

TRANSCRIPT · EPISODE 56

Calm Shadowing Practice Think for Yourself

Line-by-line · English + ■■■■■■

157 lines

Your English Toolbox

Welcome to your English toolbox, your slow English podcast where we train your ears step-by-step.

ار امش ی اهش وگ ن آرد هک ی اهتسه آ ی سی لگنا تس کداپ ،دی دم آشوخ دوخ ی سی لگنا رازبا هب ع ج هب
می هدی م ش زوم آ هل حرم هب هل حرم

I am Peter.

متسه رتی پ ن م

Today we are entering a space of deep focus to practice the art of thinking for yourself.

می نک نی رمت ار دوخ ی ارب ندرک رکف رنه ات می ووش لی م قی م ع زکرم ت زا یی اضف دراو زورم

Our aim is to move from a life of mental autopilot to a life of conscious choice.

می ووش لقت ن م هناه آ باختنا اب ی گدنز هب ی نه ذرا کدوخ ت ل ا ح اب ی گدنز زا هک تس انی ام فده

This shadowing episode is designed to help you internalize the most powerful ideas from Thibaut Maurice.

ار سی روم وبی ت زا اهله دی نی رت دن م تردق دن ک کمک امش هب ات تس ا هدش ی حارط ی ن زاهی اس ت مسق نی
دی نک ی نورد

Please breathe deeply and repeat each sentence after me during the silence.

دی نک رارکت ت وکس رد ن م زا دع ب ار هل ج ره و دی شکب سفن قی م ع افطل

Most people spend their lives following an invisible script.

دن کلیم ی رپس یی رمان یوی رانس کی زا یوری پ رد ار دوخ ی گدنز مدرم رتشی ب

We often repeat opinions that are not truly our own.

دن تسین نام دوخ لام اعق او هک می نکلی م رارکت اری تارظن بلغا ام

Our environment designs our thinking before we are even aware of it.

دن کلیم ی حارط ار ام رکفت ،می ووش هاه آ ن آ زا ی ت ح هکنی ا زا لبق ام طی ح م

To think for yourself, you must first observe your own mind.

دی نکه ددهاشم ار دوخ نهذ دی اب ادتبا، دینک رکف ناتدوخ یارب هکنی یارب

Your brain is like a computer with software you did not choose.

دی اهدرکن باختنا امش هک یرازفالمرن اب تسار توپی پم اک کی دن نام امش زغم

Society rewards those who fit in and punishes those who differ.

تازاجم دنتسه توافقتم هک یناسک هب و دهلم شاداپ دنی گلی م اج نآ رد هک یناسک هب هعماج
دن کلی م

We are often more afraid of being wrong in public than being wrong in private.

می سرتلی م مینک هابتشای یی اهن ت رد هکنی زا رتشیب مینک هابتشای عمج رد هکنی زا بلغام

True freedom begins when you stop asking for permission to think.

دی رادرب تسد ندرک رکف یارب هزاجا تساوخرد زا هک دوشلمی زاغآ ینامزی عقاوی دازآ

It takes courage to look at the path the crowd is taking.

دی نکه هاگن تسار نترف لاج رد عمج هک یریسم هب هک ده اوخلم تعاجش

It takes even more courage to turn around and walk away.

دی وش رود و دیدرگرب هک ده اوخلم یرتشیب تعاجش ی تح

You are allowed to question the traditions of your culture.

دی ربب ل اوس ریز ار دوخ گنهرف ی اهت نس دی راد قح امش

Your mind is a territory that belongs only to you.

دراد قلعت امش هب طقف هک تسار ورم ل ق کی امش نهذ

Awareness is the light that reveals the chains of groupthink.

دن کلی م راکش آری هورگ رکفت ی اهری جنز هک تسار یرون ی هاگآ

You must learn to distinguish between what is popular and what is true.

دی وش لئاق زیامت دراد تقی قح هچنآ و تسار بوبحم هچنآ نیب هک دیری گب دای دی اب امش

Today you are

امش زورم

becoming the architect of your own beliefs.

دی تسه دوخ ی اهرواب رامعم هب ندش لیدبت لاج رد

Let us consider what we have learned so far.

