

# ”今年の一文字” ワークショップ 募集開始！

今年の理想を「一文字」に凝縮して  
実現を一気に引きよせる  
まったく新しい書き初めイベント



[>ワークショップに申し込む<](#)

こんにちは！渡辺拓です。

あけましておめでとうございます！

**今年もこのワークショップが帰ってきました！！！！**

さっそく、これまでも何度も聞かれたであろう質問をあえてさせていただきますが・・・

## あなたの**今年**の**目標**は なんですか？

年明けにこう聞かれる事はよくあると思いますが、

多くの場合、その「達成」まで聞かれることはないと思います。  
なぜなら、**達成できないことが多い**からです。

では、

## なぜ、**新年**の**目標**は **達成できない**のか？

簡単にお伝えしますと・・・

**理由 1 :**

本当にやりたい理想じゃないから

周りの目を気にして作った、とりあえずの目標。

本心から共感していないと、「達成しよう」とも思えない。  
ですが、表向きには「達成したい」と言っている。

このジレンマが、爆速で自分を達成から遠ざけてしまいます。

(ですが、達成したくないのであれば、  
それでいいのかもしれない。)

## 理由 2 :

### 変化に弱い目標を立てているから

これは、2020年、コロナウイルスにより、  
変化を余儀なくされたことを思い出すとわかりやすいでしょう。

コロナの状況下で、周りの目を気にして立てた  
「営業成績2倍！」のような目標が、意味をなさなくなりました。

## 理由 3 :

### 忘れるから

**最後にして最大の理由**です。

忘れた目標は、達成のしようがありませんし、  
これ以上の解説も必要ないと思います。

新年の目標を、2月に覚えている人は、  
どれくらいいるのでしょうか。。

いろいろ煽ってきているようですが、  
ボク自身、

「目標を立てるだけ立てて、その後覚えていない」  
ということはたくさんありました。

ですが、あるとき、  
これらの3つの落とし穴を回避して  
一撃で解決する方法を知り、3年間続けています。

これらの問題を一撃で解決する方法が、これです。

## 未来の”**ありたい姿**”を 「**一文字**」にまとめて表現し、 **毎日**くり返し見る

シンプルでアナログな方法ですが、  
これが一番いいんです。

ボクも毎年、なりたい自分の像を一文字にまとめています。



(左から、2019年、2020年、2021年)

年々まとめていくと、理想の姿が積み重なり、  
自分の事がよくわかってくるし、さらに振り返ることで  
「ああ、本当にその自分になれたんだな」  
ということを実感しながら毎日を過ごしていただけます。

・自分が心の底から達成したい理想を

・いつでも実現できる”あり方”として表現し

・ダラダラ長くならないよう「一文字」でまとめて  
毎日くり返し見るようにする

こうすれば、自分の心に刻まれて  
自然と達成に近づいていき、気づいたときには  
理想の自分になっているのです。

そして、古来から、  
日本人がそれをやってきたのが「書き初め」です。

このワークショップでは、体感ワークを通して

「2022年、どうありたいのか」

を自分の中から引き出していただき、  
今年の目標・目的を一文字に凝縮していただきます。

**書く**（字に想いを込める）ことは、意識をカタチにできる、理想の実現の第一歩です。

一緒に、今年のありたい姿を描き、その実現に向けて**はじめの一步**を踏み出していきませんか。

それでは、ワークショップの詳細をお伝えします。

## タイトル：

”今年の一文字”ワークショップ

## 目的：

今年の理想を「一文字」に凝縮して  
いつでも意識できるようにし、  
実現を一気に引きよせる。

## 日時：

**実施済。** 動画収録したものをお渡しいたします！

## 内容：

体感ワークを通して、あなたの理想を  
「一文字」にまとめ、実際に書にしたためていただきます。

予定している内容は、次のとおりです：

- ・ 2021年を振り返る！土台を作り、未来へと向かうワーク
- ・ 2022年、開運していく人の特徴は「〇〇を磨く」こと
- ・ 体感ワーク：理想の世界にダイブ！
- ・ 「書き初め」実践：理想を引きよせる文字の書き方
- ・ 目標は「〇〇を込める」ことで強くなる

## 講師：

大隈 優子（おおくま ゆうこ）





書家であり、日英司会者であり、瞑想指導者、ヒプノセラピスト、占星術師、麴の学校認定講師、英語教師、日本語教師、タレントと、多方面でプロフェッショナルなキャリアを持つ。

英語をアドバンテージにして、関西のテレビ・ラジオ局で週に8本のレギュラー番組を持っていたタレント時代を経て、現在は東京都主催の国際シンポジウムなど、数多くの国際会議の司会を務める。

