

Lampiran rujukan:
masa pantang untuk
memelihara tubuh dan
kehidupan

Daftar Isi

Asal dan cara membaca.....	4
Istilah yang berulang.....	6
Daftar menurut bulan lunar.....	8
Masa pantang tambahan.....	44
Catatan tentang bacaan sumber.....	56

Lampiran rujukan: masa pantang untuk memelihara tubuh dan kehidupan

Lampiran terjemahan dari sumber rujukan luar, 21 Oktober 2026, telah diperiksa secara independen oleh agen AI. Keraguan pada teks sumber tetap dicatat dalam bagian catatan.

Asal dan cara membaca

Lampiran ini menerjemahkan tabel “保身立命戒期及天地人忌” beserta lanjutannya dalam *Shoukang Baojian*, edisi bahasa sehari-hari, halaman cetak 165–181 (halaman PDF 168–184). Buku itu disusun oleh Yinguang; halaman judul menyebut terjemahan oleh murid-murid Triratna dan penyuntingan oleh Jiexieyin Wang. Tahun terbit dan nomor edisinya belum dipastikan. Lampiran rujukan luar ini disediakan untuk melengkapi rujukan pada paragraf 1803 *Yinlü Wuqing*: berkas TXT asal hanya mencantumkan judul dan keterangan bahwa tabel tidak termuat. Teks asal tetap dipertahankan; tabel ini tidak diklaim berasal dari isi TXT tersebut.

Semua pernyataan tentang dewa, hukuman, umur, penyakit, kehamilan, dan sifat anak di sini merupakan ajaran serta keyakinan teks yang dikutip. Penerjemahan tidak membuktikan klaim-klaim tersebut dan bukan nasihat medis atau pedoman kesehatan seksual modern.

Tanggal dan bulan di bawah mengikuti kalender lunar Tionghoa, bukan kalender Masehi. Nama hari berbatang langit dan bercabang bumi dipertahankan; tidak ada penyesuaian ke kalender tahun tertentu. Satu *ji* berarti dua belas tahun, sedangkan satu *suan* berarti seratus hari menurut sumber. “Rezeki” menerjemahkan *lu*, bagian keberuntungan atau penghidupan yang, dalam gambaran buku ini, tercatat bagi seseorang.

Setiap baris tabel memuat satu kelompok tanggal. Urutan keterangan dalam setiap kolom dipertahankan,

tetapi keterangan di kolom kiri tidak dipasangkan satu per satu dengan akibat di kolom kanan. Kolom akibat pada sumber dapat dipakai bersama atau tidak memuat tulisan pada suatu posisi. Tanda “—” berarti tidak ada tulisan akibat tersendiri pada posisi itu, bukan pernyataan bahwa pelanggaran tidak berakibat.

Istilah yang berulang

- Kaisar Giok adalah nama penguasa ilahi dalam susunan Langit yang digambarkan sumber, bukan penyebutan Tuhan dari agama pembaca. Empat Raja Langit berkeliling memeriksa dunia; “turun” dan “hari kelahiran” mengikuti cara sumber memperingati para dewa.
- Bodhisattva ialah sosok yang menempuh jalan pencerahan dalam tradisi Buddha; *Tathagata* adalah gelar Buddha. Parinirwana menunjuk pada kepergian terakhir Buddha dalam tradisi tersebut. Zhenren atau Zhenjun ialah gelar tokoh suci Taois; Dadi, Dijun, dan Shangdi adalah gelar penguasa ilahi. Nama yang tidak diberi kisah dalam sumber tidak ditambahi riwayat di sini.
- Sanyuan berarti “tiga asal”; nama Shangyuan, Zhongyuan, dan Xiayuan menunjuk pada tiga peringatan yang dijelaskan dalam bagian kalender tambahan. Sanshi adalah tiga roh dalam kepercayaan yang dikutip; “melapor” mempertahankan peran mereka dalam teks. Wudao secara harfiah berarti “lima jalan”, nama kelompok dewa yang disebut menurut arah wilayahnya.
- Dou ialah nama rasi yang secara harfiah berarti “gayung”. Beidou dan Nandou masing-masing berarti Biduk Utara dan Biduk Selatan. Jika sumber hanya

menyebut Dou, terjemahan tidak menambahkan arah tertentu.

- *Yin* dan *yang* adalah dua daya yang berpasangan dalam kerangka tradisional sumber. Nama batang langit ialah Jia, Yi, Bing, Ding, Wu, Ji, Geng, Xin, Ren, Gui; nama cabang bumi ialah Zi, Chou, Yin, Mao, Chen, Si, Wu, Wei, Shen, You, Xu, Hai. Pasangannya membentuk nama hari atau tahun. Wu sebagai batang 戊 berbeda dari Wu sebagai cabang 午; “hari Wu” tanpa pasangan dalam lampiran ini menerjemahkan 戊. Jam Zi adalah bagian malam yang berpusat pada tengah malam, bukan tanggal kalender Masehi.

Daftar menurut bulan lunar

Bulan 1

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
1	Tianla, hari persembahan kepada Langit Kaisar Giok memeriksa keadaan roh, daya hidup, rezeki, dan jatah umur manusia Awal bulan	Rezeki dikurangi dan jatah umur dipotong satu ji (satu ji berarti dua belas tahun; satu suan berarti seratus hari; pengurangan ji maupun suan berarti pemotongan umur) Jatah umur dikurangi satu ji
3	Perhimpunan seluruh dewa Turunnya dewa rasi Dou	Jatah umur dikurangi satu ji
5	Pantangan Wuxu. Dalam penjelasan pengobatan tradisional pada sumber ini, “lima kelemahan” berarti denyut nadi lemah dan halus, kulit dingin, gangguan pengeluaran lewat saluran depan dan belakang, tidak dapat menerima makanan dan minuman, serta kekurangan daya hidup sejati	—

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
6	Pantangan Liuhao, enam penyakit yang menurut sumber disebabkan oleh yin, yang, kegelapan, terang, angin, dan hujan Hari pantang Leizhai, yang berkaitan dengan dewa guntur (berlaku sama setiap bulan)	Umur dikurangi
7	Hari pertemuan atas, Shanghui	Umur berkurang
8	Hari kelahiran Raja Yama, penguasa Balairung Kelima alam baka Empat Raja Langit berkeliling (berlaku sama setiap bulan)	Jatah umur dikurangi satu ji
9	Hari kelahiran Kaisar Giok	Jatah umur dikurangi satu ji
13	Hari pantangan Yang Gong	—
14	Turunnya para dewa Sanyuan Empat Raja Langit berkeliling (berlaku sama setiap bulan)	Umur dikurangi

