

# BOOK GUIDE

## 今月のブックガイド

### 私が私を愛するために

“隠れビッチ”とは、清纯派に擬態し、男にチャホヤされるのが生き甲斐のクズ女。褒め言葉と大げさなリアクション、微笑みで男をロックオンしながらヤラせない。著者による“隠れビッチ”の定義と“必勝ルール”の内容は、あまりにもベタな昭和風ブリッコ。今でも通用するのか……という軽い衝撃と納得を感じつつ、しかし、本書は“モテるための指南書”にあらず。「チャホヤされたい」「愛されたい」という著者の欲望は、痛みを伴う気づきを経ながら、父親のDVにさらされた幼少期の頃の心の叫びに重なっていく。これは、自分の欲望やコンプレックスと闘い続け、自分自身を愛するまでの壮絶な回復記である。

男からの誘いと告白。どんなダメ男でも、それが自信をチャージしてくれる「心の養分」であり、生きがいった著者。しかし、束の間の喜びと満足は「もっと愛されたい！」という渴望に変わり、孤立と自己嫌悪による“悲しみの無限ループ”へ。幼い頃からの「認めてほしい」という欲求が、愛されている錯覚を求め続けてしまう。

ともすれば、自己憐憫に浸り、悲劇のヒロインになりかねないところを、筆者はどこまでも自分に向き合い続け、逃げ出したくなる心の内と闘い続ける。そして、友人たちは、彼女のビッチぶりを「クズね！」とバツサリ切り捨てながらも、「そんな自信って本当に意味があるの?」「もうちょっと自分のこと愛してやりなさいよ」と語りかけ続ける。すぐには伝わらない言葉が彼女のなかで反芻されるとき、事態は少しずつだが前進していく。

“隠れビッチ”として男の下心を見透かせるのは、父親の顔色を見ながら生きてきたがゆえの特技。サトラレ男たちを嗤いながら、「こんな特技、欲しくなか



### “隠れビッチ” やってました。

あらいひろよ著  
光文社（2016年9月）  
定価 1000円＋税

ったなあ」とつぶやく哀しみが切ない。自分の感情に気づくほど、感情に振り回されていく苦しみ。愛を求める一方で、男に求められると湧き上がる怒りと苛立ち。「つまんねえ話に付き合ってやってんだから、ちゃんと気分よくさせろよ」「男の承認欲求をそれなりに満たしてやるから、私を助けてろ」

助けてろ！ その心の叫びは、しかし、誰にも届かない。誰も彼女を助けられない。自分を救えるのは自分だけなのだ。「からっぽの自分を満たすために人の心をつまみ食いして責任をとらない」自分が、家族を傷つけてきた父親の姿と重なることも、父親の血が流れている事実を受け入れるのも、そして悪くないはずの母親を責める気持ちがあることも、すべて自分が受け入れていくしかない。

愛情を確かめずにはいられず、恋人の気持ちを試したり、わがままを通そうとしてしまうこと。虐待の連鎖は止められると思っていても、夫にかわいがられる子どもをうらやんでしまうこと。幼少期にDVや虐待を経験した人で、同じような体験を持つ人は少なくない。

過去のつらい体験を水に流すでもなく、武勇伝にするのでもなく、ただ受け入れていくのは容易ではない。“自分にしかできないことだが、自分だけではできない。”これは回復の共同体（Therapeutic Community）の実践で語られるものだが、本書はまさに友人や夫との関係性に支えられながら、一人で果敢に闘い続けた著者の姿が描かれている。一人だけれど、独りぼっちではない。ときに、ヤリマンの女友だちを心配し、叱咤しながら。ゲイやレズビアンの友人に呆れられ、説教されながら。そして、「前向きに自分の弱さと戦ってくれるなら信じます」という夫に見守られながら。

彼女は自分の欲望と闘い続けることを決意し続ける、何度も。そんな彼女のこじらせぶりが泣けて、未来を切り開いていく強さに泣ける、何度も。

（大阪大学大学院准教授 野坂祐子）