



Equipes Notre - Dame

# **CONOSCERE E PREGARE I SALMI**

Tema di Studio elaborato da Don Sandro Pellegatta

Consigliere Spirituale

delle Equipes di Cassano 2 e Cardano 2

## 1.SCHEDA INTRODUTTIVA

Nelle nostre comunità si è sempre creduto, giustamente, che tutta la Bibbia è ispirata da Dio, quindi è Parola di Dio. Questo vale anche per il libro biblico dei salmi?

Almeno un centinaio dei 150 salmi è preghiera di un povero o di una comunità di poveri che gridano la loro miseria e la loro richiesta di aiuto e di perdono.

Oppure sono singoli o una comunità che lodano o ringraziano Dio per motivi o occasioni diverse. Viene da domandarci: **se anche i salmi sono Parola di Dio, non è che Dio parla a se stesso?**

Sappiamo però che la Bibbia è **anche Parola di uomini**. La Bibbia è mediata dalla cultura, ambiente, temperamento dello scrittore sacro, che è un soggetto ispirato da Dio, di solito inconsapevolmente, che resta in ogni caso se stesso.

Possiamo fare, però, almeno due considerazioni, valide anche per i salmi:

- l'autore umano dei salmi esprime sentimenti e descrive situazioni del proprio tempo, ma si tratta sempre di sentimenti che fanno parte dell'esperienza di ogni tempo
- Dio, Autore divino dei salmi fa propria e accoglie come diretta a Lui la preghiera espressa nei salmi.

In una situazione come è descritta, per es. nel **salmo 69,2-4**:

*Mi è giunta l'acqua fino alla gola.  
Sono immerso in un pantano profondo  
E non trovo alcun punto d'appoggio...  
Sono stanco di gridare, è riarsa la mia gola,  
i miei occhi si consumano...*

chi, se non Dio stesso, potrebbe suggerire di pregare così (**salmo 44,24-27**):

*Svegliati, perché dormi, Signore?  
Svegliati, non ci respingere per sempre.  
Perché nascondi il tuo volto  
E non ti curi della nostra miseria e afflizione?  
Sì, siamo ridotti a mordere la polvere  
E aderisce fino a terra il nostro ventre.  
Sorgi, vieni in nostro aiuto,  
riscattaci se è vero che ci ami...*

Dio, ispiratore della Bibbia, fa propria l'invocazione di cuori umani come i nostri.

### IL SALTERIO: UN LIBRO DI 150 "CAPITOLI".

Quando apriamo il libro dei salmi, il primo impulso è di rigetto: come addentrarsi in una giungla così fitta? E' vero, ma potremmo anche dire: se ne vale la pena, perché non tentare l'avventura?

*Una giungla suscita paura c'è il rischio di perdersi...*

*Ma una giungla è affascinante: vi si incontrano creature comuni ma anche affascinanti ed è una riserva inesauribile di ossigeno...*

Il salterio, allora, potrebbe essere come uno specchio in cui possono riflettersi:

*quel che siamo, con l'ampio ventaglio dei nostri stati d'animo  
quel che, affidandoci a Dio, siamo chiamati a diventare.*

### IL SALTERIO: UN LIBRO DIFFICILE.

Non va bene affrontare una giungla senza una bussola.

Quasi tutti i libri della Bibbia hanno una specie di "trama" o, comunque, dei contenuti in un certo ordine di capitoli. Invece risulta difficile affrontare il libro dei salmi pagina dopo pagina, di seguito.

Potremmo paragonare il Salterio a un dizionario. Un dizionario lo apriamo su un termine o un concetto, all'inizio, a metà, dove serve. Ma il Salterio è un dizionario "speciale", perché i singoli salmi non seguono un ordine preciso, come vedremo.

Forse è più esatto dire che i salmi sono una collezione di preghiere che noi ora vediamo raccolte in un unico Libro, ma sono il frutto di 600 anni della esperienza di fede del popolo di Israele.

In più, il Salterio è una collezione di preghiere in forma di poesia. I salmi sono nati per essere cantati e accompagnati da strumenti musicali. E' utile ricordarcene. Un poeta non sempre obbedisce a un ordine logico normale. Usa l'**immaginazione** e ricorre a **immagini simboliche**.

\* l'immaginazione produce modi di esprimersi che, comunque, hanno un qualche riferimento al tempo e alla realtà del poeta.

Questo può, talvolta, rendere difficile, per alcuni, il collegamento con la realtà di oggi. Per esempio:

il **salmo 129,6** dice:

*i nemici diventino come l'erba dei tetti:  
prima di essere strappata, è già secca.*

Un cristiano mai uscito dall'Alaska, che non ha mai visto una casa coi tetti e, ancor meno, dell'erba su tetti, farà fatica a capire.

\* il linguaggio per simboli, invece, è più facilmente comprensibile per tutte le culture, perché simboli della "presenza potente e misteriosa di Dio" come il fuoco, la nube, il vento, il tuono, ecc. sono accessibili a tutti.

---

## **PER RIFLETTERE E DISCUTERE**

1. Abbiamo già qualche "confidenza" coi salmi? Ci capita di cercarne qualcuno, non a caso, per la nostra preghiera di coppia?
2. Ci è capitato di avvertire una sensazione di rigetto, di fronte ad alcuni salmi, solitamente poco noti o usati perfino nella liturgia?
3. Ci è capitato, in qualche periodo di difficoltà di dialogo in famiglia oppure in una fase di aridità nel rapporto con Dio, di ricorrere a un salmo per aiutarci a valorizzare la situazione?
4. Quando preghiamo con un salmo, abbiamo la consapevolezza che Dio e tutto il mondo sta pregando con noi?

---

## **PER PREGARE INSIEME IN FAMIGLIA E IN EQUIPE**

Per questo primo incontro usiamo due salmi che conosciamo bene:

**SALMO 8 (Grandezza dell'uomo)**

**SALMO 4 (Preghiera della sera)**

## **SALMO 8 - Gloria del Creatore e grandezza dell'uomo**

O Dio, nostro Signore,  
quanto è magnifico il tuo nome su tutta la terra,  
più dei cieli essa canta il tuo splendore!

Nella bocca di bimbi e di lattanti  
hai stabilito la tua forza contro i nemici,  
per paralizzare il nemico e l'avversario.

Quando guardo i tuoi cieli, opera delle tue dita,  
la luna e le stelle che tu hai fissate,  
che cos'è l'uomo perché tu lo ricordi,  
il figlio dell'uomo perché tu lo visiti?

Tu l'hai fatto poco meno di un dio,  
l'hai coronato di gloria e splendore,  
l'hai reso sovrano delle opere delle tue mani:  
ogni cosa hai sottomesso ai suoi piedi,

ogni specie di greggi e di armenti  
e anche gli animali della selva,  
gli uccelli del cielo e i pesci del mare,  
ciò che guizza sulle rotte dei mari.

O DIO, NOSTRO SIGNORE,  
QUANTO E' MAGNIFICO IL TUO NOME SU TUTTA LA TERRA!

## **SALMO 4 - Preghiera della sera**

Quando ti chiamo, rispondimi, Dio, mia giustizia,  
nell'angoscia tu mi hai liberato.  
Pietà di me, ascolta la mia preghiera.

"O uomini, fino a quando disprezzerete la mia gloria,  
amerete il nulla e cercherete la menzogna?  
Riconoscete che Dio fa prodigi per il suo amico.  
Dio mi ascolta quando a lui grido.

Temete, non peccate più custodite il silenzio,  
sul vostro letto esaminate il vostro cuore,  
offrite sacrifici di giustizia e confidate in Dio"

Molti dicono: "chi ci farà vedere il bene?"

Risplenda su di noi la luce del tuo volto.

Signore, tu metti nel mio cuore una gioia più grande  
di quanta ne diano loro grano e vino abbondanti.

NELLA PACE MI CORICO E PRESTO MI ADDORMENTO  
SOLITARIO, NELLA SPERANZA MI FAI RIPOSARE, O DIO!

## 2. QUATTRO "FAMIGLIE" DI SALMI

Per entrare nella "giungla" dei Salmi, oltre che di una bussola, abbiamo bisogno di programmare un itinerario, per attraversarla bene.

A secondo dei diversi stati d'animo che accompagnano gli avvenimenti della vita, è possibile riunire i 150 salmi in quattro "famiglie", ciascuna, a sua volta denominata con una **parola chiave**:

**"DRAMMA": i salmi di liberazione**

Sono 89

**"LEZIONE" : i salmi di insegnamento**

Sono 19

**"STUPORE" : i salmi di lode**

Sono 25

**" FESTA " : i salmi di celebrazione della vita**

Sono 17

### PRESENTIAMO LE QUATTRO FAMIGLIE

#### 1. i salmi di liberazione

Tre quarti circa dei 150 salmi riflettono o descrivono situazioni di vita, problemi, crisi, conflitti, ecc. Talvolta sono situazioni personali, altre volte di tutto il popolo.

***E' così in tutta la storia della salvezza descritta nella Bibbia:***

*Israele ha iniziato la sua storia quando ha cominciato ad essere "popolo di Dio".*

*Presto, però, ha dovuto conoscere l'oppressione in Egitto e ha dovuto affrontare l'esperienza dell'Esodo, per essere liberato ed essere educato alla esperienza della libertà.*

**Anche per noi**, talvolta, qualche prova della vita diventa un "dramma"

Da attraversare invocando l'intervento liberatore di Dio.

#### 2. i salmi di insegnamento

La stessa esistenza, in tutte le sue dimensioni, è la scuola normale e permanente che insegna a vivere. ***E' così in tutta la storia della salvezza descritta nella Bibbia:***

*Israele ha camminato per 40 anni nel deserto, tra fame e sete, con qualche oasi, prima di arrivare alla Terra di Canaan. Dio gli parlava attraverso gli avvenimenti ma anche per mezzo di Mosè (guida, profeta e maestro) e per mezzo di una Legge-Alleanza con Dio, proclamata nella comunità.*

**Anche a noi** è possibile allenarci a verificare i nostri obiettivi di coppia, di famiglia e le nostre scelte, lasciandoci educare dalla Parola di Dio.

#### 3. i salmi di lode

Anche in mezzo ai problemi che accompagnano il cammino, quando il credente d'Israele sapeva acquistare e conservare un'anima accogliente ed umile, riusciva a scoprire la vicinanza misteriosa ma reale di Dio. Questa scoperta gli permetteva di stupirsi e cantare la lode al Signore. ***E' così in tutta la storia della salvezza descritta nella Bibbia:***

*Israele, entrato definitivamente nella terra della promessa, ha potuto godere di alcuni periodi di pace sociale e politica, durante i quali qualcuno ha "riletto e interpretato" l'agire di Dio nella propria storia, risalendo a poco a poco fino alle origini della storia del mondo. In questi periodi si sono formati i primi cinque libri della Bibbia: Genesi, Esodo, Deuteronomio, Levitico, Numeri (Pentateuco, Torah per gli ebrei).*

**Anche noi**, quando riusciamo a godere di alcuni momenti sereni, riusciamo ad esprimere la lode e il ringraziamento al Signore.

