

Inserto "Salmi tascabili"

Pregare con i Salmi. Da laici



Lectio divina dei Salmi 23, 63, 85, 16, 130 e 103 a cura di don Albino Dell'Eva

SOMMARIO

- 3 *Pregare con i Salmi. Da Laici*
- 4 *I Salmi, preghiera cristiana dal retrogusto ebraico*
- 8 *Il Salmo 23 "Tu sei con me"*
- 10 *Il Salmo 63 "Di te ha sete l'anima mia"*
- 12 *Il Salmo 85 "Rialzaci, Dio nostra salvezza"*
- 14 *Il Salmo 16 "Tu sei il mio Signore, senza di te non ho alcun bene"*
- 16 *Il Salmo 130 "Presso di te è il perdono" (De profundis)*
- 19 *Il Salmo 103 "Benedici il Signore, anima mia"*
- 22 *I Salmi, preghiera per laici... acrobati*

Con l'allegato "Un Salmo per ogni occasione" in formato tascabile

Presso la segreteria diocesana sono disponibili altre copie del testo

Segreteria Ac

via Borsieri, 7 - 38122 Trento
tel. 0461 260985 • fax 0461 233551
segreteria@azionecattolica.trento.it
www.azionecattolica.trento.it



La carta utilizzata per questo prodotto è stampata da Publistampa Arti Grafiche, azienda certificata FSC

Presentazione

“L’Azione cattolica propone l’interiorità come obiettivo e come cammino: apprezzare le dimensioni interiori della vita dà pienezza all’esistenza. Al tempo stesso, custodire l’interiorità è esercizio necessario per giungere ad una piena umanità”. (dal Progetto Formativo di Ac “Perché sia formato Cristo in voi).

La proposta formativa dell’Azione cattolica per dirsi tale non può non considerare e proporre la dimensione spirituale del laico. L’attenzione alla sua interiorità, al fornire opportunità di confronto con la Parola, con se stessi o con una guida spirituale per cercare, per delineare, per chiarire quanto la vita quotidiana ci pone in termini di scelte, di condivisioni e di impegno dentro la famiglia, la Chiesa e la comunità civile, è il concretizzarsi di un percorso che si articola e si sviluppa non solo attraverso date e modalità d’incontro, ma nell’agire dello Spirito e nel coinvolgimento di quanti vi partecipano.

Questo opuscolo vuole essere agile strumento, nella scia del percorso di spiritualità proposto e condiviso in quest’anno associativo (2009-2010) per continuare questo cammino formativo, singolarmente, in gruppo, nella comunità.

Sentitamente ringrazio il nostro assistente diocesano don Albino dell’Eva per la cura e la dedizione donate nel costruire e nel realizzare l’itinerario di spiritualità e la concretizzazione di questo opuscolo.

*Fabiola Andrighettoni
Presidente diocesana Ac*

Pregare con i Salmi. Da laici

I laici che pregano con i Salmi: battuta o reale possibilità? Non tutti potranno familiarizzare con il Breviario, ma con alcuni di essi perché no? Purché siano pochi e ben selezionati: brevi, orecchiabili e capaci nel loro insieme di coprire le più significative situazioni dell’esistenza.

Pregare

Perché pregare? Come pregare? Con che cosa pregare? Sono domande che ci portiamo dentro tutti, anche se magari è da una vita che tentiamo di declinare al meglio questo verbo tipico dell’esistenza credente nella concretezza dello scorrere di feste e stagioni. Forse non sempre i risultati sono soddisfacenti come auspicherebbero, e a momenti di fervore spirituale e di facilità nel metterci davanti al Signore seguono periodi di aridità, di malavoglia o addirittura di trascuratezza. Tutto questo però non incrina la convinzione che, o il nostro rapporto con il Signore si sostanzia anche di preghiera, di tempo trascorso in intimità e ascolto amoroso della sua Parola, oppure il nostro cristianesimo rischia di diventare ideologia, professione sterile di un credo senza verità e senza amore.

Per questo sono quanto mai propizi tutti quegli appuntamenti che in vario modo ci offrono la possibilità di una piccola pausa di ristoro per la nostra anima, come le giornate di spiritualità, i ritiri o gli esercizi. Non sempre però possiamo permetterci questi lussi e allora ci si può trovare a corto di energie, col fiato corto, costretti a

guardare da lontano non solo le vette, ma anche le colline e i dossi spirituali, nella frustrazione o nel tedio di una vita cristiana... da spiaggia. È allora che la preziosa arte del sapersi arrangiare può venirci in soccorso nell'escogitare soluzioni alternative più praticabili, come quella che mi ha suggerito la lettura di un testo del card. Carlo M. Martini sulla preghiera dei Salmi: *Quando pregate dite...*, Milano 1996.

Con i Salmi

Si tratta di un breve itinerario che si snoda in alcune tappe, in ciascuna della quali si offre la possibilità di una presa di contatto viva e profonda con un Salmo. Preghiere vecchie più di duemila anni, lontane da noi spesso anche per il linguaggio, oltre che per le immagini appartenenti ad una cultura molto diversa, i Salmi continuano ad avere una capacità sorprendente di interpretare l'animo umano, le sue ansie, le sue aspirazioni, i suoi dubbi, le sue gioie, le sue crisi di fede. Imparato a superare con un po' di sforzo gli ostacoli che inevitabilmente si possono trovare di fronte a testi così antichi, si può fare la gioiosa scoperta che «un salmo è la vita che prega. Ogni salmo è un'esistenza che loda, che geme, che invoca, che soffre, che edifica, che ama (...). E i salmi ci dicono che non c'è un frammento di cosmo da cui Dio sia assente. Jahvé abita nel bel centro della casa, tra frigorifero e tavola da apparecchiare, dove si ritrova la gente che vive, e chi prega i salmi, poco alla volta, conosce Dio, e si trasforma, fino a diventare il suo sensorio in questo mondo» (G. Cazzulani).

Da laici

In queste parole è nascosta la sfida che vogliamo assumere durante il cammino. Preghiera sequestrata per secoli dal clero e dai religiosi, rimasta ostaggio di una "casta" di esperti di preghiera e di fede, i Salmi in realtà sono stati scritti per tutti, anzi, secondo qualche studioso, forse addirittura soprattutto per i "laici" del popolo d'Israele. Perché allora non provare a farla tornare ad essere quella che è, cioè almeno preghiera anche per laici? Laici di oggi, naturalmente, e quindi preghiera che sa adattarsi ai loro ritmi di vita, interpretare il loro modo peculiare di vivere la fede e partecipare alla liturgia, innestarsi sulla loro condizione di cristiani immersi anima e corpo nelle realtà di questo nostro mondo così complesso.



Si tratta di ripetere a noi stessi quello che gli antichi ripetevano a se stessi, quando prendevano in mano la Sacra Scrittura: "*Res tua agitur*", si tratta di te! Anche quello che è scritto nei Salmi, pur venendo da molto lontano, è scritto per me, avendo a cuore anche la mia situazione. È una parola di Dio per me, per noi. Anzi, una parola che Dio stesso vuole mettere anche sulle mie labbra, sulle nostre labbra, per saperlo pregare degnamente, con le parole che tornano al suo cuore dopo essere da lì scaturite e aver preso casa almeno per un po' nella nostra umanità.

I Salmi, preghiera cristiana dal retrogusto ebraico

Saper trarre, come scribi sapienti, dal tesoro del Salterio cose antiche e cose nuove: ecco cosa significa pregare i Salmi da cristiani.

Che la preghiera dei Salmi sia innanzi tutto preghiera dell'antico popolo d'Israele è facilmente verificabile: il Salterio si trova nella prima parte della Bibbia cristiana, l'Antico Testamento, corrispondente alle Scritture ebraiche. Possiamo considerarla anche preghiera cristiana, a tutto gli effetti adatta per interpretare anche la fede dei discepoli del Signore Gesù, che interpellano il Padre suo e Padre nostro mossi dallo Spirito Santo?

