

# パフォーマンスを最大化し、人生をプラスに 変革する世界初の脳力開発法を生み出す

自らの実体験・理論研究をベースに万人に『再現性』を発現する「AFA（アファ）式」脳力開発法を発明、完全体系化に成功



英国アファ式脳力開発プログラムは、脳力・英語力アップ及び、人生満足度の最大化を実現します

**APPLIED FAITH 株式会社**

代表取締役 徳永 誠

「社会人として身につけたいスキルは」というアンケート調査では、毎回必ずといっていいほどTOP3に入る英語やビジネス英会話。習得したい人が日本中に溢れているにも関わらず、「勉強を続けるのが難しい」、「思ったほど実力が伸びない」などの理由で修得を諦める人が後を絶たない。そのためか、「今度こそ英語をマスターする！」と力強いメッセージを掲げた英語学習法や語学習得のハウツーもの書籍・動画が巷に溢れている。こうした中で、短期間で英検1級・準1級合格やTOEIC900点以上取得が可能になると評判の脳力開発プログラムが、APPLIED FAITH（アプライド・フェイス）株式会社代表取締役で英国WARWICK（ウォーリック）大学院経済学修士、徳永誠氏の開発した「AFA（アファ）式」である。英語脳力獲得に圧倒的な効果を誇る「アファ式」だが、実は単なる英語学習法に収まらない。巷に溢れる小手先のテクニックで英語を捉えるのではなく、全ての学習や知識習得発揮の本質となる、人間の「脳力」を引き出すことで語学力の劇的アップを可能にする、全く新しい世界初のプログラムだ。世にあふれる英語学習法とは根本的にアプローチする次元の異なる、斬新な手法といえる。

## 経験と深い洞察、知識体系をベースに確実に結果に繋げる

英国の超名門大学院経済学修士取得を実現した『万人に効果を発現する』脳力開発法プログラム

徳永代表は、ある夏2週間の旅行で訪れたイギリスで、洗練された街並みや人、そして自然や大学の美しさに衝撃を受けた。そして、現地書店で購入した世界的ベストセラー『アツの習慣 (Habits of Highly Effective People)』の原書を日本に戻り熟読した後、約一月後に英国留学、及び、本場英国での経済学学位（ディプロマ）及び、修士取得を本気で考えるようになり決意に至ったという。英語圏以外の国からトップランクの大学・大学院に留学する際は、世界中から出願が殺到する為、選抜のためにTOEFL (Test of English as a Foreign



東京駅から徒歩1分の場所にある代表の丸の内オアフィス

グラムに合格した。LSE上級マクロ経済学、ミクロ経済学コースはLSE学部内コースで最難関の試験を課すコースであったが、徳永代表は中間・期末各3時間の実力試験に上位成績でパスした。

「当時、LSE上級マクロ経済学コースのクラスメートは全45人でした。その中にはハーバード大統計学部主席の奨学生韓国人やロシアの大学院経済学部教授、日本からは経歴官官僚等、世界中から学業エリート達が集まってきましたが、それでも約2割の学生にF(落第)がつくほどの厳しい競争環境でした」

翌平成16年にイギリスの超名門・ウォーリック大学院で経済学修士号を取得した。同大学院の修士コースは平成28年にノーベル経済学賞を受賞し、ハーバード大学経済学部学部長も歴任したオリバー・ハート氏も1972年に修了している。イギリスから帰国した徳永代表は、インテル・ジャパンや日本コカ・コーラなどの業界最大手の外資系企業で活躍。その後40歳を機に、APPLIED FAITH株式会社(アプライド・フェイス)・意識・誠実さを実践して日々より良く生きる)を立ち上げ、自らの実践体験・20年以上にわたる研究をベースにした脳力開発法・英語習得法・その他コンサルティングのサービス提供を開始した。「英国アファ式」体系化のインスピレーションの一部は、徳永代表の英留学時の天才のクラスメート達の学習スキルの直接的観察・分析の結果から得られたものだという。

