Sunday Service (05 July 2026)

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

Almighty God,
your Son Jesus Christ has taught us
that what we do for the least of his brothers and sisters
    we do also for him:
give us the will to serve others
    as he was the servant of all,
who gave up his life and died for us;
yet lives and reigns with you and the Holy Spirit,
one God, now and for ever. **Amen.**

Matthew 11:25-30
At that time Jesus said, "I thank you, Father, Lord of heaven and earth, because you have hidden these things from the wise and the intelligent and have revealed them to infants; yes, Father, for such was your gracious will. All things have been handed over to me by my Father; and no one knows the Son except the Father, and no one knows the Father except the Son and anyone to whom the Son chooses to reveal him. "Come to me, all you that are weary and are carrying heavy burdens, and I will give you rest. Take my yoke upon you, and learn from me; for I am gentle and humble in heart, and you will find rest for your souls. For my yoke is easy, and my burden is light."

In this passage from the Gospel of Matthew, we hear one of the most comforting invitations that Jesus ever gave. He says, “Come to me, all you that are weary and are carrying heavy burdens, and I will give you rest.” For those who live and work at sea, these words speak directly to your experience.

Life at sea can be difficult. Long hours, hard labor, separation from family, and the uncertainty of the ocean can leave you feeling worn out, not just physically, but also emotionally and spiritually. Even when the sea is calm, there may be storms inside - worries, doubts, and pressures that do not go away. Jesus knows this. He sees every sailor’s struggle, every quiet prayer, every tired heart. And He offers something the world cannot give, real rest.

Jesus does not offer quick fixes or false promises. He does not say there will be no storms, but He does say this: “Take my yoke upon you, and learn from me.” A yoke is something used to connect two animals so they can share the work. When Jesus asks us to take His yoke, He is not adding to our load. He is inviting us to walk beside Him, to let Him carry the weight with us. In fact, He promises that His yoke is easy and His burden is light.

Why is it easy? Because when we are joined with Jesus, we are not walking alone. He is strong where we are weak. He is calm when we are anxious. He is faithful even when we are unsure. His burden is light because it is not a burden of guilt or fear. It is the way of love, peace, and trust. At sea, routines and responsibilities can make it easy to forget God is near. But Jesus does not stay on the shore. He walks the decks with us. He is present in the quiet of the night watch, in the roar of the engines, and in the stillness of the open sea. He is near when we feel alone, and He listens even when we do not know what to pray.

This passage also reminds us of the heart of Jesus. He says, “I am gentle and humble in heart.” These are not the words of someone who looks down on us or demands perfection. Jesus is not here to accuse us or to make our lives harder. He came to give us life. He came to give us peace. His gentleness invites us to trust Him. His humility reminds us that He understands our struggles. He lived a life of hardship, too.

Jesus wants us to come to Him with all that we carry—our worries, our mistakes, our fears, and our questions. He does not ask us to fix ourselves first. He simply says, “Come.” Come and learn from me. Come and rest in me. Come and find peace for your soul.

Seafarers know what it means to carry loads and to follow a course. Let Jesus be your course and your captain. Trust Him with your journey. Let Him carry the weight with you. And in doing so, discover the peace and strength that come only from walking with Him. May you find that His words are true. His yoke is easy. His burden is light. And in Him, there is rest.

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)
Heavenly Father, we thank you for the promise of rest that you give to all who are weary. We come to you as seafarers, sometimes tired, sometimes anxious, and sometimes lonely. Carry our burdens with us, Lord. Calm the storms within our hearts as well as the waves beneath our ships. Be our strength, our compass, and our peace. Watch over our families while we are away. Help us to walk closely with Jesus, to take His yoke upon us, and to learn from Him. May we find true rest in His love, and may that rest renew our strength each day. Thank you for your constant presence at sea and on land. In Jesus’ name we pray, **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 (5 July 2026)

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

Noon, ngayon, at magpakailanman. Amen.