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
15	Turunnya para dewa Sanyuan Perhimpunan dewa pada Shangyuan Bulan purnama (berlaku sama setiap bulan) Empat Raja Langit berkeliling (berlaku sama setiap bulan)	Umur dikurangi Jatah umur dikurangi satu ji Jatah umur dikurangi satu ji
16	Turunnya para dewa Sanyuan	Umur dikurangi
19	Hari kelahiran Zhenren Changchun, tokoh suci Taois	—
23	Tiga Roh Sanshi menyampaikan laporan Empat Raja Langit berkeliling (berlaku sama setiap bulan)	—
25	Hari akhir bulan (berlaku sama setiap bulan) Hari dibukanya lumbung Langit dan Bumi	Umur dikurangi Umur berkurang; anak lahir membawa penyakit
27	Turunnya dewa rasi Dou (berlaku sama setiap bulan)	Jatah umur dikurangi satu ji

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
28	Roh tubuh berada di bagian kemaluan (berlaku sama setiap bulan) (dianjurkan mulai berpantang sehari sebelumnya)	Menderita penyakit
29	Empat Raja Langit berkeliling (berlaku sama setiap bulan)	—
30	Akhir bulan Siming, dewa pengatur nasib, menyampaikan laporan (berlaku sama setiap bulan) Empat Raja Langit berkeliling (berlaku sama setiap bulan) (jika bulan hanya terdiri dari 29 hari, berpantanglah pada tanggal 29)	Umur dikurangi

Bulan 2

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
1	Awal bulan Hari kelahiran Raja Qin Guang, penguasa Balairung Pertama	Jatah umur dikurangi satu ji

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
2	Perhimpunan seluruh dewa Hari kelahiran Fude Tudi Zhengshen, dewa bumi setempat yang memberi berkah	Jatah umur dikurangi satu ji Tertimpa bencana
3	Turunnya dewa rasi Dou Hari kelahiran Wenchang Dijun, dewa yang berkaitan dengan ilmu dan kesusastaan	Rezeki dikurangi dan jatah umur dipotong satu ji
6	Hari pantang Leizhai, yang berkaitan dengan dewa guntur Hari kelahiran Dongyue Dijun, penguasa suci Gunung Timur	Umur dikurangi
8	Peringatan Buddha Śākyamuni meninggalkan kehidupan berumah tangga Hari kelahiran Raja Song Di Hari kelahiran Dewa Agung Zhang Empat Raja Langit berkeliling	Jatah umur dikurangi satu ji
11	Hari pantangan Yang Gong	—
14	Empat Raja Langit berkeliling	—

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
15	Peringatan parinirwana Buddha Śākyamuni Bulan purnama Hari kelahiran Taishang Laojun, tokoh suci Taois Empat Raja Langit berkeliling	Rezeki dikurangi dan jatah umur dipotong satu ji
17	Hari kelahiran Jenderal Du dari Timur	—
18	Hari kelahiran Raja Wu Guan, penguasa Balairung Keempat Peringatan wafatnya Kongzi, Guru Terdahulu yang Mahasuci	Rezeki dikurangi dan jatah umur dipotong satu ji
19	Hari kelahiran Bodhisattva Avalokiteśvara	Jatah umur dikurangi satu ji
21	Hari kelahiran Bodhisattva Samantabhadra	—
23	Empat Raja Langit berkeliling	—
25	Hari akhir bulan	Umur dikurangi
27	Turunnya dewa rasi Dou	Jatah umur dikurangi satu ji

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
28	Roh tubuh berada di bagian kemaluan	Menderita penyakit
29	Empat Raja Langit berkeliling	—
30	Akhir bulan Siming, dewa pengatur nasib, menyampaikan laporan Empat Raja Langit berkeliling (jika bulan hanya terdiri dari 29 hari, berpantanglah pada tanggal 29)	Umur dikurangi

Bulan 3

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
1	Awal bulan Hari kelahiran Raja Chu Jiang, penguasa Balairung Kedua	Jatah umur dikurangi satu ji
3	Turunnya dewa rasi Dou Hari kelahiran Xuantian Shangdi, penguasa suci Langit Misterius	Jatah umur dikurangi satu ji

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
6	Hari pantang Leizhai, yang berkaitan dengan dewa guntur	Umur dikurangi
8	Hari kelahiran Raja Bian Cheng, penguasa Balairung Keenam Empat Raja Langit berkeliling	Jatah umur dikurangi satu ji
9	Keluarnya roh Niugui, roh berwujud sapi Hari pantangan Yang Gong	Melahirkan janin yang disebut “buruk” oleh sumber
12	Hari kelahiran dewa Wudao dari pusat	—
14	Empat Raja Langit berkeliling	—
15	Bulan purnama Hari kelahiran dewa Xuantan Hari kelahiran Haotian Shangdi, penguasa Langit Luas Empat Raja Langit berkeliling	Jatah umur dikurangi satu ji
16	Hari kelahiran Bodhisattva Cundi	Jatah umur dikurangi satu ji

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
18	Hari kelahiran Zhongyue Dadi, dewa agung Gunung Tengah Hari kelahiran Houtu Niangniang, dewi bumi Turunnya tiga tokoh suci Mao	—
20	Hari dibukanya lumbung Langit dan Bumi Hari kelahiran Zisun Niangniang, dewi keturunan	Umur berkurang
23	Empat Raja Langit berkeliling	—
25	Hari akhir bulan	Umur dikurangi
27	Turunnya dewa rasi Dou Hari kelahiran Raja Tai Shan, penguasa Balairung Ketujuh	Jatah umur dikurangi satu ji
28	Roh tubuh berada di bagian kemaluan Hari kelahiran Cangjie, Guru Terdahulu yang Mahasuci	Menderita penyakit Rezeki dikurangi dan jatah umur dipotong satu ji
29	Empat Raja Langit berkeliling	—

