



by Cl. Jerome Ypulong, SSP

**I**sinasalaysay ng unang bahagi ng Unang Pagbasa ang pagpaparusa ng Panginoon sa bayan ng Israel dala ng muli nilang pagkakasala sa kanya. Kaya naman hinayaan niyang muling sumailalim sila sa pagkaalipin. Nagkasala ang bayan, sila’y pinarusahan. Kung ihahalintulad natin ang ating mga narasanan sa nakalipas na taon, mapapaisip na lamang tayo kung pinarurusuhan na nga ba tayo gawa ng ating hindi pagiging matapat sa Panginoon.

Sino ba naman ang hindi mapapamuni-muni ng ganito kung puno ng iba’t-ibang uri ng kalamidad ang nakaraang taon: pag-alburoto ng Taal, paghagupit matitinding bagyong nagdulot ng matinding pagbaha’t pagguho ng lupa. Isaabay mo pa ang pandemiyang kumitil ng maraming buhay, nagdulot ng pagbabago sa ating

mga nakasanayan, at nagdala ng lubos na paghihirap sa ating iba’t-ibang aspekto ng ating lipunan. Unti-unti ring kinain ng pisikal na kadiliman ang ating mga puso’t isipan na siyang naghatid sa atin sa daan tungo sa kawalan ng pag-asa. Marahil tinataong natin ang ating mga sarili ngayon: “Mahal pa nga ba tayo ng Panginoon?”

Mahirap magsabing “mahal ako ng Panginoon” nang may ligaya’t ngiti sa labi kung naranasan nating mawalan ng mahal sa buhay at malugmok at mahirapan sa mga ‘di kanais-nais na mga karanasan. Iniba nito ang Pasko noong nakaraang taon. Masasabi pa kaya nating may ikakagalak pa tayo sa taong ito sa ating pagdiriwang ng Muling Pagkabuhay?

Tayo ngayo’y nasa ikaapat na linggo na ng Kuwaresma. Tinatawag din itong *Laetare Sunday* o Linggo

ng Pagdiriwang. Kung titigil lamang tayo sa unang bahagi ng Unang Pagbasa, wala nga tayong makikitang liwanag ng pag-asa na nag-aanyayang tayo’y magdiwang. Ngunit hindi naman tayo tumitigil doon. Atin ring mababasa na kahit na nagkasala ang Israel at sila’y pinarusahan, hindi pa rin sila pinabayaang Panginoon nang sila’y dumalangin at taos-pusong humingi ng kapatawaran. Ganoon na lamang din ang pagpapakita ng Diyos ng kanyang pagmamahal sa kanila. At sila’y tinubos Niya. Niligtas ng Panginoon ang Israel kahit na paulit-ulit silang nagkakasala sa Kanya.

Minamahal din tayo ng Panginoon dahil pinadala Niya ang kanyang Bugtong na Anak para mailigtas tayo sa pagkakalugmok sa kasalanan. Ipinagkaloob sa atin ng Panginoon ang kanyang pinakamamahal na Anak upang muli natin Siyang makapiling at muli tayong makabalik sa piling Niya. Ito ang ating ipinagdirawang: ang pagkaloob ng Panginoon ng kanyang walang hanggang Pag-ibig sa atin sa pamamagitan ni Hesuskristo na kanyang Anak!

Oo nga’t hindi madali magmahal kapag tayo’y nahihirapan. Pero inaanyayahan tayo ni Hesus na tumingin sa kanyang nag-alay ng kanyang buhay para sa Pag-ibig at dahil sa Pag-ibig. Nais niya rin tayong makibahagi sa Pag-ibig na yaon sa pamamagitan ng pagpapakita’t pagpaparamdam nito sa ating kapwang lubos na nangangailangan. Kumapit, tumingin, at manampalataya tayo sa Pag-ibig na ipinako sa Krus: sa kanyang nagbibigay ng pag-asa, sa kanyang naglalahad ng walang hanggang pagmamahal ng Ama sa sangkatauhan. Hinahamon tayo ngayong maging mukha rin ni Jesus, mga mukha ng pag-ibig na nagdadala ng pag-asa at pananampalataya sa mga lugmok at humahapis.

