Patnubay para sa Masiglang Pakikibahagi sa Pagdiriwang ng Banal na Misa

# PATNUBAY SA MISA

12 Marso 2023 | Ika-3 Linggo ng Kuwaresma | Taon A

## ANG TUBIG NA NAGBIBIGAY-BUHAY AT PAMATID SA ATING UHAW

*Dati-rati, ang Kuwaresma ay paghahanda sa mga katekumen para sa kanilang tatanggaping bautismo sa Bisperas ng Pasko ng Pagkabuhay. Taglay ng gayong paghahanda ang paglinang sa ilang mahahalagang temang nakasentro kay Hesus. Ang tema para ngayon ay TUBIG – ang tubig na nagbibigay-buhay at dumadaloy buhat kay Hesus. Ito ang tubig ng kanyang mga pangaral at biyaya; ang tubig na naghuhugas sa ating mga kasalanan, salamat sa kanyang mapagligtas na kamatayan at muling pagkabuhay; ang tubig ng kanyang Espiritung tanging makatutugon sa ating pananabik sa pagpapahalaga, tunay na kahulugan, at pagmamahal.*

*Lahat ng mga biyayang ito ay ipinagkaloob sa atin sa ating bautismo. Nariyan din ang mga ito tuwing tayo'y buong pananalig at pagmamahal na dumudulog sa kanya. Ito rin ang ipinag-aanyaya sa atin ngayon sa harap ng altar upang sariwain ang mga biyaya ng ating bautismo at upang ialay sa Ama ang Eukaristiyang nagbibigay-buhay.*

### PASIMULA

#### Pambungad

*(Ipahahayag lamang kung walang awiting nakahanda.)*

**Tangi kong inaasahan ang Diyos na kaligtasan. Paa ko'y pinakawalan sa bitag na nakaumang 'pagkat ako'y kanyang mahal.**

#### Pagbati

***P –*** Pagpalain si Hesus na bukal ng tubig na nagbibigay-buhay. Ang kanyang biyaya't pagmamahal ay sumainyong lahat!
***B –* At sumaiyo rin!**

#### Pagsisisi

***P –*** Habang naghahanda tayo para sa pagdiriwang ng Eukaristiya, alalahanin natin ang ating mga kasalanan. *(Manahimik saglit.)*

***P –*** Panginoong Hesus, ikaw ang bukal ng tubig na nagbibigay-buhay, ngunit malimit naming pinili ang pusali ng kasakiman. Panginoon, kaawaan mo kami!
***B –* Panginoon, kaawaan mo kami!**

***P –*** Panginoong Hesus, tinuruan mo kaming sumamba sa Diyos sa espiritu't katotohanan, ngunit kung minsa'y iniuukol namin sa mga nilalang ang karangalang marapat na sa Diyos lamang. Kristo, kaawaan mo kami!
***B –* Kristo, kaawaan mo kami!**

***P –*** Panginoong Hesus, inialay mo ang iyong buhay upang ibalik kami sa Diyos Ama, ngunit bihira kaming magpahalaga sa biyayang tinamo mo para sa amin. Panginoon, kaawaan mo kami!
***B –* Panginoon, kaawaan mo kami!**

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

#### Panalanging Pambungad

***P –*** Ama naming makapangyarihan, ikaw ay maibigin at butihin sa tanan. Itinuturo mo na ang lunas sa kasalanan ay nasa kusang pagpapakasakit, pagdalangin at pagmamalasakit. Tunghayan mo ang aming pag-amin sa nagawang pagsuway upang sa pagpapatirapa ng aming budhi sa iyong harap, kami'y lagi mong maibangon dahil sa iyong pag-ibig na tapat sa pamamagitan ni Hesukristo kasama ng Espiritu Santo magpasawalang hanggan.
***B –* Amen!**

This issue of ***Patnubay sa Misa*** may be downloaded for free anywhere in the world. A "love offering" for the continuation of our apostolate will be appreciated. Please, send your donation to "Word & Life Publications." Our Savings Account is BPI – # 3711-0028-46. Send us a copy of the deposit slip with your name and (email) address for proper acknowledgment. See contact details on the last page. Thank You!

