

¿Qué es el shifting?

El "shifting" o cambio de realidades, es básicamente eso, cambiar de realidades. Se basa en la hipótesis de multiverso. Esa teoría plantea que nuestra consciencia sólo esta en una realidad (en esta) y que en otras realidades esta otra consciencia (que sigue siendo parte de nosotros). Mucho de la física cuántica esta estudiando esto, pero no nos concentraremos en eso. Según esta teoría, para poder viajar entre realidades sólo necesitas manejar tu consciencia, aunque, hay muchas teorías y ramas que difieren en este punto, muchos dicen que lo que viaja es el alma (que, en mi opinión personal, el alma no existe, por lo mismo difiero completamente en esta teoría) en viajes astrales. Una vez que tu consciencia llegó a tu realidad deseada, se produce el shifting. El tiempo que pasa entre acá y allá es obviamente diferente, mientras que acá pasa una hora, allá puede haber pasado un día o una semana entera, aunque puedes manejar el tiempo en tu guion. Cuando estas en tu realidad deseada quedas "inconsciente" en tu realidad actual (no tengas miedo de esto, ya que es cómo si estuvieras durmiendo, además es imposible que te quedes atrapado en tu rd) es mejor intentar cambiar de realidad de noche ya que normalmente se duerme entre 8-10 horas (que es un tiempo bastante entendible si quieres ir por mas o menos 6 meses a 1 año) y no hay ruidos que te molesten.

¿Sueño lúcido?

No. Los sueños lucidos son en dónde tu sabes que estas soñando, y puedes controlar lo que pasa, a veces puedes sentir el olor, dolor, el sabor de las cosas etc. Pero la diferencia del shifting va más allá. En el shifting puedes leer, ver la hora, mirar el cielo etc. En los sueños, todos sabemos que hay un montón de fallos que hacen que no podamos leer, ver la hora, ver hacia el cielo etc, en la realidad deseada Si puedes ver esos detalles, puedes sentir de una manera realista y con esto me refiero a que puedes sentir hambre, el frío, el calor, el sueño, el viento, el agua, tu ropa, todo. Otra cosa interesante es que no puedes controlar lo que pasa, si bien en el guion puedes poner que quieres que pasen (por ejemplo; ir con las chicas de bnha a un karaoke) en tu realidad deseada van a pasar cosas que tu no escribiste, la gente actuará no como tu quieras, ellos tienen su vida propia. No hay cosas abstractas y saltos en el tiempo, todo pasa como si fuera una vida normal.

El tiempo

Puede que allá pasen 5 días y acá 3 horas, no quiero escribir mucho porque no cuesta entenderlo (si quieren entender más o si esto les parece interesante, pueden ver "Si no te hubiera conocido")

El guion

BDHFHDJB ESTA PARTE ME ENCANTA. El guion o plantilla, es una AYUDA para visualizar lo que es tu realidad deseada, ahí puedes escribir todo lo que quieras que pase, tu

información personal, NO ES NECESARIA. Si sabes exactamente dónde quieres ir, las cualidades de adónde vas, no es necesaria. Eso sí, algo que sí o sí debes poner es:

- 1-. Datos personales
- 2-. Nombre completo
- 3-. Apodos
- 4-. Edad
- 5-. Nacimiento
- 6-. Género
- 7-. Nacionalidad y residencia
- 8-. Apariencia
- 9-. Voz
- 10-. Amigos
- 11-. Familia
- 12-. Idioma

Especificaciones y lo más importante

Especifica que no puedes morir

Especifica cuanto tiempo quieres estar en tu rd cuanto tiempo pasara en tu realidad actual

Especifica que quieres que pase después de tu visita (cuanto tiempo pasa, por ejem: 5 minutos)

Protección (opcional, pueden ser, cristales, laurel, quemar palo santo, poner sal en las entradas, poner cascaras secas de naranja o normales en la ventana, en la puerta o esquinas)

Los métodos

Método raven: Lee tu guion 3 veces, recuéstate en forma de estrella (no necesario) y cuenta hasta 100 mientras dices afirmaciones (ejem: "estoy en mi rd" "estoy llegando en este momento en mi rd" etc) cuando termines, visualiza tu rd

Método coraline: Después de leer tu guion o escuchar audios subliminales, recuéstate sin que tus extremidades se toquen, cierra tus ojos y visualiza un animal pequeño, cuando llegue, síguelo, te llevara hacia una puerta, ábrela, sigue el túnel que te llevara hacia tu rd. Tal como en la película.

Método de la almohada: Lee tu guion más de 3 veces (el guion en este método debe ser si o si en papel) déjalo bajo tu almohada, escucha sonidos relajantes y duerme, al despertar estarás en tu rd

Método del tren: Lee tu guion 3 veces, escucha sonidos relajantes, recuéstate estando cómodo, no te muevas, visualiza una estación de tren y cuando llegues, te subes y te sientas. Durante el viaje vas diciendo afirmaciones, cuando pare, te bajas, sigue a tu persona deseada y ella te dará instrucciones de que hacer (este método es perfecto por si vas a Hogwarts)

Método de la escalera: Lee tu guion más de 4 veces, medita, acuéstate en tu cama, visualiza una escalera y baja, frente a un espejo que habrá tu eliges tu cuerpo y sigues a tu persona deseada.

Método sunni: Visualízate en tu rd, piensa en el olor que hay, las texturas, el ruido etc, usa todos tus sentidos para visualizarte en tu rd, di afirmaciones, cuando sientas que ya cambiaste abre los ojos o duérmete. Es muy fácil, lo único que debes hacer es engañar a tu mente con que ya estás en tu rd

Si quieres puedes meditar o hacer cosas que te relajen antes de dormir

Links para métodos:

Método Raven: <https://youtu.be/4OKjd1vc4Co>

Método del Tren: <https://youtu.be/b9SHLi-NrSg>

Método Sunni: <https://youtu.be/vYvGmxNZLKs>

Método Coraline: <https://youtu.be/iWA7HXRbbYY>

Ondas theta: <https://youtu.be/4WTBW4O5DI>

Bnha ambience room: https://youtu.be/ww_UMsxxvhck

Bnha ambience recovery girl office: <https://youtu.be/AoU0YPTXGsQ>

Shifting subliminal: <https://youtu.be/9qF9yXz2FjA>

Shifting subliminal: <https://youtu.be/WVKZD8fQvR8>

The promised neverland ambience: <https://youtu.be/lvWHctMOKzI>

Sonido de lluvia: <https://youtu.be/mPZkdNFkNps>

Sonido de lluvia: <https://youtu.be/q76bMs-NwRk>

Sonidos relajantes: <https://youtu.be/MrAhyTz2Mts>

Shifting bnha subliminal: <https://youtu.be/jV-mNdSxug>