Panalangin ng mga Kristiyano sa Maghapon

Liturgy of the Hours

Panalangin sa Umaga

Ika-23 ng Abril, 2026

{ Ika-3 Huwebes 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

Lungsod ng Diyos, ikaw ang bukal ng aking buhay; makikigalak kami sa iyo sa pamamagitan ng tugtog at sayaw, aleluya.

Salmo 87

(Ang Jerusalem ang ina nating lahat)

Sa Bundok ng Sion,

Itinayo ng Diyos ang banal na lungsod,
Ang lungsod na ito'y
Higit niyang mahal sa alinmang bayan ng angkan ni Jacob.
Kaya't iyong dinggin
Ang ulat sa iyong mabubuting bagay, O lungsod ng Diyos:

"Pag itinala ko yaong mga bansang sa iyo'y sasama,
Aking ibibilang ang bansang Egipto at ang Babilonia;
Ibibilang ko rin yaong Filistia, Tiro at Etiopia."
At tungkol sa Sion, yaong sasabihi'y,
"Ang lahat ng bansa ay masasakupan,

Siya'y palalakasin at patatatagin ng Kataas-taasan."
Ang PANGINOON ay gagawa ng isang talaan
Ng lahat ng taong doo'y mamamayan,
Ang lahat ng ito ay magsisiawit at pawang sasayaw.

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

Antipona

Lungsod ng Diyos, ikaw ang bukal ng aking buhay; makikigalak kami sa iyo sa pamamagitan ng tugtog at sayaw, aleluya.

Antipona 2

Tulad ng isang pastol, titipunin niya sa kanyang bisig ang mga tupa at ilalapit sila sa kanyang puso, aleluya.

Awit: Isaias 40:10-17

(Ang Mabuting Pastol: Diyos na Kataas-taasan at Pinakamarunong)

Dumarating ang PANGINOON na Makapangyarihan
Taglay ang gantimpala sa mga hinirang.

At tulad ng pastol,
Yaong kawan niya ay kakalingain,
Sa sariling bisig
Yaong mga tupa'y kanyang titipunin;
Sa kanyang kandungan ay pagyayamanin
At papatnubayan ang tupang may supling.

Sino ang sumukat ng tubig sa dagat sa kanyang palad?

Sino ang makasusukat sa lawak ng kalangitan?
Sinong makapaglalagay ng lahat ng lupa sa isang sisidlan?
Sa bundok at burol ay sino kaya ang makatitimbang?

Sino ang makapagsasabi ng dapat gawin ng PANGINOON?
May makapagtuturo ba o makapagpapayo sa kanya?
At sino ang kanyang sinangguni para malaman
Ang dapat niyang gawin sa alinmang bagay?
Di ba ninyo alam, sa harap ng PANGINOON
ang alinmang bansa ay walang kabuluhan?

Tulad ng isang patak ng tubig sa isang sisidlan
Ang mga pulo ay parang alikabok lamang ang timbang.

Ang lahat ng hayop sa gubat ng Libano
Ay kulang pang panghandog, at sapat na panggatong
Ang lahat ng kahoy sa bundok na ito.
Sa kanyang harapan ay walang halaga ang lahat ng bansa.

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

Antipona

Tulad ng isang pastol, titipunin niya sa kanyang bisig ang mga tupa at ilalapit sila sa kanyang puso, aleluya.

Antipona 3

Ang Panginoon sa Sion ay dakila; ipinagbubunyi siya ng lahat ng bansa, aleluya.

Salmo 99

(Banal ang Panginoon nating Diyos)

Ang PANGINOON ay naghahari, mga tao'y nanginginig,
Sa trono niya'y nakaupo na kerubin ang kalapit
Samantalang nasa trono, nanginginig ang daigdig.

