Panalangin ng mga Kristiyano sa Maghapon

Liturgy of the Hours

Panalangin sa Umaga

Ika-21 ng Mayo, 2025

Ika-5 Miyerkules sa Panahon ng Pagkabuhay ng Panginoon

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

Ang Panginoon ay muling nabuhay, aleluya.

— Ang Panginoon ay muling nabuhay, aleluya.

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.

— Ang Panginoon ay muling nabuhay, aleluya.

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.

— Ang Panginoon ay muling nabuhay, aleluya.

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.

— Ang Panginoon ay muling nabuhay, aleluya.

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.

— Ang Panginoon ay muling nabuhay, aleluya.

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.”

— Ang Panginoon ay muling nabuhay, aleluya.

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

— Ang Panginoon ay muling nabuhay, aleluya.

Panalangin sa Umaga

Awit

Si Hesus ngayo'y muling nabuhay, aleluya!
Magalak tayo sa 'ting tagumpay, aleluya!
Ipinako s'ya, sa krus namatay, aleluya!
Upang iligtas tayong nawalay, aleluya!

Sambahin natin at papurihan, aleluya!
Ang Kristong Hari'y ating itanghal, aleluya!
Tao'y tinubos sa kasalanan, aleluya!
Ang mga angel ay mag-awitan, aleluya!

Sa 'ting D'yos Ama ang kapurihan, aleluya!
At sa D'yos Anak, na Haring Mahal, aleluya!
At Espiritung, Diyos na Banal, aleluya!
Darakilain magpakailan man, aleluya!

Umupo o tumayo

Mga Antipona at Salmo

Antipona 1

Ikaw, O Panginoon, ang pinagmulan ng buhay, aleluya.

Salmo 36

(Ang kasamaan ng makasalanan at ang kabutihan ng Diyos)

Kasalana'y nangungusap sa puso ng masasama,
Sa ubod ng puso nila'y doon ito nagwiwika;

Tumatanggi ito sa Diyos at ni takot ito'y wala.

Ang palagay sa sarili, siya'y isang dakila na;
Ang akala'y hindi batid ng PANGINOON ang kanyang sala,
Kaya yaong iniisip, hindi siya magdurusa.

Kung mangusap ay masama at ubod nang sinungaling;
Dahop na ang karunungan sa paggawa ng magaling.

Masama ang binabalak samantalang nahihimlay,
Masama rin ang ugali, at isa pang kasamaa'y
Yaong laging inaakap ay gawaing mahahalay.

Ang wagas na pag-ibig mo, O PANGINOON, ay walang hanggan,
At ang iyong pagtatapat ay abot sa kalangitan.
Matuwid at matatag ka na tulad ng kabundukan,
Ang matuwid na hatol mo'y sinlalim ng karagatan;

Ang lahat ng mga tao't mga hayop na nilalang,
Sa tuwina'y kinukupkop ng mapagpala mong kamay.
O Diyos, yaong pag-ibig mo'y mahalaga at matatag,
Ang kalinga'y nadarama sa lilim ng iyong pakpak.

Sa pagkain ay sagana sa sarili mong tahanan;
Doon sila umiinom sa batis ng kabutihan.
Sa iyo rin nagmumula yaong lahat na may buhay,
Ang liwanag na taglay mo ay sa amin umaakay.

Patuloy mong kalingain ang sa iyo'y umiibig,
Patuloy mong pagpalain ang may buhay na matuwid.
Ang palalo'y h'wag tulutan na ako ay salakayin,
O ang mga masasamang gusto akong palayasin.

Yaong taong masasama'y masdan ninyo at nagupo!
Sa kanilang binagsakan, hindi sila makatayo.

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

Antipona

Ikaw, O Panginoon, ang pinagmulan ng buhay, aleluya.

Antipona 2

O Panginoon, isinugo mo ang iyong Espiritung Banal, at nalikha ang lahat ng bagay, aleluya.

Awit: Judith 16:2-3a, 13-15

(Ang Diyos na Lumikha ang kumakalinga sa kanyang bayan)

Purihin ang DIYOS, siya ay awitan,
Tugtugin ang tambol, gamitin ang pompiyang,
Isang bagong awit, siya'y papurihan,
Siya ay tawagin nang tayo'y tulungan.

Ako ay aawit ng bagong awitin,
Ikaw, PANGINOONG Diyos, aking pupurihin.
Sa taglay mong lakas, di kayang lupigin.

Bayaang maglingkod ang mga nilalang,
Silang sa utos mo'y nagtamo ng buhay
Nang ang ilong nila ay iyong hingahan.
Kaya naman lahat sa iyo'y gumagalang.

Pag ikaw'y lumapit, bundok, karagatan,
Pawang manginginig, hindi mapalagay,
Maging mga bato'y pawang natutunaw,
Ngunit sa sinumang masunuring tunay,
Ikaw'y nahahabag lubos nagmamahal.

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

Antipona

O Panginoon, isinugo mo ang iyong Espiritung Banal, at nalikha ang lahat ng bagay, aleluya.

