Panalangin ng mga Kristiyano sa Maghapon

Liturgy of the Hours

Panalangin sa Umaga

Ika-10 ng Mayo, 2025

{ Ika-3 Sabado sa Panahon ng Pagkabuhay ng Panginoon }

Liturgy of the Hours
EBREVIARY

Paanyaya sa Panalangin

Tumayo at gawin ang tanda ng krus sa mga labi

Panginoon, buksan mo ang aking mga labi.

— At pupurihin ka ng aking bibig.

Salmo 95

Ang Panawagan upang papurihan ang Diyos

Ang Panginoon ay muling nabuhay, aleluya.

— Ang Panginoon ay muling nabuhay, aleluya.

Tayo ay lumapit sa ‘ting Panginoon, Siya aawitan,
Ating paputihan ang batong kublihan nati’t kalakasan.
Tayo ay lumapit sa kanyang harapan na may pasalamat,
Siya ay Purihin ng mga awiting may tuwa at galak.

— Ang Panginoon ay muling nabuhay, aleluya.

Sapagkat ang Diyos ay ang Panginoong napakadakila,
Ang dakilang Haring higit sa sinuman na binabathala.
Nasa kanyang palad ang buong daigdig pati kalaliman,
Ang lahat ay kanya maging ang mataas nating kabundukan.
Kanya rin ang dagat at pati ang lupa na kanyang nilalang.

— Ang Panginoon ay muling nabuhay, aleluya.

Tayo ay lumapit, sa kanya’y sumamba at magbigay-galang,
Lumuhod sa harap nitong Panginoong sa ati’ y lumalang.
Siya ang ating Diyos, tayo ay kalinga niyang mga hirang,
Mga tupa tayong inaalagaan.

— Ang Panginoon ay muling nabuhay, aleluya.

Ang kanyang salita ay ating pakinggan:
“Iyang inyong puso’y huwag patigasin,
Tulad ng ginawa ng inyong mga magulang
Nang nasa Meriba, sa ilang ng Masa.
Ako ay tinukso’t doon ay sinubok ng inyong magulang,
Bagamat nakita ang aking ginawang sila’ ng nakinabang.

— Ang Panginoon ay muling nabuhay, aleluya.

Apatnapung taon, sa inyong ninuno ako ay nagdamdam,
Ang aking sinabi,"Sila ay suwail, walang pakundangan
At ang mga utos ko ay sinusuway!"
Dahil sa galit ko, ako ay sumumpang di sila daratal,
Sa lupang pangakong aking inilaan."

— Ang Panginoon ay muling nabuhay, aleluya.

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

— Ang Panginoon ay muling nabuhay, aleluya.

Panalangin sa Umaga

Awit

Si Hesus ngayo'y muling nabuhay, aleluya!
Magalak tayo sa 'ting tagumpay, aleluya!
Ipinako s'ya, sa krus namatay, aleluya!
Upang iligtas tayong nawalay, aleluya!

Sambahin natin at papurihan, aleluya!
Ang Kristong Hari'y ating itanghal, aleluya!
Tao'y tinubos sa kasalanan, aleluya!
Ang mga angel ay mag-awitan, aleluya!

Sa 'ting D'yos Ama ang kapurihan, aleluya!
At sa D'yos Anak, na Haring Mahal, aleluya!
At Espiritung, Diyos na Banal, aleluya!
Darakilain magpakailan man, aleluya!

Umupo o tumayo

Mga Antipona at Salmo

Antipona 1

Ang mga salitang sinabi ko sa inyo ay buhay at espiritu, aleluya.

Salmo 119:145-152

(Dalangin upang iligtas)

Buong pusong tumatawag itong iyong abang lingkod,
Ako'y iyong dinggin, PANGINOON, at susundin ko ang utos.

Tumatawag ako, PANGINOON, sa iyo ay dumaraing,
Iligtas mo ako ngayo't ang utos mo ang susundin.

