

LA REVOLUCIÓN DEL

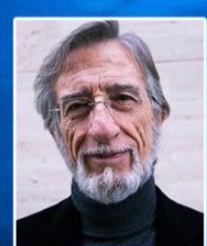
# SILENCIO MÁGICO

Mindfulness en la educación  
Un trabajo de Antonio Castellón

# La revolución del SILENCIO MÁGICO

Mindfulness en la educación  
Un trabajo de Antonio Castellón

Un modo de ser felices enseñando a ser felices  
56 minutos, Formato Full HD  
[elsilenciomagico.com](http://elsilenciomagico.com)



Fidel Delgado



David Rubiño



Sergio Noguero



Vicente Simón

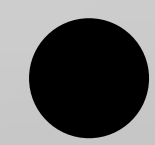


Dokushô Villalba

Mindfulness es una maravillosa herramienta para que los docentes y estudiantes desarrollen hábitos saludables de la mente.

Es un modo de ser felices enseñando a ser felices.

Experiencias reales con testimonios de  
madres, docentes, expertos, alumnos



# La revolución del silencio **M**ágico.

El silencio mágico es el regalo que nos habría gustado recibir de pequeños para ser unos adultos más felices y equilibrados y que aún estamos a tiempo de hacerles a nuestros hijos/as y alumnos/as. Muestra cómo mindfulness y compasión ayuda a jóvenes y docentes a desarrollar hábitos saludables de la mente que transforman sus vidas

## **Objetivo**

Mostrar experiencias que puedan inspirar a docentes de todos los ámbitos que quieren hacer una escuela más humana y están deseando ponerse en marcha.

