



ST PAULS MEDIA **pastoral ministry**
AMBUHAY
MISSALETTE

FOR A SYNODAL CHURCH: COMMUNION, PARTICIPATION, MISSION
SYNOD 2021-2023



Taon 36 Blg. 41

Ikaapat na Linggo sa Karaniwang Panahon (A) — Luntian

Enero 29, 2023

National Bible Sunday/Pro-Life Sunday



Kasiyahan Tunay

Br. Wilson B. Olea, CRM

“Blessed” o *“feeling blessed.”* Ito ‘yong madalas nating *i-caption* sa ating mga *social media* kapag tayo ay masaya, may napagtagumpayan o kung nakagawa ng kabutihan. Gusto nating *i-share* ‘yong kasiyahan na nararamdaman natin sa ating kapwa. Napakarami nating depinisyon at dahilan kung paano maging masaya. Ngunit ano nga ba ang tunay na kasiyahan? Saan at paano ba natin matatagpuan, ‘yong *authentic* o *“legit”* na kasiyahan?

Ipinabatid sa atin ng mga pagbasa ngayong Linggo ang paraan kung paano makamit ang kasiyahanang tunay. Sa unang pagbasa, ipinabatid sa atin ni Propeta Sepaniah na makamit natin ang tunay na kasiyahan sa pamamagitan ng paghahanap natin sa Diyos ng may kahatulan, katwiran, at kaamuan, sapagkat pinagpapala ng Diyos ang mga katangiang ito (Zephaniah 2:3). Sa ikalawang pagbasa naman ipinabatid sa atin ni Apostol San Pablo na wala tayong maipagmamalaki sa Panginoon dahil sa kanya nagmumula ang lahat ng bagay maging ang mga bagay na makapagpapasaya sa atin.

Pinagpapala ng Diyos ang mga taong mapagkumbaba at mga aba na ang maipagmamalaki lamang ay ang Panginoon. Ang ating Ebanghelyo naman ngayong Linggo ay nakasentro sa pagpapaliwanag ni Hesus sa bundok kung ano nga ba ang tunay at perpektong pagpapala o kasiyahan, ang *“beatitude.”* Inilalahad ni Hesus ang mga katangian upang makamit ito (Mateo 5:1-12).

Ibang iba ang kahulugan ng kasiyahan na ibinibigay sa atin ng mga pagbasa at ng ebanghelyo sa secular na konsepto ng kasiyahan. Dito, masaya tayo kapag marami tayong pera, *achievements*, *success*, at matamis na *love life*. Ipinapaalala sa atin ngayon na may mas malalim na kahulugan ang kasiyahan. At ito ay nagmumula sa lubusan nating pagsunod kay Kristo. Ang pasgsunod na ito ay hindi madali. Ngunit kung nagmamahal tayo na katulad ni Hesus, hindi ito imposible! Sapagkat ang gantimpala ni Hesus sa mga sumusunod sa Kanya ay hindi rin imposible. Ang pagpapalang ito ay ang kaligayahan na nagmumula

sa pag-ibig Niya sa atin; pag-ibig na susi natin patungo sa mas mahalagang daan, ang daan sa Kanyang ipinangakong kaharian.

Tayo ngayon ay hinahamon ng sermon ni Hesus: Na kahit sa ating mga simpleng pamamaraan, maipadama nawa natin sa ating kapwa na tayo ay pinagpala kahit pa ang mga pangyayari sa ating buhay ay hindi kaaya-aya. Sapagkat kung titingnan natin ang mga ito nang may pagmamahal, pananalaig, at buong-pusong pagtanggap na tayo ay nakikiisa sa krus ni Kristo, tiyak din na kaisa Niya tayo sa kasiyahan at pagpapala ng kanyang pagkabuhay.