## PASIMULA

### Antipona sa Pagpasok

(Is 66:10-11)

*(Basahin kung walang pambungad na awit.)*

**Lunsod ng kapayapaan, magalak tayo't magdiwang. Noo'y mga nalulumbay, ngayo'y may kasaganaan sa tuwa at kasiyahan.**

### Pagbati

*(Gawin dito ang tanda ng krus.)*

**P** – Sumainyo ang Panginoon.

**B** – At sumaiyo rin.

### Paunang Salita

*(Maaaring basahin ito o isang katulad na pahayag.)*

**P** – Sinasabi sa ebanghelyo, “Gayon na lamang ang pag-ibig ng Diyos sa sanlibutan, kaya ibinigay niya ang kanyang bugtong na Anak...sapagkat sinugo ng Diyos ang kanyang Anak, hindi upang hatulang maparusahan ang sanlibutan, kundi upang igitas ito sa pamamagitan niya.”

Gayundin ang mensahe ni Apostol San Pablo: “Napaka-sagana ang habag ng Diyos at napakadakila ang pag-ibig na iniukol niya sa atin. Tayo'y binuhay niya kay Kristo kahit noong tayo'y mga patay pa dahil sa ating pagsuway.” Dahil pinagkalooban tayo ng di-masukat na yaman ng biyaya ng Diyos, lumapit tayo sa liwanag ni Kristo at ihatid natin ito para sa lahat ng tao.

### Pagsisisi

**P** – Mga kapatid, aminin natin ang ating mga kasalanan upang tayo'y maging marapat gumanap sa banal na pagdiriwang. *(Tumahimik)*

**B** – Inaamin ko sa makapangyarihang Diyos at sa inyo, mga kapatid, na lubha akong nagkasala *(dadagok sa dibib)* sa isip, sa salita, sa gawa, at sa aking pagkukulang. Kaya isinasamo ko sa Mahal na Birheng Maria, sa lahat ng mga anghel at mga banal at sa inyo, mga kapatid, na ako'y ipanalangin sa Panginoong ating Diyos.

**P** – Kaawaan tayo ng makapangyarihang Diyos, patawarin tayo sa ating mga kasalanan at patnubayan tayo sa buhay na walang hanggan.

**B** – Amen.

**P** – Panginoon, kaawaan mo kami.

**B** – Panginoon, kaawaan mo kami.

**P** – Kristo, kaawaan mo kami.

**B** – Kristo, kaawaan mo kami.

**P** – Panginoon, kaawaan mo kami.

**B** – Panginoon, kaawaan mo kami.

*(Walang Gloria sa panahon ng Kuwaresma.)*

### Pambungad na Panalangin

**P** – Manalangin tayo. *(Tumahimik)*

Ama naming makapangyarihan, ikaw ay nakikipagkasundo sa sangkatauhan sa pamamagitan ng iyong Salita. Sa masigasig na pagsamba at matibay na pagsampalataya ang Sambayanang Kristiyanong ay makadulog nawang masaya sa pagdiriwang ng dakilang kapistahan ng Pagkabuhay sa pamamagitan ni Hesukristo kasama ng Espiritu Santo magpasawalang hanggan.

**B** – Amen.

## PAGPAPAHAYAG NG SALITA NG DIYOS



### Unang Pagbasa

(2 Kr 36:14-16, 19-23) *(Umupo)*

*Matapos masakop ng Persia ang Babilonia, pinukaw ng Diyos ang kalooban ni Haring Ciro na nagpabalik sa mga Israelita sa kanilang bayan at nag-utos itayo ang Templo.*

