



MAGHINTAY.

Manalangin.

Bb. Johanne Lorren A. Arceo

Lahat tayo ay nakaranas kung papaano maghintay, mainip, o maubusan ng pasensya. Sabi nga ng isang salawikain, “Ang buong buhay natin ay isang mahabang yugto nang paghihintay.” Marami ang natututo habang naghihintay at minsan marami rin ang nahahapo at nawawalan ng pag-asa. Nangangarap tayo, minsan, na magkaroon ng kakaibang kapangyarihan upang maisakatuparan natin ang ating mga layunin at hangarin sa buhay.

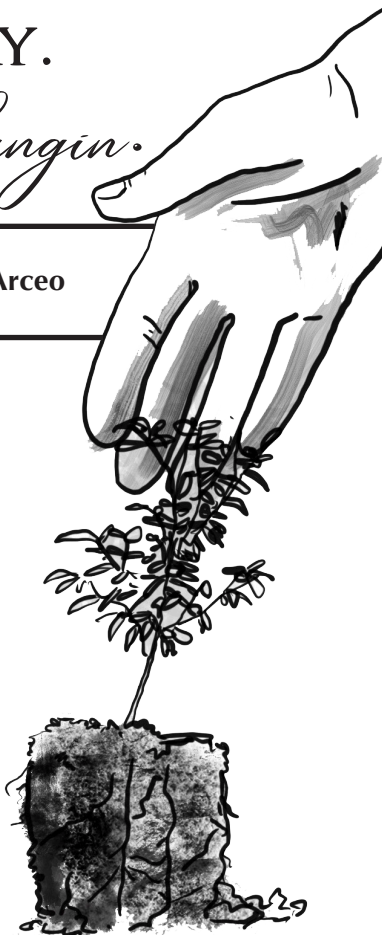
Sa mga pagbasa natin ngayon, natutunghayan natin ang isang manghahasik na nagtatanim ng kanyang mga binhi. At sa kanyang paghimlay, tutubo ang mga ito at sa kalauna’y magiging hinog para sa panahon ng pag-aani. Magandang pagtuunan ng pansin ang ilang mahahalagang aral na ibinabahagi sa atin nito.

Una, sa buhay madalas nais nating gawin ang mga bagay ayon sa gusto natin. Sukdulan na kung minsan kung ipagpilitan natin ang ating mga naisin. Ngunit ipinapaalala sa atin ng ebanghelyo, na ang Diyos ay Diyos. Siya ang nangangasiwa ng lahat sa sangnilikha. Hindi man alam ng manghahasik kung paano tumutubo ang binhi, tiwala siyang may paraan ang mundo na nakaugat sa kalooban ng Maykapal, upang maisakatuparan ang paglago at pagyabong nito. Gaya ng binanggit ng Diyos kay Propeta Ezekiel sa unang pagbasa na Siya ang magtatanim ng mga tangkay sa mga matatayog na kabundukan. Sisibol ang mga

ito at mamumunga, magiging marilag, at mananahan sa mga ito ang iba’t ibang uri ng mga ibon sa himpapawid.

Pangalawa, dapat nating pagkatiwalaan ang pagkilos ng Diyos. Mabagal man at marahan, nakatitiyak tayong tama ang paraan ng Diyos at mabuti ang maidudulot nito. Hinihiling lang sa atin na maging mahinahon at namnamin ang bawat aral na itituturo’t mga sandaling ipinaranas sa atin. Marami sa atin ang natutuksong lagpasan ang ilang kabanata ng paghuhubog bilang tao. Takot tayong tahakin ang mga mababato at lubak-lubak na mga daan patungo sa tugatog ng tagumpay. Nakakalimutan nating ang tagumpay ay bunga ng pawis at pagpupunyagi, hirap at pagpapagal.

