

Suplemento de
referência: períodos
de abstinência para
preservar a vida e
interdições do Céu,
da Terra e da pessoa

Sumário

Fonte e modo de leitura.....	4
1º mês lunar.....	6
2º mês lunar.....	10
3º mês lunar.....	13
4º mês lunar.....	16
5º mês lunar.....	19
6º mês lunar.....	23
7º mês lunar.....	25
8º mês lunar.....	28
9º mês lunar.....	31
10º mês lunar.....	34
11º mês lunar.....	37
12º mês lunar.....	40
Notas sobre as leituras da tabela.....	44
Outras interdições constantes da fonte.....	46

Suplemento de referência: períodos de abstinência para preservar a vida e interdições do Céu, da Terra e da pessoa

Tradução em português do Brasil submetida a revisão independente assistida por IA e à verificação das correções. As incertezas da fonte permanecem expressas; não se afirma revisão por leitor humano nativo. Este suplemento não equivale à conclusão da edição integral do livro.

Fonte e modo de leitura

Este suplemento traduz a tabela citada em *Yinlǚ Wuqing* (《阴律无情》), mas ausente do arquivo TXT usado como fonte da tradução principal. O TXT conserva o título e explica que não reproduz a tabela. A presente transcrição vem de uma fonte externa: *Shoukang Baojian* (《寿康宝鉴》), versão em chinês vernáculo, organizada e revista por Yinguang, vertida por discípulos das Três Joias e revista pelo site Jiexieyin. A capa indica distribuição conjunta por Suzhou Honghuashe e pela Associação de Estudos da Cultura Shoukang de Shangqiu. Não foi confirmada a data desta edição nem sua identidade com a edição citada no TXT.

Foram utilizadas as páginas 168–184 do PDF, correspondentes às páginas impressas 165–181. PDF consultado. A reprodução da tabela junto ao livro serve de testemunho paralelo, não de substituto silencioso do PDF.

As interdições e consequências abaixo pertencem à obra citada. Incluem crenças religiosas e afirmações antigas sobre doença, gravidez, descendência e morte; sua tradução não as apresenta como conhecimento médico comprovado ou orientação atual de saúde. O termo “transgressão”, neste quadro, refere-se a ter relações sexuais nas circunstâncias que o texto proíbe. “Abstinência” tem esse sentido;

“jejum ritual” traduz uma observância religiosa distinta, quando expressamente mencionada.

Todos os meses e dias são do calendário lunar chinês. Os nomes de troncos celestes, ramos terrestres e termos solares são mantidos; não se trata de um calendário gregoriano de um ano específico. Os aniversários são datas comemorativas de divindades, budas, bodhisattvas e mestres. “Descida” designa sua vinda ao mundo humano segundo a fonte. Os Três Oficiais são os do Céu, da Terra e das Águas; a designação Dou (斗) é mantida nas referências astrais da fonte; Beidou (北斗) e Nandou (南斗) conservam as distinções entre Norte e Sul.

Cada linha reúne uma data. Os motivos e as consequências conservam sua ordem interna, mas não se deve associar mecanicamente o primeiro motivo à primeira consequência: o original usa células compartilhadas e espaços sem repetição. Uma coluna sem indicação própria não equivale a uma declaração de que não há consequência. Ji e suan são unidades de redução da vida segundo o próprio texto: doze anos e cem dias, respectivamente.

1º mês lunar

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
1	Celebração Tianla, dedicada ao Céu; o Imperador de Jade examina o espírito, a energia vital, os benefícios e o destino das pessoas; lua nova.	Redução dos benefícios destinados à pessoa e perda de um ji (um ji corresponde a doze anos; um suan, a cem dias; perder ji ou suan significa ter a vida encurtada); perda de um ji.
3	Assembleia de todas as divindades; descida das divindades de Dou.	Perda de um ji.
5	Interdição das cinco deficiências (na medicina tradicional chinesa: pulso fino, pele fria, perdas por evacuação e micção, incapacidade de ingerir alimentos e insuficiência da energia vital genuína).	Sem indicação própria.

