

## 392\_847\_Spanish\_Experiences that Improve Others People Lives

<https://speakmylanguage.com.au/podcasts/play/P847/L>

### Recording:

Spanish	English
<p data-bbox="204 548 563 584"><b>Transcripción Disponible</b></p> <p data-bbox="204 618 783 853"><b>Rocío:</b> Hola y bienvenidos al programa Speak My Language, donde personas de diversas culturas y comunidades hablan acerca de cómo vivir bien con una discapacidad. Mi nombre es Rocío Mendieta y trabajo para el Ethnic Community Council of Victoria.</p> <p data-bbox="204 887 766 1122">En nuestras entrevistas hablamos con personas de otras culturas y comunidades que tienen alguna discapacidad o que trabajan con esta población para que nos enseñen cómo ellos usan sus habilidades personales y recursos comunitarios para vivir bien en donde se encuentran.</p> <p data-bbox="204 1155 750 1323">Compartimos historias reales, consejos e ideas de personas con discapacidad y otras, quienes nos cuentan acerca de lugares accesibles, actividades y oportunidades.</p> <p data-bbox="204 1357 778 1581">Nuestro invitado de hoy es Santiago Martínez, un colombiano de 38 años, destacado diseñador gráfico, director creativo, empresario, pero sobre todo apasionado por trabajar y ayudar a los demás a través de su talento y experiencia.</p> <p data-bbox="204 1626 783 1895">Santiago es un convencido que su misión en este mundo es ser evidencia viva que la actitud es la mejor aliada para sobrellevar las circunstancias de la vida. Que querer no siempre es poder, pero sí el primer paso porque el amor no es amor hasta que no lo compartes.</p> <p data-bbox="204 1995 734 2029">Y lo más importante, que es ser nuestra</p>	<p data-bbox="807 548 1094 584"><b>Transcript Available</b></p> <p data-bbox="807 618 1393 853"><b>Rocío:</b> Hello and welcome to the Speak My Language program, where people from diverse cultures and communities talk about living well with a disability. My name is Rocío Mendieta and I work for the Ethnic Community Council of Victoria.</p> <p data-bbox="807 887 1393 1088">In our interviews we speak with people from other cultures and communities who have disabilities or who work with this group to learn how they can use their personal skills and community resources to live well wherever they are.</p> <p data-bbox="807 1122 1393 1256">We share real stories, tips and ideas from people with disabilities and others who tell us about accessible places, activities and opportunities.</p> <p data-bbox="807 1290 1385 1514">Our guest today is Santiago Martínez, a 38-year-old Colombian, prominent graphic designer, creative director, businessman, but above all, a man who is passionate about working and helping others through his talent and experience.</p> <p data-bbox="807 1559 1369 1827">Santiago is convinced that his mission in this world is to be a living evidence that attitude is the best ally to cope with life's circumstances. That when there is a will there is not always a way, but it is indeed the first step because love is not love until you share it.</p> <p data-bbox="807 1906 1369 2018">And most importantly, being our best version of ourselves is and will be the best way to honour every second that the</p>

mejor versión, es y será la mejor manera de honrar cada segundo que el universo nos regala.

Bienvenido Santiago, gracias por estar aquí con nosotros hablando un poco sobre deportes, experiencias y cómo vivir bien con una discapacidad.

**Santiago:** Hola Rocío, ¿cómo estás? Muchísimas gracias por la invitación. Muy, muy contento de estar aquí contigo esta noche.

**Rocío:** Bueno, nosotros también estamos muy contentos. Entonces iniciamos. Entremos en materia, si te parece. Brevemente nosotros conversamos que realmente disfrutas de los deportes. Nos gustaría saber un poquito sobre tu pasión por ellos.

**Santiago:** Pues mira, la verdad es que yo empecé con el tema de los deportes muy joven, cuando yo tenía más o menos unos 7 u 8 años. Yo jugaba tenis. Y jugaba tenis... Empecé a jugar desde , si, muy pequeño y ah... entre digamos que a un equipo semi-profesional de tenis y durante muchísimos años estuve participando en diferentes torneos, en diferentes competencias y en mi país obtuve, digamos que una, el patrocinio de una marca que pues me llevaba a los diferentes eventos y a los diferentes torneos, participando pues con grandes figuras del tenis nacional en Colombia. De eso, pues nació una pasión enorme, pues principalmente por el tenis, pero no solamente por el tenis, sino por todos los deportes. También practicaba voleibol, practicaba tenis de mesa, natación eh... ciclismo....sí?. Entonces siempre como que tuve una vida bastante, bastante activa.