Mi viene in mente la reazione un po' stizzita di un giovane dei gruppi parrocchiali di cui sono stato cappellano diversi anni fa, quando, davanti alla mia insistenza nel proporre queste preghiere negli incontri con i giovani, se ne uscì dicendo: «Nel frattempo ne abbiamo fatta di strada! Perché usare testi vecchi di più di duemila anni? Mancano forse preghiere scritte da autori di oggi per i giovani di oggi?». È a quel punto che capii che bisognava aiutarli ad "impossessarsi" cristianamente di quelle antiche preghiere ebraiche e proposi loro un cammino di iniziazione alla preghiera cristiana dei Salmi.

Perché preghiera anche cristiana?

Si potrebbe cominciare a rispondere richiamando il fatto che fin da subito i primi cristiani usarono i Salmi per esprimere la loro lode e le loro invocazioni al Padre del Signore nostro, Gesù Cristo. Anzi, fin da quei primi tempi la Chiesa ha fatto del Salterio il suo libro di preghiera e lo ha consegnato come tale alle comunità di tutti i luoghi, lingue e culture, lungo tutti i secoli, tanto da risultare il libro più letto dai cristiani, accanto ai Vangeli.

Ma questo è solo conseguenza di un fatto ancora più importante: Gesù stesso, da buon ebreo, ha pregato i Salmi secondo la tradizione liturgica del suo popolo. Ad essi lo ha certamente introdotto Maria, sua madre, che nel "*Magnificat*" intesse un cantico pieno di reminescenze salmiche. D'altra parte, i Vangeli testimoniano che Gesù li conosceva molto bene, essendo il libro dell'Antico Testamento da lui in assoluto più citato per illustrare la propria missione e il mistero della propria persona. La testimonianza più alta ci è offerta dalle ultime ore della sua vita, in cui la preghiera al Padre assume toni drammatici e si nutre ancora una volta di Salmi, come al Getsemani («La mia anima è triste fino a morire», dai *Sal* 42,6.12 e 43,5) o sulla croce («Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?», dal *Sal* 22,2) o nell'ultimo grido verso Dio («Padre, nelle tue mani consegno il mio spirito», dal *Sal* 31,6). Questi esempi ci fanno pensare che tutta la preghiera di Gesù deve esser stata una citazione continua di Salmi, chiamati ad interpretare, certamente in modo libero e personalizzato, le diverse situazioni che egli ha vissuto nei suoi giorni

terreni, in compagnia delle donne e degli uomini del suo tempo.

A questo punto qualcuno potrebbe obiettare: «Allora preghiamo i Salmi per imitare Cristo?», cioè alla fine per ragioni un po' esterne. In verità c'è una motivazione ben più profonda, che potremmo chiamare cristologica: essendo Gesù per i cristiani il Messia, l'unto promesso da Dio, da sempre atteso in Israele, anche i Salmi parlano di lui, come ogni altro libro dell'Antico Testamento: queste antiche composizioni poetiche trovano in lui il compimento di ogni attesa messianica, di cui si fanno massima espressione, il termine di ogni desiderio umano di salvezza, di cui si fanno carico in modo eminente. Ne sono ben coscienti gli autori del Nuovo Testamento, come Luca che nel suo vangelo testimonia di Gesù risorto intento a spiegare che bisognava che si compissero «tutte le cose scritte su di me nella legge di Mosè, nei Profeti e nei Salmi» (Lc 24,44).

Dunque i Salmi e molti loro passaggi un po' misteriosi ricevono luce dalla vita e dal mistero di sofferenza, morte e risurrezione di Gesù, perché in lui si compiono; ma anche viceversa: tutta la vicenda di Gesù è illuminata dalle profezie in essi contenute. Così ad esempio stava scritto nel *Sal* 16,10: « non abbandonerai la mia vita negli inferi, né permetterai che il tuo Santo subisca la corruzione», e la prima predicazione di Pietro riconosce in Gesù Cristo, risorto da Dio, il soggetto di quell'antico passo (cf. *At* 2,31).

Non c'è dunque da stupirci se i Salmi sono passati dalla sinagoga alla chiesa. Paolo per primo incoraggia i suoi ad usarli: «Con ogni sapienza istruitevi e ammonitevi a vicenda con *Salmi*, inni e canti ispirati, con gratitudine, cantando a Dio nei vostri cuori» (*Col* 3,16).

I Padri della Chiesa, cioè i primi scrittori cristiani dopo l'epoca apostolica, spesso vescovi e patriarchi, ci offrono molte testimonianze del nuovo modo di pregare i Salmi in riferimento a Cristo e alla sua Chiesa. Su tutti s'impone s. Agostino, che spesso ha fatto dei Salmi tema di predicazione popolare e che probabilmente come nessun altro ha saputo penetrarne il senso cristiano. Un esempio per tutti può essere preso dalla sua Esposizione sul famoso Salmo 23 (*Il Signore è il mio pastore*). Commentando i primi due versetti, afferma che l'orante è la Chiesa che sta parlando a Cristo: «*Il Signore mi conduce al pascolo, e niente mi mancherà*, il Signore Gesù Cristo è il mio pastore e niente mi mancherà. *Nel luogo del pascolo ivi mi ha collocato*. Conducendomi alla fede, nel luogo del pascolo incipiente, ivi, per nutrirmi mi ha collocato. Presso acque refrigeranti mi nutre. Mi ha nutrito con l'acqua del battesimo, in cui sono ristorati quanti hanno perduto l'innocenza e il vigore».

Mai da soli

Chi prega i Salmi come discepolo del Signore, è chiamato a coltivare in sé la consapevolezza di essere profondamente unito a Gesù Cristo: lui infatti «è presente quando la Chiesa supplica e salmeggia» (*Sacrosanctum Concilium*, 7). Più precisamente, la preghiera dei Salmi, soprattutto quando è espressa dalla comunità cri-

stiana nella liturgia, «è veramente la voce della Sposa stessa che parla allo Sposo, anzi è la preghiera del Cristo [Capo], che in unione al suo Corpo, eleva al Padre» (ivi, 84.85). Sant'Agostino aveva già magistralmente espresso questa verità: quando, pregando, parliamo con Dio, in realtà è il Signore nostro Gesù Cristo «che prega per noi, prega in noi ed è pregato da noi. Prega per noi come nostro sacerdote, prega in noi come nostro capo, è pregato da noi come nostro Dio. Riconosciamo dunque in lui le nostre voci e le sue voci in noi».

Da qui la regola fondamentale per i cristiani che pregano con i Salmi e che il nostro Rosmini esprime così nelle sue *Operette spirituali*: «A recitare utilmente i Salmi, conviene che il fedele si conformi ai sentimenti della Chiesa: li reciti insieme colla Chiesa, come un membro della Chiesa stessa. In tal maniera queste ispirate preghiere egli non le recita da sé solo, ma unitamente a tutto il corpo de' fedeli: è questo corpo che unito al suo capo Gesù Cristo prega quasi con altrettante bocche quanti sono i singoli fedeli».

La regola d'oro: superare il nostro io

La coscienza della nostra unione con Cristo e con la Chiesa ci porta così a pregare i Salmi uscendo dal guscio, spesso angusto, del nostro io. Essi ci costringono a far nostri i sentimenti e le necessità di Cristo presente nelle sue membra liete o bisognose, dubbiose o fiduciose. Tra l'altro, è un modo elegante per superare le tipiche difficoltà in cui si trova alle volte chi recita Lodi o Vespri, dove i Salmi non li sceglie il singolo, ma gli sono proposti: «Se ciascuno tiene presente questa dottrina, svaniscono le difficoltà, che chi salmeggia potrebbe avere per la differenza del suo stato d'animo da quello espresso nel salmo, come accade quando



chi è triste e nell'angoscia incontra un salmo di giubilo, o, al contrario, è felice e si trova di fronte a un canto di lamentazione» (*Principi e Norme*, 108). Chi prega unito a Cristo e alla Chiesa trova sempre un motivo di gioia o di tristezza, vivendo in prima persona l'invito di Paolo: «Rallegratevi con quelli che sono nella gioia, piangete con quelli che sono nel pianto» (*Rm* 12,15).

