Panalangin ng mga Kristiyano sa Maghapon

Liturgy of the Hours

Panalangin sa Takipsilim I

Ika-14 ng Pebrero, 2026

{ Ika-6 Linggo sa Karaniwang Panahon }

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

Sa pangalan ni Hesus, lahat maninikluhod;
Dila'y magpapahayag, siya ay ating Diyos.
At niloob ng Ama, sa simula't simula
Ang tawaging siyang "POON", Mapanlikhang Salita.

Sa kanyang katauhan, siya ay nagtagumpay;
Sa lahat ng nilikha, siya ang kaganapan,
Sa luklukan ng Diyos, ay kaluwalhatian
At sa piling ng Ama, likas ang kaganapan.

Sa ating mga puso, ay iluklok natin s'ya;
Sa atin ay manahan, ang kapangyarihan n'ya;
Siya'y magbabalik, na may dangal ng Ama;
Lagi s'yang pupurihin, sa kanya ay sasamba.

Umupo o tumayo

Mga Antipona at Salmo

Antipona 1

Ang salita mo, Panginoon, ay liwanag na tumatanglaw sa aming daraanan.

Salmo 119:105-112

(Pagninilay sa batas ng Diyos)

Salita mo'y isang tanglaw na sa akin ay patnubay,
Liwanag na tumatanglaw sa landas kong daraanan.
Taimtim ang pangako kong ang utos mo ay susundin,
Tutupdin ko ang tuntuning iniaral mo sa akin.

Labis-labis, PANGINOON, ang hirap kong tinataglay,

Sang-ayon sa pangako mo, pasiglahin yaring buhay.
Ang handog kong pasalamat, PANGINOON, sana ay tanggapin,
Yaong mga tuntunin mo ay ituro mo sa akin.

Ako'y laging nakahandang magbuwis ng aking buhay,
Pagkat di ko malilimot yaong iyong kautusan.
Sa akin ay mayroong handang patibong ang masasama,
Ngunit ang 'yong kautusan ay hindi ko sinisira.

Ang bigay mong mga utos, ang pamanang walang hanggan,
Sa puso ko'y palagi nang ang dulot ay kagalakan.
Ang pasiya ko sa sarili, sundin ko ang kautusan,
Susundin ko ang utos mo habang ako'y nabubuhay.

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

Antipona

Ang salita mo, Panginoon, ay liwanag na tumatanglaw sa aming daraanan.

Antipona 2

Kapag nakita ko na ang iyong mukha, Panginoon, mauunawaan ko ang ganap na kagalakan.

Salmo 16

(Ang PANGINOON lamang ang aking tanging yaman)

O Diyos, ako'y ingatan mo, ingatan ang iyong lingkod,
Ang hangad ko ay maligtas kaya sa 'yo dumudulog;
"Ikaw'y aking PANGINOON," ang wika ko sa aking Diyos,
"Kabutihang tinanggap ko, ay ikaw ang nagkaloob."

Mga lingkod ng PANGINOON ay dakila't mararangal!
Ligaya na ng sarili ang sila ay makapisan.
Silang bumaling sa ibang diyos, sulirani'y abut-abot,
Sa pagsambang gawi nila, ako ay hindi lalahok.

Ikaw lamang, O PANGINOON ko, ang lahat sa aking buhay,
Ako'y iyong tinutugon sa lahat kong kailangan;
Ang biyayang kaloob mo ay kahanga-hangang tunay,
Kay inam ng kaloob mong sa akin ay ibinigay!

Pinupuri ko ang PANGINOON na sa akin ay patnubay,
Kahit gabi diwa niya ang sa aki'y umaakay.
Nababatid ko na siya'y kasama ko oras-oras,
Sa piling n'ya kailanma'y hindi ako matitinag.

Kaya't ako'y nagdiriwang, ang diwa ko'y nagagalak,
Ang lagi kong nadarama'y hindi ako matitinag.
Pagkat di mo tutulutang ang mahal mo ay malagak,
Sa balon ng mga patay upang doon ay maagnas.

Ituturo mo ang landas na buhay ang hahantungan,
Sa piling mo'y madarama ang lubos na kagalakan;
Ang tulong mo'y nagdudulot ng ligayang walang hanggan.

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

Antipona

Kapag nakita ko na ang iyong mukha, Panginoon, mauunawaan ko ang ganap na kagalakan.

Antipona 3

Ang lahat nawa ng nilalang na nasa langit at sa lupa ay manikluhod sa pangalan ni Hesus.

