

明るい社会は「女性の元気」から！  
全身全速力で日米を駆ける  
行動・実践の人

Text&Photo/Junko Kurahara



26年前、スーツケース一つと3浪で脾臓病の弟を連れて渡米した越山さん。その弟を 若い女手一つでハーバードの大学院まで卒業させ、彼は建築作品で賞もとった。その受賞したビルを見た瞬間、彼女は「私がこの弟をもったことには意味がある！」と気づいたという。いま、越山さんは「日本には弟のように優秀でも、健康や教育体制の問題で、せっかくの能力を発揮しないで、埋もれている人々がいっぱい。皆それぞれが最高の自分を生きられるようにしなければ！」という使命感から、アメリカの最新のホーリスティック（心、体、魂）に関する情報と叡智ちいさを精力的に発信している。

越山 雅代 さん



「日本を元気に  
する運動」創始者



姉弟二人揃って実現した  
アメリカンドリーム

ニックネームが「マシンガン雅代」というだけあって、なにしろ全身からものすごいエネルギーがほとばしっている。「日本を元気にする運動」の創始者である越山雅代さんは、「元気」を体現したような人である。

彼女は大学卒業後、コネもなく、資金とえば学生時代に貯めた貯金だけ、文字通り「スーツケース一つ」で渡米した。あるのは「アメリカンドリームを自らの手でつかむ」という夢だけ。そのとき一緒にアメリカへ連れていった弟さんは日本の大学受験で3浪し、すい臓病を患って希望をなくしてどん底の状態。姉弟揃ってまさに「な

いないづくし」の出発だった。

しかし、弟さんは渡米後、その状態からすぐに抜け出し、英語学校で学び、ハーバード大学の大学院まで進んだ。雅代さんは通訳、ホテルのコンシェルジュ、日本語や英語の教師などさまざまな職業につきながら、弟さんの学費を稼ぎ、彼の生活を支えた。その後弟さんは建築家として活躍しているそうだ。

一方雅代さんは、働きながらさまざまな出会いを繰り返して、起業家として大成功を取め、その後素晴らしい伴侶を得て現在はシカゴに居を構え、日米を飛び回っている。その詳しい経緯は著書「幸運へのダイナマイト」に譲るが、起業家として成功するまでの道のりは、決して平坦なものではなかった。雅代さんは著書で述べている。

「残念ながら困難やチャレンジがないと人間は成長しないようです。だから、わざと自分のために積極的な夢を持ち、高い目標を立ててどんどんチャレンジし、チャレンジできることに感謝し、そのプロセスを楽しみようにするのです。そうすると早く成長できて、自分が見え、人生の役割のようなものもわかってくるのです」

雅代さんの原点は、この「チャレンジ行動」にある。

## 迷路で佇んでいた 少女時代

W  
いまの元気な姿からは想像できないが、実は雅代さんは小さいころから体が弱かったという。そのため、「余分な苦勞をさせないよう」といってご家庭の配慮から、北



200名を集めて情熱と熱気ムンムンだった、昨年4月の講演会（東京）。雅代さんの講演会で人生が180度好転した人もたくさん紹介された。

海道でも有数のキリスト教一貫教育の「お嬢様学校」で少女時代を過ごした。

「あのころの私は全然私ではなかった。規則や周囲の雰囲気にも馴染めなくて、どうやったら迷惑をかけずに自殺できるか、なんて深刻に考えていたの！ この私がですよ！ 信じられないでしょう（笑）」

そんな危機も、好きだった英語を活かして大学に進学したところに乗り越え、渡米後はビジネスでも成功したが、アレルギーに頭痛、慢性疲労や肩こり、腰痛などを常に抱え、体はいつも不調だった。

そんな雅代さんに健康面での転機が訪れたのは12年ほど前のこと。あるパーティーで

出会ったハーブの栄養補助食品が、長い間抱えていた雅代さんの体調不良を一気に解消したのだ。あまりの劇的な体験に「なぜこんなことが起きるの？」と、雅代さんは健康について猛烈に勉強を始めた。

## 人の体は美しい 音楽を奏でる楽器

その結果、雅代さんがたどり着いた結論は「私たちの健康問題の根本的な原因は、栄養不足と体にたまった毒物の蓄積である」ということだった。

「この飽食の時代に『栄養不足』という不思議に思いますが、いま私たちが食べている食品は、見た目は同じでも、昔の食品とは全然違うもの。含まれる栄養素が少ないのはもちろんですが、農薬や添加物などいろいろな物質で汚染されているから、キッチンと食べているつもりでも、知らず知らずのうちに栄養が不足して毒物がたまっていくってしまっんですね」

体内の毒をうまく排出し、足りない栄養素を補強して、人間本来の「体」を取り戻す。それがなければ何も始まらない、と雅代さんは強く主張する。「元気がなかったら、体が動かない。どんなにいい話を聞いても行動がつかない。人間は体が楽器。美しい音楽を奏でられるのに、その楽器が手入れもせ



ずにボロボロになっていたら、いくらきれいな音素晴らしい能力や生き方、美しい行動力を発揮したいと思っても出ないんですよ。人間の生きている目的は、美しいこと、感動することを周囲に広げることなのだから」

