



# ENGLISH NOW! NEWS

www.englishnow.jp

## 海外生活：カエルになろう！

海外で生活することは、例えば水陸両方で暮らすようなものです。ある側から変化し、環境に適応しなくてはなりません。

海外生活を夢見る人は多いですが、その内のどれだけが必然的に起こることを実際に把握しているのでしょうか？ 本当の国際人になるということは、自分の知っているものとは全く異なる文化やライフスタイルを難なく受け入れる方法を身に付けるということです。そしてそうなるためには、自分自身をより広げていかなくてはなりません。私達が既に持っている規範や視点というものは、新しい文化に適応するために必要とされる知的、感情的変化を認識したり、引き起こす際の妨げになることがあります。これを取り払うこともしなければなりません。愛国心、道徳規範、同じ考えの友人や親類で成り立った狭い社会網... こういったものは全て障害になってしまいます。

水から出たら、魚は死んでしまいます。かといって水の中では、猫は生きられません。両生類に、カエルになりましょう！ カエルは本能的に適応し、水陸どちらも生きていきます。

柔軟性、適応性、主体性、そして自立。本当の意味での国際生活で成功するには、このどれもが必要です。多くの個人的な愛着は障害となるのです。

私は運の良い子供でした。家族でよく引っ越しをしてきたため、一つの場所やグループに強く結びつくことがなかったのです。このこともあって、私は比較的容易に日本でゼロからスタートすることができました。そして、必要があればいつでも同じことができます。

一カ所ですぐ暮らしたり、同じ人達ばかりと関わっていると、そこから離れて新しい場所で再始動するのをより難しく感じる事がよくあります。馴染みのある

文化から長期に渡って離れることで、ホームシックになったり、落ち込んだり、酷い時には病気に罹ることだってあるのです。

私達は周囲と意思疎通をするため、家族や友達などのネットワークに頼りがちです。本当の国際生活ではこうしたものは取り除かれ、感情的に無防備な状態に曝されます。これは自由とも、脅威とも言えるでしょう。あなたの情緒面の要求を正しく理解し、把握できる人間が周りにいない状況下では、全てを自力でどうにかするしかありません。自分以外に頼れる存在がいないのです。これは自分を作ることであり、また壊すことでもあります。重圧に耐えられず精神的に参ってしまうかもしれません。そうでなければ、それまで以上に強くなれるでしょう。

生まれ育った場所から離れると、多くの人は同国人と接するため、積極的に仲間を探します。実際にそこにいる人だったり、Facebook といったソーシャルネットワークを通してだったり。これは国際生活とは言い難いものかもしれません。このような人達は、あくまで長期滞在の旅行者です。自分自身を変えたり、適応するための挑戦やリスクを受け入れてないのですから。彼らは馴染みのある世界に強くしがみついているのです。

一方で、逃げ道として国際生活を求める人もいます。自国の生活に不満を持ち、外国に活路を見出すのです。このような人達は感情的な重荷を抱えていることが多かったり、新しい土地で同じ問題に直面することもあってでしょう。こういった場合、悩みの種は自分の内面に根差しており、より悪い状態でもり返したりしますから。

はたまた、人によっては社会に格付けされることを嫌がり、それが無いところに避難しようとする事もあります。自由な考えを持ち、独立した存在であり、自身の文化で不当に抑えつけられていたのだと自分を納得

させているのかもしれませんが。しかしながら、皮肉なことに新しい文化に馴染むのは容易なことではなく、実のところ評価はより厳しくなります。しかし暮らし始めたばかりのころは、そんな周囲の視線を正しく認識できません。人目からの解放を求めてやって来た地で更に厳しい目に晒されていたことに、後々になって気が付くのです。そしてこのような人達はしっかりとした強い決断があつて移住してきた訳ではありませんから、挫けた時の心の負担は以前より大きなものとなるのです。