Pangatlo, ipinaaalala rin sa atin na ang kaharian ng Diyos ay unti-unting umuusbong sa mga ordinaryong pagkakataon sa buhay ng mga taong handang diligan ito at alagaan. Kung babalikan natin ang kasaysayan ng Simbahan, marami ang nagtangkang mabuhay nang marangal at nang may dignidad



upang maisakatuparan ang utos ng Diyos. Sila ang mga bayani ng pananampalataya na sa katahimikan ng kanilang pananalangin, pagsaksi at paggawa, tiwala silang ang Kaharian ay sa Diyos at sila’y pawang mga katiwala lamang. Hindi man nila nasaksihan ang mga bunga ng kanilang punla, alam nilang Diyos ang bahala sa kanilang mga nasimulan.

Kaya, huwag mangamba, manalangin, at hayaan nating gumalaw ang Diyos sa paraang ibig Niya. Mahiwaga man, nakatitiyak tayong ang kalooban Niya ang pinakamainam na makapangyayari sa ating mga buhay.

PASIMULA

Antipona sa Pagpasok

(Slm 28:8-9)

(Basahin kung walang pambungad na awit.)

Panginoon ang sanggalang ng hinirang niyang bayan at ng hari n'yang hinirang. Ang kawan n'ya'y iingatan babasbasan habang buhay

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.

Paunang Salita

(Maaaring gamitin ito o kahalintulad na pahayag.)

P—Kumakalma ang bawat unos sa buhay kung nakakabit ito sa matibay na pananampalataya at pananalig sa Diyos. Sa ating Ebanghelyo maririnig nating pinatigil ni Hesus ang malalakas na alon at hangin na siyang ugat ng lubhang pagkatakot ng kanyang mga disipulo. Ang tugon ni Hesus sa kanilang pagkatakot ay “Wala ba kayong pananalig?”

Dumulog tayo sa misang ito na mas paigtingin pa ng Diyos ang ating pananalig sa kanya, upang tuluyang kumalma ang mga unos sa ating buhay.

Pagsisisi

P—Mga kapatid, aminin natin ang ating mga kasalanan upang tayo'y maging marapat sa pagdiriwang ng banal na paghahaing nagdudulot ng kapatawaran ng Maykapal. *(Tumahimik)*

P—Panginoon, kami ay nagkasala sa iyo.

B—Panginoon, kaawaan mo kami.

P—Kaya naman, Panginoon, ipakita mo na ang pag-ibig mong wagas.

B—Kami ay lingapin at sa kahirapan ay iyong iligtas.

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, dinarangal ka namin, sinasamba ka namin, ipinagbubunyi ka namin, pinasasalamatan 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 kami nawa'y magkaroon ng pitagan at pagmamahal para aming magawang sambahin ang ngalan mo sapagkat sa mga pinatatatag sa iyong pag-ibig ikaw ay walang pinababayaang masadlak sa ligalig. Iniluluhog namin ito sa pamamagitan ni Hesukristo kasama ng Espiritu Santo magpasawalang hanggan.

B—Amen.

PAGPAPAHAYAG NG SALITA NG DIYOS



Unang Pagbasa (Job 38, 1, 8-11) *(Umupo)*

Kilala ang karakter ni Job bilang matiisin sa gitna ng mga unos sa buhay na kanyang sinapit. Batid niyang bagamat siya'y sinusubok ng Diyos, sa kanya rin siya marapat na manalig upang malampasan niya ang lahat ng mga pagsubok.

Pagbasa mula sa aklat ni Job

SA gitna ng nag-aalimpuyong bagyo, ganito ang sinabi ng Diyos kay Job:

“Sino ang humarang sa agos ng dagat, nang mula sa kalaliman ito'y sumambulat?”

Ang dagat ay tinakpan ko ng makapal na ulap kaya ang

karimlan doo'y lumaganap. Ang tubig ay aking nilagyan ng hangganan, upang ito'y manatili sa likod ng mga harang. Sinabi kong sila'y hanggang doon na lang, huwag nang lalampas ang along naglalakihan.”

