

**Video salmi
da cantare o pregare
da meditare.**

Indice

Indice generale

| | |
|---------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Salmo 1 Le due vie..... | 10 |
| Salmo 2 Il re messia..... | 11 |
| Salmo 3 Invocazione del giusto perseguitato..... | 13 |
| Salmo 4 rendimento di grazie..... | 14 |
| Salmo 5 Preghiera del mattino, per aver l'aiuto del Signore..... | 15 |
| Salmo 6 Un malato implora Dio..... | 17 |
| Salmo 7 Signore in Te ho trovato rifugio..... | 18 |
| Salmo 8 grandezza del Signore e dignità dell'uomo..... | 20 |
| Salmo 9 A. Dio abbatte gli empi e salva gli umili..... | 21 |
| Salmo 10 nel Signore è la fiducia del giusto..... | 24 |
| Salmo 11 supplica contro il mondo menzognero..... | 25 |
| Salmo 12 lamento di un giusto nella prova..... | 26 |
| Salmo 13 stoltezza degli esempi..... | 27 |
| Salmo 14 chi è degno di stare davanti al Signore?..... | 28 |
| Salmo 15 Il Signore è mia eredità..... | 29 |
| Salmo 16 Dio speranza dell'innocente perseguitato..... | 30 |
| Salmo 17 canto di ringraziamento..... | 32 |
| Salmo 18 inno al Dio creatore..... | 36 |
| Salmo 19 preghiera per la vittoria del Re Messia..... | 38 |
| Salmo 20 ringraziamento per la vittoria del Re Messia, sul peccato e sulla morte..... | 39 |
| Salmo 21 esaudimento del giusto provato dalla sofferenza..... | 41 |
| Salmo 22 il buon pastore..... | 44 |
| Salmo 23 il Signore entra nel suo tempio..... | 45 |
| Salmo 24 preghiera per il perdono e la salvezza..... | 46 |
| Salmo 25 Fiducia in Dio nei pericoli..... | 48 |
| Salmo 26 Preghiera fiduciosa di un innocente..... | 50 |
| Salmo 27 Supplica e ringraziamento..... | 52 |
| Salmo 28 Il Signore proclama solennemente la sua parola..... | 54 |
| Salmo 29 Ringraziamento dopo la liberazione da un pericolo mortale..... | 56 |
| Salmo 30 Supplica fiduciosa nell'afflizione..... | 58 |
| Salmo 31 Ringraziamento per il perdono dei peccati..... | 61 |
| Salmo 32 Inno alla provvidenza di Dio..... | 63 |
| Salmo 33 Il Signore è la salvezza dei giusti..... | 65 |
| Salmo 34A Il Signore salva nella persecuzione..... | 67 |
| Salmo 35 Malizia del peccatore, bontà del Signore..... | 70 |
| Salmo 36 La sorte dei malvagi e dei giusti..... | 72 |
| Salmo 37 Preghiera dell'angoscia di un peccatore..... | 76 |
| Salmo 38 Supplica di un uomo annientato dalla sofferenza..... | 78 |
| Salmo 39 Ringraziamento ed invocazione di aiuto..... | 80 |
| Salmo 40 Preghiera del malato abbandonato..... | 82 |
| Salmo 41 Desiderio del Signore e del suo tempio..... | 84 |
| Salmo 42 Desiderio del tempio di Dio..... | 86 |
| Salmo 43 Il popolo di Dio nella sventura..... | 87 |
| Salmo 44 Le nozze del re..... | 89 |

| | |
|--------------------------------------------------------------------|-----|
| Salmo 45 Dio rifugio e forza del suo popolo..... | 91 |
| Salmo 46 Il Signore, re dell'universo..... | 92 |
| Salmo 47 Azione di grazie per la salvezza del popolo..... | 93 |
| Salmo 48 Vanità delle ricchezze..... | 95 |
| Salmo 49 Il culto gradito a Dio..... | 97 |
| Salmo 50 Miserere..... | 99 |
| Salmo 51 Contro un calunniatore..... | 101 |
| Salmo 52 Stoltezza degli empi..... | 103 |
| Salmo 53 Invocazione d'aiuto..... | 104 |
| Salmo 54 L'amico che tradisce..... | 105 |
| Salmo 55 Fiducia nella parola di Dio..... | 108 |
| Salmo 56 Preghiera del mattino nella sofferenza..... | 110 |
| Salmo 57 Requisitoria contro i giudici iniqui..... | 112 |
| Salmo 58 Invocazione di aiuto..... | 113 |
| Salmo 59 preghiera dopo la sventura..... | 115 |
| Salmo 60 Preghiera di un esule..... | 116 |
| Salmo 61 Solo in Dio la mia pace..... | 117 |
| Salmo 62 L'anima assetata del Signore..... | 119 |
| Salmo 63 Preghiera contro il terrore del nemico..... | 121 |
| Salmo 64 gioia delle creature di Dio per la sua provvidenza..... | 122 |
| Salmo 65 Inno di grazie in occasione del sacrificio..... | 124 |
| Salmo 66 Tutti i popoli glorifichino il Signore..... | 126 |
| Salmo 67 l'ingresso trionfale del Signore..... | 127 |
| Salmo 68 Quando avevo sete mi hanno dato aceto..... | 130 |
| Salmo 69 O Dio vieni a salvarmi..... | 133 |
| Salmo 70 Signore, mia speranza fin dalla giovinezza..... | 134 |
| Salmo 71 Il potere regale del messia..... | 137 |
| Salmo 72 Perché il giusto soffre per sempre..... | 139 |
| Salmo 73 Lamento per la distruzione del tempio..... | 142 |
| Salmo 74 Dio giudice supremo..... | 144 |
| Salmo 75 Canto di trionfo dopo la vittoria..... | 146 |
| Salmo 76 Dio rinnova i prodigi del suo amore..... | 148 |
| Salmo 77A Diremo alla generazione futura le lodi del Signore..... | 150 |
| Salmo 78 Lamento per la distruzione di Gerusalemme..... | 156 |
| Salmo 79 Visita, o Signore, la tua vigna..... | 158 |
| Salmo 80 Solenne rinnovazione dell'alleanza..... | 160 |
| Salmo 81 Contro i giudici ingiusti..... | 162 |
| Salmo 82 Contro i nemici del popolo di Dio..... | 163 |
| Salmo 83 Desiderio del tempio del Signore..... | 165 |
| Salmo 84 La nostra salvezza è vicina..... | 167 |
| Salmo 85 Preghiera a Dio nell'afflizione..... | 169 |
| Salmo 86 Gerusalemme, madre di tutti i popoli..... | 171 |
| Salmo 87 Preghiera di un uomo gravemente malato..... | 172 |
| Salmo 88 Signore giudica chi mi accusa..... | 174 |
| Salmo 89 Su di noi sia la bontà del Signore..... | 178 |
| Salmo 90 Beato chi si pone sotto la protezione dell'Altissimo..... | 180 |
| Salmo 91 Lode al Signore creatore..... | 182 |
| Salmo 92 esaltazione della potenza di Dio creatore..... | 184 |

| | |
|-------------------------------------------------------------|-----|
| Salmo 93 Dio rende giustizia ai santi..... | 185 |
| Salmo 94 invito a lodare Dio..... | 187 |
| Salmo 95 Dio, re giudice dell'universo..... | 189 |
| Salmo 96 La gloria del Signore nel giudizio..... | 191 |
| Salmo 97 Il trionfo del Signore alla sua venuta finale..... | 193 |
| Salmo 98 Santo è il Signore Dio nostro..... | 194 |
| Salmo 99 La gioia di coloro che entrano nel tempio..... | 195 |
| Salmo 100 Programma di un re fedele a Dio..... | 196 |
| Salmo 101 supplica nello sconforto..... | 198 |
| Salmo 102 Canto d'amore..... | 201 |
| Salmo 103 Inno a Dio creatore..... | 203 |
| Salmo 104 Il patto con i padri..... | 206 |
| Salmo 105 Bontà del Signore e infedeltà del popolo..... | 210 |
| Salmo 106 Ringraziamento:..... | 214 |
| Salmo 107 Lode a Dio e invocazione di aiuto..... | 217 |
| Salmo 108 Contro gli empi..... | 219 |
| Salmo 109 Il messia re e sacerdote..... | 222 |
| Salmo 110 grandi le opere del Signore..... | 223 |
| Salmo 111 Beatitudine dell'uomo giusto..... | 224 |
| Salmo 112 Lodate il Signore..... | 225 |
| Salmo 113B lode al vero Dio..... | 226 |
| Salmo 114 Rendimento di Grazie..... | 228 |
| Salmo 115 Rendimento di grazie nel tempio..... | 229 |
| Salmo 116 invito a lodare Dio per il suo amore..... | 230 |
| Salmo 117 Canti di gioia e di vittoria..... | 231 |
| Salmo 118 Meditazione della parola di Dio nella legge..... | 234 |
| Salmo 119 Desiderio della pace minacciata dai malvagi..... | 246 |
| Salmo 120 Il guardiano d'Israele..... | 247 |
| Salmo 121 Saluto a Gerusalemme..... | 248 |
| Salmo 122 La fiducia del popolo è nel Signore..... | 249 |
| Salmo 123 Il nostro aiuto è nel nome del Signore..... | 250 |
| Salmo 124 Il Signore custodisce il suo popolo..... | 251 |
| Salmo 125 Dio nostra gioia e nostra speranza..... | 252 |
| Salmo 126 Ogni fatica è vana senza il Signore..... | 253 |
| Salmo 127 La pace di Dio nella famiglia fedele..... | 254 |
| Salmo 128 Rinasce la fiducia nel popolo provato..... | 255 |
| Salmo 129 Dal profondo a te grido..... | 256 |
| Salmo 130 Confidare in Dio come il Bimbo nella Madre..... | 257 |
| Salmo 131 Le promesse divine fatte a Davide..... | 258 |
| Salmo 132 gioia dell'amore fraterno..... | 260 |
| Salmo 133 Orazione notturna nel tempio..... | 261 |
| Salmo 134 Lodate il Signore che opera meraviglie..... | 262 |
| Salmo 135 Inno pasquale..... | 264 |
| Salmo 136 Canto dell'esule..... | 266 |
| Salmo 137 rendimento di grazie..... | 268 |
| Salmo 138 Dio vede tutto..... | 269 |
| Salmo 139 Tu sei il mio rifugio..... | 271 |
| Salmo 140 Preghiera nel pericolo..... | 273 |

| | |
|---------------------------------------------------------------|-----|
| Salmo 141 sei il mio rifugio..... | 274 |
| Salmo 142 preghiera nella tribolazione..... | 276 |
| Salmo 143 Preghiera del re per la vittoria e per la pace..... | 278 |
| Salmo 144 lode alla maestà divina..... | 280 |
| Salmo 145 beato chi spera nel Signore..... | 282 |
| Salmo 146 pazienza e bontà del Signore..... | 283 |
| Salmo 147 La Gerusalemme riedificata..... | 285 |
| Salmo 148 Glorificazione di Dio Signore e creatore..... | 286 |
| Salmo 149 Festa degli amici di Dio..... | 288 |
| Salmo 150 ogni vivente dia lode al Signore..... | 289 |
| Cantico della beata vergine il Magnificat.(Luca 1,46-55)..... | 290 |
| Cantico di Zaccaria. Il Benedictus.(Luca 1,68-79)..... | 291 |
| Cantico di Simeone. Il nunc dimittis.(Luca 2,29-32)..... | 292 |
| Te Deum..... | 293 |

Grazie:

A Dio, alla Madonnina, ai miei Genitori, alla mia Famiglia, agli amici, al popolo di Dio (poveri, anziani, malati, bambini, defunti), ai miei Angeli medici che curano la mia salute: Matà, Mininni, Rafanelli, Taddei e all'amico Tullio.

Grazie per la preziosa collaborazione alle FAMIGLIE DELLA VISITAZIONE DI Bologna nella persona di frater GIOVANNI PAOLO BARDINI e per l'aiuto al computer a Silvio Mariotti.

Grazie a tutti voi per l'attenzione riservata a questi video salmi cantati, da meditare, con brevissima riflessione.

PRESENTAZIONE.

In questi video salmi cantati o da pregare, con testi scritti e una brevissima riflessione si considerano i sentimenti l'animo umano come la gioia, il ringraziamento, l'amore, la tenerezza, l'intensa sofferenza, le richieste di giustizia, aiuto e spiritualità.

Quest'ultima è realizzata nella vita di un sacerdote fiorentino. Questa è la sua testimonianza:

"Davanti al pensiero della morte si riesce ad esprimere il meglio di noi stessi. Non voglio lasciare il mio ritratto ma solo dire qualche mio pensiero.

A quanti mi hanno voluto bene posso dire che sento gratitudine se essi richiameranno alla loro mente qualche buon ricordo con me e se invocheranno per me la bontà del padre.

Ciò che devo soprattutto esprimere è la riconoscenza. Dio mi ha donato di poter vivere con gioia, di incontrare persona da amare, di ricevere amicizia e affetto.

Quanta gente straordinaria ho conosciuto, straordinaria nella semplicità della loro vita, con una bontà e una fede immensamente superiori alle mie che mi hanno insegnato, mi sono stati di esempio, mi hanno interiormente arricchito. Il mondo non è arido: ci sono tante meravigliose creature nel volto delle quali si riflette l'immagine di Dio.

Non so se sono stato un buon prete. Due o tre cose ho tenuto salde nel mio ministero. Ho cercato di comunicare speranza, per cui mi è sempre sembrato inutile parlare di castighi di Dio in una vita piena di sofferenze. Ho preferito presentare un Dio che faciliti e non complica il nostro cammino, un Dio dal grande cuore al quale spero di potermi sempre affidare con tutti i miei peccati.

Un Vangelo significa "lieta notizia"; ho cercato sempre di non dimenticarlo.

Stando tra la gente mi è sembrato che il problema dei problemi fosse sempre, a tutti i livelli, volersi bene malgrado tutto. Proprio questo insegnamento di Gesù con fatica, con tanta inadeguatezza, ho cercato di trasmettere e di vivere. Ho fatto poco altro.

La considerazione che nella vita ho molto più ricevuto di quanto abbia dato, non mi spaventa, perché Gesù ha parlato del centuplo e non viene certamente meno alla sua parola.

Progressivamente, soprattutto negli ultimi venti anni, ho imparato a conoscere e a voler bene ai miei confratelli, che vivono il loro servizio al Regno di Dio con generosità e che a volte sentono il peso della incomprensione e della solitudine. Sono un grande dono di Dio agli uomini e bisogna invocare con insistenza che altri continuino il loro ministero."

Firenze 15 Dicembre 2004

Altra testimonianza è quella del Card. albanese Don Ernest Simoni Troshani. Egli è l'unico sacerdote vivente, testimone della persecuzione del regime di Enver Hoxha che aveva proclamato l'Albania il primo stato ateo al mondo, perseguitando Cristiani, Musulmani, Sufi Bektashi.

Don Simoni, arrestato nel 1963, durante la prigionia rischiava la vita e, nonostante le torture subite, ripeteva sempre: *"Il Signore è il mio pastore, non manco di nulla"*. Quante volte ho recitato e recito questo Salmo e il Signore mi aiuta a servire e a riconciliare molte persone, allontanando l'odio dai loro cuori.

I salmi e i cantici sono stati scritti tanti secoli fa sia per i credenti ebrei che per i cristiani. Sono pregati o cantati dai singoli o dalle comunità cristiane in un'autentica comunione universale di vita cristiana.

Le brevissime riflessioni sui Salmi sono da applicare nella vita prima per sé, poi da suggerire agli altri. Inoltre, sono

proprie brevissime riflessioni, perché l'80% delle persone di mia assistenza spirituale ha un'autonomia di ascolto da 2 a 4 minuti.

Salmo 1 Le due vie.

[1] Beato l'uomo che non segue il consiglio degli empi,
non indugia nella via dei peccatori

e non siede in compagnia degli stolti;

[2] ma si compiace della legge del Signore,
la sua legge medita giorno e notte.

[3] Sarà come albero piantato lungo corsi d'acqua,
che darà frutto a suo tempo

e le sue foglie non cadranno mai;
riusciranno tutte le sue opere.

[4] Non così, non così gli empi:
ma come pula che il vento disperde;

[5] perciò non reggeranno gli empi nel giudizio,
né i peccatori nell'assemblea dei giusti.

[6] Il Signore veglia sul cammino dei giusti,
ma la via degli empi andrà in rovina.

Breve riflessione:

Le due vie dell'uomo sono la benedizione, la giustizia e la maledizione, l'empietà. Chi sceglie il bene, la giustizia sceglie Gesù che ha pietà di noi peccatori, accresce la nostra fede ed è più fedele agli impegni presi.

Salmo 2 Il re messia.

[1] Perché le genti congiurano
perché invano cospirano i popoli?

[2] Insorgono i re della terra
e i principi congiurano insieme
contro il Signore e contro il suo Messia:

[3] «Spezziamo le loro catene,
gettiamo via i loro legami».

[4] Se ne ride chi abita i cieli,
li schernisce dall'alto il Signore.

[5] Egli parla loro con ira,
li spaventa nel suo sdegno:

[6] «Io l'ho costituito mio sovrano
sul Sion mio santo monte».

[7] Annunzierò il decreto del Signore.
Egli mi ha detto: «Tu sei mio figlio,
io oggi ti ho generato.

[8] Chiedi a me, ti darò in possesso le genti
e in dominio i confini della terra.

[9] Le spezzerai con scettro di ferro,
come vasi di argilla le frantumerai».

[10] E ora, sovrani, siate saggi
istruitevi, giudici della terra;

[11] servite Dio con timore
e con tremore esultate;

[12] che non si sdegni e voi perdiate la via.
Improvvisa divampa la sua ira.

Beato chi in lui si rifugia.

Breve riflessione:

Dio padre ha costituito nostro re Gesù crocifisso e risorto. Insieme ascoltano le nostre preghiere, concedendoci di servirli con timore, difendendoci dalle insidie e ci fanno partecipare con gioia alla loro eterna gloria.

Salmo 3 Invocazione del giusto perseguitato.

[1] Salmo di Davide quando fuggiva il figlio Assalonne.

[2] Signore, quanti sono i miei oppressori!

Molti contro di me insorgono.

[3] Molti di me vanno dicendo:

«Neppure Dio lo salva!».

[4] Ma tu, Signore, sei mia difesa,
tu sei mia gloria e sollevi il mio capo.

[5] Al Signore innalzo la mia voce
e mi risponde dal suo monte santo.

[6] Io mi corico e mi addormento,
mi sveglio perché il Signore mi sostiene.

[7] Non temo la moltitudine di genti
che contro di me si accampano.

[8] Sorgi, Signore,
salvami, Dio mio.

Hai colpito sulla guancia i miei nemici,
hai spezzato i denti ai peccatori.

[9] Del Signore è la salvezza:
sul tuo popolo la tua benedizione.

Breve riflessione:

E' presente una profonda fiducia nell'opera salvifica di Dio che non tarderà a manifestarsi. " Del Signore è la salvezza: sul tuo popolo la Tua benedizione". Partecipando alla passione di Gesù, nelle piccole e grandi difficoltà della nostra vita, possiamo essere partecipi anche della sua risurrezione.

Salmo 4 rendimento di grazie.

[1] Al maestro del coro. Per strumenti a corda. Salmo.
Di Davide.

[2] Quando ti invoco, rispondimi, Dio, mia giustizia:
dalle angosce mi hai liberato;
pietà di me, ascolta la mia preghiera.

[3] Fino a quando, o uomini, sarete duri di cuore?
Perché amate cose vane e cercate la menzogna?

[4] Sappiate che il Signore fa prodigi per il suo fedele:
il Signore mi ascolta quando lo invoco.

[5] Tremate e non peccate,
sul vostro giaciglio riflettete e placatevi.

[6] Offrite sacrifici di giustizia
e confidate nel Signore.

[7] Molti dicono: «Chi ci farà vedere il bene?».
Risplenda su di noi, Signore, la luce del tuo volto.

[8] Hai messo più gioia nel mio cuore
di quando abbondano vino e frumento.

[9] In pace mi corico e subito mi addormento:
tu solo, Signore, al sicuro mi fai riposare.

Breve riflessione:

Il salmo ci esorta a confidare nel Signore, luce del mondo,
fonte di pace e così possiamo lodarlo con gioia.

Salmo 5 Preghiera del mattino, per aver l'aiuto del Signore.

[1] Al maestro del coro. Per flauti. Salmo. Di Davide.

[2] Porgi l'orecchio, Signore, alle mie parole:
intendi il mio lamento.

[3] Ascolta la voce del mio grido,
o mio re e mio Dio,
perché ti prego, Signore.

[4] Al mattino ascolta la mia voce;
fin dal mattino t'invoco e sto in attesa.

[5] Tu non sei un Dio che si compiace del male;
presso di te il malvagio non trova dimora;

[6] gli stolti non sostengono il tuo sguardo.

Tu detesti chi fa il male,

[7] fai perire i bugiardi.

Il Signore detesta sanguinari e ingannatori.

[8] Ma io per la tua grande misericordia

entrerò nella tua casa;

mi prostrerò con timore

nel tuo santo tempio.

[9] Signore, guidami con giustizia

di fronte ai miei nemici;

spianami davanti il tuo cammino.

[10] Non c'è sincerità sulla loro bocca,

è pieno di perfidia il loro cuore;

la loro gola è un sepolcro aperto,

la loro lingua è tutta adulazione.

[11] Condannali, o Dio, soccombano alle loro trame,

per tanti loro delitti disperdili,

perché a te si sono ribellati.

[12] Gioiscano quanti in te si rifugiano,

esultino senza fine.

Tu li proteggi e in te si allieteranno
quanti amano il tuo nome.

[13] Signore, tu benedici il giusto:
come scudo lo copre la tua benevolenza.

Breve riflessione:

Non perdiamoci nelle cose terrene, ma confidiamo nel Signore, egli è il nostro tesoro nascosto, giorno senza tramonto che ci dona tanta pace e con letizia cantiamo le nostre lodi a Lui.

Salmo 6 Un malato implora Dio.

[1] Al maestro del coro. Per strumenti a corda. Sull'ottava.
Salmo. Di Davide.

[2] Signore, non punirmi nel tuo sdegno,
non castigarmi nel tuo furore.

[3] Pietà di me, Signore: vengo meno;
risanami, Signore: tremano le mie ossa.

[4] L'anima mia è tutta sconvolta,
ma tu, Signore, fino a quando...?

[5] Volgiti, Signore, a liberarmi,
salvami per la tua misericordia.

[6] Nessuno tra i morti ti ricorda.
Chi negli inferi canta le tue lodi?

[7] Sono stremato dai lunghi lamenti,
ogni notte inondo di pianto il mio giaciglio,
irroro di lacrime il mio letto.

[8] I miei occhi si consumano nel dolore,
invecchio fra tanti miei oppressori.

[9] Via da me voi tutti che fate il male,
il Signore ascolta la voce del mio pianto.

[10] Il Signore ascolta la mia supplica,
il Signore accoglie la mia preghiera.

[11] Arrossiscano e tremino i miei nemici,
confusi, indietreggino all'istante.

Breve riflessione:

Dio infonde fiducia e speranza e ascolta la nostra invocazione. La preghiera dell'umile è di colui che vive per compiere la volontà del Signore e non ci mancherà la sua consolazione, guarigione per godere della pace e salute che solo Lui sa darci e cantaremo in eterno le sue lodi.

Salmo 7 Signore in Te ho trovato rifugio.

[1] Lamento che Davide rivolse al Signore per le parole di Cus il Beniaminita.

[2] Signore, mio Dio, in te mi rifugio:
salvami e liberami da chi mi perseguita,
[3] perché non mi sbrani come un leone,
non mi sbrani senza che alcuno mi salvi.

[4] Signore mio Dio, se così ho agito:
se c'è iniquità sulle mie mani,

[5] se ho ripagato il mio amico con il male,
se a torto ho spogliato i miei avversari,
[6] il nemico m'insegua e mi raggiunga,
calpesti a terra la mia vita
e trascini nella polvere il mio onore.

[7] Sorgi, Signore, nel tuo sdegno,
levati contro il furore dei nemici,
alzati per il giudizio che hai stabilito.

[8] L'assemblea dei popoli ti circonda:
dall'alto volgiti contro di essa.

[9] Il Signore decide la causa dei popoli:
giudicami, Signore, secondo la mia giustizia,
secondo la mia innocenza, o Altissimo.

[10] Poni fine al male degli empi;
rafforza l'uomo retto,
tu che provi mente e cuore, Dio giusto.

[11] La mia difesa è nel Signore,
egli salva i retti di cuore.

[12] Dio è giudice giusto,
ogni giorno si accende il suo sdegno.

[13] Non torna forse ad affilare la spada,
a tendere e puntare il suo arco?

[14] Si prepara strumenti di morte,
arroventa le sue frecce.

[15] Ecco, l'empio produce ingiustizia,
concepisce malizia, partorisce menzogna.

[16] Egli scava un pozzo profondo
e cade nella fossa che ha fatto;

[17] la sua malizia ricade sul suo capo,
la sua violenza gli piomba sulla testa.

[18] Loderò il Signore per la sua giustizia
e canterò il nome di Dio, l'Altissimo.

Breve riflessione:

Questo salmo esprime la fiducia nella giustizia di Dio che è la misericordia per coloro che lo temono e lo seguono. La loro coscienza e il loro cuore si realizzano solo nell'amore del Signore e del prossimo.

Salmo 8 grandezza del Signore e dignità dell'uomo.

[1] Al maestro di coro. Sul canto: «I Torchi...».

Salmo. Di Davide.

[2] O Signore, nostro Dio,
quanto è grande il tuo nome su tutta la terra:
sopra i cieli si innalza la tua magnificenza.

[3] Con la bocca dei bimbi e dei lattanti
afferma la tua potenza contro i tuoi avversari,
per ridurre al silenzio nemici e ribelli.

[4] Se guardo il tuo cielo, opera delle tue dita,
la luna e le stelle che tu hai fissate,

[5] che cosa è l'uomo perché te ne ricordi
e il figlio dell'uomo perché te ne curi?

[6] Eppure l'hai fatto poco meno degli angeli,
di gloria e di onore lo hai coronato:

[7] gli hai dato potere sulle opere delle tue mani,
tutto hai posto sotto i suoi piedi;

[8] tutti i greggi e gli armenti,
tutte le bestie della campagna;

[9] Gli uccelli del cielo e i pesci del mare,
che percorrono le vie del mare.

[10] O Signore, nostro Dio,
quanto è grande il tuo nome su tutta la terra.

Breve riflessione:

Siamo chiamati ad essere trasmettitori della gloria di Dio che ci ha creati, redenti, accolti e ci aiuta ad essere (degni senza nostri meriti) della grandezza alla quale ci ha elevati, nel rispetto di tutto il creato.

Salmo 9 A. Dio abbatte gli empi e salva gli umili.

[1] Al maestro del coro. In sordina. Salmo. Di Davide.

[2] Loderò il Signore con tutto il cuore
e annunzierò tutte le tue meraviglie.

[3] Gioisco in te ed esulto,
canto inni al tuo nome, o Altissimo.

[4] Mentre i miei nemici retrocedono,
davanti a te inciampano e periscono,

[5] perché hai sostenuto il mio diritto e la mia causa;
siedi in trono giudice giusto.

[6] Hai minacciato le nazioni, hai sterminato l'empio,
il loro nome hai cancellato in eterno, per sempre.

[7] Per sempre sono abbattute le fortezze del nemico,
è scomparso il ricordo delle città che hai distrutte.

[8] Ma il Signore sta assiso in eterno;
erige per il giudizio il suo trono:

[9] giudicherà il mondo con giustizia,
con rettitudine deciderà le cause dei popoli.

[10] Il Signore sarà un riparo per l'oppresso,
in tempo di angoscia un rifugio sicuro.

[11] Confidino in te quanti conoscono il tuo nome,
perché non abbandoni chi ti cerca, Signore.

[12] Cantate inni al Signore, che abita in Sion,
narrate tra i popoli le sue opere.

[13] Vindice del sangue, egli ricorda,
non dimentica il grido degli afflitti.

[14] Abbi pietà di me, Signore,
vedi la mia miseria, opera dei miei nemici,
tu che mi strappi dalle soglie della morte,

[15] perché possa annunziare le tue lodi,
esultare per la tua salvezza

alle porte della città di Sion.

[16] Sprofondano i popoli nella fossa che hanno scavata,
nella rete che hanno teso si impiglia il loro piede.

[17] Il Signore si è manifestato, ha fatto giustizia;
l'empio è caduto nella rete, opera delle sue mani.

[18] Tornino gli empì negli inferi,
tutti i popoli che dimenticano Dio.

[19] Perché il povero non sarà dimenticato,
la speranza degli afflitti non resterà delusa.

[20] Sorgi, Signore, non prevalga l'uomo:
davanti a te siano giudicate le genti.

[21] Riempile di spavento, Signore,
sappiano le genti che sono mortali.

[22] Perché, Signore, stai lontano,
nel tempo dell'angoscia ti nascondi?

[23] Il misero soccombe all'orgoglio dell'empio
e cade nelle insidie tramate.

[24] L'empio si vanta delle sue brame,
l'avarò maledice, disprezza Dio.

[25] L'empio insolente disprezza il Signore:
«Dio non se ne cura: Dio non esiste»;
questo è il suo pensiero.

[26] Le sue imprese riescono sempre.
Son troppo in alto per lui i tuoi giudizi:
disprezza tutti i suoi avversari.

[27] Egli pensa: «Non sarò mai scosso,
vivrò sempre senza sventure».

[28] Di spergiuri, di frodi e d'inganni ha piena la bocca,
sotto la sua lingua sono iniquità e sopruso.

[29] Sta in agguato dietro le siepi,
dai nascondigli uccide l'innocente.

[30] I suoi occhi spiano l'infelice,

sta in agguato nell'ombra come un leone nel covo.

Sta in agguato per ghermire il misero,
ghermisce il misero attirandolo nella rete.

[31] Infierisce di colpo sull'oppresso,
cadono gl'infelici sotto la sua violenza.

[32] Egli pensa: «Dio dimentica,
nasconde il volto, non vede più nulla».

[33] Sorgi, Signore, alza la tua mano,
non dimenticare i miseri.

[34] Perché l'empio disprezza Dio
e pensa: «Non ne chiederà conto»?

[35] Eppure tu vedi l'affanno e il dolore,
tutto tu guardi e prendi nelle tue mani.

A te si abbandona il misero,
dell'orfano tu sei il sostegno.

Spezza il braccio dell'empio e del malvagio;

[36] Punisci il suo peccato e più non lo trovi.

[37] Il Signore è re in eterno, per sempre:
dalla sua terra sono scomparse le genti.

[38] Tu accogli, Signore, il desiderio dei miseri,
rafforzi i loro cuori, porgi l'orecchio

[39] per far giustizia all'orfano e all'oppresso;
e non incuta più terrore l'uomo fatto di terra.

Breve riflessione:

Si esprime ringraziamento, fiducia nel Signore e implorazione nell'oppressione. Egli ascolta i sofferenti, affinché gli uomini consolino nella tristezza e aiutino nella tribolazione.

Salmo 10 nel Signore è la fiducia del giusto.

[1] Al maestro del coro. Di Davide.

Nel Signore mi sono rifugiato, come potete dirmi:

«Fuggi come un passero verso il monte»?

[2] Ecco, gli empi tendono l'arco,
aggiustano la freccia sulla corda
per colpire nel buio i retti di cuore.

[3] Quando sono scosse le fondamenta,
il giusto che cosa può fare?

[4] Ma il Signore nel tempio santo,
il Signore ha il trono nei cieli.

I suoi occhi sono aperti sul mondo,
le sue pupille scrutano ogni uomo.

[5] Il Signore scruta giusti ed empi,
egli odia chi ama la violenza.

[6] Farà piovere sugli empi
brace, fuoco e zolfo,
vento bruciante toccherà loro in sorte;

[7] Giusto è il Signore, ama le cose giuste;
gli uomini retti vedranno il suo volto.

Breve riflessione:

La fiducia in Dio ci invita all'incontro con Lui, poiché giusto è il Signore e gli uomini retti lo vedranno. Quando sembra tutto perduto, fa che possiamo ricordarci della tua presenza, del tuo conforto e della tua salvezza.

Salmo 11 supplica contro il mondo menzognero.

[1] Al maestro del coro. Sull'ottava. Salmo. Di Davide.

[2] Salvami, Signore! Non c'è più un uomo fedele;
è scomparsa la fedeltà tra i figli dell'uomo.

[3] Si dicono menzogne l'uno all'altro,
labbra bugiarde parlano con cuore doppio.

[4] Recida il Signore le labbra bugiarde,
la lingua che dice parole arroganti,

[5] quanti dicono: «Per la nostra lingua siamo forti,
ci difendiamo con le nostre labbra:
chi sarà nostro padrone?». ».

[6] «Per l'oppressione dei miseri e il gemito dei poveri,
io sorgerò - dice il Signore -
metterò in salvo chi è disprezzato». ».

[7] I detti del Signore sono puri,
argento raffinato nel crogiuolo,
purificato nel fuoco sette volte.

[8] Tu, o Signore, ci custodirai,
ci guarderai da questa gente per sempre.

[9] Mentre gli empi si aggirano intorno,
emergono i peggiori tra gli uomini.

Breve riflessione:

Ogni menzogna viene dal male, che inganna gli uomini e li convince a peccare. Supplicando Dio chiediamo di essere protetti, giusti, sinceri.

Salmo 12 lamento di un giusto nella prova.

[1] Al maestro del coro. Salmo. Di Davide.

[2] Fino a quando, Signore, continuerai a dimenticarmi?
Fino a quando mi nasconderai il tuo volto?

[3] Fino a quando nell'anima mia proverò affanni,
tristezza nel cuore ogni momento?

Fino a quando su di me trionferà il nemico?

[4] Guarda, rispondimi, Signore mio Dio,
conserva la luce ai miei occhi,
perché non mi sorprenda il sonno della morte,
[5] perché il mio nemico non dica: «L'ho vinto!»
e non esultino i miei avversari quando vacillo.

[6] Nella tua misericordia ho confidato.
Gioisca il mio cuore nella tua salvezza
e canti al Signore, che mi ha beneficato.

Breve riflessione:

Tanta fiducia in Dio che nel battesimo ci rende figli della luce. Vegliate e pregate in ogni momento ci suggerisce il Signore, affinché con pazienza e sopportazione possiate superare affanni, tristezze, difficoltà e saper accogliere la pace nei vostri cuori, perché Io sono con voi fino alla fine del mondo.

Salmo 13 stoltezza degli esempi.

[1] Al maestro del coro. Di Davide.

Lo stolto pensa: «Non c'è Dio».

Sono corrotti, fanno cose abominevoli:
nessuno più agisce bene.

[2] Il Signore dal cielo si china sugli uomini
per vedere se esista un saggio:
se c'è uno che cerchi Dio.

[3] Tutti hanno traviato, sono tutti corrotti;
più nessuno fa il bene, neppure uno.

[4] Non comprendono nulla tutti i malvagi,
che divorano il mio popolo come il pane?

[5] Non invocano Dio: tremaranno di spavento,
perché Dio è con la stirpe del giusto.

[6] Volete confondere le speranze del misero,
ma il Signore è il suo rifugio.

[7] Venga da Sion la salvezza d'Israele!

Quando il Signore ricondurrà il suo popolo,
esulterà Giacobbe e gioirà Israele.

Breve riflessione:

Sono Stolti coloro che vivono la propria vita senza temere Dio e si corrompono con le passioni ingannatrici. "Comportatevi non da stolti, ma da uomini saggi; sappiate comprendere la volontà di Dio, sia il Signore il nostro unico rifugio e saremo salvi". (S. Paolo, ef. 5,15-17).

Salmo 14 chi è degno di stare davanti al Signore?

[1] Salmo. Di Davide.

Signore, chi abiterà nella tua tenda?

Chi dimorerà sul tuo santo monte?

[2] Colui che cammina senza colpa,
agisce con giustizia e parla lealmente,

[3] non dice calunnia con la lingua,
non fa danno al suo prossimo

e non lancia insulto al suo vicino.

[4] Ai suoi occhi è spregevole il malvagio,
ma onora chi teme il Signore.

Anche se giura a suo danno, non cambia;

[5] presta denaro senza fare usura,
e non accetta doni contro l'innocente.

Colui che agisce in questo modo
resterà saldo per sempre.

Breve riflessione:

“Siate santi perché io sono santo!” (Lv.11,44). Gesù ha dato la sua vita per noi, tramite Lui abbiamo conosciuto l'amore fatto non di parole, ma di gesti concreti.

Salmo 15 Il Signore è mia eredità.

[1] Miktam. Di Davide.

Proteggimi, o Dio: in te mi rifugio.

[2] Ho detto a Dio: «Sei tu il mio Signore, senza di te non ho alcun bene».

[3] Per i santi, che sono sulla terra, uomini nobili, è tutto il mio amore.

[4] Si affrettino altri a costruire idoli: io non spanderò le loro libazioni di sangue né pronunzierò con le mie labbra i loro nomi.

[5] Il Signore è mia parte di eredità e mio calice: nelle tue mani è la mia vita.

[6] Per me la sorte è caduta su luoghi deliziosi, è magnifica la mia eredità.

[7] Benedico il Signore che mi ha dato consiglio; anche di notte il mio cuore mi istruisce.

[8] Io pongo sempre innanzi a me il Signore, sta alla mia destra, non posso vacillare.

[9] Di questo gioisce il mio cuore, esulta la mia anima;

anche il mio corpo riposa al sicuro,

[10] perché non abbandonerai la mia vita nel sepolcro, né lascerai che il tuo santo veda la corruzione.

[11] Mi indicherai il sentiero della vita, gioia piena nella tua presenza, dolcezza senza fine alla tua destra.

Breve riflessione:

Eredità da condividere con gli altri, da gioire alla Sua presenza. Con lui e in Lui si trova la felicità senza fine, dolcezza infinita.

Salmo 16 Dio speranza dell'innocente perseguitato.

[1] Preghiera. Di Davide.

Accogli, Signore, la causa del giusto,
sii attento al mio grido.

Porgi l'orecchio alla mia preghiera:
sulle mie labbra non c'è inganno.

[2] Venga da te la mia sentenza,
i tuoi occhi vedano la giustizia.

[3] Saggia il mio cuore, scrutalo di notte,
provami al fuoco, non troverai malizia.

La mia bocca non si è resa colpevole,

[4] secondo l'agire degli uomini;
seguendo la parola delle tue labbra,
ho evitato i sentieri del violento.

[5] Sulle tue vie tieni saldi i miei passi
e i miei piedi non vacilleranno.

[6] Io t'invoco, mio Dio: dammi risposta;
porgi l'orecchio, ascolta la mia voce,

[7] mostrami i prodigi del tuo amore:

tu che salvi dai nemici

chi si affida alla tua destra.

[8] Custodiscimi come pupilla degli occhi,
proteggimi all'ombra delle tue ali,

[9] di fronte agli empi che mi opprimono,
ai nemici che mi accerchiano.

[10] Essi hanno chiuso il loro cuore,
le loro bocche parlano con arroganza.