Suplemento de referência independente

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
6	Interdição dos seis desgastes (seis doenças atribuídas a yin, yang, escuridão, claridade, vento e chuva); dia de jejum ritual do Trovão (o mesmo em todos os meses).	Redução da duração da vida.
7	Dia da Assembleia Superior.	Diminuição da longevidade.
8	Aniversário de Yanluo, soberano do quinto tribunal; ronda dos Quatro Reis Celestiais (o mesmo em todos os meses).	Perda de um ji.
9	Aniversário do Imperador de Jade.	Perda de um ji.
13	Dia interdito de Yang Gong.	Sem indicação própria.
14	Descida dos Três Oficiais; ronda dos Quatro Reis Celestiais (o mesmo em todos os meses).	Redução da duração da vida.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
15	Descida dos Três Oficiais; assembleia divina de Shangyuan; lua cheia (o mesmo em todos os meses); ronda dos Quatro Reis Celestiais (o mesmo em todos os meses).	Redução da duração da vida; perda de um ji; perda de um ji.
16	Descida dos Três Oficiais.	Redução da duração da vida.
19	Aniversário do imortal Changchun.	Sem indicação própria.
23	As divindades dos Três Cadáveres apresentam seus relatórios; ronda dos Quatro Reis Celestiais (o mesmo em todos os meses).	Sem indicação própria.
25	Dia de fim do mês lunar (o mesmo em todos os meses); abertura dos celeiros do Céu e da Terra.	Redução da duração da vida; diminuição da longevidade e filho com doença.
27	Descida das divindades de Dou (o mesmo em todos os meses).	Perda de um ji.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
28	O espírito do corpo humano está na região genital (o mesmo em todos os meses; a abstinência deve começar no dia anterior).	Doença.
29	Ronda dos Quatro Reis Celestiais (o mesmo em todos os meses).	Sem indicação própria.
30	Fim do mês lunar; Siming, que administra o destino, apresenta seu relatório (o mesmo em todos os meses); ronda dos Quatro Reis Celestiais (o mesmo em todos os meses; nos meses de 29 dias, observar a abstinência no dia 29).	Redução da duração da vida.

2º mês lunar

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
1	Lua nova; aniversário de Qin Guang, rei do primeiro tribunal.	Perda de um ji.
2	Assembleia de todas as divindades; aniversário do Deus da Terra, da Virtude e da Fortuna.	Perda de um ji; infortúnio.
3	Descida das divindades de Dou; aniversário do Senhor Imperial Wenchang.	Redução dos benefícios destinados à pessoa e perda de um ji.
6	Dia de jejum ritual do Trovão; aniversário do Senhor Imperial do Pico Oriental.	Redução da duração da vida.
8	Renúncia de Buda Shakyamuni à vida familiar; aniversário do rei Song Di; aniversário do Grande Imperador Zhang; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Perda de um ji.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
11	Dia interdito de Yang Gong.	Sem indicação própria.
14	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
15	Parinirvana de Buda Shakyamuni; lua cheia; aniversário do Supremo Senhor Lao; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Redução dos benefícios destinados à pessoa e perda de um ji.
17	Aniversário do general Du do Oriente.	Sem indicação própria.
18	Aniversário de Wuguan, rei do quarto tribunal; data de falecimento de Confúcio, o Mestre Sábio por Excelência.	Redução dos benefícios destinados à pessoa e perda de um ji.
19	Aniversário de Guanyin, o Grande Ser.	Perda de um ji.
21	Aniversário do bodhisattva Samantabhadra.	Sem indicação própria.
23	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
25	Dia de fim do mês lunar.	Redução da duração da vida.
27	Descida das divindades de Dou.	Perda de um ji.
28	O espírito do corpo humano está na região genital.	Doença.
29	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
30	Fim do mês lunar; Siming apresenta seu relatório; ronda dos Quatro Reis Celestiais (nos meses de 29 dias, observar a abstinência no dia 29).	Redução da duração da vida.

3º mês lunar

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
1	Lua nova; aniversário de Chujiang, rei do segundo tribunal.	Perda de um ji.
3	Descida das divindades de Dou; aniversário do Imperador do Céu Misterioso.	Perda de um ji.
6	Dia de jejum ritual do Trovão.	Redução da duração da vida.
8	Aniversário de Biancheng, rei do sexto tribunal; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Perda de um ji.
9	Saída da divindade de cabeça de boi; dia interdito de Yang Gong.	Nascimento de uma criança qualificada pela fonte como “má”.
12	Aniversário da divindade dos Cinco Caminhos do Centro.	Sem indicação própria.
14	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
15	Lua cheia; aniversário de Xuantan; aniversário do Imperador do Vasto Céu; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Perda de um ji.
16	Aniversário do bodhisattva Cundi.	Perda de um ji.
18	Aniversário do Grande Imperador do Pico Central; aniversário da Senhora Houtu; descida dos Três Mao.	Sem indicação própria.
20	Abertura dos celeiros do Céu e da Terra; aniversário da Senhora dos Descendentes.	Diminuição da longevidade.
23	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
25	Dia de fim do mês lunar.	Redução da duração da vida.
27	Descida das divindades de Dou; aniversário de Taishan, rei do sétimo tribunal.	Perda de um ji.

Suplemento de referência independente

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
28	O espírito do corpo humano está na região genital; aniversário de Cangjie, o Mestre Sábio por Excelência.	Doença; redução dos benefícios destinados à pessoa e perda de um ji.
29	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
30	Fim do mês lunar; Siming apresenta seu relatório; ronda dos Quatro Reis Celestiais (nos meses de 29 dias, observar a abstinência no dia 29).	Redução da duração da vida.

