



Binusog ng Tinapay at Banal na Espiritu

(Pambungad na Panalangin)

I. ANG TATLONG PAGBASA

UNANG PAGBASA (2 H 4:42-44)

⁴²NOONG panahong iyon, isang lalaking taga-Baal-salisa ang lumapit kay Eliseo. May dala siyang bagong aning trigo at dalawampung tinapay na yari sa unang ani niya ng sebada. Sinabi ni Eliseo, “**Ihain** ninyo iyan sa mga tao.” ⁴³Sumagot ang kanyang katulong, “Hindi ito magkakasya sa sandaang tao.” Iniutos niya uli, “**Ihain** ninyo iyan sa mga tao sapagkat sinabi ng Panginoon: **Mabubusog** sila at may matitira pa.” ⁴⁴At **inihain** nga nila iyon. **Kumain** ang lahat at **nabusog**, ngunit marami pang natira, tulad ng sinabi ng Panginoon.

Tema: **Pinakain ang Nagugutom na Madla**

PAGNINILAY

Sa panahon ng krisis (ng pangangailangan), iniaalagaan ng Diyos ang kanyang bayan. Kailiangan lamang na makinig tayo sa kanyang tingig: ipamahagi kung ano ang meron tayo.



SALMONG TUGUNAN (Slm 144) PINAKAKAIN MONG TUNAY KAMING LAHAT, O MAYKAPAL.

IKALAWANG PAGBASA (Ef 4:1-6)

¹MGA KAPATID, ako na isang bilango dahil sa Panginoon, ay namamanhik sa inyo na mamuhay kayo gaya ng nararapat sa mga tinawag ng Diyos. ²Kayo’y maging mapagpakumbaba, mabait, at matiyaga. Magmahalan kayo at magpaumanhinan. ³Pagsumikatan ninyong mapanatili ang ⁴**pagkakaisang** mula sa Espiritu, sa pamamagitan ng buklod ng kapayapaan. ⁵**Iisa lamang ang katawan at iisa rin ang Espiritu**; gayun din naman, **iisa lamang ang pag-asa** ninyong lahat, dulot ng pagkatawag sa inyo ng Diyos. ⁶May **isa lamang Panginoon, isang**

pananampalataya, at isang pagbibinyag, isang Diyos at Ama nating lahat. Siya’y higit sa lahat, gumagawa sa lahat, at sumasalihat.

Tema: **Pagkakaisa ng mga Kristiyano**

PAGPAPALIWANAG

- Ang may-akda (hindi si Pablo, ayon sa mga iskolar, ngunit isang masugid na tagasunod na inilagay kanyang sarili ng disposisyon kay Pablo) ay nagpapayo sa mga Kristiyano sa Efeso upang mapanatili ang pagkakaisa (b.3).
- Marami ang mga dahilan para dito:
 - Iisang katawan, iisang espiritu, iisang pag-asa, iisang Panginoon, iisang pananampalataya, iisang bautismo, iisang Diyos at Ama.
 - namumuhay sa paraang karapat-dapat bilang mga Kristiyano (bokasyon bilang Kristiyano) = nagkakaisa.

PAGNINILAY

Hinahamon tayo ng ating bokasyon bilang Kristiyano na ipagpamalas ang mga ugali at katangiang karapat dapat sa isang Kristiyano: mapagpakumbaba, magiliw, mapagpasensya, atbp.).

Ang mga Kristiyanong komunidad ay hinahamon din na manatili sa pagkakaisa. Sinasalamin ng pagkakaisa ang iisang Diyos na may integridad.

MABUTING BALITA (Jn 6:1-15)

Tagpuan

¹NOONG panahong iyon, tumawid si Hesus sa ibayo ng Lawa ng Galilea, na tinatawag ding Lawa ng Tiberias. ²Sinundan siya ng napakaraming tao sapagkat nakita nila ang mga kababalaghang ginawa niya sa pagpapagaling sa mga maysakit. ³Umahon si Hesus sa burol kasama ang kanyang mga

alagad at naupo roon. ⁴Malapit na noon ang **Pista ng Paskuwa** ng mga Judio.