#### **4. i salmi di festa o di celebrazione della vita.**

Anche se, forse, non è mai una esperienza frequente, tuttavia, quando Israele godeva di tranquillità, avvertiva il dovere e il bisogno di condividere collettivamente la propria gioia. E si faceva festa...

***E' così in tutta la storia della salvezza descritta nella Bibbia:***

*Israele ha fissato ben presto alcune occasioni speciali in cui fare memoria e cantare la propria gioia per la liberazione dell'Esodo e l'Alleanza festa di Pasqua, delle Capanne, pellegrinaggi al Tempio, ecc.*

*Ma c'erano anche occasioni festose di famiglia in occasione di nascite (per es. la nascita del figlio del Re), di matrimoni, ecc. In tutte queste feste Israele introduceva un forte senso religioso.*

**Anche a noi capita la stessa cosa.**

---

### **PER RIFLETTERE E DISCUTERE**

**1. (salmi di liberazione)** A nostro parere la Tv, la radio, la stampa, i messaggi ufficiali, danno una idea giusta del dramma che stanno vivendo oggi i poveri?

**2. (salmi di istruzione)** A nostro parere, abbiamo (e diamo ai nostri figli) i criteri giusti per giudicare il corretto valore delle cose ma anche la sofferenza di tanti che non le hanno?

**3. (salmi di lode)** Di solito siamo dei "pragmatici", oppure conserviamo (e sappiamo trasmettere) la capacità di meravigliarci della bellezza autentica presente nella natura e nelle creature? Ci è istintivo risalire dalla creazione al Creatore?

**4. (salmi di celebrazione della vita)** A nostro parere la nostra famiglia trasmette di solito la sensazione di libertà gioiosa?

*E sappiamo trasmettere ai figli la differenza tra il divertimento sguaiato, fine a se stesso, e il divertimento che è "ri-creazione"?*

---

### **PER PREGARE INSIEME IN FAMIGLIA E IN EQUIPE**

Usiamo, ancora questa volta, due salmi abbastanza noti:

**il salmo 15 ( vivere l'amicizia con Dio)**

**il salmo 46 ( Dio non ci abbandona)**

**salmo 15 - Vivere in amicizia con Dio**

Signore, chi sarà ospite nella tua tenda?

Chi abiterà sul monte del tuo Santo?

Colui che cammina nell'integrità

E pratica la giustizia.

Colui che dice la verità che ha nel cuore

E non diffama con la lingua.

Colui che non fa danno al suo compagno

E non dà umiliazione al suo prossimo.

Dai suoi occhi allontana ciò che è perverso

E glorifica i fedeli dell'Altissimo.

Se anche ha giurato a suo danno non cambia

Non accetta doni contro l'innocente.

COLUI CHE AGISCE IN QUESTO MODO

RESTERÀ SALDO IN ETERNO.

**SALMO 46 - Dio non ci abbandona**

Dio è per noi rifugio e forza

Nell'angoscia si rivela un amico sicuro,

perciò non temiamo se trema la terra

e se i monti si inabissano in fondo al mare.

Se anche le acque si agitano e si gonfiano

E i monti sono scossi dai flutti.

Un fiume rallegra coi suoi canali la città di Dio,

la più santa delle dimore dell'Altissimo:

Dio è nel suo seno, non potrà vacillare,

Dio l'aiuterà quando sorge il mattino;

le genti sono scosse e i regni vacillano,

la sua voce risuona e la terra è sconvolta.

IL SIGNORE DELL'UNIVERSO E' SEMPRE CON NOI,

IL NOSTRO RIFUGIO E' IL DIO DI GIACOBBE.

Venite e contemplate le azioni del Signore;

è lui che riempie di stupore la terra,

fa cessare le guerre fino ai confini del mondo,

spezza gli archi, le lance e brucia i carri:

"Fermatevi e sappiate che io sono Dio

innalzato tra le genti, innalzato sulla terra".

DIO, SIGNORE DELL'UNIVERSO, E' SEMPRE CON NOI,

IL NOSTRO RIFUGIO E' IL DIO DI GIACOBBE.

## 3.IL "DRAMMA": I SALMI DI LIBERAZIONE

### (PRIMA PARTE: LA LIBERAZIONE PERSONALE)

I salmi di liberazione sono i più numerosi: complessivamente sono 89.

Sono spesso preghiere "cupe", che rivelano un tempo di oppressione, esilio, esodo.

Sono però i più vicini a noi in alcuni momenti di prova: siamo inclinati più al lamento, allo sfogo che ad una valutazione "ragionata", quando facciamo esperienza della fatica di vivere.

#### AD OGNI SALMO IL SUO "DRAMMA".

Nel Salterio ci sono salmi che sono stati pregati nel pieno di drammi collettivi.

Ne parleremo nel prossimo incontro. (scheda 4)

Spesso troviamo salmi pregati da un credente alle prese con una prova personale: una malattia, una calunnia, una persecuzione... Talvolta il credente si sente umiliato da un peccato che ha commesso.

Altre volte il dramma è la solitudine, la sparizione degli amici, la povertà, ecc.

Oggi parliamo del dramma e della **liberazione personale**, tenendo presente, però, che non è sempre facile una distinzione netta tra problema personale e dramma sociale. Infatti:

1. ogni persona e ogni famiglia ha una propria identità, una particolare storia, tuttavia è **parte di un tutto**.

Anche solo come singoli uomini o donne, c'è una interdipendenza che ci lega gli uni con gli altri. Nessuno è un'isola, siamo più o meno corresponsabili di un mondo sempre più piccolo. Come cristiani, inoltre, siamo parti di un unico corpo che è la Chiesa (vedi 1 lettera ai Corinzi 12,12-31)

2. ogni preghiera cristiana (anche personale o di famiglia) non è mai preghiera individualistica, ha sempre una dimensione comunitaria e universale, specialmente quando è fatta coi salmi, che sono preghiera "ufficiale" della comunità dei credenti.

Che gli altri ci credano o no, o che noi ce ne ricordiamo o meno, siamo sempre in cordata con tutti gli uomini e donne del mondo. Anche quando preghiamo "nel segreto", poiché c'è un male oscuro che sta divorando il mondo, siamo stimolati a dare voce a chi non ha voce e ad essere voce anche di chi non crede.

#### LA SEQUENZA NEI SALMI DI LIBERAZIONE

Nei salmi di liberazione, sia personale che collettiva, è possibile individuare lo svolgersi più o meno ordinato e progressivo di alcune tappe:

##### 1. Il lamento.

Di fronte a un problema grave, pure il credente è turbato, soffre, si lamenta anche con Dio.

Per es.: sal 39,3-4:

*Ecco, sono rimasto muto, in silenzio;*

*tacevo ma a nulla serviva,*

*il mio tormento si faceva più acuto,*

*il cuore mi bruciava nel petto.*

*Al ripensarci si infiammava ancor più*

*finché ho dato sfogo alla mia lingua:*

*"Fammi conoscere, o Dio, la mia fine*

*e qual è il numero dei miei giorni... "*



## 2. La supplica.

Il salmista, nel pieno della prova, invoca (ed esige) l'intervento liberatore di Dio:

Per es. : *Abbi pietà di me, Signore, poiché sono affranto (sal 5,2)*  
*Rispondimi, Signore mio Dio... (sal 6,3)*  
*Non abbandonarmi, affrettati in mia difesa...*  
*Non stare lontano da me, mio Dio!*  
*Tu, Signore, mia salvezza (sal 38,22-23 )*

Quando il salmista sta soffrendo per una persecuzione oppure perché partecipa alla umiliazione del suo popolo sconfitto, la preghiera di liberazione si spinge fino a chiedere a Dio l'eliminazione fisica dell'avversario.

Alcuni salmi possono "scandalizzarci" per la loro durezza.. Ecco due esempi:

**sal 109,1-3,8-13** *Contro di me è aperta la bocca del malvagio,  
la bocca doppia dice menzogne contro di me.  
Mi accerchiano con parole di odio,  
mi muovono guerra senza una ragione. (...)  
Siano abbreviati i giorni della sua vita,  
i suoi figli diventino orfani,  
la sua sposa diventi una vedova.  
I suoi figli se ne vadano mendicando,  
rovistino tra le loro rovine,  
l'usuraio dia la caccia ai suoi beni.  
Nessuno chieda per lui misericordia,  
nessuno abbia pietà dei suoi orfani,  
sia privato d'ogni discendenza,  
scompaia il suo nome nella generazione che viene.*

**sal 137,9** *Beato chi afferrerà i tuoi piccoli  
e li sfracellerà contro una pietra.*

**Come interpretare queste espressioni?** Cito da E. Bianchi, (I Salmi, Mondadori 2003): "L'annientamento del nemico (o dei nemici) dell'orante (singolo o popolo) pone un problema alla preghiera cristiana di questi testi: come può un cristiano che ha ricevuto dal suo Signore e Maestro il comando di amare i nemici e di pregare per i suoi persecutori, rivolgere a Dio queste invocazioni? La Chiesa cattolica ha sentito il problema come pastorale, non certo teologico: Gesù ha pregato questi salmi e altrettanto ha fatto la tradizione bimillenaria della Chiesa, espellendo dal Salterio liturgico una serie di salmi e di versetti. Ma, senza entrare in altri dettagli, la rilevato che un criterio imprescindibile della preghiera cristiana dei salmi è che essi sono **profezia di Cristo**: le maledizioni destinate agli empi e ai malvagi si sono abbattute sul Giusto, su Gesù Cristo, il Figlio di Dio, nella sua morte di croce. Come dice Paolo : "Cristo ci ha riscattati dalla maledizione della legge diventando lui stesso maledizione. Pregare questi salmi di supplica significa, dunque, discernere il male presente nella storia, porsi dalla parte dei poveri e degli oppressi che non hanno altra forma di lotta contro l'ingiustizia se non l'invocazione a Dio perché faccia giustizia."

## 3. La speranza in un sicuro intervento di Dio.

Il salmista può essere vicino alla disperazione, ma resta un credente. La fede risveglia la speranza, che, per chi crede, è la certezza che Dio interverrà.

Per es. è significativo il **sal 18,7-19**. Il salmista ricorre a una serie di simboli che richiamano l'uscita dall'Egitto ( il vento, le tenebre, l'acqua) e l'Alleanza ( il tuono, la nube, il fuoco, il mare).

