

TRANSCRIPT · EPISODE 70

Mics Off The Date Martin Couldn't Stop Thinking About

Line-by-line · English + Español

Your English Toolbox

I still have that ringing in my ears, Julia, like a constant hum after a concert.

Todavía tengo ese zumbido en los oídos, Julia, como un murmullo constante después de un concierto.

That is just the adrenaline finally leaving your system, Martin.

Eso es solo la adrenalina saliendo de tu sistema por fin, Martín.

Maybe you are right, but it has been 18 months since I sat across a table from someone new. 18 months since my last date.

Quizás tengas razón, pero han pasado 18 meses desde que me senté frente a alguien nuevo. 18 meses desde mi última cita.

I see, 18 months is a long time to keep your heart behind a glass shield.

Ya veo, 18 meses es mucho tiempo para mantener el corazón detrás de un escudo de cristal.

It felt like I was learning to walk again or trying to speak

Se sentía como si estuviera aprendiendo a caminar de nuevo o intentando hablar

a language I had forgotten.

un idioma que había olvidado.

And how was she?

¿Y cómo era ella?

This girl from Lithuania?

¿Esta chica de Lituania?

I will tell you.

Te lo voy a contar.

Her name is Elena and she is like nothing I expected.

Se llama Elena y es como nada de lo que esperaba.

Tell me about the moment you saw her.

Cuéntame el momento en que la viste.

She was standing by the entrance of that small jazz club, looking completely calm while I was a mess inside.

Estaba de pie junto a la entrada de ese pequeño club de jazz, completamente tranquila mientras yo era un desastre por dentro.

You a mess?

¿Tú un desastre?

The great Martin, the guide of momentum?

¿El gran Martín, el guía del impulso?

I was overthinking everything, wondering if my shirt was too formal or if I

Estaba pensando demasiado en todo, preguntándome si mi camisa era demasiado formal o si me

would run out of things to say.

quedaría sin cosas que decir.

That is the irony of your life, Martin.

Esa es la ironía de tu vida, Martín.

You coach people on action, but you were frozen.

Entrenas a la gente para actuar, pero tú estabas paralizado.

Exactly, I felt like a beginner again, trapped in the fear of making a mistake.

Exactamente, me sentía como un principiante de nuevo, atrapado en el miedo de cometer un error.

So did the conversation flow or was it a struggle?

¿Así que la conversación fluyó o fue una lucha?

It was fascinating because she has this way of looking at you, very direct, very honest.

Fue fascinante porque ella tiene esa forma de mirarte, muy directa, muy honesta.

That sounds intimidating.

.....
Eso suena intimidante.

It was, but in a way that made me want to be

.....
Lo era, pero de una manera que me hacía querer ser

my best self.

.....
mi mejor versión.

Did you find yourself performing or were you actually there?

.....
¿Te encontraste actuando o realmente estabas presente?

That is the problem.

.....
Ese es el problema.

I don't know yet.

.....
Aún no lo sé.

What do you mean?

.....
¿Qué quieres decir?

I left the date feeling a mix of excitement and a strange kind of anxiety.

.....
Terminé la cita con una mezcla de emoción y una extraña ansiedad.

Like a cliffhanger in a movie where you don't know the ending.

.....
Como un cliffhanger en una película donde no conoces el final.

Exactly, I am interested, deeply interested, but I am also terrified of breaking my peace.

.....
Exactamente, estoy interesado, profundamente interesado, pero también me aterra romper mi paz.

Peace is often just another word for being comfortably alone, Martin.

.....
La paz a menudo es solo otra palabra para estar cómodamente solo, Martín.

You might

.....
Puede que

be right, but you look like you need some peace yourself, Julia.

tengas razón, pero tú también pareces necesitar algo de paz, Julia.

Is it that obvious?

¿Es tan evidente?

You have been rubbing your temples for the last 20 minutes.

Llevas 20 minutos frotándote las sienes.

My office in the multinational is becoming a giant pressure cooker this month.

Mi oficina en la multinacional se está convirtiendo en una olla a presión gigante este mes.

I thought HR was supposed to be the calm department.

Pensé que RRHH era el departamento tranquilo.

Not when you have to manage people like Robert.

No cuando tienes que gestionar a personas como Robert.

Robert?

¿Robert?

Is he the one who always interrupts the training sessions?

¿Es el que siempre interrumpe las sesiones de formación?

He is an absolute nightmare, Martin, a complete energy vampire.

Es una pesadilla absoluta, Martín, un auténtico vampiro de energía.

What happened today?

¿Qué pasó hoy?

I don't even want to get into the details now because it will ruin my mood.

Ni siquiera quiero entrar en detalles ahora porque me arruinaría el humor.

That bad?

¿Tan malo?

I will tell you more about Robert later, but let's just say he makes me want to quit my job twice a day.

Ya te contaré más sobre Robert después, pero digamos que me dan ganas de dejar el trabajo dos veces al día.

The anchor is starting to feel the weight of the ship, isn't she?

