Panalangin ng mga Kristiyano sa Maghapon

Liturgy of the Hours

Panalangin sa Takipsilim

Ika-15 ng Disyembre, 2025

{ Ika-3 Lunes sa Panahon ng mga Adbiyento }

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

PANGINOONG Hesus, kami po ay samahan
Ngayong palubog na ang mainit na araw.
H'wag po nawang panawin ang aming pag-asa
Sa liwanag nitong pananampalataya.

PANGINOONG Hesus, kapayapaa'y 'bigay
At sa 'ming pagsubok, kami po ay gabayan.
Ipagkaloob mo ang biyaya mong ilaw
Nang ang iyong mukha'y aming mabanaagan.

Walang hanggang Diyos, ang Kabanal-banalan,
Nasa 'yo ang lakas, at ang kapangyarihan,
Kaluwalhatian, tunay na walang hanggan,
Pagkat ikaw lamang ang nagbibigay-buhay.

Umupo o tumayo

Mga Antipona at Salmo

Antipona 1

Ang mga mata nati'y sa Panginoon nakatuon, at naghihintay ng kanyang mahabaging tulong.

Salmo 123

(Ang Panginoon, di-mabibigong pag-asa ng kanyang bayan)

Ang aking pangmasid doon nakapukol,
Sa luklukang trono mo, O PANGINOON.
Tulad ko'y aliping ang inaasahan
Ay ang amo niya para matulungan.

Kaya walang humpay ang aming tiwala,

Hanggang ikaw, PANGINOON, sa ami'y maawa.
Mahabag ka sana, kami'y kaawaan,
Labis na ang hirap naming tinataglay.

Kami'y hinahamak ng mga mayaman,
Matagal na kaming laging inuuyam
Ng mapang-aliping palalo't mayabang.

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

Antipona

Ang mga mata nati'y sa Panginoon nakatuon, at naghihintay ng kanyang mahabaging tulong.

Antipona 2

Ang tumutulong sa atin ay ang Panginoon na may gawa ng langit at lupa.

Salmo 124

(Ang tulong natin ay sa ngalan ng PANGINOON)

Ano kaya't di pumanig sa atin ang PANGINOON;
O Israel, ano kaya ang sagot sa gayong tanong?
Kung ang Diyos na PANGINOON, sa amin ay di pumanig,
Noong kami'y salakayin ng kaaway na malupit,
Maaaring kami noon ay nilulon na nang buhay
Sa silakbo ng damdamin at matinding kagalitan.

Maaaring kami noo'y natangay na niyong agos,
Naanod sa karagata't tuluy-tuloy na nalunod;
Sa lakas ng agos noo'y nalunod nga kaming lubos.

Tayo ay magpasalamat, ang PANGINOON ay papurihan,
Pagkat tayo'y iniligtas sa malupit na kaaway.
Ang katulad nati'y ibong sa bitag ay nakatakas;

Lubos tayong nakalaya nang ang bitag ay mawasak.
Tulong nating kailangan ay sa PANGINOON nagmumula,
Pagkat itong lupa't langit tanging siya ang lumikha.

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

Antipona

Ang tumutulong sa atin ay ang Panginoon na may gawa ng langit at lupa.

Antipona 3

Hinirang tayo ng Diyos sa pamamagitan ng kanyang Anak upang kanyang maging anak na ampon.

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

Hinirang tayo ng Diyos sa pamamagitan ng kanyang Anak upang kanyang maging anak na ampon.

Umupo

Pagbasa ng Salita ng Diyos

Filipos 3:20b-21

Hinihintay nating may pananabik ang PANGINOONG Hesukristo, ang ating Tagapagligtas. Pagdating ng araw na yaon, babaguhin niya ang ating katawang-lupa at gagawing maluwalhati, tulad ng kanyang katawan, sa pamamagitan ng kapangyarihang ginamit niya sa pagpapasuko sa lahat ng bagay

Tugunan

Halina't kami'y palayain, Panginoong Diyos na makapangyarihan.

— Halina't kami'y palayain, Panginoong Diyos na makapangyarihan.

Pasinagin sa amin ang iyong mukha at kami'y maliligtas,

— Panginoong Diyos na makapangyarihan.

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

— Halina't kami'y palayain, Panginoong Diyos na makapangyarihan.

Tumayo

Papuring Awit ni Maria

Antipona

Dinala ng anghel ng Panginoon ang mensahe ng Diyos kay Maria, at siya'y naglihi sa pamamagitan ng Espiritu Santo, aleluya.

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

Dinala ng anghel ng Panginoon ang mensahe ng Diyos kay Maria, at siya'y naglihi sa pamamagitan ng Espiritu Santo, aleluya.

Pangkalahatang Panalangin

Magmakaawa tayo sa Panginoon na darating upang sumaatin ang kaligtasan:

— Halina, Panginoon, at kami'y iligtas!

Panginoong Hesukristo, aming Diyos at Tagapagligtas ng lahat, magmadali ka kami'y iligtas.

— Halina, Panginoon, at kami'y iligtas!

Panginoon, sa pamamagitan ng iyong pagdating sa sanlibutan, palayain mo kami sa sala ng sandaigdigan.

— Halina, Panginoon, at kami'y iligtas!

Nagmula ka sa Ama,

ipakita sa amin ang daan patungo sa kanya.

— Halina, Panginoon, at kami'y iligtas!

Ipinaglihi ka sa pamamagitan ng Espiritu Santo,
panibaguhin nawa sa aming mga puso ang Banal na Espiritu sa pamamagitan ng salita mo.

— Halina, Panginoon, at kami'y iligtas!

Naging tao ka mula kay Mariang Birheng Mahal,
palayain ang aming katawan sa tiyak na pagpanaw.

— Halina, Panginoon, at kami'y iligtas!

Panginoon, kalingain mo ang lahat ng tao,
na sa simula't simula'y nagtiwala sa iyo.

— Halina, Panginoon, at kami'y iligtas!

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,
tulungan mo kaming makapaghanda
sa pagdating ni Kristong iyong Anak.
Nawa'y maratnan niya kaming naghihintay,
na nananabik at masayang nagdarasal,
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