Panalangin ng mga Kristiyano sa Maghapon

Liturgy of the Hours

Panalangin sa Takipsilim II

Ika-6 ng Abril, 2025

{ Ika-5 Linggo sa Panahon ng Kuwaresma }

Liturgy of the Hours
EBREVIARY

Tumayo at gawin ang tanda ng krus

O Diyos, halina at ako'y tulungan.

— O Panginoon, magmadali ka sa iyong pagdamay.

Papuri sa Ama, at sa Anak, at sa Espiritu Santo.

— Kapara noong una, ngayon at magpasawalang hanggan. Amen.

Awit

O Kristo, ikaw ang aming liwanag at araw;
Sadyang pumapalis sa gabi at kadiliman.
O araw ng Diyos na may walang hanggang sinag;
May pangako ang bukas sa dulot na liwanag.

Ngayong dumating na, anino ng takipsilim,
Sa 'yo ay dumudulog, dinggin ang panalangin.
Mapayapang gabi'y amin nawang tamasahin
Hanggang kinabukasa'y dumatal at magising.

Alalahanin kaming mga abang nilalang,
Lumalapit ngayong may taglay na kahilingan:
Ang makapiling sana ay tanging ikaw lamang,
Sapat nang gantimpalang di maaring tumbasan.

Umupo o tumayo

Mga Antipona at Salmo

Antipona 1

Gaya ng pagtataas sa ahas doon sa disyerto, gayun din naman, nararapat itaas ang Anak ng Tao.

Salmo 110:1-5, 7

(Ang Mesiyas, hari at pari)

Sinabi ng PANGINOON,
Sa Hari ko't PANGINOON,
"Maupo ka sa kanan ko,
Hanggang ang kaaway mo,
Ay lubos na mapasuko, pagkat iyong matatalo."

Magmula sa dakong Sion,
Ay palalawakin niya ang lupaing iyong sakop;
"At lahat ng kaaway mo'y
Sakupin at pagharian," gayon ang kanyang utos.

Sasamahan ka ng madla,
Kung dumating ang panahong lusubin ka ng kaaway;
Magmula sa mga bundok,
Lalabas at sasamahan ka ng mga kabataan.

Ang PANGINOON ay may pangako
Na ito'y tiyak mangyayari, ganito ang kanyang saysay:
"Katulad ni Melquisedec,
Gagawin kang saserdote, na hindi na wawakasan."

Ang PANGINOON ay naroroong
Nakaupo sa kanan mo, at pag siya ay nagalit,
Ang lahat ng mga hari ay tiyak na malulupig.

Sa batis sa lansangan,
Itong hari ay iinom, at sisigla ang katawan;
Sa lakas na tataglayin, matatamo ang tagumpay.

Papuri sa Ama, at sa Anak, at sa Espiritu Santo,
Kapara noong una, ngayon at magpasawalang hanggan. Amen.

Antipona

Gaya ng pagtataas sa ahas doon sa disyerto, gayun din naman, nararapat itaas ang Anak ng Tao.

Antipona 2

Ang Panginoon ng mga hukbo ang nangangalaga at nagpapalaya sa atin; siya ang gagabay at magliligtas sa kanyang bayang ginigiliw.

Salmo 114

(Iniligtas ang mga Israelita sa pagkaalipin ng Egipto)

Ang bayang Israel
Sa bansang Egipto'y doon inilabas,
Nang ang lahing ito
Sa bansang dayuhan ay pawang lumikas;
Magmula na noon

Ang lupaing Juda'y naging dakong banal,
At yaong Israel
Ginawa ng Diyos na sariling bayan.

Ang Dagat ng Tambo,
Nang ito'y makita, ay tumakas na rin,
Magkabilang panig
Ng ilog ng Jordan, noon ay humimpil.
Maging mga bundok,
Katulad ng tupa, ay pawang nanginig,
Pati mga burol,
Nanginig na parang tupang maliliit.

Ano ang nangyari,
At ikaw, O dagat, wala nang daluyan?
Ikaw naman, Jordan,
Bakit ang tubig mo'y hindi na dumaloy?
Kayong mga bundok,
Nanginginig kayong tupa ang kapara,
At ang mga burol;
Natakot na parang maliit na tupa?

Ikaw, O daigdig,
Ngayon ay manginig sa harap ng Diyos,
Dapat kang matakot
Sapagkat darating ang Diyos ni Jacob.
Siyang sa dalisdis
Ay nagpapabukal ng saganang tubig,
At magmula roon
Ang tubig na ito ay nagiging batis.