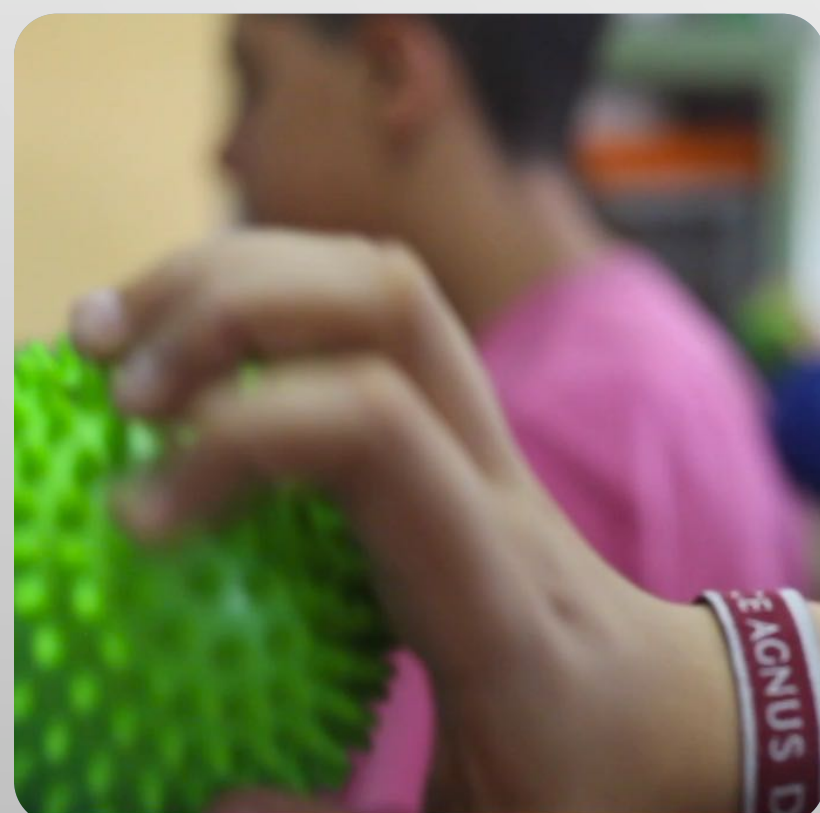
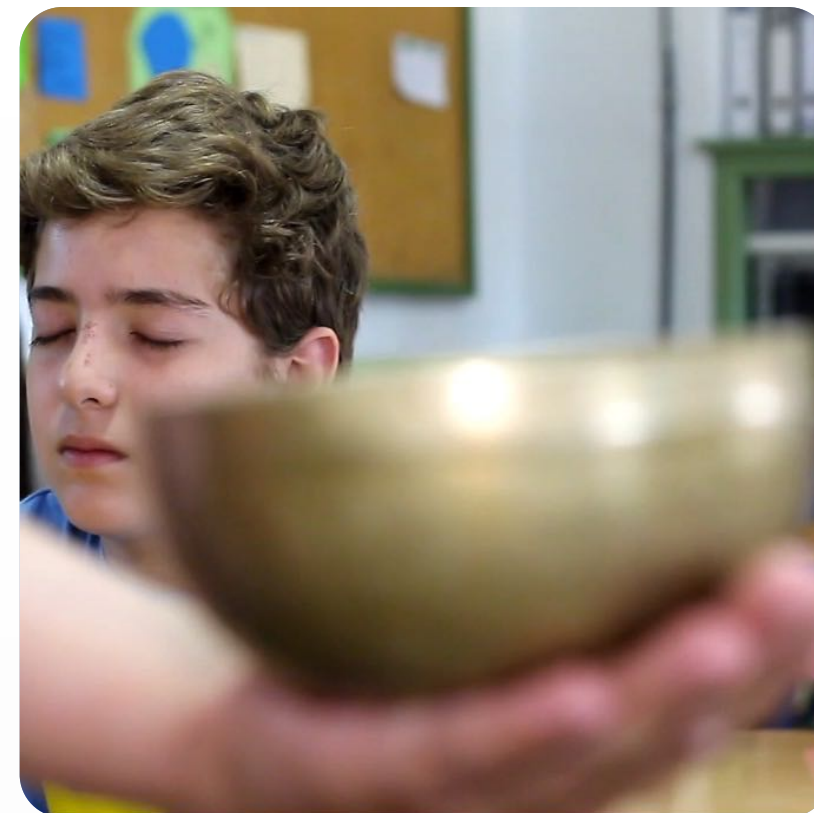
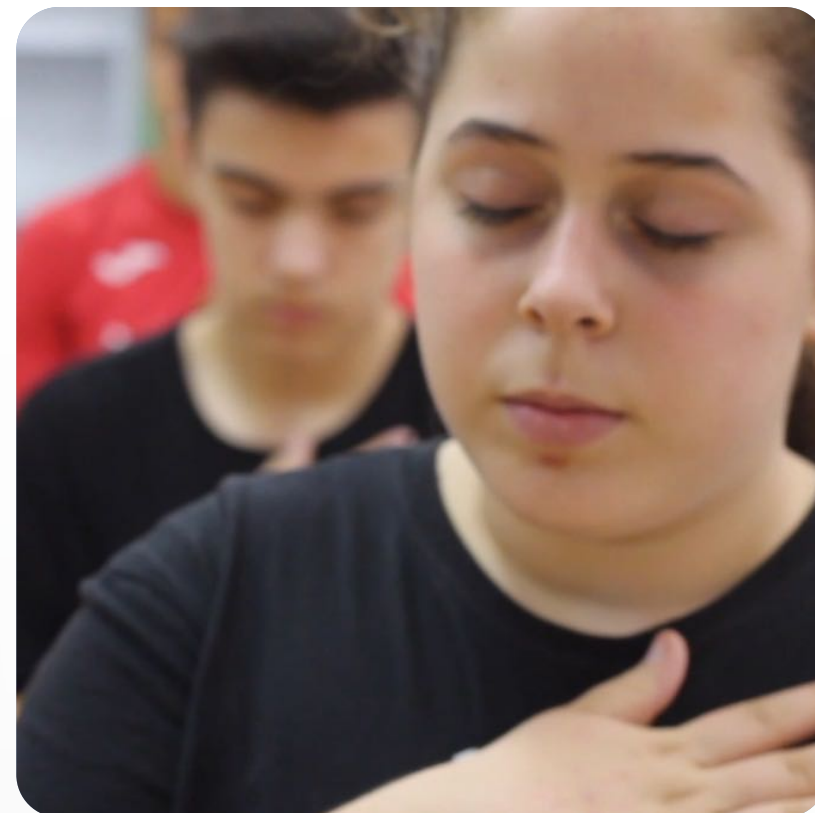
Nos hace ver la importancia de atender a los aspectos emocionales, de educar la atención y tratarnos a nosotros mismos con cariño en el aprendizaje y en el desarrollo de la persona y cómo mindfulness es útil a la hora de crear mentes saludables y aliviar el sufrimiento cotidiano.