**Rocío:** Es así, espectacular. Bueno, y cuéntanos acá en Australia qué deportes

universe gives us.

Welcome Santiago, thanks for being here with us to talk a bit about sports, experiences and how to live well with a disability.

**Santiago:** Hello Rocío, how are you? Thank you so much for the invitation. Very, very glad to be here with you tonight.

**Rocío:** Well, we are also very happy. Now, let's start. Let's get down to business, if you like. Briefly, we just talked about how you really enjoy sports. We would like to know a little bit about your passion for them.

**Santiago:** Well look, the truth is that I started with sports when I was very young, when I was about 7 to 8 years old. I used to play tennis. I started playing from a very young age and I got into, let's say, a semi-professional tennis team and for many years I was participating in different tournaments, in different competitions and in my country I got, let's say, the sponsorship of a brand that took me to different events and different tournaments, participating with great figures of national tennis in Colombia.

From that, an enormous passion was born, mainly for tennis. But not only for tennis, but for all sports.

I also used to practise volleyball, table tennis, swimming and cycling... so it is like I have always had a pretty active life.

**Rocío:** I got you, that's spectacular. Well, tell us here in Australia what sports you used to play or you are currently playing?

**Santiago:** Well, here in Australia, due to my disability, there weren't many options available, to... to practise sports.

practicabas o practicas?

**Santiago:** Bueno, aquí en Australia, debido a mi discapacidad, pues no eran muchísimas las opciones que existían disponibles, pues para para practicar deportes. Así que hace un par de años, por cosas de la vida, conocí al presidente de una asociación de deportes en sillas de ruedas eh... que practican fútbol en Power Wheelchair y practican hockey en Power Wheelchair de la misma manera. Entonces ellos me invitaron hace un par de años a pertenecer como a este..este club. Y pues fue al principio como un poco, sabes, como diferente. Y yo decía, bueno, y ¿saben cómo funciona? como? ...¿Cómo es jugar un deporte en una silla de ruedas? Nunca me lo imaginé hasta un día, pues que fui a hacer la prueba y me monté en una silla y empecé a practicar hockey y la verdad es que salió completamente. Todos los... los... de todos los pensamientos que tenía acerca de que era participar en un deporte en una silla de ruedas. O sea...era súper divertido, era de mucha velocidad. Entonces me encantó y era un tema bastante competitivo.

Entonces esa percepción que yo tenía antes de conocer los deportes en sillas de ruedas cambió totalmente desde el momento que me senté por primera vez en una silla. Y... y bueno, eso fue como mi primera experiencia aquí en Australia. Además de eso, pues hago un poco de natación, pero es un poco más temas de rehabilitación. Pero sí, principalmente hago hago hockey en power wheelchair y represento al...al equipo pues de aquí de Western Australia.

**Rocío:**

Espectacular. Bueno, ahora que mencionas todas esas bondades y todas esas cosas que te gustaron, ¿cómo podrían las personas con una discapacidad

So a couple of years ago, through events in life, I met the president of a wheelchair sports association that plays football in Power Wheelchairs and plays wheelchair hockey in the same way. So they invited me a couple of years ago to be part of this...this club. And well, at first it was a bit, you know, different.

And I was wondering, well, do you know how it works? What...What is it like to play a sport in a wheelchair?

I never imagined it until one day I tried it and I got in a chair and started practising hockey and the truth is that all of... all the thoughts I had about participating in a sport in a wheelchair completely disappeared.

I mean, it was super fun. It was very fast. So I loved it and it was a pretty competitive issue.

So that perception that I had before learning about wheelchair sports changed completely from the moment I sat in a chair for the first time and...and well, that was like my first experience here in Australia.

Apart from that, I do a little swimming, but it's a little more for rehabilitation. But I do. I mainly do wheelchair hockey and I represent the...the team here from Western Australia.

**Rocío:**

Espectacular. Well, now that you mention all those benefits and all those things that you liked, how could people with a disability benefit from sports, whether it's hockey, soccer, swimming, whatever?

**Santiago:**

Well, look, what I have seen of... about people who live with some type of disability

beneficiarse del deporte, llámese hockey, fútbol, natación, el que sea?