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
30	Akhir bulan Siming, dewa pengatur nasib, menyampaikan laporan Empat Raja Langit berkeliling (jika bulan hanya terdiri dari 29 hari, berpantanglah pada tanggal 29)	Umur dikurangi

Bulan 4

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
1	Awal bulan Hari kelahiran Raja Du Shi, penguasa Balairung Kedelapan	Jatah umur dikurangi satu ji
3	Turunnya dewa rasi Dou	Jatah umur dikurangi satu ji
4	Seluruh dewa membimbing manusia menuju kebaikan Hari kelahiran Bodhisattva Mañjuśrī	“失瘡” (istilah dalam sumber yang maknanya belum pasti); janin meninggal sebelum waktunya

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
6	Hari pantang Leizhai, yang berkaitan dengan dewa guntur	Umur dikurangi
8	Hari kelahiran Buddha Śākyamuni Seluruh dewa membimbing manusia menuju kebaikan Turunnya Shan'e Tongzi, sosok muda suci yang berkaitan dengan kebaikan dan kejahatan Hari kelahiran Raja Ping Deng, penguasa Balairung Kesembilan Empat Raja Langit berkeliling	Jatah umur dikurangi satu ji “失瘠” (istilah dalam sumber yang maknanya belum pasti); janin meninggal sebelum waktunya Meninggal akibat pendarahan (血死)
14	Hari kelahiran Patriark Chunyang Empat Raja Langit berkeliling	Umur dikurangi
15	Bulan purnama Hari kelahiran Patriark Zhongli Empat Raja Langit berkeliling	Jatah umur dikurangi satu ji
16	Hari dibukanya lumbung Langit dan Bumi	Umur berkurang

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
17	Hari kelahiran Raja Zhuan Lun, penguasa Balairung Kesepuluh	Jatah umur dikurangi satu ji
18	Hari dibukanya lumbung Langit dan Bumi Hari kelahiran Ziwei Dadi, dewa agung Ziwei	Umur dikurangi
20	Hari kelahiran Yanguang Shengmu, Bunda Suci Penglihatan	—
23	Empat Raja Langit berkeliling	—
25	Akhir bulan	Umur dikurangi
27	Turunnya dewa rasi Dou	Jatah umur dikurangi satu ji
28	Roh tubuh berada di bagian kemaluan	Menderita penyakit
29	Empat Raja Langit berkeliling	—

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
30	Akhir bulan Siming, dewa pengatur nasib, menyampaikan laporan Empat Raja Langit berkeliling (jika bulan hanya terdiri dari 29 hari, berpantanglah pada tanggal 29)	Umur dikurangi

Bulan 5

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
1	Awal bulan Hari kelahiran Nanji Changsheng Dadi, dewa agung umur panjang	Jatah umur dikurangi satu ji
3	Turunnya dewa rasi Dou	Jatah umur dikurangi satu ji
5	Dila, hari persembahan kepada Bumi Lima Kaisar Ilahi memeriksa dan menetapkan jabatan serta gelar manusia Salah satu dari sembilan hari beracun, Jiudu Hari pantangan Yang Gong	Rezeki dikurangi dan jatah umur dipotong satu ji Meninggal sebelum waktunya dan tertimpa bencana luar biasa yang tak terduga

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
6	Salah satu dari sembilan hari beracun, Jiudu Hari pantang Leizhai, yang berkaitan dengan dewa guntur	Meninggal sebelum waktunya dan tertimpa bencana luar biasa yang tak terduga
7	Salah satu dari sembilan hari beracun, Jiudu	Meninggal sebelum waktunya dan tertimpa bencana luar biasa yang tak terduga
8	Hari kelahiran dewa Wudao dari Selatan Empat Raja Langit berkeliling	—
11	Hari dibukanya lumbung Langit Hari kelahiran Du Chenghuang, dewa utama pelindung kota-kota di dunia	Umur berkurang
12	Hari kelahiran Bingling Gong, dewa bergelar Tuan Bingling	—
13	Turunnya Guansheng, Dewa Suci Guan	Rezeki dikurangi dan jatah umur dipotong satu ji

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
14	Empat Raja Langit berkeliling Pada jam Zi malam hari, Langit dan Bumi berpadu selaras	Suami dan istri sama-sama meninggal dalam tiga tahun
15	Bulan purnama Salah satu dari sembilan hari beracun, Jiudu Empat Raja Langit berkeliling	Jatah umur dikurangi satu ji Meninggal sebelum waktunya dan tertimpa bencana luar biasa yang tak terduga
16	Salah satu dari sembilan hari beracun, Jiudu Saat daya asal Langit dan Bumi membentuk segala makhluk	Suami dan istri sama-sama meninggal dalam tiga tahun
17	Salah satu dari sembilan hari beracun, Jiudu	Meninggal sebelum waktunya dan tertimpa bencana luar biasa yang tak terduga
18	Hari kelahiran Zhang Tianshi, Guru Langit Zhang	—
22	Hari kelahiran dewi Xiao E, yang namanya di sini ditulis 孝娥	Jatah umur dikurangi satu ji

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
23	Empat Raja Langit berkeliling	—
25	Salah satu dari sembilan hari beracun, Jiudu Hari akhir bulan	Meninggal sebelum waktunya dan tertimpa bencana luar biasa yang tak terduga
26	Salah satu dari sembilan hari beracun, Jiudu	Meninggal sebelum waktunya dan tertimpa bencana luar biasa yang tak terduga
27	Salah satu dari sembilan hari beracun, Jiudu Turunnya dewa rasi Dou	Meninggal sebelum waktunya dan tertimpa bencana luar biasa yang tak terduga
28	Roh tubuh berada di bagian kemaluan	Menderita penyakit
29	Empat Raja Langit berkeliling	—
30	Akhir bulan Siming, dewa pengatur nasib, menyampaikan laporan Empat Raja Langit berkeliling (jika bulan hanya terdiri dari 29 hari, berpantanglah pada tanggal 29)	Umur dikurangi

Catatan sumber untuk seluruh bulan kelima: sebaiknya berpantang sepanjang bulan ini.

