter facilidade para tomar proveito da vida humana significa não ter nascido com alguma de oito condições sem facilidade. Uma das condições sem facilidade é “ser mudo, estúpido, e ter as faculdades sensoriais incompletas”⁷ (Tsongkhapa, Lobsang Dragpa, 2020, p. 55). Isto significa que, para a tradição budista, a deficiência intelectual, assim como as demais deficiências, é uma condição que dificulta o cultivo do caminho.

O próprio Arhat Cūḍapanthaka, ao ser instado pelos demais anciãos para explicar seu vínculo cármico, assim o descreveu:

4 *rāga*, *dveṣa* e *moha* são termos do idioma sânscrito

5 *saṃsāra* e *nirvāṇa* são termos do idioma sânscrito

6 O termo ancião é usado para designar um monge sênior. Os dezesseis grandes Arhats, ou dezesseis nobres anciãos (*āryasthavira*), foram os sucessores dos ensinamentos do Buda depois que ele faleceu. Eles prometeram preservar o ensinamento até a vinda do futuro Buda Maitreya. Eles estão no caminho da visão do caminho do Arhat. Cada Arhat viveu em um lugar específico: (1) Aṅgaja no Monte Kailash; (2) Ajita no Bosque de Cristal dos Sábios; (3) Vanavāsini no Monte Saptarṣa; (4) Mahākālīka em Tāmradvīpa; (5) Vājriputra em Siṃhaladvīpa; (6) Śrībhadrā em Yamunādvīpa; (7) Kanakavatsa, na Caxemira; (8) Kanakabharadvāja, no continente ocidental de Godānīya; (9) Bakula, no continente setentrional de Uttarakuru; (10) Rāhula, em Priyaṅgudvīpa; (11) Cūḍapanthaka, no Monte Ḡḍhrakūṭa; (12) Piṅḍolabharadvāja no continente oriental de Pūrvavideha; (13) Mahāpanthaka em Trayatṛiṃśa; (14) Nāgasena no Monte Meru; (15) Gopaka no Monte Bhihula; e (16) Abhedya nos Himālayas. Gyaltzen, Ngawang Rinchen; Stenzel, Julia; Gyaltzen, Tsewang. 84.000, 2025, p.30.

7 É fundamental destacar que os termos empregados no texto original devem ser interpretados à luz do contexto histórico e sociocultural do período em que foi produzido, no século XV. Dessa forma, sua utilização não deve ser transposta de forma acrítica para os referenciais contemporâneos, uma vez que tais expressões não correspondem aos valores, concepções e terminologias atualmente aceitos.

“Em uma vida passada, eu era um criador de porcos. Eu costumava amarrar as bocas dos meus porcos e levá-los para atravessar o rio. Certa vez, ao atravessar o rio com os porcos, cheguei ao meio do caminho, e os porcos entraram em pânico, incapazes de respirar, e todos morreram. Sem proteção, indefeso, eu também fiquei à deriva no rio. *ṛṣis* misericordiosos vieram e me resgataram. Eles me salvaram dali, e então eu segui adiante. Sem instrução, pratiquei a meditação sobre a inconsciência. Depois, morri e renasci entre os deuses. Quando morri no mundo dos deuses, retornei à vida humana. Tendo agradado ao Completamente Iluminado, abandonei a vida mundana. Tolo e sem inteligência, não compreendia os ensinamentos. Ó veneráveis, por três meses contemplei um único verso. Quando finalmente compreendi um quarto do verso, composto por quatro palavras, eliminei completamente o desejo. Ó veneráveis, assim eu recordo o karma que criei. Percorri o ciclo das transmigrações por uma era — não um curto período, mas um tempo imenso” (Bhaiṣajyavastu Translation Team, 2025, s/n).

Nesta passagem, ao reconhecer sua deficiência cognitiva numa vida humana passada, o Arhat Cūḍapanthaka destaca o quanto essa deficiência dificultou sua capacidade de compreender os ensinamentos. E, mais ainda, por ter “agradado ao Completamente Iluminado”, por ter sido acolhido pela grande compaixão do Buda, foi por ele pessoalmente instruído até a eliminação completa das aflições e realização da paz definitiva.

