Panalangin ng mga Kristiyano sa Maghapon

Liturgy of the Hours

Panalangin sa Umaga

Ika-20 ng Pebrero, 2025

{ Ika-6 Huwebes sa Karaniwang Panahon }

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

Lumapit tayo sa Panginoon at awitan siya ng papuri.

— Lumapit tayo sa Panginoon at awitan siya ng papuri.

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.

— Lumapit tayo sa Panginoon at awitan siya ng papuri.

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.

— Lumapit tayo sa Panginoon at awitan siya ng papuri.

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.

— Lumapit tayo sa Panginoon at awitan siya ng papuri.

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.

— Lumapit tayo sa Panginoon at awitan siya ng papuri.

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."

— Lumapit tayo sa Panginoon at awitan siya ng papuri.

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

— Lumapit tayo sa Panginoon at awitan siya ng papuri.

Panalangin sa Umaga

Awit

O Diyos ng liwanag, umaga ay dumatal
Ang pangako mong pag-ibig sa amin ay ibigay,
Bawat bagong simula'y pagkakataong alay,
Hamog ang s'yang katulad, mula sa kalangitan.

Ang biyaya mo, Ama, ay hindi nagkukulang,
Ang Anak mo ay Pagkaing nagbibigay-buhay,
Ang Espiritung Banal, dulot ay pagmamahal,
Upang kaming 'yong anak, sa piling mo'y manahan.

Gawin kaming lingkod mo, ng 'yong kapayapaan,
Takot nami'y alisin, 'yong lakas ang ibigay,
Makapiling ka nawa, ngayo't sa buong araw,
Pagkat kung kasama ka, lahat ay kagalakan.

Umupo o tumayo

Mga Antipona at Salmo

Antipona 1

Panginoon, gamitin mo ang iyong kapangyarihan at kami'y dagling tulungan.

Salmo 80

(PANGINOON, halina't ingatan ang iyong ubasan)

Pastol ng Israel,

Ikaw na nanguna't umakay kay Jose, na tulad sa kawan,
Ikiling sa amin ang iyong pandinig, kami ay pakinggan;
Mula sa trono mong may mga kerubin, kami ay tulungan.
Ang iyong pag-ibig
Iyong ipadama sa angkan ni Efraim, Manases at Benjamin,
Sa taglay mong lakas, kami ay iligtas, sa hirap ay tubusin!

Ibalik mo kami,
PANGINOONG Diyos, at ipadama mo ang 'yong pagmamahal,
Iligtas mo kami, at sa iyong sinag kami ay tanglawan!

Makapangyarihang Diyos,
Hanggang kailan ba patatagalin mo ang galit sa amin?
Hanggang kailan pa diringgin mo kami sa aming dalangin?
Masdan mo nga kami
Sa tuwi-tuwina'y tinapay ng luha yaong kinakain,
Luha ng hinagpis, ang inihanda mo na aming inumin.
Iyong binayaan,
Na ang mga bansa sa aming paligid kami ay bakahin,
Iyong tinulutang kami'y pagtawanan ng kaaway namin.

Ibalik mo kami,
PANGINOONG Diyos, at ipadama mo ang 'yong pagmamahal,
Iligtas mo kami at sa iyong sinag, kami ay tanglawan!

Mula sa Egipto
Ikaw ay naglabas ng puno ng ubas, saka itinanim
Sa lupang dayuhan, matapos ang tao roo'y palayasin.
Ngunit nilinis mo muna't pinagyaman.
Ang piniling lugar na pagtataniman,
Doon ay nag-ugat, ang buong lupain ay nalaganapan.

Nagsanga ang puno,
Lumagong mabuti at ang kabunduka'y kanyang naliliman,
Mga punong sedro'y naliliman pati ng sangang malabay.
Hanggang sa ibayo,
Sa ibayong dagat, ang sangang malabay nito' y nakaabot,
Pati mga ugat humabang mabuti't umabot sa ilog.