Bulan 6

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
1	Awal bulan	Jatah umur dikurangi satu ji
3	Turunnya dewa rasi Dou Hari pantangan Yang Gong	Jatah umur dikurangi satu ji
4	Pemutaran Roda Dharma Agung di Jambudvipa, benua di selatan	Umur berkurang
6	Hari dibukanya lumbung Langit Hari pantang Leizhai, yang berkaitan dengan dewa guntur	Umur berkurang
8	Empat Raja Langit berkeliling	—
10	Hari kelahiran Tathagata Jinsu	—
13	Hari kelahiran Raja Naga sumur dan mata air	—
14	Empat Raja Langit berkeliling	—

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
15	Bulan purnama Empat Raja Langit berkeliling	Jatah umur dikurangi satu ji
19	Nirwana Bodhisattva Avalokitesvara (sumber menyebutnya hari pencapaian pencerahan)	Jatah umur dikurangi satu ji
23	Hari kelahiran Dewa Api Selatan Empat Raja Langit berkeliling	Tertimpa kebakaran
24	Hari kelahiran Leizu, Leluhur Guntur Hari kelahiran Guandi, Kaisar Guan	Rezeki dikurangi dan jatah umur dipotong satu ji
25	Hari akhir bulan	Umur dikurangi
27	Turunnya dewa rasi Dou	Jatah umur dikurangi satu ji
28	Roh tubuh berada di bagian kemaluan	Menderita penyakit
29	Empat Raja Langit berkeliling	—

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
30	Akhir bulan Siming, dewa pengatur nasib, menyampaikan laporan Empat Raja Langit berkeliling (jika bulan hanya terdiri dari 29 hari, berpantanglah pada tanggal 29)	Umur dikurangi

Bulan 7

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
1	Akhir bulan Hari pantangan Yang Gong	Jatah umur dikurangi satu ji
3	Turunnya dewa rasi Dou	Jatah umur dikurangi satu ji
5	Hari pertemuan tengah, Zhonghui Dalam bacaan lain: tanggal 7	Umur berkurang
6	Hari pantang Leizhai, yang berkaitan dengan dewa guntur	Umur dikurangi

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
7	Daodela, hari persembahan Dao dan kebajikan Lima Kaisar Ilahi memeriksa kebaikan dan kejahatan manusia yang hidup Hari kelahiran Kuixing, dewa bintang Kui	Rezeki dikurangi dan jatah umur dipotong satu ji
8	Empat Raja Langit berkeliling	—
10	Pantangan besar pada hari racun yin	—
12	Hari kelahiran Zhenren Tan Changzhen, tokoh suci Taois	—
13	Hari kelahiran Bodhisattva Mahāsthāmaprāpta	Umur dikurangi
14	Turunnya para dewa Sanyuan Empat Raja Langit berkeliling	Umur dikurangi
15	Bulan purnama Turunnya para dewa Sanyuan Pejabat Ilahi Bumi memeriksa daftar catatan Empat Raja Langit berkeliling	Jatah umur dikurangi satu ji

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
16	Turunnya para dewa Sanyuan	Umur dikurangi
18	Hari kelahiran Xiwangmu, Ibu Ratu dari Barat	Jatah umur dikurangi satu ji
19	Hari kelahiran Taisui, dewa penguasa tahun	Jatah umur dikurangi satu ji
22	Hari kelahiran Zengfu Caishen, dewa kekayaan penambah berkah	Rezeki dikurangi dan jatah umur dipotong satu ji
23	Empat Raja Langit berkeliling	—
25	Akhir bulan	Umur dikurangi
27	Turunnya dewa rasi Dou	Jatah umur dikurangi satu ji
28	Roh tubuh berada di bagian kemaluan	Menderita penyakit
29	Hari pantangan Yang Gong Empat Raja Langit berkeliling	—

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
30	Hari kelahiran Bodhisattva Kṣitigarbha Akhir bulan Siming, dewa pengatur nasib, menyampaikan laporan Empat Raja Langit berkeliling (jika bulan hanya terdiri dari 29 hari, berpantanglah pada tanggal 29)	Jatah umur dikurangi satu ji Umur dikurangi

Bulan 8

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
1	Awal bulan Hari kelahiran Xu Zhenjun, tokoh suci bergelar Tuan Sejati Xu	Jatah umur dikurangi satu ji
3	Turunnya dewa rasi Dou Hari kelahiran dewa Biduk Utara Hari kelahiran Zaojun, Dewa Dapur yang mengatur nasib	Rezeki dikurangi dan jatah umur dipotong satu ji Tertimpa kebakaran

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
5	Hari kelahiran Leisheng Dadi, Dewa Agung Suara Guntur	Jatah umur dikurangi satu ji
6	Pantang Leizhai	Umur dikurangi
8	Empat Raja Langit berkeliling	—
10	Hari kelahiran Beidou Dadi, Dewa Agung Biduk Utara	—
12	Hari kelahiran dewa Wudao dari Barat	—
14	Empat Raja Langit berkeliling	—
15	Bulan purnama Taiyin, sosok ilahi bulan, menghadap Yang Asal (dianjurkan membakar dupa dan berjaga malam) Empat Raja Langit berkeliling	Meninggal mendadak
16	Turunnya Lueshua Zhenjun, pejabat suci pemeriksa dari biro Langit	Menjadi miskin dan meninggal sebelum waktunya

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
18	Saat para penghuni Langit menumbuhkan berkah (dianjurkan berpuasa, berpantang, dan memikirkan hal-hal baik)	—
23	Empat Raja Langit berkeliling Hari kelahiran Zhang Xianwang, yang bergelar Huanhou dari Han	—
24	Hari kelahiran istri Dewa Dapur	—
25	Hari akhir bulan	Umur dikurangi
27	Turunnya dewa rasi Dou Hari kelahiran Kongzi, Guru Terdahulu yang Mahasuci Hari pantangan Yang Gong	Rezeki dikurangi dan jatah umur dipotong satu ji
28	Roh tubuh berada di bagian kemaluan Empat Langit berhimpun untuk menangani urusan	Menderita penyakit
29	Empat Raja Langit berkeliling	—

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
30	Akhir bulan Siming, dewa pengatur nasib, menyampaikan laporan Para dewa melakukan pemeriksaan Empat Raja Langit berkeliling (jika bulan hanya terdiri dari 29 hari, berpantanglah pada tanggal 29)	Jatah umur dikurangi satu ji Jatah umur dikurangi satu suan

