

TRANSCRIPT · EPISODE 61

Control Your Voice Under Pressure Ep3

Line-by-line · English + ■■■■■■

164 lines

Your English Toolbox

I want you to imagine that you are sitting in a very important, high-stakes meeting with your international team.

دوخی لملانی بی میت اب ال اب کسی ر اب و مهم رای سب هسلج کی رد هک دینک روصت مه اوخلم
دی اهت سشن

Everyone around the table is speaking in rapid, fluent English, and you are trying your absolute best just to follow the rhythm of the conversation.

مامت امش و دن کلیم تب حص یسی لگنا نابز هب ناور روط هب و تعرس هب زیم رود دارفا هم
دینک لابند ار وگت فگ متی ر طقف ات دین کلیم ار ناتشالت

Suddenly, the director of the company turns directly to you, says your name out loud, and asks for your professional opinion on a very complex problem.

رظن امش زا و دی وگلی دن لب ی ادص اب ار امش مان، دن کلیم هاگن امش هب امیق تسم تکرش ریدم، نهگان
ده اوخلم هدی چی پ رای سب ل کشم کی هرابرد ار ناتلی اه فرح

Instantly, your heart drops and your mind goes completely, terrifyingly

دوشلم یلاخی کان تشحو و زرط هب، الماک ناتن هذ و دزیرلم ورف ناتابلق، نهگان

blank.

هملک کی دین او تلمن اما، دنتسه شخرچ لاح رد ناتلی ردام نابز رد قی قد و ناشخرد هدی نارازه
دینک نایب ار اهلن ات دینک ادی پیسی لگنا

You have a thousand brilliant, nuanced ideas floating around in your native language, but you cannot find a single English word to express them.

قاتا رد توکس و هدش بارخ متسیس، تساهدش شوماخ لماک روط هب ناتزغم هک دین کلیم ساسح
دوشلم روآت لاجخ و نیگنسی اهداعل اقوف زرط هب

It feels like your brain has just shut down, the system has crashed, and the silence in the room becomes incredibly heavy and embarrassing.

و نهذ، اهش وگ هک یی اج، ام دنک یسی لگنا تس کداپ، دیم آشوخ ناتلیسی لگنا رازبا هب عج هب
می هدلم شزوم ار ناتلی طاب ترا یژتارتسا

Welcome to your English Toolbox, your slow English podcast, where we train your ears, your mind, and your communication strategy.

I am Martin, and I am Julia.

متسه ای لوج نم و متسه نی ترام نم

Today is episode 3

موس تمسق زورم

of our public speaking series.

تسام ی مومع ینارنخس یرس

And today, we are going to solve the terrifying problem of the blank mind.

مینک لاری لایخ نهذکانسرت لکش م تسارارق ام، زورم و

If you stay with us for this extended masterclass, you will discover that freezing in public is almost never a vocabulary problem.

کی زگره ابی رقت عمج رد ندزخی هک دش دیه اوخ هجوت م، دینامب ینالوط رتسم سالک نیارد ام اب رگا
تسین یناگزاو لکش م

You freeze because you are trying to build a complex house without a blueprint.

دیزاسب هشقن نودب ار هدیچی پ هناخ کی دینکلیم ی عس نوچ دینزلیم خی امش

We are going to teach you the ultimate structure trick that professional speakers use to ensure they never, ever run out of words.

دینکلیم هدفستسا نآ زا یاهفرح نانارنخس هک داد میه اوخ شزوم آری یاهن یراتخاس دنفرت امش هب ام
دیناملیمن ی لایخ تاملک زا زگره، زگره دنوش نیئم طم ات

We will

ام

show you exactly how to buy time, how to organize your messy thoughts instantly, and how to easily pass the coherence sections of the IELTS or Cambridge oral exams.

یهدن امزاس تعرس هب ار ناتامظن مان راکفا هنوگچ، دیرخب نامز هنوگچ هک داد میه اوخ ناشن امش هب
رس تشپ ار جیری بمک ای ستلی آی هافش یاهن ومزا امجسنا یاهشخب یتحار هب هنوگچ و دینک
دیرانگب

Before we dive into this strategy, I want to ask you one quick favor.

منکب عیرس شه اوخ کی امش زا مه اوخ لم، می زادربپ یژتارتسا نی هب هکنیا زال بق

If you learn a new technique today that makes you feel more confident and less afraid, please leave a comment on the platform where you are listening.

و دینک یرتشیب سفن هب دامتعا ساسح ا دوش ثعاب هک دیریگب دای دیدج کی نکت کی زورم ا رگا
دی رانگب رظن کی، دی هدلم شوگ نآ هب هک یمرفتلپ رد ا فطل، دی سرتب رتمک

Your comments are the lifeblood of this project.