Na sequência Lama Tsongkhapa discorre sobre os cinco aspectos da oportunidade para tomar completo proveito da vida humana que pertencem aos outros, ou seja, que devem existir na mente do outro; uma das quais é “que haja altruísmo pelos outros” (Tsongkhapa, Lobsang Dragpa, 2020, p. 59-60). Deste modo, para a tradição budista, desfrutar das oportunidades de um renascimento humano implica, entre outros aspectos, na prática do altruísmo.

E o que é altruísmo? E como o altruísmo pode contribuir para moldar as relações visando promover o relacionamento respeitoso e digno com pessoas com deficiência intelectual? Embora altruísmo possa ser definido de muitas maneiras, para a tradição budista o significado de altruísmo tem duas facetas: o amor (*maitrī*) e a compaixão (*karuṇā*) (Ricard, Matthieu, 2015, p. 46-47).

Amor (*maitrī*) se expressa como a benevolência dirigida a todos os seres sencientes e o desejo que alcancem a felicidade e suas causas (Gyatso, Tenzin XIV Dalai Lama & Chodron, Thubten, 2020, p. 29). Ademais, é um desejo “que vem acompanhado de uma constante disponibilidade em relação ao outro, aliada à determinação de fazer tudo que está em nosso poder a fim de ajudar cada ser em particular a alcançar uma autêntica felicidade” (Ricard, Matthieu 2015, p. 46-47). Compaixão (*karuṇā*) tem como característica o desejo sincero de aliviar o sofrimento do outro considerando insuportável o sofrimento alheio. Manifesta-se como não crueldade e não violência; quando sua prática é bem-sucedida, reduz a crueldade (Gyatso, Tenzin XIV Dalai Lama & Chodron, Thubten, 2020, p. 31).

O Buda disse, repetidas vezes, que “todos os seres vivos somente querem felicidade e não querem sofrimento” (Tsongkhapa, Lobsang Tragpa, 2020, p. 72), indicando claramente o caráter universal do altruísmo e da compaixão. Em outras palavras, é preciso compreender que nosso bem-estar não pode estar fundamentado na nossa indiferença à felicidade ou ao sofrimento do outro; ao contrário, somos convidados reconhecer nossa busca pela felicidade bem como nosso próprio sofrimento como experiências universais. Quando revisitamos a história do Arhat Cūḍapanthaka, torna-se evidente que foi a ação do Buda — impulsionado por sua compaixão imensurável — que conduziu Cūḍapanthaka à realização do estado de Arhat. Essa compaixão não se limita a alguns, excluindo outros; ao contrário, inclui todos os seres, sem exceção.

Desde a perspectiva budista, portanto, a prática da compaixão e do altruísmo empático⁸ são ferramentas poderosas contra o estigma, o preconceito e a violência voltados a pessoas com deficiência intelectual. Não se refere, por um lado, a adotar ações benevolentes e gentis, tais como superproteção, infantilização e ajuda não solicitada, por exemplo, que muitas vezes ocultam atitudes de discriminação (Bernardes, Liliane Cristina Gonçalves, 2024, p. 19). Tampouco significa adotar um comportamento evasivo diante do nosso desconforto com o sofrimento do outro, o invisibilizando.

⁸ Matthieu Ricard define empatia como “a capacidade de entrar em ressonância afetiva com os sentimentos do outro e da conscientização de sua situação”. Seria como um catalisador “da transformação do amor altruísta em compaixão”. Ricard, Matthieu, 2015, p. 48).

Matthieu Ricard afirma que isto não é uma atitude altruísta porque “não se trata de uma preocupação pelo outro nem de colocar-se no lugar do outro, mas de uma ansiedade pessoal desencadeada pelo outro” (Ricard, Matthieu, 2015, p. 65).

De fato, estudos têm demonstrado que intervenções realizadas com grupos de crianças e adolescentes, baseadas em programas desenhados para reduzir preconceitos ou promover atitudes intergrupais positivas tiveram efeitos positivos na promoção da empatia e tomada de perspectiva. Outros estudos têm demonstrado que a inclusão de crianças com deficiência em escolas regulares pode melhorar as atitudes de crianças sem deficiências (Bernardes, Liliane Cristina Gonçalves, 2024, p. 22). Um exemplo relevante é a Dinamarca, onde, desde 1993, as escolas implementaram a disciplina “*Klassens tid*”, uma disciplina obrigatória sobre empatia para estudantes de 6 a 16 anos. Nessas aulas, os estudantes discutem seus problemas e toda a classe, junto com o professor, tenta encontrar uma solução, baseada na escuta efetiva e na compreensão. De acordo com o United Nations World Happiness Report, a Dinamarca é um dos três países mais felizes do mundo e o ensino de empatia nas escolas é considerado um dos fatores que contribuem para esse resultado (The Adecco Group, 2020).