Bulan 9

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
1	Awal bulan Hari kelahiran dewa Biduk Selatan Dari tanggal 1 sampai 9, sembilan bintang Biduk Utara turun (dianjurkan berpuasa dan berpantang selama kesembilan hari ini)	Rezeki dikurangi dan jatah umur dipotong satu ji Jatah umur dikurangi satu ji
3	Hari kelahiran Lima Dewa Wabah	—

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
8	Empat Raja Langit berkeliling Hari kelahiran Doumu, Ibu Rasi Dou Hari kelahiran Fengdu Dadi, dewa agung Fengdu Kenaikan Xuantian Shangdi ke Langit	Rezeki dikurangi dan jatah umur dipotong satu ji
10	Turunnya Doumu	Jatah umur dikurangi satu ji
11	Dianjurkan berpantang	—
13	Hari kelahiran dewi terhormat Mengpo	—
14	Empat Raja Langit berkeliling	—
15	Bulan purnama Empat Raja Langit berkeliling	Jatah umur dikurangi satu ji
17	Hari kelahiran Jinlong Si Dawang, Raja Agung Keempat Naga Emas	Tertimpa bencana yang berkaitan dengan air

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
19	Bertemunya Istana Matahari dan Istana Bulan Hari Bodhisattva Avalokiteśvara meninggalkan kehidupan berumah tangga	Umur dikurangi
23	Empat Raja Langit berkeliling	—
25	Hari akhir bulan Hari pantangan Yang Gong	Umur dikurangi
27	Turunnya dewa rasi Dou	Jatah umur dikurangi satu ji
28	Roh tubuh berada di bagian kemaluan	Menderita penyakit
29	Empat Raja Langit berkeliling	—

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
30	Hari kelahiran Buddha Bhaisajyaguru, Buddha Pengobatan Bercahaya Lapis Lazuli Hari akhir bulan Siming, dewa pengatur nasib, menyampaikan laporan Empat Raja Langit berkeliling (jika bulan hanya terdiri dari 29 hari, berpantanglah pada tanggal 29)	Menderita penyakit berbahaya Umur dikurangi

Bulan 10

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
1	Akhir bulan Minsuila, hari persembahan tahunan rakyat Turunnya Empat Raja Langit	Jatah umur dikurangi satu ji Meninggal dalam satu tahun
3	Turunnya dewa rasi Dou Hari kelahiran tiga tokoh suci Mao	Jatah umur dikurangi satu ji

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
5	Hari pertemuan bawah, Xiahui Hari kelahiran Patriark Bodhidharma	Umur berkurang
6	Biro Langit melakukan pemeriksaan	Jatah umur dikurangi satu ji
8	Hari nirwana Buddha; hasrat seksual sangat dipantangkan Empat Raja Langit berkeliling	—
10	Turunnya Empat Raja Langit	Meninggal dalam satu tahun
11	Dianjurkan berpantang	—
14	Turunnya para dewa Sanyuan Empat Raja Langit berkeliling	Umur dikurangi
15	Bulan purnama Turunnya para dewa Sanyuan Pada Xiayuan, kantor ilahi perairan memeriksa daftar catatan Empat Raja Langit berkeliling	Jatah umur dikurangi satu ji

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
16	Turunnya para dewa Sanyuan	Umur dikurangi
23	Hari pantangan Yang Gong Empat Raja Langit berkeliling	—
25	Hari akhir bulan	Umur dikurangi
27	Turunnya dewa rasi Dou Turunnya Beiji Ziwei Dadi, dewa agung Ziwei	Jatah umur dikurangi satu ji
28	Roh tubuh berada di bagian kemaluan	Menderita penyakit
29	Empat Raja Langit berkeliling	—
30	Hari akhir bulan Siming, dewa pengatur nasib, menyampaikan laporan Empat Raja Langit berkeliling (jika bulan hanya terdiri dari 29 hari, berpantanglah pada tanggal 29)	Umur dikurangi

Bulan 11

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
1	Awal bulan	Jatah umur dikurangi satu ji
3	Turunnya dewa rasi Dou	Jatah umur dikurangi satu ji
4	Hari kelahiran Kongzi, Guru Terdahulu yang Mahasuci	Rezeki dikurangi dan jatah umur dipotong satu ji
6	Hari kelahiran Xiyue Dadi, dewa agung Gunung Barat	Rezeki dikurangi dan jatah umur dipotong satu ji
8	Empat Raja Langit berkeliling	—
11	Hari dibukanya lumbung Langit Hari kelahiran Taiyi Jiuku Tianzun, Yang Mulia Langit Penyelamat dari Penderitaan	Jatah umur dikurangi satu ji
14	Empat Raja Langit berkeliling	—

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
15	Bulan purnama Empat Raja Langit berkeliling Pelanggaran pada paruh pertama malam Pelanggaran pada paruh kedua malam	Laki-laki meninggal Perempuan meninggal
17	Hari kelahiran Buddha Amitabha	—
19	Hari kelahiran Taiyang dari Istana Matahari	Tertimpa bencana luar biasa
21	Hari pantangan Yang Gong	—
23	Hari kelahiran Zhang Xian, makhluk suci abadi Zhang Empat Raja Langit berkeliling	Garis keturunan terputus
25	Turunnya Lueshua Dafu, pejabat pemeriksa Hari akhir bulan	Kemalangan besar
26	Hari kelahiran dewa Wudao dari Utara	—
27	Turunnya dewa rasi Dou	Jatah umur dikurangi satu ji
28	Roh tubuh berada di bagian kemaluan	Menderita penyakit

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
29	Empat Raja Langit berkeliling	—
30	Akhir bulan Siming, dewa pengatur nasib, menyampaikan laporan Empat Raja Langit berkeliling (jika bulan hanya terdiri dari 29 hari, berpantanglah pada tanggal 29)	Umur dikurangi

Pada tanggal 15, letak tulisan dalam sumber secara khusus menghubungkan pelanggaran pada paruh pertama malam dengan kematian laki-laki, dan pelanggaran pada paruh kedua malam dengan kematian perempuan.