Come pregare dunque i Salmi da cristiani? Né semplicemente come se in essi parlasse il popolo ebraico, né semplicemente come se in essi parlasse il Cristo, né semplicemente come se narrassero la mia vita, o quella della Chiesa. «Non esiste un "semplicemente". Il testo è tutti questi anelli presi insieme, intrecciati tra loro e formanti una catena. Colui che recita i Salmi può cambiare anello quando vuole, esercitandosi così a percorrere la catena» (P. Beauchamp).

SALMO 23 (22)

“Tu sei con me” Un antidoto all’ansia

È certamente uno dei salmi più conosciuti, pregati, studiati. Perché? Forse per la sua in-negabile capacità di suscitare e rinvigorire la fiducia nel Signore, sempre a rischio di tie-pidezza, ma indispensabile come l’aria quando i giorni si fanno cattivi..

Salmo 23

- ¹ 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.

Il primo Salmo da imparare a memoria, il primo che potrebbe costituire il contenuto di una specie di “cassetta degli attrezzi” per la preghiera quotidiana, potrebbe essere il n. 23 (22 secondo la numerazione liturgica). Nelle rime intense e dolci di questa poesia religiosa si sono rispecchiati fior di letterati, come lo scrittore francese Julien Green, che in *Partir avant le jour* (1962) scriveva: «Queste frasi così semplici si insediaronno senza difficoltà nella mia memoria. Vedevo il pastore, vedevo la valle dell’ombra di morte, vedevo la tavola imbandita. Era il vangelo in piccolo. Quante volte, nelle ore d’angoscia, mi sono ricordato del bastone confortante che evita il pericolo. Ogni giorno reci-

tavo questo piccolo poema profetico di cui non si esauriranno mai le ricchezze». Ma in essa hanno trovato ispirazione anche i derelitti delle nostre moderne metropoli, come nel caso della drammatica dissacrazione del testo ad opera di un giovane drogato del quartiere afro-americano di Harlem, a New York: «L’eroina è il mio pastore, ne avrò sempre bisogno. Mi fa riposare nei ruscelli, mi conduce ad una dolce demenza, distrugge la mia anima. Mi conduce sulla strada dell’inferno per amore del suo nome. Sì, anche se camminassi nella valle dell’ombra della morte, non temerei alcun male, perché la droga è con me. La mia siringa e il mio ago mi portano conforto...».

La fiducia, prima di tutto

Nell’uno e nell’altro caso, anche se da due esperienze diametralmente opposte, si coglie la straordinaria capacità di questo Salmo di infondere fiducia e quindi abbandono, pace e sicurezza. Non per niente gli esegeti lo classificano (genere letterario) come tipico “Salmo di fiducia”. I due simboli principali attorno a cui ruota la preghiera calma e ispirata del pio israelita lo confermano pienamente: il pasto-

re (vv. 1-4: “Il Signore è il mio pastore, non manco di nulla”) e colui che ci invita a cena trattandoci regalmente e facendoci rimanere con sé (vv. 5-6: “Davanti a me tu prepari una mensa...”), entrambi identificati nel Signore Dio. Per questo molti preferiscono sostituire il classico titolo che si dà a questo Salmo, *Il Signore è il mio pastore*, con il più indovinato *Tu sei con me*.

Per far risaltare tutta la forza nascosta dietro le parole calme di questo Salmo e che l'abitudine della recita rischia di far svanire, conviene individuare le azioni riferite al Signore e successivamente quelle attribuite all'altro protagonista, che è l'orante. Quelle del Signore sono ben nove: egli è mio pastore; mi fa riposare; mi conduce; mi rinfranca; mi guida; è con me; mi dà sicurezza; prepara una mensa; mi cosparge di olio il capo. L'immagine sintetica che emerge da questi molti “nomi” con cui ci si rivolge a Dio è la cura: Dio è colui che si prende cura di me, disinteressatamente, senza condizioni, sempre e comunque, al di là di qualsiasi apparenza contraria.

Di fronte a questo Dio stanno le espressioni di fiducia dell'orante, di me che mi sento oggetto delle sue attenzioni... materne: non manco di nulla, non temo alcun male; canto commosso che il mio calice trabocca, che sento la felicità e la grazia come compagne di vita; proclamo la certezza di abitare nella casa del Signore non un giorno, ma per sempre.

Quasi un ansiolitico

Di fronte a queste parole rassicuranti e al messaggio di fiducia che esse veicolano, stanno spesso i nostri cuori abitati da tutt'altra condizione psicologica e spesso anche spirituale. Figli di una società sempre più veloce, facciamo continuamente i conti con le nostre incapacità a sostenere il ritmo impressionante degli affari, delle comunicazioni, degli incontri, degli affetti... La perdita più drammatica è quella della stabilità e della profondità, costretti come siamo a stare sempre in superfic-



cie. Aumentano così l'insoddisfazione, l'insicurezza, fino a sfociare spesso in ansia e angoscia. Parallelamente cresce anche il nostro bisogno urgente di rassicurazione: per noi, per il domani che ci attende, per le nostre relazioni, capacità, progetti...

A questo proposito, il card. Martini considera il Salmo 23 «una medicina salutare, consolante, divina, efficace per tutte le ansietà del cuore umano. E una splendida preghiera da ripetere nella fede, davanti a Gesù: “Signore, io non manco di nulla davanti a te; tu sei con me, mi rassicuri, mi fai abitare nella tua casa”». Quasi un ansiolitico divino, che non toglie nulla all'efficacia, e certe volte alla necessità, dei Tavoli di questo mondo.

**SALMO
63 (62)**

“Di te ha sete l'anima mia”

Una mistica per tutti

Il pericolo per tutti è quello di adagiarsi nel grigiore di una religiosità moralistica o spiritualistica. Le preghiere bibliche hanno le carte in regola per rimetterci con i piedi per terra, senza rinunciare alla gioia di riempirci gli occhi e il cuore di cielo.

Salmo 63

- ¹ *Salmo. Di Davide, quando era nel deserto di Giuda.*
- ² O Dio, tu sei il mio Dio, dall'aurora io ti cerco, ha sete di te l'anima mia, desidera te la mia carne, in terra arida, assetata, senz'acqua.
- ³ Così nel santuario ti ho contemplato, guardando la tua potenza e la tua gloria.
- ⁴ Poiché il tuo amore vale più della vita, le mie labbra canteranno la tua lode.
- ⁵ Così ti benedirò per tutta la vita: nel tuo nome alzerò le mie mani.
- ⁶ Come saziato dai cibi migliori, con labbra gioiose ti loderà la mia bocca.
- ⁷ Quando nel mio letto 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: la tua destra mi sostiene.
- ¹⁰ Ma quelli che cercano di rovinarmi sprofondino sotto terra,
- ¹¹ siano consegnati in mano alla spada, divengano preda di sciacalli.
- ¹² Il re troverà in Dio la sua gioia; si glorierà chi giura per lui, perché ai mentitori verrà chiusa la bocca.

Ancora sulla “laicità” dei Salmi

Se sant'Agostino poteva affermare «*Psalterium meum, gaudium meum*», manifestando così tutta la predilezione per la preghiera salmica di un teologo, pastore e mistico della sua statura, sant'Ambrogio, suo padre nella fede, volendo descrivere le ondate canore di uomini, donne, bambini e vergini consacrate che popolavano la sua chiesa di Milano cantando i Salmi, le raffigurava come «maestoso ondeggiare dei flutti dell'oceano». Questo a dimostrazione del fatto che il gusto, quasi mistico, di lasciarsi ospitare dalla millenaria preghiera contenuta in questi testi sacri, era a quel tempo molto più comune di quello che possiamo immaginare, ben distribuito dallo Spirito Santo ai sensi spirituali di chi presiedeva le liturgie come di chi vi partecipava da semplice fedele.

