

*Bibbia per te*

②③



MARCELO BARROS

# DIALOGO CON L'AMORE

*Pregare i Salmi  
nel mondo di oggi*



EDIZIONI  
MESSAGGERO  
PADOVA

*Dedico questo libro alla carissima comunità parrocchiale  
di San Nicolò presso l'Arena di Verona,  
e ai suoi parroci Roberto Vinco e Marco Campedelli*

Il testo originale in lingua portoghese  
è stato tradotto da Giuseppe Staccone.

ISBN 978-88-250-3821-7

ISBN 978-88-250-3822-4 (PDF)

ISBN 978-88-250-3823-1 (EPUB)

Copyright © 2015 by P.P.F.M.C.

MESSAGGERO DI SANT'ANTONIO – EDITRICE

Basilica del Santo - Via Orto Botanico, 11 - 35123 Padova

*[www.edizionimessaggero.it](http://www.edizionimessaggero.it)*

# Prefazione

## *Per unire preghiera e impegno di vita*

Per rafforzarci nell'impegno di trasformare questo mondo e ravvivare la vita con una preghiera densa e profonda, possiamo sempre contare sul libro dei Salmi. Tuttavia, per molta gente d'oggi, il linguaggio con il quale i salmi vengono rivestiti può essere un ostacolo che non aiuta la persona a nutrirsi della ricchezza di questa profonda scuola di preghiera. Per sanare questa lacuna e risolvere il problema, è necessario avere il coraggio di rompere abitudini consolidate. È necessario anche un certo spogliamento per rinunciare a espressioni che sono belle e ci accompagnano da molto tempo, ma non arrivano più a esprimere la realtà attuale nella quale dobbiamo vivere l'alleanza dell'intimità con Dio e in Dio.

Questo impegno per incontrare un linguaggio nuovo sfrondata dai tanti presupposti culturali è una vera ascesi spirituale e teologica. Può essere fatta da qualcuno che ama profondamente i salmi, convive con essi da molti anni e, allo stesso tempo, si sente profondamente solidale con le persone che cercano il mistero e non si sentono a proprio agio con i costumi religiosi di sempre.

È questo il percorso seguito dal nostro fratello Marcelo Barros, monaco, teologo e amante della Bibbia. Da quando nel 1977, come vescovo di Goiàs, invitai la comunità benedettina del Monastero dell'Annunciazione di Curitiba a trasferirsi nella diocesi di Goiàs, Marcelo, allora giovane,

venne con altri due monaci a vivere e lavorare con noi. In questo periodo egli già approfondiva i salmi e li proponeva per le celebrazioni delle processioni. Insieme con altri liturgisti, poeti e artisti, come Reginaldo Veloso e suor Agostinha Vieira de Mello, preparava già quello che una decina di anni dopo in Brasile si chiamò *Ofício divino das comunidades* [«Ufficio divino delle comunità»], un modo eccellente di aprire a tutto il popolo di Dio il tesoro della Liturgia delle ore, ma in una forma veramente inserita nella cultura brasiliana e nella realtà delle comunità. Allo stesso modo, insieme con i fratelli e le sorelle di tutto il Brasile, Marcelo aiutò ad accreditare la rete «Celebra», un gruppo di formazione permanente di liturgia nelle comunità che tanto bene ha fatto in tutte le regioni del Brasile.

Ora, con questo nuovo libro efficacemente intitolato *Dialogo con l'Amore*, Marcelo fa un passo avanti nel suo confronto con i salmi. Contando come sempre sulla preziosa compagnia di Reginaldo Veloso e di Agostinha Vieira de Mello, egli ci offre una nuova versione dei salmi sgomberata il più possibile dal linguaggio patriarcale e da una spiritualità esclusivista. Il libro presenta cinquanta salmi della Bibbia tradotti in uno stile molto accessibile alle generazioni attuali e molto aperto all'oggi del mondo. È sempre possibile, senza dubbio, contestare alcune scelte fatte. Ci sarà chi lamenta alcune perdite del linguaggio della tradizione, che ci era tanto caro. Per dire la verità, io stesso avverto questo. Tuttavia, per condividere il pane con gli altri fratelli e sorelle, non possiamo conservarlo intero e intatto. Dobbiamo spartirlo. Così come l'alimento della nostra tavola necessita di essere spezzato per essere spartito, anche con il pane della parola e con il tesoro dei salmi avviene lo stesso.