دنتسه هژورپ نی ای گدنز نوخ امش تارظن

They help

هب اهلنآ

our show grow, they help us reach more international professionals who are struggling, and they keep our community alive week after week.

لاح رد هک یرتشیب یللملانیب ی اهلی اه فرح هب ات دننکلم کمک ام هب، دننکلم کمک ام هم انرب دشر
دن رانلم هگن هدنز هتفه هب هتفه ار نام ا عماج و میسرب دنتسه هزارابم

Let me tell you a story about a former student of mine named Ravi.

می وگب نات یارب ی وار مان هب مقباس نازوم آشناد زای کی هرابرد ینات ساد دی رانگب

Ravi is a brilliant, highly educated software engineer from India who is currently living and working in Berlin.

راک و ی گدنز نی لرب رد رضاح لاح رد هک تسا دنه زا هدرکالی صحت و شوهاب رازفالمرن سدنم کی ی وار
دنکلم

His reading and writing skills in English are absolutely excellent.

تسا یلاع هداعل اقوف یسی لگنان ابز هب وانتشرون وندن اوخی اهت راهم

Easily a solid C1 level on paper.

ذغاک رد 1 حطس ردی ت حار هب

He can write beautiful, complex emails without making a

کی هکنی انودب دسی ونب ی اه دیچی پ و ابی ز ی اهلی می ا دن او تلم و

single grammatical mistake.

دوش بکترم یرمارگ هابتشا

But Ravi had a massive paralyzing problem with speaking in public or participating in spontaneous office debates.

دوب هجاوم یرادا شوخ دوخ تا اثحابم رد تکرش ای عمج ردندرک تب حص رد ی گرزب لکش م اب ی وار ام

One Tuesday morning, Ravi was sitting in a critical project planning meeting with senior management.

دوب هتسشن دشرا تیری دم اب ین ارحب هژورپ یزی راهم ان رب هسلج کی رد یوار، هب ن شاهس حبص کی

His director suddenly looked across the table and asked, Ravi, do you think we should delay the software launch until next month?

ات ار رازف المرن یزادن اهار دی اب ین کلیم رکف ای آ، یوار، دی سرپ و درک هاگن زیم تمس هب ناهگان شری دم
م یزادنی ب قی وعت هب هدی آ هام

It was a relatively simple question, but it required a thoughtful, professional, and persuasive answer.

ت.شاد هدن کاعناق و یاه فرح، هدش رکف خس اپ کی هب زاین اما، دوب هداست بسن ل اوس کی نی

Ravi knew the answer perfectly well in his

ت.سی چ خس اپ هک تسن المیم یبوخ هب یوار

head.

گاب نی دنچ شمی ت نوچ دن زادنی ب قی وعت هب ار یزادن اهار هک دنراد زاین تدش هب اهان هک تسن المیم و
دوب هدرک ادی پ دک رد کانرطخ

He knew they desperately needed to delay the launch because his team had found several dangerous bugs in the code.

دزخی الماک یوار، دهد خس اپ حوضو هب هکنی ای اج هب اما

But instead of answering clearly, Ravi froze completely.

درک یهاوخرذع، دش فقوتم، دنک مامت ار نآ هنوگچ دن المیم هک دش هجوت م، درک عورش ار هلمج کی و
دش تکاس الماک طقف س پس و درک عورش ار توافق الماک هلمج کی

He started one sentence, realized he did not know how to finish it, stopped, apologized, started a completely different sentence, and then just felt totally silent.

He felt incredibly embarrassed, and looking at the faces of his colleagues, he believed his English was just not good enough for his senior position.

یارب شالی سی لگنا هک درک رواب، شن اراکه یاه رهچ ندید اب و درک یاهداعل اقوف تل اجخ س اسح و
ت.سین یفاک شدشرا تی عقوم

After the meeting, he called me in an absolute panic.

دزگن ز نم هب تشحو زی تل اج اب و، هسلج زا دع

He told me he needed to buy a new textbook and memorize 500 new advanced vocabulary words immediately.

ار دیج هت فرشی پ ناگژاو هملک ۵۰۰ آروف و درخ ب دیج ی سرد باتک کی دراد زاین هک تفگ نم هب وا دنک ظفح

But Martin, you told him the absolute truth about his English, didn't you?

تسا ت سرد، ی تفگ وا هب شالیسی لگنا هرابرد ار ق ل ط م تقیق ح وت، نی ترام اما

Yes, I did.

تسا ت سرد، هلب

I told him, Ravi, your English is already fantastic, and your vocabulary is huge.

تسا دای ز رای سب وت ناگژاو و تسا هداعل اقوف ل بق زا وت یسی لگنا، یوار، متفگ وا هب نم

Your problem is not your dictionary.

تسین تالی رن شکی د وت ل کشم

Your problem is your total lack of architecture.