È la loro medesima natura di preghiera, cioè di parola dell'uomo rivolta a Dio, che li fa essere di tutti e per tutti, quindi testi laici per i laici, prima ancora che re-

ligiosi per i religiosi. Lo affermava del resto già il riformatore Calvino: «Non c'è sentimento dell'uomo che non sia qui rappresentato come in uno specchio», e più recentemente il saggista ebreo A. Chouraqui: «Il Salterio narra la storia di tutti».

Il canto dell'amore mistico

A proposito di “gusto mistico”, ci sono alcuni Salmi che sembrano esser stati composti appositamente per i mistici di tutti i tempi. Tra questi va annoverato certamente il n. 63 (62 secondo la numerazione liturgica), che qualche studioso ha definito “canto dell'amore mistico”. E ne ha ben donde, se consideriamo l'intensità dell'anelito a

Dio che lo attraversa da cima a fondo, fin quasi allo spasmo. La cifra che più lo riassume è quella del “desiderio”, qui considerato ben più che un sentimento, passando non solo attraverso il luogo instabile del cuore, ma anche quello cristallino dell’anima e carnale del corpo (v. 2), e animando di sé la vita e il tempo (v. 5). Chi lo prega è uno spasimante, un follemente innamorato di Dio. Basta scorrere i vari versetti per riconoscere immediatamente la “condizione amorosa” di colui che sta pregando: ti cerco, anelo a te, di te ho sete, senza di te sono una terra deserta, arida e priva di acqua; vorrei vederti, stringermi a te, appoggiarmi a te per saziarmi; mi ricordo di te anche di notte, salto di gioia per te, ti lodo e ti benedico. Per questo, dopo i mistici, sono gli innamorati i più adatti a comprendere questo testo, perché vi si trovano le medesime espressioni, immagini e perfino contenuti che abitano il loro linguaggio e i loro gesti sponsali.



Pur nella spontaneità di una dichiarazione d’amore, il testo presenta un certo ordine di fondo, che ci aiuta a comprendere il viaggio spirituale dell’orante. Possiamo definire la prima parte (vv. 2-4) il “*canto della sete di Dio*”, in quanto le immagini fondamentali sono l’arsura, l’acqua, la terra arida. In essa è evocato anche il tema della ricerca e del cammino, resi così difficili dalle asperità del deserto in cui si trova ora il protagonista. La seconda parte (vv. 5-9) è il “*canto della fame di Dio*”: vi si parla di sazietà, di un convito e della gioia di parteciparvi. Il medesimo anelito è dunque espresso con l’immagine della fame, ma qui l’orante sembra quasi pre-gustare il suo appagamento, a motivo dell’intimità amorosa che egli già vive con il suo Dio (labbra, bocca, letto, sogno...). Infine la terza parte (vv. 10-12), cioè il “*canto del giudizio di Dio*”. Essa è stata estromessa dall’uso liturgico, a motivo delle sue immagini violente (spada, sciacalli) e del giudizio senza misericordia espresso dal salmista verso i suoi persecutori («sprofondino sotto terra, passati a fil di spada, consegnati agli sciacalli»). Emerge dunque il tema della lotta, sostenuta dalla speranza nella vittoria finale, perché «chi ha vissuto la sete di Dio e si è dissetato, chi ha vissuto la fame di Dio e si è saziato, vince sui suoi nemici» (*card. Martini*).

Contro il logorio di una mistica evanescente

Il contrasto stridente della chiusura con il resto del Salmo può dar fastidio e risultare incomprensibile, ma a ben vedere è ciò che dà maggior realismo al Salmo. Esso ci costringe a tornare con i piedi per terra e a collocare il salmista in un paesaggio mol-

to concreto: il re Davide, secondo l'indicazione del v. 1, costretto a rifugiarsi nel deserto di Giuda perché braccato dall'invidioso re Saul (cf. *1 Sam 22-26*). Desidera riposo e pace, ma soprattutto stare finalmente di nuovo nel tempio con Dio, col suo tutto, del cui desiderio arde fino a bruciare, con un'intensità che supera di gran lunga l'arsura che gli tormenta la gola e i morsi della fame che gli serrano lo stomaco. Mi sembra la più bella definizione di mistico e di mistica: non esperienza eterea di pochi, separati dal mondo e dalle sue seduzioni, preservati da fatiche e lotte; ma gente come noi, che suda sette camice per tentare di salire la montagna di Dio e che ha spesso l'impressione di ritrovarsi sempre da capo, di nuovo giù, in mezzo al deserto, braccati dai fantasmi che ci portiamo dentro e assediati da fami e seti tutt'altro che divine. Ma basta anche un Salmo come questo per ritrovare se stessi, per suscitare in noi nuovi impeti amorosi o solo la nostalgia per quelli già vissuti. Sì, potrebbe bastare anche solo il Salmo 63 per farci sentire tutti un po' più mistici, desiderosi di sentirci dissetati da Dio o almeno resi ancora affamati di Lui.

SALMO 85 (84)

"Rialzaci, Dio nostra salvezza" Quando le nostre comunità sono a corto di ossigeno

"Sognare da soli è solo un sogno. Sognare insieme è l'inizio della realtà", recita un noto adagio. E se anche Dio sognasse con noi? I Salmi ce lo assicurano, ridestando nelle nostre comunità la voglia di sognare insieme a Lui.

Sarebbe inutile parlare di Salmi per laici e dei laici se, leggendoli, pregandoli e meditando, non provassimo a rintracciare quegli elementi in cui vediamo rispecchiate la nostra vita concreta, le nostre relazioni significative, le nostre responsabilità quotidiane verso Dio e verso gli altri; in altre parole a scoprire che in essi scorrono la nostra storia e le nostre giornate. E siccome anche la vita dei laici si annoda attorno a legami comunitari, allo stesso modo dei sacerdoti e dei religiosi, pur se in forme diverse (famiglia, parrocchia, associazione, comunità civile...), viene il momento di cercare quei Salmi (e sono molti) in cui l'io dell'orante è in realtà un io collettivo: l'assemblea sinagogale, quella del tempio di Gerusalemme, il popolo chiamato a rinnovare l'alleanza con il Signore, la nazione fisicamente in diaspora tra le altre nazioni ma spiritualmente riunita nella medesima fede e tradizione dei Padri.

Se un popolo smette di sognare

Il Salmo 85 è uno di questi. Balza infatti subito agli occhi quel plurale "noi", che si pone come soggetto di molti versetti.

Salmo 85

¹ *Al maestro del coro. Dei figli di Core.
Salmo.*

- ² Sei stato buono, Signore,
con la tua terra,
hai ristabilito la sorte di Giacobbe.
- ³ Hai perdonato la colpa del tuo popolo,
hai coperto ogni loro peccato.
- ⁴ Hai posto fine a tutta la tua collera,
ti sei distolto dalla tua ira ardente.
- ⁵ Ritorna a noi, Dio nostra salvezza,
e placa il tuo sdegno verso di noi.
- ⁶ Forse per sempre
sarai adirato con noi,
di generazione in generazione
riverserai la tua ira?
- ⁷ Non tornerai tu a ridarci la 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 annuncia la pace
per il suo popolo, per i suoi fedeli,
per chi ritorna a lui con fiducia.
- ¹⁰ Sì, la sua salvezza è vicina
a chi lo teme,
perché la sua gloria
abiti la nostra terra.
- ¹¹ Amore e verità s'incontreranno,
giustizia e pace si baceranno.
- ¹² Verità germoglierà dalla terra
e giustizia si affaccerà dal cielo.
- ¹³ Certo, il Signore donerà il suo bene
e la nostra terra darà il suo frutto;
giustizia camminerà davanti a lui:
i suoi passi traceranno il cammino.

