

You are not the problem. The 3 Traps that keep your english locked.

English learning resource · FR

Line-by-line · English + French

110 lines

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

Welcome to your English toolbox, the Slow English Podcast, where we train your ears step by step.

Bienvenue dans ta boîte à outils en anglais, le Slow English Podcast, où nous entraînons tes oreilles pas à pas.

My name is Peter, today we have a calm shadowing episode.

Je m'appelle Peter, aujourd'hui nous avons un épisode de shadowing calme.

I will speak slowly and you can shadow with me whenever you want.

Je vais parler lentement et tu peux faire du shadowing avec moi quand tu veux.

Introduction You stand in front of a door.

Introduction Tu te tiens devant une porte.

It says English.

Elle dit anglais.

You have seen people walk through it easily.

Tu as vu des gens y passer facilement.

They speak fluently, confidently, naturally.

Ils parlent couramment, avec confiance, naturellement.

But when you try to open it, it doesn't move.

Mais quand tu essaies de l'ouvrir, elle ne bouge pas.

You watch videos.

Tu regardes des vidéos.

You try apps.

Tu essaies des applications.

You memorize vocabulary lists.

Tu mémorises des listes de vocabulaire.

You work hard, really hard.

Tu travailles dur, vraiment dur.

And still, the door stays closed and slowly a thought appears.

Et pourtant, la porte reste fermée et lentement une pensée apparaît.



Maybe I'm not good at languages.

Peut-être que je ne suis pas bon en langues.

Maybe something is wrong with me.

Peut-être qu'il y a quelque chose qui ne va pas chez moi.

But nothing is wrong with you.

Mais il n'y a rien de mal chez toi.

The problem is not you.

Le problème ce n'est pas toi.

The problem is the traps that keep the door locked.

Le problème ce sont les pièges qui maintiennent la porte verrouillée.

Invisible traps that hold millions of learners in the same place.

Des pièges invisibles qui retiennent des millions d'apprenants au même endroit.

Today, I want to help you escape them.

Aujourd'hui, je veux t'aider à t'en échapper.

In the next minutes, I will guide you through the three traps that stop your progress.

Dans les prochaines minutes, je vais te guider à travers les trois pièges qui bloquent ton progrès.

Three traps that make your English feel slow, heavy, or stuck.

Trois pièges qui font que ton anglais semble lent, lourd ou bloqué.

And three ways to break free.

Et trois façons de te libérer.

Trap number one is the vocabulary trap.

Le piège numéro un est le piège du vocabulaire.

The idea that you just need more words.

L'idée que tu as juste besoin de plus de mots.

It sounds logical.

Ça semble logique.

It feels productive.

Ça semble productif.

So you collect lists, apps, flashcards.

Alors tu collectionnes des listes, des applications, des cartes mémoire.

Word after word after word.

Mot après mot après mot.



But when someone asks you, how are you today?

Mais quand quelqu'un te demande, comment ça va aujourd'hui ?

Your mind goes blank.

Ta tête devient vide.

Learning vocabulary is not the same as using vocabulary.

Apprendre du vocabulaire n'est pas la même chose qu'utiliser du vocabulaire.

Knowing thousands of words means nothing if you cannot create a natural sentence in real life.

Connaître des milliers de mots ne signifie rien si tu ne peux pas créer une phrase naturelle dans la vie réelle.

So how do you escape this trap?

Alors comment t'échapper de ce piège ?

You speak out loud.

Tu parles à voix haute.

Even if your sentences are simple.

Même si tes phrases sont simples.

Even if you know only a few words.

Même si tu ne connais que quelques mots.

Use them every day.

Utilise-les tous les jours.

Learning English is not about filling your brain.

Apprendre l'anglais ne consiste pas à remplir ton cerveau.

It is about training your mouth and training your ears.

Il s'agit d'entraîner ta bouche et d'entraîner tes oreilles.

Trap two.

Piège deux.

Waiting to be ready.

En attendant d'être prêt.

Trap number two is waiting for the perfect moment.

Le piège numéro deux est d'attendre le moment parfait.

The idea that you will speak when you feel ready.

L'idée que tu parleras quand tu te sentiras prêt.

You wait for the perfect sentence.

