

Salmi penitenziali: **salmi 6, 32/31, 38/37, 51/50, 102/101, 130/129 e 143/142**

Salmo 6

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

² Signore, non punirmi nella tua ira,
non castigarmi nel tuo furore.

³ Pietà di me, Signore, sono sfinito;
guariscimi, Signore: tremano le mie ossa.

⁴ Trema tutta l'anima mia.

Ma tu, Signore, fino a quando?

⁵ Ritorna, Signore, libera la mia vita,
salvami per la tua misericordia.

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

⁷ Sono stremato dai miei lamenti,
ogni notte inondo di pianto il mio giaciglio,
bagno di lacrime il mio letto.

⁸ I miei occhi nel dolore si consumano,
invecchiano fra tante mie afflizioni.

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 Si vergognino e tremino molto tutti i miei nemici,
tornino indietro e si vergognino all'istante.

Salmo 32/31

¹ *Di Davide. Maskil.*

Beato l'uomo a cui è tolta la colpa
e coperto il peccato.

² Beato l'uomo a cui Dio non imputa il delitto
e nel cui spirito non è inganno.

³ Tacevo e si logoravano le mie ossa,
mentre ruggivo tutto il giorno.

⁴ Giorno e notte pesava su di me la tua mano,
come nell'arsura estiva si inaridiva il mio vigore.

⁵ Ti ho fatto conoscere il mio peccato,
non ho coperto la mia colpa.

Ho detto: «Confesserò al Signore le mie iniquità»
e tu hai tolto la mia colpa e il mio peccato.

⁶ Per questo ti prega ogni fedele
nel tempo dell'angoscia;
quando irromperanno grandi acque
non potranno raggiungerlo.

⁷ Tu sei il mio rifugio, mi liberi dall'angoscia,
mi circondi di canti di liberazione:

⁸ «Ti instruirò e ti insegnerò la via da seguire;
con gli occhi su di te, ti darò consiglio.

⁹ Non siate privi d'intelligenza come il cavallo e come
il mulo:

la loro foga si piega con il morso e le briglie,
se no, a te non si avvicinano».

¹⁰ Molti saranno i dolori del malvagio,
ma l'amore circonda chi confida nel Signore.

¹¹ Rallegratevi nel Signore ed esultate, o giusti!
Voi tutti, retti di cuore, gridate di gioia!

Salmo 38/37

¹ *Di Davide.*

Non irritarti a causa dei malvagi,
non invidiare i malfattori.

² Come l'erba presto appassiranno;
come il verde del prato avvizziranno.

³ Confida nel Signore e fa' il bene:
abiterai la terra e vi pascolerai con sicurezza.

⁴ Cerca la gioia nel Signore:
esaudirà i desideri del tuo cuore.

⁵ Affidati al Signore la tua via,
confida in lui ed egli agirà:

⁶ farà brillare come luce la tua giustizia,
il tuo diritto come il mezzogiorno.

⁷ Sta' 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: non ne verrebbe che male;

⁹ perché i malvagi saranno eliminati,
ma chi spera nel Signore avrà in eredità la terra.

¹⁰ Ancora un poco e il malvagio scompare:
cerchi il suo posto, ma lui non c'è più.

¹¹ I poveri invece avranno in eredità la terra
e godranno di una grande pace.

¹² Il malvagio trama contro il giusto,
contro di lui digrigna i denti.

¹³ Ma il Signore ride di lui,
perché vede arrivare il suo giorno.

¹⁴ I malvagi sfoderano la spada e tendono l'arco
per abbattere il povero e il misero,
per uccidere chi cammina onestamente.

¹⁵ Ma la loro spada penetrerà nel loro cuore
e i loro archi saranno spezzati.

¹⁶ È meglio il poco del giusto
che la grande abbondanza dei malvagi;

²³ Il Signore rende sicuri i passi dell'uomo
e si compiace della sua via.

²⁴ Se egli cade, non rimane a terra,
perché il Signore sostiene la sua mano.

²⁵ Sono stato fanciullo e ora sono vecchio:
non ho mai visto il giusto abbandonato
né i suoi figli mendicare il pane;

²⁶ ogni giorno egli ha compassione e dà in prestito,
e la sua stirpe sarà benedetta.

²⁷ Sta' lontano dal male e fa' il bene
e avrai sempre una casa.

¹⁷ le braccia dei malvagi saranno spezzate,
ma il Signore è il sostegno dei giusti.

