Panalangin ng mga Kristiyano sa Maghapon

Liturgy of the Hours

Panalangin sa Umaga

Ika-13 ng Disyembre, 2025

{ Paggunita kay Santa Lucia, dalaga at martir }

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

Si Kristo ang Liwanag, at wala nang iba pa,
'Sinilang sa 'ting mundo, at naging kapatid s'ya;
Kung nakita na siya, nakita na ang Ama,
Purihin ang ating D'yos, dakilain natin s'ya!

Siya ang ating Buhay, at wala nang iba pa,
'Pinagbili nang mura, inaba't pinatay s'ya;
Siya'ng tumubos sa 'tin, nasa kanan ng Ama,
Purihin ang ating Diyos, dakilain natin s'ya!

Umupo o tumayo

Mga Antipona at Salmo

Antipona 1

Sa pagdating ng umaga, pinupuri namin ang iyong habag, Panginoon, at ang gabi'y makatatagpo sa aming naghahayag ng iyong katapatan.

Salmo 92

(Pagpupuri sa Diyos na Manlilikha)

Ang magpasalamat sa PANGINOONG Diyos ay mabuting bagay,
Umawit na lagi, purihin ang ngalang Kataas-taasan.
Pag-ibig n'yang wagas ay dapat ihayag, kung bukang-liwayway,
Pagsapit ng gabi ang katapatan n'ya'y ihayag din naman.
Ito'y ipahayag sa saliw ng alpa't tugtuging salteryo,
Sa magandang himig ng tugtuging lira'y ipahayag ito.

Ako'y nagagalak sa iyong ginawa na kahanga-hanga,
Sa lahat ng ito, ako'y umaawit dahilan sa tuwa.
O pagkadakila! Kay dakila, PANGINOON, ng iyong ginawa,
Ang iyong isipan ay sadyang mahirap naming maunawa.

Sa pahat na isip, ang bagay na ito ay di nalalaman,
Hindi malilirip ni mauunawa ng sinumang mangmang
Ang mga masama, kahit na dumami, sila ma'y umunlad,
Yaong sasapitin nila't hahantungan ay pagkapahamak;
Sapagkat ikaw lang, PANGINOON, ang dakila't walang makatulad.
Nababatid naming lilipuling lahat ang iyong kaaway,
At lahat ng taong masama ang gawa ay mapipilan.

Ako'y ginawa mong sinlakas ng torong mailap sa gubat,
Ako'y pinagpala't pawang kagalakan yaong dinaranas.
Aking nasaksihan yaong pagkalupig ng aking kaaway,
Pati pananaghoy ng mga masama'y aking napakinggan.
Katulad ng palma, ang taong matuwid tatatag ang buhay,
Parang mga sedro, kahoy sa Libano, lalagong mainam.

Parang punongkahoy na doon natanim sa tahanan ng Diyos,
Sa banal na templo, ito ay lalago na nakalulugod.
Tuloy ang pagbunga kahit na ang punong ito ay tumanda,
Luntia't matatag, at ang dahon nito ay laging sariwa.
Ito'y patotoo na ang PANGINOO'Y tunay na matuwid,
Siya kong sanggalang, matatag na batong walang bahid dungis.

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

Antipona

Sa pagdating ng umaga, pinupuri namin ang iyong habag, Panginoon, at ang gabi'y makatatagpo sa aming naghahayag ng iyong katapatan.

Antipona 2

Kilalanin ang kadakilaan ng ating Diyos.

Awit: Deuteronomio 32:1-12

(Ang kabutihan ng Diyos sa kanyang bayan)

Dinggin mo ako, o langit; pakinggan mo ako, o lupa.
Itong aking mga aral; matulad nawa sa ulan,
Nagpapasariwa sa damo; bumubuhay sa halaman.

Ang ngalan ng PANGINOON ay aking pupurihin
At ang inyong itutugon, "Dakila ang Diyos namin!"
Siya ang Bato, manlilikha,
Walang kapintasan ang lahat niyang gawa,
Matuwid ang lahat niyang kilos.
Siya ay tapat, walang pagkukulang,
Makatarungan at mat'wid.

Sila'y nagpakasama.
Dahil dito'y di na sila marapat tawaging anak,
Isang lahing tampalasan at balakyot.
Iyan pa ba ang igaganti ninyo sa PANGINOON,
Kayong mga haling at mga walang isip?
Di ba siya ang ama ninyong lumikha sa inyo,
At gumawa sa inyong isang bansa?

Alalahanin ninyo ang mga nakaraang araw,
Ang panahon ng inyong mga ninuno.
Itanong n'yo sa inyong mga ama, at ilalahad sa inyo.
Gayon din sa matatanda, at kanilang isasaysay.