Tunay ngang ang pagiging *blessed* o ang kasiyahan ay dapat ibinabahagi. Tayong mga katoliko ay tinatawag upang maging *influencer*. Sunggaban ang bawat pagkakataong ipalaganap ang kasiyahan! Maging pagpapala sa bawat isa, lalung-lalo na sa mga taong labis na nangangailangan nito! Kung maisasabuhay natin ang mga katangian na inilalahad ni Hesus base sa kanyang sermon, magkakaroon din tayo ng lakas ng loob na sabihin sa Kanya: *#iamblessed*.

PASIMULA

Antipona sa Pagpasok

(Slm 106: 47)

(Basahin kung walang pambungad na awit)

Panginoon, 'yong iligtas at tipunin kaming lahat upang aming mailahad ang papuri naming wagas sa ngalan mong sadyang tanyag.

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—Sa Ebanghelyo sinasabi sa atin ni Hesus na ang tunay na kaligayahan ay makakamit lamang sa pagsasabuhay sa “Mga Banal na Pagpapala.” Dukha man at pinagkakaitan, pinupuno naman sila ng Diyos ng kaginhawahang dulot ng kanyang pananatili sa kanilang piling.

Sa pagdiriwang natin ng **Pambansang Linggo ng Bibliya**, inaanyayahan tayong isabuhay ang Salita ng Diyos upang makamit natin ang tunay na kaligayahan sa tulong na rin ng ating kapwa at ng komunidad.

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’y 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 makapang-yarihang 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 makapang-yarihan, ipagkaloob mong kami’y makasamba sa iyo nang may loobing taimtim na totoo at kami rin nawa’y magmahal sa aming kapwa tao nang may damdaming ibinubunsod ng iyong Espiritu sa pamamagitan ni Hesukristo kasama ng Espiritu Santo magpasawalang hanggan.

B—Amen.

PAGPAPAHAYAG NG SALITA NG DIYOS



Unang Pagbasa (Sof 2:3; 3:12–13)
(Umupo)

Ipinahahayag ni Sofonias ang araw ng paghuhukom ng Panginoon sa mga makasalanang mamamayan ng Juda. Mapa-pawi lamang ang galit ng Panginoon kung ang mga tao

ay magpakumbaba at bumalik sa kanya.

Pagbasa mula sa aklat ni propeta Sofonias

HANAPIN ninyo ang Poon, kayong mapagpakumbaba, kayong gumaganap ng kanyang kautusan; hanapin ninyo ang katwiran at iyon ang iyong gawin, baka sakaling kayo’y patawarin at iligtas sa araw ng kanyang poot. At ang iiwan ko roon ay mga taong mapagpakumbaba, na lalapit sa akin upang pasaklolo. Ang natira sa Israel ay hindi na gagawa ng kasamaan at hindi magsisinungaling ni mandaraya man. Uunlad ang kanilang buhay at magiging panatag at wala silang katatakutan.

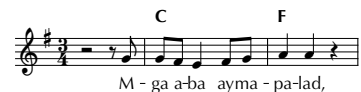
—Ang Salita ng Diyos.

B—Salamat sa Diyos.

Salmong Tugunan (Slm 145)

T—Mga aba ay mapalad, D’yos ang hari nilang lahat.

E.C. Marfori



1. Ang maaasahang lagi’y Panginoon,/ panig sa naaapi, ang Diyos na hukom,/ may pagkaing handa, sa nangagugutom. **(T)**

2. Pinalaya niya ang mga nabihag;/ isinasauli, paningin ng bulag;/ lahat ng inapi ay itinataas,/ ang mga hinirang niya’y nililingap. **(T)**

3. Isinasanggalang ang mga dayuhang/ sa lupain nila’y doon tumatahan;/ tumutulong siya sa balo’t ulila,/ masamang balangkas pinipigil niya. **(T)**

3. Walang hanggang Hari, ang Diyos na Poon!/ Nabubuhay lagi ang Diyos mo, Sion! **(T)**

Ikalawang Pagbasa

(1 Cor 1:26–31)

Ipinaaalala sa mga Kristiyanong taga-Corinto na ang kaloob na pananampalataya ay nagmumula sa Diyos. Pinapanigan ng Diyos ang mga mapagpakumbaba at mahihina kaysa mga mapagmataas at makapangyarihan.