No campo do trabalho, estudos têm demonstrado que colegas de trabalho tendem a aceitar melhor um funcionário com deficiência intelectual quando têm a oportunidade de conhecê-lo como uma pessoa, e não como um estereótipo; quando colaboram com ele para alcançarem objetivos de trabalho comuns e quando a gestão da empresa demonstra um claro apoio à igualdade e inclusão do funcionário com deficiência (Bernardes, Liliane Cristina Gonçalves, 2024, p. 23). Cabe destaque o exemplo da legislação brasileira, em especial a Lei de cotas para pessoas com deficiência (8.213/91) que assegura reserva obrigatória de vagas para pessoas com deficiência. Sua implementação ainda é tímida, mas bem-sucedida em vários ambientes empresariais (Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania, 2020; UNICAMP, 2022).

Desse modo, sob a ótica do altruísmo, é possível uma mudança de atitude em relação às pessoas com deficiência intelectual. E tal mudança se dá quando percebemos e compreendemos seu sofrimento, preocupamo-nos com suas necessidades e agimos para beneficiá-las, tal como explica o Mestre budista Śântideva, no Bodhicaryāvatāra (2016, p. 33):

Ao ver os seres sofrendo desenvolvo a natureza da compaixão, e o sinal disso é estimar a felicidade dos seres como estimo a minha própria felicidade. Ao entender a natureza da plena iluminação presente em todos os seres, desenvolvo o respeito por todos eles, e o sinal disso é a estima pela existência deles como futuros *Buddhas*. Ser generoso com ações e palavras, agir para que os seres se sintam agradados é da natureza da compaixão e do respeito, pois remove algo da dor e miséria da existência minha e dos outros (Mestre Shantideva, 2016, p. 33).

Desse modo, o Mestre Śântideva nos ensina que o primeiro passo consiste em reconhecer o sofrimento do outro e, a partir dessa percepção, cultivar o desejo genuíno da felicidade do outro como desejamos a nossa própria. E, a partir dessa percepção, poderemos desenvolver uma atitude ética de buscar o seu bem-estar, por meio de ações e palavras fundamentadas na compaixão e no respeito. Com essa atitude todos ganham porque, quando agimos para beneficiar os outros, os benefícios também se estendem a nós mesmos (Mestre Shantideva, 2016, p. 12).

Esse movimento, desde perceber o sofrimento do outro até a ação efetiva para beneficiá-lo, é impulsionado pela *bodhicitta*⁹, a poderosa intenção altruísta de tornar-se um *buda* com a finalidade de efetivamente beneficiar os outros (Gyatso, Tenzin XIV Dalai Lama & Chodron, Thubten, 2020, p. 76). O cultivo da *bodhicitta* é um treinamento específico do budismo Mahāyāna, cuja base é a compaixão; seu desenvolvimento produz inumeráveis e profundos benefícios para quem o pratica, tanto nesta mesma vida como em vidas futuras. No sentido mais comum, quando se deseja sinceramente beneficiar os outros, ocorre o abandono de pensamentos e atitudes de julgamentos e críticas e automaticamente se produz uma sensação de bem-estar. Consequentemente, melhoram tanto a saúde física como as relações interpessoais. A mente torna-se mais pacífica, o que facilita o manejo das adversidades cotidianas. E, sobretudo, a *bodhicitta* é um poderoso fator de motivação para a promoção da paz comunitária porque, como afirma o XIV Dalai Lama, “quando as pessoas ao nosso entorno estão felizes, naturalmente ficamos felizes” (Gyatso, Tenzin XIV Dalai Lama & Chodron, Thubten, 2020, p. 92).

⁹ A palavra *bodhicitta* é um termo em sânscrito constituído de duas sílabas: *bodhi*, que significa despertado, iluminado, e *citta*, que significa mente. Significa a mente que aspira realizar o completo despertar para beneficiar todos os seres sencientes. Gyatso, Tenzin XIV Dalai Lama & Chodron, Thubten, 2020 p.80, 82).

