Panalangin ng mga Kristiyano sa Maghapon

Liturgy of the Hours

Panalangin sa Umaga

Ika-7 ng Pebrero, 2026

{ Ika-4 Sabado 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

Makinig tayo sa tinig ng Diyos, at pumasok sa kanyang pangakong inilaan.

— Makinig tayo sa tinig ng Diyos, at pumasok sa kanyang pangakong inilaan.

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.

— Makinig tayo sa tinig ng Diyos, at pumasok sa kanyang pangakong inilaan.

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.

— Makinig tayo sa tinig ng Diyos, at pumasok sa kanyang pangakong inilaan.

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.

— Makinig tayo sa tinig ng Diyos, at pumasok sa kanyang pangakong inilaan.

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.

— Makinig tayo sa tinig ng Diyos, at pumasok sa kanyang pangakong inilaan.

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."

— Makinig tayo sa tinig ng Diyos, at pumasok sa kanyang pangakong inilaan.

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

— Makinig tayo sa tinig ng Diyos, at pumasok sa kanyang pangakong inilaan.

Panalangin sa Umaga

AWIT

Si Kristo ang Liwanag, at wala nang iba pa,
'Sinilang sa 'ting mundo, at naging kapatid s'ya.
Kung nakita na siya, nakita na ang Ama.
Purihin ang ating D'yos, at luwalhatiin s'ya!

S'ya ang Kapayapaan, at wala nang iba pa,
Ang may galit sa kapwa'y di maaring lingkod n'ya.
Sino pa'ng mag-uugnay upang mapasa Ama.
Purihin ang ating Diyos, at luwalhatiin s'ya!

Siya ang ating Buhay, at wala nang iba pa,
'Pinagbili nang mura, inaba't pinatay s'ya.
Siya'ng tumubos sa 'tin, nasa kanan ng Ama.
Purihin ang ating D'yos, at luwalhatiin s'ya!

Umupo o tumayo

Mga Antipona at Salmo

Antipona 1

Aawit kaming lagi ng papuri sa ngalan mong Kataas-taasan at awa mo'y ihahayag sa pagbubukang-liwayvvay.

Salmo 92

(Pagpupuri sa Diyos na Manlilikha)

Ang magpasalamat sa PANGINOONG Diyos ay mabuting bagay,
Umawit na lagi, purihin ang ngalang Kataas-taasan.
Pag-ibig n'yang wagas ay dapat ihayag, kung bukang-liwayway,
Pagsapit ng gabi ang katapatan n'ya'y ihayag din naman.
Ito'y ipahayag sa saliw ng alpa't tugtuging salteryo,
Sa magandang himig ng tugtuging lira'y ipahayag ito.

Ako'y nagagalak sa iyong ginawa na kahanga-hanga,
Sa lahat ng ito, ako'y umaawit dahilan sa tuwa.
O pagkadakila! Kay dakila, PANGINOON, ng iyong ginawa,
Ang iyong isipan ay sadyang mahirap naming maunawa.

Sa pahat na isip, ang bagay na ito ay di nalalaman,
Hindi malilirip ni mauunawa ng sinumang mangmang
Ang mga masama, kahit na dumami, sila ma'y umunlad,
Yaong sasapitin nila't hahantungan ay pagkapahamak;
Sapagkat ikaw lang, PANGINOON, ang dakila't walang makatulad.
Nababatid naming lilipuling lahat ang iyong kaaway,
At lahat ng taong masama ang gawa ay mapipilan.

Ako'y ginawa mong sinlakas ng torong mailap sa gubat,
Ako'y pinagpala't pawang kagalakan yaong dinaranas.
Aking nasaksihan yaong pagkalupig ng aking kaaway,
Pati pananaghoy ng mga masama'y aking napakinggan.
Katulad ng palma, ang taong matuwid tatatag ang buhay,
Parang mga sedro, kahoy sa Libano, lalagong mainam.

Parang punongkahoy na doon natanim sa tahanan ng Diyos,
Sa banal na templo, ito ay lalago na nakalulugod.
Tuloy ang pagbunga kahit na ang punong ito ay tumanda,

Luntia't matatag, at ang dahon nito ay laging sariwa.
Ito'y patotoo na ang PANGINOO'Y tunay na matuwid,
Siya kong sanggalang, matatag na batong walang bahid dungis.

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

Antipona

Aawit kaming lagi ng papuri sa ngalan mong Kataas-taasan at awa mo'y ihahayag sa pagbubukang-liwayvvay.

Antipona 2

Lilikha ako sa inyo ng bagong puso at hihingahan ko kayo ng bagong espiritu.

