*Panalangin ng mga Kristiyano sa Maghapon*

# Liturgy of the Hours

## Panalangin sa Takipsilim

Ika-26 ng Enero, 2026

{ Paggunita kina San Timoteo at San Tito, mga obispo }

Liturgy of the Hours
EBREVIARY

*Tumayo at gawin ang tanda ng krus*

O Diyos, halina at ako'y tulungan.

— O Panginoon, magmadali ka sa iyong pagdamay.

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

— Kapara noong una, ngayon at magpasawalang hanggan. Amen.

## Awit

PANGINOONG Hesus, kami po ay samahan
Ngayong palubog na ang mainit na araw.
H'wag po nawang panawin ang aming pag-asa
Sa liwanag nitong pananampalataya.

PANGINOONG Hesus, kapayapaa'y 'bigay
At sa 'ming pagsubok, kami po ay gabayan.
Ipagkaloob mo ang biyaya mong ilaw
Nang ang iyong mukha'y aming mabanaagan.

Walang hanggang Diyos, ang Kabanal-banalan,
Nasa 'yo ang lakas, at ang kapangyarihan,
Kaluwalhatian, tunay na walang hanggan,
Pagkat ikaw lamang ang nagbibigay-buhay.

*Umupo o tumayo*

## Mga Antipona at Salmo

*Antipona 1*

Ang mga mata nati'y sa Panginoon nakatuon, at naghihintay ng kanyang mahabaging tulong.

*Salmo 123*

*(Ang Panginoon, di-mabibigong pag-asa ng kanyang bayan)*

Ang aking pangmasid doon nakapukol,
Sa luklukang trono mo, O PANGINOON.
Tulad ko'y aliping ang inaasahan
Ay ang amo niya para matulungan.

Kaya walang humpay ang aming tiwala,

Hanggang ikaw, PANGINOON, sa ami'y maawa.
Mahabag ka sana, kami'y kaawaan,
Labis na ang hirap naming tinataglay.

Kami'y hinahamak ng mga mayaman,
Matagal na kaming laging inuuyam
Ng mapang-aliping palalo't mayabang.

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

*Antipona*

Ang mga mata nati'y sa Panginoon nakatuon, at naghihintay ng kanyang mahabaging tulong..

*Antipona 2*

Ang tumutulong sa atin ay ang Panginoon na may gawa ng langit at lupa.

*Salmo 124*

*(Ang tulong natin ay sa ngalan ng PANGINOON)*

Ano kaya't di pumanig sa atin ang PANGINOON;
O Israel, ano kaya ang sagot sa gayong tanong?
Kung ang Diyos na PANGINOON, sa amin ay di pumanig,
Noong kami'y salakayin ng kaaway na malupit,
Maaaring kami noon ay nilulon na nang buhay
Sa silakbo ng damdamin at matinding kagalitan.

Maaaring kami noo'y natangay na niyong agos,
Naanod sa karagata't tuluy-tuloy na nalunod;
Sa lakas ng agos noo'y nalunod nga kaming lubos.

Tayo ay magpasalamat, ang PANGINOON ay papurihan,
Pagkat tayo'y iniligtas sa malupit na kaaway.
Ang katulad nati'y ibong sa bitag ay nakatakas;

Lubos tayong nakalaya nang ang bitag ay mawasak.
Tulong nating kailangan ay sa PANGINOON nagmumula,
Pagkat itong lupa't langit tanging siya ang lumikha.

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

*Antipona*

Ang tumutulong sa atin ay ang Panginoon na may gawa ng langit at lupa.

*Antipona 3*

Hinirang tayo ng Diyos sa pamamagitan ng kanyang Anak upang kanyang maging anak na ampon.

*Awit: Efeso 1:3-10*

Magpasalamat tayo sa Diyos
At Ama ng ating PANGINOONG Hesukristo!
Pinagkalooban niya tayo
Ng lahat ng pagpapalang espirituwal
Dahil sa ating pakikipag-isa kay Kristo.

At sa atin ngang pakikipag-isang ito;
Hinirang na niya tayo bago pa nilikha ang sanlibutan
Upang maging banal at walang kapintasan sa harapan niya.

Dahil sa pag-ibig ng Diyos,
Tayo'y kanyang itinalaga upang maging mga anak niya
Sa pamamagitan ni Hesukristo.

Iyan ang kanyang layunin at kalooban.
Purihin natin siya
Dahil sa kanyang kahanga-hangang pagkalinga sa atin
Sa pamamagitan ng kanyang minamahal na Anak!

Tinubos tayo ni Kristo sa pamamagitan ng kanyang kamatayan
At sa gayo'y pinatawad na ang ating mga kasalanan.
Gayon kadakila ang pag-ibig na ipinadama niya sa atin.

Binigyan niya tayo ng karunungan at kabatiran
Upang lubos nating maunawaan
Ang kanyang lihim na panukala na isasakatuparan
Sa pamamagitan ni Kristo pagdating ng takdang panahon.