Papuri sa Ama, at sa Anak, at sa Espiritu Santo,
Kapara noong una, ngayon at magpasawalang hanggan. Amen.

Antipona

Ang Panginoon ng mga hukbo ang nangangalaga at nagpapalaya sa atin; siya ang gagabay at magliligtas sa kanyang bayang ginigiliw.

Antipona 3

Pinasakitan siya ng ating mga paglabag at nagpasan ng ating

kasalanan. Sa pamamagitan ng kanyang mga sugat, nagtamo tayo ng kagalingan.

Awit: 1 Pedro 2:21-24

(Ang kusang pagtanggap ni Kristo, ang lingkod ng Diyos, ng kanyang paghihirap)

Ang pagtitiis ng hirap
Ay bahagi ng pagkahirang sa inyo ng Diyos;
Sapagkat nang si Kristo
Ay magtiis para sa inyo,
Binigyan niya kayo
Ng halimbawang dapat tularan.

Hindi siya gumawa ng anumang kasalanan,
O nagsinungaling kailanman.
Nang siya'y alipustain, hindi siya gumanti.
Nang siya'y pahirapan, hindi siya nagbanta.
Nanalig siya sa Diyos na makatarungan.

Sa kanyang pagkamatay sa krus,
Dinala niya ang bigat ng ating mga kasalanan
Upang tuluyan na nating iwan ang pagkakasala
At mamuhay ayon sa kalooban ng Diyos.
Kayo'y gumaling sa pamamagitan ng kanyang mga sugat.

Papuri sa Ama, at sa Anak, at sa Espiritu Santo,
Kapara noong una, ngayon at magpasawalang hanggan. Amen.

Antipona

Pinasakitan siya ng ating mga paglabag at nagpasan ng ating kasalanan. Sa pamamagitan ng kanyang mga sugat, nagtamo tayo ng kagalingan.

Umupo

Pagbasa ng Salita ng Diyos

1 Corinto 9:24-27

Alam ninyo na ang mga kasali sa takbuhan ay tumatakbong lahat, ngunit isa lamang ang nagkakamit ng gantimpala! Kaya pagbutihin ninyo ang pagtakbo upang kamtan ninyo ang gantimpala. Lahat ng manlalarong nagsasanay ay nagpipigil sa sarili sa lahat ng bagay

upang magkamit ng isang putong na panandalian lamang, ngunit ang putong na hinahangad natin ay panghabang panahon. Kaya ako'y tumatakbo patungo sa isang tiyak na hangganan; at hindi ako sumusuntok sa hangin. Pinahihirapan ko ang aking katawan at sinusupil ang sarili, baka pagkatapos kong mangaral sa iba ay ako naman ang itakwil.

Tugunan

Pakinggan, O Panginoon, at kaawaan mo kami, sapagkat kami'y nagkasala sa iyo.

— Pakinggan, O Panginoon, at kaawaan mo kami, sapagkat kami'y nagkasala sa iyo.

Dinggin ang awing abang kahilingan, O Hesukristo,

— sapagkat kami'y nagkasala sa iyo.

Papuri sa Ama, at sa Anak, at sa Espiritu Santo.

— Pakinggan, O Panginoon, at kaawaan mo kami, sapagkat kami'y nagkasala sa iyo.

Tumayo

Papuring Awit ni Maria

Antipona

O walang hanggang Tagapagligtas, kami'y bantayan mo; at huwag kaming hayaang mahulog sa bitag ng tusong Manunukso; ang tiwala naming lahat ay nasa iyong di-mabibigong saklolo.

Lukas 1:46-56

Gumawa tanda ng krus

Ang puso ko'y nagpupuri sa Panginoon,
At nagagalak ang aking espiritu dahil sa Diyos na aking tagapagligtas.
Sapagka't nilingap niya ang kanyang abang lingkod!

At mula ngayon, ako'y tatawaging mapalad ng lahat ng salinlahi,
Dahil sa mga dakilang bagay na ginawa sa akin ng Makapangyarihan —
Banal ang kanyang pangalan!

Kinahahabagan niya ang mga may takot sa kanya,
Sa lahat ng sali't saling lahi.
Ipinakita niya ang lakas ng kanyang mga bisig,
Pinangalat niya ang mga palalo ang isipan.

Ibinagsak niya ang mga hari mula sa kanilang trono,
At itinaas ang mga nasa abang kalagayan.

