

The Benefit of Learning Foreign Languages #1

In the Book of Genesis,	旧約聖書の創世記には
the origin of many languages in the world is explained as follows.	世界に数多くの言語が存在する由来が次のように説明されている
Once, people on the land spoke one language,	かつて、地上の人々は単一の言語を話していた
and they started building The Tower of Babel to reach heaven.	そして天に手を届かせようと、バベルの塔を建て始めた
To stop people from reaching heaven,	人々が天に達するのを阻止しようと
God scattered them around the world	神は人々を世界中に散らせ
and divided them into different language groups	異なる言語を話す集団に分断した
so that they could not communicate and collaborate with each other.	お互いに意思疎通し協力することができないように
This biblical literature implies	聖書のこの物語が示唆しているのは
that language diversity is one that restricts human capabilities.	言語の多様性は人間の能力を制限するものである
However, it is, in fact, a gift for humanity.	しかし、実は、言語の多様性は人類への恵みなのだ
A number of studies have shown	数々の研究が示している
that learning and speaking different languages	異なる言語を学び、話すことは
provide us with a variety of benefits.	我々にさまざまな便益をもたらす
People who speak multiple languages tend to be more creative,	複数の言語を話す人は、より創造的である傾向があり
better at focusing on what matters and ignoring what doesn't,	重要なことに集中し、重要でないことを無視するのが上手で
and more objective and flexible in interpreting things.	ものごとをより客観的かつ柔軟に解釈することができる
Also, multilingualism delays Alzheimer's and other types of dementia	また、マルチリンガルはアルツハイマー等の認知症の発症が遅い
by around 5 years.	約5年
With the rapid developments of machine translation and generative AI,	機械翻訳や生成AIの急速な発展により
values of language skills themselves might have declined.	言語スキルそれ自体の価値は落ちているのかもしれない
However, the real gift from acquiring another language derives	しかし、言語を習得することの本当の価値が生じるのは
from the process of learning it,	学ぶ過程からだ
rather than the end result of getting fluent in it.	最終成果として得られる流暢さより
What are the values of learning languages?	言語を学ぶ価値とは何だろうか？

The Benefit of Learning Foreign Languages #2

Until recently,	最近まで
speaking multiple languages has been the norm for humanity.	人類にとって、複数の言語を話すのは普通のことだった
It is generally estimated	一般に推定されている
that humankind acquired languages at least around a hundred thousand years ago,	人類は少なくともおよそ10万年前に言語を獲得した
while the arrival of agriculture and city states	その一方で、農業や都市国家の出現は
dates back to only about ten thousand and five thousand years ago, respectively.	それぞれ、せいぜい約1万年前、5千年前の出来事にすぎない
Furthermore, it was only within the last couple of centuries	さらに、それは過去2世紀ほどの出来事ではない
that governments formalized its standardized language	政府が標準言語を整備し
and spread it through school education.	学校教育を通じて普及させたのは
Before agriculture,	農業が始まる以前は
all people on earth had lived as hunter-gatherers in a small band.	地球上のすべての人は小さな集団で狩猟採集民として暮らしていた
With some exceptions,	いくつかの例外を除いて
they spoke more than two languages in their communities.	かれらは集団内で複数の言語を話していた
In fact, we can still find people living in a traditional lifestyle	事実、今日も伝統的な狩猟採集生活を営む人々が存在している
in Papua New Guinea, Africa, and South America,	パプア・ニューギニア、アフリカ、南アメリカに
and anthropologists report	そして人類学者たちの報告によると
that they speak multiple languages within their communities.	かれらは集団内で複数の言語を話している
For the majority of Homo sapiens,	大多数のホモ・サピエンスにとって
it had been common to learn and speak more than two languages.	2つ以上の言語を学び、話すことは普通のことだったのだ
During the 20th Century,	20世紀の間に
there were some studies	いくつかの研究が出た
suggesting that bilingual children suffered linguistic disadvantages	バイリンガルの子どもは言語において不利を被っていることを示唆する
compared to monolingual children.	モノリンガルの子どもに比べて
However, most of these views have been debunked	しかし、これらの見解のほとんどは誤りであることが指摘されている
as they were based on flawed studies,	不備のある研究に基づいているとして
such as biased sampling of the subjects.	偏った被験者のサンプリングなど
Today, the majority of research supports the benefits of multilingualism	今日、研究の大多数はマルチリンガルの利点を支持している
rather than its disadvantages.	欠点より
Given the fact that monolingualism is a very recent phenomenon in human history,	人類史において単一の言語を話すことがごく最近の現象である事実を踏まえると
it is no wonder that speaking multiple languages is beneficial for us.	複数言語を話すことが我々にとって有益であるのは何ら不思議ではない

