Panalangin ng mga Kristiyano sa Maghapon

Liturgy of the Hours

Panalangin sa Takipsilim

Ika-2 ng Marso, 2026

{ Ika-2 Lunes sa Panahon ng Kuwaresma }

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

Ngayon at naglaho na, liwanag ng umaga,
Pumapasok ang dilim, gabi ay narito na,
Sa paglubog ng araw, pag-asa'y nakikita
Na may bukang-liwayway, at may dulot na saya.

Ang araw na sisikat, sa pagdating ng bukas,
Tulad ng Poong Hesus, busilak ang liwanag,
Sa gabi ng pagpanaw, ang kalangitang hanap,
Nawa'y mapasaatin, buhay na walang wakas.

Kagaya noong una, patuloy ang paglikha,
Lahat ay binabago, kay Kristo'y pinagpala,
Kadilima'y lilipas, makikita ng madla,
Isang Diyos-Ama, Anak, at Espiritung Dakila.

Umupo o tumayo

Mga Antipona at Salmo

Antipona 1

Ang iyong ganda'y walang kapara; bawa't salita mo'y puno ng biyaya.

Salmo 45

(Ang kasal ng hari)

I

Kay gagandang pangungusap ang naroon sa isipan,
Habang aking hinahabi ang awit sa haring mahal;
Ang katulad ng dila ko ay panulat niyong paham,
Panulat ng mabubuting sumulat ng kasaysayan.

Sa lahat na ng nilikha ay makisig kang di hamak,
Kapag nagtatalumpati'y pambihira kang mangusap;
Pinagpapala kang lagi ng Diyos sa iyong hangad.

O ikaw na haring bantog, isakbat mo ang sandata;
Malakas ka at dakila, sagisag mo'y maharlika.
Maglakbay kang mayro'ng dangal tungo sa pagtatagumpay,
Alang-alang sa matuwid, ipagtanggol ang katuwiran;

Tagumpay ay matatamo sa lakas mong tinataglay.
Palaso mo'y matatalim, pumapatay ng kaaway;
Susuko ang mga bansa at sa iyo ay gagalang.

Yaong tronong tinanggap mo na kaloob ng iyong Diyos,
Isang tronong magtatagal at hindi na matatapos;
Matuwid kang maghahari sa bansa mong nasasakop.

Ang matuwid ay mahal mo, sa masama'y namumuhi;
Kaya naman ang iyong Diyos, tanging ikaw ang pinili;
At higit sa kaninuman ang galak mo'y tanging-tangi.

Sa damit mo'y nalalanghap, tatlong uri ng pabango,
Mira, aloe saka kasia na buhat sa ibang dako;
Inaaliw ka ng tugtog sa garing na palasyo mo.

O kay gagandang prinsesa ang katulong na dalaga,
Samantalang sa kanan mo, nakatayo yaong reyna,
Palamuti'y gintong lantay sa damit na suot niya.

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

Antipona

Ang iyong ganda'y walang kapara; bawa't salita mo'y puno ng biyaya.

Antipona 2

Ang kasintahang lalaki'y narito na; salubungin ninyo siya.

II

O kabiyak nitong hari, ang payo ko'y ulinigin;
Ang lahat mong kamag-anak at ang madla ay limutin.

Sa taglay mong kagandahan ang hari ang paibigin;
Siya'y iyong panginoon, marapat na iyong sundin.

Yaong mga taga-Tiro, handog nila ay dadalhin,
Pati mga mayayaman sa iyo ay susuyo rin.
Ang prinsesa sa palasyo'y pagmasdan mo't anong ganda;
Sinulid na gintung-ginto ang niyaring damit niya.

Sa makulay niyang damit, sa hari ay pinapunta,
Haharap sa haring yaong mga abay ay kasama.
Sama-samang masasaya, ang lahat ay nagagalak
Na pumasok sa palasyo at sa hari ay humarap.

Darami ang iyong supling, sa daigdig maghahari,
Kapalit ng ninuno mo sa sinundang mga lahi.
Dahilan sa aking awit, ikaw nama'y dadakila,
Kailanma'y pupurihin nitong lahat na nilikha!

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

Antipona

Ang kasintahang lalaki'y narito na; salubungin ninyo siya.

Antipona 3

Ipinanukala ng Diyos na sa takdang panahon ay pag-isahin kay Kristo ang lahat ng bagay.

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

Ipinanukala ng Diyos na sa takdang panahon ay pag-isahin kay Kristo ang lahat ng bagay.

Umupo

Pagbasa ng Salita ng Diyos

Roma 12:1-2

Mga kapatid, alang-alang sa masaganang habag ng Diyos sa atin, ako'y namamanhik sa inyo: ialay ninyo ang inyong sarili bilang handog na buhay, banal at kalugudlugod sa kanya. Ito ang karapat-dapat na pagsamba ninyo sa Diyos. Huwag kayong umayon sa takbo ng mundong ito. Mag-iba na kayo at magbago ng isip upang mabatid ninyo ang kalooban ng Diyos — kung ano ang mabuti, nakalulugod sa kanya, at talagang ganap.

Tugunan

O Panginoon, ang dalangin ko'y ang awa mo.

— O Panginoon, ang dalangin ko'y ang awa mo.

Pagalingin ang aking kaluluwa, dahil ako'y nagkasala sa iyo,

— ang dalangin ko'y ang awa mo.

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

— O Panginoon, ang dalangin ko'y ang awa mo.

Tumayo

Papuring Awit ni Maria

Antipona

Anuman ang ginawa ninyo dito sa mga maliliit na kapatid ko, sa akin ninyo ginawa ito.

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

Anuman ang ginawa ninyo dito sa mga maliliit na kapatid ko, sa akin ninyo ginawa ito.

Pangkalahatang Panalangin

Iniligtas tayo ng ating Panginoong Hesukristo mula sa ating mga kasalanan. Bilang kanyang bayan, tumawag tayo sa kanya:

— Hesus, Anak ni David, kaawaan mo kami.

Kristong Panginoon, dumadalangin kami para sa iyong banal na Simbahan. Ibinigay mo ang iyong sarili upang ito'y gawing banal, sa mapanglinis na tubig ng binyag at ng iyong Salitang buhay ang kaloob,
panibaguhin mo ito tuwina, at linisin sa pamamagitan ng pagbabalik-loob.

— Hesus, Anak ni David, kaawaan mo kami.

Mabuting Guro, ipakita mo sa mga kabataan ang landas na iyong pinili para sa kanilang kabutihan,
tahakin nawa nila ito at makatagpo sila ng kaganapan.

— Hesus, Anak ni David, kaawaan mo kami.

Sa iyong habag, pinagaling mo ang lahat ng uri ng karamdaman;
bigyan ng pag-asa ang mga maysakit at sila'y ibangon,
turuan kaming sila'y mahalin at kalingain ngayon.

— Hesus, Anak ni David, kaawaan mo kami.

Tulutan kaming maging mulat sa aming dangal na sa aming binyag ay ipinagkaloob mo,
lagi nawa kaming mabuhay sa bawat sandali para sa iyo.

— Hesus, Anak ni David, kaawaan mo kami.

Ang mga yumao nawa'y muling mabuhay sa kaluwalhatian ng iyong kapayapaan,
ipagkaloob sa kanila ang pakikihati sa iyong kaharian.

— Hesus, Anak ni David, kaawaan 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

Amang makapangyarihan,
panumbalikin mo kami sa iyo,
at punuin ang aming isipan ng karunungan mo,
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