

Comunità di Sant'Egidio

# SALTERIO CORALE



edizioni paoline

# 1

ANT: **beato l'uomo che ascolta la parola del Signore**

- Beato l'uomo che non segue il consiglio degli **empi**, †  
non indugia nella via dei peccatori  
e non siede in compagnia degli **stolti**;
- ma si compiace della legge del Signore,  
la sua legge medita **giorno** e **notte**.
- Sarà come albero piantato lungo corsi d'acqua,  
che darà frutto a **suo tempo**
- e le sue foglie non cadranno mai;  
riusciranno tutte le **sue opere**.
- Non così, non così gli **empi**:  
ma come pula che il **vento disperde**;
- perciò non reggeranno gli **empi** nel giudizio,  
né i peccatori nell'**assemblea** dei **giusti**.
- Il Signore veglia sul cammino dei giusti,  
ma la via degli **empi andrà in rovina**.

# 2

ANT: **beato l'uomo che spera nel Signore**

- Perché le genti congiurano  
perché invano **cospirano** i **popoli**?

- Insorgono i re della terra †  
e i principi congiurano insieme  
contro il Signore e contro il suo Messia:
  - «Spezziamo le loro catene,  
gettiamo via i loro legami».
  - Se ne ride chi abita i cieli,  
li schernisce dall'alto il Signore.
  - Egli parla loro con ira,  
li spaventa nel suo sdegno:
  - «Io l'ho costituito mio sovrano  
sul Sion mio santo monte».
  - Annunzierò il decreto del Signore. †  
Egli mi ha detto: «Tu sei mio figlio,  
io oggi ti ho generato.
  - Chiedi a me, ti darò in possesso le genti  
e in dominio i confini della terra.
  - Le spezzerai con scettro di ferro,  
come vasi di argilla le frantumerai».
  - E ora, sovrani, siate saggi  
istruitevi, giudici della terra;
  - servite Dio con timore  
e con tremore esultate;
  - che non si sdegni e voi perdiate la via. †  
Improvvisa divampa la sua ira.  
Beato chi in lui si rifugia.
- beato l'uomo che spera nel Signore*

# 3

ANT: **Tu, Signore, sei mia difesa e sollevi il mio capo**

- Signore, quanti sono i miei oppressori!  
Molti contro di me **e** ins**o**rgono.
- Molti di me vanno dicendo:  
«Neppure **Di**o lo **sa**lva!».
- Ma tu, Signore, sei mia difesa,  
tu sei mia gloria e sollevi il **mi**o **ca**po.
- Al Signore innalzo la mia voce  
e mi risponde dal suo **mo**nte **sa**nto.
- Io mi corico e mi addormento,  
mi sveglio perché il Signore **mi** **sosti**e**ne**.
- Non temo la moltitudine di **genti** †  
che contro di me si accampano.  
Sorgi, Signore, salvami, **Di**o **mi**o.
- Hai colpito sulla guancia i miei nemici,  
hai spezzato i denti ai **pe**ccat**o**ri.
- Del Signore è la salvezza:  
sul tuo popolo la tua **ben**e**dizi**o**ne**.

# 4

ANT: **Risplenda su di noi, Signore, la luce del tuo volto**

- Quando ti invoco, rispondimi, Dio, mia giustizia: †  
dalle angosce mi hai liberato;  
pietà di me, ascolta la mia preghiera.

- Fino a quando, o uomini, sarete duri di cuore?  
Perché amate cose vane e cercate la menzogna?

- Sappiate che il Signore fa prodigi per il suo fedele:  
il Signore mi ascolta quando lo invoco.

- Tremate e non peccate,  
sul vostro giaciglio riflettete e placatevi.

- Offrite sacrifici di giustizia  
e confidate nel Signore.

- Molti dicono: «Chi ci farà vedere il bene?».  
Risplenda su di noi, Signore, la luce del tuo volto.

- Hai messo più gioia nel mio cuore  
di quando abbondano vino e frumento.

- In pace mi corico e subito mi addormento:  
tu solo, Signore, al sicuro mi fai riposare.

*Risplenda su di noi, Signore, la luce del tuo volto*

## 5

ANT: **Ascolta, Signore, la voce del mio grido**

- Porgi l'orecchio, Signore, alle mie parole:  
intendi il mio lamento.
- Ascolta la voce del mio grido, †  
o mio re e mio Dio,  
perché ti prego, Signore.
- Al mattino ascolta la mia voce;  
fin dal mattino t'invoco e sto in attesa.
- Tu non sei un Dio che si compiace del male; †  
presso di te il malvagio non trova dimora;  
gli stolti non sostengono il tuo sguardo.
- Tu detesti chi fa il male, †  
fai perire i bugiardi.  
Il Signore detesta sanguinari e ingannatori.
- Ma io per la tua grande misericordia †  
entrerò nella tua casa;  
mi prostrerò con timore nel tuo santo tempio.
- Signore, guidami con giustizia †  
di fronte ai miei nemici;  
spianami davanti il tuo cammino.
- Non c'è sincerità sulla loro bocca,  
è pieno di perfidia il loro cuore;
- la loro gola è un sepolcro aperto,  
la loro lingua è tutta adulazione.
- Gioiscano quanti in te si rifugiano,  
esultino senza fine.
- Tu li proteggi e in te si allieteranno  
quanti amano il tuo nome.

- Signore, tu benedici il giusto:  
come scudo lo copre la tua beneevolenza.

# 6

ANT: **Salvami, Signore, per la tua misericordia**

- 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 **a**ll'**ist**a**n**te.

# 7

ANT: **Sorgi, Signore, e rendimi giustizia.**

- Signore, mio Dio, in te mi rifugio:  
salvami e liberami da **chi** mi per**se**guita,
- perché non mi sbrani come un leone,  
non mi sbrani senza che alc**u**no mi **sa**lvi.
- Signore mio Dio, se così ho agito:  
se c'è iniquità sulle **mie** **ma**ni,
- se ho ripagato il mio amico con il male,  
se a torto ho spogliato i miei **av**vers**a**ri,
- il nemico m'insegua e mi **raggiunga**, †  
calpesti a terra la mia vita  
e trascini nella polvere il **mi**o **on**ore.
- Sorgi, Signore, nel tuo **sdegno**, †  
levati contro il furore dei nemici,  
alzati per il giudizio che hai **sta**bil**it**o.
- L'assemblea dei popoli ti circonda:  
dall'alto volgiti **co**n**t**ro di **essa**.
- Il Signore decide la causa dei **popoli**: †  
giudicami, Signore, secondo la mia giustizia,  
secondo la mia innocenza, **o** Alt**i**ssimo.

- Poni fine al male degli **empi**; +  
rafforza l'uomo retto,  
tu che provi mente e cuore, **Dio** gi**usto**.  
*Sorgi, Sign**o**re, e rendimi giust**i**zia*

## II

- La mia difesa è nel Signore,  
egli salva i **retti** di cu**o**re.

- Dio è giudice giusto,  
ogni giorno si accende il **su**o sd**e**gno.

- Non torna forse ad affilare la spada,  
a tendere e puntare il **su**o **a**rco?

- ]Si prepara strumenti di morte,  
arroventa le **su**e fr**e**cce.

- Ecco, l'empio produce ingiustizia,  
concepisce malizia, partor**i**sce menz**o**gna.

- Egli scava un pozzo profondo  
e cade nella fossa ch**e** ha f**a**tto;

- la sua malizia ricade sul suo capo,  
la sua violenza gli piomba **su**lla t**e**sta.

- Loderò il Signore per la sua giustizia  
e canterò il nome di **Dio**, l'Alt**i**ssimo.  
*Sorgi, Sign**o**re, e rendimi giust**i**zia*

ANT: **Quanto è grande, Signore, il tuo nome su tutta la terra**

- O Signore, nostro Dio, ✝  
quanto è grande il tuo nome su tutta la terra:  
sopra i cieli si innalza la tua magnificenza.
- Con la bocca dei bimbi e dei lattanti ✝  
afferma la tua potenza contro i tuoi avversari,  
per ridurre al silenzio nemici e ribelli.
- Se guardo il tuo cielo, opera delle tue dita,  
la luna e le stelle che tu hai fissate,
- che cosa è l'uomo perché te ne ricordi  
e il figlio dell'uomo perché te ne curi?
- Eppure l'hai fatto poco meno degli angeli,  
di gloria e di onore lo hai coronato:
- gli hai dato potere sulle opere delle tue mani,  
tutto hai posto sotto i suoi piedi;
- tutti i greggi e gli armenti,  
tutte le bestie della campagna;
- Gli uccelli del cielo e i pesci del mare,  
che percorrono le vie del mare.
- O Signore, nostro Dio,  
quanto è grande il tuo nome su tutta la terra.

# 9a

ANT: **Il Signore non dimentica il povero**

# I

- Ti loderò il Signore con tutto il cuore e annunzierò tutte le tue meraviglie.
- Gioisco in te ed esulto, canto inni al tuo nome, **o** Altiss**i**mo.
- Mentre i miei nemici retrocedono, davanti a te inciampano **e** per**i**scono,
- perché hai sostenuto il mio diritto e la mia causa; siedi in trono gi**u**dice gi**u**sto.
- Hai minacciato le **nazioni**, **+** hai sterminato l'empio, il loro nome hai cancellato in et**e**rno, per **s**e**m**pre.
- Per sempre sono abbattute le fortezze del nemico, è scomparso il ricordo delle città che **h**a**i** distr**u**tte.
- Ma il Signore sta assiso in eterno; erige per il giudizio il **s**u**o** tr**o**no:
- giudicherà il mondo con giustizia, con rettitudine deciderà le **c**a**u**se dei **p**o**p**oli.
- Il Signore sarà un riparo per l'oppresso, in tempo di angoscia un rif**u**gio sic**u**ro.
- Confidino in te quanti conoscono il tuo nome, perché non abbandoni chi ti **c**e**r**ca, Sign**o**re.

# II

- Cantate inni al Signore, che abita in Sion, narrate tra i popoli le **s**u**e** **o**pere.

- Vindice del sangue, egli ricorda,  
non dimentica il grido degli afflitti.
  - Abbi pietà di me, Signore, †  
vedi la mia miseria, opera dei miei nemici,  
tu che mi strappi dalle soglie della morte,
  - perché possa annunciare le tue lodi, †  
esultare per la tua salvezza  
alle porte della città di Sion.
  - Sprofondano i popoli nella fossa che hanno scavata,  
nella rete che hanno teso si impiglia il loro piede.
  - Il Signore si è manifestato, ha fatto giustizia;  
l'empio è caduto nella rete, opera delle sue mani.
  - Tornino gli empì negli inferi,  
tutti i popoli che dimenticano Dio.
  - Perché il povero non sarà dimenticato,  
la speranza degli afflitti non resterà delusa.
  - Sorgi, Signore, non prevalga l'uomo:  
davanti a te siano giudicate le genti.
  - Riempile di spavento, Signore,  
sappiano le genti che sono mortali.
- Il Signore non dimentica il povero*

## 9b

ANT: Signore, tu vedi l'affanno e il dolore.

**I**

- Perché, Signore, stai lontano,  
nel tempo dell'angoscia **ti nascondi**?
  - Il misero soccombe all'orgoglio dell'empio  
e cade nelle **insidie** tramate.
  - L'empio si vanta delle sue brame,  
l'avaro maledice, **disprezza Dio**.
  - L'empio insolente disprezza il **Signore**: †  
«Dio non se ne cura: Dio non esiste»;  
questo è il **suo pensiero**.
  - Le sue imprese riescono **sempre**. †  
Son troppo in alto per lui i tuoi giudizi:  
disprezza tutti i suoi **avversari**.
  - Egli pensa: «Non sarò mai scosso,  
vivrò sempre **senza sventure**».
  - Di spergiuri, di frodi e d'inganni ha piena la bocca,  
sotto la sua lingua sono iniquità e **sopruso**.
  - Sta in agguato dietro le siepi,  
dai nascondigli uccide l'**innocente**.
  - I suoi occhi spiano l'infelice,  
sta in agguato nell'ombra come un **leone** nel **covo**.
  - Sta in agguato per ghermire il misero,  
ghermisce il misero attirandolo **nella rete**.
  - Infierisce di colpo sull'oppresso,  
cadono gl'infelici sotto la **sua violenza**.
  - Egli pensa: «Dio dimentica,  
nasconde il volto, non **vede** più **nulla**».
- Signore, tu **vedi** l'affanno e il dolore.*

## II

- Sorgi, Signore, alza la tua mano, non dimenticare i miseri.
- Perché l'empio disprezza Dio e pensa: «Non ne chede conto»?
- Eppure tu vedi l'affanno e il dolore, tutto tu guardi e prendi nelle tue mani.
- A te si abbandona il misero, dell'orfano tu sei il sostegno.
- Spezza il braccio dell'empio e del malvagio; punisci il suo peccato e più non lo trovi.
- Il Signore è re in eterno, per sempre: dalla sua terra sono scomparse le genti.
- Tu accogli, Signore, il desiderio dei miseri, rafforzi i loro cuori, porgi l'orecchio
- per far giustizia all'orfano e all'oppresso; e non incuta più terrore l'uomo fatto di terra.  
*Signore, tu vedi l'affanno e il dolore.*

## 10

ANT: **In te, Signore, mi sono rifugiato.**

- Nel Signore mi sono rifugiato, come potete dirmi: «Fuggi come un passero verso il monte»?

- Ecco, gli empi tendono l'arco, †  
aggiustano la freccia sulla corda  
per colpire nel buio i retti di cuore.
- Quando sono scosse le fondamenta,  
il giusto che cosa può fare?
- Ma il Signore nel tempio santo,  
il Signore ha il trono nei cieli.
- I suoi occhi sono aperti sul mondo,  
le sue pupille scrutano ogni uomo.
- Il Signore scruta giusti ed empi,  
egli odia chi ama la violenza.
- Farà piovere sugli empi brace, fuoco e zolfo,  
vento bruciante toccherà loro in sorte;
- Giusto è il Signore, ama le cose giuste;  
gli uomini retti vedranno il suo volto.

# 11

ANT: **La tua Parola, o Signore, è la luce della nostra vita**

- Salvami, Signore! Non c'è più un uomo fedele;  
è scomparsa la fedeltà tra i figli dell'uomo.
- Si dicono menzogne l'uno all'altro,  
labbra bugiarde parlano con cuore doppio.
- Recida il Signore le labbra bugiarde,  
la lingua che dice parole arroganti,

- quanti dicono: «Per la nostra lingua siamo **forti**, †  
ci difendiamo con le nostre labbra:  
chi sarà **no**stro **padro**ne?».
- «Per l'oppressione dei miseri e il gemito dei **poveri**, †  
io sorgerò - dice il Signore -  
metterò in salvo chi è **disprezz**a».
- I detti del Signore sono **puri**, †  
argento raffinato nel crogiuolo,  
purificato nel fuoco **sette** **vo**lte.
- Tu, o Signore, ci custodirai,  
ci guarderai da questa **ge**nte per **se**mpre.
- Mentre gli empi si aggirano intorno,  
emergono i peggiori **tra** gli **uo**mini.

# 12

ANT: **Fino a quando, Signore, mi nasconderai l tuo**  
**vo**lto?

- Fino a quando, Signore, continuerai a dimenticarmi?  
Fino a quando mi nasconderai il **tu**o **vo**lto?
- Fino a quando nell'anima mia proverò **affanni**, †  
tristezza nel cuore ogni momento?  
Fino a quando su di me trionferà **il** **nemi**co?
- Guarda, rispondimi, Signore mio **Dio**, †  
conserva la luce ai miei occhi,  
perché non mi sorprenda il sonno **della** **mo**rte,

- perché il mio nemico non dica: «L'ho vinto!» e non esultino i miei avversari quando vacillo.
- Nella tua misericordia ho confidato. Gioisca il mio cuore nella tua salvezza e canti al Signore, che mi ha beneficato.

# 13

ANT: Cercate il Signore e sarete salvi.

- Lo stolto pensa: «Non c'è Dio». † Sono corrotti, fanno cose abominevoli: nessuno più agisce bene.
- Il Signore dal cielo si china sugli uomini per vedere se esista un saggio: se c'è uno che cerchi Dio.
- Tutti hanno traviato, sono tutti corrotti; più nessuno fa il bene, neppure uno.
- Non comprendono nulla tutti i malvagi, che divorano il mio popolo come il pane?
- Non invocano Dio: tremeranno di spavento, perché Dio è con la stirpe del giusto.
- Volete confondere le speranze del misero, ma il Signore è il suo rifugio.
- Venga da Sion la salvezza d'Israele! † Quando il Signore ricondurrà il suo popolo, esulterà Giacobbe e gioirà Israele.  
*Cercate il Signore e sarete salvi.*

# 14

ANT: **Rendici, Signore, tuoi familiari.**

- Signore, chi abiterà nella tua tenda?  
Chi dimorerà sul tuo **s**anto **m**onte?
- Colui che cammina senza colpa,  
agisce con giustizia e parla **l**eal**m**ente,
  - non dice calunnia con la **l**ingua, †  
non fa danno al suo prossimo  
e non lancia insulto al **s**uo vic**i**no.
  - Ai suoi occhi è spregevole il malvagio,  
ma onora chi teme il Signore.
  - Anche se giura a suo danno, non **c**ambia; †  
se presta denaro non fa usura,  
e non accetta doni contro l'**i**nnoc**e**nte.
  - Colui che agisce in questo modo  
resterà **s**aldo per **s**empre.

# 15

ANT: **Signore, tu sei l'unico mio bene**

- Ho detto a Dio: «Sei tu il mio Signore, senza di te non ho **a**lcun **b**ene».
  - Per i santi, che sono sulla terra, uomini nobili, è tutto il **m**io **a**more.
  - Si affrettino altri a costruire **i**doli: †  
io non spanderò le loro libazioni di sangue né pronunzierò con le mie labbra i **l**oro **n**omi.
  - Il Signore è mia parte di eredità e mio calice: nelle tue mani è la **m**ia **v**ita.
  - Per me la sorte è caduta su luoghi deliziosi, la mia eredità **è** magn**i**fica
  - Benedico il Signore che mi ha dato consiglio; anche di notte il mio cuore mi **i**stru**i**sce.
  - Io pongo sempre innanzi a me il Signore, sta alla mia destra, non posso **v**a**c**ill**a**re.
  - Di questo gioisce il mio **cuore**, †  
esulta la mia anima;  
anche il mio corpo riposa **a**l sic**u**ro,
  - perché non abbandonerai la mia vita nel sepolcro, né lascerai che il tuo santo veda la **c**orru**z**io**n**e.
  - Mi indicherai il sentiero della **v**ita, †  
gioia piena nella tua presenza,  
dolcezza senza fine alla **t**u**a** **d**estra.
- Signore, tu **sei** l'**u**nico mio **b**ene*

# 16

ANT: **Proteggimi, o Dio, all'ombra delle tue ali.**

## I

- Accogli, Signore, la causa del giusto, sii attento al **mi**o **gr**ido.
- Porgi l'orecchio alla mia preghiera: sulle mie labbra non c'**è** ing**a**nno.
- Venga da te la mia sentenza, i tuoi occhi vedano **la** giust**i**zia.
- Saggia il mio cuore, scrutalo di notte, provami al fuoco, non trover**a**i mal**i**zia.
- La mia bocca non si è resa colpevole, secondo l'agire d**eg**li u**o**mini;
- seguendo la parola delle tue labbra, ho evitato i sentieri del **vi**ol**e**nto.
- Sulle tue vie tieni saldi i miei passi e i miei piedi non vac**ill**er**a**nno.
- Io t'invoco, mio Dio: dammi risposta; porgi l'orecchio, ascolta la m**ia** v**o**ce,
- mostrami i prodigi del tuo amore: tu che salvi dai nemici chi si affida alla t**u**a d**e**stra.
- Custodiscimi come pupilla degli occhi, proteggimi all'ombra delle t**u**e **a**li,
- di fronte agli empi che mi opprimono, ai nemici che m**i** acc**e**rchiano.

