Panalangin ng mga Kristiyano sa Maghapon

Liturgy of the Hours

Panalangin sa Takipsilim I

Ika-6 ng Disyembre, 2025

{ Ika-2 Linggo 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

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

Bagong lungsod ng Sion, hayaang umawit ang iyong puso sa galak at masdan kung gaanong nagpakababa ang iyong hari para ikaw ay iligtas.

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

Bagong lungsod ng Sion, hayaang umawit ang iyong puso sa galak at masdan kung gaanong nagpakababa ang iyong hari para ikaw ay iligtas.

Antipona 2

Magpakatatag kayong lahat mga naligaw at nangangamba; damahin at sabihin: Darating ang Diyos upang tayo'y iligtas, aleluya.

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

Magpakatatag kayong lahat mga naligaw at nangangamba; damahin at sabihin: Darating ang Diyos upang tayo'y iligtas, aleluya.

Antipona 3

Kay Moises ibinigay ang kautusan, ngunit sa pamamagitan ni Hesukristo dumating ang pagpapala at katotohanan.

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

Kay Moises ibinigay ang kautusan, ngunit sa pamamagitan ni Hesukristo dumating ang pagpapala at katotohanan.

Umupo

Pagbasa ng Salita ng Diyos

1 Tesalonica 5:19-24

Huwag ninyong hadlangan ang Espiritu Santo. Huwag ninyong hamakin ang anumang pahayag mula sa Diyos. Suriin ninyo ang lahat ng bagay at pulutin ang mabuti. Lumayo kayo sa lahat ng uri ng kasamaan.

Nawa'y lubusan kayong pabanalin ng Diyos na siyang nagbibigay ng kapayapaan. At nawa'y panatilihin niyang walang kapintasan ang buo ninyong katauhan—ang espiritu, kaluluwa, at katawan—hanggang sa pagparito ng ating PANGINOONG Hesukristo. Tapat ang tumawag sa inyo, at gagawin niya ang mga bagay na ito.

Tugunan

Panginoon, ipakita sa amin ang iyong awa at pagmamahal.

— Panginoon, ipakita sa amin ang iyong awa at pagmamahal.

At ipagkaloob sa amin ang iyong kaligtasan,

— ang iyong awa at pagmamahal.

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

— Panginoon, ipakita sa amin ang iyong awa at pagmamahal.

Tumayo

Papuring Awit ni Maria

Antipona

Masdan ang Panginoong dumarating mula sa kaitaasan; ang kanyang kabunyia'y pumupuno sa sangkalupaan.

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

Masdan ang Panginoong dumarating mula sa kaitaasan; ang kanyang kabunyia'y pumupuno sa sangkalupaan.

Si Hesukristo ay ang kagalakan at kasiyahan ng lahat ng umaasa sa kanyang pagdating. Halina't dumalangin sa kanya at wikain:

— Halina, Panginoon, at huwag magluwat sa iyong pagdating!

Kami'y naghihintay nang may kagalakan sa iyong pagdating,
Halina, Panginoong Hesus na butihin.

— Halina, Panginoon, at huwag magluwat sa iyong pagdating!

Bago nagsimula ang panahon, kaisa mo sa buhay ang Ama,
Halina ngayon at kami'y ipag-adya.

— Halina, Panginoon, at huwag magluwat sa iyong pagdating!

Nilikha mo ang daigdig at ang lahat ng nananahan dito,
Halina't tubusin ang mga gawa ng mga kamay mo.

— Halina, Panginoon, at huwag magluwat sa iyong pagdating!

Hindi ka naging bantulot sa pagiging tao, na alipin ng kamatayan,
Halina't palayain kami sa kapangyarihan ng kamatayan.

— Halina, Panginoon, at huwag magluwat sa iyong pagdating!

Dumating ka upang bigyan kami ng ganap na buhay,
Halina't bigyan kami ng buhay na walang katapusan.

— Halina, Panginoon, at huwag magluwat sa iyong pagdating!

Ninanasa mong ang lahat ng tao ay mabuhay sa pag-ibig sa iyong kaharian,
Halina't pagbuklurin ang mga naghihintay na makita ang iyong mukha nang harapan.

— Halina, Panginoon, at huwag magluwat sa iyong pagdating!

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,
dagdagan mo ang lakas ng aming diwa
sa paggawa ng kabutihan
upang sa pagbabalik ni Kristo
ay maalab siyang salubungin
at tawagin niya kami sa kanyang tabi sa langit na kaharian.
Hinihiling namin ito sa pamamagitan niya
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