[11] Eccoli, avanzano, mi circondano,
puntano gli occhi per abbattermi;

[12] simili a un leone che brama la preda,
a un leoncello che si apposta in agguato.

[13] Sorgi, Signore, affrontalo, abbattilo;
con la tua spada scampami dagli empi,
[14] con la tua mano, Signore, dal regno dei morti
che non hanno più parte in questa vita.
Sazia pure dei tuoi beni il loro ventre
se ne sazino anche i figli
e ne avanzi per i loro bambini.
[15] Ma io per la giustizia contemplerò il tuo volto,
al risveglio mi sazierò della tua presenza.

Breve riflessione:

Egli dona a noi serenità nelle persecuzioni; con la certezza
che superate le nostre difficoltà lo incontreremo un giorno.

Salmo 17 canto di ringraziamento.

[1] Al maestro del coro. Di Davide, servo del Signore, che rivolse al Signore le parole di questo canto, quando il Signore lo liberò dal potere di tutti i suoi nemici, [2] e dalla mano di Saul. Disse dunque:

Ti amo, Signore, mia forza,

[3] Signore, mia roccia, mia fortezza, mio liberatore;
mio Dio, mia rupe, in cui trovo riparo;
mio scudo e baluardo, mia potente salvezza.

[4] Invoco il Signore, degno di lode,
e sarò salvato dai miei nemici.

[5] Mi circondavano flutti di morte,
mi travolgevano torrenti impetuosi;

[6] già mi avvolgevano i lacci degli inferi,
già mi stringevano agguati mortali.

[7] Nel mio affanno invocai il Signore,
nell'angoscia gridai al mio Dio:
dal suo tempio ascoltò la mia voce,
al suo orecchio pervenne il mio grido.

[8] La terra tremò e si scosse;
vacillarono le fondamenta dei monti,
si scossero perché egli era sdegnato.

[9] Dalle sue narici saliva fumo,
dalla sua bocca un fuoco divorante;
da lui sprizzavano carboni ardenti.

[10] Abbassò i cieli e discese,
fosca caligine sotto i suoi piedi.

[11] Cavalcava un cherubino e volava,
si librava sulle ali del vento.

[12] Si avvolgeva di tenebre come di velo,
acque oscure e dense nubi lo coprivano.

[13] Davanti al suo fulgore si dissipavano le nubi
con grandine e carboni ardenti.

[14] Il Signore tuonò dal cielo,
l'Altissimo fece udire la sua voce:
grandine e carboni ardenti.

[15] Scagliò saette e li disperse,
fulminò con folgori e li sconfisse.

[16] Allora apparve il fondo del mare,
si scoprirono le fondamenta del mondo,
per la tua minaccia, Signore,
per lo spirare del tuo furore.

[17] Stese la mano dall'alto e mi prese,
mi sollevò dalle grandi acque,

[18] mi liberò da nemici potenti,
da coloro che mi odiavano
ed eran più forti di me.

[19] Mi assalirono nel giorno di sventura,
ma il Signore fu mio sostegno;

[20] mi portò al largo,
mi liberò perché mi vuol bene.

[21] Il Signore mi tratta secondo la mia giustizia,
mi ripaga secondo l'innocenza delle mie mani;

[22] perché ho custodito le vie del Signore,
non ho abbandonato empivamente il mio Dio.

[23] I suoi giudizi mi stanno tutti davanti,
non ho respinto da me la sua legge;

[24] ma integro sono stato con lui
e mi sono guardato dalla colpa.

[25] Il Signore mi rende secondo la mia giustizia,
secondo l'innocenza delle mie mani davanti ai suoi occhi.

[26] Con l'uomo buono tu sei buono
con l'uomo integro tu sei integro,

[27] con l'uomo puro tu sei puro,
con il perverso tu sei astuto.
[28] Perché tu salvi il popolo degli umili,
ma abbassi gli occhi dei superbi.
[29] Tu, Signore, sei luce alla mia lampada;
il mio Dio rischiara le mie tenebre.
[30] Con te mi lancerò contro le schiere,
con il mio Dio scavalcherò le mura.
[31] La via di Dio è diritta,
la parola del Signore è provata al fuoco;
egli è scudo per chi in lui si rifugia.
[32] Infatti, chi è Dio, se non il Signore?
O chi è rupe, se non il nostro Dio?
[33] Il Dio che mi ha cinto di vigore
e ha reso integro il mio cammino;
[34] mi ha dato agilità come di cerve,
sulle alture mi ha fatto stare saldo;
[35] ha addestrato le mie mani alla battaglia,
le mie braccia a tender l'arco di bronzo.
[36] Tu mi hai dato il tuo scudo di salvezza,
la tua destra mi ha sostenuto,
la tua bontà mi ha fatto crescere.
[37] Hai spianato la via ai miei passi,
i miei piedi non hanno vacillato.
[38] Ho inseguito i miei nemici e li ho raggiunti,
non sono tornato senza averli annientati.
[39] Li ho colpiti e non si sono rialzati,
sono caduti sotto i miei piedi.
[40] Tu mi hai cinto di forza per la guerra,
hai piegato sotto di me gli avversari.
[41] Dei nemici mi hai mostrato le spalle,
hai disperso quanti mi odiavano.

[42] Hanno gridato e nessuno li ha salvati,
al Signore, ma non ha risposto.

[43] Come polvere al vento li ho dispersi,
calpestati come fango delle strade.

[44] Mi hai scampato dal popolo in rivolta,
mi hai posto a capo delle nazioni.

Un popolo che non conoscevo mi ha servito;

[45] all'udirmi, subito mi obbedivano,
stranieri cercavano il mio favore,

[46] impallidivano uomini stranieri
e uscivano tremanti dai loro nascondigli.

[47] Viva il Signore e benedetta la mia rupe,
sia esaltato il Dio della mia salvezza.

[48] Dio, tu mi accordi la rivincita
e sottometti i popoli al mio giogo,

[49] mi scampi dai nemici furenti,
dei miei avversari mi fai trionfare
e mi liberi dall'uomo violento.

[50] Per questo, Signore, ti loderò tra i popoli
e canterò inni di gioia al tuo nome.

[51] Egli concede al suo re grandi vittorie,
si mostra fedele al suo consacrato,
a Davide e alla sua discendenza per sempre.

Breve riflessione:

L'amore di Dio ci spinge ad agire e a comportarci come Lui
si è comportato; attingendo forza nello Spirito Santo che ci
libera dal male con la sua luce e forza lungo il cammino
della vita.

Salmo 18 inno al Dio creatore.

[1] Al maestro del coro. Salmo. Di Davide.

Il Signore sole di giustizia

[2] I cieli narrano la gloria di Dio,
e l'opera delle sue mani annunzia il firmamento.

[3] Il giorno al giorno ne affida il messaggio
e la notte alla notte ne trasmette notizia.

[4] Non è linguaggio e non sono parole,
di cui non si oda il suono.

[5] Per tutta la terra si diffonde la loro voce
e ai confini del mondo la loro parola.

[6] Là pose una tenda per il sole
che esce come sposo dalla stanza nuziale,
esulta come prode che percorre la via.

[7] Egli sorge da un estremo del cielo
e la sua corsa raggiunge l'altro estremo:
nulla si sottrae al suo calore.

[8] La legge del Signore è perfetta,
rinfranca l'anima;

la testimonianza del Signore è verace,
rende saggio il semplice.

[9] Gli ordini del Signore sono giusti,
fanno gioire il cuore;

i comandi del Signore sono limpidi,
danno luce agli occhi.

[10] Il timore del Signore è puro, dura sempre;
i giudizi del Signore sono tutti fedeli e giusti,

[11] più preziosi dell'oro, di molto oro fino,
più dolci del miele e di un favo stillante.

[12] Anche il tuo servo in essi è istruito,
per chi li osserva è grande il profitto.

[13] Le inavvertenze chi le discerne?

Assolvimi dalle colpe che non vedo.

[14] Anche dall'orgoglio salva il tuo servo

perché su di me non abbia potere;

allora sarò irreprensibile,

sarò puro dal grande peccato.

[15] Ti siano gradite le parole della mia bocca,

davanti a te i pensieri del mio cuore.

Signore, mia rupe e mio redentore.

Breve riflessione

Riassume e incarna in sé tutto il messaggio della Divina Rivelazione. Il Signore viene nella nostra vita e la santifica con la sua grazia. Apre il nostro cuore per unire la lode al ringraziamento.

Salmo 19 preghiera per la vittoria del Re Messia.

[1] Al maestro del coro. Salmo. Di Davide.

[2] Ti ascolti il Signore nel giorno della prova,
ti protegga il nome del Dio di Giacobbe.

[3] Ti mandi l'aiuto dal suo santuario
e dall'alto di Sion ti sostenga.

[4] Ricordi tutti i tuoi sacrifici
e gradisca i tuoi olocausti.

[5] Ti conceda secondo il tuo cuore,
faccia riuscire ogni tuo progetto.

[6] Esulteremo per la tua vittoria,
spiegheremo i vessilli in nome del nostro Dio;
adempia il Signore tutte le tue domande.

[7] Ora so che il Signore salva il suo consacrato;
gli ha risposto dal suo cielo santo
con la forza vittoriosa della sua destra.

[8] Chi si vanta dei carri e chi dei cavalli,
noi siamo forti nel nome del Signore nostro Dio.

[9] Quelli si piegano e cadono,
ma noi restiamo in piedi e siamo saldi.

[10] Salva il re, o Signore,
rispondici, quando ti invochiamo.

Breve riflessione:

E' un'invocazione di aiuto e di vittoria. Gesù è il Signore che ha sconfitto il male, con la sua passione, morte e risurrezione. Sacrificio offerto da Cristo per la salvezza di tutti.

Salmo 20 ringraziamento per la vittoria del Re Messia, sul peccato e sulla morte.

[1] Al maestro del coro. Salmo. Di Davide.

[2] Signore, il re gioisce della tua potenza, quanto esulta per la tua salvezza!

[3] Hai soddisfatto il desiderio del suo cuore, non hai respinto il voto delle sue labbra.

[4] Gli vieni incontro con larghe benedizioni; gli poni sul capo una corona di oro fino.

[5] Vita ti ha chiesto, a lui l'hai concessa, lunghi giorni in eterno, senza fine.

[6] Grande è la sua gloria per la tua salvezza, lo avvolgi di maestà e di onore;

[7] lo fai oggetto di benedizione per sempre, lo inondi di gioia dinanzi al tuo volto.

[8] Perché il re confida nel Signore: per la fedeltà dell'Altissimo non sarà mai scosso.

[9] La tua mano raggiungerà ogni tuo nemico, la tua destra raggiungerà chiunque ti odia.

[10] Ne farai una fornace ardente, nel giorno in cui ti mostrerai: il Signore li consumerà nella sua ira, li divorerà il fuoco.

[11] Sterminerai dalla terra la loro prole, la loro stirpe di mezzo agli uomini.

[12] Perché hanno ordito contro di te il male, hanno tramato insidie, non avranno successo.

[13] Hai fatto loro voltare le spalle, contro di essi punterai il tuo arco.

[14] Alzati, Signore, in tutta la tua forza; canteremo inni alla tua potenza.

Breve riflessione:

Grande è la sua gloria per la nostra salvezza. Dono per superare le tentazioni e sorgente di fiducia, consolazione e speranza.

Salmo 21 esaudimento del giusto provato dalla sofferenza.

[1] Al maestro del coro. Sull'aria: «Cerva dell'aurora». Salmo. Di Davide.

[2] «Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato? Tu sei lontano dalla mia salvezza»: sono le parole del mio lamento.

[3] Dio mio, invoco di giorno e non rispondi, grido di notte e non trovo riposo.

[4] Eppure tu abiti la santa dimora, tu, lode di Israele.

[5] In te hanno sperato i nostri padri, hanno sperato e tu li hai liberati;

[6] a te gridarono e furono salvati, sperando in te non rimasero delusi.

[7] Ma io sono verme, non uomo, infamia degli uomini, rifiuto del mio popolo.

[8] Mi scherniscono quelli che mi vedono, storcono le labbra, scuotono il capo:

[9] «Si è affidato al Signore, lui lo scampi; lo liberi, se è suo amico».

[10] Sei tu che mi hai tratto dal grembo, mi hai fatto riposare sul petto di mia madre.

[11] Al mio nascere tu mi hai raccolto, dal grembo di mia madre sei tu il mio Dio.

[12] Da me non stare lontano, poiché l'angoscia è vicina e nessuno mi aiuta.

[13] Mi circondano tori numerosi, mi assediano tori di Basan.

[14] Spalancano contro di me la loro bocca

come leone che sbrana e ruggisce.

[15] Come acqua sono versato,
sono slogate tutte le mie ossa.

Il mio cuore è come cera,
si fonde in mezzo alle mie viscere.

[16] E' arido come un coccio il mio palato,
la mia lingua si è incollata alla gola,
su polvere di morte mi hai depresso.

[17] Un branco di cani mi circonda,
mi assedia una banda di malvagi;
hanno forato le mie mani e i miei piedi,

[18] posso contare tutte le mie ossa.

Essi mi guardano, mi osservano:

[19] si dividono le mie vesti,
sul mio vestito gettano la sorte.

[20] Ma tu, Signore, non stare lontano,
mia forza, accorri in mio aiuto.

[21] Scampami dalla spada,
dalle unghie del cane la mia vita.

[22] Salvami dalla bocca del leone
e dalle corna dei bufali.

[23] Annunzierò il tuo nome ai miei fratelli,
ti loderò in mezzo all'assemblea.

[24] Lodate il Signore, voi che lo temete,
gli dia gloria la stirpe di Giacobbe,
lo tema tutta la stirpe di Israele;

[25] perché egli non ha disprezzato
né sdegnato l'afflizione del misero,
non gli ha nascosto il suo volto,
ma, al suo grido d'aiuto, lo ha esaudito.

[26] Sei tu la mia lode nella grande assemblea,
scioglierò i miei voti davanti ai suoi fedeli.

[27] I poveri mangeranno e saranno saziati,
loderanno il Signore quanti lo cercano:
«Viva il loro cuore per sempre».

[28] Ricorderanno e torneranno al Signore
tutti i confini della terra,
si prostreranno davanti a lui
tutte le famiglie dei popoli.

[29] Poiché il regno è del Signore,
egli domina su tutte le nazioni.

[30] A lui solo si prostreranno quanti dormono sotto terra,
davanti a lui si curveranno
quanti discendono nella polvere.

E io vivrò per lui,

[31] lo servirà la mia discendenza.

Si parlerà del Signore alla generazione che viene;

[32] annunzieranno la sua giustizia;

al popolo che nascerà diranno:

«Ecco l'opera del Signore!».

Breve riflessione:

Gesù d'infinito amore, non possiamo dubitare di quello che ci ha promesso. La sua croce trionfante ci aiuta a portare le prove, a capirle, ad offrirle. Maria rimanendo ai piedi della croce, immobile, ma sicura, fa che anche noi facciamo la volontà di Dio.

Salmo 22 il buon pastore.

[1] Salmo. Di Davide.

Il Signore è il mio pastore:

non manco di nulla;

[2] su pascoli erbosi mi fa riposare
ad acque tranquille mi conduce.

[3] Mi rinfranca, mi guida per il giusto cammino,
per amore del suo nome.

[4] Se dovessi camminare in una valle oscura,
non temerei alcun male, perché tu sei con me.

Il tuo bastone e il tuo vincastro
mi danno sicurezza.

[5] Davanti a me tu prepari una mensa
sotto gli occhi dei miei nemici;
cospargi di olio il mio capo.

Il mio calice trabocca.

[6] Felicità e grazia mi saranno compagne
tutti i giorni della mia vita,
e abiterò nella casa del Signore
per lunghissimi anni.

Breve riflessione:

Il cristiano non deve temere le difficoltà, perché nella sua fede esclama: La tua parola Signore ci sostiene insieme con il tuo amore che è fedele e non ci tradirà mai. La tua parola è il nostro verde pascolo, il battesimo le acque tranquille grazie alle quali troviamo ristoro.

Salmo 23 il Signore entra nel suo tempio.

[1] Di Davide. Salmo.

Del Signore è la terra e quanto contiene,
l'universo e i suoi abitanti.

[2] E' lui che l'ha fondata sui mari,
e sui fiumi l'ha stabilita.

[3] Chi salirà il monte del Signore,
chi starà nel suo luogo santo?

[4] Chi ha mani innocenti e cuore puro,
chi non pronunzia menzogna,
chi non giura a danno del suo prossimo.

[5] Otterrà benedizione dal Signore,
giustizia da Dio sua salvezza.

[6] Ecco la generazione che lo cerca,
che cerca il tuo volto, Dio di Giacobbe.

[7] Sollevate, porte, i vostri frontali,
alzatevi, porte antiche,
ed entri il re della gloria.

[8] Chi è questo re della gloria?

Il Signore forte e potente,
il Signore potente in battaglia.

[9] Sollevate, porte, i vostri frontali,
alzatevi, porte antiche,
ed entri il re della gloria.

[10] Chi è questo re della gloria?

Il Signore degli eserciti è il re della gloria.

Breve riflessione:

Dio ci concede di agire con giustizia, di parlare lealmente,
di amare il prossimo, di avere sempre il giusto e santo suo
timore.

Salmo 24 preghiera per il perdono e la salvezza.

[1] Di Davide.

A te, Signore, elevo l'anima mia,

[2] Dio mio, in te confido: non sia confuso!

Non trionfino su di me i miei nemici!

[3] Chiunque spera in te non resti deluso,
sia confuso chi tradisce per un nulla.

[4] Fammi conoscere, Signore, le tue vie,
insegnami i tuoi sentieri.

[5] Guidami nella tua verità e istruiscimi,
perché sei tu il Dio della mia salvezza,
in te ho sempre sperato.

[6] Ricordati, Signore, del tuo amore,
della tua fedeltà che è da sempre.

[7] Non ricordare i peccati della mia giovinezza:
ricordati di me nella tua misericordia,
per la tua bontà, Signore.

[8] Buono e retto è il Signore,
la via giusta addita ai peccatori;

[9] guida gli umili secondo giustizia,
insegna ai poveri le sue vie.

[10] Tutti i sentieri del Signore sono verità e grazia
per chi osserva il suo patto e i suoi precetti.

[11] Per il tuo nome, Signore,
perdona il mio peccato anche se grande.

[12] Chi è l'uomo che teme Dio?
Gli indica il cammino da seguire.

[13] Egli vivrà nella ricchezza,
la sua discendenza possederà la terra.

[14] Il Signore si rivela a chi lo teme,
gli fa conoscere la sua alleanza.

[15] Tengo i miei occhi rivolti al Signore,
perché libera dal laccio il mio piede.

[16] Volgiti a me e abbi misericordia,
perché sono solo ed infelice.

[17] Allevia le angosce del mio cuore,
liberami dagli affanni.

[18] Vedi la mia miseria e la mia pena
e perdona tutti i miei peccati.

[19] Guarda i miei nemici: sono molti
e mi detestano con odio violento.

[20] Proteggimi, dammi salvezza;
al tuo riparo io non sia deluso.

[21] Mi proteggano integrità e rettitudine,
perché in te ho sperato.

[22] O Dio, libera Israele
da tutte le sue angosce.

Breve riflessione:

Gesù cancella i nostri peccati, ci guida nella sincerità e nell'umiltà, perché un giorno possiamo raggiungerlo nel suo regno felice.

Salmo 25 Fiducia in Dio nei pericoli.

[1] Di Davide.

Signore, fammi giustizia:

nell'integrità ho camminato,

confido nel Signore, non potrò vacillare.

[2] Scrutami, Signore, e mettimi alla prova,

raffinami al fuoco il cuore e la mente.

[3] La tua bontà è davanti ai miei occhi

e nella tua verità dirigo i miei passi.

[4] Non siedo con gli uomini mendaci

e non frequento i simulatori.

[5] Odio l'alleanza dei malvagi,

non mi associo con gli empi.

[6] Lavo nell'innocenza le mie mani

e giro attorno al tuo altare, Signore,

[7] per far risuonare voci di lode

e per narrare tutte le tue meraviglie.

[8] Signore, amo la casa dove dimori

e il luogo dove abita la tua gloria.

[9] Non travolgermi insieme ai peccatori,

con gli uomini di sangue non perder la mia vita,

[10] perché nelle loro mani è la perfidia,

la loro destra è piena di regali.

[11] Integro è invece il mio cammino;

riscattami e abbi misericordia.

[12] Il mio piede sta su terra piana;

nelle assemblee benedirò il Signore.

Breve riflessione:

Il Signore ci difende dai nemici e ci concede di abitare nella sua casa per gustare i suoi doni. Egli ci mostra la via da seguire per contemplare e applicare la sua bontà.

Salmo 26 Preghiera fiduciosa di un innocente.

[1] Di Davide.

Il Signore è mia luce e mia salvezza,
di chi avrò paura?

Il Signore è difesa della mia vita,
di chi avrò timore?

[2] Quando mi assalgono i malvagi
per straziarmi la carne,
sono essi, avversari e nemici,
a inciampare e cadere.

[3] Se contro di me si accampa un esercito,
il mio cuore non teme;
se contro di me divampa la battaglia,
anche allora ho fiducia.

[4] Una cosa ho chiesto al Signore,
questa sola io cerco:
abitare nella casa del Signore
tutti i giorni della mia vita,
per gustare la dolcezza del Signore
ed ammirare il suo santuario.

[5] Egli mi offre un luogo di rifugio
nel giorno della sventura.

Mi nasconde nel segreto della sua dimora,
mi solleva sulla rupe.

[6] E ora rialzo la testa
sui nemici che mi circondano;
immolerò nella sua casa sacrifici d'esultanza,
inni di gioia canterò al Signore.

[7] Ascolta, Signore, la mia voce.

Io grido: abbi pietà di me! Rispondimi.

[8] Di te ha detto il mio cuore: «Cercate il suo volto»;

il tuo volto, Signore, io cerco.

[9] Non nascondermi il tuo volto,
non respingere con ira il tuo servo.

Sei tu il mio aiuto, non lasciarmi,
non abbandonarmi, Dio della mia salvezza.

[10] Mio padre e mia madre mi hanno abbandonato,
ma il Signore mi ha raccolto.

[11] Mostrami, Signore, la tua via,
guidami sul retto cammino,
a causa dei miei nemici.

[12] Non espormi alla brama dei miei avversari;
contro di me sono insorti falsi testimoni
che spirano violenza.

[13] Sono certo di contemplare la bontà del Signore
nella terra dei viventi.

[14] Spera nel Signore, sii forte,
si rinfranchi il tuo cuore e spera nel Signore.

Breve riflessione:

Dio ci aiuta a pentirci dei nostri peccati, ci concede di camminare nella santità, affinché possiamo narrare, contemplare e vivere le sue meraviglie del creato.

Salmo 27 Supplica e ringraziamento.

[1] Di Davide.

A te grido, Signore;
non restare in silenzio, mio Dio,
perché, se tu non mi parli,
io sono come chi scende nella fossa.

[2] Ascolta la voce della mia supplica,
quando ti grido aiuto,
quando alzo le mie mani
verso il tuo santo tempio.

[3] Non travolgermi con gli empi,
con quelli che operano il male.
Parlano di pace al loro prossimo,
ma hanno la malizia nel cuore.

[4] Ripagali secondo la loro opera
e la malvagità delle loro azioni.
Secondo le opere delle loro mani,
rendi loro quanto meritano.

[5] Poiché non hanno compreso l'agire del Signore
e le opere delle sue mani,
egli li abbatta e non li rialzi.

[6] Sia benedetto il Signore,
che ha dato ascolto alla voce della mia preghiera;

[7] il Signore è la mia forza e il mio scudo,
ho posto in lui la mia fiducia;
mi ha dato aiuto ed esulta il mio cuore,
con il mio canto gli rendo grazie.

[8] Il Signore è la forza del suo popolo,
rifugio di salvezza del suo consacrato.

[9] Salva il tuo popolo e la tua eredità benedici,
guidali e sostienili per sempre.

Breve riflessione:

E' simile al "Te Deum" del salmo 17. Viene invocata la salvezza, la benedizione del Signore che sono vita per tutti coloro che sperano in Lui. Giudizio di condanna, invece per quelli che non riconoscono e non credono in Dio.

Salmo 28 Il Signore proclama solennemente la sua parola.

[1] Salmo. Di Davide.

Date al Signore, figli di Dio,
date al Signore gloria e potenza.

[2] Date al Signore la gloria del suo nome,
prostratevi al Signore in santi ornamenti.

[3] Il Signore tuona sulle acque,
il Dio della gloria scatena il tuono,
il Signore, sull'immensità delle acque.

[4] Il Signore tuona con forza,
tuona il Signore con potenza.

[5] Il tuono del Signore schianta i cedri,
il Signore schianta i cedri del Libano.

[6] Fa balzare come un vitello il Libano
e il Sirion come un giovane bufalo.

[7] Il tuono saetta fiamme di fuoco,

[8] il tuono scuote la steppa,
il Signore scuote il deserto di Kades.

[9] Il tuono fa partorire le cerva
e spoglia le foreste.

Nel suo tempio tutti dicono: «Gloria!».

[10] Il Signore è assiso sulla tempesta,
il Signore siede re per sempre.

[11] Il Signore darà forza al suo popolo
benedirà il suo popolo con la pace.

Breve riflessione:

Se la natura nella varietà dei suoi elementi partecipa alla manifestazione della gloria di Dio, tanto più l'uomo, creato

per la gloria del Signore, deve vivere la fede, per testimoniare la speranza che è in Lui.

Salmo 29 Ringraziamento dopo la liberazione da un pericolo mortale.

[1] Salmo. Canto per la festa della dedicazione del tempio.
Di Davide.

[2] Ti esalterò, Signore, perché mi hai liberato
e su di me non hai lasciato esultare i nemici.

[3] Signore Dio mio,
a te ho gridato e mi hai guarito.

[4] Signore, mi hai fatto risalire dagli inferi,
mi hai dato vita perché non scendessi nella tomba.

[5] Cantate inni al Signore, o suoi fedeli,
rendete grazie al suo santo nome,

[6] perché la sua collera dura un istante,
la sua bontà per tutta la vita.

Alla sera sopraggiunge il pianto
e al mattino, ecco la gioia.

[7] Nella mia prosperità ho detto:
«Nulla mi farà vacillare!».

[8] Nella tua bontà, o Signore,
mi hai posto su un monte sicuro;
ma quando hai nascosto il tuo volto,
io sono stato turbato.

[9] A te grido, Signore,
chiedo aiuto al mio Dio.

[10] Quale vantaggio dalla mia morte,
dalla mia discesa nella tomba?

Ti potrà forse lodare la polvere
e proclamare la tua fedeltà?

[11] Ascolta, Signore, abbi misericordia,
Signore, vieni in mio aiuto.

[12] Hai mutato il mio lamento in danza,

la mia veste di sacco in abito di gioia,
[13] perché io possa cantare senza posa.
Signore, mio Dio, ti loderò per sempre.

Breve riflessione:

Ogni uomo indossa l'abito del peccatore, ma Gesù è venuto in nostro aiuto, ha sollevato l'umanità dandole una rivincita sul male. La risurrezione di Cristo converte il nostro pianto nella gioia della vita eterna e muta la nostra tristezza in canti di lode e di ringraziamento.

Salmo 30 Supplica fiduciosa nell'afflizione.

[1] Al maestro del coro. Salmo. Di Davide.

[2] In te, Signore, mi sono rifugiato,
mai sarò deluso;
per la tua giustizia salvami.

[3] Porgi a me l'orecchio,
vieni presto a liberarmi.

Sii per me la rupe che mi accoglie,
la cinta di riparo che mi salva.

[4] Tu sei la mia roccia e il mio baluardo,
per il tuo nome dirigi i miei passi.

[5] Scioglimi dal laccio che mi hanno teso,
perché sei tu la mia difesa.

[6] Mi affido alle tue mani;
tu mi riscatti, Signore, Dio fedele.

[7] Tu detesti chi serve idoli falsi,
ma io ho fede nel Signore.

[8] Esulterò di gioia per la tua grazia,
perché hai guardato alla mia miseria,
hai conosciuto le mie angosce;

[9] non mi hai consegnato nelle mani del nemico,
hai guidato al largo i miei passi.

[10] Abbi pietà di me, Signore, sono nell'affanno;
per il pianto si struggono i miei occhi,
la mia anima e le mie viscere.

[11] Si consuma nel dolore la mia vita,
i miei anni passano nel gemito;
inardisce per la pena il mio vigore,
si dissolvono tutte le mie ossa.

[12] Sono l'obbrobrio dei miei nemici,
il disgusto dei miei vicini,

l'orrore dei miei conoscenti;
chi mi vede per strada mi sfugge.
[13] Sono caduto in oblio come un morto,
sono divenuto un rifiuto.
[14] Se odo la calunnia di molti, il terrore mi circonda;
quando insieme contro di me congiurano,
tramano di togliermi la vita.
[15] Ma io confido in te, Signore;
dico: «Tu sei il mio Dio,
[16] nelle tue mani sono i miei giorni».
Liberami dalla mano dei miei nemici,
dalla stretta dei miei persecutori:
[17] farà splendere il tuo volto sul tuo servo,
salvami per la tua misericordia.
[18] Signore, ch'io non resti confuso, perché ti ho invocato;
siano confusi gli empi, tacciano negli inferi.
[19] Fà tacere le labbra di menzogna,
che dicono insolenze contro il giusto
con orgoglio e disprezzo.
[20] Quanto è grande la tua bontà, Signore!
La riservi per coloro che ti temono,
ne ricolmi chi in te si rifugia
davanti agli occhi di tutti.
[21] Tu li nascondi al riparo del tuo volto,
lontano dagli intrighi degli uomini;
li metti al sicuro nella tua tenda,
lontano dalla rissa delle lingue.
[22] Benedetto il Signore,
che ha fatto per me meraviglie di grazia
in una fortezza inaccessibile.
[23] Io dicevo nel mio sgomento:
«Sono escluso dalla tua presenza».

Tu invece hai ascoltato la voce della mia preghiera quando a te gridavo aiuto.

[24] Amate il Signore, voi tutti suoi santi;
il Signore protegge i suoi fedeli
e ripaga oltre misura l'orgoglioso.

[25] Siate forti, riprendete coraggio,
o voi tutti che sperate nel Signore.

Breve riflessione:

Il cristiano è l'uomo della speranza mediante la fede, perché sa che questa non delude mai, in quanto l'amore di Dio è fedele. Siate forti, riprendete coraggio voi tutti che sperate nel Signore.

Salmo 31 Ringraziamento per il perdono dei peccati.

[1] Di Davide. Maskil.

Beato l'uomo a cui è rimessa la colpa,
e perdonato il peccato.

[2] Beato l'uomo a cui Dio non imputa alcun male
e nel cui spirito non è inganno.

[3] Tacevo e si logoravano le mie ossa,
mentre gemevo tutto il giorno.

[4] Giorno e notte pesava su di me la tua mano,
come per arsura d'estate inaridiva il mio vigore.

[5] Ti ho manifestato il mio peccato,
non ho tenuto nascosto il mio errore.

Ho detto: «Confesserò al Signore le mie colpe»
e tu hai rimesso la malizia del mio peccato.

[6] Per questo ti prega ogni fedele
nel tempo dell'angoscia.

Quando irromperanno grandi acque
non lo potranno raggiungere.

[7] Tu sei il mio rifugio, mi preservi dal pericolo,
mi circondi di esultanza per la salvezza.

[8] Ti farò saggio, t'indicherò la via da seguire;
con gli occhi su di te, ti darò consiglio.

[9] Non siate come il cavallo e come il mulo
privi d'intelligenza;

si piega la loro fierezza con morso e briglie,
se no, a te non si avvicinano.

[10] Molti saranno i dolori dell'empio,
ma la grazia circonda chi confida nel Signore.

[11] Gioite nel Signore ed esultate, giusti,
giubilate, voi tutti, retti di cuore.

Breve riflessione

Ogni uomo può accostarsi alla grazia, attraverso la confessione dei propri peccati, nella preghiera fiduciosa e costante. Tutte le tribolazioni a causa del peccato saranno per noi grazia di salvezza e di redenzione.

Salmo 32 Inno alla provvidenza di Dio.

[1] Esultate, giusti, nel Signore;
ai retti si addice la lode.

[2] Lodate il Signore con la cetra,
con l'arpa a dieci corde a lui cantate.

[3] Cantate al Signore un canto nuovo,
suonate la cetra con arte e acclamate.

[4] Poiché retta è la parola del Signore
e fedele ogni sua opera.

[5] Egli ama il diritto e la giustizia,
della sua grazia è piena la terra.

[6] Dalla parola del Signore furono fatti i cieli,
dal soffio della sua bocca ogni loro schiera.

[7] Come in un otre raccoglie le acque del mare,
chiude in riserve gli abissi.

[8] Tema il Signore tutta la terra,
tremino davanti a lui gli abitanti del mondo,

[9] perché egli parla e tutto è fatto,
comanda e tutto esiste.

[10] Il Signore annulla i disegni delle nazioni,
rende vani i progetti dei popoli.

[11] Ma il piano del Signore sussiste per sempre,
i pensieri del suo cuore per tutte le generazioni.

[12] Beata la nazione il cui Dio è il Signore,
il popolo che si è scelto come erede.

[13] Il Signore guarda dal cielo,
egli vede tutti gli uomini.

[14] Dal luogo della sua dimora
scruta tutti gli abitanti della terra,

[15] lui che, solo, ha plasmato il loro cuore
e comprende tutte le loro opere.

[16] Il re non si salva per un forte esercito
né il prode per il suo grande vigore.

[17] Il cavallo non giova per la vittoria,
con tutta la sua forza non potrà salvare.

[18] Ecco, l'occhio del Signore veglia su chi lo teme,
su chi spera nella sua grazia,

[19] per liberarlo dalla morte
e nutrirlo in tempo di fame.

[20] L'anima nostra attende il Signore,
egli è nostro aiuto e nostro scudo.

[21] In lui gioisce il nostro cuore
e confidiamo nel suo santo nome.

[22] Signore, sia su di noi la tua grazia,
perché in te speriamo.

Breve riflessione:

Coltiviamo ed alimentiamo in noi la voglia di vivere sempre
alla presenza di Dio, il resto lo farà la grazia del Signore che
con la sua fedeltà amorosa ci avvolge, ci riscalda e ci
protegge.

Salmo 33 Il Signore è la salvezza dei giusti.

[1] Di Davide, quando si finse pazzo in presenza di Abimelech e, da lui scacciato, se ne andò.

[2] Benedirò il Signore in ogni tempo, sulla mia bocca sempre la sua lode.

[3] Io mi glorio nel Signore, ascoltino gli umili e si rallegrino.

[4] Celebrate con me il Signore, esaltiamo insieme il suo nome.

[5] Ho cercato il Signore e mi ha risposto e da ogni timore mi ha liberato.

[6] Guardate a lui e sarete raggianti, non saranno confusi i vostri volti.

[7] Questo povero grida e il Signore lo ascolta, lo libera da tutte le sue angosce.

[8] L'angelo del Signore si accampa attorno a quelli che lo temono e li salva.

[9] Gustate e vedete quanto è buono il Signore; beato l'uomo che in lui si rifugia.

[10] Temete il Signore, suoi santi, nulla manca a coloro che lo temono.

[11] I ricchi impoveriscono e hanno fame, ma chi cerca il Signore non manca di nulla.

[12] Venite, figli, ascoltatevi; v'insegnerò il timore del Signore.

[13] C'è qualcuno che desidera la vita e brama lunghi giorni per gustare il bene?

[14] Preserva la lingua dal male, le labbra da parole bugiarde.

[15] Stà lontano dal male e fà il bene, cerca la pace e perseguita.

- [16] Gli occhi del Signore sui giusti,
i suoi orecchi al loro grido di aiuto.
- [17] Il volto del Signore contro i malfattori,
per cancellarne dalla terra il ricordo.
- [18] Gridano e il Signore li ascolta,
li salva da tutte le loro angosce.
- [19] Il Signore è vicino a chi ha il cuore ferito,
egli salva gli spiriti affranti.
- [20] Molte sono le sventure del giusto,
ma lo libera da tutte il Signore.
- [21] Preserva tutte le sue ossa,
neppure uno sarà spezzato.
- [22] La malizia uccide l'empio
e chi odia il giusto sarà punito.
- [23] Il Signore riscatta la vita dei suoi servi,
chi in lui si rifugia non sarà condannato.

Breve riflessione:

Il cristiano è l'uomo dell'ascolto, della testimonianza. Se il cristiano ascolta Dio, Lui lo ascolterà e lo salverà da tutte le sue angosce. Il povero e il servo sofferente gridano al Signore che li ha ascoltati e liberati. Beato l'uomo che si rifugia in Dio, perché nulla gli mancherà.

Salmo 34A Il Signore salva nella persecuzione.

[1] Di Davide.

Signore, giudica chi mi accusa,
combatti chi mi combatte.

[2] Afferra i tuoi scudi
e sorgi in mio aiuto.

[3] Vibra la lancia e la scure
contro chi mi insegue,
dimmi: «Sono io la tua salvezza».

[4] Siano confusi e coperti di ignominia
quelli che attentano alla mia vita;
retrocedano e siano umiliati
quelli che tramano la mia sventura.

[5] Siano come pula al vento
e l'angelo del Signore li incalzi;

[6] la loro strada sia buia e scivolosa
quando li insegue l'angelo del Signore.

[7] Poiché senza motivo mi hanno teso una rete,
senza motivo mi hanno scavato una fossa.

[8] Li colga la bufera improvvisa,
li catturi la rete che hanno tesa,
siano travolti dalla tempesta.

[9] Io invece esulterò nel Signore
per la gioia della sua salvezza.

[10] Tutte le mie ossa dicano:
«Chi è come te, Signore,
che liberi il debole dal più forte,
il misero e il povero dal predatore?».

[11] Sorgevano testimoni violenti,
mi interrogavano su ciò che ignoravo,

[12] mi rendevano male per bene:

una desolazione per la mia vita.

[13] Io, quand'erano malati, vestivo di sacco,
mi affliggevo col digiuno,

riecheggia nel mio petto la mia preghiera.

[14] Mi angustiavo come per l'amico, per il fratello,
come in lutto per la madre mi prostravo nel dolore.

[15] Ma essi godono della mia caduta, si radunano,
si radunano contro di me per colpirmi all'improvviso.

Mi dilaniano senza posa,

[16] mi mettono alla prova, scherno su scherno,
contro di me digrignano i denti.

[17] Fino a quando, Signore, starai a guardare?

Libera la mia vita dalla loro violenza,
dalle zanne dei leoni l'unico mio bene.

[18] Ti loderò nella grande assemblea,
ti celebrerò in mezzo a un popolo numeroso.

[19] Non esultino su di me i nemici bugiardi,
non strizzi l'occhio chi mi odia senza motivo.

[20] Poiché essi non parlano di pace,
contro gli umili della terra tramano inganni.

[21] Spalancano contro di me la loro bocca;
dicono con scherno: «Abbiamo visto con i nostri occhi!».

[22] Signore, tu hai visto, non tacere;
Dio, da me non stare lontano.

[23] Dèstati, svègliati per il mio giudizio,
per la mia causa, Signore mio Dio.

[24] Giudicami secondo la tua giustizia, Signore mio Dio,
e di me non abbiano a gioire.

