Il salmo del mese

a cura di sr Paola Cover

L'appuntamento del *lunedì*: perchè la Parola diventi VITA!
3/08 – 10/08 – 17/08 – 24/06 – 31/08/09

Dal Salmo 34 A (33)

Gustate quanto è buono il Signore!

Benedirò il Signore in ogni tempo,
sulla mia bocca sempre la sua lode.
Io mi glorio nel Signore,
ascoltino gli umili e si rallegrino.
Celebrate con me il Signore,
esaltiamo insieme il suo nome.

Ho cercato il Signore e mi ha risposto
e da ogni timore mi ha liberato.
Guardate a lui e sarete raggianti,
non saranno confusi i vostri volti.
Questo povero grida e il Signore lo ascolta,
lo libera da tutte le sue angosce.
L'angelo del Signore si accampa
attorno a quelli che lo temono e li salva.

Gustate e vedete quanto è buono il Signore;
beato l'uomo che in lui si rifugia.
Temete il Signore, suoi santi,
nulla manca a coloro che lo temono.
I ricchi impoveriscono e hanno fame,
ma chi cerca il Signore non manca di nulla.

L'appuntamento del *lunedì*: perchè la Parola diventi VITA! *(scorrevole)*

1. Celebrate con me il Signore, esaltiamo insieme il suo nome...

Dalla lettera di S. Paolo apostolo ai Colossesi (3,16-17)

La parola di Cristo dimori tra voi abbondantemente; ammaestratevi e ammonitevi con ogni sapienza, *cantando a Dio di cuore e con gratitudine* salmi, inni e cantici spirituali. E tutto quello che fate in parole ed opere, *tutto si compia nel nome del Signore Gesù*, rendendo per mezzo di lui grazie a Dio Padre.

Celebrate con me il Signore perché...

Santo, santo, santo
il Signore Iddio onnipotente,
che è, che era e che verrà.
Lodiamolo ed esaltiamolo in eterno.
Tu sei degno, Signore Dio nostro,
di ricevere la lode, la gloria
e l'onore e la benedizione.
Lodiamolo ed esaltiamolo in eterno.

(S. Francesco)

****

2. Guardate a lui e sarete raggianti…

Dal libro dell'Esodo (34,29.34-35)

Quando Mosè scese dal monte Sinai - le due tavole della Testimonianza si trovavano nelle mani di Mosè mentre egli scendeva dal monte - non sapeva che *la pelle del suo viso era diventata raggiante, poiché aveva conversato con lui.*

Quando entrava davanti al Signore per parlare con lui, Mosè si toglieva il velo, fin quando fosse uscito. Una volta uscito, riferiva agli Israeliti ciò che gli era stato ordinato. Gli Israeliti, guardando in faccia Mosè, *vedevano che la pelle del suo viso era raggiante*. Poi egli si rimetteva il velo sul viso, fin quando fosse di nuovo entrato a parlare con lui.

Accolgo l'invito a guardare a lui…
a parlare con lui… a lasciarmi trasformare…

Gioisco in Te, Signore, sempre.
Colloco i miei occhi
davanti allo specchio dell'eternità.
Colloco la mia mente
nello splendore della gloria.
Colloco il mio cuore in Te, Signore,
e mi trasformo interiormente,
per mezzo della contemplazione,
nella immagine della tua divinità.
Amen.

(S. Chiara)

****

3. Questo povero grida e il Signore lo ascolta…

Dal vangelo di Marco (10,46-52)

E giunsero a Gerico. E mentre partiva da Gerico insieme ai discepoli e a molta folla, il figlio di Timèo, Bartimèo, cieco, sedeva lungo la strada a mendicare. Costui, al sentire che c'era Gesù Nazareno, *cominciò a gridare* e a dire: «Figlio di Davide, Gesù, abbi pietà di me!». Molti lo sgridavano per farlo tacere, *ma egli gridava più forte*: «Figlio di Davide, abbi pietà di me!».