In quale situazione si trova Israele? Che cosa chiede al suo Dio? A prima vista la parte iniziale (vv. 2-4) sembra in contrasto con la seguente (vv. 5-8). Una preghiera di lode la prima, in cui si fa memoria dei doni colmi di misericordia con cui Dio ha finalmente di nuovo beneficiato il suo popolo: «Sei stato buono, hai ristabilito la sorte del tuo popolo, hai perdonato la colpa, hai coperto ogni peccato, hai posto fine a tutta la tua collera»; un'ardente implorazione la seconda, il cuore del Salmo: «Ritorna a noi, placa il tuo sdegno, cessi la tua ira, basta con il tuo sdegno; torna a ridarci la vita e la gioia sia ancora con il tuo popolo». Per comprendere questo improvviso salto di toni, bisogna considerare il v. 2, dove si fa riferimento alla sorte ristabilita di Giacobbe: si tratta del ritorno in patria dei deportati d'Israele, liberi per grazia di Dio dalla condizione di schiavitù in Babilonia (538 a.C.). Ma come testimoniano gli autori post-esilici come Esdra e Neemia (fine V sec. a.C.), i profeti Aggeo e Zaccaria (fine VI sec. a.C.), dopo l'entusiasmo iniziale e la rinnovata volontà di ricostruire le antiche glorie di Gerusalemme i rimpatriati si accorgono poco a poco che il fervore non basta, che le cose sono assai più dif-

ficili di quanto non si credeva, che la ricostruzione del tempio va a rilento per mancanza di materiali e di soldi, che i nemici sono molti, che ci sono tensioni interne, defezioni, stanchezze: dai sogni alla realtà, dalla speranza alla delusione. Da qui la supplica incalzante e piena di franchezza a un Dio che non può deludere, avendo già dato prova di sé e della sua fedeltà piena di salvezza.

Questo spiega anche il senso dell'ultima parte (vv. 9-14), in cui Dio mediante un oracolo risponde al suo popolo e, mentre assicura che i sogni di Dio sono ancor più grandi di quelli degli uomini (amore e verità che s'abbracciano, giustizia e pace che addirittura di baciano, la terra che germoglia verità, il cielo che dona giustizia) e non possono venir meno, chiede ai figli del suo popolo di dividerli fattivamente: ritornare a lui con fiducia, rimanere fedeli all'alleanza, avere timore del suo nome.

Affinché i sogni non diventino incubi

Millenni ci separano dai giorni in cui il Salmo 85 è stato scritto, ma l'esperienza psicologica e spirituale che esso esprime ci è quanto mai vicina: un popolo, una società, una comunità il cui presente arranca, il passato sembra un sogno lontano, il futuro si tinge di grigio.

Mi vengono in mente tante parrocchie "costrette" dagli eventi a mettersi in rete per costituire una nuova entità, l'unità pastorale, di cui tutti parlano, ma che nessuno sa dire bene che cos'è e soprattutto come si fa.

Mi viene in mente la nostra Ac, che sembra raschiare il fondo del barile, in uno sforzo immane per offrire se stessa e la sua rinnovata esperienza di formazione laicale ad una Chiesa locale che sembra non riuscire a coglierne tutte le potenzialità. Mi vengono in mente le parole di Enzo Bianchi che, pensando alla Chiesa italiana ed oltre, scrive: «Ai miei occhi la chiesa oggi è sempre più divisa (...). È una situazione che mi fa soffrire e che non avrei pensato di dover constatare nella mia anzianità, dopo decenni di speranze in una comunione vera, visibile, vissuta in nome dello Spirito santo che aveva alitato nella chiesa con l'evento del Concilio». Ma mi vengono in mente anche le considerazioni del card. Martini proprio sul nostro Salmo, a suo giudizio quanto mai adatto alla preghiera umile ed insistente di tutte quelle comunità cristiane che, pur vivendo delusioni e stanchezze, non rinunciano a «sognare di diventare diverse, di essere comunità alternative, come quella descritta nei vv. 9-14, una comunità che cerca un modo nuovo di stare insieme». Un sogno, certo, ma il medesimo di Dio, che quando dice fa, quando sogna realizza. Anche un Salmo, dunque, può darci la forza per rimettere mano ai sogni, nostri e Suoi, e trasformare le nostre comunità, sudore dopo sudore, delusione dopo delusione, in cantieri sempre aperti di comunione e di fraternità.

SALMO 16 (15)

"Sei tu il mio Signore, senza di te non ho alcun bene"

Dio solo basta?

La risposta sembrerebbe scontata. In realtà la questione di fondo è: vale ancora la pena affaticarsi nell'estenuante lotta contro gli dei che affollano anche il cielo della modernità e insidiano continuamente il primato di Dio?

Non è più di moda parlare di tentazioni, eppure tutti facciamo esperienza di forze che da dentro e fuori di noi ci assediano per spingerci su sentieri che ci affascinano, lasciandoci poi spesso delusi e amareggiati. È anche la vicenda che fa da sfondo alla toccante lirica del Salmo 16, una storia a lieto fine avente come protagonista il medesimo autore, in una specie di autobiografia spirituale. In questo modo il Salmo, secondo Ravasi «uno dei gioielli più affascinanti dell'intera collezione salmica», si

Salmo 16¹ *Miktam. Di Davide.*

Proteggimi, o Dio: in te mi rifugio.

² Ho detto al Signore: «Il mio Signore sei tu, solo in te è il mio bene».³ Agli idoli del paese, agli dèi potenti andava tutto il mio favore.⁴ Moltiplicano le loro pene quelli che corrono dietro a un dio straniero. Io non spanderò le loro libagioni di sangue, né pronuncerò 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: la mia eredità è stupenda.⁷ Benedico il Signore che mi ha dato consiglio; anche di notte il mio animo mi istruisce.⁸ Io pongo sempre davanti a me il Signore, sta alla mia destra, non potrò vacillare.⁹ Per questo gioisce il mio cuore ed esulta la mia anima; anche il mio corpo riposa al sicuro,¹⁰ perché non abbandonerai la mia vita negli inferi,

né lascerai che il tuo fedele veda la fossa.

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

presta ad essere di grande ispirazione a coloro che vogliono intraprendere il cammino, esigente ma liberante, alla ricerca della verità su di sé.

La tentazione, la fede, la speranza

Non è difficile individuare l'identità dell'autore: i molti simboli (eredità, sorte, calice...) lo identificano con un sacerdote totalmente dedito al culto di Dio nel tempio. È nota infatti la condizione dei sacerdoti nell'antico popolo d'Israele, che rimasero esclusi dalla divisione del territorio dopo la conquista della Terra Promessa, allo scopo di votarsi interamente al servizio liturgico. La loro porzione di terra diventava quindi... Dio stesso, Lui la loro eredità.

Volendo però rimanere fedeli alla lettura laica del Salmo, ci soffermiamo su un aspetto che riguarda la condizione di ogni credente, sacerdote o meno che sia, cioè la lotta anti-idolatrice in cui si trova di fatto

coinvolto e dall'esito per niente scontato.

La prima parte del Salmo infatti può essere considerata una solenne professione di fede nel Signore Dio e della gioia di appartenergli: «Il mio Signore sei tu, solo in te è il mio bene... nelle tue mani è la mia vita» (vv. 2-6). È interessante però notare come essa scaturisca da un'esperienza negativa, descritta nei vv. 3-4, posta cioè al centro di tale professione, quasi una cicatrice a perpetua memoria. Purtroppo il loro testo è giunto a noi molto corrotto (come si usa dire in termini tecnici), cioè fortemente compromesso nella comprensione a motivo di errori di trasmissione lungo i secoli. La nuova edizione della Bibbia CEI (2008) ne propone una versione più plausibile e chiara rispetto alla precedente (1971): «Agli idoli del paese, agli dèi potenti andava tutto il mio favore» (v. 3). Il salmista (un sacerdote!) confessa dunque che in passato Dio non è sempre stato l'unico suo bene, ma si è anche lui lasciato tentare dalle devozioni popolari idolatriche. Ora però non più: «Io non spanderò le loro libagioni di sangue, né pronuncerò con le mie labbra i loro nomi» (v. 4b). Sembra trapelare anche il motivo del suo ravvedimento: l'amarezza legata ad un'esperienza non solo ingannevole, ma perfino dolorosa nelle sue conseguenze: «Moltiplicano le loro pene quelli che corrono dietro a un dio straniero» (v. 4a).

