

Slow English Listening Practice 20 Idioms for Natural Conversations

English learning resource · FA

Key words & expressions · English + Persian

20 idioms

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

1

a big fish in a small pond

آدم مهم در محیطی کوچک

DEF

Someone important or successful within a limited environment.

Neutral observation, not normally an insult.

FA

شخص مهم یا موفق در یک محیط محدود.

مشاهده خنثی، معمولاً توهین نیست.

He was a big fish in a small pond until he joined the national company.

او یک ماهی بزرگ در یک حوض کوچک بود تا اینکه به شرکت ملی پیوست.

She enjoys being a big fish in a small pond.

او از بودن یک ماهی بزرگ در یک برکه کوچک لذت می برد.

2

a cold fish

آدم سرد و بی احساس

DEF

Someone who seems unfriendly, distant or emotionally unavailable.

More common in British English; hard to read is a common alternative.

FA

کسی که به نظر غیر دوستانه، دور یا از نظر احساسی در دسترس است.

در انگلیسی بریتانیایی رایج تر است. سخت خواندن یک جایگزین رایج است.

The new manager seems like a cold fish, but he is simply shy.

مدیر جدید به نظر یک ماهی سرد است، اما او به سادگی خجالتی است.

At first she appeared to be a cold fish.

در ابتدا به نظر می رسید که او یک ماهی سرد است.

3

a rough diamond

الماس نتراشیده · فرد با ارزش اما ناپخته

DEF

Someone with valuable qualities but little social polish.

A warm British expression; diamond in the rough is also common.

FA

فردی با ویژگی های ارزشمند، اما ظرافت اجتماعی کمی دارد.

یک بیان گرم انگلیسی؛ الماس در خشن نیز رایج است.

The young chef is a rough diamond with enormous potential.

سرآشپز جوان یک الماس خشن با پتانسیل بسیار زیاد است.

His manners need work, but he is a rough diamond.

آداب او نیاز به کار دارد، اما او یک الماس خشن است.



4

a dark horse

فرد یا رقیب غیرمنتظره

DEF

Someone who reveals unexpected talent or ability.

From horse racing; often used for an unexpected competitor.

FA

*Nobody expected Maya to win; she was the dark horse.**That quiet candidate could be a dark horse.*

کسی که استعداد یا توانایی غیرمنتظره ای را آشکار می کند.
از مسابقات اسب دوانی؛ اغلب برای یک رقیب غیرمنتظره استفاده می شود.

هیچکس انتظار پیروزی مایا را نداشت. او اسب تاریکی بود

آن نامزد ساکت می تواند یک اسب تیره باشد.

5

a pain in the neck

آدم یا چیز بسیار آزاردهنده

DEF

An annoying person or situation.

Informal but milder than a more vulgar body-based alternative.

FA

*This paperwork is a real pain in the neck.**My neighbour can be a pain in the neck.*

یک فرد یا موقعیت آزاردهنده.
غیررسمی اما ملایم تر از یک جایگزین مبتذل مبتنی بر بدن.

این کاغذبازی یک درد واقعی در گردن است.

همسایه من می تواند گردن درد داشته باشد.

6

to bite off more than you can chew

بیش از توان خود مسئولیت قبول کردن

DEF

To accept more work or responsibility than you can manage.

Usually a gentle warning rather than an attack.

FA

*I bit off more than I could chew by accepting three projects.**Do not bite off more than you can chew this week.*

پذیرفتن کار یا مسئولیتی بیش از آنچه می توانید مدیریت کنید.
معمولاً یک هشدار ملایم به جای حمله.

با پذیرفتن سه پروژه، بیشتر از چیزی که می توانستم بجوم گاز گرفتم.

در این هفته بیشتر از چیزی که می توانید بجوید گاز نگیرید.

7

to get out of hand

از کنترل خارج شدن

DEF

To become difficult or impossible to control.

Common with parties, arguments, costs and children.

FA

*The discussion got out of hand after midnight.**Call for help before the situation gets out of hand.*

برای اینکه کنترل آن دشوار یا غیرممکن شود.
مشترک با مهمانی ها، بحث ها، هزینه ها و فرزندان.

بعد از نیمه شب بحث از کنترل خارج شد.

قبل از اینکه وضعیت از کنترل خارج شود، کمک بگیرید.



8

to cost an arm and a leg

قیمت بسیار زیادی داشتن

DEF

To be extremely expensive.

Informal and very common in conversation.

FA

به شدت گران باشد.

غیر رسمی و بسیار رایج در مکالمه.

That tiny flat costs an arm and a leg.

قیمت آن آپارتمان کوچک یک دست و یک پا است.

The repairs did not have to cost an arm and a leg.

تعمیرات نیازی به هزینه یک دست و یک پا نداشت.

9

to be in hot water

به دردسر افتادن

DEF

To be in trouble or a difficult situation.

The intensity can be increased: in very or seriously hot water.

FA

در مشکل یا شرایط سخت قرار گرفتن.

شدت را می توان افزایش داد: در آب بسیار داغ یا به طور جدی.

He is in hot water for missing the deadline.

او به دلیل از دست دادن مهلت در آب گرم است.

We will be in hot water if the client finds out.

اگر مشتری متوجه شود در آب گرم خواهیم بود.

10

to be on thin ice

در موقعیتی بسیار پرخطر بودن

DEF

To be in a risky situation where one mistake may cause serious trouble.

A quiet warning based on the image of ice that may break.

FA

قرار گرفتن در موقعیتی پرخطر که یک اشتباه ممکن است باعث دردسر جدی شود.

هشدار آرام بر اساس تصویر یخی که ممکن است بشکند.