心・体・魂は、一体のもの。魂を磨くためには体も心も同時に磨かなければ。このままだと、日本人は朝氣がなく夢も目標もない、半病人ばかりになってしまうということを雅代さんは真剣に心配している。「本来は優秀な能力があるのに、不健康なためにその能力を発揮できないなんて、とんでもない損失です。特に、資源のない日本にとって一番大切なのは『人間のパワー』なのですから」

## お母さんが変われば 子どもが変わる

W  
雅代さんがいま取り組んでいる「日本を元気にする運動」では、特に女性に元気に

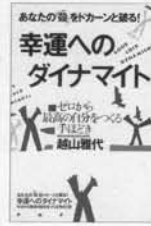
なってほしいという。「お母さんが正しい知識をもって心も体も元気になる、子どもに直接影響するんで



越山雅代 ● こしやまさよ  
北海道生まれ。上智大学卒業後、スーツケース一つで渡米し起業。木材輸出業、不動産、出版業などを手がけるかわら、栄養補助食品の販売で全米1位となり「シカゴで最も傑出した女性100人」に日本人で唯一選ばれた。その後「日本を元気にする運動」を立ち上げ、日米を精力的に行き来し全国で講演活動を行っている。著書に「幸運へのダイナマイト」(PHP研究所)、「健康大革命」(KKロングセラーズ)がある。  
ホームページは、<http://www.masayo.us>  
ブログは<http://plaza.rakuten.co.jp/masayokoshiyama/>

Woman@Work

越山雅代・著  
「健康大革命」  
元気になるといいこと起きる!  
KKロングセラーズ  
価格 950円(税込)



越山雅代・著  
「あなたの「殻」をドカーンと破る！」  
幸運へのダイナマイト  
ゼロから最高の自分をつくる手ほどき  
PHP研究所  
価格 1,260円(税込)

す。次の世代を元気にするためにまずは母さん自身が、元気になってもらうことが大切。体が元気になることで改善される親子の問題って、驚くほど多いんですよ」

雅代さんが日米両国で開催する講演には、うつ、自閉症、ひきこもり、アレルギーやぜんそくの子どものもったお母さんや、原因不明の体調不良など、体や心に悩みを抱えたたくさん女性の女性が訪れる。つまり現実と向き合う決心をするのは簡単なことではないが、その背中を雅代さんと仲間が押ししてくれるのだ。そして実際に改善された例もたくさん報告される。

また、雅代さんは、ご自身が行う講演だけでなく、日米を電話で結んでライブ中継する「充電会」というユニークな取り組みも行っている。これは、複数の人が電話で同時に講演を聞いたり、ミーティングができるシステムで、いつでも、誰でも家庭から参加できる画期的なものだ。インターネット電話の回線を使えば、国際電話の通話料も1分2・5円から(加入方式によって料金が異なる)という驚異的な安さだ。もちろん日本語で聞ける。

「画期的なシステムでしょう! でも、私はコンピュータのこと、ちっともわからないんです。みんなまわりの、すごく詳しい人たちがババババッ! と勝手にやってくれて(笑)。次はインターネット放送局も開局しようと思ってるんですよ」

雅代さんの周囲で進行することは、一事が万事、こんな感じだという。誰かが誰かの足りないところを補い合い、ネットワークが爆発的なパワーをもつ。



昨年10月、講演会に参加された皆さんたちとの親睦会で(東京)。講演の後も、なかなか熱気は冷めなかった。

最後に、雅代さんをメンターとして仰ぐ仲間のエピソードをご紹介します。

「5年前、何か月も体調を悪くし、起き上がれないほどひどいときがあったんです。何をしても良くならなくて困っていたのですが、雅代さんお勧めの栄養治療で、マジックのように元気になったんです。その後、主人の会社が倒産し、借金を抱え持ち家を失い、絶望で死にたくになりました。そのときも雅代さんが「倒産? おめでどう! これで、人の痛みもわかるし、ここから脱出して、同じように困っている人の希望になれる。良かったね」と。それで、これは悲劇じゃなくて素晴らしいことなんだ、と気が楽になり、みごとに脱出できました。物事は見方をちょっと変えるだけで、悲劇

が財産にもなることを学びました」

雅代さんは、役立つ情報や叡智を多くの人たちにわかりやすく伝授し、人々の人生をあとと言う間に好転させるのがとても得意。それが「人々をいとも簡単に、超元気で強運に変身させるにするミラクルメンター」と呼ばれている所以である。

今後の展望については

「健康情報に関しては、アメリカのほうが進んでいるので、そういった関係の本を翻訳して日本に紹介したり、私を知っている、良い情報や体験を通じて得た叡智を、ハイテクを賢く活用してどんどん皆さんにお伝えしたいですね」

雅代さんの活動は日米の枠を越え、今後ますます加速してゆきそうです。

越山雅代さんのセミナーが開催されます

(株)船井メディア主催：越山雅代&望月俊孝による1日集中セミナー

「あなたの夢を叶える魔法の習慣術」

- 日時：4月8日(土) 10:00~17:30
  - 場所：(グランパーク) (JR田町駅・徒歩5分)
  - 参加費：12,000円(税込)
  - 越山雅代講演内容：「健康&強運体質になれば、夢も奇跡もお手のもの! ~ミラクルメンター・雅代の、人生好転への即効マジック~」
  - お問い合わせ・お申し込みは  
《株)船井メディア) セミナー事業部 (担当：山内) フリーダイヤル：0120-271-374 ホームページ <http://www.funaimedia.com>
- ※詳しくは同封のパンフレットをご覧ください。