### Pagbasa mula sa ikalawang aklat ng Mga Cronica

NOONG mga araw na iyon: Sumama nang sumama ang mga pinuno ng Juda, ang mga saserdote at ang mamamayan. Nakigaya sila sa nakaririmarim na gawain ng ibang bansa. Pati bahay ng Panginoon na itinalaga niya sa Jerusalem ay kanilang itinakwil. Gayunman, dahil sa habag ng Panginoon sa kanila at sa pagmamalasakit sa kanyang Templo, lagi niyang pinadadalhan sila ng mga sugo. Ngunit hinamak lamang nila ang mga ito at ang mga propeta at pinagtatawanan sa anumang sabihin. Kaya, umabot na sa sukduhan ang poot ng Panginoon. Sinunog ng mga kalaban nila ang bahay ng Panginoon, winasak ang muog ng Jerusalem at ang malalaking gusali. Ang mahahalagang ari-arian doon ay tinupok din, anupa't ang lahat ay iniwan nilang wasak. Ang naligtas sa patalim ay dinala nilang bihag

sa Babilonia. Doo'y inalipin sila ng hari at ng kanyang mga anak hanggang ang Babilonia'y masakop ng Persia. Sa gayun natupad ang hula ni Jeremias na ang lupai'y nakapamahinga sa loob ng pitumpong taong singkad.

Upang matupad ang salita niyang ito sa pamamagitan ni Jeremias, pinukaw ng Panginoon ang kalooban ni Ciro, hari ng Persia noong unang taon ng kanyang paghahari. Nagpalabas ang haring ito ng isang pahayag sa buong kaharian na ganito ang isinasaad:

“Ito ang pahayag ng Haring Ciro ng Persia: ‘Ipinaubaya sa akin ng Panginoon, Diyos ng Kalangitan, ang lahat ng kaharian sa daigdig at inutusan niya akong magtayo para sa kanya ng templo sa Jerusalem ng Juda. Kaya, ang sinuman sa inyo na kabilang sa kanyang bayan ay pinahihintulutan kong pumunta sa Jerusalem. Samahan nawa siya ng Panginoon, ang kanyang Diyos.’”

— Ang Salita ng Diyos.

**B** – Salamat sa Diyos.

### Salmong Tugunan (Slm 136)

**T** – Kung ika'y aking limutin, wala na 'kong aawitin.

Kung i - ka'y a -

king li - mu - tin, wa -

la na 'kong a - a - wi - tin.

1. Sa pampang ng mga ilog nitong bansang Babilonia,/ kami roo'y nakaupong tumatangis, sa tuwinang, ang iniwan naming Sion ay aming maalaala./ Sa sanga ng mga kahoy,/ sa tabi ng ilog nila,/ isinabit namin doon, yaong dala naming lira. **(T)**

2. Sa amin ay iniutos ng sa amin ay lumupig,/ na aliwin namin sila, ng matamis naming tinig,/ tungkol sa Sion, yaong paksa, niyong nais nilang awit. **(T)**

3. Pa'no namin aawitin, ang awit ng Panginoon,/ samantalang bihag kaming nangingibang-bayan noon?/ Ayaw ko nang ang lira ko'y hawakan pa at tugtugin,/ kung ang bunga sa pagtugtog,

limutin ang Jerusalem. (T)

4. Di na ako aawit pa, kung ang lundong sasapitin./ Sa isip ko't alaala, ika'y ganap na limutin,/ kungang kaligayahan mo ay hindi ko hahangarin. (T)

### **Ikalawang Pagbasa (Ef 2:4-10)**

*Noong tayo'y lugmok sa kasalanan, ang Diyos ang unang kumilos para iligtas tayo. Binuhay niya tayo at pinangakuan ng kaluwalhatian ng langit.*

