



Nilamon ng dilim, puno ng panganib, at nasa bingit ng kamatayan. Ito ang naramdaman ng mga disipulo habang nasa gitna ng nag-aalimpuyong dagat. Hindi ito nalalayo sa naging karanasan ng buong mundo ngayong panahon ng pandemya. Sa gitna ng kaliwa't kanang balita ng mga kaibigan at kamag-anak na tinatamaan ng CoViD-19, mga hanapbuhay na sapilitang napahinto, pangamba sa walang tiyak na katapusan na delubiyong ito, ang tanong ng mga disipulo kay Hesus ang siyang panaghoy ng bayan sa araw na ito: "Wala ba'ng anoman sa iyo na mapahamak tayo?"

May mga pagkakataon sa buhay natin na napapatanong tayo kung natutulog nga ba ang Diyos sa gitna ng mga pinagdaraan nating krisis. Gaano man kadalas tayo magdasal o mag-alay ng iba't ibang sakripisyo para sa ating mga intensiyon, may mga panahon na hindi pa rin tayo iniaahon ng Diyos mula sa nakalulunod na problema sa ating buhay.

Ang mensaheng ito ay isinulat ni San Marcos para sa Simbahan noong kapanahunan ng pagkawasak ng Jerusalem. Napapalibutan din ng pangamba at delubyo ang mga taong unang bumasa sa ebanghelyong ito. Kaliwa't kanan ang mga nangamamatay at wala ring kasiguraduhan na babalik sa katiwasayan ang pang-araw-araw nilang buhay.

Sa parehong pagkakataon, nananatili ang tugon ni Hesus sa lahat ng ating mga hinaing – "huwag kayong mangamba." Pinapaalala sa atin ng salaysay ni San Marcos na lagi nating kasama si Hesus sa bangka sa

SA
Duyan
NG
Pag-ibig



G. Sir-Lien Hugh Tadeo

gitna ng unos. Kinakailangan lamang nating pagtibayin ang ating pagtiwala na hindi niya tayo pababayaan. Ngunit paano nga ba magtiwala sa gitna ng krisis? Ano ang maaari nating panghawakan sa mga panahong nalulunod tayo sa takot at karimlan?

Ang tanong na ito ay masasagot lamang sa pamamagitan ng isang karanasan ng pagtiwala

na marahil, pamilyar sa ating lahat. Matingkad pa sa aking alaala kung paano ako nakatulog nang mahimbing sa likod ng aming sasakyan habang nagmamaneho ang aking ama sa masikip at mabanging kalsada ng *Kennon Road* noong ako ay bata pa lamang. Malakas din ang bagyo noon, at lalong delikado ang pagmaneho sa ganoong kundisyon. Subalit pinanghawakan ng aking musmos na pagtiwala ang pagmamahal ng aking amang siguradong hindi kami hahayaang mapahamak. Ito ang siyang nagtahan sa aking mga pangamba hanggang sa ako ay humimbing nang mapayapa sa gitna ng panganib. Marami sa atin ang nakararanas ng ganitong uri ng kapayapaan sa gitna ng unos nang dahil sa presensya ng mga taong nagmamahal at nagpoprotekta sa atin. Marahil buhat ito sa ating mga magulang, kapatid, asawa, kaibigan, kasamahan sa trabaho, o minsan ay mga estranghero tulad ng mga doktor at nars na nag-aalaga sa atin sa ospital o ang mga guro na nagsisilbing pangalawang magulang natin.

Tunay, iba't iba ang mukha ng pagmamahal ng Diyos sa ating buhay. At ito ang nagsasalba sa iba't ibang uri ng unos na pinagdadaan natin. Kalimitan nga lang, hindi natin ito napapansin bilang presensya ng Diyos dahil nakatuon ang ating atensyon sa pangamba at sa laki ng mga alon.

Sa ating paghinilay ngayong araw na ito, marahil, maaari nating balikan ang iba't ibang paraan kung paano pinaramdam at iningatan tayo ng pagmamahal ng Diyos sa gitna ng mga pinagdaanan nating delubyo sa buhay.

PASIMULA

Antipona sa Pagpasok

(Slm 27:7, 9)

(Basahin kung walang pambungad na awit.)

Dinggin mo ang aking tawag, Poon, ikaw ay mahabag, ako'y tulungan mo agad. Akin kitang hinahanap, h'wag biguin aking sikap.

Pagbati

(Gawin dito ang tanda ng krus.)