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

MGA KAPATID: Alalahanin ninyo ang inyong katayuan nang kayo'y tawagin ng Diyos. lilan lamang sa inyo ang sa paningin ng sanlibutan ay marunong, makapangyarihan, at maharlika. Subalit pinili ng Diyos ang sa palagay ng sanlibutan ay kahangalan upang hiyain ang marurunong, at ang mahihina sa turing ng sanlibutan upang hiyain ang malalakas. Pinili niya ang mga itinuturing na hamak, walang halaga, at walang kabuluhan sa sanlibutang ito upang pawalang-halaga ang mga itinuturing na dakila ng sanlibutan. Kaya't walang maaaring magmalaki sa harapan ng Diyos. Sa kanya mula ang ating pakikipag-isa kay Kristo Hesus, na ginawang karunungan natin. Sa pamamagitan niya, tayo'y pinawalang-sala ng Diyos, pinapaging-banal at iniligtas. Kaya nga, tulad ng nasasabi sa Kasulatan, "Ang Panginoon ang dapat ipagmalaki ng may ibig magmalaki."

—Ang Salita ng Diyos.

B—Salamat sa Diyos.

Aleluya (Mt 5:12a) (Tumayo)

B—Aleluya! Aleluya! Magdiwang kayo't magsaya, sa langit ay liligaya, gagantimpalaan t'wina. Aleluya! Aleluya!

Mabuting Balita (Mt 5:1–12)

P—Ang Mabuting Balita ng Panginoon ayon kay San Mateo

B—Papuri sa iyo, Panginoon.

NOONG panahong iyon, nang makita ni Hesus ang napakaraming tao, umahon siya sa bundok. Pagkaupo niya'y

lumapit ang kanyang mga alagad, at sila'y tinuruan niya ng ganito: "Mapalad ang mga aba na wala nang inaasahan kundi ang Diyos, sapagkat makakasama sila sa kanyang kaharian. Mapalad ang mga nahahapis, sapagkat aaliwin sila ng Diyos. Mapalad ang mga mapagpakumbaba, sapagkat tatamuhin nila ang ipinangako ng Diyos. Mapalad ang mga nagmimithing makatupad sa kalooban ng Diyos, sapagkat ipagkakaloob sa kanila ang kanilang minimithi. Mapalad ang mga mahabagin, sapagkat kahahabagan sila ng Diyos. Mapalad ang mga may malinis na puso, sapagkat makikita nila ang Diyos. Mapalad ang mga gumagawa ng daan sa ikapagkakasundo, sapagkat sila'y ituturing ng Diyos na mga anak niya. Mapalad ang mga pinag-uusig dahil sa kanilang pagsunod sa kalooban ng Diyos, sapagkat makakasama sila sa kanyang kaharian. Mapalad kayo kapag dahil sa aki'y inaalimura kayo ng mga tao, pinag-uusig at pinagwiwikaan ng lahat ng uri ng kasamaan na pawang kasinungalingan. Magdiwang kayo at magalak, sapagkat malaki ang inyong gantimpala sa langit."

—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 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—Mga kapatid, habang tayo ay nagagalak para sa ating malaking gantimpala sa langit, manalangin din tayo sa Ama para sa biyayang itaguyod ang kanyang Paghahari, dito at ngayon. Idalangin natin nang may kagalakan:

T—Tapat na Ama, pagpalain mo kaming iyong mga abang ampon.