### **Pagbasa mula sa sulat ni Apostol San Pablo sa mga taga-Efeso**

MGA KAPATID: Napakasagana ang habag ng Diyos at napakadakila ang pag-ibig na iniukol niya sa atin. Tayo'y binuhay niya kay Kristo kahit noong tayo'y mga patay pa dahil sa ating pagsuway. Naligtas nga kayo dahil sa kanyang kagandahang-loob. Dahil sa ating pakikipag-isa kay Kristo Hesus, tayo'y muling binuhay na kasama niya at pinaupong kasama niya sa kalangitan. Ginawa niya ito upang sa darating na mga panahon ay maipakita niya ang di-masukat na kasaganaan ng kanyang kagandahang-loob sa atin sa pamamagitan ni Kristo Hesus. Dahil sa kagandahang-loob ng Diyos ay naligtas kayo sa pamamagitan ng inyong pananalig kay Kristo. At ang kaligtasang ito'y kaloob ng Diyos, hindi mula sa inyo. Hindi ito dahil sa inyong mga gawa kaya't walang dapat ipagmalaki ang sinuman. Tayo'y kanyang nilalang, nilikha sa pamamagitan ni Kristo Hesus upang iukol natin ang ating buhay sa paggawa ng mabuti, na itinalaga na ng Diyos para sa atin noon pa mang una.

— Ang Salita ng Diyos.

**B – Salamat sa Diyos.**

### **Awit-Pambungad (Jn 3:16) (Tumayo)**

**B – Pag-ibig sa sanlibutan ng D'yos ay gayun na lamang, kanyang Anak ibinigay, upang mabuhay kailanman ang nananalig na tunay.**

### **Mabuting Balita (Jn 3:14-21)**

**P – Ang Mabuting Balita ng Panginoon ayon kay San Juan**

**B – Papuri sa iyo, Panginoon.**

NOONG panahong iyon: sinabi ni Hesus kay Nicodemo, "Kung paanong itinaas ni Moises ang ahas doon sa ilang, gayon din naman, kailangang itaas ang Anak ng Tao, upang ang sinumang sumasampalataya sa kanya ay magkaroon ng buhay na walang hanggan. Gayon na lamang ang pag-ibig ng Diyos sa sanlibutan, kaya ibinigay niya ang kanyang bugtong na Anak, upang ang sumampalataya sa kanya ay hindi mapahamak, kundi magkaroon ng buhay na walang hanggan. Sapagkat sinugo ng Diyos ang kanyang Anak, hindi upang hatulang maparusahan ang sanlibutan, kundi upang iligtas ito sa pamamagitan niya. Hindi hinahatulang maparusahan ang nananampalataya sa bugtong na Anak ng Diyos; ngunit hinatulan nang parusahan ang hindi nananampalataya sa kanya. Hinatulan sila sapagkat naparito sa sanlibutan ang ilaw, ngunit inibig pa ng mga tao ang dilim kaysa liwanag, sapagkat masama ang kanilang mga gawa. Ang gumagawa ng masama ay ayaw sa ilaw, at hindi lumalapit dito upang hindi mahayag ang kanyang mga gawa. Ngunit ang namumuhay sa katotohanan ay lumalapit sa ilaw; sa gayun, nahahayag na ang kanyang mga ginagawa'y pagsunod sa Diyos."

— Ang Mabuting Balita ng Panginoon.

**B – Pinupuri ka namin, Panginoong Hesukristo.**

### **Homiliya (Umupo)**

### **Pagpapahayag ng Pananampalataya (Tumayo)**

**P- Sumasampalataya ako sa Diyos Amang makapangyarihan sa lahat, na may gawa ng langit at lupa.**

**Sumasampalataya ako kay Hesukristo, iisang Anak ng Diyos, Panginoon nating lahat. Nagkatawang-tao siya lalang ng Espiritu Santo, ipinanganak ni Santa Mariang Birhen. Pinagpakasakit ni Poncio Pilato, ipinako sa krus, namatay, inilibing. Nanaog sa kinaroroonan ng mga**

**yumao. Nang may ikatlong araw nabuhay na mag-uli. Umakyat sa langit. Naluluklok sa kanan ng Diyos Amang makapangyarihan sa lahat. Doon magmumulang paririto at huhukom sa nanga-bubuhay at nangamatay na tao.**