## II

- Essi hanno chiuso il loro cuore,  
le loro bocche parlano con **arroganza**.
- Eccoli, avanzano, mi circondano,  
puntano gli occhi **per** **abbattermi**;
- simili a un leone che brama la preda,  
a un leoncello che si **apposta** in **agguato**.
- Sorgi, Signore, affrontalo, abbattilo;  
con la tua spada scampami **dagli empi**,
- con la tua mano, Signore, dal regno dei morti  
che non hanno più parte in **questa vita**.
- Sazia pure dei tuoi beni il loro **ventre** +  
se ne sazino anche i figli  
e ne avanzi per i **loro bambini**.
- Ma io per la giustizia contemplerò il tuo volto,  
al risveglio mi sazierò della **tua presenza**.  
*Proteggimi, o **Dio**, all'**ombra** delle tue **ali**.*

## 17

ANT: **Ti ringrazio, Signore, perché mi hai liberato dal male**

## I

- Ti amo, Signore, mia forza,

Signore, mia roccia, mia fortezza, mio liberatore;

- mio Dio, mia rupe, in cui trovo riparo;  
mio scudo e baluardo, mia potente salvezza.

- Invoco il Signore, degno di lode,  
e sarò salvato dai miei nemici.

- Mi circondavano flutti di morte,  
mi travolgevano torrenti impetuosi;

- già mi avvolgevano i lacci degli inferi,  
già mi stringevano agguati mortali.

- Nel mio affanno invocai il Signore,  
nell'angoscia gridai al mio Dio:  
dal suo tempio ascoltò la mia voce,  
al suo orecchio pervenne il mio grido.

## II

- La terra tremò e si scosse; †  
vacillarono le fondamenta dei monti,  
si scossero perché egli era sdegnato.

- Dalle sue narici saliva fumo, †  
dalla sua bocca un fuoco divorante;  
da lui sprizzavano carboni ardenti.

- Abbassò i cieli e discese,  
fosca caligine sotto i suoi piedi.

- Cavalcava un cherubino e volava,  
si librava sulle ali del vento.

- Si avvolgeva di tenebre come di velo,  
acque oscure e dense nubi lo coprivano.

- Davanti al suo fulgore si dissipavano le nubi

con grandine e carboni ardenti.

- Il Signore tuonò dal cielo, †  
l'Altissimo fece udire la sua voce:  
grandine e carboni ardenti.

- Scagliò saette e li disperse,  
fulminò con folgori e **l**i sconfisse.

- Allora apparve il fondo del mare,  
si scoprirono le fondamenta del mondo,

- per la tua minaccia, Signore,  
per lo spirare del **t**uo furore.

- Stese la mano dall'alto e mi prese,  
mi sollevò dalle grandi **a**cque,

- mi liberò da nemici **p**otenti, †  
da coloro che mi odiavano  
ed erano di me più **f**orti.

- Mi assalirono nel giorno di sventura,  
ma il Signore fu mio sostegno;

- mi portò al largo,  
mi liberò perché mi vuol **b**ene.

### **III**

- Il Signore mi tratta secondo la mia giustizia,  
mi ripaga secondo l'innocenza delle mie mani;

- perché ho custodito le vie del Signore,  
non ho abbandonato empivamente il mio **D**io.

- I suoi giudizi mi stanno tutti davanti,  
non ho respinto da me la **s**ua **l**egge;

- ma integro sono stato con lui  
e mi sono guardato **d**alla **c**olpa.
- Il Signore mi rende secondo la mia giustizia,  
secondo l'innocenza delle mie mani davanti ai suoi **o**cchi.
- Con l'uomo buono tu sei buono  
con l'uomo integro tu **s**ei **i**ntegro,
- con l'uomo puro tu sei puro,  
con il perverso tu **s**ei **a**st**u**to.
- Perché tu salvi il popolo degli umili,  
ma abbassi gli occhi **d**ei **s**up**e**rbi.
- Tu, Signore, sei luce alla mia lampada;  
il mio Dio rischiara le **m**ie **t**enebre.
- Con te mi lancerò contro le schiere,  
con il mio Dio scavalcherò le **m**ura.  
*Ti ringrazio, Sign**o**re, perché mi hai liber**a**to dal **m**ale*

## IV

- La via di Dio è **d**iritta, **+**  
la parola del Signore è provata al fuoco;  
egli è scudo per chi in lui **s**i rif**u**gia.
- Infatti, chi è Dio, se non il Signore?  
O chi è rupe, se non il **n**ost**r**o **D**io?
- Il Dio che mi ha cinto di vigore  
e ha reso integro il **m**io camm**i**no;
- mi ha dato agilità come di cerve,  
sulle alture mi ha fatto **s**ta**r**e **s**aldo;

- ha addestrato le mie mani alla battaglia,  
le mie braccia a tender l'**a**rco di bron**z**o.  
*Ti ringrazio, Signore, perché mi hai liberato dal male*

## V

- Tu mi hai dato il tuo scudo di **salvezza**, †  
la tua destra mi ha sostenuto,  
la tua bontà mi ha **f**atto cre**sc**ere.
- Hai spianato la via ai miei passi,  
i miei piedi non hanno **v**acilla**to**.
- Ho inseguito i miei nemici e li ho raggiunti,  
non sono tornato senza averli **a**nnienta**ti**.
- Li ho colpiti e non si sono rialzati,  
sono caduti sotto i mie**i** pie**d**i.
- Tu mi hai cinto di forza per la guerra,  
hai piegato sotto di me gli **a**vv**ers**a**ri**.
- Dei nemici mi hai mostrato le spalle,  
hai disperso quanti mi **i**odiava**no**.
- Hanno gridato e nessuno li ha salvati,  
al Signore, ma non ha **a** risp**o**sto.
- Come polvere al vento li ho dispersi,  
calpestatì come fango **d**elle str**a**de.
- Mi hai scampato dal popolo in rivolta,  
mi hai posto a capo **d**elle nazi**o**ni.
- Un popolo che non conoscevo mi ha servito;  
all'udirmi, subito mi **o**bb**e**d**i**vano,
- stranieri cercavano il mio **f**avore, †

impallidivano uomini stranieri  
e uscivano tremanti dai loro nascondigli.

*Ti ringrazio, Signore, perché mi hai liberato dal male*

## VI

- Viva il Signore e benedetta la mia rupe,  
sia esaltato il Dio della mia salvezza.

- Dio, tu mi accordi la rivincita ✚  
e sottometti i popoli al mio giogo,  
mi scampi dai nemici furienti,

- dei miei avversari mi fai trionfare  
e mi liberi dall'uomo violento.

- Per questo, Signore, ti loderò tra i popoli  
e canterò inni di gioia al tuo nome.

- Egli concede al suo re grandi vittorie, ✚  
si mostra fedele al suo consacrato,  
a Davide e alla sua discendenza per sempre.

*Ti ringrazio, Signore, perché mi hai liberato dal male*

# 18

ANT: **La Parola del Signore è pura, dura in eterno**

## A

- I cieli narrano la gloria di Dio,  
e l'opera delle sue mani annunzia il firmamento.

- Il giorno al giorno ne affida il messaggio  
e la notte alla notte ne trasmette notizia.

- Non è linguaggio e non sono parole, di cui non si **o**da il su**o**no.
- Per tutta la terra si diffonde la loro voce e ai confini del mondo la **l**oro par**o**la.
- Là pose una tenda per **il sole** † che esce come sposo dalla stanza nuziale, esulta come prode che perc**o**rre la **v**ia.
- Egli sorge da un estremo del **cielo** † e la sua corsa raggiunge l'altro estremo: nulla si sottrae al su**o** cal**o**re.

*La Parola del Signore è p**u**ra, d**u**ra in et**e**rno*

## **B**

- La legge del Signore è perfetta, rinfr**a**nca l'**a**nima;
- la testimonianza del Signore è verace, rende sa**g**gio il se**m**plice.
- Gli ordini del Signore sono giusti, fanno gio**i**re il cu**o**re;
- i comandi del Signore sono limpidi, danno luce **a**gli **o**cchi.
- Il timore del Signore è puro, dura sempre; i giudizi del Signore sono tutti fe**d**eli e gi**u**sti,
- più preziosi dell'oro, di molto oro fino, più dolci del miele e di un fa**v**o stilla**n**te.
- Anche il tuo servo in essi è istruito, per chi li osserva è gra**n**de il prof**i**tto.

- Le inavvertenze chi le discerne?

Assolvimi dalle colpe che non vedo.

- Anche dall'orgoglio salva il tuo servo  
perché su di me non abbia potere;

- allora sarò irreprensibile,  
sarò puro dal grande peccato.

- Ti siano gradite

le parole della mia bocca,

- davanti a te i pensieri del mio cuore.

Signore, mia rupe e mio redentore.

*La Parola del Signore è pura, dura in eterno*

# 19

ANT: **Rispondici, Signore, quando ti invochiamo**

- Ti ascolti il Signore nel giorno della prova,  
ti protegga il nome del Dio di Giacobbe.

- Ti mandi l'aiuto dal suo santuario  
e dall'alto di Sion ti sostenga.

- Ricordi tutti i tuoi sacrifici  
e gradisca i tuoi olocausti.

- Ti conceda secondo il tuo cuore,  
faccia riuscire ogni tuo progetto.

- Esulteremo per la tua vittoria, ✚

spiegheremo i vessilli in nome del nostro Dio;  
adempia il Signore tutte le **tu**e dom**a**nde.

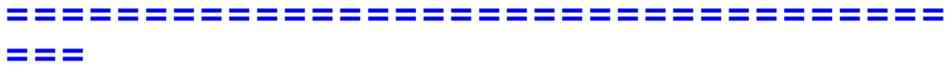
- Ora so che il Signore salva il suo **consacrato**; †  
gli ha risposto dal suo cielo santo  
con la forza vittoriosa della **su**a d**e**stra.
- Chi si vanta dei carri e chi dei cavalli,  
noi siamo forti nel nome del Signore **no**stro **Di**o.
- Quelli si piegano e cadono,  
ma noi restiamo in piedi e **si**amo **sa**ldi.
- Salva il re, o Signore,  
rispondici, quando ti **i**nvoch**ia**mo.

## 20

ANT: **Per la tua fedeltà, Signore, non saremo mai  
scossi**

- Signore, il re gioisce della tua potenza,  
quanto esulta per la **tu**a salv**e**zza!
- Hai soddisfatto il desiderio del suo cuore,  
non hai respinto il voto delle **su**e **la**bbra.
- Gli vieni incontro con larghe benedizioni;  
gli poni sul capo una corona di **o**ro **fi**no.
- Vita ti ha chiesto, a lui l'hai concessa,  
lunghi giorni in eterno, **se**nza **fi**ne.
- Grande è la sua gloria per la tua salvezza,  
lo avvolgi di maest**à** e di on**o**re;
- lo fai oggetto di benedizione per sempre,  
lo inondi di gioia dinanzi al **tu**o **vo**lto.

- Perché il re confida nel Signore:  
per la fedeltà dell'Altissimo non sarà **mai** **scosso**



- Alzati, Signore, in tutta la tua forza;  
canteremo inni alla **tua** **potenza**.

# 21

ANT: **Gesù, uomo dei dolori, tu ben conosci il patire**

## I

- «Dio mio, Dio mio, perché mi hai **abbandonato?** †  
Tu sei lontano dalla mia salvezza»: sono le parole del **mi**o **lame**nto.

- Dio mio, invoco di giorno e non rispondi,  
grido di notte e non **tro**vo **ri**po**so**.

- Eppure tu abiti la santa dimora,  
tu, lode di **I**sra**ele**.

- In te hanno sperato i nostri padri,  
hanno sperato e tu li hai **li**ber**a**ti;

- a te gridarono e furono salvati,  
sperando in te non rimase**ro** del**u**si.

- Ma io sono verme, non uomo,  
infamia degli uomini, rifiuto del mio popolo.
- Mi scherniscono quelli che mi vedono,  
storcono le labbra, scuotono il capo:
  - «Si è affidato al Signore, lui lo scampi;  
lo liberi, se è suo amico».
  - Sei tu che mi hai tratto dal grembo,  
mi hai fatto riposare sul petto di mia madre.
  - Al mio nascere tu mi hai raccolto,  
dal grembo di mia madre sei tu il mio Dio.
  - Da me non stare lontano, †  
poiché l'angoscia è vicina  
e nessuno mi aiuta.

## II

- Mi circondano tori numerosi,  
mi assediano tori di Basan.
- Spalancano contro di me la loro bocca  
come leone che sbrana e ruggisce.
- Come acqua sono versato,  
sono slogate tutte le mie ossa.
- Il mio cuore è come cera,  
si fonde in mezzo alle mie viscere.
- E' arido come un coccio il mio palato, †  
la mia lingua si è incollata alla gola,  
su polvere di morte mi hai deposto.
- Un branco di cani mi circonda,  
mi assedia una banda di malvagi;
- hanno forato le mie mani e i miei piedi,

posso contare tutte le mie ossa.

- Essi mi guardano, mi osservano: †

si dividono le mie vesti,  
sul mio vestito gettano la sorte.

- Ma tu, Signore, non stare lontano,  
mia forza, accorri in mio aiuto.

- Scampami dalla spada,  
dalle unghie del cane la mia vita.

- Salvami dalla bocca del leone  
e dalle corna dei bufali.

- Annunzierò il tuo nome ai miei fratelli,  
ti loderò in mezzo all'assemblea.

### III

- Lodate il Signore, voi che lo temete, †

gli dia gloria la stirpe di Giacobbe,  
lo tema tutta la stirpe di Israele;

- perché egli non ha disprezzato né sdegnato  
l'afflizione del misero,

- non gli ha nascosto il suo volto,  
ma, al suo grido d'aiuto, lo ha esaudito.

- Sei tu la mia lode nella grande assemblea,  
scioglierò i miei voti davanti ai suoi fedeli.

- I poveri mangeranno e saranno saziati, †

loderanno il Signore quanti lo cercano:  
«Viva il loro cuore per sempre».

- Ricorderanno e torneranno al Signore  
tutti i confini della terra,

- si prostreranno davanti a lui  
tutte le famiglie dei popoli.

- Poiché il regno è del Signore, egli domina su tutte **le** nazi**o**ni.
- A lui solo si prostreranno quanti dormono sotto terra, davanti a lui si curveranno quanti discendono **ne**lla p**o**lv**e**re.
- E io vivrò per lui, lo servirà la mia **d**isc**e**nd**e**nza.
- Si parlerà del Signore alla generazione che viene; annunzieranno la **s**u**a** giust**i**zia;
- al popolo che nascerà diranno: «Ecco l'opera **d**e**l** Sign**o**re!».

## 22

ANT: **il Signore è il mio pastore, non manco di nulla**

- Il Signore è il mio pastore: non **m**an**c**o di n**u**lla;
- su pascoli erbosi mi fa riposare ad acque tranquille **m**i cond**u**ce.
- Mi rinfranca, mi guida per il giusto cammino, per amore del **s**u**o** n**o**me.
- Se dovessi camminare in una valle **oscura**, **‡** non temerei alcun male, perché tu sei con **m**e, Sign**o**re.
- Il tuo bastone e il tuo vincastro mi danno **s**ic**u**rezza.

- Davanti a me tu prepari una mensa sotto gli occhi dei miei nemici;
- cospargi di olio il mio capo. Il mio calice trabocca.
- Felicità e grazia mi saranno compagne tutti i giorni della mia vita,
- e abiterò nella casa del Signore per lunghi anni.

## 23

ANT: **Tu, o Signore, sei il re della gloria**

- Del Signore è la terra e quanto contiene, l'universo e i suoi abitanti.
- E' lui che l'ha fondata sui mari, e sui fiumi l'ha stabilita.
- Chi salirà il monte del Signore, chi starà nel suo luogo santo?
- Chi ha mani innocenti e cuore puro, † chi non pronunzia menzogna, chi non giura a danno del suo prossimo.
- Otterrà benedizione dal Signore, giustizia da Dio sua salvezza.
- Ecco la generazione che lo cerca, che cerca il tuo volto, Dio di Giacobbe.

- Sollevate, porte, i vostri **frontali**, †  
alzatevi, porte antiche,  
ed entri il re **della gloria**.
- Chi è questo re della gloria?  
Il Signore forte e potente,  
il Signore potente **in battaglia**.
- Sollevate, porte, i vostri **frontali**, †  
alzatevi, porte antiche,  
ed entri il **re** della **gloria**.
- Chi è questo re della gloria?  
Il Signore degli eserciti è il **re** della **gloria**.

# 24

ANT: **Ricordati, Signore, del tuo amore**

## I

- A te, Signore, elevo l'anima **mia**, †  
Dio mio, in te confido: non sia confuso!  
Non trionfino su di me i **miei nemici**!
- Chiunque spera in te non resti deluso,  
sia confuso chi tradisce **per** un **nulla**.
- Fammi conoscere, Signore, le tue vie,  
insegnami i **tuo**i **senti**eri.
- Guidami nella tua verità e **istruiscimi**, †  
perché sei tu il Dio della mia salvezza,  
in te ho **sempre sperato**.
- Ricordati, Signore, del tuo amore,

della tua fedeltà che **è** da **se**mpre.

- Non ricordare i peccati della mia **gio**vinezza: †  
ricordati di me nella tua misericordia,  
per la tua bon**t**à, Sign**o**re.
- Buono e retto è il Signore,  
la via giusta addita ai peccat**o**ri;
- guida gli umili secondo giustizia,  
insegna ai poveri le **su**e **vi**e.
- Tutti i sentieri del Signore sono verità e grazia  
per chi osserva il suo patto e i suo**i** prec**e**tti.
- Per il tuo nome, Signore, perdona il mio peccato  
**a**nche se **gr**ande.

## II

- Chi è l'uomo che teme Dio?  
Gli indica il cammino da **a** segu**i**re.
- Egli vivrà nella ricchezza,  
la sua discendenza posseder**à** la **te**rra.
- Il Signore si rivela a chi lo teme,  
gli fa conoscere la sua **a**lle**a**nza.
- Tengo i miei occhi rivolti al Signore,  
perché libera dal laccio il **mi**o pi**e**de.
- Volgiti a me e abbi misericordia,  
perché sono solo ed **i**nfel**i**ce.
- Allevia le angosce del mio cuore,  
liberami da**g**li aff**a**nni.
- Vedi la mia miseria e la mia pena  
e perdona tutti i **mi**e**i** pecc**a**ti.

- Guarda i miei nemici: sono molti e mi detestano con odio **violento**.
- Proteggimi, dammi salvezza; al tuo riparo io non **sia** del **uso**.
- Mi proteggano integrità e rettitudine, perché in **te** ho sper**ato**.
- O Dio, libera Israele da tutte le **sue** angos**ce**.