「経済学部の優秀な仲間達は、例外なく高い脳力と集中力を兼ね備えていました。その中で難関科目(ゲーム理論のクラスで仲の良かったイギリス人との直接的対話の中で、彼も人には話さない本質的脳力発揮スキルを(私自身が日々使ってきたと同様に)活用して高いパフォーマンスを上げていた事が明らかになったのです」。

「アファ式スキルでは極初歩的なものになりますが、あるスキルと並行して、呼吸スピード及び深さを最適化していくと、脳に酸素が安定的かつ効果的に多く供給されるようになります。一方で乱れると安定供給が損なわれ、コルチゾールやアドレナリンといったストレスホルモンの増加に繋がります。呼吸及び意識の乱れは、右脳と左脳の統合的働きも阻害して、知能や運動のパフォーマンスに影響を与えます」。徳永代表は、「アファ式」の実践・応用により、趣味のボーリングでは自己最高スコア279点(10回連続ストライク)、また、フルマラソンでは3時間17分(2015年東京)の記録も1年弱の短期練習で達成しているというから驚くばかりである。

## アファ式脳力開発法プログラムの3つの柱

難しさや根性論とは無縁。誰でも結果を出せる秘密とは

アファ式脳力開発プログラムには、「脳力開発法」、「英語習得法」、「人生満足度最大化スキル」の3つの柱がある。まず「脳力開発法」は、集中力・IQ・記憶力・思考力・創造力・やる気、そして体力の全てをアップさせる。脳内を学習最適状態へと導く。幾つかのアファ式基本スキルを訓練して身につけていくことでそれが可能となる。次に「英語習得法」では本質を貫く無駄のない特別な学習法で、英検5級レベルから英検1級合格まで全ての級に対応可能だ。因みにネイティブ同等に会話や読み書きができるレベルとされる英検1級合格のレベルは、TO



Economics		
RANK 2019 (2018)	UNIVERSITY	TOTAL
1 (10)	University of Warwick	100.0
2 (3)	University of St. Andrews	99.7
3 (1)	University of Cambridge	99.6
4 (2)	University of Oxford	99.0
5 (6)	London School of Economics and Political Science	97.7

2020年英国大学経済学部ランキングでトップ校の修士を取得

鍛えていくことで、全ての人が例外なく脳力を高め使命に気づくことができる」と答える。それを客観的に初めて確認したのは、徳永代表が大学生の時だったという。

「学生当時、家庭教師のアルバイトをしていたのですが、「アファ式」の基本スキル三つ・四つを教授し、身につかせた高3生、中3生そして小6生の成績は何れも皆、ごく短期間で驚くほど上昇してきましたね」

最初はどの子も成績は芳しくなかったそうだが、「アファ式」スキルにより、みるみる学力を上げていった。小6生徒は、受験直前の12月の模擬では4科目平均が30点代で合格は絶望的であったが、2月の本試験では見事7割以上を取り第一志望校の国立大付属中学に見事合格したという。カギは集中力の発揮・持続法を体得させ、学習時・試験時に最高のパフォーマンスを発揮できるスキルを身につかせたことだ。

「アファ式では難しいことや無駄な努力を課すような事は一切しません。社会人であれば、その方の本質的価値観も見抜き、人生の目標、つまり使命に気付き、内側から湧き出るエネルギーを使える状態に様々な角度から導いていきます」

## 海外ビジネスや難関大・医学部突破の英語力が短期で身につく

..... 短期間で効果的に習得した膨大な数の語彙力を日常生活で運用できるレベルにまで高める .....

