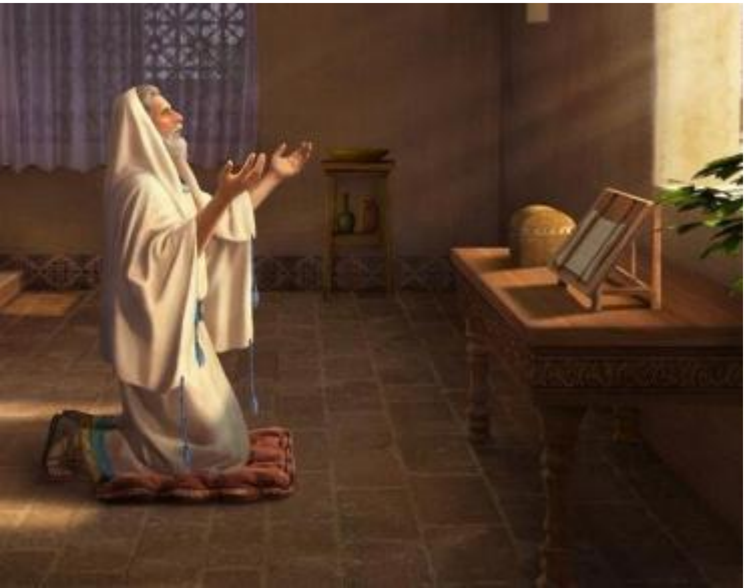


PRACTIKAL NA PANANALANGIN

Aralin 7 para sa ika-16 ng Mayo, 2026

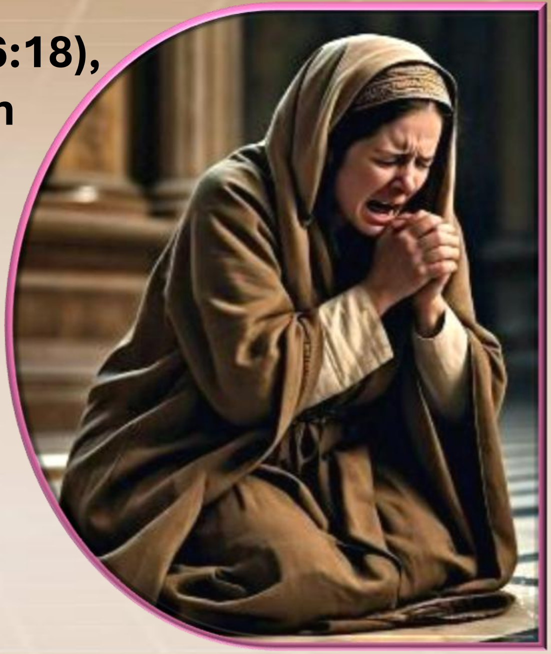
"Magsitiwala kayo sa kaniya buong panahon, kayong mga bayan; buksan ninyo ang inyong dibdib sa harap niya; Dios ay kanlungan sa atin."

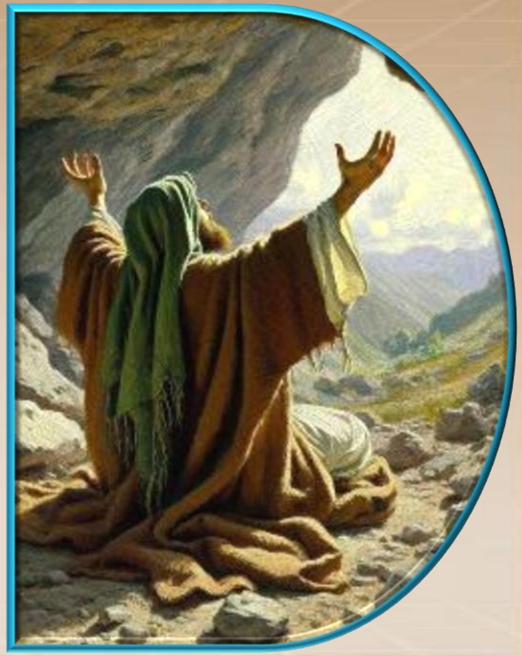
(Awit 62:8)