Potremmo dire che l'autore inizia facendo la sua belle professione di fede davanti al

Signore (v. 2), fa seguire una decisa professione anti-idolatrca (vv. 3-4), e di nuovo sente il bisogno di cantare le sue certezze, tutte riposte in Dio (vv. 5-6): “sì” – “no” – “sì”. A partire da qui il poeta sacro si apre alla speranza descritta nella seconda parte (vv. 7-11): che la gioia dell’intimità divina goduta durante la vita terrena nel tempio di Gerusalemme non si spegnerà nemmeno con la morte: «non abbandonerai la mia vita negli inferi... ma sarà dolcezza senza fine alla tua destra».

O Dio o gli idoli

Valgono ancora queste considerazioni? Non sanno troppo di vecchio? Non sono modi ormai superati di interpretare le difficoltà e le complessità esistenziali e spirituali dei credenti di oggi? Le moderne tecniche psicologiche e psicoanalitiche non ci hanno fornito nel frattempo strumenti più adeguati per superarle?

Possiamo anche trovare nuovi modi di esprimerci, ma il cuore dell’uomo appare sempre lo stesso. Luogo delle decisioni che contano e ci segnano per sempre, è anche campo di battaglia, dove le istanze più disparate e convincenti si affacciano con prepotenza per contendersi la vittoria. Potere, successo, prestigio, piacere: sono i protagonisti di sempre, anche della nostra vita. Ad essi possiamo aggiungere la moda, l’opinione pubblica, il rispetto umano... Non ci capita alle volte di ritrovarci disposti ad ogni cosa pur di essere dalla loro parte o di avere loro dalla nostra? Anche di asservirci ad essi, se occorre, o di asservire gli altri a noi.

Nella sua apparente ingenuità il salmista ci racconta di tristi schiavitù, ma ci confessa anche di aver trovato nel Signore il potente baluardo contro lo strapotere dei suoi idoli. Commenta sant’Agostino: «Sperare Dio da Dio, essere colmato di Dio da Dio. Egli ti basta, fuori di lui niente ti può bastare». È anche la dolce testimonianza di santa Teresa d’Avila, che verso la fine della sua vita andava continuamente ripetendo: «Sì, solo Dio basta!». Loro lo hanno provato sulla loro pelle e diventano così *testimonial* accreditati di una soluzione esigente ma liberante. Ci vorremmo fidare, una buona volta, di questo nostro Dio?



SALMO
130 (129)

“Presso di Te è il perdono” (De profundis)

Solo la misericordia salverà il mondo

La logica terribile del delitto-castigo, che incombe come una minaccia sull’uomo sprofondata nel fango dei suoi peccati, trova finalmente nella morte e risurrezione di Gesù una radicale alternativa: delitto-perdono-speranza. Il salmista l’aveva sperimentata e cantata nel suo poema già più di duemila anni fa.

Salmo 130

- ¹ 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.

Non c'è situazione umana, anche la più estrema, che i Salmi non sappiano interpretare, fosse anche la disperazione. È per questo che la Chiesa continua ad affidarsi a questi antichi testi intrisi di umanità, per consegnare al Signore nella preghiera ogni situazione di cui è chiamata a farsi carico per mandato evangelico: «Andate ai crocicchi delle strade e *tutti* quelli che troverete, chiamateli alle nozze» (Mt 22,9).

Che la tentazione della disperazione sia oggi tra le più minacciose, non servono molti sforzi a dimostrarlo: l'oggettiva condizione di disagio profondo in cui vive l'umanità per i più svariati motivi, la

costatazione della forza distruttrice del male, l'amplificazione operata dai mass media delle notizie drammatiche che ci raggiungono quotidianamente da ogni angolo della terra ci sottopongono ad un continuo stress emotivo, che lentamente erode il deposito di ottimismo e di fiducia che possiamo aver accumulato nelle esperienze positive della vita. Alle volte si ha come l'impressione di trovarci all'interno di una "bolla speculativa" di notizie di cronaca nera, la cui esplosione rischia di essere molto più devastante per la salute della mente e dello spirito di quella finanziaria per i nostri portafogli.

Abissi, grida e tanta speranza di perdono

Se è importante, anche dal punto di vista psicologico, lasciar emergere dal profondo ciò che ci provoca disagio allo scopo di prenderne maggior consapevolezza possibile, un tale movimento interiore deve però trovare un valido sbocco, pena l'esser obbligati a fare i conti con una sofferenza in più: la costatazione della nostra impotenza.

Questo è proprio il cammino psicologico dell'autore del Salmo 130. La sua condizione ai limiti della disperazione è bene descritta nei primi due versetti, dove si fa riferimento ad immagini molto forti come il "grido" e il "profondo". Infatti la sua non è una semplice supplica, ma un vero e proprio urlo lanciato verso il Signore, un grido incontenibile, «come di chi lancia un S.O.S. perché sta annegando» (Martini). Viene spontaneo l'accostamento con il grido misterioso e sconvolgente di Gesù che, dopo aver tentato di calmare la propria angoscia tra le lacrime, il sudore di sangue e la preghiera nel Getsemani, non può più trattenerla sulla croce, quando sperimenta perfino l'abbandono di Dio e gli esce dalla gola nella forma di un urlo che sa tanto di sovrumano.

Quel grido il salmista lo sente salire dal profondo, allusione agli abissi caotici delle acque primordiali, quando l'opera della creazione stava per avere inizio (cf. *Gen* 1,2). «Come in quel baratro si agitavano le acque distruttrici che Dio ha domato nella creazione, così la coscienza torturata dal peccato è come distrutta e attirata verso l'area della morte, del non-Dio, verso l'antipodo di Dio» (Ravasi). Risulta dunque chiaro che lo sprofondamento interiore dell'orante non ha solo connotazioni psicologiche, tanto care a noi moderni (vedi Freud), ma anche esistenziali, più precisamente teologiche: l'abisso è in ultima analisi quello del male e del peccato, che ha precipitato il cuore del credente nel nadir del proprio "inferno" rispetto allo *zenit* del cielo di Dio.

Ma proprio quando le descrizioni della propria condizione di perdizione e della sofferenza che ne deriva raggiungono la massima espressività, il salmista impone una improvvisa sterzata alla preghiera, che riceve tutta la sua forza dalla ferma convinzione che «presso di Te è il perdono» (v. 4) e «presso il Signore è la misericordia, grande presso di lui è la redenzione» (v. 7): una vera professione di fede nel Dio della misericordia, il solo a poter attraversare gli abissi altrimenti incolmabili che il peccato crea tra l'uomo e il suo Creatore (cf. la parabola del ricco epulone in *Lc* 16,19-31). Sulla certezza che Dio ha già ascoltato il grido di pietà che sale dal proprio cuore, il poeta intona un vero e proprio canto della speranza, in fervida attesa che la parola divina del perdono sia finalmente pronunciata su di lui: «Io spero nel Signore, l'anima spera nella sua parola» (v. 5). Allora sul buio angoscioso della notte prenderà di nuovo sopravvento la tenue ma sicura luce dell'aurora, con il suo carico di gioia e di vita (cf. v. 6).

A Cristo risorto, "stella radiosa del mattino"

A che cosa servirebbe gridare, se nessuno tendesse gli orecchi per ascoltarci? Forse per lo sfogo di un momento, ma alla fine non c'è nulla di più terribile di scoprire che i miei aneliti di liberazione, di guarigione, di vita nuova sono semplici *flatus vocis*, destinati a perdersi nel nulla. Mi pare stia qui la differenza tra la speranza umana e quella del credente, a cui il Salmo 130 vuole educarci: non un altro modo di dire illusione e infine delusione, ma attesa piena di desiderio e di fiducia, nella certezza che Qualcuno verrà in nostro aiuto.