Dobbiamo rinunciare alla nostra familiarità culturale con loro per distribuirli con un gruppo più numeroso di fratelli e sorelle.

Per gli autori di questo libro, ogni rilievo critico è benvenuto e, senza dubbio, a questa prima edizione altre ne seguiranno. Questa volta abbiamo ricevuto il dono di cinquanta salmi, quelli più comunemente usati e apprezzati dalle nostre comunità. Nelle edizioni future, certamente altri salmi saranno aggiunti. Ma questi già ci danno un sapore nuovo della parola di Dio nel linguaggio attuale ed ecumenico, e dobbiamo valercene.

In uno dei suoi scritti più belli, il sermone pronunciato nella sua ordinazione presbiterale, Gregorio di Nissa, pastore della chiesa orientale, nel secolo IV, spiega:

*Si immagini una persona che cammina nel deserto, sotto il sole cocente di mezzogiorno. È assetato e non ha acqua. All'improvviso, a lato della strada, ecco esce una fonte di acque limpide e trasparenti lì alla sua portata. Senza dubbio non gli passerà per la testa di restare a ragionare sopra la natura dell'acqua, né perdere tempo con studi su come quell'acqua è arrivata fin lì. Gli sarà sufficiente avvicinarsi alla fonte, piegare il suo corpo a terra e bere da quell'acqua fino a saziarsi.*

Allo stesso modo, a chi ha sete succeda codesta cosa, e Dio lo benedica e lo accompagni in questo cammino.

Il vostro fratello più vecchio

✠ TOMÀS BALDUÌNO<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Dettato e sottoscritto da un letto di ospedale in Goiânia, nel giovedì santo del 2014.



# Invito a camminare e mappa del percorso

Questo libro non è una semplice traduzione di alcuni salmi. Dal salterio abbiamo scelto cinquanta salmi, che tante persone apprezzano e recitano frequentemente, e li abbiamo tradotti. La nostra, però, non è una traduzione letterale, né una parafrasi. Proponiamo una traduzione adattata o attualizzata che ci permetta di pregare con il salmo nella prospettiva della realtà di oggi. Anche quando il salmo è recitato da qualcuno che si trova solo e lo recita individualmente, dobbiamo ricordare che esso esprime la comunione con l'umanità e implica la solidarietà con tutte le persone oppresse.

## ***1. I Salmi ci insegnano a vivere in intimità con Dio***

*Orare* (pregare) significa esprimere con la bocca (latino: *os, oris*, orare/pregare) e con le labbra l'amore che vive e palpita nel cuore perché, come Gesù ci ha insegnato, «la bocca parla dalla pienezza del cuore» (Lc 6,45b). Perciò, la preghiera è qualcosa di vitale. Nessuno ha bisogno di spiegazioni su cosa essa sia o su come pregare, così come nessuno fa un corso per innamorarsi o per coltivare un'amicizia. C'è però una differenza. Considerando che nella tradizione giudaico-cristiana e islamica la preghiera è rivolta a qualcuno che non vediamo e con il quale non possiamo dialogare come facciamo con le persone che vivono intorno a noi, riteniamo che, in questo caso, per pregare sia necessario apprendere un metodo.

