

la sua giustizia per i figli dei figli,
per quanti custodiscono la sua alleanza
e ricordano di osservare i suoi precetti.
Il Signore ha stabilito nel cielo il suo
trono
e il suo regno abbraccia l'universo.
Benedite il Signore, voi tutti suoi angeli,
potenti esecutori dei suoi comandi,
pronti alla voce della sua parola.
Benedite il Signore, voi tutte sue schiere,
suoi ministri, che fate il suo volere.
Benedite il Signore, voi tutte opere sue,
in ogni luogo del suo dominio.
Benedici il Signore, anima mia.

Salmo 129 - Attesa del perdono e della salvezza del Signore ("De Profundis")

*Egli salverà il suo popolo dai suoi peccati
(Mt 1,21).*

Dal profondo a te grido, o Signore;
Signore, ascolta la mia voce.
Siano i tuoi orecchi attenti
alla voce della mia preghiera.
Se consideri le colpe, Signore,
Signore, chi potrà sussistere?
Ma presso di te è il perdono,
perciò avremo il tuo timore.
Io spero nel Signore.
L'anima mia spera nella sua parola.
L'anima mia attende il Signore
più che le sentinelle l'aurora.
Israele attenda il Signore,
perché presso il Signore è la misericordia
grande è presso di lui la redenzione;
egli redimerà Israele da tutte le sue
colpe.

Salmo 142 - Supplica umile e fiduciosa dell'oppresso

Signore, ascolta la mia preghiera,
porgi l'orecchio alla mia supplica,
tu che sei fedele,
e per la tua giustizia rispondimi.
Non chiamare in giudizio il tuo servo:
davanti a te nessun vivente è giusto.
Il nemico mi perseguita,
calpesta a terra la mia vita;
mi ha relegato nelle tenebre
come i morti da gran tempo.
In me languisce il mio spirito,
si agghiaccia il mio cuore.
Ricordo i giorni antichi,
ripenso a tutte le tue opere,
medito sui tuoi prodigi.
A te protendo le mie mani,
sono davanti a te come terra riarsa.
Rispondimi presto, Signore,
viene meno il mio spirito.
Non nascondermi il tuo volto,
perché non sia come chi scende nella
fossa.
Al mattino fammi sentire la tua grazia,
perché in te confido.
Fammi conoscere la strada da
percorrere,
perché a te s'innalza l'anima mia.
Salvami dai miei nemici, Signore,
a te mi affido.
Insegnami a compiere il tuo volere,
perché sei tu il mio Dio.
Il tuo spirito buono
mi guidi in terra piana.
Per il tuo nome, Signore, fammi vivere;
liberami dall'angoscia, per la tua
giustizia.

SALMI PER LA QUARESIMA

Salmo 6 - L'uomo nella prova implora la misericordia di Dio.

*Ora l'anima mia è turbata... Padre,
salvami da quest'ora (Gv 12,27)*

Signore, non punirmi nel tuo sdegno,
non castigarmi nel tuo furore.
Pietà di me, Signore, vengo meno;
risanami, Signore: tremano le mie ossa.
L'anima mia è tutta sconvolta,
ma tu, Signore, fino a quando?
Volgiti, Signore, a liberarmi,
salvami per la tua misericordia.
Nessuno tra i morti ti ricorda.
Chi negli inferi canta le tue lodi?
Sono stremato dai lunghi lamenti,
ogni notte inondo di pianto il mio
giaciglio,
irroro di lacrime il mio letto,
I miei occhi si consumano nel dolore,
invecchio fra tanti miei oppressori.
Via da me, voi tutti che fate il male:
il Signore ascolta la voce del mio pianto.
Il Signore ascolta la mia supplica,
il Signore accoglie la mia preghiera.
Arrossiscano e tremino i miei nemici,
confusi, indietreggino all'istante.

Salmo 31 - Ringraziamento per il perdono dei peccati

*Davide proclama beato l'uomo a cui Dio
accredita la giustizia indipendentemente
dalle sue opere (Rm 4,6)*

Beato l'uomo a cui è rimessa la colpa,
e perdonato il peccato

Beato l'uomo a cui Dio non imputa alcun
male
e nel cui spirito non è inganno.
Tacevo e si logoravano le mie ossa,
mentre gemevo tutto il giorno.
Giorno e notte pesava su di me la tua
mano,
come per arsura d'estate inaridiva il mio
vigore.
Ti ho fatto manifestato il mio peccato,
non ho tenuto nascosto il mio errore.
Ho detto: "Confesserò al Signore le mie
colpe"
e tu hai rimesso la malizia del mio
peccato.
Per questo ti prega ogni fedele
nel tempo dell'angoscia.
Quando irromperanno grandi acque
non lo potranno raggiungere.
Tu sei il mio rifugio, mi preservi dal
pericolo,
mi circondi di esultanza per la salvezza.
Ti farò saggio, ti indicherò la via da
seguire;
con gli occhi su di te, ti darò consiglio.
Non siate come il cavallo e come il mulo
privi di intelligenza:
si piega la loro fierezza con morso e
briglie,
se no, a te non si avvicinano.
Molti saranno i dolori dell'empio,
ma la grazia circonda chi confida nel
Signore.
Gioite nel Signore ed esultate, giusti,
giubilare, voi tutti, retti di cuore.