英語習得には多種多様な学習法があるが、「アファ式」では実践的語彙力を短期間で身につけることを最重要視している。平均的なアファ式顧客生徒達は、脳力開発法スキルを活用して、わずか数か月で3000語から4000語以上の英単語を習得していく。徳永代表は、「短期間で大量の語彙力を身につけた後は、それを日常生活で使っていくことで実践的かつ立体的な真の英語力が身につきます」と語る。そしてこれに加え大切なのは、「学習の目的を常に意識しておくこと」だとも。「英語力を駆使して何か価値ある目標を達成したい」という強い思いがあれば、その知識を組み合わせ、思考する「知恵」を発揮できるようになるという。

「例えば、海外ニュースを聞くようにして、海外の経済情勢を日々の生活の中で自然に学んでいったり、英語サイトでのニュース・記事から価値ある情報を収集していくようにします。また、英文メールを書く際には、アファ式で習得した語彙・イディオムを意識的に引き出しながら文章を作成するようにします。そうすることで知識（語彙）と思考（表現）がより深く繋がってきます。膨大な数の語彙力をベースに、英語の語順で理解・発信していく事が生きた英語力を身に付ける上でのカギとなる訳です」。

「受講者の中には、1年弱で7000語以上（準一級レベル以上に相当）をほぼ完全に記憶されている方も複数います。こうした変化も、アファ式脳力開発法を駆使して英語学習を積み重ねれば十分に可能です」。徳永代表の言葉通り、「アファ式」を受講している経営者や、医師・歯科医師、一級建築士、会社員、受験生など、様々な受講者の多くが短期間で英検合格、TOEIC数百点アップ、難関大学多数合格など目に見える成果を出している。

## 「アファ式」が高い人気と信頼を集める5つの理由

各個人が持つ力をフルに発揮できる究極の実践的手法

「アファ式」がなぜ多くの人選ばれ、高い人気と信頼を得ているのか。それには5つの理由があるという。1つ目は脳力・能力が飛躍的にアップすること。「アファ式」でいう脳力を高めるとは、まず脳波状態を整えて脳内ホルモンバランスを最適化していくことだ。思考がクリアになり集中力を発揮・維持できる状態へと「意識」の力を用いて導く。脳科学的視点では、脳内のミッドα波領域を増やし、ストレスホルモンや雑念(不安・疑念)を生じさせる脳の回路であるDMN (Default Mode Network) の働きを制御していく。アファ式ではそれを意図的にできる手法を身につけるため、学習時の記憶効率性や数学的思考力を高めることができる。勿論、感情のコントロール力も高められるのはいうまでもない。

「アファ式の超基本スキルの1つは私の開発した『パワー呼吸法』を日々実践によりまず身につけることですね。脳波を整えて集中力を引き出し維持し続けるには、頭で理解するだけでは足りず、日々の習慣化によってスキルを体得・実践活用していくことが不可欠です」

上述のスキルに加え、日々の食事・運動・睡眠の質を高めていくことも必要である。このため、徳永代表は顧客にアファ式を教授していく際、基本的な生活習慣のヒアリングも行っていく。

2つ目の理由は、確実に目に見える結果を出していることだ。顧客の内在する価値観・性質をクリアにし、「やる気ダイナマイト」に点火してエネルギーを引き出し、さらに習慣化へと導く。各人が生まれながらに持つ潜在的特性・性格・強みを最大限に活用し、心の深部にある真の価値観の気付きへと導いていくのだ。

「脳には潜在意識と顕在意識領域があります。前者は膨大な情報体系に繋がっていますが、残念ながら年齢が上がるにつれて潜在意識領域への扉は閉ざされがちになります。しかしアファ式スキルを体得することでその未開の閉ざされた領域にアプローチしやすくなるのです」

3つ目は本物の指導を行っていることだ。英国トップの経済学大学院を優秀な成績で修了し、一流外資系企業2社でも活躍した徳永代表自らが、対面式セッションできめ細やかに指導して確実に成果を引き出していく。「教授手法は顧客に応じて最適な形に変化させますが、全てに共通する軸は、「心」「体」「気」の3点に働きかけてそれらの調和を創り出していくことです。それを、アファ式脳力開発法、英語習得法、人生満足度最大化スキルの教授を通して行っていく訳です」

さらに4つ目は、価格以上の価値を常に提供していることだ。「プログラムの内容は個々の顧客の要望によってカスタマイズし、結果に繋げる事を最優先して柔軟に対応しています」

