

Slow English Podcast. Vocabulary Focus — 10 Idioms That Make English Flow

English learning resource · ES

Line-by-line · English + Spanish

99 lines

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

Idioms are like tiny stories hidden inside language.

Los modismos son como pequeñas historias escondidas dentro del lenguaje.

When you learn them slowly — not by memorizing, but by feeling them — they make your English sound alive.

Cuando los aprendes lentamente — no memorizando, sino sintiéndolos — hacen que tu inglés suene vivo.

Exactly.

Exactamente.

Today we'll explore ten idioms that appeared across our episodes — words and phrases that native speakers use every day to show emotion, advice, and rhythm.

Hoy exploraremos diez modismos que aparecieron a lo largo de nuestros episodios — palabras y frases que los hablantes nativos usan todos los días para mostrar emoción, consejo y ritmo.

And if you stay with us till the end, you'll discover how using just a few of these idioms can make your conversations warmer, clearer, and more natural.

Y si te quedas con nosotros hasta el final, descubrirás cómo usar solo algunos de estos modismos puede hacer que tus conversaciones sean más cálidas, claras y naturales.

So let's slow down and listen closely.

Así que vamos a desacelerar y escuchar atentamente.

Ten idioms — ten small pieces of real life.

Diez modismos — diez pequeñas piezas de la vida real.

☐ PART 1 — make up your mind

☐ PARTE 1 — toma una decisión

This one means “to decide.” Simple, right?

Este significa “decidir.” Simple, ¿verdad?

But make up your mind has personality — it shows hesitation, thought, and finally, action.

Pero tomar una decisión tiene personalidad — muestra vacilación, pensamiento y, finalmente, acción.

Compare it with decide.

Compáralo con decidir.



Decide sounds like paperwork.

Decidir suena a papeleo.

Make up your mind feels human — a little frustration, a little courage.

Tomar una decisión se siente humano — un poco de frustración, un poco de valentía.

Example: “I couldn’t make up my mind about which podcast to listen to first.” Or, “Just make up your mind and start speaking English.”

Ejemplo: “No podía decidir qué podcast escuchar primero.” O, “Solo toma una decisión y comienza a hablar inglés.”

It’s perfect when you’ve been overthinking — like many of us do.

Es perfecto cuando has estado sobrepensando — como muchos de nosotros hacemos.

☐ PART 2 — give it a try

☐ PARTE 2 — inténtalo

Our next one sounds friendly and positive — give it a try.

El siguiente suena amigable y positivo — inténtalo.

It means “try something new, even if you’re not sure.”

Significa “prueba algo nuevo, incluso si no estás seguro.”

In the “Morning Routines” episode, Peter said, “Just give it a try — one sentence at a time.” It’s the opposite of fear.

En el episodio de “Rutinas Matutinas”, Peter dijo: “Solo inténtalo — una oración a la vez.” Es lo opuesto al miedo.

Compare it with attempt — that’s too formal.

Compáralo con intentar — eso es demasiado formal.

Give it a try feels like a friend’s voice.

Inténtalo se siente como la voz de un amigo.

You can say, “I’ve never recorded my voice before, but I’ll give it a try.”

Puedes decir, “Nunca he grabado mi voz antes, pero lo intentaré.”

It’s encouragement in three small words.

Es un aliento en tres pequeñas palabras.

☐ PART 3 — step by step

☐ PARTE 3 — paso a paso

Here comes the philosophy of slow learning in three beats: step by step.

Aquí viene la filosofía del aprendizaje lento en tres compases: paso a paso.

It means “little by little, calmly.”

Significa “poco a poco, con calma.”



In “Calm Shadowing,” we said: “Fluency is built step by step, not overnight.”

En “Sombra Calmante”, dijimos: “La fluidez se construye paso a paso, no de la noche a la mañana.”

Compare it with gradually — that’s academic.

Compáralo con gradualmente — eso es académico.

Step by step paints a picture: walking, moving forward, no rush.

Paso a paso pinta una imagen: caminar, avanzar, sin prisa.

Example: “I’m building my confidence step by step.”

Ejemplo: “Estoy construyendo mi confianza paso a paso.”

It’s not about speed — it’s about staying on the path.

No se trata de velocidad — se trata de mantenerse en el camino.

□ PART 4 — sooner or later

□ PARTE 4 — tarde o temprano

Everyone who studies English needs this one — sooner or later.