تسا یرام عم لم اک مدع وت ل کشم

Let us deeply analyze exactly what happened in

رد هک مینک لی لحت آقی قد دی ای ب

Ravi's brain in that specific meeting.

داتفا ی قافتا هچ صاخ هسلج نآ رد یوار زغم

When you are asked a sudden, unexpected question, your brain produces abstract ideas at lightning speed.

تعرس اب ار ی عازتنا ی اهه دی امش زغم، دوشلی م هدی سرپ ی اهرظت نم ریغ و یناهگان ل اوس امش زا ی تقو دن کلی م دیل وت رون

But if you do not have a safe, predictable container to put those ideas into, you experience something called cognitive overload.

راب مان هب ی زیچ، دی شراب هت شادن اهه دی نآ نداد رارق یارب ینی باشی پ ل باق و نم افرظ کی رگا اما دی نکلی م هبرجت اری تخانش

Cognitive overload is a fantastic psychological term for our listeners to understand.

دننک کرد دی اب هک تسام ناگدن ونش یارب هداعل اقوف ی تخانشان اور حال طصا کی ی تخانش راب

It means your working memory is receiving too much information at once, and the mental system simply crashes.

مت‌تسی‌سی و دن‌کلی‌م تف‌ای‌رد یدای‌ز تا‌عال‌طا ه‌راب‌کی ه‌ب ام‌ش یراک ه‌ظ‌ف‌اح ه‌ک ت‌س‌ان‌ع‌م نی‌ا ه‌ب نی‌ا
دوش‌لی‌م بارخ‌ی‌گ‌د‌اس ه‌ب ین‌ه‌ذ

Exactly.

آقی‌قد

Ravi was trying to translate his

دن‌ک هم‌چ‌رت‌ی‌سی‌ل‌گ‌نا ه‌ب می‌ق‌ت‌س‌م ر‌وط ه‌ب ار‌ش‌ا‌ه‌دی‌چ‌ی‌پ ین‌ف ر‌ک‌ف‌ت دن‌ی‌آ‌ر‌ف ل‌ک در‌ک‌لی‌م ی‌ع‌س ی‌وار
د‌ان‌لی‌م ما‌ج‌نا ن‌ام‌ز‌م‌ه ر‌وط ه‌ب ار‌ا‌ه‌راک نی‌ا م‌ام‌ت ه‌ک ی‌ل‌اح ر‌د

entire complex technical thought process directly into English all at the exact same time.

د‌وب ل‌م‌اک ن‌ح‌ل و ل‌م‌اک نا‌گ‌ژ‌او، ل‌م‌اک ر‌م‌ار‌گ ی‌ارب ش‌ز‌غ‌م ی‌وج‌ت‌س‌ج ل‌اح ر‌د ت‌د‌ش ه‌ب وا

He was frantically searching his brain for the perfect grammar, the perfect vocabulary, and the perfect tone simultaneously.

ی‌م‌وب ن‌ان‌ار‌ن‌خ‌س ی‌ارب ی‌ت‌ح، ت‌س‌ا ن‌ک‌م‌م‌ری‌غ ی‌ع‌ق‌او ن‌ام‌ز‌رد نی‌ا، می‌و‌گ‌ب ح‌ض‌او ی‌لی‌خ د‌یر‌ان‌گ‌ب و
ی‌سی‌ل‌گ‌نا

And let me be very clear, that is impossible to do in real time, even for native English speakers.

ل‌م‌اک و ه‌دی‌چ‌ی‌پ ی‌ا‌ه‌ف‌ار‌گ‌از‌اپ ر‌د، دوش‌لی‌م ه‌دی‌س‌ر‌پ ی‌ن‌ا‌ه‌گان ل‌ا‌وس ا‌ه‌ل‌ن‌آ‌زا ی‌ت‌ق‌و ی‌م‌وب ن‌ان‌ار‌ن‌خ‌س
د‌ن‌ک‌لی‌م ن‌ت‌ب‌ح‌ص

Native speakers do not speak in perfect, complex paragraphs when they are asked a sudden question.

Native speakers speak in frameworks.

د‌ن‌ک‌لی‌م ت‌ب‌ح‌ص ا‌ه‌ب‌و‌چ‌را‌چ ر‌د ی‌م‌وب ن‌ان‌ار‌ن‌خ‌س

They rely on invisible structures to guide their

ت‌ی‌ا‌ه‌ت‌ن‌ا ت‌ا‌د‌ت‌ب‌ا‌زا نی‌ا ر‌وط ه‌ب ار‌ن‌اش‌ت‌ال‌م‌ج‌ات د‌ن‌ک‌لی‌م ه‌ی‌ک‌ت ی‌ئ‌ر‌م‌ان ی‌ا‌ه‌رات‌خ‌اس ه‌ب ا‌ه‌ل‌ن‌آ
د‌ن‌ک

sentences safely from the beginning to the end.