Allora Gesù si fermò e disse: «Chiamatelo!». E chiamarono il cieco dicendogli: «Coraggio! Alzati, ti chiama!». Egli, gettato via il mantello, balzò in piedi e venne da Gesù. Allora Gesù gli disse: «Che vuoi che io ti faccia?». E il cieco a lui: «Rabbunì, che io riabbia la vista!». E Gesù gli disse: «Va', la tua fede ti ha salvato». E subito riacquistò la vista e prese a seguirlo per la strada.

Quale 'grido' rivolgo oggi a Gesù che passa sulla 'mia strada'?

Nell'angoscia ho gridato al Signore,
mi ha risposto, il Signore, e mi ha tratto in salvo.
Il Signore è con me, non ho timore;
che cosa può farmi l'uomo?
Il Signore è con me, è mio aiuto,
sfiderò i miei nemici.

E' meglio rifugiarsi nel Signore
che confidare nell'uomo.
E' meglio rifugiarsi nel Signore
che confidare nei potenti.

Mia forza e mio canto è il Signore,
egli è stato la mia salvezza. *(dal Sl 118)*

****

4. Gustate e vedete quanto è buono il Signore...

Dal libro del profeta Isaia (58,13-14)

Se tratterrai il piede dal violare il sabato,
dallo sbrigare affari nel giorno a me sacro,
se chiamerai il sabato delizia
e venerabile il giorno sacro al Signore,
se lo onorerai evitando di metterti in cammino,
di sbrigare affari e di contrattare,
allora *troverai la delizia nel Signore*.
Io ti farò calcare le alture della terra,
ti farò gustare l'eredità di Giacobbe tuo padre,
poiché la bocca del Signore ha parlato.

Richiamo alla mente e al cuore un momento in cui ho gustato la bontà del Signore...

Tu sei santo, Signore, solo Dio,
che operi cose meravigliose.
Tu sei il bene, ogni bene,
il sommo bene,
il Signore Dio vivo e vero.
Tu sei bellezza,
Tu sei mansuetudine,
Tu sei tutta la nostra dolcezza.

(S. Francesco)

****

5. chi cerca il Signore non manca di nulla…

Dal Vangelo di Luca (12,22-31)

Poi Gesù disse ai discepoli: «Per questo io vi dico: Non datevi pensiero per la vostra vita, di quello che mangerete; né per il vostro corpo, come lo vestirete. La vita vale più del cibo e il corpo più del vestito. Guardate i corvi: non seminano e non mietono, non hanno ripostiglio né granaio, e Dio li nutre. Quanto più degli uccelli voi valete!

Chi di voi, per quanto si affanni, può aggiungere un'ora sola alla sua vita? Se dunque non avete potere neanche per la più piccola cosa, perché vi affannate del resto? Guardate i gigli, come crescono: non filano, non tessono: eppure io vi dico che neanche Salomone, con tutta la sua gloria, vestiva come uno di loro. Se dunque Dio veste così l'erba del campo, che oggi c'è e domani si getta nel forno, quanto più voi, gente di poca fede?

Non cercate perciò che cosa mangerete e berrete, e non state con l'animo in ansia: di tutte queste cose si preoccupa la gente del mondo; ma il Padre vostro sa che ne avete bisogno. *Cercate piuttosto il regno di Dio, e queste cose vi saranno date in aggiunta.*

Che cosa mi dà pensiero, mi affanna, tiene il mio animo in ansia?

Liberami, o Padre,
dall'affanno e dall'ansia che nascono
dal non porre in te la mia fiducia.
Apri i miei occhi sulle meraviglie
che opera la tua provvidenza!
Che io mi affidi a te,
che sai di che cosa ho bisogno.
Che io cerchi te e il tuo regno,
e tutto il resto mi sarà dato in aggiunta.
Amen.

****