Salmo 37 - Implorazione del peccatore in estremo pericolo

Egli non commise peccato...portò i nostri

peccati nel suo corpo sul legno della croce...dalle sue piaghe siamo stati guariti (1Pt 2, 22.24.25)

Signore, non castigarmi nel tuo sdegno, non punirmi nella tua ira.
Le tue frecce mi hanno trafitto, su di me è scesa la tua mano.
Per il tuo sdegno non c'è in me nulla di sano,
nulla è intatto nelle mie ossa per i miei peccati.
Le mie iniquità hanno superato il mio capo,
come carico pesante mi hanno oppresso.
Putride e fetide sono le mie piaghe a causa della mia stoltezza.
Sono curvo e accasciato, triste mi aggiro tutto il giorno.
I miei fianchi sono torturati, in me non c'è nulla di sano.
Afflitto e sfinito all'estremo, ruggisco per il fremito del mio cuore.
Signore, davanti a te ogni mio desiderio e il mio gemito a te non è nascosto.
Palpita il mio cuore, la forza mi abbandona, si spegne la luce dei miei occhi.
Amici e compagni si scostano dalle mie piaghe, i miei vicini stanno a distanza.
Tende lacci chi attende alla mia vita, trama insidie chi cerca la mia rovina e tutto il giorno medita inganni.
Io, come un sordo, non ascolto e come un muto non apro la bocca; sono come un uomo che non sente e non risponde.
In te spero, Signore; tu risponderai, Signore, mio Dio.

Ho detto: «Di me non godano, contro di me non si vantino quando il mio piede vacilla». Poiché io sto per cadere e ho sempre dinanzi la mia pena. Ecco, confesso la mia colpa, sono in ansia per il mio peccato. I miei nemici sono vivi e forti troppi mi odiano senza motivo, mi pagano il bene col male, mi accusano perché cerco il bene. Non abbandonarmi, Signore, Dio mio, da me non stare lontano; accorri in mio aiuto, Signore, mia salvezza.

Salmo 50 - Pietà di me, o Signore ("Miserere")

Rinnovatevi nello spirito della vostra mente e rivestite l'uomo nuovo (cfr, Ef 4, 23-24)

Pietà di me, o Dio, secondo la tua misericordia; nel tuo grande amore cancella il mio peccato. Lavami da tutte le mie colpe, mondami dal mio peccato. Riconosco la mia colpa, il mio peccato mi sta sempre dinanzi. Contro di te, contro te solo ho peccato, quello che è male ai tuoi occhi, io l'ho fatto: perciò sei giusto quando parli, retto nel tuo giudizio. Ecco, nella colpa sono stato generato, nel peccato mi ha concepito mia madre. Ma tu vuoi la sincerità del cuore, e nell'intimo mi insegna la sapienza.

Purificami con issòpo e sarò mondato; lavami e sarò più bianco della neve. Fammi sentire gioia e letizia: esulteranno le ossa che hai spezzato. Distogli lo sguardo dai miei peccati, cancella tutte le mie colpe. Crea in me, o Dio, un cuore puro, rinnova in me uno spirito saldo. Non respingermi dalla tua presenza e non privarmi del tuo santo spirito. Rendimi la gioia di essere salvato, sostieni in me un animo generoso. Insegnerò agli erranti le tue vie e i peccatori a te ritorneranno. Liberami dal sangue, o Dio, Dio mia salvezza: la mia lingua esalterà la tua giustizia. Signore, apri le mie labbra e la mia bocca proclami la tua lode; poiché non gradisci il sacrificio e, se offro olocausti, non li accetti. Uno spirito contrito è sacrificio a Dio; un cuore affranto e umiliato tu, o Dio, non disprezzi. Nel tuo amore fa' grazia a Sion, rialza le mura di Gerusalemme. Allora gradirai i sacrifici prescritti, l'olocausto e l'intera oblazione; allora immoleranno vittime sopra il tuo altare.

Salmo 102 - Inno alla misericordia di Dio

Grazie alla bontà misericordiosa del nostro Dio, venne a visitarci dall'alto un sole che sorge (cfr. Lc 1,78)

Benedici il Signore, anima mia, quanto è in me benedica il suo santo nome.
Benedici il Signore, anima mia, non dimenticare tanti suoi benefici. Egli perdona tutte le tue colpe, guarisce tutte le tue malattie; salva dalla fossa la tua vita, ti corona di grazia e di misericordia; egli sazia di beni i tuoi giorni, e tu rinnovi come aquila la tua giovinezza.
Il Signore agisce con giustizia, e con diritto verso tutti gli oppressi. Ha rivelato a Mosè le sue vie, ai figli d'Israele le sue opere. Buono e pietoso è il Signore, lento all'ira e grande nell'amore. Egli non continua a contestare e non conserva per sempre il suo sdegno.
Non ci tratta secondo i nostri peccati, non ci ripaga secondo le nostre colpe. Come il cielo è alto sulla terra, così è grande la sua misericordia su quanti lo temono; Come dista l'oriente dall'occidente, così allontana da noi le nostre colpe. Come un padre ha pietà dei suoi figli, così il Signore ha pietà di quanti lo temono.
Perché egli sa di che siamo plasmati, ricorda che noi siamo polvere. Come l'erba sono i giorni dell'uomo, come il fiore del campo, così egli fiorisce. Lo investe il vento e più non esiste e il suo posto non lo riconosce. La grazia del Signore è da sempre, dura in eterno per quanti lo temono;