¹⁸ Il Signore conosce i giorni degli uomini integri:
la loro eredità durerà per sempre.

¹⁹ Non si vergogneranno nel tempo della sventura
e nei giorni di carestia saranno saziati.

²⁰ I malvagi infatti periranno,
i nemici del Signore svaniranno;
come lo splendore dei prati,
in fumo svaniranno.

²¹ Il malvagio prende in prestito e non restituisce,
ma il giusto ha compassione e dà in dono.

²² Quelli che sono benedetti dal Signore avranno in
eredità la terra,
ma quelli che sono da lui maledetti saranno eliminati.

³⁰ La bocca del giusto medita la sapienza
e la sua lingua esprime il diritto;

³¹ la legge del suo Dio è nel suo cuore:
i suoi passi non vacilleranno.

³² Il malvagio spia il giusto
e cerca di farlo morire.

³³ Ma il Signore non lo abbandona alla sua mano,
nel giudizio non lo lascia condannare.

³⁴ Spera nel Signore e custodisci la sua via:
egli t'innalzerà perché tu erediti la terra;
tu vedrai eliminati i malvagi.

³⁵ Ho visto un malvagio trionfante,
gagliardo come cedro verdeggiate;

³⁶ sono ripassato ed ecco non c'era più,
l'ho cercato e non si è più trovato.

³⁷ Osserva l'integro, guarda l'uomo retto:
perché avrà una discendenza l'uomo di pace.

³⁸ Ma i peccatori tutti insieme saranno eliminati,
la discendenza dei malvagi sarà sterminata.

³⁹ La salvezza dei giusti viene dal Signore:
nel tempo dell'angoscia è loro forza.

⁴⁰ Il Signore li aiuta e li libera,
li libera dai malvagi e li salva,
perché in lui si sono rifugiati.

Salmo 51/50 Miserere

¹ *Al maestro del coro. Salmo. Di Davide.*

² *Quando il profeta Natan andò da lui, che era andato con Betsabea.*

³ Pietà di me, o Dio, nel tuo amore; nella tua grande misericordia cancella la mia iniquità.

⁴ Lavami tutto dalla mia colpa, dal mio peccato rendimi puro.

⁵ Sì, le mie iniquità io le riconosco, 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: così sei giusto nella tua sentenza, sei retto nel tuo giudizio.

⁷ Ecco, nella colpa io sono nato, nel peccato mi ha concepito mia madre.

⁸ Ma tu gradisci la sincerità nel mio intimo, nel segreto del cuore mi insegni la sapienza.

⁹ Aspergimi con rami d'issòpo e sarò puro; 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 scacciarmi dalla tua presenza e non privarmi del tuo santo spirito.

¹⁴ Rendimi la gioia della tua salvezza, sostienimi con uno spirito generoso.

¹⁵ Insegnerò ai ribelli le tue vie e i peccatori a te ritorneranno.

¹⁶ Liberami dal sangue, o 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 Tu non gradisci il sacrificio; se offro olocausti, tu non li accetti.

¹⁹ Uno spirito contrito è sacrificio a Dio; un cuore contrito e affranto tu, o Dio, non disprezzi.

²⁰ Nella tua bontà fa' grazia a Sion, ricostruisci le mura di Gerusalemme.

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

Salmo 102/101

¹ *Preghiera di un povero che è sfinito ed effonde davanti al Signore il suo lamento.*

² Signore, ascolta la mia preghiera, a te giunga il mio grido di aiuto.

³ Non nascondermi il tuo volto nel giorno in cui sono nell'angoscia.

Tendi verso di me l'orecchio, quando t'invoco, presto, rispondimi!

⁴ Svaniscono in fumo i miei giorni e come brace ardon le mie ossa.

⁵ Falciato come erba, inaridisce il mio cuore; dimentico di mangiare il mio pane.

⁶ A forza di gridare il mio lamento mi si attacca la pelle alle ossa.

⁷ Sono come la civetta del deserto, sono come il gufo delle rovine.

⁸ Resto a vegliare: sono come un passero solitario sopra il tetto.

⁹ Tutto il giorno mi insultano i miei nemici, furenti imprecano contro di me.

¹⁰ Cenere mangio come fosse pane, alla mia bevanda mescolo il pianto;

¹¹ per il tuo sdegno e la tua collera mi hai sollevato e scagliato lontano.

¹² I miei giorni declinano come ombra e io come erba inaridisco.

