



c) "Agradezco a (nombre del maestro/a) por..." (valora la enseñanza que, directa o indirectamente, recibiste).

d) "Me agradezco a mí mismo(a) por..." (celebra tu resiliencia, tus logros, tu crecimiento).

4. **Visualiza** cómo esa carga emocional se libera, como si soltaras un globo en el cielo.

2. La vida social: pequeños y grandes maestros

Más allá de la escuela, la vida misma se convierte en un aula abierta y dinámica. Has aprendido en tu entorno social: en el seno de tu familia, en la calidez de las amistades, en la colaboración de tus compañeros de trabajo o incluso a través de personas que cruzaron tu camino sólo una vez, dejando una enseñanza que jamás olvidaste. ¿Recuerdas la primera vez que aprendiste a planchar una camisa, cocinar tu platillo favorito, usar un celular nuevo o resolver un problema laboral complejo? No fueron necesariamente expertos titulados quienes te guiaron. Fueron tus padres, tus hermanos, tus vecinos, tus colegas, amigos o conocidos, en mi caso un vecino: auténticos maestros informales cuya paciencia, creatividad o incluso errores te enseñaron tanto o más que cualquier manual.

A veces, una conversación breve con un desconocido, una historia escuchada por casualidad, una experiencia, o simplemente un modo digno y humano de enfrentar la vida o un gesto amable

en medio de un día difícil se convierten en auténticas lecciones de vida, ahí estás sembrando una semilla en el corazón de alguien más. Porque en la vida social no sólo aprendemos habilidades prácticas: también aprendemos a convivir, a tener empatía, a respetar la diversidad de pensamientos y sentimientos, a construir puentes donde otros ven barreras.

Visualiza

Tu hijo que aprende de ti la importancia de la honestidad; un amigo que encuentra esperanza en tu palabra o un compañero de trabajo que descubre nuevas maneras de crecer profesionalmente gracias a tu ejemplo.

Te propongo a identificar y agradecer a tus maestros sociales:

1. Haz una lista breve de tres personas de tu entorno social que te enseñaron algo importante.
2. Anota qué aprendiste de cada una (un valor, una habilidad, una lección de vida).
3. Reflexiona cómo tú también has sido maestro(a) para otros: ¿en qué momentos has transmitido lo que sabías? ¿Qué valores has sembrado?
4. Reconocer y honrar estos vínculos amplía tu conciencia de comunidad y gratitud.

3. La vida personal: tú como tu propio maestro

Hay un momento en el camino en el que te das cuenta: la maestra o el maestro más importante eres tú mismo(a). Ya no basta con acumular conocimientos

externos; el verdadero aprendizaje se convierte en una labor interior, donde cada decisión que tomas, cada error del que aprendes y cada dificultad que superas, te recuerda que en tu interior habita una sabiduría divina, la chispa de Dios, el potencial infinito del ser humano. Ser tu propio maestro implica mucho más que alcanzar metas o adquirir habilidades. Es formar tu alma en la justicia, en la bondad, en la integridad. Es educar tu mente no sólo para el éxito personal, sino para contribuir a un mundo más compasivo, más honesto, más justo. Así como los grandes maestros no se limitaron a transmitir contenidos científicos, sino que sembraron valores eternos en las vidas de sus alumnos, tú también, en tu vida personal, tienes el llamado a modelar tu carácter y tu conciencia para ser constructor(a) de un mundo mejor.

Cuando buscas una respuesta, mira hacia adentro. Descubrirás que muchas veces lo que faltaba era simplemente decisión, responsabilidad y compromiso contigo mismo(a). Y también descubrirás que tu crecimiento personal no es un acto aislado: cada paso que das hacia tu mejor versión irradia en tu entorno, impactando a otros, enseñando con tu ejemplo que la educación más profunda es la que transforma el corazón. Así, en tu vida diaria, en tus elecciones cotidianas, estás ejerciendo la vocación más elevada del maestro: formar almas libres, justas y

conscientes, comenzando por la tuya.

Te propongo este sencillo acto de autoconciencia:

1. **Siéntate cómodamente** y cierra los ojos.
2. **Pon tu mano derecha sobre tu corazón.**
3. **Pregúntate en silencio:**
 - a) ¿Qué necesito aprender de esta situación?
 - b) ¿Qué decisión me invita a tomar esta experiencia?
4. **Escucha** la primera respuesta que surja, sin juzgarla. Este ejercicio refuerza tu confianza en tu propio camino y fortalece tu autoliderazgo.

En suma, eres tú quien determina, como la gota en el agua, qué tan lejos quieres propagar tus ondas de conocimiento, amor y transformación. Hoy, honra a quienes te formaron, agradece tu proceso, y celebra la maestra o el maestro que habita en ti. Porque el verdadero arte de enseñar y aprender es un reflejo de tu mundo interior. Asumir tu realidad con responsabilidad, sin emitir juicios y desde el amor, allana el camino de tu vida. Si necesitas apoyo, recuerda: no estás solo(a).

¡Feliz Día del Maestro!

***Tanatólogo. Conferencista.**

Escritor. Investigador

Contacto: mi.red.soc@gmail.com

