

The 3 Tasks That Actually Matter

English learning resource · ES

Line-by-line · English + Spanish

184 lines

Study task: Listen again and notice the expressions you studied.

Have you ever finished a full day, completely exhausted... and then, lying in bed, asked yourself: "what did I actually get done today?"

¿Alguna vez has terminado un día entero completamente agotado y, ya en la cama, te has preguntado: «¿Qué he hecho realmente hoy?»

Oh, I know that exact moment.

Conozco perfectamente ese momento.

Your body is tired, your eyes are heavy... but your brain can't name one real thing you finished.

Tu cuerpo está cansado, te pesan los ojos, pero tu cerebro no puede nombrar ni una sola cosa real que hayas terminado.

Just a blur of small tasks, messages, and meetings.

Solo una mezcla borrosa de pequeñas tareas, mensajes y reuniones.

Welcome to Your English Toolbox, the podcast that trains your English while you live your real life.

Bienvenidos a Your English Toolbox, el podcast que entrena vuestro inglés mientras vivís vuestra vida real.

I am Martin.

Soy Martin.

And I am Julia.

Y yo soy Julia.

Friends, we've talked about eating your frog, and we've talked about saying no.

Amigos, hemos hablado de comeros primero la rana y también de decir que no.

Today, we're going one step further.

Hoy vamos un paso más allá.

Because Martin once had an entire year where he worked constantly... and somehow felt like he was falling behind.

Porque Martin pasó todo un año trabajando sin parar y, aun así, sentía que se estaba quedando atrás.

It's true.

Es verdad.



And it took me a long time to understand why.

Y tardé mucho en entender por qué.

So today, you'll walk away knowing exactly which two or three tasks actually define your success in whatever you do, a simple way to see the one weak spot that's quietly holding everything else back, and how to set yourself up so that starting tomorrow's biggest task feels almost automatic.

Hoy descubriréis qué dos o tres tareas definen de verdad vuestro éxito, cómo detectar el punto débil que frena lo demás y cómo facilitar que mañana empecéis casi automáticamente la tarea principal.

Let's start with a question, and it sounds simple, but almost nobody asks it clearly.

Empecemos con una pregunta. Parece sencilla, pero casi nadie la formula con claridad.

What question?

¿Qué pregunta?

Why am I actually on the payroll?

¿Para qué me pagan realmente?

Or if you're not employed by someone, why does anyone come to you at all?

O, si no trabajas para otra persona, ¿por qué acude alguien a ti?

Why do your clients choose you, why does your family rely on you for certain things, why were you hired in the first place?

¿Por qué te eligen tus clientes, por qué confía tu familia en ti para ciertas cosas y para qué te contrataron?

That's such an uncomfortable question, honestly.

Es una pregunta bastante incómoda, la verdad.

It is, but it's incredibly useful.

Lo es, pero resulta increíblemente útil.

Because most jobs, most roles in life, really come down to five, maybe seven, key areas.

Porque la mayoría de trabajos y funciones de la vida se reducen en realidad a cinco, quizá siete, áreas clave.

Key result areas, we can call them.

Podemos llamarlas áreas de resultados clave.

The things you're completely responsible for.

Las cosas de las que eres completamente responsable.

If you don't do them, nobody else quietly does them for you.

Si no las haces, nadie las hace discretamente por ti.

Right, and here's the interesting part: you can actually grade yourself in each of these areas, one to ten.

Y aquí viene lo interesante: puedes puntuarte en cada una de esas áreas del uno al diez.

And most people, when they do this honestly for the first time, discover something surprising.

Cuando la mayoría lo hace por primera vez con sinceridad, descubre algo sorprendente.



What do they discover?

¿Qué descubren?

That one area, usually just one, is dragging everything else down.

Que una sola área, normalmente solo una, está lastrando todo lo demás.

Even if you're brilliant everywhere else.

Aunque seas brillante en todo lo demás.

Let me tell you what happened to me, because this is exactly my story.