میں نے رکھنے میں آہستہ آہستہ سیکھنا شروع کیا ہے۔

We have identified that we often live on autopilot and that awareness is our first tool for escape.

ہم نے یہ پہچان لیا ہے کہ ہم اکثر خود بخود چلتے ہیں اور آگاہی ہمارا پہلا ہتھیار ہے۔

We are now ready to look at how social pressure affects our logic.

اب ہم تیار ہیں کہ سوشل پریشر ہمارے منطقی انداز پر کیسے اثر ڈالتا ہے۔

Part Two The Trap of Groupthink We are biologically wired to seek the approval of others.

یہ ہورگ ریگٹ مادیٹ: ہورگ ریگٹ

In ancient times, being rejected meant certain death.

میں نے سیکھا ہے کہ پرانے زمانے میں ٹھکرانے کا مطلب یقینی موت تھا۔

Social pressure feels like a physical threat today.

سوشل پریشر آج کی طرح ایک جسمانی خطرہ محسوس ہوتا ہے۔

Groupthink

یہ ہورگ ریگٹ

happens when we value harmony over the truth.

میں نے سیکھا ہے کہ جب ہم حقیقت پر ترجیح دیتے ہیں تو ہم سچ سے بچنے کی کوشش کرتے ہیں۔

We stay silent because we do not want to stand out.

میں خاموش رہتا ہوں کیونکہ میں نہیں چاہتا کہ میں نمایاں ہوں۔

Pluralistic ignorance is when everyone disagrees, but no one speaks.

دن کی زندگی میں جب سب کے پاس مختلف خیالات ہیں، لیکن کوئی بات نہیں کہتا۔

Do not assume that the majority has a better answer than you.

ہرگز نہ سمجھو کہ اکثریت کا جواب تم سے بہتر ہے۔

History shows us that the masses are often led by emotion.

تاریخ ہمیں بتاتی ہے کہ عوام اکثر جذباتی طور پر چلے جاتے ہیں۔

You do not need to be a rebel to be an independent thinker.

دی شاب لقت ستم رکفتم کی ات دی رادن ندوب ی شروش هب یزاین امش

You only need to be honest about what your own eyes see.

دی شاب قداص دن نی بلیم ناتدوخ نامشچ هچن آ دروم رد دی اب طقف امش

The crowd is

عجم

a tide that will wash away your identity if you let it.

دهدلیم وشت سش ار امش تیوه دیوه هزاجا رگا هک تسای دم و رزج

We must build a mental core that is resistant to social proof.

دشاب مواقم یعامتجا تابثا ربارب رد هک میزاسب ی نهذی اهتسه دی اب ام

Just because many people believe a thing does not make it so.

دن کلی من تسرد ار نآ، دن راد داق تعایزیچ هب مدرم زای رای سب هک لیلد نی اب طقف

Courage is the willingness to be the only person in the room who is right.

ینعی تعاجش

Your logic should be your only compass in a storm of opinions.

دشاب تارظن نافوظ رد امش ی امن اب طق اهنت دی اب امش قطنم

In this second section, we have learned why the crowd feels so safe.

دن کلیم تی ن ما ساسح اعمج ارچ هک می اهت فرگ دای ام، مود شخب نی ارد

We understand that groupthink

یهورگ رکفت هک می نکلیم کرد ام

is a survival instinct.

تسابقب هزی رغ کی

We must learn to manage.

می نک تی ری دم هک می ری گب دای دی اب ام

Now, let us explore the filters that distort our daily reality.

می نک ی سر رب دن نکلیم فی رحهت ار ام هرمزور تی عقاو هک اری اهرت لی ف دی ای اب الاح

Filters and cognitive biases.

ی.تخانش ی اهلیری گوس و اهرتلی ف

Information bias is the filter that only lets in what we like.

دن کلیم دراو میراد تسود هک ار هچن آ طقف هک تسارتلی ف یتاعالطایری گوس

We look for evidence that proves we are already correct.

می تسه تسرد ل بق ام دنک تبات هک میتسه یدهاوش لابند هب ام

This bias makes us blind to the complexity of the real world.