**Sumasampalataya naman ako sa Diyos Espiritu Santo, sa banal na Simbahang Katolika, sa kasamahan ng mga banal, sa kapatawaran ng mga kasalanan, sa pagkabuhay na muli ng nangamatay na tao at sa buhay na walang hanggan. Amen.**

### **Panalangin ng Bayan**

**P –** Hindi lamang tanda ng ating pagkamakasalanan ang krus ni Hesus. Ito rin ang tanda ng dakilang pag-ibig at awa sa atin ng Diyos na Tagapagligtas natin. Sa bawat panalangin, ating itugon:

**T – Panginoon, dinggin mo kami.**

**L –** Para sa Simbahan: manatili nawa kaming buhay na tanda ng pagmamahal at awa ng Diyos sa panahon ng karimlan at kawalang pag-asa. Manalangin tayo: (T)

**L –** Para sa mga namumuno sa Pamahalaan: Maglingkod nawa sila nang may malasakit at pagkalinga sa maliliit ayon sa halimbawa ni Hesus. Manalangin tayo: (T)

**L –** Para sa pamayanang Kristiyano: Maging tagapagpahayag din nawa tayo ng Magandang Balita upang lalo pang dumami ang sumampalataya kay Hesus. Manalangin tayo: (T)

**L -** Para sa mga yumao: Ganap nawa nilang madama ang pag-ibig at paglingap ng Panginoon. Manalangin tayo: (T)

**L –** Sa ilang sandali ng katahimikan, ating ipanalangin ang iba pang mga pangangailangan ng ating pamayanan pati na rin ang ating pansariling kahilingan (Tumahimik). Manalangin tayo: (T)

**P –** Ama naming mapagmahal, nais mong tumanggap kaming lahat ng buhay na walang hanggan. Turuan mo kaming laging makasunod sa iyo upang matupad sa amin ang iyong kalooban.

Hinihiling namin ito sa pamamagitan ni Kristong aming Panginoon.

**B – Amen.**



**PAGDIRIWANG  
NG HULING HAPUNAN**



Paghahain ng Alay (*Tumayo*)

**P** – Manalangin kayo...

**B** – Tanggapin nawa ng Panginoon itong paghahain sa iyong mga kamay sa kapurihan niya at karangalan sa ating kapakinabangan at sa buong Sambayanan niyang banal.

**Panalangin ukol sa mga Alay**

**P** – Ama naming Lumikha, para sa paghahaing nagbibigay-kagalangan kami ngayon ay masayang nagsisipag-alay kalakip ang dalangin amin nawang maidangal ang pagdiriwang na ito ng banal na pakikinabang at maidulot nawa ito para sa kaligtasan ng tanan sa pamamagitan ni Hesukristo kasama ng Espiritu Santo magpasawalang hanggan.

**B** – Amen.

**Prepasyo (Kuwaresma I)**

**P** – Sumainyo ang Panginoon.

**B** – At sumaiyo rin.

**P** – Itaas sa Diyos ang inyong puso at diwa.

**B** – Itinaas na namin sa Panginoon.

**P** – Pasalamat natin ang Panginoong ating Diyos.

**B** – Marapat na siya ay pasalamat.

**P** – Ama naming makapangyarihan, tunay ngang marapat na ikaw ay aming pasalamat sa pamamagitan ni Hesukristo na aming Panginoon.

Binibigyan mo kami ng bagong pagkakataon upang ganapin ang paghahanda ngayon para sa pagdiriwang ng muling pagkabuhay. Kaisa ng iyong Anak na minamahal aming inilalaan ang panahon, talino't yaman para ganapin ang iyong kalooban na ang kapwa tao ay lubos na damayan. Sa pagdiriwang namin sa aming pagsilang bilang mga kaanib ng iyong sambayanan, kami'y iyong pinagkakamit ng katayuang ganap sa pagtatangkilik.

