

Sunday Service (11 October 2026)

Glory to God; Father, Son and Holy Spirit:
as in the beginning, so now, and for ever. Amen.

Saving and healing God,
you have promised
that those who have died with Christ shall live with him:
grant us grace to be continually thankful for all you have done for us,
and in that thankfulness to be eager to serve and live for others,
so that we and all your children may rejoice in your salvation;
through Jesus Christ our Lord,
who lives and reigns with you and the Holy Spirit,
one God, now and for ever. **Amen.**

Philippians 4:4-9

Rejoice in the Lord always; again I will say, Rejoice. Let your gentleness be known to everyone. The Lord is near. Do not worry about anything, but in everything by prayer and supplication with thanksgiving let your requests be made known to God. And the peace of God, which surpasses all understanding, will guard your hearts and your minds in Christ Jesus. Finally, beloved, whatever is true, whatever is honourable, whatever is just, whatever is pure, whatever is pleasing, whatever is commendable, if there is any excellence and if there is anything worthy of praise, think about these things. Keep on doing the things that you have learned and received and heard and seen in me, and the God of peace will be with you.

The Apostle Paul writes to the church in Philippi from prison, yet his words overflow with joy and encouragement. “Rejoice in the Lord always; again I will say, Rejoice!” It may seem strange to rejoice when life is difficult, but Paul shows us that joy in the Lord is not based on circumstances. It is rooted in the nearness and faithfulness of God.

Paul reminds us that the Lord is near. That truth alone changes how we live. Knowing that God is close gives us comfort, courage, and peace. For those at sea, far from home and facing daily challenges, this promise is especially powerful. Even on distant waters, even in lonely moments, God is near. He is present, and He is listening.

That is why Paul tells us, “Do not worry about anything.” Of course, life gives us many reasons to worry, family, work, health, safety. But Paul offers a better way. He urges us to bring everything to God in prayer. Not just our fears, but our hopes, our needs, and even our thankfulness. When we pray, we are not just speaking into the air, we are speaking to a Father who loves us deeply.

Prayer opens the door for the peace of God to enter our lives. Paul says it is a peace that “surpasses all understanding.” It may not always make sense, especially when circumstances are hard. But it is real. It calms our hearts and minds and helps us stand firm in Christ, even when the waves of life try to shake us.

Paul also calls us to guard our minds. What we focus on shapes how we live. He tells us to think about what is true, honorable, just, pure, lovely, and commendable. At sea, where it is easy to feel isolated or fall into negative thinking, this command is vital. By fixing our minds on the good, we build resilience, peace, and hope. It keeps our spirits from sinking.

This practice is not just mental, it is spiritual. Paul says, "Keep on doing the things that you have learned and received and heard and seen in me." Faith is not only about belief, but about action. When we live out what we know to be true, kindness, honesty, humility, love, we begin to experience the peace of God in new ways. Just as a freezer stays cold when filled with good things, our lives remain spiritually strong when filled with truth, prayer, and praise. When we are empty, every challenge drains us. But when we are full of God's presence and the fruits of faith, we are strong and steady, even when tested.

Paul's message is simple yet powerful: Rejoice. Pray. Think on good things. Live out your faith. These are not just religious words, they are a pathway to deep joy and peace. They are tools for seafarers and for everyone who longs for hope in hard times.

Let us rejoice not because life is perfect, but because God is faithful. Let us pray not because we have all the answers, but because we know the One who does. Let us fix our minds on what is good, and keep living what we believe. When we do, we will find that the God of peace is truly with us, on sea and land, in calm and in storm.