Por esses e muitos outros imensuráveis benefícios, o cultivo da mente de *bodhicitta* tem, de fato, o potencial para produzir um ambiente social mais harmônico, com ênfase nos interesses coletivos, no progresso comum e na prosperidade mútua (Master Jingzong, 2010, p. 4). A construção de uma sociedade harmônica e mais justa, fundamentada no altruísmo e na *bodhicitta*, inspirada no modelo de Terra Pura¹⁰, é possível e foi ensinada pelo Buda Śākyamuni há aproximadamente 2.500 anos. Assim ele explica, nesta passagem do Grande Sūtra da Terra Pura de Paz e Felicidade:

Para construir uma Terra Pura de Paz e Felicidade neste mundo é preciso que todos os bodisatvas¹¹ e homens reflitam sobre os ensinamentos dados pelos homens completamente despertos, e então realizem as ações necessárias para que uma sociedade correta em pensamento, ações, construções e governos surjam, guiados pela moral correta, com um governo sobre as coisas que seja benéfico, onde todos os professores e especialistas sejam respeitados, onde os educadores tenham um lugar central, junto com aqueles que são benevolentes, altruístas e que desejam gentilmente construir uma terra pura. Que usem dos meios violentos apenas o necessário para manter controlados aqueles descontrolados pelas raízes dos sofrimentos, o suficiente para que não atrapalhem o desenvolvimento e a manutenção dessa terra pura. Todos devem buscar escapar dos sofrimentos imensuráveis que vêm das raízes do *samsāra*, sentirem em si mesmos as dificuldades e as dores dos outros, e então tomarem a decisão de construir um conhecimento para todos que tenha como finalidade a destruição definitiva dos sofrimentos e suas causas. Neste mundo, deveis plantar extensamente sementes de ações corretas, ser benevolentes, generosos, disciplinados, pacientes, determinados e diligentes, procurar ensinar as pessoas com sinceridade e sabedoria como interagir com a natureza, como cuidar do mundo e dos sistemas que são interdependentes e que sustentam a vida neste mundo (Tsai, Plínio, 2019, pp. 316-317).

A construção de uma sociedade mais justa e mais igualitária, onde pessoas com e sem qualquer tipo de deficiência possam viver em harmonia e em paz, deve ser fundamentada, portanto, em ações guiadas e sustentadas continuamente por um sistema ético e moral que se aplique tanto a governos como a comunidades. Uma vez instituídos efetivamente, esses princípios morais servirão de base para a promoção e o cultivo da empatia, do altruísmo, da compaixão e do desejo sincero de beneficiar a todos os seres, sem exceção. Sobretudo, como o Buda destaca nesta passagem do *sūtra*, a construção de uma terra pura em nosso mundo exige a priorização de um modelo de educação baseado no acesso universal ao conhecimento, no respeito e reverência aos professores e sábios, bem como no compromisso coletivo com o cuidado e a preservação da natureza e do mundo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste artigo, apresentamos a narrativa do Arhat Cūḍapanthaka como ponto de partida para refletir sobre o capacitismo, com ênfase na discriminação e no estigma dirigidos às pessoas com deficiência intelectual no contexto da sociedade brasileira. Também buscamos examinar alguns elementos da tradição budista Mahāyāna que oferecem perspectivas relevantes para o debate sobre essa questão.

Reconhecemos que, em uma sociedade predominantemente cristã, como é o caso do Brasil, a incorporação de conceitos budistas – tais como *bodhicitta* – no enfrentamento de questões sociais constitui, de fato, um desafio. Todavia, entendemos que um dos preceitos éticos que fundamentam a *bodhicitta*, isto é, o compromisso de não causar sofrimento

10 A prática da Terra Pura é um método do budismo Mahāyāna ensinado pelo Buda histórico para libertar os seres do *samsāra* durante a era de degeneração do Dharma, que se supõe que acontecerá em um futuro distante. Por meio do seu cultivo o praticante, após a morte, renasce numa terra pura de paz e felicidade, onde será protegido e ensinado pelos budas até realizar o completo despertar. Tradicionalmente, os três sábios da Terra Pura são o Buda da Luz Infinita (Amitābha) e os Bodisatvas Avalokiteśvara e Mahāsthāmaprāpta. O método da Terra Pura é muito popular na maioria dos países asiáticos que praticam o budismo Mahāyāna, e deu origem à Escola Terra Pura, principalmente Zen e T'ien T'ai (Escola do Lótus). Tsai, Plínio, p. 4-5, s.d.; Tsai, Plínio, 2019, p. 210; Chih I.; T'ien Ju; 1992, p. 11)