[25] Non pensino in cuor loro: «Siamo soddisfatti!».
Non dicano: «Lo abbiamo divorato».

[26] Sia confuso e svergognato chi gode della mia sventura,
sia coperto di vergogna e d'ignominia chi mi insulta.

[27] Esulti e gioisca chi ama il mio diritto,
dica sempre: «Grande è il Signore
che vuole la pace del suo servo».

[28] La mia lingua celebrerà la tua giustizia,
canterà la tua lode per sempre.

Breve riflessione:

Gesù ritornerà come ha promesso, farà giustizia ai miseri della terra e salverà i deboli dagli oppressori. Egli conforta tutti gli uomini perseguitati, affinché nessuno si perda.

Salmo 35 Malizia del peccatore, bontà del Signore.

[1] Al maestro del coro. Di Davide servo del Signore.

[2] Nel cuore dell'empio parla il peccato,
davanti ai suoi occhi non c'è timor di Dio.

[3] Poiché egli si illude con se stesso
nel ricercare la sua colpa e detestarla.

[4] Inique e fallaci sono le sue parole,
rifiuta di capire, di compiere il bene.

[5] Iniquità trama sul suo giaciglio,
si ostina su vie non buone,
via da sé non respinge il male.

[6] Signore, la tua grazia è nel cielo,
la tua fedeltà fino alle nubi;

[7] la tua giustizia è come i monti più alti,
il tuo giudizio come il grande abisso:
uomini e bestie tu salvi, Signore.

[8] Quanto è preziosa la tua grazia, o Dio!
Si rifugiano gli uomini all'ombra delle tue ali,
[9] si saziano dell'abbondanza della tua casa
e li disseti al torrente delle tue delizie.

[10] E' in te la sorgente della vita,
alla tua luce vediamo la luce.

[11] Concedi la tua grazia a chi ti conosce,
la tua giustizia ai retti di cuore.

[12] Non mi raggiunga il piede dei superbi,
non mi disperda la mano degli empi.

[13] Ecco, sono caduti i malfattori,
abbattuti, non possono rialzarsi.

Breve riflessione:

E' un salmo sul bene e sul male. Ci presenta l'empio orgoglioso, sicuro di sé, contrapposto a quella del giusto che si rifugia nel Signore. L'umiltà è il primo passo da farsi per incontrare Dio.

Salmo 36 La sorte dei malvagi e dei giusti.

[1] Di Davide.

Non adirarti contro gli empi
non invidiare i malfattori.

[2] Come fieno presto appassiranno,
cadranno come erba del prato.

[3] Confida nel Signore e farà il bene;
abita la terra e vivi con fede.

[4] Cerca la gioia del Signore,
esaudirà i desideri del tuo cuore.

[5] Manifesta al Signore la tua via,
confida in lui: compirà la sua opera;

[6] farà brillare come luce la tua giustizia,
come il meriggio il tuo diritto.

[7] Stà in silenzio davanti al Signore e spera in lui;
non irritarti per chi ha successo,
per l'uomo che trama insidie.

[8] Desisti dall'ira e deponi lo sdegno,
non irritarti: faresti del male,

[9] poiché i malvagi saranno sterminati,
ma chi spera nel Signore possederà la terra.

[10] Ancora un poco e l'empio scompare,
cerchi il suo posto e più non lo trovi.

[11] I miti invece possederanno la terra
e godranno di una grande pace.

[12] L'empio trama contro il giusto,
contro di lui digrigna i denti.

[13] Ma il Signore ride dell'empio,
perché vede arrivare il suo giorno.

[14] Gli empi sfoderano la spada
e tendono l'arco

per abbattere il misero e l'indigente,
per uccidere chi cammina sulla retta via.
[15] La loro spada raggiungerà il loro cuore
e i loro archi si spezzeranno.
[16] Il poco del giusto è cosa migliore
dell'abbondanza degli empi;
[17] perché le braccia degli empi saranno spezzate,
ma il Signore è il sostegno dei giusti.
[18] Conosce il Signore la vita dei buoni,
la loro eredità durerà per sempre.
[19] Non saranno confusi nel tempo della sventura
e nei giorni della fame saranno saziati.
[20] Poiché gli empi periranno,
i nemici del Signore appassiranno
come lo splendore dei prati,
tutti come fumo svaniranno.
[21] L'empio prende in prestito e non restituisce,
ma il giusto ha compassione e dà in dono.
[22] Chi è benedetto da Dio possederà la terra,
ma chi è maledetto sarà sterminato.
[23] Il Signore fa sicuri i passi dell'uomo
e segue con amore il suo cammino.
[24] Se cade, non rimane a terra,
perché il Signore lo tiene per mano.
[25] Sono stato fanciullo e ora sono vecchio,
non ho mai visto il giusto abbandonato
né i suoi figli mendicare il pane.
[26] Egli ha sempre compassione e dà in prestito,
per questo la sua stirpe è benedetta.
[27] Stà lontano dal male e fa il bene,
e avrai sempre una casa.
[28] Perché il Signore ama la giustizia

e non abbandona i suoi fedeli;
gli empi saranno distrutti per sempre
e la loro stirpe sarà sterminata.
[29] I giusti possederanno la terra
e la abiteranno per sempre.
[30] La bocca del giusto proclama la sapienza,
e la sua lingua esprime la giustizia;
[31] la legge del suo Dio è nel suo cuore,
i suoi passi non vacilleranno.
[32] L'empio spia il giusto
e cerca di farlo morire.
[33] Il Signore non lo abbandona alla sua mano,
nel giudizio non lo lascia condannare.
[34] Spera nel Signore e segui la sua via:
ti esalterà e tu possederai la terra
e vedrai lo sterminio degli empi.
[35] Ho visto l'empio trionfante
ergersi come cedro rigoglioso;
[36] sono passato e più non c'era,
l'ho cercato e più non si è trovato.
[37] Osserva il giusto e vedi l'uomo retto,
l'uomo di pace avrà una discendenza.
[38] Ma tutti i peccatori saranno distrutti,
la discendenza degli empi sarà sterminata.
[39] La salvezza dei giusti viene dal Signore,
nel tempo dell'angoscia è loro difesa;
[40] il Signore viene in loro aiuto e li scampa,
li libera dagli empi e dà loro salvezza,
perché in lui si sono rifugiati.

Breve riflessione:

Il Signore è per noi rifugio, forza, perché è una certezza e chi lo cerca non manca di nulla. Gesù è salvezza per i giusti che sperano in Lui.

Salmo 37 Preghiera dell'angoscia di un peccatore.

[1] Salmo. Di Davide. In memoria.

[2] Signore, non castigarmi nel tuo sdegno,
non punirmi nella tua ira.

[3] Le tue frecce mi hanno trafitto,
su di me è scesa la tua mano.

[4] Per il tuo sdegno non c'è in me nulla di sano,
nulla è intatto nelle mie ossa per i miei peccati.

[5] Le mie iniquità hanno superato il mio capo,
come carico pesante mi hanno oppresso.

[6] Putride e fetide sono le mie piaghe
a causa della mia stoltezza.

[7] Sono curvo e accasciato,
triste mi aggiro tutto il giorno.

[8] Sono torturati i miei fianchi,
in me non c'è nulla di sano.

[9] Afflitto e sfinito all'estremo,
ruggisco per il fremito del mio cuore.

[10] Signore, davanti a te ogni mio desiderio
e il mio gemito a te non è nascosto.

[11] Palpita il mio cuore,
la forza mi abbandona,
si spegne la luce dei miei occhi.

[12] Amici e compagni si scostano dalle mie piaghe,
i miei vicini stanno a distanza.

[13] Tende lacci chi attenta alla mia vita,
trama insidie chi cerca la mia rovina.
e tutto il giorno medita inganni.

[14] Io, come un sordo, non ascolto
e come un muto non apro la bocca;

[15] sono come un uomo che non sente e non risponde.

[16] In te spero, Signore;
tu mi risponderai, Signore Dio mio.
[17] Ho detto: «Di me non godano,
contro di me non si vantino
quando il mio piede vacilla».
[18] Poiché io sto per cadere
e ho sempre dinanzi la mia pena.
[19] Ecco, confesso la mia colpa,
sono in ansia per il mio peccato.
[20] I miei nemici sono vivi e forti,
troppi mi odiano senza motivo,
[21] mi pagano il bene col male,
mi accusano perché cerco il bene.
[22] Non abbandonarmi, Signore,
Dio mio, da me non stare lontano;
[23] accorri in mio aiuto,
Signore, mia salvezza.

Breve riflessione:

Il Signore è aiuto, salvezza, sorgente di speranza, di conforto, per chiunque provi dolore di aver peccato contro di Lui. Confida nel perdono di Dio che cancella i peccati e riversa la sua misericordia ai peccatori.

Salmo 38 Supplica di un uomo annientato dalla sofferenza.

[1] Al maestro del coro, Iditun. Salmo. Di Davide.

[2] Ho detto: «Veglierò sulla mia condotta
per non peccare con la mia lingua;
porrò un freno alla mia bocca
mentre l'empio mi sta dinanzi».

[3] Sono rimasto quieto in silenzio: tacevo privo di bene,
la sua fortuna ha esasperato il mio dolore.

[4] Ardeva il cuore nel mio petto,
al ripensarci è divampato il fuoco;
allora ho parlato:

[5] «Rivelami, Signore, la mia fine;
quale sia la misura dei miei giorni
e saprò quanto è breve la mia vita».

[6] Vedi, in pochi palmi hai misurato i miei giorni
e la mia esistenza davanti a te è un nulla.

Solo un soffio è ogni uomo che vive,

[7] come ombra è l'uomo che passa;
solo un soffio che si agita,
accumula ricchezze e non sa chi le raccolga.

[8] Ora, che attendo, Signore?

In te la mia speranza.

[9] Liberami da tutte le mie colpe,
non rendermi scherno dello stolto.

[10] Sto in silenzio, non apro bocca,
perché sei tu che agisci.

[11] Allontana da me i tuoi colpi:
sono distrutto sotto il peso della tua mano.

[12] Castigando il suo peccato tu correggi l'uomo,
corrodi come tarlo i suoi tesori.

Ogni uomo non è che un soffio.

[13] Ascolta la mia preghiera, Signore,
porgi l'orecchio al mio grido,
non essere sordo alle mie lacrime,
poiché io sono un forestiero,
uno straniero come tutti i miei padri.

[14] Distogli il tuo sguardo, che io respiri,
prima che me ne vada e più non sia.

Breve riflessione:

La venuta del Signore ci possa trovare svegli e pronti.
“Vegliate e pregate, per non cadere in tentazione”.(Mt 26,41). L'obbedienza al volere di Dio, la vita vissuta in sua presenza, accettando con amore e fede le sofferenze, le difficoltà, ci guidano verso la santità.

Salmo 39 Ringraziamento ed invocazione di aiuto.

[1] Al maestro del coro. Di Davide. Salmo.

[2] Ho sperato: ho sperato nel Signore
ed egli su di me si è chinato,
ha dato ascolto al mio grido.

[3] Mi ha tratto dalla fossa della morte,
dal fango della palude;
i miei piedi ha stabilito sulla roccia,
ha reso sicuri i miei passi.

[4] Mi ha messo sulla bocca un canto nuovo,
lode al nostro Dio.

Molti vedranno e avranno timore
e confideranno nel Signore.

[5] Beato l'uomo che spera nel Signore
e non si mette dalla parte dei superbi,
né si volge a chi segue la menzogna.

[6] Quanti prodigi tu hai fatto, Signore Dio mio,
quali disegni in nostro favore:
nessuno a te si può paragonare.

Se li voglio annunziare e proclamare
sono troppi per essere contati.

[7] Sacrificio e offerta non gradisci,
gli orecchi mi hai aperto.

Non hai chiesto olocausto e vittima per la colpa.

[8] Allora ho detto: «Ecco, io vengo.

Sul rotolo del libro di me è scritto,

[9] che io faccia il tuo volere.

Mio Dio, questo io desidero,

la tua legge è nel profondo del mio cuore».

[10] Ho annunziato la tua giustizia nella grande assemblea;
vedi, non tengo chiuse le labbra, Signore, tu lo sai.

[11] Non ho nascosto la tua giustizia in fondo al cuore,
la tua fedeltà e la tua salvezza ho proclamato.

Non ho nascosto la tua grazia
e la tua fedeltà alla grande assemblea.

[12] Non rifiutarmi, Signore, la tua misericordia,
la tua fedeltà e la tua grazia
mi proteggano sempre,

[13] poiché mi circondano mali senza numero,
le mie colpe mi opprimono
e non posso più vedere.

Sono più dei capelli del mio capo,
il mio cuore viene meno.

[14] Degnati, Signore, di liberarmi;
accorri, Signore, in mio aiuto.

[15] Vergogna e confusione
per quanti cercano di togliermi la vita.
Retrocedano coperti d'infamia
quelli che godono della mia sventura.

[16] Siano presi da tremore e da vergogna
quelli che mi scherniscono.

[17] Esultino e gioiscano in te quanti ti cercano,
dicano sempre: «Il Signore è grande»
quelli che bramano la tua salvezza.

[18] Io sono povero e infelice;
di me ha cura il Signore.

Tu, mio aiuto e mia liberazione,
mio Dio, non tardare.

Breve riflessione:

Ogni cristiano è chiamato ad avere il coraggio della propria fede, ad essere pronto a fare la volontà del Signore, a confidare sempre e solo in Lui.

Salmo 40 Preghiera del malato abbandonato.

[1] Al maestro del coro. Salmo. Di Davide.

[2] Beato l'uomo che ha cura del debole,
nel giorno della sventura il Signore lo libera.

[3] Veglierà su di lui il Signore,
lo farà vivere beato sulla terra,
non lo abbandonerà alle brame dei nemici.

[4] Il Signore lo sosterrà sul letto del dolore;
gli darai sollievo nella sua malattia.

[5] Io ho detto: «Pietà di me, Signore;
risanami, contro di te ho peccato».

[6] I nemici mi augurano il male:
«Quando morirà e perirà il suo nome?».

[7] Chi viene a visitarmi dice il falso,
il suo cuore accumula malizia
e uscito fuori parla.

[8] Contro di me sussurrano insieme i miei nemici,
contro di me pensano il male:

[9] «Un morbo maligno su di lui si è abbattuto,
da dove si è steso non potrà rialzarsi».

[10] Anche l'amico in cui confidavo,
anche lui, che mangiava il mio pane,
alza contro di me il suo calcagno.

[11] Ma tu, Signore, abbi pietà e sollevami,
che io li possa ripagare.

[12] Da questo saprò che tu mi ami
se non trionfa su di me il mio nemico;

[13] per la mia integrità tu mi sostieni,
mi fai stare alla tua presenza per sempre.

[14] Sia benedetto il Signore, Dio d'Israele,
da sempre e per sempre. Amen, amen.

Breve riflessione:

Nella solitudine, nelle sofferenze, nelle malattie, nei tradimenti, nelle persecuzioni non ci prenda lo sconforto, ma la consapevolezza che Dio è al nostro fianco, soffre con noi e ci guarisce dalle nostre situazioni negative.

Salmo 41 Desiderio del Signore e del suo tempio.

[1] Al maestro del coro. Maskil. Dei figli di Core.

[2] Come la cerva anela ai corsi d'acqua,
così l'anima mia anela a te, o Dio.

[3] L'anima mia ha sete di Dio, del Dio vivente:
quando verrò e vedrò il volto di Dio?

[4] Le lacrime sono mio pane giorno e notte,
mentre mi dicono sempre: «Dov'è il tuo Dio?».

[5] Questo io ricordo, e il mio cuore si strugge:
attraverso la folla avanzavo tra i primi

fino alla casa di Dio,
in mezzo ai canti di gioia
di una moltitudine in festa.

[6] Perché ti rattristi, anima mia,
perché su di me gemi?

Spera in Dio: ancora potrò lodarlo,
lui, salvezza del mio volto e mio Dio.

[7] In me si abbatte l'anima mia;
perciò di te mi ricordo

dal paese del Giordano e dell'Ermon, dal monte Misar.

[8] Un abisso chiama l'abisso al fragore delle tue cascate;
tutti i tuoi flutti e le tue onde
sopra di me sono passati.

[9] Di giorno il Signore mi dona la sua grazia
di notte per lui innalzo il mio canto:
la mia preghiera al Dio vivente.

[10] Dirò a Dio, mia difesa:
«Perché mi hai dimenticato?

Perché triste me ne vado, oppresso dal nemico?».

[11] Per l'insulto dei miei avversari
sono infrante le mie ossa;

essi dicono a me tutto il giorno: «Dov'è il tuo Dio?».

[12] Perché ti rattristi, anima mia,
perché su di me gemi?

Spera in Dio: ancora potrò lodarlo,
lui, salvezza del mio volto e mio Dio.

Breve riflessione:

Il tempio è il corpo stesso di Gesù che concede al suo popolo di amare tutto ciò che Lui comanda, affinché nelle varie vicende della vita, i nostri cuori siano fissi dove sono le vere gioie.

Salmo 42 Desiderio del tempio di Dio.

[1] Fammi giustizia, o Dio,
difendi la mia causa contro gente spietata;
liberami dall'uomo iniquo e fallace.

[2] Tu sei il Dio della mia difesa;
perché mi respingi,
perché triste me ne vado,
oppresso dal nemico?

[3] Manda la tua verità e la tua luce;
siano esse a guidarmi,
mi portino al tuo monte santo e alle tue dimore.

[4] Verrò all'altare di Dio,
al Dio della mia gioia, del mio giubilo.
A te canterò con la cetra, Dio, Dio mio.

[5] Perché ti rattristi, anima mia,
perché su di me gemi?
Spera in Dio: ancora potrò lodarlo,
lui, salvezza del mio volto e mio Dio.

Breve riflessione:

Nell'eucarestia troviamo quella verità e quella luce che alimentano la speranza. "Perché ti rattristi anima mia? spera in Dio: ancora potrò lodarlo, in Lui è la mia salvezza".

Salmo 43 Il popolo di Dio nella sventura.

[1] Al maestro del coro. Dei figli di Core. Maskil.

[2] Dio, con i nostri orecchi abbiamo udito,
i nostri padri ci hanno raccontato
l'opera che hai compiuto ai loro giorni,
nei tempi antichi.

[3] Tu per piantarli, con la tua mano hai sradicato le genti,
per far loro posto, hai distrutto i popoli.

[4] Poiché non con la spada conquistarono la terra,
né fu il loro braccio a salvarli;
ma il tuo braccio e la tua destra
e la luce del tuo volto,
perché tu li amavi.

[5] Sei tu il mio re, Dio mio,
che decidi vittorie per Giacobbe.

[6] Per te abbiamo respinto i nostri avversari
nel tuo nome abbiamo annientato i nostri aggressori.

[7] Infatti nel mio arco non ho confidato
e non la mia spada mi ha salvato,

[8] ma tu ci hai salvati dai nostri avversari,
hai confuso i nostri nemici.

[9] In Dio ci gloriamo ogni giorno,
celebrando senza fine il tuo nome.

[10] Ma ora ci hai respinti e coperti di vergogna,
e più non esci con le nostre schiere.

[11] Ci hai fatti fuggire di fronte agli avversari
e i nostri nemici ci hanno spogliati.

[12] Ci hai consegnati come pecore da macello,
ci hai dispersi in mezzo alle nazioni.

[13] Hai venduto il tuo popolo per niente,
sul loro prezzo non hai guadagnato.

[14] Ci hai resi ludibrio dei nostri vicini,
scherno e obbrobrio a chi ci sta intorno.
[15] Ci hai resi la favola dei popoli,
su di noi le nazioni scuotono il capo.
[16] L'infamia mi sta sempre davanti
e la vergogna copre il mio volto
[17] per la voce di chi insulta e bestemmia,
davanti al nemico che brama vendetta.
[18] Tutto questo ci è accaduto
e non ti avevamo dimenticato,
non avevamo tradito la tua alleanza.
[19] Non si era volto indietro il nostro cuore,
i nostri passi non avevano lasciato il tuo sentiero;
[20] ma tu ci hai abbattuti in un luogo di sciacalli
e ci hai avvolti di ombre tenebrose.
[21] Se avessimo dimenticato il nome del nostro Dio
e teso le mani verso un dio straniero,
[22] forse che Dio non lo avrebbe scoperto,
lui che conosce i segreti del cuore?
[23] Per te ogni giorno siamo messi a morte,
stimati come pecore da macello.
[24] Svègliati, perché dormi, Signore?
Dèstati, non ci respingere per sempre.
[25] Perché nascondi il tuo volto,
dimentichi la nostra miseria e oppressione?
[26] Poiché siamo prostrati nella polvere,
il nostro corpo è steso a terra.
Sorgi, vieni in nostro aiuto;
[27] salvaci per la tua misericordia.

Breve riflessione:

Quando la disperazione porta a dubitare della presenza del Signore, apriamogli il nostro cuore per renderci conto che Lui è sempre con noi, pronto con il suo aiuto.

Salmo 44 Le nozze del re.

[1] Al maestro del coro. Su «I gigli...». Dei figli di Core. Maskil. Canto d'amore.

[2] Effonde il mio cuore liete parole,
io canto al re il mio poema.

La mia lingua è stilo di scriba veloce.

[3] Tu sei il più bello tra i figli dell'uomo,
sulle tue labbra è diffusa la grazia,
ti ha benedetto Dio per sempre.

[4] Cingi, prode, la spada al tuo fianco,
nello splendore della tua maestà ti arrida la sorte,

[5] avanza per la verità, la mitezza e la giustizia.

[6] La tua destra ti mostri prodigi:

le tue frecce acute

colpiscono al cuore i nemici del re;

sotto di te cadono i popoli.

[7] Il tuo trono, Dio, dura per sempre;
è scettro giusto lo scettro del tuo regno.

[8] Ami la giustizia e l'empietà detesti:

Dio, il tuo Dio ti ha consacrato

con olio di letizia, a preferenza dei tuoi eguali.

[9] Le tue vesti son tutte mirra, aloè e cassia,
dai palazzi d'avorio ti allietano le cetre.

[10] Figlie di re stanno tra le tue predilette;

alla tua destra la regina in ori di Ofir.

[11] Ascolta, figlia, guarda, porgi l'orecchio,
dimentica il tuo popolo e la casa di tuo padre;

[12] al re piacerà la tua bellezza.
Egli è il tuo Signore: pròstrati a lui.
[13] Da Tiro vengono portando doni,
i più ricchi del popolo cercano il tuo volto.
[14] La figlia del re è tutta splendore,
gemme e tessuto d'oro è il suo vestito.
[15] E' presentata al re in preziosi ricami;
con lei le vergini compagne a te sono condotte;
[16] guidate in gioia ed esultanza
entrano insieme nel palazzo del re.
[17] Ai tuoi padri succederanno i tuoi figli;
li farai capi di tutta la terra.
[18] Farò ricordare il tuo nome
per tutte le generazioni,
e i popoli ti loderanno in eterno, per sempre.

Breve riflessione:

Gesù nell'incarnazione celebra le sue nozze con l'umanità, fa che ogni uomo possa vivere nella chiesa nello splendore della sua grazia arricchita con i Sacramenti.

Salmo 45 Dio rifugio e forza del suo popolo.

[1] Al maestro del coro. Dei figli di Core.

Su «Le vergini...». Canto.

[2] Dio è per noi rifugio e forza,
aiuto sempre vicino nelle angosce.

[3] Perciò non temiamo se trema la terra,
se crollano i monti nel fondo del mare.

[4] Fremano, si gonfino le sue acque,
tremino i monti per i suoi flutti.

[5] Un fiume e i suoi ruscelli rallegrano la città di Dio,
la santa dimora dell'Altissimo.

[6] Dio sta in essa: non potrà vacillare;
la soccorrerà Dio, prima del mattino.

[7] Fremettero le genti, i regni si scossero;
egli tuonò, si sgretolò la terra.

[8] Il Signore degli eserciti è con noi,
nostro rifugio è il Dio di Giacobbe.

[9] Venite, vedete le opere del Signore,
egli ha fatto portenti sulla terra.

[10] Farà cessare le guerre sino ai confini della terra,
romperà gli archi e spezzerà le lance,
brucerà con il fuoco gli scudi.

[11] Fermatevi e sappiate che io sono Dio,
eccelso tra le genti, eccelso sulla terra.

[12] Il Signore degli eserciti è con noi,
nostro rifugio è il Dio di Giacobbe.

Breve riflessione:

Questo salmo proclama il regno di Dio come regno di pace. Gesù è venuto per donare la vera pace e la vita ad ogni uomo.

Salmo 46 Il Signore, re dell'universo.

[1] Al maestro del coro. Dei figli di Core. Salmo.

[2] Applaudite, popoli tutti,
acclamate Dio con voci di gioia;

[3] perché terribile è il Signore, l'Altissimo,
re grande su tutta la terra.

[4] Egli ci ha assoggettati i popoli,
ha messo le nazioni sotto i nostri piedi.

[5] La nostra eredità ha scelto per noi,
vanto di Giacobbe suo prediletto.

[6] Ascende Dio tra le acclamazioni,
il Signore al suono di tromba.

[7] Cantate inni a Dio, cantate inni;
cantate inni al nostro re, cantate inni;

[8] perché Dio è re di tutta la terra,
cantate inni con arte.

[9] Dio regna sui popoli,
Dio siede sul suo trono santo.

[10] I capi dei popoli si sono raccolti
con il popolo del Dio di Abramo,
perché di Dio sono i potenti della terra:
egli è l'Altissimo.

Breve riflessione:

Dio regna sui popoli, concede la forza e la perseveranza nel diffondere il suo regno, affinché ogni uomo lo acclami e lo lodi.

Salmo 47 Azione di grazie per la salvezza del popolo.

[1] Cantico. Salmo. Dei figli di Core.

[2] Grande è il Signore e degno di ogni lode
nella città del nostro Dio.

[3] Il suo monte santo, altura stupenda,
è la gioia di tutta la terra.

Il monte Sion, dimora divina,
è la città del grande Sovrano.

[4] Dio nei suoi baluardi
è apparso fortezza inespugnabile.

[5] Ecco, i re si sono alleati,
sono avanzati insieme.

[6] Essi hanno visto:
attoniti e presi dal panico,
sono fuggiti.

[7] Là sgomento li ha colti,
doglie come di partoriente,

[8] simile al vento orientale
che squarcia le navi di Tarsis.

[9] Come avevamo udito, così abbiamo visto
nella città del Signore degli eserciti,
nella città del nostro Dio;
Dio l'ha fondata per sempre.

[10] Ricordiamo, Dio, la tua misericordia
dentro il tuo tempio.

[11] Come il tuo nome, o Dio,
così la tua lode si estende
sino ai confini della terra;
è piena di giustizia la tua destra.

[12] Gioisca il monte di Sion,
esultino le città di Giuda

a motivo dei tuoi giudizi.

[13] Circondate Sion, giratele intorno,
contate le sue torri.

[14] Osservate i suoi baluardi,
passate in rassegna le sue fortezze,
per narrare alla generazione futura:

[15] Questo è il Signore, nostro Dio
in eterno, sempre:
egli è colui che ci guida.

Breve riflessione:

E' un canto di ringraziamento per la liberazione, il Signore dimorerà tra gli uomini, sarà il "Dio con loro", consoliderà la loro fede, in essa troveranno la verità e la pace.

Salmo 48 Vanità delle ricchezze.

[1] Al maestro del coro. Dei figli di Core. Salmo.

[2] Ascoltate, popoli tutti,
porgete orecchio abitanti del mondo,

[3] voi nobili e gente del popolo,
ricchi e poveri insieme.

[4] La mia bocca esprime sapienza,
il mio cuore medita saggezza;

[5] porgerò l'orecchio a un proverbio,
spiegherò il mio enigma sulla cetra.

[6] Perché temere nei giorni tristi,
quando mi circonda la malizia dei perversi?

[7] Essi confidano nella loro forza,
si vantano della loro grande ricchezza.

[8] Nessuno può riscattare se stesso,
o dare a Dio il suo prezzo.

[9] Per quanto si paghi il riscatto di una vita,
non potrà mai bastare

[10] per vivere senza fine,
e non vedere la tomba.

[11] Vedrà morire i sapienti;
lo stolto e l'insensato periranno insieme
e lasceranno ad altri le loro ricchezze.

[12] Il sepolcro sarà loro casa per sempre,
loro dimora per tutte le generazioni,
eppure hanno dato il loro nome alla terra.

[13] Ma l'uomo nella prosperità non comprende,
è come gli animali che periscono.

[14] Questa è la sorte di chi confida in se stesso,
l'avvenire di chi si compiace nelle sue parole.

[15] Come pecore sono avviati agli inferi,

sarà loro pastore la morte;
scenderanno a precipizio nel sepolcro,
svanirà ogni loro parvenza:
gli inferi saranno la loro dimora.

[16] Ma Dio potrà riscattarmi,
mi strapperà dalla mano della morte.

[17] Se vedi un uomo arricchirsi, non temere,
se aumenta la gloria della sua casa.

[18] Quando muore con sé non porta nulla,
né scende con lui la sua gloria.

[19] Nella sua vita si diceva fortunato:
«Ti loderanno, perché ti sei procurato del bene».

[20] Andrà con la generazione dei suoi padri
che non vedranno mai più la luce.

[21] L'uomo nella prosperità non comprende,
è come gli animali che periscono.

Breve riflessione:

La vita che viviamo è troppo preziosa per essere dissipata,
dobbiamo cercare in Dio quella sapienza che ci permetterà
in tutte le cose un giusto mezzo per vivere e fare il bene,
ringraziando il Signore per i doni ricevuti.

Salmo 49 Il culto gradito a Dio.

[1] Salmo. Di Asaf.

Parla il Signore, Dio degli dei,
convoca la terra da oriente a occidente.

[2] Da Sion, splendore di bellezza,
Dio rifulge.

[3] Viene il nostro Dio e non sta in silenzio;
davanti a lui un fuoco divorante,
intorno a lui si scatena la tempesta.

[4] Convoca il cielo dall'alto
e la terra al giudizio del suo popolo:

[5] «Davanti a me riunite i miei fedeli,
che hanno sancito con me l'alleanza
offrendo un sacrificio».

[6] Il cielo annunzi la sua giustizia,
Dio è il giudice.

[7] «Ascolta, popolo mio, voglio parlare,
testimonierò contro di te, Israele:
Io sono Dio, il tuo Dio.

[8] Non ti rimprovero per i tuoi sacrifici;
i tuoi olocausti mi stanno sempre davanti.

[9] Non prenderò giovenchi dalla tua casa,
né capri dai tuoi recinti.

[10] Sono mie tutte le bestie della foresta,
animali a migliaia sui monti.

[11] Conosco tutti gli uccelli del cielo,
è mio ciò che si muove nella campagna.

[12] Se avessi fame, a te non lo direi:
mio è il mondo e quanto contiene.

[13] Mangerò forse la carne dei tori,
berrò forse il sangue dei capri?

[14] Offri a Dio un sacrificio di lode
e sciogli all'Altissimo i tuoi voti;
[15] invocami nel giorno della sventura:
ti salverò e tu mi darai gloria».
[16] All'empio dice Dio:
«Perché vai ripetendo i miei decreti
e hai sempre in bocca la mia alleanza,
[17] tu che detesti la disciplina
e le mie parole te le getti alle spalle?
[18] Se vedi un ladro, corri con lui;
e degli adùlteri ti fai compagno.
[19] Abbandoni la tua bocca al male
e la tua lingua ordisce inganni.
[20] Ti siedì, parli contro il tuo fratello,
getti fango contro il figlio di tua madre.
[21] Hai fatto questo e dovrei tacere?
forse credevi ch'io fossi come te!
Ti rimprovero: ti pongo innanzi i tuoi peccati».
[22] Capite questo voi che dimenticate Dio,
perché non mi adiri e nessuno vi salvi.
[23] Chi offre il sacrificio di lode, questi mi onora,
a chi cammina per la retta via
mostrerò la salvezza di Dio.

Breve riflessione:

Del Signore sono la terra e i suoi abitanti, ma l'uomo è stato creato nella libertà di decidere se stare con Dio o senza di Lui. Chi si accosta a Lui conferma la mente e il cuore alla parola divina applicandola nella vita giornaliera.

Salmo 50 Miserere.

[1] Al maestro del coro. Salmo. Di Davide.

[2] Quando venne da lui il profeta Natan dopo che aveva peccato con Betsabea.

[3] Pietà di me, o Dio, secondo la tua misericordia; nella tua grande bontà cancella il mio peccato.

[4] Lavami da tutte le mie colpe, mondami dal mio peccato.

[5] Riconosco la mia colpa, il mio peccato mi sta sempre dinanzi.

[6] Contro di te, contro te solo ho peccato, quello che è male ai tuoi occhi, io l'ho fatto; perciò sei giusto quando parli, retto nel tuo giudizio.

[7] Ecco, nella colpa sono stato generato, nel peccato mi ha concepito mia madre.

[8] Ma tu vuoi la sincerità del cuore e nell'intimo m'insegni la sapienza.

[9] Purificami con issopo e sarò mondo; lavami e sarò più bianco della neve.

[10] Fammi sentire gioia e letizia, esulteranno le ossa che hai spezzato.

[11] Distogli lo sguardo dai miei peccati, cancella tutte le mie colpe.

[12] Crea in me, o Dio, un cuore puro, rinnova in me uno spirito saldo.

[13] Non respingermi dalla tua presenza e non privarmi del tuo santo spirito.

[14] Rendimi la gioia di essere salvato, sostieni in me un animo generoso.

[15] Insegnerò agli erranti le tue vie

e i peccatori a te ritorneranno.

[16] Liberami dal sangue, Dio, Dio mia salvezza,
la mia lingua esalterà la tua giustizia.

[17] Signore, apri le mie labbra
e la mia bocca proclami la tua lode;

[18] poiché non gradisci il sacrificio
e, se offro olocausti, non li accetti.

[19] Uno spirito contrito è sacrificio a Dio,
un cuore affranto e umiliato, Dio, tu non disprezzi.

[20] Nel tuo amore fa grazia a Sion,
rialza le mura di Gerusalemme.

[21] Allora gradirai i sacrifici prescritti,
l'olocausto e l'intera oblazione,
allora immoleranno vittime sopra il tuo altare.

Breve riflessione:

E' una supplica di perdono. Noi cerchiamo la riconciliazione con Gesù e il Padre. Più amiamo, più siamo perdonati, perchè come il peccato aveva regnato, così regna la grazia con la giustizia eterna.

Salmo 51 Contro un calunniatore.

[1] Al maestro del coro. Maskil. Di Davide.

[2] Dopo che l'idumeo Doeg venne da Saul per informarlo e dirgli: «Davide è entrato in casa di Abimelech».

[3] Perché ti vanti del male
o prepotente nella tua iniquità?

[4] Ordisci insidie ogni giorno;
la tua lingua è come lama affilata,
artefice di inganni.

[5] Tu preferisci il male al bene,
la menzogna al parlare sincero.

[6] Ami ogni parola di rovina,
o lingua di impostura.

[7] Perciò Dio ti demolirà per sempre,
ti spezzerà e ti strapperà dalla tenda
e ti sradicherà dalla terra dei viventi.

[8] Vedendo, i giusti saran presi da timore
e di lui rideranno:

[9] «Ecco l'uomo che non ha posto in Dio la sua difesa,
ma confidava nella sua grande ricchezza
e si faceva forte dei suoi crimini».

[10] Io invece come olivo verdeggiante
nella casa di Dio.

Mi abbandono alla fedeltà di Dio
ora e per sempre.

[11] Voglio renderti grazie in eterno
per quanto hai operato;
spero nel tuo nome, perché è buono,
davanti ai tuoi fedeli.

Breve riflessione:

L'agire di Dio è a favore del giusto e contro l'empio arrogante, infedele al Signore. La giustizia di Dio sovrasta noi che confidiamo in Lui, sapendo che la vera forza è la fedeltà e fiducia nel suo amore.

Salmo 52 Stoltezza degli empi.

[1] Al maestro del coro. Su «Macalat». Maskil.
Di Davide.

[2] Lo stolto pensa:
«Dio non esiste».

Sono corrotti, fanno cose abominevoli,
nessuno fa il bene.

[3] Dio dal cielo si china sui figli dell'uomo
per vedere se c'è un uomo saggio che cerca Dio.

[4] Tutti hanno traviato,
tutti sono corrotti;
nessuno fa il bene;
neppure uno.

[5] Non comprendono forse i malfattori
che divorano il mio popolo come il pane
e non invocano Dio?

[6] Hanno tremato di spavento,
là dove non c'era da temere.

Dio ha disperso le ossa degli aggressori,
sono confusi perché Dio li ha respinti.

[7] Chi manderà da Sion la salvezza di Israele?
Quando Dio farà tornare i deportati del suo popolo,
esulterà Giacobbe, gioirà Israele.

Breve riflessione:

Questo salmo è identico al salmo 13. Il rifiuto di Dio nella propria vita è stoltezza. Gesù è venuto a liberare gli uomini dalla schiavitù del peccato e ci suscita il desiderio del pentimento, per ritornare a Lui unico nostro vero amore.

Salmo 53 Invocazione d'aiuto.

[1] Al maestro del coro. Per strumenti a corda. Maskil.
Di Davide.

[2] Dopo che gli Zifei vennero da Saul a dirgli: «Ecco, Davide se ne sta nascosto presso di noi».

[3] Dio, per il tuo nome, salvami,
per la tua potenza rendimi giustizia.

[4] Dio, ascolta la mia preghiera,
porgi l'orecchio alle parole della mia bocca;

[5] poiché sono insorti contro di me gli arroganti
e i prepotenti insidiano la mia vita,
davanti a sé non pongono Dio.

[6] Ecco, Dio è il mio aiuto,
il Signore mi sostiene.

[7] Fà ricadere il male sui miei nemici,
nella tua fedeltà disperdili.

[8] Di tutto cuore ti offrirò un sacrificio,
Signore, loderò il tuo nome perché è buono;

[9] da ogni angoscia mi hai liberato
e il mio occhio ha sfidato i miei nemici.

Breve riflessione:

Gesù si compiace solo nella volontà del Padre. "Dio ama chi dona con gioia"(S. Paolo 2cor 9,7). Ci libera dagli arroganti, dai prepotenti e noi lo lodiamo, lo ringraziamo della sua infinita bontà.

Salmo 54 L'amico che tradisce.

[1] Al maestro del coro. Per strumenti a corda. Maskil.
Di Davide.

[2] Porgi l'orecchio, Dio, alla mia preghiera,
non respingere la mia supplica;

[3] dammi ascolto e rispondimi,
mi agito nel mio lamento e sono sconvolto

[4] al grido del nemico, al clamore dell'empio.

Contro di me riversano sventura,
mi perseguitano con furore.

[5] Dentro di me freme il mio cuore,
piombano su di me terrori di morte.

[6] Timore e spavento mi invadono
e lo sgomento mi opprime.

[7] Dico: «Chi mi darà ali come di colomba,
per volare e trovare riposo?

[8] Ecco, errando, fuggirei lontano,
abiterei nel deserto.

[9] Riposerei in un luogo di riparo
dalla furia del vento e dell'uragano».

[10] Disperdili, Signore,
confondi le loro lingue:

ho visto nella città violenza e contese.

