Il salmo del mese

a cura di sr Paola Cover

L'appuntamento del *lunedì*: perchè la Parola diventi VITA!
3/05 – 10/05 – 17/05 – 24/05 – 31/05/2010

Salmo 144 (143)

Mio rifugio e mio liberatore!

Benedetto il Signore, mia roccia,
che addestra le mie mani alla guerra,
le mie dita alla battaglia,
mio alleato e mia fortezza,
mio rifugio e mio liberatore,
mio scudo in cui confido,
colui che sottomette i popoli al mio giogo.

Signore, che cos'è l'uomo perché tu l'abbia a cuore?
Il figlio dell'uomo, perché te ne dia pensiero?
L'uomo è come un soffio,
i suoi giorni come ombra che passa.

Signore, abbassa il tuo cielo e discendi,
tocca i monti ed essi fumeranno.
Lancia folgori e disperdili,
scaglia le tue saette e sconfiggili.

Stendi dall'alto la tua mano,
scampami e liberami dalle grandi acque,
dalla mano degli stranieri.
La loro bocca dice cose false
e la loro è una destra di menzogna.

O Dio, ti canterò un canto nuovo,
inneggerò a te con l'arpa a dieci corde,
a te, che dai vittoria ai re,
che scampi Davide, tuo servo, dalla spada iniqua.

1. Benedetto il Signore, mia roccia...

Dalla prima lettera di Pietro (2,4-6)

Avvicinandovi a *lui, pietra viva*, rifiutata dagli uomini ma *scelta e preziosa davanti a Dio*, quali pietre vive siete costruiti anche voi come edificio spirituale, per un sacerdozio santo e per offrire sacrifici spirituali graditi a Dio, mediante Gesù Cristo.
Si legge infatti nella Scrittura:

Ecco, io pongo in Sion
una pietra d'angolo,scelta, preziosa,
e chi crede in essa non resterà deluso.

Gesù è per me 'pietra viva, scelta e preziosa',
su cui fondare la mia vita?

Credo in te, Signore,
mia roccia, mia fortezza, mio liberatore;
mia rupe, in cui trovo riparo,
mia potente salvezza.
Donami la gioia di avvicinarmi a te
per essere pietra viva
che ti testimonia come l'Unico
su cui fondare e in cui trovare la vera vita.
Amen.

****

2. addestra le mie dita alla battaglia...

Dalla lettera di S. Paolo agli Efesini (6,10-17)

Rafforzatevi nel Signore e nel vigore della sua potenza. Indossate l'armatura di Dio per poter resistere alle insidie del diavolo. La nostra battaglia infatti non è contro la carne e il sangue, ma contro i Principati e le Potenze, contro i dominatori di questo mondo tenebroso, contro gli spiriti del male che abitano nelle regioni celesti.
Prendete dunque l'armatura di Dio, perché possiate resistere nel giorno cattivo e restare saldi dopo aver superato tutte le prove. State saldi, dunque: attorno ai fianchi, la verità; indosso, la corazza della giustizia; i piedi, calzati e pronti a propagare il vangelo della pace. Afferrate sempre lo scudo della fede, con il quale potrete spegnere tutte le frecce infuocate del Maligno; prendete anche l'elmo della salvezza e la spada dello Spirito, che è la parola di Dio.

Come affronto le difficoltà e lotte che la vita mi presenta?

Signore Gesù Cristo,
ti preghiamo di donarci
l'amore a te e al prossimo,
di farci figli della luce,
di difenderci dalle cadute del peccato
e dalle tentazioni del maligno,
perché possiamo meritare
di ascendere alla luce gloriosa del tuo volto.
Con il tuo aiuto,
tu che sei benedetto e glorioso
nei secoli dei secoli.
Amen.

(Sant'Antonio)

****

3. mio scudo in cui confido...