**Santiago:**

Pues mira, ahhh lo que yo he visto de... a cerca de las personas que viven con algún tipo de discapacidad es que muchas veces la discapacidad tiende a superar como los límites de la persona. Entonces como que la discapacidad muchas veces se vuelve la protagonista en la vida de las personas y no la persona en sí, el protagonista de su vida. Yo creo que los deportes y otro tipo de actividades que están fuera del hogar, pues lo que ayudan es a poner el foco en otro tipo de cosas. Entonces digamos que primero entretenimiento, porque definitivamente cuando practicas un deporte te entretienes y pasas momentos totalmente agradables, cambias de ambiente, creas nuevas relaciones con nuevas personas y generas digamos que otro significado en tu participación en la vida, que a la larga es lo que las personas estamos buscando, es que no simplemente quedarnos en la casa aburrido sin hacer nada, sino darle un significado más allá que nos permita pues disfrutarnos de la vida al 100% y que nos permita participar como es cada de cada una de esas oportunidades.

Yo creo también que es muy importante el tema de normalizar, sabes? Es como ..como podemos normalizar el tema que una persona con discapacidad también puede tener ehh... intención, ganas eh... actitud y aptitud para un deporte?.Independientemente que sea en silla de ruedas o no. Simplemente, es que el tema es que las personas o incluso las personas con discapacidad vemos como ok... que tenemos una discapacidad, entonces, pues entonces ya no hay nada más para mí. Y resulta que allá afuera hay cientos de oportunidades de participación, de gran valor, de gran , o sea que pueden hacer de nuestra vida algo que realmente

is that many times the disability tends to exceed the limits of the person.

So it's like the disability often becomes the protagonist in people's lives and not the person itself, the protagonist of his life.

I think that sports and other types of outdoor activities, well... they help you focus on other things.

So, let's say entertainment comes first, because definitely when you play a sport you entertain yourself and enjoy pleasant moments, you change your environment, you create new relationships with new people and you generate, let's say, another meaningful form of participation in life, which in the long run is what people are looking for. Not simply staying at home bored doing nothing, but giving it a meaning beyond that, that allows us to enjoy life 100% and that allows us to participate in each of those opportunities.

I also think that the issue of normalising is very important, you know? It is like...how can we normalise the issue that a person with a disability can also intend to,...feel like.....They have the attitude and aptitude for a sport .

Regardless of whether it is in a wheelchair or not. It is simply that the issue is that people or even we people *with* disabilities see that we, ok, have a disability, then, well then there is nothing more for me.

And it turns out that there are hundreds of inclusive opportunities out there, of great value, that can make our life something really worthwhile. And it all starts with normalising our condition as people with disabilities. Because that does not make us better or worse. It simply leads us to live a different life experience.

valga la pena. Y todo empieza por normalizar nuestra condición como personas con discapacidad. Porque eso no nos hace ni más ni menos. Simplemente que nos lleva a vivir una experiencia diferente de vida.

**Rocío:**

Así es. Ahora que tu mencionas este punto, ¿dónde puede ir la gente para obtener más información al respecto en sus respectivos estados?

Porque yo me imagino que muchas personas que nos están escuchando, que no se atreven por diferentes razones, porque piensan que no pueden hacer determinadas cosas o porque simplemente no conocen pero desearían con todo su corazón hacerlo. Entonces, tu ¿qué le recomiendas a la gente?

**Santiago:**

Pues mira, yo la verdad conocí el hockey, fue porque digamos que por cosas de la vida yo entré a una organización eh... pues que agrupa a las personas que tienen distrofia muscular aquí en Western Australia, y ellos me contactaron precisamente con el capitán y el presidente de esta organización. Pero una vez adentro me di cuenta que cada Estado tiene sus propios clubes de equipos y de sí, como sus propios clubes de de sillas de ruedas o deportes en sillas de ruedas. Sé que en Victoria hay uno. Sé que en Brisbane hay otro en Queensland, sé que en New South Wales también hay otro. Aquí en Perth puntualmente se llama Western Electric Sporting Association. Es la agrupación que o.. la... sí, como la organización que... que promueve el tema de los deportes y otras organizaciones que.... que existen en otro tipo de deportes en sillas de ruedas. Y yo creo que la manera más fácil es simplemente ir a Google y... y buscar deportes de sillas de ruedas eh... el estado y te van a aparecer muchísimas opciones.

