

# Gメソッド個人セッションガイド No.5 『願いたてツイート』

願いを叶える力を引き出す『願いたてツイート』のセッションへようこそ。  
あなたの願いを現実にする第一歩を踏み出しましょう。

[体験談を読む](#)





# セッションの目標と流れ

## 1 セッション前の準備

このセッションが終わった時にどういう感情になっていたかを考えておきましょう。

## 2 前回の振り返り

問題解決ツイートの宿題について、未来に飛んで感情を込めた体験の感想をシェアします。

## 3 願いたてツイート体験

実際の成功体験談を聞き、願いたてツイートの効果を理解します。

<https://www.youtube.com/watch?v=IUphP3VsWh8>

## 4 実践ワーク

願いたてツイートの5つのポイントを学び、実際に願いを書き出していきます。

<https://www.youtube.com/watch?v=IFu2fdoMDmk>

# 願いたてツイートの成功体験

## 0円家賃への引っ越し

「願いたてツイート」を実践した結果、思いがけず家賃0円の住まいに引っ越すことができました。

<https://g-method.net/view.php?id=143>

## 夢のプロジェクト資金

長年温めていたプロジェクトの資金が、願いたてツイート後に思いがけない形で舞い込んできました。

## あなたの成功ストーリー

次はあなたの願いが叶う番です。小さな願いから大きな願いまで、すべてが実現可能です。

# 問題解決ツイートの奥の手

## ブレーキを外す

「どうせできない」という思い込みを手放し、願う習慣を取り戻しましょう。

## 感情を込める

願いが叶った未来の自分になりきり、その喜びや感謝の感情を今感じてみましょう。

## 68秒スピーチ

特別な願いは68秒スピーチをすることで、実現力が高まります。

<https://68byou-speech-d7ielum.gamma.site/>



# 願いたてツイートの5つのポイント



## 現在完了形か現在形で表現

「～しました」「～しています」のように、すでに叶ったことのように表現します。



## いい気分になる感嘆詞を加える

「やったー!」「嬉しい!」「ありがとー!」など、喜びの言葉を添えましょう。



## いい気分になる副詞を加える

「順調に」「楽々スイスイ」「簡単に」「スムーズに」など、ポジティブな副詞を使いましょう。



## 願いは分解して個別に立てる

複数の願いは連続させず、それぞれ分けて願いを立てていきます。

# 願いの数は多いほど良い



いい意味で欲張りになり、遠慮せずにたくさんの願いを立てていきましょう。制限や限界を考えずに、自由に願いを表現することが大切です。全部叶えてくれるなら、たくさん願った方がお得ですよ。

# 願いたてツイートワーク

## 住まい

理想の家、住環境についての願い



## 自己実現

趣味、才能、夢の実現についての願い



## 人間関係

家族、友人、パートナーとの関係についての願い



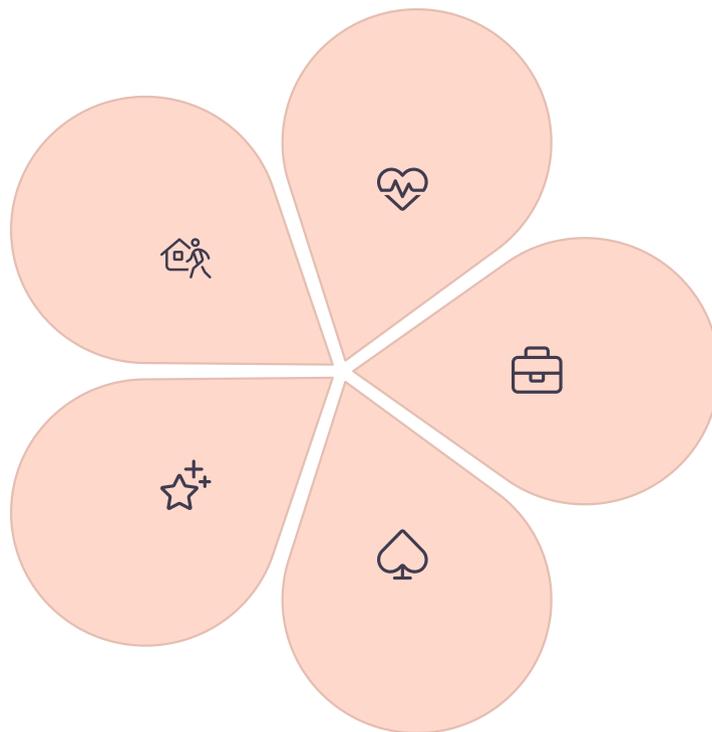
## 仕事

キャリア、収入、働き方についての願い



## 健康

心身の健康、エネルギーについての願い



# 願いたてツイートの実践方法



## 願いを書き出す

10分間で、思いつく限りの願いを書き出してみましょう。小さなことから大きなことまで。



## 感情を込める

各願いが叶った時の喜びや感謝の気持ちを感じながら書きましょう。



## 継続する

次回セッションまでに50個の願いを目指して、日々願いたてツイートを続けましょう。



# 願いが世界を変える



## 自分の幸せ

あなた自身の願いが叶うことで、まず自分自身が幸せになります。



## 家族の幸せ

あなたの幸せは家族にも波及し、周りの人々も幸せにしていきます。



## 社会の幸せ

善なる欲望をたくさん持つことが、社会や国、世界全体の幸せにつながります。

# 次回セッションに向けて

## ▼ 宿題：願いたてツイートの実践

願いたてツイートを未来に感情を飛ばして、喜び溢れる気持ちで行ってください。次回セッションまでに50個の願いを書き出すことを目指しましょう。

## ▼ セルフツイート初級編

次回の予定によっては、セルフツイートの初級編動画を見ておいてください。より効果的な願いたてツイートのテクニックを学べます。

<https://www.youtube.com/watch?v=dYze0EG3f9c>

## ▼ 次回セッションの準備

次回セッションの予定を決めます。

第6回目のセッションでは、あなたの願いたてツイートの成果を共有し、さらに深い実践へと進んでいきます。10回セッションの最終回には100個以上の願いを目指しましょう。