## PAGPAPAHAYAG NG SALITA NG DIYOS

**Unang Pagbasa** ***Exo 17:3-7***

*Ibinigay ng Panginoon ang mga kailangan ng Kanyang bayan kahit na sa panahong di sila karapat-dapat. Ang tubig na ipinagkaloob Niya sa disyerto ay tanda di lamang ng Kanyang mahabaging pagmamahal, kundi rin ng Kanyang walang takdang biyaya para sa sangkatauhan sa pamamagitan ni Hesus, ang bagong Moises.*

***L –***Pagpapahayag mula sa Aklat ng Exodo

**Noong mga araw na iyon, talagang uhaw na uhaw na ang mga Israelita, kaya sinumbatan nila si Moises, "Inialis mo ba kami sa Egipto para patayin sa uhaw pati mga anak namin at mga hayop?" Kaya, taimtim na nanalangin si Moises sa Panginoon, "Ano ang gagawin ko sa mga taong ito? Ibig na nila akong batuhin!"**

**Sumagot ang Panginoon, "Magsama ka ng ilang pinuno ng sambahayan ng Israel at mauna kayo sa mga Israelita. Dalhin mo ang iyong tungkod na inihampas mo sa ilog at lumakad na kayo. Hihintayin ko kayo sa ibabaw ng malaking bato sa Horeb. Hampasin mo ito at bubukal ang tubig na maiinom ng mga tao." Gayon nga ang ginawa ni Moises; at ito ay nasaksihan ng mga kasama niyang lider ng Israel.**

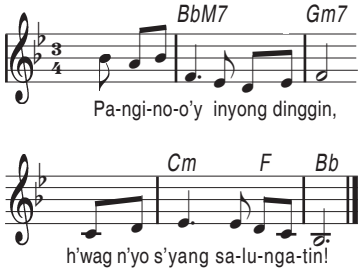
**Ang lugar na yaon ay pinangalanan nilang "Masa" at "Meriba" dahil sa doo'y nagtalu-talo ang mga Israelita at sinubok nila ang Panginoon. Ang pinagtalunan nila ay kung pinapatnubayan sila ng Panginoon o hindi.**

Ang Salita ng Diyos!
***B* – Salamat sa Diyos!**

**Salmong Tugunan** ***Awit 95***

***B –Panginoo'y inyong dinggin; huwag n'yo s'yang salungatin!***

*R. M. Velez*




*** Tayo ay lumapit sa 'ting Panginoon, siya ay awitan, ating papu-rihan 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.** ***B.***

*** 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.** ***B.***

*** Ang kanyang salita ay ating pakinggan: "Iyang inyong puso'y huwag patigasin, tulad ng ginawa ng inyong magulang nang nasa Meriba, sa ilang ng Masa. Ako ay tinukso't doon ay sinubok ng inyong magulang, bagama't nakita ang aking ginawang sila'ng nakinabang."** ***B.***

**Ikalawang Pagbasa** ***Ro 5:1-2. 5-8***

*Dulot sa atin ay kaligtasan sa pamamagitan ni Hesukristo, di dahil tayo'y karapat-dapat, kundi dahil lamang sa laki ng pagmamahal sa atin ng Diyos. Dahil sa gayong kasidhing pagmamahal na "ibinuhos sa ating mga puso sa pamamagitan ng Espiritu Santo," inialay ni Hesus ang buhay niya para tayo mailigtas sa ating mga kasalanan.*

***L –***Pagpapahayag mula sa Sulat ni Apostol San Pablo sa mga Taga-Roma

**Mga kapatid: Yamang napawalang-sala na tayo dahil sa pananalig sa ating Panginoong Hesukristo, sa pamamagitan niya'y mayroon na tayong kapanatagan sa harapan ng Diyos. Sa pamamagitan nga niya'y tinatamasa natin ang kagandahang-loob ng Diyos, at lubos tayong nagagalak sa ating pag-asa na makakasama sa kanyang kaluwalhatian. Hindi tayo nabibigo sa ating pag-asa, sapagkat ang pag-ibig ng Diyos ay ibinuhos sa ating mga puso sa pamamagitan ng Espiritu Santo na ipinagkaloob na sa atin.**

**Sapagkat noong tayo'y mahihina pa, namatay si Kristo sa takdang panahon para sa mga makasalanan. Mahirap mangyaring ialay ninuman ang kanyang buhay alang-alang sa isang taong matuwid – bagamat maaaring may mangahas na gumawa nito alang-alang sa isang mabuting tao. Ngunit ipinadama ng Diyos ang kanyang pag-ibig sa atin nang mamatay si Kristo para sa atin noong tayo'y makasalanan pa.**