Ha sido rodado íntegramente en centros de la provincia de Granada (España).

Financiado por Antonio Castellón y con toneladas de ilusión generosidad de todos los participantes y colaboradores.

Obra sin ánimo de lucro. La intención es mejorar la educación.

Avance en [elsilenciomagico.com](http://elsilenciomagico.com)



LLÉVATELO

# Llévalo a tu centro, congreso, institución.

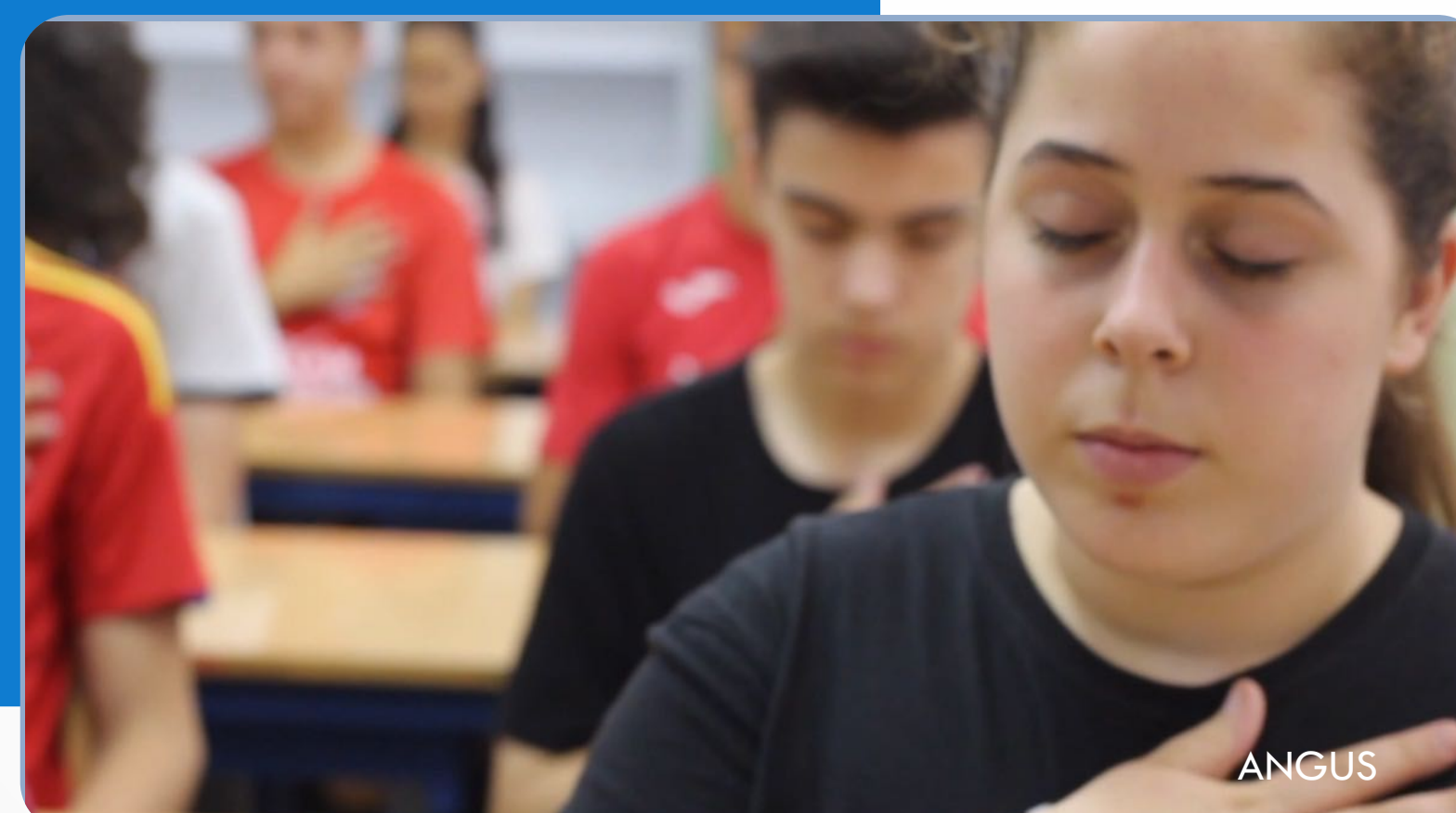
Ponte en contacto con nosotros para organizar una proyección en tu centro, congreso o institución.