Bulan 12

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
1	Awal bulan	Jatah umur dikurangi satu ji
3	Turunnya dewa rasi Dou	Jatah umur dikurangi satu ji

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
6	Bulan dibukanya lumbung Langit (demikian bunyi sumber: 开月) Hari pantang Leizhai, yang berkaitan dengan dewa guntur	Umur dikurangi
8	Wanghoula, hari persembahan para raja dan bangsawan Hari Tathagata Śākyamuni mencapai pencerahan Empat Raja Langit berkeliling	Jatah umur dikurangi satu ji
12	Taisu Sanyuanjun menghadap Yang Sejati	—
14	Empat Raja Langit berkeliling	—
15	Bulan purnama Empat Raja Langit berkeliling	Jatah umur dikurangi satu ji
16	Hari kelahiran Nanyue Dadi, dewa agung Gunung Selatan	—
19	Hari pantangan Yang Gong	—
20	Langit dan Bumi saling berhubungan	Umur diperpendek

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
21	Hari kelahiran Tianyou Shangdi, penguasa ilahi Tianyou	—
23	Turunnya para dewa Lima Gunung Suci Empat Raja Langit berkeliling	—
24	Siming menghadap ke Langit dan melaporkan kebaikan serta kejahatan manusia	Bencana besar
25	Tiga Yang Murni dan Kaisar Giok turun bersama untuk memeriksa kebaikan dan kejahatan	Tertimpa bencana luar biasa
27	Turunnya dewa rasi Dou	Jatah umur dikurangi satu ji
28	Roh tubuh berada di bagian kemaluan	Menderita penyakit
29	Hari kelahiran Bodhisattva Huayan Empat Raja Langit berkeliling	—

Tanggal	Keterangan pantang dalam sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
30	Para dewa turun untuk menyelidiki kebaikan dan kejahatan	Laki-laki dan perempuan yang melanggar sama-sama meninggal

Ketentuan tersendiri: hari Wu (戊) yang jatuh dalam sepuluh hari pertama bulan kedua belas. Sumber menempatkan tulisan ini di antara kelompok tanggal 8 dan 12, tanpa akibat tersendiri yang dinyatakan tegas. Ketentuan ini tidak disamakan dengan tanggal 8 dan tidak diberi akibat “pengurangan satu ji” dari kelompok tanggal tersebut.

Catatan penutup sumber: “Masa pantang di atas berjumlah seluruhnya dua ratus dua puluh lima hari setiap tahun. Untuk bulan sisipan, ikuti ketentuan sebelumnya. Semuanya merupakan hari-hari tetap dalam setiap bulan.”

Masa pantang tambahan

Bagian berikut meneruskan ajaran dan larangan sumber yang sama. “Melanggar” berarti melakukan hubungan seksual pada waktu atau dalam keadaan yang dilarang sumber; semua akibat di bawah ini adalah pernyataan sumber, bukan penilaian medis penerjemah.

Bulan ekuinoks: musim semi dan musim gugur

- Chunfen, ekuinoks musim semi: guntur akan mulai berbunyi. Pantang dianjurkan sejak penanda musim Jingzhe, “bangunnya serangga”, dan diteruskan selama satu bulan.
- Qiufen, ekuinoks musim gugur: daya yang mematikan makin kuat, sedangkan daya yang makin melemah dari hari ke hari. Pantang dianjurkan sejak penanda musim Bailu, “embun putih”, dan diteruskan selama satu bulan.

Kolom akibat pada baris Chunfen menyatakan: orang yang melanggar akan mendapat anak dengan organ indra dan anggota badan yang tidak lengkap; ayah dan ibu akan tertimpa bencana. Akibat ini tidak diperluas ke baris Qiufen.

Catatan sumber: tiga hari sebelum dan tiga hari sesudah masing-masing penanda musim ini, bersama harinya sendiri, berjumlah tujuh hari. Pelanggaran pasti menyebabkan penyakit berbahaya; karena itu pantangan terutama harus dijaga selama masa tersebut.

Bulan solstis: musim panas dan musim dingin

- Xiazhi, solstis musim panas: yin dan yang saling bertentangan; inilah saat hidup dan mati dipisahkan. Pantang dianjurkan sejak Mangzhong, penanda musim “bulir berjanggut”, dan diteruskan selama satu bulan.
- Dongzhi, solstis musim dingin: yin dan yang saling bertentangan; inilah saat hidup dan mati dipisahkan. Pantang dianjurkan sejak Daxue, penanda musim “salju lebat”, dan diteruskan selama satu bulan.

Catatan sumber: kedua solstis merupakan peralihan antara terputus dan berlanjutnya yin dan yang, sehingga pantang terutama diperlukan. Tiga hari sebelum dan tiga hari sesudah masing-masing solstis, bersama harinya sendiri, berjumlah tujuh hari. Pelanggaran pasti menyebabkan penyakit akut; pantangan harus dijaga dengan sungguh-sungguh.

Pantangan khusus Dongzhi

Tabel sumber mencantumkan dua baris waktu:

- Jam Zi pada tengah malam.
- Hari Geng dan Xin sesudahnya; hari Xu yang ketiga.

Satu kolom akibat mencakup kedua baris: pelanggaran menandakan kematian dalam satu tahun.

Hari-hari lain menurut penanggalan

1. Hari Sanyuan: pelanggaran mengurangi umur lima tahun. Shangyuan, Zhongyuan, dan Xiayuan masing-

masing jatuh pada tanggal 15 bulan pertama, ketujuh, dan kesepuluh dalam kalender lunar.

2. Empat awal musim, yaitu Lichun, Lixia, Liqiu, dan Lidong; empat hari Li, yaitu sehari sebelum solstis musim dingin, solstis musim panas, ekuinoks musim semi, dan ekuinoks musim gugur; empat hari Jue, yaitu sehari sebelum masing-masing awal musim; serta dua hari She. Chun She adalah hari Wu kelima sesudah Lichun, sedangkan Qiu She adalah hari Wu kelima sesudah Liqiu. Pelanggaran pada hari-hari tersebut mengurangi umur lima tahun.
3. Anak yang dikandung pada hari She akan memiliki rambut dan bulu tubuh yang seluruhnya putih.
4. Tiga masa Fu, yakni Fu awal, tengah, dan akhir, masing-masing sepuluh hari; hari bulan separuh, dengan separuh membesar pada tanggal 7 atau 8 dan separuh mengecil pada tanggal 22 atau 23; hari terakhir setiap bulan; serta tiga hari Xin setiap bulan. Pelanggaran pada hari-hari ini mengurangi umur satu tahun. Sumber mengulang keterangan bahwa tiga masa Fu masing-masing berlangsung sepuluh hari.
5. Hari Jiazi, Gengshen, dan Taisui; juga hari menyalakan dupa, menjalankan puasa ritual, serta memberikan persembahan dan ucapan terima kasih kepada Buddha. Pelanggaran mengurangi umur satu tahun.

