Panalangin ng mga Kristiyano sa Maghapon

Liturgy of the Hours

Panalangin sa Umaga

Ika-8 ng Agosto, 2025

{ Ika-18 Biyernes sa Karaniwang Panahon }

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't purihin ang Panginoon; nasa kanya ang lahat ng ating kasiyahan.

— Halina't purihin ang Panginoon; nasa kanya ang lahat ng ating kasiyahan.

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't purihin ang Panginoon; nasa kanya ang lahat ng ating kasiyahan.

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't purihin ang Panginoon; nasa kanya ang lahat ng ating kasiyahan.

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't purihin ang Panginoon; nasa kanya ang lahat ng ating kasiyahan.

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't purihin ang Panginoon; nasa kanya ang lahat ng ating kasiyahan.

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't purihin ang Panginoon; nasa kanya ang lahat ng ating kasiyahan.

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

— Halina't purihin ang Panginoon; nasa kanya ang lahat ng ating kasiyahan.

Panalangin sa Umaga

Awit

O D'yos ng mga bansa, at nagbigay ng buhay,
Lahat ng kabutihan, ikaw ang pinagmulan;
Ang pag-ibig mong wagas ay nababanaagan,
Alitan sa bayan mo sa 'yong loob ay laban.

Umaasa po kami na 'yong patatawarin,
Dahil muling 'pinako ang Kristong maawain;
Talos naming kulang pa pagsisikap na tupdin,
Na mahalin ang kapwa at sarili'y limutin.

Turuan mo po kami na kapwa'y paglingkuran,
Ang tumulong nang tapat, nang walang hinihintay;
Pag-isahin mo kami sa isang kapatiran,
Na walang kanya-kanya, dahil 'sang angkan lamang.

Umupo o tumayo

MGA ANTIPONA AT SALMO

Antipona 1

Ang mapagpakumbaba't pusong tapat, Panginoon, ay di mo pababayaan.

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

Ang mapagpakumbaba’t pusong tapat, Panginoon, ay di mo pababayaan.

Antipona 2

Kahit sa iyong pagkagalit, Panginoon, habag mo’y makakamit.

Awit: Habakkuk 3:2-4, 13a, 15-19

(Dumarating ang Diyos upang maghukom)

PANGINOON, narinig ko ang lahat ng ulat tungkol sa iyo,
At ako’y nalipos ng paghanga sa iyong mga ginawa.
Ulitin mo ang mga gawang ito sa panahong ito
At magpakahayag kang muli ngayon.
Ipadama mo ang iyong awa kahit sa panahon ng pagkapoot.

Ang Diyos ay nanggaling sa Teman,
At ang Banal ay nagmula sa Bundok ng Paran.

Laganap sa kalangitan ang kanyang kadakilaan,
At nagsisikip sa sanlibutan ang pagpuri sa kanya.

Darating siyang singliwanag ng kidlat,
Gumuguhit mula sa kanyang kamay;
At doon natatago ang kanyang kapangyarihan.
Lumabas ka para iligtas ang iyong bayan,
At ang haring pinahiran mo ng langis.

Dumaan kang nakasakay sa iyong mga kabayo sa gitna ng karagatan,
Anupat tumaas ang malalakas na alon.
Narinig ko ito at ang aking buong katawan
ay nanginig, nangatal ang labi ko.

Nanghina ang aking mga buto,
At naging mabuway ang aking paghakbang.
Mapayapa kong hihintayin ang takdang panahon
Ang pagpaparusa ng Diyos sa umapi sa amin.

Bagama't di namumunga ang punong igos
At hindi rin namumunga ang puno ng ubas,
Kung ang pamumunga ng olibo'y mabalam
At walang anihin sa mga bukirin.

Kahit mamatay ang mga tupa sa kulungan
At daanan ng salot ang bakahan sa mga silungan.
Mananalig pa rin ako sa PANGINOON;
Ako'y magagalak dahil sa Diyos ng aking kaligtasan.

Ang Diyos na PANGINOON ay aking lakas;
Tumatakbo akong simbilis ng usa,
At iniingatang ligtas kahit sa kabundukan.

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

Antipona

Kahit sa iyong pagkagalit, Panginoon, habag mo'y makakamit.

Antipona 3

Purihin ang Panginoon, O Jerusalem!

Salmo 147:12-20

(Ang pagpapanumbalik ng Jerusalem)

Purihin mo, Jerusalem, purihin ang PANGINOON,
Purihin mo ang iyong Diyos, kayong mga taga-Sion.