د‌ن‌ک‌لی‌م ت‌ک‌ر‌ش ی‌م‌س‌ر‌ی‌ن‌ار‌ن‌خ‌س ن‌وم‌ز‌آ‌کی ر‌د ه‌ک ی‌س‌ک ر‌ه ی‌ارب م‌ه‌م ر‌ای‌س‌ب م‌وه‌ف‌م‌کی ه‌ب ار‌ام نی‌ا
د‌ن‌اس‌ر‌لی‌م چ‌ی‌ر‌ب‌م‌ک ه‌ت‌ف‌ر‌ش‌ی‌پ ی‌ا‌ه‌ل‌ن‌وم‌ز‌آ‌ای ل‌ف‌ات، س‌ت‌لی‌آ‌د‌ن‌ام

This brings us to a very important concept for anyone taking an official speaking exam, like the IELTS, TOEFL, or the Cambridge Advanced Tests.

مى نك تب حص ماجسنا موهفم هرابرد دى اب ام

We need to talk about the concept of coherence.

ين اگژاو گرزب تا ملک طقف اهانآ، درباپالک کى اب تساهتسشن امش لباقم رد نحت مم کى يتقو دن رامش لى من ار امش

When an examiner is sitting across from you with a clipboard, they are not just counting your big vocabulary words.

They are listening for coherence.

دن هلى م شوگ ماجسنا هب اهانآ

Coherence does not mean using beautiful poetic language.

دى نك هدافتسا ابى ز هناعاش نابز زا هك تسى ن انعم نى ا هب ماجسنا

Coherence simply means that your ideas

امش ي اهله دى ا هك تس انعم نى ا هب ي گداس هب ماجسنا

are logically connected, well organized, and incredibly easy for the listener to follow.

هك تسنا ناسآ راي سب هدى ونش ي ارب و هدى هدى نامزاس ي بوخ هب، لصتم مه هب ي قطنم روط هب دنك لبا بند

Examiners and business managers do not want to hear a disorganized, chaotic genius.

دى ونش ب ار هتفشآ و مظن مان هغبان کى دن هاولى من راکوابسک نارى دم و نانحت مم

They want to hear a structured, logical, and calm communicator.

دى ونش ب ار مارآ و ي قطنم، هتفاى راتخاس هدى هداطاب ترا کى دن هاولى م اهانآ

When you have a structure, your brain finally relaxes.

دوش لى م مارآ تى اهن رد ناتزغم، دى راد راتخاس کى امش يتقو

You stop panicking about what word to say next, because the structure dictates what comes next automatically.

روط هب راتخاس اريز، دى و ش لى م فقوتم، دى ي و گب ادعب ار هم لک مادک هک نى ا هرابرد ي نارگن زا امش دى آلى م ادعب ي زى چ هچ هک دن کلى م نى ي عت راکدوخ

So, how do we actually build this structure?

؟ می‌زاسلیم ار راتخاس نی‌اعقاو هنوگچ، سب

How do we give our brain a reliable map so

؟ می‌وشن مگ هلمج کی طسو و رد رگی دات می‌هلم دامتعال باق هشقن کی نامزغم هب هنوگچ

we never get lost in the middle of a sentence again?

تسا نکشن و یناهج بوچراچ کی ظفح، کانسرت یتخان شراب نی‌ایارب ل‌ح‌هار نی‌رت‌هب

The absolute best solution to this terrifying cognitive overload is to memorize a universal, unbreakable framework.

می‌مانلیم یت‌مس‌ق‌اهس نوناق اردن متردق بوچراچ نی‌ام

We call this powerful framework the three-part rule.

دن‌مانلیم یری‌گاه‌ج‌یت‌ن‌ل‌ا‌ث‌م‌ه‌طقن شور ار ن‌آ‌زین نوم‌زآ ناب‌ای‌زرا و طاب‌تراناس‌ان‌ش‌راک‌زا‌ی‌خ‌رب

Some communication experts and exam evaluators also call it the point-example conclusion method.

Whenever someone asks you a spontaneous question, you must force your panicked brain into these three highly predictable boxes.

رای‌سب‌هب‌ع‌ج‌هس‌نی‌ا‌هب‌ار‌دوخ‌بر‌ط‌ض‌م‌ز‌غم‌دی‌اب، دسرپب شو‌ج‌دوخ‌لاوس کی امش‌زا‌ی‌س‌ک‌ها‌گره
دی‌ن‌ک‌روب‌ج‌م‌نی‌باش‌ی‌پ‌ل‌باق

Step one is the point.

تسا هطقن لوا هل‌ح‌رم

In this very first step, you give a

کی‌امش، لوا هل‌ح‌رم نی‌ارد

direct, incredibly simple answer to the question in one short sentence.