**Rocío:**

That's how it is. Now that you bring this up, where can people go to get more information about it in their respective states?

Because I imagine that many people who are listening to us, who don't dare for different reasons, because they think they can't do certain things or because they simply don't know but would like to do it with all their hearts. So what do you recommend to people?

**Santiago**

Well, look, the truth is that I found out about hockey, it was because, let's say, by chance I joined an organisation that brings together people who have muscular dystrophy here in Australia, and they contacted me precisely with the captain, the president of this organisation.

But once inside I realised that each state has its own team clubs and yes, like their own wheelchair clubs or wheelchair sports.

I know that in Victoria there is one. I know that in Brisbane there is another one and in Queensland, I know that in New South Wales there is also another one. Here in Perth it is literally called Western Electric Sporting Association. It's the group or the organisation that promotes the sports issues and other organisations that exist in other types of wheelchair sports. And I think the easiest way is to just go to Google and search for wheelchair sports in the state and you're going to get tons of options.

What I always tell people when I, for example, when I see someone on the street who uses a wheelchair, I ask them to come or ask them if they would be interested in participating and trying and looking at the experience.

Lo que yo siempre le digo a las personas cuando yo... yo por ejemplo, cuando veo a alguien en la calle que usa silla de ruedas, yo de una voy y le digo venga o sino le interesaría de pronto participar y probar y mirar la experiencia.

Y muchas personas han dicho sí, ¿por qué no? Entonces yo creo que pues es, es, es, es divertido como darnos esa oportunidad o ese chance de al menos probar algo nuevo, así sea que simplemente lo probemos y no nos guste, pero no quedarnos como... con... con la duda. Y será que me va a gustar? O será que no? Yo creo que ahí lo importante es eh... pues da... darse a uno mismo la oportunidad de probarlo y ver qué pasa de ahí. Si le gusta pues fantástico, y si no, pues buscamos otra cosa.

**Rocío:**

Sí, sí, sí, así es. Yo he visto también que los temas de accesibilidad acá en muchos lugares públicos, pues son una gran ventaja. Entonces pues nada, súper bien que todos podamos hacer uso de ellos.

Bueno, ahora quiero tocar otro tema contigo. Cuentanos... Quisiéramos saber un poquito más tu historia personal y tu historia como coach de vida y cómo puedes disfrutar la vida con una discapacidad.

Muchas personas que he tenido la oportunidad de entrevistar y de conocer para este programa han estado un poquito como en sus hogares, no quisieran ver gente y demás. Con el tiempo digamos que aprenden, desean, conocen como salir y explorar un poco más el mundo, salen de su tristeza, de un montón de cosas.

Entonces cuéntanos cómo te conviertes tú en un coach de vida. Cuéntanos un poco sobre tu historia y como para saber un poco más de ti.

**Santiago:** (10:18)

And many people have said: yes, why not? So I think it's fun, like giving ourselves that opportunity or that chance to at least try something new, even if we just try it and like it, but don't remain doubtful.

And will I like it? Or will I not? I think that the important thing is there, it is... It is to give yourself the opportunity to try it and see what happens from there. If you like it, then great, and if not, then we look for something else.

**Rocío:**

Right, right, right. That's right. I have also seen that accessibility here in many public places is a great advantage. So, nothing... super good that we can all make use of them.

Well, now I want to touch another subject with you. We would like to know a little more about your personal story and your story as a life coach and how you can enjoy life with a disability. Many people that I have had the opportunity to interview and meet for this program have been a little ...at home, they would not want to see people and so on. Over time let's say they learn, they want, they know how to go out and explore the world a little more, they come out of their sadness, out of a lot of things.

So tell us how you became a life coach. Tell us a little about your story and how to know a little more about yourself.

**Santiago:**

Well, look, I started to feel the symptoms of muscular dystrophy when I was about 17 or 18 years old when I was still at school. However, the symptoms were very mild, so they were not very noticeable. I did feel that, for example, it made it difficult for me to go up the stairs or to run very fast, but let's say I never paid attention to it.

