

Transformación Personal

JULIO 2026
NRO. 003

REVISTA OFICIAL DE LA
RED MUNDIAL DE LA TRANSFORMACIÓN

ENTREVISTA CENTRAL

Dra.
**Aída
Martínez
Isidoro**

Inspiración, propósito
y transformación
con impacto global

3 ARTÍCULOS



El azúcar
y la sal de
los días



Transformación
del ser



La mariquita
y el arte de
cambiar de piel



RED MUNDIAL
DE LA
TRANSFORMACIÓN

CONECTAMOS • INSPIRAMOS • TRANSFORMAMOS

ESCANEA
Y CONÉCTATE
CON NUESTRA RED



www.rmtransformacion.com

Editorial

Transformarnos para transformar el mundo

Cada edición de una revista representa mucho más que un conjunto de páginas. Es un encuentro entre historias, experiencias y corazones que han decidido compartir aquello que la vida les ha enseñado. En esta ocasión, abrimos nuestra tercera edición con una certeza que nos une: la transformación comienza siempre desde el interior.

Vivimos tiempos de grandes desafíos, donde el ruido cotidiano muchas veces intenta apagar nuestra voz más auténtica. Sin embargo, cada persona guarda en su interior una capacidad infinita para reinventarse, aprender, sanar y volver a empezar. No importa cuántas veces hayamos tropezado; lo verdaderamente importante es conservar la voluntad de levantarnos con una mirada más sabia y un corazón más fuerte.

Los artículos que conforman esta edición nos recuerdan que crecer no significa dejar de ser quienes somos, sino descubrir la mejor versión de nosotros mismos. Nos hablan de la valentía de cambiar, de la libertad que llega con la madurez, de la aceptación personal y de la importancia de abrazar cada etapa de la vida con gratitud. Cada reflexión es una invitación a detenernos, respirar y reconocer que el verdadero éxito no se mide únicamente por los logros alcanzados, sino por la paz que somos capaces de construir en nuestro interior.

En la Red Mundial de la Transformación creemos firmemente que una sociedad mejor nace de seres humanos más conscientes. Cuando una persona transforma sus pensamientos, sus emociones y sus acciones, inevitablemente comienza a transformar su familia, su comunidad y el mundo que la rodea. Ese es

el poder silencioso de la evolución personal: su capacidad de multiplicarse en quienes nos observan y caminan a nuestro lado.

Agradecemos profundamente a cada autor por compartir una parte de su historia, de su conocimiento y de su sensibilidad. También agradecemos a nuestros lectores, quienes hacen posible que este proyecto siga creciendo y sembrando esperanza en distintos rincones del mundo. Ustedes son la razón de este espacio y la inspiración para continuar construyendo puentes de aprendizaje, empatía y transformación.

Que estas páginas no sean solamente una lectura, sino una experiencia que despierte nuevas preguntas, fortalezca nuevos sueños y encienda el deseo de seguir creciendo. Porque mientras exista la voluntad de aprender, siempre habrá una nueva oportunidad para transformar el ser y, con ello, transformar la vida.

Bienvenidos a una nueva edición. Que cada palabra encuentre un lugar en su corazón y los inspire a seguir escribiendo la mejor versión de su propia historia.



Jorge Rivero

Presidente del Directorio de la RMT

Transformación del SER

Etimológicamente la palabra transformación está dividida en tres partes: Trans, un prefijo que significa a través de, o más allá. Forma que significa configurar o figura y -ción un sufijo que significa acción, resumiendo la composición se tendría un significado completo como la acción de ir más allá de la forma o figura, o trascender a la configuración actual por una nueva. Ahora bien, podemos lograr que este verbo sea efectivo como seres humanos cuando se aplica desde el interior de nuestro "YO", sí, me refiero a la conciencia, a los pensamientos, a ese diálogo que existe en cada uno de nosotros y que en ocasiones se vuelve un patrón repetitivo, que, al no ser consciente, impacta hacia el exterior generando las mismas acciones.

