Panalangin ng mga Kristiyano sa Maghapon

Liturgy of the Hours

Panalangin sa Takipsilim I

Ika-28 ng Mayo, 2025

{ Kapistahan ng Pag-Akyat sa Langit ng Panginoon }

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

Ating alalahanin na si Hesus ay namatay
At s'ya'y muling nabuhay para sa 'ting kasalanan.
Siya ang ating Diyos, PANGINOONG nagliligtas,
Sa lahat ng panahon, s'ya ang kaligayahan.

Kung tayo ay mamatay kasama ng PANGINOON,
Mabubuhay din tayong kasama ang PANGINOON.

Ating alalahanin na si Hesus ay namatay
At s'ya'y muling nabuhay para sa 'ting kasalanan.
Siya ang ating Diyos, PANGINOONG nagliligtas,
Sa lahat ng panahon, s'ya ang kaligayahan.

Kung tayo ma'y nagtiis kasama ng PANGINOON,
Tayo ri'y maghahari kasama ng PANGINOON.

Ating alalahanin na si Hesus ay namatay
At s'ya'y muling nabuhay para sa 'ting kasalanan.
Siya ang ating Diyos, PANGINOONG nagliligtas,
Sa lahat ng panahon, s'ya ang kaligayahan.

Lahat ay nasa kanya, kahit ating kalungkutan;
Nasa kanya ang lahat maging ating kagalakan.

Ating alalahanin na si Hesus ay namatay
At s'ya'y muling nabuhay para sa 'ting kasalanan.
Siya ang ating Diyos, PANGINOONG nagliligtas,
Sa lahat ng panahon, s'ya ang kaligayahan.

Lahat ay nasa kanya, kahit ating kaligtasan;
Nasa kanya ang lahat maging ating pagmamahal.

Ating alalahanin na si Hesus ay namatay

At s'ya'y muling nabuhay para sa 'ting kasalanan.
Siya ang ating Diyos, PANGINOONG nagliligtas,
Sa lahat ng panahon, s'ya ang kaligayahan.

Umupo o tumayo

Mga Antipona at Salmo

Antipona 1

Ang mga puso ninyo'y huwag mangamba; manalig kayo sa akin, aleluya.

Salmo 62

(Ang kapayapaan sa Diyos)

Sa Diyos lamang ako tanging umaasa;
Ang kaligtasa'y nagbubuhat sa kanya.
Tanging siya lamang ang Tagapagligtas,
Tagapagtanggol ko at aking kalasag;
Akin ang tagumpay sa lahat ng oras!

Gaano katagal bang inyong babakahin
Yaong isang tao na nais lupigin,
Upang siya'y lubusang wasaki't ibagsak
Itulad sa isang bakod na nawasak?

Nais lamang ninyong siya ay siraan,
Sa inyong adhikang ibaba ang dangal;
Ang magsinungaling ang inyong kasiyahan.
Pangungusap ninyo kunwa'y pagpapala,
Subalit sa puso'y inyong sinusumpa.

Tanging sa Diyos lang ako umaasa;
Ang aking pag-asa'y tanging nasa kanya.
Tanging siya lamang ang Tagapagligtas,
Tagapagtanggol ko at aking kalasag.
Akin ang tagumpay sa lahat ng oras!

Ang kaligtasan ko't aking karangalan
Ay buhat sa Diyos, nasa kanya lamang;
Malakas ko siyang tagapagsanggalang,
Matibay na muog na aking kanlungan.

Mga kababayan, sa lahat ng oras
Magtiwala sa Diyos; sa kanya ilagak
Ang inyong pasaning ngayo'y dinaranas;
Siya ang kublihang sa ati'y lulunas.

Ang taong nilalang ang nakakawangis
Ay yaong hiningang madgling mapatid.
Pagsamahin mo ma't dalhin sa timbangan,
Katumbas na bigat ay hininga lamang.