Ang Salita ng Diyos!
***B* – Salamat sa Diyos!**

**Awit-pambungad**

***B –Luwalhati at papuri sa iyo, Panginoong Hesukristo!***
**Aming pinananaligang Tagapagligtas ng tanan, Panginoon, kami'y bigyan ng tubig na bumubuhay upang kami'y di mauhaw.**
***Luwalhati at papuri sa iyo, Panginoong Hesukristo!***

**Mabuting Balita** ***Jn 4:5-15.19-26.39.40-42***

*Sa salaysay para ngayon, ang pangangailangan sa tubig ng Samaritana ay pagkakataon para kay Hesus na magpakilalang bukal ng "tubig na nagbibigay-buhay" – na biyaya ng Diyos – ang tanging makatutugon sa mga kaluluwa nating nauuhaw at siyang makapagbubunga ng kabanalan sa ating buhay.*

***P –***Ang Mabuting Balita ng Panginoon ayon kay San Juan
***B* – Papuri sa iyo, Panginoon!**

**Noong panahong iyon, dumating si Hesus sa isang bayan sa Samaria, na tinatawag na Sicar, malapit sa bukid na ibinigay ni Jacob sa kanyang anak na si Jose. Dito matatagpuan ang balon ni Jacob. Umupo si Hesus sa tabi nito, sapagkat siya'y napagod sa paglalakbay. Halos katanghaliang-tapat na noon. May isang Samaritanang dumating upang umigib. Sinabi ni Hesus sa kanya, "Maaari bang makiinom?" Wala noon ang kanyang mga alagad sapagkat bumili ng pagkain sa bayan.**

**Sinabi sa kanya ng Samaritana, "Kayo'y Judio at Samaritana ako! Bakit kayo humihingi sa akin ng inumin?" Sapagkat hindi nakikitungo ang mga Judio sa mga Samaritano.**

**Sumagot si Hesus, "Kung alam lamang ninyo kung ano ang ipinagkakaloob ng Diyos, at kung sino itong humihingi sa inyo ng inumin, marahil ay kayo ang hihingi sa kanya, at kayo nama'y bibigyan niya ng tubig na nagbibigay-buhay." "Ginoo," wika ng babae, "malalim ang balong ito at wala man lamang kayong panalok. Saan kayo kukuha ng tubig na nagbibigay-buhay? Higit pa ba kayo kaysa aming ninunong si Jacob, na nagbigay sa amin ng**

**balong ito? Uminom siya rito, pati ang kanyang mga anak, at ang kanyang mga hayop." Sumagot si Hesus, "Ang uminom ng tubig na ito'y muling mauuhaw, ngunit ang uminom ng tubig na ibibigay ko ay hindi na muling mauuhaw. Ito'y magiging isang bukal sa loob niya, babalong, at magbibigay sa kanya ng buhay na walang hanggan." Sinabi ng babae, "Ginoo, kung gayon po'y bigyan ninyo ako ng tubig na sinasabi ninyo, nang hindi na ako mauhaw, ni pumarito pa upang sumalok.**

**Ginoo, sa wari ko'y propeta kayo. Dito sa bundok na ito sumamba sa Diyos ang aming mga magulang, ngunit sinasabi ninyong mga Judio, na sa Jerusalem lamang dapat sambahin ang Diyos."Tinugon siya ni Hesus, "Maniwala ka sa akin, Ginang, dumarating na ang panahon na sasambahin ninyo ang Ama, hindi lamang sa bundok na ito o sa Jerusalem.**

**Hindi ninyo nakikilala ang inyong sinasamba, ngunit nakikilala namin ang aming sinasamba, sapagkat ang kaligtasan ay galing sa mga Judio. Ngunit dumarating na ang panahon – ngayon na nga – na ang mga tunay na sumasamba sa Ama ay sasamba sa kanya sa espiritu at sa katotohanan. Sapagkat ito ang hinahanap ng Ama sa mga sumasamba sa kanya. Ang Diyos ay Espiritu kaya dapat siyang sambahin sa espiritu at sa katotohanan."**

**Sinabi ng babae, "Nalalaman ko pong paririto ang Mesiyas, ang tinatawag na Kristo. Pagparito niya, siya ang magpapahayag sa atin ng lahat ng bagay.""Akong nagsasalita sa iyo ang tinutukoy mo," sabi ni Hesus.**

**Maraming Samaritano sa bayang yaon ang sumampalataya kay Hesus. Kaya't paglapit ng mga Samaritano kay Hesus, hiniling nila na tumigil muna siya roon; at nanatili siya roon nang dalawang araw. At marami pang sumampalataya nang mapakinggan siya. Sinabi nila sa babae, "Nananampalataya kami ngayon, hindi na dahil sa sinabi mo kundi dahil sa narinig namin sa kanya. Nakilala naming siya nga ang Tagapagligtas ng sanlibutan."**

Ang Mabuting Balita ng Panginoon!