Decía el gran científico Albert Einstein, que si queremos lograr resultados diferentes, necesitamos hacer cosas diferentes, pero, ¿Cómo surge este nivel de consciencia para lograr una configuración nueva o tener una nueva identidad? , desde luego, no se puede actuar diferente si no se tiene información nueva, así como los equipos celulares se pasan por falta de actualizaciones, nuestro cerebro no puede funcionar diferente si no adquirimos nueva información, por lo tanto podríamos empezar por visualizar nuestro estado ideal, pero ¿Qué es el estado ideal?, el estado ideal consiste en pensar como me gustaría verme y sentirme, es hacer una "visualización de mi propio yo", es decir que quiero lograr en mí, y cuales son las emociones recurrentes que deseo tener. Es imaginar la persona ideal que yo quiero SER.

Para lograr ese estado ideal, es sumamente necesario generar nuevas acciones, a partir de adquirir nuevos conocimientos, consumir diariamente con información nutritiva que ayuda de sumar día a día a la transformación

de tu SER, para ello es importante que seas amigo o amiga de la constancia, la disciplina y la perseverancia, es decir, ser comprometido contigo mismo para lograr tu estado ideal, por lo que por mínima que sea tu acción diaria, lo importante es no rendirte y continuar hasta lograr tu meta, hoy en día existe mucha información basura que no suman a tu crecimiento, aprende a eliminarla cada vez que te des cuenta y sólo enfócate en buscar o atraer lo que sea adecuado para el logro de tu meta.

El cerebro, al igual que los músculos del cuerpo, también se entrena y para lograr un mejor resultado, hay que retarlo y ganar la partida a las tentaciones, si activas tu nivel de conciencia diariamente, lograrás ese gran estado ideal, a través de la transformación de tu SER.

Pensar diferente es hablar diferente y comportante diferente de acuerdo a las expectativas por las que tú has trabajado y te has esforzado, recuerda que lo que cambias adentro, se refleja por fuera. Confía en que lo estás haciendo bien y estás a punto de lograrlo, hecho está.

Por Rocío Ramírez Torres.

Presidenta Ejecutiva de la Red Mundial de la Transformación.





LOS EVENTOS
LOS EVENTOS

LOS EVENTOS

MÁS ESPERADOS DEL AÑO

2026

Online y Presenciales

WWW.EVENTOMUNDIAL.COM

Entrevista Central a la Dr. Aída Martínez

1. ¿Cómo Defines a Aída Martínez Isidoro?

La defino como una persona que a lo largo de la vida ha aprendido a responsabilizarse de sí misma y de lo que realiza cotidianamente, es una docente con formación en la Licenciatura en Filosofía, Maestra en Ciencias de la Educación y Doctorado en Educación. Comprometida con la enseñanza de la filosofía en el nivel medio superior, enfocada en diseñar experiencias de aprendizaje que desarrollen el pensamiento crítico y la reflexión en sus estudiantes. Valora la educación como un medio para formar personas, no solo para transmitir conocimientos, sino que a través de los cuales los estudiantes puedan reflexionar, argumentar y construir sus propias ideas.

Es organizada, metódica y tiene un alto sentido de responsabilidad, es profesional, perseverante y le interesa la formación ética y humanista.

La considero como una docente que entiende y ocupa a la filosofía como una herramienta para ayudar a los jóvenes a pensar por sí mismos. Ama su profesión educativa que a lo largo de su vida ha formado.

2. ¿Cuál el suceso de tu vida que consideras que te llevo a tu transformación?

Lo que llevo a una transformación total en mi vida fue la combinación de experiencias, decisiones, emociones y aprendizaje lo cual me

obliga a cambiar mi manera de pensar y actuar; así como no puedo dejar de mencionar las relaciones humanas como son la familia, los hijos, amistades, maestros o personas importantes que influyen profundamente en quiénes somos. La conciencia de uno mismo nos permite reconocer fortalezas, límites y emociones que nos permiten crecer interiormente.

También el tiempo y la experiencia son un punto muy importante porque con los años cambian, las prioridades, la madurez y la forma de entender la vida. Así que, desde una perspectiva más humana y filosófica, también puedo decir que: “La transformación personal nace cuando el ser humano enfrenta la realidad, aprende de ella y decide convertirse en una mejor versión de sí mismo.