6. Peringatan wafat leluhur, hari kelahiran orang tua, dan peringatan wafat orang tua. Pelanggaran mengurangi umur satu tahun.
7. Hari peringatan kelahiran masing-masing suami dan istri (sumber memakai istilah 本命生日, benming danri). Pelanggaran mengurangi umur. Istilah sumber dipertahankan di sini tanpa menambahkan satu hari pantang lain yang terpisah.
8. Hari Bing dan Ding serta hari dibukanya lumbung Langit dan Bumi. Pelanggaran menyebabkan penyakit.
9. Hari Huibai, “kerusakan”: tanggal 18 dalam bulan berjumlah 30 hari, atau tanggal 17 dalam bulan berjumlah 29 hari. Pelanggaran menyebabkan penyakit.
10. Hari Shi'e Dabai, “sepuluh keburukan dan kekalahan besar”, menurut batang langit tahun:
 - Tahun Jia atau Ji: hari Wuxu pada bulan 3; Guihai pada bulan 7; Bingshen pada bulan 10; Dinghai pada bulan 11.
 - Tahun Yi atau Geng: hari Renshen pada bulan 4; Yisi pada bulan 9.
 - Tahun Bing atau Xin: hari Xinsi pada bulan 3; Gengchen pada bulan 9; Jiachen pada bulan 10.
 - Tahun Ding atau Ren: tidak ada pantangan dalam kategori ini.
 - Tahun Wu atau Gui: hari Jichou pada bulan 6.

Sumber menyebut semua hari yang tercantum dalam kategori terakhir itu sangat tidak menguntungkan dan menganjurkan pantang.

Hari Yincuo: ketidakselarasan yin

Bulan lunar	Hari
1	Gengxu (庚戌)
2	Xinyou (辛酉)
3	Gengshen (庚申)
4	Dingwei (丁未)
5	Bingwu (丙午)
6	Dingsi (丁巳)
7	Jiachen (甲辰)
8	Yimao (乙卯)
9	Jiayin (甲寅)
10	Guichou (癸丑)
11	Renzi (壬子)
12	Guihai (癸亥)

Keterangan yang berlaku untuk seluruh daftar: hari-hari ini dianggap kekurangan yin; semuanya dianjurkan untuk berpantang.

Hari Yangcuo: ketidakselarasan yang

Bulan lunar	Hari
1	Shenyin (申寅), sesuai tulisan sumber
2	Yimao (乙卯)
3	Jiachen (甲辰)
4	Dingsi (丁巳)
5	Bingwu (丙午)
6	Dingwei (丁未)
7	Gengshen (庚申)
8	Xinyou (辛酉)
9	Gengxu (庚戌)
10	Guihai (癸亥)
11	Renzi (壬子)
12	Guichou (癸丑)

Keterangan yang berlaku untuk seluruh daftar: hari-hari ini dianggap kekurangan yang; semuanya dianjurkan untuk berpantang.

Catatan penerjemah: tulisan 申寅 pada bulan pertama dipertahankan. Keduanya merupakan tanda cabang bumi, bukan pasangan batang langit dan cabang bumi yang biasa dipakai sebagai nama hari. Ketidaklaziman ini tidak diperbaiki dengan menebak karakter pengganti.

Catatan sumber: setiap tahun, masa pantang di atas hendaknya diperiksa bulan demi bulan dalam almanak Shixianshu, disalin, lalu disisipkan ke dalam buku ini agar larangannya dapat diikuti.

Pantangan Langit: harus dijaga dengan sungguh-sungguh

Keadaan menurut sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
Panas yang sangat menyengat atau dingin yang sangat keras	Penyakit berat yang tidak tertolong
Angin kencang, guntur dan hujan; Langit dan Bumi menjadi gelap; gerhana matahari atau bulan; munculnya pelangi atau terjadinya gempa	Melahirkan makhluk yang oleh sumber disebut “ganjil”, lalu meninggal
Siang hari; di bawah bintang dan bulan; di depan cahaya lampu	Umur berkurang

Pantangan tempat: harus dijaga dengan sungguh-sungguh

Tempat menurut sumber	Akibat yang dinyatakan sumber
Di dalam kuil, wihara, tempat ibadah Taois, atau balai pemujaan	Rezeki dan umur sangat berkurang
Di sisi sumur, tungku, atau jamban; di dekat kebun telantar, kuburan, jasad, atau peti jenazah	Roh jahat turun menjadi janin; lahir makhluk yang disebut “ganjil” dan terjadi kematian

Pantangan keadaan diri: harus dijaga dengan sungguh-sungguh

- Memendam amarah: kemarahan besar merusak hati; pelanggaran pasti menyebabkan penyakit.
- Perjalanan jauh: berhubungan seksual lalu menempuh seratus li menyebabkan sakit; menempuh seratus li lalu berhubungan seksual menyebabkan kematian. Li adalah satuan jarak dalam teks; di sini tidak diubah menjadi kilometer.
- Mabuk atau terlalu kenyang: hubungan seksual dalam keadaan itu membuat kelima organ dalam menjadi kacau.
- Perut kosong: pelanggaran merusak yuanshen, daya roh asal.

- Sesudah sakit: pelanggaran menyebabkan perubahan gejala dan kambuhnya penyakit.
- Selama kehamilan: pelanggaran mencederai janin. Karena itu, sumber menganjurkan tidur terpisah dan menghentikan hubungan seksual sejak hamil. Alasannya, pertama, agar petunjuk menjaga janin ditaati dengan sungguh-sungguh dan agar tidak terjadi keguguran maupun penyakit anak yang disebut taidu dan taicui, penyakit ruam atau cacar yang berbahaya, youfeng, kejang jingxian, serta penyakit gusi yagan. Kedua, sumber menjanjikan bahwa anak laki-laki akan berwibawa dan lurus, sedangkan anak perempuan akan menjaga kesucian, tenang, dan bersikap halus, sehingga dengan sendirinya tidak melakukan perilaku seksual yang dianggap tidak patut. Nama-nama penyakit lama tersebut dipertahankan agar tidak disamakan begitu saja dengan diagnosis kedokteran sekarang.