Madilim pa, ang lingkod mo ay gising na't tumatawag,
Sa pangako mong iniwan, pag-asa ko'y nakalagak.
Hindi ako makatulog, magdamag na laging gising,
At ang aking binubulay ay ang bigay mong aralin.

Ako'y dinggin mo, O PANGINOON, ayon sa iyong pag-ibig,
Iligtas mo ang buhay ko yamang ikaw ay matuwid.
Palapit na nang palapit ang sa aki'y umuusig,
Mga taong walang galang sa utos mong isinulit.

Ngunit ikaw, PANGINOON, ay malapit sa piling ko,
Ang pangakong binitiwan mo sa akin ay totoo.
Iang mga tuntunin mo'y matagal nang aking talos,
Ang utos na ginawa mo'y walang hanggang mga utos.

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

Antipona

Ang mga salitang sinabi ko sa inyo ay buhay at espiritu, aleluya.

Antipona 2

Panginoon, naitayo mo ang iyong templo at altar sa iyong bundok na banal, aleluya.

Awit: Karunungan 9:1-6, 9-11

(Panginoon, bigyan ako ng karunungan)

Diyos ng aking mga ninuno at mahabaging PANGINOON,
Ikaw na lumikha ng lahat ng bagay
Sa pamamagitan ng iyong salita,
Sa iyong Karunungan, nilikha mo ang tao
Upang maghari sa sangnilikha
At pamahalaan ang daigdig nang may kabanalan at katuwiran,
At pairalin ang katarungan nang may katapatan.

Bahaginan mo ako ng Karunungang nakaluklok sa tabi ng iyong trono,
At ibilang mo ako sa iyong mga lingkod.

Ako'y alipin mo, anak ng alipin mong babae,
Isang taong mahina at madaling mamatay.
Lubhang kakaunti ang pagkaunawa ko sa
Kautusan at kung paano iyon paiiralin.

At kahit na ang isang tao ay maging ganap,
Wala rin siyang magagawa
Kung wala siyang karunungan na nagmumula sa iyo.

Sumasaiyo ang Karunungan
At nalalaman niya ang iyong mga gawa,
Sapagkat kaharap siya nang likhain mo ang daigdig.
Alam niya kung ano ang iyong kinalulugdan,
Kung ano ang mabuti at naaayon sa iyong mga utos.

Suguin mo siya mula sa kalangitan
At mula sa luklukan ng iyong kaluwalhatian.
Sa gayon, siya'y sasaakin
At sasamahan ako sa aking ginagawa,
At ituturo niya sa akin kung ano ang nakalulugod sa iyo.

Alam niya at nauunawaan ang lahat ng bagay,
Papatnubayan niya ang lahat ng kilos ko,
At iingatan ako sa pamamagitan ng kanyang kapangyarihan.

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

Antipona

Panginoon, naitayo mo ang iyong templo at altar sa iyong bundok na banal, aleluya.

Antipona 3

Ako ang daan, ang katotohanan, at ang buhay, aleluya.

Salmo 117

(Pagpupuri sa mapagmahal na awa ng Diyos)

Purihin ang PANGINOON!
Dapat na purihin ng lahat ng bansa,
Siya ay purihin
Ng lahat ng tao sa balat ng lupa.

Pagkat ang pag-ibig
Na ukol sa ati'y dakila at wagas,
At ang katapatan niya'y walang wakas.

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

Antipona

Ako ang daan, ang katotohanan, at ang buhay, aleluya.

Umupo

Pagbasa ng Salita ng Diyos

Roma 14:7-9

Walang sinuman sa atin ang nabubuhay o namamatay sa kanyang sarili lamang. Kung tayo'y nabubuhay, nabubuhay tayo para sa PANGINOON. Kung tayo'y namamatay, namamatay tayo para sa PANGINOON. Kaya nga, sa mabuhay o sa mamatay, tayo'y sa PANGINOON. Sapagkat si Kristo ay namatay at muling nabuhay upang maging PANGINOON ng mga patay at mga buhay.

