

TRANSCRIPT · EPISODE 82

# First Steps: Living in English

Line-by-line · English + Español

147 lines

Your English Toolbox

You left everything behind.

Lo dejaste todo atrás.

Your language, your people, your routines.

Tu idioma, tu gente, tus rutinas.

The streets you knew without thinking.

Las calles que conocías sin pensar.

The shops where they already knew your name.

Las tiendas donde ya te conocían por tu nombre.

And now, you are here.

Y ahora, estás aquí.

In a country where everything is in English.

En un país donde todo está en inglés.

And some days, that feels like an enormous wall.

Y algunos días, eso se siente como un muro enorme.

But here is what nobody tells you at the beginning.

Pero esto es lo que nadie te dice al principio.

The wall is not as solid as it looks.

El muro no es tan sólido como parece.

And you are stronger than you think.

Y eres más fuerte de lo que crees.

Welcome to your English toolbox.

.....  
Bienvenido a tu caja de herramientas de inglés.

I am Robert.

.....  
Soy Robert.

And I am Miranda.

.....  
Y yo soy Miranda.

And today, we are doing something a little different.

.....  
Y hoy hacemos algo un poco diferente.

You may have noticed that Martin and Julia are not here today.

.....  
Quizás hayas notado que Martin y Julia no están hoy aquí.

They are taking a well-deserved holiday.

.....  
Se están tomando unas vacaciones bien merecidas.

And if you miss them, do not worry.

.....  
Y si los echas de menos, no te preocupes.

They will be back very soon.

.....  
Volverán muy pronto.

But while they are away, Robert and I have stepped in.

.....  
Pero mientras están fuera, Robert y yo hemos tomado el relevo.

We are here with a short special series, built specifically for one type of listener.

.....  
Estamos aquí con una serie especial corta, creada específicamente para un tipo de oyente.

Someone who is living in an English-speaking country right now.

.....  
Alguien que vive en un país de habla inglesa ahora mismo.

Or someone who is about to make that move.

.....  
O alguien que está a punto de dar ese paso.

Someone for whom English is not just a school subject.

.....  
Alguien para quien el inglés no es solo una asignatura escolar.

It is a daily survival tool.

.....  
Es una herramienta de supervivencia diaria.

And today, we want to talk about what that actually feels like.

.....  
Y hoy queremos hablar de cómo se siente eso en realidad.

The real experience, not the textbook version.

.....  
La experiencia real, no la versión del libro de texto.

So let's start there.

.....  
Así que empecemos por ahí.

Robert, do you remember the first time you had to handle something completely in English?

.....  
Robert, ¿recuerdas la primera vez que tuviste que gestionar algo completamente en inglés?

I do.

.....  
Sí.

It was a phone call.

.....  
Fue una llamada telefónica.

I had just arrived.

.....  
Acababa de llegar.

My English was functional.

.....  
Mi inglés era funcional.

But functional in a classroom is very different from functional in real life.

.....  
Pero funcional en un aula es muy diferente a funcional en la vida real.

The person on the other end spoke fast.

.....  
La persona al otro lado hablaba rápido.

Too fast.

.....  
Demasiado rápido.

And I said yes to something I did not fully understand.

.....  
Y dije que sí a algo que no entendí del todo.

I still do not know what I agreed to.

.....  
Todavía no sé a qué accedí.

That story is so familiar.

.....  
Esa historia es muy familiar.

So many people have lived exactly that moment.

.....  
Tanta gente ha vivido exactamente ese momento.

You understand the words individually.

.....  
Entiendes las palabras por separado.

But together, at speed, in a real situation, they just dissolve.

.....  
Pero juntas, a velocidad, en una situación real, simplemente se disuelven.

And the worst part is the silence after.

.....  
Y lo peor es el silencio después.

That moment when you know you should say something.

.....  
Ese momento en el que sabes que deberías decir algo.

And nothing comes.

.....  
Y no sale nada.

We call that the gap.

.....  
A eso lo llamamos la brecha.

The gap between what you understand and what you can produce.

.....  
La brecha entre lo que entiendes y lo que puedes producir.

And closing that gap is exactly what this series is designed to do.

.....  
Y cerrar esa brecha es exactamente para lo que está diseñada esta serie.

Miranda, let's talk about the emotional side of this.

.....  
Miranda, hablemos del lado emocional.

Because I think people underestimate how hard it is.

.....  
Porque creo que la gente subestima lo difícil que es.

They do.

.....  
Así es.

And I want to say something very clearly to anyone listening right now.

.....  
Y quiero decir algo muy claramente a cualquiera que esté escuchando ahora mismo.

What you are feeling is not weakness.

.....  
Lo que sientes no es debilidad.

The anxiety that comes when the phone rings and you do not recognize the number.

.....  
La ansiedad que aparece cuando suena el teléfono y no reconoces el número.

The tension before a conversation you cannot fully predict.

