Panalangin ng mga Kristiyano sa Maghapon

Liturgy of the Hours

Panalangin sa Takipsilim

Ika-12 ng Agosto, 2026

{ Ika-19 Miyerkules 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

Aming Amang Dakila, na sa mundo'y lumikha,
Kasaganaa'y dulot sa biyaya ng lupa,
Papuri ay tanggapin dahil sa pagpapala.
Ang buhay ay sagana sa iyong pagkalinga.

Anak ng D'yos at Tao, sa daigdig nabuhay,
Nagpakain sa gutom, madla ay tinulungan,
Ang pag-ibig mo nawa ay aming matagpuan,
Sa pagtulong sa kapwa, luha ay mapahiran.

O Espiritung Banal, liwanag ka at tanglaw,
Sa mga naghahanap ng landasin at gabay,
Sa 'min ay ituro mo, ang tamang kaisipan
Upang kami'y mamunga ng gawang kabutihan.

Umupo o tumayo

Mga Antipona at Salmo

Antipona 1

Ang nahahapis ay aani ng kagalakan.

Salmo 126

(Ang masayang pag-asa sa Diyos)

Nang lingapin tayo ng Diyos at sa Sion ay ibalik,
Ang nangyaring kasaysaya'y parang isang panaginip.
Lahat tayo ay natuwa, masasayang nagsiawit!

Ang sabi ng mga bansang nagmamasid sa paligid,
"Ang ginawa ng Diyos nila ay dakila, anong rikit!"
Dakila ngang masasabi, pambihira ang ginawa,

Kaya naman kami ngayon, kagalaka'y di kawasa!

Kung paanong inuulan yaong mga tuyong batis,
Sa sariling bayan namin, kami, PANGINOON, ay ibalik.
Silang mga nagbubukid na nagtanim na may luha,
Bayaan mo na mag-aning masasaya't natutuwa.

Yaong mga nagsihayong dala'y binhi't nananangis,
Ay aawit na may galak, dala'y ani pagbalik!

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

Antipona

Ang nahahapis ay aani ng kagalakan.

Antipona 2

Ang Panginoon nawa ang magtayo ng ating bahay at magsanggalang sa ating lungsod.

Salmo 127

(Kung wala ang Diyos walang kabuluhan ang ating mga gawa)

Malibang ang PANGINOON ang gumawa nitong bahay,
Ang ginawa ng nagtayo ay wala ring kabuluhan;
Ang lungsod na hindi ang Diyos ang s'yang magsasanggalang,
Walang saysay ang naroong nakatayong mga bantay.

Di na dapat magpahirap, magdibdib sa hanapbuhay,
Agang-agang mag-umpisa't gabing-gabi kung humimlay,
Pagkat pinagpapahinga ng PANGINOON ang kanyang mahal.

Kaloob ng PANGINOON itong ating mga bata,
Ang ganitong mga supling ay tunay na pagpapala.
Ang lalaking mga anak sa panahong kabataan,
Ang katulad ay palaso sa kamay ng isang kawal.

Mapalad ang isang taong mapalasong tulad niyan,
Hindi siya malulupig, at malayong mapipilan,
Kung sila man ng kalaban ay magtagpo sa hukuman.

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

Antipona

Ang Panginoon nawa ang magtayo ng ating bahay at magsanggalang sa ating lungsod.

Antipona 3

Siya ang panganay na Anak ng sangnilikha: upang sa lahat ng bagay, siya'y maging dakila.

Awit: Colosas 1:12-20

(Si Kristo ang panganay na Anak ng sangnilikha at ng mga patay)

Magpasalamat kayo sa Ama,
Sapagkat minarapat niyang ibilang kayo sa mga hinirang
Na magmamana ng kaharian ng kaliwanagan.

Iniligtas niya tayo
Sa kapangyarihan ng kadiliman
At inilipat sa kaharian ng kanyang minamahal na Anak.
Sa pamamagitan ng Anak, tayo'y pinalaya
At pinatawad sa ating mga kasalanan.

Si Kristo ang larawan ng Diyos na di-nakikita,
At siyang may kapangyarihan sa lahat ng nilikha.
Sapagkat ang lahat ng nasa langit at nasa lupa,
Nakikita man o hindi;

Pati ang mga naghahari at namamahala,
Mga namumuno at may kapangyarihang espirituwal
Ay pawang nilikha ng Diyos
Sa pamamagitan niya at para sa kanya.
Siya'y una sa lahat, at sa kanya nasasalalay
Ang kaayusan ng lahat ng bagay.