4º mês lunar

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
1	Lua nova; aniversário de Dushi, rei do oitavo tribunal.	Perda de um ji.
3	Descida das divindades de Dou.	Perda de um ji.
4	Todas as divindades promovem a transformação para o bem; aniversário do bodhisattva Manjushri.	“失瘡” [leitura incerta preservada]; morte prematura do feto.
6	Dia de jejum ritual do Trovão.	Redução da duração da vida.
8	Aniversário de Buda Shakyamuni; todas as divindades promovem a transformação para o bem; descida dos jovens divinos do Bem e do Mal; aniversário de Pingdeng, rei do nono tribunal; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Perda de um ji; “失瘡” [leitura incerta preservada] e morte prematura do feto; morte por perda de sangue.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
14	Aniversário do patriarca Chunyang; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Redução da duração da vida.
15	Lua cheia; aniversário do patriarca Zhongli; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Perda de um ji.
16	Abertura dos celeiros do Céu e da Terra.	Diminuição da longevidade.
17	Aniversário do Rei que Faz Girar a Roda, do décimo tribunal.	Perda de um ji.
18	Abertura dos celeiros do Céu e da Terra; aniversário do Grande Imperador Ziwei.	Redução da duração da vida.
20	Aniversário da Santa Mãe da Luz dos Olhos.	Sem indicação própria.
23	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
25	Fim do mês lunar.	Redução da duração da vida.
27	Descida das divindades de Dou.	Perda de um ji.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
28	O espírito do corpo humano está na região genital.	Doença.
29	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
30	Fim do mês lunar; Siming apresenta seu relatório; ronda dos Quatro Reis Celestiais (quando o mês tem 29 dias, observar a abstinência no dia 29).	Redução da duração da vida.

5º mês lunar

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
1	Lua nova; aniversário do Grande Imperador Nanji Changsheng, divindade da longevidade.	Perda de um ji.
3	Descida das divindades de Dou.	Perda de um ji.
5	Celebração Dila, dedicada à Terra; os Cinco Imperadores avaliam e fixam os cargos e títulos das pessoas; um dos Nove Dias Venenosos; dia interdito de Yang Gong.	Redução dos benefícios destinados à pessoa e perda de um ji; morte prematura e calamidades imprevisíveis.
6	Um dos Nove Dias Venenosos; dia de jejum ritual do Trovão.	Morte prematura e calamidades imprevisíveis.
7	Um dos Nove Dias Venenosos.	Morte prematura e calamidades imprevisíveis.
8	Aniversário da divindade dos Cinco Caminhos do Sul; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
11	Abertura dos celeiros celestiais; aniversário do chefe de todos os deuses das cidades sob o Céu.	Diminuição da longevidade.
12	Aniversário do senhor Bingling.	Sem indicação própria.
13	Manifestação do santo Guan.	Redução dos benefícios destinados à pessoa e perda de um ji.
14	Ronda dos Quatro Reis Celestiais; no período zi da noite, o Céu e a Terra entram em harmonia.	Morte de ambos os cônjuges no prazo de três anos.
15	Lua cheia; um dos Nove Dias Venenosos; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Perda de um ji; morte prematura e calamidades imprevisíveis.
16	Um dos Nove Dias Venenosos; ocasião em que a energia primordial do Céu e da Terra gera todos os seres.	Morte de ambos os cônjuges no prazo de três anos.
17	Um dos Nove Dias Venenosos.	Morte prematura e calamidades imprevisíveis.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
18	Aniversário do mestre celestial Zhang.	Sem indicação própria.
22	Aniversário da divindade Xiao'e.	Perda de um ji.
23	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
25	Um dos Nove Dias Venenosos; dia de fim do mês lunar.	Morte prematura e calamidades imprevisíveis.
26	Um dos Nove Dias Venenosos.	Morte prematura e calamidades imprevisíveis.
27	Um dos Nove Dias Venenosos; descida das divindades de Dou.	Morte prematura e calamidades imprevisíveis.
28	O espírito do corpo humano está na região genital.	Doença.
29	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
30	Fim do mês lunar; Siming apresenta seu relatório; ronda dos Quatro Reis Celestiais (nos meses de 29 dias, observar a abstinência no dia 29).	Redução da duração da vida.

Nota da fonte: considera-se apropriado manter a abstinência durante todo este mês.

6º mês lunar

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
1	Lua nova.	Perda de um ji.
3	Descida das divindades de Dou; dia interdito de Yang Gong.	Perda de um ji.
4	Giro da grande Roda do Dharma no continente meridional de Jambudvīpa.	Diminuição da longevidade.
6	Abertura dos celeiros celestiais; dia de jejum ritual do Trovão.	Diminuição da longevidade.
8	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
10	Aniversário do Tathagata Jinsu.	Sem indicação própria.
13	Aniversário do Rei Dragão dos Poços e das Fontes.	Sem indicação própria.
14	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
15	Lua cheia; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Perda de um ji.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
19	Nirvana de Guanyin, o Grande Ser (dia de sua realização do Caminho).	Perda de um ji.
23	Aniversário do Deus do Fogo do Sul; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Calamidade causada por incêndio.
24	Aniversário do Ancestral do Trovão; aniversário do Imperador Guan.	Redução dos benefícios destinados à pessoa e perda de um ji.
25	Dia de fim do mês lunar.	Redução da duração da vida.
27	Descida das divindades de Dou.	Perda de um ji.
28	O espírito do corpo humano está na região genital.	Doença.
29	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
30	Fim do mês lunar; Siming apresenta seu relatório; ronda dos Quatro Reis Celestiais (nos meses de 29 dias, observar a abstinência no dia 29).	Redução da duração da vida.