[11] Giorno e notte si aggirano
sulle sue mura,

[12] all'interno iniquità, travaglio e insidie
e non cessano nelle sue piazze
sopruso e inganno.

[13] Se mi avesse insultato un nemico,
l'avrei sopportato;

se fosse insorto contro di me un avversario,

da lui mi sarei nascosto.

[14] Ma sei tu, mio compagno,
mio amico e confidente;

[15] ci legava una dolce amicizia,
verso la casa di Dio camminavamo in festa.

[16] Piombi su di loro la morte,
scendano vivi negli inferi;
perché il male è nelle loro case,
e nel loro cuore.

[17] Io invoco Dio
e il Signore mi salva.

[18] Di sera, al mattino, a mezzogiorno mi lamento e
sospiro

ed egli ascolta la mia voce;

[19] mi salva, mi dà pace da coloro che mi combattono:
sono tanti i miei avversari.

[20] Dio mi ascolta e li umilia,
egli che domina da sempre.
Per essi non c'è conversione
e non temono Dio.

[21] Ognuno ha steso la mano contro i suoi amici,
ha violato la sua alleanza.

[22] Più untuosa del burro è la sua bocca,
ma nel cuore ha la guerra;
più fluide dell'olio le sue parole,
ma sono spade sguainate.

[23] Getta sul Signore il tuo affanno
ed egli ti darà sostegno,
mai permetterà che il giusto vacilli.

[24] Tu, Dio, li sprofonderai nella tomba
gli uomini sanguinari e fraudolenti:
essi non giungeranno alla metà dei loro giorni.

Ma io, Signore, in te confido.

Breve riflessione:

E' un invito a confidare in Dio nei momenti di sconforto, di ingiustizia, di oppressione. "Signore, in te confido". Egli ci soccorre nelle prove, ci concede di superare le difficoltà.

Salmo 55 Fiducia nella parola di Dio.

[1] Al maestro del coro. Su «Jonat elem rehoqim». Di Davide. Miktam. Quando i Filistei lo tenevano prigioniero in Gat.

[2] Pietà di me, o Dio, perché l'uomo mi calpesta, un aggressore sempre mi opprime.

[3] Mi calpestano sempre i miei nemici, molti sono quelli che mi combattono.

[4] Nell'ora della paura, io in te confido.

[5] In Dio, di cui lodo la parola, in Dio confido, non avrò timore: che cosa potrà farmi un uomo?

[6] Travisano sempre le mie parole, non pensano che a farmi del male.

[7] Suscitano contese e tendono insidie, osservano i miei passi, per attentare alla mia vita.

[8] Per tanta iniquità non abbiano scampo: nella tua ira abbatti i popoli, o Dio.

[9] I passi del mio vagare tu li hai contati, le mie lacrime nell'otre tuo raccogli; non sono forse scritte nel tuo libro?

[10] Allora ripiegheranno i miei nemici, quando ti avrò invocato: so che Dio è in mio favore.

[11] Lodo la parola di Dio, lodo la parola del Signore,

[12] in Dio confido, non avrò timore: che cosa potrà farmi un uomo?

[13] Su di me, o Dio, i voti che ti ho fatto:

ti renderò azioni di grazie,
[14] perché mi hai liberato dalla morte.
Hai preservato i miei piedi dalla caduta,
perché io cammini alla tua presenza
nella luce dei viventi, o Dio.

Breve riflessione:

Gesù oltraggiato, insultato ha confidato nella protezione del Padre e ci suggerisce di avere piena fiducia in Dio per sopportare e andare avanti nella vita con la sua presenza e con il suo amore.

Salmo 56 Preghiera del mattino nella sofferenza.

[1] Al maestro del coro. Su «Non distruggere». Di Davide.
Miktam. Quando fuggì da Saul nella caverna.

[2] Pietà di me, pietà di me, o Dio,
in te mi rifugio;

mi rifugio all'ombra delle tue ali
finché sia passato il pericolo.

[3] Invocherò Dio, l'Altissimo,
Dio che mi fa il bene.

[4] Mandi dal cielo a salvarmi
dalla mano dei miei persecutori,
Dio mandi la sua fedeltà e la sua grazia.

[5] Io sono come in mezzo a leoni,
che divorano gli uomini;

i loro denti sono lance e frecce,
la loro lingua spada affilata.

[6] Innalzati sopra il cielo, o Dio,
su tutta la terra la tua gloria.

[7] Hanno teso una rete ai miei piedi,
mi hanno piegato,
hanno scavato davanti a me una fossa
e vi sono caduti.

[8] Saldo è il mio cuore, o Dio,
saldo è il mio cuore.

[9] Voglio cantare, a te voglio inneggiare:
svègliati, mio cuore,
svègliati arpa, cetra,
voglio svegliare l'aurora.

[10] Ti loderò tra i popoli, Signore,
a te canterò inni tra le genti.

[11] perché la tua bontà è grande fino ai cieli,

e la tua fedeltà fino alle nubi.
[12] Innalzati sopra il cielo, o Dio,
su tutta la terra la tua gloria.

Breve riflessione:

“Venite a me voi tutti che siete affaticati ed oppressi ed io vi ristorerò”.(Mt.11,28). Il Signore ci salva e noi il minimo che possiamo fare è di ringraziarlo, lodarlo per tutti i doni che ci ha dato, ci da e ci darà.

Salmo 57 Requisitoria contro i giudici iniqui.

[1] Al maestro del coro. Su «Non distruggere».
Di Davide. Miktam.

[2] Rendete veramente giustizia o potenti,
giudicate con rettitudine gli uomini?

[3] Voi tramate iniquità con il cuore,
sulla terra le vostre mani preparano violenze.

[4] Sono traviati gli empi fin dal seno materno,
si pervertono fin dal grembo gli operatori di menzogna.

[5] Sono velenosi come il serpente,
come vipera sorda che si tura le orecchie

[6] per non udire la voce dell'incantatore,
del mago che incanta abilmente.

[7] Spezzagli, o Dio, i denti nella bocca,
rompi, o Signore, le mascelle dei leoni.

[8] Si dissolvano come acqua che si disperde,
come erba calpestata inaridiscano.

[9] Passino come lumaca che si discioglie,
come aborto di donna che non vede il sole.

[10] Prima che le vostre caldaie sentano i pruni,
vivi li travolga il turbine.

[11] Il giusto godrà nel vedere la vendetta,
laverà i piedi nel sangue degli empi.

[12] Gli uomini diranno: «C'è un premio per il giusto,
c'è Dio che fa giustizia sulla terra!».

Breve riflessione:

E' un salmo contro l'ingiustizia dei giudici iniqui e dei potenti della terra. Signore insegnaci che chi condanna e giudica ingiustamente l'innocente, condanna la tua verità.

Salmo 58 Invocazione di aiuto.

[1] Al maestro del coro. Su «Non distruggere». Di Davide.
Quando Saul mandò uomini a sorvegliare la casa e ad ucciderlo.

[2] Liberami dai nemici, mio Dio,
proteggimi dagli aggressori.

[3] Liberami da chi fa il male,
salvami da chi sparge sangue.

[4] Ecco, insidiano la mia vita,
contro di me si avventano i potenti.

Signore, non c'è colpa in me, non c'è peccato;

[5] senza mia colpa accorrono e si appostano.

Svègliati, vienimi incontro e guarda.

[6] Tu, Signore, Dio degli eserciti, Dio d'Israele,

lèvati a punire tutte le genti;

non avere pietà dei traditori.

[7] Ritornano a sera e ringhiano come cani,

si aggirano per la città.

[8] Ecco, vomitano ingiurie,

le loro labbra sono spade.

Dicono: «Chi ci ascolta?».

[9] Ma tu, Signore, ti ridi di loro,

ti burli di tutte le genti.

[10] A te, mia forza, io mi rivolgo:

sei tu, o Dio, la mia difesa.

[11] La grazia del mio Dio mi viene in aiuto,

Dio mi farà sfidare i miei nemici.

[12] Non ucciderli, perché il mio popolo non dimentichi,

disperdili con la tua potenza e abbattili,

Signore, nostro scudo.

[13] Peccato è la parola delle loro labbra,

cadano nel laccio del loro orgoglio
per le bestemmie e le menzogne che pronunziano.

[14] Annientali nella tua ira,
annientali e più non siano;
e sappiano che Dio domina in Giacobbe,
fino ai confini della terra.

[15] Ritornano a sera e ringhiano come cani,
per la città si aggirano

[16] vagando in cerca di cibo;
latrano, se non possono saziarsi.

[17] Ma io canterò la tua potenza,
al mattino esalterò la tua grazia
perché sei stato mia difesa,
mio rifugio nel giorno del pericolo.

[18] O mia forza, a te voglio cantare,
poiché tu sei, o Dio, la mia difesa,
tu, o mio Dio, sei la mia misericordia.

Breve riflessione:

Invochiamo aiuto contro il male che imperversa nel mondo.
Il Signore ci aiuti a dominare le passioni, ci protegga da
coloro che operano il male, per essere sicuri, protetti sotto
la sua difesa.

Salmo 59 preghiera dopo la sventura.

[1] Al maestro del coro. Su «Giglio del precetto».

Miktam. Di Davide. Da insegnare.

[2] Quando uscì contro gli Aramei della Valle dei due fiumi e contro gli Aramei di Soba, e quando Gioab, nel ritorno, sconfisse gli Idumei nella Valle del sale: dodici mila uomini.

[3] Dio, tu ci hai respinti, ci hai dispersi; ti sei sdegnato: ritorna a noi.

[4] Hai scosso la terra, l'hai squarciata, risana le sue fratture, perché crolla.

[5] Hai inflitto al tuo popolo dure prove, ci hai fatto bere vino da vertigini.

[6] Hai dato un segnale ai tuoi fedeli perché fuggissero lontano dagli archi.

[7] Perché i tuoi amici siano liberati, salvaci con la destra e a noi rispondi.

[8] Dio ha parlato nel suo tempio: «Esulto e divido Sichem, misuro la valle di Succot.

[9] Mio è Gàlaad, mio è Manasse, Efraim è la difesa del mio capo, Giuda lo scettro del mio comando.

[10] Moab è il bacino per lavarmi, sull'Idumea getterò i miei sandali, sulla Filistea canterò vittoria».

[11] Chi mi condurrà alla città fortificata, chi potrà guidarmi fino all'Idumea?

[12] Non forse tu, o Dio, che ci hai respinti, e più non esci, o Dio, con le nostre schiere?

[13] Nell'oppressione vieni in nostro aiuto perché vana è la salvezza dell'uomo.

[14] Con Dio noi faremo prodigi:
egli calpesterà i nostri nemici.

Breve riflessione:

È una grande professione di fede, ciascuno di noi è chiamato a credere, a fidarsi di Dio. Il Padre, così nella sua misericordia ci perdona tutti i peccati, salvandoci per la sua bontà.

Salmo 60 Preghiera di un esule.

[1] Al maestro del coro. Per strumenti a corda. Di Davide.

[2] Ascolta, o Dio, il mio grido,
sii attento alla mia preghiera.

[3] Dai confini della terra io t'invoco;
mentre il mio cuore viene meno,
guidami su rupe inaccessibile.

[4] Tu sei per me rifugio,
torre salda davanti all'avversario.

[5] Dimorerò nella tua tenda per sempre,
all'ombra delle tue ali troverò riparo;

[6] perché tu, Dio, hai ascoltato i miei voti,
mi hai dato l'eredità di chi teme il tuo nome.

[7] Ai giorni del re aggiungi altri giorni,
per molte generazioni siano i suoi anni.

[8] Regni per sempre sotto gli occhi di Dio;
grazia e fedeltà lo custodiscano.

[9] Allora canterò inni al tuo nome, sempre,
sciogliendo i miei voti giorno per giorno.

Breve riflessione:

E' un invito a tutti i cristiani ad aumentare la fiducia nel Signore che con la sua presenza in mezzo a noi nelle difficoltà Lui ci aiuta, ci guida.

Salmo 61 Solo in Dio la mia pace.

[1] Al maestro del coro. Su «Iduthun». Salmo. Di Davide.

[2] Solo in Dio riposa l'anima mia;
da lui la mia salvezza.

[3] Lui solo è mia rupe e mia salvezza,
mia roccia di difesa: non potrò vacillare.

[4] Fino a quando vi scaglierete contro un uomo,
per abbatterlo tutti insieme,
come muro cadente,
come recinto che crolla?

[5] Tramano solo di precipitarlo dall'alto,
si compiacciono della menzogna.

Con la bocca benedicono,
e maledicono nel loro cuore.

[6] Solo in Dio riposa l'anima mia,
da lui la mia speranza.

[7] Lui solo è mia rupe e mia salvezza,
mia roccia di difesa: non potrò vacillare.

[8] In Dio è la mia salvezza e la mia gloria;
il mio saldo rifugio, la mia difesa è in Dio.

[9] Confida sempre in lui, o popolo,
davanti a lui effondi il tuo cuore,
nostro rifugio è Dio.

[10] Sì, sono un soffio i figli di Adamo,
una menzogna tutti gli uomini,
insieme, sulla bilancia, sono meno di un soffio.

[11] Non confidate nella violenza,
non illudetevi della rapina;
alla ricchezza, anche se abbonda,
non attaccate il cuore.

[12] Una parola ha detto Dio,
due ne ho udite:

il potere appartiene a Dio,
tua, Signore, è la grazia;

[13] secondo le sue opere
tu ripaghi ogni uomo.

Breve riflessione:

Il Signore è mia rupe, mia salvezza, mia roccia di difesa:
non potrò vacillare, anzi mi aiuta a non confidare mai negli
uomini, ma solo in Lui.

Salmo 62 L'anima assetata del Signore.

[1] Salmo. Di Davide, quando dimorava nel deserto di Giuda.

[2] O Dio, tu sei il mio Dio, all'aurora ti cerco,
di te ha sete l'anima mia,
a te anela la mia carne,
come terra deserta,
arida, senz'acqua.

[3] Così nel santuario ti ho cercato,
per contemplare la tua potenza e la tua gloria.

[4] Poiché la tua grazia vale più della vita,
le mie labbra diranno la tua lode.

[5] Così ti benedirò finché io viva,
nel tuo nome alzerò le mie mani.

[6] Mi sazierò come a lauto convito,
e con voci di gioia ti loderà la mia bocca.

[7] Quando nel mio giaciglio di te mi ricordo
e penso a te nelle veglie notturne,

[8] a te che sei stato il mio aiuto,
esulto di gioia all'ombra delle tue ali.

[9] A te si stringe l'anima mia
e la forza della tua destra mi sostiene.

[10] Ma quelli che attentano alla mia vita
scenderanno nel profondo della terra,

[11] saranno dati in potere alla spada,
diverranno preda di sciacalli.

[12] Il re gioirà in Dio,
si glorieerà chi giura per lui,
perché ai mentitori verrà chiusa la bocca.

Breve riflessione:

Gesù si è fatto nostro cibo e bevanda. Egli nel battesimo ci ha liberati dal peccato e con gioia ti loderà la mia bocca.

Salmo 63 Preghiera contro il terrore del nemico.

[1] Salmo. Di Davide. Al maestro del coro.

[2] Ascolta, Dio, la voce, del mio lamento,
dal terrore del nemico preserva la mia vita.

[3] Proteggimi dalla congiura degli empi
dal tumulto dei malvagi.

[4] Affilano la loro lingua come spada,
scagliano come frecce parole amare

[5] per colpire di nascosto l'innocente;
lo colpiscono di sorpresa e non hanno timore.

[6] Si ostinano nel fare il male,
si accordano per nascondere tranelli;
dicono: «Chi li potrà vedere?».

[7] Meditano iniquità, attuano le loro trame:
un baratro è l'uomo e il suo cuore un abisso.

[8] Ma Dio li colpisce con le sue frecce:
all'improvviso essi sono feriti,

[9] la loro stessa lingua li farà cadere;
chiunque, al vederli, scuoterà il capo.

[10] Allora tutti saranno presi da timore,
annunzieranno le opere di Dio
e capiranno ciò che egli ha fatto.

[11] Il giusto gioirà nel Signore
e riporrà in lui la sua speranza,
i retti di cuore ne trarranno gloria.

Breve riflessione:

Saranno svergognati e confusi quanti s'infuriano contro Dio.
Egli ci preserva dai nemici, affinché avvolti dalla sua pace
possiamo annunciare a tutti la grandiosità del suo creato.

Salmo 64 gioia delle creature di Dio per la sua provvidenza.

[1] Al maestro del coro. Salmo. Di Davide. Canto.

[2] A te si deve lode, o Dio, in Sion;
a te si sciolga il voto in Gerusalemme.

[3] A te, che ascolti la preghiera,
viene ogni mortale.

[4] Pesano su di noi le nostre colpe,
ma tu perdoni i nostri peccati.

[5] Beato chi hai scelto e chiamato vicino,
abiterà nei tuoi atrii.

Ci sazieremo dei beni della tua casa,
della santità del tuo tempio.

[6] Con i prodigi della tua giustizia,
tu ci rispondi, o Dio, nostra salvezza,
speranza dei confini della terra
e dei mari lontani.

[7] Tu rendi saldi i monti con la tua forza,
cinto di potenza.

[8] Tu fai tacere il fragore del mare,
il fragore dei suoi flutti,
tu plachi il tumulto dei popoli.

[9] Gli abitanti degli estremi confini
stupiscono davanti ai tuoi prodigi:
di gioia fai gridare la terra,
le soglie dell'oriente e dell'occidente.

[10] Tu visiti la terra e la disseti:
la ricolmi delle sue ricchezze.

Il fiume di Dio è gonfio di acque;
tu fai crescere il frumento per gli uomini.
Così prepari la terra:

[11] Ne irrighi i solchi, ne spiani le zolle,
la bagni con le piogge
e benedici i suoi germogli.

[12] Coroni l'anno con i tuoi benefici,
al tuo passaggio stilla l'abbondanza.

[13] Stillano i pascoli del deserto
e le colline si cingono di esultanza.

[14] I prati si coprono di greggi,
le valli si ammantano di grano;
tutto canta e grida di gioia.

Breve riflessione:

Gesù è la vita che ha trionfato sulla morte, a Lui la lode,
perché ci rende degni del suo amore, ci fa scoprire la
bellezza delle sue opere, cariche della sua bontà e
semplicità.

Salmo 65 Inno di grazie in occasione del sacrificio.

[1] Al maestro del coro. Canto. Salmo.

Acclamate a Dio da tutta la terra,

[2] cantate alla gloria del suo nome,
date a lui splendida lode.

[3] Dite a Dio: «Stupende sono le tue opere!
Per la grandezza della tua potenza
a te si piegano i tuoi nemici.

[4] A te si prostri tutta la terra,
a te canti inni, canti al tuo nome».

[5] Venite e vedete le opere di Dio,
mirabile nel suo agire sugli uomini.

[6] Egli cambiò il mare in terra ferma,
passarono a piedi il fiume;
per questo in lui esultiamo di gioia.

[7] Con la sua forza domina in eterno,
il suo occhio scruta le nazioni;
i ribelli non rialzino la fronte.

[8] Benedite, popoli, il nostro Dio,
fate risuonare la sua lode;

[9] è lui che salvò la nostra vita
e non lasciò vacillare i nostri passi.

[10] Dio, tu ci hai messi alla prova;
ci hai passati al crogiuolo, come l'argento.

[11] Ci hai fatti cadere in un agguato,
hai messo un peso ai nostri fianchi.

[12] Hai fatto cavalcare uomini sulle nostre teste;
ci hai fatto passare per il fuoco e l'acqua,
ma poi ci hai dato sollievo.

[13] Entrerò nella tua casa con olocausti,
a te scioglierò i miei voti,

[14] i voti pronunziati dalle mie labbra,
promessi nel momento dell'angoscia.

[15] Ti offrirò pingui olocausti
con fragranza di montoni,
immolerò a te buoi e capri.

[16] Venite, ascoltate, voi tutti che temete Dio,
e narrerò quanto per me ha fatto.

[17] A lui ho rivolto il mio grido,
la mia lingua cantò la sua lode.

[18] Se nel mio cuore avessi cercato il male,
il Signore non mi avrebbe ascoltato.

[19] Ma Dio ha ascoltato,
si è fatto attento alla voce della mia preghiera.

[20] Sia benedetto Dio che non ha respinto la mia
preghiera,
non mi ha negato la sua misericordia.

Breve riflessione:

La speranza cristiana ci stimola ad avere la fede che sappia leggere in ogni momento l'intervento di Dio, affinché un giorno sia la speranza che la fede diventino gioia per tutti gli uomini.

Salmo 66 Tutti i popoli glorifichino il Signore.

[1] Al maestro del coro. Su strumenti a corda. Salmo. Canto.

[2] Dio abbia pietà di noi e ci benedica,
su di noi faccia splendere il suo volto;

[3] perché si conosca sulla terra la tua via,
fra tutte le genti la tua salvezza.

[4] Ti lodino i popoli, Dio,
ti lodino i popoli tutti.

[5] Esultino le genti e si rallegriano,
perché giudichi i popoli con giustizia,
governi le nazioni sulla terra.

[6] Ti lodino i popoli, Dio,
ti lodino i popoli tutti.

[7] La terra ha dato il suo frutto.

Ci benedica Dio, il nostro Dio,

[8] ci benedica Dio

e lo temano tutti i confini della terra.

Breve riflessione:

Sforziamoci di vivere con opere buone in quanto figli eredi di Dio; la terra possa temerlo, diventare occasione del suo amore e gloria.

Salmo 67 l'ingresso trionfale del Signore.

[1] Al maestro del coro. Di Davide. Salmo. Canto.

[2] Sorga Dio, i suoi nemici si disperdano
e fuggano davanti a lui quelli che lo odiano.

[3] Come si disperde il fumo, tu li disperdi;
come fonde la cera di fronte al fuoco,
periscano gli empi davanti a Dio.

[4] I giusti invece si rallegrino,
esultino davanti a Dio
e cantino di gioia.

[5] Cantate a Dio, inneggiate al suo nome,
spianate la strada a chi cavalca le nubi:
«Signore» è il suo nome,
gioite davanti a lui.

[6] Padre degli orfani e difensore delle vedove
è Dio nella sua santa dimora.

[7] Ai derelitti Dio fa abitare una casa,
fa uscire con gioia i prigionieri;
solo i ribelli abbandona in arida terra.

[8] Dio, quando uscivi davanti al tuo popolo,
quando camminavi per il deserto,

[9] la terra tremò, stillarono i cieli
davanti al Dio del Sinai,
davanti a Dio, il Dio di Israele.

[10] Pioggia abbondante riversavi, o Dio,
rinvigorivi la tua eredità esausta.

[11] E il tuo popolo abitò il paese
che nel tuo amore, o Dio, preparasti al misero.

[12] Il Signore annunzia una notizia,
le messaggere di vittoria sono grande schiera:

[13] «Fuggono i re, fuggono gli eserciti,

anche le donne si dividono il bottino.

[14] Mentre voi dormite tra gli ovili,
splendono d'argento le ali della colomba,
le sue piume di riflessi d'oro».

[15] Quando disperdeva i re l'Onnipotente,
nevicava sullo Zalmon.

[16] Monte di Dio, il monte di Basan,
monte dalle alte cime, il monte di Basan.

[17] Perché invidiate, o monti dalle alte cime,
il monte che Dio ha scelto a sua dimora?

Il Signore lo abiterà per sempre.

[18] I carri di Dio sono migliaia e migliaia:
il Signore viene dal Sinai nel santuario.

[19] Sei salito in alto conducendo prigionieri,
hai ricevuto uomini in tributo:

anche i ribelli abiteranno
presso il Signore Dio.

[20] Benedetto il Signore sempre;
ha cura di noi il Dio della salvezza.

[21] Il nostro Dio è un Dio che salva;
il Signore Dio libera dalla morte.

[22] Sì, Dio schiaccerà il capo dei suoi nemici,
la testa altera di chi percorre la via del delitto.

[23] Ha detto il Signore: «Da Basan li farò tornare,
li farò tornare dagli abissi del mare,

[24] perché il tuo piede si bagni nel sangue,
e la lingua dei tuoi cani riceva la sua parte tra i nemici».

[25] Appare il tuo corteo, Dio,
il corteo del mio Dio, del mio re, nel santuario.

[26] Precedono i cantori, seguono ultimi i citaredi,
in mezzo le fanciulle che battono cembali.

[27] «Benedite Dio nelle vostre assemblee,

benedite il Signore, voi della stirpe di Israele».

[28] Ecco, Beniamino, il più giovane,
guida i capi di Giuda nelle loro schiere,
i capi di Zabulon, i capi di Neftali.

[29] Dispiega, Dio, la tua potenza,
conferma, Dio, quanto hai fatto per noi.

[30] Per il tuo tempio, in Gerusalemme,
a te i re porteranno doni.

[31] Minaccia la belva dei canneti,
il branco dei tori con i vitelli dei popoli:
si prostrino portando verghe d'argento;
disperdi i popoli che amano la guerra.

[32] Verranno i grandi dall'Egitto,
l'Etiopia tenderà le mani a Dio.

[33] Regni della terra, cantate a Dio,
cantate inni al Signore;

[34] egli nei cieli cavalca, nei cieli eterni,
ecco, tuona con voce potente.

[35] Riconoscete a Dio la sua potenza,
la sua maestà su Israele,
la sua potenza sopra le nubi.

[36] Terribile sei, Dio, dal tuo santuario;
il Dio d'Israele dà forza e vigore al suo popolo,
sia benedetto Dio.

Breve riflessione:

Viene esaltata la grandezza, l'amore di Dio nella vita degli uomini, i quali tramite la contemplazione e l'adorazione alla fine raggiungono il paradiso della pace eterna.

Salmo 68 Quando avevo sete mi hanno dato aceto.

[1] Al maestro del coro. Su «I gigli». Di Davide.

[2] Salvami, o Dio:

l'acqua mi giunge alla gola.

[3] Affondo nel fango e non ho sostegno;
sono caduto in acque profonde
e l'onda mi travolge.

[4] Sono sfinito dal gridare,
riarse sono le mie fauci;
i miei occhi si consumano
nell'attesa del mio Dio.

[5] Più numerosi dei capelli del mio capo
sono coloro che mi odiano senza ragione.
Sono potenti i nemici che mi calunniano:
quanto non ho rubato, lo dovrei restituire?

[6] Dio, tu conosci la mia stoltezza
e le mie colpe non ti sono nascoste.

[7] Chi spera in te, a causa mia non sia confuso,
Signore, Dio degli eserciti;
per me non si vergogni
chi ti cerca, Dio d'Israele.

[8] Per te io sopporto l'insulto
e la vergogna mi copre la faccia;

[9] sono un estraneo per i miei fratelli,
un forestiero per i figli di mia madre.

[10] Poiché mi divora lo zelo per la tua casa,
ricadono su di me gli oltraggi di chi ti insulta.

[11] Mi sono estenuato nel digiuno
ed è stata per me un'infamia.

[12] Ho indossato come vestito un sacco
e sono diventato il loro scherno.

[13] Sparlavano di me quanti sedevano alla porta,
gli ubriachi mi dileggiavano.

[14] Ma io innalzo a te la mia preghiera,
Signore, nel tempo della benevolenza;
per la grandezza della tua bontà, rispondimi,
per la fedeltà della tua salvezza, o Dio.

[15] Salvami dal fango, che io non affondi,
liberami dai miei nemici
e dalle acque profonde.

[16] Non mi sommergano i flutti delle acque
e il vortice non mi travolga,
l'abisso non chiuda su di me la sua bocca.

[17] Rispondimi, Signore, benefica è la tua grazia;
volgiti a me nella tua grande tenerezza.

[18] Non nascondere il volto al tuo servo,
sono in pericolo: presto, rispondimi.

[19] Avvicinati a me, riscattami,
salvami dai miei nemici.

[20] Tu conosci la mia infamia,
la mia vergogna e il mio disonore;
davanti a te sono tutti i miei nemici.

[21] L'insulto ha spezzato il mio cuore e vengo meno.
Ho atteso compassione, ma invano,
consolatori, ma non ne ho trovati.

[22] Hanno messo nel mio cibo veleno
e quando avevo sete mi hanno dato aceto.

[23] La loro tavola sia per essi un laccio,
una insidia i loro banchetti.

[24] Si offuschino i loro occhi, non vedano;
sfibra per sempre i loro fianchi.

[25] Riversa su di loro il tuo sdegno,
li raggiunga la tua ira ardente.

[26] La loro casa sia desolata,
senza abitanti la loro tenda;
[27] perché inseguono colui che hai percosso,
aggiungono dolore a chi tu hai ferito.
[28] Imputa loro colpa su colpa
e non ottengano la tua giustizia.
[29] Siano cancellati dal libro dei viventi
e tra i giusti non siano iscritti.
[30] Io sono infelice e sofferente;
la tua salvezza, Dio, mi ponga al sicuro.
[31] Loderò il nome di Dio con il canto,
lo esalterò con azioni di grazie,
[32] che il Signore gradirà più dei tori,
più dei giovenchi con corna e unghie.
[33] Vedano gli umili e si rallegriano;
si ravvivi il cuore di chi cerca Dio,
[34] poiché il Signore ascolta i poveri
e non disprezza i suoi che sono prigionieri.
[35] A lui acclamino i cieli e la terra,
i mari e quanto in essi si muove.
[36] Perché Dio salverà Sion,
ricostruirà le città di Giuda:
vi abiteranno e ne avranno il possesso.
[37] La stirpe dei suoi servi ne sarà erede,
e chi ama il suo nome vi porrà dimora.

Breve riflessione:

Attraverso le sofferenze si entra nel regno di Dio. I martiri, i sofferenti, i perseguitati a causa della giustizia, trovano nella fede, nella pazienza e sopportazione le dolci compagne e consolanti amiche di viaggio.

Salmo 69 O Dio vieni a salvarmi.

[1] Al maestro del coro. Di Davide. In memoria.

[2] Vieni a salvarmi, o Dio,
vieni presto, Signore, in mio aiuto.

[3] Siano confusi e arrossiscano
quanti attentano alla mia vita.

Retrocedano e siano svergognati
quanti vogliono la mia rovina.

[4] Per la vergogna si volgano indietro
quelli che mi deridono.

[5] Gioia e allegrezza grande
per quelli che ti cercano;
dicano sempre: «Dio è grande»
quelli che amano la tua salvezza.

[6] Ma io sono povero e infelice,
vieni presto, mio Dio;
tu sei mio aiuto e mio salvatore;
Signore, non tardare.

Breve riflessione:

E' un'invocazione di aiuto, di liberazione e di salvezza nelle difficoltà della vita. La preghiera, il silenzio, il cuore sono le armi vincenti che ci sostengono e ci avvicinano all'amore di Dio.

Salmo 70 Signore, mia speranza fin dalla giovinezza.

[1] In te mi rifugio, Signore,
ch'io non resti confuso in eterno.

[2] Liberami, difendimi per la tua giustizia,
porgimi ascolto e salvami.

[3] Sii per me rupe di difesa,
baluardo inaccessibile,
poiché tu sei mio rifugio e mia fortezza.

[4] Mio Dio, salvami dalle mani dell'empio,
dalle mani dell'iniquo e dell'oppressore.

[5] Sei tu, Signore, la mia speranza,
la mia fiducia fin dalla mia giovinezza.

[6] Su di te mi appoggiai fin dal grembo materno,
dal seno di mia madre tu sei il mio sostegno;
a te la mia lode senza fine.

[7] Sono parso a molti quasi un prodigio:
eri tu il mio rifugio sicuro.

[8] Della tua lode è piena la mia bocca,
della tua gloria, tutto il giorno.

[9] Non mi respingere nel tempo della vecchiaia,
non abbandonarmi quando declinano le mie forze.

[10] Contro di me parlano i miei nemici,
coloro che mi spiano congiurano insieme:

[11] «Dio lo ha abbandonato,
inseguetelo, prendetelo,
perché non ha chi lo liberi».

[12] O Dio, non stare lontano:
Dio mio, vieni presto ad aiutarmi.

[13] Siano confusi e annientati quanti mi accusano,
siano coperti d'infamia e di vergogna
quanti cercano la mia sventura.

[14] Io, invece, non cesso di sperare,
moltiplicherò le tue lodi.

[15] La mia bocca annunzierà la tua giustizia,
proclamerà sempre la tua salvezza,
che non so misurare.

[16] Dirò le meraviglie del Signore,
ricorderò che tu solo sei giusto.

[17] Tu mi hai istruito, o Dio, fin dalla giovinezza
e ancora oggi proclamo i tuoi prodigi.

[18] E ora, nella vecchiaia e nella canizie,
Dio, non abbandonarmi,
finché io annunzi la tua potenza,
a tutte le generazioni le tue meraviglie.

[19] La tua giustizia, Dio, è alta come il cielo,
tu hai fatto cose grandi:
chi è come te, o Dio?

[20] Mi hai fatto provare molte angosce e sventure:
mi darai ancora vita,
mi farai risalire dagli abissi della terra,

[21] accrescerai la mia grandezza
e tornerai a consolarmi.

[22] Allora ti renderò grazie sull'arpa,
per la tua fedeltà, o mio Dio;
ti canterò sulla cetra, o santo d'Israele.

[23] Cantando le tue lodi, esulteranno le mie labbra
e la mia vita, che tu hai riscattato.

[24] Anche la mia lingua tutto il giorno
proclamerà la tua giustizia,
quando saranno confusi e umiliati
quelli che cercano la mia rovina.

Breve riflessione:

Tutte quelle persone anziane, malate, ecc... Alle quali nessuno farà mai una carezza costituiscono La gloria e l'amore di Dio che nel disprezzo tutto crea, conserva, sostiene.

Salmo 71 Il potere regale del messia.

[1] Di Salomone.

Dio, dà al re il tuo giudizio,
al figlio del re la tua giustizia;

[2] regga con giustizia il tuo popolo
e i tuoi poveri con rettitudine.

[3] Le montagne portino pace al popolo
e le colline giustizia.

[4] Ai miseri del suo popolo renderà giustizia,
salverà i figli dei poveri
e abatterà l'oppressore.

[5] Il suo regno durerà quanto il sole,
quanto la luna, per tutti i secoli.

[6] Scenderà come pioggia sull'erba,
come acqua che irrorà la terra.

[7] Nei suoi giorni fiorirà la giustizia
e abonderà la pace,
finché non si spenga la luna.

[8] E dominerà da mare a mare,
dal fiume sino ai confini della terra.

[9] A lui si piegheranno gli abitanti del deserto,
lambiranno la polvere i suoi nemici.

[10] Il re di Tarsis e delle isole porteranno offerte,
i re degli Arabi e di Saba offriranno tributi.

[11] A lui tutti i re si prostreranno,
lo serviranno tutte le nazioni.

[12] Egli libererà il povero che grida
e il misero che non trova aiuto,

[13] avrà pietà del debole e del povero
e salverà la vita dei suoi miseri.

[14] Li riscatterà dalla violenza e dal sopruso,

sarà prezioso ai suoi occhi il loro sangue.

[15] Vivrà e gli sarà dato oro di Arabia;
si pregherà per lui ogni giorno,
sarà benedetto per sempre.

[16] Abbonderà il frumento nel paese,
ondeggerà sulle cime dei monti;
il suo frutto fiorirà come il Libano,
la sua messe come l'erba della terra.

[17] Il suo nome duri in eterno,
davanti al sole persista il suo nome.

In lui saranno benedette
tutte le stirpi della terra
e tutti i popoli lo diranno beato.

[18] Benedetto il Signore, Dio di Israele,
egli solo compie prodigi.

[19] E benedetto il suo nome glorioso per sempre,
della sua gloria sia piena tutta la terra.

Amen, amen.

Breve riflessione:

Il regno universale del Signore, regno di giustizia e di pace
durerà per tutti i secoli, se noi cristiani saremo fedeli alle
parole del Vangelo.

Salmo 72 Perché il giusto soffre per sempre.

[1] Salmo. Di Asaf.

Quanto è buono Dio con i giusti,
con gli uomini dal cuore puro!

[2] Per poco non inciampavano i miei piedi,
per un nulla vacillavano i miei passi,

[3] perché ho invidiato i prepotenti,
vedendo la prosperità dei malvagi.

[4] Non c'è sofferenza per essi,
sano e pasciuto è il loro corpo.

[5] Non conoscono l'affanno dei mortali
e non sono colpiti come gli altri uomini.

[6] Dell'orgoglio si fanno una collana
e la violenza è il loro vestito.

[7] Esce l'iniquità dal loro grasso,
dal loro cuore traboccano pensieri malvagi.

[8] Scherniscono e parlano con malizia,
minacciano dall'alto con prepotenza.

[9] Levano la loro bocca fino al cielo
e la loro lingua percorre la terra.

[10] Perciò seggono in alto,
non li raggiunge la piena delle acque.

[11] Dicono: «Come può saperlo Dio?
C'è forse conoscenza nell'Altissimo?».

[12] Ecco, questi sono gli empi:
sempre tranquilli, ammassano ricchezze.

[13] Invano dunque ho conservato puro il mio cuore
e ho lavato nell'innocenza le mie mani,

[14] poiché sono colpito tutto il giorno,
e la mia pena si rinnova ogni mattina.

[15] Se avessi detto: «Parlerò come loro»,

avrei tradito la generazione dei tuoi figli.
[16] Riflettevo per comprendere:
ma fu arduo agli occhi miei,
[17] finché non entrai nel santuario di Dio
e compresi qual è la loro fine.
[18] Ecco, li poni in luoghi scivolosi,
li fai precipitare in rovina.
[19] Come sono distrutti in un istante,
sono finiti, periscono di spavento!
[20] Come un sogno al risveglio, Signore,
quando sorgi, fai svanire la loro immagine.
[21] Quando si agitava il mio cuore
e nell'intimo mi tormentavo,
[22] io ero stolto e non capivo,
davanti a te stavo come una bestia.
[23] Ma io sono con te sempre:
tu mi hai preso per la mano destra.
[24] Mi guiderai con il tuo consiglio
e poi mi accoglierai nella tua gloria.
[25] Chi altri avrò per me in cielo?
Fuori di te nulla bramo sulla terra.
[26] Vengono meno la mia carne e il mio cuore;
ma la roccia del mio cuore è Dio,
è Dio la mia sorte per sempre.
[27] Ecco, perirà chi da te si allontana,
tu distruggi chiunque ti è infedele.
[28] Il mio bene è stare vicino a Dio:
nel Signore Dio ho posto il mio rifugio,
per narrare tutte le tue opere
presso le porte della città di Sion.

Breve riflessione:

Narra la bontà di Dio verso coloro che avranno accumulato tesori per il cielo, offrendoli a Lui unico, autentico bene e nostra vera felicità senza fine.

Salmo 73 Lamento per la distruzione del tempio.

[1] Maskil. Di Asaf.

O Dio, perché ci respingi per sempre,
perché divampa la tua ira
contro il gregge del tuo pascolo?

[2] Ricordati del popolo
che ti sei acquistato nei tempi antichi.

Hai riscattato la tribù che è tuo possesso,
il monte Sion, dove hai preso dimora.

[3] Volgi i tuoi passi a queste rovine eterne:
il nemico ha devastato tutto nel tuo santuario.

[4] Ruggirono i tuoi avversari nel tuo tempio,
issarono i loro vessilli come insegna.