È molto importante che, proponendoci di incontrare il mistero più profondo che chiamiamo Dio, evitiamo di ritrovarci a incontrare, appena e solo noi stessi. Oggi, comunemente, i salmi sono usati come una risorsa di auto-aiuto; ebbene, la nostra proposta è di andare oltre questo approccio. Nell'antichità, per definire l'idolo si faceva ricorso all'immagine nello specchio. Una persona pensa di stare davanti a Dio, mentre in realtà riflette, come in uno specchio, l'immagine di se stessa. Per pregare abbiamo bisogno, sicuramente, d'incontrarci profondamente con noi stessi, ma come un primo passo per disporci all'incontro più profondo con gli altri, in comunione con tutto l'universo, per immergerci in Dio e con Dio.

Per le persone educate nella tradizione ebraica e cristiana, i salmi della Bibbia sono poesie e preghiere composte da comunità oranti, in grande maggioranza di poveri e di oppressi. Quelle preghiere, i salmi, ci aiutano a rinnovare il patto d'intimità con Dio, a scoprirlo nel più profondo del cuore delle altre persone e a dargli testimonianza come alla luce e all'energia più intima del nostro essere.

In questa comunione così profonda, anche quando preghiamo da soli, ci avviciniamo all'ombra del mistero e ci affidiamo alle mani di Dio che Gesù ha chiamato «Abbà», «papà», e che alcuni salmi vedono come una madre. Nel suo seno riposiamo «come un bambino, dopo la poppata» (cf. Sal 131).

Nella tradizione giudaico-cristiana, il libro dei Salmi è sempre stato il cardine della preghiera. Il sacerdote cristiano-ebreo André Chouraqui ha scritto: «Siamo nati con questo libro nelle viscere. Un piccolo libro. [...] Più che un libro, è un essere vivente che parla – e ci parla – che soffre, geme e

muore. Risuscita, canta e trasporta noi stessi e i secoli, dall'inizio alla fine».

I salmi sono presenti in ogni celebrazione cristiana. Danno alle persone che pregano individualmente la certezza di pregare secondo ciò che Dio ha ispirato (come un bambino che dà al padre o alla madre il dono che il padre o la madre hanno scelto di ricevere). Ma è anche una scuola di preghiera. Insegna a pregare a partire dalla vita concreta. Ogni persona, nei salmi, si manifesta com'è, nella sua verità interiore, con i suoi sentimenti buoni o cattivi, belli o brutti. I salmi ci collegano alla storia del popolo di Dio. Muovendo da questa storia collocano la preghiera nel cuore di ogni realtà umana, guardata dal punto di vista delle persone e delle comunità oppresse. Così, i salmi creano un rapporto intimo tra la persona che prega, Dio e il popolo che cammina verso la liberazione. Senza questa scelta di amore e di giustizia, non esiste una vera preghiera biblica.

## ***2. Le preghiere di un altro tempo nel mondo di oggi***

Una difficoltà che incontriamo, nel pregare con i salmi, risiede nel fatto che sono stati concepiti in tempi molto antichi; quindi, all'interno di un altro tipo di società e di culture molto differenti da quelle di oggi. Molti dei loro messaggi sono tuttora validi; ma il linguaggio religioso dei salmi e il modo in cui parlano di Dio appartengono a un passato che non possiamo più rivivere. Le culture antiche riflettono ed esprimono un rapporto di dipendenza dalla natura e un'immagine delle forze cosmiche che oggi non abbiamo più. Per esempio, i simboli della luce e dell'oscurità vengono da un mondo in cui non c'era l'energia elettrica, né le persone