H'wag kang magtiwala sa gawang marahas,
Ni sa panghaharang, umasang uunlad;
Kahit umunlad pa ang 'yong kabuhayan
Ang lahat ng ito'y di dapat asahan.

Hindi na miminsang aking napakinggan
Na taglay ng Diyos ang kapangyarihan,
At di magbabago kanyang pagmamahal.
Ayon sa ginawa ng sinumang tao
Doon nababatay ang gantimpala mo.

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

Antipona

Ang mga puso ninyo'y huwag mangamba; manalig kayo sa akin, aleluya.

Antipona 2

Panginoong Diyos, purihin ka nawa ng mga tao; magalak nawa sila sa kaligtasang kaloob mo, aleluya.

Salmo 67

(Ang mga tao sa lahat ng bansa ay sasamba sa Panginoon)

O Diyos, pagpalain kami't kahabagan,
Kami PANGINOO'y iyong kaawaan,
Upang sa daigdig mabatid ng lahat
Ang iyong kalooban at ang pagliligtas.

Purihin ka nawa ng lahat ng tao,
Purihin ka nila sa lahat ng dako.

Nawa'y purihin ka ng mga nilikha,
Pagkat matuwid kang humatol sa madla;
Ikaw ang patnubay ng lahat ng bansa.

Purihin ka nawa ng lahat ng tao,
Purihin ka nila sa lahat ng dako.

Nag-aning mabuti ang mga lupain,
Pinagpala kami ng PANGINOON, Diyos namin!
Ang lahat sa ami'y iyong pinagpala,
Nawa'y igalang ka ng lahat ng bansa.

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

Antipona

Panginoong Diyos, purihin ka nawa ng mga tao; magalak nawa sila sa kaligtasang kaloob mo, aleluya.

Antipona 3

Laganap ang kanyang kaluwalhatian sa kalangitan at pinupuno ang lupa ng kanyang kadakilaan, aleluya.

Awit: Colosas 1:12-20

(Si Kristo ang panganay na Anak ng sangnilikha at ng mga patay)

Magpasalamat kayo sa Ama,
Sapagkat minarapat niyang ibilang kayo sa mga hinirang
Na magmamana ng kaharian ng kaliwanagan.

Iniligtas niya tayo
Sa kapangyarihan ng kadiliman
At inilipat sa kaharian ng kanyang minamahal na Anak.
Sa pamamagitan ng Anak, tayo'y pinalaya
At pinatawad sa ating mga kasalanan.

Si Kristo ang larawan ng Diyos na di-nakikita,
At siyang may kapangyarihan sa lahat ng nilikha.
Sapagkat ang lahat ng nasa langit at nasa lupa,
Nakikita man o hindi;

Pati ang mga naghahari at namamahala,
Mga namumuno at may kapangyarihang espirituwal

Ay pawang nilikha ng Diyos
Sa pamamagitan niya at para sa kanya.
Siya'y una sa lahat, at sa kanya nasasalalay
Ang kaayusan ng lahat ng bagay.

Siya ang ulo ng simbahan na kanyang katawan.
Siya ang Una, ang panganay na Anak —
Ang unang nabuhay na muli
Upang siya ang maging pinakadakila sa lahat ng bagay.

Ipinasiya ng Diyos na ang kanyang kalikasan
Ay manatili rin sa Anak,
At inibig niyang ang sandaigdigan ay makipagkasundo sa kanya
sa pamamagitan ng Anak.
Sa pamamagitan ng pagkamatay nito sa krus,
Nagkasundo nga ang Diyos at ang lahat ng nilikha
Sa langit at sa lupa.

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

Antipona

Laganap ang kanyang kaluwalhatian sa kalangitan at pinupuno ang lupa ng kanyang kadakilaan, aleluya.