3. ¿Qué valoras más en una persona?

Lo que más valoró en una persona es su calidad humana como es la honestidad, el respeto y la capacidad de actuar con empatía y responsabilidad.

4. ¿Cómo gestionas tus emociones cuando te sientes desanimada?

Las emociones yo las gestiono primero, aprendiendo a reconocerlas, luego las expresé y finalmente les doy un espacio sin permitir que controlen completamente mi vida. A mi parecer cuando nosotros como personas se siente uno desanimada, necesita comprensión, tiempo y herramientas emocionales para reconstruir el equilibrio interior.

5. ¿Cuáles son tus máximo logros?

Uno de mis principales logros es convertirme en una persona fuerte y

perseverante frente a las experiencias que la vida me ha presentado y esto ha podido ser a partir del esfuerzo, la perseverancia y la capacidad de enfrentar distintas dificultades personales, familiares, académicas y profesionales a lo largo de mi vida.

6. ¿Qué es lo que más te gusta hacer cuando tienes tiempo libre?

Convivir principalmente con mi familia: mi esposo, mis hijos y mis nietas es lo que más amo hacer.

7. ¿Cuál es tu propósito de vida?

Mi propósito de vida es seguir creciendo como mujer, madre y profesionista, construyendo una vida digna basada en el esfuerzo, la educación y el amor. Deseo ser un ejemplo de fortaleza y superación para mis hijos, brindándoles estabilidad, valores y oportunidades para su futuro. Quiero transformar



cada dificultad en aprendizaje, desarrollar mis capacidades y independencia, seguridad y sentido, sin dejar de creer en mí misma y en todo lo que aún puedo lograr.

8. ¿Qué opinas acerca de la transformación integral de un ser humano?

La transformación integral de un ser humano puede entenderse como un proceso profundo de cambio y crecimiento que abarca todas las áreas de la vida: emocional, mental, espiritual, física, familiar, social y profesional. No significa convertirse en alguien diferente, sino evolucionar hacia una mejor versión de uno mismo. Por ello, puede afirmarse que la transformación integral es un camino permanente de autoconocimiento y superación, donde cada experiencia deja una enseñanza y cada cambio acerca al ser humano a una vida más plena, libre y consciente.

9. ¿Cuáles han sido tus experiencias al ser parte de la Red Mundial de la Transformación?

Las experiencias en la red de la transformación han representado un cambio importante en la manera de enseñar, aprender y comunicarse dentro de la educación el poder contar con herramientas como aulas virtuales, videoconferencias, bibliotecas digitales y recursos multimedia han facilitado el acceso al conocimiento desde diferentes lugares y contextos sociales. Otra experiencia significativa ha sido el aprendizaje colaborativo en red.

aportar algo positivo a las personas que me rodean. Aspiro a vivir con paz, Actualmente, como estudiantes, como profesionistas y como docentes podemos compartir ideas, realizar proyectos y comunicarnos con personas de distintas regiones o países, favoreciendo el intercambio cultural y el desarrollo de habilidades tecnológicas y sociales.

10. Y cuéntanos acerca de tu labor dentro de la misma.

Mi labor dentro de la red de transformación no solo ha cambiado mi forma de enseñar, sino también la manera en que las personas se relacionan con el conocimiento, demostrando que la educación puede trascender fronteras físicas y convertirse en una experiencia más abierta, colaborativa y accesible. La educación en red ha demostrado ser



una herramienta valiosa para innovar y transformar los procesos educativos, promoviendo una enseñanza más flexible, inclusiva y adaptada a las necesidades actuales de la sociedad.

11. ¿Cuál es tu máximo temor?

El máximo temor para mi estaría relacionado con la pérdida, el sufrimiento y el sentido de existencia, el quedarse inmóvil por miedo a cambiar, perder o enfrentar aquello que no puede uno controlar; la oscuridad de la vida, por ejemplo, pero en realidad el miedo más profundo es no encontrar sentido, amor o plenitud a la existencia.

12. ¿Qué opinas acerca de la muerte?