Dejadme contaros lo que me ocurrió, porque esta es exactamente mi historia.

Go on, tell them.

Adelante, cuéntaselo.

So, a few years ago, I was working as a freelance web developer, and I was good.

Hace unos años trabajaba como desarrollador web autónomo y era bueno.

Genuinely good — clean code, fast delivery, clients were impressed with the actual work.

Realmente bueno: código limpio, entregas rápidas y clientes satisfechos con el trabajo.

But somehow, I wasn't getting repeat clients, and I couldn't understand why.

Pero no conseguía que los clientes repitieran y no entendía por qué.

For almost a year, I assumed I just needed to get faster, or learn a new programming language, or lower my prices.

Durante casi un año supuse que debía trabajar más rápido, aprender otro lenguaje o bajar mis precios.

What was actually happening, Martin?

¿Qué ocurría en realidad, Martin?

So, finally, a client I trusted told me directly: "Your work is excellent.

Al final, un cliente de confianza me dijo: «Tu trabajo es excelente, pero nunca sé qué ocurre con mi proyecto.

But I never know what's happening with my project.

Al final, un cliente de confianza me dijo: «Tu trabajo es excelente, pero nunca sé qué ocurre con mi proyecto.

I send a message, and I wait four days for a reply."

Te escribo y espero cuatro días la respuesta».

And that hit me hard, because he was completely right.

Me afectó mucho porque tenía toda la razón.

Coding, design, problem-solving — those were all nines, maybe tens.

Programación, diseño y resolución de problemas: todo eso eran nueves o incluso dieces.

But communication, keeping people updated, that was maybe a three.

Pero en comunicación y actualización a los clientes quizá era un tres.



And that one weak area was quietly capping everything else.

Y esa área débil estaba limitando discretamente todo lo demás.

Like a chain — it doesn't matter how strong nine of the links are.

Como una cadena: da igual lo fuertes que sean nueve eslabones.

If one link is weak, the whole chain breaks at exactly that point.

Si un eslabón es débil, toda la cadena se rompe exactamente ahí.

That's such a clear way to picture it.

Es una imagen muy clara.

It really is, and here's the thing: it doesn't just apply to freelance work.

Sí, y no se aplica únicamente al trabajo autónomo.

Think about learning English, actually — it's the exact same idea.

Pensad en aprender inglés: es exactamente la misma idea.

Oh, that's a good comparison.

Es una buena comparación.

Someone can have incredible grammar, a huge vocabulary, understand every rule perfectly...

Alguien puede tener una gramática increíble, un vocabulario enorme y conocer todas las reglas.

But if their listening is weak, they still can't follow a real conversation.

Pero si su comprensión auditiva es débil, no podrá seguir una conversación real.

The weakest area sets the height of everything else, no matter how strong the rest is.

El área más débil marca el límite de todo lo demás, por fuerte que sea el resto.

So the question becomes: which area, if I improved it, would change everything?

La pregunta es: ¿qué área, si la mejorara, lo cambiaría todo?

For me, it wasn't a new skill.

En mi caso no era una habilidad nueva.

It was something almost embarrassingly simple.

Era algo casi vergonzosamente sencillo.

I started sending a two-line update every single Friday, even when there was nothing exciting to report.

Empecé a enviar cada viernes una actualización de dos líneas, incluso cuando no había novedades emocionantes.

Just: "here's where we are, here's what's next."

Solo: «Este es el punto actual y esto viene después».

And that alone doubled my repeat client rate within about four months.

Solo eso duplicó mi tasa de clientes recurrentes en unos cuatro meses.



One weak link, fixed, and suddenly the whole chain held.

Arreglas un eslabón débil y de repente la cadena aguanta.

Exactly.

Exacto.

So, friends, ask yourself that same question about your own life.

Así que haceos esa misma pregunta sobre vuestra propia vida.

What are your five to seven key areas, whether at work, at home, or even in your English?