Aprovéchalo para inspirar a docentes que sean agentes de cambio en una educación más humana.

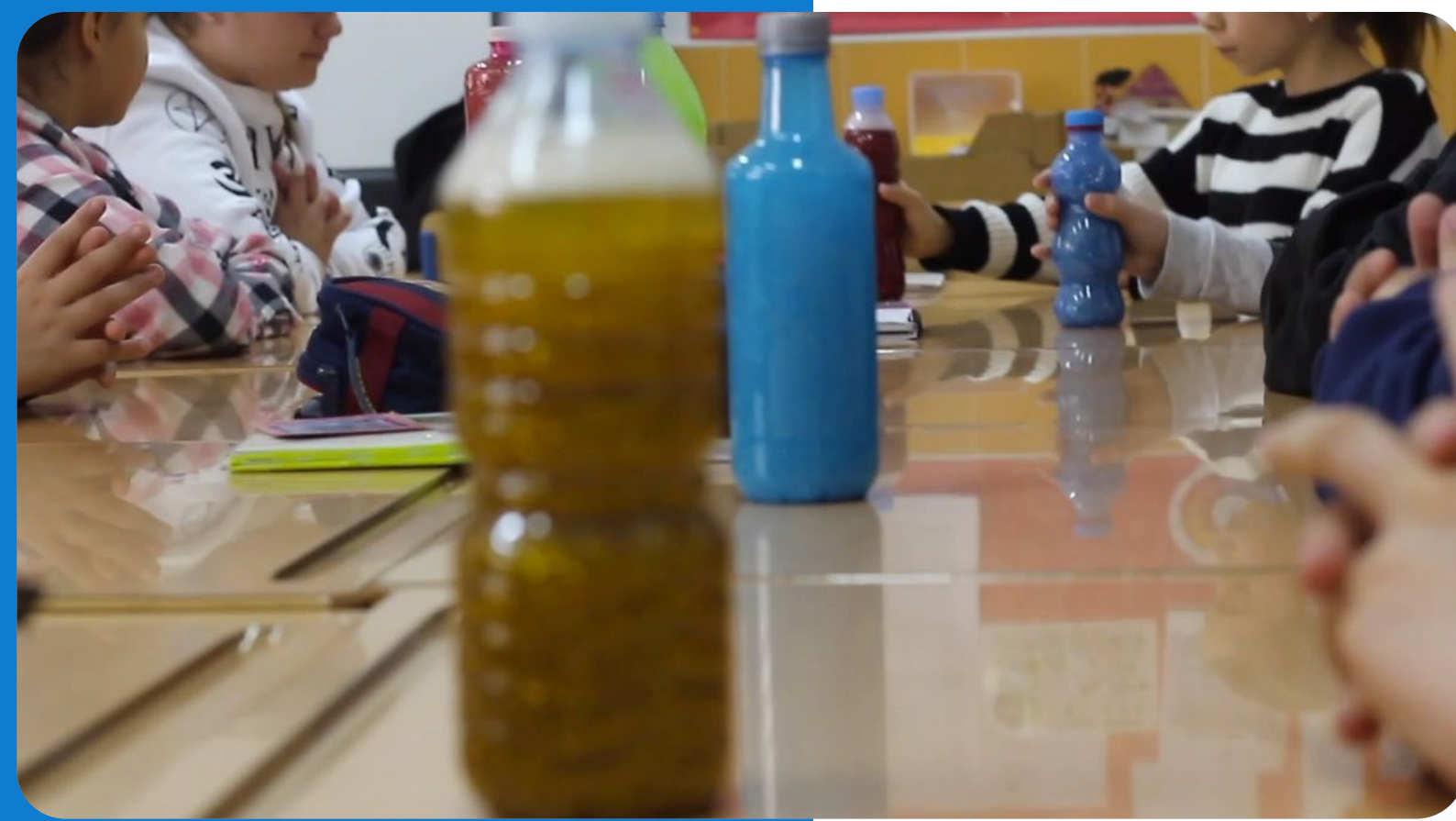
*elsilenciomagico.com*  
*info@antoniocastellon.com*