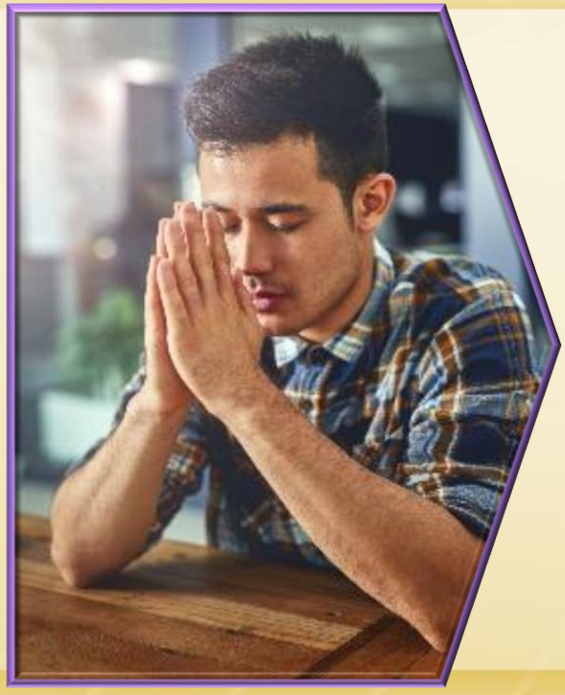
Hinihimok tayo ni Pablo na magpatuloy sa "pananalangin" (Efe. 6:18), kahit na gumuho ang ating mundo; kahit lumipas na ang panahon at hindi natin makita ang tugon sa ating panalangin.

Sa ganitong mga pagkakataon, makakapasigla sa atinang mga panalangin nina Elias at Hanna.

Ngunit paano tayo manalangin? Ano ang dapat nating hilingin? Dapat ba tayong manalangin na mag-isa o may kasamang iba? Ang ginagawa ba ng panalangin ay makapagsalita tayo sa Dios, o nakakapakinig din ba tayo sa Dios sa pamamagitan nito?







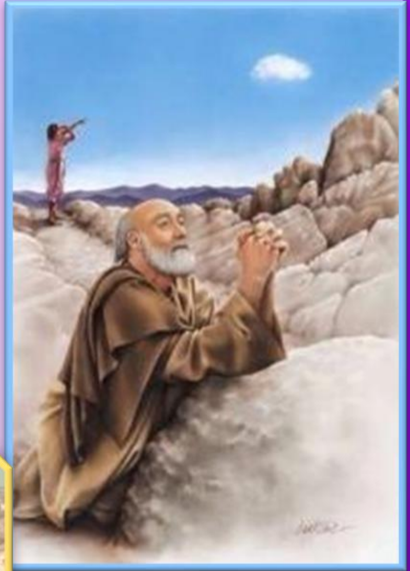
- Mga panalangin sa kahirapan:
  - Elias: Panalangin sa gitna ng hirap
  - Hanna: Isang tugon na hindi dumarating
- Halimbawa ng mga panalangin:
  - Jesus: Ang laman ng panalangin
  - Daniel: Ang balangkas ng panalangin
- Apat na tanong tungkol sa panalangin

PANALANGIN SA KAHIRAPAN

ELIAS: PANALANGIN SA GITNA NG KRISIS

"At sinabi niya, Ako'y naging totoong marubdob dahil sa Panginoon, sa Dios ng mga hukbo; sapagka't pinabayaan ng mga anak ni Israel ang iyong tipan, ibinagsak ang iyong mga dambana, at pinatay ng tabak ang iyong mga propeta: at ako, ako lamang, ang naiwan; at kanilang pinaguusig ang aking buhay, upang kitlin." (1 Hari 19:10)

Paano sinasagot ng Dios ang ating mga dalangin sa gitna ng krisis?



Matapos ang simpleng dalangin kay Elias, tumugon agad ang Dios ng apoy (1 Hari 18:36-38).

Matapos ang pitong dalangin para sa ulan, nagpadala ang Dios ng maliit na ulap na naging malakas na bagyo (1 Hari 18:42-45).

Nang humiling ng kamatayan si Elias, nanatiling tahimik ang Dios, ngunit nagpadala ng anghel upang pakainin sya (1 Hari 19:4-8).

Lugmok sa kweba, narinig sa wakas ni Elias ang boses ng Dios na sinasagot ang kanyang panalangin (1 Hari 19:9-18).

Ang isang sagot ay agaran at mahimala. Ang iba, matapos pa ang pitong panalangin, ipinadala ang hiling na ulan. Sa huli, matapos ang 40 araw, isang salita at nakakasiglang tugon. Alam ng Dios kung paano at kailan sasagot sa bawat sitwasyon natin.

HANNA: TUGON NA HINDI DUMARATING

"Dahil sa batang ito ako nanalangin; at ipinagkaloob sa akin ng Panginoon ang aking hiling na aking hiningi sa kaniya." (1 Samuel 1:27)

Ang panalangin ni Hanna upang magkaanak ay tila sinagot agad ng Dios (matapos ang siyam na buwang masayang paghihintay, syempre) (1 Sam. 1:9-20).

Gayunpaman, kung babasahin natin ang mga unang talata, makikita natin na itong sagot ay napakatagal dumating (1 Sam. 1:1-8).

Penina, ang isa pang asawa ni Elkana, ay may "mga anak"—yon ay, higit sa isang anak—at "taon-taon" iniinis nya si Hanna dahil hindi pa sya binibigyan ng Dios ng mga anak.