دن کلیم روک ی عقاو ی ایند ی گدیچی پ هب تبسن ار ام یری گوس نی ا

To think for yourself, you must actively seek the opposite view.

دی شاب فل اخم هاگدی د لابند هب لاعف روط هب دی اب، دی نک رکف ناتدوخ یارب هکنی ا یارب

Ask yourself how you might be wrong about your deepest beliefs.

دی نک هابتشا دوخ ی اهرواب نی رتاقیمی ع دروم رد تسا نکمم هنوگچ هک دی سرپب دوخ زا

The availability heuristic makes us fear things that are rare but dramatic.

می سرتب دن تسه کی تمارد اما ردان هک یی اهزیچ زا دوشلیم ثعاب ام سرتسد رد تواضق

We give too much weight to news that is easy to remember.

می هدلیم نزو دح زا شیب یروآدای یارب ناسا رابخا هب ام

Your emotions are not reliable indicators of historical truth.

دن تسین یخیرات تقیقح زا یدامتعال باقی اهرگن اشن امش تاساسحا

We must look at the data before we react to the drama.

می نک هاگن اههداد هب می هدن اشن شنکاو مارد هب هکنی ا زا ل بق دی اب ام

Your mind has many windows, but you often look out of only one.

دی نک کلیم هاگن هرچن پ کی زا طقف بلغا امش اما، دراد ی دایزی اهرچن پ امش نهذ

Independence is the act of walking to a different window.

دی ورب توافقتم هرچن پ کی تمس هب ینعی لمعال لقتسا

Do not let your ego protect an idea that is no longer

رگید هک ی اهدی ا زا امش یهاوخدوخ هک دی هدن هزاجا

useful.

دنگ تظفاحم تسین دیفم

Treat your thoughts like tools that you can change at any time.

دیهدرییغت دیهاوخب هک نامز ره دیئاوتلم هک دیریگب رظن ردیی اهرازبا دننام اردوخ راکفا

If a thought makes you less free, it is a broken tool.

تسا هتسکش رازبا کی، دنگ دازآ رتمک ار امش رکف کی رگا

You are the master of your thoughts and not their servant.

اهنآ راکتمدخ هن و دیتسه دوخ راکفا داتسا امش

We have just considered the internal filters that hide the truth from us.

میاهدركی سررب دننکلم ناهنپ ام زا ارتقیقح هک ارلیخادی اهرتلیفی گزات هب ام

We have learned that being right is less important than seeing the truth.

تسا مهم تقیقح ندید زا رتمک ندوب تسرد هک میاهتخوم آ ام

Let us now move toward the foundation of first principles, part four.

مراهچ شخب، میورب هیلوا لوصا یاهایاپ تمس هب دییایب الاح

The logic of first principles.

هیلوا لوصا قطنم

Most

رتشیب

people think by analogy, by copying what others have done.

دناهداد ماجنا نارگید هچنآ ندرک یپک اب، دننکلم رکفی هیبشت تروص هب مدرم

Thinking by analogy is efficient, but it prevents real innovation, first principles.

هیلوا لوصا، دوشلمی عقاویروآون عنام اما، تسا دمآراکی هیبشت تروص هب رکفت

Thinking means breaking an idea down to the basics.

هیلوا لوصا هب هدی کی نتسکش ینعی رکفت

You must ask what is absolutely true without any assumptions.

یضر فچی ه نودب تسا تسرد قلم روط هب یزیچ هچ دیسرپب دیاب امش

Common sense is often just a collection of popular mistakes.

تسا بوبحم تاهابتشا زایاهومجم طقف بلغا میلس لقع

If you want a different result, you must start with a different foundation.

دینک عورش توافتم هیاپ کی اب دیاب، دیریگب یتوافتم هجیتن دیهاوخلیم رگا

Rules are often just suggestions made by people who are also afraid.

دنوشلیم هیارا، دنسرتلیم زین اهنآ هک یدارفا طسوت هک دنتسه یتاداهنشیپ طقف بلغانیناوق

Do not be afraid

زا

to deconstruct the reality you are given.

دیسرتن هدش هداد امش هب هک یتیعقاو لیلحت

You find the truth.

دینکلیم ادیپ ارتقیقح امش

You can build anything you want.