¿Cuáles son tus cinco a siete áreas clave, en el trabajo, en casa o incluso en tu inglés?

And where would you honestly grade yourself the lowest?

¿Y en cuál te puntuarías sinceramente más bajo?

That answer might be more valuable than any new skill you could learn.

Esa respuesta puede valer más que cualquier habilidad nueva que pudieras aprender.

And friends, if you're building a life in a new country, this question matters even more than usual.

Y si estás construyendo una vida en otro país, esta pregunta importa todavía más.

How so?

¿Por qué?

Because your key result areas right now might not be about a job at all.

Porque quizá tus áreas clave actuales no tengan nada que ver con un empleo.

They might be things like handling paperwork correctly, understanding the healthcare system, or simply being brave enough to make a phone call in a language you're still learning.

Pueden ser tramitar documentos, entender la sanidad o atreverte a llamar por teléfono en una lengua que aún aprendes.

Exactly, and it's worth grading yourself honestly in those areas too.

Exacto, y también merece la pena evaluarte con sinceridad en esas áreas.

Maybe you're wonderful with your neighbors, confident at the market, completely at ease with small talk...

Quizá te lles de maravilla con los vecinos, tengas confianza en el mercado y domines la charla informal.

But one specific area — maybe calling your bank, or reading an official letter — quietly creates stress every single time.

Pero una sola área —llamar al banco o leer una carta oficial— te genera estrés cada vez.

That's your weakest link right now, in this season of your life.

Ese es ahora tu eslabón más débil, en esta etapa de tu vida.

And just like Martin's Friday update, the fix doesn't need to be dramatic.

Y, como con la actualización de Martin, la solución no tiene que ser drástica.



Sometimes it's one small habit, practiced consistently, that finally strengthens that one link.

A veces un pequeño hábito practicado con constancia acaba fortaleciendo ese eslabón.

Now, here's a related idea, and Julia has her own story about this one.

Ahora viene una idea relacionada, y Julia tiene su propia historia.

Oh, this one still makes me a little tired just thinking about it.

Solo de pensarlo todavía me canso un poco.

Go on, tell them.

Adelante, cuéntaselo.

So, about two years ago, I had seventeen different tasks on my regular list at work.

Hace unos dos años tenía diecisiete tareas distintas en mi lista habitual del trabajo.

Seventeen.

Diecisiete.

Reports, meetings, training new staff, answering constant questions, managing three different projects at once.

Informes, reuniones, formación de personal nuevo, preguntas constantes y tres proyectos a la vez.

And on top of that, half of those seventeen things arrived through completely different channels — some by email, some by messages on my phone, some just people stopping by my desk.

Además, esas tareas llegaban por canales distintos: correo, mensajes del móvil o gente que pasaba por mi mesa.

So nothing felt organized, it just felt like constant noise from every direction.

Nada parecía organizado; solo era ruido constante desde todas partes.

And I was working ten, sometimes twelve hours a day, six days a week.

Y trabajaba diez, a veces doce horas al día, seis días por semana.

That's an enormous amount of hours.

Es una cantidad enorme de horas.

It was.

Lo era.

And I kept telling myself, "once I finish this busy period, it'll calm down."

Me repetía: «Cuando termine esta etapa de mucho trabajo, todo se calmará».

But it never calmed down, because I was treating all seventeen tasks as equally important.

Pero nunca se calmaba porque trataba las diecisiete tareas como si fueran igual de importantes.

Which sounds a lot like our eighty-twenty conversation from last time.

Se parece mucho a nuestra conversación anterior sobre el ochenta-veinte.



Exactly, and one evening, completely exhausted, I sat down and actually looked at the list honestly.

Exacto. Una noche, agotada, me senté y miré la lista con sinceridad.

And I asked myself: if I could only keep three of these seventeen tasks, which three would still make almost all the difference?

Me pregunté: si solo pudiera conservar tres de las diecisiete, ¿cuáles seguirían marcando casi toda la diferencia?