Tu attends la phrase parfaite.



The perfect accent.

L'accent parfait.

The perfect version of you.

La version parfaite de toi.

But that moment never comes.

Mais ce moment ne vient jamais.

Speaking is scary.

Parler est effrayant.

You might forget a word.

Tu peux oublier un mot.

You might make a mistake.

Tu peux faire une erreur.

You might feel embarrassed.

Tu peux te sentir gêné.

But that is how everyone starts.

Mais c'est comme ça que tout le monde commence.

Speaking is like riding a bicycle.

Parler, c'est comme faire du vélo.

You wobble.

Tu te balances.

You fall.

Tu tombes.

You look silly.

Tu as l'air ridicule.

But then you find balance.

Mais ensuite, tu trouves l'équilibre.

So do not wait for perfect.

Alors n'attends pas le parfait.

Do not wait to feel ready.

N'attends pas de te sentir prêt.

Speak now.

Parle maintenant.



Even if it is messy.

Même si c'est désordonné.

Messy is better than silent.

Désordonné est mieux que silencieux.

Trap three.

Piège trois.

Believing you are the problem.

Croire que tu es le problème.

Trap number three is believing you are the problem.

Le piège numéro trois est de croire que tu es le problème.

You study for months.

Tu étudies pendant des mois.

Maybe years.

Peut-être des années.

But your progress feels slow.

Mais tes progrès semblent lents.

Fast conversations confuse you.

Les conversations rapides te confondent.

Mistakes repeat.

Les erreurs se répètent.

Your confidence drops.

Ta confiance diminue.

And the small voice returns.

Et la petite voix revient.

Maybe English isn't for me.

Peut-être que l'anglais n'est pas pour moi.

That voice is wrong.

Cette voix a tort.

You are not the problem.

Tu n'es pas le problème.

Your method is the problem.

Ta méthode est le problème.



Most learners do too much passive learning.

La plupart des apprenants font trop d'apprentissage passif.

They watch.

Ils regardent.

They read.

Ils lisent.

They listen.

Ils écoutent.

But they do not use the language.

Mais ils n'utilisent pas la langue.

Real improvement comes from creation.

La véritable amélioration vient de la création.

Speak to yourself.

Parle-toi à toi-même.

Record your voice.

Enregistre ta voix.

Write short paragraphs.

Écris des paragraphes courts.

Shadow the sentences you hear.

Imite les phrases que tu entends.

After every lesson, ask yourself.

Après chaque leçon, demande-toi.

How can I say this in my own words?

Comment puis-je dire cela avec mes propres mots ?

That question changes everything.

Cette question change tout.

Trap one.

Piège un.

Collecting vocabulary, but not using it.

Collectionner du vocabulaire, mais ne pas l'utiliser.

Trap two.

Piège deux.



Waiting for the perfect moment.

Attendre le moment parfait.

Trap three.

Piège trois.

Believing you are the problem.

Croire que tu es le problème.

You are not the problem.

Tu n'es pas le problème.

You were just stuck in the traps.

Tu étais juste coincé dans les pièges.

And now, you can see them clearly.

Et maintenant, tu peux les voir clairement.

That English door will not open by magic.

Cette porte de l'anglais ne s'ouvrira pas par magie.

You open it.

Tu l'ouvres.

With your voice.

Avec ta voix.

With your practice.

Avec ta pratique.

With the courage to keep going.

Avec le courage de continuer.

You are much closer than you think.

Tu es beaucoup plus proche que tu ne le penses.

If this calm, shadowing episode helped you, please leave a small comment before you go.

Si cet épisode calme et d'imitation t'a aidé, laisse un petit commentaire avant de partir.

Your comments show the platforms that our community is real, active, and growing.

Tes commentaires montrent aux plateformes que notre communauté est réelle, active et en croissance.

They help me continue creating more slow, clear episodes for you.

Ils m'aident à continuer à créer plus d'épisodes lents et clairs pour toi.

Tell me which trap you escaped today, or which one you want help with next.

Dis-moi de quel piège tu t'es échappé aujourd'hui, ou avec lequel tu veux de l'aide la prochaine fois.



See you in the next episode.

À bientôt dans le prochain épisode.

