Panalangin ng mga Kristiyano sa Maghapon

Liturgy of the Hours

Panalangin sa Takipsilim

Ika-2 ng Mayo, 2025

Paggunita kay San Atanasio, obispo at pantas ng Simbahan

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

Sinagip ng Panginoon ang aking buhay mula sa hablot ng kamatayan, aleluya.

Salmo 116:1-9

(Pasasalamat)

Mahal ko ang PANGINOON, pagkat ako'y dinirinig,
Dinirinig niya ako, sa dalangin ko at hibik;
Ako'y kanyang dinirinig tuwing ako'y tumatawag,
Kung ako ay tumatawag, sinasagot niya agad.

Noong ako'y mahuhulog sa bingit ng kamatayan,
Nadarama ko ang tindi ng takot ko sa libingan;
Lipos ako ng pangamba at masidhing katakutan.
Sa ganoong kalagayan, ang PANGINOON ang tinawag ko,
At ako ay nagsumamo na iligtas niya ako.

Mabuti ang PANGINOON, siya'y mahabaging Diyos,
Tunay siyang mahabagin at mapagpahinuhod.
Ang PANGINOON ang nag-iingat sa wala nang sumaklolo,
Noong ako ay manganib, iniligtas niya ako.

Manalig ka, O puso ko, sa Diyos ka magtiwala,
Pagkat siya ay mabuti't di marunong magpabaya.
Ako'y kanyang iniligtas sa kuko ng kamatayan,
Tinubos sa pagkatalo, at luha ko'y pinahiran.

Sa harap ng PANGINOON doon ako mananahan,
Doon ako mananahan sa daigdig nitong buhay.

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

Antipona

Sinagip ng Panginoon ang aking buhay mula sa hablot ng kamatayan, aleluya.

Antipona 2

Tinitingnan ng Panginoon ang bayan niya, at binabantayan sila bilang tanging tampulan ng kanyang mata.

Salmo 121

(Tagapagtanggol ng kanyang bayan)

Sa gawi ng bundok, tumitingin ako,
Saan manggagaling ang aking saklolo?
Ang hangad kong tulong, sa Diyos magmumula,
Sa Diyos na lumikha ng langit at lupa.

Huwag sana akong bayaang mabuwal,
Handang lagi siya sa pagsasanggalang.
Ang tagapagtanggol ng bayang Israel,
Hindi natutulog at palaging gising!

Ang Diyos na PANGINOON, siyang magbabantay,
Laging nasa piling, upang magsanggalang.
Di ka magdaramdam sa init ng araw,
Kung gabi ay di ka sasaktan ng buwan.

Sa mga panganib, ikaw'y ililigtas
Nitong PANGINOON, siyang mag-iingat.
Saanman naroon, ikaw'y iingatan,
Di ka maaano kahit na kailan.

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

Antipona

Tinitingnan ng Panginoon ang bayan niya, at binabantayan sila bilang tanging tampulan ng kanyang mata.

Antipona 3

Ang Panginoon ay aking lakas; lagi ko siyang pupurihin sapagkat siya'y naging aking Tagapagligtas, aleluya.

Awit: Pahayag 15:3-4

(Awit ng Pagsamba)

PANGINOONG Diyos na Makapangyarihan sa lahat,
Dakila at kahanga-hanga ang iyong mga gawa!
O Hari ng mga bansa,
Matuwid at totoo ang iyong mga daan!
Sino ang hindi matatakot sa iyo, PANGINOON?
Sino ang tatangging magpahayag ng iyong kadakilaan?

Ikaw lamang ang banal!
Lahat ng mga bansa ay lalapit at sasamba sa iyo,
Sapagkat nakita ng lahat ang matuwid mong mga gawa.

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

Antipona

Ang Panginoon ay aking lakas; lagi ko siyang pupurihin sapagkat siya'y naging aking Tagapagligtas, aleluya.

Umupo

Pagbasa ng Salita ng Diyos

Hebreo 5:8-10

Bagama't siya'y Anak ng Diyos, natutuhan niya ang tunay na kahulugan ng pagsunod sa pamamagitan ng pagtitiis. At nang maganap na niya ito, siya'y naging walang hanggang Tagapagligtas ng lahat ng sumusunod sa kanya. Minarapat ng Diyos na siya'y gawing dakilang saserdote ayon sa pagkasaserdote ni Melquisedec.

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

Walang hihigit sa pag-ibig na ialay mo ang iyong buhay para sa iyong mga kaibigan, 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

Walang hihigit sa pag-ibig na ialay mo ang iyong buhay para sa iyong mga kaibigan, aleluya.

Si Kristo ang daan, ang katotohanan at ang buhay. Papurihan natin siya at sabihin:

— Anak ng Diyos na buhay, pagpalain mo ang iyong sambayanan.

Dumadalangin kami sa iyo, Panginoong Hesukristo, para sa lahat ng mga naglilingkod sa iyong Simbahan,
sa kanilang paghahati para sa amin ng tinapay ng buhay, sila rin nawa'y makatanggap ng kalusugan at lakas.

— Anak ng Diyos na buhay, pagpalain mo ang iyong sambayanan.

Dumadalangin kami para sa buong sambayanang Kristiyano, upang ang lahat ay maging karapatdapat sa kanilang pagkatawag,
at pangalagaan ang kanilang pagkakaisa sa Espiritu sa pamamagitan ng bigkis ng kapayapaan.

— Anak ng Diyos na buhay, pagpalain mo ang iyong sambayanan.

Dumadalangin kami para sa mga namamahala sa amin, upang kanilang pairalin ang katarungan nang may habag,
at palaganapin ang kaayusan at kapayapaan sa buong daigdig.

— Anak ng Diyos na buhay, pagpalain mo ang iyong sambayanan.

Dumadalangin kami para sa aming sarili, upang linisin ang aming mga puso sa pag-awit ng iyong mga papuri kasama ng mga banal, makaugnay nawa namin ang aming mga kapatid na yumao na aming itinataas sa iyong mapagmahal na kabutihan.

— Anak ng Diyos na buhay, pagpalain mo ang iyong sambayanan.

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,
hinirang mo ang obispong si San Atanasio
bilang matatag na tagapagtanggol
ng pananampalatayang ang Anak mo ay Diyos na totoo.
Sa pagkakamit namin ng kaalaman sa kanyang pinanindigan
at sa kanyang pagmamalasakit sa aming kapakanan
kami nawa'y walang hadlang na umunlad
sa pagkakilala at pag-ibig sa iyo
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