11 O termo Bodisatva foi recepcionado pela língua portuguesa e é derivado do termo em sânscrito "*bodhisattva*". O termo é composto pelas sílabas "*bodhi*" que significa mente iluminada, e "*satva*", que significa ser; ou seja, um ser que decidiu se tornar um buda. Buswell, Robert E. & Lopez, Donald S., 2014, p. 167.

ao outro, possui caráter universal e pode ser aplicado a diferentes tradições religiosas e filosóficas para contribuir com o desenvolvimento de uma ética interreligiosa voltada à justiça e à inclusão.

Por fim, diante das muitas lacunas identificadas e das múltiplas demandas que esse tema exige, consideramos que futuras pesquisas são imprescindíveis. Entre elas, destacamos a necessidade de se investigar de que forma a deficiência intelectual se articula com outras interseccionalidades – tais como gênero, raça/etnia, situação socioeconômica – e de que maneira essas interações influenciam as diferentes formas de vulnerabilidade. Essa análise poderá, inclusive, oferecer subsídios valiosos para o desenvolvimento de pesquisas-piloto que tenham como objetivo medir o impacto da implementação de intervenções fundamentadas no altruísmo e na compaixão sobre a qualidade de vida de pessoas com deficiência intelectual, em contextos como instituições escolares, serviços de saúde e ambientes corporativos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AAIDD. *Defining criteria for intellectual disability*. [S.l.]: AAIDD, 2025. Disponível em: <https://www.aidd.org/intellectual-disability/definition>. Acesso em: 8 jun. 2025.
- AAIDD. *Historical context*. American Association on Intellectual and Developmental Disabilities, 2025. Disponível em: <https://www.aidd.org/intellectual-disability/historical-context>. Acesso em: 8 jun. 2025.
- AGÊNCIA BRASIL. *Capacitismo: expressões são discriminatórias com quem tem deficiência*. 2021. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2021-09/capacitismo-expressoes-sao-discriminatorias-com-quem-tem-deficiencia>. Acesso em: 8 jun. 2025.
- ALIANÇA NACIONAL LGBTI+. *Pesquisa nacional sobre o bullying no ambiente educacional brasileiro (2024)*. Brasília: Aliança Nacional LGBTI+, 2025.
- BERNARDES, Liliane Cristina Gonçalves. *O impacto do capacitismo: a discriminação contra pessoas com deficiência que amplia desigualdades*. Brasília: IPEA, dez. 2024.
- BHAIŞAJYAVASTU TRANSLATION TEAM. *The chapter on medicines*. 84000 Reading Room, [S.l.], [s.d.]. Disponível em: <https://84000.co/translation/toh1-6#UT22084-001-006-6>. Acesso em: 8 jun. 2025.