Opino que la muerte no debe verse únicamente como un final, sino como parte del ciclo natural de la vida. Así como todo nace, crece y se transforma, también llega a un término. En este sentido, la muerte forma parte de la condición humana.

Por lo que la muerte no solo marca el final de la vida, sino que también le da significado, nos recuerda que el tiempo es limitado y que cada instante vivido tiene valor. Sin embargo, se teme a la muerte porque desconocemos lo que existe más allá de ella; y es precisamente esa fragilidad la que hace más profunda y valiosa la experiencia de vivir.

13. Regálanos un mensaje especial y tu frase favorita.

La educación es una herramienta de transformación que permite construir personas más conscientes, libres y capaces de cambiar su realidad. A través del aprendizaje compartido en red, se fortalecen el conocimiento, la solidaridad y las oportunidades para crear un mejor futuro. Educar no solo significa enseñar contenidos, sino también inspirar valores, despertar sueños y formar seres humanos íntegros.

Mi frase favorita:

“La educación no cambia al mundo: cambia a las personas que van a cambiar el mundo.”

El azúcar y la sal de los días: Una apología a la libertad de los cincuenta (y más)

Por: Betty Cuadrado Hernández



Cada etapa de la existencia humana viene con su propio juego de cartas, sus propias reglas y, sobre todo, sus propios privilegios. Vivimos en una sociedad que suele endiosar la lozanía de los primeros años y mirar con condescendencia los días del otoño, como si el valor de una vida decreciera con el pasar del almanaque. Sin embargo, la realidad es mucho más generosa. Existe una gracia particular en ser joven, pero hay una soberanía absoluta e imbatible en el hecho de envejecer. La clave del viaje no radica en aferrarse a una sola estación, sino en aprender a cosechar los frutos que cada una ofrece.

Cuando miro hacia atrás, a los días de mi juventud, recuerdo con claridad esa sensación electrizante de tener el mundo entero rendido a mis pies. La fuerza de esos años es indudable; es una energía motora que empuja hacia adelante, a menudo sin mirar los lados.

En esa época de vigor aproveché el tiempo, quemé pestañas y me formé como profesional. Tenía una consigna clara que compartía con muchos de mi generación: la firme promesa de no repetir los errores de los adultos que me rodeaban. No obstante, la soberbia de la juventud siempre choca con la terquedad de la experiencia. Logré saltarme algunas piedras del camino, es cierto, pero en otros errores me zambullí varias veces, de cabeza y sin pensarlo, como un sapo que regresa inevitablemente a su charca. Comprendí, años después, que tropezar también forma parte de la arquitectura de nuestra historia.

El tiempo siguió su curso sigiloso y, de repente, me encontré de frente con la frontera de los cincuenta años. Confieso que sentí pánico. En ese momento, bajo el peso de los mitos sociales sobre la mediana edad, llegué a pensar que ese número era el anuncio del final. Me invadió una urgencia extraña y burocrática: organicé mis papeles, inventarié mis bienes materiales y hasta hice una repartición de boca, clara y directa, por si "la pelona" decidía venir por mí de manera sorpresiva. Pero la muerte de largo abrigo no pasó por mi puerta; no me llevó. El universo tenía otros planes. Hoy, con la perspectiva que da el calendario, me encuentro habitando los cincuenta y más, descubriendo que aquella frontera no era un abismo, sino el inicio de la verdadera llanura.

Habitar esta edad, por supuesto, trae consigo limitaciones físicas y cotidianas que a veces resultan un poco insoportables. Los códigos de la etiqueta social y la estética femenina empiezan a sentirse como una armadura ajena y asfixiante. El brasier apretado, las pantaletas con fajas que intentan moldear lo indomable, los tacones altos que desafían la gravedad a costa del dolor, el maquillaje cargado... todo eso se vuelve un fastidio innecesario. La verdad irrefutable de los cincuenta es que queremos —y exigimos— estar cómodas. En esta búsqueda de autenticidad, resalta la enorme ventaja de no tener pareja en esta etapa: la comodidad va primero, sin negociaciones ni concesiones. Ya no tengo la penosa necesidad de demostrarle nada a nadie. Hay un camino largo y labrado que habla por mí, un inventario transparente que cuenta

mis triunfos y mis derrotas. Ya soy lo que soy, sin máscaras.

