

TRANSCRIPT · EPISODE 70

Mics Off The Date Martin Couldn't Stop Thinking About

Line-by-line · English + ■■■■■■

Your English Toolbox

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

ت.رسنک زا دعب موادم تخاونکی یادص کی لثم، ای لوج، مراد ار مشوگ رد گنز نآ زونه نم

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

ن.ترام، دوشویم چراخ تم تسی س زا هرخال اب هک تس انیل انردآ طقف نی ا

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.

م.اهتسشنن دیدج یسکی وراهبور هک تس اهام ۱۸ ام، دشاب وت اب قح دیش

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

م.رارق نی رخآ زا هام ۱۸

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

منک تبحص منکلی م ی عس ای مری گلی م دای ن تفر هار هرابود مراد مدرکلی م ساسح ا

a language I had forgotten.

م.دوب هدرک شومارف هک ینابز

And how was she?

؟دوب روطچ وا و

This girl from Lithuania?

؟یناوتیل زا رتخد نآ

I will tell you.

م.یوگلی م تیارب

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

ت.سین متشاد راضتنا هچنآ هی بش زیچچی ه و تس انلا شمان

Tell me about the moment you saw her.

.....

نک فی رعیت اری دی د ار وا هک ی اهظحل

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

.....

مه هب منورد نم هک ی للاح رد دی سرلی م رظن هب مارآالم اک ،دوب هداتسی ا کچوک زاج بالک نآ ی دورو رد
مدوب هتخی ر

You a mess?

.....

هتخی ر مه هب وت

The great Martin, the guide of momentum?

.....

تکرح ی امنهار ،گرزب نی ترام

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

.....

هکنی ای تسای مسری لیخ من هاری پ ای آ هک مدوب نارگن ،مدرکلی م رکف دح زا شیب ار زیچ هم نم

would run out of things to say.

.....

مروای ب مک میوگب دی اب هک ی اهزیچ زا

That is the irony of your life, Martin.

.....

نی ترام ،تسوت ی گدنز ضقانت نی ا

You coach people on action, but you were frozen.

.....

ی دوب هدزخی تدوخ اما ،ی هلی م هرواشم ندرک لمع هرابرد مدرم هب وت

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

.....

ندرک هابتشرا زا سرت راتفرگ ،متسه ی دت بم کی هرابود مدرکلی م ساسح ا ،اقی قد

So did the conversation flow or was it a struggle?

.....

تخس ای دوب ناور هم لکم سپ

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

.....

قداص ی لیخ ،میقتسم ی لیخ ،دراد صاخ ندرک هاگن زرط کی وا نوچ دوب بانج

That sounds intimidating.

.....

دسرلی م رظن هب کان سرت نی ا

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

مه اوخ ب درکلی م راد او ارم هک ی قی رط هب اما، دوب

my best self.

م. ش اب مدوخ نیرت هب.

Did you find yourself performing or were you actually there?

هی دوب اج ن آع ق او ای ین کلی م ارجا یراد یدرکلی م ساس ح ا ای آ

That is the problem.

ت. س ا ل کش م نی ا

I don't know yet.

م. ن الی م ن زونه

What do you mean?

ت. س ی چ ت روظن م

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

م. دم آ نوری ب بی ج ع بار طضا ی ع ون و نا ج ی ه زا ی بی کرت اب رارق زا

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

ی. ن الی م ن ارش ن ای اپ هک ی ملی ف رد م امتان ن ات س اد کی ل ث م

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

م. س رتلی م مه مش مار آ ن ت س کش زا اما، مراد ه ق ال ع آ ق ی ق د، مراد ه ق ال ع آ ق ی ق د

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

ن. ی ت رام، ت. س ا ت ح ا ر ن دوب اه ن ت ی ا رب ی رگی د ه م ل ک ط ق ف ب ل غ ا ش مار آ

You might

دی اش

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

ای. ل و ج، یراد ش مار آ ی مک هب زاین دسرلی م رظن هب مه تدوخ وت اما، دش اب وت اب ق ح

Is it that obvious?

