Panalangin ng mga Kristiyano sa Maghapon

Liturgy of the Hours

Panalangin sa Umaga

Ika-30 ng Disyembre, 2025

{ Mga Araw Pagkaraan ng Pasko ng Pagsilang }

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

Si Kristo ay ipinanganak para sa atin, halina't siya'y ating sambahin.

— Si Kristo ay ipinanganak para sa atin, halina't siya'y ating sambahin.

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.

— Si Kristo ay ipinanganak para sa atin, halina't siya'y ating sambahin.

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.

— Si Kristo ay ipinanganak para sa atin, halina't siya'y ating sambahin.

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.

— Si Kristo ay ipinanganak para sa atin, halina't siya'y ating sambahin.

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.

— Si Kristo ay ipinanganak para sa atin, halina't siya'y ating sambahin.

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."

— Si Kristo ay ipinanganak para sa atin, halina't siya'y ating sambahin.

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

— Si Kristo ay ipinanganak para sa atin, halina't siya'y ating sambahin.

Panalangin sa Umaga

Awit

Halina't magdiwang, at ating purihin
Ang Mesiyas na isinilang sa Belen.
Sambahin natin, Hari ng mga anghel:

Halina't siya'y purihin.
Halina't siya'y purihin,
Purihin natin ang Kristong Diyos natin.

Kayo'y mag-awitan nang may kagalakan,
Kayong mga anghel at ang mga banal,
At dakilain, D'yos sa kaitaasan:

Halina't siya'y purihin.
Halina't siya'y purihin,
Purihin natin ang Kristong Diyos natin.

Kami'y bumabati sa ngayo'y 'sinilang
Kay Kristo Hesus ng kaluwalhatian;
Siya'y naging tao, sa anyo na totoo.

Halina't siya'y purihin.
Halina't siya'y purihin,
Purihin natin ang Kristong Diyos natin.

Umupo o tumayo

Mga Antipona at Salmo

Antipona 1

Mga pastol, sabihin sa amin ang nakita ninyo? Sino ang napakita dito sa mundo? Isang bagong silang na sanggol ang aming nakita, at ang pulutong ng mga anghel na nagpupuri sa Diyos, aleluya!

Salmo 63:2-9

(Ang kaluluwang uhaw sa Diyos)

O Diyos, ikaw ang aking Diyos na lagi kong hinahanap,
Ang uhaw kong kaluluwa'y tanging ikaw yaong hangad;
Para akong tuyong lupa na tubig ang siyang lunas.
Bayaan mong sa santwaryo, sa lugar na dakong banal,
Ikaw roo'y mamasdan ko, sa likas mong karangalan.

Ang wagas na pag-ibig mo'y mahigit pa kaysa buhay,
Kaya ako'y magpupuri't ikaw ang pag-uukulan.
Habang ako'y nabubuhay, ako'y magpapasalamat,
At ako ay dadalangin na kamay ko'y nakataas.
Itong aking kaluluwa'y kakaing may kasiyahan,
Magagalak na umawit ng papuring iaalay.

Laman ka ng gunita ko samantalang nahihimlay,
Magdamag na ang palaging iniisip ko ay ikaw;
Pagkat ikaw sa tuwina ang katulong na malapit,
Sa lilim ng iyong pakpak galak akong umaawit.
Itong aking kaluluwa'y sa iyo lang nanghahawak,
Pagkat ako kung hawak mo, kaligtasa'y natitiyak.

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

Antipona

Mga pastol, sabihin sa amin ang nakita ninyo? Sino ang napakita dito sa mundo? Isang bagong silang na sanggol ang aming nakita,

at ang pulutong ng mga anghel na nagpupuri sa Diyos, aleluya!

Antipona 2

Sinabi ng anghel sa mga pastol: Ibinabalita ko sa inyo nang may kagalakan; ngayo'y ipinanganak para sa inyo ang Tagapagligtas ng sanlibutan, Aleluya.

Awit: Daniel 3:57-88, 56

(Purihin nawa ang Diyos ng lahat ng nilalang)

Purihin ninyo ang PANGINOON, kayong lahat na mga nilikha,
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, kayong lahat, mga kalangitan;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, kayong lahat, mga anghel ng PANGINOON,
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, kayong lahat, mga tubig sa ibabaw ng langit;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, kayong lahat na bumubuo ng kanyang hukbo;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, araw at buwan;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, mga bituin sa langit;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.

Purihin ninyo ang PANGINOON, mga ulan at hamog;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, lahat ng hanging umiihip sa sandaigdigan;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, apoy at init;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, nakapapasong init at matinding lamig;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, mga hamog at niyebeng

nalalaglag;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, mga araw at mga gabi;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, liwanag at kadiliman;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, graniso at ginaw;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, yelo at niyebe;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, mga kidlat at mga ulap;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.

O lupa, dakilain ang PANGINOON;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, mga bundok at mga burol;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, lahat ng tumutubo sa lupa;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, mga dagat at mga ilog;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, mga bukal ng tubig;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, mga balyena at lahat ng
nilikhang nasa tubig;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, lahat ng ibon sa himpapawid;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, mga kawan at mga maiilap na
hayop;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Lahat ng tao sa daigdig, purihin ninyo ang PANGINOON;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.