**I believe in God, the Father almighty,
creator of heaven and earth.**

**I believe in Jesus Christ, God's only Son, our Lord,
who was conceived by the Holy Spirit, born of the virgin Mary,
suffered under Pontius Pilate, was crucified, died, and was buried;
he descended to the dead.
on the third day he rose from the dead; he ascended into heaven,
and is seated at the right hand of the Father;
from there he will come to judge the living and the dead.**

**I believe in the Holy Spirit, the holy catholic Church, the communion of saints,
the forgiveness of sins, the resurrection of the body,
and the life everlasting. Amen.**

(Seafarer's Prayer)

Gracious Lord, thank You for being near, even when we are far from home. Help us to rejoice in You always. Teach us to pray with open hearts and thankful spirits. Let Your peace guard our minds when worry tries to take hold. For every seafarer, bless the work of our hands and keep us safe on the waters. Watch over our families and children back home. Surround them with love, protection, and joy. Help us to fill our minds with what is good, pure, and worthy of praise. May we be a light to those around us, shining with Your peace. Be with us always, guiding and strengthening us with Your grace. In Jesus' name, **Amen.**

**Our Father in heaven,
hallowed be your name,
your kingdom come,
your will be done, on earth as in heaven.**

Give us today our daily bread.

Forgive us our sins as we forgive those who sin against us.

Save us from the time of trial and deliver us from evil.

**For the kingdom, the power, and the glory are yours
now and for ever. Amen.**

The Grace of the Lord Jesus Christ, and the love of God, and the fellowship of the Holy Spirit, be with us all evermore. **Amen.**

Tagalog Sunday Service (11 October 2026)

Luwalhati sa Diyos, Ama, Anak, at Banal na Espiritu:

Noon, ngayon, at magpakailanman. Amen.

Diyos na nagliligtas at nagpapagaling, ipinangako mo na ang mga namatay kasama ni Kristo ay mabubuhay kasama niya: pagkalooban mo kami ng biyaya upang patuloy na magpasalamat sa lahat ng iyong ginawa para sa amin, at sa pasasalamat na iyon ay maging masigasig na maglingkod at mabuhay para sa iba, upang kami at ang lahat ng iyong mga anak ay magalak sa iyong kaligtasan; sa pamamagitan ni Hesukristo na aming Panginoon, na nabubuhay at naghahari kasama mo at ng Espiritu Santo, iisang Diyos, ngayon at magpakailanman. **Amen.**

Philippians 4:4-9

4. *Mangalak kayong lagi sa Panginoon: muli kong sasabihin, Mangalak kayo.*

5. *Makilala nawa ang inyong kahinhinan ng lahat ng mga tao. Ang Panginoon ay malapit na.*

6. *Huwag kayong mangabalisa sa anomang bagay; kundi sa lahat ng mga bagay sa pamamagitan ng panalangin at daing na may pagpapasalamat ay ipakilala ninyo ang inyong mga kahilingan sa Dios.*

7. *At ang kapayapaan ng Dios, na di masayod ng pagiisip, ay magiingat ng inyong mga puso at ng inyong mga pagiisip kay Cristo Jesus.*

8. *Katapustapusan, mga kapatid, anomang bagay na katotohanan, anomang bagay na kagalanggalang, anomang bagay na matuwid, anomang bagay na malinis, anomang bagay na kaibigibig, anomang bagay na mabuting ulat; kung may anomang kagalingan, at kung may anomang kapurihan, ay isipin ninyo ang mga bagay na ito.*

9. *Ang mga bagay na inyong natutuhan at tinanggap at narinig at nakita sa akin, ang mga bagay na ito ang gawin ninyo: at ang Dios ng kapayapaan ay sasa inyo.*