そして5つ目は、人生全般にわたる満足度を向上させていくための本質的な考え方とスキルを身につけられることだ。脳力や英語力のアップに加え、人生満足度を最大化する。これを可能にするのはどういった手法なのか。

## 「アファ式」の究極のゴールは人生満足度を最大化していくこと

「その人らしさ」を生かしていくこと。自然体でより輝く人生を生きるスキルを獲得

「アファ式では、人生の満足度を決定づける要因の一つは、脳から分泌されるホルモンの質にあると考えます。さらに個人の生まれ持つ性格や価値観、及び、周囲の環境がその質を決定していると考えます。したがってアファ式では順序を踏んで、受講者一人ひとりの特性の掘り下げを行っていく訳です。その人らしさや価値観を最大限に生かして生きること、またそれを可能にする環境を獲得していくことこそが、良いホルモンの分泌を促し、人



英国「アフア式」命名の  
インスピレーションに繋がったロンドン風景

生満足度を大きく向上させていくことに繋がります。徳永代表によると、「アフア式」の最終的なゴールは顧客の「人生満足度の最大化」であり、その根幹にあるのが、「愛・英知・強運・富・体力・優雅さ・感謝・尊敬」という8つの幸福の要素だという。「これらは全ての人間が幸せを感じて生きる上で欠かせないものなのです」

このような話をすると、学習法ではなく「心理学やスピリチュアルみだいだ」とも思われそうだが、徳永代表は、「アフア式は私の専門分野の一つである経済学の合理的意思決定理論、及び、(自然思想) 統計学理論を軸に体系化しています」と語る。例えば品質や容量、製造年月日まで何もかもが同じで、価格が200円と50円の商品があったとしたら、普通は50円の方を迷わずに選ぶ。これが合理的意思決定だが、脳に過剰なストレスがかかり、正常な判断が出来なくなっている場合、または、「値段が高いほど質も高いに違いない」という様に、無意識の思考にバイアスがかかっている場合、合理的判断ができなくなり、結果的に200円の商品を選んでしまう。「そういう不合理な意思決定を人生の重大な局面で避けていく為にも、まず初めに脳力開発法に取り組み、シャープでクリアな脳を獲得していくことが大切なのです」

脳力と英語力を高めつつ、個人の特性や価値観を明確にして正しい判断・知恵・意思決定力を養い、人生の満足度を最大化出来るようにして行く事こそが「アフア式」の真骨頂というわけだ。

「今後は、人生をより輝かせる「アフア式」スキルを国内で更に広め、何れは世界中に広げて世の中をより良い形に導いていけたら素晴らしいですね」と抱負を語る徳永代表。独創性あふれる若きパイオニアのさらなるチャレンジに目が離せない。

## President Profile

### 徳永 誠 (とくなが・まこと)

英国留学時に世界最高峰の経済学教育機関 (LSE : London School of Economics and Political Science / ウォーリック大学院) で学び、平成 16 年に後者で経済学修士号を取得。独自に開発した英語習得メソッドで語彙力 25,000 語レベルまで短期で引き上げ、TOEFL、GRE、TOEIC で高得点取得。英検 1 級 / CICP 保有。  
業界世界最大手企業 2 社の戦略財務部門で活躍後、平成 30 年に APPLIED FAITH (アプライド・フェイス) 株式会社を設立。

## Corporate Information

### APPLIED FAITH (アプライド・フェイス) 株式会社



所在地	〒100-0005 東京都千代田区丸の内 1-8-3 丸の内トラストタワー 20 階 TEL 03-5288-7321 URL <a href="http://www.applied-faith.jp">http://www.applied-faith.jp</a>
設立	平成 30 年 9 月
事業内容	「アフア式」を軸とする脳力開発プログラム、英語脳開発スクール運営、コンサルティング業務、他
経営理念	「本物の価値提供により、顧客の人生全般にわたる幸福度向上に力強く・深く関わり最高のプラスを創り出していく」