Panalangin ng mga Kristiyano sa Maghapon

LITURGY OF THE HOURS

PANALANGIN SA UMAGA

Ika-5 ng Disyembre, 2025

{ Ika-1 Biyernes sa Panahon ng mga Adbiyento }

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, sambahin natin ang Panginoon. Siya ang Haring darating.

— Halina, sambahin natin ang Panginoon. Siya ang Haring darating.

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, sambahin natin ang Panginoon. Siya ang Haring darating.

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, sambahin natin ang Panginoon. Siya ang Haring darating.

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, sambahin natin ang Panginoon. Siya ang Haring darating.

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, sambahin natin ang Panginoon. Siya ang Haring darating.

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, sambahin natin ang Panginoon. Siya ang Haring darating.

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

— Halina, sambahin natin ang Panginoon. Siya ang Haring darating.

Panalangin sa Umaga

Awit

D'yos Anak-naging tao, pinasa'y aming pasan,
Bigat ng kasalanan, hanggang krus mabayubay,
Heto kaming 'yong lingkod, sa iyo'y naglalaan,
Di lamang ng salita, pati puso ay alay.

Paningi'y liwanagan, tanglawan ng 'yong ilaw,
Kahit lalim o taas, aming maunawaan,
Awa mo'y ipadama, dinggin ang aming dasal,
Hirap ay pagaanin, bigyang-tatag ang buhay.

Kami ay tinawag mo, na ikaw'y paglingkuran,
Sa bata't matatanda, makita'y 'yong larawan,
Ihatid sa kanila'y pag-asa't kalusugan,
Uunlad kaming lahat, payapang mabubuhay.

Umupo o tumayo

Mga Antipona at Salmo

Antipona 1

Sa 'yong altar, Panginoon, tatanggapin ang tunay na hain.

Salmo 51

(O Diyos, maawa ka sa akin)

Ako'y kaawaan, O mahal kong Diyos,
Sang-ayon sa iyong kagandahang-loob;
Mga kasalanan ko'y iyong pawiin,
Ayon din sa iyong pag-ibig sa akin!
Linisin mo sana ang aking karumhan
At ipatawad mo yaring kasalanan!

Ang pagsalansang ko ay kinikilala,
Laging nasa isip ko at alaala.
Sa iyo lang ako nagkasalang tunay,
At ang nagawa ko'y di mo nagustuhan;

Kaya may matuwid ka na ako'y hatulan,
Marapat na ako'y iyong parusahan.
Ako'y masama na buhat nang iluwal,
Makasalanan na nang ako'y isilang.

Nais mo sa aki'y isang pusong tapat;
Puspusin mo ako ng dunong mong wagas.
Ako ay linisin, sala ko'y hugasan
At ako'y puputi nang walang kapantay.

Sa galak at tuwa ako ay puspusin;
At muling babalik ang galak sa akin.
Ang kasalanan ko'y iyo nang limutin,
Lahat kong nagawang masama'y pawiin.

Isang pusong tapat sa aki'y likhain,
Bigyan mo, O Diyos, ng bagong damdamin.
Sa iyong harapa'y h'wag akong alisin;
Ang Espiritu mo ang papaghariin.

Ang galak na dulot ng 'yong pagliligtas,

Ibalik at ako ay gawin mong tapat.
Kung magkagayon na, aking tuturuang
Sa iyo lumapit ang makasalanan.

Ingatan mo ako, Diyos kong Manunubos,
Ang pagliligtas mo'y galak kong ibabantog.
Turuan mo akong makapagsalita,
At pupurihin ka sa gitna ng madla.

Hindi mo na nais ang mga panghandog;
Sa haing sinunog di ka nalulugod.
Ang handog ko, O Diyos, na karapat-dapat
Ay ang pakumbaba't pusong mapagtapat.

Iyong kahabagan, O Diyos, ang Sion;
Yaong Jerusalem ay muling ibangon.
At kung magkagayon, ang handog na haing
Dala sa dambana, torong susunugin,
Malugod na ito'y iyong tatanggapin.

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

Antipona

Sa 'yong altar, Panginoon, tatanggapin ang tunay na hain.

Antipona 2

Ang lahi ng Israel ay magtatagumpay; matatamo nila ang kadakilaan.

Awit: Isaias 45:15-25

(Ang mga tao sa lahat ng bansa ay magiging alagad ng Panginoon)

Ang Diyos ng Israel,
Ang Tagapagligtas ng kanyang bayan,
Ay mahiwagang hindi kayang unawain.
Lahat ng gumagawa ng diyus-diyusan
Ay hahamakin at mapapahiya.

Ngunit ang Israel ay iyong ililigtas,
Ang tagumpay nila ay sa habang panahon
At kailanma'y hindi mapapahiya.

Ang PANGINOON, ang Diyos, ang lumikha ng kalangitan,
Siya rin ang lumikha ng daigdig,
Ginawa niya itong matatag at ito'y mananatili,
Ginawa niya iyong mainam na tirahan.

Siya ang may sabing "Akong PANGINOON lamang
Ang Diyos at wala nang iba pa.
Lahat ng salita ko'y sinasabi nang hayagan,
Isa man sa layunin ko'y hindi inililihim.
Hindi ko pinahirapan ang Israel
Sa paghanap sa akin.
Sinasabi kong lahat ang katotohanan
At inihahayag kung ano ang tama."