*Nella mia angoscia ho invocato: "Signore!"  
Ho lanciato un grido al mio Dio,  
dalla sua dimora ha ascoltato la mia voce  
ai suoi orecchi è giunto il mio grido.  
La terra si turba e trema,  
vacillano le fondamenta dei monti,*

*si scuotono perché lui è adirato;  
dalle sue narici si sprigiona un fumo di collera,  
dalla sua bocca un fuoco divorante  
e intorno a lui braci fiammeggianti.  
Egli abbassa i cieli e discende,  
nube oscura sotto i suoi piedi,  
cavalca un cherubino e vola,  
plana sulle ali del vento.  
Fa della tenebra il suo velo e la sua tenda,  
tenebre di diluvio, cumuli di nubi,  
al suo fulgore si dissolvono le nuvole:  
tizzoni e scintilla di fuoco!  
Il Signore lancia saette e li disperde,  
sono atterriti al crepitare dei lampi.  
Dall'alto mi tende la mano e mi afferra,  
mi solleva dal vortice delle acque,  
mi libera dal mio nemico potente,  
dagli avversari più forti di me.  
Aspettavano il mio giorno di rovina  
Ma l'Altissimo è stato il mio sostegno,  
mi ha fatto uscire in spazi di libertà  
mi ha liberato perché mi vuol bene*

#### **4. La liberazione**

Il motivo del lamento o della supplica poteva essere vario, ma il salmista che confidava nell'intervento di Dio, vede esaudita la sua preghiera.

Per es. **sal 116,3 6-8**

*Mi stringevano le corde della morte,  
ero preda dell'angoscia e dello sconforto,  
ho invocato il nome di Dio:  
"Liberami, o Dio, ti prego!"  
Dio è giusto e compassionevole,  
il nostro Dio è misericordioso,  
Dio è custode dei piccoli:  
ero misero e mi ha dato salvezza.  
Anima mia, ritrova la tua pace  
Perché l'Altissimo ti ama!  
Ha sottratto la mia vita alla morte,  
il mio occhio al pianto, il mio piede alla caduta.*

#### **5. Il ringraziamento**

Il salmista, liberato dalla sua pena (o il popolo, scampato al pericolo) dice grazie a Dio con la preghiera o con l'offerta di un sacrificio.

Per es., ancora **sal 116,16-18**

*Si sono tuo servo, Signore,  
sono il tuo servo figlio della tua serva,  
e tu hai spezzato le mie catene.  
Ti offrirò un sacrificio di ringraziamento,  
invocherò il nome del Signore  
davanti a tutto il suo popolo.*

---

## **PER RIFLETTERLE E DISCUTERE**

*Individuiamo una situazione difficile che la nostra famiglia ha dovuto vivere e dalla quale si è liberata. Chiediamoci, andando all'esperienza vissuta:*

- 1 *ci ritroviamo, in qualche modo, nella sequenza:  
lamento, supplica, speranza, liberazione, ringraziamento?*
  
  - 2 *in particolare:*
    - *in quali termini abbiamo espresso il nostro **lamento**: chiedendo aiuto agli amici, richiudendoci in noi stessi, cedendo alla depressione, ecc.  
O anche lamentandoci con Dio, ma nella preghiera di coppia, magari coinvolgendo anche i figli?*
    - *sapremmo, nell'indice dei salmi, cercarne e trovarne uno e "farlo nostro", così che possa aiutarci come **invocazione** in certi giorni di stanchezza, di routine, di difficoltà nel dialogo, di incomunicabilità coi figli ecc?*
    - *sappiamo ricordarci di ringraziare più spesso Dio, ma anche quelli che ci vogliono bene?*
- 

## **PER PREGARE INSIEME IN FAMIGLIA E IN EQUIPE**

Usiamo il **sal 34 (Dio è il protettore dei poveri)**.

Questo salmo contiene, più o meno evidenti a prima vista, alcune tappe della "sequenza" descritta nella scheda.

**SALMO 34 : Dio è il protettore dei poveri**

Benedico il Signore ogni momento,  
sulla mia bocca sempre la sua lode;  
io sono un folle in Dio,  
ascoltino gli umili e si rallegrino.

Magnificate con me il Signore,  
esaltiamo insieme il suo nome.  
Interrogo l'Altissimo e mi risponde  
mi libera da tutte le mie angosce.

Contemplatelo e sarete illuminati  
senza ombra né paura sul volto;  
il povero grida: l'Altissimo lo ascolta  
lo strappa da tutte le sue angosce.

L'angelo del Signore si accampa  
per liberare quelli che lo temono;  
gustate e vedete: buono è il Signore,  
beato l'uomo che in lui si rifugia.

Temete Dio, suoi santi,  
chi lo teme non manca di nulla.  
I ricchi impoveriti hanno fame,  
nessun bene manca a chi cerca Dio.

Venite, figli, ascoltate mi,  
v'insegnerò il timore del Signore.  
C'è qualcuno che desidera la vita  
E vuole giorni per gustare il bene?

Preserva la tua lingua dal male,  
le tue labbra da parole di menzogna;  
sta lontano dal male e fa' il bene,  
ricerca e persegui la pace.

Gli occhi di Dio sui giusti,  
i suoi orecchi attenti al loro grido,  
il volto del Signore contro i malfattori  
per eliminarne dalla terra il ricordo.

Dio ascolta chi lo invoca  
lo solleva da tutte le sue angosce;  
Dio è vicino a chi ha il cuore straziato  
E salva gli spiriti oppressi.

Molti sono i mali del giusto  
ma Dio ogni volta lo libera;  
egli veglia su tutte le sue ossa  
neppure uno gli sarà spezzato.

Il malvagio è ucciso dalla sua malvagità,  
sarà punito chi odia il giusto;  
il Signore riscatta la vita dei suoi servi,  
non è condannato chi in lui si rifugia.

## 4.IL "DRAMMA": I SALMI DI LIBERAZIONE

### (SECONDA PARTE: LA LIBERAZIONE COLLETTIVA)

Nel libro dei salmi non ci sono solo preghiere che invitano Dio a intervenire per liberare chi lo sta supplicando, ma anche salmi di "liberazione collettiva".

Israele è "popolo di Dio", come oggi la Chiesa è il nuovo Israele, il nuovo Popolo di Dio, e come lo è, in miniatura, la famiglia, Chiesa domestica. Del resto, il credente non prega mai solo..

Il salmista, come membro del suo popolo, condivide con esso difficoltà per vari motivi: si fa voce di chi è esiliato, assiste alla devastazione di Gerusalemme e del tempio, sta subendo le conseguenze di una sconfitta da parte dei nemici, vede morire molti per la peste e altre malattie, oppure soffre per la persecuzione e la solitudine dei suoi connazionali.

Spesso ha la sensazione che anche Dio abbia dimenticato il suo popolo.

Es. **sal 79,1-4**

*O Dio, nella tua proprietà sono venute le genti,  
hanno profanato la dimora del tuo Santo,  
hanno ridotto Gerusalemme in rovine.  
Hanno abbandonato ai rapaci i cadaveri dei tuoi servi,  
la carne dei tuoi credenti alle bestie della terra;  
hanno versato il loro sangue come acqua,  
intorno a Gerusalemme non c'è chi seppellisce.  
Facciamo ribrezzo ai nostri vicini,  
siamo scherno e derisione ai confinanti;  
fino a quando sarai adirato, Signore,  
la tua gelosia arderà come fuoco?*

### LA LIBERAZIONE DAL PECCATO

E' successo più volte che il popolo mescolasse la fede in Dio con l'adorazione idolatrica con gli Dei dei popoli vicini, (vedi ad es. il lungo **salmo 106**).

Ma anche quando il credente ebreo confessava a Dio il proprio peccato, si sentiva "in comunione" col suo popolo: il dramma interiore del singolo acquistava una dimensione comunitaria.

*E' cosa vera anche per noi: perfino il peccato personale più segreto ha una incidenza su tutta la Chiesa, perché la Chiesa è un "corpo" unico in cui le singole parti sono collegate intimamente tra di loro, nel bene e nel male.*

*Il sacramento cristiano della riconciliazione (individuale) è sempre "atto di tutta la Chiesa": dopo il perdono di Dio ( già ottenuto se ci si è staccati dal proprio peccato), anche i fratelli, che abbiamo inquinato col nostro peccato, devono riconciliarsi con noi: "Confesso a Dio onnipotente e a voi fratelli che ho peccato... "*

Ma poteva capitare anche che il credente ebreo, proprio perché fedele al Signore, venisse perseguitato da chi cadeva nei compromessi.

Es. **sal 3**

*Signore, quanti sono i miei avversari!  
Molti si levano contro di me,  
molti dichiarano su di me:  
"per lui non c'è salvezza nel suo Dio!"  
Ma io non temo questa folla numerosa  
Che tutt'attorno si apposta contro di me.  
Tu colpirai in pieno volto i miei nemici,  
spezzerai i denti ai malvagi.*

## LA LIBERAZIONE DAI MALI SOCIALI

Mali sociali erano, anche a quei tempi, molte malattie e soprattutto la miseria di tanta gente.

Il credente ebreo era convinto (erroneamente) che la malattia e la povertà fossero conseguenze del peccato, mentre la salute e il benessere erano frutto di una vita retta e fedele a Dio.

Erano convinzioni ancora diffuse anche nel tempo di Gesù (vedi l'episodio del cieco nato).

*Noi oggi sappiamo che alcune malattie dipendono da responsabilità personali (non sempre: ad es. i bambini contagiati dall'HIV dai loro genitori).*

*Invece altre malattie dipendono direttamente o indirettamente, da responsabilità comuni (ad es. la morte per fame dei poveri, le malattie curabili, se ci fosse la solidarietà dei popoli ricchi, ecc.)*

*Dobbiamo inoltre fare i conti col problema della globalizzazione, coi suoi effetti positivi ma anche negativi. Siamo più o meno corresponsabili di alcuni "mali sociali" col nostro culto del benessere, il consumismo, lo spreco, ecc.*

Il salmista, di fronte alla sofferenza del suo popolo, dava la sua voce per chiedere a Dio la liberazione, e lo ringraziava quando si sentiva ascoltato.

Es.: **sal 22,25-30:** *(il Signore) non ha disdegnato  
Né disprezzato l'afflizione del povero,  
a lui non ha nascosto il suo volto,  
invocato da lui lo ha ascoltato.  
Tu ispiri la mia lode nell'assemblea,  
mantengo i voti davanti a chi ti teme,  
i poveri mangeranno e saranno saziati,  
loderanno Dio quanti lo cercano:  
" il vostro cuore mai si scoraggi! "  
e davanti a lui si prostreranno i potenti,  
si curveranno quanti scendono nella polvere.*

## LA LIBERAZIONE DALL'ANGOSCIA

Ogni uomo è sempre stato tormentato da alcuni interrogativi:

Perché i disonesti trionfano?

Perché Dio non interviene per fermarli?

Perché i buoni sono i più colpiti dalle sventure?

E perché la vita è così breve? Perché la morte?