Sumulat si Apostol Pablo sa simbahan sa Filipos mula sa bilangguan, ngunit ang kanyang mga salita ay umaapaw sa kagalakan at pampatibay-loob. "Magalak kayo sa Panginoon palagi; muli kong sasabihin, Magalak kayo!" Maaaring kakaiba ang magalak kapag mahirap ang buhay, ngunit ipinapakita sa atin ni Pablo na ang kagalakan sa Panginoon ay hindi nakabatay sa mga pangyayari. Ito ay nakaugat sa pagiging malapit at katapatan ng Diyos. Ipinapaalala sa atin ni Pablo na ang Panginoon ay malapit. Ang katotohanang iyon lamang ang nagpapabago sa ating pamumuhay. Ang pagkaalam na ang Diyos ay malapit ay nagbibigay sa atin ng ginhawa, lakas ng loob, at kapayapaan. Para sa mga nasa dagat, malayo sa tahanan at nahaharap sa pang-araw-araw na mga hamon, ang pangakong ito ay lalong makapangyarihan. Kahit sa malalayong katubigan, kahit sa mga sandali ng kalungkutan, ang Diyos ay malapit. Siya ay naroroon, at Siya ay nakikinig.

Kaya nga sinasabi sa atin ni Pablo, "Huwag kayong mag-alala tungkol sa anumang bagay." Siyempre, ang buhay ay nagbibigay sa atin ng maraming dahilan para mag-alala: pamilya, trabaho, kalusugan, at kaligtasan. Ngunit nag-aalok si Pablo ng isang mas mainam na paraan. Hinihimok niya tayong dalhin ang lahat sa Diyos sa panalangin. Hindi lamang ang ating mga takot, kundi pati na rin ang ating mga pag-asa, mga pangangailangan, at maging ang ating pasasalamat. Kapag tayo ay nananalangin, hindi

lamang tayo nagsasalita sa hangin, tayo ay nakikipag-usap sa isang Ama na lubos na nagmamahal sa atin.

Ang panalangin ay nagbubukas ng pinto para sa kapayapaan ng Diyos na pumasok sa ating buhay. Sinabi ni Pablo na ito ay isang kapayapaan na "lampas sa lahat ng pag-iisip." Maaaring hindi ito laging may katuturan, lalo na kapag mahirap ang mga sitwasyon. Ngunit ito ay totoo. Pinapakalma nito ang ating mga puso at isipan at tinutulungan tayong manatiling matatag kay Cristo, kahit na sinusubukan tayong yanigin ng mga alon ng buhay.

Tinatawag din tayo ni Pablo na bantayan ang ating mga isipan. Ang ating pinagtutuunan ng pansin ang humuhubog sa kung paano tayo namumuhay. Sinasabi niya sa atin na isipin kung ano ang totoo, marangal, makatarungan, dalisay, kaibig-ibig, at kapuri-puri. Sa karagatan, kung saan madaling makaramdam ng pag-iisa o mahulog sa negatibong pag-iisip, ang utos na ito ay mahalaga. Sa pamamagitan ng pagtutuo ng ating mga isipan sa mabuti, nabubuo natin ang katatagan, kapayapaan, at pag-asa. Pinipigilan nito ang ating mga espiritu na lumubog.

Ang pagsasanay na ito ay hindi lamang pangkaisipan, ito ay espirituwal. Sabi ni Pablo, "Patuloy ninyong gawin ang mga bagay na inyong natutuhan at tinanggap at narinig at nakita sa akin." Ang pananampalataya ay hindi lamang tungkol sa paniniwala, kundi tungkol sa pagkilos. Kapag isinasabuhay natin ang alam nating totoo: kabaitan, katapatan, pagpapakumbaba, at pag-ibig; nagsisimula tayong maranasan ang kapayapaan ng Diyos sa mga bagong paraan. Tulad ng isang freezer na nananatiling malamig kapag puno ng mabubuting bagay, ang ating buhay ay nananatiling espirituwal na malakas kapag puno ng katotohanan, panalangin, at papuri.

Kapag tayo ay walang laman, bawat hamon ay nakakaubos sa atin. Ngunit kapag tayo ay puno ng presensya ng Diyos at ng mga bunga ng pananampalataya, tayo ay malakas at matatag, kahit na may pagsubok.