Bueno, pues mira, yo empecé a sentir los síntomas de... de la distrofia muscular que tengo más o menos a los 17... 18 años, cuando todavía estaba en el colegio. Sin embargo, los síntomas eran... eran muy leves, entonces no eran muy notorios. Yo sí sentía que, por ejemplo, me daba cierta dificultad para subir las escaleras o para correr muy rápido, pero digamos que nunca le presté atención. Fue cuando entré a la universidad, más o menos a la edad de... los 19... 20 años, que ya empecé a sentir que esa dificultad se iba aumentando. Resulta que pues nada es como tan color de rosa, eh? Yo pasé por un momento muy difícil en mi vida y fue un momento en el que yo no aceptaba lo que tenía. Para mí era como.... como por qué me está pasando esto?, sé que he hecho mal, sabes? Entonces era como esa presión de ¿por qué yo?, porque a mí? y todo este pensamiento negativo y toda esta carga negativa de... de yo soy el único. La vida es cruel conmigo y sí.

Y bueno, yo lo que hice fue enfocar mi vida en ese momento únicamente en mi ámbito profesional. Es decir, mi vida personal estaba totalmente cerrada a conocer gente, a salir con mis amigos, a compartir. Yo estaba enfocado a trabajar porque yo sentía que de cierta manera no merecía más. Entonces decía...la única manera en que yo voy a poder disfrutar la vida y ser exitoso va a ser trabajando. Y tenía ese ese lado personal totalmente cerrado. Por cosas de la vida, eh... Llego a un entrenamiento de coaching, eh... más que todo obligado, realmente yo llegue obligado a esos entrenamientos y...y una vez allí descubrí que no era la discapacidad, no era el mundo, no eran las circunstancias, era simplemente mi interpretación acerca de lo que estaba viviendo en la vida y que estaba dándole una interpretación negativa a algo que era completamente normal. Entonces eso se convirtió en un proceso en el cual lo

It was when I started university, around the age of 19 or 20, that I began to feel that this difficulty was increasing.

It turns out that not everything is a fairy tale, right? I went through a very difficult time in my life and it was a time when I did not accept what I had. For me it was like...why is this happening to me? What have I done wrong, you know? So it was like that pressure of why me?, and all this negative thinking and all this negative energy of me being the only one. Life is cruel to me and well...

And well, what I did was to focus my life at that time solely on my professional field, that is, my personal life is completely closed to meeting people, going out with my friends, sharing. I was focused on working because I felt that in a certain way I didn't deserve more. So I said to myself: the only way I'm going to be able to enjoy life and be successful is going to be working. And that is the totally closed personal side. Due to unforeseen events, eh... I ended up in coaching training, eh.. Mostly forced. I really got there really under pressure, forced to those training sessions and once there I discovered that it was not the disability, it was not the world, it was not the circumstances, it was simply my interpretation of what I was experiencing in life and that I was giving it a negative interpretation to something that was completely normal.

So that became a process in which the most important thing was to love and accept myself as I am, without expecting anything, without expecting to improve myself, without expecting, eh, absolutely nothing. Just enjoying the person I was, even with the things that I didn't like about myself and starting to create a different relationship with myself .After starting that process, well, I decide, eh..., to see the effects of this in my

más importante fue amarme y aceptarme tal cual soy, sin esperar nada, sin esperar mejorarme, sin esperar... sabes? absolutamente nada. Simplemente disfrutar la persona que era, con los con, incluso con las cosas que no me gustaban de mí y empezar a crear una relación diferente conmigo. Después de crear ese proceso, pues yo decido, eh, y ver los efectos de esto en mi vida y en la y en mis relaciones y como empecé a disfrutar realmente el hecho de tener una discapacidad. Porque los que me conocen, las personas que me conocen, saben que yo me lo disfruto completamente. Para mí la discapacidad es simplemente una experiencia distinta de vida, más que el hecho de no poder o poder hacer algo de una manera diferente. Decido OK!, por que no impactar de cierta manera a las personas alrededor?, porque yo no? O sea, creemos que solamente las personas con discapacidad viven una vida triste y apagada y resulta que no el mundo...la gran mayoría..

...Claro, vivimos... es.. enfocados en las cosas que no están funcionando en nuestra vida y nos olvidamos por completo de las tremendas bendiciones que tenemos cada momento.