## 渡辺 拓（わたなべ たく）



株式会社Wonder Zero代表。

羽のように軽やかに自然体で話す「ゼロスピーチメソッド」開発者。人の自信を引き出すプロ。元サイボウズ企画リーダー。

全世界5,000万人が使う世界最高峰の教育プラットフォーム

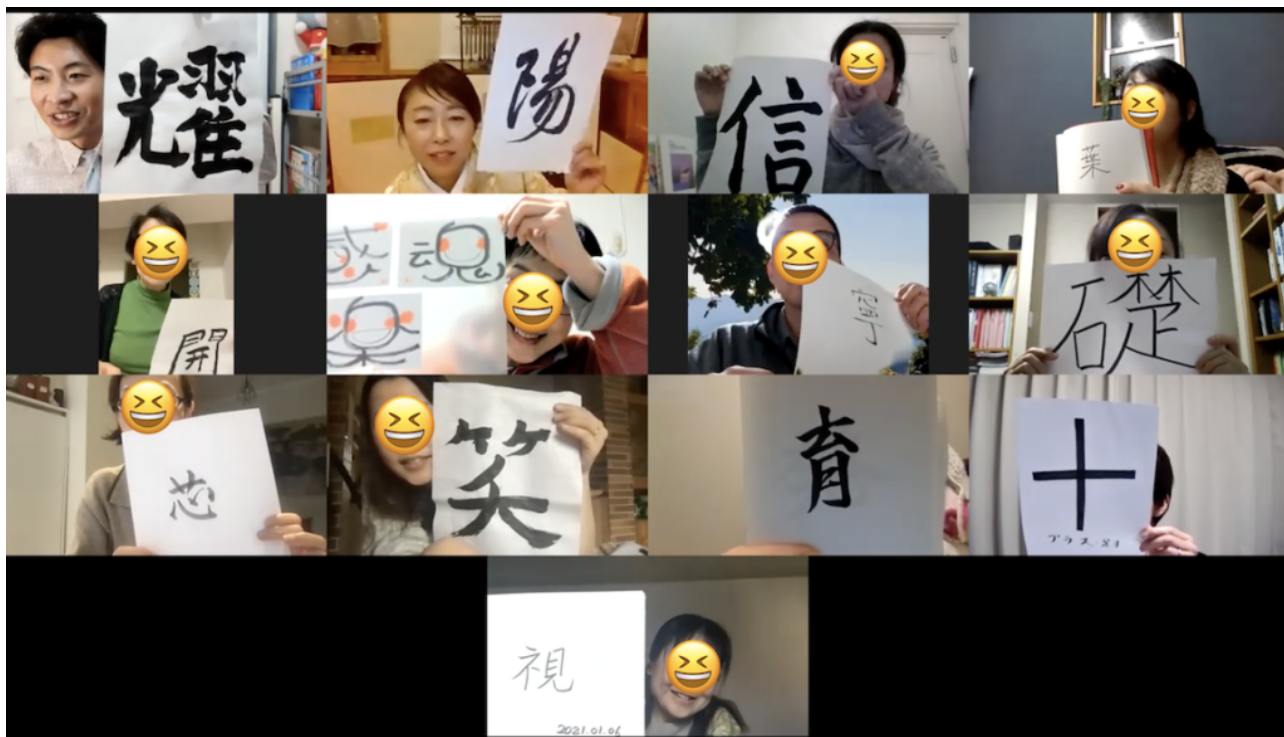
「Udemy（日本では進研ゼミのベネッセが運営）」でビジネススキル講師として活躍。

受講者数は40,000人を突破し「新着・人気/最高評価/ベストセラー」の全ての賞を取得。



## 参加者の声（昨年度）：

国内・海外問わず多数の方にご参加いただいています！



■  
イタリアから遅れて動画を見ての参加をさせていただきました。

流れ続ける日常の中では、なかなか立ち止まって考える機会のない、言葉がもつ本来の意味を知れたこと、そして、感じたことを心と身体で一致させて、言葉として表現する体験は時代の変化の時を前にして、貴重な時間でした。