*Sono domande che si pone anche il salmista e che ci poniamo anche noi. Domande che non ricevono una risposta: occorrerà aspettare la venuta di Cristo perché abbiano almeno un senso.*

---

## PER RIFLETTERE E DISCUTERE

1. Così prega il **salmo 102**: *"A forza di gridare il mio lamento  
la mia pelle aderisce alle mie ossa.  
Sono come la civetta nel deserto,  
sono come il gufo nelle rovine.  
Nella notte rimango a vegliare  
Solitario come un passero su un tetto.  
la cenere è il pane che mangio,  
alla mia bevanda mescolo le lacrime".*

*La nostra famiglia non è un'isola. Cerchiamo di identificare gruppi sociali e popoli che nel nostro mondo odierno riproducono il lamento del salmo, perché privati di beni indispensabili e di dignità, spesso per l'egoismo dei ricchi.*

*Solitamente come esprimiamo i nostri giudizi e la nostra com-passione?*

*E consideriamo possibile una nostra limitata ma concreta condivisione?*

2. *Così prega il salmo 22, che Gesù ha pregato per intero sulla croce:*

*"Dio mio, Dio mio,  
perché mi hai abbandonato?  
Sono lontane dalla mia salvezza  
Le parole del mio grido.  
Quanto a me, non uomo ma verme,  
rifiuto umano disprezzato dal popolo,  
chiunque mi vede mi schernisce,  
storce le labbra, scuote la testa:  
"Si rivolga a Dio, lo liberi,  
lo salvi se davvero lo ama!"*

*Le indagini attuali rilevano che sono in aumento alcuni "mali sociali "come la depressione e la solitudine. Quali motivi, secondo noi, sono alla radice di questo aumento? Abbiamo qualche esperienza da portare in proposito?*

3. *Così prega ancora il salmo 22:*

*"Dio non ha disdegnato  
né disprezzato l'afflizione del povero,  
a lui non ha nascosto il suo volto,  
invocato da lui lo ha ascoltato.*

*Certamente ci è capitato di incontrare persone che si facevano le domande ricordate al punto "Liberazione dall'angoscia".*

*Quali differenze abbiamo notato tra l'atteggiamento di chi crede e di chi non crede nel modo di affrontare l'angoscia del vivere?*

---

## **PER PREGARE IN FAMIGLIA E IN EQUIPE**

Utilizziamo il **salmo 139**

**Salmo 139 – Dio ci conosce e ci ama**

O Dio, tu mi scruti e mi conosci,  
tu sai quando mi siedo e quando mi alzo,  
tu discerni da lontano i miei pensieri.

    Mi esami quando cammino e quando riposo,  
    ti sono note tutte le mie vie,  
    le mie parole non ancora pronunciate  
    le conosci già tutte, o Dio.

Mi precedi, mi segui, mi stringi  
e poni su di me la tua mano;  
la tua conoscenza per me è meravigliosa,  
troppo penetrante, non posso resisterele.

    Dove potrò sottrarmi al tuo sguardo?  
    Dove sfuggire la tua presenza?  
    Se salgo nei cieli tu sei là,  
    se discendo agli inferi ti trovo!

Se raggiungo le terre dell'aurora  
e mi poso al di là dei mari,  
anche là mi guida la tua mano,  
laggiù mi raggiunge la tua destra.

    Se dico: "Mi avvolgano le tenebre  
    E la luce diventi notte intorno a me!",  
    nemmeno le tenebre per te sono oscure  
    e la notte è luminosa come il giorno:  
    luce e tenebre per te sono uguali.

Sei tu che hai plasmato il mio profondo,  
mi hai tessuto nel seno di mia madre;  
riconosco di essere un prodigio,  
ti ringrazio per come mi hai fatto,  
le tue azioni sono prodigiose,  
sì, il mio cuore le riconosce.

    Quando ero plasmato nel segreto,  
    ricamato nel profondo della terra,  
    il mio essere non ti era nascosto,  
    i tuoi occhi vedevano il mio embrione,  
    tutti i miei giorni erano scritti sul libro,  
    già contati e non ce n'era nemmeno uno.

Insondabili per me i tuoi pensieri,  
infinita la loro somma, o Dio!  
Se li conto, sono più della sabbia  
Al mio risveglio sono ancora con te.  
O Dio, se tu sopprimessi il malvagio!  
Allontanatevi da me, sanguinari!  
Parlano di te come di un idolo,  
contro di te usano il tuo nome,

    Non devo forse respingere chi ti respinge,  
    detestare i tuoi avversari, o Dio?  
    Li odio con odio totale,



li ritengo miei propri nemici.

Scrutami, o Dio, e conosci il mio cuore,

provami e conosci i miei pensieri.

Osserva se ci sono idoli sulla mia via

e guidami sulla via dell'eternità.

## 5.1 SALMI DI INSEGNAMENTO

I drammi e i problemi personali, familiari, sociali (scheda 4) sono esperienze che:

- possono sviluppare il coraggio nella lotta
- possono invitare alla solidarietà con chi soffre
- possono spingere a guardare alla testimonianza di chi è migliore

Intanto, la preghiera "coinvolge" anche Dio, che arricchisce l'esperienza con una ulteriore iniezione di fede. La preghiera dei salmi diventa, così, una "scuola" per la vita.

Israele si fidava e affidava molto alla guida di alcuni "maestri", che, a secondo degli ambiti e delle competenze, erano gli storici, i sapienti, i profeti, i sacerdoti.

Dobbiamo a loro la redazione dei libri storici della Bibbia, di alcuni libri nati in ambiente sacerdotale, dei libri profetici. Siamo debitori all'ambiente "sapienziale" di altri libri (es. Sapienza, Siracide, Cantico dei Cantici, Qohelet) e anche del libro dei Salmi.

Nei libri sapienziali, compreso quello dei Salmi, l'insegnamento che veniva dato o che, comunque, era dominante, riguardava la **GIUSTIZIA**.

Il tema della giustizia attraversa tutta la Bibbia del Primo Testamento ed è presente anche nel Nuovo.

- **Per noi**, adesso, la giustizia è la virtù che regola i rapporti tra persone (giustizia distributiva), i doveri verso la collettività e lo Stato (giustizia legale), i doveri dello Stato verso i cittadini (giustizia sociale).
- **Per il Primo Testamento**, la giustizia si riassume nella obbedienza e fedeltà alla Legge e alla Alleanza di Dio col suo popolo.
- **Per i salmi** è la giustizia sociale che viene sottolineata. Il salmista di solito prega perché le autorità (il re, i giudici, i governanti, i ricchi) capiscano e pratichino il loro dovere verso il popolo e specialmente verso i deboli e i poveri.

Noi riflettiamo su due punti: l'insegnamento dei salmi sulla storia e sulla morale.

### L'INSEGNAMENTO SULLA STORIA DELLA SALVEZZA

I credenti di Israele erano sensibili alla loro storia, alle loro radici. Per essere aiutati ad affrontare il presente, riflettevano sul loro passato, per non ripeterne gli errori e per avere stimoli ad agire rettamente. L'avvenimento fondamentale del passato è l'esperienza dell'Esodo: liberazione, educazione alla libertà, alleanza con Dio.

Ecco come il **salmi 114** celebra le meraviglie dell'Esodo:

*Quando Israele uscì dall'Egitto,  
Giacobbe da un popolo straniero,  
la Giudea divenne dimora del suo Santo,  
Israele suo luogo di dominio.  
A tale vista il mare si ritrasse,  
il Giordano si volse indietro,  
le montagne saltellarono come arieti,  
le colline come agnelli di gregge.  
Che hai, o mare, che fuggi,  
Giordano che torni indietro?  
Montagne che saltellate come arieti,  
colline come agnelli di gregge?*

*TRASALI, O TERRA, DAVANTI AL SIGNORE,  
DAVANTI AL VOLTO DEL DIO DI GIACOBBE,  
che muta la rupe in un lago,  
la roccia in fonti di acque.*

Ma quando si dimentica questa storia che ha creato un popolo di uguali come dignità, allora, la giusta distribuzione di diritti e doveri, di obbedienza e di autorità, rischia di essere calpestata. I ricchi e i superbi, allora, trionfano, mentre i deboli vengono umiliati.

## **L'INSEGNAMENTO SULLA "MORALE".**

La storia del passato deve insegnare, invece, come giudicare il presente, per scoprire le scelte giuste da fare, alla luce dei giusti valori trasmessi da Dio.

I maestri di Israele, tra cui gli autori di questi salmi di insegnamento, per sottolineare questa convinzione, ricorrono ad alcuni **metodi di formazione**:

- 1. imparare dai buoni e cattivi esempi.** Il salmista, allora, diventa anche profeta (parla a nome di Dio): mette a confronto la condotta del giusto e dell'ingiusto, del credente con l'empio, del povero col ricco.

Es. il **salmo 112**, che pregheremo insieme.

Es. il **salmo 14** *L'insensato pensa nel suo cuore:*

*"Dio non esiste!"*

*Sono tutti perversi e commettono orrori,  
non c'è chi agisca bene.*

*L'Altissimo si affaccia dai cieli  
Verso gli uomini*

*Per vedere se c'è un sapiente,  
un cercatore di Dio.*

*Non c'è nessuno che agisce bene,  
neppure uno solo.*

*Non hanno coscienza i malfattori  
di divorare il mio popolo?*

*Questo è il pane che mangiano  
e non invocano Dio.*

*Ma esso: saranno colti da terrore  
PERCHE DIO E' COI CREDENTI.*

*Avete riso della speranza del povero,  
ma Dio è il suo rifugio.*

*Quando ritornerà il Signore  
ritornerà il suo popolo,*

*danzerà di gioia Giacobbe,  
esulterà Israele.*

- 2. Accettare i rimproveri.**

Non sempre i credenti sono costanti, anch'essi hanno bisogno di conversione. Talvolta il salmista rimprovera il peccato di infedeltà di Israele: soprattutto il cedimento alla idolatria, ma anche la incoerenza tra la propria fede e la pratica, l'odio e la calunnia verso il prossimo, talvolta la infedeltà tra l'uomo e la sua donna.

Es. il **salmo 81,9-14** (è Dio stesso che parla al suo popolo):

*Ascolta, popolo mio:*

*contro di te voglio testimoniare.*

*O Israele, se tu mi ascoltassi!*

*Non ci sia in mezzo a te un altro dio,*

*non adorare un dio straniero.  
Io, il Signore, sono il tuo Dio,  
colui che ti ha fatto salire dalla terra d'Egitto.  
Ma il mio popolo non ascolta la mia voce,  
Israele non vuole obbedirmi;  
lo abbandono alla durezza del suo cuore,  
e vada, secondo i suoi progetti!  
Oh, se il mio popolo mi ascoltasse:  
lo nutrirei con fiore di frumento,  
lo sazierei con miele di roccia.*

### **3. Cercare il confronto con la parola del Signore**

Il salmista, come un maestro in Israele, richiama spesso che, come singoli e come comunità, si matura nella misura in cui si confrontano e si verificano le proprie scelte alla luce della Bibbia.