7º mês lunar

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
1	Fim do mês lunar; dia interdito de Yang Gong.	Perda de um ji.
3	Descida das divindades de Dou.	Perda de um ji.
5	Dia da Assembleia Intermediária; em outra versão, no dia 7.	Diminuição da longevidade.
6	Dia de jejum ritual do Trovão.	Redução da duração da vida.
7	Celebração Daode, da Via e da Virtude; os Cinco Imperadores examinam o bem e o mal praticados pelos vivos; aniversário de Kuixing.	Redução dos benefícios destinados à pessoa e perda de um ji.
8	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
10	Dia do veneno yin: interdição rigorosa.	Sem indicação própria.
12	Aniversário do imortal Tan Changzhen.	Sem indicação própria.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
13	Aniversário do bodhisattva Mahasthamaprapta.	Redução da duração da vida.
14	Descida dos Três Oficiais; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Redução da duração da vida.
15	Lua cheia; descida dos Três Oficiais; o Oficial da Terra examina os registros; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Perda de um ji.
16	Descida dos Três Oficiais.	Redução da duração da vida.
18	Aniversário da Rainha Mãe do Ocidente.	Perda de um ji.
19	Aniversário de Taisui, a divindade que preside o ano.	Perda de um ji.
22	Aniversário do Deus da Riqueza que Aumenta a Fortuna.	Redução dos benefícios destinados à pessoa e perda de um ji.
23	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
25	Fim do mês lunar.	Redução da duração da vida.
27	Descida das divindades de Dou.	Perda de um ji.
28	O espírito do corpo humano está na região genital.	Doença.
29	Dia interdito de Yang Gong; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
30	Aniversário do bodhisattva Kshitigarbha; fim do mês lunar; Siming apresenta seu relatório; ronda dos Quatro Reis Celestiais (nos meses de 29 dias, observar a abstinência no dia 29).	Perda de um ji; redução da duração da vida.

8º mês lunar

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
1	Lua nova; aniversário do imortal Xu.	Perda de um ji.
3	Descida das divindades de Dou; aniversário de Beidou; aniversário do Deus do Fogão, administrador do destino.	Redução dos benefícios destinados à pessoa e perda de um ji; calamidade causada por incêndio.
5	Aniversário do Grande Imperador do Som do Trovão.	Perda de um ji.
6	Jejum ritual do Trovão.	Redução da duração da vida.
8	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
10	Aniversário do Grande Imperador de Beidou.	Sem indicação própria.
12	Aniversário da divindade dos Cinco Caminhos do Oeste.	Sem indicação própria.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
14	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
15	Lua cheia; Taiyin, a divindade lunar, comparece em audiência perante a Origem (deve-se queimar incenso e manter vigília); ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Morte súbita.
16	Descida do imortal investigador da repartição celestial.	Pobreza e morte prematura.
18	Ocasão em que seres celestiais e humanos promovem a felicidade (deve-se observar o jejum ritual e a abstinência, concentrando o pensamento em coisas auspiciosas).	Sem indicação própria.
23	Ronda dos Quatro Reis Celestiais; aniversário de Zhang, marquês Huan de Han, honrado como rei Xian.	Sem indicação própria.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
24	Aniversário da esposa do Deus do Fogão.	Sem indicação própria.
25	Dia de fim do mês lunar.	Redução da duração da vida.
27	Descida das divindades de Dou; aniversário de Confúcio, o Mestre Sábio por Excelência; dia interdito de Yang Gong.	Redução dos benefícios destinados à pessoa e perda de um ji.
28	O espírito do corpo humano está na região genital; reunião dos Quatro Céus para tratar de seus assuntos.	Doença.
29	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
30	Fim do mês lunar; Siming apresenta seu relatório; as divindades fazem suas avaliações; ronda dos Quatro Reis Celestiais (nos meses de 29 dias, observar a abstinência no dia 29).	Perda de um ji; perda de um suan.

9º mês lunar

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
1	Lua nova; aniversário de Nandou; do dia 1 ao dia 9, descem as nove estrelas de Beidou (em todos esses nove dias, observar jejum ritual e abstinência).	Redução dos benefícios destinados à pessoa e perda de um ji; perda de um ji.
3	Aniversário das Cinco Divindades das Epidemias.	Sem indicação própria.
8	Ronda dos Quatro Reis Celestiais; aniversário de Doumu, Mãe de Dou; aniversário do Grande Imperador de Fengdu; ascensão do Imperador do Céu Misterioso.	Redução dos benefícios destinados à pessoa e perda de um ji.
10	Descida de Doumu, Mãe de Dou.	Perda de um ji.
11	Deve-se observar a abstinência.	Sem indicação própria.
13	Aniversário da venerável divindade Meng Po.	Sem indicação própria.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
14	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
15	Lua cheia; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Perda de um ji.
17	Aniversário do Grande Rei Jinlong Si (金龙四大王).	Calamidade ligada à água.
19	Encontro dos palácios do Sol e da Lua; dia em que o bodhisattva Guanyin renunciou à vida familiar.	Redução da duração da vida.
23	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
25	Dia de fim do mês lunar; dia interdito de Yang Gong.	Redução da duração da vida.
27	Descida das divindades de Dou.	Perda de um ji.
28	O espírito do corpo humano está na região genital.	Doença.
29	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
30	Aniversário do Buda da Medicina, da Luz de Lápis-Lazúli; dia de fim do mês lunar; Siming apresenta seu relatório; ronda dos Quatro Reis Celestiais (nos meses de 29 dias, observar a abstinência no dia 29).	Doença grave; redução da duração da vida.