Siya ang ulo ng simbahan na kanyang katawan.
Siya ang Una, ang panganay na Anak —
Ang unang nabuhay na muli
Upang siya ang maging pinakadakila sa lahat ng bagay.

Ipinasiya ng Diyos na ang kanyang kalikasan
Ay manatili rin sa Anak,
At inibig niyang ang sandaigdigan ay makipagkasundo sa kanya

sa pamamagitan ng Anak.
Sa pamamagitan ng pagkamatay nito sa krus,
Nagkasundo nga ang Diyos at ang lahat ng nilikha
Sa langit at sa lupa.

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

Antipona

Siya ang panganay na Anak ng sangnilikha: upang sa lahat ng bagay, siya'y maging dakila.

Umupo

Pagbasa ng Salita ng Diyos

Efeso 3:17-21

Nawa'y manahan si Kristo sa inyong puso sa pamamagitan ng inyong pananalig sa kanya upang sa inyong pag-uugat at pagiging matatag sa pag-ibig, maunawaan ninyo, kasama ng mga hinirang, kung gaano kadakila ang pag-ibig ni Kristo. At nawa'y makilala ninyo ang di matingkalang pag-ibig na ito upang mapuspos kayo ng kapuspusan ng Diyos.

Sa Diyos na makagagawa nang higit kaysa lahat ng maaari nating hilingin at isipin, sa pamamagitan ng kanyang kapangyarihang naghahari sa atin—sumakanya ang kapurihan sa pamamagitan ng Simbahan at ni Kristo Hesus magpakailanman! Amen.

Tugunan

Angkinin akong muli, Panginoon, at sa aki'y maawa.

— Angkinin akong muli, Panginoon, at sa aki'y maawa.

Huwag akong itakwil kasama ng masasama,

— at sa aki'y maawa.

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

— Angkinin akong muli, Panginoon, at sa aki'y maawa.

Tumayo

Papuring Awit ni Maria

Antipona

Gumawa sa akin ng mga dakilang bagay ang Makapangyarihan, at Banal ang kanyang pangalan.

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

Gumawa sa akin ng mga dakilang bagay ang Makapangyarihan, at Banal ang kanyang pangalan.

Buong kababaang-loob tayong manalangin sa Diyos na nagsugo ng kanyang Anak bilang Manunubos at halimbawa sa kanyang bayan:

— Papurihan ka nawa ng iyong sambayanan, Panginoon.

Pasalamatan natin ang Panginoon na humirang sa atin bilang unang-ani ng kaligtasan,
at tumawag sa ating makibahagi sa kadakilaan ng Panginoong Hesukristo.

— Papurihan ka nawa ng iyong sambayanan, Panginoon.

Magkaisa nawa sa iyong katotohanan ang kumikilala sa iyong banal na ngalan,
at maging masigasig sa iyong pagmamahal.

— Papurihan ka nawa ng iyong sambayanan, Panginoon.

Manlilikha ng lahat ng bagay, nakiisa ang iyong Anak sa mga tao sa paggawa sa pamamagitan ng kanyang sariling kamay,
alalahanin ang mga taong naghahanap-buhay sa tulo ng kanilang mga pawis.

— Papurihan ka nawa ng iyong sambayanan, Panginoon.

Tunghayan ang mga tao na nag-aalay ng kanilang sarili sa paglilingkod para sa kanilang kapwa,
huwag nawa silang mahadlangan sa kanilang mga layunin dahil sa kawalan ng tulong o bungang sa kalooba'y nakapagpapahihina.

— Papurihan ka nawa ng iyong sambayanan, Panginoon.

Kaawaan ang mga yumao na,
sa kapangyarihan ng masama ay iadya sila.

— Papurihan ka nawa ng iyong sambayanan, Panginoon.

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,
tulutan mong makarating sa iyong harapan
ang panalangin sa takipsilim ng iyong sambayanan.
Maging matapat nawa kami sa paggawa ng mabuti,
ilayo sa kasalanan, at panatilihing ligtas
sa bisa ng iyong pagmamahal.
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