Makapangyarihang Diyos,

itinuro sa amin ng Iyong Anak na si Jesucristo na anuman ang aming gawin

sa pinakamaliit sa Kanyang mga kapatid ay ginagawa rin namin para sa Kanya. Ipagkaloob Mo sa amin ang pusong handang maglingkod sa kapwa, tulad Niya na naging lingkod ng lahat, nag-alay ng Kanyang buhay at namatay alang-alang sa amin; ngunit ngayon ay nabubuhay at naghahari kasama Mo at ng Banal na Espiritu, iisang Diyos, ngayon at magpakailanman. **Amen.**

Matthew 11:25-30

25. Nang panahong yaon ay sumagot si Jesus at sinabi, Ako'y nagpapasalamat sa iyo, Oh Ama, Panginoon ng langit at ng lupa, na iyong inilihim ang mga bagay na ito sa mga pantas at matatalino, at ipinahayag mo sa mga sanggol:

26. Oo nga, Ama, sapagka't gayon ang nakalugod sa iyong paningin.

27. Ang lahat ng mga bagay ay ibinigay sa akin ng aking Ama: at sinoma'y hindi nakakakilala sa Anak kundi ang Ama; at sinoma'y hindi nakakakilala sa Ama, kundi ang Anak, at yaong ibiging pagpahayagan ng Anak.

28. Magsiparito sa akin, kayong lahat na nangapapagal at nangabibigatang lubha, at kayo'y aking papagpapahingahin.

29. Pasanin ninyo ang aking pamatok, at magaral kayo sa akin; sapagka't ako'y maamo at mapagpakumbabang puso: at masusumpungan ninyo ang kapahingahan ng inyong mga kaluluwa. 30Sapagka't malambot ang aking pamatok, at magaan ang aking pasan.

Sa bahaging ito ng Ebanghelyo ni Mateo, naririnig natin ang isa sa pinakamapagbigay-aliw na paanyaya ni Jesus. Sinabi Niya, "Lumapit kayo sa Akin, kayong lahat na napapagal at nabibigatan, at bibigyan Ko kayo ng kapahingahan." Para sa mga nabubuhay at nagtatrabaho sa dagat, ang mga salitang ito ay tuwirang nagsasalita sa inyong karanasan.

Ang buhay sa dagat ay hindi madali. Mahahabang oras ng trabaho, mabibigat na gawain, pagkakalayo sa pamilya, at ang kawalang-katiyakan ng karagatan ay maaaring magdulot ng matinding pagod—hindi lamang sa katawan kundi maging sa damdamin at espiritu. Kahit payapa ang dagat, maaari pa ring may unos sa loob ng puso—mga alalahanin, pag-aalinlangan, at mga pasaning mahirap alisin. Alam ito ni Jesus. Nakikita Niya ang bawat pakikibaka ng mandaragat, bawat tahimik na panalangin, at bawat pusong pagod. At iniaalok Niya ang isang bagay na hindi kayang ibigay ng mundo—ang tunay na kapahingahan.

Hindi nag-aalok si Jesus ng madaling solusyon o huwad na pangako. Hindi Niya sinasabing mawawala ang lahat ng bagyo sa buhay. Ngunit sinasabi Niya, "Pasanin ninyo ang Aking pamatok at matuto kayo sa Akin."

Ang pamatok ay kasangkapang nag-uugnay sa dalawang hayop upang magkasalo sila sa gawain. Nang inaanyayahan tayo ni Jesus na pasanin ang Kanyang pamatok, hindi Niya dinaragdagan ang ating pasanin. Sa halip, inaanyayahan Niya tayong lumakad kasama Niya at hayaang Siya ang makibahagi sa bigat ng ating dinadala. Ipinapangako pa Niya na ang Kanyang pamatok ay magaan at ang Kanyang pasanin ay hindi mabigat.