potevano comunicare tra loro con gli strumenti attualmente a nostra disposizione. Tuttavia, bisogna ammettere che nel nostro tempo, anche con l'uso della luce elettrica, la notte non ha perso la sua dimensione simbolica. Il timore delle forze cosmiche non è tanto forte quanto lo era anticamente, ma nelle nostre grandi città le persone continuano ad aver paura di uscire durante la notte. Inoltre, le disuguaglianze sociali e il modo perverso in cui è strutturato il mondo attuale subentrano, come forza di potere incontrollabile, a sostituire quella che nei tempi antichi era la dipendenza di ogni essere umano dalla relazione subalterna con la natura. Comunque, anche oggi, siamo spettatori di disastri ecologici che ci ammoniscono sulla nostra debolezza umana. Ci dicono che siamo parte di questo universo e, che, se veniamo meno al rispetto della natura e la sconvolgiamo, tutti ne soffriamo le conseguenze, insieme con la nostra madre terra. Nella liturgia e nella preghiera, continuiamo a usare il fuoco e le candele. Nelle più diverse tradizioni, questi simboli sono ancora in uso; ma, piaccia o no, la candela e il fuoco hanno una forza simbolica differente dai tempi antichi in cui erano, di fatto, l'unica luce per la notte. Di queste differenze culturali sentiamo l'impatto quando recitiamo i salmi, che esprimono così bene quelle antiche culture. A volte, ci sorprende anche il modo in cui alcuni salmi si esprimono in relazione ai popoli vicini e alle loro culture. Si tratta di espressioni che riflettono la realtà di un popolo oppresso che si sentiva minacciato dagli imperi limitrofi. Proprio per questo, i salmi si riferiscono agli stranieri con amarezza, con un atteggiamento di autodifesa e anche di rabbia. Oggi, non possiamo ripetere certe parole dei salmi contro i popoli vicini. Non possiamo pregare co-

me se le persone di altre culture e religioni fossero nostre nemiche. Lo stesso legame d'Israele con la terra, con il tempio e con la sua identità di popolo, pur avendo molto da insegnarci, non può essere, assolutamente, riproposto.

### ***3. Andare oltre il linguaggio patriarcale***

In molti testi, e nello stesso stile dei salmi, si manifesta una cultura patriarcale. È troppo comodo dire che, avendoli ricevuti da un'altra epoca storica, dobbiamo accettarli così come sono. È evidente che, sebbene inconsciamente, il linguaggio patriarcale continua a fare del male alla società. È responsabile di molte sofferenze e ingiustizie che non piacciono a Dio amore, giustizia e inclusione. Cambiare quel linguaggio non è facile. In molti salmi, esso è inerente al modo di parlare della persona che prega. Per fare un esempio, l'orante appare sempre nel genere maschile, cioè è sempre un uomo a pregare. Anche i riferimenti di tipo generale o universale sono sempre fatti nel genere maschile: i giusti e gli ingiusti, i peccatori e così via. Nella maggior parte delle traduzioni della Bibbia, il Salmo 1 inizia con queste parole: «Felice l'uomo!» quando il significato è quello di «essere umano», uomo e donna. In questo libro cerchiamo di essere fedeli al testo del salmo ma, allo stesso tempo, cerchiamo di superare il genere maschile della persona che prega.

### ***4. Il modo di nominare la divinità***

Più difficile, ancora, risulta la traduzione del linguaggio dei salmi quando essi si riferiscono direttamente al nome di Dio. In questo libro, siamo stati molto attenti a pronunciare il nome divino,

con l'intenzione manifesta e dichiarata di obbedire, ecumenicamente, al comando biblico di non nominarlo. Crediamo, infatti, che questo comandamento non riguardi solo il popolo ebraico né sia oggi superato. Gesù rispettava la norma ebraica. Secondo i Vangeli, quando si riferiva a Dio, preferiva sempre dire «regno dei cieli», per non dire «di Dio». Nel *Discorso delle beatitudini* e in altre circostanze ha usato il passivo («saranno consolati, saranno saziati»), per non dire «Dio li consolerà» o «Dio li sazierà»). In alcuni momenti speciali e nelle orazioni più spontanee, lo chiamava «Abbà», papà, ma spesso semplicemente si rivolgeva a lui con «tu» o si riferiva a «colui che è nei cieli».

