Panalangin ng mga Kristiyano sa Maghapon

Liturgy of the Hours

Panalangin sa Umaga

Ika-6 ng Mayo, 2024

{ Ika-6 Lunes 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

Kung paanong yaong batis ang hanap ng usa, ganoon hinahanap ang Diyos ng uhaw kong kaluluwa, aleluya.

Salmo 42

(Umaasa sa pakikipiling ng Diyos sa kanyang Templo)

Kung paanong yaong batis ang hanap ng isang usa;

Gayon hinahanap ang Diyos ng uhaw kong kaluluwa;
Nananabik ako sa Diyos, Diyos na buhay, walang iba;
Kailan kaya maaaring sa harap mo ay sumamba?

Araw-gabi'y tumataghoy, gabi't araw'y tumatangis;
Ang nagiging pagkain ko'y mga luha sa paghibik.
Itong mga kaaway ko, sa tuwina'y yaong sambit,
"Nasaan ba ang iyong Diyos? Hindi namin namamasid."

Nagdurugo ang puso ko, kung aking maalaala
Ang lumipas na kahapon lagi kaming sama-sama
Papunta sa templo ng Diyos na ako ang nangunguna;
Pinupuri namin ang Diyos, sa pag-awit na masaya!

Bakit ako nalulungkot, nabahala nang mainam?
Sa Diyos ako may tiwala, siyang aking aasahan;
Diyos na Tagapagligtas, muli ko s'yang aawitan.

Siya ay gugunitain ng puso kong tigib-hirap,
Habang ako'y nasa Jordan, sa tapunan nasasadlak;
Doon sa may Bundok Hermon at sa may Bundok Mizar,
Di ko siya malilimot gunitain oras-oras.

Ang dagat na kalaliman pakinggan at umuugong,
At doon ay maririnig, lagaslas ng mga talon;
Ang kawangki at kawangis, malungkot na mga alon
Na sa aking kaluluwa ay ganap na tumatabon.

Nawa ang pag-ibig ng Diyos ay mahayag araw-araw,
Gabi-gabi siya nawa'y purihin ko at awitan;
Dadalangin ako sa Diyos, na sa aki'y bumubuhay.

Sa Diyos, na sanggalang ko ganito ang aking wika,
"Bakit ako ay nilimot, nilimot mo akong kusa?
Bakit ako nagdurusa sa kamay ng masasama?"

Halos ako ay natunaw sa pagkutya ng kaaway,
Habang sila'y nagtatanong,
"Ang Diyos mo ba ay nasaan?"

Bakit ako nalulungkot, bakit ako nagdaramdam?
Sa Diyos ako'y may tiwala, siyang aking aasahan;
Magpupuri akong muli, pupurihing walang humpay

Ang aking Tagapagligtas, ang Diyos na walang hanggan.

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

Antipona

Kung paanong yaong batis ang hanap ng usa, ganoon hinahanap ang Diyos ng uhaw kong kaluluwa, aleluya.

Antipona 2

Panginoon, punuin ang Sion ng mga papuring mula sa iyo, at tulutang mahayag ang mga kahanga-hangang gawa mo, aleluya.

Awit: Sirac 36:1-5, 10-13

(Panalangin sa pagpasok sa banal na lungsod ng Jerusalem)

Mahabag ka sa amin, PANGINOON, Diyos ng sanlibutan,
Lingapin mo kami, at gawin mong matakot sa iyo ang lahat ng bansa.
Kumilos ka laban sa mga bansang di kumikilala sa iyo,
Ipakita mo sa kanila ang iyong kapangyarihan.

Ginamit mo kami upang makita nila ang iyong kabanalan,
Gamitin mo naman sila nang makita namin ang iyong kapangyarihan.
Sa gayon makikilala nila, tulad ng pagkakilala namin na walang ibang Diyos liban sa iyo, PANGINOON.

Magpakita ka uli ng mga kababalaghan,
Gumawa ka ng mga bagong himala.
Ipakita mo ang lakas ng iyong bisig.

Tipunin mong lahat ang mga lipi ni Israel,
At ibalik mo sila sa lupaing ipinamana mo sa kanila noong una,
Kaawaan mo, PANGINOON, ang bayang itinuturing na bayan mo,
Ang Israel na inari mong anak na panganay.