دیزاسب دیهاوخلیم هک یزیچ ره دیناوتلیم

This process requires deep work and intense mental energy.

دراد دیدش ینهدیژرنا و قیعم راک هب زاین دنیآرف نی

It is easier to follow the recipe than to understand the chemistry.

تسا یمیش کرد زارتاناسآ لمعلاروتسد زایوریپ

But the person who understands the chemistry can create new recipes.

دزاسب یدیج یاهروتسد دیناوتلیم دنکلیم کرد اریمیش هک یسک اما

Intellectual independence is a muscle that grows with exercise.

دیتسه رکفتم کی راک ماجنا لاح رد امش، ارچ دیسرپایم دوخ زا هک راب ره

Every time you ask why you are doing the work of a thinker, Never accept A, because that is based only on

ساسا رب طقف نیاریز، دینکن لو بقر زگره

tradition.

تساتنس

In this section we learned how to build our own logical structures.

می‌زاسب از دوخ ی‌قطنم ی‌اهراتخاس هن‌وگچ هک می‌تفرگ دای ش‌خ‌ب‌نی‌ا‌رد

We are learning to stop imitating and start innovating our own lives.

می‌نک‌زاغ‌آ‌ار‌دوخ‌ی‌گدن‌زرد‌ی‌روآون‌و‌می‌نک‌ف‌قوت‌م‌ار‌دی‌ل‌قت‌هک‌می‌ت‌سه‌ی‌ری‌گ‌دای‌ل‌اح‌رد‌ام

Now we focus on how to protect the garden of our mind, curating the mental information.

ی‌ن‌ه‌ذ‌ت‌اع‌ال‌طا‌ب‌اخ‌ت‌ن‌ا‌ب‌،‌می‌ن‌ک‌لی‌م‌ز‌ک‌رم‌ت‌دوخ‌ن‌ه‌ذ‌غ‌اب‌زا‌ت‌ظ‌ف‌اح‌م‌ی‌گ‌ن‌و‌گ‌چ‌ی‌و‌ر‌ب‌ال‌اح

Your mind becomes exactly what you feed it, every day.

دی‌ه‌لی‌م‌ه‌ی‌ذ‌غ‌ت‌ن‌آ‌ه‌ب‌زور‌ره‌هک‌دوش‌لی‌م‌ی‌زی‌چ‌ن‌ام‌ه‌آ‌قی‌ق‌د‌ام‌ش‌ن‌ه‌ذ

If you consume digital weeds, you will not grow mental roses.

ت‌ش‌اد‌دی‌ه‌او‌خ‌ن‌ی‌ن‌ه‌ذ‌ی‌اه‌ال‌گ‌،‌دی‌ن‌ک‌ف‌ر‌ص‌م‌ل‌ات‌ی‌ج‌ی‌د‌ز‌ره‌ی‌اه‌ف‌ل‌ع‌ر‌گا

An information diet is the key to protecting your focus.

ت‌س‌ام‌ش‌ز‌ک‌رم‌ت‌زا‌ت‌ظ‌ف‌اح‌م‌دی‌ل‌ک‌ی‌ت‌اع‌ال‌طا‌می‌ژ‌کی

Most news is designed to keep you in

رد‌ار‌ام‌ش‌هک‌دن‌اه‌دش‌ی‌ح‌ار‌ط‌ی‌اه‌ن‌و‌گ‌ه‌ب‌ر‌اب‌خ‌ا‌رت‌ش‌ی‌ب

a state of reaction.

دن‌راد‌ه‌گ‌ن‌ش‌ن‌ک‌او‌ت‌ی‌ع‌ض‌و

A reacting mind cannot think independently because it is always distracted.

ت‌س‌ا‌ت‌ر‌پ‌ش‌س‌را‌وح‌ه‌ش‌ی‌م‌ه‌اری‌ز‌دن‌ک‌ر‌ک‌ف‌ل‌ق‌ت‌س‌م‌ر‌وط‌ه‌ب‌دن‌او‌ت‌لی‌م‌ن‌ار‌گ‌ل‌ش‌ن‌ک‌او‌ن‌ه‌ذ‌کی

Choose long books over short videos to train your attention.