Entonces yo dije venga, si esto funcionó para mí! que tenía toda esta, esta, esta cantidad de prejuicios, de dolor, de resentimiento, de todas estas cosas que que nos apagan o que nos quita nuestro brillo como llevarlo a otro nivel. Entonces eh... decido entrenarme para convertirme en coach y durante más de unos tres años estuve viajando alrededor de Latinoamérica, dando entrenamientos de coaching, apoyando las personas a ver el... digamos que el vaso medio lleno, no medio vacío y tratar de buscarle el lado positivo a la vida. Entiendo que la vida es esta mezcla de situaciones que funcionan, de situaciones que no funcionan, pero más allá es nuestra responsabilidad de disfrutarlos

life and in my relationships and how I began to really enjoy the fact of having a disability.

Because those who know me, the people who know me, know that I I totally enjoy it. For me, disability is simply a different life experience. More than not being able to or being able to do something in a different way. I decided, OK, why not impact the people around me in a certain way? Why not me? In other words, we believe that only people with disabilities live a sad and dull life and it turns out that it's not that world.

Of course, we live... is... focused on the things that are not working in our life and we completely forget about the tremendous blessings that we have every moment.

So I said come on, this worked for me!, when I had all this amount of prejudice, pain, resentment, all these things that turn us off or take away our sense of self, how to take it to another level. So I have decided to train to become a coach and for more than three years I have been travelling around Latin America, giving coaching training, helping people to see the glass half full, not half empty and try to look for the positive side of life.

Understanding that life is this mixture of situations that work, of situations that don't work, but beyond that it is our responsibility to enjoy what is there, not enjoy what it could become, because then we will never be happy. It is as it is, it is to understand our reality, to love and accept ourselves in reality with what does not work, to be proud of that reality and enjoy it, not with what is there and not wait to have what we want or to achieve what we want to then take action, but to take action on the only thing we have and that it is really ours, which is this moment.

So that's basically how I got to train as a coach and obviously that totally changes my



lo que hay, no disfrutarnos lo que podría llegar a ser, porque entonces nunca vamos a ser felices. Es como es, es, es, es entender nuestra realidad, amar y aceptarnos en realidad con lo que no funciona, ser orgullosos de esa realidad y disfrutarnoslo con lo que hay y no esperar a tener lo que queremos o... o a lograr lo que queremos para entonces tomar acción, sino tomar acción en lo único que tenemos y que realmente nuestro, que es este momento.

Entonces eso es básicamente como la manera en que yo llego a entrenarme como coach y pues obviamente eso cambia totalmente mi perspectiva de vida, la manera que me relaciono con las personas, con mis, con mis clientes, con las marcas, con todo.

**Rocío:**

Espectacular. Estoy totalmente de acuerdo con todas estas afirmaciones que nos has compartido la noche de hoy y te quisiera hacer otra pregunta. Yo sé que tus charlas obviamente van enfocadas a todo tipo de público, pero por eh pues por la naturaleza de nuestro programa, quisiéramos darles más herramientas a las personas que viven con alguna discapacidad para que conozcan este tipo de temas. ¿Qué pasos has tomado tú para hacer posible que todos participemos en tus sesiones de entrenamiento?

**Santiago:**

Bueno.

**Rocío:**

Tengamos o no una discapacidad.

**Santiago:**

Bueno, eh, yo creo que lo primero es... es lo que te decía al principio. Es tratar de normalizar algo que ya es normal. O sea, quitarnos esa etiqueta encima de "persona

perspective on life, the way I relate to people, with myself, with my clients, with brands, with everything.

**Rocío:**

Spectacular. I totally agree with all these statements that you have shared with us tonight and I would like to ask another question. I know that your talks are obviously focused on all kinds of audiences, but because of the, well, due to the nature of our program, we would like to give more tools to people who live with a disability so that they know about these types of topics. What steps have you taken to make it possible for all of us to participate in your training sessions?

**Santiago:**

Well.

**Rocío:**

Regardless of whether we have a disability or not.

**Santiago:**

Well, uh, I think the first thing is—that's what I told you at the beginning. It is trying to normalise something that is already normal. In other words, remove that label from us as a person with a disability. It is like... It's as if life's opportunities were only open to certain faces, to certain people, right?