Lanjutan pantangan keadaan diri

- Sesudah melahirkan: jika larangan dilanggar dalam masa sepuluh hari lebih, perempuan itu pasti meninggal; jika dilanggar dalam seratus hari, ia pasti sakit.
- Saat datang tiangui, yakni menstruasi: pelanggaran menyebabkan penyakit yang disebut xuema; laki-laki maupun perempuan akan sakit.

- Tikar bambu: bambu dianggap bersifat dingin; pelanggaran mudah membuat tubuh terkena hawa dingin.
- Selimut tipis: pelanggaran membuat hawa dingin masuk ke tulang.
- Hindari angin yang masuk melalui celah jendela; berpantanglah ketika berbaring tidur larut malam.
- Jika baru selesai berhubungan seksual dan bayi di samping menangis, jangan langsung menyusuinya.
- Jangan langsung mengipas diri atau minum teh dingin maupun air dingin setelah berhubungan seksual. Jika tubuh terlalu kedinginan, sumber menyatakan kematian bahkan dapat terjadi seketika.
- Jangan melakukannya dua kali dalam satu malam.
- Jangan menggunakan ramuan perangsang atau obat seksual yang dianggap menyimpang.
- Jangan menahan agar tidak terjadi pengeluaran air mani.
- Ketika sakit, mengalami luka atau bisul, atau terkena cacar: sebelum benar-benar pulih, sama sekali tidak boleh melanggar; kebanyakan pelanggar pasti meninggal.
- Penyakit mata: jika belum sembuh atau baru sembuh, pelanggaran pasti menyebabkan kebutaan.
- Xulao, penyakit keletihan dan kelemahan menahan dalam istilah lama: meskipun sudah dirawat hingga sehat dan kuat, hubungan seksual masih harus

dihentikan selama satu tahun. Jika seseorang mengira dirinya pulih lalu melanggar, kebanyakan pasti meninggal.

- Cedera urat atau tulang: sesudah pulih pun harus tetap berpantang sekitar 170–180 hari. Jika belum lewat seratus hari, pelanggaran pasti menyebabkan kematian; sekalipun sudah lewat, pelanggaran tetap dikatakan pasti menyebabkan disabilitas.
- Terlalu lelah bekerja; terlalu banyak memikirkan urusan; terlalu kepanasan; terlalu ketakutan; atau terlalu sedih: dalam semua keadaan ini tidak boleh melanggar. Akibat ringan berupa penyakit menahun; akibat berat berupa kematian seketika.

Penutup dari sumber

Di luar masa pantang bulanan serta “pantangan Langit”, “pantangan keadaan diri”, dan sebagainya di atas, masih ada enam atau tujuh hari setiap bulan yang sama sekali tidak terkena pantangan. Bagi orang yang hendak menjaga tubuh, hubungan seksual semestinya paling banyak “tiga atau empat kali” sebulan; dengan demikian, menurut sumber, penyakit tidak akan menyerang dan tubuh serta daya batin akan kuat. Sumber juga menyatakan bahwa orang yang sedikit hasrat seksualnya pasti memperoleh lebih banyak anak laki-laki, dan keturunannya pun pasti bertubuh kuat.

Pemuda yang baru menikah sering mengumbar hasrat hingga merusak tubuh, sehingga kebahagiaan perkawinan yang seharusnya bertahan seumur hidup

terkuras hampir habis dalam waktu singkat. Sungguh menyedihkan! Mengapa tidak menjaga masa pantang dengan sungguh-sungguh, memelihara tubuh dan kehidupan, agar kelak dapat menua bersama dengan saling menghormati, bersukacita karena banyak anak cucu, dan menikmati kebahagiaan keluarga sepenuhnya?

Catatan tentang bacaan sumber

- Pada tanggal 1 bulan ketujuh dan kesepuluh, sumber menulis *yuehui*, “akhir bulan”. Keganjilan terhadap nomor tanggal dipertahankan, tidak diam-diam diganti menjadi “awal bulan”. Sumber juga menggunakan istilah hari akhir bulan pada tanggal 25.
- Pada bulan ketujuh tanggal 5, sumber sendiri mencatat bacaan lain: tanggal 7.
- Pada tanggal 6 bulan kedua belas, PDF menulis 天仓开月, “bulan dibukanya lumbung Langit”; halaman web pembeding menulis 天仓开日, “hari dibukanya lumbung Langit”. Terjemahan mengikuti PDF dan mencatat perbedaannya.
- Jumlah yang dinyatakan sumber adalah 225 hari. Tabel yang terbaca memuat 216 kelompok tanggal yang disebut secara eksplisit, ditambah ketentuan tersendiri mengenai hari Wu dalam sepuluh hari pertama bulan kedua belas. Hitungan kelompok tanggal tidak otomatis sama dengan hitungan hari pantang; tidak ditambahkan sembilan tanggal rekaan untuk menyamakan keduanya.
- Pada bulan keempat tanggal 4 dan 8, frasa akibat tercetak sebagai 失瘠天胎. Bagian 失瘠 tetap ditampilkan karena makna dan kemungkinan salah cetaknya belum dipastikan; 天胎 diterjemahkan

sebagai kematian janin sebelum waktunya. Ini merupakan keraguan setempat pada bacaan sumber, bukan izin untuk mengganti kalimat dengan kepastian baru.

- Nama penyakit lama dan istilah yang merendahkan kondisi kelahiran diterjemahkan sebagai ungkapan sumber, bukan kategori klinis atau penilaian terhadap orang nyata. Janji tentang kesehatan, jenis kelamin anak, dan watak keturunan tidak disajikan sebagai fakta medis.

Sumber PDF: Shoukang Baojian, edisi bahasa sehari-hari.

Sumber pembandingan: tabel pada Jiexieyin Wang.

Hubungannya dengan buku yang dirujuk ditelusuri melalui daftar karya pada situs yang sama. Terjemahan tabel mengikuti halaman PDF yang disebut di atas, bukan penyelarasan otomatis antara baris HTML.