

## Salmi della fiducia

### SALMO 138

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

Signore, tu mi scruti e mi conosci,  
2 tu sai quando seggio 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.

# ADORAZIONE EUCARISTICA

3 OTTOBRE 2013



## PREMESSA

Nell'adorazione eucaristica di quest'anno vogliamo tenere conto della sollecitazione che il nostro Vescovo Angelo Scola ci fa - attraverso la **Lettera pastorale "Il campo è il mondo"** - di maturare uno stile missionario rinnovato, portando a tutti l'Evangelo dell'umano che è Gesù Cristo.

Ci lasceremo guidare in questo percorso dalla **preghiera dei Salmi**, che esprime in maniera completa tutta la gamma dei sentimenti provati dall'uomo e dalla donna di ogni tempo e di ogni luogo. Il libro dei Salmi racchiude 150 preghiere scritte in più occasioni da diverse persone del popolo di Israele. Alcuni Salmi ripropongono i grandi avvenimenti della storia del popolo ebraico, come il passaggio del Mar Rosso e l'alleanza del monte Sinai; altri, invece, descrivono dei drammi personali, come la conversione di un peccatore o la sofferenza di un ammalato. Altri ancora sono delle serene preghiere di lode a Dio. I Salmi sono un appello a Dio compiuto da uomini diversi, in situazioni storiche precise e differenti, ma sono anche risposte di Dio all'uomo, rivelazioni di questo Dio nella preghiera.

Gesù ha pregato con i Salmi. Egli frequentava la sinagoga ed era fedele alle celebrazioni della Pasqua ebraica. Le sue ultime parole sulla croce sono suggerite dai Salmi.

La comunità dei primi cristiani ha fatto proprie queste preghiere, applicando al suo Signore e a se stessa ciò che nei Salmi è detto del popolo di Dio, di Gerusalemme, del re, del tempio, della terra promessa, del regno, dell'alleanza. Le preghiere ebraiche divengono preghiere della Chiesa, la nuova Pasqua è il Signore morto e



## il Campo è il Mondo

Vie da percorrere incontro all'umano

risorto, l'eterna Alleanza è l'Eucaristia.

**Che cosa possono dire i Salmi a noi**, uomini e donne del 21° secolo? Almeno tre cose:

- la capacità di leggere l'opera di Dio nel mondo, come espressione della vicinanza e dell'amicizia del Signore con le sue creature.

- la capacità di leggere in profondità il cuore dell'uomo, per ricondurre ogni gioia ed ogni difficoltà alla fiducia e alla speranza di chi crede in Dio.

- la capacità di leggere in trasparenza la storia di un popolo, per scoprire in essa la realizzazione del progetto di Dio che attraverso Israele chiama alla salvezza tutti gli uomini.

Entriamo con Gesù in questa preghiera, chiedendogli di convertire il nostro cuore e di purificarlo dall'egoismo e dall'orgoglio, per essere capaci di accogliere la sua benedizione. Solo così saremo in grado di gustare l'Amore di Dio per noi e di sintonizzare la nostra vita al ritmo della lode, portando a tutti la gioia e la pace del Signore morto, risorto e vivo in mezzo a noi!

**L'attenzione al Salterio (libro dei Salmi) è anche una priorità che la nostra Comunità si pone per l'anno pastorale che inizia.** Il desiderio grande è quello di far conoscere, amare e pregare i Salmi, a poco a poco, un passo alla volta.

## SUGGERIMENTI PER LA PREGHIERA:

- Entrando in chiesa, faccio la genuflessione o un inchino, riconoscendo la presenza di Gesù
- inizio la mia preghiera con il segno della Croce, accompagnato da un momento di silenzio
- focalizzo la mia attenzione sulla presenza reale di Gesù nell'Eucaristia, sapendo che sto iniziando a dialogare con lui
- nel frattempo, dopo un primo momento in ginocchio, scelgo quella posizione che più mi aiuti a pregare
- leggo il Salmo una prima volta, con molta calma, cercando di entrare nello spirito della preghiera proposta e nelle intenzioni del suo autore
- riprendo il Salmo dall'inizio alla fine, cercando di fare mie le parole che leggo
- scelgo una frase o una parola che mi colpisce di più, e la ripeto interiormente
- lascio spazio alla voce del mio cuore, esprimendo una mia preghiera al Signore
- concludo formulando un proposito concreto, che mi aiuti a portare frutto
- il segno della Croce che traccio lentamente, dalla fronte al cuore e alle spalle, significa che tutta la mia vita è abitata dalla presenza dello Spirito. Sono chiamato a testimoniarlo!

*Se lo desideri, scrivi una tua preghiera e deponila nel cestino ai piedi dell'altare*