دی‌ن‌ک‌نی‌رم‌ت‌ار‌دوخ‌ه‌ج‌وت‌ات‌دی‌ه‌د‌ح‌ی‌ج‌رت‌ه‌ات‌وک‌ی‌اه‌وی‌دی‌و‌ه‌ب‌ار‌ی‌ن‌ال‌وط‌ی‌اه‌ب‌ات‌ک

Choose slow conversations over fast and angry debates.

دی‌ه‌د‌ح‌ی‌ج‌رت‌نی‌گ‌م‌ش‌خ‌و‌عی‌رس‌ی‌اه‌ت‌ح‌ب‌ه‌ب‌ار‌ما‌ر‌آ‌ی‌اه‌و‌گ‌ت‌ف‌گ

Solitude is the necessary school for an independent thinker.

ت‌س‌ا‌ل‌ق‌ت‌س‌م‌ر‌ک‌ف‌ت‌م‌کی‌ی‌ارب‌ی‌ر‌ور‌ض‌ه‌س‌ر‌دم‌ی‌ی‌اه‌ن‌ت

In silence, you can finally hear the sound of your own voice.

دی‌و‌ن‌ش‌ب‌ار‌دوخ‌ی‌اد‌ص‌ه‌ر‌خ‌ال‌اب‌دی‌ن‌او‌ت‌لی‌م‌،‌ت‌وک‌س‌رد

Many people use noise to escape the truth of their own lives.

دننکلیم هدافتسا دوخ یگدنز تقیقح زا رارف یارب ادص زا مدرم زا یرایسب

Do not be afraid of the quiet space within you.

دیسرتن دوخ نورد تکاس یاضف زا

Meditation and journaling are

نتشون و نشیتیدم

tools for mental digestion.

دنتسه ینهد مضمه یارب ییاهرازب

You must process what you learn before it becomes part of you.

دوش امش زا یشخب هکنیا زا لبق دینک شزادرب دیریگوم دای هک ار هچنآ دیاب امش

Protect your morning hours from the influence of the internet.

دینک تظفاحم تنرتنی ریثأت زا ار دوخ حبص تاعاس

Start your day with your own thoughts and not with those of a stranger.

دینک زاغآ هبیرغ کی راکفا اب هن و دوخ راکفا اب ار دوخ زور

We have considered how to guard our focus and our environment.

مینک تظفاحم دوخ طیحم و زکرمت زا هنوگچ هک میاهدرک یسررب ام

We know that solitude is a gift and that silence is where clarity lives.

دراد دوج و حوضو هک تسایاج توکس و تساهیده کی ییاهنت هک مینادلیم ام

Let us now consider the danger of the expert trap, part 6.

6. شخب، میزادربب ناسانشراک ماد رطخ هب دیایب الاح

Humility and the

و عضاوت

expert trap.

ناسانشراک ماد

Intellectual humility is the admission that you do not know everything.

دیربلیم یپ دوخ شنادهاتی دودحم هب رتشیب، دینادب رتشیب هچ ره

The more you know, the more you see the limits of your knowledge.

دینک هابتشایرگی دسک ره دن نام دناوتلیم سان شراک کی

Do not outsource your common sense to people with titles.

دشاب هملک نیرخآ هک دیرانگن زگره اما، دیهد شوگ هرواشم هب

An expert can be wrong just like anyone else.

دی سرتن هدیچیپ دارفا زا هداس تال اوس ندی سرپ زا

Listen to advice, but never let it be the final word.

تسایری گدای عنام نیرتگرزب ندما قمح ا رظن هب زا سرت

You are the only true expert on the life you are living.

دوشلیم تفای ندوب هدنک عورش هب لیامت ردی عقاو تمکح

Do not be afraid to ask simple questions to complex people.

دیشاب کوکشم دینک فقوتم ار ندرک رکف ده اوخلیم امش زا هک یاهدی ره هب

Simple

یضررق هدی رازه ات دیشاب هت شاد ی عقاو هدی دنچ تسارت هب

questions often reveal the holes in a bad argument.

دن کلیم راکش آر دب لال دتسا کی یاهه رفح بلغا هداس تال اوس

The fear of looking stupid is the greatest barrier to learning.