¹³ Ma tu, Signore, rimani in eterno, il tuo ricordo di generazione in generazione.

¹⁴ Ti alzerai e avrai compassione di Sion: è tempo di averne pietà, l'ora è venuta!

¹⁵ Poiché ai tuoi servi sono care le sue pietre e li muove a pietà la sua polvere.

¹⁶ Le genti 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 dei derelitti, non disprezza la loro preghiera.

¹⁹ Questo si scriva per la generazione futura e un popolo, da lui creato, 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 sospiro del prigioniero, per liberare i condannati a morte,

²² perché si proclami in Sion il nome del Signore e la sua lode in Gerusalemme,

²³ quando si raduneranno insieme i popoli e i regni per servire il Signore».

²⁴ Lungo il cammino mi ha tolto le forze, ha abbreviato i miei giorni.

²⁵ Io dico: mio Dio, non rapirmi a metà dei miei giorni; i tuoi anni durano di generazione in generazione.

²⁶ In principio tu hai fondato la terra, i cieli sono opera delle tue mani.

²⁷ Essi periranno, tu rimani; si logorano tutti come un vestito, come un abito tu li muterai ed essi svaniranno.

²⁸ Ma tu sei sempre lo stesso e i tuoi anni non hanno fine.

²⁹ I figli dei tuoi servi avranno una dimora, la loro stirpe vivrà sicura alla tua presenza.

Salmo 130/129 De profundis

¹ *Canto delle salite.*

Dal profondo a te grido, o Signore;

² Signore, ascolta la mia voce.

Siano i tuoi orecchi attenti
alla voce della mia supplica.

³ Se consideri le colpe, Signore,

Signore, chi ti può resistere?

⁴ Ma con te è il perdono:
così avremo il tuo timore.

⁵ Io spero, Signore.

Spera l'anima mia,
attendo la sua parola.

⁶ L'anima mia è rivolta al Signore
più che le sentinelle all'aurora.

Più che le sentinelle l'aurora,

⁷ Israele attenda il Signore,
perché con il Signore è la misericordia
e grande è con lui la redenzione.

⁸ Egli redimerà Israele
da tutte le sue colpe.

Salmo 143

¹ *Salmo. Di Davide.*

Signore, ascolta la mia preghiera!

Per la tua fedeltà, porgi l'orecchio alle mie suppliche
e per la tua giustizia rispondimi.

² Non entrare in giudizio con il tuo servo:
davanti a te nessun vivente è giusto.

³ Il nemico mi perseguita,
calpesta a terra la mia vita;
mi ha fatto abitare in luoghi tenebrosi
come i morti da gran tempo.

⁴ In me viene meno il respiro,
dentro di me si raggela il mio cuore.

⁵ Ricordo i giorni passati,
ripenso a tutte le tue azioni,
medito sulle opere delle tue mani.

⁶ A te protendo le mie mani,
sono davanti a te come terra assetata.

⁷ Rispondimi presto, Signore:

mi viene a mancare il respiro.

Non nascondermi il tuo volto:

che io non sia come chi scende nella fossa ⁸ Al mattino
fammi sentire il tuo amore,
perché in te confido.

Fammi conoscere la strada da percorrere,
perché a te s'innalza l'anima mia.

⁹ Liberami dai miei nemici, Signore,
in te mi rifugio.

¹⁰ Insegnami a fare la tua volontà,
perché sei tu il mio Dio.

Il tuo spirito buono
mi guidi in una terra piana.

¹¹ Per il tuo nome, Signore, fammi vivere;
per la tua giustizia, liberami dall'angoscia.

¹² Per la tua fedeltà stermina i miei nemici,
distruggi quelli che opprimono la mia vita,
perché io sono tuo servo.

Nella chiesa primitiva, il Miserere, salmo 50/51, veniva recitato al termine delle preghiere del mattino.

L'individuazione e l'unione dei "salmi penitenziali" o "salmi di confessione" in un'unica sequenza risalgono ad Agostino (V secolo) e a Cassiodoro (VI secolo). Nella Chiesa cattolica, per disposizione di papa Innocenzo III (1198-1216), i sette salmi penitenziali si recitavano, in ginocchio, nei giorni di Quaresima, preceduti da una breve antifona e intercalati da un Gloria. Qualora non fosse possibile recitarli ogni giorno, si pregavano ogni venerdì di Quaresima, oppure un salmo in ciascuno dei sette venerdì.