Yaong mga pintuan mo ay siya ang nag-iingat,
Ang lahat ng iyong lingkod ay siya ang nagbabasbas.
Ginagawang matahimik yaong mga hangganan mo,
Bibigyan kang kasiyahan sa kaloob niyang trigo.

Kung siya ay nag-uutos, agad itong natutupad,
Dumarating sa daigdig, na hindi na nagluluwat.
Singkapal ng damit-tupa yaong yelong pumapatak,
Para itong alikabok na sa lupa'y lumalagpak.

Mga yelong buo-buo, sinlaki ng munting bato,
Lumalagpak, na ang lamig di matiis kahit sino.
Ang yelo ay natutunaw, sa isa lang niyang utos,
Umiihip yaong hangi't ang tubig ay umaagos.

Kay Jacob n'ya ibinigay ang balita at pabilin,
Ang tuntuni't mga aral, ibinigay sa Israel.
Ang ganitong karapatan ay wala ang ibang bansa,
Pagkat hindi nila batid ang utos na itinakda.

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

Antipona

Purihin ang Panginoon, O Jerusalem!

Umupo

Pagbasa ng Salita ng Diyos

Efeseo 2:13-16

Ngunit ngayon, dahil sa inyong pakikipag-isa kay Kristo Hesus, kayong dating nasa malayo ay nailapit sa pamamagitan ng kanyang kamatayan. Pinagkasundo niya tayo. Kaming mga Judio at kayong mga Hentil ay kanyang pinag-isa. Sa pamamagitan ng kanyang katawan, pinawi niya ang alitan na parang pader na naghihiwalay sa atin. Pinawalang bisa niya ang Kautusang pawang mga utos

at tuntunin upang pag-isahin sa kanya ang dalawang bayan at maghari ang kapayapaan. Sa pamamagitan ng kanyang kamatayan sa krus, winakasan niya ang alitan ng dalawang bayan, kapwa pinapanumbalik sa Diyos at pinagbuklod sa iisang katawan.

Tugunan

Ang Panginoong Kataas-taasan ay gumawa sa akin ng mga dakilang bagay. Tatawag ako sa kanya sa oras ng kagipitan.

— Ang Panginoong Kataas-taasan ay gumawa sa akin ng mga dakilang bagay. Tatawag ako sa kanya sa oras ng kagipitan.

Ipadala nawa niya ang kanyang lakas upang ako'y iligtas,

— tatawag ako sa kanya sa oras ng kagipitan.

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

— Ang Panginoong Kataas-taasan ay gumawa sa akin ng mga dakilang bagay. Tatawag ako sa kanya sa oras ng kagipitan.

Tumayo

Papuring Awit ni Zacarias

Antipona

Sapagkat lubhang mahahabagin ang ating Diyos, magbubukang-liwayway sa atin ang araw ng kaligtasan.

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

Sapagkat lubhang mahabagin ang ating Diyos, magbubukang-liwayway sa atin ang araw ng kaligtasan.

Pangkalahatang Panalangin

Sambahin natin si Kristo na nag-alay ng kanyang sarili sa Ama sa pamamagitan ng Espiritu Santo upang linisin muli tayo sa mga gawang idinulot ng kamatayan. Purihin natin siya at taimtim na tawagan:

— Nasa iyong kalooban ang aming kapayapaan, Panginoon.

Sa iyong kagandahang-loob, natanggap namin ang simula nitong bagong araw,
ipagkaloob mo rin sa amin ang simula ng isang bagong buhay.

— Nasa iyong kalooban ang aming kapayapaan, Panginoon.

lkaw ang gumawa ng lahat ng bagay, at ngayo'y nagtataguyod para sa pag-unlad nila, makilala nawa namin ang iyong mga gawa sa

sangnilikha.

— Nasa iyong kalooban ang aming kapayapaan, Panginoon.

Sa pamamagitan ng iyong sariling dugo, pinagtibay mo ang bago at walang hanggang tipan,
maging matapat nawa kami sa pakikipagtipang yaon sa pamamagitan ng pagsunod sa iyong mga aral.

— Nasa iyong kalooban ang aming kapayapaan, Panginoon.

Dugo at tubig ang dumaloy sa iyong tagiliran noong ikaw'y nasa krus,
ang nakaliligtas na agos nawang ito ang pumawi sa aming mga kasalanan at magbigay-galak sa lungsod ng Diyos.

— Nasa iyong kalooban ang aming kapayapaan, 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,
habang aming iniaalay sa iyo ang aming mga papuri,
tulutan kaming awitin ang iyong kabutihan,
kasama ng iyong mga banal magpakailanman.
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