## 25

ANT: **Amo, Signore, la casa in cui tu abiti**

- Signore, fammi **giustizia**: †  
nell'integrità ho camminato,  
confido nel Signore, non potr**ò** vacill**are**.
- Scrutami, Signore, e mettimi alla prova,  
raffinami al fuoco il cu**ore** e la m**ente**.
- La tua bontà è davanti ai miei occhi  
e nella tua verità dirigo i mi**ei** pa**ssi**.
- Non siedo con gli uomini mendaci  
e non frequento i **simulat****ori**.
- Odio l'alleanza dei malvagi,  
non mi associo **con** gli **empi**.
- Lavo nell'innocenza le mie mani  
e giro attorno al tuo alt**are**, Sign**ore**,
- per far risuonare voci di lode  
e per narrare tutte le tue mer**av****iglie**.

- Signore, amo la casa dove dimori e il luogo dove abita la **tu**a **gl**oria.
- Non travolgermi insieme ai peccatori, con gli uomini di sangue non perder la **mi**a **vi**ta,
- perché nelle loro mani è la perfidia, la loro destra è piena di **i** **reg**ali.
- Integro è invece il mio cammino; riscattami e abbi **mi**se**ri**co**rd**ia.
- Il mio piede sta su terra piana; nelle assemblee benedirò il Sign**o**re.

## 26

ANT: **Non nasc**ondere,**Sign**ore, **il tuo volto**

### I

- Il Signore è mia luce e mia salvezza, di chi avrò **ti**m**o**re?
- Il Signore è difesa della mia vita, di chi avrò **te**rr**o**re?
- Quando mi assalgono i malvagi per strazi**a**rm**i** la **ca**r**n**e,
- sono essi, avversari e nemici, a inciamp**a**re e cad**e**re.

- Se contro di me si accampa un esercito,  
il mio cuore non teme;
- se contro di me divampa la battaglia,  
anche allora ho fiducia.
- Una cosa ho chiesto al Signore,  
questa sola io cerco:
- abitare nella casa del Signore  
tutti i giorni della mia vita,
- per gustare la dolcezza del Signore  
ed ammirare il suo santuario.
- Egli mi offre un luogo di rifugio  
nel giorno della sventura.
- Mi nasconde nel segreto della sua dimora,  
mi solleva sulla rupe.
- E ora rialzo la testa  
sui nemici che mi circondano;
- immolerò nella sua casa sacrifici d'esultanza,  
inni di gioia canterò al Signore.

## II

- Ascolta, Signore, la mia voce.  
Io grido: abbi pietà di me! Rispondimi.
- Di te ha detto il mio cuore: «Cercate il suo volto»;  
il tuo volto, Signore, io cerco.
- Non nascondermi il tuo volto,  
non respingere con ira il tuo servo.
- Sei tu il mio aiuto, non lasciarmi,  
non abbandonarmi, Dio della mia salvezza.
- Mio padre e mia madre mi hanno abbandonato,  
ma il Signore mi ha raccolto.

- Mostrami, Signore, la tua **via**, †  
guidami sul retto cammino,  
a causa dei miei **nemici**.
- Non espormi alla brama dei miei **avversari**; †  
contro di me sono insorti falsi testimoni  
che spirano **violenza**.
- Sono certo di contemplare la bontà del Signore  
nella terra dei **viventi**.
- Spera nel Signore, sii forte,  
si rinfanchi il tuo cuore e spera **nel Signore**.

## 27

ANT: **Ascolta, Signore, la voce della mia supplica**

- A te grido, Signore;  
non restare in silenzio, **io Dio**,
- perché, se tu non mi parli,  
io sono come chi scende **nella fossa**.
- Ascolta la voce della mia supplica, quando ti grido aiuto,  
quando alzo le mie mani verso il tuo **santo tempio**.
- Non travolgermi con gli empi,  
con quelli che **fanno il male**.
- Parlano di pace al loro prossimo,  
ma hanno la **malizia nel cuore**.



- Sia benedetto il Signore,  
che ha dato ascolto alla voce della mia preghiera;
- il Signore è la mia forza e il mio scudo,  
ho posto in lui la mia fiducia;
- mi ha dato aiuto ed esulta il mio cuore,  
con il mio canto gli rendo grazie.
- Il Signore è la forza del suo popolo,  
rifugio di salvezza del suo consacrato.
- Salva il tuo popolo e la tua eredità benedici,  
guidali e sostienili per sempre.

# 28

ANT: **Date al Signore gloria e potenza**

- Date al Signore, figli di Dio,  
date al Signore gloria e potenza.
- Date al Signore la gloria del suo nome,  
prostratevi al Signore in santi ornamenti.
- Il Signore tuona sulle acque, †  
il Dio della gloria scatena il tuono,  
il Signore, sull'immensità delle acque.
- Il Signore tuona con forza,  
tuona il Signore con potenza.
- Il tuono del Signore schianta i cedri,  
il Signore schianta i cedri del Libano.

- Fa balzare come un vitello il Libano e il Sirion come un giovane bufalo.
- Il tuono saetta fiamme di fuoco, il tuono scuote la steppa,
- il Signore scuote il deserto di Kades e spoglia le foreste.
- Il Signore è assiso sulla tempesta, il Signore siede re per sempre.
- Il Signore darà forza al suo popolo benedirà il suo popolo con la pace.
- Nel tempio del Signore tutti dicono: <<Gloria!>>.

## 29

ANT: **Nella tua bontà, Signore, mi hai fatto vivere**

- Ti esalterò, Signore, perché mi hai liberato e su di me non hai lasciato esultare i nemici.
- Signore Dio mio, a te ho gridato e mi hai guarito.
- Signore, mi hai fatto risalire dagli inferi, mi hai dato vita perché non scendessi nella tomba.
- Cantate inni al Signore, o suoi fedeli, rendete grazie al suo santo nome,
- perché la sua collera dura un istante, la sua bontà per tutta la vita.

- Alla sera sopraggiunge il pianto e al mattino, **e**cco la **gio**ia.
- Nella mia prosperità ho detto: «Nulla mi far**à** vacill**a**re!».
- Nella tua bontà, o Signore, mi hai posto su un **mon**te sic**u**ro;
- ma quando hai nascosto il tuo volto, io sono st**a**to turb**a**to.
- A te grido, Signore, chiedo aiuto al **mi**o **Dio**.
- Quale vantaggio dalla mia morte, dalla mia discesa **ne**lla **tom**ba?
- Ti potrà forse lodare la polvere e proclamare la tua fedelt**à** nell' **am**ore?
- Ascolta, Signore, abbi misericordia, Signore, vieni in **mi**o ai**u**to.
- Hai mutato il mio lamento in danza, la mia veste di sacco in abit**o** di **gio**ia,
- perché io possa cantare senza posa. Signore, mio Dio, ti loder**ò** per **se**mpre.

# 30

ANT: **Alle tue mani, Signore, affi**do il mio **sp**irito

**I**

- In te, Signore, mi sono rifugiato, †  
mai sarò deluso;  
per la tua giustizia salvami.
  - Porgi a me l'orecchio,  
vieni presto a liberarmi.
  - Sii per me la rupe che mi accoglie,  
la cinta di riparo che mi salva.
  - Tu sei la mia roccia e il mio baluardo,  
per il tuo nome dirigi i miei passi.
  - Scioglimi dal laccio che mi hanno teso,  
perché sei tu la mia difesa.
  - Mi affido alle tue mani;  
tu mi riscatti, Signore, Dio fedele.
  - Tu detesti chi serve idoli falsi,  
ma io ho fede nel Signore.
  - Esulterò di gioia per la tua grazia, †  
perché hai guardato alla mia miseria,  
hai conosciuto le mie angosce;
  - non mi hai consegnato nelle mani del nemico,  
hai guidato al largo i miei passi.
- Alle tue mani, Signore, affido il mio spirito*

## II

- Abbi pietà di me, Signore, sono nell'affanno; †  
per il pianto si struggono i miei occhi,  
la mia anima e le mie viscere.
- Si consuma nel dolore la mia vita,  
i miei anni passano nel gemito;
- inaridisce per la pena il mio vigore,  
si dissolvono tutte le mie ossa.

- Sono l'obbrobrio dei miei nemici, il disgusto dei miei vicini, †  
l'orrore dei miei conoscenti;  
chi mi vede per strada mi sfugge.
- Sono caduto in oblio come un morto,  
sono divenuto un rifiuto.
- Se odo la calunnia di molti,  
il terrore mi circonda;
- quando insieme contro di me congiurano,  
tramano di togliermi la vita.
- Ma io confido in te, Signore;  
dico: «Tu sei il mio Dio,  
nelle tue mani sono i miei giorni».
- Liberami dalla mano dei miei nemici,  
dalla stretta dei miei persecutori:
- farà splendere il tuo volto sul tuo servo,  
salvami per la tua misericordia



### III

- Quanto è grande la tua bontà, Signore!  
La riservi per coloro che ti temono,
- ne ricolmi chi in te si rifugia  
davanti agli occhi di tutti.
- Tu li nascondi al riparo del tuo volto,  
lontano dagli intrighi degli uomini;
- li metti al sicuro nella tua tenda,  
lontano dalla rissa delle lingue.
- Benedetto il Signore, †  
che ha fatto per me meraviglie di grazia  
in una fortezza inaccessibile.

- Io dicevo nel mio sgomento:  
«Sono escluso dalla **tu**a **presen**za».
- Tu invece hai ascoltato la voce della mia preghiera quando a te grid**a**vo ai**u**to.
- Amate il Signore, voi tutti suoi **santi**; †  
il Signore protegge i suoi fedeli  
e ripaga oltre misura l'**orgogli**oso.
- Siate forti, riprendete coraggio,  
o voi tutti che sperate n**e**l Sign**o**re.  
*Alle tue mani, Sign**o**re, affi**d**o il mio sp**i**rito*

# 31

ANT: **Beato l'u**o**mo a cui è perdon**a**to il pecc**a**to**

- Beato l'uomo a cui è rimessa la colpa,  
e perdon**a**to il pecc**a**to.
- Beato l'uomo a cui Dio non imputa alcun male  
e nel cui spirito non **è** ing**a**nno.
- Tacevo e si logoravano le mie ossa,  
mentre gemevo t**u**tto il gi**o**rno.
- Giorno e notte pesava su di me la tua mano,  
come per arsura d'estate inaridiva il m**i**o vig**o**re.
- Ti ho manifestato il mio peccato,  
non ho tenuto nascosto il m**i**o err**o**re.
- Ho detto: «Confesserò al Signore le mie colpe»  
e tu hai rimesso la malizia del m**i**o pecc**a**to.

- Per questo ti prega ogni fedele nel tempo dell'angoscia.
  - Quando irromperanno grandi acque non lo potranno raggiuungere.
  - Tu sei il mio rifugio, mi preservi dal pericolo, mi circondi di esultanza per la salvezza.
  - Ti farò saggio, t'indicherò la via da seguire; con gli occhi su di te, ti darò consiglio.
  - Non siate come il cavallo e come il mulo privi d'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, giubilate, voi tutti, retti di cuore.
- Beato l'uomo a cui è perdonato il peccato*

## 32

ANT: **Lodate il Signore per la sua grazia**

- Esultate, giusti, nel Signore; ai retti si addice la lode.
- Lodate il Signore con la cetra, con l'arpa a dieci corde a lui cantate.
- Cantate al Signore un canto nuovo, suonate la cetra con arte e acclamate.

- Poiché retta è la parola del Signore e fedele ogni **sua o**pera.
- Egli ama il diritto e la giustizia, della sua grazia è **piena la t**erra.
- Dalla parola del Signore furono fatti i cieli, dal soffio della sua bocca ogni **loro schiera**.
- Come in un otre raccoglie le acque del mare, chiude in **riserve** gli **abissi**.
- Tema il Signore tutta la terra, tremino davanti a lui gli **abitanti del mondo**,
- perché egli parla e tutto è fatto, comanda e **tutto esiste**.
- Il Signore annulla i disegni delle nazioni, rende vani i **progetti dei popoli**.
- Ma il piano del Signore sussiste per sempre, i pensieri del suo cuore per tutte le **generazioni**.
- Beata la nazione il cui Dio è il Signore, il popolo che si è scelto **come erede**.
- Il Signore guarda dal cielo, egli vede **tutti gli uomini**.
- Dal luogo della sua dimora scruta tutti gli abitanti **della terra**,
- lui che, solo, ha plasmato il loro cuore e comprende tutte le **loro opere**.
- Il re non si salva per un forte esercito né il prode per il suo **grande vigore**.
- Il cavallo non giova per la vittoria, con tutta la sua forza non **potrà salvare**.
- Ecco, l'occhio del Signore veglia su chi lo teme,

su chi spera nella **su**a **gr**a**zi**a,  
- per liberarlo dalla morte  
e nutrirlo in **te**mpo di **fa**me.  
- L'anima nostra attende il Signore,  
egli è nostro aiuto e **no**stro **scu**do.  
- In lui gioisce il nostro cuore  
e confidiamo nel suo **sa**nto **no**me.  
- Signore, sia su di noi la tua grazia,  
perché in **te** **speri**a**mo**.

# 33

ANT: **Benediciamo il Signore in ogni tempo**

- Benedirò il Signore in ogni tempo,  
sulla mia bocca sempre la **su**a **lo**de.  
- Io mi glorio nel Signore,  
ascoltino gli umili e **si** **ralle**grino.  
- Celebrate con me il Signore,  
esaltiamo insieme il **su**o **no**me.  
- Ho cercato il Signore e mi ha risposto  
e da ogni timore mi **ha** **liber**a**to**.  
- Guardate a lui e sarete raggianti,  
non saranno confusi i **vo**stri **vo**l**ti**.  
- Questo povero grida e il Signore lo ascolta,  
lo libera da tutte le **su**e **ang**o**sc**e.

- L'angelo del Signore si accampa attorno a quelli che lo temono **e** li **sal**va.
- Gustate e vedete quanto è buono il Signore; beato l'uomo che in lui **si** rif**u**gia.
- Temete il Signore, suoi santi, nulla manca a coloro che **e** lo **te**mono.
- I ricchi impoveriscono e hanno fame, ma chi cerca il Signore non man**a** di **n**ulla.
- Venite, figli, ascoltate mi; v'insegnerò il timore **de**l Sign**o**re.
- C'è qualcuno che desidera la vita e brama lunghi giorni per gust**a**re il **b**ene?
- Preserva la lingua dal male, le labbra da par**o**le bugi**a**rde.
- Sta lontano dal male e fa' il bene, cerca la pace **e** perse**g**uila.
- Gli occhi del Signore sui giusti, i suoi orecchi al loro grido di **i** ai**u**to.
- Il volto del Signore contro i malfattori, per cancellarne dalla terra **i**l ric**o**rdo.
- Gridano e il Signore li ascolta, li salva da tutte le **l**oro ang**o**sce.
- Il Signore è vicino a chi ha il cuore ferito, egli salva gli sp**i**riti affra**n**ti.
- Molte sono le sventure del giusto, ma lo libera da tutte **i**l Sign**o**re.
- Preserva tutte le sue ossa, neppure uno sar**à** spezza**a**to.

- La malizia uccide l'empio  
e chi odia il giusto sar**à** pun**i**to.
- Il Signore riscatta la vita dei suoi servi,  
chi in lui si rifugia non sar**à** condann**a**to.  
*Benediciamo il Signore in ogni tempo*

# 34

ANT: **Mi rallegrer**ò** nella salv**e**zza del Sign**o**re**

## I

- Signore, giudica chi mi accusa,  
combatti ch**i** mi comb**a**tte.
- Afferra i tuoi scudi  
e sorgi in m**i**o ai**u**to.  
=====
- Di' all'anima mia:  
<<sono io la t**u**a salv**e**zza>>  
=====
- Io invece esulter**ò** nel Signore  
per la gioia della s**u**a salv**e**zza.
- Tutte le mie ossa dicano: «Chi è come te, Signore, †  
che liberi il debole dal pi**ù** forte,  
il misero e il povero dal p**re**dat**o**re?».
- Sorgevano testimoni violenti,  
mi interrogavano su ciò che **i**gnor**a**vo,

- mi rendevano male per bene:  
una desolazione per la mia vita.

## II

- Io, quand'erano malati, vestivo di sacco, †  
mi affliggevo col digiuno,  
riecheggiai nel mio petto la mia preghiera.
- Mi angustiavo come per l'amico, per il fratello,  
come in lutto per la madre mi prostravo nel dolore.
- Ma essi godono della mia caduta, si radunano,  
si radunano contro di me per colpirmi all'improvviso.
- Mi dilanano senza posa, †  
mi mettono alla prova, scherno su scherno,  
contro di me digrignano i denti.

## III

- Fino a quando, Signore, starai a guardare? †  
Libera la mia vita dalla loro violenza,  
dalle zanne dei leoni l'unico mio bene.
- Ti loderò nella grande assemblea,  
ti celebrerò in mezzo a un popolo numeroso.
- Non esultino su di me i nemici bugiardi,  
non strizzi l'occhio chi mi odia senza motivo.  
=====
- Signore, tu hai visto, non tacere;  
Dio, da me non stare lontano.
- Dèstati, svègliati per il mio giudizio,  
per la mia causa, Signore mio Dio.  
=====
- Esulti e gioisca chi ama il mio diritto, †

dica sempre: «Grande è il Signore  
che vuole la pace del **suo ser**vo».

- La mia lingua celebrerà la tua giustizia,  
canterà la tua **lode** per **sempre**.

*Benediciamo il Signore in ogni tempo*

# 35

ANT: **Grande, Signore, è la tua bontà**

- Nel cuore dell'empio parla il peccato,  
davanti ai suoi occhi non c'è timor di Dio.

- Poiché egli si illude con se stesso  
nel ricercare la sua colpa e detestarla.

- Inique e fallaci sono le sue parole,  
rifiuta di capire, di compiere il bene.

- Iniquità trama sul suo giaciglio, †  
si ostina su vie non buone,  
via da sé non respinge il male.

- Signore, la tua grazia è nel cielo,  
la tua fedeltà fino alle nubi;

- la tua giustizia è come i monti più alti, †  
il tuo giudizio come il grande abisso:  
uomini e bestie tu salvi, Signore.

- Quanto è preziosa la tua grazia, o Dio!  
Si rifugiano gli uomini all'ombra delle tue ali,

- si saziano dell'abbondanza della tua casa

e li disseti al torrente delle **tu**e del**i**zie.