Tugunan

Ang Panginoon ay muling nabuhay mula sa libingan, aleluya, aleluya.

— Ang Panginoon ay muling nabuhay mula sa libingan, aleluya, aleluya.

Nabayubay siya sa krus dahil sa ating sala,

— aleluya, aleluya.

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

— Ang Panginoon ay muling nabuhay mula sa libingan, aleluya, aleluya.

Tumayo

Papuring Awit ni Zacarias

Antipona

Namatay si Kristo at bumangon mula sa mga patay upang siya ang maging Panginoon ng mga buhay at ng mga patay, aleluya.

Lukas 1:68-79

Gumawa tanda ng krus

Purihin ang Panginoong Diyos ng Israel!
Sapagka't nilingap niya at pinalaya ang kanyang bayan.

At nagpadala siya sa atin ng isang makapangyarihang Tagapagligtas,
Mula sa lipi ni David na kanyang lingkod.

Ipinangako niya sa pamamagitan ng kanyang banal na propeta noong una,
Na ililigtas niya tayo sa ating mga kaaway,
At sa kamay ng lahat ng napopoot sa atin.

Ipinangako rin niya na kahahabagan ang ating mga magulang,
At aalalahanin ang kanyang banal na tipan.

Iyan ang sumpang binitiwan niya sa ating amang si Abraham,
Na ililigtas tayo sa ating mga kaaway,
Upang walang takot na makasamba sa kanya,
At maging banal at matuwid sa kanyang paningin, habang tayo'y nabubuhay.

Ikaw naman, anak, ay tatawaging propeta ng Kataas-taasan;
Sapagka't mauuna ka sa Panginoon upang ihanda ang kanyang mga daraanan,
At ituro sa kanyang bayanang landas ng kaligtasan,
Ang kapatawaran ng kanilang mga kasalanan.

Sapagka't lubhang mahabagin ang ating Diyos;
Magbubukang-liwayway sa atin ang araw ng kaligtasan.
Upang magbigay-liwanag sa mga nasa kadiliman at nasa ilalim ng kamatayan,
At patnubayan tayo tungo sa daan ng kapayapaan.

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

Antipona

Namatay si Kristo at bumangon mula sa mga patay upang siya ang maging Panginoon ng mga buhay at ng mga patay, aleluya.

Si Kristo ang tinapay ng buhay; ibabangon niya sa huling araw ang mga nakibahagi sa hapag ng kanyang salita at kanyang katawan. Buong galak nating ipanalangin:

— Panginoon, gawaran kami ng kapayapaan at kagalakan.

Anak ng Diyos, ibinangon ka sa kamatayan upang akayin kami sa buhay,
pagpalain at pabanalin ang lahat ng mga anak ng iyong Ama.

— Panginoon, gawaran kami ng kapayapaan at kagalakan.

Kaloob mo'y kapayapaan at kagalakan sa mga nananalig sa iyo,
ipagkaloob mong tumahak kami bilang mga anak ng liwanag, na nagagalak sa tagumpay mo.

— Panginoon, gawaran kami ng kapayapaan at kagalakan.

Patatagin mo ang pananampalataya ng iyong Simbahang naglalakbay sa lupa,
upang ito'y maging saksi sa iyong pagkabuhay sa harap ng buong sangnilikha.

— Panginoon, gawaran kami ng kapayapaan at kagalakan.

Nagpakasakit ka at pumasok sa kaluwalhatian ng Ama,
palitan ng kagalakan ang mga luha ng nagdurusa.

— Panginoon, gawaran kami ng kapayapaan at kagalakan.

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

Ama ng pag-ibig,
sa pamamagitan ng pagbuhos ng iyong biyaya,
pinauunlad mo ang bilang
ng mga taong sa iyo'y sumasampalataya.
Tunghayan ang iyong angkang hinirang.
Pagkalooban ng walang kamatayang buhay
ang lahat ng mga muling isinilang sa binyag,
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