P—Ang pagpapala ng ating Panginoong Hesukristo, ang pag-ibig ng Diyos Ama, at ang pakikipagkaisa ng Espiritu Santo nawa'y sumainyong lahat.

B—At sumainyo rin.

Panang Salita

(Maaaring gamitin ito o kahalintulad na pahayag.)

P—Hindi makikita ang pagsunod sa kalooban ng Diyos sa agad-agarang resulta o mga kagulat-gulat na pagbabago. Makikita ito sa pagtugon natin sa Diyos bunsod ng ating pag-ibig sa kanya. Kung magiging bukas tayo sa kanya at sa kanyang kagandahang-loob, magiging instrumento tayo ng pagbabago. Taglay ang kababaang-loob, maaari tayong maging mga aktibo at epektibong tagapagtayo ng kaharian ng Diyos.

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 *(lahat ay dadagok sa dibdib)* 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.

Gloria

Papuri sa Diyos sa kaitaasan at sa lupa'y kapayapaan sa mga taong kinalulugdan niya. Pinupuri ka namin, dinarantal ka namin, sinasamba ka namin, ipinagbubunyi ka namin, pinasalamatan ka namin dahil sa dakila mong angking kapurihan. Panginoong Diyos, Hari ng langit, Diyos Amang makapangyarihan sa lahat. Panginoong Hesukristo, Bugtong na Anak, Panginoong Diyos, Kordero ng Diyos, Anak ng Ama. Ikaw na nag-aalis ng mga kasalanan ng sanlibutan, maawa ka sa amin. Ikaw na nag-aalis ng mga kasalanan ng sanlibutan, tanggapin mo ang aming kahilingan. Ikaw na naluluklok sa kanan ng Ama, maawa ka sa amin. Sapagkat ikaw lamang ang banal, ikaw lamang ang Panginoon, ikaw lamang, O Hesukristo, ang Kataas-taasan, kasama ng Espiritu Santo sa kadakilaan ng Diyos Ama. Amen.

Pambungad na Panalangin

P—Manalangin tayo. *(Tumahimik)*

Ama naming makapangyarihan, lakas ka ng mga walang inaasahan kundi ikaw. Ang pagluhog namin ay iyong pagbigyan sapagkat kami'y mga tao lamang na pawang mahihina kapag iyong iniwanan kaya naman kami'y lagi mong tulungan upang sa pagtupad ng iyong mga kautusan ikaw ay aming mabigyang kasiyahan sa aming iniisip at ginagawa araw-araw sa pamamagitan ni Hesukristo kasama ng Espiritu Santo magpasawalang hanggan.

B—Amen.

PAGPAPAHAYAG NG SALITA NG DIYOS



Unang Pagbasa (Ez 17:22-24)
(Umupo)

Inihalintulad ni propeta Ezekiel sa paglago ng usbong ng sedro ang pagbabalik ng Israel sa lupang pangako. Gagamitin din ni Jesus ang simbolong ito sa paglago ng paghahari ng Diyos sa ating piling.

Pagbasa mula sa aklat ni propeta Ezekiel

ITO nga ang ipinasasabi ng

Panginoon, “Kukuha ako ng isang usbong ng sedro at aking iaayos. Ang kukunin ko'y yaong pinakamataas na sanga. Itatanim ko ito sa isang mataas na bundok, sa pinakamataas na bundok ng Israel upang lumago at mamungang mabuti at maging isang kahanga-hangang sedro. Sa gayon, lahat ng uri ng hayop ay makapaninirahan sa ilalim nito. Ang mga ibon nama'y makapamumugad sa mga sanga nito. Kung magkagayon, malalaman ng lahat ng punong-kahoy na mapabababa ko ang mataas na kahoy at maitataas ko yaong mababa; na matutuyo ko ang sariwang kahoy at mapananariwa ko yaong tuyong punongkahoy. Akong Panginoon ang nagsasabi nito at ito'y gagawin ko.”

—Ang Salita ng Diyos.

B—Salamat sa Diyos.

Salmong Tugunan (Slm 91)

T—Totoong kalugud-lugod ang magpasalamat sa D'yos.

C Am

To - to - ong ka - lu - god - lu -

4 F C Am

god ang mag - pa - sa - la -

7 C

mat sa D'yos.