Es. il **salmo 1**

*Beato l'uomo che non segue il consiglio dei malvagi  
non resta sulla via dei peccatori  
e non siede in compagnia degli arroganti,  
ma trova gioia nella legge del Signore  
e medita la sua legge giorno e notte.  
Egli è come un albero  
piantato presso canali di acque;  
a suo tempo darà il suo frutto,  
le sue foglie non appassiranno,  
tutto quello che fa riuscirà bene.*

Chi vuole, veda anche il salmo 19,8-15

### **4. Affidarsi al discernimento di una guida saggia**

Si lascia alla lettura personale il lungo **salmo 78**. E' una lezione catechistica per tutti i credenti, ma specialmente per i padri che desiderano trasmettere ai figli la gioia di affidarsi a Dio, avvertendoli del rischio di tradire la fede per colpa di qualche surrogato di Dio.

---

## **PER RIFLETTERE E DISCUTERE**

- 1. A nostro parere, quale idea di "giustizia" è diffusa nella mentalità dominante della gente? E quale è (e dovrebbe essere) la nostra idea?*
- 2. Sempre secondo noi, nelle agenzie di comunicazione (scuola dei figli, TV, ecc.) quale educazione alla giustizia distributiva e legale viene normalmente trasmessa?*
- 3. Conosciamo qualche esempio di autentici "maestri di giustizia" negli ambienti che frequentiamo?*
- 4. Proviamo a fare una specie di doppia colonna, confrontando i valori possibilmente insegnati nella nostra comunità cristiana e nella nostra famiglia, con i valori proposti dalla pubblicità.*
- 5. Come spieghiamo il fatto che il potere politico e giudiziario siano così inclini a schierarsi dalla parte dei gruppi ricchi e influenti?*
- 6. Vediamo una scelta dei poveri nella nostra comunità?*
- 7. Come spieghiamo questi due aspetti: da una parte una Chiesa che deve accogliere tutti, compreso i peccatori, e, dall'altra, una Chiesa che non scende a compromessi con certe situazioni, quando si tratta di dare i sacramenti?*

## **PER PREGARE IN FAMIGLIA E IN EQUIPE**

### **SALMO 112 - La fedeltà a Dio è vera giustizia**

Beato l'uomo che teme Dio  
e trova gioia nelle sue volontà:  
sarà forte sulla terra il suo seme,  
benedetta la generazione dei giusti.

Prosperità e abbondanza nella sua casa,  
la sua giustizia rimane per sempre.  
Brilla nella tenebra ed è luce per i credenti  
l'uomo compassionevole, misericordioso.

Egli è buono, ha pietà e condivide  
agisce sempre con giustizia:  
egli non vacillerà in eterno,  
il giusto sarà sempre nel ricordo.

Non trema agli annunci del male,  
con cuore saldo si appoggia su Dio,  
il suo cuore è sicuro e non teme,  
fino a quando trionferà sugli avversari.

Condivide l'abbondanza con i poveri,  
la sua giustizia rimane per sempre,  
la sua fronte s'innalza nella gloria.

E l'empio vedendo questo si indigna,  
digrigna i denti e si consuma dalla rabbia,  
ma il desiderio degli empi si dissolve.

## 6.I SALMI DI LODE

In un periodo relativamente tranquillo nella storia del popolo d'Israele (vedi accenno nella scheda 2) alcuni sapienti e sacerdoti hanno cercato di riflettere, alla luce della loro fede, sugli avvenimenti precedenti quello fondamentale: l'uscita dall'Egitto, il cammino nel deserto, l'arrivo nella terra di Canaan. Si formò la redazione definitiva del libro dell'Esodo.

Intanto, con una riflessione "a ritroso", sono risaliti ancora più indietro nel tempo, verso le origini, hanno "riletto" e interpretato gli interventi di Dio nelle vicende dei patriarchi (Abramo, Isacco, Giacobbe), su su fino alle origini stesse della storia umana.

Nacque la Torah (il Pentateuco, i 5 primi libri della Bibbia: l'Esodo, poi il Deuteronomio, il Levitico, i Numeri e, infine, il libro della GENESI, coi racconti poetici della creazione del mondo, dell'uomo e della donna, ecc.) I credenti d'Israele composero, così, una profonda "teologia della Creazione".

Noi, però, come loro, dobbiamo intendere il termine "creazione" in un significato pieno: Dio è il creatore delle cose e degli esseri viventi (al primo posto la coppia umana), ma anche del tempo e della storia. Dio è il Signore della storia. Perciò diventano doverosi e spontanei la lode e il ringraziamento. Ecco allora i salmi di lode, in cui sono frequenti espressioni come queste:

-DARE GLORIA **salmo 29,1-2**

*Riconoscete a Dio, o figli di Dio,  
riconoscete a Dio gloria e potenza,  
riconoscete a Dio la gloria del suo nome,  
adorate Dio nella bellezza del Santo.*

-CANTARE A DIO **salmo 33,2-3**

*Rendete grazie a Dio sulla cetra,  
suonate per lui con l'arpa a dieci corde,  
cantate a lui un cantico nuovo,  
suonate e cantate con arte.*

-INGINOCCHIARSI **salmo 99,9**

*Esaltate il Signore, nostro Dio,  
prostratevi al monte del suo Santo  
perché è santo il Signore nostro Dio.*

-BENEDIRE LE SUE OPERE **salmo 103,1-2**

*Anima mia, benedici il Signore  
o mio intimo, il suo santo nome;  
anima mia, benedici il Signore,  
non dimenticare tutti i suoi doni.*

-DANZARE DI GIOIA **salmo 149,1-4**

*Cantate a Dio un cantico nuovo,  
lodatelo nell'assemblea dei credenti,  
Israele si rallegrò nel suo Creatore,  
i figli di Sion esultino nel loro Re.  
Diano lode al suo nome con danze,  
cantino salmi con tamburelli e cetre,  
perché Dio ama il suo popolo  
e adorna gli umili di salvezza.*

## LA LODE A DIO : ne' (sempre) facile né scontata...

- I periodi totalmente sereni non sono frequentissimi nella vita. Perciò non è cosa spontanea lodare e ringraziare Dio **personalmente** quando si è nella prova e nelle difficoltà. Anche per questo motivo, i salmi di lode sono quasi sempre preghiera comunitaria o liturgica. Insieme si è meglio aiutati a coinvolgere il Signore in tutte le dimensioni del vivere. E anche le prove non devono farci dimenticare che, probabilmente, godiamo di altri doni.
- Quindi deve essere possibile, **in famiglia** e nella comunità cristiana, sostenersi a vicenda per superare le fasi di stanchezza e depressione, in modo da ritrovare una "capacità di meravigliarci" che permetta di lodare il Signore della vita.

## PERCHE' LODARE DIO?

Il libro dei salmi ci suggerisce alcuni motivi:

### 1. perché è il Dio della creazione.

Alcuni salmi, contemplando le opere della creazione, sentono la responsabilità di "custodirla", come insegna la Genesi.

Es. tutto il lungo **salmò 104**: "Bellezza della creazione"

Rileggiamo il **salmò 8,4-10**

### 2. perché è il Dio della storia

Alcuni salmi pregano ripercorrendo le tappe della storia della salvezza, sottolineando la liberazione e il dono dell'Alleanza e della Legge.

Es. il **salmò 105,8-11**

*(Dio) si ricorda sempre della sua alleanza,  
parola data per mille generazioni,  
la promessa fatta ad Abramo,  
il giuramento garantito a Isacco.  
L'ha stabilito come legge per Giacobbe,  
alleanza eterna in favore di Israele  
dicendo: "vi darò la terra di Canaan,  
sarà vostra porzione di eredità"*

### 3. perché un Dio vicino ad ogni uomo.

Alcuni salmi lodano Dio perché è "misericordioso e fedele", è "tenerezza e pietà", è "facile al perdono".

Es. il **salmò 98,2-3**

*Dio ha fatto conoscere la sua salvezza,  
si è ricordato del suo amore,  
della sua fedeltà per il popolo di Israele,  
e tutti i confini della terra hanno veduto  
la salvezza del nostro Dio*

Oppure il **salmò 103,8-14**

*Il Signore è misericordioso e compassionevole,  
lento all'ira e grande nell'amore,  
la sua lite non dura per sempre,  
il suo sdegno non rimane in eterno,  
non ci tratta secondo i nostri peccati  
e non ci ripaga a misura delle colpe.  
Come i cieli sono alti sulla terra  
è forte il suo amore per chi lo teme;  
come l'oriente è lontano dall'occidente  
egli allontana da noi le sue rivolte.  
Com'è tenero il padre con i figli,  
con chi lo teme è tenero il Signore;*

*egli conosce com'è il nostro istinto,  
ricorda che noi siamo polvere.*

#### **4. perché è il Dio dei poveri.**

Alcuni salmi sottolineano che Dio ama di preferenza gli oppressi e i deboli, sintetizzati dai poveri di allora: l'orfano e la vedova.

Es. il **salmo 146,6-9**

*Egli ha fatto i cieli e la terra,  
il mare e tutto ciò che è in essi,  
ma il Signore rimane fedele per sempre  
e rende giustizia agli oppressi,  
egli dona il pane agli affamati  
e dà la liberazione ai prigionieri.  
Il Signore apre gli occhi ai ciechi,  
il Signore raddrizza chi è curvato,  
il Signore ama i credenti,  
il Signore protegge gli immigrati.  
Egli sostiene l'orfano e la vedova.*

---

### **PER RIFLETTERE E DISCUTERE**

- 1. Ci è accaduto che proprio nella normale vita di famiglia abbiamo scoperto e ritrovato serenità e coraggio quando avevamo solo voglia di piangere?*
- 2. Che importanza hanno, nella nostra famiglia, i momenti di gioia?*
- 3. Abituamo i nostri figli a ringraziare il Signore e a non abituarsi ai suoi doni?*
- 4. Fra i quattro motivi che suggerivano al salmista di lodare e ringraziare Dio, quale corrisponde di più alla esperienza quotidiana della nostra famiglia?*

---

### **PER PREGARE INSIEME IN FAMIGLIA E IN EQUIPE**

Per questo incontro usiamo due salmi: il **salmo 147** e il **salmo 148**.



**Salmo 147 - Dio è il Signore della creazione e della storia**

Halleluyah! E' bello cantare al nostro Dio  
È dolce innalzare la lode.

Il Signore ricostruisce Gerusalemme,  
raduna i dispersi di Israele,  
guarisce i cuori spezzati  
e fascia le loro ferite.

Egli conta il numero delle stelle,  
le chiama ciascuna per nome,  
il Signore è grande e potente,  
la sua sapienza non si può misurare.

