Panalangin ng mga Kristiyano sa Maghapon

Liturgy of the Hours

Panalangin sa Umaga

Ika-18 ng Disyembre, 2024

{ Ika-3 Miyerkules sa Panahon ng mga Adbiyento }

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

Malapit nang dumating ang Panginoon, halina't siya'y ating sambahin.

— Malapit nang dumating ang Panginoon, halina't siya'y ating sambahin.

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.

— Malapit nang dumating ang Panginoon, halina't siya'y ating sambahin.

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.

— Malapit nang dumating ang Panginoon, halina't siya'y ating sambahin.

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.

— Malapit nang dumating ang Panginoon, halina't siya'y ating sambahin.

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.

— Malapit nang dumating ang Panginoon, halina't siya'y ating sambahin.

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."

— Malapit nang dumating ang Panginoon, halina't siya'y ating sambahin.

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

— Malapit nang dumating ang Panginoon, halina't siya'y ating sambahin.

Panalangin sa Umaga

Awit

Sa pagdating ng bagong umaga
Tulad ng awit nitong maya
Ating purihi't pasalamatan
D'yos na may dulot, lahat ng iyan.

Kahit ulan man, sinag ng araw,
Mula sa langit, sa ati'y alay.
Ating purihi't pasalamatan
D'yos na may dulot, lahat ng iyan.

Ating umaga, mayroong buhay
Tulad sa Eden, nang isilang
Ating purihi't pasalamatan
D'yos na may dulot, lahat ng iyan.

Umupo o tumayo

Mga Antipona at Salmo

Antipona 1

Ang Panginoong Diyos na Makapangyarihan ay sa Sion magmumula upang ang kanyang bayan ay bigyan ng paglaya.

Salmo 86

(Ang dalangin ng isang dukhang namamanglaw)

Sa aking dalangin, ako'y iyong dinggin,
Tugunin mo, PANGINOON, ang aking pagdaing;
Ako'y mahina na't wala nang tumingin.
Yamang ako'y tapat, ingatan ang buhay,
Lingkod mo'y iligtas sa kapahamakan
Pagkat may tiwala sa 'yo kailanman.

Ikaw ang aking Diyos, ako'y kahabagan,
Sa buong maghapo'y siyang tinatawagan.
PANGINOON, ang lingkod mo'y dulutan ng galak,
Sapagkat sa iyo ako tumatawag.

Mapagpatawad ka at napakabuti;
Sa dumadalangin at sa nagsisisi,
Ang iyong pag-ibig ay mananatili.
Pakinggan mo, PANGINOON, ang aking dalangin,
Tulungan mo ako, ako'y iyong dinggin.

Dumaraing ako kung mayro'ng bagabag,
Iyong tinutugon ang aking pagtawag.
Sa sinumang diyos wala kang kawangis,
Sa iyong gawai'y walang makaparis.

Ang lahat ng bansa na iyong nilalang,
Lalapit sa iyo't magbibigay galang;
Sila'y magpupuri sa 'yong kabutihan.
Pagkat ikaw lamang ang Diyos na Dakila
Na anumang gawin ay kahanga-hanga!

Ang kalooban mo'y ituro sa akin,
At iyon ang tapat na aking susundin;

Turuang maglingkod nang buong taimtim.

O PANGINOONG Diyos, sa buo kong buhay,
Pupurihin kita magpakailanman
At ihahayag ko ang kadakilaan.
O pagkadakila! Pag-ibig mong wagas,
Dahil sa pag-ibig, ako'y iniligtas;
Di mo binayaang sa hukay masadlak.

Mayroong mga taong ayaw kang kilanlin,
Taong marahas, na ang adhikain
Ay labanan ako't ang buhay ay kitlin.

Ngunit ikaw, PANGINOON, tunay na mabait,
Tapat at totoo, wagas ang pag-ibig;
Lubhang mahabagi't banayad magalit.
Ibaling sa akin ang awa mo't habag,
Iligtas mo ako at bigyan ng lakas;
Yamang naglilingkod sa iyo nang tapat.

Pagtulong sa aki'y iyong patunayan;
Upang mapahiya ang aking kaaway,
Kung makita nila yaong katibayan
Na ako'y inaliw mo at tinulungan!

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

Antipona

Ang Panginoong Diyos na Makapangyarihan ay sa Sion magmumula upang ang kanyang bayan ay bigyan ng paglaya.

Antipona 2

Para sa Sion, di ako titigil ng pagsamo sa Diyos hanggang ipadala niya ang kanyang Banal na nagniningning sa kagandahan niyang lubos.

Awit: Isaias 33:13-16

(Ang matuwid na hatol ng Diyos)

Sa lahat ng lugar ang ginawa ko ay ibabalita
At kikilanlin ng lahat ang aking kapangyarihan.

Nanginginig sa takot ang mga makasalanan sa Sion
Sabi nila, "Parang apoy na hindi namamatay
Ang parusang igagawad ng Diyos.
Sino ang makatatagal sa init niyon?

Ngunit maliligtas kayo
Kung ang sinasabi ninyo't ginagawa ay tama.
Huwag ninyong gagamitin ang inyong kapangyarihan
Para linlangin ang mahirap,
Huwag kayong tatanggap ng suhol.
Huwag kayong makikiisa sa mga mamamatay-tao,
O sa gumagawa ng kalikuan.