Nang hatiin ng Diyos itong sangkalupaan
At pagbukud-bukurin ang mga bayan,
At nang itakda niya ang mga hangganan,
Nasaisip na niya ang Israel na kanyang bayan.
Pagkat ito ang bayan na kanyang hinirang,

Si Jacob na itinanging maging kanya lamang.

Sila'y natagpuan niya sa ilang,
Lupaing halos walang mabuhay na halaman.
Sila'y kinandili at pinatnubayan
Nang buong tiyaga at pagmamahal.

Sila'y parang mga inakay, tinuruang lumipad,
Sinusubaybayan mula sa itaas.
Minsa'y sinasalo ng makapangyarihang pakpak,
Tulad ng ginagawa ng agila sa kanyang mga anak.
Tanging ang PANGINOON ang pumatnubay
At walang ibang diyos na tumulong sa kanila.

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

Antipona

Kilalanin ang kadakilaan ng ating Diyos.

Antipona 3

Kahanga-hanga ang iyong ngalan, Panginoon, sa lahat ng sangnilikha.

Salmo 8

(Ang Diyos ay maringal at ang tao'y marangal)

Ikaw, O PANGINOON, Diyos namin,
Laganap sa lupa ang iyong luningning,
At hanggang sa langit laging pupurihin.

Aawitang lagi niyong mga Bata,
Na wala pang malay at sariling diwa.
Matibay na muog ikaw ay naghanda
Laban sa kaaway, kalabang masama.

Ang likha mong langit, kung aking pagmasdan,
Pati mga tala, bituin at buwan;
Ano nga ang tao upang 'yong alalahanin?
Ay ano nga siya na sukat mong kalingain?

Nilikha mo siya, na halos kapantay
Ng iyong luningning at kadakilaan!

Pinamahala mo sa buong daigdig,
Sa lahat ng bagay malaki't maliit;

Mga baka't tupa, hayop na mabangis
At lahat ng ibong nasa himpapawid,
At maging sa isda, sa 'lalim ng tubig.

Sa buong daigdig, ikaw PANGINOON namin,
Ang banal mong ngalan ay dadakilain!

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

Antipona

Kahanga-hanga ang iyong ngalan, Panginoon, sa lahat ng sangnilikha.

Umupo

Pagbasa ng Salita ng Diyos

Isaias 11:1-5

Ang paghahari ng angkan ni David ay nalagot na parang punongkahoy na naputol. Ngunit sa lahi niya'y lilitaw ang isang hari, tulad ng supling mula sa isang tuod. Mananahan sa kanya ang espiritu ng PANGINOON. Bibigyan siya ng katalinuhan at pagkaunawa, ng kaalaman at kapangyarihan, ng katarungan at takot sa PANGINOON. Kagalakan niya ang tumalima sa PANGINOON. Hindi siya hahatol ayon sa nakikita o batay sa narinig sa iba. Bibigyan niya ng katarungan ang mga dukha. Ipagtatanggol ang karapatan ng mga kawawa. Ang salita niya'y parang tungkod na ipapalo sa malulupit. Ang hatol niya'y kamatayan sa masasama. Katarungan at katapatan ang paiiralin niya sa kanyang pamamahala.

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

Pawiin ang inyong takot, O bayan ng Sion; ang Diyos na inyong Diyos ay dumarating sa inyo, 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 mahahabagin 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

Pawiin ang inyong takot, O bayan ng Sion; ang Diyos na inyong Diyos ay dumarating sa inyo, aleluya.

Pangkalahatang Panalangin

Manalangin tayo sa Diyos na ating Ama, na noong una'y tumawag sa kanyang bayan tungo sa kaligtasan:

— Panginoon, pangalagaan mo ang iyong bayan.

Ipinangako mong maghahasik ng binhi ng katarungan sa iyong bayan,
pangalagaan ang kabanalan ng iyong Simbahan.

— Panginoon, pangalagaan mo ang iyong bayan.

Panginoon, turuan ang lahat ng tao na makinig sa iyong Salita,
at tulungan ang mga mananampalataya na maging matiyaga sa kabanalan.

— Panginoon, pangalagaan mo ang iyong bayan.

Panatilihin kami sa pag-ibig ng iyong Espiritu,
upang kami'y makatanggap ng awa mula sa iyong Anak na darating sa mundo.

— Panginoon, pangalagaan mo ang iyong bayan.

Mahabaging Ama, palakasin kami hanggang sa wakas,
hanggang sa araw ng pagbabalik ng Panginoong Hesus.

— Panginoon, pangalagaan mo ang iyong bayan.

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,
ang pagdalangin ni Santa Luciang dalaga at martir
ay siya nawang tumangkilik
sa amin upang ang pagdiriwang namin ngayon
sa kapanganakan niya sa kalangitan
ay siya ring aming makitang para sa amin kailanman
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