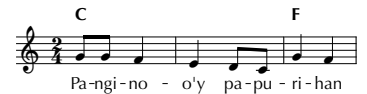
—Ang Salita ng Diyos.

B—Salamat sa Diyos.

Salmong Tugunan (Slm 106)

T—Panginoon'y papurihan sa pag-ibig n'ya kailanman.

E. C. Marfori



1. Mayroong naglayag na lulan ng barko sa hangad maglakbay,/ Ang tanging layunin kaya naglalayag, upang mangalaka!./ Nasaksihan nila ang kapangyarihan ng Panginoong Diyos,/ ang kahanga-hangang ginawa ng Poon na hindi matarok. **(T)**

2. Nang siya'y mag-utos,/ nagngalit ang dagat, hangin ay lumakas, lumaki ang alon na kung pagmamasdan, ay pagkatataas./ Ang sasakyan nila halos ay ipukol mula sa ibaba,/ kapag naitaas ang sasakyang ito'y babagsak na bigla;/ dahil sa panganib, ang pag-asa nila ay halos mawala. **(T)**

3. Nang nababagabag, sa Panginoong Diyos sila ay tumawag,/ dininig nga sila at sa kahirapan, sila'y iniligtas./ Ang bagyong malakas, pinayapa niya't kanyang pinatigil,/ pati mga alon, na naglalakihan ay tumahimik din. **(T)**

4. Nang tumahimik na, sila ay natuwa,/ naghari ang galak, at sinapit nila yaong pakay nila sa ibayong dagat./ Kaya't dapat namang sa Panginoong Diyos ay magpasalamat,/ dahil sa pag-ibig at kahanga-hangang niyang pagliligtas. **(T)**

Ikalawang Pagbasa

(2 Cor 5, 14-17)

Sa pamamagitan ng pagdurusa, pagkamatay at muling pagkabuhay ni

Hesus, tayo'y pinanibago niya. Hindi na kamatayan ang ating katapusan kundi buhay na walang hanggan.

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

MGA kapatid: Ang pag-ibig ni Kristo ang nag-uudyok sa akin, ngayong malaman kong siya'y namatay para sa lahat at dahil diyan, ang lahat ay maibibilang nang patay. Namatay siya para sa lahat upang ang mga nabubuhay ngayon ay huwag nang mabuhay para sa sarili, kundi para kay Kristo na namatay at muling nabuhay para sa kanila.

Kaya ngayon, ang pagtingin namin kaninuman ay hindi na batay sa sukatan ng tao. Noong una'y gayon ang aming pagkakilala kay Kristo, ngunit ngayo'y hindi na. Kaya't ang sinumang nakipag-isa kay Kristo ay isa nang bagong nilalang. Wala na ang dating pagkatao; siya'y bago na.

—Ang Salita ng Diyos.

B—Salamat sa Diyos.

Aleluya (Lc 7:16) (*Tumayo*)

B—Aleluya! Aleluya! Narito at dumating na isang dakilang propeta sugo ng D'yos sa bayan n'ya. Aleluya! Aleluya!

Mabuting Balita (Mc 4:35-41)

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

NOONG araw na yaon, habang gumagabi'y sinabi ni Hesus sa mga alagad niya, "Tumawid tayo sa ibayo." Kaya't iniwan nila ang mga tao, at sumakay sa bangkang kinalululanan ni Hesus upang itawid siya. May kasabay pa silang ibang mga bangka. Dumating ang malakas na unos. Hinampas ng malalaking alon ang bangka, anupat halos mapuno ito ng tubig. Si Hesus nama'y nakahilig sa unan sa may hulihan ng bangka at natutulog. Ginising siya ng mga alagad. "Guro," anila, "di ba ninyo alintana? Lulubog na tayo!" Bumangon si Hesus at iniutos sa hangin, "Tigil!" At sinabi sa dagat, "Tumahimik ka!" Tumigil nga ang hangin at tumahimik ang dagat. Pagkatapos, sinabi niya sa mga alagad, "Bakit kayo

natatakot? Wala pa ba kayong pananalig?" Sinidlan sila ng matinding takot at panggigilalas, at nagsabi sa isa't isa, "Sino nga kaya ito, at sinusunod maging ng hangin at ng dagat?"