- E' in te la sorgente della vita, alla tua luce vedi**a**mo la **lu**ce.
  - Concedi la tua grazia a chi ti conosce, la tua giustizia ai **re**tti di **cu**ore.
  - Non mi raggiunga il piede dei superbi, non mi disperda la mano de**gl**i **e**mpi.
  - Ecco, sono caduti i malfattori, abbattuti, non possono **ri**alz**a**rsi.
- Grande, Sign**o**re, è la **tu**a bon**t**à*

## 36

ANT: **Sta' lontano dal **ma**le e fa' il **be**ne**

### I

- Non adirarti contro gli empi non invidiare i **ma**lfatt**o**ri.
- Come fieno presto appassiranno, cadranno come erba de**l** **pr**ato.
- Confida nel Signore e fà il bene; abita la terra e **vi**vi con **fe**de.
- Cerca la gioia del Signore, esaudirà i desideri del **tu**o **cu**ore.
- Manifesta al Signore la tua via, confida in lui: compirà la **su**a **o**pera;

- farà brillare come luce la tua giustizia,  
come il meriggio il **t**uo dir**i**tto.
  - Sta' in silenzio davanti al Signore  
e sp**e**ra in **l**ui;
  - non irritarti per chi ha successo,  
per l'uomo che tra**a**ma ins**i**die.
  - Desisti dall'ira e deponi lo sdegno,  
non irritarti: fare**s**ti del ma**a**le,
  - poiché i malvagi saranno sterminati,  
ma chi spera nel Signore posseder**à** la t**e**rra.
  - Ancora un poco e l'empio scompare,  
cerchi il suo posto e pi**ù** non lo tro**v**i.
  - I miti invece possederanno la terra  
e godranno di una gra**a**nde pa**a**ce.
- Sta' lontano dal ma**a**le e fa' il be**n**e*

## II

- L'empio trama contro il giusto,  
contro di lui digri**n**ga i de**n**ti.
- Ma il Signore ride dell'empio,  
perché vede arrivare il **s**uo gi**o**rno.
- Gli empi sfoderano la spada e tendono l'arco †  
per abbattere il misero e l'indigente,  
per uccidere chi cammina sulla r**e**tta v**i**a.
- La loro spada raggiungerà il loro cuore  
e i loro archi si sp**e**zzera**n**no.

- Il poco del giusto è cosa migliore dell'abbondanza degli **e**mpi;
- perché le braccia degli empi saranno spezzate, ma il Signore è il sost**e**gno dei gi**u**sti.
- Conosce il Signore la vita dei buoni, la loro eredità durer**à** per **e**mpre.
- Non saranno confusi nel tempo della sventura e nei giorni della fame sar**a**nno sazi**a**ti.
- Poiché gli empi **periranno**, †  
i nemici del Signore appassiranno come lo splendore dei prati,  
tutti come fumo sv**a**nir**a**nno.
- L'empio prende in prestito e non restituisce, ma il giusto ha compassione e d**à** in d**o**no.
- Chi è benedetto da Dio possederà la terra, ma chi è maledetto sar**à** stermin**a**to.
- Il Signore fa sicuri i passi dell'uomo e segue con amore il **s**uo cam**i**no.
- Se cade, non rimane a terra, perché il Signore lo **tie**ne per m**a**no.
- Sono stato fanciullo e ora sono **vecchio**, †  
non ho mai visto il giusto abbandonato né i suoi figli mendic**a**re il p**a**ne.
- Egli ha sempre compassione e dà in prestito, per questo la sua stirpe **è** bened**e**tta.
- Sta' lontano dal male e fa' il bene, e avrai sempre **u**na c**a**sa.
- Perché il Signore ama la giustizia e non abbandona i **s**u**o**i fed**e**li;

- gli empi saranno distrutti per sempre e la loro stirpe sarà sterminata.
- I giusti possederanno la terra e la abiteranno per sempre.

*Sta' lontano dal male e fa' il bene*

### III

- La bocca del giusto proclama la sapienza, e la sua lingua esprime la giustizia;
- la legge del suo Dio è nel suo cuore, i suoi passi non vacilleranno.
- L'empio spia il giusto e cerca di farlo morire.
- Il Signore non lo abbandona alla sua mano, nel giudizio non lo lascia condannare.
- Spera nel Signore e segui la sua via: †  
ti esalterà e tu possederai la terra e vedrai lo sterminio degli empi.
- Ho visto l'empio trionfante ergersi come cedro rigoglioso;
- sono passato e più non c'era, l'ho cercato e più non si è trovato.
- Osserva il giusto e vedi l'uomo retto, l'uomo di pace avrà una discendenza.
- Ma tutti i peccatori saranno distrutti, la discendenza degli empi sarà sterminata.
- La salvezza dei giusti viene dal Signore, nel tempo dell'angoscia è loro difesa;
- il Signore viene in loro aiuto e li scampa, †

li libera dagli empi e dà loro salvezza,  
perché in lui si sono rifugiati.

*Sta' lontano dal male e fa' il bene*

# 37

ANT: **Spero in te, Signore, rispondimi**

## I

- 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.

## II

- Putride e fetide sono le mie piaghe  
a causa della mia stoltezza.
- Sono curvo e accasciato,  
triste mi aggiro tutto il giorno.
- Sono torturati i miei fianchi,  
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 attenta alla mia **vita**, †  
trama insidie chi cerca la mia rovina.  
e tutto il giorno **medita** inganni.  
*Spero in te, Signore, rispondimi*

### III

- 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 mi risponderai, Signore **Dio** **mio**.
- 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 st<sup>a</sup>re lont<sup>a</sup>no;
- accorri in mio aiuto,  
Signore, mi<sup>a</sup> salv<sup>e</sup>zza.  
*Spero in te, Signore, rispondimi*

## 38

ANT: **In te, Signore, è la mia speranza**

### I

- Ho detto: «Veglierò sulla mia condotta  
per non peccare con la mi<sup>a</sup> lin<sup>g</sup>ua;
- porrò un freno alla mia bocca  
mentre l'empio mi st<sup>a</sup> din<sup>a</sup>nzi».
- Sono rimasto quieto in silenzio: tacevo privo di bene,  
la sua fortuna ha esasperato il mi<sup>o</sup> dol<sup>o</sup>re.
- Ardeva il cuore nel mio petto,  
al ripensarci è divamp<sup>a</sup>to il fu<sup>o</sup>co;
  - allora ho parlato:  
«Rivelami, Signore, la mi<sup>a</sup> fi<sup>n</sup>e;
  - quale sia la misura dei miei giorni  
e saprò quanto è breve la mi<sup>a</sup> vi<sup>t</sup>a».
- Vedi, in pochi palmi hai misurato i miei giorni  
e la mia esistenza davanti a te <sup>è</sup> un nu<sup>l</sup>la.
- Solo un soffio è ogni uomo che vive,  
come ombra è l'u<sup>o</sup>mo che pa<sup>s</sup>sa;

- solo un soffio che si agita,  
accumula ricchezze e non sa chi le raccolga.  
*In te, Signore, è la mia speranza*

## II

- Ora, che attendo, Signore?  
In te la mia speranza.

- Liberami da tutte le mie colpe,  
non rendermi scherno dello stolto.

- Sto in silenzio, non apro bocca,  
perché sei tu che agisci.

- Allontana da me i tuoi colpi:  
sono distrutto sotto il peso della tua mano.

- Castigando il suo peccato tu correggi l'uomo, †  
corrodi come tarlo i suoi tesori.  
Ogni uomo non è che un soffio.

- Ascolta la mia preghiera, Signore,  
porgi l'orecchio al mio grido,

- non essere sordo alle mie lacrime, †  
poiché io sono un forestiero,  
uno straniero come tutti i miei padri.

- Distogli il tuo sguardo, che io respiri,  
prima che me ne vada e più non sia.  
*In te, Signore, è la mia speranza*

## ANT: **Beato l'uomo che ha posto nel Signore la sua fiducia**

### **I**

- Ho sperato: ho sperato nel Signore †  
ed egli su di me si è chinato,  
ha dato ascolto al mio grido.
- Mi ha tratto dalla fossa della morte,  
dal fango della palude;
- i miei piedi ha stabilito sulla roccia,  
ha reso sicuri i miei passi.
- Mi ha messo sulla bocca un canto nuovo,  
lode al nostro Dio.
- Molti vedranno e avranno timore  
e confideranno nel Signore.
- Beato l'uomo che spera nel Signore †  
e non si mette dalla parte dei superbi,  
né si volge a chi segue la menzogna.
- Quanti prodigi tu hai fatto, Signore Dio mio, †  
quali disegni in nostro favore:  
nessuno a te si può paragonare.
- Se li voglio annunziare e proclamare  
sono troppi per essere contati.
- Sacrificio e offerta non gradisci,  
gli orecchi mi hai aperti.
- Non hai chiesto olocausto e vittima per la colpa.  
Allora ho detto: «Ecco, io vengo.
- Sul rotolo del libro di me è scritto,  
che io faccia il tuo volere.

- Mio Dio, questo io desidero,  
la tua legge è nel profondo del mio cuore».

## II

- Ho annunziato la tua giustizia nella grande assemblea;  
vedi, non tengo chiuse le labbra, Signore, tu lo sai.

- Non ho nascosto la tua giustizia in fondo al cuore,  
la tua fedeltà e la tua salvezza ho proclamato.

- Non ho nascosto la tua grazia  
e la tua fedeltà alla grande assemblea.

- Non rifiutarmi, Signore, la tua misericordia, †  
la tua fedeltà e la tua grazia  
mi proteggano sempre,

- poiché mi circondano mali senza numero, †  
le mie colpe mi opprimono  
e non posso più vedere.

- Sono più dei capelli del mio capo,  
il mio cuore viene meno.

- Degnati, Signore, di liberarmi;  
accorri, Signore, in mio aiuto.

=====

- Esultino e gioiscano in te quanti ti cercano, †  
dicano sempre: «Il Signore è grande»  
quelli che bramano la tua salvezza.

- Io sono povero e infelice;  
di me ha cura il Signore.

- Tu, mio aiuto e mia liberazione,  
mio Dio, non tardare.

*Beato l'uomo che ha posto nel Signore la sua fiducia*

# 40

ANT: **Abbi pietà di me, Signore, e guariscimi**

- Beato l'uomo che ha cura del debole,  
nel giorno della sventura il Signore lo libera.
- Veglierà su di lui il Signore, ✠  
lo farà vivere beato sulla terra,  
non lo abbandonerà alle brame dei nemici.
- Il Signore lo sosterrà sul letto del dolore;  
gli darai sollievo nella sua malattia.
- Io ho detto: «Pietà di me, Signore;  
risanami, contro di te ho peccato».
- I nemici mi augurano il male:  
«Quando morirà e perirà il suo nome?».
- Chi viene a visitarmi dice il falso, ✠  
il suo cuore accumula malizia  
e uscito fuori parla.
- Contro di me sussurrano insieme i miei nemici,  
contro di me pensano il male:
- «Un morbo maligno su di lui si è abbattuto,  
da dove si è steso non potrà rialzarsi».
- Anche l'amico in cui confidavo, ✠  
anche lui, che mangiava il mio pane,  
alza contro di me il suo calcagno.

- Ma tu, Signore, abbi pietà e sollevami, che io li possa **ri**pag**a**re.
- Da questo saprò che tu mi ami se non trionfa su di me il **mi**o nem**i**co;
- per la mia integrità tu mi sostieni, mi fai stare alla tua pres**e**nza per s**e**mpre.
- Sia benedetto il Signore, Dio d'Israele, da sempre e per sempre. **A**men, **a**men.  
*Abbi pietà di me, Signore, e guariscimi*

## 41-42

ANT: **L'anima mia anela a te, o Dio**

- Come la cerva anela ai corsi d'acqua, così l'anima mia anela a **te**, o **Dio**.
- L'anima mia ha sete di Dio, del Dio vivente: quando verrò e vedrò il **vo**lto di **Dio**?
- Le lacrime sono mio pane giorno e notte, mentre mi dicono sempre: «Dov'è il **tu**o **Dio**?».
- Questo io ricordo, e il mio cuore si **strugge**: † attraverso la folla avanzavo tra i primi fino alla **ca**sa di **Dio**,
- in mezzo ai canti di gioia di una moltit**u**dine in **fe**sta.
- Perché ti rattristi, anima mia, perché su **di** me **ge**mi?

- Spera in Dio: ancora potrò lodarlo, lui, salvezza del mio volto e mio Dio.
- In me si abbatte l'anima mia; †  
perciò di te mi ricordo  
dal paese del Giordano e dell'Ermon, dal monte Misar.
- Un abisso chiama l'abisso al fragore delle tue cascate; tutti i tuoi flutti e le tue onde sopra di me sono passati.
- Di giorno il Signore mi dona la sua grazia †  
di notte per lui innalzo il mio canto:  
la mia preghiera al Dio vivente.
- Dirò a Dio, mia difesa: †  
«Perché mi hai dimenticato?  
Perché triste me ne vado, oppresso dal nemico?».
- Per l'insulto dei miei avversari sono infrante le mie ossa;  
essi dicono a me tutto il giorno: «Dov'è il tuo Dio?».
- Perché ti rattristi, anima mia,  
perché su di me gemi?
- Spera in Dio: ancora potrò lodarlo, lui, salvezza del mio volto e mio Dio.

## 42

ANT: **Manda, Signore, la tua verità e la tua luce**

- Fammi giustizia, o Dio, †  
difendi la mia causa contro gente spietata;  
liberami dall'uomo iniquo e fallace.

- Tu sei il Dio della mia difesa; †  
perché mi respingi,  
perché triste me ne vado, oppresso dal nemico?
  - Manda la tua verità e la tua luce; †  
siano esse a guidarmi,  
mi portino al tuo monte santo e alle tue dimore.
  - Verrò all'altare di Dio, †  
al Dio della mia gioia, del mio giubilo.  
A te canterò con la cetra, Dio, Dio mio.
  - Perché ti rattristi, anima mia,  
perché su di me gemi?
  - Spera in Dio: ancora potrò lodarlo,  
lui, salvezza del mio volto e mio Dio.
- Manda, Signore, la tua verità e la tua luce*

## 43

ANT: **Sorgi, Signore, e vieni a salvarci**

### I

- Dio, con i nostri orecchi abbiamo udito, †  
i nostri padri ci hanno raccontato l'opera che  
hai compiuto ai loro giorni,  
nei tempi antichi.
- Tu per piantarli, con la tua mano hai sradicato le genti,  
per far loro posto, hai distrutto i popoli.
- Poiché non con la spada conquistarono la terra,  
né fu il loro braccio a salvarli;

- ma il tuo braccio e la tua destra e la luce del tuo volto, perché tu **li** am**a**vi.
- Sei tu il mio re, Dio mio, che decidi vittorie p**er** Giac**ob**be.
- Per te abbiamo respinto i nostri avversari nel tuo nome abbiamo annientato i nostri **a**ggress**o**ri.
- Infatti nel mio arco non ho confidato e non la mia spada mi ha **a** salv**a**to,
- ma tu ci hai salvati dai nostri avversari, hai confuso i **n**ostri nem**i**ci.
- In Dio ci gloriamo ogni giorno, celebrando senza fine il **t**u**o** n**o**me.

## II

- Ma ora ci hai respinti e coperti di vergogna, e più non esci con le **n**ostre schi**e**re.
- Ci hai fatti fuggire di fronte agli avversari e i nostri nemici ci ha**n**no spogli**a**ti.
- Ci hai consegnati come pecore da macello, ci hai dispersi in mezzo **a**lle nazi**o**ni.
- Hai venduto il tuo popolo per niente, sul loro prezzo non hai guadagna**t**o.
- Ci hai resi ludibrio dei nostri vicini, scherno e obbrobrio a chi ci sta **a** int**o**rn**o**.
- Ci hai resi la favola dei popoli, su di noi le nazioni scu**o**tono il ca**p**o.
- L'infamia mi sta sempre davanti e la vergogna copre il mi**o** v**o**lto

- per la voce di chi insulta e bestemmia,  
davanti al nemico che brama vendetta.

### III

- Tutto questo ci è accaduto †  
e non ti avevamo dimenticato,  
non avevamo tradito la tua alleanza.

- Non si era volto indietro il nostro cuore,  
i nostri passi non avevano lasciato il tuo sentiero;  
- ma tu ci hai abbattuti in un luogo di sciacalli  
e ci hai avvolti di ombre tenebrose.

- Se avessimo dimenticato il nome del nostro Dio  
e teso le mani verso un dio straniero,  
- forse che Dio non lo avrebbe scoperto,  
lui che conosce i segreti del cuore?

- Per te ogni giorno siamo messi a morte,  
stimati come pecore da macello.

- Svègliati, perché dormi, Signore?  
Dèstati, non ci respingerai per sempre.

- Perché nascondi il tuo volto,  
dimentichi la nostra miseria e oppressione?

- Poiché siamo prostrati nella polvere,  
il nostro corpo è steso a terra.

- Sorgi, vieni in nostro aiuto;  
salvaci per la tua misericordia.

*Sorgi, Signore, e vieni a salvarci*

# 44

ANT: **Cantiamo al Signore, nostro Dio e nostro re**

## I

- Effonde il mio cuore liete **parole**, †  
io canto al re il mio poema.  
La mia lingua è stilo di scri**ba** vel**o**ce.
- Tu sei il più bello tra i figli **dell'uomo**, †  
sulle tue labbra è diffusa la grazia,  
ti ha benedetto **Di**o per **se**mpre.
- Cingi, prode, la spada al tuo fianco, †  
nello splendore della tua maestà ti arrida la sorte,  
avanza per la verità, la mitezza e **la** giust**i**zia.
- La tua destra ti mostri **prodigi**: †  
le tue frecce acute colpiscono al cuore i tuoi nemici;  
sotto di te **ca**dono i **po**poli.
- Il tuo trono, Dio, dura per sempre;  
è scettro giusto lo scettro del tu**o** **re**gno.
- Ami la giustizia e l'empietà **detesti**: †  
Dio, il tuo Dio ti ha consacrato  
con olio di letizia, a preferenza dei tu**o**i egua**li**.
- Le tue vesti son tutte mirra, aloè e cassia,  
dai palazzi d'avorio ti allietan**o** le **ce**tre.
- Figlie di re stanno tra le tue predilette;  
alla tua destra la regina in **o**ri di **O**fir.

## II

- Ascolta, figlia, guarda, porgi l'orecchio, dimentica il tuo popolo e la casa di tuo padre;
  - al re piacerà la tua bellezza.
- Egli è il tuo Signore: prostrati a lui.
- Da Tiro vengono portando doni, i più ricchi del popolo cercano il tuo volto.
  - La figlia del re è tutta splendore, gemme e tessuto d'oro è il suo vestito.
  - E' presentata al re in preziosi ricami; con lei le vergini compagne a te sono condotte;
  - guidate in gioia ed esultanza entrano insieme nel palazzo regale.
  - Ai tuoi padri succederanno i tuoi figli; li farai capi di tutta la terra.
  - Farò ricordare il tuo nome per tutte le generazioni, e i popoli ti loderanno in eterno, per sempre.
- Cantiamo al Signore, nostro Dio e nostro re*

## 45

ANT: **Il Signore è per noi rifugio e forza**

- Dio è per noi rifugio e forza, aiuto sempre vicino nelle angosce.
- Perciò non temiamo se trema la terra, se crollano i monti nel fondo del mare.

- Fremano, si gonfino le sue acque,  
tremino i monti per i suoi flutti.
- Un fiume e i suoi ruscelli rallegrano la città di Dio,  
la santa dimora del'Altissimo.
- Dio sta in essa: non potrà vacillare;  
la soccorrerà Dio, prima del mattino.
- Fremettero le genti, i regni si scossero;  
egli tuonò, si sgretolò la terra.
- Il Signore degli eserciti è con noi,  
nostro rifugio è il Dio di i Giacobbe.
- Venite, vedete le opere del Signore,  
egli ha fatto portenti sulla terra.
- Farà cessare le guerre sino ai confini della terra, †  
romperà gli archi e spezzerà le lance,  
brucerà con il fuoco gli scudi.
- Fermatevi e sappiate che io sono Dio,  
eccelso tra le genti, eccelso sulla terra.
- Il Signore degli eserciti è con noi,  
nostro rifugio è il Dio di i Giacobbe.