.....  
La tensión antes de una conversación que no puedes predecir del todo.

The exhaustion of existing in a second language all day long.

.....  
El agotamiento de existir en un segundo idioma durante todo el día.

That is not a personal failure.

.....  
Eso no es un fracaso personal.

That is a completely normal human response to an objectively difficult situation.

.....  
Es una respuesta humana completamente normal a una situación objetivamente difícil.

You left your country.

.....  
Dejaste tu país.

That is one of the hardest things a person can do.

.....  
Eso es una de las cosas más difíciles que puede hacer una persona.

You gave up your comfort, your fluency, your identity as someone who knows how things work.

.....  
Renunciaste a tu comodidad, tu fluidez, tu identidad como alguien que sabe cómo funcionan las cosas.

And you started again from almost zero.

.....  
Y empezaste de nuevo desde casi cero.

That takes extraordinary courage.

.....  
Eso requiere un valor extraordinario.

And yet most people who do it spend the first year apologizing for their English.

.....  
Y sin embargo, la mayoría de las personas que lo hacen pasan el primer año disculpándose por su inglés.

Instead of celebrating the fact that they are doing it at all.

.....  
En lugar de celebrar el hecho de que lo están haciendo.

So if you are listening to this today, stop apologizing.

.....  
Así que si estás escuchando esto hoy, deja de disculparte.

You are not behind.

.....  
No vas atrasado.

You are in the middle of something remarkable.

.....  
Estás en medio de algo extraordinario.

Let's talk about strategies.

.....  
Hablemos de estrategias.

Robert, what actually works?

.....  
Robert, ¿qué funciona de verdad?

The first thing, and this sounds simple, but most people do not do it, is to stop waiting until your English is perfect to use it.

.....  
Lo primero, y suena simple, pero la mayoría de la gente no lo hace, es dejar de esperar a que tu inglés sea perfecto para usarlo.

Perfect English does not come before the conversation.

.....  
El inglés perfecto no llega antes de la conversación.

It comes from the conversation.

.....  
Llega a través de la conversación.

Every interaction is training.

.....  
Cada interacción es entrenamiento.

Every phone call, every supermarket checkout, every conversation with a neighbor.

.....  
Cada llamada telefónica, cada caja del supermercado, cada conversación con un vecino.

The people who improve fastest are not the ones who study the most.

.....  
Las personas que mejoran más rápido no son las que más estudian.

They are the ones who speak.

.....  
Son las que hablan.

Even when it is uncomfortable.

.....  
Incluso cuando es incómodo.

Even when they make mistakes.

.....  
Incluso cuando cometen errores.

Especially when they make mistakes.

.....  
Especialmente cuando cometen errores.

There is a concept I find very useful.

.....  
Hay un concepto que encuentro muy útil.

Reactive English versus Proactive English.

.....  
El inglés reactivo frente al inglés proactivo.

Tell us more about that.

.....  
Cuéntanos más sobre eso.

Reactive English is waiting for someone to speak to you and then responding.

.....  
El inglés reactivo es esperar a que alguien te hable y luego responder.

Most learners live entirely in Reactive English.

.....  
La mayoría de los estudiantes viven completamente en inglés reactivo.

They wait, they respond, they survive.

.....  
Esperan, responden, sobreviven.

Proactive English means initiating, asking the first question, starting the conversation.

.....  
El inglés proactivo significa tomar la iniciativa, hacer la primera pregunta, empezar la conversación.

And that shift changes everything.

.....  
Y ese cambio lo cambia todo.

When you are reactive, you are always on the back foot.

.....  
Cuando eres reactivo, siempre estás a la defensiva.

When you are proactive, you control the pace, the topic, the direction.

.....  
Cuando eres proactivo, controlas el ritmo, el tema, la dirección.

You go from passenger to driver.

.....  
Pasas de pasajero a conductor.

And you can start small, incredibly small.

.....  
Y puedes empezar pequeño, increíblemente pequeño.

Asking a shop assistant where something is.

.....  
Preguntarle a un dependiente dónde está algo.

Starting with good morning instead of waiting for them to speak first.

.....  
Empezar con buenos días en lugar de esperar a que hablen primero.

These are tiny acts of Proactive English that build enormous confidence over time.

.....  
Son pequeños actos de inglés proactivo que generan una enorme confianza con el tiempo.

Miranda, what about the days when it all feels too hard?

.....  
Miranda, ¿qué pasa con los días en los que todo se siente demasiado difícil?

When the anxiety wins?

.....  
¿Cuando gana la ansiedad?

Those days happen.

.....  
Esos días ocurren.

They happen to everyone.

.....  
Le pasan a todo el mundo.

And on those days, I think the most important thing is to not make a big decision about your future based on how you feel right now.

Y en esos días, creo que lo más importante es no tomar una gran decisión sobre tu futuro basándote en cómo te sientes ahora mismo.