تسایری گدای عنام نیرتگرزب نداد ناشن تهالب زا سرت

If you are afraid to ask, you will never truly understand.

درک دیه اوخن کرد عقاو زگره، دی سرتلیم ندی سرپ زا رگا

Real wisdom is found in the willingness to be a beginner.

دوشلیم تفای ندوب یدتبم هب لیامت ردی عقاو تمکح

Be suspicious of any idea that requires you to stop thinking.

دیشاب نی بدب، دیشکب رکفت زا تسد ده اوخلیم امش زا هک یاهدی ره هب

Your intellectual integrity is more valuable than your social status.

تسارت دن مشزرا امش یعامتجا هاگی اج زا امش یرکف تقادص

It is better to have a few true ideas than a thousand borrowed ones.

ی.ضرق هدی ا رازه ات دی ش اب هت شاد ی ق ی ق ی ح هدی ا دن چ تس ا رت هب

Stay curious and

و دی ش اب وا ک جن ک

keep your mind open, but stay guarded.

دی ش اب ب ق ا ر م ا م ، دی راد ه گ ن ز اب ا ر دو خ ن ه ذ

We have just explored how humility protects us from following experts blindly.

ت ظ ف ا ح م ن ا ص ص خ ت م ز ا ه ن ا ر و ک ر و ک ی و ر ی پ ز ا ا ر ا م ی ن ت و ر ف ه ن و گ چ ه ک م ی د ر ک ی س ر ر ب ن و ن ک ا ا م
د ن ک ل ی م

We have learned that the path of the thinker is one of constant questioning.

ت س ا م و ا د م ی ر گ ش س ر پ ز ا ی ه ا ر ر ک ف ت م ه ا ر ه ک م ی ت خ و م آ

Now we reach our final set of sentences about your personal values.

م ی س ر ل ی م ا م ش ی ص خ ش ی ا ه ل ش ز ر ا ه ر ا ب ر د ت ا ل م ج ه و م ج م ن ی ر خ آ ه ب ن و ن ک ا

Part 7.

م ت ف ه ش خ ب

Designing your operating system.

ا م ش ل م ا ع م ت س ی س ی ح ا ر ط

Your personal values are the foundation of your operating system.

د ن ت س ه ا م ش ل م ا ع م ت س ی س ی ه ی ا پ ا م ش ی ص خ ش ی ا ه ل ش ز ر ا

If you do not choose your values, the world will choose them for you.

د ر ک د ه ا و خ ب ا خ ت ن ا م ش ی ا ر ب ا ر ا ه ل ن آ ا ی ن د ، د ی ن ک ن ب ا خ ت ن ا ا ر ن ا ت ی ا ه ل ش ز ر ا ر گ ا

Write down what matters most

د ر ا د ت ی م ه ا ر ت ش ی ب ی ز ی چ ه چ ه ک د ی س ی و ن ب

to you in this life.

ی گ د ن ز ن ی ا ر د ا م ش ی ا ر ب

Let your values be the filter for every decision you make.

دی‌ده رارق دیری‌گلی‌م‌هک‌یمی‌صت‌ره‌رت‌لی‌ف‌ار‌نات‌ی‌اه‌ش‌زرا

Freedom is the result of acting according to your own nature.

ت‌س‌ا‌ن‌ات‌د‌و‌خ‌ت‌ع‌ی‌ب‌ط‌س‌ا‌س‌ا‌ر‌ب‌ن‌د‌ر‌ک‌ل‌م‌ع‌ه‌ج‌ی‌ت‌ن‌ی‌د‌ا‌ز‌آ

You are not a slave to the circumstances of your birth.

دی‌ت‌س‌ی‌ن‌ن‌ات‌د‌ل‌و‌ت‌ط‌ی‌ا‌ر‌ش‌ه‌د‌ر‌ب‌ا‌م‌ش

Every original thought is a brick in the house of your freedom.

ت‌س‌ا‌م‌ش‌ی‌د‌ا‌ز‌آ‌ه‌ن‌ا‌خ‌ر‌د‌ر‌ج‌آ‌ک‌ی‌ی‌ل‌ی‌ص‌ا‌ر‌ک‌ف‌ر‌ه

The journey of thinking for yourself has no final destination.