The Benefit of Learning Foreign Languages #3

One of the biggest advantages of speaking more than two languages is increased intellectual performance.	2つ以上の言語を話すことの最大の利点の1つは知的パフォーマンスが高まることだ
There is a complex cognitive ability called "executive function."	「実行機能」と呼ばれる、複雑な認知能力がある
It controls and maintains your attention,	それは注意力を制御・維持し
helps switch between different tasks,	タスクの切替を助け
regulates your emotional impulses,	感情的な衝動を抑え
and gets you to focus on relevant parameters	重要な変数に注意を向け
while filtering out irrelevant information.	重要でない情報を取捨選択しつつ
If you are listening to this paragraph	もしあなたがこの文章を聞いているなら
while ignoring the temptation to read trivial celebrity gossip	著名人の取るに足りないゴシップを読みたい誘惑を無視しながら
or rejecting the desire to check social media,	あるいはSNSをチェックしたいという欲求を退けながら
it is thanks to your executive function.	それは実行機能のおかげだ
It plays an important role in your success	成功に重要な役割を果たす
in business, your studies, and your social life.	仕事でも、勉強でも、社会生活においても
Studies have shown	研究によると
that having multiple linguistic networks in a brain	脳内に複数の言語のネットワークが存在することは
becomes an effective training for our executive function.	実行機能の効果的なトレーニングになる
Since bilinguals are routinely switching between languages	バイリンガルは日常的に言語を切り替え続けているため
or having to ignore irrelevant linguistic information,	あるいは、重要でない言語情報を無視しなければならないため
they are virtually undergoing mental exercise to control their attention 24/7.	四六時中、注意力を制御する頭の運動をやっていることになる
When you are bilingual,	バイリンガルの方は
you don't have to solve crossword puzzles or brain training quizzes	クロスワードパズルを問いたり脳トレクイズを解いたりする必要はない
to stimulate your brain.	脳を刺激するために
You simply go about your life	ただ日常を送っているだけでよい
using one language or another as circumstances require	状況に応じた言語を使いながら
while your brain constantly engages in this cognitive exercise.	その間、脳は絶え間なくこの認知的なエクササイズに取り組んでいる
Bilinguals have been found to have more gray-matter in frontal regions,	バイリンガルは前頭部の灰白質が多いことが分かっている
the neural basis for executive function.	(前頭部は) 実行機能に関わる神経基盤だ
Gray matter is a collection of neuronal cell bodies	灰白質は神経細胞体の集まりで
where the brain processes information.	脳が情報処理を行う場所だ
Just as exercise can change our bodies,	運動が体つきを変えるように
learning and using another language can change the physical structures of our brain.	他の言語を学び用いることで、脳の構造を物理的に変えることができる

The Benefit of Learning Foreign Languages #4 1/2

"To have another language is to possess another soul."	「もうひとつの言語を持つのは、もうひとつの魂を持つことである」
No other saying has ever articulated	これほど明快に述べている言葉はない
the significance of learning foreign languages	外国語を学ぶ意義を
than these words by the first Holy Roman Emperor, Charlemagne.	初代神聖ローマ皇帝・カール大帝のこの言葉ほど
A language is a lens through which we see the world,	言語とは、我々が世界を眺めるときのレンズ（色眼鏡）だ
and getting another lens certainly broadens your perspective.	そして新しい色眼鏡を得ることはものごとの見方を広げてくれる
One of the profound realizations from learning a second language will be	第二言語を学ぶことから得られる深淵な気づきの1つは
that vocabulary in one language does not correspond with another at all.	ある言語における語彙が別の言語の語彙とまったく対応しないことだろう
For example,	たとえば
an English verb “wear” seems interchangeable with a Japanese verb “kiru.”	英語の動詞“wear”は日本語の動詞「着る」と交換可能に思える
However, they are barely common to each other.	しかし、それらはほとんど共通していない
We can “wear” almost anything from T-shirts to hats,	Tシャツから帽子まで、ほぼ何でも“wear”できる
and even accessories and makeup,	さらにはアクセサリ類や化粧まで
while the Japanese word “kiru” can only be used	しかし日本語の「着る」は以下にしか適用できない
for clothes on the upper half of the body.	上半身に身に付ける衣類に対して
The essence of vocabulary is not about what a certain word means.	語彙の本質とは、その語が何を意味するかではない
Rather, it is about the border between what it includes and what it doesn’t,	むしろ、語彙とは、何が含まれ、何が含まれないかの境界線のことだ
and languages dramatically differ in how they draw these boundaries.	そして境界線の引き方は言語間で大きく異なっている
What belongs to the same category in one language	ある言語で同じカテゴリに分類されるものが
is divided into different categories in another language.	別の言語では異なるカテゴリに分けられている
In other words,	言い換えれば
different languages have different systems to comprehend the world.	異なる言語は、異なる世界の理解のしかたの体系を持っている

Why We Should Learn Foreign Languages #4 2/2

Languages also determine what we pay attention to.

For example, the Australian Aboriginal language Guugu Yimidhirr doesn't have words meaning "right" and "left."

Instead, everything is described in cardinal directions: north, south, east and west.

When you are facing east, they call your right hand "south hand."

If you turn right, your right hand now becomes your "west hand."

Put another way, everyday communication in their language provides the most intense training in geographic orientation.

The language requires its speaker to be constantly aware of cardinal directions.

Similarly, native English speakers always care whether it is singular or plural, while Japanese speakers are mindful of the differences in social standing and age.