Dal vangelo di Giovanni (8,1-11))

Dopo tali fatti, fu rivolta ad Abram, in visione, questa parola del Signore: *"Non temere, Abram. Io sono il tuo scudo*; la tua ricompensa sarà molto grande". Rispose Abram: "Signore Dio, che cosa mi darai? Io me ne vado senza figli e l'erede della mia casa è Elièzer di Damasco". Soggiunse Abram: "Ecco, a me non hai dato discendenza e un mio domestico sarà mio erede". Ed ecco, gli fu rivolta questa parola dal Signore: "Non sarà costui il tuo erede, ma uno nato da te sarà il tuo erede". Poi lo condusse fuori e gli disse: "Guarda in cielo e conta le stelle, se riesci a contarle"; e soggiunse: "Tale sarà la tua discendenza". *Egli credette al Signore, che glielo accreditò come giustizia.*

Presento al Signore, 'mio scudo',
una situazione nella quale confidare in Lui...

Padre mio, io mi abbandono a Te,
fa' di me ciò che ti piace.
Qualunque cosa tu faccia di me, ti ringrazio.
Sono pronto a tutto, accetto tutto.
La tua volontà si compia in me
e in tutte le tue creature.
Non desidero altro, mio Dio.
Affido l'anima mia alle tue mani.
Te la dono, mio Dio,
con tutto l'amore del mio cuore,
perché ti amo,
ed è per me un'esigenza d'amore il donarmi,
e rimettermi nelle tue mani senza riserve,
con una confidenza infinita,
perché tu sei il Padre mio.
Amen.

(Charles De Foucauld)

****

4. Stendi dall'alto la tua mano, scampami e liberami dalle grandi acque...

Dal vangelo di Matteo (14,24-31)

La barca intanto distava già molte miglia da terra ed era agitata dalle onde: il vento infatti era contrario. Sul finire della notte egli andò verso di loro camminando sul mare. Vedendolo camminare sul mare, i discepoli furono sconvolti e dissero: "È un fantasma!" e gridarono dalla paura. Ma subito Gesù parlò loro dicendo: "Coraggio, sono io, non abbiate paura!". Pietro allora gli rispose: "Signore, se sei tu, comandami di venire verso di te sulle acque". Ed egli disse: "Vieni!". Pietro scese dalla barca, si mise a camminare sulle acque e andò verso Gesù. Ma, vedendo che il vento era forte, s'impaurì e, cominciando ad affondare, gridò: *"Signore, salvami!". E subito Gesù tese la mano, lo afferrò* e gli disse: "Uomo di poca fede, perché hai dubitato?".

Da quali acque chiedo di essere scampato?
Ho fiducia nella Sua mano che mi salva?

Tu rendi sicuri i miei passi
e segui con amore il mio cammino.
Se cado, non rimango a terra,
perché tu, Signore,
con la tua mano mi sollevi.

(cf. Sl 37,23-24)

****

5. O Dio, ti canterò un canto nuovo...

Dal libro dell'Apocalisse (5,7-10)

(L'Agnello) Giunse e prese il libro dalla destra di Colui che sedeva sul trono. E quando l'ebbe preso, i quattro esseri viventi e i ventiquattro anziani si prostrarono davanti all'Agnello, avendo ciascuno una cetra e coppe d'oro colme di profumi, che sono le preghiere dei santi, *e cantavano un canto nuovo*:

"Tu sei degno di prendere il libro
e di aprirne i sigilli,
perché sei stato immolato
e hai riscattato per Dio, con il tuo sangue,
uomini di ogni tribù, lingua, popolo e nazione,
e hai fatto di loro, per il nostro Dio,
un regno e sacerdoti,
e regneranno sopra la terra".

Quale canto nuovo mi suggerisce il cuore
per lodare l'Agnello che mi ha amato e ha dato se stesso per me?

Grazie, Signore,
per averci dato il canto:
al tuo cospetto
cogliamo la sua meravigliosa armonia.

Quando canto per te
ti ascolto nel mio stesso canto.
Alleluia.

Grazie, Signore,
per i canti:
e per te che nel canto sei la musica.

Quando canto per te,
sei già presente
nella mia capacità di cantare.
Alleluia. Amen.

(B. Teresa di Calcutta))

****