ある貴族の一日

朝起きると、まず自分の生まれた星の名前を低い声で七回となえる。星は、自分の運命を決める。次に、ようじで歯をみがき、顔、手を洗って、西に向かい仏の名をとなえて、ふだんから信仰している神にいのる。それから昨日の出来事を日記に書き、かゆを食べる。(食事は一日二回)そのあと髪にくしを入れる。

女は毎日、男は、三日に一度でよい。次に、手足をつめを切るが、丑(うし)の日には手のつめ、寅(とら)の日には足のつめを切る。そのあと、おふろに入る。ただし、毎日ではなく五日に一回である。入浴にもやかましいきまりがあって、一日に入浴すると早死にし、八日であれば長生きする。十八日に入ると盗賊にあい、午(うま)の日に入るとあいきょうがなくなり、亥(い)の日だと恥をかく。

こうしたあと、注意深く衣装や冠をつけてようやく宮中に出かける。宮中の門までは牛車で、あとは徒歩である。人と会ってもなるべく口をきかない。うわさ話などもってのほか。口はわざわいのもと。わずかばかりの行政の仕事、木簡への書きつけなどをした後は、宴会や碁に加わったりした。(略)。