Bakit ito magaan? Sapagkat kapag kasama natin si Jesus, hindi tayo naglalakad nang nag-iisa. Siya ang ating lakas kapag tayo ay mahina. Siya ang nagbibigay ng kapayapaan kapag tayo ay nababalisa. Nanatili Siyang tapat kahit tayo ay nag-aalinlangan. Magaan ang Kanyang pasanin sapagkat hindi ito pasanin ng pagkakasala o takot, kundi landas ng pag-ibig, kapayapaan, at pagtitiwala.

Sa buhay sa dagat, ang paulit-ulit na gawain at mabibigat na responsibilidad ay maaaring magpalimot sa atin na ang Diyos ay malapit. Ngunit hindi nananatili si Jesus sa pampang. Kasama natin Siyang lumalakad sa kubyerta ng barko. Nariyan Siya sa katahimikan ng pagbabantay sa gabi, sa dagundong ng mga makina, at sa katahimikan ng malawak na karagatan. Malapit Siya kapag tayo'y nakakaramdam ng pag-iisa, at nakikinig Siya kahit hindi natin alam kung paano manalangin.

Ipinapaalala rin ng talatang ito ang puso ni Jesus. Sinabi Niya, "Ako ay maamo at mapagpakumbaba sa puso." Hindi ito mga salita ng isang naghahari-harian o humihingi ng pagiging perpekto. Hindi dumating si Jesus upang tayo'y husgahan o pahirapan. Dumating Siya upang bigyan tayo ng buhay at kapayapaan. Inaanyayahan tayo ng Kanyang kaamuan na magtiwala sa Kanya. Ipinapaalala ng Kanyang kababaang-loob na nauunawaan Niya ang ating mga paghihirap, sapagkat naranasan din Niya ang isang buhay na puno ng pagsubok.

Nais ni Jesus na lumapit tayo sa Kanya dala ang lahat ng ating pasanin—ang ating mga alalahanin, pagkakamali, takot, at mga tanong. Hindi Niya hinihintay na maging perpekto muna tayo. Ang sabi lamang Niya ay, "Lumapit kayo." Lumapit at matuto sa Kanya. Lumapit at magpahinga sa Kanya. Lumapit at matagpuan ang kapayapaan para sa inyong kaluluwa.

Alam ng mga mandaragat kung ano ang ibig sabihin ng magdala ng mabibigat na karga at sumunod sa tamang ruta. Hayaan ninyong si Jesus ang maging inyong gabay at Kapitan. Ipagkatiwala ninyo sa Kanya ang inyong paglalakbay. Hayaang makibahagi Siya sa inyong mga pasanin. Sa paggawa nito, matatagpuan ninyo ang kapayapaan at lakas na tanging ang paglalakad kasama Niya ang makapagbibigay.

Nawa'y maranasan ninyo na totoo ang Kanyang mga salita. Magaan ang Kanyang pamatok. Magaang dalhin ang Kanyang pasanin. At sa Kanya, may tunay na kapahingahan.

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 Mandaragat

Ama naming nasa Langit, nagpapasalamat kami sa pangako ng kapahingahang Iyong ibinibigay sa lahat ng napapagod. Lumalapit kami sa Iyo bilang mga mandaragat—kung minsan ay pagod, nababalisa, at nag-iisa. Panginoon, tulungan Mo kaming pasanin ang aming mga dinadala. Patahimikin Mo ang mga bagyo sa aming mga puso gayundin ang mga alon sa ilalim ng aming barko.

Ikaw nawa ang aming lakas, aming gabay, at aming kapayapaan. Bantayan Mo ang aming mga pamilyang naiwan sa aming paglalayag. Tulungan Mo kaming lumakad nang malapit kay Jesus, pasanin ang Kanyang pamatok, at matuto mula sa Kanya. Nawa'y matagpuan namin ang tunay na kapahingahan sa Kanyang pag-ibig, at nawa'y ang kapahingahang iyon ang magpanibago ng aming lakas sa bawat araw.

Salamat sa Iyong walang sawang presensya, kapwa sa dagat at sa lupa. Sa ngalan ni Jesus kami ay nananalangin. **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.**