I salmi, composti prima di Gesù, presentano due forme per nominare la divinità. La prima è quella dei salmi di tradizione jahvista; la seconda è quella dei salmi di tradizione elohista. I primi si rivolgono a Dio chiamandolo per nome. Comunemente, si usava scrivere il tetragramma sacro – le quattro consonanti impronunciabili del nome divino (JH-VH) – e in alto si poneva un simbolo che indicava al lettore di leggere «Adonai», il Signore o l'Eterno... Rivolgendosi a Dio come Signore e, in alcuni casi, come il solo Signore, i salmi intendevano relativizzare il potere divino dei re e accentuare il concetto che solo Dio può essere considerato Signore, perché fonte di vita e di conservazione di tutte le creature, di tutti gli uomini e di tutte le donne.

A partire dal tempo dell'impero romano, il titolo imperiale *Kyrios* (Signore) ha preso il senso di dominatore e sovrano. Un'immagine questa che Gesù non ha voluto riferire a Dio; perciò, lo ha chiamato «papà» e ci ha rivelato che Dio è presente negli ultimi del mondo ma si mantiene lontano dai grandi che dominano e imperano.

Attualmente, nel linguaggio usuale o comune, il termine «signore» è associato a un mondo in cui ci sono pochi signori e molti sudditi. Perciò, abbiamo evitato di tradurre il nome del Dio biblico nella traslitterazione usuale di «Signore». Abbiamo cercato, allo stesso modo, di non parlare di Dio al genere maschile. Vogliamo osare un nuovo linguaggio che ci permetta di unificare gli uomini e le donne oranti, nonché un modo più comprensivo di parlare di Dio: padre e madre, sposo e sposa dell'umanità. Dobbiamo ammettere che, a volte, con il cambiamento che abbiamo adottato il linguaggio simbolico del salmo risulta impoverito; però, allo stesso tempo, lo attualizza e lo rende più ecumenico.

I salmi di tradizione elohista usano, semplicemente, il nome *Dio (El)*. Era il nome comune degli dèi cananei. Molte volte era legato a un luogo: Dio dei luoghi alti o Altissimo o Dio degli eserciti (*El Shabbaot*) o Dio delle corti celesti e così via. Alcuni salmi dicono che Dio abita nella montagna o nel santuario della tribù. Abbiamo cercato di tradurre tutto in un linguaggio più attuale per riferirci a Dio. Quindi, abbiamo evitato di ripassare l'immagine di un Dio nazionale o etnico che protegge il nostro gruppo e lascia morire coloro che di esso non fanno parte. Proprio perché elohista, cioè, per il fatto di adottare immagini di Dio che vengono dal mondo dei cananei e di altri popoli, questo tipo di salmi, se siamo fedeli al suo spirito, può aiutarci a esprimere Dio in un linguaggio più ecumenico e più pluralista. Non possiamo parlare di Dio come di una divinità violenta che uccide i nemici e si vendica di coloro che ci hanno fatto del male, secondo immagini presenti e ricorrenti nei salmi. Tentiamo di tradurle in modo da essere meno fe-

deli alla lettera e più fedeli allo spirito. Lo Spirito madre, che rende giustizia al popolo ebraico oppresso e gli garantisce la vita e la libertà, non è una divinità crudele con gli altri popoli. Al contrario, è il Dio dell'universo, il Dio di tutti; e gli stessi salmi di tradizione elohista, al presentare Dio come colui che vince il caos e armonizza l'universo, si prestano a questa lettura attualizzata. Senza cadere in circoli infiniti di parafrasi, abbiamo cercato di attualizzare questa forma di preghiera.

### ***5. Salmi comunitari per pregare individualmente***

In origine, i salmi sono stati raccolti come collezioni di cantici da usare, indifferentemente, nelle sinagoghe dei villaggi d'Israele o nel culto ufficiale del tempio di Gerusalemme. Abbiamo fatto questa traduzione in modo che i salmi possano essere utilizzati in comunità; ma abbiamo pensato, soprattutto, ai fratelli e alle sorelle che vivono nella diaspora del mondo e hanno difficoltà a ritrovarsi in comunità per pregare.