[5] Come chi vibra in alto la scure
nel folto di una selva,

[6] con l'ascia e con la scure
frantumavano le sue porte.

[7] Hanno dato alle fiamme il tuo santuario,
hanno profanato e demolito la dimora del tuo nome;

[8] pensavano: «Distruggiamoli tutti»;
hanno bruciato tutti i santuari di Dio nel paese.

[9] Non vediamo più le nostre insegne,
non ci sono più profeti

e tra di noi nessuno sa fino a quando...

[10] Fino a quando, o Dio, insulterà l'avversario,
il nemico continuerà a disprezzare il tuo nome?

[11] Perché ritiri la tua mano
e trattiene in seno la destra?

[12] Eppure Dio è nostro re dai tempi antichi,
ha operato la salvezza nella nostra terra.

[13] Tu con potenza hai diviso il mare,

hai schiacciato la testa dei draghi sulle acque.

[14] Al Leviatàn hai spezzato la testa,
lo hai dato in pasto ai mostri marini.

[15] Fonti e torrenti tu hai fatto scaturire,
hai inaridito fiumi perenni.

[16] Tuo è il giorno e tua è la notte,
la luna e il sole tu li hai creati.

[17] Tu hai fissato i confini della terra,
l'estate e l'inverno tu li hai ordinati.

[18] Ricorda: il nemico ha insultato Dio,
un popolo stolto ha disprezzato il tuo nome.

[19] Non abbandonare alle fiere la vita di chi ti loda,
non dimenticare mai la vita dei tuoi poveri.

[20] Sii fedele alla tua alleanza;
gli angoli della terra sono covi di violenza.

[21] L'umile non torni confuso,
l'afflitto e il povero lodino il tuo nome.

[22] Sorgi, Dio, difendi la tua causa,
ricorda che lo stolto ti insulta tutto il giorno.

[23] Non dimenticare lo strepito dei tuoi nemici;
il tumulto dei tuoi avversari cresce senza fine.

Breve riflessione:

“Nella croce dobbiamo riconoscere la via che conduce al Padre e rinnegando noi stessi, abbracciarla ogni giorno”.(Mc 8,34). Non abbandonare Signore tutti i perseguitati, i sofferenti, le vittime dell'odio e delle guerre, coloro che ti onorano, affinché risorgano alla vera vita.

Salmo 74 Dio giudice supremo.

[1] Al maestro del coro. Su «Non dimenticare».

Salmo. Di Asaf. Canto.

[2] Noi ti rendiamo grazie, o Dio, ti rendiamo grazie:
invocando il tuo nome, raccontiamo le tue meraviglie.

[3] Nel tempo che avrò stabilito
io giudicherò con rettitudine.

[4] Si scuota la terra con i suoi abitanti,
io tengo salde le sue colonne.

[5] Dico a chi si vanta: «Non vantatevi».

E agli empi: «Non alzate la testa!».

[6] Non alzate la testa contro il cielo,
non dite insulti a Dio.

[7] Non dall'oriente, non dall'occidente,
non dal deserto, non dalle montagne

[8] ma da Dio viene il giudizio:
è lui che abbatte l'uno e innalza l'altro.

[9] Poiché nella mano del Signore è un calice
ricolmo di vino drogato.

Egli ne versa:

fino alla feccia ne dovranno sorbire,
ne berranno tutti gli empi della terra.

[10] Io invece esulterò per sempre,
canterò inni al Dio di Giacobbe.

[11] Annienterò tutta l'arroganza degli empi,
allora si alzerà la potenza dei giusti.

Breve riflessione:

Il Signore ci doni la potenza dei giusti che con la loro
semplice fede nel rispetto della sua bontà possiamo

attendere con fiducia, pazienza, sopportazione, pace il suo giusto giudizio.

Salmo 75 Canto di trionfo dopo la vittoria.

[1] Al maestro del coro. Su strumenti a corda con cetre.
Salmo.

Di Asaf. Canto.

[2] Dio è conosciuto in Giuda,
in Israele è grande il suo nome.

[3] E' in Gerusalemme la sua dimora,
la sua abitazione, in Sion.

[4] Qui spezzò le saette dell'arco,
lo scudo, la spada, la guerra.

[5] Splendido tu sei, o Potente,
sui monti della preda;

[6] furono spogliati i valorosi,
furono colti dal sonno,
nessun prode ritrovava la sua mano.

[7] Dio di Giacobbe, alla tua minaccia,
si arrestarono carri e cavalli.

[8] Tu sei terribile; chi ti resiste
quando si scatena la tua ira?

[9] Dal cielo fai udire la sentenza:
sbigottita la terra tace

[10] quando Dio si alza per giudicare,
per salvare tutti gli umili della terra.

[11] L'uomo colpito dal tuo furore ti dà gloria,
gli scampati dall'ira ti fanno festa.

[12] Fate voti al Signore vostro Dio e adempiteli,
quanti lo circondano portino doni al Terribile,

[13] a lui che toglie il respiro ai potenti;
è terribile per i re della terra.

Breve riflessione:

Il signore trionfa quale re di pace, debellando il nostro vecchio uomo, fortificando quello nuovo nato nel Battesimo. Nell'Eucarestia ritroviamo l'amore, la pace, il trionfo di Dio.

Salmo 76 Dio rinnova i prodigi del suo amore.

[1] Al maestro del coro. Su «Iditum». Di Asaf. Salmo.

[2] La mia voce sale a Dio e grido aiuto;
la mia voce sale a Dio, finché mi ascolti.

[3] Nel giorno dell'angoscia io cerco il Signore,
tutta la notte la mia mano è tesa e non si stanca;
io rifiuto ogni conforto.

[4] Mi ricordo di Dio e gemo,
medito e viene meno il mio spirito.

[5] Tu trattieni dal sonno i miei occhi,
sono turbato e senza parole.

[6] Ripenso ai giorni passati,
ricordo gli anni lontani.

[7] Un canto nella notte mi ritorna nel cuore:
rifletto e il mio spirito si va interrogando.

[8] Forse Dio ci respingerà per sempre,
non sarà più benevolo con noi?

[9] E' forse cessato per sempre il suo amore,
è finita la sua promessa per sempre?

[10] Può Dio aver dimenticato la misericordia,
aver chiuso nell'ira il suo cuore?

[11] E ho detto: «Questo è il mio tormento:
è mutata la destra dell'Altissimo».

[12] Ricordo le gesta del Signore,
ricordo le tue meraviglie di un tempo.

[13] Mi vado ripetendo le tue opere,
considero tutte le tue gesta.

[14] O Dio, santa è la tua via;
quale dio è grande come il nostro Dio?

[15] Tu sei il Dio che opera meraviglie,
manifesti la tua forza fra le genti.

[16] E' il tuo braccio che ha salvato il tuo popolo,
i figli di Giacobbe e di Giuseppe.

[17] Ti videro le acque, Dio,
ti videro e ne furono sconvolte;
sussultarono anche gli abissi.

[18] Le nubi rovesciarono acqua,
scoppiò il tuono nel cielo;
le tue saette guizzarono.

[19] Il fragore dei tuoi tuoni nel turbine,
i tuoi fulmini rischiararono il mondo,
la terra tremò e fu scossa.

[20] Sul mare passava la tua via,
i tuoi sentieri sulle grandi acque
e le tue orme rimasero invisibili.

[21] Guidasti come gregge il tuo popolo
per mano di Mosè e di Aronne.

Breve riflessione:

Il cristiano riconosce la potenza salvifica della croce che opera le meraviglie da essa compiute nella dimensione della nostra fede, speranza, vedendo e credendo in essa il trionfo di Dio.

Salmo 77A Diremo alla generazione futura le lodi del Signore

[1] Maskil. Di Asaf.

Popolo mio, porgi l'orecchio al mio insegnamento,
ascolta le parole della mia bocca.

[2] Aprirò la mia bocca in parabole,
rievocherò gli arcani dei tempi antichi.

[3] Ciò che abbiamo udito e conosciuto
e i nostri padri ci hanno raccontato,

[4] non lo terremo nascosto ai loro figli;

diremo alla generazione futura

le lodi del Signore, la sua potenza

e le meraviglie che egli ha compiuto.

[5] Ha stabilito una testimonianza in Giacobbe,
ha posto una legge in Israele:

ha comandato ai nostri padri

di farle conoscere ai loro figli,

[6] perché le sappia la generazione futura,

i figli che nasceranno.

Anch'essi sorgeranno a raccontarlo ai loro figli

[7] perché ripongano in Dio la loro fiducia

e non dimentichino le opere di Dio,

ma osservino i suoi comandi.

[8] Non siano come i loro padri,

generazione ribelle e ostinata,

generazione dal cuore incostante

e dallo spirito infedele a Dio.

[9] I figli di Efraim, valenti tiratori d'arco,

voltarono le spalle nel giorno della lotta.

[10] Non osservarono l'alleanza di Dio,

rifiutando di seguire la sua legge.

[11] Dimenticarono le sue opere,
le meraviglie che aveva loro mostrato.
[12] Aveva fatto prodigi davanti ai loro padri,
nel paese d'Egitto, nei campi di Tanis.
[13] Divise il mare e li fece passare
e fermò le acque come un argine.
[14] Li guidò con una nube di giorno
e tutta la notte con un bagliore di fuoco.
[15] Spaccò le rocce nel deserto
e diede loro da bere come dal grande abisso.
[16] Fece sgorgare ruscelli dalla rupe
e scorrere l'acqua a torrenti.
[17] Eppure continuarono a peccare contro di lui,
a ribellarsi all'Altissimo nel deserto.
[18] Nel loro cuore tentarono Dio,
chiedendo cibo per le loro brame;
[19] mormorarono contro Dio
dicendo: «Potrà forse Dio
preparare una mensa nel deserto?».
[20] Ecco, egli percosse la rupe e ne scaturì acqua,
e strariparono torrenti.
«Potrà forse dare anche pane
o preparare carne al suo popolo?».
[21] All'udirli il Signore ne fu adirato;
un fuoco divampò contro Giacobbe
e l'ira esplose contro Israele,
[22] perché non ebbero fede in Dio
né speranza nella sua salvezza.
[23] Comandò alle nubi dall'alto
e aprì le porte del cielo;
[24] fece piovere su di essi la manna per cibo
e diede loro pane del cielo:

[25] l'uomo mangiò il pane degli angeli,
diede loro cibo in abbondanza.
[26] Scatenò nel cielo il vento d'oriente,
fece spirare l'australe con potenza;
[27] su di essi fece piovere la carne come polvere
e gli uccelli come sabbia del mare;
[28] caddero in mezzo ai loro accampamenti,
tutto intorno alle loro tende.
[29] Mangiarono e furono ben sazi,
li soddisfece nel loro desiderio.
[30] La loro avidità non era ancora saziata,
avevano ancora il cibo in bocca,
[31] quando l'ira di Dio si alzò contro di essi,
facendo strage dei più vigorosi
e abbattendo i migliori d'Israele.
[32] Con tutto questo continuarono a peccare
e non credettero ai suoi prodigi.
[33] Allora dissipò come un soffio i loro giorni
e i loro anni con strage repentina.
[34] Quando li faceva perire, lo cercavano,
ritornavano e ancora si volgevano a Dio;
[35] ricordavano che Dio è loro rupe,
e Dio, l'Altissimo, il loro salvatore;
[36] lo lusingavano con la bocca
e gli mentivano con la lingua;
[37] il loro cuore non era sincero con lui
e non erano fedeli alla sua alleanza.
[38] Ed egli, pietoso, perdonava la colpa,
li perdonava invece di distruggerli.
Molte volte placò la sua ira
e trattenne il suo furore,
[39] ricordando che essi sono carne,

un soffio che va e non ritorna.
[40] Quante volte si ribellarono a lui nel deserto,
lo contristarono in quelle solitudini!
[41] Sempre di nuovo tentavano Dio,
esasperavano il Santo di Israele.
[42] Non si ricordavano più della sua mano,
del giorno che li aveva liberati dall'oppressore,
[43] quando operò in Egitto i suoi prodigi,
i suoi portenti nei campi di Tanis.
[44] Egli mutò in sangue i loro fiumi
e i loro ruscelli, perché non bevessero.
[45] Mandò tafàni a divorarli
e rane a molestarli.
[46] Diede ai bruchi il loro raccolto,
alle locuste la loro fatica.
[47] Distrusse con la grandine le loro vigne,
i loro sicomori con la brina.
[48] Consegnò alla grandine il loro bestiame,
ai fulmini i loro greggi.
[49] Scatenò contro di essi la sua ira ardente,
la collera, lo sdegno, la tribolazione,
e inviò messaggeri di sventure.
[50] Diede sfogo alla sua ira:
non li risparmiò dalla morte
e diede in preda alla peste la loro vita.
[51] Colpì ogni primogenito in Egitto,
nelle tende di Cam la primizia del loro vigore.
[52] Fece partire come gregge il suo popolo
e li guidò come branchi nel deserto.
[53] Li condusse sicuri e senza paura
e i loro nemici li sommerse il mare.
[54] Li fece salire al suo luogo santo,

al monte conquistato dalla sua destra.

[55] Scacciò davanti a loro i popoli
e sulla loro eredità gettò la sorte,
facendo dimorare nelle loro tende le tribù di Israele.

[56] Ma ancora lo tentarono,
si ribellarono a Dio, l'Altissimo,
non obbedirono ai suoi comandi.

[57] Sviati, lo tradirono come i loro padri,
fallirono come un arco allentato.

[58] Lo provocarono con le loro alture
e con i loro idoli lo resero geloso.

[59] Dio, all'udire, ne fu irritato
e respinse duramente Israele.

[60] Abbandonò la dimora di Silo,
la tenda che abitava tra gli uomini.

[61] Consegnò in schiavitù la sua forza,
la sua gloria in potere del nemico.

[62] Diede il suo popolo in preda alla spada
e contro la sua eredità si accese d'ira.

[63] Il fuoco divorò il fiore dei suoi giovani,
le sue vergini non ebbero canti nuziali.

[64] I suoi sacerdoti caddero di spada
e le loro vedove non fecero lamento.

[65] Ma poi il Signore si destò come da un sonno,
come un prode assopito dal vino.

[66] Colpì alle spalle i suoi nemici,
inflisse loro una vergogna eterna.

[67] Ripudiò le tende di Giuseppe,
non scelse la tribù di Efraim;

[68] ma elesse la tribù di Giuda,
il monte Sion che egli ama.

[69] Costruì il suo tempio alto come il cielo

e come la terra stabile per sempre.

[70] Egli scelse Davide suo servo
e lo trasse dagli ovili delle pecore.

[71] Lo chiamò dal seguito delle pecore madri
per pascere Giacobbe suo popolo,
la sua eredità Israele.

[72] Fu per loro pastore dal cuore integro
e li guidò con mano sapiente.

Breve riflessione:

“Dio ama, è fedele anche se noi non lo corrisponiamo. Egli si offre a noi come pane vivo disceso dal cielo”.(Gv 6,33).
Ogni giorno Gesù si rinnova in ogni uomo e ci aiuta a raggiungere la felicità senza fine.

Salmo 78 Lamento per la distruzione di Gerusalemme.

[1] Salmo. Di Asaf.

O Dio, nella tua eredità sono entrate le nazioni,
hanno profanato il tuo santo tempio,
hanno ridotto in macerie Gerusalemme.

[2] Hanno abbandonato i cadaveri dei tuoi servi
in pasto agli uccelli del cielo,
la carne dei tuoi fedeli
agli animali selvaggi.

[3] Hanno versato il loro sangue come acqua
intorno a Gerusalemme, e nessuno seppelliva.

[4] Siamo divenuti l'obbrobrio dei nostri vicini,
scherno e ludibrio di chi ci sta intorno.

[5] Fino a quando, Signore, sarai adirato: per sempre?
Arderà come fuoco la tua gelosia?

[6] Riversa il tuo sdegno sui popoli che non ti riconoscono
e sui regni che non invocano il tuo nome,

[7] perché hanno divorato Giacobbe,
hanno devastato la sua dimora.

[8] Non imputare a noi le colpe dei nostri padri,
presto ci venga incontro la tua misericordia,
poiché siamo troppo infelici.

[9] Aiutaci, Dio, nostra salvezza,
per la gloria del tuo nome,
salvacì e perdona i nostri peccati
per amore del tuo nome.

[10] Perché i popoli dovrebbero dire:
«Dov'è il loro Dio?».

Si conosca tra i popoli, sotto i nostri occhi,
la vendetta per il sangue dei tuoi servi.

[11] Giunga fino a te il gemito dei prigionieri;

con la potenza della tua mano
salva i votati alla morte.

[12] Fà ricadere sui nostri vicini sette volte
l'affronto con cui ti hanno insultato, Signore.

[13] E noi, tuo popolo e gregge del tuo pascolo,
ti renderemo grazie per sempre;
di età in età proclameremo la tua lode.

Breve riflessione:

Il Signore ci illumini in questi tempi a riconoscere il suo disegno, per non subire la stessa sorte di Gerusalemme. La sua misericordia ci guidi verso la vera salvezza.

Salmo 79 Visita, o Signore, la tua vigna.

[1] Al maestro del coro. Su «Giglio del precetto».
Di Asaf. Salmo.

[2] Tu, pastore d'Israele, ascolta,
tu che guidi Giuseppe come un gregge.

Assiso sui cherubini rifulgi

[3] davanti a Efraim, Beniamino e Manasse.

Risveglia la tua potenza

e vieni in nostro soccorso.

[4] Rialzaci, Signore, nostro Dio,

fà splendere il tuo volto e noi saremo salvi.

[5] Signore, Dio degli eserciti,

fino a quando fremerai di sdegno

contro le preghiere del tuo popolo?

[6] Tu ci nutri con pane di lacrime,

ci fai bere lacrime in abbondanza.

[7] Ci hai fatto motivo di contesa per i vicini,

e i nostri nemici ridono di noi.

[8] Rialzaci, Dio degli eserciti,

fà risplendere il tuo volto e noi saremo salvi.

[9] Hai divelto una vite dall'Egitto,

per trapiantarla hai espulso i popoli.

[10] Le hai preparato il terreno,

hai affondato le sue radici e ha riempito la terra.

[11] La sua ombra copriva le montagne

e i suoi rami i più alti cedri.

[12] Ha esteso i suoi tralci fino al mare

e arrivavano al fiume i suoi germogli.

[13] Perché hai abbattuto la sua cinta

e ogni viandante ne fa vendemmia?

[14] La devasta il cinghiale del bosco

e se ne pasce l'animale selvatico.

[15] Dio degli eserciti, volgiti,
guarda dal cielo e vedi

e visita questa vigna,

[16] proteggi il ceppo che la tua destra ha piantato,
il germoglio che ti sei coltivato.

[17] Quelli che l'arsero col fuoco e la recisero,
periranno alla minaccia del tuo volto.

[18] Sia la tua mano sull'uomo della tua destra,
sul figlio dell'uomo che per te hai reso forte.

[19] Da te più non ci allontaneremo,
ci farai vivere e invocheremo il tuo nome.

[20] Rialzaci, Signore, Dio degli eserciti,
fà splendere il tuo volto e noi saremo salvi.

Breve riflessione:

La vigna del Signore è la Chiesa che Lui protegge e custodisce. Chiesa santa, cattolica, apostolica che ci guida verso l'incontro con Dio.

Salmo 80 Solenne rinnovazione dell'alleanza.

[1] Al maestro del coro. Su «I torchi...». Di Asaf.

[2] Esultate in Dio, nostra forza,
acclamate al Dio di Giacobbe.

[3] Intonate il canto e suonate il timpano,
la cetra melodiosa con l'arpa.

[4] Suonate la tromba
nel plenilunio, nostro giorno di festa.

[5] Questa è una legge per Israele,
un decreto del Dio di Giacobbe.

[6] Lo ha dato come testimonianza a Giuseppe,
quando usciva dal paese d'Egitto.

Un linguaggio mai inteso io sento:

[7] «Ho liberato dal peso la sua spalla,
le sue mani hanno depresso la cesta.

[8] Hai gridato a me nell'angoscia
e io ti ho liberato,

avvolto nella nube ti ho dato risposta,
ti ho messo alla prova alle acque di Meriba.

[9] Ascolta, popolo mio, ti voglio ammonire;
Israele, se tu mi ascoltassi!

[10] Non ci sia in mezzo a te un altro dio
e non prostrarti a un dio straniero.

[11] Sono io il Signore tuo Dio,
che ti ho fatto uscire dal paese d'Egitto;
apri la tua bocca, la voglio riempire.

[12] Ma il mio popolo non ha ascoltato la mia voce,
Israele non mi ha obbedito.

[13] L'ho abbandonato alla durezza del suo cuore,
che seguisse il proprio consiglio.

[14] Se il mio popolo mi ascoltasse,

se Israele camminasse per le mie vie!

[15] Subito piegherei i suoi nemici
e contro i suoi avversari porterei la mia mano.

[16] I nemici del Signore gli sarebbero sottomessi
e la loro sorte sarebbe segnata per sempre;

[17] li nutrirei con fiore di frumento,
li sazierei con miele di roccia».

Breve riflessione:

Dio ha creato tutto per la sua gloria, per la nostra gioia. Egli ci chiama, ci incontra, e noi rispondiamo ascoltando, vivendo con coerenza la sua parola.

Salmo 81 Contro i giudici ingiusti.

[1] Salmo. Di Asaf.

Dio si alza nell'assemblea divina,
giudica in mezzo agli dei.

[2] «Fino a quando giudicherete iniquamente
e sosterrate la parte degli empi?

[3] Difendete il debole e l'orfano,
al misero e al povero fate giustizia.

[4] Salvate il debole e l'indigente,
liberatelo dalla mano degli empi».

[5] Non capiscono, non vogliono intendere,
avanzano nelle tenebre;

vacillano tutte le fondamenta della terra.

[6] Io ho detto: «Voi siete dei,
siete tutti figli dell'Altissimo».

[7] Eppure morirete come ogni uomo,
cadrete come tutti i potenti.

[8] Sorgi, Dio, a giudicare la terra,
perché a te appartengono tutte le genti.

Breve riflessione:

Noi rispettiamo la vita, operiamo secondo giustizia, verità,
perché siamo illuminati dalla luce, dall'amore di Dio che
trionfano sull'egoismo e sull'amor proprio.

Salmo 82 Contro i nemici del popolo di Dio.

[1] Canto. Salmo. Di Asaf.

[2] Dio, non darti riposo,
non restare muto e inerte, o Dio.

[3] Vedi: i tuoi avversari fremono
e i tuoi nemici alzano la testa.

[4] Contro il tuo popolo ordiscono trame
e congiurano contro i tuoi protetti.

[5] Hanno detto: «Venite, cancelliamoli come popolo
e più non si ricordi il nome di Israele».

[6] Hanno tramato insieme concordi,
contro di te hanno concluso un'alleanza;

[7] le tende di Edom e gli Ismaeliti,
Moab e gli Agareni,

[8] Gebal, Ammon e Amalek
la Palestina con gli abitanti di Tiro.

[9] Anche Assur è loro alleato
e ai figli di Lot presta man forte.

[10] Trattati come Madian e Sisara,
come Iabin al torrente di Kison:

[11] essi furono distrutti a Endor,
diventarono concime per la terra.

[12] Rendi i loro principi come Oreb e Zeb,
e come Zebee e Sàlmana tutti i loro capi;

[13] essi dicevano:

«I pascoli di Dio conquistiamoli per noi».

[14] Mio Dio, rendili come turbine,
come pula dispersa dal vento.

[15] Come il fuoco che brucia il bosco
e come la fiamma che divora i monti,

[16] così tu inseguili con la tua bufera

e sconvolgili con il tuo uragano.

[17] Copri di vergogna i loro volti
perché cerchino il tuo nome, Signore.

[18] Restino confusi e turbati per sempre,
siano umiliati, periscano;

[19] sappiano che tu hai nome «Signore»,
tu solo sei l'Altissimo su tutta la terra.

Breve riflessione:

Abbiamo fede nelle parole di Gesù per diffondere il Vangelo
e il trionfo di Cristo possa stimolare tutti nel riconoscerti
come unico e solo Signore.

Salmo 83 Desiderio del tempio del Signore.

[1] Al maestro del coro. Su «I torchi...».

Dei figli di Core. Salmo.

[2] Quanto sono amabili le tue dimore,
Signore degli eserciti!

[3] L'anima mia languisce
e brama gli atri del Signore.

Il mio cuore e la mia carne
esultano nel Dio vivente.

[4] Anche il passero trova la casa,
la rondine il nido,
dove porre i suoi piccoli,
presso i tuoi altari,
Signore degli eserciti, mio re e mio Dio.

[5] Beato chi abita la tua casa:
sempre canta le tue lodi!

[6] Beato chi trova in te la sua forza
e decide nel suo cuore il santo viaggio.

[7] Passando per la valle del pianto
la cambia in una sorgente,
anche la prima pioggia
l'ammanta di benedizioni.

[8] Cresce lungo il cammino il suo vigore,
finché compare davanti a Dio in Sion.

[9] Signore, Dio degli eserciti, ascolta la mia preghiera,
porgi l'orecchio, Dio di Giacobbe.

[10] Vedi, Dio, nostro scudo,
guarda il volto del tuo consacrato.

[11] Per me un giorno nei tuoi atri
è più che mille altrove,
stare sulla soglia della casa del mio Dio

è meglio che abitare nelle tende degli empi.

[12] Poiché sole e scudo è il Signore Dio;
il Signore concede grazia e gloria,
non rifiuta il bene
a chi cammina con rettitudine.

[13] Signore degli eserciti,
beato l'uomo che in te confida.

Breve riflessione:

Tutti conosciamo e sperimentiamo l'amarezza della vita, ma siamo chiamati a fissare la nostra speranza in Dio, nostro compagno di viaggio in questa umanità piena di sorprese.

Salmo 84 La nostra salvezza è vicina.

[1] Al maestro del coro. Dei figli di Core. Salmo.

[2] Signore, sei stato buono con la tua terra,
hai ricondotto i deportati di Giacobbe.

[3] Hai perdonato l'iniquità del tuo popolo,
hai cancellato tutti i suoi peccati.

[4] Hai depresso tutto il tuo sdegno
e messo fine alla tua grande ira.

[5] Rialzaci, Dio nostra salvezza,
e placa il tuo sdegno verso di noi.

[6] Forse per sempre sarai adirato con noi,
di età in età estenderai il tuo sdegno?

[7] Non tornerai tu forse a darci vita,
perché in te gioisca il tuo popolo?

[8] Mostraci, Signore, la tua misericordia
e donaci la tua salvezza.

[9] Ascolterò che cosa dice Dio, il Signore:
egli annunzia la pace

per il suo popolo, per i suoi fedeli,
per chi ritorna a lui con tutto il cuore.

[10] La sua salvezza è vicina a chi lo teme
e la sua gloria abiterà la nostra terra.

[11] Misericordia e verità s'incontreranno,
giustizia e pace si baceranno.

[12] La verità germoglierà dalla terra
e la giustizia si affaccerà dal cielo.

[13] Quando il Signore elargirà il suo bene,
la nostra terra darà il suo frutto.

[14] Davanti a lui camminerà la giustizia
e sulla via dei suoi passi la salvezza.

Breve riflessione:

Dio perdona le nostre cattiverie, ci rende partecipe della nostra salvezza, affinché misericordia, verità s'incontrino con giustizia e pace.

Salmo 85 Preghiera a Dio nell'afflizione.

[1] Supplica. Di Davide.

Signore, tendi l'orecchio, rispondimi,
perché io sono povero e infelice.

[2] Custodiscimi perché sono fedele;
tu, Dio mio, salva il tuo servo, che in te spera.

[3] Pietà di me, Signore,
a te grido tutto il giorno.

[4] Rallegra la vita del tuo servo,
perché a te, Signore, innalzo l'anima mia.

[5] Tu sei buono, Signore, e perdoni,
sei pieno di misericordia con chi ti invoca.

[6] Porgi l'orecchio, Signore, alla mia preghiera
e sii attento alla voce della mia supplica.

[7] Nel giorno dell'angoscia alzo a te il mio grido
e tu mi esaudirai.

[8] Fra gli dei nessuno è come te, Signore,
e non c'è nulla che uguagli le tue opere.

[9] Tutti i popoli che hai creato verranno
e si prostreranno davanti a te, o Signore,
per dare gloria al tuo nome;

[10] grande tu sei e compi meraviglie:
tu solo sei Dio.

[11] Mostrami, Signore, la tua via,
perché nella tua verità io cammini;
donami un cuore semplice
che tema il tuo nome.

[12] Ti loderò, Signore, Dio mio, con tutto il cuore
e darò gloria al tuo nome sempre,

[13] perché grande con me è la tua misericordia:
dal profondo degli inferi mi hai strappato.

[14] Mio Dio, mi assalgono gli arroganti,
una schiera di violenti attenta alla mia vita,
non pongono te davanti ai loro occhi.

[15] Ma tu, Signore, Dio di pietà, compassionevole,
lento all'ira e pieno di amore, Dio fedele,

[16] volgiti a me e abbi misericordia:
dona al tuo servo la tua forza,
salva il figlio della tua ancella.

[17] Dammi un segno di benevolenza;
vedano e siano confusi i miei nemici,
perché tu, Signore, mi hai soccorso e consolato.

Breve riflessione:

Umiliandoci a Dio nella nostra vita, Egli ci invita alla fiducia,
all'obbedienza della sua volontà, dandogli lode e gloria.
Rimettiamo dunque in Lui tutte le nostre preoccupazioni,
così Egli ci curerà.

Salmo 86 Gerusalemme, madre di tutti i popoli.

[1] Dei figli di Core. Salmo. Canto.

Le sue fondamenta sono sui monti santi;

[2] il Signore ama le porte di Sion
più di tutte le dimore di Giacobbe.

[3] Di te si dicono cose stupende,
città di Dio.

[4] Ricorderò Raab e Babilonia fra quelli che mi conoscono;
ecco, Palestina, Tiro ed Etiopia:
tutti là sono nati.

[5] Si dirà di Sion: «L'uno e l'altro è nato in essa
e l'Altissimo la tiene salda».

[6] Il Signore scriverà nel libro dei popoli:
«Là costui è nato».

[7] E danzando canteranno:
«Sono in te tutte le mie sorgenti».

Breve riflessione:

E' un invito a sentirci figli della chiesa che ci genera a vita nuova, una vita che attinge dai sacramenti vigore e forza. In attesa un giorno di essere cittadini del paradiso celeste.

Salmo 87 Preghiera di un uomo gravemente malato.

[1] Canto. Salmo. Dei figli di Core.

Al maestro del coro. Su «Macalat».

Per canto. Maskil. Di Eman l'Ezraita.

[2] Signore, Dio della mia salvezza,
davanti a te grido giorno e notte.

[3] Giunga fino a te la mia preghiera,
tendi l'orecchio al mio lamento.

[4] Io sono colmo di sventure,
la mia vita è vicina alla tomba.

[5] Sono annoverato tra quelli che scendono nella fossa,
sono come un morto ormai privo di forza.

[6] E' tra i morti il mio giaciglio,
sono come gli uccisi stesi nel sepolcro,
dei quali tu non conservi il ricordo
e che la tua mano ha abbandonato.

[7] Mi hai gettato nella fossa profonda,
nelle tenebre e nell'ombra di morte.

[8] Pesa su di me il tuo sdegno
e con tutti i tuoi flutti mi sommergi.

[9] Hai allontanato da me i miei compagni,
mi hai reso per loro un orrore.

Sono prigioniero senza scampo;

[10] si consumano i miei occhi nel patire.

Tutto il giorno ti chiamo, Signore,
verso di te protendo le mie mani.

[11] Compi forse prodigi per i morti?

O sorgono le ombre a darti lode?

[12] Si celebra forse la tua bontà nel sepolcro,
la tua fedeltà negli inferi?

[13] Nelle tenebre si conoscono forse i tuoi prodigi,

la tua giustizia nel paese dell'oblio?

[14] Ma io a te, Signore, grido aiuto,
e al mattino giunge a te la mia preghiera.

[15] Perché, Signore, mi respingi,
perché mi nascondi il tuo volto?

[16] Sono infelice e morente dall'infanzia,
sono sfinito, oppresso dai tuoi terrori.

[17] Sopra di me è passata la tua ira,
i tuoi spaventati mi hanno annientato,

[18] mi circondano come acqua tutto il giorno,
tutti insieme mi avvolgono.

[19] Hai allontanato da me amici e conoscenti,
mi sono compagne solo le tenebre.

Breve riflessione:

Il silenzio di Gesù annunciatore di vita esploderà nella sua risurrezione che ci porterà tutti con se a vita nuova, sempre più uniti, più legati a Lui.

Salmo 88 Signore giudica chi mi accusa.

[1] Maskil. Di Etan l'Ezraita.

[2] Canterò senza fine le grazie del Signore,
con la mia bocca annunzierò la tua fedeltà nei secoli,

[3] perché hai detto: «La mia grazia rimane per sempre»;
la tua fedeltà è fondata nei cieli.

[4] «Ho stretto un'alleanza con il mio eletto,
ho giurato a Davide mio servo:

[5] stabilirò per sempre la tua discendenza,
ti darò un trono che duri nei secoli».

[6] I cieli cantano le tue meraviglie, Signore,
la tua fedeltà nell'assemblea dei santi.

[7] Chi sulle nubi è uguale al Signore,
chi è simile al Signore tra gli angeli di Dio?

[8] Dio è tremendo nell'assemblea dei santi,
grande e terribile tra quanti lo circondano.

[9] Chi è uguale a te, Signore, Dio degli eserciti?
Sei potente, Signore, e la tua fedeltà ti fa corona.

[10] Tu domini l'orgoglio del mare,
tu plachi il tumulto dei suoi flutti.

[11] Tu hai calpestato Raab come un vinto,
con braccio potente hai disperso i tuoi nemici.

[12] Tuoi sono i cieli, tua è la terra,
tu hai fondato il mondo e quanto contiene;

[13] il settentrione e il mezzogiorno tu li hai creati,
il Tabor e l'Ermon cantano il tuo nome.

[14] E' potente il tuo braccio,
forte la tua mano, alta la tua destra.

[15] Giustizia e diritto sono la base del tuo trono,
grazia e fedeltà precedono il tuo volto.

[16] Beato il popolo che ti sa acclamare

e cammina, o Signore, alla luce del tuo volto:
[17] esulta tutto il giorno nel tuo nome,
nella tua giustizia trova la sua gloria.
[18] Perché tu sei il vanto della sua forza
e con il tuo favore innalzi la nostra potenza.
[19] Perché del Signore è il nostro scudo,
il nostro re, del Santo d'Israele.
[20] Un tempo parlasti in visione ai tuoi santi dicendo:
«Ho portato aiuto a un prode,
ho innalzato un eletto tra il mio popolo.
[21] Ho trovato Davide, mio servo,
con il mio santo olio l'ho consacrato;
[22] la mia mano è il suo sostegno,
il mio braccio è la sua forza.
[23] Su di lui non trionferà il nemico,
né l'opprimerà l'iniquo.
[24] Annienterò davanti a lui i suoi nemici
e colpirò quelli che lo odiano.
[25] La mia fedeltà e la mia grazia saranno con lui
e nel mio nome si innalzerà la sua potenza.
[26] Stenderò sul mare la sua mano
e sui fiumi la sua destra.
[27] Egli mi invocherà: Tu sei mio padre,
mio Dio e roccia della mia salvezza.
[28] Io lo costituirò mio primogenito,
il più alto tra i re della terra.
[29] Gli conserverò sempre la mia grazia,
la mia alleanza gli sarà fedele.
[30] Stabilirò per sempre la sua discendenza,
il suo trono come i giorni del cielo.
[31] Se i suoi figli abbandoneranno la mia legge
e non seguiranno i miei decreti,

[32] se violeranno i miei statuti
e non osserveranno i miei comandi,
[33] punirò con la verga il loro peccato
e con flagelli la loro colpa.
[34] Ma non gli toglierò la mia grazia
e alla mia fedeltà non verrò mai meno.
[35] Non violerò la mia alleanza,
non muterò la mia promessa.
[36] Sulla mia santità ho giurato una volta per sempre:
certo non mentirò a Davide.
[37] In eterno durerà la sua discendenza,
il suo trono davanti a me quanto il sole,
[38] sempre saldo come la luna,
testimone fedele nel cielo».
[39] Ma tu lo hai respinto e ripudiato,
ti sei adirato contro il tuo consacrato;
[40] hai rotto l'alleanza con il tuo servo,
hai profanato nel fango la sua corona.
[41] Hai abbattuto tutte le sue mura
e diroccato le sue fortezze;
[42] tutti i passanti lo hanno depredato,
è divenuto lo scherno dei suoi vicini.
[43] Hai fatto trionfare la destra dei suoi rivali,
hai fatto gioire tutti i suoi nemici.
[44] Hai smussato il filo della sua spada
e non l'hai sostenuto nella battaglia.
[45] Hai posto fine al suo splendore,
hai rovesciato a terra il suo trono.
[46] Hai abbreviato i giorni della sua giovinezza
e lo hai coperto di vergogna.
[47] Fino a quando, Signore,
continuerai a tenerti nascosto,

arderà come fuoco la tua ira?

[48] Ricorda quant'è breve la mia vita.

Perché quasi un nulla hai creato ogni uomo?

[49] Quale vivente non vedrà la morte,
sfuggirà al potere degli inferi?

[50] Dove sono, Signore, le tue grazie di un tempo,
che per la tua fedeltà hai giurato a Davide?

[51] Ricorda, Signore, l'oltraggio dei tuoi servi:

porto nel cuore le ingiurie di molti popoli,

[52] con le quali, Signore, i tuoi nemici insultano,
insultano i passi del tuo consacrato.

[53] Benedetto il Signore in eterno.

Amen, amen.

Breve riflessione:

Dio è fedele, nella potenza della croce giudica il mondo, ha mantenuto tutte le sue promesse, ci concede di essere fedeli nei nostri ideali e impegni umani.

Salmo 89 Su di noi sia la bontà del Signore.

[1] Preghiera. Di Mosè, uomo di Dio.
Signore, tu sei stato per noi un rifugio
di generazione in generazione.

[2] Prima che nascessero i monti
e la terra e il mondo fossero generati,
da sempre e per sempre tu sei, Dio.

[3] Tu fai ritornare l'uomo in polvere
e dici: «Ritornate, figli dell'uomo».

[4] Ai tuoi occhi, mille anni
sono come il giorno di ieri che è passato,
come un turno di veglia nella notte.

[5] Li annienti: li sommergi nel sonno;
sono come l'erba che germoglia al mattino:

[6] al mattino fiorisce, germoglia,
alla sera è falciata e dissecca.

[7] Perché siamo distrutti dalla tua ira,
siamo atterriti dal tuo furore.

[8] Davanti a te poni le nostre colpe,
i nostri peccati occulti alla luce del tuo volto.

[9] Tutti i nostri giorni svaniscono per la tua ira,
finiamo i nostri anni come un soffio.

[10] Gli anni della nostra vita sono settanta,
ottanta per i più robusti,
ma quasi tutti sono fatica, dolore;
passano presto e noi ci dileguiamo.

[11] Chi conosce l'impeto della tua ira,
tuo sdegno, con il timore a te dovuto?