## 46

ANT: **Acclamate a Dio con voci di gioia**

- Applaudite, popoli tutti,  
acclamate Dio con voci di gioia;

- perché terribile è il Signore, l'Altissimo, re grande su **t**utta la **t**erra.
- Egli ci ha assoggettati i popoli, ha messo le nazioni sotto i **n**ostri **p**iedi.
- La nostra eredità ha scelto per noi, vanto di Giacobbe suo **p**re**d**ile**t**to.
- Ascende Dio tra le acclamazioni, il Signore al **s**uo **n**o di **t**ro**m**ba.
- Cantate inni a Dio, cantate inni; cantate inni al nostro re, cantate **i**nni;
- perché Dio è re di tutta la terra, cantate **i**nni con **a**arte.
- Dio regna sui popoli, Dio siede sul suo **t**ro**n**o **s**anto.
- I capi dei popoli si sono raccolti con il popolo del Dio **d**i **A**bra**m**o,
- perché di Dio sono i potenti della terra: egli **è** l'Alt**i**ssimo.

*Acclamate a **D**io con **v**oci di **g**io**i**a*

## 47

ANT: **I**l **S**ignore è colui che ci guida

- Grande è il Signore e degno di ogni lode nella città del **n**ostro **D**io.
- Il suo monte santo, altura stupenda,

è la gioia di **t**utta la **t**erra.

- Il monte Sion, dimora divina,  
è la città del **g**rande **S**ovr**a**no.

- Dio nei suoi baluardi  
è apparso fortezza in**e**spugn**a**bile.

- Ecco, i re si sono alleati,  
sono avanz**a**ti insi**e**me.

- Essi hanno visto:  
attoniti e presi dal panico, **s**ono fugg**i**ti.

- Là sgomento li ha colti,  
doglie come di **p**artor**e**nte,

- simile al vento orientale  
che squarcia le **n**avi di **T**arsis.

- Come avevamo udito, così abbiamo  
visto nella città del Signore degli **e**serciti, †  
nella città del nostro Dio;  
Dio l'ha fond**a**ta per **s**em**p**re.

- Ricordiamo, Dio, la tua misericordia  
dentro il **t**uo **t**empio.

- Come il tuo nome, o **D**io, †  
così la tua lode si estende sino ai confini della terra;  
è piena di giustizia la **t**ua **d**estra.

- Gioisca il monte di Sion,  
esultino le città di Giuda  
a motivo dei **t**u**i** giud**i**zi.

- Circondate Sion, giratele intorno,  
contate le **s**ue **t**orri.

- Osservate i suoi **b**aluardi, †  
passate in rassegna le sue fortezze,  
per narrare alla generazi**o**ne fut**u**ra:

- Questo è il Signore, nostro Dio †  
in eterno, sempre:  
egli è colui che ci guida.

# 48

ANT: **Accumulatevi tesori nel cielo**

## I

- Ascoltate, popoli tutti,  
porgete orecchio abitanti del mondo,
- voi nobili e gente del popolo,  
ricchi e poveri insieme.
- La mia bocca esprime sapienza,  
il mio cuore medita saggezza;
- porgerò l'orecchio a un proverbio,  
spiegherò il mio enigma sulla cetra.
- Perché temere nei giorni tristi,  
quando mi circonda la malizia dei perversi?
- Essi confidano nella loro forza,  
si vantano della loro grande ricchezza.
- Nessuno può riscattare se stesso,  
o dare a Dio il suo prezzo.
- Per quanto si paghi il riscatto di una vita, †  
non potrà mai bastare  
per vivere senza fine, e non vedere la tomba.
- Vedrà morire i sapienti; †

lo stolto e l'insensato periranno insieme  
e lasceranno ad altri le **loro** ricche**zze**.

- Il sepolcro sarà loro casa per **sempre**, †  
loro dimora per tutte le generazioni,  
eppure hanno dato il loro nome **alla te**rra.
- Ma l'uomo nella prosperità non comprende,  
è come gli animali che **e** per**i**scono.

## II

- Questa è la sorte di chi confida in se stesso,  
l'avvenire di chi si compiace nelle **su**e par**ole**.
- Come pecore sono avviati agli inferi,  
sarà loro past**ore** la m**orte**;
- scenderanno a precipizio nel **sepolcro**, †  
svanirà ogni loro parvenza:  
gli inferi saranno la **loro** dim**ora**.
- Ma Dio potrà riscattarmi,  
mi strapperà dalla mano **della m**orte.
- Se vedi un uomo arricchirsi, non temere,  
se aumenta la gloria della **su**a **ca**sa.
- Quando muore con sé non porta nulla,  
né scende con lui la **su**a gl**oria**.
- Nella sua vita si diceva fortunato:  
«Ti loderanno, perché ti sei procur**ato** del **b**ene».
- Andrà con la generazione dei suoi padri  
che non vedranno mai pi**ù** la **lu**ce.
- L'uomo nella prosperità non comprende,  
è come gli animali che **e** per**i**scono.

*Accumul**a**tevi tesori nel cielo*

# 49

ANT: **Offri a Dio un sacrificio di lode**

## I

- Parla il Signore, Dio degli dei, convoca la terra da oriente a **occidente**.
- Da Sion, splendore di bellezza, **Dio** rifulge.
- Viene il nostro Dio e non sta in **silenzio**; † davanti a lui un fuoco divorante, intorno a lui si scatena **la** tempesta.
- Convoca il cielo dall'alto e la terra al giudizio del **su**o **po**polo:
  - «Davanti a me riunite i miei fedeli, che hanno sancito con me l'alleanza offrendo un **sa**crif**i**cio».
- Il cielo annunzi la sua giustizia, Dio **è** il gi**u**dice.

## II

- «Ascolta, popolo mio, voglio **parlare**, † testimonierò contro di te, Israele: Io sono Dio, il **tu**o **D**io.
- Non ti rimprovero per i tuoi sacrifici; i tuoi olocausti mi stanno **se**m**pre** dav**a**nti.

- Non prenderò giovenchi dalla tua casa, né capri dai tuoi recinti.
- Sono mie tutte le bestie della foresta, animali a migliaia sui monti.
- Conosco tutti gli uccelli del cielo, è mio ciò che si muove nella campagna.
- Se avessi fame, a te non lo direi: mio è il mondo e quanto contiene.
- Mangerò forse la carne dei tori, berrò forse il sangue dei capri?
- Offri a Dio un sacrificio di lode e sciogli all'Altissimo i tuoi voti;
- invocami nel giorno della sventura: ti salverò e tu mi darai gloria».

### III

- All'empio dice Dio: †  
«Perché vai ripetendo i miei decreti e hai sempre in bocca la mia alleanza,
- tu che detesti la disciplina e le mie parole te le getti alle spalle?
- Se vedi un ladro, corri con lui; e degli adùlteri ti fai compagno.
- Abbandoni la tua bocca al male e la tua lingua ordisce inganni.
- Ti siedi, parli contro il tuo fratello, getti fango contro il figlio di tua madre.
- Hai fatto questo e dovrei tacere? †

forse credevi ch'io fossi come te!

Ti rimprovero: ti pongo innanzi i tuoi peccati».

- Capite questo voi che dimenticate Dio, perché non mi adiri e nessuno vi salvi.
- Chi offre il sacrificio di lode, questi mi onora, †  
a chi cammina per la retta via  
mostrerò la salvezza di Dio.

*Offri a Dio un sacrificio di lode*

# 50

ANT: **Pietà di me, o Dio, secondo la tua misericordia**

- Pietà di me, o Dio, secondo la tua misericordia;  
nella tua grande bontà 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 m'insegni **la sapienza**.
- Purificami con issopo e sarò mondo; 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, 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, Dio, tu **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 **tu**o alt**a**re.

# 51

ANT: **O Signore, confido in te perché sei buono**

- Perché ti vanti del male o prepotente nella **tu**a mal**i**zia?
- Ordisci insidie ogni **giorno**; †  
la tua lingua è come lama affilata, artefice di **i**ng**a**nni.
- Tu preferisci il male al **bene**, †  
la menzogna al parlare sincero.  
Ami ogni parola di rovina, o lingua di **i**mpost**u**ra.
- Perciò Dio ti demolirà per **sempre**, †  
ti spezzerà e ti strapperà dalla tenda e ti sradicherà dalla terra **de**i viv**e**nti.
- Vedendo, i giusti saran presi da timore e di lui **i**der**a**nno:

- «Ecco l'uomo che non ha posto in Dio la sua difesa, † ma confidava nella sua grande ricchezza e si faceva forte dei suoi crimini».
- Io invece come olivo verdeggiante nella casa di Dio. † Mi abbandono alla fedeltà di Dio ora e per sempre.
- Voglio renderti grazie in eterno per quanto hai operato;
- spero nel tuo nome, perché è buono, davanti ai tuoi fedeli.

## 52

ANT: **O Dio, tu sei in mezzo a noi per salvarci**

- Lo stolto pensa: «Dio non esiste». † Sono corrotti, fanno cose abominevoli, nessuno fa il bene.
- Dio dal cielo si china sui figli dell'uomo per vedere se c'è un uomo saggio che cerca Dio.
- Tutti hanno traviato, tutti sono corrotti; nessuno fa il bene; neppure uno.
- Non comprendono forse i malfattori † che divorano il mio popolo come il pane e non invocano Dio?
- Hanno tremato di spavento, là dove non c'era da temere.
- Dio ha disperso le ossa degli aggressori,

sono confusi perché Dio li ha respinti.

- Chi manderà da Sion la salvezza di Israele? †  
Quando Dio farà tornare i deportati del suo popolo,  
esulterà Giacobbe, gioirà Israele.

# 53

ANT: **Da ogni angoscia, o Signore, mi hai liberato**

- Dio, per il tuo nome, salvami,  
per la tua potenza rendimi giustizia.  
- Dio, ascolta la mia preghiera,  
porgi l'orecchio alle parole della mia bocca;  
- poiché sono insorti contro di me gli arroganti †  
e i prepotenti insidiano la mia vita,  
davanti a sé non pongono Dio.  
- Ecco, Dio è il mio aiuto,  
il Signore mi sostiene.

=====

- Di tutto cuore ti offrirò un sacrificio,  
Signore, loderò il tuo nome perché è buono;  
- da ogni angoscia mi hai liberato  
e il mio occhio ha sfidato i miei nemici.

*Da ogni angoscia, o Signore, mi hai liberato*

# 54

ANT: **Io grido a te, Signore, salvami**

## I

- Porgi l'orecchio, Dio, alla mia preghiera, †  
non respingere la mia supplica;  
dammi ascolto e rispondimi.
- Mi agito nel mio lamento  
e sono sconvolto al grido del nemico, al clamore  
dell'empio.
- Contro di me riversano sventura,  
mi perseguitano con furore.
- Dentro di me freme il mio cuore,  
piombano su di me terrore di morte.
- Timore e spavento mi invadono  
e lo sgomento mi opprime.
- Dico: «Chi mi darà ali come di colomba,  
per volare e trovare riposo?»
- Ecco, errando, fuggirei lontano,  
abiterei nel deserto.
- Riposerei in un luogo di riparo  
dalla furia del vento e dell'uragano».
- Disperdili, Signore, †  
confondi le loro lingue:  
ho visto nella città violenza e contese.
- Giorno e notte si aggirano sulle sue mura, †

all'interno iniquità, travaglio e insidie  
e non cessano nelle sue piazze sopruso e inganno.

## II

- Se mi avesse insultato un nemico,  
l'avrei sopoportato;
- se fosse insorto contro di me un avversario,  
da lui mi sareei nascosto.
- Ma sei tu, mio compagno,  
mio amico e confidente;
- ci legava una dolce amicizia,  
verso la casa di Dio camminavamo in festa.

=====

- Io invoco Dio e il Signore mi salva. †
- Di sera, al mattino, a mezzogiorno mi lamento e sospiro  
ed egli ascolta la miia vooce;
- mi salva, mi dà pace da coloro che mi combattono:  
sono tanti i miei avversari.
- Dio mi ascolta e li umilia,  
egli che dominaa da sempre.
- Per essi non c'è conversione  
e non temono Dio.
- Ognuno ha steso la mano contro i suoi amici,  
ha violato la sua alleanza.
- Più untuosa del burro è la sua bocca,  
ma nel cuore ha la guerra;
- più fluide dell'olio le sue parole,  
ma sono spade sguainate.

- Getta sul Signore il tuo **affanno** ††  
ed egli ti darà sostegno,  
mai permetterà che il giusto vaciilli.
  - Tu, Dio, li sprofonderai nella tomba  
gli uomini sanguinari e fradolenti:
  - essi non giungeranno alla metà dei loro giorni.  
Ma io, Signore, in te confido.
- Io grido a te, Signore, salvami*

# 55

ANT: **Confido in Dio, non avrò paura**

- Pietà di me, o Dio, perché l'uomo mi calpesta,  
un aggressore sempre mi **o**pprime.
- Mi calpestano sempre i miei nemici,  
molti sono quelli che mi **o**mbaatono.
- Nell'ora della paura, io in te confido.  
In Dio, di cui lodo la parola,
- in Dio confido, non avrò timore:  
che cosa potrà fairmi un uomo?
- Travisano sempre le mie parole,  
non pensano che a fairmi del male.
- Suscitano contese e tendono **insidie**, ††  
osservano i miei passi,  
per attentare alla mia viita.



- I passi del mio vagare tu li hai **contati**, †  
le mie lacrime nell'otre tuo raccogli;  
non sono forse scritte nel **tuo libro**?
- Allora ripiegheranno i miei **nemici**, †  
quando ti avrò invocato:  
so che Dio è in **mio favore**.
- Lodo la parola di Dio,  
lodo la parola **del Signore**,
- in Dio confido, non avrò timore:  
che cosa potrà **farmi un uomo**?
- Su di me, o Dio, i voti che ti ho **fatto**: †  
ti renderò azioni di grazie,  
perché mi hai liberato **dalla morte**.
- Hai preservato i miei piedi dalla **caduta**, †  
perché io cammini alla tua presenza  
nella luce dei **viventi**, o **Dio**.

## 56

ANT: **All'ombra delle tue ali mi rifugio, o Signore**

- Pietà di me, pietà di me, o Dio,  
in **te** mi rifugio;
- mi rifugio all'ombra delle tue ali  
finché sia **passato il pericolo**.
- Invocherò Dio, l'Altissimo,  
Dio che mi **fa il bene**.

- Mandi dal cielo a **salvarmi** †  
dalla mano dei miei persecutori,  
Dio mandi la sua fedeltà e la **su**a **gr**azia.
- Io sono come in mezzo a leoni,  
che **divo**rano gli **u**omini;
- i loro denti sono lance e frecce,  
la loro lingua spada **a**ffil**a**ta.
- Innalzati sopra il cielo, o Dio,  
su tutta la terra la **t**u**a** **gl**oria.
- Hanno teso una rete ai miei piedi,  
mi **h**anno pieg**a**to,
- hanno scavato davanti a me una fossa  
e vi **so**no cad**u**ti.
- Saldo è il mio cuore, o Dio,  
saldo è il **m**io **cu**ore.
- Voglio cantare, a te voglio inneggiare:  
svègliati, **m**io **cu**ore,
- svègliati arpa, cetra,  
voglio svegli**a**re l'**aur**ora.
- Ti loderò tra i popoli, Signore,  
a te canterò inni **tr**a le **g**enti.
- perché la tua bontà è grande fino ai cieli,  
e la tua fedeltà fino **a**lle **n**u**b**i.
- Innalzati sopra il cielo, o Dio,  
su tutta la terra la **t**u**a** **gl**oria.

ANT: =====

# 58

ANT: **O Dio, tu sei la mia forza**

- Liberami dai nemici, mio Dio, proteggimi dagli **a**ggress**o**ri.
- Liberami da chi fa il male, salvami da chi sp**a**rge sa**a**ngue.
- Ecco, insidiano la mia vita, contro di me si avventano **i** pot**e**nti.
- Signore, non c'è colpa in me, non c'è **peccato**; †  
senza mia colpa accorrono e si appostano.  
Svègliati, vienimi inc**o**ntro e gua**a**rda.

=====

- A te, mia forza, io mi rivolgo:  
sei tu, o Dio, la m**i**a dif**e**sa.
  - La grazia del mio Dio mi viene in aiuto,  
Dio mi farà sfidare i mi**e**i nem**i**ci.
- =====
- Ma io canterò la tua **potenza**, †  
al mattino esalterò la tua grazia perché sei stato mia  
difesa,  
mio rifugio nel giorno **d**el per**i**colo.
  - O mia forza, a te voglio **cantare**, †  
poiché tu sei, o Dio, la mia difesa,  
tu, o mio Dio, sei la mia mis**e**ric**o**rdia.

# 59

ANT: **O Signore, ritorna a noi e salvaci**

- Dio, tu ci hai respinti, ci hai dispersi; ti sei sdegnato: ritorna a noi.
- Hai scosso la terra, l'hai squarciata, risana le sue fratture, poiché sta crollando.
- Hai inflitto al tuo popolo dure prove, ci hai fatto bere vino da vertigini.
- Hai dato un segnale ai tuoi fedeli perché fuggissero lontano dagli archi.
- Perché i tuoi amici siano liberati, salvaci con la destra e a noi rispondi.
- Dio ha parlato nel suo tempio: †  
«Esulto e divido Sichem,  
misuro la valle di Succot.
- Mio è Gàlaad, mio è Manasse, †  
Efraim è la difesa del mio capo,  
Giuda lo scettro del mio comando.
- Moab è il bacino per lavarmi, †  
sull'Idumea getterò i miei sandali,  
sulla Filistea canterò vittoria».
- Chi mi condurrà alla città fortificata,  
chi potrà guidarmi fino all'Idumea?
- Non forse tu, o Dio, che ci hai respinti,

e più non esci, o Dio, con le nostre schiere?

- Nell'oppressione vieni in nostro aiuto perché vana è la salvezza dell'uomo.
- Con Dio noi faremo prodigi: egli calpesterà i nostri nemici.

## 60

ANT: **Signore, tu sei nostro rifugio per sempre**

- Ascolta, o Dio, il mio grido, sii attento alla mia preghiera.
- Dai confini della terra io t'invoco; † mentre il mio cuore viene meno, guidami su rupe inaccessibile.
- Tu sei per me rifugio, torre salda davanti all'avversario.
- Dimorerò nella tua tenda per sempre, all'ombra delle tue ali troverò riparo;
- perché tu, Dio, hai ascoltato i miei voti, mi hai dato l'eredità di chi teme il tuo nome.
- Ai giorni del re aggiungi altri giorni, per molte generazioni siano i suoi anni.
- Regni per sempre sotto gli occhi di Dio; grazia e fedeltà lo custodiscano.
- Allora canterò inni al tuo nome, sempre, sciogliendo i miei voti giorno per giorno.

# 61

ANT: Solo in Dio riposa l'anima mia

- Solo in Dio riposa l'anima mia;  
da lui la mia salvezza.
- Lui solo è mia rupe e mia salvezza,  
mia roccia di difesa: non potrò vacillare.
- Fino a quando vi scaglierete contro un uomo, †  
per abbatterlo tutti insieme,  
come muro cadente, come recinto che crolla?
- Tramano solo di precipitarlo dall'alto,  
si compiacciono della menzogna.
- Con la bocca benedicono,  
e nel loro cuore maledicono.
- Solo in Dio riposa l'anima mia,  
da lui la mia speranza.
- Lui solo è mia rupe e mia salvezza,  
mia roccia di difesa: non potrò vacillare.
- In Dio è la mia salvezza e la mia gloria;  
il mio saldo rifugio, la mia difesa è in Dio.
- Confida sempre in lui, o popolo †,  
davanti a lui effondi il tuo cuore,  
nostro rifugio è Dio.
- Sì, sono un soffio i figli di Adamo, †  
una menzogna tutti gli uomini,  
insieme, sulla bilancia, sono meno di un soffio.