Todos los que estudian inglés necesitan este — tarde o temprano.

It means “eventually, it will happen.”

Significa “eventualmente, sucederá.”

It’s perfect when you’re patient but hopeful.

Es perfecto cuando eres paciente pero esperanzado.

“Sooner or later, all that listening will pay off.”

“Tarde o temprano, toda esa escucha dará sus frutos.”

Compare it with eventually — similar meaning, but sooner or later has warmth and rhythm.

Compáralo con eventualmente — significado similar, pero tarde o temprano tiene calidez y ritmo.

It sounds like experience speaking — not a grammar book.

Suena como la experiencia hablando — no un libro de gramática.

□ PART 5 — keep an open mind

□ PARTE 5 — mantén la mente abierta

This one is all about curiosity — keep an open mind.

Este se trata de la curiosidad — mantén la mente abierta.

It means “stay ready for new ideas.”

Significa ‘mantente listo para nuevas ideas.’

In “Broken Language Learning,” we said: “You have to keep an open mind about how adults learn.”

En ‘Aprendizaje de Lenguaje Roto’, dijimos: ‘Tienes que mantener una mente abierta sobre cómo aprenden los adultos.’



Compare it with be flexible — open mind sounds deeper, like empathy and wisdom.

Compáralo con ser flexible — mente abierta suena más profundo, como empatía y sabiduría.

Example: “I didn’t like podcasts at first, but I kept an open mind and now I love them.”

Ejemplo: 'No me gustaban los podcasts al principio, pero mantuve una mente abierta y ahora los amo.'

It’s a beautiful reminder for every learner: the more open your mind, the more English fits inside it.

Es un hermoso recordatorio para cada aprendiz: cuanto más abierta esté tu mente, más inglés cabe dentro de ella.

□ PART 6 — get out of your comfort zone

□ PARTE 6 — sal de tu zona de confort

This one has energy — get out of your comfort zone.

Este tiene energía — sal de tu zona de confort.

It means to do something new or uncomfortable to grow.

Significa hacer algo nuevo o incómodo para crecer.

In “Shadowing Practice,” Peter used it perfectly: “You grow faster when you get out of your comfort zone.”

En 'Práctica de Sombra', Peter lo usó perfectamente: 'Creces más rápido cuando sales de tu zona de confort.'

Compare it with challenge yourself.

Compáralo con desafiarte a ti mismo.

Same idea, but this idiom is visual — you can see the zone, and you’re stepping out.

La misma idea, pero este modismo es visual — puedes ver la zona, y estás saliendo de ella.

Example: “I joined a conversation group to get out of my comfort zone.”

Ejemplo: 'Me uní a un grupo de conversación para salir de mi zona de confort.'

It’s courage in one sentence.

Es coraje en una frase.

□ PART 7 — go with the flow

□ PARTE 7 — déjate llevar

From courage to calmness — go with the flow.

De coraje a calma — déjate llevar.

It means to relax and accept things as they come.

Significa relajarse y aceptar las cosas como vienen.

When we recorded “Calm English,” you said: “Stop forcing it — just go with the flow.” It fits perfectly with slow learning.

Cuando grabamos 'Inglés Calmado', dijiste: 'Deja de forzarlo — simplemente déjate llevar.' Se ajusta perfectamente al aprendizaje lento.



Compare it with relax — that's passive.

Compáralo con relajarse — eso es pasivo.

Go with the flow means you still move — but gently.

Déjate llevar significa que aún te mueves — pero suavemente.

Example: "When my plan changed, I went with the flow and enjoyed it."

Ejemplo: 'Cuando mi plan cambió, me dejé llevar y lo disfruté.'

It's the art of adapting.

Es el arte de adaptarse.

□ PART 8 — don't beat yourself up

□ PARTE 8 — no te castigues

Here's an idiom every learner needs — don't beat yourself up.

Aquí hay un modismo que cada aprendiz necesita — no te castigues.

It means "don't be too hard on yourself."

Significa 'no seas demasiado duro contigo mismo.'

In "Broken Language Learning," we said: "Students beat themselves up for small mistakes."

En 'Aprendizaje de Lenguaje Roto', dijimos: 'Los estudiantes se castigan por pequeños errores.'

Compare it with forgive yourself — similar, but don't beat yourself up is emotional and common in speech.

Compáralo con perdonarte a ti mismo — similar, pero no te castigues es emocional y común en el habla.