ت. س ا ح ض او ردقن ی ا

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

ی.ل.ام.لی.م ار تی.ا.ه.ه.قی.قی.ش هک ت.س.ا ه.قی.د ۲۰ و.ت

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

د.وش.لی.م لی.د.ب.ت ر.کی.پ.ال.و.غ ر.اش.ف.گ.ی.د.کی ه.ب.د.ر.اد.ه.ام.ن.ی.ا.ی.ت.ی.ل.م.د.ن.چ.ت.ک.ر.ش.ر.د.م.ر.ت.ف.د

I thought HR was supposed to be the calm department.

د.ش.اب.م.ا.ر.آ.ش.خ.ب.دی.اب.ی.ن.اس.ن.ا.ع.ب.ان.م.م.د.ر.ک.لی.م.ر.ک.ف

Not when you have to manage people like Robert.

ی.ن.ک.ت.ی.ری.دم.ار.ت.ر.ب.ار.ل.ث.م.ی.ی.ا.ه.ل.م.د.آ.ی.ر.و.ب.ج.م.ی.ت.ق.و.ه.ن

Robert?

ت.ر.ب.ار؟

Is he the one who always interrupts the training sessions?

د.ن.ک.لی.م.ع.ط.ق.ار.ی.ش.ز.وم.آ.ت.اس.ل.ج.ه.ش.ی.م.ه.ه.ک.ت.س.ا.ی.س.ک.ن.ام.ه.ای.آ

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

ل.م.اک.ی.ژ.ر.نا.م.اش.آن.وخ.کی،.ن.ی.ت.رام،.ت.س.ا.رای.ع.لم.ام.ت.س.و.ب.اک.کی

What happened today?

د.ات.ف.ای.ق.ا.ف.ت.ا.ه.چ.ز.ور.م.ا

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

د.ن.ک.لی.م.ب.ار.خ.ار.م.ق.ل.خ.ن.و.چ.م.وش.ت.ای.ئ.ز.ج.د.را.و.م.ه.ا.و.خ.لی.م.ن.ی.ت.ح.ن.ا.ل.ا

That bad?

د.ب.ر.د.ق.ن.ی.ا

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

م.را.ک.ز.ا.م.ه.ا.و.خ.ب.ر.اب.و.د.ی.ز.ور.د.ن.ک.لی.م.ر.اد.او.ار.م.وا.ه.ک.می.و.گ.ب.اما،.می.و.گ.لی.م.ت.ر.ب.ار.ه.ر.اب.ر.د.ر.ت.ش.ی.ب.ا.د.ع.ب.
م.ه.د.ب.ا.ف.ع.ت.س.ا

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

ه.ن،.د.ن.ک.لی.م.س.ح.ار.ی.ت.ش.ک.ن.ز.و.د.ر.اد.ر.گ.ن.ل

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

دندركلیم تی اکش یگدوسرف زا هک مداد شوگ ینایم ناریدم هب تعاس راهچ زورم

And who listens to the person listening to the burnout?

دهدلیم شوگ دهلیم شوگ یگدوسرف هب هک یسک هب یسک هچ و

Usually

آلومعم

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

من کلم هاگن توکس رد من اه ایگ هب و مورلم ماهچ غاب هب طقف

But today the silence wasn't enough?

دوبن یفاک توکس زورم اما

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

دهدلیم شاعترا یروف ناونع هب هدشلی رانگات مالع یاهالی می اب مادم مالی شوگ نوچ، هن

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

یسانشن اور زادرب دوخ هاگت سد کی هن، یناسنا کی وت هک دنمه فلی من

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

دندن کلم ماهتسوخ ودره و من کلم یزاب شقن و دنامزمه مراد من کلم ساسح

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

مینک مار ار اهن آت مینک یرانگام ان ار نامت ساسح ا دی اب دی وگلم هک یتسه یسک نامه وت

I know, but

اما، من الیم

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

دربلی من نیب زا ار ددرس یروئت نتسناد

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

دوب هچ درک داجی ا تی ارب ار سرتسا نیرتشیب زورم ا هک یزی کی

A meeting about productivity optimization that felt like an interrogation.

دی سرلم رظن هب ییوچ زاب کی لثم هک یروا ره ب یزاسا هنی هب هرابرد هسلج کی

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

.....
 دن سرلیم رظن هب می هدلیم ماجنا اجنیا هک یزیچ ره دض تاملک نی

It is, Martin.