Awit: Ezekiel 36:24-28

(Papanibaguhin ng Panginoon ang kanyang bayan)

Titipunin ko kayo mula sa iba't ibang bansa
Upang ibalik sa inyong bayan.

Wiwisikan ko kayo ng tubig na dalisay
Upang kayo'y luminis.
Aalisin ko rin ang naging mantsa ninyo
Dahil sa inyong mga diyus-diyusan.

Bibigyan ko kayo ng bagong puso at bagong espiritu.
Ang masuwayin ninyong puso
Ay gagawin kong masunurin.

Bibigyan ko kayo ng aking Espiritu
Upang makalakad kayo ayon sa aking mga tuntunin
At masunod ninyong mabuti ang aking mga utos.

Ititira ko kayo sa lupaing
Ibinigay ko sa inyong mga ninuno.
Kayo ay magiging bayan ko at ako ang inyong Diyos.

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

Antiphon

Lilikha ako sa inyo ng bagong puso at hihingahan ko kayo ng

bagong espiritu.

Antipona 3

Pupurihin kang lagi ng mga sanggol at bata.

Salmo 8

(Ang Diyos ay maringal at ang tao'y marangal)

Ikaw, O PANGINOON, Diyos namin,
Laganap sa lupa ang iyong luningning,
At hanggang sa langit laging pupurihin.

Aawitang lagi niyong mga Bata,
Na wala pang malay at sariling diwa.
Matibay na muog ikaw ay naghanda
Laban sa kaaway, kalabang masama.

Ang likha mong langit, kung aking pagmasdan,
Pati mga tala, bituin at buwan;
Ano nga ang tao upang 'yong alalahanin?
Ay ano nga siya na sukat mong kalingain?

Nilikha mo siya, na halos kapantay
Ng iyong luningning at kadakilaan!
Pinamahala mo sa buong daigdig,
Sa lahat ng bagay malaki't maliit;

Mga baka't tupa, hayop na mabangis
At lahat ng ibong nasa himpapawid,
At maging sa isda, sa 'lalim ng tubig.

Sa buong daigdig, ikaw PANGINOON namin,
Ang banal mong ngalan ay dadakilain!

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

Antipona

Pupurihin kang lagi ng mga sanggol at bata.

Umupo

Pagbasa ng Salita ng Diyos

2 Pedro 3:13-15a

Ayon sa pangako ng Diyos, naghihintay tayo ng mga bagong langit at ng bagong lupa na pinaghaharian ng katarungan. Kaya nga, mga minamahal, samantalang kayo'y naghihintay, sikapin ninyong mamuhay na payapa, walang dungis at kapintasan. Alalahanin ninyong kaya nagtitimpi ang PANGINOON ay upang bigyan kayo ng pagkakataong maligtas.

Tugunan

Aking kagalakan, O Diyos, ang ika'y purihi't awitan.

— Aking kagalakan, O Diyos, ang ika'y purihi't awitan.

Ang umawit habang ang kagandahang-loob mo'y pinagninilayan,

— ang ika'y purihi't awitan.

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

— Aking kagalakan, O Diyos, ang ika'y purihi't awitan.

Tumayo

Papuring Awit ni Zacarias

Antipona

Panginoon, patnubayan mo kami sa daan ng kapayapaan.

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, patnubayan mo kami sa daan ng kapayapaan.

Pangkalahatang Panalangin

Sambahin natin ang Diyos na nagkaloob ng pag-asa at buhay sa sanlibutan sa pamamagitan ng kanyang Anak. Hilingin natin:

— Panginoon, kami'y iyong pakinggan.

Panginoon, Ama ng lahat, ikaw ang may kaloob ng araw na ito, tulutan kaming makapamuhay kapiling ni Kristo at makapagbigay-papuri sa kadakilaan mo.

— Panginoon, kami'y iyong pakinggan.

Ginawaran mo kami ng pananampalataya, pag-asa at pag-ibig, manatili nawa itong nakaugat sa puso nami't isip.

— Panginoon, kami'y iyong pakinggan.

Panginoon, ang paningin nawa nami'y ituon sa iyo,
upang madali kaming makatugon sa tawag mo.

— Panginoon, kami'y iyong pakinggan.

Ipagtanggol kami mula sa bitag ng masama.
huwag itulot na sa kasalanan kami'y madapa.

— Panginoon, kami'y iyong pakinggan.

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,
tunay na liwanag at walang hanggan,
kami'y iyong tanglawan ng iyong pagdating
upang mapawi sa aming mga isipan
ang dilim ng kasalanan.
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