

Salmi della speranza SALMO 125

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.



**il Campo
è il Mondo**
Vie da percorrere incontro all'umano

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
- a partire da questa frase 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 testimoniare!

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

ADORAZIONE EUCARISTICA

7 NOVEMBRE 2013



COMMENTO di Benedetto XVI

(Udienza generale 17/8/2005)

Salmo 125

Dio nostra gioia e nostra speranza

1. Ascoltando le parole del Salmo 125 si ha l'impressione di vedere scorrere davanti agli occhi l'evento cantato nella seconda parte del Libro di Isaia: il «nuovo esodo». È il ritorno di Israele dall'esilio babilonese alla terra dei padri in seguito all'editto del re persiano Ciro nel 538 a.C. Allora si ripeté l'esperienza gioiosa del primo esodo, quando il popolo ebraico fu liberato dalla schiavitù egiziana.

Questo Salmo acquistava particolare significato quando veniva cantato nei giorni in cui Israele si sentiva minacciato e impaurito, perché sottomesso di nuovo alla prova. Il Salmo comprende effettivamente una preghiera per il ritorno dei prigionieri del momento (cfr v. 4). Esso diventava, così, una preghiera del popolo di Dio nel suo itinerario storico, irto di pericoli e di prove, ma sempre aperto alla fiducia in Dio Salvatore e Liberatore, sostegno dei deboli e degli oppressi.

2. Il Salmo introduce in un'atmosfera di esultanza: si sorride, si fa festa per la libertà ottenuta, affiorano sulle labbra canti di gioia (cfr vv. 1-2).

La reazione di fronte alla libertà ridonata è duplice. Da un lato, le nazioni pagane riconoscono la grandezza del Dio di Israele: «Il Signore ha fatto grandi cose per loro» (v. 2). La salvezza del popolo eletto diventa una prova limpida dell'esistenza efficace e potente di Dio, presente e attivo nella storia. D'altro lato, è il popolo

di Dio a professare la sua fede nel Signore che salva: «Grandi cose ha fatto il Signore per noi» (v. 3).

3. Il pensiero corre poi al passato, rivissuto con un fremito di paura e di amarezza. Vorremmo fissare l'attenzione sull'immagine agricola usata dal Salmista: «Chi semina nelle lacrime mietirà con giubilo» (v. 5). Sotto il peso del lavoro, a volte il viso si riga di lacrime: si sta compiendo una semina faticosa, forse votata all'inutilità e all'insuccesso. Ma quando giunge la mietitura abbondante e gioiosa, si scopre che quel dolore è stato fecondo.

In questo versetto del Salmo è condensata la grande lezione sul mistero di fecondità e di vita che può contenere la sofferenza. Proprio come aveva detto Gesù alle soglie della sua passione e morte: «Se il chicco di grano caduto in terra non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto» (Gv 12,24).

4. L'orizzonte del Salmo si apre così alla festosa mietitura, simbolo della gioia generata dalla libertà, dalla pace e dalla prosperità, che sono frutto della benedizione divina. Questa preghiera è, allora, un canto di speranza, cui ricorrere quando si è immersi nel tempo della prova, della paura, della minaccia esterna e dell'oppressione interiore.

Ma può diventare anche un appello più generale a vivere i propri giorni e a compiere le proprie scelte in un clima di fedeltà. La perseveranza nel bene, anche se incompresa e contrastata, alla fine giunge sempre ad un approdo di luce, di fecondità, di pace.

È ciò che san Paolo ricordava ai Galati: «Chi semina nello Spirito, dallo Spirito raccoglierà vita eterna. E non stanchiamoci di fare il bene; se in-

fatti non desistiamo, a suo tempo mietteremo» (Gal 6,8-9).

5. Concludiamo con una riflessione di san Beda il Venerabile (672/3-735) sul Salmo 125 a commento delle parole con cui Gesù annunciava ai suoi discepoli la tristezza che li attendeva e insieme la gioia che sarebbe scaturita dalla loro afflizione (cfr Gv 16,20).

Beda ricorda che «piangevano e si lamentavano quelli che amavano Cristo quando lo videro preso dai nemici, legato, portato in giudizio, condannato, flagellato, deriso, da ultimo crocifisso, colpito dalla lancia e sepolto. Giovano invece quelli che amavano il mondo..., quando condannavano a morte turpissima colui che era per loro molesto anche solo a vederlo. Si rattristarono i discepoli della morte del Signore, ma, conosciuta la sua risurrezione, la loro tristezza si mutò in gioia; visto poi il prodigio dell'ascensione, con gioia ancora maggiore lodavano e benedicevano il Signore, come testimonia l'evangelista Luca (cfr Lc 24,53). Ma queste parole del Signore si adattano a tutti i fedeli che, attraverso le lacrime e le afflizioni del mondo, cercano di arrivare alle gioie eterne, e che a ragione ora piangono e sono tristi, perché non possono vedere ancora colui che amano, e perché, fino a quando stanno nel corpo, fanno di essere lontani dalla patria e dal regno, anche se sono certi di giungere attraverso le fatiche e le lotte al premio. La loro tristezza si muterà in gioia quando, terminata la lotta di questa vita, riceveranno la ricompensa della vita eterna, secondo quanto dice il Salmo: "Chi semina nelle lacrime, mietirà nella gioia"»

(*Omelia sul Vangelo, 2, 13: Collana di Testi Patristici, XC, Roma 1990, pp. 379-380*).