Opportunities in life are open to everyone, absolutely everyone. What we have to do is start taking action to get what we want to get and not wait for life to take pity on us and then send us an opportunity to participate in life. I love a phrase from my coach that says Life is unfair, you pay taxes and in the end you die. Enjoy it. And it is true, life is not going to give you absolutely nothing for which you are not there, for which you do not make an effort and work and fight and move and generate. So I believe that the first step, regardless of whether you are a person with a disability or

con discapacidad". Es como... es como si las oportunidades de la vida estuvieran abiertas solamente para ciertas ca., para ciertas personas .No! Las oportunidades en la vida están abiertas para todos, absolutamente para todos. Lo que tenemos que hacer es empezar a tomar acción para obtener lo que queremos obtener y no esperar a que la vida se apiade de nosotros y entonces nos mande una oportunidad de participar. La vida.... A mí me encanta una frase de mi coach que dice "La vida es injusta, pagas impuestos y al final te mueres. Disfrútala". Y es cierto, la vida no te va a dar absolutamente nada por lo que tú no estés, por lo que tú no te esfuerces y trabajes y luches y te muevas y generes. Entonces yo creo que el primer paso, independientemente si eres una persona con discapacidad o no, es entender dónde estás, mirar a dónde quieres ir y empezar a hacer que esas cosas sucedan.

Ahora, yo creo que es muy importante conocernos, saber quiénes somos y muchas personas allá afuera no lo saben. No sabemos ni qué somos, ni qué queremos, ni cómo lo queremos y simplemente estamos viendo la vida como en automático y nos dejamos llevar. Y a la larga pues cuando nos damos cuenta pasan una cantidad de tiempo y no hemos construido ni lo que queremos ni lo que soñamos, sino lo que la vida nos ha presentado. Entonces yo siempre hago una distinción en los entrenamientos y es podemos vivir dos vidas, la vida que la vida nos entrega o la vida que nosotros elegimos vivir, si? la que naturalmente va a suceder porque va a suceder de alguna u otra manera, o que o la que yo estoy comprometido a crear cada momento de mi vida. Ahora una va a suceder quieras o no, y la otra va a requerir tu participación. Y este es el punto más importante para cualquier tipo de persona que quiera lograr un objetivo en su vida y es participar,

not, is to understand where you are, look at where you want to go, and start making those things happen.

Now, I believe that it is very important to know each other, to know who we are and many people out there do not know it. We don't know who we are, or what we want, or how we want it and we are simply seeing life as if it were automatic and we let ourselves go. And in the long run, when we realise it, a certain amount of time passes and we have not built what we want or what we dream of, but rather what life has presented to us. So I always make a distinction in training and it is we can live two lives, the life that life gives us or the life that we choose to live, follow the one that is going to happen naturally because it is going to happen in some way or another, or that or the one that I am committed to creating every moment of my life. Now one is going to happen whether you want it or not, and the other is going to require your participation. And this is the most important point for any type of person who wants to achieve a goal in her life and that is to participate. Regardless of he result. If I succeed or not, it is to launch myself to participate, to create a different life experience.

The changes are not going to be generated by simply waiting for them to arrive, the changes are going to be generated. When I commit to myself, I commit to myself that despite having a situation or going through a circumstance, my commitment is much greater than my circumstances and then I take actions that lead me to achieve what I want with no guarantee of achieving it, because nobody is going to guarantee it. In other words, really the only guarantee we have is that one day this chapter of life is going to end. And since that's not what we're guaranteed, then we have to make it count. Anyone who listens to this podcast,

independientemente del resultado. Si lo logro o no lo logro. Es lanzarse a participar, a crear una experiencia distinta de vida.

Los cambios no se van a generar simplemente esperando que lleguen. Los cambios se van a generar cuando me comprometo conmigo, que me comprometo conmigo a que a pesar de... de tener una situación o de estar pasando por una circunstancia, mi compromiso es mucho mayor que mis circunstancias y entonces tomo acción que me lleva a alcanzar lo que quiero sin garantía de lograrlo, porque es que nadie te lo va a garantizar. O sea, realmente la única garantía que tenemos es que un día este capítulo de vida se va a acabar. Y como eso es lo que tenemos garantizado, entonces tenemos que hacer que valga la pena. Cualquiera persona que escuche este podcast, la invitación que yo le hago es "Haz que valga la pena, haz que cada momento valga la pena y que tú seas quien controle lo que estás generando en tu vida y no que sea la vida la que genere los resultados por ti".

**Rocío:**

Si. Espectacular. Ahora que lo mencionas. Santiago, mira, ya para finalizar, quiero que le des tres consejos bien puntuales a nuestros radioescuchas en la tarde de hoy.