最後に、長く自国を離れる程、元の文化に戻るのが難しくなります。“You can't go home again” ということわざをご存知でしょうか？ 一度家を出てしまえば自分自身も変わり、かつて居た場所を取り囲む環境も昔と同じではないから、二度と同じ『家』に戻ることはできない、ということです。友人や家族と別の道を辿ればあなたも変わりますから、彼らは昔のようにありのままのあなたを理解することはないでしょう。海外文化を受け入れず、適応できなかったとしても、一方であなたはその地を離れることにより、これまであった自国との繋がりを失うこととなります。本当の意味で独立し、国や文化に左右されない意志を持たない限り、すぐに大きな孤独を感じるようになってしまうでしょう。

実際には明るいことばかりではないのです。

しかしそんなことは言うまでもないでしょう。私は本当に、皆さんにはつきりとお伝えしたいだけなのです。国際的な生活はそう簡単に行えるものではなく、多くの人には適さないのです。しかしどちらの世界にも適応できる人であれば、かなり大きな価値と自由を得ることができるとは思います。他では容易に手に入らないような洞察の世界と、個人的成長がそこにはあります。

Jacques Saffell

## International Life: Be the Frog!

International life is amphibious life. One must change and adapt.

Many claim to aspire to an international lifestyle, but how many really comprehend what this entails? To become a true international citizen—that is, to learn to easily adapt to cultures and lifestyles completely different from our known world—we must truly broaden and expand ourselves. This includes relieving ourselves of frameworks and perspectives which often hinder our perception and our ability to make those intellectual and emotional changes necessary to adapt. Patriotism, rigid moral codes, narrow social networks of like-minded friends or relatives: all of these are red hazard flags.

Out of water, the fish dies. In the water, the cat dies.

Be amphibious. Be the frog!

The frog adapts instinctively and survives in both.

Flexibility, adaptability, independence and self-reliance are all part of blossoming in a truly international life style. Many of our personal attachments are obstacles.

As a child, I was lucky because my family moved so often that I never became attached strongly to one place, nor to one group of people. This made it relatively easy for me to come to Japan and start from zero—and I can always do it again if I need to.

Those who have grown up attached to one location or group of people often find it much more difficult to pull up roots

and start again in a strange land. They often become homesick, depressed and even physically ill when they spend long periods away from their own familiar culture.

We often depend on a network of friends and family to keep ourselves emotionally together. Real international life removes you from those networks leaving you emotionally naked. This can be liberating—or it can be terrifying. With nobody around you who can appreciate or comprehend your emotional needs, you're left completely on your own to cope. You have no one to depend on but yourself. This can either make you...or break you. You succumb to the weight and break down...or you become stronger.

Many, when out of their own culture, actively seek out the familiar by keeping company mostly with their compatriots—be it in the flesh or by social networking (e.g., Facebook). This can hardly be called an international lifestyle. They're no more than long-term tourists. They haven't accepted the challenge and risk of allowing themselves to change and adapt. They cling fiercely to their familiar identity.

On the other hand, some seek an international lifestyle as an escape. They're dissatisfied with their life and see foreign shores as a way out. More often than not, they bring their emotional baggage with them. More often than not, their problems reoccur in the new location since they're rooted in the individual himself—and those issues often come back with a vengeance!

Others are annoyed by society judging them, so they try to escape to where they think they won't be judged. They

might convince themselves that they are free-thinking, independent spirits who are being unfairly held back in their own culture. The irony, however, may be that the new culture does not easily accept them and actually judges them even *more* severely. But their perception and understanding are so poor that they don't realize this until later, and in time they may find themselves in judgmental circumstances even harsher than those they sought liberation from. And since they pursued their international lifestyle out of weakness—that is, the desire to escape—rather than out of disciplined, focused determination, they're emotionally worse off than before.

The final irony might be that the longer you remain away from your home culture, the harder it is to go back. As they say, “You can't go home again.” You took a different route from your friends and family back home, and they won't know you the way they used to. While neither really accepting nor adapting to the foreign culture, you also lost many of the shared connections with your home culture due to your absence. Unless you are truly independent and have a strong sense of your own identity apart from country and culture, you're likely to become very lonely.

A dark vision indeed.

But it need not be. I simply wish to give fair warning. An international lifestyle is not one to be undertaken lightly—and many are not suited to it. But for the amphibious among us, it is truly rewarding and liberating. It will give you a world of insights and personal growth hard to come by in any other way.