—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, inililing. 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—Dumulog tayo sa ating Ama na patuloy na sumasaatin at gumagabay sa ating pagtatak sa landasin ng ating mga buhay. Taimtim tayong manalangin:

T—Panginoon, dinggin mo ang iyong bayan.

L—Patuloy nawang tumugon ang Santo Papa, mga obispo, mga pari, at mga relihiyoso sa tawag ng Diyos. Maging halimbawa nawa sila sa mga kabataan na nagnanais sumunod sa yapak ni Kristo. Manalangin tayo: **(T)**

L—Tugunan nawa ng mga namumuno sa pamahalaan ang mga pangangailangan ng mga mamamayan lalo na ang mga nawalan ng trabaho dahil sa pandemya at iba pang lubos na naapektuhan ng CoViD-19.

Manalangin tayo: **(T)**

L—Patuloy nawang manalig ang buong sambayanan ng Diyos sa gitna ng mga kanya-kanyang pagsubok na ating pinagdaraan. Hilumin nawa ng Diyos ang mundo sa pamamagitan ng pagbabahaginan at pagmamahal sa bawat isa. Manalangin tayo: **(T)**

L—Makatagpo nawa ng lakas kay Kristo at pag-asa ang mga nagdadalamhati, mga dukha, mga maysakit at may kapansanan, at iba pang mga nagdurusa. Manalangin tayo: **(T)**

L—Si Kristo nawa ang maging kalinga ng mga kapatid nating nagdadalamhati dahil sa pagpanaw ng kanilang mahal sa buhay. Manalangin tayo: **(T)**

P—Mapagmahal naming Ama, pakinggan mo ang mga pagsusumamo ng iyong bayan. Patatagin mo nawa ang aming pananalig upang makapamuhay kaming may payapang puso at kalooban habang tinatahak namin ang landasin patungo sa iyo.

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, tanggapin mo ang paghahain ng papuri sa iyong kabutihan sa amin. Sa dulot nawa nitong kadalisayan kami nawa'y makapag-alay ng iyong kinalulugdan sa pamamagitan ni Hesukristo 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 pasalamatan.

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

Nasa iyo ang aming buhay, pagkilos at pag-iral. Sa pamumuhay namin araw-araw tinatamasa namin ang iyong 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 iyong kadakilaan:

B—Santo, Santo, Santo Panginoong Diyos ng mga Hukbo napupuno ang langit at lupa ng kadakilaan mo Osana sa kaitaasan. Pinagpala 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, ilitas 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. **B—Panginoon, hindi ako karapat-dapat na magpatuloy sa iyo ngunit sa isang salita mo lamang ay gagaling na ako.**

Antipona sa Komunyong (Slm 145:15)

Ang D'yos ay inaasahan ng tanang nangabubuhay 'pagkat s'ya ang nagbibigay ng pagkain kailangan palagi at araw-araw.



AMBUHAY 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

Panalangin Pagkapakinabang (Tumayo)

P—Ama naming mapagmahal, kaming nakinabang sa Katawan at Dugo ng iyong Anak ay sumasamo sa iyong habag upang ang aming taimtim na ginanap ay maging pagtanggap namin sa tiyak mong pagliligtas 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.

BE A PRIEST OR A BROTHER OF MASS MEDIA

If you are a Grade 12 student, a college student, or a young professional, male, single, and interested to become a priest or a brother involved in the apostolate of social communication, we invite you to journey with us.

Visit our websites: ssp.ph or stpauls.ph