Sa gayon, magiging ligtas kayo,
Parang nasa loob ng matibay na muog.
Hindi kayo mawawalan ng pagkain at inumin.

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

Antipona

Para sa Sion, di ako titigil ng pagsamo sa Diyos hanggang ipadala niya ang kanyang Banal na nagniningning sa kagandahan niyang lubos.

Antipona 3

Ang Espiritu ng Panginoon ay sumasaakin; isinugo niya ako upang ipahayag sa mga dukha ang kanyang masayang habilin.

Salmo 98

(Nagtatagumpay ang PANGINOON sa kanyang paghatol)

Umawit ng bagong awit at sa PANGINOON ay ialay,
Pagkat yaong ginawa n'ya ay kahanga-hangang tunay!
Sa sariling lakas niya at taglay na kabanalan,
Walang hirap na natamo yaong hangad na tagumpay.

Ang tagumpay niyang ito'y siya na rin ang naghayag,
Sa harap ng mga bansa'y nahayag ang pagliligtas.
Ang pangako sa Israel lubos niyang tinutupad,
Tapat siya sa kanila at ang pag-ibig ay wagas.

Ang tagumpay ng ating Diyos kahit saan ay namalas!
Magkaingay na may galak, yaong lahat sa daigdig;
Ang PANGINOON ay buong galak na purihin sa pag-awit!

Sa saliw ng mga lira iparinig yaong tugtog,
At ang PANGINOON ay purihin ng tugtuging maalindog.
Tugtugin din ang trompeta na kasaliw ang tambuli,
Magkaingay sa harapan ng PANGINOON na ating hari.

Umingay ka, karagatan, at lahat ng lumalangoy,
Umawit ang daigdigan at lahat ng naroroon.
Umugong sa palakpakan pati yaong kalaliman;
Umawit ding nagagalak ang lahat ng kabundukan.

Pagkat siya'y dumarating maghahari sa daigdig;
Taglay niya'y katarungan at paghatol na matuwid.

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

Antipona

Ang Espiritu ng Panginoon ay sumasaakin; isinugo niya ako upang ipahayag sa mga dukha ang kanyang masayang habilin.

Umupo

Pagbasa ng Salita ng Diyos

Isaias 7:10-15

Ito naman ang sinabi ng PANGINOON kay Acaz: "Humingi ka sa akin ng palatandaan, maging sa kalaliman ng Sheol o sa kaitaasan ng langit." Sumagot si Acaz: "Hindi po ako hihingi. Hindi ko susubukin ang PANGINOON." Sinabi ni Isaias: "Pakinggan mo, sambahayan ni David, kulang pa ba ang galitin ninyo ang mga tao na pati ang aking Diyos ay inyong niyayamot? Kaya nga't ang PANGINOON na rin ang magbibigay ng palatandaan: maglilihi ang isang dalaga at manganganak ng lalaki at ito'y tatawaging Emmanuel. Ang kakanin niya'y gatas at pulot pag siya'y marunong nang umiwas sa masama at gumawa ng mabuti."

Tugunan

Darating, Jerusalem, ang iyong liwanag; mananahan sa iyo nang may gandang nagniningning ang Panginoon.

— Darating, Jerusalem, ang iyong liwanag; mananahan sa iyo nang may gandang nagniningning ang Panginoon.

Mamamalas mo ang kanyang kaluwalhatiang sumasaiyo,

— mananahan sa iyo nang may gandang nagniningning ang Panginoon.

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

— Darating, Jerusalem, ang iyong liwanag; mananahan sa iyo nang may gandang nagniningning ang Panginoon.

Tumayo

Papuring Awit ni Zacarias

Antipona

Siya na dumarating kasunod ko'y mas makapangyarihan kaysa akin; ni hindi ako karapat-dapat magkalag man lamang ng tali ng kanyang panyapak.

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

Siya na dumarating kasunod ko'y mas makapangyarihan kaysa akin; ni hindi ako karapat-dapat magkalag man lamang ng tali ng kanyang panyapak.

Pangkalahatang Panalangin

Nagpakaaba ang Salita ng Diyos at nakipamayan sa atin
upang ating makita ang kanyang kadakilaan. Tigib ng pag-asa, magsumamo tayo sa kanya:

— O Diyos, samahan mo kami.

Ikaw ang Namumunong matuwid at makatarungan,
bigyang katarungan ang mga dukha at pinahihirapan.

— O Diyos, samahan mo kami.

Hari ng kapayapaan, ginawa mong pamingwit ang mga sibat at mga araro ang mga sundang,
gawing pag-ibig ang alitan at ang mga hinaing nami'y gawin mong kapatawaran.

— O Diyos, samahan mo kami.

Hindi ka humahatol sa pamamagitan ng panlabas na kaanyuan,
kilalanin mo yaong sa iyo nananangan.

— O Diyos, samahan mo kami.

Kapag ikaw'y dumating sa alapaap nang may kapangyarihan at lakas,
tulutan mong makalapit kami sa iyo nang walang kinatatakutan.

— O Diyos, samahan 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

Amang makapangyarihan,
tulutan mong kami'y maging handa
na tanggapin si Kristo sa pagdating niyang dakila
at kami nawa'y makabahagi sa piging sa kalangitan
sa pamamagitan niya 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