Kaya kaisa ng mga anghel na nagsisiawit ng papuri sa iyo nang walang humpay sa kalangitan, kami'y nagbubunyi sa iyong kadakilaan:

**B** – Santo, Santo, Santo Panginoong Diyos ng mga hukbo! Napupuno ang langit at lupa ng kadakilaan mo! Osana sa kaitaasan! Pinagpala



**SAMBUHAY MISSION APPEAL**

*Be a mission partner for Sambuhay!*



Sambuhay Misalette and Sambuhay TV now offer you a chance to reach its nearly a million readers and viewers. We share our "sacred space" for

- Vocation promotions
- Invitations from Catholic communities and other groups
- Announcements for special programs and activities
- Local and international pilgrimages
- Other church and faith-based matters

MEDIUM	DURATION	AD RATE
Sambuhay Sunday Misalette (English or Filipino)	1 SUNDAY	P 4,000
Sambuhay Sunday Misalette (Hiligaynon)	1 SUNDAY	P 1,500
Sambuhay First Friday	1 FRIDAY	P 2,000
Sambuhay Sunday Misalette (English or Filipino)	8 SUNDAYS (2 months)	P 25,000
Sambuhay TV	1 EPISODE	P 5,000

**Contact details**

88959701 to 04 loc. 607 88953416

sambuhay.missalette@gmail.com marketing@stpauls.ph

Facebook.com/sambuhaymisalettePH Facebook.com/sambuhay.missalette

**ang naparirito sa ngalan ng Panginoon! Osana sa Kaitaasan!**

(*Lumuhod*)

**Pagbubunyi (Tumayo)**

**B** – Sa krus mo at pagkabuhay kami'y natubos mong tunay, Poong Hesus naming mahal, iligtas mo kaming tanan ngayon at magpakailanman.

**PAKIKINABANG**

**Ama Namin**

**B** – Ama namin...

**P** – Hinihiling naming...

**B** – Sapagkat iyo ang kaharian at ang kapangyarihan at ang kapurihan magpakailanman! Amen.

**Pagbati ng Kapayapaan**

**Paanyaya sa Pakikinabang**

(*Lumuhod*)

**P** – Ito ang Kordero ng Diyos. Ito ang nag-aalis ng kasalanan ng sanlibutan. Mapalad ang mga inaanyayahan sa kanyang piging.

**B** – Panginoon, hindi ako karapat-dapat na magpatuloy sa iyo ngunit sa isang salita mo lamang ay gagaling na ako.

**Antipona sa Komunyon**

(Slm 122: 3-4)

**Lungsod ng kapayapaan may pagkakaisang tunay, ahunan ng tanang angkan upang sambahin ang ngalan ng Panginoong Maykapal.**

**Panalangin Pagkapakinabang**

(*Tumayo*)

**P** – Manalangin tayo. (*Tumahimik*)

Ama naming mapagmahal, tinatanglawan mo ang lahat ng tao na isinisilang sa daigdig na ito. Sa kaloob mong liwanag tanglawan mo ang aming kalooban upang ang dapat naming isaloob na iyong ikinalulugod ay lagi naming isaisip at ikaw ay aming wagas na maibig sa pamamagitan ni Hesukristo kasama ng Espiritu Santo magpasawalang hanggan.

**B** – Amen.

**PAGTATAPOS**

**P** – Sumainyo ang Panginoon.

**B** – At sumaiyo rin.

**Pagbabasbas**

**P** – Yumuko kayo't hingin ang biyaya ng Diyos. (*Tumahimik*)

Ama naming mapagpala, lingapin mo ang iyong angkan pakundangan sa pag-ibig ni Hesukristo na hindi tumanggap magdusa sa kamay ng mga makasalanan kahit sa krus siya'y mamatay at ngayon siya ay nabubuhay kasama ng Espiritu Santo magpasawalang hanggan.

**B** – Amen.

**P** – Pagpalain kayo ng makapangyarihang Diyos, Ama at Anak (+) at Espiritu Santo.

**B** – Amen.

**Pangwakas**

**P** – Tapos na ang Banal na Misa.

Humayo kayong mapayapa.

**B** – Salamat sa Diyos.