Mula sa pananaw na ito, ilang taong nanalangin si Hanna na walang sagot?

Minsan, ang pagtahimik ng Dios ay marahil dahil sa ating pagkamakasarili (San. 4:3); iniingatang kasalanan (Awit 66:18); kulang na pananampalataya (San. 1:6); o, marahil, hindi pa lang tama ang panahon.

Sa ano mang dahilan, nakikita ng Dios ang buong larawan at alam ang pinakamabuti para sa atin (Jeremias 29:11). Lagi Syang sasagot, sa Kanyang panahon at paraan, sa panalanging may pananampalataya (1 Jn. 5:14-15).

MGA HALIMBAWA NG PANALANGIN

JESUS: ANG LAMAN NG PANALANGIN

"Magsidalangin nga kayo ng ganito: Ama namin na nasa langit ka, Sambahin nawa ang pangalan mo."
(Mateo 6:9)

Ang paggawa ng mahaba at mabulaklak na panalangin para magpasikat sa mga nakikinig ay hindi estilo na itinuro ni Jesus sa atin (Mt. 6:5-8).

Dapat maging sinsiro at simple ang ating mga dalangin, sa karaniwang linguahe. Mahalagang bahagi ang panalangin sa ating buhay.

"Matutong manalangin ng maiksi at direkta sa punto, humiling lang ng kailangan mo. Matutong manalangin sa paraang Dios lang ang nakakarinig sa iyo. Huwag manalangin ng gawa-gawa lamang, ngunit taimtim, ramdam na kahilingan, nagpapahayag ng gutom ng kaluluwa sa Tinapay ng Buhay." (E.G.W. "Our high Calling", May 4)

JESUS: ANG LAMAN NG PANALANGIN

Ito ang modelong ibinigay sa atin ni Jesus:

"Ama namin na nasa langit"	Dapat nating kilalanin ang ating personal na ugnayan sa Ama ng lahat ng tao
"Sambahin ang ngalan mo"	Ang pagkilala sa kabanalan ng Dios ay nagpapalapit sa atin sa Kanya na may paggalang at kapitagan
"Dumating nawa ang kaharian mo"	Humihimok sa atin na asamin ang pagbabalit ni Jesus
"Gawin nawa ang iyong kalooban, kung paano sa langit, gayon din naman sa lupa"	Pinapatanggap sa atin ang pangingibabaw ng Dios at humiling na mangyari sa atin at sa sanlibutan ang kalooban ng Dios
"Ibigay mo sa amin ngayon ang aming kakanin sa araw-araw"	Pinapahiling sa atin kung ano ang kailangan nating isakabuhayan, sa pisikal at espiritwal
"At ipatawad mo sa amin ang aming mga utang, gaya naman namin na nagpatawad sa mga may utang sa amin"	Dapat tayong magsisi, humingi ng kapatawaran, at patawarin ang mga nanakit sa atin, gaya ng pagpapatawad sa atin ng Dios
"At huwag mo kaming ihatid sa tukso, kundi iligtas mo kami sa masama"	Humiling tayo ng proteksyon at sanggalang laban sa kasamaang nandito sa mundo
"Sapagka't iyo ang kaharian, at ang kapangyarihan, at ang kaluwalhatian, magpakailan man. Siya nawa"	Kilalanin natin na ang lahat na nasa atin, tinatangkilik, at ginagawa ay pag-aari ng Dios. Siya lang ang dapat purihin at luwalhatiin

DANIEL: ANG BALANGKAS NG PANALANGIN

"At aking itiningin ang aking mukha sa Panginoong Dios upang humanap sa pamamagitan ng panalangin at ng mga samo, ng pagaayuno, at pananamit ng magaspang, at ng mga abo." (Daniel 9:3)