[12] Insegnaci a contare i nostri giorni
e giungeremo alla sapienza del cuore.

[13] Volgiti, Signore; fino a quando?

Muoviti a pietà dei tuoi servi.

[14] Saziaci al mattino con la tua grazia:
esulteremo e gioiremo per tutti i nostri giorni.

[15] Rendici la gioia per i giorni di afflizione,
per gli anni in cui abbiamo visto la sventura.

[16] Si manifesti ai tuoi servi la tua opera
e la tua gloria ai loro figli.

[17] Sia su di noi la bontà del Signore, nostro Dio:
rafforza per noi l'opera delle nostre mani,
l'opera delle nostre mani rafforza.

Breve riflessione:

“Cercate prima il regno di Dio, la sua giustizia e tutte le altre cose vi saranno date in aggiunta”.(Mt 6,33). Coltiviamo in noi la bontà del Signore e la nostra vita sarà gioiosa.

Salmo 90 Beato chi si pone sotto la protezione dell'Altissimo.

- [1] Tu che abiti al riparo dell'Altissimo
e dimori all'ombra dell'Onnipotente,
[2] dì al Signore: «Mio rifugio e mia fortezza,
mio Dio, in cui confido».
- [3] Egli ti libererà dal laccio del cacciatore,
dalla peste che distrugge.
- [4] Ti coprirà con le sue penne
sotto le sue ali troverai rifugio.
- [5] La sua fedeltà ti sarà scudo e corazza;
non temerai i terrori della notte
né la freccia che vola di giorno,
[6] la peste che vaga nelle tenebre,
lo sterminio che devasta a mezzogiorno.
- [7] Mille cadranno al tuo fianco
e diecimila alla tua destra;
ma nulla ti potrà colpire.
- [8] Solo che tu guardi, con i tuoi occhi
vedrai il castigo degli empi.
- [9] Poiché tuo rifugio è il Signore
e hai fatto dell'Altissimo la tua dimora,
[10] non ti potrà colpire la sventura,
nessun colpo cadrà sulla tua tenda.
- [11] Egli darà ordine ai suoi angeli
di custodirti in tutti i tuoi passi.
- [12] Sulle loro mani ti porteranno
perché non inciampi nella pietra il tuo piede.
- [13] Camminerai su aspidi e vipere,
schiaccerai leoni e draghi.
- [14] Lo salverò, perché a me si è affidato;

lo esalterò, perché ha conosciuto il mio nome.

[15] Mi invocherà e gli darò risposta;
presso di lui sarò nella sventura,
lo salverò e lo renderò glorioso.

[16] Lo sazierò di lunghi giorni
e gli mostrerò la mia salvezza.

Breve riflessione

Chi incontra e vive con Dio viene immunizzato dal male, la tua fedeltà ti sarà scudo e corazza. Egli diventa il tuo rifugio, riposo, gioia.

Salmo 91 Lode al Signore creatore.

[1] Salmo. Canto. Per il giorno del sabato.

[2] E' bello dar lode al Signore

e cantare al tuo nome, o Altissimo,

[3] annunciare al mattino il tuo amore,
la tua fedeltà lungo la notte,

[4] sull'arpa a dieci corde e sulla lira,
con canti sulla cetra.

[5] Poiché mi rallegri, Signore, con le tue meraviglie,
esulto per l'opera delle tue mani.

[6] Come sono grandi le tue opere, Signore,
quanto profondi i tuoi pensieri!

[7] L'uomo insensato non intende
e lo stolto non capisce:

[8] se i peccatori germogliano come l'erba
e fioriscono tutti i malfattori,
li attende una rovina eterna:

[9] ma tu sei l'eccelso per sempre, o Signore.

[10] Ecco, i tuoi nemici, o Signore,
ecco, i tuoi nemici periranno,
saranno dispersi tutti i malfattori.

[11] Tu mi doni la forza di un bùfalo,
mi cospargi di olio splendente.

[12] I miei occhi disprezzeranno i miei nemici,
e contro gli iniqui che mi assalgono
i miei orecchi udranno cose infauste.

[13] Il giusto fiorirà come palma,
crescerà come cedro del Libano;

[14] piantati nella casa del Signore,
fioriranno negli atri del nostro Dio.

[15] Nella vecchiaia daranno ancora frutti,

saranno vegeti e rigogliosi,
[16] per annunziare quanto è retto il Signore:
mia roccia, in lui non c'è ingiustizia.

Breve riflessione:

Contemplando le meraviglie create da Dio, ci irrobustiamo e diveniamo buoni e longevi.

Salmo 92 esaltazione della potenza di Dio creatore.

[1] Il Signore regna, si ammanta di splendore;
il Signore si riveste, si cinge di forza;
rende saldo il mondo, non sarà mai scosso.

[2] Saldo è il tuo trono fin dal principio,
da sempre tu sei.

[3] Alzano i fiumi, Signore,
alzano i fiumi la loro voce,
alzano i fiumi il loro fragore.

[4] Ma più potente delle voci di grandi acque,
più potente dei flutti del mare,
potente nell'alto è il Signore.

[5] Digni di fede sono i tuoi insegnamenti,
la santità si addice alla tua casa
per la durata dei giorni, Signore.

Breve riflessione:

Il Signore è un re potente, il cui regno di pace, di amore non avrà mai fine. Ogni uomo non adori falsi re, perché solo il Signore è il vero re della pace, dell'amore, della gioia, della giustizia, della verità.

Salmo 93 Dio rende giustizia ai santi.

[1] Dio che fai giustizia, o Signore,
Dio che fai giustizia: mostrati!

[2] Alzati, giudice della terra,
rendi la ricompensa ai superbi.

[3] Fino a quando gli empi, Signore,
fino a quando gli empi trionferanno?

[4] Sparleranno, diranno insolenze,
si vanteranno tutti i malfattori?

[5] Signore, calpestano il tuo popolo,
opprimono la tua eredità.

[6] Uccidono la vedova e il forestiero,
danno la morte agli orfani.

[7] Dicono: «Il Signore non vede,
il Dio di Giacobbe non se ne cura».

[8] Comprendete, insensati tra il popolo,
stolti, quando diventerete saggi?

[9] Chi ha formato l'orecchio, forse non sente?
Chi ha plasmato l'occhio, forse non guarda?

[10] Chi regge i popoli forse non castiga,
lui che insegna all'uomo il sapere?

[11] Il Signore conosce i pensieri dell'uomo:
non sono che un soffio.

[12] Beato l'uomo che tu istruisci, Signore,
e che ammaestri nella tua legge,

[13] per dargli riposo nei giorni di sventura,
finché all'empio sia scavata la fossa.

[14] Perché il Signore non respinge il suo popolo,
la sua eredità non la può abbandonare,

[15] ma il giudizio si volgerà a giustizia,
la seguiranno tutti i retti di cuore.

[16] Chi sorgerà per me contro i malvagi?

Chi starà con me contro i malfattori?

[17] Se il Signore non fosse il mio aiuto,
in breve io abiterei nel regno del silenzio.

[18] Quando dicevo: «Il mio piede vacilla»,
la tua grazia, Signore, mi ha sostenuto.

[19] Quand'ero oppresso dall'angoscia,
il tuo conforto mi ha consolato.

[20] Può essere tuo alleato un tribunale iniquo,
che fa angherie contro la legge?

[21] Si avventano contro la vita del giusto,
e condannano il sangue innocente.

[22] Ma il Signore è la mia difesa,
roccia del mio rifugio è il mio Dio;

[23] egli ritorcerà contro di essi la loro malizia,
per la loro perfidia li farà perire,
li farà perire il Signore, nostro Dio.

Breve riflessione:

Gesù renderà giustizia al misero, al povero e salverà la vita dei suoi servi. Egli non ci abbandonerà, ci sostiene, ci concede il dono di saper perdonare e di essere perdonati.

Salmo 94 invito a lodare Dio.

[1] Venite, applaudiamo al Signore,
acclamiamo alla roccia della nostra salvezza.

[2] Accostiamoci a lui per rendergli grazie,
a lui acclamiamo con canti di gioia.

[3] Poiché grande Dio è il Signore,
grande re sopra tutti gli dei.

[4] Nella sua mano sono gli abissi della terra,
sono sue le vette dei monti.

[5] Suo è il mare, egli l'ha fatto,
le sue mani hanno plasmato la terra.

[6] Venite, prostrati adoriamo,
in ginocchio davanti al Signore che ci ha creati.

[7] Egli è il nostro Dio,
e noi il popolo del suo pascolo,
il gregge che egli conduce.

[8] Ascoltate oggi la sua voce:

«Non indurite il cuore,
come a Meriba, come nel giorno di Massa nel deserto,

[9] dove mi tentarono i vostri padri:
mi misero alla prova
pur avendo visto le mie opere.

[10] Per quarant'anni mi disgustai di quella generazione
e dissi: Sono un popolo dal cuore traviato,
non conoscono le mie vie;

[11] perciò ho giurato nel mio sdegno:
Non entreranno nel luogo del mio riposo».

Breve riflessione:

Il Signore si lascia trovare da chi lo cerca con cuore sincero e da buon pastore ci conduce alla vita eterna. Accostiamoci a Lui per ascoltare la sua parola.

Salmo 95 Dio, re giudice dell'universo.

[1] Cantate al Signore un canto nuovo,
cantate al Signore da tutta la terra.

[2] Cantate al Signore, benedite il suo nome,
annunziate di giorno in giorno la sua salvezza.

[3] In mezzo ai popoli raccontate la sua gloria,
a tutte le nazioni dite i suoi prodigi.

[4] Grande è il Signore e degno di ogni lode,
terribile sopra tutti gli dei.

[5] Tutti gli dei delle nazioni sono un nulla,
ma il Signore ha fatto i cieli.

[6] Maestà e bellezza sono davanti a lui,
potenza e splendore nel suo santuario.

[7] Date al Signore, o famiglie dei popoli,
date al Signore gloria e potenza,

[8] date al Signore la gloria del suo nome.
Portate offerte ed entrate nei suoi atri,

[9] prostratevi al Signore in sacri ornamenti.
Tremi davanti a lui tutta la terra.

[10] Dite tra i popoli: «Il Signore regna!».
Sorregge il mondo, perché non vacilli;
giudica le nazioni con rettitudine.

[11] Gioiscano i cieli, esulti la terra,
frema il mare e quanto racchiude;

[12] esultino i campi e quanto contengono,
si rallegriano gli alberi della foresta

[13] davanti al Signore che viene,
perché viene a giudicare la terra.

Giudicherà il mondo con giustizia
e con verità tutte le genti.

Breve riflessione:

Le nazioni si prostreranno davanti a Lui e lo loderanno. Dio re dell'universo concede agli uomini di annunciare la sua parola con gioia lodandolo sempre.

Salmo 96 La gloria del Signore nel giudizio.

[1] Il Signore regna, esulti la terra,
gioiscano le isole tutte.

[2] Nubi e tenebre lo avvolgono,
giustizia e diritto sono la base del suo trono.

[3] Davanti a lui cammina il fuoco
e brucia tutt'intorno i suoi nemici.

[4] Le sue folgori rischiarano il mondo:
vede e sussulta la terra.

[5] I monti fondono come cera davanti al Signore,
davanti al Signore di tutta la terra.

[6] I cieli annunziano la sua giustizia
e tutti i popoli contemplanò la sua gloria.

[7] Siano confusi tutti gli adoratori di statue
e chi si gloria dei propri idoli.

Si prostrino a lui tutti gli dei!

[8] Ascolta Sion e ne gioisce,
esultano le città di Giuda
per i tuoi giudizi, Signore.

[9] Perché tu sei, Signore,
l'Altissimo su tutta la terra,
tu sei eccelso sopra tutti gli dei.

[10] Odiate il male, voi che amate il Signore:
lui che custodisce la vita dei suoi fedeli
li strapperà dalle mani degli empi.

[11] Una luce si è levata per il giusto,
gioia per i retti di cuore.

[12] Rallegratevi, giusti, nel Signore,
rendete grazie al suo santo nome.

Breve riflessione:

Tutto il creato loda il Signore, che la fede in Lui sia sempre accesa nei cuori. Solo così tutte le azioni saranno compiute nel desiderio di raggiungerlo nel suo regno senza fine.

Salmo 97 Il trionfo del Signore alla sua venuta finale.

[1] Salmo.

Cantate al Signore un canto nuovo,
perché ha compiuto prodigi.

Gli ha dato vittoria la sua destra
e il suo braccio santo.

[2] Il Signore ha manifestato la sua salvezza,
agli occhi dei popoli ha rivelato la sua giustizia.

[3] Egli si è ricordato del suo amore,
della sua fedeltà alla casa di Israele.

Tutti i confini della terra hanno veduto
la salvezza del nostro Dio.

[4] Acclami al Signore tutta la terra,
gridate, esultate con canti di gioia.

[5] Cantate inni al Signore con l'arpa,
con l'arpa e con suono melodioso;

[6] con la tromba e al suono del corno
acclamate davanti al re, il Signore.

[7] Frema il mare e quanto racchiude,
il mondo e i suoi abitanti.

[8] I fiumi battano le mani,
esultino insieme le montagne

[9] davanti al Signore che viene,
che viene a giudicare la terra.

Giudicherà il mondo con giustizia
e i popoli con rettitudine.

Breve riflessione:

Quando Egli verrà ci sarà la vittoria della giustizia sul male.
"Vieni Signore Gesù".(Gv. Ap 22.20). Tutti gli uomini, allora,
elevino lodi e canti a Lui.

Salmo 98 Santo è il Signore Dio nostro.

[1] Il Signore regna, tremino i popoli;
siede sui cherubini, si scuota la terra.

[2] Grande è il Signore in Sion,
eccelso sopra tutti i popoli.

[3] Lodino il tuo nome grande e terribile,
perché è santo.

[4] Re potente che ami la giustizia,
tu hai stabilito ciò che è retto,
diritto e giustizia tu eserciti in Giacobbe.

[5] Esaltate il Signore nostro Dio,
prostratevi allo sgabello dei suoi piedi,
perché è santo.

[6] Mosè e Aronne tra i suoi sacerdoti,
Samuele tra quanti invocano il suo nome:
invocavano il Signore ed egli rispondeva.

[7] Parlava loro da una colonna di nubi:
obbedivano ai suoi comandi
e alla legge che aveva loro dato.

[8] Signore, Dio nostro, tu li esaudivi,
eri per loro un Dio paziente,
pur castigando i loro peccati.

[9] Esaltate il Signore nostro Dio,
prostratevi davanti al suo monte santo,
perché santo è il Signore, nostro Dio.

Breve riflessione:

Lodarlo per la sua santità. Dio è Santo? Sì per la sua pazienza, grandezza, ascolta, risponde, è vicino a chi lo invoca, invita tutti alla santità. "Siate perfetti come è perfetto il padre vostro celeste".(Mt 5,48).

Salmo 99 La gioia di coloro che entrano nel tempio.

[1] Salmo. In rendimento di grazie.

[2] Acclamate al Signore, voi tutti della terra,
servite il Signore nella gioia,
presentatevi a lui con esultanza.

[3] Riconoscete che il Signore è Dio;
egli ci ha fatti e noi siamo suoi,
suo popolo e gregge del suo pascolo.

[4] Varcate le sue porte con inni di grazie,
i suoi atri con canti di lode,
lodatelo, benedite il suo nome;

[5] poiché buono è il Signore,
eterna la sua misericordia,
la sua fedeltà per ogni generazione.

Breve riflessione:

La gioia, la sicurezza di essere nelle mani di Dio, perché buono è il Signore, eterna la sua misericordia. Egli con amore infinito ha redento l'umanità che a sua volta dovrà amarlo e servirlo con fedeltà.

Salmo 100 Programma di un re fedele a Dio.

[1] Di Davide. Salmo.

Amore e giustizia voglio cantare,
voglio cantare inni a te, o Signore.

[2] Agirò con saggezza nella via dell'innocenza:
quando verrai a me?

Camminerò con cuore integro,
dentro la mia casa.

[3] Non sopporterò davanti ai miei occhi
azioni malvage;
detesto chi fa il male,
non mi sarà vicino.

[4] Lontano da me il cuore perverso,
il malvagio non lo voglio conoscere.

[5] Chi calunnia in segreto il suo prossimo
io lo farò perire;
chi ha occhi altezzosi e cuore superbo
non lo potrò sopportare.

[6] I miei occhi sono rivolti ai fedeli del paese
perché restino a me vicino:
chi cammina per la via integra
sarà mio servitore.

[7] Non abiterà nella mia casa,
chi agisce con inganno,
chi dice menzogne non starà alla mia presenza.

[8] Sterminerò ogni mattino
tutti gli empi del paese,
per estirpare dalla città del Signore
quanti operano il male.

Breve riflessione:

Coloro che hanno autorità o responsabilità verso i fratelli lottino contro il male, per incoraggiare quanti lottano e soffrono per far trionfare il bene.

Salmo 101 supplica nello sconforto.

[1] Preghiera di un afflitto che è stanco e sfoga dinanzi a Dio la sua angoscia.

[2] Signore, ascolta la mia preghiera, a te giunga il mio grido.

[3] Non nascondermi il tuo volto; nel giorno della mia angoscia piega verso di me l'orecchio.

Quando ti invoco: presto, rispondimi.

[4] Si dissolvono in fumo i miei giorni e come brace ardono le mie ossa.

[5] Il mio cuore abbattuto come erba inaridisce, dimentico di mangiare il mio pane.

[6] Per il lungo mio gemere aderisce la mia pelle alle mie ossa.

[7] Sono simile al pellicano del deserto, sono come un gufo tra le rovine.

[8] Veglio e gemo come uccello solitario sopra un tetto.

[9] Tutto il giorno mi insultano i miei nemici, furenti imprecano contro il mio nome.

[10] Di cenere mi nutro come di pane, alla mia bevanda mescolo il pianto,

[11] davanti alla tua collera e al tuo sdegno, perché mi sollevi e mi scagli lontano.

[12] I miei giorni sono come ombra che declina, e io come erba inaridisco.

[13] Ma tu, Signore, rimani in eterno, il tuo ricordo per ogni generazione.

[14] Tu sorgerai, avrai pietà di Sion, perché è tempo di usarle misericordia:

l'ora è giunta.

[15] Poiché ai tuoi servi sono care le sue pietre
e li muove a pietà la sua rovina.

[16] I popoli temeranno il nome del Signore
e tutti i re della terra la tua gloria,

[17] quando il Signore avrà ricostruito Sion
e sarà apparso in tutto il suo splendore.

[18] Egli si volge alla preghiera del misero
e non disprezza la sua supplica.

[19] Questo si scriva per la generazione futura
e un popolo nuovo darà lode al Signore.

[20] Il Signore si è affacciato dall'alto del suo santuario,
dal cielo ha guardato la terra,

[21] per ascoltare il gemito del prigioniero,
per liberare i condannati a morte;

[22] perché sia annunziato in Sion il nome del Signore
e la sua lode in Gerusalemme,

[23] quando si aduneranno insieme i popoli
e i regni per servire il Signore.

[24] Ha fiaccato per via la mia forza,
ha abbreviato i miei giorni.

[25] Io dico: Mio Dio,
non rapirmi a metà dei miei giorni;
i tuoi anni durano per ogni generazione.

[26] In principio tu hai fondato la terra,
i cieli sono opera delle tue mani.

[27] Essi periranno, ma tu rimani,
tutti si logorano come veste,
come un abito tu li muterai
ed essi passeranno.

[28] Ma tu resti lo stesso
e i tuoi anni non hanno fine.

[29] I figli dei tuoi servi avranno una dimora,
resterà salda davanti a te la loro discendenza.

Breve riflessione:

I cristiani che sono provati dalle tribolazioni non abbandonano Il Signore, anzi lo lodano per la sua fedeltà e speranza che da nella risurrezione insieme a Lui, dopo questa vita.

Salmo 102 Canto d'amore.

[1] Di Davide.

Benedici il Signore, anima mia,
quanto è in me benedica il suo santo nome.

[2] Benedici il Signore, anima mia,
non dimenticare tanti suoi benefici.

[3] Egli perdona tutte le tue colpe,
guarisce tutte le tue malattie;

[4] salva dalla fossa la tua vita,
ti corona di grazia e di misericordia;

[5] egli sazia di beni i tuoi giorni
e tu rinnovi come aquila la tua giovinezza.

[6] Il Signore agisce con giustizia
e con diritto verso tutti gli oppressi.

[7] Ha rivelato a Mosè le sue vie,
ai figli d'Israele le sue opere.

[8] Buono e pietoso è il Signore,
lento all'ira e grande nell'amore.

[9] Egli non continua a contestare
e non conserva per sempre il suo sdegno.

[10] Non ci tratta secondo i nostri peccati,
non ci ripaga secondo le nostre colpe.

[11] Come il cielo è alto sulla terra,
così è grande la sua misericordia su quanti lo temono;

[12] come dista l'oriente dall'occidente,
così allontana da noi le nostre colpe.

[13] Come un padre ha pietà dei suoi figli,
così il Signore ha pietà di quanti lo temono.

[14] Perché egli sa di che siamo plasmati,
ricorda che noi siamo polvere.

[15] Come l'erba sono i giorni dell'uomo,

come il fiore del campo, così egli fiorisce.

[16] Lo investe il vento e più non esiste
e il suo posto non lo riconosce.

[17] Ma la grazia del Signore è da sempre,
dura in eterno per quanti lo temono;
la sua giustizia per i figli dei figli,

[18] per quanti custodiscono la sua alleanza
e ricordano di osservare i suoi precetti.

[19] Il Signore ha stabilito nel cielo il suo trono
e il suo regno abbraccia l'universo.

[20] Benedite il Signore, voi tutti suoi angeli,
potenti esecutori dei suoi comandi,
pronti alla voce della sua parola.

[21] Benedite il Signore, voi tutte, sue schiere,
suoi ministri, che fate il suo volere.

[22] Benedite il Signore, voi tutte opere sue,
in ogni luogo del suo dominio.

Benedici il Signore, anima mia.

Breve riflessione:

E' un canto di gratitudine verso il Signore per il suo amore, tenerezza e misericordia. Basterebbe meditare bene questo salmo per crescere nell'umiltà, lodando Dio per le sue creature e le sue opere.

Salmo 103 Inno a Dio creatore.

[1] Benedici il Signore, anima mia,
Signore, mio Dio, quanto sei grande!
Rivestito di maestà e di splendore,
[2] avvolto di luce come di un manto.
Tu stendi il cielo come una tenda,
[3] costruisci sulle acque la tua dimora,
fai delle nubi il tuo carro,
cammini sulle ali del vento;
[4] fai dei venti i tuoi messaggeri,
delle fiamme guizzanti i tuoi ministri.
[5] Hai fondato la terra sulle sue basi,
mai potrà vacillare.
[6] L'oceano l'avvolgeva come un manto,
le acque coprivano le montagne.
[7] Alla tua minaccia sono fuggite,
al fragore del tuo tuono hanno tremato.
[8] Emergono i monti, scendono le valli
al luogo che hai loro assegnato.
[9] Hai posto un limite alle acque: non lo passeranno,
non torneranno a coprire la terra.
[10] Fai scaturire le sorgenti nelle valli
e scorrono tra i monti;
[11] ne bevono tutte le bestie selvatiche
e gli onagri estinguono la loro sete.
[12] Al di sopra dimorano gli uccelli del cielo,
cantano tra le fronde.
[13] Dalle tue alte dimore irrighi i monti,
con il frutto delle tue opere sazi la terra.
[14] Fai crescere il fieno per gli armenti
e l'erba al servizio dell'uomo,

perché tragga alimento dalla terra:
[15] il vino che allieta il cuore dell'uomo;
l'olio che fa brillare il suo volto
e il pane che sostiene il suo vigore.
[16] Si saziano gli alberi del Signore,
i cedri del Libano da lui piantati.
[17] Là gli uccelli fanno il loro nido
e la cicogna sui cipressi ha la sua casa.
[18] Per i camosci sono le alte montagne,
le rocce sono rifugio per gli iràci.
[19] Per segnare le stagioni hai fatto la luna
e il sole che conosce il suo tramonto.
[20] Stendi le tenebre e viene la notte
e vagano tutte le bestie della foresta;
[21] ruggiscono i leoncelli in cerca di preda
e chiedono a Dio il loro cibo.
[22] Sorge il sole, si ritirano
e si accovacciano nelle tane.
[23] Allora l'uomo esce al suo lavoro,
per la sua fatica fino a sera.
[24] Quanto sono grandi, Signore,
le tue opere!
Tutto hai fatto con saggezza,
la terra è piena delle tue creature.
[25] Ecco il mare spazioso e vasto:
lì guizzano senza numero
animali piccoli e grandi.
[26] Lo solcano le navi,
il Leviatàn che hai plasmato
perché in esso si diverta.
[27] Tutti da te aspettano
che tu dia loro il cibo in tempo opportuno.

[28] Tu lo provvedi, essi lo raccolgono,
tu apri la mano, si saziano di beni.

[29] Se nascondi il tuo volto, vengono meno,
togli loro il respiro, muoiono
e ritornano nella loro polvere.

[30] Mandi il tuo spirito, sono creati,
e rinnovi la faccia della terra.

[31] La gloria del Signore sia per sempre;
gioisca il Signore delle sue opere.

[32] Egli guarda la terra e la fa sussultare,
tocca i monti ed essi fumano.

[33] Voglio cantare al Signore finché ho vita,
cantare al mio Dio finché esisto.

[34] A lui sia gradito il mio canto;
la mia gioia è nel Signore.

[35] Scompaiano i peccatori dalla terra
e più non esistano gli empi.

Benedici il Signore, anima mia.

Breve riflessione:

E' la nostra preghiera per glorificare Dio che ci ha creati.
Nelle mani del Signore, le cose del mondo diventano
sorgenti di vita come: l'acqua nel battesimo, il pane, il vino
nell'eucarestia e l'olio nel sacro crisma.

Salmo 104 Il patto con i padri.

[1] Alleluia.

Lodate il Signore e invocate il suo nome,
proclamate tra i popoli le sue opere.

[2] Cantate a lui canti di gioia,
meditate tutti i suoi prodigi.

[3] Gloriatevi del suo santo nome:
gioisca il cuore di chi cerca il Signore.

[4] Cercate il Signore e la sua potenza,
cercate sempre il suo volto.

[5] Ricordate le meraviglie che ha compiute,
i suoi prodigi e i giudizi della sua bocca:

[6] voi stirpe di Abramo, suo servo,
figli di Giacobbe, suo eletto.

[7] E' lui il Signore, nostro Dio,
su tutta la terra i suoi giudizi.

[8] Ricorda sempre la sua alleanza:
parola data per mille generazioni,

[9] l'alleanza stretta con Abramo
e il suo giuramento ad Isacco.

[10] La stabilì per Giacobbe come legge,
come alleanza eterna per Israele:

[11] «Ti darò il paese di Cànana
come eredità a voi toccata in sorte».

[12] Quando erano in piccolo numero,
pochi e forestieri in quella terra,

[13] e passavano di paese in paese,
da un regno ad un altro popolo,

[14] non permise che alcuno li opprimesse
e castigò i re per causa loro:

[15] «Non toccate i miei consacrati,

non fate alcun male ai miei profeti».

[16] Chiamò la fame sopra quella terra
e distrusse ogni riserva di pane.

[17] Davanti a loro mandò un uomo,
Giuseppe, venduto come schiavo.

[18] Gli strinsero i piedi con ceppi,
il ferro gli serrò la gola,

[19] finché si avverò la sua predizione
e la parola del Signore gli rese giustizia.

[20] Il re mandò a scioglierlo,
il capo dei popoli lo fece liberare;

[21] lo pose signore della sua casa,
capo di tutti i suoi averi,

[22] per istruire i capi secondo il suo giudizio
e insegnare la saggezza agli anziani.

[23] E Israele venne in Egitto,
Giacobbe visse nel paese di Cam come straniero.

[24] Ma Dio rese assai fecondo il suo popolo,
lo rese più forte dei suoi nemici.

[25] Mutò il loro cuore
e odiarono il suo popolo,
contro i suoi servi agirono con inganno

[26] Mandò Mosè suo servo
e Aronne che si era scelto.

[27] Compì per mezzo loro i segni promessi
e nel paese di Cam i suoi prodigi.

[28] Mandò le tenebre e si fece buio,
ma resistettero alle sue parole.

[29] Cambiò le loro acque in sangue
e fece morire i pesci.

[30] Il loro paese brulicò di rane
fino alle stanze dei loro sovrani.

[31] Diede un ordine e le mosche vennero a sciame e le zanzare in tutto il loro paese.

[32] Invece delle piogge mandò loro la grandine, vampe di fuoco sul loro paese.

[33] Colpì le loro vigne e i loro fichi, schiantò gli alberi della loro terra.

[34] Diede un ordine e vennero le locuste e bruchi senza numero;

[35] divorarono tutta l'erba del paese e distrussero il frutto del loro suolo.

[36] Colpì nel loro paese ogni primogenito, tutte le primizie del loro vigore.

[37] Fece uscire il suo popolo con argento e oro, fra le tribù non c'era alcun infermo.

[38] L'Egitto si rallegrò della loro partenza perché su di essi era piombato il terrore.

[39] Distese una nube per proteggerli e un fuoco per illuminarli di notte.

[40] Alla loro domanda fece scendere le quaglie e li saziò con il pane del cielo.

[41] Spaccò una rupe e ne sgorgarono acque, scorrevano come fiumi nel deserto,

[42] perché ricordò la sua parola santa data ad Abramo suo servo.

[43] Fece uscire il suo popolo con esultanza, i suoi eletti con canti di gioia.

[44] Diede loro le terre dei popoli, ereditarono la fatica delle genti,

[45] perché custodissero i suoi decreti e obbedissero alle sue leggi.

Alleluia.

Breve riflessione:

La nostra preghiera diventa un inno alla Santissima Trinità, glorificando il Padre, il Figlio e lo Spirito Santo per la loro bontà verso di noi. Bevendo l'acqua scaturita dal costato di Gesù e mangiando il pane eucaristico percorriamo la strada che porta al paradiso.

Salmo 105 Bontà del Signore e infedeltà del popolo.

[1] Alleluia.

Celebrate il Signore, perché è buono,
perché eterna è la sua misericordia.

[2] Chi può narrare i prodigi del Signore,
far risuonare tutta la sua lode?

[3] Beati coloro che agiscono con giustizia
e praticano il diritto in ogni tempo.

[4] Ricordati di noi, Signore, per amore del tuo popolo,
visitaci con la tua salvezza,

[5] perché vediamo la felicità dei tuoi eletti,
godiamo della gioia del tuo popolo,
ci gloriamo con la tua eredità.

[6] Abbiamo peccato come i nostri padri,
abbiamo fatto il male, siamo stati empì.

[7] I nostri padri in Egitto
non compresero i tuoi prodigi,
non ricordarono tanti tuoi benefici
e si ribellarono presso il mare, presso il mar Rosso.

[8] Ma Dio li salvò per il suo nome,
per manifestare la sua potenza.

[9] Minacciò il mar Rosso e fu disseccato,
li condusse tra i flutti come per un deserto;

[10] li salvò dalla mano di chi li odiava,
li riscattò dalla mano del nemico.

[11] L'acqua sommerse i loro avversari;
nessuno di essi sopravvisse.

[12] Allora credettero alle sue parole
e cantarono la sua lode.

[13] Ma presto dimenticarono le sue opere,
non ebbero fiducia nel suo disegno,

[14] arsero di brame nel deserto,
e tentarono Dio nella steppa.
[15] Concesse loro quanto domandavano
e saziò la loro ingordigia.
[16] Divennero gelosi di Mosè negli accampamenti,
e di Aronne, il consacrato del Signore.
[17] Allora si aprì la terra e inghiottì Datan,
e seppellì l'assemblea di Abiron.
[18] Divampò il fuoco nella loro fazione
e la fiamma divorò i ribelli.
[19] Si fabbricarono un vitello sull'Oreb,
si prostrarono a un'immagine di metallo fuso;
[20] scambiarono la loro gloria
con la figura di un toro che mangia fieno.
[21] Dimenticarono Dio che li aveva salvati,
che aveva operato in Egitto cose grandi,
[22] prodigi nel paese di Cam,
cose terribili presso il mar Rosso.
[23] E aveva già deciso di sterminarli,
se Mosè suo eletto
non fosse stato sulla breccia di fronte a lui,
per stornare la sua collera dallo sterminio.
[24] Rifiutarono un paese di delizie,
non credettero alla sua parola.
[25] Mormorarono nelle loro tende,
non ascoltarono la voce del Signore.
[26] Egli alzò la mano su di loro
giurando di abatterli nel deserto,
[27] di disperdere i loro discendenti tra le genti
e disseminarli per il paese.
[28] Si asservirono a Baal-Peor
e mangiarono i sacrifici dei morti,

[29] provocarono Dio con tali azioni
e tra essi scoppiò una pestilenza.
[30] Ma Finees si alzò e si fece giudice,
allora cessò la peste
[31] e gli fu computato a giustizia
presso ogni generazione, sempre.
[32] Lo irritarono anche alle acque di Meriba
e Mosè fu punito per causa loro,
[33] perché avevano inasprito l'animo suo
ed egli disse parole insipienti.
[34] Non sterminarono i popoli
come aveva ordinato il Signore,
[35] ma si mescolarono con le nazioni
e impararono le opere loro.
[36] Servirono i loro idoli
e questi furono per loro un tranello.
[37] Immolarono i loro figli
e le loro figlie agli dei falsi.
[38] Versarono sangue innocente,
il sangue dei figli e delle figlie
sacrificati agli idoli di Canaan;
la terra fu profanata dal sangue,
[39] si contaminarono con le opere loro,
si macchiarono con i loro misfatti.
[40] L'ira del Signore si accese contro il suo popolo,
ebbe in orrore il suo possesso;
[41] e li diede in balìa dei popoli,
li dominarono i loro avversari,
[42] li oppressero i loro nemici
e dovettero piegarsi sotto la loro mano.
[43] Molte volte li aveva liberati;
ma essi si ostinarono nei loro disegni

e per le loro iniquità furono abbattuti.

[44] Pure, egli guardò alla loro angoscia
quando udì il loro grido.

[45] Si ricordò della sua alleanza con loro,
si mosse a pietà per il suo grande amore.

[46] Fece loro trovare grazia
presso quanti li avevano deportati.

[47] Salvaci, Signore Dio nostro,
e raccoglici di mezzo ai popoli,
perché proclamiamo il tuo santo nome
e ci gloriamo della tua lode.

[48] Benedetto il Signore, Dio d'Israele
da sempre, per sempre.

Tutto il popolo dica: Amen.

Breve riflessione:

E' una preghiera sincera di pentimento a Dio per la sfiducia, l'ingratitude che gli vengono dimostrate per i doni che ha dato; preoccupandoci delle cose del mondo, invece di cercare il suo regno.

Salmo 106 Ringraziamento:

[1] Alleluia.

Celebrate il Signore perché è buono,
perché eterna è la sua misericordia.

[2] Lo dicano i riscattati del Signore,
che egli liberò dalla mano del nemico

[3] e radunò da tutti i paesi,
dall'oriente e dall'occidente,
dal settentrione e dal mezzogiorno.

[4] Vagavano nel deserto, nella steppa,
non trovavano il cammino per una città dove abitare.

[5] Erano affamati e assetati,
veniva meno la loro vita.

[6] Nell'angoscia gridarono al Signore
ed egli li liberò dalle loro angustie.

[7] Li condusse sulla via retta,
perché camminassero verso una città dove abitare.

[8] Ringrazino il Signore per la sua misericordia,
per i suoi prodigi a favore degli uomini;

[9] poiché saziò il desiderio dell'assetato,
e l'affamato ricolmò di beni.

[10] Abitavano nelle tenebre e nell'ombra di morte,
prigionieri della miseria e dei ceppi,

[11] perché si erano ribellati alla parola di Dio
e avevano disprezzato il disegno dell'Altissimo.

[12] Egli piegò il loro cuore sotto le sventure;
cadevano e nessuno li aiutava.

[13] Nell'angoscia gridarono al Signore
ed egli li liberò dalle loro angustie.

[14] Li fece uscire dalle tenebre e dall'ombra di morte
e spezzò le loro catene.

[15] Ringrazino il Signore per la sua misericordia,
per i suoi prodigi a favore degli uomini;
[16] perché ha infranto le porte di bronzo
e ha spezzato le barre di ferro.
[17] Stolti per la loro iniqua condotta,
soffrivano per i loro misfatti;
[18] rifiutavano ogni nutrimento
e già toccavano le soglie della morte.
[19] Nell'angoscia gridarono al Signore
ed egli li liberò dalle loro angustie.
[20] Mandò la sua parola e li fece guarire,
li salvò dalla distruzione.
[21] Ringrazino il Signore per la sua misericordia
e per i suoi prodigi a favore degli uomini.
[22] Offrano a lui sacrifici di lode,
narrino con giubilo le sue opere.
[23] Coloro che solcavano il mare sulle navi
e commerciavano sulle grandi acque,
[24] videro le opere del Signore,
i suoi prodigi nel mare profondo.
[25] Egli parlò e fece levare
un vento burrascoso che sollevò i suoi flutti.
[26] Salivano fino al cielo,
scendevano negli abissi;
la loro anima languiva nell'affanno.
[27] Ondeggiavano e barcollavano come ubriachi,
tutta la loro perizia era svanita.
[28] Nell'angoscia gridarono al Signore
ed egli li liberò dalle loro angustie.
[29] Ridusse la tempesta alla calma,
tacquero i flutti del mare.
[30] Si rallegrarono nel vedere la bonaccia

ed egli li condusse al porto sospirato.

[31] Ringrazino il Signore per la sua misericordia
e per i suoi prodigi a favore degli uomini.

[32] Lo esaltino nell'assemblea del popolo,
lo lodino nel consesso degli anziani.

[33] Ridusse i fiumi a deserto,
a luoghi aridi le fonti d'acqua

[34] e la terra fertile a palude
per la malizia dei suoi abitanti.

[35] Ma poi cambiò il deserto in lago,
e la terra arida in sorgenti d'acqua.

[36] Là fece dimorare gli affamati
ed essi fondarono una città dove abitare.

[37] Seminarono campi e piantarono vigne,
e ne raccolsero frutti abbondanti.

[38] Li benedisse e si moltiplicarono,
non lasciò diminuire il loro bestiame.

[39] Ma poi, ridotti a pochi, furono abbattuti,
perché oppressi dalle sventure e dal dolore.

[40] Colui che getta il disprezzo sui potenti,
li fece vagare in un deserto senza strade.

[41] Ma risollevò il povero dalla miseria
e rese le famiglie numerose come greggi.

[42] Vedono i giusti e ne gioiscono
e ogni iniquo chiude la sua bocca.

[43] Chi è saggio osservi queste cose
e comprenderà la bontà del Signore.

Breve riflessione:

Gli uomini con i loro peccati si attirano tanti castighi. Allora gridano al Signore ed Egli da padre pietoso, misericordioso viene in loro soccorso.

Salmo 107 Lode a Dio e invocazione di aiuto.

[1] Canto. Salmo. Di Davide.

[2] Saldo è il mio cuore, Dio,
saldo è il mio cuore:

voglio cantare inni, anima mia.