Umupo

Pagbasa ng Salita ng Diyos

Hebreo 7:24-27

Si Hesus ay buhay magpakailanman at hindi siya mahahalinhan sa kanyang pagkasaserdote. Dahil nga riyan, lubusan niyang maililigtas ang lahat ng lumalapit sa Diyos sa pamamagitan niya, sapagkat siya'y nabubuhay magpakailan man upang mamagitan para sa kanila.

Si Hesus, kung gayon ang Dakilang Saserdoteng makatutugon sa ating pangangailangan. Siya'y Banal, walang kapintasan o kasalanan, nahihiwalay sa mga kasalanan at mataas pa kaysa sangkalangitan. Hindi siya katulad ng ibang mga dakilang saserdote na kailangang maghandog ng mga hain araw-araw, una'y para sa sarili nilang kasalanan, at pagkatapos, para sa kasalanan ng

tao. Minsang naghandog si Hesus — at iya'y pangmagpakailanman — nang ihandog niya ang kanyang sarili.

Tugunan

Ang mga alagad ay nagalak, aleluya, aleluya.

— Ang mga alagad ay nagalak, aleluya, aleluya.

Nang ang Panginoong muling nabuhay ay kanilang nakita,

— aleluya, aleluya.

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

— Ang mga alagad ay nagalak, aleluya, aleluya.

Tumayo

Papuring Awit ni Maria

Antipona

Ama, naipahayag ko na ang iyong ngalan sa mga taong ipinagkaloob mo sa akin; idinadalangin ko sila ngayon at hindi ang sanlibutan, dahil ako'y patutungo sa iyo, aleluya.

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

Ama, naipahayag ko na ang iyong ngalan sa mga taong ipinagkaloob mo sa akin; idinadalangin ko sila ngayon at hindi ang sanlibutan, dahil ako'y patutungo sa iyo, aleluya.

Pangkalahatang Panalangin

Sa kanyang Anak na muling nabuhay mula sa kamatayan, binuksan sa atin ng Diyos ang daan sa walang hanggang buhay. Manawagan tayo sa Ama:

— Sa pamamagitan ng tagumpay ni Kristo, iligtas mo kami.

Diyos ng aming mga ninuno, binuhay mo ang iyong Anak mula sa kamatayan at dinamitan siya ng kaluwalhatian; antigin ang aming puso sa pagsisising tunay,
lagi nawa kaming tumahak sa landas ng bagong buhay.

— Sa pamamagitan ng tagumpay ni Kristo, iligtas mo kami.

Sa Pastol at Tagapangalaga ng aming kaluluwa, karni'y pabalik mong inakay,
panatilihin mo kaming matapat sa ilalim ng paggabay ng aming mga pastol sa Simbahan.

— Sa pamamagitan ng tagumpay ni Kristo, iligtas mo kami.

Ang mga unang-ani ng mga alagad ni Kristo mula sa pamayanan ng mga Hudyo ay iyong hinirang,
ipahayag sa mga anak ng Israel ang kaganapan ng pangakong ginawa sa kanilang mga unang magulang.

— Sa pamamagitan ng tagumpay ni Kristo, iligtas mo kami.

Alalahanin ang mga ulila at balo, at mga namamanglaw,

at ang mga nagbalik-loob sa iyo sa pamamagitan ng kamatayan ng iyong Anak ay huwag pabayaan.

— Sa pamamagitan ng tagumpay ni Kristo, iligtas mo kami.

Tinawag mo si San Esteban sa iyong harapan noong naging saksi siya kay Kristo, na nakaluklok sa iyong kanang kamay,
tanggapin ang aming mga yumaong kapatid na sa pananampalataya at pagmamahal ay umasang makikita ang iyong kaluwalhatian.

— Sa pamamagitan ng tagumpay ni Kristo, iligtas 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,
magalak nawa kami sa pag-akyat sa langit
ni Hesukristong iyong Anak.
Masundan nawa namin siya sa bagong sangnilikha
sapagkat ang kanyang pag-akyat sa langit
ang aming kadakilaan at pag-asa,
sa pamamagitan niya na aming Panginoon
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