Abbiamo pure cercato di relativizzare il linguaggio o la cultura teistica che vede Dio, esclusivamente, come qualcuno fuori di noi con cui ci rapportiamo nella modalità: da un «io» o un «noi» a un «tu». Noi crediamo che Dio si manifesti in noi e dentro di noi. Incontriamo la divinità nell'intimità del nostro essere e non in una relazione eteronoma, cioè, esteriorizzata e «quasi come fuori dalla nostra vita». Un'altra questione importante è questa: come pregare, oggi, con i salmi che nei tempi antichi esprimevano le preghiere dei pellegrini nel tempio di Gerusalemme, considerato casa di Dio o luogo del suo riposo? Abbiamo cercato di tradurre in termini comparativi o, semplicemente, abbiamo

sostituito il linguaggio del santuario e del tempio con espressioni legate all'intimità divina. Indubbiamente, questa soluzione spezza l'armonia testuale di alcuni poemi, come i Salmi 24, 84 e altri; tuttavia, nell'assumere questo rischio abbiamo pensato di introdurre nella preghiera di questi salmi una nuova attualità.

## ***6. Poema ebraico e poema italiano, traduzione e poesia***

Non è facile tradurre la poesia ebraica in italiano, rimanendo fedeli al contenuto delle parole o allo stile poetico e alla bellezza delle immagini originali e, allo stesso tempo, avere un testo italiano poetico e bello, da recitare oggi. Tradurre i salmi non sembra un compito possibile per una sola persona. Perciò, in questa traduzione abbiamo scelto di partire da una traduzione letterale e di ricorrere all'aiuto di poeti e di poetesse, di compositori popolari, di liturgisti e oranti di diverse esperienze e tradizioni.

Nel testo di alcuni salmi abbiamo mantenuto, ove possibile, la metrica utilizzata nell'Ufficio divino delle comunità. In alcuni casi, questa scelta ci sembrava artificiale per la preghiera individuale e, perciò, non siamo stati rigidi sulla metrica e, meno ancora, sulla rima.

## ***7. Un ultimo punto***

Due parole sul modo in cui abbiamo impostato questo libro. Inizialmente, abbiamo scelto cinquanta salmi. Ogni salmo è presentato con un'introduzione per aiutare l'orante a entrare nella comprensione del suo significato. Dopo questa prima parte (I), abbiamo inserito il testo del salmo (II). In terzo luogo, abbiamo aggiunto una preghie-

ra – di un autore attuale o antico, facendo la ricerca nelle varie tradizioni spirituali dell'umanità – che ci possa aiutare a pregare con il salmo (III). Infine, proponiamo un modo di vivere il messaggio che il salmo suggerisce in relazione al mondo di oggi. È una forma di applicazione pratica del salmo (IV).

Per questa versione, macroecumenica e inclusiva, partiamo dal testo ebraico, facendo ricorso, principalmente, alla traduzione di padre André Chouraqui, ebreo che ha tradotto tutta la Bibbia per la lingua portoghese, in linea con la sensibilità ebraica. Inoltre, molte volte, abbiamo consultato la traduzione di G. Ravasi nel suo grande commento ai salmi; abbiamo pure seguito la versione poetica che ha realizzato in collaborazione con David Maria Turollo<sup>2</sup>. Considerando che la versione di molti salmi dell'Ufficio divino delle comunità è abbastanza fedele all'originale, nonché poetica, in molti casi partiamo da questa traduzione, cambiando solo la traduzione dei versetti che i nuovi criteri adottati ci hanno richiesto.