A hard day is not evidence that you cannot do this.

Un día difícil no es evidencia de que no puedes hacer esto.

It is evidence that you are doing something genuinely difficult.

Es evidencia de que estás haciendo algo genuinamente difícil.

I always say, measure your progress in months, not in moments.

Siempre digo, mide tu progreso en meses, no en momentos.

Because in a single moment, you might feel completely lost.

Porque en un solo momento puedes sentirte completamente perdido.

But if you look back three months, six months, the distance you have traveled is extraordinary.

Pero si miras atrás tres meses, seis meses, la distancia que has recorrido es extraordinaria.

And anxiety specifically, the kind that comes from language, has a very particular quality.

Y la ansiedad específicamente, el tipo que viene del idioma, tiene una calidad muy particular.

It tells you that something matters to you.

Te dice que algo te importa.

If it did not matter, you would not be anxious.

Si no te importara, no estarías ansioso.

The anxiety is proof that you care about this.

La ansiedad es prueba de que te preocupas por esto.

And caring is the beginning of everything.

Y preocuparse es el comienzo de todo.

Let's talk about the Survival Kit series, because this is what we are doing together for the next few weeks.

Hablemos de la serie Kit de Supervivencia, porque esto es lo que vamos a hacer juntos durante las próximas semanas.

Yes, the Basic Survival Kit is a series of short episodes, around five minutes each.

Sí, el Kit Básico de Supervivencia es una serie de episodios cortos, de unos cinco minutos cada uno.

Every episode focuses on one real situation.

Cada episodio se centra en una situación real.

The doctor.

El médico.

The phone call.

La llamada telefónica.

The bank.

El banco.

The pharmacy.

La farmacia.

The landlord.

El casero.

Situations that cannot wait.

Situaciones que no pueden esperar.

Situations where you need the right words, right now.

Situaciones en las que necesitas las palabras correctas, ahora mismo.

And in each episode, we give you exactly five sentences.

Y en cada episodio te damos exactamente cinco frases.

Five sentences, chosen very carefully.

Cinco frases elegidas con mucho cuidado.

Not because five is a magic number, but because five is manageable.

.....  
No porque cinco sea un número mágico, sino porque cinco es manejable.

You can learn five sentences before your next appointment.

.....  
Puedes aprender cinco frases antes de tu próxima cita.

Before your next call.

.....  
Antes de tu próxima llamada.

And we give you one more thing in every episode.

.....  
Y en cada episodio te damos una cosa más.

The rescue sentence.

.....  
La frase de rescate.

One single phrase that works when everything else disappears from your mind.

.....  
Una sola frase que funciona cuando todo lo demás desaparece de tu mente.

Because that moment happens to all of us.

.....  
Porque ese momento nos pasa a todos.

And now, you will be ready for it.

.....  
Y ahora, estarás preparado para ello.

Before we close, Robert, one last thought for someone who is really struggling right now.

.....  
Antes de cerrar, Robert, un último pensamiento para alguien que está realmente luchando ahora mismo.

Yes, I want to say something I believe completely.

.....  
Sí, quiero decir algo que creo completamente.

Your accent is not a problem.

.....  
Tu acento no es un problema.

It is proof that you speak more than one language.

.....  
Es prueba de que hablas más de un idioma.

Your mistakes are not embarrassing.

.....  
Tus errores no son vergonzosos.

They are evidence that you are trying.

Son evidencia de que lo estás intentando.

And the fact that you are here listening to this in your second or third language means that you are already doing exactly what you need to do.

Y el hecho de que estés aquí escuchando esto en tu segundo o tercer idioma significa que ya estás haciendo exactamente lo que necesitas hacer.

Language learning is not a sprint.

El aprendizaje de idiomas no es una carrera de velocidad.

It is something much more interesting than that.

Es algo mucho más interesante que eso.

It is the slow, steady rebuilding of who you are in a new place.

Es la reconstrucción lenta y constante de quién eres en un lugar nuevo.

And every word you learn, every sentence you use, every conversation you survive, is a brick in that new version of yourself.

Y cada palabra que aprendes, cada frase que usas, cada conversación que superas, es un ladrillo en esa nueva versión de ti mismo.

Keep building.

Sigue construyendo.

We will be here, every step of the way.

Estaremos aquí, en cada paso del camino.

If you want to watch this episode with subtitles, find your English toolbox on YouTube and subscribe.

Si quieres ver este episodio con subtítulos, encuentra tu caja de herramientas de inglés en YouTube y suscríbete.

It is the best way to follow the whole Survival Kit series and to support everything we are building here together.

Es la mejor manera de seguir toda la serie del Kit de Supervivencia y de apoyar todo lo que estamos construyendo aquí juntos.

I am Robert.

Soy Robert.

I am Miranda.

.....  
Soy Miranda.

And we will see you in the next one.

.....  
Y nos vemos en el siguiente.