Il Signore innalza gli umili  
ma abbassa gli empi fino a terra.  
Cantate a Dio il ringraziamento,  
suonate per il nostro Dio sulle cetra.

Egli copre il cielo di nuvole,  
prepara la pioggia per la terra,  
fa germogliare l'erba sulle colline,  
provvede il cibo agli animali  
ai piccoli del corvo gracchianti.

Non apprezza il vigore del cavallo,  
non stima la forza dell'uomo,  
il Signore trova gioia in chi lo teme,  
in quelli che sperano nel suo amore.

Egli rinforza le porte di Gerusalemme.  
Benedice i tuoi figli nel tuo seno,  
dispone la pace nei tuoi confini,  
ti sazia con fior di frumento.

Egli manda la sua promessa sulla terra  
e corre velocemente la sua parola,  
fa scendere la neve come lana,  
come polvere sparge la brina.

Egli manda il ghiaccio come briciole,  
di fronte al suo freddo chi resiste?  
Ma poi manda ancora la sua parola e lo scioglie,  
al soffio del suo vento scorrono le acque.

Egli rivela la sua parola a Giacobbe,  
i suoi voleri e i suoi giudizi a Israele.  
Non fa così con nessuna delle genti,  
nessuna di loro conosce i suoi giudizi. Halleluyah!

**Salmo 148 - Lode a Dio di tutte le creature**

Lodate il Signore dai cieli,  
lodatelo nell'alto dei cieli,  
lodatelo voi tutti, suoi angeli,  
lodatelo voi tutte, sue schiere.

Lodatelo, sole e luna,  
lodatelo, stelle tutte rilucenti,  
lodatelo, cielo dei cieli,

voi acque al di sopra dei cieli.

Diano lode al nome del Signore,  
dal suo comando sono stati creati,  
li ha resi stabili nei secoli per sempre,  
ha fissato un ordine che non passa.

Lodate Dio dalla terra  
voi mostri marini e tutti gli abissi,  
fuoco e grandine, neve e nebbia,  
voi venti che eseguite la sua parola.

Voi monti e tutte le colline,  
alberi da frutto e tutti i cedri,  
voi animali del bosco e della campagna,  
rettili e uccelli che volate.

Governi e popoli tutti,  
voi capi e giudici della terra,  
voi giovani insieme alle ragazze,  
voi vecchi insieme ai bambini.

Date lode al nome del Signore,  
il suo nome è il solo sublime,  
la sua bellezza è sulla terra e nei cieli,  
egli innalza la fronte del suo popolo.  
E' la lode di tutti i credenti,  
di Israele, popolo a lui vicino. Halleluyah!

## 7.I SALMI DI FESTA o di CELEBRAZIONE DELLA VITA

Nella vita di Israele, come nella nostra, c'erano delle **occasioni speciali** a cui il popolo ben volentieri partecipava.

Allora esplodeva l'allegria popolare, durante la quale, però, il popolo era invitato a non dimenticare Dio. Parecchie poesie/preghiere del Salterio sono nate in coincidenza con queste feste. Per maggiore chiarezza, possiamo classificare questi salmi di "celebrazione della vita" in alcuni gruppi:

### 1. Le feste annuali.

Erano soprattutto la Pasqua (memoriale dell'Esodo), la festa delle Settimane (Pentecoste ebraica), la festa delle Trombe (Capodanno ebraico), la festa delle Luci (in ricordo della Dedicazione del Tempio fatta nel 165 a.C.).

C'era anche la Festa del Purim (Carnevale), la festa delle Capanne (in autunno, al tempo del raccolto e della vendemmia)

Es. il **salmo 65,10-14** *Tu visiti la terra e la disseti,  
la colmi di beni,  
il fiume di Dio trabocca di acqua,  
tu prepari le messi.  
Con piogge prepari la terra  
e disseti i suoi solchi,  
appiani e inumidisci le sue zolle,  
benedici i suoi germogli.  
Incoroni l'annata coi i tuoi beni,  
dove tu passi sgorga l'abbondanza,  
zampillano le oasi nel deserto.  
Le colline si vestono di esultanza,  
i prati si ammantano di greggi,  
le valli si adornano di messi,  
tutto canta ed esulta di gioia.*

### 2. Le feste di incoronazione del Re.

Uscito dall'Egitto, Israele, dopo il periodo di assestamento (Giudici), è vissuto in regine di monarchia dal 1040 al 586 a.C. e poi dal 140 al 63 a.C.

Ci sono cinque salmi che esaltano la figura del Re, ma sono di difficile interpretazione, perché pare che siano stati scritti dopo l'esilio (586 a.C.), durante le dominazioni straniere (babilonese, persiana, greca), tra il 580 e il 140 a.C., quando la monarchia non c'era.

Perciò quei salmi descrivono un Re ideale, futuro (il Re Messia). Il salmista prega perché questo Re ideale si assuma degli impegni per il suo popolo. Ecco il giuramento del Re:

Es. il **salmo 101,2-8** *Camminerò con cuore integro  
dentro la mia casa,  
non sopporterò davanti ai miei occhi  
l'azione del demonio.  
Odierò il comportamento del traditore  
senza esserne sedotto,  
lontano da me il cuore tortuoso,  
non voglio conoscere il perverso.  
Chi denigra il suo prossimo  
lo ridurrò al silenzio;  
l'occhio sprezzante e il cuore orgoglioso  
non li voglio tollerare.  
I miei occhi sono rivolti ai fedeli della terra*

*Perché mi stiano vicino;  
chi cammina nella via dell'integrità  
sarà al mio servizio.  
Non siederà nell'intimo della mia casa  
chi agisce con inganno,  
chi dice menzogne non potrà resistere  
davanti ai miei occhi.  
Giorno dopo giorno ridurrò al silenzio  
tutti i malvagi del paese,  
per estirpare dalla città di Dio  
chi opera il male.*

Il salmista, a sua volta, faceva gli auguri al Re.

*O Dio, affida il tuo giudizio al Re Messia,  
la tua giustizia al figlio del Re:  
governi il tuo popolo con giustizia  
e i tuoi poveri secondo il diritto.  
Le montagne portino al popolo la pace,  
le colline portino la giustizia;  
egli difenda i poveri del suo popolo,  
salvi i miseri e abbatta l'oppressore.  
Li riscatterà dalla violenza e dal sopruso,  
il loro sangue è prezioso ai suoi occhi. (salmo 72,1-4 14)*

Noi possiamo pregare questi salmi come anticipazione profetica di Cristo.

### **3. Le feste familiari, in occasione di nascite, matrimoni, anniversari.**

Anche allora c'erano i matrimoni dei VIP, solitamente di un Re, di un suo figlio o di qualche dignitario di corte. C'è, per esempio, il **salmo 45**: un cantore-poeta viene probabilmente scritturato per cantare la bellezza del re, soprattutto della sposa. Cerchiamo di leggerlo, e forse resteremo "scandalizzati" per le prevedibili, enormi spese per queste nozze principesche, alle quali non era invitata la gente comune. Però possiamo pregare questo salmo "regale" pensando a "Cristo, il più bello tra i figli dell'uomo" (45,3), "unto da Dio" per portare "la giustizia e detestare la malvagità" (45,8). Una lettura in prospettiva e in profondità ci aiuta a scoprire che in una società che vive sotto lo sguardo di Dio, i veri re sono i poveri. Le feste autentiche sono quelle in cui scompaiono le disuguaglianze tra gli uomini, e allora sono il simbolo del regno di Dio che viene.

Invece è per tutti la bella "benedizione" che veniva data ai novelli sposi nel tempio di Gerusalemme:

#### **Salmo 128,1 -6**

*Beato l'uomo che teme il Signore  
E cammina nelle sue vie.  
Tu vivrai del lavoro delle tue mani,  
sarai beato e nel bene.  
La tua sposa è come vigna feconda  
nell'intimo della tua casa,  
i tuoi figli come piante d'ulivo  
intorno alla tua tavola:  
ecco com'è benedetto  
chi teme il Signore.  
Il Signore ti benedica da Sion  
Ogni giorno della tua vita:  
che tu veda il bene di Gerusalemme  
e i figli dei tuoi figli.*

Dio sa essere vicino all'amore di due sposi e si rivela come Sorgente di questo amore.

S. Paolo dirà che l'unione sposo-sposa è "segno" dell'unione tra Dio e l'umanità, tra Cristo e la Chiesa.

#### **4. La festa di ogni settimana: il sabato**

Come segno di fedeltà a Dio creatore che "si riposò il settimo giorno", Israele santificava il giorno di sabato (dal tramonto del venerdì fino a quello successivo) astenendosi da ogni tipo di lavoro, ascoltando la spiegazione della parola del Signore nella sinagoga e dedicandosi alla famiglia.

Fermiamo la nostra attenzione solo su questa ultima festa, che per noi è stata sostituita con la Domenica.

---

#### **PER RIFLETTERE E DISCUTERE**

1. *Se problemi seri, salute, turni di lavoro lo permettono, le nostre domeniche sono pause di riposo per recuperare energie, serenità, dialogo più intenso in casa?*

2. *Come sono le nostre Eucaristie festive: tempo desiderato e partecipato? Preferiamo partecipare soli, in coppia o, se possibile, coi figli?*

3. *A Messa, ogni festa, c'è una spiegazione delle letture bibliche: ci è realmente di Aiuto per crescere nella fede?*

*Se ci fosse consentito, quali suggerimenti vorremmo dare?*

4. *Cerchiamo di rileggere il salmo 128 in "chiave comunitaria, interpretando la "sposa" come la nostra Chiesa domestica ma anche la nostra comunità cristiana locale. Ci chiediamo:*

\* *Quale contributo diamo (o daremo) perché sia "vigna feconda"? (richiamiamo il significato ampio di "fecondità).*

\* *Quale significato diamo all'augurio: "i tuoi figli siano piante d'olivo intorno alla tua tavola" ?*

---

#### **PER PREGARE IN FAMIGLIA E IN EQUIPE**

Leggiamo insieme: **salmo 127, salmo 63, salmo 128**

**SALMO 127**

*Se il Signore non costruisce la casa  
i costruttori si affaticano invano.  
Se il Signore non vigila sulla città  
invano veglia la sentinella.*

*Invano vi alzate presto al mattino  
e ritardate il vostro riposo alla sera  
per mangiare un pane di fatica:  
Dio ne fa dono al suo amico anche quando dorme.*

*Ecco i figli: sono proprietà di Dio,  
il frutto del ventre un suo dono;  
come frecce in mano a un forte  
sono i figli avuti in giovinezza.*

*Beato l'uomo che ne ha piena la faretra,  
se affronta i suoi nemici alla porta:  
non rischierà di essere umiliato.*

**SALMO 63**

*O Dio, dall'aurora ti cerco,  
il mio essere ha sete di te:  
a te, mio Dio, anela la mia carne  
in terra deserta, arida, senz'acqua;  
per questo ti contemplo nel Santo  
per vedere la tua forza e la tua gloria.*