**Santiago:**

Bueno, yo creo que lo primero es... lo que te decía hace un momento. La vida es corta. La vida no está aquí para hacernos felices ni para darnos lo que no merecemos. Así que entendiendo eso, disfrútala y participa. Participa en cada oportunidad que tengas, incluso en cosas que ni siquiera te estás imaginando que podrías hacer. Te invitan a tocar tambores africanos... ve a tocar tambores africanos!! Aprovecha la oportunidad, gózatela. ¿Qué es lo peor que puede pasar? Que no te guste ¿Qué es lo mejor que puede pasar?

my invitation to them is to make it worthwhile, make every moment worthwhile and that you be the one in control of what you are generating in your life and not that life is the one that generates the results for you.

**Rocío:**

But spectacular as you mention. Santiago. Look, to finish, I want you to give three very specific pieces of advice to our radio listeners this afternoon.

**Santiago:**

Well, I think the first thing is what I was telling you a moment ago. Life is short. Life is not here to make us happy or to give us what we don't deserve. So understanding that, enjoy it and participate. Participate in every opportunity you get, even in things that you are not even imagining that you could do. They invite you to play African drums, go a..., go to play African drums. Take the opportunity, enjoy yourself. What is the worst that can happen? that you do not like. What is the best that can happen? May you find a new passion in your life.

Other. Another thing I would tell you is give yourself a chance. Give yourself the opportunity to meet people with disabilities. Now, if you're a person, if you're not a person with a disability, meet people with disabilities. Open the door of your heart. Communicate with them, create new relationships and if you are a person with a disability, go out into the world and meet new people. We human beings are ultimately small tribes and those tribes are made up of the people around us and our tribe cannot be limited to just our family.

We have to open up to the world and create new relationships. So I think it's an

Que encuentres una nueva pasión en tu vida. Otra.... otra cosa que te diría es date la oportunidad. Date la oportunidad de conocer personas con discapacidad. Ahora, si eres una persona, si no eres una persona con discapacidad, conoce personas con discapacidad. Ábreles la puerta de tu corazón. Comunícate con ellos, crea nuevas relaciones y si eres una persona con discapacidad, sal al mundo y conoce nuevas personas. Nosotros los seres humanos somos... somos en la larga pequeñas tribus y esas tribus se com... se componen de las personas que nos rodean y nuestra tribu no se puede limitar únicamente a nuestra familia.

Tenemos que abrírnos al mundo y crear nuevas relaciones. Entonces yo creo que esa oportunidad de darnos el chance de conocer nuevas personas, tanto los que tenemos una discapacidad como las que no la tienen, es esencial. Y por último, lo que les decía haz que cada , cada oportunidad, valga la pena. Independientemente de la situación por la que estés pasando. Haz que valga la pena. Empieza a preguntarte en vez de por que yo? y por qué a mí? ¿Para qué? ¿Para qué? ¿Para qué esto en mi vida? ¿Cuál es el motivo o cuál es el propósito de esto? Que, que, que, qué está sucediendo en mi vida? Y con base a eso, empezar a construir la realidad que cada uno quiere construir.

**Rocío:**

Gracias Santiago. Sobre todo gracias por habernos acompañado la tarde de hoy. Hasta una próxima oportunidad. Y qué bonito y enriquecedor fue haber escuchado una experiencia tan humana y tan llena de matices en este camino llamado vida.

**Santiago:**

Muchísimas gracias a ti por la invitación y espero que nada...nos podamos escuchar. en una nueva oportunidad. Y de nuevo,

opportunity to give ourselves the chance to meet new people. Both those who have a disability and those who don't. It is essential. And lastly, what I was saying, every opportunity counts, regardless of the situation you're going through. Make it worth it. He thinks to ask you instead of why me and why me? So that? So that? Why is this in my life? What is the reason or what is the purpose of this? What what what. What is happening in my life? And based on that, begin to build the reality that each one wants to build.

**Rocío:**

Thanks Santiago. Above all, thank you for joining us this afternoon. Until the next opportunity. And how beautiful and enriching it was to have listened to such a human experience and so full of nuances on this path called life.

**Santiago:**

Thank you very much for the invitation and I hope we can hear each other in another new opportunity. And again, thank you very much for the invitation.

muchísimas gracias por la invitación.	
---------------------------------------	--