You are on thin ice after arriving late again.

بعد از دیر رسیدن دوباره روی یخ نازک هستید.

He knew he was on thin ice with his boss.

او می دانست که با رئیسش روی یخ نازک است.

11

to let the cat out of the bag

ناخواسته رازی را فاش کردن

DEF

To reveal a secret accidentally.

Usually implies accidental disclosure.

FA

برای فاش کردن یک راز تصادفی

معمولا به معنای افشای تصادفی است.

Lena let the cat out of the bag about the surprise party.

لنا در مورد مهمانی غافلگیر کننده، گربه را از کیف بیرون آورد.

Do not let the cat out of the bag before Friday.

گربه را قبل از جمعه از کیف بیرون ندهید.



12

to spill the beans

راز را لو دادن

DEF

To reveal secret or private information.

Can be intentional or accidental and often has a light, gossipy tone.

FA

برای افشای اطلاعات محرمانه یا خصوصی.

می تواند عمدی یا تصادفی باشد و اغلب دارای لحن سبک و شایعه آمیز است.

Come on, spill the beans—who got the job?

بیا، لوبیاها را بریز - چه کسی این کار را کرد؟

Someone spilled the beans about the new product.

یک نفر حبوبات را در مورد محصول جدید ریخت.

13

to hit the nail on the head

دقیقا به نکته اصلی اشاره کردن

DEF

To say or identify exactly the right thing.

A strong compliment in discussions and meetings.

FA

برای گفتن یا تشخیص دقیق حرف درست.

یک تعریف قوی در بحث ها و جلسات.

You hit the nail on the head: the problem is poor communication.

میخ به سر می زنید: مشکل ارتباط ضعیف است.

Her comment really hit the nail on the head.

کامنت او واقعا ضربه ای به سر می زد.

14

to burn your bridges

راه بازگشت را خراب کردن

DEF

To damage a relationship or opportunity so badly that returning is impossible.

Serious idiom suggesting there is no way back.

FA

صدمه زدن به یک رابطه یا فرصت به حدی که بازگشت غیرممکن است.

اصطلاح جدی که نشان می دهد هیچ راهی برای بازگشت وجود ندارد.

Leave professionally; there is no reason to burn your bridges.

به صورت حرفه ای ترک کنید؛ دلیلی برای سوزاندن پل های شما وجود ندارد.

He burned his bridges when he insulted the entire team.

زمانی که به کل تیم توهین کرد، پل های خود را سوزاند.

15

to pull someone's leg

سر به سر کسی گذاشتن

DEF

To tease someone by saying something untrue as a joke.

Always light-hearted, not serious deception.

FA

مسخره کردن کسی با گفتن چیزی غیر واقعی به عنوان شوخی.

همیشه سبک دل، نه فریب جدی.

Relax—I am only pulling your leg.

آرام باش - من فقط پای تو را می کشم.

She believed me until I told her I was pulling her leg.

او حرفم را باور کرد تا اینکه به او گفتم پایش را می کشم.



16

the tip of the iceberg

نوک کوه یخ

DEF

The small visible part of a much larger hidden situation.
Often suggests the hidden part is a problem.

FA

بخش کوچک قابل مشاهده از یک موقعیت پنهان بسیار بزرگتر.
اغلب نشان می دهد که بخش پنهان یک مشکل است.

These complaints are only the tip of the iceberg.

این شکایات فقط نوک کوه یخ است.

The visible damage was the tip of the iceberg.

آسیب قابل مشاهده نوک کوه یخ بود.

17

to go back to square one

به نقطه شروع برگشتن

DEF

To start again from the beginning after a failure.
Used in work, relationships and problem-solving.

FA

برای شروع دوباره از ابتدا پس از شکست.
در کار، روابط و حل مسئله استفاده می شود.

The test failed, so we had to go back to square one.

آزمایش شکست خورد، بنابراین مجبور شدیم به نقطه اول برگردیم.

Losing the file sent us back to square one.

از دست دادن فایل ما را به نقطه اول بازگرداند.

18

once in a blue moon

خیلی به ندرت

DEF

Very rarely.
Normally appears after the verb or at the beginning of a sentence.

FA

خیلی به ندرت.
معمولاً بعد از فعل یا در ابتدای جمله ظاهر می شود.

I eat fast food once in a blue moon.

من یک بار در ماه آبی فست فود می خورم.

Once in a blue moon, the whole family meets.

هنگامی که در یک ماه آبی، تمام خانواده ملاقات می کنند.

19

the life and soul of the party

گل سرسبد مهمانی

DEF

The person who makes a social event lively and enjoyable.
A compliment, sometimes with mild British irony.

FA

فردی که یک رویداد اجتماعی را زنده و لذت بخش می کند.
یک تعارف، گاهی با کنایه خفیف بریتانیایی.

Amir is always the life and soul of the party.

امیر همیشه جان و روح مهمانی است.

Even among strangers, she became the life and soul of the party.

حتی در میان غریبه ها، او جان و روح مهمانی شد.



20

a wet blanket

DEF

Someone who spoils other people's fun or enthusiasm.

The image is a wet blanket putting out a fire.

FA

*Do not be a wet blanket—come and dance.**He sounded like a wet blanket when he dismissed every idea.*

آدم ضدحال · کسی که خوشی را خراب می‌کند

کسی که سرگرمی یا اشتیاق دیگران را خراب می‌کند.
تصویر یک پتوی خیس است که آتش را خاموش می‌کند.

یک پتو خیس نباشید - بیا و برقص.

وقتی هر ایده‌ای را رد می‌کرد صدایش شبیه پتوی خیس بود.