- Non confidate nella violenza,  
non illudetevi **della rapina**;
- alla ricchezza, anche se abbonda,  
non attaccate il cuore.
- Una parola ha detto Dio, due ne ho **udite**: ✠  
il potere appartiene a Dio,  
tua, Signore, **è la grazia**;
- secondo le sue opere  
tu ripaghi **ogni uomo**.

## 62

ANT: **L'anima mia ha sete di te, o Dio**

- O Dio, tu sei il mio Dio, all'aurora ti cerco,  
di te ha sete **l'anima mia**,
- a te anela la mia carne,  
come terra deserta, arida, **senza acqua**.
- Così nel santuario ti ho cercato,  
per contemplare la tua potenza e la **tua gloria**.
- Poiché la tua grazia vale più della vita,  
le mie labbra diranno la **tua lode**.
- Così ti benedirò finché io viva,  
nel tuo nome alzerò le **mie mani**.
- Mi sazierò come a lauto convito,  
e con voci di gioia ti loderà la **mia bocca**.
- Quando nel mio giaciglio di te mi ricordo  
e penso a te nelle **veglie notturne**,

- a te che sei stato il mio aiuto,  
esulto di gioia all'ombra delle **tu**e **a**li.
- A te si stringe l'anima mia  
e la forza della tua destra **mi** **sostie**ne.

*L'anima mia ha sete di te, o Dio*



## 63

ANT: **Ogni uomo annunzierà le opere di Dio**

- Ascolta, Dio, la voce, del mio lamento,  
dal terrore del nemico preserva la **mi**a **vi**ta.
- Proteggimi dalla congiura degli empì  
dal tumulto **de**i malv**agi**.
- Affilano la loro lingua come **spada**, †  
scagliano come frecce parole amare  
per colpire di nascosto l'**i**nnoc**e**nte;
- lo colpiscono di sorpresa  
e non **ha**nno tim**ore**
- Si ostinano nel fare il **male**, †  
si accordano per nascondere tranelli;  
dicono: «Chi li potr**à** ved**e**re?».
- Meditano iniquità, attuano le loro trame:  
un baratro è l'uomo e il suo cu**ore** un ab**isso**.
- Ma Dio li colpisce con le sue frecce:  
all'improvviso essi **so**no fer**iti**,
- la loro stessa lingua li farà cadere;  
chiunque, al vederli, scuoter**à** il **ca**po.

- Allora tutti saranno presi da **timore**, †  
annunzieranno le opere di Dio  
e capiranno ciò che **e**gli ha **f**atto.
- Il giusto gioirà nel **Signore** †  
e riporrà in lui la sua speranza,  
i retti di cuore ne trarranno **gl**oria.

# 64

ANT: **Ti lodiamo, Dio, per la tua benevolenza**

- A te si deve lode, o Dio, in Sion;  
a te si sciolga il voto in Geru**u**sale**e**mm**e**.
- A te, che ascolti la preghiera,  
viene **o**gni mort**a**le.
- Pesano su di noi le nostre colpe,  
ma tu perdoni i **n**ostri pecc**a**ti.
- Beato chi hai scelto e chiamato vicino,  
abiterà nei tu**o** **a**trii.
- Ci sazieremo dei beni della tua casa,  
della santità del tu**o** **t**e**m**pio.
- Con i prodigi della tua **giustizia**, †  
tu ci rispondi, o Dio, nostra salvezza,  
speranza dei confini della terra e dei ma**a**ri lont**a**ni.
- Tu rendi saldi i monti con la tua forza,  
cinto d**i** pot**e**nza.
- Tu fai tacere il fragore del **mare**, †  
il fragore dei suoi flutti,

tu plachi il tumulto dei popoli.

- Gli abitanti degli estremi confini stupiscono davanti ai tuoi prodigi:
  - di gioia fai gridare la terra, le soglie dell'oriente e dell'occidente.
  - Tu visiti la terra e la disseti: la ricolmi delle sue riccheezze.
  - Il fiume di Dio è gonfio di acque; tu fai crescere il frumento per gli uomini.
    - Così prepari la terra: †
- Ne irrighi i solchi, ne spiani le zolle, la bagni con le piogge e benedici i suoi germogli.
  - Coronati l'anno con i tuoi benefici, al tuo passaggio stilla l'abbondanza.
  - Stillano i pascoli del deserto e le colline si cingono di esultanza.
  - I prati si coprono di greggi, † le valli si ammantano di grano; tutto canta e grida di gioia.

*Ti lodiamo, Dio, per la tua benevolenza*

## 65

ANT: **Sei tu, Signore, che ci hai ridato la vita**

### I

- Acclamate a Dio da tutta la terra, † cantate alla gloria del suo nome,

date a lui splendida lode.

- Dite a Dio: «Stupende sono le tue opere!  
Per la grandezza della tua potenza a te si piegano i tuoi  
nemici.

- A te si prostri tutta la terra,  
a te canti inni, canti al tuo nome».

- Venite e vedete le opere di Dio,  
mirabile nel suo agire sugli uomini.

- Egli cambiò il mare in terra ferma, †  
passarono a piedi il fiume;  
per questo in lui esultamo di gioia.

- Con la sua forza domina in eterno, †  
il suo occhio scruta le nazioni;  
i ribelli non rialzino la fronte.

- Benedite, popoli, il nostro Dio,  
fate risuonare la sua lode;

- è lui che salvò la nostra vita  
e non lasciò vacillare i nostri passi.

- Dio, tu ci hai messi alla prova;  
ci hai passati al crogiuolo, come l'argento.

- Ci hai fatti cadere in un agguato,  
hai messo un peso ai nostri fianchi.

- Hai fatto cavalcare uomini sulle nostre teste; †  
ci hai fatto passare per il fuoco e l'acqua,  
ma poi ci hai dato sollievo.

## II

- Entrerò nella tua casa con olocausti,  
a te scioglierò i miei voti,

- i voti pronunziati dalle mie labbra,

promessi nel momento dell'angoscia.

- Ti offrirò pingui olocausti con fragranza di montoni, immolerò a te buoi e capri.
- Venite, ascoltate, voi tutti che temete Dio, e narrerò quanto per me ha fatto.
- A lui ho rivolto il mio grido, la mia lingua cantò la sua lode.
- Se nel mio cuore avessi cercato il male, il Signore non mi avrebbe ascoltato.
- Ma Dio ha ascoltato, si è fatto attento alla voce della mia preghiera.
- Sia benedetto Dio che non ha respinto la mia preghiera, non mi ha negato la sua misericordia.

## 66

ANT: **Dio faccia splendere su di noi il suo volto**

- Dio abbia pietà di noi e ci benedica, su di noi faccia splendere il suo volto;
- perché si conosca sulla terra la tua via, fra tutte le genti la tua salvezza.
- Ti lodino i popoli, Dio, ti lodino i popoli tutti.
- Esultino le genti e si rallegriano, † perché giudichi i popoli con giustizia, governi le nazioni sulla terra.

- Ti lodino i popoli, Dio,  
ti lodino i **p**opoli **t**utti.
- La terra ha dato il suo frutto.  
Ci benedica Dio, il **n**ostro **D**io,
- ci benedica Dio  
e lo temano tutti i confini **d**ella **t**erra.

# 67

ANT: **Benedetto il Signore che libera il suo popolo**

## I

- Sorga Dio, i suoi nemici si disperdano  
e fuggano davanti a lui quelli che lo **o**diano.
- Come si disperde il fumo, tu li **disperdi**; †  
come fonde la cera di fronte al fuoco,  
periscano gli empi **d**avanti a **D**io.
- I giusti invece si **rallegrino**, †  
esultino davanti a Dio  
e cantino **o** di **g**ioia.
- Cantate a Dio, inneggiate al suo nome,  
spianate la strada a chi **c**avalca le **n**ubi:
- «Signore» è il suo nome,  
gioite **d**avanti a **l**ui.
- Padre degli orfani e difensore delle vedove  
è Dio nella sua **s**anta **d**imora.
- Ai derelitti Dio fa abitare una **c**asa, †  
fa uscire con gioia i prigionieri;

solo i ribelli abbandona in **a**rida **te**rra.

- Dio, quando uscivi davanti al tuo popolo, quando camminavi per il deserto, tremò la **te**rra
  - e stillarono i cieli davanti al Dio del Sinai, davanti a Dio, il Dio di **I**sraele.
  - Pioggia abbondante riversavi, o Dio, rinvigorivi la tua eredità **es**austa.
  - E il tuo popolo abitò il paese che nel tuo amore, o Dio, preparasti al **mi**sero.
- Benedetto il Signore che libera il suo popolo*

## II

- Il Signore annunzia una notizia, le messaggere di vittoria sono **gr**ande schiera:
- «Fuggono i re, fuggono gli eserciti, anche le donne si dividono **i**l bottino.
- Mentre voi dormite tra gli **ovili**, † splendono d'argento le ali della colomba, le sue piume di riflessi d'**o**ro».
- Quando disperdeva i re l'Onnipotente, nevicava **sul**lo **Za**lmon.
- Monte di Dio, il monte di Basan, monte dalle alte cime, il **mo**nte di **Ba**san.
- Perché invidiate, o monti dalle alte **cime**, † il monte che Dio ha scelto a sua dimora? Il Signore lo abiterà per **se**mpre.
- I carri di Dio sono migliaia e migliaia: il Signore viene dal Sinai nel **san**tuario.
- Sei salito in alto conducendo **prigionieri**, †

hai ricevuto uomini in tributo:  
anche i ribelli abiteranno presso il Signore Dio.

- Benedetto il Signore sempre;  
ha cura di noi il Dio della salvezza.
- Il nostro Dio è un Dio che salva;  
il Signore Dio libera dalla morte.
- Sì, Dio schiaccerà il capo dei suoi nemici,  
la testa altera di chi percorre la via del delitto.
- Ha detto il Signore: «Da Basan li farò tornare,  
li farò tornare dagli abissi del mare,  
- perché il tuo piede si bagni nel sangue,  
e la lingua dei tuoi cani riceva la sua parte tra i nemici».

### III

- Appare il tuo corteo, Dio,  
il corteo del mio Dio, del mio re, nel santuario.
- Precedono i cantori, †  
seguono ultimi i citaredi,  
in mezzo le fanciulle che battono cembali.
- «Benedite Dio nelle vostre assemblee,  
benedite il Signore, voi della stirpe di Israele».
- Ecco, Beniamino, il più giovane, †  
guida i capi di Giuda nelle loro schiere,  
i capi di Zabulon, i capi di Neftali.
- Dispiega, Dio, la tua potenza,  
conferma, Dio, quanto hai fatto per noi.
- Per il tuo tempio, in Gerusalemme,  
a te i re porteranno doni.
- Minaccia la belva dei canneti, †  
il branco dei tori con i vitelli dei popoli:

si prostrino portando verghe d'argento;

- disperdi i popoli che amano la guerra. †

Verranno i grandi dall'Egitto,

l'Etiopia tenderà le mani a Dio.

- Regni della terra, cantate a Dio,  
cantate inni al Signore;

- egli nei cieli cavalca, nei cieli eterni,  
ecco, tuona con voce potente.

- Riconoscete a Dio la sua potenza, †

la sua maestà su Israele,

la sua potenza sopra le nubi.

- Terribile sei, Dio, dal tuo santuario; †

il Dio d'Israele dà forza e vigore al suo popolo,  
sia benedetto Dio.

*Benedetto il Signore che libera il suo popolo*

## 68

ANT: **Volgiti a me, Signore, nella tua grande  
tenerezza**

**I**

- Salvami, o Dio:

l'acqua mi giunge alla gola.

- Affondo nel fango e non ho sostegno; †

sono caduto in acque profonde

e l'onda mi travolge.

- Sono sfinito dal gridare, †

riarse sono le mie fauci;  
i miei occhi si consumano nell'attesa del mio Dio.

- Più numerosi dei capelli del mio capo sono coloro che mi odiano senza ragione.
- Sono potenti i nemici che mi calunniano: quanto non ho rubato, lo dovrei restituire?
- Dio, tu conosci la mia stoltezza e le mie colpe non ti sono nascoste.
- Chi spera in te, a causa mia non sia confuso, Signore, Dio degli eserciti;
- per me non si vergogni chi ti cerca, Dio d'Israele.
- Per te io sopporto l'insulto e la vergogna mi copre la faccia;
- sono un estraneo per i miei fratelli, un forestiero per i figli di mia madre.
- Poiché mi divora lo zelo per la tua casa, ricadono su di me gli oltraggi di chi ti insulta.
- Mi sono estenuato nel digiuno ed è stata per me un'infamia.
- Ho indossato come vestito un sacco e sono diventato il loro scherno.
- Sparlavano di me quanti sedevano alla porta, gli ubriachi mi dileggiavano.

## II

- Ma io innalzo a te la mia preghiera, Signore, nel tempo della benevolenza;
- per la grandezza della tua bontà, rispondimi,

per la fedeltà della tua salvezza, o Dio.

- Salvami dal fango, che io non affondi, †  
liberami dai miei nemici  
e dalle acque profonde.
- Non mi sommergano i flutti delle acque †  
e il vortice non mi travolga,  
l'abisso non chiuda su di me la sua bocca.
- Rispondimi, Signore, benefica è la tua grazia;  
volgiti a me nella tua grande tenerezza.
- Non nascondere il volto al tuo servo,  
sono in pericolo: presto, rispondimi.
- Avvicinati a me, riscattami,  
salvami dai miei nemici.
- Tu conosci la mia infamia, †  
la mia vergogna e il mio disonore;  
davanti a te sono tutti i miei nemici.
- L'insulto ha spezzato il mio cuore e vengo meno. †  
Ho atteso compassione, ma invano,  
consolatori, ma non ne ho trovati.
- Hanno messo nel mio cibo veleno  
e quando avevo sete mi hanno dato aceto.

*Volgiti a me, Signore, nella tua grande tenerezza*

=====

### III

- Io sono infelice e sofferente;  
la tua salvezza, Dio, mi ponga al sicuro.
- Loderò il nome di Dio con il canto,  
lo esalterò con azioni di grazie,

- che il Signore gradirà più dei tori,  
più dei giovenchi con **co**rna e **u**nghe.
  - Vedano gli umili e si rallegrino;  
si ravvivi il cuore di chi **ce**rca **Di**o,
  - poiché il Signore ascolta i poveri  
e non disprezza i suoi che sono **pr**igionie**ri**.
  - A lui acclamino i cieli e la terra,  
i mari e quanto in **essi** si **mu**ove.
  - Perché Dio salverà **Sion**, †  
ricostruirà le città di Giuda:  
vi abiteranno e ne avr**a**nno il poss**e**so.
  - La stirpe dei suoi servi ne sarà erede,  
e chi ama il suo nome vi porr**à** dim**o**ra.
- Volgiti a me, Sign**o**re, nella tua **gr**ande ten**e**rezza*

## 69

ANT: **Signore, vieni **pre**sto in **mi**o ai**u**to**

- Vieni a salvarmi, o Dio,  
vieni presto, Signore, in **mi**o ai**u**to.
- Siano confusi e arrossiscano  
quanti attentano alla **mi**a **vi**ta.
- Retrocedano e siano svergognati  
quanti vogliono la **mi**a rov**i**na.
- Per la vergogna si volgano indietro  
quelli che **mi** der**i**dono.

- Gioia e allegrezza grande per quelli che ti **cercano**; †  
dicano sempre: «Dio è grande»  
quelli che amano la **tua salvezza**.
- Ma io sono povero e infelice,  
vieni presto, **mio Dio**;
- tu sei mio aiuto e mio salvatore;  
Signore, **non tardare**.  
*Signore, vieni presto in mio aiuto*

# 70

ANT: **Non abbandonarmi, Signore, nel tempo della vecchiaia**

## I

- In te mi rifugio, Signore,  
ch'io non resti confuso **in eterno**.
- Liberami, difendimi per la tua giustizia,  
porgimi **ascolto** e **salvami**.
- Sii per me rupe di **difesa**, †  
baluardo inaccessibile,  
poiché tu sei mio rifugio e **mia fortezza**.
- Mio Dio, salvami dalle mani dell'empio,  
dalle mani dell'iniquo e dell'**oppressore**.
- Sei tu, Signore, la mia speranza,  
la mia fiducia fin dalla mia **giovinanza**.
- Su di te mi appoggiai fin dal grembo **materno**, †  
dal seno di mia madre tu sei il mio sostegno;

a te la mia lode **senza fine**.

- Sono parso a molti quasi un prodigio:  
eri tu il mio rif**u**gio sic**u**ro.
- Della tua lode è piena la mia bocca,  
della tua gloria, tu**tt**o il gi**o**rno.
- Non mi respingere nel tempo della vecchiaia,  
non abbandonarmi quando declinano le mi**i**e fo**r**ze.
- Contro di me parlano i miei nemici,  
coloro che mi spiano congi**u**rano insi**e**me:
  - «Dio lo ha **abbandonato**, †  
inseguitelo, prendetelo,  
perché non ha **a** chi lo **li**beri».
  - O Dio, non stare lontano:  
Dio mio, vieni presto ad **aiut**a**r**mi.
  - Siano confusi e annientati quanti mi **accusano**, †  
siano coperti d'infamia e di vergogna  
quanti cercano la mi**a** svent**u**ra.

## **II**

- Io, invece, non cesso di sperare,  
moltiplicherò le tu**e** lo**d**i.
- La mia bocca annunzierà la tua **giustizia**, †  
proclamerà sempre la tua salvezza,  
che non **so** misur**a**re.
- Dirò le meraviglie del Signore,  
ricorderò che tu **so**lo sei gi**u**sto.
- Tu mi hai istruito, o Dio, fin dalla giovinezza  
e ancora oggi proclamo i tu**o**i prod**i**gi.
- E ora, nella vecchiaia e nella canizie,  
Dio, non abb**a**ndon**a**rmi,

- finché io annunzi la tua potenza,  
a tutte le generazioni le tue meraviglie.
- La tua giustizia, Dio, è alta come il cielo, †  
tu hai fatto cose grandi:  
chi è come te, o Dio?
- Mi hai fatto provare molte angosce e sventure: †  
mi darai ancora vita,  
mi farai risalire dagli abissi della terra,
- accrescerai la mia grandezza  
e tornerai a consolarmi.
- Allora ti renderò grazie sull'arpa, †  
per la tua fedeltà, o mio Dio;  
ti canterò sulla cetra, o santo d'Israele.
- Cantando le tue lodi, esulteranno le mie labbra  
e la mia vita, che tu hai riscattato.
- Anche la mia lingua tutto il giorno proclamerà la tua  
giustizia,  
quando saranno confusi e umiliati quelli che cercano la mia rovina.  
*Non abbandonarmi, Signore, nel tempo della vecchiaia*

# 71

ANT: **Il Signore libererà il povero che grida**

I

- Dio, dà al re il tuo giudizio,  
al figlio del re la tua giustizia;
- regga con giustizia il tuo popolo  
e i tuoi poveri con rettitudine.

