

## Episodio 43 🇪🇸 El cambio empieza por ti | Responsabilidad individual

(<https://spotifyanchor-web.app.link/e/oAyE8YKKQwb>)

¡Hola a todos y a todas! ¿Qué tal? ¿Cómo estáis? Bienvenidos al episodio número 43 del *podcast* Andalusian Spanish to Go, el *podcast* para estudiantes de español de nivel intermedio y avanzado que quieren progresar con su español a través de materiales auténticos e interesantes y escuchando un acento muy peculiar de la lengua española; el andaluz.

Si esta es la primera vez que escuchas este *podcast*, me presento. Yo soy Antonio, profesor de español y fundador de Spanish with Antonio, una plataforma con la que **pretendo**<sup>1</sup> ayudar a estudiantes que, como tú, sienten pasión por la lengua y cultura española.

Hoy quiero empezar haciéndote una pregunta. Imagina que vas caminando por las calles de tu ciudad y ves un par de **papeles**<sup>2</sup> **tirados**<sup>3</sup> en el suelo. Ante esta situación, tienes dos opciones: puedes **pasar de largo**<sup>4</sup> y **quejarte**<sup>5</sup> de que tu ciudad está sucia o puedes parar, **agacharte**<sup>6</sup>, recoger los papeles y tirarlos en la papelera más cercana. Reflexiona. Te invito a mirar dentro de ti y a ser honesto contigo mismo. Dime: ¿cómo actuarías tú?

En el episodio de hoy, te quiero hablar sobre un tema cada vez más relevante para nuestra sociedad: la responsabilidad individual. Es decir, qué papel tenemos como individuos en esta sociedad. E intentaremos dar respuesta a preguntas como “¿**hasta qué punto**<sup>7</sup> importan nuestros actos?” o “¿cómo podemos colaborar para crear un mundo mejor?”. **Quédate conmigo**<sup>8</sup> y reflexionemos juntos.

Pero antes, quiero anunciarte que en las últimas semanas he estado creando un regalito para ti. Quiero que empieces bien el año, y eso implica empezar bien con tu

---

<sup>1</sup> To intend

<sup>2</sup> Papers

<sup>3</sup> Thrown away

<sup>4</sup> To pass by

<sup>5</sup> To complain

<sup>6</sup> To bend down

<sup>7</sup> To what extent

<sup>8</sup> Stay with me

español. Por eso, he creado un minicurso totalmente gratuito llamado Español REAL. Y es que... ¿no sientes a veces que, cuando hablas, tu español es muy formal? ¿No sientes que parece que estás escribiendo un correo **en voz alta**<sup>9</sup>? Pues bien, por eso, he creado este curso en el que te enseño las **claves**<sup>10</sup> para dejar de hablar como si fueras un libro y empezar a hacerlo de forma idiomática y natural. Te dejo el enlace para inscribirte en las notas de este episodio. Espero que lo disfrutes.

Y ahora, comenzamos con el episodio de hoy en 3, 2, 1...

Hace unos meses, en pleno desarrollo de la terrible guerra que estamos presenciando **a las puertas de**<sup>11</sup> Europa, en Ucrania, sucedía algo admirable, **digno de**<sup>12</sup> mencionar. Entre **bombardeo**<sup>13</sup> y bombardeo de las tropas rusas, un equipo de cocineros profesionales y voluntarios anónimos **repartían**<sup>14</sup> un plato de comida caliente a ciudadanos ucranianos cuyas casas habían sido destruidas o que no tenían electricidad en sus cocinas. Este equipo, que estaba literalmente **jugándose la vida**<sup>15</sup>, pertenecía a la ONG World Central Kitchen, una **asociación sin ánimo de lucro**<sup>16</sup> (es decir, filantrópica) que se dedica a **acudir a**<sup>17</sup> lugares que están sufriendo desastres naturales, guerras o cualquier otra situación que no permita a la gente comer. Pues esta ONG va hasta allí alimentar a esas personas. Esta maravillosa iniciativa está **liderada**<sup>18</sup> por un chef con 2 estrellas Michelin y que hasta ha sido nominado al Premio Nobel de la Paz. Su nombre es José Andrés y nació en Asturias, una región del Norte de España. Y, aunque comenzó a hacerse conocido por la calidad de su cocina y sus restaurantes (por ejemplo, un dato curioso es que fue él quien introdujo las tapas en EE. UU. con uno de sus restaurantes en Washington), en realidad, hace años que José Andrés **aprovecha**<sup>19</sup> su fama para trabajar por una sociedad mejor.