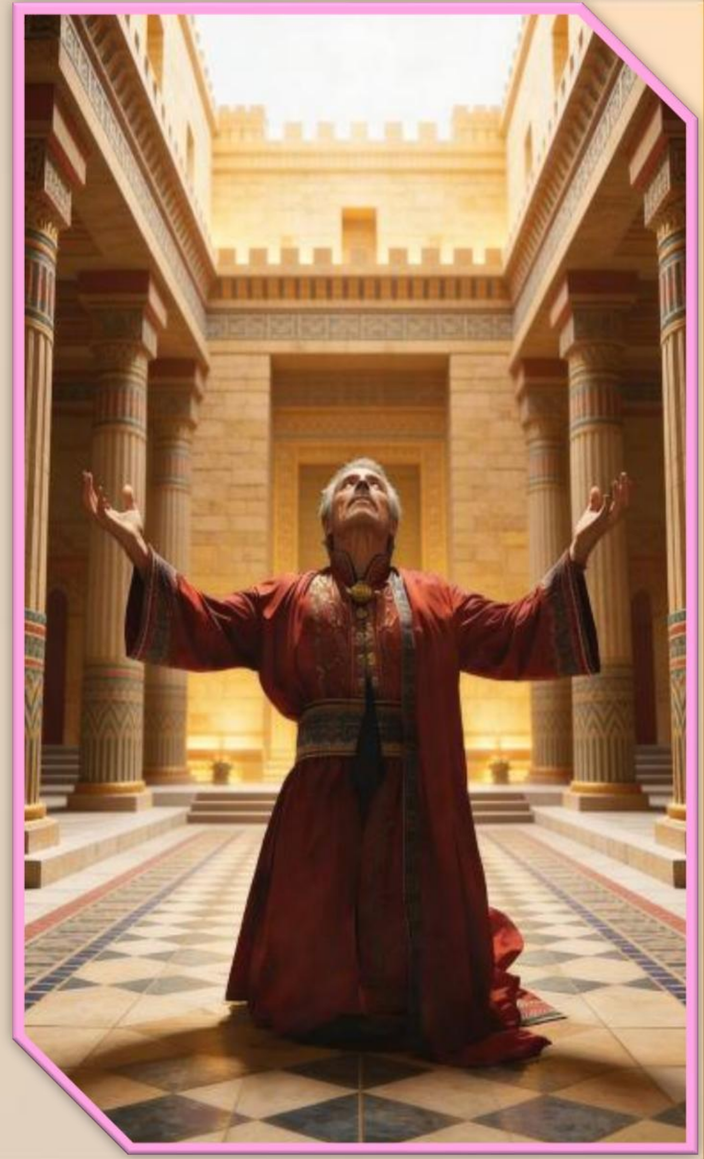
Ang naitalang panalangin sa Daniel 9:4-19 ay nagpapakita sa atin ng apat na pangunahing bahagi ng panalangin:

- Papuri (Dan. 9:4)
- Pagkompisal at paghingi ng tawad (Dan. 9:5-15)
- Kahilingan (Dan. 9:16-19)
- Pasasalamat (Fil. 4:6)

Inabala ni Gabriel si Daniel bago pa nya matapos ang kanyang panalangin (pagpapasalamat).

Ang disenyong ito ay pwede sa ating pangpubliko o pang-pribadong pananalangin. Kitang-kita, ang bahagi ng "pagkompisal at paghingi ng tawad" ay dapat maibagay sa konteksto ng panalangin.

Ang balangkas na ito ay tumutulong na maituon ang ating panalangin sa Dios, iniiwas tayo sa pagkakaroon ng parang "listahan ng mga bibilhin" mula sa warehouse ng langit.



APAT NA MGA TANONG TUNGKOL SA PANALANGIN

Bakit kailangan nating manalangin kung alam na ng Dios ang lahat?

Itinataas tayo ng panalangin sa trono ng Dios at hinihimok tayong suriin ang sarili at isipin ulit ang ating ugnayan sa Kanya araw-araw.

Kahit hindi natin alam ang sasabihin, tutulungan tayo ng Banal na Espiritu (Rom. 8:26).

Bakit mananalangin kung maayos naman ang lahat?

Ang mga anghel na hindi nagkasala ay patuloy na sumasamba sa Dios. Gaano pa kaya tayo?

Ang pag-iisip na hindi natin kailangan ang Dios dahil mabuti naman ang lahat ay kayabangan.

Sino ang dapat kong kasama manalangin?

Depende sa sandali:

1. Sa pag-iisa. Doon nagiging mas malapit ang ating panalangin.
2. Kasama ng pamilya o ng maliit na grupo.
3. Sa iglesia.

Paano ako makikinig?

Ang pinakamalinaw at pinakaligtas na paraan ay pagsamahin ang panalangin at pag-aaral ng Biblia bilang bahagi ng ating debosyon, umiwas sa pagbakante sa isip o pakikinig lang sa sarili.

EGW (Our Father Cares, May 25)

“Isang malalim na pagdama ng ating kailangan at malaking paghangad sa mga hinihiling natin ang dapat makita sa ating panalangin, kung hindi ay hindi ito diringgin. Ngunit hindi tayo dapat mapagod at tumigil sa paghingi dahil hindi agad natin natanggap ang sagot. “ang kaharian ng langit ay nagbabata ng karahasan, at kinukuha nang sapilitan ng mga taong mararahas” (Mateo 11:12). Ang ibig sabihin ng karahasan dito ay banal na kasigasigan, gaya ng nakita kay Jacob. Hindi natin kailangang magkaroon ng matinding damdamin, ngunit sa mapayapa, patuloy, dapat nating ilapit ang ating kahilingan sa trono ng biyaya. Ang gawain natin ay magpakumbaba sa harap ng Dios, nagpapahayag ng ating mga kasalanan, at sa pananampalataya ay lumalapit sa Dios.”