Bakit mo sinira?
Sinira ang pader, kung kaya napasok nitong dumaraan,

Pinipitas tuloy yaong bunga nitong tanim na naturan.
Mga baboy damong
Nagmula sa gubat, niluluray itong walang pakundangan,
Kinakain ito ng lahat ng hayop na nasa sa parang.

Ikaw'y manumbalik,
O Diyos na Dakila! Pagmasdan mo kami mula sa itaas,
At ang punong ito'y muling pagyamanin, at iyong iligtas.

Lumapit ka sana,
Ang puno ng ubas na itinanim mo ay iyong iligtas,
Yaong punong iyon na pinalago mo't iyong pinalakas!
Ito ay sinunog,
Sinunog pa nila ang nasabing puno matapos maputol,
Sa 'yong kagalitan ay iyong harapin at nang mangalipol.

Ang mga lingkod mo
Ay iyong ingatan, yamang hinirang mo ay ipagsanggalang,
Iyong palakasin bilang isang bansang makapangyarihan!
At kung magkagayon,
Magbabalik kami't di na magtataksil sa 'yo kailanman,
Kami'y pasiglahi't aming pupurihin ang iyong pangalan.

Kami ay ibalik,
PANGINOONG Diyos, at ipadama mo ang 'yong pagmamahal,
Iligtas mo kami at sa iyong sinag,
kami ay tanglawan!

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

Antipona

Panginoon, gamitin mo ang iyong kapangyarihan at kami'y dagling tulungan.

Antipona 2

Gumawa ang Panginoon ng mga kahanga-hangang bagay, ipahayag natin ito hanggang sa dulo ng daigdig.

Awit: Isaias 12:1-6

(Ang kagalakan ng bayang tinubos ng Diyos)

PANGINOON, pinasasalamatan kita,
Sapagkat kung nagalit ka man sa akin,
Napawi na ang galit mo,
At ako'y iyong inaliw.

Ang Diyos ang siyang nagliligtas sa akin,
Tiwalang-tiwala ako at wala munti mang pangamba.
Sapagkat ang PANGINOON ang lahat sa akin,
Siya ang aking awit, ang aking kaligtasan.

Malugod kayong sasalok ng tubig
Sa batis ng kaligtasan.
Sasabihin ninyo sa araw na iyon:
Magpasalamat kayo sa PANGINOON,
Siya ang inyong tawagan;
Ipaalam ninyo sa mga bansa ang kanyang ginawa,
Ipahayag ninyo ang kadakilaan ng kanyang pangalan.

Umawit kayo ng papuri sa PANGINOON,
Sapagkat kahanga-hanga ang kanyang mga ginawa,
Ipahayag ninyo ito sa buong daigdig.
Mga anak ng Sion, umawit kayo nang buong galak,
Sapagkat nasa piling ninyo ang dakila
At Banal ng Israel.

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

Antipona

Gumawa ang Panginoon ng mga kahanga-hangang bagay, ipahayag natin ito hanggang sa dulo ng daigdig.

Antipona 3

Masiglang awitan ang Diyos na Tagapagligtas.

Salmo 81

(Taimtim na pagpapanibago ng Tipan)

Masiglang awitan ang Tagapagligtas,

Itong Diyos ni Jacob, awitang may galak.

Umawit sa saliw nitong pandereta,
Kasabay ng tugtog ng lira at alpa.
Hipan ang trumpeta tuwing nagdiriwang,
Kung buwan ay bago't nasa kabilugan.

Sa bansang Israel, ito yaong utos,
Batas na ginawa nitong Diyos ni Jacob.
Sa mga hinirang, ang utos di'y ito
Nang sila'y ilabas sa bansang Egipto.

Ganito ang wika na aking narinig:
"Mabigat mong dala'y aking iniibis,
Ipinababa ko ang pasaning basket.
Iniligtas kita sa gitna ng hirap,
Iniligtas kita nang ikaw'y tumawag;

Tinugon din kita sa gitna ng kidlat,
At sinubok kita sa Batis Meriba.
Kapag nangungusap, ako'y inyong dinggin,
Sana'y makinig ka, O bansang Israel.

