



“

Actívate

”

Cuando ves con consciencia, ya nada vuelve a doler igual

NIVELES DE CONSCIENCIA

Silvia Herrera Garcia

www.mujeractivate.com

🧭 LOS 5 NIVELES DE CONSCIENCIA

Con ejemplos
reales para que
cada mujer se
sienta reflejada,
sostenida... y
activada.

MujerActíivate



Cuerpo



Mente



Energía

www.mujeractivate.com



● NIVEL 1 – INCONSCIENCIA TOTAL

☞ Creencia base: "No soy responsable de lo que me pasa."

☞ Emoción dominante: culpa externa, victimismo, apatía.

Ejemplo real:

Rosa, 44 años, vive en constante queja. Culpa a su ex, a sus hijos, a su jefe. No se plantea que puede cambiar su vida, solo espera que algo "fuera" la salve.

Señales:

- Sientes que todo te pasa "a ti"
- Estás atrapada en el pasado
- Vives en automático, con ansiedad o desconexión

💌 Guía MujerActíivate:

La clave es despertar. Hazte una sola pregunta al día: ¿Y si yo tuviera el poder de elegir algo distinto hoy?

Mujer soberana

MujerActívate

● NIVEL 2 – CONSCIENCIA DEL PROBLEMA

👉 Creencia base: "Hay algo que no va bien... pero no sé cómo cambiarlo."

👉 Emoción dominante: frustración, duda, miedo.

Ejemplo real:

Esther, 39 años, empieza a ver que repite relaciones tóxicas y sabotea sus metas. Sabe que tiene heridas, pero no sabe cómo sanarlas. Ya no quiere seguir igual, pero se siente bloqueada.

Señales:

- Empiezas a leer, seguir cuentas de desarrollo personal, haces terapia
- Sabes lo que te limita, pero aún no lo gestionas
- Te cuesta sostener hábitos, emociones y decisiones

💌 Guía MujerActívate:

Aquí es donde muchas se rinden. No lo hagas sola.

✨ Entra al reto gratuito y da el primer paso sostenida →
Escríbeme o accede al grupo de whatsapp.

www.mujeractivate.com

Mi misión es bridarte las herramientas

El primer paso empieza por acceder a
Cuánticas

◆ Nivel 3: Despertar Consciente

☞ Creencia base: "Estoy en camino. Estoy despertando."

☞ Emoción dominante: esperanza, determinación, vulnerabilidad.

Ejemplo real:

Sandra, 45 años, empezó a meditar, a mover su cuerpo, a sanar. Ya no se juzga tanto. Ha cambiado su entorno, se atreve a poner límites y a decir "no" sin culpa. Sabe que no todo es fácil, pero todo es posible.

Señales:

- Tomas decisiones desde la intuición.
- Te observas con más compasión.
- Estás entrenando tu mente y tu energía cada día.

✉ Guía MujerActívale:

Aquí es donde muchas se rinden.

No porque no puedan, sino porque necesitan apoyo para sostenerse en alto.

☀ Únete a nuestra comunidad y sostén tu expansión →
[Grupo WhatsApp gratuito]



☀ Nivel 4: Creadora Cuántica

☞ Creencia base: "Soy creadora de mi realidad. Elijo desde mi poder."

☞ Emoción dominante: gratitud, certeza, gozo.

Ejemplo real:

Elena, 39 años, lidera un proyecto alineado con su alma. Ha aprendido a manifestar desde la coherencia. No siempre lo tiene todo "resuelto", pero tiene una base: conexión, acción, y tribu. Y desde ahí, se expande.

Señales:

- Vives en coherencia entre lo que sientes, piensas y haces.
- Sostienes tu frecuencia a pesar del caos externo.
- Sabes cuándo parar, cuándo actuar y cuándo rendirte con confianza.

✉ Guía MujerActívale:

Tu nueva realidad no necesita más fuerza.

Necesita presencia, movimiento alineado y propósito.

👑 Es hora de liderarte a ti y, quizá, guiar a otras → Conoce el programa Cuántica

● NIVEL 5 – CONSCIENCIA CUÁNTICA O DIVINA

☞ Creencia base: "Estoy conectada con algo más grande que yo. Soy canal."

☞ Emoción dominante: certeza interior, paz profunda, expansión.

Ejemplo real:

Sofía, 48 años, vive desde la presencia. Sabe cuándo rendirse y cuándo actuar. Confía plenamente en su intuición y guía a otras mujeres desde un lugar de servicio y amor. Ha hecho de su vida un altar.

Señales:

Vives en el ahora con presencia

Eres canal de ideas, inspiración y guía

Estás al servicio, pero no desde el sacrificio

💌 Guía MujerActívale:

Este nivel no se alcanza por ego. Se llega por entrega.

✨ Activa tu espiritualidad con tierra, cuerpo y comunidad. Es tu momento.

“

 CONCLUSIÓN

Cada nivel es una puerta de consciencia.
No estás “atrasada”, estás en tu momento
exacto.

El camino no es hacia afuera. Es hacia
adentro.

Y tú, diosa, ya has empezado a caminarlo.

Silvia HG



MujerActivate

Gracias

Te veo dentro de la
comunidad

www.mujeractivate.com