Antipona 3

Ang Diyos ay hari sa lahat ng sangkalupaan; magsipagtugtugan para sa kanya nang buong kakayahan, aleluya.

Salmo 47

(Ang Panginoong Hesus ang Hari ng lahat)

Magdiwang ang lahat ng mga nilikha,

Pumalakpak kayong may awit at tuwa!
Bilang pagpupuri sa Diyos na Dakila!
Ang Diyos na PANGINOON, Kataastaasan,
Ay dakilang haring dapat katakutan;
Siya'y naghahari sa sangkatauhan.

Tayo'y pinagwagi sa lahat ng tao,
Sa lahat ng bansa'y namahala tayo;
Siya ang pumili ng ating tahanan,
Ang lupang minana ng mga hinirang.

Umakyat sa trono ang PANGINOONG Diyos,
Hatid ng trompetang malakas ang tunog;
Masayang sigawan ang ipinansuob.
Purihin ang Diyos, siya ay awitan,
Awitan ang hari, siya'y papurihan!

Ang Diyos, siyang hari ng lahat ng bansa,
Awita't purihin ng mga nilikha!
Maghahari siya sa lahat ng bansa,
Magmula sa tronong banal at dakila.

Sa mga hinirang ng Diyos ni Abraham,
Sasama ang madlang mga pamunuan
Ng lahat ng bansa sa sandaigdigan;
Ang mga sandata ng lahat ng kawal,
Lahat ay sa Diyos na hari ng tanan.

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

Antipona

Ang Diyos ay hari sa lahat ng sangkalupaan; magsipagtugtugan para sa kanya nang buong kakayahan, aleluya.

Umupo

Pagbasa ng Salita ng Diyos

Roma 6:8-11

Tayo'y naniniwalang mabubuhay tayong kasama ni Kristo kung mamatay tayong kasama niya. Alam nating si Kristo na muling

binuhay ay hindi na muling namamatay. Wala nang kapangyarihan sa kanya ang kamatayan. Nang siya'y mamatay, namatay siya nang minsanan para sa kasalanan, at ang buhay niya ngayo'y para sa Diyos. Kaya dapat ninyong ibilang ang inyong sarili na patay na sa kasalanan datapuwat buhay naman para sa Diyos sa inyong pakikipag-isa kay Kristo Hesus.

Tugunan

Ang Panginoon ay muling nabuhay mula sa libingan, aleluya, aleluya.

— Ang Panginoon ay muling nabuhay mula sa libingan, aleluya, aleluya.

Nabayubay siya sa krus dahil sa ating sala,

— aleluya, aleluya.

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

— Ang Panginoon ay muling nabuhay mula sa libingan, aleluya, aleluya.

Tumayo

Papuring Awit ni Zacarias

Antipona

Marami pa akong sasabihin sa inyo, ngunit hindi pa ninyo kayang unawain ngayon. Pagdating ng Espiritu ng Katotohanan, tutulungan niya kayo upang maunawaan ninyo ang buong katotohanan, 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 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

Marami pa akong sasabihin sa inyo, ngunit hindi pa ninyo kayang unawain ngayon. Pagdating ng Espiritu ng Katotohanan, tutulungan niya kayo upang maunawaan ninyo ang buong katotohanan, aleluya.

Pangkalahatang Panalangin

Sa biyaya ng Ama, nakita ng mga apostol ang muling nabuhay na Panginoon. Manalangin tayo sa Ama at wikain:

— Ipagkaloob sa amin, Panginoon, ang kaluwalhatian ng iyong Anak.

Ama ng kaliwanagan, iniaalay namin sa iyo ngayon ang aming pasasalamat at papuri dahil sa tinawag mo kami sa iyong

kamangha-manghang liwanag,
upang tanggapin ang iyong habag.

— Ipagkaloob sa amin, Panginoon, ang kaluwalhatian ng iyong Anak.

Ang mga pagsisikap nawa ng sangkatauhan na makatulong upang maging makatao ang sandaigdigan,
ay maging wagas at matatag sa kapangyarihan ng Espiritung Banal.

— Ipagkaloob sa amin, Panginoon, ang kaluwalhatian ng iyong Anak.

Kami nawa'y makapaglingkod sa iba nang buong katapatan,
upang ang buong sangkatauhan ay maging karapat-dapat na handog sa iyong karangalan.

— Ipagkaloob sa amin, Panginoon, ang kaluwalhatian ng iyong Anak.

Punuin kami ng iyong awa sa pagbubukang-liwayway ng isang bagong araw,
upang ang maghapong ito'y maging araw ng papuri at kaligayahan.

— Ipagkaloob sa amin, Panginoon, ang kaluwalhatian ng iyong Anak.

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,
sa aming pagdiriwang sa pagkabuhay
ng iyong Anak na minamahal,
kami nawa'y makigalak din sa lahat ng mga banal
hanggang sa muli niyang pagbabalik
na puspos ng kaluwalhatian
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