دی‌هلم‌ه‌اتوک هلمج کی رد‌لاوس هب‌هداس‌هداع‌ل‌اقوف و می‌قت‌سم‌خ‌س‌اپ

You do not try to explain why yet.

ارچ‌ه‌ک‌دی‌هد‌ح‌ی‌ض‌وت‌دی‌ن‌ک‌لی‌من‌ی‌ع‌س‌زون‌ه‌امش

You just state your professional position as clearly as possible.

دی‌ن‌ک‌لی‌م‌ن‌ای‌ب‌ح‌وض‌و‌هب‌ار‌دوخ‌یا‌ه‌ف‌رح‌تی‌ع‌قوم‌طق‌ف‌امش

Step two is the example.

تسا لاثم مود هلحرم .

Here, you provide a personal story, a specific fact, or a logical reason to support that first sentence.

لوا هلچ نآ زا تيامح يارب يقطنم ليلد كي اي صاخ تيعقاو كي ،ي صخش ناتساد كي امش ،اجن ي ارد .
دي هلم هئارا

This is the exact place where you can safely expand your ideas and use your beautiful, descriptive C1 vocabulary.

And finally, step three is the conclusion.

تسا يري گاهجيتن موس هلحرم ،تياهن رد و

You briefly

رص تخم روط هب

summarize what you just said, you bring the idea back to the beginning, and most importantly, you stop talking.

ثحب يادتبا هب ار هديا ،دين كلي م يدن باعجم ،دي تفگ هزات هك ار هچ نآ هصالخ روط هب امش .
دين كلي م فقوت م ار ندرک تب حص ،همه زا رت مهم و دين ادركلي م رب

Knowing exactly when to stop talking is an absolute superpower in public speaking and in official Cambridge exams.

وي مومع ينارنخس رد قلطم تردقربا كي ،دينك فقوت م ار تب حص ين امز هچ اقي قد هكني انتسناد .
تسا جيري بمكي مسري اهان وم زآ رد

Let us look back at Ravi in that stressful boardroom meeting.

مي نك هاگن هريدم تئيه قاتار د ازلستسا هسلج نآ ردي وار هب دي ياي ب

If Ravi had used this exact structure, his answer would have been effortless and highly professional.

دشلي م ياه فرح راي سب و تمح زلي ب واخ ساپ ،دوب هدرک هدافتسا قي قد راتخاس ني زا يوار رگا

He would look at his director, take a breath, and say, Yes, I strongly believe we

هك مدقت عم تدش هب نم ،هلب ،تفگلي م و دشكلي م قي مع سفن ،دركلي م هاگن شريدم هب وا

must delay the software launch.

مي زادين ب قي وعت هب ار رازف المرن يزادن اهار دي اب

That is his direct, uncompromising point.

تسوا هدرپایب و میقتسم هطقن نی

Then he would say, For instance, my engineering team found three major security bugs yesterday that will completely ruin the user experience.

هبرجت هک درک ادیپ گرزب یتینما گاب هس زوری دنم یسدنهم میت ،لاثم ناووع هب ،تفگیلم سپس
درک دهاوخ بارخ لماک روط هب اریربراک

That is his clear, undeniable example.

تسوا راکنالباقریغ و حضاو لاثم نی

And finally, he would say, Therefore, waiting one month is the safest and most responsible option for the company's reputation.

رابتعایارب هنیزگ نیرتاهنالوئسم و نیرتهب هام کی راطتنا ،نیربانب ،تفگیلم وا ،تیاهن رد و
تساکریش

That is his confident, strong conclusion.

Notice how incredibly simple and effective that flow of information is.

تسوا نئمطم و یوق یریگاهجیتن نی

There are no complex

تسارثؤم و هداس هداعلاقوف ردقچ تاعالطانی رچ نی هک دینک هجوت

grammatical acrobatics, just pure professional coherence.

صلایاهفرح ماجسنا طقف ،درادن دوجوی اهیدیچی یرمارگ کی تابورکآچی ه

But Martin, I can hear our listeners asking, there is always a gap between hearing the difficult question and starting the three-part rule.

نیب هلصاف کی هشیمه ،دنسرپایم هک مونشرب ار نامانگانگدنونش یادص من اوتلیم ،نیترام اما
دراد دوجوی تمسقهس نوناق عورش و راوشد ل اوس ندینش

That is a very sharp and realistic observation from our friends listening.

دنهلیم شوگ ام هب هک تسا نامناتسود زانینیباعقاو و زیت رایسب دهدهاشم کی نی

You cannot always jump instantly into your point like a programmed robot.

دیرپب هدش یزیراهمانرب تابرکی دننام دوخ هطقن هب تعرس هب هشیمه دیناوتلیمن امش

Sometimes your brain desperately needs three or four seconds to find the right file in the mental filing cabinet.