Example: "I made a mistake during the call, but I'm not going to beat myself up about it."

Ejemplo: 'Cometí un error durante la llamada, pero no voy a castigarme por ello.'

It's the voice of self-kindness.

Es la voz de la amabilidad hacia uno mismo.

□ PART 9 — practice makes perfect

□ PARTE 9 — la práctica hace al maestro

The classic one — practice makes perfect.

El clásico — la práctica hace al maestro.

It means "the more you practice, the better you get."

Significa 'cuanto más practiques, mejor te vuelves.'

It appeared in almost every episode — our philosophy in one line.

Apareció en casi cada episodio — nuestra filosofía en una línea.

But remember: in slow learning, we change it slightly.

Pero recuerda: en el aprendizaje lento, lo cambiamos ligeramente.



We like to say “practice makes progress.” Because perfection is impossible, but progress is beautiful.

Nos gusta decir 'la práctica hace el progreso.' Porque la perfección es imposible, pero el progreso es hermoso.

Example: “Keep shadowing every morning.

Ejemplo: 'Sigue practicando cada mañana. La práctica hace el progreso.'

Practice makes progress.”

Ese pequeño cambio convierte la presión en paciencia.

That small change turns pressure into patience.

□ PARTE 10 — nunca es demasiado tarde

□ PART 10 — it's never too late

Y finalmente — nunca es demasiado tarde.

And finally — it's never too late.

El modismo más esperanzador de la lista.

The most hopeful idiom in the list.

El idiom más esperanzador de la lista.

It means “you can start again anytime.” In “Morning Routines,” we reminded listeners that it's never too late to rebuild your habits.

Significa "puedes empezar de nuevo en cualquier momento." En "Rutinas de Mañana," recordamos a los oyentes que nunca es demasiado tarde para reconstruir tus hábitos.

Compare it with you still have time — true, but it's never too late feels stronger, like encouragement from a friend.

Compáralo con todavía tienes tiempo — cierto, pero nunca es demasiado tarde se siente más fuerte, como un aliento de un amigo.

Example: “It's never too late to learn English slowly — and enjoy it.”

Ejemplo: "Nunca es demasiado tarde para aprender inglés lentamente — y disfrutarlo."

It's optimism in four words.

Es optimismo en cuatro palabras.

□ CLOSING REFLECTION

□ REFLEXIÓN FINAL

Ten idioms, ten emotions.

Diez modismos, diez emociones.

Make up your mind, give it a try, step by step, sooner or later, keep an open mind, get out of your comfort zone, go with the flow, don't beat yourself up, practice makes perfect, it's never too late.

Decídate, inténtalo, paso a paso, tarde o temprano, mantén la mente abierta, sal de tu zona de confort, déjate llevar, no te castigues, la práctica hace al maestro, nunca es demasiado tarde.



Each one describes a moment in your learning life.

Cada uno describe un momento en tu vida de aprendizaje.

Together, they sound like advice from an older friend — gentle but real.

Juntos, suenan como consejos de un amigo mayor — suaves pero reales.

So, let me ask you something.

Así que, déjame preguntarte algo.

Which of these idioms feels closest to your life right now?

¿Cuál de estos modismos se siente más cercano a tu vida en este momento?

And second — which one would you like to live by this week?

Y segundo — ¿cuál te gustaría seguir esta semana?

Maybe you need to get out of your comfort zone.

Quizás necesitas salir de tu zona de confort.

Or maybe it's time to go with the flow.

O tal vez es hora de dejarte llevar.

Whatever you choose, remember: slow learning isn't about memorizing idioms — it's about feeling them until they become yours.

Sea lo que elijas, recuerda: el aprendizaje lento no se trata de memorizar modismos — se trata de sentirlos hasta que se conviertan en tuyos.

So take them, repeat them softly, and let them live in your stories.

Así que tómalos, repítelos suavemente, y deja que viva en tus historias.

Thanks for listening, friends.

Gracias por escuchar, amigos.

In our next episode, we'll slow down again — this time with ten grammar structures that make English flow like music.

En nuestro próximo episodio, desaceleraremos de nuevo — esta vez con diez estructuras gramaticales que hacen que el inglés fluya como música.

Until then, keep an open mind... and remember — it's never too late.

Hasta entonces, mantén la mente abierta... y recuerda — nunca es demasiado tarde.