Sinabi ng PANGINOON, "Halikayong lahat na mga natitirang buhay mula sa lahat ng bansa:
Kayong mga mangmang
Na nagpapasan ng mga idolong kahoy
At dumadalangin sa mga diyos
Na hindi makapagliligtas.

Humarap kayo sa paglilitis.
Ipagtanggol ninyo ang inyong panig.
Magsanggunian kayo.
Sino ang makahuhula ng mga bagay na magaganap?
Hindi ba akong PANGINOON,
Ang Diyos na nagliligtas sa kanyang bayan?
Walang ibang Diyos maliban sa akin.

Lumapit kayong lahat sa akin
At kayo ay maliligtas,
Kayong mga tao sa buong daigdig.
Walang ibang Diyos maliban sa akin.

Ako ay tapat sa aking pangako at di magbabago,
At tutuparin ko ang aking mga pangako:
'Lahat ng tao ay luluhod sa aking harapan,
At mangangakong sila'y magtatapat sa akin!'
"Sasabihin nila, tanging nasa PANGINOON
Ang kapangyarihan at pagtatagumpay,

At mapapahiya sinumang sa kanya'y lalaban.
Ngunit ang lahi
Ng bansang Israel ay magtatagumpay,
Matatamo nila ang kadakilaan."

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

Antipona

Ang lahi ng Israel ay magtatagumpay; matatamo nila ang kadakilaan.

Antipona 3

Lumapit tayo sa harap ng Diyos; umawit sa kagalakan.

Salmo 100

(Ang masayang awit ng mga pumapasok sa Templo ng Diyos)

Umawit sa kagalakan ang lahat ng mga bansa!
Ang PANGINOON ay papurihan, paglingkuran siyang kusa;
Lumapit sa harap niya at umawit na may tuwa!

O ang PANGINOON ang ating Diyos!
Ito'y dapat na malaman,
Tayo'y kanya, kanyang lahat, tayong lahat na nilalang;
Lahat tayo'y bayan niya, kabilang sa kanyang kawan.

Pumasok sa kanyang templo na ang puso'y nagdiriwang,
Umaawit nagpupuri sa loob ng dakong banal;
Purihin ang ngalan niya at siya'y pasalamatan!

Mabuti ang PANGINOON, pag-ibig niya'y walang hanggan,
Siya'y Diyos na mabuti't laging tapat kailanman!

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

Antipona

Lumapit tayo sa harap ng Diyos; umawit sa kagalakan.

Umupo

Pagbasa ng Salita ng Diyos

Jeremias 30:21, 22

Lilitaw ang isang pangulo na mula rin sa kanila. Aanyayahan ko siya kaya't siya nama'y lalapit sa akin, sapagkat walang mangangahas na kusang lumapit sa akin. Kaya nga sila'y magiging aking bayan, at ako ang magiging kanilang Diyos.

Tugunan

Darating, Jerusalem, ang iyong liwanag; mananahan sa iyo nang may gandang nagniningning ang Panginoon.

— Darating, Jerusalem, ang iyong liwanag; mananahan sa iyo nang may gandang nagniningning ang Panginoon.

Mamamalas mo ang kanyang kaluwalhatiang sumasaiyo,

— mananahan sa iyo nang may gandang nagniningning ang Panginoon.

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

— Darating, Jerusalem, ang iyong liwanag; mananahan sa iyo nang may gandang nagniningning ang Panginoon.

Tumayo

Papuring Awit ni Zacarias

Antipona

Dumarating ang ating Diyos, isinilang bilang tao mula sa lahi ni David, na nakaupo bilang hari magpakailan man, 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

Dumarating ang ating Diyos, isinilang bilang tao mula sa lahi ni David, na nakaupo bilang hari magpakailan man, aleluya.

Pangkalahatang Panalangin

Sa pamamagitan ng kanyang Anak, inihayag ng Diyos Ama ang kanyang kadakilaan sa mga tao. Kaya't halinang magpuri nang may kagalakan:

— Panginoon, dakilain nawa ang iyong ngalan.

Turuan mo kami ng pagmamahal sa kapwa, Panginoon
tulad ng pag-ibig ni Kristo sa atin para sa kadakilaan ng Diyos.

— Panginoon, dakilain nawa ang iyong ngalan.

Punuin kaming lahat ng kagalakan at kapayapaan sa pananampalataya,
upang sa tulong sa Espiritu Santo, tumahak kami nang may lakas at pag-asa.

— Panginoon, dakilain nawa ang iyong ngalan.

Sa iyong awa, Panginoon, tulungan mo ang sangkatauhan,
maging malapit ka nawa sa mga naghahanap sa iyo kahit di nila namamalayan.

— Panginoon, dakilain nawa ang iyong ngalan.

Ikaw ang tumatawag at nagpapabanal sa mga hinirang,
kahit kami'y mga makasalanan, gantimpalaan mo kami ng walang hanggang kaligayahan.

— Panginoon, dakilain nawa ang iyong ngalan.

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

Panginoong Hesukristo,
iligtas mo kami sa aming mga kasalanan.
Halina at iadya kami sa lahat ng panganib
at kasamaan at akayin kami tungo sa kaligtasan

kasama ng Ama at 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