.....
 دمک رد اربسانم لیفات درازگب تقو و هیئات راهچ ای هس هک دراد زاین تدش هب امش زغم تاقوا یه‌اگ
 دنک ادیپ ین‌هد

And dead silence in a professional conversation or

.....
 9

an IELTS exam feels incredibly awkward and heavy.

.....
 نی‌گنس و روآتل‌لاخ‌ی‌اهداع‌ل‌اقوف‌س‌اس‌ح‌اس‌ت‌لی‌آ‌نوم‌زآ‌کی‌رد‌ای‌ی‌اه‌فرح‌هم‌اکم‌کی‌رد‌هدرم‌توکس
 دراد

This is exactly why you must learn how to strategically buy time using professional fillers.

.....
 اب‌دی‌رخ‌ب‌نامز‌کی‌ژتارت‌سا‌روط‌هب‌هن‌و‌گ‌چ‌دی‌ری‌گ‌ب‌دای‌دی‌اب‌امش‌هک‌ت‌سا‌ی‌لی‌لد‌اق‌ی‌ق‌د‌نی‌ا
 ی‌اه‌فرح‌ی‌اه‌دن‌ن‌کرپ‌زا‌هدافت‌سا‌ا

Amateurs get nervous and say, or they just stare blankly at the wall in pure panic.

.....
 صل‌اخ‌ت‌ش‌حو‌رد‌دن‌وش‌لم‌هری‌خ‌راوی‌د‌هب‌طق‌ف‌ای‌،‌دن‌ی‌و‌گ‌لم‌و‌دن‌وش‌لم‌ی‌ب‌ص‌ع‌اه‌روت‌آم

Professionals use elegant linguistic bridges to delay their answer without looking foolish or unprepared.

.....
 هک‌نی‌ا‌ن‌ودب‌دن‌زاد‌نی‌ب‌ری‌خ‌أت‌هب‌ار‌دوخ‌خ‌سا‌پ‌ات‌دن‌کلیم‌هدافت‌سا‌ا‌بی‌زی‌ن‌اب‌زی‌اه‌اپ‌زا‌اه‌ی‌اه‌فرح
 دن‌س‌رب‌رظن‌هب‌هدشن‌هدام‌آ‌ای‌ق‌م‌ح‌ا

Exactly.

.....
 اُ‌اق‌ی‌ق‌د

If you are sitting in an IELTS Part 3 exam and the examiner asks you a weird philosophical question, you can use a filler.

.....
 د‌س‌ر‌پ‌لم‌ی‌ب‌بی‌ج‌ع‌ی‌ف‌س‌ل‌ف‌ل‌ا‌وس‌امش‌زا‌ن‌ح‌تم‌م‌و‌دی‌اه‌ت‌س‌شن‌س‌ت‌لی‌آ‌ی‌۳‌ش‌خ‌ب‌نوم‌زآ‌کی‌رد‌رگا
 دی‌ن‌ک‌هدافت‌سا‌ا‌هدن‌ن‌کرپ‌کی‌زا‌دی‌ن‌اوت‌لم

You can

.....
 دی‌ی‌و‌گ‌ب‌و‌دی‌ن‌ک‌هاگن‌اه‌ن‌آ‌هب‌دی‌ن‌اوت‌لم

look at them and say, That is a fascinating perspective.

.....
 ت‌سا‌ب‌لا‌ج‌هاگ‌دی‌کی‌نی‌ا

Let me consider that for a brief moment.

.....
 م‌ن‌ک‌رک‌ف‌ن‌آ‌هب‌ه‌ظ‌ح‌ل‌کی‌ی‌ارب‌دی‌را‌ن‌گ‌ب

Or you could say, To be completely honest, I have never thought about that before, but I would probably say, These specific phrases are absolute magic because they give your brain three precious seconds of breathing room.

.....
 الٰم تح اما ، اماه درکن رکف عوضوم نی ا هب زگره ، ه ن ا ق د اص ل م ا ک ر و ط ه ب ، د ی و گ ب د ی ن ا و ت ل ی م ای
 د ن ه ل ی م س ف ن ت ی ا ر ب د ن م ش ز ر ا ه ی ن ا ت ه س ا م ش ز غ م ه ب ا ر ی ز د ن ت س ه و د ا ج ص ا خ ت ا ر ا ب ع ن ی ا ، م ی و گ ل ی م

You are speaking confidently, your pronunciation is great, but you are not actually saying anything of substance yet.

.....
 ا و ت ح م ز ا ی ز ی چ ا ع ق ا و ز و ن ه ا م ا ، ت س ا ی ل ا ع ا م ش ظ ف ل ت ، د ی ن ک ل ی م ت ب ح ص س ف ن ه ب د ا م ت ع ا ا ب ا م ش
 د ی و گ ل ی م ن

You are just laying down the red

.....
 د ی ن ک ل ی م ن ه پ ا ر ز م ر ق ش ر ف ط ق ف ا م ش

carpet before you walk safely on it.