Del resto, noi cristiani inneggiamo ogni domenica a Colui che riconosciamo "stella luminosa del mattino", Cristo risorto, aurora del nuovo giorno senza tramonto, dove il peccato e i suoi frutti mortiferi saranno finalmente debellati e sarà canto senza fine all'infinita bellezza del volto misericordioso del nostro redentore.



"Benedici il Signore anima mia"

Parola d'ordine: non dimenticare

SALMO
103 (102)

È sorprendente scoprire che per i Salmi la vera grandezza dell'uomo non sta nella sua forza di volontà e nemmeno nella genialità della sua l'intelligenza, ma nella capacità di fare memoria dei doni di Dio.

Salmo 103

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 tutti i suoi benefici.
- ³ Egli perdona tutte le tue colpe,
guarisce tutte le tue infermità,
- ⁴ salva dalla fossa la tua vita,
ti circonda di bontà e misericordia,
sazia di beni la tua vecchiaia,
si rinnova come aquila la tua giovinezza.
- ⁶ Il Signore compie cose giuste,
difende i diritti di tutti gli oppressi.
- ⁷ Ha fatto conoscere a Mosè le sue vie,
le sue opere ai figli d'Israele.
- ⁸ Misericordioso e pietoso è il Signore,
lento all'ira e grande nell'amore.
- ⁹ Non è in lite per sempre,
non rimane adirato in eterno.
- ¹⁰ Non ci tratta secondo i nostri peccati
e non ci ripaga secondo le nostre colpe.
- ¹¹ Perché quanto il cielo è alto sulla terra,
così la sua misericordia è potente su quelli
che lo temono;
- ¹² quanto dista l'oriente dall'occidente,
così egli allontana da noi le nostre colpe.
- ¹³ Come è tenero un padre verso i figli,
così il Signore è tenero verso quelli
che lo temono,
- ¹⁴ perché egli sa bene di che siamo plasmati,
ricorda che noi siamo polvere.
- ¹⁵ L'uomo: come l'erba sono i suoi giorni!
Come un fiore di campo, così egli fiorisce.
- ¹⁶ Se un vento lo investe, non è più,
né più lo riconosce la sua dimora.
- ¹⁷ Ma l'amore del Signore è da sempre,
per sempre su quelli che lo temono,
e la sua giustizia per i figli dei figli,
- ¹⁸ per quelli che custodiscono la sua alleanza
e ricordano i suoi precetti per osservarli.
- ¹⁹ Il Signore ha posto il suo trono nei cieli
e il suo regno domina l'universo.

²⁰ Benedite il Signore, angeli suoi,
potenti esecutori dei suoi comandi,
attenti alla voce della sua parola.

²¹ Benedite il Signore, voi tutte sue schiere,
suoi ministri, che eseguite la sua volontà.

²² Benedite il Signore, voi tutte opere sue,
in tutti i luoghi del suo dominio.
Benedici il Signore, anima mia.

Chi non conosce il passato è condannato a riviverlo: lo si dice per gli errori già compiuti dai nostri padri e che noi siamo sempre in pericolo di ripetere a motivo della nostra ignoranza storica. Anche la Sacra Scrittura incoraggia a fare sempre memoria del passato, soprattutto dei benefici di Dio. Non si tratta solo di riconoscenza, ma di vera e propria strategia suggerita dalla parola di Dio, efficace per alimentare e rafforzare la nostra fede: se Dio è stato buono ieri, non lo sarà forse anche oggi e domani? Ecco il messaggio dell'autore del Salmo 103: cantare il "*Magnificat*" dell'amore misericordioso di Dio, in risposta al "*De profundis*" che sale come lancinante invocazione dalla percezione acuta della propria miseria, per mantenere il nostro cuore nella calma e serena confessione: "*In Te, Domine, speravi*".

Amore versus fragilità

Leggendo il Salmo, veniamo attratti da due diverse prospettive: una è teologica, sottolineata ad esempio dalla Bibbia di Gerusalemme, che titola il Salmo: "*Dio*

è amore”, con chiaro riferimento all’apice della rivelazione biblica di 1 Gv 4,8; l’altra antropologica, e tiene conto della nostra debolezza, raccolta nell’espressione «*Egli sa di che siamo plasmati*» (v. 14), che potrebbe essere un altro titolo del Salmo.

Ci sono infatti come due centri focali che si rincorrono e si sovrappongono continuamente. Uno è nel cuore di Dio e lo coglie come mistero insondabile d’amore, che niente può fermare, nemmeno il peccato dell’uomo: ben tre coppie di esempi sono proposte per tentare di descrivere tale eccesso di bontà (Dio perdona-guarisce, salva-corona, sazia-rinnova, cf. vv. 3-5). Anzi, proprio il “no” detto a Lui, con tutte le conseguenze negative che si porta appresso, diventa il luogo dove si rivela più chiaramente l’illogicità dell’amore divino, un amore che non risponde alla mera e fredda logica della giustizia retributiva, ma è tutta grazia, dono immeritato, sorprendente e incalcolabile (altre tre coppie di esempi: il Signore è buono-pietoso, lento all’ira-grande nell’amore, non continua a contestare-non conserva il suo sdegno, cf. vv. 8-10).

L’altro centro sta nel cuore dell’uomo, profondamente segnato dall’esperienza della fragilità radicale, non solo morale. I vv. 14-16 moltiplicano le immagini che la esprimono: siamo polvere, come erba che dissecca, come fiore di campo che sfiorisce, mentre i vv. 3-5 ne elencano i volti con cui si manifesta: peccato, malattia, paura della morte. Ma proprio tale penosa condizione esistenziale, che non sfugge all’attenzione di Dio (v. 14), muove a tenerezza il suo cuore, e lo spinge a riversare sulla miseria umana la sovrabbondanza della sua misericordia (ancora tre esempi: la distanza tra cielo-terra, distanza oriente-occidente, la pietà di un padre). Con il Nuovo Testamento, potremmo dire che il “Dio-amore” di Giovanni prende il volto del “Dio-misericordia”, *dives in misericordia* di Paolo (cf. Ef 2,4).



Il medesimo duplice messaggio emerge anche dalla struttura letteraria del Salmo. Esso racchiude entro due benedizioni, una personale all’inizio (vv. 1-2) e una cosmica nella conclusione (vv. 20-22), due movimenti, come due canti in forma di contrappunto: un dolce duetto tra l’amore e il perdono il primo (vv. 3-10), un duetto commosso e appassionato tra la misericordia e la fragilità il secondo.

Amnesia, malattia dell’anima

«Benedire Dio e il suo santo nome – insegna mons. Ravasi – significa proclamare la sua generosità sconfinata che si effonde nell’umanità, nella storia e nell’universo, arricchendo, trasformando, esaltando tutto l’essere». Per questo proprio il be-

nedire fa da cornice a tutto il Salmo 103. Descritta l'esaltante "biografia" di Dio e, senza reticenze, pure quella dell'uomo, all'autore sacro non rimane che intonare il "*Magnificat*", che nel suo caso diventa un vero e proprio "*Benedictus*". E infatti ben sette volte viene ripetuto questo verbo, che per la mentalità biblica è numero perfetto e indica completezza, totalità: nessuna dimensione della realtà e della vita può rimanere esclusa da questo atto di gratitudine a Dio creatore e salvatore.

Si badi bene, però, che benedire non è per il salmista solo l'unica risposta adeguata a tanta tenerezza divina; essa rappresenta pure la via più adatta per rimanere fedele alla propria consegna di fare memoria dei doni ricevuti: «Benedici il Signore, anima mia, non dimenticare tanti suoi benefici» (v. 2). In altre parole, benedire è un altro modo di ricordare, che a sua volta è la modalità ordinaria del pio israelita di professare la fede. Per la Sacra Scrittura infatti la fede non si basa su enunciazioni astratte di teologia, ma su esperienze dirette degli interventi di Dio nella storia personale e del popolo, di cui va fatta continua memoria nella preghiera e nel culto. E proprio a questo allude il passaggio dei vv. 6-7, lì dove l'orante fa esplicita memoria dell'epopea dell'Esodo, quando più che in ogni altra occasione Israele ha toccato con mano, sotto la guida di Mosè, la potenza liberatrice della bontà di Dio. Come a dire: senza benedizione non c'è ricordo e senza memoria non c'è autentica fede.