Purihin ninyo ang PANGINOON, bansang Israel;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, mga saserdote ng Diyos;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, mga lingkod ng

PANGINOON;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, kayong lahat na mga tapat;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, lahat ng banal at mababang-Ioob;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ninyo ang PANGINOON, Ananias, Azarias at Misael;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.

Pagpalain ang Ama at Anak at Espiritu Santo;
Awitan siya ng papuri at dakilain magpakailanman.
Purihin ka sa buong sangkalangitan;
Karapat-dapat kang awitan at dakilain magpakailanman.

Antipona

Sinabi ng anghel sa mga pastol: Ibinabalita ko sa inyo nang may kagalakan; ngayo'y ipinanganak para sa inyo ang Tagapagligtas ng sanlibutan, Aleluya.

Antipona 3

Isang munting sanggol ngayon ang sa ati'y isinilang; maliit ngunit tinatawag na Diyos na Makapangyarihan, aleluya.

Salmo 149

(Ang galak ng banal na bayan ng Diyos)

Purihin ang PANGINOON!
O ang PANGINOON ay purihin, awitan ng bagong awit,

Purihin sa pagtitipon ng tapat sa pananalig.
Magalak ka, O Israel, dahilan sa Manlilikha;
Dahilan sa iyong hari, ikaw Sion ay matuwa.
Purihin sa pagsasayaw, purihin ang kanyang ngalan;
Alpa't tambol ay tugtugin, at siya ay papurihan.

Ang PANGINOON ay nagagalak sa kanyang mga hirang,
Sa nangagpapakumbaba'y tagumpay ang ibibigay.
Sa tagumpay na natamo, magalak ang mga hirang,
Sa kanilang pagpipista ay magsaya't mag-awitan.
Sa pagpuri sa PANGINOON, ay bayaang magsigawan

Na taglay ang matatalim na sundang sa mga kamay,

Upang yaong mga bansang nagmalabis ay gantihan,
At bigyan ang mamamayan ng parusang kailangan.
Sa ganito, ang kanilang mga hari'y papangawan,
At ang mga pangunahin ay kadenang yaring bakal.
Sang-ayon sa utos ng Diyos, mga bansa'y magdurusa;
Ang tatanggap ng tagumpay, ay ang mga hirang niya.

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

Antipona

Isang munting sanggol ngayon ang sa ati'y isinilang; maliit ngunit tinatawag na Diyos na Makapangyarihan, aleluya

Umupo

Pagbasa ng Salita ng Diyos

Isaias 9:6-7

Ipanganganak ang isang sanggol na lalaki at siya ang mamamahala sa atin. Siya ang Kahanga-hangang Tagapayo, ang Makapangyarihang Diyos, Walang Hanggang Ama, ang Prinsipe ng Kapayapaan. Malawak na kapangyarihan at walang katapusang kapayapaan ang ipagkakaloob sa trono ni David at sa kanyang paghahari, upang matatag ito at papanatilihin sa katarungan at katwiran ngayon at magpakailan man. Isasagawa ito ng Makapangyarihang PANGINOON.

Tugunan

Inihayag ng Panginoon, aleluya, aleluya.

— Inihayag ng Panginoon, aleluya, aleluya.

Ang kanyang mapangligtas na kapangyarihan,

— aleluya, aleluya.

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

— Inihayag ng Panginoon, aleluya, aleluya.

Tumayo

Papuring Awit ni Zacarias

Antipona

Sa pagsilang ng Panginoon, umawit ang koro ng mga anghel:
Purihin ang ating Diyos na nakaluklok bilang Hari at Kordero.

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

Sa pagsilang ng Panginoon, umawit ang koro ng mga anghel:
Purihin ang ating Diyos na nakaluklok bilang Hari at Kordero.

Pangkalahatang Panalangin

Manalangin tayo kay Kristo, na siyang niloob ng Ama na magpanibago sa lahat ng bagay:

— Pinakamamahal na Anak ng Diyos, pakinggan mo kami.

Anak ng Diyos, kasama ka na ng Ama noon pa mang simula at sa takdang panahon ay naging tao,
ipagkaloob sa amin ang pag-ibig na nararapat sa magkakapatid para sa lahat ng tao.

— Pinakamamahal na Anak ng Diyos, pakinggan mo kami.

Naging dukha ka upang kami'y pagyamanin; ibinaba mo ang iyong sarili upang kami'y itaas sa pamamagitan ng iyong kababaang-loob at sa gayo'y makihati kami sa kadakilaan mo,
gawin kaming matatapat na lingkod ng iyong Ebanghelyo.

— Pinakamamahal na Anak ng Diyos, pakinggan mo kami.

Nagningning ka sa mga nanahan sa kadiliman at sa lilim ng kamatayan,
pagkalooban mo kami ng kabanalan, katarungan at kapayapaan.

— Pinakamamahal na Anak ng Diyos, pakinggan mo kami.

Bigyan kami ng pusong matuwid at matapat, upang makapakinig kami sa iyong Salita,
at gawin itong ganap sa amin at sa daigdig para sa iyong ikadarakila.

— Pinakamamahal na Anak ng Diyos, pakinggan mo kami.

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,
tulutan mong ang pagsilang bilang tao ng iyong Anak
ang magpalaya sa amin mula sa salang sa ami'y bumihag
at akayin kami sa bagong buhay na ganap,
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