# EXPERIENCIAS REALES



La base del documental es la realidad, el día a día en el aula, mostrar experiencias que muestren el proceso y los resultados de aplicar mindfulness y compasión y que motiven a docentes inquietos para llevarlo a sus centros. A través de cuidadas secuencias descubrirás prácticas reales en el aula, con maestros, maestras y profesores que enseñan desde el corazón y aplican en sus vidas estas enseñanzas, junto a reflexiones sobre la necesidad de aplicar estas técnicas en las escuelas de diversos profesionales, docentes, niños y niñas





## C O N T E N I D O S

# Contenidos.

Partimos de la problemática que supone hoy en día el estrés y la dispersión en las aulas para mostrar mindfulness y compasión como una herramienta con base científica para reducir los niveles de estrés y dotar de herramientas emocionales tanto a docentes como a escolares.

- ✓ Estrés en las Aulas.
- ✓ Qué es mindfulness. Beneficios y bases neurocientíficas.
- ✓ Compasión. Autoestima. Mejora de Relaciones. Familias.
- ✓ Estrategias de aplicación en las aulas. Relación con el cuerpo.
- ✓ Beneficios para docentes. Final

# EXPERTOS



Numerosos expertos participan realizando reflexiones sobre la aplicación de mindfulness y compasión en la educación, subrayando las bases científicas y la necesidad de desarrollar una correcta atención, mejorar la relación consigo mismos y los demás, la relación con el cuerpo. Algunos de ellos son **Dokushô Villalba**, Maestro Zen y creador de programas de mindfulness desde una perspectiva budista, **Vicente Simón**, exponente de la Compasión en España, implanta el programa MSC en España y es Psiquiatra y Catedrático de Psicobiología, **David Rubiño**, Psicólogo Sanitario con amplia experiencia en trabajo con niños y adolescentes, **Sergio Noguero**, Filósofo, **Olga Martín**, Especialista en Autoconocimiento, **Vicky**, Especialista en Yoga, **Fidel Delgado**, conocido Psicólogo, autor y conferenciante, **Antonio Castellón**, Docente especialista en Mindfulness, autor y conferenciante, **Fabiola Rivilla** Pedagoga y Asesora de Formación.