10º mês lunar

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
1	Fim do mês lunar; celebração Minsuila; descida dos Quatro Reis Celestiais.	Perda de um ji; morte no prazo de um ano.
3	Descida das divindades de Dou; aniversário dos Três Mao.	Perda de um ji.
5	Dia da Assembleia Inferior; aniversário do patriarca Bodhidharma.	Diminuição da longevidade.
6	Inspeção da repartição celestial.	Perda de um ji.
8	Dia do nirvana de Buda: proibição rigorosa do desejo sexual; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
10	Descida dos Quatro Reis Celestiais.	Morte no prazo de um ano.
11	Deve-se observar a abstinência.	Sem indicação própria.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
14	Descida dos Três Oficiais; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Redução da duração da vida.
15	Lua cheia; descida dos Três Oficiais; no festival Xiayuan, a administração das Águas examina os registros; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Perda de um ji.
16	Descida dos Três Oficiais.	Redução da duração da vida.
23	Dia interdito de Yang Gong; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
25	Dia de fim do mês lunar.	Redução da duração da vida.
27	Descida das divindades de Dou; descida do Grande Imperador Beiji Ziwei.	Perda de um ji.
28	O espírito do corpo humano está na região genital.	Doença.
29	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
30	Dia de fim do mês lunar; Siming apresenta seu relatório; ronda dos Quatro Reis Celestiais (nos meses de 29 dias, observar a abstinência no dia 29).	Redução da duração da vida.

11º mês lunar

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
1	Lua nova.	Perda de um ji.
3	Descida das divindades de Dou.	Perda de um ji.
4	Aniversário de Confúcio, o Mestre Sábio por Excelência.	Redução dos benefícios destinados à pessoa e perda de um ji.
6	Aniversário do Grande Imperador do Pico Ocidental.	Redução dos benefícios destinados à pessoa e perda de um ji.
8	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
11	Abertura dos celeiros celestiais; aniversário de Taiyi, Venerável Celestial que Livra do Sofrimento.	Perda de um ji.
14	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
15	Lua cheia; ronda dos Quatro Reis Celestiais; transgressão na primeira metade da noite; transgressão na segunda metade da noite.	Morte do homem; morte da mulher.
17	Aniversário de Buda Amitabha.	Sem indicação própria.
19	Aniversário da divindade do Palácio do Sol.	Calamidade extraordinária.
21	Dia interdito de Yang Gong.	Sem indicação própria.
23	Aniversário do imortal Zhang; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Fim da descendência.
25	Descida do dignitário investigador; dia de fim do mês lunar.	Grande desgraça.
26	Aniversário da divindade dos Cinco Caminhos do Norte.	Sem indicação própria.
27	Descida das divindades de Dou.	Perda de um ji.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
28	O espírito do corpo humano está na região genital.	Doença.
29	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
30	Fim do mês lunar; Siming apresenta seu relatório; ronda dos Quatro Reis Celestiais (nos meses de 29 dias, observar a abstinência no dia 29).	Redução da duração da vida.

12º mês lunar

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
1	Lua nova.	Perda de um ji.
3	Descida das divindades de Dou.	Perda de um ji.
6	“Mês de abertura dos celeiros celestiais” (天仓开月, leitura do PDF); dia de jejum ritual do Trovão.	Redução da duração da vida.
8	Celebração Wanghoula, dos reis e senhores; dia da realização do Caminho pelo Tathagata Shakyamuni; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Perda de um ji.

Suplemento de referência independente

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
Condição independente: primeiros dez dias	Dia wu (戊) que caía nos primeiros dez dias do 12º mês.	A fonte não lhe atribui uma consequência própria; não se aplica automaticamente a indicação do dia 8.
12	Homenagem aos imortais por Taisu Sanyuanjun (太素三元君, nome divino preservado sem deduzir quantidade ou gênero).	Sem indicação própria.
14	Ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
15	Lua cheia; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Perda de um ji.
16	Aniversário do Grande Imperador do Pico Meridional.	Sem indicação própria.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
19	Dia interdito de Yang Gong.	Sem indicação própria.
20	O Céu e a Terra unem seus caminhos.	Encurtamento da vida.
21	Aniversário do Imperador Tianyou.	Sem indicação própria.
23	Descida das divindades dos Cinco Picos; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
24	Siming sobe ao Céu e relata o bem e o mal praticados pelas pessoas.	Grande calamidade.
25	Os Três Puros e o Imperador de Jade descem juntos para examinar o bem e o mal.	Calamidade extraordinária.
27	Descida das divindades de Dou.	Perda de um ji.