.....
 د ی و ر ب ه ا ر ن ا ی و ر ن م ی ا ر و ط ه ب ه ک ن ی ا ز ا ل ب ق

You also need simple linking expressions to connect your three parts smoothly so the examiner can follow your logic.

.....
 ل ص ت م م ه ه ب ن ا و ر ر و ط ه ب ا ر د و خ ش خ ب ه س ا ت د ی ر ا د ز ا ی ن ه د ا س ی د ن و ی پ ت ا ر ا ب ع ه ب ن ی ن چ م ه ا م ش
 د ن ک ل ا ب ن د ا ر ا م ش ق ط ن م د ن ا و ت ب ن ح ت م م ا ت د ی ن ک

To move gracefully from your point to your example, you should use phrases like, for instance, let me give you a clear example or my personal experience with this is, To move down to your conclusion, use phrases like, So ultimately, that is precisely why I believe, or to sum it all up.

.....
 ل ا ت م ک ی د ی ر ا ذ گ ب ، « ل ا ت م ی ا ر ب » د ن ن ا م ی ت ا ر ا ب ع ز ا د ی ا ب ، ن ا ت ا ل ا ت م ه ب ن ا ت ا ه ط ق ن ز ا ی ن ا و ر ت ک ر ح ی ا ر ب
 د ی ن ک ه د ا ف ت س ا « ت س ا ن ی ا ع و ض و م ن ی ا ا ب ن م ی ص خ ش ه ب ر ج ت » ای « م ن ز ب ح ض ا و

Now,

.....
 ا ل ا ح ،

let us do a live mini-exercise to show you exactly how powerful this structure is in real time.

.....
 ر د ق چ ی ع ق ا و ن ا م ز ر د ر ا ت خ ا س ن ی ا ه ک م ی ه د ن ا ش ن ا م ش ه ب ا ت م ی ه د م ا ج ن ا ک چ و ک ه د ن ز ن ی ر م ت ک ی د ی ای ب
 ت س ا د ن م ت ر د ق

I am going to put you on the spot, Martin, and ask you a random difficult question.

.....
 م س ر پ ب ر ا و ش د ی ف د ا ص ت ل ا و س ک ی ا م ش ز ا و ، ن ی ت ر ا م ، م ه د ر ا ر ق ت ی ع ق و م ر د ا ر ا م ش م ه ا و خ ی م ن م

And I want you to answer it using the exact formula we just taught our listeners.

میدادش زوم آن امن اگدن ونش هب هک ی قی قد لومرف زا هدافتسا اب دی ه د خ ساپ ن آ هب امش مه اوخ لم و

I am completely ready, go ahead.

Okay, here is the question for your imaginary Cambridge exam.

ولج ورب ،مه ادهام آالم اک نم

Do you think that remote work is ultimately better for modern society than

تس امش ج یرب مک ی لایخ نومزآ ی ارب ل اوس نی ،بوخ

working in a traditional physical office?

یکی زیف رتفد کی رد راک زا رتهب نردم ه عم اج ی ارب تی اهن رد رود هار زا راک هک دی نکلم رکف ای آ
تسا ی تنس ؟

That is an incredibly interesting question.

تسا بل اج هداع لاقوف ل اوس کی نی ا

Let me think about the social impact of that for a second.

منک رکف هی ناث کی ی ارب ن آ ی عم اج ری ثأت هرابرد دی رانگب

Yes, I strongly believe that remote work is significantly better for our modern society.

تسا رتهب ام نردم ه عم اج ی ارب ی هجوت ل باق روط هب رود هار زا راک هک مدقت عم تدش هب نم ،هلب

For instance, when professionals avoid commuting for two hours every single day, they invest that recovered time back into their families and their physical health.

هدش لب ای زاب نامز ن آ ،دن نکلم ی راددوخ هت ع اس ود هن ازور دم آ و تفر زا اهلی اه فرح ی تقو ،لاثم ناو نع هب
دن نکلم ی رانگه ای ام رس دوخ ی مسج تم اس و اه اداوناخ هب هرابود ار

I have seen my own colleagues become much happier and much more productive since they started working

مدوخ ناراکمه هک مه اهدی دن نم

from their living rooms.

دن اهدش رت لبی دی لوت و رتال احشوخ رای سب ،دن اهدرک دوخ نم ی شن ی اهقاتا زا راک هب عورش هک ی نامز زا

So ultimately, the flexibility and freedom of remote work creates healthier, more balanced citizens.

داجی اری رتال داعتم و رتامل اس نادن ورهش رود هار زا راک ی دازآ و یری ذپ اف اطعنا، تی اهن رد نی ارب انب دن کلیم.