La presentadora empieza a sentir el peso del barco, ¿verdad?

I spent four hours today listening to middle managers complaining about burnout.

Hoy he pasado cuatro horas escuchando a mandos intermedios quejarse del agotamiento.

And who listens to the person listening to the burnout?

¿Y quién escucha a la persona que escucha el agotamiento?

Usually

Normalmente

I just go to my garden and look at my plants in silence.

voy a mi jardín y miro mis plantas en silencio.

But today the silence wasn't enough?

¿Pero hoy el silencio no fue suficiente?

No, because my phone keeps buzzing with emails marked as urgent.

No, porque el teléfono no para de vibrar con correos marcados como urgentes.

They don't understand that you are a human being, not a psychological vending machine.

No entienden que eres un ser humano, no una máquina expendedora de psicología.

I feel like I am performing two roles at once, and both are wearing me out.

Siento que estoy interpretando dos papeles a la vez, y los dos me agotan.

You are the one who tells me that we need to name our emotions to tame them.

Eres tú quien me dice que necesitamos nombrar nuestras emociones para dominarlas.

I know, but

Lo sé, pero

knowing the theory doesn't make the headache go away.

saber la teoría no hace que el dolor de cabeza desaparezca.

What is the one thing that made you feel the most stress today?

¿Cuál es la única cosa que más estrés te causó hoy?

A meeting about productivity optimization that felt like an interrogation.

Una reunión sobre optimización de la productividad que pareció un interrogatorio.

Those words sound like the antithesis of everything we do here.

Esas palabras suenan como la antítesis de todo lo que hacemos aquí.

It is, Martin.

Así es, Martín.

It feels like a lie.

Se siente como una mentira.

Maybe we need to apply some of your mindfulness tricks to your own boss.

Quizás necesitemos aplicar algunos de tus trucos de mindfulness a tu propio jefe.

My boss is a person who thinks relaxing is a waste of billable hours.

Mi jefe es una persona que piensa que relajarse es un desperdicio de horas facturables.

He

Él

doesn't see people.

no ve a las personas.

He only sees charts and efficiency ratios.

Solo ve gráficos y ratios de eficiencia.

It makes me feel invisible, even though my job is to make others feel seen.

Me hace sentir invisible, aunque mi trabajo consiste en hacer que otros se sientan vistos.

That is a very lonely place to be, Julia.

Eso es un lugar muy solitario, Julia.

But you are not invisible here.

.....
Pero aquí no eres invisible.

Here, your precision and your empathy are the foundations of everything.

.....
Aquí, tu precisión y tu empatía son los cimientos de todo.

Thank you, Martin.

.....
Gracias, Martín.

I needed to hear that before we hit record.

.....
Necesitaba escuchar eso antes de grabar.

But back to your mystery woman.

.....
Pero volviendo a tu mujer misteriosa. ¿Cuál fue el punto culminante de la noche?

What was the highlight of the night?

.....
We were talking about

.....
Estábamos hablando de

our childhoods, and she described the Baltic Sea in winter.

.....
nuestra infancia, y ella describió el Mar Báltico en invierno.

She used words that made me feel the cold air on my skin.

.....
Usó palabras que me hicieron sentir el aire frío en la piel.

I realized I wasn't just listening to a story.

.....
Me di cuenta de que no solo estaba escuchando una historia.

I was experiencing her world.

.....
Estaba experimentando su mundo.

That is the power of a real connection.

.....
Ese es el poder de una conexión real.

It takes you out of your own head and puts you in someone else's heart.

.....
Te saca de tu propia cabeza y te pone en el corazón de otra persona.

She told me something that really stuck in my mind about Lithuania.

Me contó algo que se me quedó muy grabado sobre Lituania.

What was it?

¿Qué fue?

She said that in her

Dijo que en su

country they have a saying about not counting your chickens before they hatch.

país tienen un dicho sobre no vender la piel del oso antes de cazarlo.

We have that in English too, Martin.

Ese dicho también existe en inglés, Martín.

I know, but the way she said it made me feel like I was already planning the next six months.

Lo sé, pero la forma en que ella lo dijo me hizo sentir que ya estaba planeando los próximos seis meses.

You were projecting your future onto a person you just met.

Estabas proyectando tu futuro en una persona que acabas de conocer.

I was already imagining her sitting in my living room, reading her books while I worked.

Ya me la imaginaba sentada en mi salón, leyendo sus libros mientras yo trabajaba.

That is the Martin way, always five miles ahead of the present moment.

Así es la forma de ser de Martín, siempre cinco millas por delante del momento presente.

It's a habit I can't seem to break, even with people.

Es un hábito que no consigo romper, ni con las personas.

Maybe that is why you feel so much anxiety about it.

Quizás por eso sientes tanta ansiedad al respecto.

Because I am not dating her.

Porque no la estoy conociendo a ella.

I am dating a version of her I created in my head.

Estoy conociendo una versión de ella que me he creado en la cabeza.

Precisely.

Exactamente.