Dia	Motivos da abstinência na fonte	Consequências atribuídas pela fonte
28	O espírito do corpo humano está na região genital.	Doença.
29	Aniversário do bodhisattva Huayan; ronda dos Quatro Reis Celestiais.	Sem indicação própria.
30	As divindades descem e investigam o bem e o mal.	Morte tanto do homem quanto da mulher que transgredirem.

Comentário da fonte: os períodos acima somam duzentos e vinte e cinco dias por ano. Nos meses intercalares, seguir as mesmas indicações do mês correspondente. São datas fixas de cada mês.

Notas sobre as leituras da tabela

- O PDF e a reprodução paralela trazem “fim do mês lunar” (月晦) no dia 1 dos meses 7 e 10. A aparente inconsistência foi mantida, sem substituir o termo por “lua nova”. O mesmo termo pode aparecer no dia 25: a tradução conserva a indicação, não recalcula a data.
- No dia 6 do 12º mês, o PDF traz 天仓开月, “mês de abertura dos celeiros celestiais”; a página paralela traz 天仓开日, “dia de abertura”. O texto acima mantém a leitura do PDF.
- No quadro dos dias de desajuste de yang, o 1º mês traz 申寅. A forma foi preservada, sem corrigi-la por suposição para outra combinação do ciclo.
- A expressão 失瘠, nos dias 4 e 8 do 4º mês, tem leitura e sentido incertos nesta fonte. Seus caracteres foram mantidos; não se acrescentou um diagnóstico ou uma consequência gestacional específica.
- A fonte declara um total de 225 dias. A tabela mensal recuperada contém 216 grupos de datas expressas, além de uma condição independente relativa ao dia wu nos primeiros dez dias do 12º

mês e outras regras gerais. Essas contagens não têm o mesmo alcance; não se inventaram nove datas para conciliá-las.

- No dia 15 do 11º mês, a imagem associa explicitamente a primeira metade da noite à morte do homem e a segunda à morte da mulher. Essa relação específica não autoriza parear todas as demais listas por posição.

Outras interdições constantes da fonte

As seções seguintes continuam a tradução do mesmo texto histórico, com a mesma atribuição das afirmações à obra citada.

Meses dos dois equinócios

Termo solar	Descrição	Consequência	Observância
Equinócio da primavera	O trovão está prestes a soar.	Quem transgredir terá filhos com malformações nos órgãos dos sentidos e nos membros. Os pais sofrerão infortúnios.	A abstinência deve começar no termo solar Jingzhe, o Despertar dos Insetos, e se estender por mais de um mês.

Suplemento de referência independente

Termo solar	Descrição	Consequência	Observância
Equinócio do outono	A energia destrutiva cresce gradualmente; a energia yang diminui a cada dia.		A abstinência deve começar no termo solar Bailu, o Orvalho Branco, e se estender por mais de um mês.

Termo solar	Descrição	Consequência	Observância
Nos três dias anteriores e nos três posteriores a cada um desses dois termos solares, incluindo o próprio dia, são sete dias: a transgressão causa necessariamente uma doença grave. É especialmente importante observar a abstinência.			

Leitura das células compartilhadas: A consequência sobre filhos e pais pertence apenas à linha do equinócio da primavera. Na linha do equinócio do outono, a descrição ocupa as duas colunas centrais e não há consequência própria indicada. A última observação se aplica aos dois equinócios.

Meses dos dois solstícios

Solstício	Descrição e observância
Solstício de verão	Yin e yang disputam entre si; é o momento em que se decide entre vida e morte. A abstinência deve começar no termo solar Mangzhong, o Grão com Barbas, e se estender por mais de um mês.
Solstício de inverno	Yin e yang disputam entre si; é o momento em que se decide entre vida e morte. A abstinência deve começar no termo solar Daxue, a Grande Neve, e se estender por mais de um mês.
Esses dois termos marcam a passagem entre a interrupção e a renovação de yin e yang; neles, a abstinência é especialmente necessária. Nos três dias anteriores e nos três posteriores a cada solstício, incluindo o próprio dia, são sete dias: a transgressão causa necessariamente uma doença aguda. É especialmente importante observar a abstinência.	

Leitura das células compartilhadas: As duas observações finais se aplicam aos dois solstícios.

Solstício de inverno

Circunstância ou orientação	Consequência segundo a fonte
Período zi, à meia-noite	Qualquer transgressão nessas ocasiões anuncia morte no prazo de um ano.
Dias geng e xin que se seguem; terceiro dia xu.	

Leitura das células compartilhadas: A consequência de morte no prazo de um ano abrange as duas linhas de ocasiões.

Dias e condições adicionais

- Dias dos Três Yuan: a transgressão reduz a vida em cinco anos. São os dias 15 dos meses lunares 1, 7 e 10, correspondentes a Shangyuan, Zhongyuan e Xiayuan.
- Os Quatro Inícios (início da primavera, do verão, do outono e do inverno); os Quatro Afastamentos (vésperas dos solstícios de inverno e de verão e dos equinócios da primavera e do outono); os Quatro Finais (vésperas dos Quatro Inícios); e os dois dias she (o quinto dia wu após o início da primavera e o quinto dia wu após o início do

outono). Em todos eles, a transgressão reduz a vida em cinco anos.

