# 楽しかったね でも呪われていたね

鈴木彩可

かんき出版

私は、私に呪いをかけられていました。

# まえがき

ずっと自信のない子どもだった。

運動会は早く終わればいいと思っていたし、身体測定は体重測定の時間が地獄だった。

誰かが彼氏の話をしだしたら、自分には一生縁がないだろうなと思ったし、本当は大きな夢を持っているけど、行動する前に無理だと投げ出した。

いつからそんなに自信がなくなってしまったのか。

今、子育てをしている私は、娘たちに「可愛いね」と褒めることがあるが、娘たちは「当たり前だ」くらいの反応で、私もきっと生まれて数年間はこうだったはずなのに、と不思議に思う。

自信がない子どもではあったけど、ラッキーなことに明るく過ごせる性格だった。
美味しいものは美味しいし、楽しいことは楽しいと感じる。
お笑い番組を見て大笑いすると嫌なことを忘れられたし、そもそも嫌なことがあった日は、誰かが隣で聞いてくれる人生だった。
私は、私を信じることができずにいたけど、私に出会った人は、私のことを信じてくれていたのかもしれないなぁと思う。

じゃあ、どうして。
どうして、私は私を信じてあげられなかったのか。
じゃあ、どうして。
どうして、やりたいことに蓋をして、無理だと諦めてしまったのか。

それは、私が私に呪いをかけてしまっていたからだ。「できない」「ブスだ」「私な

んて」と、たくさんの呪いをかけてきた。

これを書いている今は２０２５年９月で、私は間もなく40歳になるけれど、この40年間は自分自身がかけた呪いを、少しずつ解いていくような日々だった。

それはまあまあ辛い作業で、だけど笑っちゃうほど単純な作業だった。

呪いを解くまでに得たものや、失ったものもたくさんあったから、私のように自分で自分を呪っている誰かに、大丈夫だと伝えたくてこの本を書くことにした。

今、呪われているあなたへ。

大丈夫、きっとその呪いが解ける日が来るから。

この本が誰かのお守りになって、ちゃんと前に進めますように。



# もくじ


まえがき 04

可愛いに決まってたのに 10

結婚と離婚のはざまで 18

ともだちひゃくにんできるかな 26

人生を支配されないでね 34

透明人間になるときがある 42

普通に夢を叶えたかったのだ 50

自虐的な私を救う方法 60

私の旬な時期 68

わたしのことが好きなんじゃない？ 76

胸のつかえが取れた夜 84

お客様のスキンカラーはこちらです 94
ホルスタインふくらはぎ 104
「好きな人に好きだということを絶対に知られてはならない」なんてことはない 110
「私は一生水着を着ない」という呪い 122
聖人じゃないからさ 130
心の輪郭に触れた夜 134
休んでね。あなたもだよ 142
夏空の下、全速力で 150
呪いと呪い 160
増補版あとがき 165
単行本版あとがき 170

ブックデザイン・イラスト　2828（ししどゆうき しげるまつげ）
DTP　Office SASAI

可愛いに決まってたのに

娘を育てていて、「愛されますように」と願う瞬間がある。鏡の前で笑顔の練習をしているのを見かけたときに。どっちの洋服が可愛いか並べて迷っているときに。

一生懸命可愛くなろうとしている気持ちそのものがまるごと可愛くて、「どうか愛されますように」と願う。

もっと言うと、「どうか傷つきませんように」とも願っている。傷つくことは悪いことじゃないけれど、その「可愛い気持ちを傷つけてくる奴がいませんように」と願ってやまない。

私の人生初めてのデートは、その可愛い気持ちをぐしゃぐしゃにされるような出来事だった。

◇

中学生のときだ。

当時、周りの女友達にはみんな彼氏がいて、その存在は、女子中学生のステイタスだった。

みんなが学校で彼氏の話をするから私もしたい。私にも彼氏が欲しい。その程度の気持ちで、友達の友達に、他校の男子を紹介してもらった。

最初はメールで「今日何した?」とか、「部活やってる?」とか軽い会話をしていたけれど、年頃の男女ゆえに、すぐに「会いたいね」という話になった。「じゃあ、今度の休みに会いましょう」となるまでに、おそらく二週間くらい。期待をふくらませながらデートの日を迎えた。