- Le montagne portino pace al popolo e le colline giustizia.
- Ai miseri del suo popolo renderà giustizia, † salverà i figli dei poveri e abatterà l'oppressore.
- Il suo regno durerà quanto il sole, quanto la luna, per tutti i secoli.
- Scenderà come pioggia sull'erba, come acqua che irrorerà la terra.
- Nei suoi giorni fiorirà la giustizia † e abonderà la pace, finché non si spenga la luna.
- E dominerà da mare a mare, dal fiume sino ai confini della terra.
- A lui si piegheranno gli abitanti del deserto, lambiranno la polvere i suoi nemici.
- Il re di Tarsis e delle isole porteranno offerte, i re degli Arabi e di Saba offriranno tributi.
- A lui tutti i re si prostreranno, lo serviranno tutte le nazioni.

## II

- Egli libererà il povero che grida e il misero che non trova aiuto,
- avrà pietà del debole e del povero e salverà la vita dei suoi miseri.
- Li riscatterà dalla violenza e dal sopruso, sarà prezioso ai suoi occhi il loro sangue.
- Vivrà e gli sarà dato oro di Arabia; † si pregherà per lui ogni giorno,

sarà benedetto per sempre.

- Abbonderà il frumento nel paese, ondeggerà sulle cime dei monti;
- il suo frutto fiorirà come il Libano, la sua messe come l'erba della terra.
- Il suo nome duri in eterno, davanti al sole persista il suo nome.
- In lui saranno benedette tutte le stirpi della terra e tutti i popoli lo diranno beato.
- Benedetto il Signore, Dio di Israele, egli solo compie prodigi.
- E benedetto il suo nome glorioso per sempre, † della sua gloria sia piena tutta la terra.

**A**men, **a**men.

*Il Signore libererà il povero che grida*

## 72

ANT: **Il mio bene è stare con te, o Signore**

I

- Quanto è buono Dio con i giusti, con gli uomini dal cuore puro!
- Per poco non inciampavano i miei piedi, per un nulla vacillavano i miei passi,
- perché ho invidiato i prepotenti, vedendo la prosperità dei malvagi.

- Non c'è sofferenza per essi,  
sano e pasciuto è il **loro corpo**.
- Non conoscono l'affanno dei mortali  
e non sono colpiti come gli **altri uomini**.
- Dell'orgoglio si fanno una collana  
e la violenza è il **loro vestito**.
- Esce l'iniquità dal loro grasso,  
dal loro cuore traboccano **pensieri malvagi**.
- Scherniscono e parlano con malizia,  
minacciano dall'alto con **prepotenza**.
- Levano la loro bocca fino al cielo  
e la loro lingua **percorre la terra**.
- Perciò seggono in alto,  
non li raggiunge la piena **delle acque**.
- Dicono: «Come può saperlo Dio?  
C'è forse conoscenza **nell'Altissimo?**».
- Ecco, questi sono gli empi:  
sempre tranquilli, **ammassano ricchezze**.

II

- Invano dunque ho conservato puro il mio cuore  
e ho lavato nell'innocenza le **mie mani**,
- poiché sono colpito tutto il giorno,  
e la mia pena si rinnova **ogni mattina**.
- Se avessi detto: «Parlerò come loro»,  
avrei tradito la generazione dei **tuo figli**.
- Riflettevo per comprendere:  
ma fu arduo agli **occhi miei**,
- finché non entrai nel santuario di Dio  
e compresi qual è la **loro fine**.

- Ecco, li poni in luoghi scivolosi,  
li fai precipitare **i**n ro**v**ina.
- Come sono distrutti in un istante,  
sono finiti, periscono di **i**spav**e**nto!
- Come un sogno al risveglio, Signore,  
quando sorgi, fai svanire la **l**oro imm**a**gine.  
*Il mio **b**ene è stare con **t**e, o Sign**o**re*

### III

- Quando si agitava il mio cuore  
e nell'intimo mi **t**orment**a**vo,
- io ero stolto e non capivo,  
davanti a te stavo come **u**na b**e**stia.
- Ma io sono con te sempre:  
tu mi hai preso per la **m**a**n**o d**e**stra.
- Mi guiderai con il tuo consiglio  
e poi mi accoglierai nella **t**u**a** gl**o**ria.
- Chi altri avrò per me in cielo?  
Fuori di te nulla bramo **s**ulla **t**erra.
- Vengono meno la mia carne e il mio **cuore**; †  
ma la roccia del mio cuore è Dio,  
è Dio la mia **s**orte per **s**empre.
- Ecco, perirà chi da te si allontana,  
tu distruggi chiunque ti **è** infed**e**le.
- Il mio bene è stare vicino a Dio:  
nel Signore Dio ho posto il **m**io rif**u**gio,
- per narrare tutte le tue opere  
presso le porte della citt**à** di **S**ion.  
*Il mio **b**ene è stare con **t**e, o Sign**o**re*

# 73

ANT: **Non dimenticare, Signore, la vita dei tuoi poveri**

I

- O Dio, perché ci respingi per sempre, perché divampa la tua ira contro il gregge del tuo pascolo?
- Ricordati del popolo che ti sei acquistato nei tempi antichi.
- Hai riscattato la tribù che è tuo possesso, il monte Sion, dove hai preso dimora.
- Volgi i tuoi passi a queste rovine eterne: il nemico ha devastato tutto nel tuo santuario.
- Ruggirono i tuoi avversari nel tuo tempio, issarono i loro vessilli come insegna.
- Come chi vibra in alto la scure nel folto di una selva,
- con l'ascia e con la scure frantumavano le sue porte.
- Hanno dato alle fiamme il tuo santuario, hanno profanato e demolito la dimora del tuo nome;
- pensavano: «Distruggiamoli tutti»;
- hanno bruciato tutti i santuari di Dio nel paese.
- Non vediamo più le nostre insegne, † non ci sono più profeti e tra di noi nessuno sa fino a quando...
- Fino a quando, o Dio, insulterà l'avversario, il nemico continuerà a disprezzare il tuo nome?

- Perché ritiri la tua mano  
e trattiene in **se**no la **de**stra?
- Eppure Dio è nostro re dai tempi antichi,  
ha operato la salvezza nella **no**stra **te**rra.  
*Non dimenticare, Signo**re**, la **vi**ta dei tuoi **po**veri*

## II

- Tu con potenza hai diviso il mare,  
hai schiacciato la testa dei draghi **sulle** **ac**que.
- Al Leviatàn hai spezzato la testa,  
lo hai dato in pasto ai **mo**stri mar**ini**.
- Fonti e torrenti tu hai fatto scaturire,  
hai inaridito **fi**umi **per**enni.
- Tuo è il giorno e tua è la notte,  
la luna e il sole tu li **ha**i **cre**ati.
- Tu hai fissato i confini della terra,  
l'estate e l'inverno tu li hai **or**di**na**ti.
- Ricorda: il nemico ha insultato Dio,  
un popolo stolto ha disprezzato il **tu**o **no**me.
- Non abbandonare alle fiere la vita di chi ti loda,  
non dimenticare mai la vita dei **tu**oi **po**veri.
- Sii fedele alla tua alleanza;  
gli angoli della terra sono covi di **vi**olenza.
- L'umile non torni confuso,  
l'afflitto e il povero lodino il **tu**o **no**me.
- Sorgi, Dio, difendi la tua causa,  
ricorda che lo stolto ti insulta **tu**tto il **gi**orno.
- Non dimenticare lo strepito dei tuoi nemici;  
il tumulto dei tuoi avversari cresce **se**nza **fi**ne.

# 74

ANT: **Ti rendiamo grazie per le tue meraviglie**

- Noi ti rendiamo grazie, o Dio, ti rendiamo grazie: invocando il tuo nome, raccontiamo le tue meraviglie.
- Nel tempo che avrò stabilito io giudicherò con rettitudine.
- Si scuota la terra con i suoi abitanti, io tengo salde le sue colonne.
- Dico a chi si vanta: «Non vantatevi». E agli empi: «Non alzate la testa!».
- Non alzate la testa contro il cielo, non dite insulti a Dio.
- Non dall'oriente, non dall'occidente, non dal deserto, non dalle montagne
- ma da Dio viene il giudizio: è lui che abbatte l'uno e innalza l'altro.
- Poiché nella mano del Signore è un calice ricolmo di vino drogato.
- Egli ne versa: † fino alla feccia ne dovranno sorbire, ne berranno tutti gli empi della terra.
- Io invece esulterò per sempre, canterò inni al Dio di Giacobbe.
- Annienterò tutta l'arroganza degli empi, allora si alzerà la potenza dei giusti.

# 75

ANT: **Acclamiamo, Signore, la grandezza del tuo nome**

## I

- Dio è conosciuto in Giuda,  
in Israele è grande il **su**o **no**me.
- E' in Gerusalemme la sua dimora,  
la sua abitazi**o**ne, in **Si**on.
- Qui spezzò le saette dell'arco,  
lo scudo, la sp**a**da, la gu**e**rra.
- Splendido tu sei, o Potente,  
sui monti d**e**lla pr**e**da;
- furono spogliati i **valorosi**, †  
furono colti dal sonno,  
nessun prode ritrovava la **su**a m**a**no.
- Dio di Giacobbe, alla tua minaccia,  
si arrestarono **ca**rri e cav**a**lli.

## II

- Tu sei terribile; chi ti resiste  
quando si scatena la **tu**a **i**ra?
- Dal cielo fai udire la sentenza:  
sbigottita la **te**rra **ta**ce
- quando Dio si alza per giudicare,  
per salvare tutti gli umili d**e**lla **te**rra.

- L'uomo colpito dal tuo furore ti dà gloria,  
gli scampati dall'ira ti **f**anno **f**esta.
- Fate voti al Signore vostro Dio e adempiteli,  
quanti lo circondano portino **d**oni al Terri**i**bile,
- a lui che toglie il respiro ai potenti;  
è terribile per i **r**e della **t**erra.

## 76

ANT: **Nell'angustia, Signore, ricordo le tue meraviglie**

- La mia voce sale a Dio e grido aiuto;  
la mia voce sale a Dio, finché **é** mi ascolti.
- Nel giorno dell'angoscia io cerco il **S**ignore, †  
tutta la notte la mia mano è tesa e non si stanca;  
io rifiuto **o**gni conf**o**rto.
- Mi ricordo di Dio e gemo,  
medito e viene meno il **m**io sp**i**rito.
- Tu trattiene dal sonno i miei occhi,  
sono turbato e **s**enza par**o**le.
- Ripenso ai giorni passati,  
ricordo gli **a**nni lont**a**ni.
- Un canto nella notte mi ritorna nel cuore:  
rifletto e il mio spirito si va inter**ro**g**a**ndo.
- Forse Dio ci respingerà per sempre,  
non sarà più benevol**o** con noi?
- E' forse cessato per sempre il suo amore,

è finita la sua promessa per sempre?

- Può Dio aver dimenticato la misericordia, aver chiuso nell'ira il suo cuore?
- E ho detto: «Questo è il mio tormento: è mutata la destra dell'Altissimo».
- Ricordo le gesta del Signore, ricordo le tue meraviglie di un tempo.
- Mi vado ripetendo le tue opere, considero tutte le tue gesta.
- O Dio, santa è la tua via; quale dio è grande come il nostro Dio?
- Tu sei il Dio che opera meraviglie, manifesti la tua forza fra le genti.
- E' il tuo braccio che ha salvato il tuo popolo, i figli di Giacobbe e di Giuseppe.
- Ti videro le acque, Dio, †  
ti videro e ne furono sconvolte; sussultarono anche gli abissi.
- Le nubi rovesciarono acqua, †  
scoppiò il tuono nel cielo; le tue saette guizzarono.
- Il fragore dei tuoi tuoni nel turbine, †  
i tuoi fulmini rischiararono il mondo, la terra tremò e fu scossa.
- Sul mare passava la tua via, †  
i tuoi sentieri sulle grandi acque e le tue orme rimasero invisibili.
- Guidasti come gregge il tuo popolo per mano di Mosè e di Aronne.

*Nell'angustia, Signore, ricordo le tue meraviglie*

ANT: **Parleremo, Signore, di tutti i tuoi prodigi**

## I

- Popolo mio, porgi l'orecchio al mio insegnamento, ascolta le parole della mia bocca.
- Aprirò la mia bocca in parabole, rievocherò gli arcani dei tempi antichi.
- Ciò che abbiamo udito e conosciuto e i nostri padri ci hanno raccontato, non lo terremo nascosto ai loro figli;
- diremo alla generazione futura † le lodi del Signore, la sua potenza e le meraviglie che egli ha compiuto.
- Ha stabilito una testimonianza in Giacobbe, ha posto una legge in Israele:
- ha comandato ai nostri padri di farle conoscere ai loro figli, † perché le sappia la generazione futura, i figli che nasceranno.
- Anch'essi sorgeranno a raccontarlo ai loro figli perché ripongano in Dio la loro fiducia
- e non dimentichino le opere di Dio, ma osservino i suoi comandi.
- Non siano come i loro padri, generazione ribelle e ostinata,

- generazione dal cuore incostante e dallo spirito infedele a Dio.
- I figli di Efraim, valenti tiratori d'arco, voltarono le spalle nel giorno della lotta.
- Non osservarono l'alleanza di Dio, rifiutando di seguire la sua legge.
- Dimenticarono le sue opere, le meraviglie che aveva loro mostrato.
- Aveva fatto prodigi davanti ai loro padri, nel paese d'Egitto, nei campi di Tanis.
- Divise il mare e li fece passare e fermò le acque come un argine.
- Li guidò con una nube di giorno e tutta la notte con un bagliore di fuoco.
- Spaccò le rocce nel deserto e diede loro da bere come dal grande abisso.
- Fece sgorgare ruscelli dalla rupe e scorrere l'acqua a torrenti.

*Parleremo, Signore, di tutti i tuoi prodigi*

## II

- I nostri padri continuarono a peccare contro di lui, a ribellarsi all'Altissimo nel deserto.
- Nel loro cuore tentarono Dio, chiedendo cibo per le loro brame;
- mormorarono contro Dio dicendo: «Potrà forse Dio preparare una mensa nel deserto?».
- Ecco, egli percosse la rupe e ne scaturì acqua,

e strariparono torrenti.

- «Potrà forse dare anche pane o preparare carne al suo popolo?».

- All'udirli il Signore ne fu adirato; †  
un fuoco divampò contro Giacobbe e l'ira esplose contro Israele,

- perché non ebbero fede in Dio né speranza nella sua salvezza.

- Comandò alle nubi dall'alto e aprì le porte del cielo;

- fece piovere su di essi la manna per cibo e diede loro pane del cielo:

- l'uomo mangiò il pane degli angeli, diede loro cibo in abbondanza.

- Scatenò nel cielo il vento d'oriente, fece spirare l'australe con potenza;

- su di essi fece piovere la carne come polvere e gli uccelli come sabbia del mare;

- caddero in mezzo ai loro accampamenti, tutto intorno alle loro tende.

- Mangiarono e furono ben sazi, li soddisfece nel loro desiderio.

- La loro avidità non era ancora saziata, avevano ancora il cibo in bocca,

- quando l'ira di Dio si alzò contro di essi, †  
facendo strage dei più vigorosi e abbattendo i migliori d'Israele.

*Parleremo, Signore, di tutti i tuoi prodigi*

### III

- I nostri padri continuarono a peccare e non credettero ai suoi prodigi.
- Allora dissipò come un soffio i loro giorni e i loro anni con strage repentina.
- Quando li faceva perire, lo cercavano, ritornavano e ancora si volgevano a Dio;
- ricordavano che Dio è loro rupe, e Dio, l'Altissimo, il loro salvatore;
- lo lusingavano con la bocca e gli mentivano con la lingua;
- il loro cuore non era sincero con lui e non erano fedeli alla sua alleanza.
- Ed egli, pietoso, perdonava la colpa, li perdonava invece di distruggerli.
- Molte volte placò la sua ira e trattenne il suo furore,
- ricordando che essi sono carne, un soffio che va e non ritorna.

*Parleremo, Signore, di tutti i tuoi prodigi*

### IV

- Quante volte si ribellarono a lui nel deserto, lo contristarono in quelle solitudini!
- Sempre di nuovo tentavano Dio, esasperavano il Santo di Israele.
- Non si ricordavano più della sua mano, del giorno che li aveva liberati dall'oppressore,

- quando operò in Egitto i suoi prodigi, i suoi portentosi nei **campi** di **Tanis**.
  - Egli mutò in sangue i loro fiumi e i loro ruscelli, perché non bevessero.
  - Mandò tafani a divorarli e rane a **molestarli**.
  - Diede ai bruchi il loro raccolto, alle locuste la **loro fatica**.
  - Distrusse con la grandine le loro vigne, i loro sicomori **con** la **brina**.
  - Consegnò alla grandine il loro bestiame, ai fulmini i **loro greggi**.
  - Scatenò contro di essi la sua ira **ardente**, †† la collera, lo sdegno, la tribolazione, e inviò messaggeri **di sventura**.
  - Diede sfogo alla sua **ira**: †† non li risparmiò dalla morte e diede in preda alla peste la **loro vita**.
  - Colpì ogni primogenito in Egitto, nelle tende di Cam la primizia del **loro vigore**.
- Parleremo, Signore, di **tutti i tuoi prodigi***

## V

- Fece partire come gregge il suo popolo e li guidò come branchi **nel deserto**.
- Li condusse sicuri e senza paura e i loro nemici li **sommerse** il **mare**.
- Li fece salire al suo luogo santo, al monte conquistato dalla **sua destra**.

- Scacciò davanti a loro i **popoli** † e sulla loro eredità gettò la sorte, facendo dimorare nelle loro tende le tribù di **Israele**.
  - Ma ancora lo **tentarono**, † si ribellarono a Dio, l'Altissimo, non obbedirono ai suoi **comandi**.
  - Sviati, lo tradirono come i loro padri, fallirono come un arco **allentato**.
  - Lo provocarono con le loro alture e con i loro idoli lo resero **geloso**.
  - Dio, all'udire, ne fu irritato e respinse duramente **Israele**.
  - Abbandonò la dimora di Silo, la tenda che abitava **tra** gli **uomini**.
  - Consegnò in schiavitù la sua forza, la sua gloria in potere **del nemico**.
  - Diede il suo popolo in preda alla spada e contro la sua eredità si **accese d'ira**.
  - Il fuoco divorò il fiore dei suoi giovani, le sue vergini non ebbero **canti nuziali**.
  - I suoi sacerdoti caddero di spada e le loro vedove non fecero **lamento**.
- Parleremo, Signore, di **tutti i tuoi prodigi***

## **VI**

- Ma poi il Signore si destò come da un sonno, come un prode assopito dal **vino**.
- Colpì alle spalle i suoi nemici, inflisse loro una **vergogna eterna**.