That was absolutely perfect, and it sounded completely natural.

دی سرلوم رظن هب یعی بطال ماک و دوب صقن لوبال ماک نی ا

Let us break down exactly what you just did for our listeners.

می نک لیلحت و هی زجت، دی داد ماجنا نامن اگدن ونش ی ارب هزات هک ار هچن آقی قد دی ای ب

First, I used a strategic filler to buy myself two seconds of time to organize my thoughts.

هدافت سا مراکفا ی هدن امزاس ی ارب نامز هی ناٹ ود دیرخ ی ارب کی ژتارت سا هدن کرپ کی زا نم، لوا مدرک

Then you made your direct point.

دی درک نی ارب ار دوخ میقتسم هطقن امش سپس

Yes, remote work is better.

تسا رتهب رود هار زا راک، هلب

Then I gave my detailed example.

دی داد هی ارا ار دوخ قی قد لاثم سپس

I used the concrete concept of commuting,

و مدرک هدافت سا ار دمآ و تفر سوملم موهفم نم

and I mentioned my colleagues to make it personal and real.

منک ی عقاو و ی صخش ار ناٹ مدرک رکذ ار من ارا کمه

And finally, you delivered your clear conclusion, starting with the linking words, so ultimately.

رد نی ارب انب، ی دنویپ تارابع زا عورش اب، دی داد هی ارا ار دوخ حضاو یری گاهجیتن امش، تی اهن رد و تی اهن.

It creates a beautiful, logical circle that is incredibly satisfying for any examiner or manager to listen to.

هک تسا شخبات ای اضر رای سب یری دم ای نحت مم ره ی ارب هک دن کلیم داجی ای قطنم و ابی زه ری اد کی نی ا دده شوگ نا هب

So let us quickly recap the core lesson of today's masterclass.

.....

When you freeze in public or in an exam, it is almost never a vocabulary problem.

.....

میں کہ رورم ار زورما رتسم سالک یل صا سردت عرس ہب دی ای ب نی ارب انب

It is a structural and architectural problem.

.....

تسین یناگژاؤ لکش م کی زگرہ اب یرقت ،دینزلیم خی نومزآ کی رد ای عمج رد یتقو

You do not

.....

تسایرامعم ویراتخ اس لکش م کی نی ا

need a bigger dictionary to survive a meeting or a Cambridge oral test.

.....

زاین جیربم کی ہافش نومزآ کی ای ہسلج کی رد ندنام ہدنزی ارب رتاگرزب یرنش کی د کی ہب امش
دی رادن

You just need a much better map.

.....

دی راد زاین رتہب رای سب ہش قن کی ہب طقف امش

Always use the three-part rule, point, example, and conclusion.

.....

دینک ہدافتسای ری گاہج یتن و لاثم ،ہطقن ،یتمس قاس نوناق زا ہشی مہ

Use strategic, professional fillers to buy yourself time gracefully.

.....

And connect your ideas with simple, effective linking expressions.

.....

دینک ہدافتسای مآرا ہب نامزدی رخ ی ارب ی اہ فرح و کی ژتارتسای اہلندن کرپ زا

If you enjoyed this episode, please write a small comment before you go.

.....

Tell us, what is your absolute favorite phrase to buy time when someone asks you a difficult question?

.....

دینک لصتم رٹؤم و ہداس یدنویپ تارابع اب ار دوخ ی اہلادی و

Do you

.....

دیسویونب کچوک رظن کی نتفر زا لبق ا فطل ،دی درب تذلت مسق نی ا زا رگا

use a specific English filler, or do you prefer to just take a deep, confident breath?

رتشی ب، دسرپایم یراوشد ل اوس امش زا یسک ی تقو و نامز دیرخ ی ارب اری ترابع هچ، دی وگب ام هب کی طقف دی هلم حیجرت ای دین کلیم هدافتسا یسی لگنا صاخ هدنن کرپ کی زا ای آ؟ دیراد تسود ام هعماج هک دهلمی م ناشن تسکدای اهامرفتل پ هب امش تارظن؟ دیش کب نی م طم و قی مع سفن تسادشر ل اح رد زور ره و لاعف، ی عقاو

Your comments show the podcast platforms that our community is real, active and growing every single day.

تسارتم هم رای سب ام یادص زا امش یادص اری ز میراد زاین امش تارظن هب ام

We need your comments because your voice is far more important than ours.

تسی چ نامهدنی آ اها تمسقی ارب تسرد ریسم هک دهلمی م ناشن ام هب امش تارظن و امش یادص

Your voice and your comments will show us the exact right path for our future episodes.

Thank you for listening, and keep practicing your structure!

یدی ده همداد دوخ راتخاس نی رمت هب و میرازگس اپس، دیداد شوگ ام هب هکنی ا زا