*Il tuo amore vale più della vita,  
sei tu la lode delle mie labbra,  
e io ti benedirò finché vivo,  
solleverò le mie mani al tuo nome,  
sarò saziato come a un banchetto,  
la mia bocca ti loderà nella gioia.*

*Sul mio letto di te mi ricordo,  
medito su di te nelle veglie notturne:  
sì, sei tu il mio aiuto,  
esulto all'ombra delle tue ali;  
il mio essere aderisce a te,  
la tua destra mi abbraccia e mi sostiene.*

**SALMO 128**

*Beato l'uomo che teme Il Signore - e cammina nelle sue vie.  
Tu vivrai del lavoro delle tue mani, - sarai beato e nel bene.*

*La tua sposa è come vigna feconda- nell'intimo della tua casa;  
i tuoi figli come piante d'olivo - intorno alla tua tavola:  
ecco come è benedetto - chi teme il Signore.*

*Il Signore ti benedica da Sion - ogni giorno della tua vita:  
che tu veda il bene di Gerusalemme - e i figli dei tuoi figli.*

## 8. GESÙ HA PREGATO I SALMI

I vangeli non sono una biografia di Gesù Cristo, ma l'annuncio che Gesù ha fatto del Padre e del Regno di Dio. Noi, fratelli maggiori degli ebrei, crediamo che Gesù è il Salvatore risorto e vivente nella Chiesa, animata dal suo Spirito: Chiesa che è serva del Regno, per accogliere ogni uomo. Gli evangelisti, presentandoci la parola e i gesti essenziali della sua missione, ci fanno capire che Egli possedeva una conoscenza profonda di tutto l'Antico Testamento e, quindi, anche dei salmi. Conoscere i salmi significa entrare nella mente e nel modo di pregare del Signore. Anche da questo possiamo imparare come noi possiamo pregare.

Parecchi particolari della sua vita hanno un collegamento con alcuni salmi.

Ad esempio:

- i suoi discorsi in parabole  
Mt 13,35 *Alle folle non parlava se non in parabole, perché si adempisse ciò che era stato detto dal profeta. E Gesù cita il salmo 78,2: aprirò la mia bocca con una parabola, rievocherò cose nascoste (fin dalla fondazione del mondo).*
- Il tradimento di Giuda  
Gv 13,18 *Non parlo di tutti voi. Io conosco quelli che ho scelto, ma si deve adempiere la Scrittura. E Gesù aggiunge il versetto 10 del salmo 41: colui che mangia il pane con me, ha levato contro di me il suo calcagno.*
- Sulla croce  
Come scrive Mc 15,34, Gesù prega col salmo 22, in cui Gesù grida il versetto 2: *Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?*
- Poco prima le sue vesti vengono spartite e tirate a sorte ( vedi Mt 27,35), rifiuta di bere dalla spugna inzuppata d'aceto, e dopo la sua morte non gli saranno spezzate le gambe (Gv 19,33-36). Sono particolari apertamente presenti nei salmi : *ho sperato compassione, ma invano, mi hanno dato come cibo del fiele, nella mia sete mi fanno bere l'aceto. (salmo 69,22) ; Tra di loro dividono le mie vesti, sulla mia tunica tirano la sorte (salmo 22,19); Egli veglia su tutte le mie ossa, neppure uno gli sarà spezzato (salmo 34,21)*
- Però Gesù ha profetizzato la sua risurrezione.  
Mt 21,42-44, in piena settimana di passione, scrive che Gesù applica a se stesso il salmo 118,22-23: *La pietra rigettata dai costruttori è diventata pietra angolare: questo è stato fatto dal Signore, una meraviglia davanti ai nostri occhi.*

Questi e tanti altri riferimenti (che omettiamo) dimostrano che i salmi, con altri testi della Bibbia, sono stati il pane quotidiano della preghiera di Gesù. Sono diventati Parola sua. **E oggi Cristo continua a pregare i salmi attraverso di noi.**

### IMPARIAMO A PREGARE GESÙ' ANCHE CON I SALMI

- ❖ Se i salmi sono Parola di Dio (scheda 1),  
se i salmi sono diventati Parola di Gesù nei vangeli,  
allora, almeno in alcune occasioni, possono diventare preghiera nostra (personale e di coppia).  
**Perché non iniziare il nostro DDS con un salmo opportunamente scelto a secondo delle situazioni o degli stati d'animo?**
- ❖ Non dimentichiamo, inoltre, che - come preghiera ispirata dallo Spirito Santo - i salmi sono preghiera di tutta la Chiesa, la quale è chiamata e mandata ad essere voce di tutti gli uomini e donne del mondo, specialmente quelli e quelle che aspettano liberazione, dignità, motivi per sperare.  
**La nostra famiglia, Chiesa domestica, per non rischiare di perdere il sostantivo "Chiesa" e diventare solo "domestica " (domus = casa), ha**

**bisogno di allargare, ogni tanto, i propri orizzonti sui problemi e le attese del mondo, specialmente dei poveri.**

- **I salmi di liberazione** richiamano il dramma della croce ma anche della risurrezione che tanti, feriti e schiacciati nella loro dignità umana, continuano a vivere oggi.
- **I salmi di insegnamento** ci aiutano a incontrare, in prospettiva, Gesù come maestro di una beatitudine impegnativa ma autentica: quella dei poveri nello spirito, dei ribelli per amore, degli innamorati della pace, dei costruttori di ponti di dialogo, ecc., in radicale opposizione con la "felicità" illusoria dei ricchi, dei sazi, dei clown ridanciani e arroganti, ecc.
- **I salmi di lode** ci suggeriscono di rendere adulta la nostra preghiera, guardando a Cristo figlio eterno del Padre, nel suo compito di orientamento della storia verso la pienezza del Regno, mentre aspetta la nostra piccola collaborazione nel "farlo venire" qui in terra come è già realizzato nei cieli.
- **I salmi di celebrazione festosa della vita**, se li preghiamo come li pregherebbe Cristo con noi, ci permettono di intuire Lui come "compagno di viaggio" che dà un significato profondo a tutte le dimensioni del nostro vivere, comprese quelle umanissime o apparentemente "banali". E' Lui, in definitiva, la nostra festa, il punto di arrivo dei nostri passi, spesso affannati e stanchi.

---

### **PER RIFLETTERE E DISCUTERE..**

E' possibile distinguere una preghiera in generale (anche i non cristiani pregano) da una preghiera cristiana. Questa passa sempre attraverso la mediazione di Cristo.

E' possibile distinguere, nella preghiera cristiana, quella personale e quella comunitaria (in famiglia, nella Chiesa).

E' impossibile, invece, un'unica definizione di preghiera cristiana, perché è inevitabile ed anche giusto che il dialogo (ascolto + risposta) fra noi e Dio si colori con le differenti sensibilità, le diverse esperienze, i diversi cammini, le differenti storie di ognuno.

Però i salmi saranno sempre preghiera ispirata da Dio stesso, insostituibile "Maestro" di vita.

Possono nascere, allora, alcune domande o proposte su cui è utile confrontarci:

*1. Talvolta ci risulta difficile la preghiera "spontanea".*

*Perché non aiutarci con la scelta di un salmo che, possibilmente, interpreti il momento gioioso o faticoso che stiamo vivendo?*

*2. Anche i salmi più noti rispecchiano, spesso, lo stato d'animo o una situazione di chi l'ha scritto. Oppure possono contenere espressioni un po' lontane dal nostro linguaggio. Però, specialmente quando preghiamo in équipe, perché non partire da uno o più versetti più "simpatici" completandoli con la nostra parola al Signore?*

*3. I salmi sono Parola vivente di Dio. Tutta la Bibbia non ci è stata donata come prodotto finito, tipo "usa e getta", ma come dono da nutrire e far crescere. Quindi, come spetta a tutti noi di "riscrivere il vangelo" con le nostre scelte quotidiane, perché non "riscrivere" qualche salmo, collocandolo nelle situazioni concrete che ci fanno soffrire, o che stimolano la nostra speranza, o che possono suggerirci l'impegno di convertire noi stessi e un po' di mondo, o che motivano meglio il nostro servizio?*

---

### **PER PREGARE INSIEME IN FAMIGLIA E IN EQUIPE**

Utilizziamo il **salmo 121** e il **salmo 42**



**SALMO 121**

*Sollevo I miei occhi verso I monti:  
da dove mi verrà l'aiuto?  
Il mio aiuto verrà dall'Altissimo,  
egli ha fatto cieli e terra.*

*Non lascerà vacillare il tuo piede,  
non dorme il tuo Custode;  
no, non sonnecchia e non dorme  
il Custode d'Israele.*

*Il Signore è il tuo custode, la tua ombra,  
il Signore è alla tua destra.  
Di giorno non ti colpirà il sole  
né la luna di notte.*

*L'Altissimo ti custodirà da ogni male,  
custodirà la tua vita.  
Custodirà il tuo entrare e il tuo uscire,  
da ora e per sempre.*

**SALMO 42**

*Come un cervo anela  
ai ruscelli di acque,  
così la mia anima anela  
a te, o Dio.*

*L'anima mia ha sete di Dio,  
del Dio vivente.  
Quando verrò a contemplare  
il volto di Dio?*

*Non ho altro pane che lacrime  
di giorno e di notte,  
mentre mi si dice tutto il giorno:  
"Dov'è il tuo Dio?"*

*lo mi ricordo di un tempo  
fino alla commozione,  
quando avanzavo tra la folla  
fino alla dimora di Dio  
tra i canti di gioia e i ringraziamenti  
di una folla festante.*

*Perché sei triste, anima mia,  
perché sei turbata?  
Spera in Dio! Ancora lo celebrerò:  
il volto di Dio è salvezza!*

*In me l'anima mia è turbata  
e mi ricordo di te,  
dalla terra del Giordano e dell'Ermon,  
dalla mia umile collina.*

*L'abisso grida all'abisso  
con fragore di cascate,  
tutti i tuoi flutti e le tue onde  
irrompono su di me.*

*L'Altissimo mi concede il suo amore  
durante il giorno;  
di notte la mia preghiera lo canta,  
è il Dio della mia vita.*

*Io dico a Dio: "Mia roccia,  
perché mi dimentichi?  
Perché me ne vado intristito  
tormentato dal nemico?"*

*Sono colpito a morte fino alle ossa:  
i miei avversari mi insultano  
mentre mi si dice tutto il giorno:  
"Dov'è il tuo Dio?"*

*Ma perché sei triste, anima mia,  
perché sei turbata?  
Spera in Dio! Ancora lo celebrerò:  
il volto di Dio è salvezza!*

# DA TENER PRESENTE

\*I salmi delle schede sono tratti da "I SALMI", traduzione a cura di Enzo Bianchi, Mondadori 2001