A estas alturas del partido, nadie puede venir a echarme vainas. La experiencia acumulada no es solo un cúmulo de recuerdos, es un escudo que me defiende del engaño y de la hipocresía ajena. Si hoy en día alguien logra engañarme, no es por mi ingenuidad, sino porque decido, de manera consciente y soberana, permitir que lo hagan. Hay una paz inmensa en saber que uno ya conoce el truco del mago y que, aun así, puede elegir sonreír.

Esta madurez también ha transformado mi visión de la vida y de los lazos afectivos. Tuve hijos y soy profundamente feliz por haber recorrido el camino de la crianza; sin embargo, tengo la honestidad de reconocer, si no los hubiera tenido, también habría encontrado la forma de ser feliz. Seré su madre hasta el último suspiro de mi vida, lo sé. Y sé también que el día en que me toque partir de este plano, ellos sostendrán mi recuerdo y dirán con amor: "estas son las cenizas de mi mamá". Pero la maternidad a mi edad ha dejado de ser un asunto puramente biológico para convertirse en un estado del alma. Hoy soy madre de mis amigas y amigos cuando necesitan refugio, soy madre de mis gatos, de los pájaros que vuelan libres en mi ventana, de los estudiantes a quienes guío y hasta de Negrita, la perrita que adoptó mi amiga Naira. Velo, con el instinto protector de una loba mansa, por cada una de las personas y seres que habitan en mi corazón.

Pero, por encima de todo, he aprendido a ser madre de mí misma. Me consiento, me cuido y me abrazo en cada decisión. Me mimo en cada vestido hermoso que decido comprarme, en el rigor con el que asisto a cada cita médica para proteger mi salud, y en el tinte que elijo para mi cabello, buscando que se vea más vivo, reflejando el fuego que llevo dentro. Me consiento en cada canción que decido bailar y entonar a todo pulmón en la

mitad de la sala, intentando siempre brindarme mi propia alegría. Es verdad, a veces salgo costosa, pero soy un lujo que me merezco y que yo misma me pago.



Fisiológicamente, el cuerpo ha cambiado sus ritmos. Ya no menstrúo, ya no pertenezco al ciclo de las que se embarazan biológicamente, pero sigo pariendo. Aún parto. Estoy preñada de muchos sueños, de proyectos nuevos y de realidades que sigo construyendo día tras día. Esa capacidad de gestar el futuro no me la quita nadie; es mi naturaleza más profunda, una fertilidad creativa que no depende de las hormonas, sino del espíritu.

A esta edad he desarrollado un amor incorruptible por la libertad. Amo hacer lo que me venga en gana, sin rendir cuentas a ningún tribunal externo. Si un domingo decido quedarme en pijama, sin bañar, devorando una serie completa de Netflix mientras como y duermo, lo hago con la certeza de que es mi templo y mi tiempo. Si un sábado elijo prepararme mascarillas de frutas para consentir mi cabello y mi piel, ponerme bonita para mí y solo para mí, para luego salir sola a caminar y divertirme sin límites de horarios, lo disfruto como el mayor de los tesoros.

Ya mostré mi cuerpo desnudo a los hombres que me amaron en el pasado;

ya dejé atrás esas inseguridades absurdas de la juventud que alguna vez me hicieron temblar frente al espejo. Ahora, contemplando mi silueta, así de aguada y arrugada por las batallas del tiempo, me acepto, me amo y me cuido.

He entendido, por fin, que vivo para mí, solo para mí.

He pasado cinco décadas devorando la existencia con prisa, comiéndome la mitad de mi vida en grandes e implacables bocados, impulsada por la urgencia de la juventud y las demandas del mundo externo. Pero justo ahora, en este preciso instante de madurez y plenitud, he encontrado el verdadero secreto del banquete: el deseo profundo de sentarme a la mesa para probar, muy lentamente y con todo el deleite del mundo, el azúcar y la sal de los días que todavía tengo por delante.



