

En la tradición del budismo tibetano, se considera al Phowa como la práctica más valiosa y efectiva para la muerte. La palabra phowa significa la transferencia o expulsión de la conciencia al estado de la verdad. Su éxito depende de la invocación de la presencia de un buda (un ser completamente iluminado), combinado con nuestra receptividad y devoción, así como con la familiaridad que se logra por haber efectuado la práctica repetidamente durante nuestra vida.

Fuente: Christine Longaker

Programa Internacional de Ayuda Espiritual de la Organización RIGPA

Mayo 25, 2010

Traducción: Rosy B., Casa Tíbet México sede Monterrey, Febrero 2011

Solicita el **PHOWA** en esta dirección. Ten a mano la siguiente información:

- Nombre completo, nacionalidad y género del difunto
- Fecha de nacimiento del difunto
- Fecha y hora de la muerte
- Circunstancias de la muerte
- Una fotografía JPEG del rostro del difunto, max 250 kb (que en la fotografía no aparezca ninguna otra persona)
- Tu relación con el difunto

Phowa@diamondway-center.org

<http://phowa.diamondway-buddhism.org/web/>

Otra dirección donde puedes solicitar la práctica de Phowa es

<http://www.phowafoundation.org/prayer-requests/services>

Las prácticas **Riwo Sangchö**, **Dukngal Rangdrol** se hacen en conjunto. Riwo Sangchö se hace durante 49 días y Dukngal Rangdrol se hace cada semana durante 7 semanas. Se sugiere un donativo de 40 euros (marzo 2011).

Solicita la práctica de Riwo Sangchö, Dukngal Rangdrol en esta dirección. Ten a mano la siguiente información:

- Nombre completo, nacionalidad y género del difunto
- Fecha de nacimiento del difunto
- Fecha y hora de la muerte
- Circunstancias de la muerte
- Una fotografía JPEG del rostro del difunto, max 250 kb (que en la fotografía no
- aparezca ninguna otra persona)
- Tu relación con el difunto

<https://lerabling.org/lang-en/prayers/rigpa-prayer-requests>