Vi preghiamo di accettare la traduzione di questi salmi così come la proponiamo. I salmi ci aiutano a rinnovarci per vivere il patto d'intimità con Dio. Non è facile parlare di ciò che è intimo. Ci auguriamo che il linguaggio usato vi sia di aiuto. Con sant'Agostino, suggerisco le parole da lui scritte nel IV secolo: «Indicatemi qualcuno che ami e senta quello che sto dicendo. Datemi qualcuno che desideri, che cammini in questo deserto, qualcuno che abbia sete e sospiri per la fonte della vita. Mostrami questa persona e lei saprà che cosa voglio dire»<sup>3</sup>.

---

<sup>2</sup> G. RAVASI, *Il Libro dei Salmi*, I, II, III, EDB, Bologna 2008<sup>10</sup>; cf. anche D.M. TUROLLO – G. RAVASI, *Lungo i fiumi: i Salmi*, traduzione poetica e commento, San Paolo, Milano 1998<sup>3</sup>.

<sup>3</sup> AGOSTINO, *Trattato sul Vangelo di Giovanni*, 26,4.

# Salmo I

## *I. Per comprendere il significato del salmo*

Questo salmo, cominciando con la prima lettera dell'alfabeto ebraico, *alef*, costituisce la porta di accesso a tutto il salterio. Allo stesso tempo, il Salmo 1 è una sorta di chiave di lettura per tutta la preghiera biblica perché è, in primo luogo, una benedizione, un dire bene dell'altro, delle persone che vivono nella via della giustizia e che non si trovano, immediatamente, in relazione diretta con Dio. Così, esso c'insegna che la base o la condizione della vera preghiera e dell'intimità profonda con Dio è la pratica della giustizia. La quale avviene attraverso la meditazione – ripetizione che è come un mormorio permanente – una vera ruminazione della Legge<sup>4</sup> o della parola divina nella vita quotidiana del credente.

Non è dal modo in cui un uomo parla di Dio, ma dal modo in cui parla delle cose terrestri, che si può meglio discernere se la sua anima ha soggiornato nel fuoco dell'amore di Dio (Simone Weil)<sup>5</sup>.

Aleph-A

Apri la mia bocca, fonte di amore,  
e trasforma il mio vivere in lode a te.

Parola per parola, percorrendo l'intero alfabeto,  
in nome dell'universo, che io canti l'Amore<sup>6</sup>.

---

<sup>4</sup> «Legge» con la maiuscola, secondo una figura del linguaggio che indica la parte per il tutto – specialmente quando si tratta della parte più importante – (in questo caso i primi cinque libri del Pentateuco, attribuiti a Mosè), nel linguaggio biblico vuole significare la Sacra Scrittura, ossia la Bibbia.

<sup>5</sup> Cf. DOM SEBASTIAN SOARES, nella prefazione del libro di M. BARROS, *Lo Spirito viene sulle acque*, Ed. Loyola, São Paulo 1998, 9.

<sup>6</sup> Strofa iniziale usata come introduzione del Salmo 1, adattato

## ***II. Salmo per iniziare la preghiera***

Felice chi non segue la strada sbagliata,  
beata colei che non trama il male;  
felice chi non si mette al seguito  
dell'oppressore,  
ma sceglie la legge divina come sua compagnia,  
e medita su di essa di giorno e di notte.

Come albero piantato lungo il fiume  
darà il suo frutto nel tempo stabilito,  
il suo verde fogliame non appassirà mai,  
avranno successo tutti i suoi progetti.

Chi naviga contro marea e si unisce ai malvagi  
è come paglia secca portata via dal vento,  
nel giorno del giudizio non rimane in piedi,  
perché tu proteggi chi cammina nella giustizia  
laddove il malvagio si avvia verso la perdizione.