1. Ang magpasalamat sa Panginoong Diyos ay mabuting bagay,/ umawit na lagi purihin ang ngalang Kataas-taasan./ Pag-ibig niyang wagas ay dapat ihayag, kung bukung-liwayway./ Pagsapit ng gabi ang katapatan niya'y ihayag din naman. (T)

2. Katulad ng palma, ang taong matuwid tatatag ang buhay,/ parang mga sedro, kahoy sa Libano, lalagong mainam./ Parang punong-kahoy na doon natanim sa tahanan ng Diyos,/ sa banal na templo ito ay lalago na nakalulugod. (T)

3. 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 Panginoon'y tunay na matuwid,/ siya kong sanggalang,/

matatag na batong walang bahid dungis. (T)

Ikalawang Pagbasa (2 Cor 5:6–10)

Pinalalakas ni San Pablo ang loob ng mga taga-Corinto. Sa gitna ng mga pagsubok at katuluhan, hindi siya nasisiraan ng loob sapagkat buo ang tiwala niya kay Kristo.

Pagbasa mula sa Ikalawang sulat ni Apostol San Pablo sa mga taga-Corinto

MGA kapatid, laging malakas ang aking loob. Alam ko na habang tayo’y nasa tahanang ito, ang ating katawan, hindi mapapasaatin ang tahanang galing sa Panginoon. Namumuhay ako ayon sa pananalig sa Diyos, hindi sa mga bagay na nakikita. Malakas nga ang loob kong iwan ang katawang ito na aking tinatahanan upang manirahan sa piling ng Panginoon. Kaya naman, ang pinakananais ko ay maging kalugud-lugod sa kanya, sa tahanang ito o doon man sa langit. Sapagkat bawat isa ay harap sa hukuman ni Kristo upang tumanggap ng kaukulang ganti sa kanyang ginawa, mabuti man o masama, nang siya’y nabubuhay pa sa daigdig na ito.

—Ang Salita ng Diyos.

B—Salamat sa Diyos.

Aleluya (*Tumayo*)

B—Aleluya, Aleluya! Salita ng D’yos ang buto na tanim ni Hesukristo upang tumubo sa tao. Aleluya, Aleluya!

Mabuting Balita (Mc 4:26–34)

P—Ang Mabuting Balita ng Panginoon ayon kay San Marcos
B—Papuri sa iyo, Panginoon.

NOONG panahong iyon, sinabi ni Hesus sa mga tao, “Ang paghahari ng Diyos ay maitutulad sa isang naghahasik ng binhi sa kanyang bukid. Pagkatapos niyon, magpapatuloy siya sa kanyang pang-araw-araw na gawain; tutubo at lalago ang binhi nang hindi niya nalalaman kung paano. Ang lupa’y siyang nagpapasibol at nagpapabunga sa mga pananim: usbong muna, saka uhay na pagkatapos ay mahihitik sa mga butil. Pagkahinog ng mga butil, agad itong ipagagapas sapagkat dapat nang anihin.

“Sa ano natin ihahambing ang paghahari ng Diyos?” sabi pa ni Hesus. “Anong talinghaga ang gagamitin natin upang ilarawan ito? Tulad ito ng butil ng mustasa na siyang pinakamaliit sa lahat ng binhi. Kapag natanim na at lumago, ito’y nagiging pinakamalaki sa lahat ng puno ng gulay; nagkakasanga ito nang malalabay, anupat ang mga ibon ay nakapamumugad sa mga sanga nito.”

Ang Salita’y ipinangaral ni Hesus sa kanila sa pamamagitan ng maraming talinghagang tulad nito, ayon sa makakaya ng kanilang pang-unawa. Hindi siya nangaral sa kanila nang hindi gumagamit ng talinghaga; ngunit ipinaliwanag niya nang sarilinan sa kanyang mga alagad ang lahat ng bagay.

—Ang Mabuting Balita ng Panginoon.

B—Pinupuri ka namin, Panginoong Hesukristo.

Homiliya (*Umupo*)

Pagpapahayag ng Pananampalataya (*Tumayo*)

B—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 nangabubuhay 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—Isamo natin sa Ama ang patuloy na paglago ng paghahari ng Diyos dito sa lupa—ang paghahari ng katarungan, kapayapaan, pagkakapatiran, at pag-ibig. Idalangin natin:

T—Panginoon, dinggin mo ang aming panalangin.