د‌ر‌ا‌د‌ن‌ی‌ی‌ا‌ه‌ن‌د‌ص‌ق‌م‌چ‌ه‌ل‌ق‌ت‌س‌م‌ر‌ک‌ف‌ت‌ر‌ف‌س

It is a daily practice of waking up and choosing the truth.

دی‌ن‌ک‌ب‌ا‌خ‌ت‌ن‌ا‌ر‌ت‌ق‌ی‌ق‌ح‌و‌دی‌و‌ش‌ر‌ا‌د‌ی‌ب‌ز‌ور‌ر‌ه‌ه‌ک‌ت‌س‌ا‌ه‌ن‌ا‌ز‌ور‌ن‌ی‌ر‌م‌ت‌ک‌ی‌ن‌ی‌ا

You are finally the master of your own

ب‌ا‌ب‌ر‌ا‌ا‌م‌ش‌م‌ا‌ج‌ن‌ا‌ر‌س

mental domain.

دی‌ت‌س‌ه‌د‌و‌خ‌ی‌ن‌ه‌ذ‌ه‌ز‌و‌ح

We have now completed our 100 sentences for this journey.

می‌ا‌ه‌د‌ر‌ک‌ل‌ی‌م‌ک‌ت‌ا‌ر‌ر‌ف‌س‌ن‌ی‌ا‌ه‌ل‌م‌ج‌۱۰۰‌ن‌و‌ن‌ک‌ا‌م

We have traveled from the awareness of the script to the design of our own values.

می‌ا‌ه‌د‌ر‌ک‌ر‌ف‌س‌ن‌ا‌م‌د‌و‌خ‌ی‌ا‌ه‌ش‌ز‌را‌ی‌ح‌ا‌ر‌ط‌ا‌ت‌و‌ی‌ر‌ا‌ن‌س‌ز‌ا‌ی‌ه‌ا‌گ‌آ‌ز‌ا

We have learned that groupthink is a natural trap.

ت‌س‌ا‌ی‌ع‌ی‌ب‌ط‌م‌ا‌د‌ک‌ی‌ی‌ه‌و‌ر‌گ‌ر‌ک‌ف‌ت‌ه‌ک‌م‌ی‌ت‌خ‌و‌م‌آ

We can escape through logic and first principles.

م‌ی‌ن‌ک‌ر‌ا‌ر‌ف‌ن‌آ‌ز‌ا‌ه‌ی‌ل‌و‌ا‌ل‌و‌ص‌ا‌و‌ق‌ط‌ن‌م‌ق‌ی‌ر‌ط‌ز‌ا‌م‌ی‌ن‌ا‌و‌ت‌ل‌ی‌م

We have understood that solitude and a careful information diet protect our clarity.

د‌ن‌ک‌ل‌ی‌م‌ت‌ظ‌ف‌ا‌ح‌م‌ا‌ر‌ا‌م‌ح‌و‌ض‌و‌ق‌ی‌ق‌د‌ی‌ت‌ا‌ع‌ا‌ل‌ط‌ا‌ی‌ی‌ا‌ذ‌غ‌م‌ی‌ژ‌ر‌ک‌ی‌و‌ی‌ی‌ا‌ه‌ن‌ت‌ه‌ک‌م‌ی‌د‌ر‌ک‌ک‌ر‌د

Finally, we see that intellectual humility and personal values are our ultimate guards.

.....
دنتسه ام یی اهن نان ابهگن ی صخش ی اهلش زرا و یرکف عوضاوت ،ت ی اهن رد

Thinking for yourself is the most difficult and rewarding

.....
ن یرتاهدن هدلش اداپ و ن یرت راوشد لقتسم رکفت

work you will ever do.

.....
داد دی اوخ ماچنا زگره امش هک تسایراک

Thank you for sharing this quiet space with me today.

.....
مرکشتم دیتشاذگ کارتشاره ب نم اب ارتکاس یاضف نی ا زورما هکنی ازا

I am Peter.

.....
م.تسه رتیپ نم

Goodbye, friends.

.....
ناتسود ،ظفاح ادخ

The end.

.....
نایاپ