# EXPERTOS



**FIDEL DELGADO**  
Psicólogo



**SERGIO NOGUERÓN**  
Filósofo



**Olga Martín**  
Terapeuta



**DAVID RUBIÑO**  
Psicólogo Sanitario



# DOCENTES



SOFIA HIDALGO-INGLÉS



ANGUS-PRIMARIA



NACHO ÁLVARO - EF



MARÍA JESÚS CUEVAS -DIRECTORA

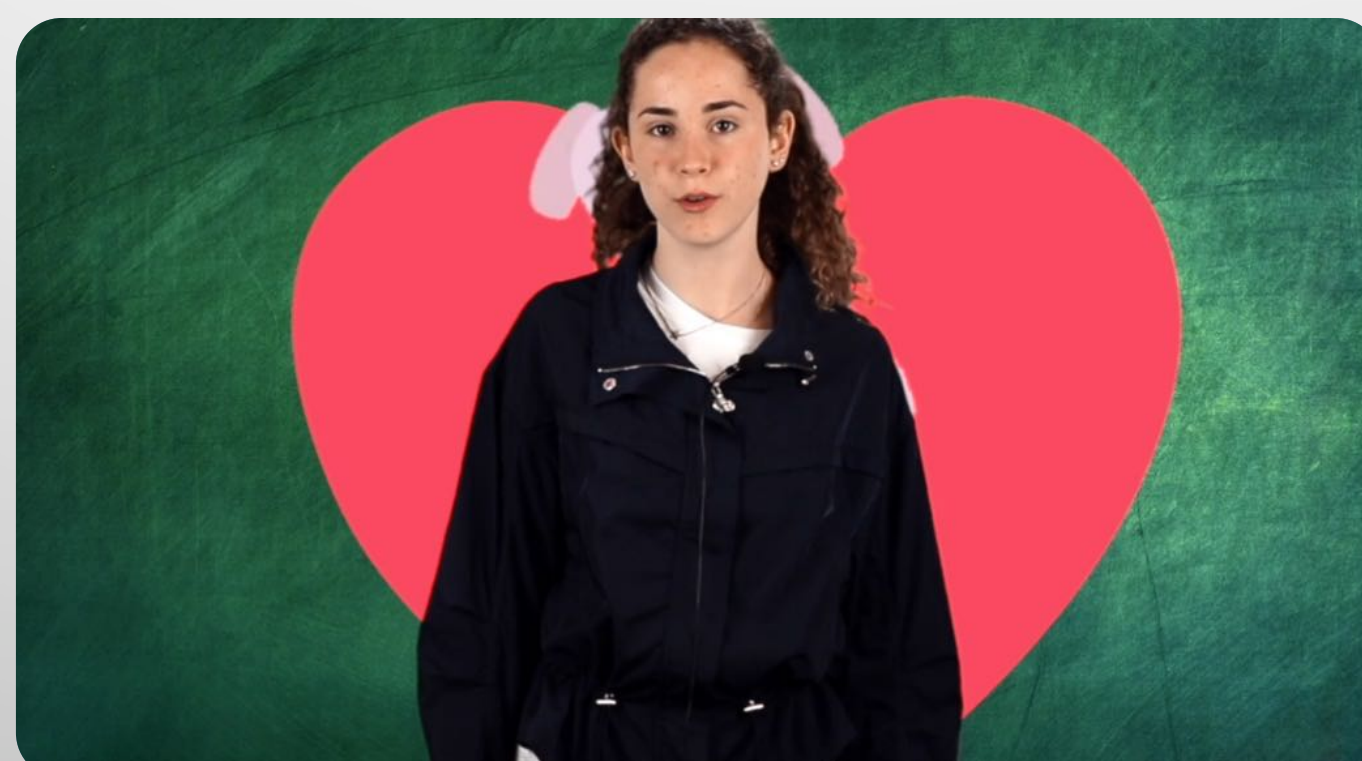


ÁNGELA FERNÁNDEZ - BIOLOGÍA

Testimonios de profesores y profesoras explicando cómo aplican mindfulness en su vida y el reflejo que tiene en su bienestar en el aula, estrategias de integración en el aula.