[3] Svegliatevi, arpa e cetra,
voglio svegliare l'aurora.

[4] Ti loderò tra i popoli, Signore,
a te canterò inni tra le genti,

[5] perché la tua bontà è grande fino ai cieli
e la tua verità fino alle nubi.

[6] Innalzati, Dio, sopra i cieli,
su tutta la terra la tua gloria.

[7] Perché siano liberati i tuoi amici,

[8] Dio ha parlato nel suo santuario:

«Esulterò, voglio dividere Sichem
e misurare la valle di Succot;

[9] mio è Gàlaad, mio Manasse,
Efraim è l'elmo del mio capo,

Giuda il mio scettro.

[10] Moab è il catino per lavarmi,
sull'Idumea getterò i miei sandali,
sulla Filistea canterò vittoria».

[11] Chi mi guiderà alla città fortificata,
chi mi condurrà fino all'Idumea?

[12] Non forse tu, Dio, che ci hai respinti
e più non esci, Dio, con i nostri eserciti?

[13] Contro il nemico portaci soccorso,
poiché vana è la salvezza dell'uomo.

[14] Con Dio noi faremo cose grandi
ed egli annienterà chi ci opprime.

Breve riflessione:

Fiducia nel soccorso, nella salvezza che vengono dal Signore. Con Dio noi faremo grandi cose ed Egli ci condurrà con Lui in paradiso.

Salmo 108 Contro gli empi.

[1] Al maestro del coro. Di Davide. Salmo.

Dio della mia lode, non tacere,

[2] poiché contro di me si sono aperte
la bocca dell'empio e dell'uomo di frode;
parlano di me con lingua di menzogna.

[3] Mi investono con parole di odio,
mi combattono senza motivo.

[4] In cambio del mio amore mi muovono accuse,
mentre io sono in preghiera.

[5] Mi rendono male per bene
e odio in cambio di amore.

[6] Suscita un empio contro di lui
e un accusatore stia alla sua destra.

[7] Citato in giudizio, risulti colpevole
e il suo appello si risolva in condanna.

[8] Pochi siano i suoi giorni
e il suo posto l'occupi un altro.

[9] I suoi figli rimangano orfani
e vedova sua moglie.

[10] Vadano raminghi i suoi figli, mendicando,
siano espulsi dalle loro case in rovina.

[11] L'usuraio divori tutti i suoi averi
e gli estranei facciano preda del suo lavoro.

[12] Nessuno gli usi misericordia,
nessuno abbia pietà dei suoi orfani.

[13] La sua discendenza sia votata allo sterminio,
nella generazione che segue sia cancellato il suo nome.

[14] L'iniquità dei suoi padri sia ricordata al Signore,
il peccato di sua madre non sia mai cancellato.

[15] Siano davanti al Signore sempre

ed egli disperda dalla terra il loro ricordo.

[16] Perché ha rifiutato di usare misericordia
e ha perseguitato il misero e l'indigente,
per far morire chi è affranto di cuore.

[17] Ha amato la maledizione: ricada su di lui!
Non ha voluto la benedizione: da lui si allontanano!

[18] Si è avvolto di maledizione come di un mantello:
è penetrata come acqua nel suo intimo
e come olio nelle sue ossa.

[19] Sia per lui come vestito che lo avvolge,
come cintura che sempre lo cinge.

[20] Sia questa da parte del Signore
la ricompensa per chi mi accusa,
per chi dice male contro la mia vita.

[21] Ma tu, Signore Dio,
agisci con me secondo il tuo nome:
salvami, perché buona è la tua grazia.

[22] Io sono povero e infelice
e il mio cuore è ferito nell'intimo.

[23] Scompaio come l'ombra che declina,
sono sbattuto come una locusta.

[24] Le mie ginocchia vacillano per il digiuno,
il mio corpo è scarno e deperisce.

[25] Sono diventato loro oggetto di scherno,
quando mi vedono scuotono il capo.

[26] Aiutami, Signore mio Dio,
salvami per il tuo amore.

[27] Sappiano che qui c'è la tua mano:
tu, Signore, tu hai fatto questo.

[28] Maledicano essi, ma tu benedicimi;
insorgano quelli e arrossiscano,
ma il tuo servo sia nella gioia.

[29] Sia coperto di infamia chi mi accusa
e sia avvolto di vergogna come d'un mantello.

[30] Alta risuoni sulle mie labbra la lode del Signore,
lo esalterò in una grande assemblea;

[31] poiché si è messo alla destra del povero
per salvare dai giudici la sua vita.

Breve riflessione:

Siamo invitati a lottare contro il male. "Fate del bene a coloro che vi odiano, benedite coloro che vi maledicono".(Lc 6,27-28). Odiare il peccato, amare tutti gli uomini, vivere per la giustizia.

Salmo 109 Il messia re e sacerdote.

[1] Di Davide. Salmo.

Oracolo del Signore al mio Signore:

«Siedi alla mia destra,
finché io ponga i tuoi nemici
a sgabello dei tuoi piedi».

[2] Lo scettro del tuo potere
stende il Signore da Sion:

«Domina in mezzo ai tuoi nemici.

[3] A te il principato
nel giorno della tua potenza
tra santi splendori;
dal seno dell'aurora,
come rugiada, io ti ho generato».

[4] Il Signore ha giurato
e non si pente:

«Tu sei sacerdote per sempre
al modo di Melchisedek».

[5] Il Signore è alla tua destra,
annienterà i re nel giorno della sua ira.

[6] Giudicherà i popoli:
in mezzo a cadaveri
ne stritolerà la testa su vasta terra.

[7] Lungo il cammino si disseta al torrente
e solleva alta la testa.

Breve riflessione:

Il messia è presentato come re e sacerdote mediatore fra Dio e le sue creature, affinché un giorno con tutti i santi possiamo raggiungerlo nella sua gloria senza fine.

Salmo 110 grandi le opere del Signore.

[1] Alleluia.

Renderò grazie al Signore con tutto il cuore,
nel consesso dei giusti e nell'assemblea.

[2] Grandi le opere del Signore,
le contemplino coloro che le amano.

[3] Le sue opere sono splendore di bellezza,
la sua giustizia dura per sempre.

[4] Ha lasciato un ricordo dei suoi prodigi:
pietà e tenerezza è il Signore.

[5] Egli dà il cibo a chi lo teme,
si ricorda sempre della sua alleanza.

[6] Mostrò al suo popolo la potenza delle sue opere,
gli diede l'eredità delle genti.

[7] Le opere delle sue mani sono verità e giustizia,
stabili sono tutti i suoi comandi,

[8] immutabili nei secoli, per sempre,
eseguiti con fedeltà e rettitudine.

[9] Mandò a liberare il suo popolo,
stabilì la sua alleanza per sempre.

[10] Santo e terribile il suo nome.

Principio della saggezza è il timore del Signore,
saggio è colui che gli è fedele;
la lode del Signore è senza fine.

Breve riflessione:

Meditiamo le opere che il Signore ha fatto nella nostra vita.
Il suo santo timore rinnovi in noi la pietà, la giustizia,
nell'attesa della beata speranza della sua gloria.

Salmo 111 Beatitudine dell'uomo giusto.

[1] Alleluia.

Beato l'uomo che teme il Signore
e trova grande gioia nei suoi comandamenti.

[2] Potente sulla terra sarà la sua stirpe,
la discendenza dei giusti sarà benedetta.

[3] Onore e ricchezza nella sua casa,
la sua giustizia rimane per sempre.

[4] Spunta nelle tenebre come luce per i giusti,
buono, misericordioso e giusto.

[5] Felice l'uomo pietoso che dà in prestito,
amministra i suoi beni con giustizia.

[6] Egli non vacillerà in eterno:
Il giusto sarà sempre ricordato.

[7] Non temerà annunzio di sventura,
saldo è il suo cuore, confida nel Signore.

[8] Sicuro è il suo cuore, non teme,
finché trionferà dei suoi nemici.

[9] Egli dona largamente ai poveri,
la sua giustizia rimane per sempre,
la sua potenza s'innalza nella gloria.

[10] L'empio vede e si adira,
digrigna i denti e si consuma.

Ma il desiderio degli empì fallisce.

Breve riflessione:

L'amore verso Dio, verso il prossimo, compiendo tutte le opere di bene solo per la bontà e amore del Signore, ci fa diventare uomini giusti.

Salmo 112 Lodate il Signore.

[1] Alleluia.

Lodate, servi del Signore,
lodate il nome del Signore.

[2] Sia benedetto il nome del Signore,
ora e sempre.

[3] Dal sorgere del sole al suo tramonto
sia lodato il nome del Signore.

[4] Su tutti i popoli eccelso è il Signore,
più alta dei cieli è la sua gloria.

[5] Chi è pari al Signore nostro Dio
che siede nell'alto

[6] e si china a guardare
nei cieli e sulla terra?

[7] Solleva l'indigente dalla polvere,
dall'immondizia rialza il povero,

[8] per farlo sedere tra i principi,
tra i principi del suo popolo.

[9] Fa abitare la sterile nella sua casa
quale madre gioiosa di figli.

Breve riflessione:

Tutti i salmi che iniziano con hallel (Alleluia) venivano cantati nelle grandi feste e per Pasqua. Gesù è venuto per portare la misericordia verso i poveri e i disprezzati del mondo.

Salmo 113B lode al vero Dio.

[1] Non a noi, Signore, non a noi,
ma al tuo nome dà gloria,
per la tua fedeltà, per la tua grazia.

[2] Perché i popoli dovrebbero dire:
«Dov'è il loro Dio?».

[3] Il nostro Dio è nei cieli,
egli opera tutto ciò che vuole.

[4] Gli idoli delle genti sono argento e oro,
opera delle mani dell'uomo.

[5] Hanno bocca e non parlano,
hanno occhi e non vedono,

[6] hanno orecchi e non odono,
hanno narici e non odorano.

[7] Hanno mani e non palpano,
hanno piedi e non camminano;
dalla gola non emettono suoni.

[8] Sia come loro chi li fabbrica
e chiunque in essi confida.

[9] Israele confida nel Signore:
egli è loro aiuto e loro scudo.

[10] Confida nel Signore la casa di Aronne:
egli è loro aiuto e loro scudo.

[11] Confida nel Signore, chiunque lo teme:
egli è loro aiuto e loro scudo.

[12] Il Signore si ricorda di noi, ci benedice:
benedice la casa d'Israele,
benedice la casa di Aronne.

[13] Il Signore benedice quelli che lo temono,
benedice i piccoli e i grandi.

[14] Vi renda fecondi il Signore,

voi e i vostri figli.

[15] Siate benedetti dal Signore
che ha fatto cielo e terra.

[16] I cieli sono i cieli del Signore,
ma ha dato la terra ai figli dell'uomo.

[17] Non i morti lodano il Signore,
né quanti scendono nella tomba.

[18] Ma noi, i viventi, benediciamo il Signore
ora e sempre.

Breve riflessione:

Confidiamo nella provvidenza del Signore che opera tutto ciò che vuole e in Dio nostro aiuto e nostro vero protettore. "Il Padre vostro celeste, sa che ne avete bisogno. Cercate prima il suo regno".(Mt 6,32-33).

Salmo 114 Rendimento di Grazie.

Amo il Signore perché ascolta
il grido della mia preghiera.

[2]Verso di me ha teso l'orecchio
nel giorno in cui lo invocavo.

[3]Mi stringevano funi di morte,
ero preso nei lacci degli inferi.

Mi opprimevano tristezza e angoscia

[4]e ho invocato il nome del Signore:
«Ti prego, Signore, salvami».

[5]Buono e giusto è il Signore,
il nostro Dio è misericordioso.

[6]Il Signore protegge gli umili:
ero misero ed egli mi ha salvato.

[7]Ritorna, anima mia, alla tua pace,
poiché il Signore ti ha beneficiato;

[8]egli mi ha sottratto dalla morte,
ha liberato i miei occhi dalle lacrime,
ha preservato i miei piedi dalla caduta.

[9]Camminerò alla presenza del Signore
sulla terra dei viventi.

[10]Alleluia.

Breve riflessione:

Il ricordo dei passati pericoli ci turba, gli innumerevoli aiuti ricevuti nella vita ci rinfrancano il cuore e siamo di nuovo pronti a lottare forti della preghiera, rivolta a Dio

Salmo 115 Rendimento di grazie nel tempio.

Ho creduto anche quando dicevo:

«Sono troppo infelice».

[11] Ho detto con sgomento:

«Ogni uomo è inganno».

[12] Che cosa renderò al Signore
per quanto mi ha dato?

[13] Alzerò il calice della salvezza
e invocherò il nome del Signore.

[14] Adempirò i miei voti al Signore,
davanti a tutto il suo popolo.

[15] Preziosa agli occhi del Signore
è la morte dei suoi fedeli.

[16] Sì, io sono il tuo servo, Signore,
io sono tuo servo, figlio della tua ancella;
hai spezzato le mie catene.

[17] A te offrirò sacrifici di lode
e invocherò il nome del Signore.

[18] Adempirò i miei voti al Signore
e davanti a tutto il suo popolo,

[19] negli atri della casa del Signore,
in mezzo a te, Gerusalemme.

Breve riflessione:

Ritroviamo il senso della gratitudine a Dio. Vogliamo servire il Signore compiendo la sua volontà, rispondendo alla sua benevolenza con lodi senza fine.

Salmo 116 invito a lodare Dio per il suo amore.

[1] Alleluia.

Lodate il Signore, popoli tutti,
voi tutte, nazioni, dategli gloria;

[2] perché forte è il suo amore per noi
e la fedeltà del Signore dura in eterno.

Breve riflessione:

E' un invito a lodare Dio, "perché forte è il suo amore per noi", per essere riconosciuti come figli suoi. Il Signore è amore, fedeltà e fa che tutti i popoli abbiano il desiderio di conoscerti, incontrarti e lodarti.

Salmo 117 Canti di gioia e di vittoria.

[1] Alleluia.

Celebrate il Signore, perché è buono;
perché eterna è la sua misericordia.

[2] Dica Israele che egli è buono:
eterna è la sua misericordia.

[3] Lo dica la casa di Aronne:
eterna è la sua misericordia.

[4] Lo dica chi teme Dio:
eterna è la sua misericordia.

[5] Nell'angoscia ho gridato al Signore,
mi ha risposto, il Signore, e mi ha tratto in salvo.

[6] Il Signore è con me, non ho timore;
che cosa può farmi l'uomo?

[7] Il Signore è con me, è mio aiuto,
sfiderò i miei nemici.

[8] E' meglio rifugiarsi nel Signore
che confidare nell'uomo.

[9] E' meglio rifugiarsi nel Signore
che confidare nei potenti.

[10] Tutti i popoli mi hanno circondato,
ma nel nome del Signore li ho sconfitti.

[11] Mi hanno circondato, mi hanno accerchiato,
ma nel nome del Signore li ho sconfitti.

[12] Mi hanno circondato come api,
come fuoco che divampa tra le spine,
ma nel nome del Signore li ho sconfitti.

[13] Mi avevano spinto con forza per farmi cadere,
ma il Signore è stato mio aiuto.

[14] Mia forza e mio canto è il Signore,
egli è stato la mia salvezza.

[15] Grida di giubilo e di vittoria,
nelle tende dei giusti:
la destra del Signore ha fatto meraviglie,
[16] la destra del Signore si è innalzata,
la destra del Signore ha fatto meraviglie.
[17] Non morirò, resterò in vita
e annunzierò le opere del Signore.
[18] Il Signore mi ha provato duramente,
ma non mi ha consegnato alla morte.
[19] Apritemi le porte della giustizia:
voglio entrarvi e rendere grazie al Signore.
[20] E' questa la porta del Signore,
per essa entrano i giusti.
[21] Ti rendo grazie, perché mi hai esaudito,
perché sei stato la mia salvezza.
[22] La pietra scartata dai costruttori
è divenuta testata d'angolo;
[23] ecco l'opera del Signore:
una meraviglia ai nostri occhi.
[24] Questo è il giorno fatto dal Signore:
rallegriamoci ed esultiamo in esso.
[25] Dona, Signore, la tua salvezza,
dona, Signore, la vittoria!
[26] Benedetto colui che viene nel nome del Signore.
Vi benediciamo dalla casa del Signore;
[27] Dio, il Signore è nostra luce.
Ordinate il corteo con rami frondosi
fino ai lati dell'altare.
[28] Sei tu il mio Dio e ti rendo grazie,
sei il mio Dio e ti esalto.
[29] Celebrate il Signore, perché è buono:
perché eterna è la sua misericordia.

Breve riflessione:

Non siamo soli, ma accompagnati da Dio che ci protegge dal male. Gesù è la porta stretta, difficile, sicura che illumina il nostro cammino.

Salmo 118 Meditazione della parola di Dio nella legge.

[1] Alleluia.

Beato l'uomo di integra condotta,
che cammina nella legge del Signore.

[2] Beato chi è fedele ai suoi insegnamenti
e lo cerca con tutto il cuore.

[3] Non commette ingiustizie,
cammina per le sue vie.

[4] Tu hai dato i tuoi precetti
perché siano osservati fedelmente.

[5] Siano diritte le mie vie,
nel custodire i tuoi decreti.

[6] Allora non dovrò arrossire
se avrò obbedito ai tuoi comandi.

[7] Ti loderò con cuore sincero
quando avrò appreso le tue giuste sentenze.

[8] Voglio osservare i tuoi decreti:
non abbandonarmi mai.

[9] Come potrà un giovane tenere pura la sua via?
Custodendo le tue parole.

[10] Con tutto il cuore ti cerco:
non farmi deviare dai tuoi precetti.

[11] Conservo nel cuore le tue parole
per non offenderti con il peccato.

[12] Benedetto sei tu, Signore;
mostrami il tuo volere.

[13] Con le mie labbra ho enumerato
tutti i giudizi della tua bocca.

[14] Nel seguire i tuoi ordini è la mia gioia
più che in ogni altro bene.

[15] Voglio meditare i tuoi comandamenti,

considerare le tue vie.

[16] Nella tua volontà è la mia gioia;
mai dimenticherò la tua parola.

[17] Sii buono con il tuo servo e avrò vita,
custodirò la tua parola.

[18] Aprimi gli occhi perché io veda
le meraviglie della tua legge.

[19] Io sono straniero sulla terra,
non nascondermi i tuoi comandi.

[20] Io mi consumo nel desiderio
dei tuoi precetti in ogni tempo.

[21] Tu minacci gli orgogliosi;
maledetto chi devia dai tuoi decreti.

[22] Allontana da me vergogna e disprezzo,
perché ho osservato le tue leggi.

[23] Siedono i potenti, mi calunniano,
ma il tuo servo medita i tuoi decreti.

[24] Anche i tuoi ordini sono la mia gioia,
miei consiglieri i tuoi precetti.

[25] Io sono prostrato nella polvere;
dammi vita secondo la tua parola.

[26] Ti ho manifestato le mie vie e mi hai risposto;
insegnami i tuoi voleri.

[27] Fammi conoscere la via dei tuoi precetti
e mediterò i tuoi prodigi.

[28] Io piango nella tristezza;
sollevami secondo la tua promessa.

[29] Tieni lontana da me la via della menzogna,
fammi dono della tua legge.

[30] Ho scelto la via della giustizia,
mi sono proposto i tuoi giudizi.

[31] Ho aderito ai tuoi insegnamenti, Signore,

che io non resti confuso.

[32] Corro per la via dei tuoi comandamenti,
perché hai dilatato il mio cuore.

[33] Indicami, Signore, la via dei tuoi decreti
e la seguirò sino alla fine.

[34] Dammi intelligenza, perché io osservi la tua legge
e la custodisca con tutto il cuore.

[35] Dirigimi sul sentiero dei tuoi comandi,
perché in esso è la mia gioia.

[36] Piega il mio cuore verso i tuoi insegnamenti
e non verso la sete del guadagno.

[37] Distogli i miei occhi dalle cose vane,
fammi vivere sulla tua via.

[38] Con il tuo servo sii fedele alla parola
che hai data, perché ti si tema.

[39] Allontana l'insulto che mi sgomenta,
poiché i tuoi giudizi sono buoni.

[40] Ecco, desidero i tuoi comandamenti;
per la tua giustizia fammi vivere.

[41] Venga a me, Signore, la tua grazia,
la tua salvezza secondo la tua promessa;

[42] a chi mi insulta darò una risposta,
perché ho fiducia nella tua parola.

[43] Non togliere mai dalla mia bocca la parola vera,
perché confido nei tuoi giudizi.

[44] Custodirò la tua legge per sempre,
nei secoli, in eterno.

[45] Sarò sicuro nel mio cammino,
perché ho ricercato i tuoi voleri.

[46] Davanti ai re parlerò della tua alleanza
senza temere la vergogna.

[47] Gioirò per i tuoi comandi

che ho amati.

[48] Alzerò le mani ai tuoi precetti che amo,
mediterò le tue leggi.

[49] Ricorda la promessa fatta al tuo servo,
con la quale mi hai dato speranza.

[50] Questo mi consola nella miseria:
la tua parola mi fa vivere.

[51] I superbi mi insultano aspramente,
ma non devìo dalla tua legge.

[52] Ricordo i tuoi giudizi di un tempo, Signore,
e ne sono consolato.

[53] M'ha preso lo sdegno contro gli empi
che abbandonano la tua legge.

[54] Sono canti per me i tuoi precetti,
nella terra del mio pellegrinaggio.

[55] Ricordo il tuo nome lungo la notte
e osservo la tua legge, Signore.

[56] Tutto questo mi accade
perché ho custodito i tuoi precetti.

[57] La mia sorte, ho detto, Signore,
è custodire le tue parole.

[58] Con tutto il cuore ti ho supplicato,
fammi grazia secondo la tua promessa.

[59] Ho scrutato le mie vie,
ho rivolto i miei passi verso i tuoi comandamenti.

[60] Sono pronto e non voglio tardare
a custodire i tuoi decreti.

[61] I lacci degli empi mi hanno avvinto,
ma non ho dimenticato la tua legge.

[62] Nel cuore della notte mi alzo a renderti lode
per i tuoi giusti decreti.

[63] Sono amico di coloro che ti sono fedeli

e osservano i tuoi precetti.

[64] Del tuo amore, Signore, è piena la terra;
insegnami il tuo volere.

[65] Hai fatto il bene al tuo servo, Signore,
secondo la tua parola.

[66] Insegnami il senno e la saggezza,
perché ho fiducia nei tuoi comandamenti.

[67] Prima di essere umiliato andavo errando,
ma ora osservo la tua parola.

[68] Tu sei buono e fai il bene,
insegnami i tuoi decreti.

[69] Mi hanno calunniato gli insolenti,
ma io con tutto il cuore osservo i tuoi precetti.

[70] Torpido come il grasso è il loro cuore,
ma io mi diletto della tua legge.

[71] Bene per me se sono stato umiliato,
perché impari ad obbedirti.

[72] La legge della tua bocca mi è preziosa
più di mille pezzi d'oro e d'argento.

[73] Le tue mani mi hanno fatto e plasmato;
fammi capire e imparerò i tuoi comandi.

[74] I tuoi fedeli al vedermi avranno gioia,
perché ho sperato nella tua parola.

[75] Signore, so che giusti sono i tuoi giudizi
e con ragione mi hai umiliato.

[76] Mi consoli la tua grazia,
secondo la tua promessa al tuo servo.

[77] Venga su di me la tua misericordia e avrò vita,
poiché la tua legge è la mia gioia.

[78] Siano confusi i superbi che a torto mi opprimono;
io mediterò la tua legge.

[79] Si volgano a me i tuoi fedeli

e quelli che conoscono i tuoi insegnamenti.

[80] Sia il mio cuore integro nei tuoi precetti,
perché non resti confuso.

[81] Mi consumo nell'attesa della tua salvezza,
spero nella tua parola.

[82] Si consumano i miei occhi dietro la tua promessa,
mentre dico: «Quando mi darai conforto?».

[83] Io sono come un otre esposto al fumo,
ma non dimentico i tuoi insegnamenti.

[84] Quanti saranno i giorni del tuo servo?
Quando farai giustizia dei miei persecutori?

[85] Mi hanno scavato fosse gli insolenti
che non seguono la tua legge.

[86] Verità sono tutti i tuoi comandi;
a torto mi perseguitano: vieni in mio aiuto.

[87] Per poco non mi hanno bandito dalla terra,
ma io non ho abbandonato i tuoi precetti.

[88] Secondo il tuo amore fammi vivere
e osserverò le parole della tua bocca.

[89] La tua parola, Signore,
è stabile come il cielo.

[90] La tua fedeltà dura per ogni generazione;
hai fondato la terra ed essa è salda.

[91] Per tuo decreto tutto sussiste fino ad oggi,
perché ogni cosa è al tuo servizio.

[92] Se la tua legge non fosse la mia gioia,
sarei perito nella mia miseria.

[93] Mai dimenticherò i tuoi precetti:
per essi mi fai vivere.

[94] Io sono tuo: salvami,
perché ho cercato il tuo volere.

[95] Gli empi mi insidiano per rovinarmi,

ma io medito i tuoi insegnamenti.

[96] Di ogni cosa perfetta ho visto il limite,
ma la tua legge non ha confini.

[97] Quanto amo la tua legge, Signore;
tutto il giorno la vado meditando.

[98] Il tuo precetto mi fa più saggio dei miei nemici,
perché sempre mi accompagna.

[99] Sono più saggio di tutti i miei maestri,
perché medito i tuoi insegnamenti.

[100] Ho più senno degli anziani,
perché osservo i tuoi precetti.

[101] Tengo lontano i miei passi da ogni via di male,
per custodire la tua parola.

[102] Non mi allontanano dai tuoi giudizi,
perché sei tu ad istruirmi.

[103] Quanto sono dolci al mio palato le tue parole:
più del miele per la mia bocca.

[104] Dai tuoi decreti ricevo intelligenza,
per questo odio ogni via di menzogna.

[105] Lampada per i miei passi è la tua parola,
luce sul mio cammino.

[106] Ho giurato, e lo confermo,
di custodire i tuoi precetti di giustizia.

[107] Sono stanco di soffrire, Signore,
dammi vita secondo la tua parola.

[108] Signore, gradisci le offerte delle mie labbra,
insegnami i tuoi giudizi.

[109] La mia vita è sempre in pericolo,
ma non dimentico la tua legge.

[110] Gli empì mi hanno teso i loro lacci,
ma non ho deviato dai tuoi precetti.

[111] Mia eredità per sempre sono i tuoi insegnamenti,

sono essi la gioia del mio cuore.

[112] Ho piegato il mio cuore ai tuoi comandamenti,
in essi è la mia ricompensa per sempre.

[113] Detesto gli animi incostanti,
io amo la tua legge.

[114] Tu sei mio rifugio e mio scudo,
spero nella tua parola.

[115] Allontanatevi da me o malvagi,
osserverò i precetti del mio Dio.

[116] Sostienimi secondo la tua parola e avrò vita,
non deludermi nella mia speranza.

[117] Sii tu il mio aiuto e sarò salvo,
gioirò sempre nei tuoi precetti.

[118] Tu disprezzi chi abbandona i tuoi decreti,
perché la sua astuzia è fallace.

[119] Consideri scorie tutti gli empi della terra,
perciò amo i tuoi insegnamenti.

[120] Tu fai fremere di spavento la mia carne,
io temo i tuoi giudizi.

[121] Ho agito secondo diritto e giustizia;
non abbandonarmi ai miei oppressori.

[122] Assicura il bene al tuo servo;
non mi opprimano i superbi.

[123] I miei occhi si consumano nell'attesa della tua
salvezza

e della tua parola di giustizia.

[124] Agisci con il tuo servo secondo il tuo amore
e insegnami i tuoi comandamenti.

[125] Io sono tuo servo, fammi comprendere
e conoscerò i tuoi insegnamenti.

[126] E' tempo che tu agisca, Signore;
hanno violato la tua legge.

[127] Perciò amo i tuoi comandamenti
più dell'oro, più dell'oro fino.

[128] Per questo tengo cari i tuoi precetti
e odio ogni via di menzogna.

[129] Meravigliosa è la tua alleanza,
per questo le sono fedele.

[130] La tua parola nel rivelarsi illumina,
dona saggezza ai semplici.

[131] Apro anelante la bocca,
perché desidero i tuoi comandamenti.

[132] Volgiti a me e abbi misericordia,
tu che sei giusto per chi ama il tuo nome.

[133] Rendi saldi i miei passi secondo la tua parola
e su di me non prevalga il male.

[134] Salvami dall'oppressione dell'uomo
e obbedirò ai tuoi precetti.

[135] Fà risplendere il volto sul tuo servo
e insegnami i tuoi comandamenti.

[136] Fiumi di lacrime mi scendono dagli occhi,
perché non osservano la tua legge.

[137] Tu sei giusto, Signore,
e retto nei tuoi giudizi.

[138] Con giustizia hai ordinato le tue leggi
e con fedeltà grande.

[139] Mi divora lo zelo della tua casa,
perché i miei nemici dimenticano le tue parole.

[140] Purissima è la tua parola,
il tuo servo la predilige.

[141] Io sono piccolo e disprezzato,
ma non trascuro i tuoi precetti.

[142] La tua giustizia è giustizia eterna
e verità è la tua legge.

[143] Angoscia e affanno mi hanno colto,
ma i tuoi comandi sono la mia gioia.

[144] Giusti sono i tuoi insegnamenti per sempre,
fammi comprendere e avrò la vita.

[145] T'invoco con tutto il cuore, Signore, rispondimi;
custodirò i tuoi precetti.

[146] Io ti chiamo, salvami,
e seguirò i tuoi insegnamenti.

[147] Precedo l'aurora e grido aiuto,
spero sulla tua parola.

[148] I miei occhi prevengono le veglie
per meditare sulle tue promesse.

[149] Ascolta la mia voce, secondo la tua grazia;
Signore, fammi vivere secondo il tuo giudizio.

[150] A tradimento mi assediano i miei persecutori,
sono lontani dalla tua legge.

[151] Ma tu, Signore, sei vicino,
tutti i tuoi precetti sono veri.

[152] Da tempo conosco le tue testimonianze
che hai stabilite per sempre.

[153] Vedi la mia miseria, salvami,
perché non ho dimenticato la tua legge.

[154] Difendi la mia causa, riscattami,
secondo la tua parola fammi vivere.

[155] Lontano dagli empi è la salvezza,
perché non cercano il tuo volere.

[156] Le tue misericordie sono grandi, Signore,
secondo i tuoi giudizi fammi vivere.

[157] Sono molti i persecutori che mi assalgono,
ma io non abbandono le tue leggi.

[158] Ho visto i ribelli e ne ho provato ribrezzo,
perché non custodiscono la tua parola.

[159] Vedi che io amo i tuoi precetti,
Signore, secondo la tua grazia dammi vita.

[160] La verità è principio della tua parola,
resta per sempre ogni sentenza della tua giustizia.

[161] I potenti mi perseguitano senza motivo,
ma il mio cuore teme le tue parole.

[162] Io gioisco per la tua promessa,
come uno che trova grande tesoro.

[163] Odio il falso e lo detesto,
amo la tua legge.

[164] Sette volte al giorno io ti lodo
per le sentenze della tua giustizia.

[165] Grande pace per chi ama la tua legge,
nel suo cammino non trova inciampo.

[166] Aspetto da te la salvezza, Signore,
e obbedisco ai tuoi comandi.

[167] Io custodisco i tuoi insegnamenti
e li amo sopra ogni cosa.

[168] Osservo i tuoi decreti e i tuoi insegnamenti:
davanti a te sono tutte le mie vie.

[169] Giunga il mio grido fino a te, Signore,
fammi comprendere secondo la tua parola.

[170] Venga al tuo volto la mia supplica,
salvami secondo la tua promessa.

[171] Scaturisca dalle mie labbra la tua lode,
poiché mi insegni i tuoi voleri.

[172] La mia lingua canti le tue parole,
perché sono giusti tutti i tuoi comandamenti.

[173] Mi venga in aiuto la tua mano,
poiché ho scelto i tuoi precetti.

[174] Desidero la tua salvezza, Signore,
e la tua legge è tutta la mia gioia.

[175] Possa io vivere e darti lode,
mi aiutino i tuoi giudizi.

[176] Come pecora smarrita vado errando;
cerca il tuo servo,
perché non ho dimenticato i tuoi comandamenti.

Breve riflessione:

Chi medita e prega troverà consolazione, perché chi ama Dio, non teme le difficoltà che incontrerà ed è saldo nella fede.

Salmo 119 Desiderio della pace minacciata dai malvagi.

[1] Canto delle ascensioni.

Nella mia angoscia ho gridato al Signore
ed egli mi ha risposto.

[2] Signore, libera la mia vita
dalle labbra di menzogna,
dalla lingua ingannatrice.

[3] Che ti posso dare, come ripagarti,
lingua ingannatrice?

[4] Frecce acute di un prode,
con carboni di ginepro.

[5] Me infelice: abito straniero in Mosoch,
dimoro fra le tende di Cedar!

[6] Troppo io ho dimorato
con chi detesta la pace.

[7] Io sono per la pace, ma quando ne parlo,
essi vogliono la guerra.

Breve riflessione:

L'operatore di pace è chi agisce in modo che ogni uomo possa trovare la vera pace, il dono di una vita serena è riservata a chi persevera nel compiere per amore la volontà divina.

Salmo 120 Il guardiano d'Israele.

[1] Canto delle ascensioni.

Alzo gli occhi verso i monti:

da dove mi verrà l'aiuto?

[2] Il mio aiuto viene dal Signore,
che ha fatto cielo e terra.

[3] Non lascerà vacillare il tuo piede,
non si addormenterà il tuo custode.

[4] Non si addormenterà, non prenderà sonno,
il custode d'Israele.

[5] Il Signore è il tuo custode,
il Signore è come ombra che ti copre,
e sta alla tua destra.

[6] Di giorno non ti colpirà il sole,
né la luna di notte.

[7] Il Signore ti proteggerà da ogni male,
egli proteggerà la tua vita.

[8] Il Signore veglierà su di te, quando esci e quando entri,
da ora e per sempre.

Breve riflessione:

Il Signore è il consolatore, il sostegno nella stanchezza, la difesa nei pericoli e sotto la sua guida possiamo giungere felicemente alla meta.

Salmo 121 Saluto a Gerusalemme.

[1] Canto delle ascensioni. Di Davide.

Quale gioia, quando mi dissero:
«Andremo alla casa del Signore».

[2] E ora i nostri piedi si fermano
alle tue porte, Gerusalemme!

[3] Gerusalemme è costruita
come città salda e compatta.

[4] Là salgono insieme le tribù,
le tribù del Signore,
secondo la legge di Israele,
per lodare il nome del Signore.

[5] Là sono posti i seggi del giudizio,
i seggi della casa di Davide.

[6] Domandate pace per Gerusalemme:
sia pace a coloro che ti amano,

[7] sia pace sulle tue mura,
sicurezza nei tuoi baluardi.

[8] Per i miei fratelli e i miei amici
io dirò: «Su di te sia pace!».

[9] Per la casa del Signore nostro Dio,
chiederò per te il bene.

Breve riflessione:

Gesù ha rinnovato l'umanità e l'ha affidata alla chiesa, donando la sua santa pace, affinché tutti un giorno possiamo raggiungerlo in paradiso.

Salmo 122 La fiducia del popolo è nel Signore.

[1] Canto delle ascensioni. Di Davide.

A te levo i miei occhi,
a te che abiti nei cieli.

[2] Ecco, come gli occhi dei servi
alla mano dei loro padroni;
come gli occhi della schiava,
alla mano della sua padrona,
così i nostri occhi sono rivolti al Signore nostro Dio,
finché abbia pietà di noi.

[3] Pietà di noi, Signore, pietà di noi,
già troppo ci hanno colmato di scherni,

[4] noi siamo troppo sazi
degli scherni dei gaudenti,
del disprezzo dei superbi.

Breve riflessione:

Abbandoniamoci a Dio, medico del corpo e dell'anima che fa di noi, degli uomini pronti a realizzare la sua volontà con bontà, amore e coraggio.

Salmo 123 Il nostro aiuto è nel nome del Signore.

[1] Canto delle ascensioni. Di Davide.

Se il Signore non fosse stato con noi,

- lo dica Israele -

[2] se il Signore non fosse stato con noi,
quando uomini ci assalirono,

[3] ci avrebbero inghiottiti vivi,
nel furore della loro ira.

[4] Le acque ci avrebbero travolti;
un torrente ci avrebbe sommersi,

[5] ci avrebbero travolti
acque impetuose.

[6] Sia benedetto il Signore,
che non ci ha lasciati,
in preda ai loro denti.

[7] Noi siamo stati liberati come un uccello
dal laccio dei cacciatori:

il laccio si è spezzato
e noi siamo scampati.

[8] Il nostro aiuto è nel nome del Signore
che ha fatto cielo e terra.

Breve riflessione:

Questo salmo è per noi fonte di tanta consolazione, perché Dio non abbandona chi si trova nelle prove della vita, affinché possiamo annunciare la sua onnipotenza e la tua grandezza.

Salmo 124 Il Signore custodisce il suo popolo.

[1] Canto delle ascensioni.

Chi confida nel Signore è come il monte Sion:
non vacilla, è stabile per sempre.

[2] I monti cingono Gerusalemme:
il Signore è intorno al suo popolo
ora e sempre.

[3] Egli non lascerà pesare lo scettro degli empi
sul possesso dei giusti,
perché i giusti non stendano le mani
a compiere il male.

[4] La tua bontà, Signore, sia con i buoni
e con i retti di cuore.

[5] Quelli che vanno per sentieri tortuosi
il Signore li accomuni alla sorte dei malvagi.

Pace su Israele!

Breve riflessione:

Abbandoniamoci con fiducia nel Signore, affinché ci protegga, ci impedisca di compiere il male, ci difenda dagli empi e dagli scandali dei cattivi.

Salmo 125 Dio nostra gioia e nostra speranza.

[1] Canto delle ascensioni.

Quando il Signore ricondusse i prigionieri di Sion,
ci sembrava di sognare.

[2] Allora la nostra bocca si aprì al sorriso,
la nostra lingua si sciolse in canti di gioia.

Allora si diceva tra i popoli:

«Il Signore ha fatto grandi cose per loro».

[3] Grandi cose ha fatto il Signore per noi,
ci ha colmati di gioia.

[4] Riconduci, Signore, i nostri prigionieri,
come i torrenti del Negheb.

[5] Chi semina nelle lacrime
mieterà con giubilo.

[6] Nell'andare, se ne va e piange,
portando la semente da gettare,
ma nel tornare, viene con giubilo,
portando i suoi covoni.

Breve riflessione:

saremo pieni di gioia, se perseveriamo nel seminare per il regno di Dio le opere di bene. E' la gioia del pellegrino che sperimenta quando si avvicina al Signore.

Salmo 126 Ogni fatica è vana senza il Signore.

[1] Canto delle ascensioni. Di Salomone.

Se il Signore non costruisce la casa,
invano vi faticano i costruttori.

Se il Signore non custodisce la città,
invano veglia il custode.

[2] Invano vi alzate di buon mattino,
tardi andate a riposare
e mangiate pane di sudore:

il Signore ne darà ai suoi amici nel sonno.

[3] Ecco, dono del Signore sono i figli,
è sua grazia il frutto del grembo.