Ang mensahe ni Pablo ay simple ngunit makapangyarihan: Magalak. Manalangin. Mag-isip ng mabubuting bagay. Isabuhay ang iyong pananampalataya. Hindi lamang ito mga salitang relihiyoso, kundi mga landas ito tungo sa malalim na kagalakan at kapayapaan. Ang mga ito ay mga kasangkapan para sa mga marino at para sa lahat ng nananabik sa pag-asa sa mahihirap na panahon.

Magsaya tayo hindi dahil perpekto ang buhay, kundi dahil tapat ang Diyos. Manalangin tayo hindi dahil nasa atin ang lahat ng kasagutan, kundi dahil kilala natin ang Isa na nakakaalam. Ituon natin ang ating isipan sa mabuti, at patuloy na ipamuhay ang ating pinaniniwalaan. Kapag ginawa natin ito, matutuklasan natin na ang Diyos ng kapayapaan ay tunay na sumasaatin, sa dagat at lupa, sa katahimikan at sa bagyo.

**Sumasampalataya ako sa Diyos, Amang makapangyarihan sa lahat,
lumikha ng langit at lupa.**

**Sumasampalataya ako kay Hesukristo, ang bugtong na Anak ng Diyos, ating
Panginoon,**

**na ipinaglihi sa pamamagitan ng Espiritu Santo, ipinanganak ng
birheng Maria, nagdusa sa ilalim ni Poncio Pilato, ipinako sa krus,
namatay, at inilibing; bumaba siya sa patay.**

sa ikatlong araw ay nabuhay siya mula sa mga patay; umakyat siya sa langit, at nakaupo sa kanan ng Ama; mula roon ay darating siya upang hatulan ang mga buhay at ang mga patay.

Sumasampalataya ako sa Espiritu Santo, sa banal na Simbahang Katoliko, sa pakikipag-isa ng mga banal, sa kapatawaran ng mga kasalanan, sa muling pagkabuhay ng katawan, at sa buhay na walang hanggan. Amen.

(Panalangin ng Marino)

Mapagbiyayang Panginoon, salamat sa Iyong presensya, kahit na malayo kami sa aming tahanan. Tulungan Mo kaming laging magalak sa Iyo. Turuan Mo kaming manalangin nang may bukas na puso at mapagpasalamat na espiritu. Nawa'y bantayan ng Iyong kapayapaan ang aming mga isipan kapag sinusubukang manaig ang pag-aalala. Para sa bawat mandaragat, pagpalain Mo ang gawa ng aming mga kamay at panatilihin kaming ligtas sa tubig. Bantayan Mo ang aming mga pamilya at mga anak sa aming tahanan. Palibutan Mo sila ng pagmamahal, proteksyon, at kagalakan. Tulungan Mo kaming punuin ang aming mga isipan ng mabuti, dalisay, at karapat-dapat sa papuri. Nawa'y maging ilaw kami sa mga nakapaligid sa amin, na nagniningning sa Iyong kapayapaan. Sumaamin Ka palagi, gabayan at palakasín kami ng Iyong biyaya. Sa pangalan ni Hesus, **Amen.**

**Ama namin, na nasa langit,
sambahin nawa ang pangalan Mo.
Dumating nawa ang kaharian Mo.
Masunod nawa ang kalooban Mo, dito sa lupa gaya sa langit.**

**Bigyan Mo kami ngayon ng aming kakanin sa araw-araw.
Patawarin Mo kami sa aming mga kasalanan,
gaya ng pagpapatawad namin sa mga nagkakasala sa amin. At huwag Mo kaming ipahintulot sa tukso, kundi iligtas Mo kami sa kasamaan.**

Sapagkat sa Iyo ang kaharian, ang kapangyarihan, at ang kaluwalhatian, magpakailanman. Amen.

Ang biyaya ng Panginoong Jesu-Cristo, ang pag-ibig ng Diyos, at ang pakikipagkaisa ng Espiritu Santo ay sumaatin nawa lahat magpakailanman. **Amen.**