Binusog niya ng mabubuting bagay ang mga nagugutom,
At pinalayas niyang wala ni anuman ang mayayaman.

Tinulungan niya ang kanyang bayang Istael,
Bilang pagtupad sa pangako niya saating mga magulang,
Kay Abraham at sa kanyang lahi, magpakailanman!

Papuri sa Ama, at sa Anak, at sa Espiritu Santo,
Kapara noong una, ngayon at magpasawalang hanggan. Amen.

Antipona

O walang hanggang Tagapagligtas, kami'y bantayan mo; at huwag kaming hayaang mahulog sa bitag ng tusong Manunukso; ang tiwala naming lahat ay nasa iyong di-mabibigong saklolo.

Pangkalahatang Panalangin

Ang lahat ng papuri ay sa Diyos Amang nagdulot sa kanyang sambayanan ng panibagong buhay sa pamamagitan ng kanyang Walang Hanggang Salita. Sa kanya ay hilingin natin bilang kanyang mga anak:

— Panginoon, maging mapagpala sa iyong sambayanan.

Diyos ng awa, dinggin mo ang mga panalangin na aming iniaalay para sa iyong bayan,
maging hangarin nawa nilang mabusog sa iyong salita kaysa mga pagkain ng katawan.

— Panginoon, maging mapagpala sa iyong sambayanan.

Pagkalooban mo kami ng matapat at maalab na pag-ibig sa aming sariling bayan at sa buong sangkatauhan,
kumilos nawa kami upang makapagtayo ng isang daigdig na puno ng kapayapaan at kabutihan.

— Panginoon, maging mapagpala sa iyong sambayanan.

Tunghayan nang may pagmamahal ang lahat ng muling isinilang sa binyag,
upang sila'y maging mga buhay na bato sa iyong tahanan ng Espiritung liyag.

— Panginoon, maging mapagpala sa iyong sambayanan.

Inakit mo ang Ninive sa pagsisisi sa pamamagitan ng pangangaral ni Jonas,
sa iyong habag, hipuin mo ang mga puso ng mga makasalanan sa pamamagitan ng pangangaral ng iyong salita ng kaligtasan.

— Panginoon, maging mapagpala sa iyong sambayanan.

Bigyang pag-asa nawa ang mga nasa bingit ng kamatayan sa pagharap kay Kristong kanilang hukom,
sila nawa'y maging maligaya sa piling ng iyong kaluwalhatian habang panahon.

— Panginoon, maging mapagpala sa iyong sambayanan.

Ama Namin

Ama namin, sumasalangit Ka
Sambahin ang ngalan Mo
Mapasaamin ang kaharian Mo
Sundin ang loob Mo
Dito sa lupa, para nang sa langit.
Bigyan Mo kami ngayon ng aming kakanin sa araw araw.
At patawarin Mo kami sa aming mga sala,
Para nang pagpapatawad namin
Sa mga nagkakasala sa amin.
At huwag Mo kaming ipahintulot sa tukso,
At iadya Mo kami sa lahat ng masama.
Sapagkat Iyo ang kaharian, at kapangyarihan,
At ang kadakilaan, magpakailanman.

Pangwakas na Panalangin

Amang makapangyarihan,
sa Kuwaresma na aming ipinagdiriwang

maunawaan nawa namin ang kahulugan
ng pagkamatay at muling pagkabuhay ng iyong Anak
at turuan kaming ito'y mapagnilayan sa aming buhay,
sa pamamagitan ni Hesukristo,
kasama ng Espiritu Santo magpasawalang hanggan.

— Amen.

Paghayo

Pagpalain nawa tayo ng panginoon, iligtas tayo mula sa lahat ng kasamaan at akayin tayo sa buhay na walang hanggan.

— Amen.

PANALANGIN NG MGA KRISTIYANO SA MAGHAPON

Ang mga tekstong biblikal at mga Papuring Awit na ginamit ay halaw mula sa MAGANDANG BALITA BIBLIA. Karapatang-sipi @ 1973, Philippine Bible Society, U.N. Ave., Manila.

Ang mga titik ng mga Awit at ang mga disenyong pansining ay likha ni Padre Mar DJ Arenas.

Karapatang-sipi @ 1994, LUPON REHIYONAL UKOL SA TAGALOG SA LITURHIYA.

Archdiocesan Liturgical Commission, Manila

mobile prayers

LITURGY OF THE HOURS
EBREVIARY

UNITED STATES OF AMERICA

www.ebreviary.com