You are not allowing her to be a mystery.

No le estás dejando ser un misterio.

She is a mystery, though.

Aunque ella sí es un misterio.

She talks about her childhood like it was a different planet.

Habla de su infancia como si fuera un planeta diferente.

That sounds lovely and grounded.

Eso suena encantador y con los pies en la tierra.

She is very grounded, which is exactly what I

Está muy centrada, que es exactamente lo que

need when my head is in the clouds.

necesito cuando tengo la cabeza en las nubes.

Do you have a second date planned?

¿Tienes planeada una segunda cita?

She suggested going for a walk in the forest this Saturday.

Ella sugirió dar un paseo por el bosque este sábado.

A forest walk?

¿Un paseo por el bosque?

That is a very Julia type of date.

Eso es muy propio de Julia como cita.

I thought of you immediately when she said it.

Pensé en ti inmediatamente cuando lo dijo.

It will force you to be present, Martin.

Te obligará a estar presente, Martín.

No jazz clubs to distract you.

Sin clubes de jazz que te distraigan.

I am worried I will find the silence between us awkward.

Me preocupa que el silencio entre nosotros me resulte incómodo.

Silence is only awkward if you are trying to

El silencio solo es incómodo si intentas

hide something.

ocultar algo.

I am trying to hide my fear of being vulnerable after so long.

Intento ocultar mi miedo a ser vulnerable después de tanto tiempo.

She probably feels exactly the same way.

Ella probablemente siente exactamente lo mismo.

Do you think so?

¿Crees que sí?

We are all just children in adult clothes trying to find a connection.

Todos somos niños con ropa de adulto intentando encontrar una conexión.

That is a very anchor thing to say.

Eso es muy propio de una presentadora.

It's the truth I see every day in HR, Martin.

Es la verdad que veo cada día en RRHH, Martín.

People come to my office pretending to be strong, but they are just tired.

La gente llega a mi oficina fingiendo ser fuerte, pero solo están cansados.

They are tired of the masks and the performance.

Están cansados de las máscaras y las actuaciones.

Does it make you cynical about people?

¿Eso te hace cínica con las personas?

It makes me more compassionate, but it is also very draining.

.....
Me hace más compasiva, pero también es muy agotador.

I spend my whole day holding space for others, but sometimes I feel like I have no space for myself.

.....
Paso todo el día sosteniendo el espacio para los demás, pero a veces siento que no tengo espacio para mí misma.

Well, we should probably check our notes for the next official episode.

.....
Bueno, probablemente deberíamos repasar nuestras notas para el próximo episodio oficial. ¿Te refieres al de los chatbots de IA?

You mean the one about AI chatbots?

.....
¿Te refieres al episodio sobre chatbots de IA?

Exactly.

.....
Exactamente.

I have been doing some research on how much we can actually trust them.

.....
He estado investigando hasta qué punto podemos fiarnos realmente de ellos.

That is a huge topic.

.....
Es un tema enorme.

People use

.....
La gente los usa

them for everything now.

.....
para todo ahora.

But they don't always know how to frame their questions properly.

.....
Pero no siempre saben formular bien sus preguntas.

Right.

.....
Exacto.

It's all about the context you provide.

.....
Todo depende del contexto que proporcionas.

I want us to talk about the different profiles these bots have when they answer.

Quiero que hablemos de los diferentes perfiles que tienen estos bots cuando responden.

And the risks, Martin.

Y los riesgos, Martín.

We can't forget the risks of relying too much on them.

No podemos olvidar los riesgos de depender demasiado de ellos.

They are powerful tools, but they can be dangerous if you don't handle them with care.

Son herramientas poderosas, pero pueden ser peligrosas si no las manejas con cuidado.

It's like having a supercar, but not knowing how to drive.

Es como tener un superdeportivo pero no saber conducir.

That is a great metaphor.

Es una metáfora genial.

I'll add it to the script.

La añadiré al guion. ¿Cuándo publicamos este episodio?

When are we releasing this one?

Este domingo que viene.

This coming Sunday.

I think it's the perfect timing.

Creo que es el momento perfecto.

Good.

Bien.

I have a lot to say about the psychological impact of talking to machines.

Tengo mucho que decir sobre el impacto psicológico de hablar con máquinas.

I'm looking forward to it, but now let's actually start the recording for today.

Lo espero con ganas, pero ahora empecemos a grabar de verdad.

Okay.

De acuerdo.

Let me just adjust my chair.

Déjame ajustar la silla.

Are we going to talk about the mindset shift first?

Sí.

Yes.

Let's stick to the plan.

Nos ceñimos al plan.

Okay.

Bien.

Three.

Tres.

Two.

Dos.

One.

Uno.

By the way, did I tell you what Robert did with the coffee machine this morning?

Por cierto, ¿te conté lo que hizo Robert con la máquina de café esta mañana?

No, but I can imagine it was something selfish.

No, pero me imagino que fue algo egoísta.

It was worse than that.

Fue peor que eso.

He actually tried to-

En realidad intentó—