[4] Come frecce in mano a un eroe
sono i figli della giovinezza.

[5] Beato l'uomo che ne ha piena la faretra:
non resterà confuso quando verrà a trattare
alla porta con i propri nemici.

Breve riflessione:

Senza l'aiuto e la benedizione di Dio, tutto cade nel vuoto.
"Perchè senza di me non potete far nulla". (Gv 15,5).
Cerchiamo la volontà del Signore, di metterla in pratica,
riconoscendo con umiltà i nostri limiti con molta fiducia in Lui.

Salmo 127 La pace di Dio nella famiglia fedele.

[1] Canto delle ascensioni.

Beato l'uomo che teme il Signore
e cammina nelle sue vie.

[2] Vivrai del lavoro delle tue mani,
sarai felice e godrai d'ogni bene.

[3] La tua sposa come vite feconda
nell'intimità della tua casa;
i tuoi figli come virgulti d'ulivo
intorno alla tua mensa.

[4] Così sarà benedetto l'uomo
che teme il Signore.

[5] Ti benedica il Signore da Sion!
Possa tu vedere la prosperità di Gerusalemme
per tutti i giorni della tua vita.

[6] Possa tu vedere i figli dei tuoi figli.
Pace su Israele!

Breve riflessione:

Una famiglia che vive secondo la volontà di Dio nell'unità,
nella pace è una sua benedizione e fa che tutti i familiari
crescano, vivono nel suo timore e nella sua luce.

Salmo 128 Rinasce la fiducia nel popolo provato.

[1] Canto delle ascensioni.

Dalla giovinezza molto mi hanno perseguitato,

- lo dica Israele -

[2] dalla giovinezza molto mi hanno perseguitato,
ma non hanno prevalso.

[3] Sul mio dorso hanno arato gli aratori,
hanno fatto lunghi solchi.

[4] Il Signore è giusto:
ha spezzato il giogo degli empi.

[5] Siano confusi e volgano le spalle
quanti odiano Sion.

[6] Siano come l'erba dei tetti:
prima che sia strappata, dissecca;

[7] non se ne riempie la mano il mietitore,
né il grembo chi raccoglie covoni.

[8] I passanti non possono dire:
«La benedizione del Signore sia su di voi,
vi benediciamo nel nome del Signore».

Breve riflessione:

Il cristiano provato, perseguitato, non si deve deprimere, ma con forza, coraggio e con il dono della grazia di Dio supererà le difficoltà della vita con il bene che trionferà sul male.

Salmo 129 Dal profondo a te grido.

[1] Canto delle ascensioni.

Dal profondo a te grido, o Signore;

[2] Signore, ascolta la mia voce.

Siano i tuoi orecchi attenti
alla voce della mia preghiera.

[3] Se consideri le colpe, Signore,
Signore, chi potrà sussistere?

[4] Ma presso di te è il perdono:
e avremo il tuo timore.

[5] Io spero nel Signore,
l'anima mia spera nella sua parola.

[6] L'anima mia attende il Signore
più che le sentinelle l'aurora.

[7] Israele attenda il Signore,
perché presso il Signore è la misericordia
e grande presso di lui la redenzione.

[8] Egli redimerà Israele
da tutte le sue colpe.

Breve riflessione:

Il "De profundis" esprime la miseria dell'uomo per i suoi peccati, unita alla piena fiducia nella Misericordia di Dio e nel suo amore; infondendo molta speranza particolarmente a quelli che piangono i loro defunti. Il Signore ascolta la supplica dei figli e li consola.

Salmo 130 Confidare in Dio come il Bimbo nella Madre.

[1] Canto delle ascensioni. Di Davide.

Signore, non si inorgoglisce il mio cuore
e non si leva con superbia il mio sguardo;
non vado in cerca di cose grandi,
superiori alle mie forze.

[2] Io sono tranquillo e sereno
come bimbo svezzato in braccio a sua madre,
come un bimbo svezzato è l'anima mia.

[3] Speri Israele nel Signore,
ora e sempre.

Breve riflessione:

Dio ci chiede la fiducia, l'umiltà, la mitezza di un bimbo e colui che si fa piccolo, servo raggiunge la santità. La perfezione consiste nel fare la volontà del Signore e nell'essere ciò che Egli vuole che fossimo.

Salmo 131 Le promesse divine fatte a Davide.

[1] Canto delle ascensioni.

Ricordati, Signore, di Davide,
di tutte le sue prove,

[2] quando giurò al Signore,
al Potente di Giacobbe fece voto:

[3] «Non entrerò sotto il tetto della mia casa,
non mi stenderò sul mio giaciglio,

[4] non concederò sonno ai miei occhi
né riposo alle mie palpebre,

[5] finché non trovi una sede per il Signore,
una dimora per il Potente di Giacobbe».

[6] Ecco, abbiamo saputo che era in Efrata,
l'abbiamo trovata nei campi di Iàar.

[7] Entriamo nella sua dimora,
prostriamoci allo sgabello dei suoi piedi.

[8] Alzati, Signore, verso il luogo del tuo riposo,
tu e l'arca della tua potenza.

[9] I tuoi sacerdoti si vestano di giustizia,
i tuoi fedeli cantino di gioia.

[10] Per amore di Davide tuo servo
non respingere il volto del tuo consacrato.

[11] Il Signore ha giurato a Davide
e non ritratterà la sua parola:

«Il frutto delle tue viscere
io metterò sul tuo trono!

[12] Se i tuoi figli custodiranno la mia alleanza
e i precetti che insegnerò ad essi,
anche i loro figli per sempre
sederanno sul tuo trono».

[13] Il Signore ha scelto Sion,

l'ha voluta per sua dimora:

[14] «Questo è il mio riposo per sempre;
qui abiterò, perché l'ho desiderato.

[15] Benedirò tutti i suoi raccolti,
sazierò di pane i suoi poveri.

[16] Rivestirò di salvezza i suoi sacerdoti,
esulteranno di gioia i suoi fedeli.

[17] Là farò germogliare la potenza di Davide,
preparerò una lampada al mio consacrato.

[18] Coprirò di vergogna i suoi nemici,
ma su di lui splenderà la corona».

Breve riflessione:

Stiamo aspettando il ritorno glorioso di Gesù, bisogna essere vigilanti, pronti “Vegliate dunque, perché non sapete né il giorno né l’ora”.(Mt 25,13). Vieni Signore e che possiamo dire con gioia ti abbiamo desiderato, perché siamo stati sempre accolti da Te.

Salmo 132 gioia dell'amore fraterno.

[1] Canto delle ascensioni. Di Davide.
Ecco quanto è buono e quanto è soave
che i fratelli vivano insieme!

[2] E' come olio profumato sul capo,
che scende sulla barba,
sulla barba di Aronne,
che scende sull'orlo della sua veste.

[3] E' come rugiada dell'Ermon,
che scende sui monti di Sion.
Là il Signore dona la benedizione
e la vita per sempre.

Breve riflessione:

L'amore fraterno si incarnò nella prima comunità cristiana, stavano insieme e tenevano ogni cosa in comune. Il Signore dà coraggio e forza per testimoniare il vero amore.

Salmo 133 Orazione notturna nel tempio.

[1] Canto delle ascensioni.

Ecco, benedite il Signore,
voi tutti, servi del Signore;
voi che state nella casa del Signore
durante le notti.

[2] Alzate le mani verso il tempio
e benedite il Signore.

[3] Da Sion ti benedica il Signore,
che ha fatto cielo e terra.

Breve riflessione:

Siamo chiamati a pregare sempre, una preghiera continua e incessante, come Gesù che passava spesso le notti in preghiera. Preghiamolo, lodiamolo, per ottenere la sua protezione e una vita serena.

Salmo 134 Lodate il Signore che opera meraviglie.

[1] Alleluia.

Lodate il nome del Signore,
lodatelo, servi del Signore,

[2] voi che state nella casa del Signore,
negli atri della casa del nostro Dio.

[3] Lodate il Signore: il Signore è buono;
cantate inni al suo nome, perché è amabile.

[4] Il Signore si è scelto Giacobbe,
Israele come suo possesso.

[5] Io so che grande è il Signore,
il nostro Dio sopra tutti gli dei.

[6] Tutto ciò che vuole il Signore,
egli lo compie in cielo e sulla terra,
nei mari e in tutti gli abissi.

[7] Fa salire le nubi dall'estremità della terra,
produce le folgori per la pioggia,
dalle sue riserve libera i venti.

[8] Egli percosse i primogeniti d'Egitto,
dagli uomini fino al bestiame.

[9] Mandò segni e prodigi
in mezzo a te, Egitto,
contro il faraone e tutti i suoi ministri.

[10] Colpì numerose nazioni
e uccise re potenti:

[11] Seon, re degli Amorrèi,
Og, re di Basan,
e tutti i regni di Cànnaan.

[12] Diede la loro terra in eredità a Israele,
in eredità a Israele suo popolo.

[13] Signore, il tuo nome è per sempre;

Signore, il tuo ricordo per ogni generazione.

[14] Il Signore guida il suo popolo,
si muove a pietà dei suoi servi.

[15] Gli idoli dei popoli sono argento e oro,
opera delle mani dell'uomo.

[16] Hanno bocca e non parlano;
hanno occhi e non vedono;

[17] hanno orecchi e non odono;
non c'è respiro nella loro bocca.

[18] Sia come loro chi li fabbrica
e chiunque in essi confida.

[19] Benedici il Signore, casa d'Israele;
benedici il Signore, casa di Aronne;

[20] Benedici il Signore, casa di Levi;
voi che temete il Signore, benedite il Signore.

[21] Da Sion sia benedetto il Signore.
che abita a Gerusalemme. Alleluia.

Breve riflessione:

E' un invito a tutti di lodare il Signore, perché è buono,
amabile ed è l'unico vero Dio. Lodiamolo per le meraviglie
operate, per l'amore dimostratoci con i suoi doni concessi.

Salmo 135 Inno pasquale.

[1] Alleluia.

Lodate il Signore perché è buono:
perché eterna è la sua misericordia.

[2] Lodate il Dio degli dei:
perché eterna è la sua misericordia.

[3] Lodate il Signore dei signori:
perché eterna è la sua misericordia.

[4] Egli solo ha compiuto meraviglie:
perché eterna è la sua misericordia.

[5] Ha creato i cieli con sapienza:
perché eterna è la sua misericordia.

[6] Ha stabilito la terra sulle acque:
perché eterna è la sua misericordia.

[7] Ha fatto i grandi luminari:
perché eterna è la sua misericordia.

[8] Il sole per regolare il giorno:
perché eterna è la sua misericordia;

[9] la luna e le stelle per regolare la notte:
perché eterna è la sua misericordia.

[10] Percosse l'Egitto nei suoi primogeniti:
perché eterna è la sua misericordia.

[11] Da loro liberò Israele:
perché eterna è la sua misericordia;

[12] con mano potente e braccio teso:
perché eterna è la sua misericordia.

[13] Divise il mar Rosso in due parti:
perché eterna è la sua misericordia.

[14] In mezzo fece passare Israele:
perché eterna è la sua misericordia.

[15] Travolse il faraone e il suo esercito nel mar Rosso:

perché eterna è la sua misericordia.
[16] Guidò il suo popolo nel deserto:
perché eterna è la sua misericordia.
[17] Percosse grandi sovrani
perché eterna è la sua misericordia;
[18] uccise re potenti:
perché eterna è la sua misericordia.
[19] Seon, re degli Amorrei:
perché eterna è la sua misericordia.
[20] Og, re di Basan:
perché eterna è la sua misericordia.
[21] Diede in eredità il loro paese;
perché eterna è la sua misericordia;
[22] in eredità a Israele suo servo:
perché eterna è la sua misericordia.
[23] Nella nostra umiliazione si è ricordato di noi:
perché eterna è la sua misericordia;
[24] ci ha liberati dai nostri nemici:
perché eterna è la sua misericordia.
[25] Egli dà il cibo ad ogni vivente:
perché eterna è la sua misericordia.
[26] Lodate il Dio del cielo:
perché eterna è la sua misericordia.

Breve riflessione:

E' il grande inno scelto dalla chiesa e cantato la notte di Pasqua. Dio si mostra Padre premuroso che da il cibo ad ogni vivente, cioè la sua parola e il suo corpo.

Salmo 136 Canto dell'esule.

[1] Sui fiumi di Babilonia,
là sedevamo piangendo
al ricordo di Sion.

[2] Ai salici di quella terra
appendemmo le nostre cetre.

[3] Là ci chiedevano parole di canto
coloro che ci avevano deportato,
canzoni di gioia, i nostri oppressori:
«Cantateci i canti di Sion!».

[4] Come cantare i canti del Signore
in terra straniera?

[5] Se ti dimentico, Gerusalemme,
si paralizzi la mia destra;

[6] mi si attacchi la lingua al palato,
se lascio cadere il tuo ricordo,
se non metto Gerusalemme
al di sopra di ogni mia gioia.

[7] Ricordati, Signore, dei figli di Edom,
che nel giorno di Gerusalemme,
dicevano: «Distruggete, distruggete
anche le sue fondamenta».

[8] Figlia di Babilonia devastatrice,
beato chi ti renderà quanto ci hai fatto.

[9] Beato chi afferrerà i tuoi piccoli
e li sbatterà contro la pietra.

Breve riflessione:

La ricerca e la sete continua di Dio ci fanno capire che siamo
in esilio su questa terra e che la nostra patria è il Paradiso.

Non temere di cantare i canti del Signore per diffondere il Vangelo.

Salmo 137 rendimento di grazie.

[1] Di Davide.

Ti rendo grazie, Signore, con tutto il cuore:
hai ascoltato le parole della mia bocca.

A te voglio cantare davanti agli angeli,

[2] mi prostro verso il tuo tempio santo.

Rendo grazie al tuo nome

per la tua fedeltà e la tua misericordia:

hai reso la tua promessa più grande di ogni fama.

[3] Nel giorno in cui t'ho invocato, mi hai risposto,
hai accresciuto in me la forza.

[4] Ti loderanno, Signore, tutti i re della terra
quando udranno le parole della tua bocca.

[5] Canteranno le vie del Signore,
perché grande è la gloria del Signore;

[6] eccelso è il Signore e guarda verso l'umile
ma al superbo volge lo sguardo da lontano.

[7] Se cammino in mezzo alla sventura
tu mi ridoni vita;

contro l'ira dei miei nemici stendi la mano
e la tua destra mi salva.

[8] Il Signore completerà per me l'opera sua.

Signore, la tua bontà dura per sempre:

non abbandonare l'opera delle tue mani.

Breve riflessione:

E' il salmo ideale di ringraziamento a Dio. Egli guarda gli umili che sono docili alla sua volontà, come lo fu Gesù a quella del Padre.

Salmo 138 Dio vede tutto.

[1] Al maestro del coro. Di Davide. Salmo.
Signore, tu mi scruti e mi conosci,
[2] tu sai quando seggo e quando mi alzo.
Penetri da lontano i miei pensieri,
[3] mi scruti quando cammino e quando riposo.
Ti sono note tutte le mie vie;
[4] la mia parola non è ancora sulla lingua
e tu, Signore, già la conosci tutta.
[5] Alle spalle e di fronte mi circondi
e poni su di me la tua mano.
[6] Stupenda per me la tua saggezza,
troppo alta, e io non la comprendo.
[7] Dove andare lontano dal tuo spirito,
dove fuggire dalla tua presenza?
[8] Se salgo in cielo, là tu sei,
se scendo negli inferi, eccoti.
[9] Se prendo le ali dell'aurora
per abitare all'estremità del mare,
[10] anche là mi guida la tua mano
e mi afferra la tua destra.
[11] Se dico: «Almeno l'oscurità mi copra
e intorno a me sia la notte»;
[12] nemmeno le tenebre per te sono oscure,
e la notte è chiara come il giorno;
per te le tenebre sono come luce.
[13] Sei tu che hai creato le mie viscere
e mi hai tessuto nel seno di mia madre.
[14] Ti lodo, perché mi hai fatto come un prodigio;
sono stupende le tue opere,
tu mi conosci fino in fondo.

[15] Non ti erano nascoste le mie ossa
quando venivo formato nel segreto,
intessuto nelle profondità della terra.

[16] Ancora informe mi hanno visto i tuoi occhi
e tutto era scritto nel tuo libro;
i miei giorni erano fissati,
quando ancora non ne esisteva uno.

[17] Quanto profondi per me i tuoi pensieri,
quanto grande il loro numero, o Dio;

[18] se li conto sono più della sabbia,
se li credo finiti, con te sono ancora.

[19] Se Dio sopprimesse i peccatori!
Allontanatevi da me, uomini sanguinari.

[20] Essi parlano contro di te con inganno:
contro di te insorgono con frode.

[21] Non odio, forse, Signore, quelli che ti odiano
e non detesto i tuoi nemici?

[22] Li detesto con odio implacabile
come se fossero miei nemici.

[23] Scrutami, Dio, e conosci il mio cuore,
provami e conosci i miei pensieri:

[24] vedi se percorro una via di menzogna
e guidami sulla via della vita.

Breve riflessione:

Dio può e vede tutto "Guidami sulla via della vita" solo Gesù potrà esaudire questa preghiera, perché ci conceda di vivere alla luce della verità e ci guidi lontani dalle menzogne.

Salmo 139 Tu sei il mio rifugio.

[1] Al maestro del coro. Salmo. Di Davide.

[2] Salvami, Signore, dal malvagio,
proteggimi dall'uomo violento,

[3] da quelli che tramano sventure nel cuore
e ogni giorno scatenano guerre.

[4] Aguzzano la lingua come serpenti;
veleno d'aspide è sotto le loro labbra.

[5] Proteggimi, Signore, dalle mani degli empi,
salvami dall'uomo violento:

essi tramano per farmi cadere.

[6] I superbi mi tendono lacci
e stendono funi come una rete,
pongono agguati sul mio cammino.

[7] Io dico al Signore: «Tu sei il mio Dio;
ascolta, Signore, la voce della mia preghiera».

[8] Signore, mio Dio, forza della mia salvezza,
proteggi il mio capo nel giorno della lotta.

[9] Signore, non soddisfare i desideri degli empi,
non favorire le loro trame.

[10] Alzano la testa quelli che mi circondano,
ma la malizia delle loro labbra li sommerge.

[11] Fà piovere su di loro carboni ardenti,
gettali nel bàratro e più non si rialzino.

[12] Il maldicente non duri sulla terra,
il male spinga il violento alla rovina.

[13] So che il Signore difende la causa dei miseri,
il diritto dei poveri.

[14] Sì, i giusti loderanno il tuo nome,
i retti abiteranno alla tua presenza.

Breve riflessione:

Questo salmo ci suggerisce di rispondere alle violenze, alle tentazioni, con docilità e amore, specialmente a quelli che ci perseguitano ingiustamente.

Salmo 140 Preghiera nel pericolo.

[1] Salmo. Di Davide.

Signore, a te grido, accorri in mio aiuto;
ascolta la mia voce quando t'invoco.

[2] Come incenso salga a te la mia preghiera,
le mie mani alzate come sacrificio della sera.

[3] Poni, Signore, una custodia alla mia bocca,
sorveglia la porta delle mie labbra.

[4] Non lasciare che il mio cuore si pieghi al male
e compia azioni inique con i peccatori:
che io non gusti i loro cibi deliziosi.

[5] Mi percuota il giusto e il fedele mi rimproveri,
ma l'olio dell'empio non profumi il mio capo;
tra le loro malvagità continui la mia preghiera.

[6] Dalla rupe furono gettati i loro capi,
che da me avevano udito dolci parole.

[7] Come si fende e si apre la terra,
le loro ossa furono disperse alla bocca degli inferi.

[8] A te, Signore mio Dio, sono rivolti i miei occhi;
in te mi rifugio, proteggi la mia vita.

[9] Preservami dal laccio che mi tendono,
dagli agguati dei malfattori.

[10] Gli empí cadono insieme nelle loro reti,
ma io passerò oltre incolume.

Breve riflessione:

E' la preghiera fiduciosa dell'uomo giusto che supplica Dio di preservarlo dal male. Il cristiano non deve disprezzare i peccatori, ma pregare per loro, affinché si pentano, si convertano e si salvino.

Salmo 141 sei il mio rifugio.

[1] Maskil. Di Davide, quando era nella caverna.
Preghiera.

[2] Con la mia voce al Signore grido aiuto,
con la mia voce supplico il Signore;

[3] davanti a lui effondo il mio lamento,
al tuo cospetto sfogo la mia angoscia.

[4] Mentre il mio spirito vien meno,
tu conosci la mia via.

Nel sentiero dove cammino
mi hanno teso un laccio.

[5] Guarda a destra e vedi:
nessuno mi riconosce.

Non c'è per me via di scampo,
nessuno ha cura della mia vita.

[6] Io grido a te, Signore;
dico: Sei tu il mio rifugio,
sei tu la mia sorte nella terra dei viventi.

[7] Ascolta la mia supplica:
ho toccato il fondo dell'angoscia.

Salvami dai miei persecutori
perché sono di me più forti.

[8] Strappa dal carcere la mia vita,
perché io renda grazie al tuo nome:
i giusti mi faranno corona
quando mi concederai la tua grazia.

Breve riflessione:

Questo è la nostra preghiera quando siamo perseguitati,
tentati, abbandonati, scoraggiati. Non abbiamo altro che Dio

e Lui ci libera dalle tristi situazioni in cui siamo. E' Lui solo il nostro unico vero amore.

Salmo 142 preghiera nella tribolazione.

[1] Salmo. Di Davide.

Signore, ascolta la mia preghiera,
porgi l'orecchio alla mia supplica,
tu che sei fedele,
e per la tua giustizia rispondimi.

[2] Non chiamare in giudizio il tuo servo:
nessun vivente davanti a te è giusto.

[3] Il nemico mi perseguita,
calpesta a terra la mia vita,
mi ha relegato nelle tenebre
come i morti da gran tempo.

[4] In me languisce il mio spirito,
si agghiaccia il mio cuore.

[5] Ricordo i giorni antichi,
ripenso a tutte le tue opere,
medito sui tuoi prodigi.

[6] A te protendo le mie mani,
sono davanti a te come terra riarsa.

[7] Rispondimi presto, Signore,
viene meno il mio spirito.

Non nascondermi il tuo volto,
perché non sia come chi scende nella fossa.

[8] Al mattino fammi sentire la tua grazia,
poiché in te confido.

Fammi conoscere la strada da percorrere,
perché a te si innalza l'anima mia.

[9] Salvami dai miei nemici, Signore,
a te mi affido.

[10] Insegnami a compiere il tuo volere,
perché sei tu il mio Dio.

Il tuo spirito buono
mi guidi in terra piana.

[11] Per il tuo nome, Signore, fammi vivere,
liberami dall'angoscia, per la tua giustizia.

[12] Per la tua fedeltà disperdi i miei nemici,
fà perire chi mi opprime,
poiché io sono tuo servo.

Breve riflessione:

Coloro che si sentono aridi, assetati chiedono l'aiuto e la consolazione del Signore e confidano in Lui al fine di presentarsi all'incontro con Dio senza temere il suo giudizio.

Salmo 143 Preghiera del re per la vittoria e per la pace.

[1] Di Davide.

Benedetto il Signore, mia roccia,
che addestra le mie mani alla guerra,
le mie dita alla battaglia.

[2] Mia grazia e mia fortezza,
mio rifugio e mia liberazione,
mio scudo in cui confido,
colui che mi assoggetta i popoli.

[3] Signore, che cos'è un uomo perché te ne curi?
Un figlio d'uomo perché te ne dia pensiero?

[4] L'uomo è come un soffio,
i suoi giorni come ombra che passa.

[5] Signore, piega il tuo cielo e scendi,
tocca i monti ed essi fumeranno.

[6] Le tue folgori disperdano i nemici,
lancia frecce, sconvolgili.

[7] Stendi dall'alto la tua mano,
scampami e salvami dalle grandi acque,
dalla mano degli stranieri.

[8] La loro bocca dice menzogne
e alzando la destra giurano il falso.

[9] Mio Dio, ti canterò un canto nuovo,
suonerò per te sull'arpa a dieci corde;

[10] a te, che dai vittoria al tuo consacrato,
che liberi Davide tuo servo.

Salvami dalla spada iniqua,

[11] liberami dalla mano degli stranieri;
la loro bocca dice menzogne
e la loro destra giura il falso.

[12] I nostri figli siano come piante

cresciute nella loro giovinezza;
le nostre figlie come colonne d'angolo
nella costruzione del tempio.

[13] I nostri granai siano pieni,
trabocchino di frutti d'ogni specie;
siano a migliaia i nostri greggi,
a miriadi nelle nostre campagne;

[14] siano carichi i nostri buoi.
Nessuna breccia, nessuna incursione,
nessun gemito nelle nostre piazze.

[15] Beato il popolo che possiede questi beni:
beato il popolo il cui Dio è il Signore.

Breve riflessione:

E' simile al Te Deum e Gesù ci insegna che Dio Padre si prende cura di noi, nonostante la nostra povertà e vuole che nessuno di noi si perda, anzi che possiamo prendere parte al suo regno di verità, grazia, giustizia, amore e pace.

Salmo 144 lode alla maestà divina.

[1] Lodi. Di Davide.

O Dio, mio re, voglio esaltarti
e benedire il tuo nome
in eterno e per sempre.

[2] Ti voglio benedire ogni giorno,
lodare il tuo nome
in eterno e per sempre.

[3] Grande è il Signore e degno di ogni lode,
la sua grandezza non si può misurare.

[4] Una generazione narra all'altra le tue opere,
annunzia le tue meraviglie.

[5] Proclamano lo splendore della tua gloria
e raccontano i tuoi prodigi.

[6] Dicono la stupenda tua potenza
e parlano della tua grandezza.

[7] Diffondono il ricordo della tua bontà immensa,
acclamano la tua giustizia.

[8] Paziente e misericordioso è il Signore,
lento all'ira e ricco di grazia.

[9] Buono è il Signore verso tutti,
la sua tenerezza si espande su tutte le creature.

[10] Ti lodino, Signore, tutte le tue opere
e ti benedicano i tuoi fedeli.

[11] Dicano la gloria del tuo regno
e parlino della tua potenza,

[12] per manifestare agli uomini i tuoi prodigi
e la splendida gloria del tuo regno.

[13] Il tuo regno è regno di tutti i secoli,
il tuo dominio si estende ad ogni generazione.

[14] Il Signore sostiene quelli che vacillano

e rialza chiunque è caduto.

[15] Gli occhi di tutti sono rivolti a te in attesa
e tu provvedi loro il cibo a suo tempo.

[16] Tu apri la tua mano
e sazi la fame di ogni vivente.

[17] Giusto è il Signore in tutte le sue vie,
santo in tutte le sue opere.

[18] Il Signore è vicino a quanti lo invocano,
a quanti lo cercano con cuore sincero.

[19] Appaga il desiderio di quelli che lo temono,
ascolta il loro grido e li salva.

[20] Il Signore protegge quanti lo amano,
ma disperde tutti gli empi.

[21] Canti la mia bocca la lode del Signore
e ogni vivente benedica il suo nome santo,
in eterno e sempre.

Breve riflessione:

Ci rivela un Dio tenero, misericordioso, vicino a quanti lo invocano. "Gesù è mite e umile di cuore".(Mt 11,29). Rialza chi è caduto e chi lo cerca con cuore sincero.

Salmo 145 beato chi spera nel Signore.

[1] Alleluia.

Loda il Signore, anima mia:

[2] Loderò il Signore per tutta la mia vita,
finché vivo canterò inni al mio Dio.

[3] Non confidate nei potenti,
in un uomo che non può salvare.

[4] Esala lo spirito e ritorna alla terra;
in quel giorno svaniscono tutti i suoi disegni.

[5] Beato chi ha per aiuto il Dio di Giacobbe,
chi spera nel Signore suo Dio,

[6] creatore del cielo e della terra,
del mare e di quanto contiene.

Egli è fedele per sempre,

[7] rende giustizia agli oppressi,
dà il pane agli affamati.

Il Signore libera i prigionieri,

[8] il Signore ridona la vista ai ciechi,
il Signore rialza chi è caduto,

il Signore ama i giusti,

[9] il Signore protegge lo straniero,
egli sostiene l'orfano e la vedova,
ma sconvolge le vie degli empi.

[10] Il Signore regna per sempre,
il tuo Dio, o Sion, per ogni generazione.

Breve riflessione:

E' una lode alla divina provvidenza che ci libera dalla schiavitù del peccato. Gesù è fedele, ci aiuta a superare le difficoltà, per raggiungerlo nella sua eterna gloria.

Salmo 146 pazienza e bontà del Signore.

[1] Alleluia.

Lodate il Signore:

è bello cantare al nostro Dio,
dolce è lodarlo come a lui conviene.

[2] Il Signore ricostruisce Gerusalemme,
raduna i dispersi d'Israele.

[3] Risana i cuori affranti
e fascia le loro ferite;

[4] egli conta il numero delle stelle
e chiama ciascuna per nome.

[5] Grande è il Signore, onnipotente,
la sua sapienza non ha confini.

[6] Il Signore sostiene gli umili
ma abbassa fino a terra gli empi.

[7] Cantate al Signore un canto di grazie,
intonate sulla cetra inni al nostro Dio.

[8] Egli copre il cielo di nubi,
prepara la pioggia per la terra,
fa germogliare l'erba sui monti.

[9] Provvede il cibo al bestiame,
ai piccoli del corvo che gridano a lui.

[10] Non fa conto del vigore del cavallo,
non apprezza l'agile corsa dell'uomo.

[11] Il Signore si compiace di chi lo teme,
di chi spera nella sua grazia.

[12] Alleluia.

Breve riflessione:

Il signore ci guarisce dal peccato e ci rivela la sua premura per ogni cosa che ha creato, perché grande è l'amore di Dio

per noi, da concederci la salvezza dell'anima e del corpo,
rendendoci partecipi della sua vita immortale.

Salmo 147 La Gerusalemme riedificata.

Glorifica il Signore, Gerusalemme,
loda il tuo Dio, Sion.

[13] Perché ha rinforzato le sbarre delle tue porte,
in mezzo a te ha benedetto i tuoi figli.

[14] Egli ha messo pace nei tuoi confini
e ti sazia con fior di frumento.

[15] Manda sulla terra la sua parola,
il suo messaggio corre veloce.

[16] Fa scendere la neve come lana,
come polvere sparge la brina.

[17] Getta come briciole la grandine,
di fronte al suo gelo chi resiste?

[18] Manda una sua parola ed ecco si scioglie,
fa soffiare il vento e scorrono le acque.

[19] Annunzia a Giacobbe la sua parola,
le sue leggi e i suoi decreti a Israele.

[20] Così non ha fatto con nessun altro popolo,
non ha manifestato ad altri i suoi precetti.

Alleluia.

Breve Riflessione:

L'infinito amore di Dio ci rende degni figli suoi, capaci di glorificarlo in questa vita e in quella che ci ha preparato nella gioia senza fine.

Salmo 148 Glorificazione di Dio Signore e creatore.

[1] Alleluia.

Lodate il Signore dai cieli,
lodatelo nell'alto dei cieli.

[2] Lodatelo, voi tutti, suoi angeli,
lodatelo, voi tutte, sue schiere.

[3] Lodatelo, sole e luna,
lodatelo, voi tutte, fulgide stelle.

[4] Lodatelo, cieli dei cieli,
voi acque al di sopra dei cieli.

[5] Lodino tutti il nome del Signore,
perché egli disse e furono creati.

[6] Li ha stabiliti per sempre,
ha posto una legge che non passa.

[7] Lodate il Signore dalla terra,
mostri marini e voi tutti abissi,

[8] fuoco e grandine, neve e nebbia,
vento di bufera che obbedisce alla sua parola,

[9] monti e voi tutte, colline,
alberi da frutto e tutti voi, cedri,

[10] voi fiere e tutte le bestie,
rettili e uccelli alati.

[11] I re della terra e i popoli tutti,
i governanti e i giudici della terra,

[12] i giovani e le fanciulle,
i vecchi insieme ai bambini

[13] lodino il nome del Signore:
perché solo il suo nome è sublime,
la sua gloria risplende sulla terra e nei cieli.

[14] Egli ha sollevato la potenza del suo popolo.
E' canto di lode per tutti i suoi fedeli,

per i figli di Israele, popolo che egli ama.
Alleluia.

Breve riflessione:

E' un invito a tutto il creato a lodare il Signore, perché ha operato con sapienza e amore, affinché la sua risurrezione possa portarci nella nostra vita il dono della vita eterna.

Salmo 149 Festa degli amici di Dio.

[1] Alleluia.

Cantate al Signore un canto nuovo;
la sua lode nell'assemblea dei fedeli.

[2] Gioisca Israele nel suo Creatore,
esultino nel loro Re i figli di Sion.

[3] Lodino il suo nome con danze,
con timpani e cetre gli cantino inni.

[4] Il Signore ama il suo popolo,
incorona gli umili di vittoria.

[5] Esultino i fedeli nella gloria,
sorgano lieti dai loro giacigli.

[6] Le lodi di Dio sulla loro bocca

e la spada a due tagli nelle loro mani,

[7] per compiere la vendetta tra i popoli
e punire le genti;

[8] per stringere in catene i loro capi,
i loro nobili in ceppi di ferro;

[9] per eseguire su di essi il giudizio già scritto:
questa è la gloria per tutti i suoi fedeli.

Alleluia.

Breve riflessione:

Il Signore riversa il suo amore sugli umili. Mettiamoci fra i fedeli che gioiscono per il nostro Padre creatore, per lodarlo in eterno.

Salmo 150 ogni vivente dia lode al Signore.

[1] Alleluia.

Lodate il Signore nel suo santuario,
lodatelo nel firmamento della sua potenza.

[2] Lodatelo per i suoi prodigi,
lodatelo per la sua immensa grandezza.

[3] Lodatelo con squilli di tromba,
lodatelo con arpa e cetra;

[4] lodatelo con timpani e danze,
lodatelo sulle corde e sui flauti.

[5] Lodatelo con cembali sonori,
lodatelo con cembali squillanti;
ogni vivente dia lode al Signore.

Alleluia.

Breve riflessione:

“A Dio la gloria nella chiesa, per tutte le generazioni nei secoli dei secoli! Amen”.(S. Paolo ef 4,21). Ti lodiamo e ti benediciamo sempre fino al giorno in cui ci chiamerai accanto a Te.

Cantico della beata vergine il Magnificat.(Luca 1,46-55).

«L'anima mia magnifica il Signore
e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore,
perché ha guardato l'umiltà della sua serva.
D'ora in poi tutte le generazioni mi chiameranno beata.
Grandi cose ha fatto in me l'Onnipotente
e Santo è il suo nome:
di generazione in generazione la sua misericordia
si stende su quelli che lo temono.
Ha spiegato la potenza del suo braccio,
ha disperso i superbi nei pensieri del loro cuore;
ha rovesciato i potenti dai troni,
ha innalzato gli umili;
ha ricolmato di beni gli affamati,
ha rimandato a mani vuote i ricchi.
Ha soccorso Israele, suo servo,
ricordandosi della sua misericordia,
come aveva promesso ai nostri padri,
ad Abramo e alla sua discendenza,
per sempre».

Breve riflessione:

E' il cantico con il quale Maria risponde al saluto di Elisabetta che la definisce beata per aver creduto alla parola di Dio. Ella diventa dimora del Messia e da una svolta decisiva al destino umano. Maria un cuore perduto in Dio, di cui contempla la potenza in difesa degli umili, dei poveri, dei bisognosi.

Cantico di Zaccaria. Il Benedictus.(Luca 1,68-79).

«Benedetto il Signore Dio d'Israele,
perché ha visitato e redento il suo popolo,
e ha suscitato per noi una salvezza potente
nella casa di Davide, suo servo,
come aveva promesso
per bocca dei suoi santi profeti d'un tempo:
salvezza dai nostri nemici,
e dalle mani di quanti ci odiano.
Così egli ha concesso misericordia ai nostri padri
e si è ricordato della sua santa alleanza,
del giuramento fatto ad Abramo, nostro padre,
di concederci, liberati dalle mani dei nemici,
di servirlo senza timore, 75in santità e giustizia
al suo cospetto, per tutti i nostri giorni.
E tu, bambino, sarai chiamato profeta dell'Altissimo
perché andrai innanzi al Signore a prepararargli le strade,
per dare al suo popolo la conoscenza della salvezza
nella remissione dei suoi peccati,
grazie alla bontà misericordiosa del nostro Dio,
per cui verrà a visitarci dall'alto un sole che sorge
per rischiarare quelli che stanno nelle tenebre
e nell'ombra della morte
e dirigere i nostri passi sulla via della pace».

Breve riflessione:

Zaccaria guarito dal mutismo, parla benedicendo e lodando Dio. Tutti siamo invitati a diventare amici, figli del Signore e non più servi. La missione dei cristiani: Preparare con la via della evangelizzazione la conversione, perché Dio verrà, non tarderà.

Cantico di Simeone. Il nunc dimittis.(Luca 2,29-32).

«Ora lascia, o Signore, che il tuo servo vada in pace secondo la tua parola; perché i miei occhi han visto la tua salvezza, preparata da te davanti a tutti i popoli, luce per illuminare le genti e gloria del tuo popolo Israele».

Breve riflessione:

Simeone uomo giusto e timorato di Dio adora e contempla la salvezza. Alla fedeltà e puntualità del Signore, Simeone risponde con la perseveranza e la fiducia in Gesù che non delude mai.

Te Deum.

Noi ti lodiamo, Dio
ti proclamiamo Signore.
O eterno Padre,
tutta la terra ti adora.
A te cantano gli angeli
e tutte le potenze dei cieli:
Santo, Santo, Santo
il Signore Dio dell'universo.
I cieli e la terra
sono pieni della tua gloria.
Ti acclama il coro degli apostoli
e la candida schiera dei martiri;
le voci dei profeti si uniscono nella tua lode;
la santa Chiesa proclama la tua gloria,
adora il tuo unico figlio,
e lo Spirito Santo Paraclito.
O Cristo, re della gloria,
eterno Figlio del Padre,
tu nascesti dalla Vergine Madre
per la salvezza dell'uomo.
Vincitore della morte,
hai aperto ai credenti il regno dei cieli.
Tu siedi alla destra di Dio, nella gloria del Padre.
Verrai a giudicare il mondo alla fine dei tempi.
Soccorri i tuoi figli, Signore,
che hai redento col tuo sangue prezioso.
Accoglici nella tua gloria
nell'assemblea dei santi.
Salva il tuo popolo, Signore,
guida e proteggi i tuoi figli.

Ogni giorno ti benediciamo,
lodiamo il tuo nome per sempre.
Degnati oggi, Signore,
di custodirci senza peccato.
Sia sempre con noi la tua misericordia:
in te abbiamo sperato.
Pietà di noi, Signore,
pietà di noi.
Tu sei la nostra speranza,
non saremo confusi in eterno.

Breve riflessione:

Si ringrazia Dio per i benefici ricevuti. Oltre alla gratitudine, contempla la creazione, l'adorazione della grandezza del Signore, la salvezza, con richiesta della sua protezione. E' Pregato o cantato dai cristiani liberi che temono, servono, lodano e ringraziano la santissima Trinità per i doni ricevuti.