.....
 نی ترام، ت سه

It feels like a lie.

.....
 دوشلیم ساسح اغورد کی لثم

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

.....
 ینک لامعا تدوخ سیئر یورار تالیه اگان هذ ی اهدن فرت زا یخرب دی اب دیش

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

.....
 تسا تخادرپ لباق تاعاس فال تا نت فرگ مارآ دن کلیم رکف هک تسای سک مسیئر

He

.....
 وا

doesn't see people.

.....
 دنی بای من اهام آ

He only sees charts and efficiency ratios.

.....
 دنی بای می یاراک یاهات بسن و اهرادومن طقف

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

.....
 دننک ندش هدی ساسح نارگی د هک دشاب نی امراک رگا یتح، دن کلیم ندوب یئرمان ساسح ارم نی

That is a very lonely place to be, Julia.

.....
 ای لوج، تساهنت یلیخی اج کی نی

But you are not invisible here.

.....
 ی تسین یئرمان اجنیا وت اما

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

.....
 دن ت سه زیچ همه یاهای اپ وت یلدمه و تقد، اجنیا

Thank you, Martin.

.....
 نی ترام، نونمم

I needed to hear that before we hit record.

مونسب ار نی امتشاد زاین طبض زالبق

But back to your mystery woman.

وت دولآزم رنزه ب می درگرب اما

What was the highlight of the night?

دوب هچ بش جوا

We were talking about

هرابرد می تشاد

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

درک فی صوت ناتسمز رد ار کی تلاب ی ایرد وا و، می درکلی م تبحص ناملی کدوک نارود

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

منک ساسح امتسوپ یور ار درس ی اوه دش ثعاب هک درب راک هب یتاملک

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

مداللی من شوگ ناتساد کی هب طقف مدش هجوت م

I was experiencing her world.

مدرکلی م هبرجت ار وا ی ایند متشاد

That is the power of a real connection.

تسای عقاو طاب ترا کی تردق نی

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

دراذگلی م یرگی دسک بلق رد و دش کلی م نوری ب تدوخ رس زاروت

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

دن ام نهذ رد اعقاو هک تفگی ن او تلی هرابرد ی زیچ

What was it?

دوب هچ

She said that in her

شروشک رد هک تفگ

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

دندرامشلی من مخرت زا ندمدآرد زا لبق ار هجوج هکنی ا درابرد دندراد لثم لابررض کی

We have that in English too, Martin.

نیترام، میرادی سیلگنارد از نی ام

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

من کلیم یزیراهم انرب ار هدنی آ هام شش لبق زا منک ساسح ادش ثعاب شن تفگ زرم اما، من انلیم

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

ی در کلیم ینک فارفی اهدرک تاقالم هزات هک یسک یور ار تدوخ هدنی آ یتشاد

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

راک نم هک یلاح رد دن اوخ لیم ار شی اهابتک، هتسشن من میشن قاتار رد هک مدر کلیم روصت لبق زا
من کلیم

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

للاح هظحل زا رتولج لیم چنپ هشی مه، تسای نیترام هار نی

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

اهمدا اب یتح، منک کرت ار نآ من او تب دسر لیم من رظن هب هک تسای تداع نی

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

یرادش اهرابرد بارطضا ردق نی ا هک تسای لیلد نی مه هب دیش

Because I am not dating her.

مراذنگلی من رارق وا اب مراد نوچ

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

مراذنگلی من رارق ماهتخاس من هذ رد هک وا زای ا هخسن اب مراد

Precisely.

آقی قد

You are not allowing her to be a mystery.

دشاب زار کی یتیارب هک یهدلی من هزاجا

She is a mystery, though.

تسای زار کی وا اما

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

دوب رگید هر ایس کی راگن ا هک دن کلی م تب ح ص ی روط ش ای کدوک نارود هرابرد

That sounds lovely and grounded.

دسر لم رظن هب رادهشیری و نیش نلد نی ا

She is very grounded, which is exactly what I

نم هک تس ا ی زی چ اقی قد هک ، تس ا رادهشیری لیخ وا

need when my head is in the clouds.

تس ا هربا رد مرس ی تقو مراد زاین

Do you have a second date planned?