自分がどう感じているか、言葉にするって意識しないと出来ない事です。



あっという間の時間でした。改めて、大きな転換期にいることを教えていただいて襟を正してるところです。

一年の振り返りも、手帳を見ながらその頃を感じると一文字が書けたのが面白かったです。

**言葉と身体感覚を一致させると、言葉の深さが違って**きますね。



本当に面白い講座でした！ありがとうございます！！

先延ばしにしていた、1年の振り返りができてよかったです。

占星術や日本古来の文化等たくさんのお話もとても興味深くあっという間の時間でした。

講義の後半で行なった**言霊に関するワークや振り返りをシェアするワーク**などが特に印象に残っています。とても有意義なお時間をありがとうございました。



非常に**知的興奮に溢れた学びの機会**を頂戴しありがとうございました！

風の時代の幕開けによせて、水のパーソナリティの私とその良さを活かしつつ、風の流れにもものっていけそうな新進気鋭な精神状態です♪

大隈先生、渡辺さん御両名の叡智と分かりやすい説明、そして私たち受講生を包み込むような和やかさ、まさに「利他」を体現したようなセミナーでした。

**受講して、本当に良かった！**という心境です(\*^-^\*)



いつも一年の目標を立てるのが苦手で、立てた目標もいつのまにか忘れて一年が過ぎていたのですが、今回はしっかり自分と向きあって目標の一文字を書きました。

優子さんは「目標は変更してもいい」とおっしゃっていましたが、この一文字がとても愛おしく感じられて、一年大事にしていきたい  
と思いました。「絶対叶う！」と自信もつきました！



## 参加費：

3,000円

## 参加方法：

### zoomによるWeb会議

参加者には、zoomのリンクをお送りします。

お時間になりましたら、そのリンクからご参加ください。

# 持ち物：

半紙  
墨汁  
筆

# 人数限定特典：

**【10名限定！！！！】再募集特典！**

渡辺拓の

「一文字&名前」セッション！  
～文字からあなたの本質を導き出す～

を実施させていただきます！

とても個人的な理由なのですが、  
ボクのギックリ腰で募集が直前になってしまったため、

募集にさいし、申込みいただいた方には、  
ふだん有料クローズのコミュニティでしか実施していない  
**特別セッションをお送りいたします！**

(実施は、ギックリ腰が治ってからになります・・・)

出した「一文字」と「あなたの名前」から、  
あなたが気づいていない本質を導き出す  
セッションを実施させていただきます！

「拓さんと話していたら、昔の夢を思い出しました!」

「拓さんが丁寧に、こちらの本心を紐解くように話を進めてくださることで、自分の趣味に対して抱いている「楽しい」感情が自分の本心であると自信を持てるようになりました」

「これで自分は変われるという実感もわきました!」

「お伝えいただいている内容も、1対1で受け取ることで現実感が深まり、実践への心強い後押しになっています。個人面談の機会をいただけて本当によかったです」

などと、大変好評いただいているセッションです!  
ぜひ、この機会に「一文字」と合わせて理想に向かう後押しにご活用ください!

## 質疑応答：

Q. 当日参加できなさそうなのですが、録画はありますか？

A. ワークショップは録画し、後日配布いたします。

体感ワークはいつやってもいいものですので、節目節目で気づいたときにより返しワークをやってみるのもオススメです。

Q. 半紙や筆などが無いのですが参加できますか？

## A. なくても参加できます。

ですが、臨場感を味わうためにはぜひお手元に揃えてみてください。筆ペンだけでも買って参加してみて、その後しっかりと揃えて書き初めを試みることをオススメいたします。

## >ワークショップに申し込む<

# 追伸

2022年、今年もはじまりましたね！

実は、上で紹介した、2021年の頭に立てたあの文字。  
今、ふり返って「本当にそうになっているな」と驚いています。

あの文字からボクは、もとの「輝く」という意味だけでなく

「**光の国**」「**自分が作る新天地**」「**人を羽ばたかせる**」  
というインスピレーションを受け取っていました。

あまりにも抽象的過ぎて、  
本当にこれが達成できるのかわかっていなかったのですが、

気づいたら沖縄に移住してきて、  
今は沖縄を、日本を強くするための事業を企画しています。



2021年のはじめには、まさか今ボクが  
沖縄に移住しているとは夢にも思っていませんでしたが、

一文字と照らし合わせて、今の心境をふり返ってみると、  
「来るべくしてここに来ている」という感覚があり、  
これも2021年のはじめに  
「一文字」を書いたからだと強く思います。

これを書いている今も、想像だにしない、  
いまの延長線上にない未来に到達できるとおもうと、

「はやく一文字書きたい！」という気持ちになっています。

個人的には、占星術に詳しい優子さんいわく、  
「今年は拓さんの年ですよ」と言われています。

そして、これは多くの人にとっても  
転換の時が訪れているそうです。

それをワークショップで聞けるのがとても楽しみです。笑

そして、

これをお読みのあなたと一緒に、  
「何を書こうかな～、どうしようかな～」と、  
アレコレ考えながらワークをするのがとても楽しみです。

一緒に考えて、面白い未来を創っていきましょう！

あなたの参加を、お待ちしております！

渡辺拓

[>ワークショップに申し込む<](#)