PROGRAMA DE RADIO

VIVE AHORA



Radio
Primera

LA RADIO QUE TE ESCUCHA

INFORMACIÓN QUE TE **INSPIRA**,
MÚSICA QUE TE **ACOMPaña**,
PERSPECTIVAS QUE TE **MUEVEN**.



TODOS LOS
LUNES



DE 8:30 A 11 AM
(HORA DE MÉXICO)

Conduce
JORGE RIVERO



NOTICIAS
DE ACTUALIDAD



BUENA
MÚSICA



REFLEXIONES
Y ANÁLISIS

¡TE ACOMPAÑAMOS PARA PENSAR, SENTIR Y ACTUAR!

ESCÚCHANOS EN



radioprimeramexico.com

La mariquita y el arte de cambiar de piel

Pepa Caro

COACHING FORMACIÓN - ACEPTACIÓN PERSONAL



Si te paras a mirarla, la mariquita no se pasa el día pensando en cómo era cuando era una larva. Simplemente crece, cambia y sigue su camino. No se queda atrapada en lo que ya pasó; evoluciona porque es lo que toca.

A nosotros nos pasa un poco lo mismo. La vida no es una línea recta: nos caemos, nos equivocamos, aprendemos y volvemos a empezar. Y de eso va precisamente esto, no de ser perfectos ni de vivir sin baches, sino de ver qué hacemos con lo que nos pasa, levantarnos y seguir adelante con un poquito más de fuerza y de consciencia.

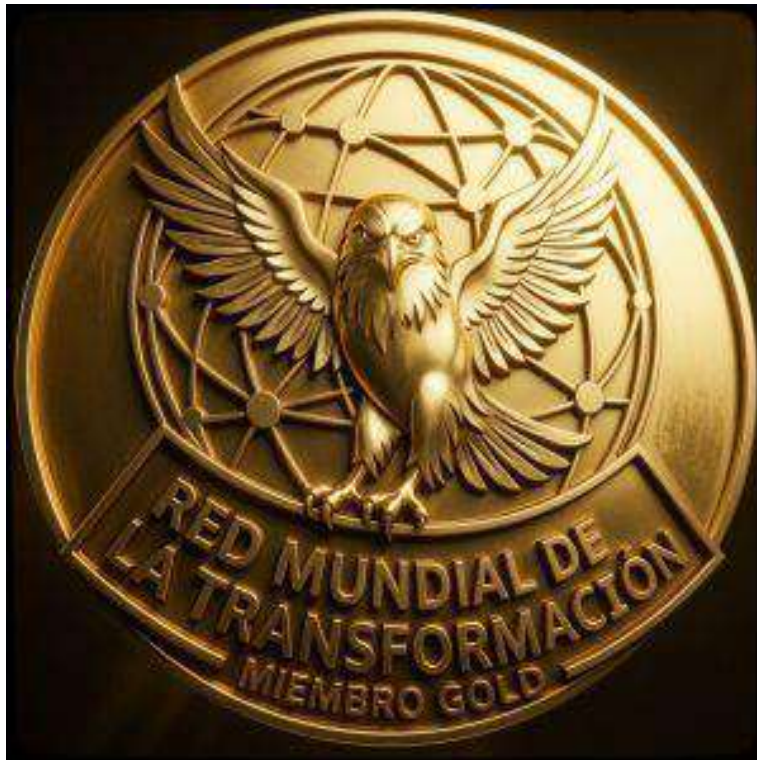
Cambiar no significa convertirte en otra persona. Significa quitarte capas para descubrir la mejor versión de lo que ya eres. Es aprender a adaptarte, a buscar soluciones cuando la cosa se pone fea y a confiar en ti, sobre todo cuando el camino se pone cuesta arriba.

Como la mariquita, todos tenemos esa capacidad de reinventarnos. Porque la felicidad no está en tener una vida perfecta, sino en las ganas de seguir creciendo cada día.



Nuevos Logotipos – Nueva Página Web





Las organizaciones que están cambiando al mundo



Informes

info@conferencistas.eu