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

### Homiliya
### Sumasampalataya

***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*** **–**Lalong sabik kaysa Samaritanang makatanggap kay Hesus ng banal na tubig, buong kababaangloob na tayo'y humiling sa kanya ng kasaganaan ng kanyang mga biyaya habang nananalangin tayong:

***B*** **– Panginoong Hesus, pawiin mo ang aming uhaw!**

* Para sa Simbahang bagong bayan ng Diyos: Nawa patuloy siyang pagkalooban ng mahabaging pagmamahal ng Diyos ng malinis na tubig ng Kanyang Salita at mga Sakramento sa kanyang paglalakbay sa disyerto ng kawalan-pansin at pagtutol ng tao. Manalangin tayo! ***B.***

* Para sa Santo Papa at sa mga pinuno nating espirituwal: Nawa sila'y maging mga karapat-dapat na kinatawan ni Hesus, na bagong Moises, na nakapapawi sa uhaw ng ating mga kaluluwa sa pamamagitan ng tubig ng banal na biyaya. Manalangin tayo! ***B.***

* Para sa mga pinuno nating pambayan: Nawa sila'y maging inspirasyon at uliran natin sa katapatan sa kagalingang panlahat at pagtugon sa mga panganga ilangan ng mga kaawa-awa sa lipunan. Manalangin tayo! ***B.***

* Para sa lahat ng naghihirap na pisikal, emosyunal, at espirituwal: Makatagpo nawa sila ng lakas at kasiyahan sa bukas-palad na pakikiisa ng mga kasama sa kanilang mag-anak o pamayanan. Manalangin tayo! ***B.***

* Para sa ating kabataan: Nawa matagpuan nila sa Ebanghelyo ang daloy ng katotohanang makapapawi sa kanilang pagkauhaw sa kahulugan ng buhay. Manalangin tayo! ***B.***

* Tahimik nating ipanalangin ang ating mga kahilingang pansarili. *(Tumigil sandali.)*

Manalangin tayo! ***B.***

***P*** **–**Panginoong Hesus, ikaw ang bukal ng tubig na nagbibigay-buhay na ikapagbabago ng disyerto naming buhay na maging mga hardin ng kabanalan. Sariwain mo ng masagana mong biyaya ang aming mga uhaw na kaluluwa at sa gayo'y malasap namin sa buhay na ito ang kagalakan ng Kaharian kung saan ka nabubuhay at naghahari magpakailanman.

***B*** **– Amen!**

### PAGDIRIWANG NG HULING HAPUNAN

***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, kalugdan mo ang aming paghahain upang ang mga kasalanan naming hinihingi ng kapatawaran sa iyo ay matutuhan din naming ipatawad sa kapwa tao sa pamamagitan ni Hesukristo kasama ng Espiritu Santo magpasawalang hanggan.

***B*** **– Amen!**

### Prepasyo

***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 sa pamamagitan ni Hesukristo na aming Panginoon.

Sa kanyang paghingi ng tubig sa babaing taga-Samaria kanyang ipinagkaloob ang pananalig upang ang nilapitan niya'y sumampalataya. Sa pagkauhaw ng iyong Anak, kanyang masidhing hinahangad na ang pag-ibig mo'y maipakilala sa mga sumasampalataya sa kanya.

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 . . .**

### Pagbubunyi

***B*** **–Aming ipinahahayag na namatay ang 'yong Anak, nabuhay bilang Mesiyas at magbabalik sa wakas para mahayag sa lahat.**

## PAKIKINABANG

***B*** **– Ama namin . . .**

***P*** **–** Hinihiling namin . . .

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

### Paanyaya sa Kapayapaan
### Paghahati-hati sa Tinapay

***B*** **–Kordero ng Diyos . . .**

### Paanyaya sa Pakikinabang

***P*** **–** Ito ang Kordero ng Diyos na 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 ng Pakikinabang

*(Ipahahayag lamang kung walang awiting nakahanda.)*

**Sa pag-inom ng sinuman sa tubig na aking bigay, di na muling mauuhaw 'pagkat ito ay bubukal sa buhay na walang hanggan.**

### Panalangin Pagkapakinabang

***P*** **–** Ama naming mapagmahal, sa pakikinabang namin sa iyong banal na piging, pinagsalusaluhan namin ang bigay mong pagkain. Ang ginaganap namin ngayon sa pagdiriwang ay lubos nawang mangyari sa gawain namin araw-araw sa pamamagitan ni Hesukristo kasama ng Espiritu Santo magpasawalang hanggan.