Dakila ang PANGINOON, sa Sion siya ay dakila;
Ang PANGINOON ang naghahari sa lahat ng mga bansa.
Bawat isa'y magpupuri sa dakila niyang ngalan,
Banal siya't pupurihin ang pangalan niyang banal.
Hari ikaw na dakila, ang matuwid ang 'yong mahal,

Ang dulot mo sa Israel ay ganap na katarungan;
Ang dulot mo sa kanila ay pagtinging pantay-pantay.

Ang PANGINOON na ating Diyos ay lubos na papurihan;
Sa harap ng trono niya'y sambahin ang ngalang Banal!

Si Moises at si Aaron, mga saserdote niya;
At si Samuel nama'y lingkod na sa kanya ay sumamba;
Nang ang PANGINOON'y dalanginan, dininig naman sila.

Ang PANGINOON ay nagsalita sa gitna ng mga ulap;
Sila naman ay nakinig utos niya ay tinupad.

O PANGINOON na aming Diyos, sinagot mo sila agad
At ikaw ay nakilalang Diyos na mapagpatawad;
Ngunit pinagdurusa mo kung ang gawa'y hindi tumpak.

Ang Diyos natin na PANGINOON, dapat nating papurihan,
Sa banal na bundok niya sambahin ang kanyang ngalan!
Siya'y ating PANGINOON, siya'y ating Diyos na banal!

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

Antipona

Ang Panginoon sa Sion ay dakila; ipinagbubunyi siya ng lahat ng bansa, aleluya.

Umupo

Pagbasa ng Salita ng Diyos

Roma 8:10-11

Kung nasa inyo si Kristo, bagama't patay na ang inyong mga katawan dahil sa kasalanan, buhay naman ang inyong espiritu dahil pinawalang-sala na kayo. Kung nananahan sa inyo ang Espiritu ng Diyos na siyang muling bumuhay kay Hesukristo, ang Diyos ding iyan ang magbibigay ng buhay sa inyong mga katawang mamamatay, sa pamamagitan ng kanyang Espiritung nananahan sa inyo.

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

Kung tinutupad ninyo ang aking mga utos, mananatili kayo sa aking pag-ibig, 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

Kung tinutupad ninyo ang aking mga utos, mananatili kayo sa aking pag-ibig, aleluya.

Pangkalahatang Panalangin

Ibinigay sa atin ng Diyos na ating Ama ang kanyang Anak para sa pagkabuhay na mag-uli ng kanyang bayan. Buong tiwala tayong dumalangin sa Ama at wikain:

— Ang Panginoong Hesus nawa ang aming maging buhay.

Tulad ng isang matatag na apoy, niliwanagan mo ang daraanan ng iyong bayan doon sa ilang,
sa pamamagitan ng kanyang muling pagkabuhay, maging liwanag nawa si Kristo ng aming buhay.

— Ang Panginoong Hesus nawa ang aming maging buhay.

Sa pamamagitan ng tinig ni Moises, tinuruan mo ang iyong bayan mula sa bundok,
sa pamamagitan ng kanyang muling pagkabuhay, maging liwanag nawa si Kristo ng aming buhay.

— Ang Panginoong Hesus nawa ang aming maging buhay.

Binusog mo ang iyong naglalakbay na bayan sa pamamagitan ng iyong kaloob na tinapay,
sa pamamagitan ng kanyang muling pagkabuhay, maging liwanag

nawa si Kristo ng aming buhay.

— Ang Panginoong Hesus nawa ang aming maging buhay.

Binigyan mo ng tubig mula sa kabatuhan ang iyong bayan,
sa pamamagitan ng kanyang muling pagkabuhay, maging liwanag
nawa si Kristo ng aming buhay.

— Ang Panginoong Hesus nawa ang aming maging buhay.

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,
lagi nawa kaming magpasalamat sa iyo
dahil sa muling pagkabuhay sa kaluwalhatian
ng aming Panginoong Hesukristo
sapagkat kami ang kanyang bayan
na nakikibahagi sa kanyang tinamong kaligtasan.
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