---

<sup>9</sup> Out loud

<sup>10</sup> Keys

<sup>11</sup> At the doors of

<sup>12</sup> Worthy of

<sup>13</sup> Bombardment

<sup>14</sup> To share out

<sup>15</sup> To risk her life

<sup>16</sup> Non-profit organisation

<sup>17</sup> To go, to attend

<sup>18</sup> Lead

<sup>19</sup> To make the most out of

Habiéndose dedicado al sector de la **alimentación**<sup>20</sup> desde hace décadas, José Andrés sabe que, en todo el mundo, **se desperdicia**<sup>21</sup>, se tira, entre un 30 y un 40 % de los alimentos y comidas que se producen. De modo que en la cabeza de Andrés surgió una pregunta: ¿cómo puede ser que continúe habiendo millones de personas que pasan **hambre**<sup>22</sup> si estamos tirando tanta comida?

José Andrés recibió en 2020 el premio Basque Culinary World Prize por la **labor**<sup>23</sup> de su ONG durante la pandemia del Covid-19. El chef asturiano coordinó y **movilizó**<sup>24</sup> a centenares de cocineros y voluntarios de todo el mundo y consiguió servir más de 30 millones de comidas a nivel global.

Ahora tal vez estés pensando: ¡muy bonito, Antonio! Pero yo ni soy famoso ni tengo un restaurante en Washington.

Ya, me imagino. Yo tampoco. Pero José Andrés, en una **entrevista**<sup>25</sup> de televisión, dijo unas palabras que hablan por sí solas: “para ayudar no hay que irse muy lejos; podemos empezar por nuestras propias ciudades y con cosas muy simples”. Y decía el chef que lo que ha vivido en Ucrania ha sido para él una **lección**<sup>26</sup> de vida, porque veía que “cada **civil**<sup>27</sup>, cada individuo, estaba haciendo algo. Cada uno quería ser parte de la solución”.

El mundo en el que vivimos parece estar lleno de problemas muy serios de los que estamos cansados de hablar. El hambre que pasan muchas personas es uno, pero otros son el cambio climático, el difícil acceso a la educación, la **pobreza**<sup>28</sup>, el racismo, la violencia **machista**<sup>29</sup> o el **acoso escolar**<sup>30</sup>... Todos estos son problemas que hemos oído hasta la saciedad; es decir, los hemos oído tanto que estamos **hartos**<sup>31</sup> de ellos. En la

---

<sup>20</sup> Food

<sup>21</sup> To waste

<sup>22</sup> Hunger

<sup>23</sup> Work

<sup>24</sup> To mobilise

<sup>25</sup> Interview

<sup>26</sup> Lesson

<sup>27</sup> Civilian

<sup>28</sup> Poverty

<sup>29</sup> Sexist

<sup>30</sup> Bullying

<sup>31</sup> Fed up

tele, en los **periódicos**<sup>32</sup>, en campañas de concienciación, en debates, en publicaciones de las redes sociales... Todos, especialmente quienes tenemos el privilegio de vivir en países ricos, somos conscientes de ello, ¿verdad? Y entonces, ¿por qué **nos cuesta**<sup>33</sup> tanto colaborar con estas causas?

Yo he perdido la cuenta de las veces que he oído decir cosas como: “que yo recicle no va a salvar el planeta” o “el mundo no se va a acabar porque me olvide de apagar la luz”. Bueno, esto últimamente no se oye tanto considerando los precios de la electricidad, que **están por las nubes**<sup>34</sup>; las cosas no nos importan hasta que nos tocan el **bolsillo**<sup>35</sup>. Ahí sí que actuamos, ¡eh!