Kahabagan mo ang aming banal na lunsod,
Ang Jerusalem na pinili mong tirahan.
Punuin mo ang Sion ng mga awit ng pagpupuri sa iyo,
Punuin mo ng iyong kaluwalhatian ang iyong banal na tahanan.

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

Antipona

Panginoon, punuin ang Sion ng mga papuring mula sa iyo, at tulutang mahayag ang mga kahanga-hangang gawa mo, aleluya.

Antipona 3

Niliwanagan ng kaluwalhatian ng Diyos ang lungsod na hirang; ang Kordero ng Diyos ang kanyang ilaw, aleluya.

Salmo 19A

(Kapurihan ng Diyos na maylikha sa lahat)

Ang langit ay naghahayag na ang Diyos ay dakila!
Malinaw na nagsasaad kung ano ang kanyang gawa!
Bawat araw, bawat gabi, ang ulat ay walang patlang,
Patuloy na nag-uulat sa sunod na gabi't araw.

Walang tinig o salitang ginagamit kung sabagay,
At wala ring naririnig na kahit na anong ingay;
Gayon pa man, sa daigdig ay laganap yaong tinig,
Ang balita'y umaabot sa duluhan ng daigdig.

Itong Diyos ay nagtayo ng tolda sa kalangitan,
Mula roon, kung umaga'y lumalabas itong araw;
Katulad ng naglalakad na lalaking ikakasal,
Parang isang manlalaro na handang makipaglaban.

Sa silangan sumisikat, lumulubog sa kanluran,
Init niyo'y nadarama ng lahat sa daigdigan.

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

Antiphon

Niliwanagan ng kaluwalhatian ng Diyos ang lungsod na hirang; ang Kordero ng Diyos ang kanyang ilaw, aleluya.

Umupo

Pagbasa ng Salita ng Diyos

Roma 10:8b-10

Malapit sa iyo ang salita, nasa iyong mga labi at nasa iyong puso (ibig sabihi'y ang salitang ipinangangaral namin tungkol sa pananampalataya). Kung ipahahayag ng iyong mga labi na si Hesus ay PANGINOON at mananalig ka nang buong puso na siya'y muling binuhay ng Diyos, maliligtas ka. Sapagkat nananalig ang tao sa pamamagitan ng kanyang puso at sa gayo'y napawawalang-sala; at nagpapahayag sa pamamagitan ng kanyang labi at sa gayo'y naliligtas.

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

Sa pagkabuhay ni Hesukristo mula sa kamatayan, binigyan tayo ng Diyos ng isang bagong pagsilang tungo sa isang buhay na pag-asa sa pangakong pamana na mananatili magpakailan man, 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

Sa pagkabuhay ni Hesukristo mula sa kamatayan, binigyan tayo ng Diyos ng isang bagong pagsilang tungo sa isang buhay na pag-asa sa pangakong pamana na mananatili magpakailan man, aleluya.

Pangkalahatang Panalangin

Dinakila ang Diyos Ama sa kamatayan at muling pagkabuhay ng kanyang Anak. Dumalangin tayo sa kanya ng buong tiwala, at

sabihin:

— Panginoon, liwanagan ang aming mga isipan.

Anak ng kaliwanagan, pinuno mo ang sanlibutan ng kaningningan noong si Kristo ay mabuhay muli sa kaluwalhatian,
punuin ngayon ng liwanag ng pananampalataya ang aming mga isipan.

— Panginoon, liwanagan ang aming mga isipan.

Sa pamamagitan ng pagkabuhay ng iyong Anak, binuksan mo para sa amin ang daan sa buhay na walang hanggan,
sa aming ginagawa ngayon, pangalagaan mo kami nang may pag-asa sa kaluwalhatian.

— Panginoon, liwanagan ang aming mga isipan.

Sa pamamagitan ng iyong muling nabuhay na Anak, isinugo mo ang Espiritu Santo sa sanlibutan,
papag-alabin ang aming puso ng makalangit na pagmamahal.

— Panginoon, liwanagan ang aming mga isipan.

Nawa si Hesukristo na ipinako sa krus para sa aming kalayaan,
ang maging kaligtasan nami't katubusan.

— Panginoon, liwanagan ang aming mga isipan.

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,
ang amin nawang pagdiriwang
ng muling pagkabuhay ng Anak mong mahal
ay makatulong upang aming maranasan
ang bisa nito sa aming pamumuhay
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