Ang diyus-diyusa'y huwag mong paglingkuran,
Diyos ng ibang bansa'y di dapat luhuran.
Ako ay ang PANGINOON, ako ang Diyos mo,
Ako ang tumubos sa 'yo sa Egipto;
May pagkain ako na handa sa iyo.

"Ngunit ang bayan ko'y hindi ako pansin,
Di ako sinunod ng bayang Israel,
Sa tigas ng puso, aking binayaang
Ang sariling gusto nila'y siyang sundan.

Ang tangi kong hangad, sana ako'y sundin,
Sundin ang utos ko ng bayang Israel;
Ang kaaway nila'y aking lulupigin,
Lahat ng kaaway agad lilipulin.

Silang namumuhi't sa 'ki'y napopoot,
Ay magsisiyuko sa laki ng takot,
Ang parusa nila'y walang pagkatapos.

Ang lalong mabuting bunga nitong trigo,
Ang siyang sa inyo'y ipapakain ko;

At ang gusto ninyong masarap na pulot,
Ang siyang sa inyo'y aking idudulot."

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

Antipona

Masiglang awitan ang Diyos na Tagapagligtas.

Umupo

Pagbasa ng Salita ng Diyos

Roma 14:12-13, 17-19

Kaya't lahat tayo ay magbibigay-sulit sa Diyos. Huwag na tayong humatol sa isa't isa. Sa halip, iwasan na nating tayo'y maging dahilan ng pagkakasala ng ating kapatid. Sapagkat ang pagpasok ng tao sa Kaharian ng Diyos ay hindi nababatay sa pagkain at inumin kundi sa pagiging matuwid, pagkakasundu-sundo at kagalakan na pawang kaloob ng Espiritu Santo. Ang naglilingkod nang gayon kay Kristo ay kinalulugdan ng Diyos at iginagalang ng mga tao. Kaya't pagsikapan nating gawin ang mga bagay na makapagdudulot ng kapayapaan at makapagpapatibay sa isa't isa.

Tugunan

Sa pagdating ng madaling araw, Panginoon, ang iniisip ko'y ikaw.

— Sa pagdating ng madaling araw, Panginoon, ang iniisip ko'y ikaw.

Lagi kang narito upang ako'y tulungan,

— Panginoon, ang iniisip ko'y ikaw.

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

— Sa pagdating ng madaling araw, Panginoon, ang iniisip ko'y ikaw.

Tumayo

Papuring Awit ni Zacarias

Antipona

Panginoon, ituro sa iyong bayan ang landas ng kaligtasan at ang kapatawaran sa kanilang kasalanan.

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

Panginoon, ituro sa iyong bayan ang landas ng kaligtasan at ang kapatawaran sa kanilang kasalanan.

Pangkalahatang Panalangin

Purihin ang Diyos, ang ating Ama, na nangangalaga sa kanyang mga anak at hindi nagwawalang bahala sa kanilang mga panalangin. Buong kababaang-loob tayong dumulog sa kanya:

— Panginoon, liwanagan mo kami.

Pinasasalamatan ka namin, Panginoon, na pangunahan kami ng iyong karunungan,
upang tumahak kami sa isang bagong buhay.

— Panginoon, liwanagan mo kami.

Ang iyong karunungan ang gumabay sa amin,
upang panibagong buhay ang aming tahakin.

— Panginoon, liwanagan mo kami.

Amin nawang mabata ang mga kahirapan nang may tapang alang-alang sa ngalan mo,
at maging bukas-palad sa paglilingkod sa iyo.

— Panginoon, liwanagan mo kami.

Sa araw na ito, patnubayan ang aming isip, kalooban at asal,
tulungan kaming makasunod sa iyong mapagpalang paggabay.

— Panginoon, liwanagan mo kami.

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,
ikaw ang tunay na ilaw
at pinagmumulan ng lahat ng kaliwanagan,
dinggin ang aming pang-umagang dasal.
Ibaling ang aming mga isipan sa mga banal na bagay,
at mamuhay nawa kami sa liwanag ng iyong pagmamahal.
Hinihiling namin ito 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