Lo mismo ocurre cuando **culpabilizamos**<sup>36</sup> a los políticos y a las grandes empresas de todo. “Para qué voy a reciclar si el gobierno no crea nuevas leyes de reciclaje”, “me encantan los animales y estoy en contra de su explotación, pero tampoco pasa anda por ir de vez en cuando al McDonalds” o “para mí es más cómodo comprar agua en botellas de plástico; total, ya las han **fabricado**<sup>37</sup>. No voy a **arreglar**<sup>38</sup> nada comprándolas”.

Podría continuar poniendo mil y un ejemplos. Y es que hay muchas formas de **escurrir el bulto**<sup>39</sup>, es decir, de evitar responsabilizarnos de algo y **culpar**<sup>40</sup> a alguien. Pero, ¿qué pasa si todos decidimos que no es asunto nuestro solucionar el problema y esperamos a que otros los solucionen?

En otra entrevista, le preguntaban a José Andrés si no pasaba miedo en las misiones humanitarias que hacía en países en guerra. Y dijo que sí, que claro que pasa miedo, pero que otra cosa que le da aun más miedo era la indiferencia, la gente **que hace oídos sordos**<sup>41</sup> cuando ve un problema (hacer oídos sordos es no querer escuchar,

---

<sup>32</sup> Newspaper

<sup>33</sup> To struggle

<sup>34</sup> To go through the roof

<sup>35</sup> Pocket

<sup>36</sup> To blame

<sup>37</sup> Made

<sup>38</sup> To fix

<sup>39</sup> To pass the buck

<sup>40</sup> To blame

<sup>41</sup> To turn a blind eye

ignorar, mirar hacia otro lado). Le da miedo la gente que decide quedarse en su posición privilegiada y no hacer nada para ayudar.

Y no podemos ser hipócritas. Todos, absolutamente todos en algún momento u otro, nos hemos mostrado indiferentes ante alguna injusticia. A todos nos han preguntado algo por la calle (por ejemplo, un turista **agobiado**<sup>42</sup> que no encontraba la estación de autobuses) y le hemos dicho que no teníamos tiempo para ayudarlo, que **teníamos prisa**<sup>43</sup>. Todos nos hemos dejado sobras de comida en el plato en un restaurante y hemos preferido que la tiren a llevárnosla a casa en una **fiambra**<sup>44</sup>, en un *tupperware* para comérsela al día siguiente. Todos hemos ignorado a un anciano que buscaba un ratito de conversación mientras esperaba el autobús.

Y ¿sabes por qué crees lo hacemos? Porque a veces vivimos tan **encerrados**<sup>45</sup> en nuestra individualidad, creemos que nuestra vida es tan importante (o, como decimos coloquialmente, nos creemos **el culo del mundo**<sup>46</sup>), que no conseguimos empatizar, no **nos ponemos en la piel**<sup>47</sup> de los demás. Pero vamos a **darle la vuelta a la tortilla**<sup>48</sup>, es decir, vamos a cambiar los papeles. ¿Y si fueras tú ese turista en un país extranjero y con miedo a perder tu avión de vuelta a casa? ¿Y si fueras una niña siria que solo puede comer un plato de comida al día? Y tú también te harás mayor, todos **envejecemos**<sup>49</sup>, ¿qué pasa si cuando seas anciano te ves solo y sin nadie con quien hablar? ¿No te gustaría que un extraño fuera amable contigo? Aunque sea para comentar qué tiempo hace (un tema muy recurrente en España).

Y, a ver, no quiero haceros sentir mal. Por supuesto, no podemos sentirnos culpables por todo. No podemos vivir obsesionados con las repercusiones que tienen nuestros actos ni **martirizándonos**<sup>50</sup>, es decir, culpabilizarnos por todo. Pero sí que diría que esta reflexión nos ayuda a convertirnos en una mejor versión de nosotros mismos.

---

<sup>42</sup> Overwhelmed

<sup>43</sup> To be in a hurry

<sup>44</sup> Lunch box

<sup>45</sup> Shut in

<sup>46</sup> To be the centre of the world

<sup>47</sup> To put yourself on someone's shoes

<sup>48</sup> To turn something upside down

<sup>49</sup> To get old

<sup>50</sup> To torment

Y es que yo sí que creo firmemente que apagar las luces que no necesitas encendidas, reducir tu consumo de carne o acompañar a una amiga a volver a su casa de noche en un **barrio**<sup>51</sup> problemático es mi responsabilidad.