L—Patuloy nawang lumago ang Simbahan, ang pamayanan ng Diyos, sa pangangaral at pagiging saksi sa pag-ibig ng Diyos sa lahat ng tao. Manalangin tayo: (T)

L—Lagi nawang maging masigasig ang mga pinuno ng Simbahan sa kanilang pagsisikap na maitanim ang salita ng Diyos sa puso at isipan ng mga tao. Manalangin tayo: (T)

L—Gamitin nawa ng mga namumuno sa pamahalaan ang kanilang kapangyarihan tungo sa tapat at epektibong paglilingkod sa mamamayan. Manalangin tayo: (T)

L—Gamitin nawa ng mga nagtatrabaho sa *media* ang kanilang tungkulin sa pagpapahayag ng katotohanan nang walang kinikilingan at para sa kabutihan ng bayan. Manalangin tayo: (T)

L—Makadama nawa ng pag-asa ang mga maysakit, mga nanghihingalo, mga mahihirap at mga biktima ng pang-aabuso, sa tulong ng kanilang komunidad at ng mga mahal nila sa buhay. Manalangin tayo: (T)

P—Ama namin, dinggin mo ang aming mga kahilingan at gawin mo kaming karapat-dapat sa mga pagpapala mo.

Alang-alang kay Kristong aming Panginoon.

B—Amen.



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, kami’y ginawa mong may angking katauhan na dapat pakanin at pangalagaan at iyong dinudulutan ng banal na pakikinabang. Ipagkaloob mong kami’y huwag magkulang sa mga iniuukol mo sa aming

kapakanan sa pamamagitan ni Hesuskristo kasama ng Espiritu Santo magpasawalang hanggan. **B—Amen.**

Prepasyo (Karaniwang Panahon VI)

P—Sumainyo ang Panginoon.

B—At sumaiyo rin.

P—Itaas sa Diyos ang inyong puso at diwa.

B—Itinaas na namin sa Panginoon.

P—Pasalamatan natin ang Panginoong ating Diyos.

B—Marapat na siya ay pasalamat.

P—Ama naming makapangyarihan, tunay ngang marapat na ikaw ay aming pasalamat.

Nasa iyo ang aming buhay, pagkilos at pag-iral. Sa pamuhay namin araw-araw tinatamasa namin ang inyong pagmamahal. Sa pag-ibig mong ipinunla sa sangkatauhan ang Espiritu Santo’y unang aning bigay ng Anak mong naglagak sa amin ng katiyakang nakalaang mabuhay kami sa piling mo kailan man.

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

B—Santo, Santo, Santo Panginoong Diyos ng mga Hukbo napupuno ang langit at lupa ng kadakilaan mo Osana sa kaitaan. Pinagpala ang napanirito sa ngalan ng Panginoon Osana sa kaitaan! (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 Pakikinaabang (Lumuhod)

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



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

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

Antipona sa Komunyon

(Slm 27:4)

Ang aking tanging mithiing sa Diyos ay hinihiling na siya ay makapiling sa tahanan n'yang maningning ay akin ngayong hangarin.

Panalangin Pagkapakinabang (Tumayo)

P—Ama naming mapagmahal, ang pinagsaluhan naming banal na pakikinaabang na nagpapahiwatig ng inyong pakikiisa sa tanang naritong nakikipagdiwang ay magdulot nawa ng pagkakaisa sa inyong Sambayanan sa pamamagitan ni Hesuskristo kasama ng Espiritu Santo magpasawalang hanggan. **B—Amen.**

PAGTATAPOS

P—Sumainyo ang Panginoon.

B—At sumaiyo rin.

Pagbabasbas

P—Magsiyuko kayo habang iginagawad ang pagbabasbas. (Tumahimik)

Gawaran nawa kayo ng

pagpapala ng maawaing Diyos upang lagi ninyong mapahalagahan ang kanyang karunungan nagdudulot ng kaligtasang walang hanggan.

B—Amen.

P—Gawaran nawa ng katatagan ng Diyos ang inyong pananampalataya na nasasalig sa kanyang pagmamahal upang mamalagi kayong nagsisikap gumawa ng kabutihan ngayon at magpasawalang hanggan.

B—Amen.

P—Patnubayan nawa ng Diyos ang inyong paglakad sa daang hahantong sa kanya upang inyong taluntunin ang landas ng pag-ibig at kapayapaang walang hanggan.

B—Amen.

P—Pagpalain kayo ng makapangyarihang Diyos, Ama at Anak (†) at Espiritu Santo.

B—Amen.

Pangwakas

P - Humayo kayong taglay ang pag-ibig upang ang Diyos ay mahal in at paglingkuran.

B - Salamat sa Diyos.

DO YOU WANT TO SUBSCRIBE TO SAMBUHAY DIGITAL MISSALETTE?

For inquiries and orders:

FB: Sambuhay Misalette
GMAIL: Sambuhay@stpauls.ph
TEL.: (02) 8895-9701