Awit: Filipos 2:6-11

(Si Kristo, ang Banal na Lingkod ng Diyos)

Bagama't siya'y Diyos, hindi nagpilit si Hesus
Na manatiling kapantay ng Diyos,

Bagkus hinubad niya ang lahat ng katangian ng pagka-Diyos.
Nagkatawang-tao at namuhay na isang alipin.

Nang maging tao siya'y nagpakababa
At naging masunurin hanggang kamatayan,
Oo, hanggang kamatayan sa krus.

Kaya naman, siya'y itinampok ng Diyos,
At binigyan ng pangalang higit sa lahat ng pangalan.

Anupa't ang lahat ng nilalang na nasa langit,
Nasa lupa, at nasa ilalim ng lupa,

Ay maninikluhod at sasamba sa kanya.
At ipahahayag ng lahat na si HESUKRISTO ANG PANGINOON,
Sa ikararangal ng Diyos Ama.

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

Antiphon

Ang lahat nawa ng nilalang na nasa langit at sa lupa ay manikluhod sa pangalan ni Hesus.

Umupo

Pagbasa ng Salita ng Diyos

Colosas 1:2b-6a

Sumainyo nawa ang pagpapala at kapayapaan mula sa Diyos na ating Ama. Lagi kaming nagpapasalamat sa Diyos na Ama ng ating Panginoon Hesukristo, tuwing ipananalangin namin kayo. Sapagkat nabalitaan namin ang tungkol sa inyong pananampalataya kay Kristo Hesus at ang pag-ibig ninyo sa lahat ng hinirang ng Diyos, dahil sa pag-asang kakamtan ninyo ang mga inihanda para sa inyo roon sa langit. Nalaman ninyo ang tungkol sa inaasahan ninyong ito nang ang salita ng katotohanan, ang Mabuting Balita, ay ipangaral sa inyo. Ito'y lumalaganap sa buong sanlibutan at nagdadala ng pagpapala, tulad ng nangyari sa inyo mula nang marinig ninyo at maunawaan ang katotohanan tungkol sa kagandahang-loob ng Diyos.

Tugunan

Mula sa pagsikat hanggang sa paglubog ng araw, ang ngalan ng Panginoon ay purihin.

— Mula sa pagsikat hanggang sa paglubog ng araw, ang ngalan ng Panginoon ay purihin.

Ang kadakilaan niya'y umaabot sa kabila ng mga papawirin,

— ang ngalan ng Panginoon ay purihin.

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

— Mula sa pagsikat hanggang sa paglubog ng araw, ang ngalan ng Panginoon ay purihin.

Tumayo

Papuring Awit ni Maria

Antipona

Kung maghahandog ka sa Diyos, at maalala mo na may sama ng loob sa iyo ang kapatid mo, iwan mo muna ang iyong handog sa harap ng dambana at makipagkasundo ka sa kanya. Saka ka magbalik at maghandog sa Diyos.

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

Kung maghahandog ka sa Diyos, at maalala mo na may sama ng loob sa iyo ang kapatid mo, iwan mo muna ang iyong handog sa harap ng dambana at makipagkasundo ka sa kanya. Saka ka magbalik at maghandog sa Diyos.

Pangkalahatang Panalangin

Tinutulungan at ipinagtatanggol ng Diyos ang kanyang hinirang na bayan. Pasalamatan natin siya at ipagbunyi ang kanyang kabutihan:

— Panginoon, nananalig kami sa iyo.

Idinadalangin namin ang aming Papa, N. at ang aming Obispo, N. ingatan sila at gawing banal alang-alang sa kabutihan mo.

— Panginoon, nananalig kami sa iyo.

Madama nawa ng mga may karamdaman na kasama nila si Kristo sa pagpapakasakit,
at maunawaan nilang magkakamit sila ng kagalakang di-malirip.

— Panginoon, nananalig kami sa iyo.

Ipagtanggol mo ang aming bansa sa lahat ng masama,
upang kami'y umunlad at maging mapayapa.

— Panginoon, nananalig kami sa iyo.

Panginoon, inaalalayan mo ng iyong awa ang mga nasa banig ng kamatayan,
ipagkaloob sa kanila ang pangakong kalangitan.

— Panginoon, nananalig kami sa iyo.

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,
ipinangako mong ikaw'y mananatili
sa mga taong nagsigawa ng tama at mabuti.
Tulungan mong sa iyong piling ay mamuhay kami.
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