## ***III. Preghiera per continuare il salmo***

Rileggi e ripassa nel cuore ogni parola del salmo. Osserva come molte volte la realtà contraddice questo salmo. Sono gli ingiusti e i malvagi a vincere nella vita, laddove le persone che seguono la via della giustizia sembrano perdere (anche il Salmo 73 denuncia questo stato di cose e riflette su questo problema). Tuttavia, quando scegliamo la strada del bene scommettiamo sulla realizzazione del piano divino nel mondo e accettiamo di consacrare la nostra vita per testimoniare il regno di giustizia, di pace e di amore. A partire da questa scelta c'impegniamo a vivere nell'intimità con Dio. Se lo desideri, puoi concludere con una preghiera meditativa rivolta a Gesù da un cristiano del secolo IV:

---

dalla versione italiana del Salterio, tradotto e composto da TUROLDO - RAVASI, *Lungo i fiumi: i Salmi*, 15.

# Indice

<i>Prefazione (Tomàs Balduìno)</i> .....	5
<b>Invito a camminare e mappa del percorso</b>	9
1. <i>I Salmi ci insegnano a vivere in intimità         con Dio</i> .....	9
2. <i>Le preghiere di un altro tempo nel mondo         di oggi</i> .....	11
3. <i>Andare oltre il linguaggio patriarcale</i> .....	13
4. <i>Il modo di nominare la divinità</i> .....	13
5. <i>Salmi comunitari per pregare         individualmente</i> .....	16
6. <i>Poema ebraico e poema italiano, traduzione         e poesia</i> .....	17
7. <i>Un ultimo punto</i> .....	17
<b>Salmo 1</b> .....	19
<b>Salmo 3</b> .....	22
<b>Salmo 4</b> .....	25
<b>Salmo 8</b> .....	28
<b>Salmo 11</b> .....	30
<b>Salmo 16</b> .....	32
<b>Salmo 19</b> .....	35
<b>Salmo 23</b> .....	38
<b>Salmo 24</b> .....	41

<b>Salmo 25</b> .....	43
<b>Salmo 27</b> .....	46
<b>Salmo 30</b> .....	49
<b>Salmo 31</b> (parti A e C) .....	52
<b>Salmo 33</b> .....	55
<b>Salmo 34</b> .....	59
<b>Salmo 36</b> .....	62
<b>Salmo 40</b> .....	65
<b>Salmo 42</b> .....	68
<b>Salmo 46</b> .....	71
<b>Salmo 51</b> .....	74
<b>Salmo 63</b> .....	77
<b>Salmo 65</b> .....	80
<b>Salmo 67</b> .....	83
<b>Salmo 71</b> .....	85
<b>Salmo 84</b> .....	88
<b>Salmo 85</b> .....	91
<b>Salmo 86</b> .....	93
<b>Salmo 90</b> .....	95
<b>Salmo 91</b> .....	99
<b>Salmo 92</b> .....	102
<b>Salmo 95</b> .....	105

<b>Salmo 96</b> .....	107
<b>Salmo 98</b> .....	109
<b>Salmo 103</b> .....	111
<b>Salmo 104</b> .....	114
<b>Salmo 111</b> .....	118
<b>Salmo 113</b> .....	121
<b>Salmo 116</b> .....	123
<b>Salmo 118</b> .....	126
<b>Salmo 121</b> .....	129
<b>Salmo 126</b> .....	131
<b>Salmo 127</b> .....	133
<b>Salmo 130</b> .....	135
<b>Salmo 131</b> .....	137
<b>Salmo 138</b> .....	139
<b>Salmo 139</b> .....	141
<b>Salmo 146</b> .....	144
<b>Salmo 147</b> .....	146
<b>Salmo 148</b> .....	150
<b>Salmo 150</b> .....	153
<b>Suggerimenti su come pregare i salmi</b> ....	155
<i>I. Come pregare</i> .....	155
<i>II. Come scegliere il salmo per pregare</i>	
<i>nei vari momenti</i> .....	157
<i>Distribuzione dei salmi in una settimana</i> ....	158
	163