Panalangin ng mga Kristiyano sa Maghapon

Liturgy of the Hours

Panalangin sa Umaga

Ika-2 ng Hulyo, 2025

{ Ika-13 Miyerkules sa Karaniwang Panahon }

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

Halina at sambahin ang Diyos na may likha sa atin.

— Halina at sambahin ang Diyos na may likha sa atin.

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.

— Halina at sambahin ang Diyos na may likha sa atin.

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.

— Halina at sambahin ang Diyos na may likha sa atin.

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.

— Halina at sambahin ang Diyos na may likha sa atin.

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.

— Halina at sambahin ang Diyos na may likha sa atin.

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."

— Halina at sambahin ang Diyos na may likha sa atin.

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

— Halina at sambahin ang Diyos na may likha sa atin.

Panalangin sa Umaga

Awit

Sa pagdating ng bagong umaga
Tulad ng awit nitong maya
Ating purihi't pasalamatan
D'yos na may dulot, lahat ng iyan.

Kahit ulan man, sinag ng araw,
Mula sa langit, sa ati'y alay.
Ating purihi't pasalamatan
D'yos na may dulot, lahat ng iyan.

Ating umaga, mayroong buhay
Tulad sa Eden, nang isilang
Ating purihi't pasalamatan
D'yos na may dulot, lahat ng iyan.

Umupo o tumayo

Mga Antipona at Salmo

Antipona 1

Panginoon, ang liwanag na taglay mo'y sa amin umaakay.

Salmo 36

(Ang kasamaan ng makasalanan at ang kabutihan ng Diyos)

Kasalana'y nangungusap sa puso ng masasama,
Sa ubod ng puso nila'y doon ito nagwiwika;

Tumatanggi ito sa Diyos at ni takot ito'y wala.

Ang palagay sa sarili, siya'y isang dakila na;
Ang akala'y hindi batid ng PANGINOON ang kanyang sala,
Kaya yaong iniisip, hindi siya magdurusa.

Kung mangusap ay masama at ubod nang sinungaling;
Dahop na ang karunungan sa paggawa ng magaling.

Masama ang binabalak samantalang nahihimlay,
Masama rin ang ugali, at isa pang kasamaa'y
Yaong laging inaakap ay gawaing mahahalay.

Ang wagas na pag-ibig mo, O PANGINOON, ay walang hanggan,
At ang iyong pagtatapat ay abot sa kalangitan.
Matuwid at matatag ka na tulad ng kabundukan,
Ang matuwid na hatol mo'y sinlalim ng karagatan;

Ang lahat ng mga tao't mga hayop na nilalang,
Sa tuwina'y kinukupkop ng mapagpala mong kamay.
O Diyos, yaong pag-ibig mo'y mahalaga at matatag,
Ang kalinga'y nadarama sa lilim ng iyong pakpak.

Sa pagkain ay sagana sa sarili mong tahanan;
Doon sila umiinom sa batis ng kabutihan.
Sa iyo rin nagmumula yaong lahat na may buhay,
Ang liwanag na taglay mo ay sa amin umaakay.

Patuloy mong kalingain ang sa iyo'y umiibig,
Patuloy mong pagpalain ang may buhay na matuwid.
Ang palalo'y h'wag tulutan na ako ay salakayin,
O ang mga masasamang gusto akong palayasin.

Yaong taong masasama'y masdan ninyo at nagupo!
Sa kanilang binagsakan, hindi sila makatayo.

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

Antipona

Panginoon, ang liwanag na taglay mo'y sa amin umaakay.

Antipona 2

Ikaw, O Diyos, ay pupurihin sa taglay mong lakas.

Awit: Judith 16:2-3a, 13-15

(Ang Diyos na Lumikha ang kumakalinga sa kanyang bayan)

Purihin ang DIYOS, siya ay awitan,
Tugtugin ang tambol, gamitin ang pompiyang,
Isang bagong awit, siya'y papurihan,
Siya ay tawagin nang tayo'y tulungan.

Ako ay aawit ng bagong awitin,
Ikaw, PANGINOONG Diyos, aking pupurihin.
Sa taglay mong lakas, di kayang lupigin.

Bayaang maglingkod ang mga nilalang,
Silang sa utos mo'y nagtamo ng buhay
Nang ang ilong nila ay iyong hingahan.
Kaya naman lahat sa iyo'y gumagalang.