待ち合わせは地元の駅。当時は携帯電話にカメラ機能がなく、お互いの顔を確認するすべがなかったので、目印になるものを身につけて待ち合わせをすることにしていた。私が何を身につけていたのかはもう覚えていないが、相手の目印がハットだったことは覚えている。

券売機のところに、ハットをかぶった男子が一人立っている。

いる。いる。胸が高鳴る。ドキドキする。

「あのぉ」と声をかけようと思って近づいた瞬間、ハットをかぶった男子と目が合った。

私はこの瞬間まで少し期待をしていた。

「あ！　あやかちゃん？　今日楽しみだね！」と明るい挨拶をされて、楽しい一日が始まる。ショッピングビルでぶらぶらしながら、買いもしないメガネをかけ合って、どっちが似合う？　みたいなくだらない会話でケタケタと笑い、お腹が空いたらミスドで好きなドーナツを買って分け合って食べる。「楽しかったね！　また会いたいね！」と言って別れる。

そういう、誰もが経験しそうな楽しいデートを、ほんの少し期待してしまっていた。

だけど、駅で待っていた男子は、私のことを頭の先から足の先までゆっくりと見て、明らかにがっかりした顔をした。「……行く？」とひと言だけ言われて、予定してい

た場所へ向かった。

電車で何を話したのかは覚えていない。出だしから想像していたのとは違って、言葉が出てこなくなってしまった。

私は「相手をがっかりさせてしまった」ということと、私は「相手をがっかりさせてしまうような容姿なんだなぁ」ということだけを噛み締めながら、申し訳ない気持ちでデートをした。

相手の男子は何度もため息をつきながら、一応「ていとして」デートをしていた。いや、してくれていた、というほうが正しいかもしれない。

私との会話が弾まないから、何度も携帯電話で友達と話をして、「うんうん、すぐ帰る。大丈夫。夕方には終わるからそっち行く」「そっち何人？　女子もいる？　オッケーわかった。すぐ行くわ」と笑った。

私は聞こえないふりをしながら、これは誰の、なんのためにしているのかもわから

ないまま、とにかく時間よ過ぎてくれ、と願った。

盛り上がらないデートの終盤で、私が提案したのか、相手が申し訳なく思ったからなのかは覚えていないけれど、プリクラを撮ることになった。相手の男子がプリクラに大きく「ともだち」と書いてトドメを刺した。

いや、こいつ、私のこと傷つけすぎだろう。

私はその日、一番のお気に入りのTシャツを着て出掛けたのだけど、その服さえも悲しい思い出になってしまって、二度と着たくないと思ったし、彼氏が欲しいなんて一生言わないと誓った。

「今度他校の男子とデートするんだ！」と女友達に宣言していたので、何人かに「デートどうだった？」と聞かれたけど、曖昧なことを言って濁した。

そのたびに相手の顔が曇るから、おどけてその場を明るくした。

そういうの、全部、悲しかった。
そんな思い出だ。

◇

娘たちの長い髪を三つ編みにしながら、「可愛いねぇ」というと、彼女たちはなんの疑いもなく「うん！」と頷く。

私もきっと可愛かった。あの日の私の容姿がどうであれ、あの日の私だってきっと可愛かった。お気に入りのTシャツで、気になる男子に会いにいく中学生が、可愛くないわけがないのだ。

こんな思いをしても、幸せな未来をつくることができたということが、この話の実りだ。

おかげで私は、娘たちが傷ついたときに、何度だってこの話をしてあげられる。

あなたを傷つける人と一緒にいなくて大丈夫。
未来には大切な人がいてくれる。
あなたは世界一可愛いのだ！　と。