A language is a lens through which we perceive the world.

Whether you have only one lens or multiple lenses makes a tremendous difference

since those who have only one lens

tend to be unaware of the fact that they are even wearing it.

言語は、我々が何に注意を向けるかも規定する

たとえば、オーストラリア先住民族の言語グーグ・イミディル語では「右・左」を意味する語が存在しない

代わりに、あらゆるものが方角で表現される
東西南北だ

あなたが東を向いているなら

あなたの右手は「南の手」ということになる

そこから回れ右すると、あなたの右手は「西の手」になる

言い換えれば、かれらの言語での毎日のコミュニケーションが
地理的方向感覚の集中トレーニングになる

言語がその話し手に要求する

常に方角に気を配るよう

同様に、ネイティブの英語話者は常に気にしている

対象が単数なのか複数なのか

一方で、日本語話者は注意している

社会的立ち位置や年齢の差に

言語は世界を知覚する際の色眼鏡なのだ

色眼鏡を1つしか持っていないのか、複数もっているかどうかは
その違いは大きい

なぜなら、色眼鏡を1つしか持っていない者は

そもそも色眼鏡をかけていることに気づきづらいからだ

The Benefit of Learning Foreign Languages #5 1/2

<u>Even if you are going to live your entire life</u>	人生すべてを過ごすことになったとしても
<u>in your first language environment,</u>	あなたの第一言語の環境で
<u>learning another language is immensely beneficial.</u>	別の言語を学ぶことは非常に有益だ
<u>Learning and speaking languages can stimulate and improve</u>	言語を学び、話すことは、刺激し、向上させる
<u>your ability to communicate in your mother tongue as well.</u>	母語におけるコミュニケーション能力をも
<u>When we are immersed in a certain environment,</u>	ある環境に浸っていると
<u>we fail to grasp its essence and characteristics</u>	その本質や特徴を掴めない
<u>since we have few chances to have an objective view of it.</u>	その環境を客観視する機会がほとんどないからだ
<u>It is difficult to know your first language</u>	あなたの母語について知るの難しい
<u>if you have nothing to compare it to.</u>	比較する対象が何もなければ
<u>For example, Japanese people learning English soon have to realize</u>	たとえば、日本人の英語学習者はすぐに気づかざるを得ない
<u>that their mother tongue is a relatively high-context language.</u>	日本語が比較的ハイコンテキストな言語であることに
<u>The high-context nature allows us to communicate smoothly,</u>	日本語のハイコンテキストさは、円滑なコミュニケーションの助けになる
<u>maintain relationships, and preserve harmony within the community.</u>	関係維持や集団内での調和の維持の助けにもなる
<u>However, in business or academic settings,</u>	しかし、ビジネスや学術的な場面では
<u>we are usually required to communicate precisely in a low-context mode,</u>	ローコンテキストで正確な伝え方が求められることが多い
<u>leaving no room for unintended interpretations.</u>	意図しない誤った解釈の余地を残さないように
<u>In a situation</u>	次のような状況では
<u>where a typical Japanese expression might give rise to multiple interpretations,</u>	典型的な日本語の言い回しが複数の解釈の可能性を生み出す状況
<u>knowledge of another language</u>	他の言語の知識が
<u>helps you notice the possibility of misunderstandings.</u>	誤解させる可能性に気づかせてくれる
<u>This allows you to consider</u>	これによって、考えることができるようになる
<u>how you can modify your expression to avoid misinterpretations.</u>	誤解を避けるために、どのように表現を調整するかを

Why We Should Learn Foreign Languages #5 2/2

In addition,	加えて
some common expressions in our mother tongue	母語での一般的な表現の中には
are difficult to translate into another language.	別の言語に訳すのが難しいものもある
To give a familiar example,	身近な例を挙げると
English doesn't have a corresponding expression	英語には対応する表現が存在しない
to a common Japanese phrase at the end of every meal, "gochisosama."	日本語で毎食後に言う一般的な表現「ごちそうさま」の
So they naturally come to think about what exactly is the message.	そのため、その意味するところが具体的に何なのかを考えるようになる
It could be gratitude for the cook,	料理の作り手への感謝であったり
a joyful expression that you had a good time,	楽しい時間を過ごせたことへの喜びの表現であったり
or even respect for the lives of the ingredients.	食材の命への敬意でもある
Depending on the situation,	状況に応じて
they can choose the suitable English expression,	適切な英語の表現を選ぶことができる
such as "thank you" or "I like it" as a translation of this word.	「ごちそうさま」の訳として「ありがとう」や「美味しいです」など
Learning foreign languages tells us a lot about our first language.	外国語を学ぶことで、第一言語のことがよく分かる
If you want to be a sophisticated communicator in your mother tongue,	母語でのコミュニケーションを洗練させたいければ
it is extremely helpful to understand your language	母語を理解することは極めて有効だ
by comparing it with foreign languages.	母語を外国語と比較することで
Otherwise, you will not know how to compensate for the shortcomings of	でなければ、(母語の) 短所を埋め合わせる方法がわからないだろう
and make the best use of your language.	そして母語をうまく扱う (方法がわからないだろう)