***B*** **– Amen!**

## PAGWAWAKAS

***P*** **–**Sumainyo ang Panginoon.

***B*** **–At sumaiyo rin!**

***P*** **–**Pagpalain kayo ng makapangyarihang Diyos: Ama, Anak, at Espiritu Santo.

***B*** **– Amen!**

***P*** **–**Humayo kayo sa kapayapaan upang mahalin at paglingkuran ang Panginoon.

***B*** **– Salamat sa Diyos!**

## Ang Maraming Uhaw sa Ating Buhay

Kailangan ng ating katawan ang tubig upang manatiling buhay. Nangangailangan tayo ng sariwa't malinis na tubig na pamatid-uhaw.

Ngunit di tayo nauuhaw sa ganitong uri lamang ng tubig. May ***pagkauhaw*** din tayo sa ***pagtanggap, pang-unawa, pagpapahalaga, katarungan, katotohanan, pakikipag-isa, habag, pagmamahal . . . .*** Depende ang kaligayahan natin sa kung gaano natin natutugunan ang mga ganitong pagkauhaw. Kaya nga, ito'y nag-uudyok sa ating humanap ng makapapawi rito sa patuloy na paghahanap sa makasisiya sa mga mithiin ng ating mga puso't isipan, at sa iba't ibang antas na lagi namang kapos sa pagiging ganap.

***Walang sinuman ang may kayang makatagpo ng kasiyahang ganap at pangmatagalan sa gayong mga anyo ng "pagkauhaw," sapagkat sadyang para sa Diyos ang ating puso.*** Kaya nga, lagi na lang tayong nag-aasam nang wala namang kasiyahan. ***Sa Diyos lamang tayo makatatagpo ng kapayapaan at katuparan.***

Kaya nga lamang, marami ang nakalilimot dito, at sa gayon, nahaharap sila sa sunud-sunod na kabiguang bunga ng pagmimithi nila ng kailanma'y di ganap na makapagdudulot-kasiyahan sa kanila. Buhay nila ay parang isang treng nasa maling riles na walang hahantungang destinasyon.

Di naman ibig sabihin nitong ang nakatuon sa Diyos ay laging ganap na liligaya at di kailanman daranas ng mga pagsubok at hirap. Ang mga ito ay bahagi na ng ating buhay sa lupa sapagkat ang buhay na ito ay isang pagsubok. Naglalakbay pa tayong patungo sa ating kaligayahang walang hanggan, ngunit wala pa tayo roon. Gayunman, ***kapag nakatuon tayo sa Diyos, nakalalasap na tayo ng kapayapaan sa gitna man ng mga kahirapan at hamon sapagkat alam nating tayo'y nasa tamang direksiyon.*** Ang bahagyang kaligayahang nalalasap natin ay paalaalang tayo'y "nasa daan pa lamang patungong langit," bagamat wala pa nga lamang doon. Kailangan nating magsumikap sa ating paghahanap sa Diyos sa lahat ng ating ginagawa. Sa dulo ng paglalakbay, makikita natin ang ating mga sarili sa "himpilan" kung saan lahat ng ating mithiin at "pagkauhaw" ay matutugunan nang ganap at magpakailanman. Sa kabilang dako, ***lahat ng nanunton sa maling landas ay mapag-iiwanan sa gitna ng alanganin, sa disyertong lalo manding magpapasidhi sa kanilang walang hanggang pagkauhaw.***


WORD & LIFE PUBLICATIONS

**Don Bosco Compound, A. Arnaiz Ave. cor. Chino Roces Ave., Makati, Metro Manila**
***Postal Address:*** P.O. Box 1820, MCPO, 1258 Makati, Metro Manila, Philippines
***Tel. Nos.*** 8894-5401; 8894-5241; 8475-8945 • ***Website:*** www.wordandlife.org
• ***E-mail:*** wordandlifepublications@gmail.com • ***FB:*** Word & Life Publications
• ***Editorial Team:*** Fr. S. Putzu, C. Valmonte, Fr. B. Nolasco, V. David, R. Molomog, M. Vibiesca, D. Daguio
• ***Illustrations:*** A. Sarmiento, B. Cleofe • ***Circulation:*** R. Saldua