

Stop Guessing What They Really Meant

English learning resource · FA

Key words & expressions · English + Persian

8 learning entries

Study task: Listen again and notice the expressions you studied.

1

jump to conclusions

زود قضاوت کردن · نتیجه‌گیری عجولانه کردن

DEF

To decide that something is true before you have enough evidence.

Usually critical: the conclusion may feel convincing, but it is premature.

FA

پیش از داشتن شواهد کافی، چیزی را درست فرض کردن.
معمولاً بار انتقادی دارد؛ نتیجه ممکن است قانع‌کننده به نظر برسد، اما زودهنگام است.

I jumped to conclusions when she did not reply.

وقتی جواب نداد، زود قضاوت کردم.

Ask what happened before you jump to conclusions.

پیش از نتیجه‌گیری عجولانه بپرس چه اتفاقی افتاده است.

2

give someone the benefit of the doubt

به کسی حق تردید دادن · حرف کسی را تا روشن‌شدن موضوع پذیرفتن

DEF

To choose a favourable interpretation when you do not know all the facts.

It expresses trust without claiming that you are certain.

FA

وقتی همه واقعیت‌ها را نمی‌دانیم، برداشت مثبت‌تری را انتخاب کردن.
بدون ادعای اطمینان کامل، اعتماد را نشان می‌دهد.

I gave him the benefit of the doubt and waited for an explanation.

به او حق تردید دادم و منتظر توضیح ماندم.

Good relationships require giving people the benefit of the doubt.

روابط خوب نیاز دارند تا پیش از روشن‌شدن موضوع به دیگران اعتماد کنیم.

3

read too much into something

بیش از حد از چیزی برداشت کردن · زیادی چیزی را تعبیر کردن

DEF

To find more meaning or significance in something than was probably intended.

Common with messages, facial expressions, silences and small changes in tone.

FA

در چیزی معنایی بیشتر از آنچه احتمالاً منظور بوده پیدا کردن.
اغلب درباره پیام‌ها، حالت چهره، سکوت و تغییرات کوچک لحن به کار می‌رود.

Do not read too much into one short message.

از یک پیام کوتاه بیش از حد برداشت نکن.

I read too much into her silence and worried all evening.

سکوت او را زیادی تعبیر کردم و تمام عصر نگران بودم.



4

speak your mind

نظر خود را صریح گفتن • حرف دل را زدن

DEF

To say openly and honestly what you think or need.

It suggests directness; depending on tone, it can sound courageous or blunt.

FA

آنچه فکر می‌کنیم یا نیاز داریم را آشکارا و صادقانه بیان کردن.
نشانه صراحت است؛ بسته به لحن می‌تواند شجاعانه یا تند به نظر برسد.

She spoke her mind without being disrespectful.

بدون بی‌احترامی نظرش را صریح گفت.

If something is wrong, speak your mind calmly.

اگر مشکلی هست، آرام و صریح حرفت را بزن.

5

give it your best shot

تمام تلاش خود را کردن • بهترین تلاش خود را کردن

DEF

To make your strongest genuine attempt, even though success is not guaranteed.

Encouraging and informal; it values honest effort rather than a perfect result.

FA

با وجود تضمین نبودن موفقیت، بهترین تلاش واقعی خود را انجام دادن.
غیررسمی و تشویق‌کننده است و تلاش صادقانه را مهم‌تر از نتیجه کامل می‌داند.

I may not win, but I will give it my best shot.

شاید برنده نشوم، اما تمام تلاشم را می‌کنم.

Give the interview your best shot and let go of the result.

در مصاحبه بهترین تلاشت را بکن و نتیجه را رها کن.

6

burn out

فرسوده شدن • دچار فرسودگی شغلی شدن

DEF

To become physically and emotionally exhausted after prolonged stress or overwork.

As a verb: burn out. The condition is the noun burnout, written as one word.

FA

پس از فشار یا کار بیش از حد طولانی، از نظر جسمی و عاطفی کاملاً خسته شدن.
فعل burn out است و اسم burnout به وضعیت فرسودگی اشاره دارد.

She burned out after months without a proper break.

پس از ماه‌ها بدون استراحت مناسب دچار فرسودگی شد.

Working harder is not useful if you burn out.

اگر فرسوده شوی، بیشتر کار کردن فایده‌ای ندارد.

7

be hard on yourself

به خود سخت گرفتن • بیش از حد خود را سرزنش کردن

DEF

To judge or criticize yourself more severely than is fair or helpful.

Often used to reassure someone after a mistake or disappointment.

FA

خود را سخت‌تر از آنچه منصفانه یا مفید است قضاوت یا سرزنش کردن.
اغلب برای دلگرم کردن کسی پس از اشتباه یا ناامیدی استفاده می‌شود.

Do not be so hard on yourself; you are still learning.

این قدر به خودت سخت نگیر؛ هنوز در حال یادگیری هستی.

I was hard on myself for not getting a perfect result.

چون نتیجه کامل نبود، بیش از حد خودم را سرزنش کردم.



8

let something go

چیزی را رها کردن • از چیزی گذشتن

DEF

To stop holding on to anger, regret, an expectation or a painful thought.

It can mean emotional acceptance, not that the event was unimportant or acceptable.

FA

دیگر به خشم، پشیمانی، انتظار یا فکری دردناک نچسبیدن.
می‌تواند به معنای پذیرش عاطفی باشد، نه اینکه آن اتفاق بی‌اهمیت یا قابل قبول بوده است.

Once I knew the truth, I could let the argument go.

وقتی حقیقت را فهمیدم، توانستم از آن بحث بگذرم.

Prepare carefully, then let go of the result.

با دقت آماده شو و بعد نتیجه را رها کن.