- BORGES, Cleyton Wenceslau; PAES, Deisiana Campos; DELFINO, Juliana d'Ávila; CABRAL, Leonardo Santos Amâncio; CRUZ, Lilian Pinheiro; D'AFFONSECA, Sabrina Mazo. *Violência contra pessoas com deficiência: você sabe como evitar, identificar e denunciar?* São Paulo: Instituto Jô Clemente, 2020.
- BRASA – BRASIL, SAÚDE E AÇÃO. *Falamos de capacitismo – uma cartilha sobre a temática*. 2024. Disponível em: <https://brasa.org.br/falamos-de-capacitismo-uma-cartilha-sobre-a-tematica/>. Acesso em: 21 abr. 2025.
- BUSWELL, Robert. E.; LOPEZ, Donald S. *The Princeton dictionary of Buddhism*. Princeton: Princeton University Press, 2014.
- CARVALHO, Rone. “Me consideram estranho para vagas gerais e normal demais para cargos PCD”. 2025. Disponível em: <https://www.uol.com.br/vivabem/noticias/redacao/2025/03/12/me-consideram-estranho-para-vagas-gerais-e-normal-demais-para-cargos-pcd.htm>. Acesso em: 19 abr. 2025.
- CERQUEIRA, Daniel; BUENO, Samira; De LIMA, Renato Sérgio; LINS, Gabriel de Oliveira Accioly; ALVES, Paloma Palmieri; MARQUES, David; CAMARANO, Ana Amélia; LUNELLI, Isabella Cristina; BERNARDES, Liliane; Da SILVA, Frederico Augusto Barbosa; COELHO, Danilo Santa Cruz; SOARES, Milena Karla; SOBRAL, Isabela; ARMSTRONG, Karolina Chacon; CABALLERO, Bárbara; MOURA, Luciano; BRANDÃO, Juliana; PACHECO, Dennis; MATOSINHOS, Isabella; OLIVEIRA, Nabi; CARVALHO, Thais; FERNANDES, Daniele; PEREIRA, Carolina de Freitas; RIBEIRO, Thamires da Silva; BOHNENBERGER, Marina. *Atlas da violência 2024*. Brasília: IPEA, 2024.
- CHIH I; T' IEN Ju. *Pure Land Buddhism: dialogues with ancient masters*. 3rd ed. Taipei, Taiwan: Sutra Translation Committee of the United States and Canada, 1992.
- CHÖDRÖN, Karma Migme. *The story of Cūḍapanthaka* [Appendix 4]. Disponível em: <https://www.wisdomlib.org/buddhism/book/mahaprajnaparamita-sastra/d/doc225770.html>. Acesso em: 23 abr. 2025.
- COSTA, Júlia Ondrusch de Moraes; CORREIA, Agda Yasmin Ferreira; ROLIM, Héryka Wanessa do Nascimento; ROCHA, Maressa Ferreira de Alencar; TAVARES, Palloma Abreu; ALENCAR, Rebecka Ellen de.; LUCENA, Alinne Beserra de. A relação entre a deficiência intelectual (DI) e o suicídio: uma revisão integrativa da literatura / The relationship between intellectual disability (ID) and suicide: an integrative literature review. *Brazilian Journal of Development*, v. 7, n. 12, pp. 112482–112496, 29 dez. 2021.
- CRENSHAW, Kimberlé. Documento para o encontro de especialistas em aspectos da discriminação racial relativos ao gênero. *Estudos Feministas*, pp. 171–188, jan. 2002.
- FANG, Zuyi; CERNA-TUROFF, Ilan; ZHANG, Cheng; LU, Mengyao; LACHMAN, Jamie M; BARLOW, Jane. Global estimates of violence