What did you find?

¿Qué descubriste?

It turned out that three specific things — training new staff well, managing the biggest client relationship, and one weekly strategy meeting — those three alone were responsible for probably ninety percent of my real value at that job.

Tres cosas —formar bien al personal, gestionar la relación con el cliente principal y una reunión estratégica semanal— generaban cerca del noventa por ciento de mi valor.

The other fourteen mattered, technically, but barely moved anything.

Las otras catorce importaban técnicamente, pero apenas movían la aguja.

So what did you do with that information?

¿Qué hiciste con esa información?

I went to my manager, and I said, "I think I can deliver far more if I focus almost entirely on these three things, and we find another way to cover the rest."

Dije a mi responsable que rendiría mucho más si me centraba en esas tres cosas y buscábamos otra forma de cubrir el resto.

And she agreed?

¿Y estuvo de acuerdo?

She did, actually.

Sí.

Some tasks got handed off to a colleague, a couple were simply dropped completely, and within about thirty days, my actual output had roughly doubled.

Algunas tareas se pasaron a un compañero, otras se eliminaron y, en unos treinta días, mi producción casi se duplicó.

Thirty days.

Treinta días.

And my working hours dropped from twelve a day down to something much closer to eight.

Y mis jornadas bajaron de doce horas a algo mucho más cercano a ocho.

That's remarkable, honestly.

Es realmente extraordinario.



It really felt like discovering a secret, but it wasn't really a secret — it was just clarity.

Parecía haber descubierto un secreto, pero no era un secreto: era claridad.

Which brings up something worth mentioning, because it explains why we all end up with seventeen tasks in the first place.

Eso explica por qué acabamos teniendo diecisiete tareas.

What's that?

¿Cuál?

There's an old idea that work tends to expand to fill whatever time you give it.

Existe una vieja idea: el trabajo tiende a expandirse hasta ocupar todo el tiempo que le das.

It's called Parkinson's Law.

Se llama ley de Parkinson.

Meaning?

¿Qué significa?

If you give yourself a whole day for a task that really only needs two hours, it will somehow take the whole day.

Si reservas un día entero para una tarea de dos horas, de algún modo ocupará todo el día.

Oh, that's painfully true.

Eso es dolorosamente cierto.

Small decisions stretch out, extra checking happens, tiny details get polished that nobody will ever notice.

Las pequeñas decisiones se alargan, revisamos de más y pulimos detalles que nadie notará.

Which means all seventeen tasks can quietly grow to fill twelve hours, even if only three of them actually matter.

Así, las diecisiete tareas llenan doce horas aunque solo tres importen de verdad.

Exactly, so the Law of Three isn't just about choosing what matters.

Exacto. La regla de tres no consiste solo en elegir lo importante.

It's about refusing to let everything else expand and steal the time your real priorities deserve.

Consiste en impedir que todo lo demás se expanda y robe tiempo a tus prioridades.

Give the small stuff a small amount of time, on purpose, and stop there.

Da poco tiempo a las cosas pequeñas, a propósito, y detente ahí.

Which leads us to one final piece, and it's less exciting, but it makes everything else so much easier.

Eso nos lleva a una última pieza, menos emocionante, pero que facilita todo lo demás.

Preparing before you even begin.

Prepararte antes de empezar.

Tell them what you do now, Martin, after everything you learned.

Cuéntales qué haces ahora, Martin, después de lo aprendido.



So now, every evening, before I close my laptop, I get tomorrow's biggest task completely ready.

Cada tarde, antes de cerrar el portátil, dejo completamente preparada la tarea principal del día siguiente.

Meaning?

¿Cómo?

Meaning the files are open, the notes are next to my keyboard, my coffee is already prepared for the morning, and my phone charges in a different room overnight.

Los archivos están abiertos, las notas junto al teclado, el café preparado y el teléfono cargando en otra habitación.

So there's no friction at all when you sit down.

Así no existe ninguna fricción cuando te sientas.