\*Per le schede mi sono ispirato a "I SALMI", di Marc Girard ed. San Paolo, 1994

---

Riporto anche altri salmi a cui è possibile fare riferimento, suddivisi per "famiglie":

## 1. I SALMI DI LIBERAZIONE

3 4 5 6 7 9-10 12 13 16 17 18 20 21 22 23 25 26 27 28 30 31 32 34 35 38 39 40 41 42  
43 44 51 54 55 55 56 57 58 59 61 62 63 64 66 68 69 70 71 73 74 76 77 79 80 83 85  
86 88 89 90 94 102 106 107 108 109 115 116 118 119 120 123 124 125 126 129 130  
131 137 138 139 140 141 142 143 144

## 2. I SALMI DI INSEGNAMENTO

1 14 15 19 24 37 49 50 52 53 75 78 81 82 91 95 114 127

## 3. I SALMI DI LODE

8 29 33 47 92 93 96 97 98 99 100 103 104 105 111 117 135 136 145 146 147 148  
149 150

## 4. I SALMI DI FESTA E DI CELEBRAZIONE DELLA VITA

2 45 46 48 65 67 72 64 87 121 132 133 134

---

## INDICE DEI SALMI

- |   |   |
|---|---|
| 1 LE DUE VIE  | 34 DIO PROTEGGE I POVERI                      |
| 2 TRIONFO DEL MESSIA                                    | 35 CONTRO GLI EMPI                            |
| 3 PREGHIERA DI FEDE DI UN PERSEQUITATO                  | 36 DIO, FONTE DELLA VITA                      |
| 4 PREGHIERA DELLA SERA                                  | 37 SUCCESSO PASSEGGERO DEGLI EMPI             |
| 5 PREGHIERA DEL MATTINO                                 | 38 GRIDO A DIO DI UN PECCATORE                |
| 6 PREGHIERA DI UN MALATO                                | 39 MISERIA DELL'UOMO DAVANTI A DIO            |
| 7 GRIDO DI UN GIUSTO CALUNNIATO                         | 40 IL SERVO DEL SIGNORE                       |
| 8 GLORIA DEL CREATORE E GRANDEZZA DELL'UOMO             | 41 PREGHIERA DI UN MALATO ABBANDONATO         |
| 9 DIO PROTEGGE GLI OPPRESSI                             | 42 LA RICERCA DI DIO                          |
| 10 DIO NON DIMENTICA I POVERI                           | 43 NOSTALGIA DELLA DIMORA DI DIO              |
| 11 IL GIUSTO SI AFFIDA A DIO                            | 44 DIO PERMETTE LA PESECUZIONE DEL SUO POPOLO |
| 12 CONTRO LA DILAGANTE INFEDELTÀ                        | 45 LE NOZZE DEL RE MESSIA                     |
| 13 GRIDO A DIO NELL'ANGOSCIA                            | 46 DIO E'CON NOI, SEMPRE                      |
| 14 CORRUZIONE GENERALE                                  | 47 GLORIA AL SIGNORE, RE DELL'UNIVERSO        |
| 15 COME VIVE L'AMICO DI DIO                             | 48 DIO PROTEGGE LA SUA CITTA' SANTA           |
| 16 SICUREZZA DELL'AMICO DI DIO                          | 49 L'UOMO NEL BENESSERE NON CAPISCE           |
| 17 GRIDO A DIO DI UN INNOCENTE PERSEQUITATO             | 50 DIO AMMONISCE IL SUO POPOLO                |
| 18 DIO LIBERA IL SUO MESSIA                             | 51 PENTIMENTO E DESIDERIO DI VITA NUOVA       |
| 19 LA GLORIA DI DIO NELLA CREAZIONE E NELLA RIVELAZIONE | 52 CONTRO L'EMPIO                             |
| 20 DIO PROTEGGE IL MESSIA                               | 53 CORRUZIONE GENERALE                        |
| 21 DIO DA LA VITTORIA AL MESSIA                         | 54 CONTRO I PERSECUTORI                       |
| 22 PREGHIERA DEL GIUSTO SOFFERENTE                      | 55 GRIDO A DIO DEL GIUSTO SOFFERENTE          |
| 23 IL SIGNORE E' IL MIO PASTORE                         | 56 PIANTO DI UN PERSEQUITATO                  |
| 24 DIO E' RE DI GLORIA                                  | 57 CHI SI RIFUGIA IN DIO HA IL CUORE SALDO    |
| 25 INVOCAZIONE DI AIUTO IN UMILE FIDUCIA                | 58 CONTRO I GIUDICI EMPI                      |
| 26 PREGHIERA DI UN INNOCENTE CALUNNIATO                 | 59 RICHIESTA DI AIUTO CONTRO I NEMICI         |
| 27 IL GIUSTO CERCA IL VOLTO DI DIO                      | 60 DIO VIENE IN AIUTO DEL SUO POPOLO          |
| 28 RICHIESTA DI AIUTO E RINGRAZIAMENTO                  | 61 PREGHIERA DI UN ESILIATO                   |
| 29 LA VOCE DI DIO                                       | 62 SOLO IN DIO HA PACE IL NOSTRO CUORE        |
| 30 DIO SALVA DALLA MORTE                                | 63 LA SETE DI DIO                             |
| 31 IL SIGNORE SOLLEVA DALLE ANGOSCE                     | 64 PREGHIERA CONTRO I NEMICI                  |
| 32 BEATITUDINE DEL PECCATORE PERDONATO                  | 65 RINGRAZIAMENTO PER I FRUTTI DELLA TERRA    |
| 33 LODE A DIO PER IL SUO DISEGNO DI SALVEZZA            | 66 RINGRAZIAMENTO PER LA LIBERAZIONE          |
|   | 67 LA SALVEZZA E' PER TUTTI                   |

68 TRIONFO DI DIO  
69 PREGHIERA DI UN INNOCENTE PERSEGUITATO  
70 GRIDO DI AIUTO  
71 PREGHIERA DI UN VECCHIO  
72 IL REGNO DEL RE MESSIA  
73 L'ENIGMA DELLA FELICITA' DEI MALVAGI  
74 LAMENTO PER LA DISTRUZIONE DEL TEMPIO  
75 INNO AL SIGNORE GIUDICE  
76 INNO AL SIGNORE DELLA PACE  
77 DIO MUTA L'ATTEGGIAMENTO VERSO IL POPOLO  
78 LE LEZIONI DELLA STORIA DELLA SALVEZZA  
79 LAMENTO PER LA DISTRUZIONE DI GERUSALEMME  
80 ISRAELE E' LA VIGNA DEL SIGNORE  
81 INVITO DEL PROFETA AD ASCOLTARE DIO  
82 I GIUDI INGIUSTI SARANNO GIUDICATI DA DIO  
83 CONTRO I NEMICI DEL POPOLO DI DIO  
84 AMORE PER LA DIMORA DI DIO  
85 LA VENUTA DEI TEMPI MESIANICI  
86 PREGHIERA DEL GIUSTO PROVATO  
87 SION MADRE DELLE GENTI  
88 LAMENTO DI CHI E' ABBANDONATO DA TUTTI  
89 L'ALLEANZA DI DIO CON DAVIDE  
90 FRAGILITA' DELLA VITA UMANA  
91 DIO PROTEGGE I CREDENTI  
92 SPLENDORE E GIUSTIZIA DELLE OPERE DI DIO  
93 DIO E' IL RE DEL MONDO  
94 IL SIGNORE E' DIO DI GIUSTIZIA  
95 INVITO ALLA LODE  
96 DIO E' RE E GIUDICE DELL'UNIVERSO  
97 DIO E' RE DELL'UNIVERSO  
98 DIO VIENE QUALE RE E GIUDICE  
99 DIO E' IL RE DI SION  
100 DIO E' PASTORE BUONO  
101 PROGRAMMA DEL RE MESSIA  
102 DIO, SPERANZA DI CHI SOFFRE  
103 DIO E' MISERICORDIOSO E COMPASSIONEVOL  
104 BELLEZZA DELLA CREAZIONE  
105 DIO E' FEDELE ALLE SUE PROMESSE  
106 BONTA' DI DIO E INFEDELTA' DEL POPOLO  
107 DIO COMPIE PRODIGI PER I CREDENTI  
108 LODE A DIO IL SALVATORE  
109 CONTRO UN FALSO ACCUSATORE  
110 IL MESSIA, RE E SACERDOTE  
111 LODE A DIO PER LE SUE MERAVIGLIE  
112 ELOGIO DELL'UOMO FEDELE A DIO  
113 DIO, L'ALTISSIMO, SI ABBASSA FINO A NOI  
114 LE MERAVIGLIE DELL'ESODO  
115 IL SIGNORE DIO E GLI IDOLI  
116 DIO E' IL SALVATORE DEI PICCOLI E DEI POVERI  
117 LODE UNIVERSALE A DIO  
118 CANTICO DI RINGRAZIAMENTO  
119 LA LODE DELLA PAROLA DI DIO  
120 CONTRO LE LINGUE PERFIDE  
121 FIDUCIA IN DIO CUSTODE DI ISRAELE  
122 PELLEGRINAGGIO A GERUSALEMME  
123 GRIDO A DIO DEI POVERI OPPRESSI  
124 DIO E' ACCANTO A NOI PER SALVARCI  
125 CHI HA FEDE IN DIO E' SALDO  
126 IL RITORNO DEGLI ESILIATI  
127 OGNI SFORZO E' VANO SENZA L'AIUTO DI DIO  
128 LA FELICITA' DELLA FAMIGLIA  
129 RICHIESTA DI AIUTO CONTRO I NEMICI  
130 IL POVERO ATTENDE IL SIGNORE  
131 UMILTA' E ABBANDONO  
132 LE PROMESSE FATTE A DAVIDE

133 E' BELLO VIVERE IN COMUNITA'  
134 IL DIO CHE BENEDICIAMO CI BENEDICE  
135 GLORIA AL DIO DELL'ALLEANZA  
136 L'AMORE DI DIO E' PER SEMPRE  
137 GERUSALEMME E' LA GIOIA DEL CREDENTE  
138 LODE AL SIGNORE SEMPRE VICINO  
139 DIO CI CONOSCE E CI AMA  
140 DIO E' RIFUGIO DAI VIOLENTI  
141 PREGHIERA DELLA SERA  
142 PREGHIERA NELL'ORA DELLA MORTE  
143 DIO E' RIFUGIO DELL'OPPRESSO  
144 VENGANO I TEMPI DEL MESSIA  
145 IL REGNO DI DIO  
146 L'AGIRE DI DIO E' AMORE  
147 DIO E' SIGNORE DELLA CREAZIONE E DELLA STORIA  
148 LODE A DIO DI TUTTE LE CREATURE  
149 DIO E' IL SALVATORE DEL SUO POPOLO  
150 HALLELUYAH! LODIAMO DIO