- against children with disabilities: an updated systematic review and meta-analysis. *The Lancet Child & Adolescent Health*, v. 6, n. 5, mar. 2022. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2352464222000335>. Acesso em: 23 abr. 2025.
- GLOBO. *Criança autista agredida por professor de capoeira relatou episódio à mãe: “Me deu uma rasteira”*. 2025. Disponível em: <https://g1.globo.com/fantastico/noticia/2025/04/08/crianca-autista-agredida-por-professor-de-capoeira-relatou-episodio-a-mae-me-deu-uma-rasteira.ghtml>. Acesso em: 21 abr. 2025.
- GYALTSEN, Ngawang Rinchen.; STENZEL, Julia.; GYALTSEN, Tsewang. *The display of the pure land of Sukhāvātī*. 84.000, 2025.
- IBGE. *Pessoas com deficiência e as desigualdades sociais no Brasil*. 2022. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/populacao/34889-pessoas-com-deficiencia-e-as-desigualdades-sociais-no-brasil.html?=&t=sobre>. Acesso em: 8 jun. 2025.
- MASTER JINGZONG. *Pure Land perspectives on “Humanist Buddhism”*. Tradução: Householder Jingtū. Chinese Pure Land Buddhist Association, [S.l.], [s.d.]. Disponível em: <https://purelandbuddhism.org/public/source/book/pdf/Pure%20Land%20Perspectives%20on%20Humanist%20Buddhism.pdf>. Acesso em: 8 jun. 2025.
- MINISTÉRIO DA SAÚDE. *Panorama dos suicídios e lesões autoprovocadas no Brasil de 2010 a 2021*. *Boletim Epidemiológico*, v. 55, 6 fev. 2024.
- MINISTÉRIO DOS DIREITOS HUMANOS E DA CIDADANIA. *Inclusão no mercado de trabalho: lei de cotas para pessoas com deficiência completa 29 anos*. 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/noticias/2020-2/julho/inclusao-no-mercado-de-trabalho-lei-de-cotas-para-pessoas-com-deficiencia-completa-29-anos>. Acesso em: 8 jun. 2025.
- MORAIS, Karine Helena. *O mercado de trabalho e a pessoa com deficiência intelectual: entraves e oportunidades*. *Espacios*, v. 38, n. 12, 2017.
- MUTZ, Kirsti D. *Intellectual disability discrimination*. In: *Selected Honors Theses*. Southeastern University, 2015.
- PRESIDÊNCIA DA REPÚBLICA. *Lei nº 13.146, de 6 de julho de 2015*. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2015/lei/l13146.htm. Acesso em: 8 jun. 2025.
- PRESIDÊNCIA DA REPÚBLICA. *Lei nº 12.764, de 27 de dezembro de 2012*. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2012/lei/l12764.htm. Acesso em: [s.d.].
- RICARD, Matthieu. *A revolução do altruísmo*. São Paulo: Palas Athena, 2022.
- SANTANA, Walkyria Almeida; FEITOSA, Wallacy Milton do Nascimento; PIMENTEL, Renata Macedo Martins; FARAH, Breno Quintella; HODROJ, Flávia Cristina da Silva Araújo; BARBOSA, Caio Parente; DREZETT, Jefferson. Legal abortion in situations of pregnancy resulting from sexual violence in women and adolescents with intellectual disabilities. *Journal of Human Growth and Development*, v. 35, n. 1, p. 25–35, 11 abr. 2025.
- MESTRE SHANTIDEVA. *Bodhisattvacaryāvatāra: empenhando-se nos feitos do Bodhisattva*. Tradução: Plínio Tsai. Valinhos, SP: Associação Buda Dharma, 2016.
- STARKE, Mikaela; LARSSON, Anneli.; PUNZI, Elisabeth. People with intellectual disability and their risk of exposure to violence: identification and prevention – a literature review. *Journal of Intellectual Disabilities*, v. 0, n. 0, 7 maio 2024.
- GYATSO, Tenzin XIV Dalai Lama.; CHODRON, Thubten. *In praise of great compassion*. Somerville, MA: Wisdom Publications, 2020.
- THE ADECCO GROUP. *Teaching empathy? In Denmark, they're learning it in school*. [S.l.]: The Adecco Group, [s.d.]. Disponível em: <https://www.adecgroup.com/future-of-work/latest-insights/empathy-in-denmark>. Acesso em: 18 maio 2025.
- THYGESSEN, Lau Caspar; KLITGAARD, Marie Borring; SABERS, Anne; KJELLBERG, Jakob; SØNDERGAARD, Jens; SØRENSEN, Jeppe; SONNE, Marie; JUEL, Knud; SMICHELSEN, Susan Ishøy. Potentially avoidable mortality among adults with intellectual disability. *European Journal of Public Health*, v. 34, n. 6, 6 ago. 2024.
- TSAI, Plínio Marcos. *Néctar da imortalidade: a dhyāna de Amitāyus*. Valinhos, SP: Editora ATG, 2019.
- TSONGKHAPA, Lobsang Dragpa. *Lamrim Chenmo*, v. II. Tradução: Plínio Marcos Tsai. 1. ed. Valinhos: Buda, 2020.
- UNICAMP. *Mais de 80% das empresas paulistas descumpriram a cota para contratação de pessoas com deficiência*. 2022. Disponível em: <https://unicamp.br/unicamp/ju/noticias/2022/09/30/mais-de-80-das-empresas-paulistas-descumpriram-cota-para-contratacao-de/>. Acesso em: 25 maio 2025.
- WEBB, Nola. Ekottarikāgama 20.12. Cūḍapanthaka. *SuttaCentral*. Disponível em: <https://suttacentral.net/ea20.12/en/huyenvi-boinwebb-pasadika?lang=en&reference=none&highlight=false>. Acesso em: 23 abr. 2025.
- WISDOM LIBRARY. *Rishi, Ṛṣi, Rsi, Riṣi, Ṛṣī: 36 definitions*. Disponível em: <https://www.wisdomlib.org/definition/rishi#tibetan-buddhism>. Acesso em: 8 jun. 2025.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION; WORLD BANK. *World report on disability*. Geneva: World Health Organization, 2011.