None.

Ninguna.

I'm primed and ready, honestly — one small push, and I'm already moving.

Estoy totalmente preparado: un pequeño impulso y ya estoy en marcha.

Because the hardest part of any big task is usually just the first thirty seconds.

Porque lo más difícil de una tarea importante suelen ser los primeros treinta segundos.

If those thirty seconds are full of friction — a messy desk, a dead phone, missing files — you'll find a reason to delay.

Si esos segundos están llenos de fricción —mesa desordenada, móvil descargado, archivos perdidos— encontrarás una razón para aplazarla.

But if everything's ready, there's nothing left to do except start.

Pero si todo está listo, no queda nada por hacer salvo empezar.

And you don't need it perfect either.

Y tampoco necesitas que sea perfecto.

Get it roughly right, and correct it as you go.

Hazlo razonablemente bien y corrígelo sobre la marcha.

Waiting for the perfect plan is just another polite way of avoiding the frog.

Esperar el plan perfecto es otra forma educada de evitar la rana.

One more small idea here, because it pairs nicely with preparation.

Una pequeña idea más, porque combina muy bien con la preparación.

What's that?

¿Cuál?

Group similar small tasks together, instead of scattering them through your day.

Agrupa tareas pequeñas similares en vez de repartirlas por todo el día.



Meaning?

¿Cómo?

If you have five phone calls to make, five emails to answer, or five errands to run, do them back to back, in one block.

Si tienes cinco llamadas, cinco correos o cinco recados, hazlos seguidos en un solo bloque.

Instead of one phone call now, then an hour later another one, then another later still.

En lugar de una llamada ahora, otra una hora después y otra aún más tarde.

Exactly, because every time you switch between different types of tasks, there's a small mental cost.

Exacto, porque cada cambio de tipo de tarea tiene un pequeño coste mental.

A bit like restarting a cold engine each time.

Como volver a arrancar un motor frío cada vez.

It doesn't sound like much, five times a day, but it adds up to real lost time and lost focus.

Cinco veces al día parece poco, pero se acumula y causa una pérdida real de tiempo y concentración.

So group the small stuff, protect your morning for the big stuff, and prepare everything the night before.

Agrupar lo pequeño, protege la mañana para lo importante y prepáralo todo la noche anterior.

So, let's bring today together for our listeners.

Resumamos todo para nuestros oyentes.

Ask yourself honestly: what are my real key result areas, and which one is my weakest link?

Pregúntate con sinceridad: ¿cuáles son mis áreas de resultados clave y cuál es mi eslabón más débil?

Fix that one thing, and everything else you're already good at finally gets to shine.

Corrige eso y todo aquello que ya haces bien podrá por fin brillar.

Then find your three — the tasks that quietly carry almost all your real value.

Después encuentra tus tres: las tareas que contienen casi todo tu valor real.

Protect them from the seventeen distractions trying to steal their time.

Protégelas de las diecisiete distracciones que intentan robarles tiempo.

And prepare tonight, so tomorrow's biggest task starts the moment you sit down.

Y prepárate esta noche para que mañana la tarea principal empiece en cuanto te sientes.

Now, let's gather the useful English from today's conversation.

Reunamos ahora el inglés útil de la conversación de hoy.

Let's do it.

Vamos allá.

First: "the weakest link," the idea Martin used to describe his communication problem.

Primero, «the weakest link», el eslabón más débil, que Martin usó para describir su problema de comunicación.



We use this to describe the one weak part that limits everything connected to it.

Lo usamos para la única parte débil que limita todo lo relacionado con ella.

"Her nerves before presentations are the weakest link in her career."

«Los nervios antes de las presentaciones son el eslabón más débil de su carrera».

Next: "to drag something down," meaning to reduce the quality, success, or performance of the whole.

Después, «to drag something down»: reducir la calidad, el éxito o el rendimiento del conjunto.

"One unclear process can drag the entire team down."