Pagsubok kay Filipe at ang Tanong

⁵Tumanaw si Jesus, at nakita niyang dumarating ang napakaraming tao. Tinanong niya si Felipe, “Saan tayo bibili ng **tinapay** upang **makakain** ang mga taong ito?” ⁶Sinabi niya ito para subukin si Felipe, sapagkat alam ni Jesus ang kanyang gagawin. ⁷Sumagot si Felipe, “Kahit na po halagang dalawandaang denaryong **tinapay** ang bilhin ay di sasapat para **makakain** nang tigkakaunti ang mga tao.”

Ang Impormasyon at Pagtatanong ni Andres

⁸Sinabi ng isa sa kanyang mga alagad, si Andres na kapatid ni Simon Pedro, ⁹“Mayroon po ritong isang batang lalaki na may dalang **limang tinapay na sebada at dalawang isda**. Ngunit gaano na ito sa ganyang karaming tao?”

Gumawa si Hesus ng Himala

¹⁰“Paupuin ninyo sila,” wika ni Hesus. Madamo sa lugar na yaon. Umupo ang lahat humigit-kumulang sa limanlibo ang mga lalaki. ¹¹**Kinuha** ni Hesus ang **tinapay** at matapos **magpasalamat** sa Diyos ay **ipinamahagi** sa mga tao; gayun din ang ginawa niya sa isda. Binigyan ang lahat hangga’t gusto nila. ¹²At nang **makakain** na sila, sinabi niya sa mga alagad, ¹³“Tipunin ninyo ang lumabis para hindi masayang.” Gayun nga ang ginawa nila, at nakapuno sila ng labindalawang bakol.

Tugon ng mga Tao

¹⁴Nang makita ng mga tao ang kababalaghang ginawa ni Jesus, sinabi nila, “Tunay na ito ang Propetang paririto sa sanlibutan!”

Ang Reaksyon ni Hesus

¹⁵Nahalata ni Hesus na lalapit ang mga tao at pilit siyang kukunin upang gawing hari, kaya muli siyang umalis na mag-isa patungo

sa kaburolan.

Tema: **Pagkain (Pagpapakain)**

PAGPAPALIWANAG

- Ang teksto ay nasa bahagi na tinatawag na Aklat ng mga Tanda (Kb 1-12).

- Maaari itong tawagin na himala ng pagpaparami ng tinapay; nais ng may akda na tawagin itong mga “tanda” (semeion). Tingnan sa b. 2.

- Dagat ng Galilea = Dagat ng Tiberias o Lago ng Galilea, mas maliit pa kaysa Laguna Lake.

- Ang panahon ay masasabing may Marso hanggang Abril.

- Sinusubukan ni Hesus si Felipe: Saan maaring bumili ng pagkain para sa malaking madla? Nadama ni Felipe na wala siyang magawa. Kahit na mayroon silang malaking halagang pera, hindi sapat ito. Walang nasisiyahan (bitin). (Sa bagay, bakit ba pinoproblema nila ito? Hindi ba kailangang tulungan nila ang kanilang sarili?)

- Si Andres ay nag-alala rin. Limang tinapay na sebada at dalawang isda ay hindi rin sapat.

- Tama si Felipe at Andres sa kanilang sa kanilang pagtatanong- segun sa kanilang pagtatsansa o pagtingin sa sitwasyon.

- Nagsimulang pinakain ni Hesus ang madla sa pamamagitan ng konting makayanan.

- Ang b.11 ay nagsasaad ng mismong kataga na naglalarawan ng Huling Hapunan, na ginawa noon na Paskuwa ng mga Hudiyo.

- Ang ebanghelista ay naglalagay ng “eucharistic formula” dito, hindi sa Huling Hapunan, iba kaysa kay Marcos, Lucas at Mateo (synoptics).

- Hindi na natin kailangan itanong paano ito ginawa ni Hesus dahil maraming ang maaring

mga sagot. Hindi na kailangan mag-isip-isip; maging bukas lang sa mga posibilidad.

- Tanggapin lang natin ang katotohanan ng kuwento na nabusog ang gutom na madla (at ito ay salungat sa takot nina Felipe at Andres na naniniwalang “hindi sapat “ ang kanilang nalikom. Ngunit, may sobra pa nga. Labis-labis.

- Sa b.14, nauunawaan ng mga tao ang kahulugan ng tanda (himala). Nakita nila si Hesus bilang isang propeta, na ipinangako ng Diyos.

- Ngunit siyempre, nagkakamali sila sa kanilang interpretasyon (gusto nila na maging politikal na hari siya, pinunong politikal).