L—Gabayan mo kaming iyong Simbahan upang manatili kaming mapagpakumbaba habang sinisikap naming iwaksi ang tukso ng klerikalismo at ideolohiya. Tulungan mo kaming manatiling tapat sa Mabuting balita ng iyong kaharian. Kami'y dumadalangin: **(T)**

L—Gawin mong daluyan ng iyong awa at habag ang lahat ng mga lingkod-bayan. Unahin nawa nila ang kapakanan ng kanilang kapwa lalo na ng mga dukha. Gabayan mo sila sa iyong Katotohanan. Kami'y dumadalangin: **(T)**

L—Gabayan mo nawa ang *Episcopal Commission on Biblical Apostolate* (ECBA) sa kanilang pagpupunyaging maipangaral ang Salita ng Diyos. Magpatuloy nawa sila sa kanilang gawaing ihatid ang Salita ng Diyos sa nakararami. Kami'y dumadalangin: **(T)**

L—Pukawin mo sa amin ang pagnanais na paglingkuran ang isa't isa sa kababaang-loob lalo na ang mga kapatid naming aba sa lipunan. Kami'y dumadalangin: **(T)**

L—Salubungin mo ang mga yumao naming mahal sa iyong walang hanggang pag-ibig. Aliwin mo kaming nagdadalamhati sa kanilang paglisan. Kami’y dumadalangin: **(T)**

L—Idalangin din natin ang mga kapatid nating nangangailangan ng panalangin, ang mga pangangailangan ng ating pamayanan, at ang ating mga personal na kahilingan. *(Tumahimik)*. Kami’y dumadalangin: **(T)**

P—Ama naming matapat, kami ay nagagalak sapagkat sa pamamagitan ng iyong Anak, itong Paghahari ay tunay na sumasaamin. Tulungan mo kaming makilahok sa iyong gawaing pakikiniig at pagliligtas sa pamamagitan ni Hesukristo, ang 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, ang mga alay na ngayo’y aming inihahanda sa hapag na ito na iyong dambana ay iyong tanggapin at gawaran ng pagpapala upang mapagsaluhan namin ang kaligtasan mong ginawa sa pamamagitan ni Hesukristo kasama ng Espiritu Santo magpasawalang hanggan.

B—Amen.

Prepasyo *(Karaniwan III)*

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 iyong kagandahang-loob kami’y iyong ibinukod upang iyong maitampok sa kadakilaan mong lubos. Kahit na ikaw ay aming tinalikdan dahil sa aming pagkasalawahan, gumawa ka pa rin ng magandang paraang may manguna sa amin para ikaw ay balikan. Kaya’t ang iyong minamahal na Anak ay naging isa sa mga taong hamak upang may kapwa kaming makapagligtas sa aming pagkapahamak at pagkaligaw ng landas.

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 kaluwalhatian mo! Osana sa kaitaasan! Pinagpala ang naparirito sa ngalan ng Panginoon! Osana sa kaitaasan! *(Lumuhod)*

Pagbubunyi *(Tumayo)*

B—Aming ipinahahayag na namatay ang ‘yong Anak, nabuhay bilang Mesiyas at magbalik sa wakas para mahayag sa lahat.

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 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 Komunyon *(Mt 5:3–4)*

Mapalad ang mga aba sapagkat ang D’yos tuwina maghahari sa kanila. Lupain ay mamamana ng maaamong talaga.

Panalangin Pagkapakinabang *(Tumayo)*

P—Manalangin tayo. *(Tumahimik)*

Ama naming mapagmahal, kaming nagsipakinabang sa piging ng aming kinamtang kaligtasan ay humihiling na iyong bigyang-kaunlaran sa pananampalatayang wagas kailanman sa tulong ng panubos na ngayo’y iyong bigay sa pamamagitan ni Hesukristo 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)*

Pagpalain nawa kayo at ingatan ng Panginoon ngayon at magpasawalang hanggan.

B—Amen.

P—Nawa’y kahabagan niya kayo at subaybayan ngayon at magpasawalang hanggan.

B—Amen.

P—Lingapin nawa niya kayo at bigyan ng kapayapaan ngayon at 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 taglay ang kapayapaan upang ang Panginoon ay mahalina paglingkuran.

B—Salamat sa Diyos.