- Quem for concebido em um dia she terá todos os pelos e cabelos brancos.
- Os três períodos fu (inicial, intermediário e final, cada qual com dez dias); os dias dos quartos da Lua (quarto crescente nos dias 7 e 8; quarto minguante nos dias 22 e 23); o último dia de cada mês lunar; e os três dias xin de cada mês. Em todos esses casos, a transgressão reduz a vida em um ano. A fonte repete: os períodos fu inicial, intermediário e final têm dez dias cada um.
- Dias jiazi (甲子), gengshen (庚申) e de Taisui; dias em que se oferece incenso, se observa jejum ritual e se fazem oferendas de agradecimento a Buda. A transgressão reduz a vida em um ano.
- Aniversários de falecimento dos antepassados; aniversários de nascimento e de falecimento dos pais. A transgressão reduz a vida em um ano.
- Aniversários de nascimento de cada um dos cônjuges (本命诞日 na fonte). A transgressão reduz a duração da vida.
- Dias bing (丙) e ding (丁); dias de abertura dos celeiros do Céu e da Terra. A transgressão causa doença.

- Dias de ruína: dia 18 dos meses de trinta dias e dia 17 dos meses de vinte e nove dias. A transgressão causa doença.

Dias das Dez Maleficências e da Grande Derrota

- Nos anos jia (甲) e ji (己): dia wuxu (戊戌) do 3º mês; guihai (癸亥) do 7º; bingshen (丙申) do 10º; dinghai (丁亥) do 11º.
- Nos anos yi (乙) e geng (庚): dia renshen (壬申) do 4º mês; yisi (乙巳) do 9º.
- Nos anos bing (丙) e xin (辛): dia xinsi (辛巳) do 3º mês; gengchen (庚辰) do 9º; jiachen (甲辰) do 10º.
- Nos anos ding (丁) e ren (壬): não há interdição nesta categoria.
- Nos anos wu (戊) e gui (癸): dia jichou (己丑) do 6º mês.

Todos os dias assim indicados são extremamente inauspiciosos. Deve-se observar a abstinência.

Dias de desajuste de yin

Datas, grupo 1	Datas, grupo 2	Datas, grupo 3	Datas, grupo 4	Indicação para todas as datas
1º mês: dia gengxu (庚戌)	2º mês: dia xinyou (辛酉)	3º mês: dia gengshen (庚申)	4º mês: dia dingwei (丁未)	São dias de insuficiên cia de yin. Deve-se observar a abstinênci a em todos eles.
5º mês: dia bingwu (丙午)	6º mês: dia dingsi (丁巳)	7º mês: dia jiachen (甲辰)	8º mês: dia yimao (乙卯)	
9º mês: dia jiyin (甲寅)	10º mês: dia guichou (癸丑)	11º mês: dia renzi (壬子)	12º mês: dia guihai (癸亥)	

Leitura das células compartilhadas: A indicação de insuficiência de yin e abstinência abrange todas as doze datas.

Dias de desajuste de yang

Datas, grupo 1	Datas, grupo 2	Datas, grupo 3	Datas, grupo 4	Indicação para todas as datas
1º mês: “dia shenyin” (申寅), tal como consta da fonte	2º mês: dia yimao (乙卯)	3º mês: dia jiachen (甲辰)	4º mês: dia dingsi (丁巳)	São dias de insuficiên cia de yang. Deve-se observar a abstinênci a em todos eles.
5º mês: dia bingwu (丙午)	6º mês: dia dingwei (丁未)	7º mês: dia gengshen (庚申)	8º mês: dia xinyou (辛 酉)	
9º mês: dia gengxu (庚戌)	10º mês: dia guihai (癸亥)	11º mês: dia renzi (壬子)	12º mês: dia guichou (癸丑)	

Leitura das células compartilhadas: A indicação de insuficiência de yang e abstinência abrange todas as doze datas.

Comentário da fonte: a cada ano, consultar o calendário Shixian, verificar mês a mês todos os

períodos de abstinência acima e copiá-los em uma folha para guardar neste livro, observando as interdições indicadas.

Interdições do Céu: observar rigorosamente a abstinência

Circunstância ou orientação	Consequência segundo a fonte
Calor extremo ou frio intenso.	A transgressão causa doença grave sem possibilidade de cura.
Ventos violentos, trovões e chuva; escuridão no Céu e na Terra; eclipses solares e lunares; aparecimento de arco-íris e tremores de terra.	A transgressão leva ao nascimento de seres monstruosos e à morte de quem transgredir.
Durante o dia; sob as estrelas e a Lua; diante da luz de lamparinas ou do fogo.	Qualquer transgressão reduz a duração da vida.

Interdições da Terra: observar rigorosamente a abstinência

Circunstância ou orientação	Consequência segundo a fonte
No interior de templos, mosteiros e santuários.	A transgressão reduz muito os benefícios destinados à pessoa e sua longevidade.

