

PER LA RIFLESSIONE PERSONALE

Per introdursi

Anche questa volta ci possiamo far aiutare dalla versione poetica di p. Tuoldo, intitolata *Dio è amore*, particolarmente adatta a pregare il salmo con il cuore, oltre che con le labbra.

1 Benedici Iddio, mia anima,
uno ad uno, o visceri miei,
benedite il nome suo santo.
2 Benedici il Signore, mia vita,
non scordarne le grazie e i favori:
egli dà sempre senza misura.

3 Dio perdona le innumeri colpe,
tutti i mali tuoi egli risana,
4 la tua vita ritrae da santo.
Ti ricolmi di grazia e dolcezza,
5 i lunghi anni ti sazia di bene
e tu giovane torni come aquila.
6 A salvezza agisce il Signore
con giudizio per tutti gli oppressi:
7 a Mosè ha svelato il suo piano;
a Israele le opere sue:
8 è pietoso e tenero Iddio,
lento all'ira e pieno d'amore.
9 Non contende a lungo il Signore,
né la collera serba per sempre,
10 non ci tratta secondo i peccati.
Inferiore è la paga alla colpa:

11 quanto il cielo sovrasta la terra
così egli trascende in amore.
12 Quanto dista oriente da ovest,
tanto getta lontano da sé

tutti i nostri misfatti e rivolte.
13 Come è tenero un padre coi figli,
così è per i santi il Signore:
14 egli sa come siamo plasmati;
che ci ha fatti di fango ricorda:
15 sono erba i giorni dell'uomo,
la sua vita un fiore dei campi:
16 se appena il vento lo investe
non è più, ne del posto v'è traccia;
17 ma l'amore di Dio è per sempre;
è da sempre per quanti lo temono:
per i figli dei figli salvezza,
18 per i giusti fedeli al suo patto;
per chi ascolta la sua Parola!
19 Egli tiene il suo trono nei cieli,
l'universo intero è il suo regno!

20 Benedite il Signore, voi Angeli,
voi, o forti guerrieri,
attenti sempre al suono della sua Parola.
21 Benedite il Signore dai cieli,
schiere d'astri e ministri devoti
sempre pronti ai divini voleri.
22 Benedite il Signore, voi tutte
creature del vasto suo regno:
benedici il Signore, mia vita!

Padre della vita, fa' che nessuno di noi finisca nel nulla della sua fragilità; Padre, che nel Cristo Gesù hai rivelato il tuo amore per ogni uomo, non guardare ai nostri peccati, ma continua a darci la tua grazia che ci salvi dal male e dalla morte; e rendi i nostri volti sempre più simili al volto del tuo Figlio che di te splende per sempre. Amen.

Alcune domande per far diventare “mio” il salmo

- «Benedici il Signore, anima mia...». Sappiamo fare esperienza di lode? Costatiamo la grande fatica che generalmente facciamo nel riconoscere le cose buone e belle presenti nella vita degli altri, portati come siamo a evidenziarne limiti, difetti, peccati... Infatti ci risulta più facile lamentarci e criticare che ringraziare o complimentarci per qualche loro gesto positivo. E così con il Signore: pronti a chiedere, ma lenti a riconoscere i suoi doni. Proviamo a ripetere: «Signore, ti ringrazio; anima mia benedici il Signore, quanto è in me benedica il suo santo nome».

- «...non dimenticare tanti suoi benefici». Se siamo pigri nel benedire il Signore è anche perché abbiamo la memoria corta, e la memoria ci fa difetto perché non la esercitiamo. Proviamo a elencare i suoi benefici, ricevuti da noi o dai nostri cari, dal nostro gruppo, dalla nostra parrocchia... Sgorgherà più facilmente la riconoscenza e potrebbe rivitalizzarsi perfino la nostra fede.

Per continuare con la preghiera

Suggerisce p. Tuoldo: «Per prima cosa c'è da chiedere perdono a dire questo salmo così (come forse diciamo ogni preghiera!), consunti dall'uso, presi dentro il clima della solita abitudine. Invece lo stesso Salmo 103 c'ispiri a comporre anche noi - sull'esempio della Vergine e di Francesco - un nostro personale “canto delle creature”. A tanto dovrebbe approdare lo spirito di pietà: a cantare anche noi come loro hanno cantato, fatti di volta in volta voce del creato; voce di questa umanità, raccogliendo speranze e disperazioni; continuando appunto a “salmeggiare” il nostro personale “magnificat”».

Come le altre volte, chi vuole potrà infine mettere a disposizione il “suo salmo” per l'adorazione eucaristica. A caso saranno poi letti anonimamente i testi davanti all'Eucaristia.