ی اه درک ی زی راه م ان رب ی مود رارق ای آ

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

می نک ی و راه دای پ لگنج رد هب نش نی ا داد داهنش ی پ وا

A forest walk?

لگنج رد ی و راه دای پ

That is a very Julia type of date.

تس ا ای لوج کبس رارق هی بش لیخ نی ا

I thought of you immediately when she said it.

مدرک رکف وت هب یروف تفگ هکنی ا ضحم هب

It will force you to be present, Martin.

نی ت رام ، ی ش اب هت ش اد روض ح دن کلی م روبجم ا روت

No jazz clubs to distract you.

دننک ترپ ا ر تس ا و ح هک زاج ی اه اب ال ک نودب

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

مب ای ب هدن نکات ح ازان ا ر ام نی ب توکس هک من ارگن

Silence is only awkward if you are trying to

ی نک ی عس رگا تس ا هدن نکات ح ازان طقف توکس

hide something.

ی.نک ناهنپ ار ی زیچ

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

م.نک ناهنپ ار ی نالوط تدم نی ا زا دعب ندوب ریذپابی س آ زا مسرت م نکلی م ی عس مراد

She probably feels exactly the same way.

درد ار س اسح ا نی مه آقی قد ال امتح ا وا

Do you think so?

ی.نکلی م رکف

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

م.نک ادی پ طابت را کی م ی نکلی م ی عس هک می ت سه ه اهل اس اگ رزب س ابل رد ی ی اه اچب طقف هم ام

That is a very anchor thing to say.

ت.س ا رگنل فرح هی بش ی لی خ نی ا

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

ن.ت رام ، م ی بل ی م ی ن اسن ا ع بان م رد زور ره هک ت س ا ی ت ق ی ق ح نی ا

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

دن ت سه هت س خ طقف ا م ، دن ی آلی م مرتفد هب ندوب ی وق هب ره اظت اب مدرم

They are tired of the masks and the performance.

دن ت سه هت س خ ی زاب اش قن و اه ک س ام زا

Does it make you cynical about people?

هن ؟ دن کلی م نی بدب مدرم هب تبسن ا روت نی ا ای آ

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

ت.س ا هدن نک اهت س خ مه ی لی خ ا م ، دن کلی م رت زوس ل د ارم

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

ی ا رب ی ی اضف چی ه م نکلی م س اسح ا ی ه اگ ا م ، م نکلی م ن ا رگی د ی ا رب اضف ن ت ش ا د ه گن فر ص ار م زور م امت
م رادن م دوخ

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

دنشاب کانرطخ دنناوتلیم ینکن راتفر اهنآ اب طایتح اب رگا اما، دنتسه یدنم تردق یاهرازبا

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

یگدننار ننتسنادن اما، تسا وردوخربا کی ننتشادلثم

That is a great metaphor.

تسایلاع هراع تسا کی نی

I'll add it to the script.

من کلیم هفاضات پیری کسا هبارنا

When are we releasing this one?

ممن کلیم رشتنم ار تمسق نیایک

This coming Sunday.

هدنیآ هبنشکی

I think it's the perfect timing.

تسایلاماک یدنبانامز من کلیم رکف

Good.

بوخ.

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

مراد ننتفگی ارب اهنیشام اب تبحص یتخانشن اور ریثأت هرابرد یدایزی اهزیچ

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

مینک عورش ار زورما طبض اعقاو دیایب نالا اما، متسه شرطت نم

Okay.

هشاب

Let me just adjust my chair.

منک میظنت ار مایلدنص طقف

Are we going to talk about the mindset shift first?

ممن کلیم تبحص تینهنذرییغت هرابرد لوا ایآ

Yes.

.....

هلب.

Let's stick to the plan.

.....

مى نامب دن بى اپ هم ان رب هب.

Okay.

.....

هشاب.

Three.

.....

هس.

Two.

.....

ود.

One.

.....

كى.

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

.....

درک هچ هوهق هاگت سرد اب حبص نى ا تر بار م تفگ ، يت سار

No, but I can imagine it was something selfish.

.....

دوب ي ا ه ن ا ه او خ دوخ زى چ منک روصت من او تلى م ام ، هن

It was worse than that.

.....

دوب ن آ زا رت دب

He actually tried to-

.....

درک ي عس اعق او وا