# TESTIMONIOS DE ALUMN@S



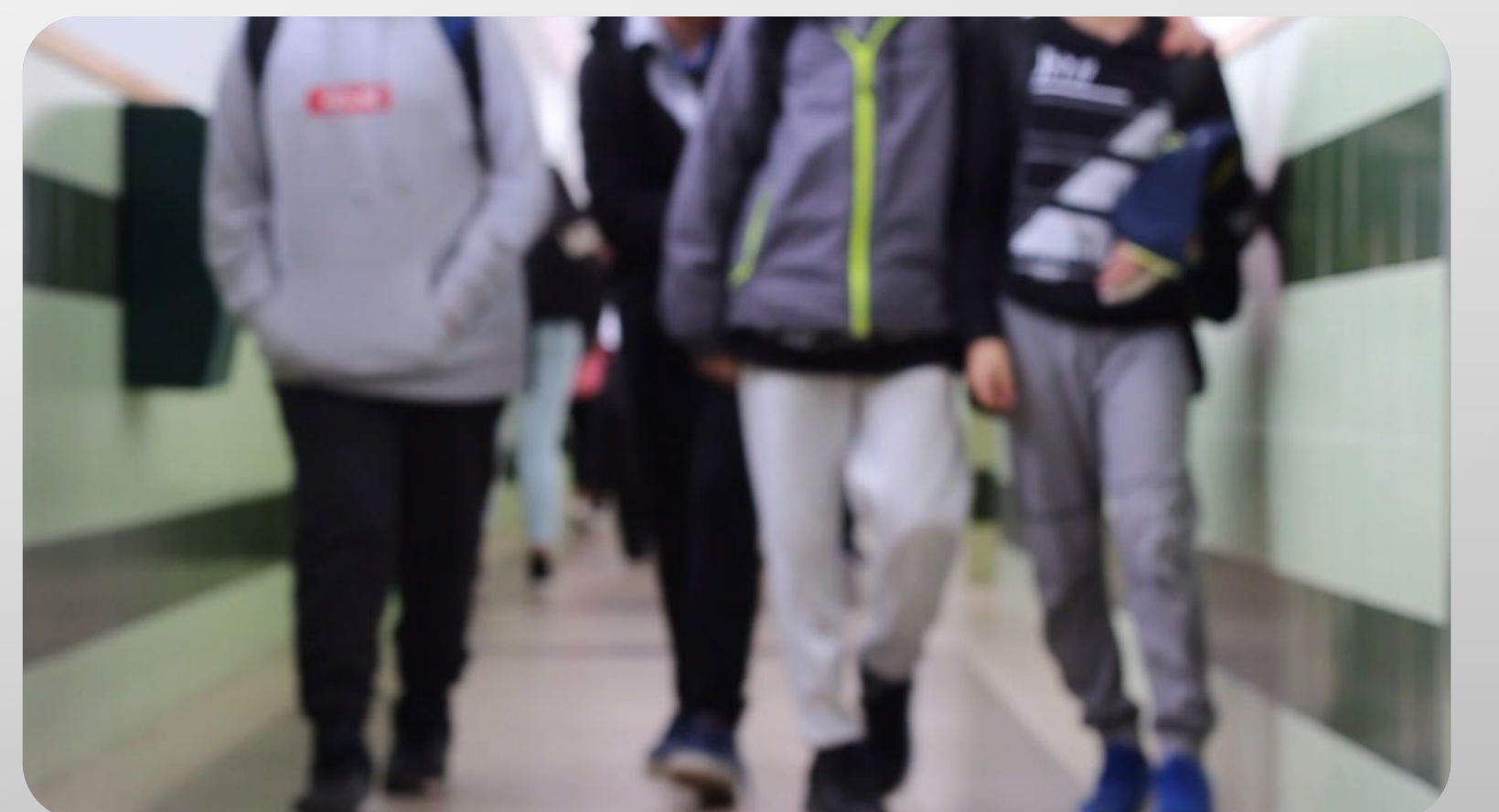
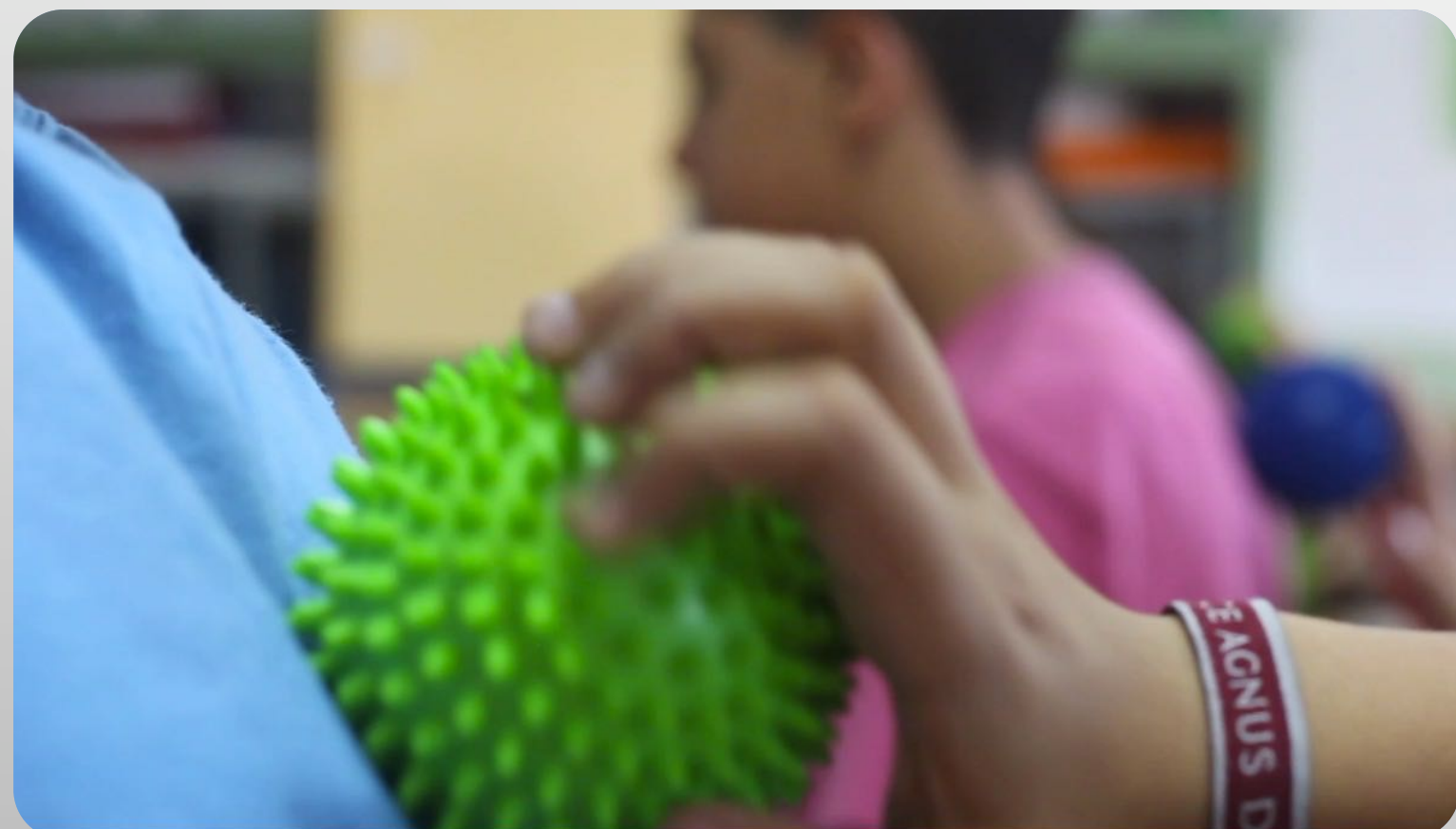


TÉCNICOS

# Aspectos técnicos.

- ✓ Rodado en FULL HD
- ✓ Duración 56 minutos
- ✓ Montaje muy dinámico con diversas animaciones







ANTONIO CASTELLÓN

# Antonio Castellón

- ✓ Experto en mindfulness y docente.
- ✓ Autor de “El poder de la educación mindfulness”.
- ✓ Conferenciante y formador de docentes en Mindfulness aplicado a la educación.

# Distribución

En [elsilenciomagico.com](https://elsilenciomagico.com) tienes acceso al avance del documental.

Puedes organizar una proyección en tu centro, congreso o institución y contar con parte del equipo para un debate posterior.



DOCUMENTAL

# elsilenciomagico.com

Un modo de ser felices enseñando a ser felices.