Es mi responsabilidad como individuo que vive en una sociedad. Y es que nosotros, como ciudadanos de un país, recibimos muchísimo. Por ejemplo, gracias a vivir en una democracia, tenemos el privilegio de votar. Y gracias a tener una **sanidad pública**<sup>52</sup>, podemos ir al médico gratuitamente. Pero desafortunadamente no todo el mundo puede hacerlo. Por eso creo que tenemos un **compromiso**<sup>53</sup> con los demás, con el mundo que **nos rodea**<sup>54</sup>. En mi opinión, tenemos la obligación ética y moral de tender una mano cuando el mundo necesita nuestra ayuda. Porque todos tenemos derecho a vivir **dignamente**<sup>55</sup>, y por eso también todos tenemos el deber de contribuir para que todo el mundo pueda tener esa vida digna.

Cada persona puede **poner nuestro granito de arena**<sup>56</sup>. Todos podemos hacer una pequeña acción positiva en nuestro día a día. Puede ser no pasar mucho tiempo en la ducha para no **despilfarrar**<sup>57</sup> (gastar) agua. Puede ser comprar **jabón en pastillas**<sup>58</sup> en lugar de jabón en botes de plástico, llamar más a menudo a nuestra abuela o decirle a nuestro primo pequeño que tiene que compartir los juguetes con sus amigos.

¿Y sabes por qué? Porque estas pequeñas acciones no solo ayudan a los demás, sino que te harán sentirte genial contigo mismo. Cuando decides ayudar al **prójimo**<sup>59</sup> (al otro), estás creando una oportunidad para crecer como persona.

Y no solo eso... ¿Recuerdas la pregunta que te hice al principio del episodio? La de ver papeles en la calle y elegir entre quejarte sin hacer nada o recogerlos y tirarlos a la **basura**<sup>60</sup>. El chef José Andrés dice que tirar ese papel quizá pueda parecer algo insignificante, solo una gota de agua en el océano. Pero haciéndolo, recogiendo ese

---

<sup>51</sup> Neighbourhood

<sup>52</sup> Public health system

<sup>53</sup> Commitment

<sup>54</sup> Surround

<sup>55</sup> With dignity

<sup>56</sup> To do your bit

<sup>57</sup> To squander

<sup>58</sup> Bar of soap

<sup>59</sup> Fellow being

<sup>60</sup> Bin

papel, servirás de ejemplo para las personas que te vean. Y esas personas, **a su vez**<sup>61</sup>, la próxima vez que vean un papel en la calle, se acordarán de lo que tú hiciste y lo **recogerán**<sup>62</sup> también. Esa gota, por muy pequeña que sea, creará **ondas**<sup>63</sup> en el agua. Y aunque no puedas verlo, esas ondas llegarán muy, muy lejos en el océano.

Y hasta aquí el episodio de hoy. Espero que te haya gustado y, sobre todo, que te haya inspirado hacer esa pequeña buena acción hoy mismo. Espero que te haya motivado a convertirte en el ejemplo que tu **entorno**<sup>64</sup> necesita. Gracias por compartir este ratito conmigo una semana más. Espero que hayas aprendido mucho con este episodio. Si has disfrutado, no olvides valorar este *podcast* con 5 estrellas o también dejar una **reseña**<sup>65</sup>, una valoración. Y si quieres empezar con una buena acción, te propongo que recomiendes el episodio a tus amigos o **conocidos**<sup>66</sup> que estén estudiando español y vayan a disfrutar este contenido. De esta forma, ayudas a que este *podcast* **crezca**<sup>67</sup> y a que muchos otros estudiantes puedan disfrutar de él.

Muchas gracias de nuevo por estar ahí. Nos vemos la semana que viene en Youtube con un nuevo vídeo y en dos semanitas con un nuevo episodio. ¡Hasta entonces!

---

<sup>61</sup> In turn

<sup>62</sup> To pick up

<sup>63</sup> Wave

<sup>64</sup> Surroundings

<sup>65</sup> Review

<sup>66</sup> Acquaintance

<sup>67</sup> To grow