«Un proceso poco claro puede lastrar a todo el equipo».

Next: "to cap something," meaning to limit how high something can go.

Después, «to cap something»: limitar hasta dónde puede llegar algo.

"Poor sleep can cap your performance, no matter how hard you train."

«Dormir mal puede limitar tu rendimiento por mucho que entrenes».

Next: "to hand something off," meaning to give a task to someone else.

Después, «to hand something off»: pasar una tarea a otra persona.

Julia used this when she handed off some of her seventeen tasks.

Julia lo utilizó al delegar algunas de sus diecisiete tareas.

"I handed off the report to a colleague and focused on the client call."

«Pasé el informe a un compañero y me centré en la llamada al cliente».

Next: "to expand to fill the time," describing how tasks grow to match however much time you give them.

Después, «to expand to fill the time»: las tareas crecen hasta ocupar todo el tiempo disponible.

"Give yourself a whole week for a two-day task, and it will expand to fill the week."

«Da una semana a una tarea de dos días y se expandirá hasta ocuparla».

Next: "friction," used the way Martin used it, meaning small obstacles that make starting harder.

Después, «friction»: pequeños obstáculos que dificultan empezar.

"A messy desk creates friction before you've even begun."

«Una mesa desordenada crea fricción antes incluso de empezar».

Next: "primed and ready," meaning completely prepared to begin immediately.

Después, «primed and ready»: completamente preparado para empezar de inmediato.

"With her notes open and her phone put away, she was primed and ready to work."

«Con las notas abiertas y el móvil apartado, estaba totalmente preparada para trabajar».

One more: "back to back," meaning one right after another, with no gap.

Una más, «back to back»: una cosa inmediatamente después de otra, sin pausa.



"I scheduled all my calls back to back on Friday morning."

«Programé todas mis llamadas seguidas el viernes por la mañana».

Eight useful expressions, straight from a real conversation.

Ocho expresiones útiles tomadas de una conversación real.

Now, here's your sentence of the day.

Ahora viene la frase del día.

Listen carefully, we'll say it twice.

Escuchad con atención; la diremos dos veces.

"Find your three, fix your weakest link, and prepare tonight for tomorrow."

«Encuentra tus tres, corrige tu eslabón más débil y prepárate hoy para mañana».

"Find your three, fix your weakest link, and prepare tonight for tomorrow."

«Encuentra tus tres, corrige tu eslabón más débil y prepárate hoy para mañana».

Say it with us, out loud, right now if you can.

Decidla con nosotros en voz alta, si podéis.

Feel the rhythm of it.

Notad el ritmo.

"Find your three... fix your weakest link."

«Encuentra tus tres... corrige tu eslabón más débil».

So, friends, let's close today's episode.

Amigos, cerremos el episodio de hoy.

Somewhere in your week, there are seventeen tasks pretending to be equally important.

En algún lugar de vuestra semana hay diecisiete tareas fingiendo ser igual de importantes.

They're not.

No la tienen.

Three of them are carrying almost everything.

Tres de ellas sostienen casi todo.

Find them, protect them, and prepare the ground so tomorrow, starting takes no effort at all.

Encuéntralas, protégelas y prepara el terreno para que mañana empezar no cueste nada.

Thank you for spending this time with us today.

Gracias por compartir este tiempo con nosotros.



If this episode helped you, visit yourenglishtoolbox.com for the transcript, multilingual translations, vocabulary resources, Cinema Mode, and our seven-speed player, all designed to help you turn listening into active English practice, so you can choose the listening rhythm that works best for you.

Si os ha ayudado, visitad yourenglishtoolbox.com: transcripción, traducciones, vocabulario, Cinema Mode y reproductor de siete velocidades para convertir la escucha en práctica activa y elegir vuestro ritmo.

Until next time, friends.

Hasta la próxima, amigos.

Take care of yourselves.

Cuidaos mucho.

And go find your three.

Y ve a encontrar tus tres.

Goodbye!

¡Adiós!