Circunstância ou orientação	Consequência segundo a fonte
Ao lado de poços, fogões ou latrinas; junto a jardins abandonados, túmulos, cadáveres ou caixões.	A transgressão faz com que um espírito maligno entre no feto, e também leva ao nascimento de seres monstruosos e à morte de quem transgride.

Interdições da pessoa: observar rigorosamente a abstinência

Circunstância ou orientação	Consequência segundo a fonte
Raiva reprimida	A cólera intensa prejudica o fígado. A transgressão causa necessariamente doença.
Viagem longa	Quem tiver relações sexuais e depois percorrer cem li adoecerá; quem percorrer cem li e depois tiver relações sexuais morrerá.
Embriaguez ou estômago muito cheio	Ter relações sexuais nessas condições desorganiza os cinco órgãos internos.
Estômago vazio	A transgressão prejudica o espírito primordial.
Após uma doença	A transgressão provoca complicações e recaída.

Circunstância ou orientação	Consequência segundo a fonte
Durante a gravidez	A transgressão prejudica o feto. Por isso, tão logo haja gravidez, deve-se dormir em camas separadas e renunciar às relações sexuais. Em primeiro lugar, isso cumpre rigorosamente os preceitos de educação pré-natal e evita a perda da gestação, assim como os males infantis chamados “veneno fetal” e “debilidade fetal”, as erupções e varíola perigosas, as afecções de “vento errante”, as convulsões e os males das gengivas. Em segundo lugar, os filhos assim gerados serão necessariamente dignos e retos, se meninos, ou castos, serenos, recatados e tranquilos, se meninas, e naturalmente não se entregarão à conduta sexual dissoluta.

Interdições da pessoa, continuação

Circunstância ou orientação	Consequência segundo a fonte
Após o parto	Se houver transgressão nos primeiros dez e poucos dias, a mulher necessariamente morrerá; se ocorrer nos primeiros cem dias, ela necessariamente adoecerá.
Durante a menstruação	A transgressão causa a afecção chamada xuema (血麻证); tanto o homem quanto a mulher adoecem.
Esteira de bambu	O bambu tem natureza fria e fresca; a transgressão facilita a entrada do frio no corpo.
Cobertor fino	A transgressão faz o frio penetrar nos ossos.
Evitar as correntes de ar vindas das frestas das janelas. Observar a abstinência ao se deitar tarde da noite.	
Se, logo após a relação sexual, um bebê chorar ao lado, não lhe dar o peito imediatamente.	

Circunstância ou orientação	Consequência segundo a fonte
Logo após a relação, não usar leque nem beber chá ou água frios: o resfriamento excessivo pode até causar morte imediata.	
Não ter relações duas vezes na mesma noite.	
Não tomar preparados afrodisíacos ou drogas nocivas.	
Não reter a emissão por contração.	
Doença; feridas; erupção de varíola	Enquanto não houver recuperação completa, não se deve transgredir em hipótese alguma; em geral, a transgressão causa necessariamente a morte.
Doença dos olhos	Antes da cura, ou logo depois dela, a transgressão causa necessariamente cegueira.

Circunstância ou orientação	Consequência segundo a fonte
Síndrome de esgotamento por deficiência	Mesmo depois de recuperar a saúde e o vigor, é necessário manter a abstinência por um ano. Se a pessoa transgredir por achar que já se recuperou, em geral morrerá.
Lesões de tendões e ossos	Mesmo após a recuperação, é necessário manter a abstinência por cento e setenta ou cento e oitenta dias. Se não tiverem passado cem dias, a transgressão causa necessariamente a morte; mesmo passado esse prazo, causa necessariamente incapacidade física.
Excesso de esforço; excesso de preocupações; calor excessivo; susto ou medo excessivos; tristeza excessiva	Em todas essas situações, deve-se observar a abstinência. A transgressão causa doença persistente nos casos menos graves e morte imediata nos mais graves.

Leitura das células compartilhadas: As linhas de recomendações isoladas ocupam toda a largura; não recebem uma consequência adicional por estarem ao lado de um espaço vazio.

Exortação final da fonte

Além dos períodos mensais de abstinência e das interdições do Céu, da pessoa e das demais categorias acima, restam, em cada mês, seis ou sete dias sem nenhuma dessas interdições. Para quem procura preservar o corpo, as relações sexuais deveriam limitar-se, no máximo, a três ou quatro vezes por mês; assim, afirma o texto, as doenças não atacariam e o vigor físico e mental se manteria firme. A obra acrescenta que quem modera os desejos necessariamente terá mais filhos homens e descendentes de constituição robusta.

Os jovens recém-casados, prossegue a exortação, muitas vezes prejudicam o corpo ao se entregarem aos desejos e esgotam em pouco tempo o que poderia sustentar uma união de cem anos. Isso é profundamente lamentável! Por que não observar com rigor os períodos de abstinência, preservar o corpo e firmar a própria vida, para depois envelhecer juntos com respeito mútuo, celebrar uma descendência numerosa e desfrutar plenamente da alegria familiar?