Sorge a questo punto il dubbio se la crisi generale di fede da tutti diagnosticata non sia prima di tutto un'amnesia diffusa di ciò che Dio ha fatto e continua a fare anche ai nostri giorni, così segnati dal benessere. Ma si sa: il nemico per eccellenza della fede è la ricchezza (cf. *Lc 18,25*), allorché è facile dimenticare verso Chi in ultima analisi siamo debitori. «L'uomo nella prosperità non comprende, è come gli animali che periscono», commentava amaramente già molti secoli fa un altro autore (*Sal 48,21*).

Benedici, dunque, il Signore, anima mia: non dimenticare tanti suoi benefici! Benedici, pur nella prosperità. Ricorda e benedici. Ricorda e non verrà meno la tua fede.

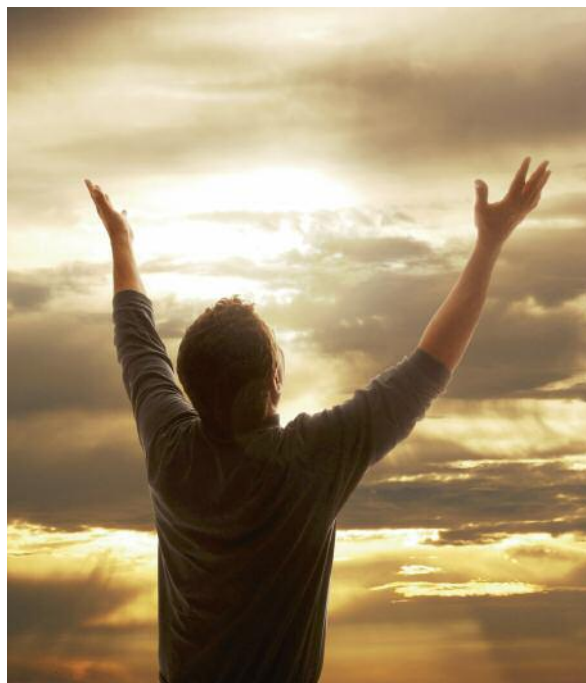


I Salmi, preghiera per laici... acrobati

«Pregare con i Salmi. Da laici!». È la sfida che ci eravamo posti all'inizio di questo breve itinerario. L'abbiamo vinta? La risposta a chiunque l'abbia assunta da laico e abbia provato a consegnare almeno un po' la propria vita a queste straordinarie preghiere bibliche.

Di recente alcuni laici di Azione cattolica hanno trascorso due giorni ospiti della comunità monastica fondata da Enzo Bianchi a Bose, in Piemonte; ore molto intense, divise tra studio dei Salmi, guidato da una monaca, e preghiera liturgica con la comunità alle ore canoniche di Lodi e Vespri. Si è trattato di una profonda immersione in questo mondo "magico" della preghiera biblica, resa particolarmente coinvolgente dall'accompagnamento in musica e canto dei cori di monaci e monache, in solenne cocolla bianca, accolti in un'aula liturgica dagli arredi essenziali e dai simboli incisivi, sostegno ad un atteggiamento di silenzio e abbandono interiori. Un piccolo specchio di Paradiso, a detta di qualcuno, dove il tempo è a servizio di Dio e della preghiera e da questa ritmato, in cui tutto, a partire dalla Regola, è posto a severa difesa di quello che san Benedetto chiamava "Ufficio divino", l'opera divina per eccellenza.

Ma questa è vita da monaci, non da laici, se non per momenti del tutto eccezionali. La normalità è ben diversa, con il peso sulle spalle di un mutuo da pagare, i figli da portare a scuola, a calcio, a danza, a catechismo..., il lavoro e i suoi orari inflessibili, le giornate che cominciano prima dell'alba e si concludono ben dopo che il sole ha



finito la sua corsa. Una normalità nella quale la preghiera è sempre una conquista, magari ridotta a quella fatta di fretta con i figli attorno alla tavola, impazienti di mangiare, o a letto, desiderosi solo di ascoltare le parole di un'altra favola. Non mi meraviglia quando qualcuno mi dice: «Don, prega tu per me, perché io non ho tempo..., non ho voglia..., non sono capace...». So bene che la vita e la preghiera dei laici è vita e preghiera d'acrobati, «un continuo abbandonare la sbarra del trapezio per abbrancare al volo le mani di qualcuno che ci aspetta in volo» (G. Cazzulani).

A questo proposito, mi viene in mente un'antica storiella proposta dal monaco benedettino B. Standaert. Racconta di un pover'uomo sorpreso per strada dal buio, proprio mentre cala l'ora della preghiera. Ecco allora che si ritrova come inceppato: frastornato sulla strada, senza Bibbia, senza breviario, con la memoria fiacca, non trova parole che possano essere indirizzate a Dio. Come pregare, cosa dire? Ecco allora che comincia a scandire le lettere: «A, bi, ci, di...», fino a comporre l'intero alfabeto. «Non so pregare, sono troppo misero per farlo, ma... Signore riprenditi le tue lettere, e rimettille in ordine come si deve». Non assomiglia spesso la vita spirituale dei laici a quel ritrovarsi frastornati sulla strada, sempre in ritardo rispetto all'ora della preghiera, intimoriti dinanzi allo strumento eletto ma quanto mai difficile della Bibbia o diffidenti dell'eccessiva complicazione delle regole per l'uso del Breviario? Una preghiera, la loro, fatta di parole biascicate, pronunciate in fretta tra una faccenda e l'altra, ma solo se la memoria, già intasata, glielo ricorda: «Ave Maria... ottienimi la grazia; Padre nostro... varda en zo; Angelo di Dio... non mollare un attimo i miei figli, mi raccomando...». Una preghiera a mozziconi, sintatticamente illeggibile, dal senso incompiuto, «... ma, Signore, riprenditi le tue lettere, e rimettille in ordine come si deve».

L'insostenibile leggerezza dei Salmi

Chi ha provato a soffermarsi su qualche Salmo, chi è riuscito a gustarne qualcuno con il metodo della *Lectio divina*, forse ha fatto la bella scoperta che non occorre essere monaci per sentirli e farli propri. Il loro linguaggio così quotidiano e vario-pinto, raramente ieratico, le loro immagini così concrete, prese per lo più dalla vita di tutti i giorni, i loro contenuti teologici così intrisi di umanità, il loro ritmo poetico alle volte incostante, fino ad assomigliante a quello di tante canzonette ripetute fino alla nausea da radio e iPod, li pongono veramente alla portata di tutti. E a ben vedere non c'è da meravigliarsi, perché loro stessi sono preghiere fermentate nel calderone dell'esistenza.

Ha ragione chi ha scritto che il Libro dei Salmi è il grande breviario dell'orante d'ogni epoca. Lo testimonia per il suo tempo san Giovanni Crisostomo, grande vescovo del V secolo, stupito della familiarità con cui i suoi cristiani maneggiavano i Salmi: «O meraviglia! Molti, che appena conoscono i primi rudimenti delle lettere, sanno il salterio a memoria». Perché, dunque, almeno qualcuno tra i più noti, non lo potrebbe imparare la segretaria alle prese con il computer, l'ingegnere immerso nei calcoli statici, la maestra impegnata a contenere l'esuberanza dei suoi alunni, i genitori che chiudono finalmente un'altra giornata, i figli indecisi sulle scelte da fare? Certo, i tempi sono cambiati, ma il cuore delle persone pare lo stesso, inquieto quanto allora, mentre i Salmi sono sempre lì, con le loro parole divine poste dalla Chiesa sulle nostra labbra. In attesa di ritornare al loro Autore, finalmente cariche della nostra personale invocazione.

Anno IV - n. 8
Agosto 2010



Camminiamo Insieme

Organo di collegamento dell'Azione cattolica di Trento

numero speciale