Ang panukalang ito ay pag-isahin kay Kristo
Ang lahat ng nasa langit at nasa lupa.

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

*Antipona*

Hinirang tayo ng Diyos sa pamamagitan ng kanyang Anak upang kanyang maging anak na ampon.

*Umupo*

## Pagbasa ng Salita ng Diyos

*Santiago 4:11-12*

Huwag kayong magsiraan, mga kapatid. Ang namumula o humahatol sa kanyang kapatid ay namumula at humahatol sa Kautusan. At kung hinahatulan mo ang Kautusan, hindi ka na isang tagatupad ng Kautusan kundi isang hukom. Iisa ang nagbigay ng Kautusan at siya rin ang hukom. Tanging siya ang may kapangyarihang magligtas at pumuksa. Ngunit ikaw — sino ka upang humatol sa iyong kapwa?

*Tugunan*

Panginoon, ikaw lamang ang makapagpapagaling sa akin, sapagkat pinasakitan kita dahil sa aking mga kasalanan.

— Panginoon, ikaw lamang ang makapagpapagaling sa akin, sapagkat pinasakitan kita dahil sa aking mga kasalanan.

Minsan ko pang sasabihin: Panginoon, ako'y iyong kaawaan,

— sapagkat pinasakitan kita dahil sa aking mga kasalanan.

Papuri sa Ama at sa Anak at sa Espiritu Santo.

— Panginoon, ikaw lamang ang makapagpapagaling sa akin, sapagkat pinasakitan kita dahil sa aking mga kasalanan.

*Tumayo*

## Papuring Awit ni Maria

*Antipona*

Ang puso ko'y nagpupuri sa Panginoon, sapagkat nilingap niya ang kanyang abang alipin.

*Lukas 1:46-56*

*Gumawa tanda ng krus*

Ang puso ko'y nagpupuri sa Panginoon,

At nagagalak ang aking espiritu dahil sa Diyos na aking tagapagligtas.
Sapagka't nilingap niya ang kanyang abang lingkod!

At mula ngayon, ako' y tatawaging mapalad ng lahat ng salinlahi,
Dahil sa mga dakilang bagay na ginawa sa akin ng Makapangyarihan —
Banal ang kanyang pangalan!

Kinahahabagan niya ang mga may takot sa kanya,
Sa lahat ng sali't saling lahi.
Ipinakita niya ang lakas ng kanyang mga bisig,
Pinangalat niya ang mga palalo ang isipan.

Ibinagsak niya ang mga hari mula sa kanilang trono,
At itinaas ang mga nasa abang kalagayan.

Binusog niya ng mabubuting bagay ang mga nagugutom,
At pinalayas niyang wala ni anuman ang mayayaman.

Tinulungan niya ang kanyang bayang Istael,
Bilang pagtupad sa pangako niya saating mga magulang,
Kay Abraham at sa kanyang lahi, magpakailanman!

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

*Antipona*

Ang puso ko'y nagpupuri sa Panginoon, sapagkat nilingap niya ang kanyang abang alipin.

## Pangkalahatang Panalangin

Nais ni Kristo na pamunuan ang lahat ng tao tungo sa kaligtasan. Buong puso nating hilingin sa kanya:

— Akitin mo ang lahat patungo sa iyo, Panginoon.

Sa pamamagitan ng iyong kamahal-mahalang dugo, Panginoon, tinubos mo kami mula sa pagkaalipin sa kasalanan,
bilang mga anak ng Diyos, gawaran mo kami ng kalayaan.

— Akitin mo ang lahat patungo sa iyo, Panginoon.

Pagpalain mo ang aming Obispo, N. at lahat ng mga obispo,

sa diwa ng kagalakan, maipamahagi nawa nila ang mga biyaya ng iyong mga sakramento.

— Akitin mo ang lahat patungo sa iyo, Panginoon.

Tulutan mong magtagumpay ang mga naghahanap ng katotohanan,
at kung matagpua'y maging masigasig itong maisabuhay.

— Akitin mo ang lahat patungo sa iyo, Panginoon.

Ikaw nawa'y makapiling upang aliwin ang lahat ng mga walang kumakalinga, ang mga ulila at mga balo,
madama nilang kapiling ka at manahan sa iyo.

— Akitin mo ang lahat patungo sa iyo, Panginoon.

Tanggapin sa iyong walang hanggang kaharian ang mga yumao,
na kung saan naroon ka, kasama ng Ama at ng Espiritu Santo.

— Akitin mo ang lahat patungo sa iyo, Panginoon.

*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 naming makapangyarihan,
iginawad mo ang mga katangian ng apostol
kina San Timoteo at San Tito.
Pagbigyan mo ang kanilang dalanging

kami'y makapamuhay nang maayos at matapat
sa iyong kalooban
para kami'y marapatin mong makasapit
sa iyong piling sa kalangitan
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*