- Ang kanilang konsepto ng hari ay magiging tulad ng ang mga Hasmoneos noon na pinatalsik ang mga kalaban nilang mga Griego (Hellenista) o kaya tulad ng *Dynasty* ni Herodes na sinuportahan ng mga Romano.

- Nang isulat ang ebanghelyo, nawala na ang kaharian ng mga Israelita, kaya wala na silang mga hari.

- Ang mga Romano sa pamamagitan ng mga *procurator* ay may kabuuang kontrol sa lupain ng Israel.

PAGNINILAY

Bonus lang para sa mga sumusunod kay Hesus ang pagpapakain sa kanila. Tagapagsunod sila dahil sa kanyang mga Salita at kapangyarihang pagpapagalang. Ngunit ngayon sila ay pinakain at nabusog ang kanilang mga tiyan.

Ang pagpapakain ay isang matalinghagang paalala ng palagiang pagtugon at presensiya ni Hesus sa mga tumatanggap sa kanya sa Eukaristiya.

Sa eukaristiya, walang uuwing gutom o hindi nasisiyahan.

II. PAG-UUGNAY

Pinakain ni Eliseo and mga nagugutom na tao sa kahit konting meron sila. Gumawa ng paraan ang Diyos (Unang Pagbasa). Hinihikayat ng may-akda ng Sulat sa mga taga-Efeso ang mga Kristiyano na manatili sa pagkakaisa. Walang lantarang salita tungkol sa pagkain dito. Ngunit, isipin natin na ang isang paraan upang mapanatili ang pagkakaisa ay ang pagbabahaginan sa kainan at sa eukaristiya (Ikalawang Pagbasa). Pinapakain ni Hesus ang madlang gutom kahit konti lang meron sila, katulad sa panahon ni Eliseo (Mabuting Balita).

III. SALAMIN NG BUHAY

1. Ngayon ay Linggo ng Fil-Mission. Ipanalangin natin ang ating mga misyonero

lalung-lalo na ang mga taong simbahan na sinisiil dahil nais nilang ipagtanggol ang mga karapatang pantao na minsan ay nilalapastangan sa ngalan ng kapangyarihan, kasakiman at kayamanan.

2. Paano tayo maging misyonero dito sa ating parokya?

3. Iba't ibang klaseng gutom ang nararamdaman ng tao ngayon: pagkain, katarungan, ekolohikal, atbp. Paano kaya ang ating pagkakaisa sa Eukaristiya maaring tugon sa mga hamon na ito?

-Pagpapaliwanag: **Fr. Cielo Almazan, OFM**
Isinalin ni Br. Hansel Mapayo, SSP

(Pangwakas na Panalangin)

PAMBUNGAD NA PANALANGIN

Kristo, aming Panginoon, Ikaw ang Daan, ang Katotohanan at ang Buhay. Itulot mong makamit namin ang Iyong dakilang pag-ibig sa pamamagitan ng iyong Apostol na si San Pablo at ng Simbahang Katolika. Ipadala Mo sa amin ang Iyong Banal na Espiritu upang maalaala namin ang lahat na Iyong mga ipinangangaral.

Luwalhati sa Ama, sa Anak at sa Espiritu Santo. Kapara ng sa una, ngayon at magpakailanman

VERBUHAY (Filipino Edition)



PANGWAKAS NA PANALANGIN

O Hesus na Dakilang Guro, ikaw ang Salita ng Buhay na walang hanggan. Sumasampalataya kami sa Iyo Panginoon at Katotohanan. Palaguin Mo nawa ang aming pananampalataya. Iniibig ka namin, Panginoon at Daan, nang buo naming lakas dahil iniutos mo sa aming sundin ang Iyong mga Kautusan nang walang pasubali. Nananalangin kami sa Iyo, O Panginoon at Buhay, sinasamba Ka namin, pinupuri Ka namin, at pinapasalamatan dahil sa kaloob mong Banal na Kasulatan. Kasama si Maria, maaalala sana namin at mapangalagaan ang Iyong mga Salita sa aming kaisipan at mapagnilay-nilayan ang mga ito sa aming puso.

Panginoong Hesus, ang Daan, ang Katotohanan, at ang Buhay, maawa Ka sa amin.
Luwalhati... (mula sa *Prayers of the Pauline Family*)