Pag ikaw'y lumapit, bundok, karagatan,
Pawang manginginig, hindi mapalagay,
Maging mga bato'y pawang natutunaw,
Ngunit sa sinumang masunuring tunay,
Ikaw'y nahahabag lubos nagmamahal.

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

Antipona

Ikaw, O Diyos, ay pupurihin sa taglay mong lakas.

Antipona 3

Dakilain natin ang Diyos na kapiling sa pamamagitan ng mga papuring awitin.

Salmo 47

(Ang Panginoong Hesus ang Hari ng lahat)

Magdiwang ang lahat ng mga nilikha,
Pumalakpak kayong may awit at tuwa!
Bilang pagpupuri sa Diyos na Dakila!

Ang Diyos na PANGINOON, Kataastaasan,
Ay dakilang haring dapat katakutan;
Siya'y naghahari sa sangkatauhan.

Tayo'y pinagwagi sa lahat ng tao,
Sa lahat ng bansa'y namahala tayo;
Siya ang pumili ng ating tahanan,
Ang lupang minana ng mga hinirang.

Umakyat sa trono ang PANGINOONG Diyos,
Hatid ng trompetang malakas ang tunog;
Masayang sigawan ang ipinansuob.
Purihin ang Diyos, siya ay awitan,
Awitan ang hari, siya'y papurihan!

Ang Diyos, siyang hari ng lahat ng bansa,
Awita't purihin ng mga nilikha!
Maghahari siya sa lahat ng bansa,
Magmula sa tronong banal at dakila.

Sa mga hinirang ng Diyos ni Abraham,
Sasama ang madlang mga pamunuan
Ng lahat ng bansa sa sandaigdigan;
Ang mga sandata ng lahat ng kawal,
Lahat ay sa Diyos na hari ng tanan.

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

Antipona

Dakilain natin ang Diyos na kapiling sa pamamagitan ng mga papuring awitin.

Umupo

Pagbasa ng Salita ng Diyos

Tobit 4:15a, 16a, 18a, 19

Anumang hindi mo gusto'y huwag mong gagawin sa iba. Ang nagugutom ay pakanin mo at ang walang maisuot ay bigyan mo ng damit. Humingi ka ng payo sa marunong. Magpuri kang lagi sa Panginoong Diyos at dumalangin na tuwirin ang iyong landas para

magtagumpay ka sa iyong layunin.

Tugunan

O Diyos, akitin mo ang aking puso upang umayon sa iyong kalooban.

— O Diyos, akitin mo ang aking puso upang umayon sa iyong kalooban.

Akayin ang aking mga yapak na tumahak sa 'yong landas,

— upang umayon sa iyong kalooban.

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

— O Diyos, akitin mo ang aking puso upang umayon sa iyong kalooban.

Tumayo

Papuring Awit ni Zacarias

Antipona

Ipakita sa amin ang iyong habag, Panginoon, at alalahanin ang iyong banal na tipan.

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

Ipakita sa amin ang iyong habag, Panginoon, at alalahanin ang iyong banal na tipan.

Pangkalahatang Panalangin

Pasalamatan natin si Kristo at alayan siya ng patuloy na papuri dahil pinababanal niya tayo at tinatawag na kanyang mga kapatid.

— Panginoon, tulungan mo kaming umunlad sa kabanalan.

Iniaalay namin ang simula ng araw na ito sa karangalan ng iyong pagkabuhay,
maging kalugud-lugod nawa sa iyo ang maghapong ito sa pamamagitan ng aming gawang kabanalan.

— Panginoon, tulungan mo kaming umunlad sa kabanalan.

Bilang tanda ng iyong pag-ibig pinagbabago mo ang bawa't araw para sa aming kapakanan at kasiyahan,
panibaguhin mo kaming lagi para sa iyong kadakilaan.

— Panginoon, tulungan mo kaming umunlad sa kabanalan.

Tulungan mo kaming makilala ka sa katauhan ng aming kapwa,

lalo na sa nagdurusa at mga dukha.

— Panginoon, tulungan mo kaming umunlad sa kabanalan.

Kasama ng lahat, gawaran kaming mamuhay ngayon nang mapayapa,
na hindi gumaganti ng masama sa masama.

— Panginoon, tulungan mo kaming umunlad sa kabanalan.

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,
dinggin mo ang aming pang-umagang panalangin.
Tulungan kaming tumahak sa 'yong liwanag
at mamuhay sa katotohanan.
Sa iyo, muli kaming isinilang
bilang mga anak ng kaliwanagan:
Kami nawa'y iyong maging saksi
kahit saan mang dako
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