- Ripudiò le tende di Giuseppe,  
non scelse la tribù di **E**fraim;
  - ma elesse la tribù di Giuda,  
il monte Sion che **e**gli **a**ma.
  - Costruì il suo tempio alto come il cielo  
e come la terra stabile **e** per **s**empre.
  - Egli scelse Davide suo servo  
e lo trasse dagli ovili **d**elle **p**ecore.
  - Lo chiamò dal seguito delle pecore **m**adri ††  
per pascere Giacobbe suo popolo,  
la sua eredità **I**sra**e**le.
  - Fu per loro pastore dal cuore integro  
e li guidò con **m**ano **s**api**e**nte.
- Parleremo, Signore, di **t**utti i tuoi **p**rodigi*

## 78

ANT: **Aiutaci, o Dio, nostra salvezza**

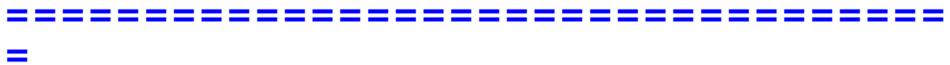
- O Dio, nella tua eredità sono entrate le **n**azioni, ††  
hanno profanato il tuo santo tempio,  
hanno ridotto in macerie Ger**u**salemme.
- Hanno abbandonato i cadaveri dei tuoi servi in pasto agli  
uccelli del cielo,  
la carne dei tuoi fedeli agli anim**a**li selv**a**ggi.
- Hanno versato il loro sangue come acqua intorno a  
Gerusalemme,

e nessuno seppelliva.

- Siamo divenuti l'obbrobrio dei nostri vicini, scherno e ludibrio di chi ci sta intorno.
- Fino a quando, Signore, sarai adirato: per sempre? Arderà come fuoco la tua gelosia?



- Non imputare a noi le colpe dei nostri padri, † presto ci venga incontro la tua misericordia, poiché siamo troppo infelici.
- Aiutaci, Dio, nostra salvezza, per la gloria del tuo nome, - salvaci e perdona i nostri peccati per amore del tuo nome.
- Perché i popoli dovrebbero dire: «Dov'è il loro Dio?». † Si conosca tra i popoli, sotto i nostri occhi, la vendetta per il sangue dei tuoi servi.
- Giunga fino a te il gemito dei prigionieri; † con la potenza della tua mano salva i votati alla morte.



- E noi, tuo popolo e gregge del tuo pascolo, † ti renderemo grazie per sempre; di età in età proclameremo la tua lode.
- Aiutaci, o Dio, nostra salvezza*

ANT: **Fa risplendere il tuo volto, Signore, e noi saremo salvi**

- Tu, pastore d'Israele, ascolta, tu che guidi Giuseppe **co**me un **gre**gge.
- Assiso sui cherubini rifulgi davanti a Efraim, Beniam**i**no e Man**a**sse.
- Risveglia la tua potenza e vieni in **no**stro **soccor**so.
- Rialzaci, Signore, nostro Dio, fà splendere il tuo volto e noi sare**mo** **sa**lvi.
- Signore, Dio degli **eserciti**, † fino a quando fremerai di sdegno contro le preghiere del **tu**o **po**polo?
- Tu ci nutri con pane di lacrime, ci fai bere lacrime in **a**bbond**a**nza.
- Ci hai fatto motivo di contesa per i vicini, e i nostri nemici ridon**o** di **noi**.
- Rialzaci, Signore, nostro Dio, fà risplendere il tuo volto e noi sare**mo** **sa**lvi.
- Hai divelto una vite dall'Egitto, per trapiantarla hai esp**ul**so i **po**poli.
- Le hai preparato il terreno, hai affondato le sue radici e ha riemp**i**to la **te**rra.
- La sua ombra copriva le montagne e i suoi rami i più **a**l**ti** **ce**dri.
- Ha esteso i suoi tralci fino al mare e arrivavano al fiume i su**oi** germ**og**li.

- Perché hai abbattuto la sua cinta e ogni viandante ne **fa** vendemmia?
- La devasta il cinghiale del bosco e se ne pasce l'anim**a**le selv**a**tico.
- Dio degli eserciti, volgiti, guarda dal cielo e vedi e visita que**sta** v**i**gna,
- proteggi il ceppo che la tua destra ha piantato, il germoglio che ti sei col**tiv**a**to**.
- Quelli che l'arsero col fuoco e la recisero, periranno alla minaccia del t**u**o v**o**lto.
- Sia la tua mano sull'uomo della tua destra, sul figlio dell'uomo che per te hai r**es**o f**o**rte.
- Da te più non ci allontaneremo, ci farai vivere e invocheremo il t**u**o n**o**me.
- Rialzaci, Signore, Dio degli eserciti, farà splendere il tuo volto e noi sare**mo** sa**l**vi.

## 80

ANT: **Acclamate a Dio, che ci ha liberati dall'Egitto**

- Esultate in Dio, nostra forza, acclamate al Dio di **i** Giac**o**bbe.
- Intonate il canto e suonate il timpano, la cetra melodi**o**sa con l'**a**rpa.
- Suonate la tromba nel plenilunio, nostro gi**o**rno di f**e**sta.

- Questa è una legge per Israele, un decreto del Dio di Giacobbe.
- Lo ha dato come testimonianza a Giuseppe, quando usciva dal paese d'Egitto.
- Un linguaggio mai inteso io sento: †  
«Ho liberato dal peso la sua spalla, le sue mani hanno deposto la cesta.
- Hai gridato a me nell'angoscia e io ti ho liberato, †  
avvolto nella nube ti ho dato risposta, ti ho messo alla prova alle acque di Meriba.
- Ascolta, popolo mio, ti voglio ammonire; Israele, se tu mi ascoltassi!
- Non ci sia in mezzo a te un altro dio e non prostrarti a un dio straniero.
- Sono io il Signore tuo Dio, †  
che ti ho fatto uscire dal paese d'Egitto; apri la tua bocca, la voglio riempire.
- Ma il mio popolo non ha ascoltato la mia voce, Israele non mi ha obbedito.
- L'ho abbandonato alla durezza del suo cuore, che seguisse il proprio consiglio.
- Se il mio popolo mi ascoltasse, se Israele camminasse per le mie vie!
- Subito piegherei i suoi nemici e contro i suoi avversari porterei la mia mano.
- I nemici del Signore gli sarebbero sottomessi e la loro sorte sarebbe segnata per sempre;
- li nutrirei con fiore di frumento, li sazierei con miele di roccia».

# 81

ANT: **Sorgi o Signore, a difesa del povero**

- Dio si alza nell'assemblea divina, giudica in mezzo **a**gli **de**i.
- «Fino a quando giudicherete iniquamente e sosterrate la parte **de**gli **e**mpi?
- Difendete il debole e l'orfano, al misero e al povero **f**ate giust**i**zia.
- Salvate il debole e l'indigente, liberatelo dalla mano **de**gli **e**mpi».
- Non capiscono, non vogliono **intendere**, †  
avanzano nelle tenebre;  
vacillano tutte le fondamenta **de**lla **te**rra.
- Io ho detto: «Voi siete dei, siete tutti figli **de**ll'**Alt**i**ss**imo».
- Eppure morirete come ogni uomo, cadrete come tutti **i** pot**e**nti.
- Sorgi, Dio, a giudicare la terra, perché a te appartengono **t**utte le **ge**nti.

# 82

ANT:

=====

# 83

ANT: **Beato l'uomo che abita nella casa di Dio**

- Quanto sono amabili le tue dimore,  
Signore degli eserciti!
- L'anima mia languisce  
e brama gli atri del Signore.
- Il mio cuore e la mia carne  
esultano nel Dio vivente.
- Anche il passero trova la casa,  
la rondine il nido, dove porre i suoi piccoli,  
- presso i tuoi altari, Signore degli eserciti,  
mio re e mio Dio.
- Beato chi abita la tua casa:  
sempre canta le tue lodi!
- Beato chi trova in te la sua forza  
e decide nel suo cuore il santo viaggio.
- Passando per la valle del pianto la cambia in una  
sorgente,  
anche la prima pioggia l'ammanta di benedizioni.
- Cresce lungo il cammino il suo vigore,  
finché compare davanti a Dio in Sion.
- Signore, Dio degli eserciti, ascolta la mia preghiera,  
porgi l'orecchio, Dio di i Giacobbe.
- Vedi, Dio, nostro scudo,

guarda il volto del tuo **co**nsacr**a**to.

- Per me un giorno nei tuoi atri  
è più che m**i**lle altr**o**ve,
- stare sulla soglia della casa del mio Dio  
è meglio che abitare nelle tende de**g**li **e**mpi.
- Poiché sole e scudo è il Signore **D**io; †  
il Signore concede grazia e gloria,  
non rifiuta il bene a chi cammina con **re**ttit**u**dine.
- Signore degli eserciti,  
beato l'uomo che in **e** conf**i**da.

## 84

ANT: **Ritorna a noi, o Dio nostra salvezza**

- Signore, sei stato buono con la tua terra,  
hai ricondotto i deportati d**i** Giac**o**bbe.
- Hai perdonato l'iniquità del tuo popolo,  
hai cancellato tutti i su**o**i pecc**a**ti.
- Hai depresso tutto il tuo sdegno  
e messo fine alla tua gr**a**nde **i**ra.
- Rialzaci, Dio nostra salvezza,  
e placa il tuo sdegno **ve**rs**o** di **n**oi.
- Forse per sempre sarai adirato con noi,  
di età in età estenderai il **t**u**o** sd**e**gno?
- Non tornerai tu forse a darci vita,  
perché in te gioisca il **t**u**o** p**o**polo?

- Mostraci, Signore, la tua misericordia e donaci la **tu**a sal**ve**zza.
- Ascolterò che cosa dice Dio, il **Signore**: † egli annunzia la pace per il suo popolo, per i suoi fedeli, per chi ritorna a lui con **tu**tto il cu**o**re.
- La sua salvezza è vicina a chi lo teme e la sua gloria abiterà la **no**stra **te**rra.
- Misericordia e verità s'incontreranno, giustizia e pace si **ba**cer**an**no.
- La verità germoglierà dalla terra e la giustizia si affaccerà **à** dal **ci**elo.
- Quando il Signore elargirà il suo bene, la nostra terra darà il **su**o fr**u**tto.
- Davanti a lui camminerà la giustizia e sulla via dei suoi passi **la** sal**ve**zza.

## 85

ANT: **Nel giorno dell'angustia grido a te, o Signore**

- Signore, tendi l'orecchio, rispondimi, perché io sono povero e **in**fel**i**ce.
- Custodiscimi perché sono fedele; tu, Dio mio, salva il tuo servo, che **in** te sp**er**a.
- Pietà di me, Signore, a te grido **tu**tto il gi**o**rno.
- Rallegra la vita del tuo servo, perché a te, Signore, innalzo l'**a**nima m**i**a.

- Tu sei buono, Signore, e perdoni,  
sei pieno di misericordia con chi ti invoca.
- Porgi l'orecchio, Signore, alla mia preghiera  
e sii attento alla voce della mia supplica.
- Nel giorno dell'angoscia alzo a te il mio grido  
e tu mi esaudirai.
- Fra gli dei nessuno è come te, Signore,  
e non c'è nulla che uguagli le tue opere.
- Tutti i popoli che hai creato verranno †  
e si prostreranno davanti a te, o Signore,  
per dare gloria al tuo nome;
- grande tu sei e compi meraviglie:  
tu solo sei Dio.
- Mostrami, Signore, la tua via,  
perché nella tua verità io cammini;
- donami un cuore semplice  
che tema il tuo nome.
- Ti loderò, Signore, Dio mio, con tutto il cuore  
e darò gloria al tuo nome sempre,
- perché grande con me è la tua misericordia:  
dal profondo degli inferi mi hai strappato.
- Mio Dio, mi assalgono gli arroganti, †  
una schiera di violenti attenta alla mia vita,  
non pongono te davanti ai loro occhi.
- Ma tu, Signore, Dio di pietà, compassionevole,  
lento all'ira e pieno di amore, Dio fedele,
- volgiti a me e abbi misericordia: †  
dona al tuo servo la tua forza,  
salva il figlio della tua ancella.

- Dammi un segno di **benevolenza**; †  
vedano e siano confusi i miei nemici,  
perché tu, Signore, mi hai soccorso e **consolato**.

## 86

ANT: **Grande è il tuo amore per Gerusalemme**

- Le sue fondamenta sono sui monti **santi**; †  
il Signore ama le porte di Sion  
più di tutte le dimore di **i Giacobbe**.
- Di te si dicono cose stupende,  
città di **Di**o.
- Ricorderò Raab e Babilonia fra quelli che mi **conoscono**;  
†  
ecco, Palestina, Tiro ed Etiopia:  
tutti **là** sono **nati**.
- Si dirà di Sion: «L'uno e l'altro è nato in essa  
e l'Altissimo la **tiene salda**».
- Il Signore scriverà nel libro dei popoli:  
«Là **costui** è **nato**».
- E danzando canteranno:  
«Sono in te tutte le **mie sorgenti**».

## 87

ANT: **Ascolta, Signore, il povero che grida**

# I

- Signore, Dio della mia salvezza,  
davanti a te grido giorno e notte.
- Giunga fino a te la mia preghiera,  
tendi l'orecchio al mio lamento.
- Io sono colmo di sventure,  
la mia vita è vicina alla tomba.
- Sono annoverato tra quelli che scendono nella fossa,  
sono come un morto ormai privo di forza.
- E' tra i morti il mio giaciglio,  
sono come gli uccisi stesi nel sepolcro,
- dei quali tu non conservi il ricordo  
e che la tua mano ha abbandonato.
- Mi hai gettato nella fossa profonda,  
nelle tenebre e nell'ombra di morte.
- Pesa su di me il tuo sdegno  
e con tutti i tuoi flutti mii sommergi.

# II

- Hai allontanato da me i miei compagni,  
mi hai reso per loro un orrore.
- Sono prigioniero senza scampo;  
si consumano i miei occhi nel patire.
- Tutto il giorno ti chiamo, Signore,  
verso di te protendo le mie mani.
- Compi forse prodigi per i morti?  
O sorgono le ombre a darti lode?
- Si celebra forse la tua bontà nel sepolcro,  
la tua fedeltà negli inferi?

- Nelle tenebre si conoscono forse i tuoi prodigi,  
la tua giustizia nel paese dell'oblio?
- Ma io a te, Signore, grido aiuto,  
e al mattino giunge a te la mia preghera.
- Perché, Signore, mi respingi,  
perché mi nascondi il tuo volto?
- Sono infelice e morente dall'infanzia,  
sono sfinito, oppresso dai tuoi terrori.
- Sopra di me è passata la tua ira,  
i tuoi spaventi mi hanno annientato,
- mi circondano come acqua tutto il giorno,  
tutti insieme mi avvolgono.
- Hai allontanato da me amici e conoscenti,  
mi sono compagne solo le tenebre.

## 88

ANT: **Canterò in eterno la grazia del Signore**

### I

- Canterò senza fine le grazie del Signore,  
con la mia bocca annunzierò la tua fedeltà nei secoli,
- perché hai detto: «La mia grazia rimane per sempre»;  
la tua fedeltà è fondata nei cieli.
- «Ho stretto un'alleanza con il mio eletto,  
ho giurato a Davide mio servo:
- stabilirò per sempre la tua discendenza,  
ti darò un trono che duri nei secoli».

- I cieli cantano le tue meraviglie, Signore, la tua fedeltà nell'assemblea dei santi.
- Chi sulle nubi è uguale al Signore, chi è simile al Signore tra gli angeli di Dio?
- Dio è tremendo nell'assemblea dei santi, grande e terribile tra quanti lo circondano.
- Chi è uguale a te, Signore, Dio degli eserciti? Sei potente, Signore, e la tua fedeltà ti fa corona.
- Tu domini l'orgoglio del mare, tu plachi il tumulto dei suoi flutti.
- Tu hai calpestato Raab come un vinto, con braccio potente hai disperso i tuoi nemici.
- Tuoi sono i cieli, tua è la terra, tu hai fondato il mondo e quanto contiene;
- il settentrione e il mezzogiorno tu li hai creati, il Tabor e l'Ermon cantano il tuo nome.
- E' potente il tuo braccio, forte la tua mano, alta la tua destra.
- Giustizia e diritto sono la base del tuo trono, grazia e fedeltà precedono il tuo volto.
- Beato il popolo che ti sa acclamare e cammina, o Signore, alla luce del tuo volto:
- esulta tutto il giorno nel tuo nome, nella tua giustizia trova la sua gloria.
- Perché tu sei il vanto della sua forza e con il tuo favore innalzi la nostra potenza.
- Perché del Signore è il nostro scudo, il nostro re, del Santo d'Israele.

## II

- Un tempo parlasti in visione ai tuoi santi dicendo: †  
«Ho portato aiuto a un prode,  
ho innalzato un eletto tra il mio popolo.
- Ho trovato Davide, mio servo,  
con il mio santo olio l'ho consacrato;
- la mia mano è il suo sostegno,  
il mio braccio è la sua forza.
- Su di lui non trionferà il nemico,  
né l'opprimerà l'iniquo.
- Annienterò davanti a lui i suoi nemici  
e colpirò quelli che lo odiano.
- La mia fedeltà e la mia grazia saranno con lui  
e nel mio nome si innalzerà la sua potenza.
- Stenderò sul mare la sua mano  
e sui fiumi la sua destra.
- Egli mi invocherà: Tu sei mio padre,  
mio Dio e roccia della mia salvezza.
- Io lo costituirò mio primogenito,  
il più alto tra i re della terra.
- Gli conserverò sempre la mia grazia,  
la mia alleanza gli sarà fedele.
- Stabilirò per sempre la sua discendenza,  
il suo trono come i giorni del cielo.

### III

- Se i suoi figli abbandoneranno la mia legge  
e non seguiranno i miei decreti,
- se violeranno i miei statuti  
e non osserveranno i miei comandi,

- punirò con la verga il loro peccato e con flagelli la loro colpa.
- Ma non gli toglierò la mia grazia e alla mia fedeltà non verrò mai meno.
- Non violerò la mia alleanza, non muterò la mia promessa.
- Sulla mia santità ho giurato una volta per sempre: certo non mentirò a Davide.
- In eterno durerà la sua discendenza, il suo trono davanti a me quanto il sole,
- sempre saldo come la luna, testimone fedele nel cielo».

## IV

- Ma tu lo hai respinto e ripudiato, ti sei adirato contro il tuo consacrato;
- hai rotto l'alleanza con il tuo servo, hai profanato nel fango la sua corona.
- Hai abbattuto tutte le sue mura e diroccato le sue fortezze;
- tutti i passanti lo hanno depredato, è divenuto lo scherno dei suoi vicini.
- Hai fatto trionfare la destra dei suoi rivali, hai fatto gioire tutti i suoi nemici.
- Hai smussato il filo della sua spada e non l'hai sostenuto nella battaglia.
- Hai posto fine al suo splendore, hai rovesciato a terra il suo trono.
- Hai abbreviato i giorni della sua giovinezza e lo hai coperto di vergogna.

# V

- Fino a quando, Signore, continuerai a tenerti nascosto, arderà come fuoco la **tua ira**?
  - Ricorda quant'è breve la mia vita.  
Perché quasi un nulla hai creato **ogni uomo**?
  - Quale vivente non vedrà la morte, sfuggerà al potere **degli inferi**?
  - Dove sono, Signore, le tue grazie di un tempo, che per la tua fedeltà hai giurato a  **Davide**?
  - Ricorda, Signore, l'oltraggio dei tuoi servi: porto nel cuore le ingiurie di **molti popoli**,
  - con le quali, Signore, i tuoi nemici insultano, insultano i passi del tuo **consacrato**.
  - Benedetto il Signore in eterno.
- Amen, amen.**

# 89

ANT: **Sia su di noi la tua bontà, o Signore**

- Signore, tu sei stato per noi un rifugio di generazione in **generazione**.
- Prima che nascessero i **monti** † e la terra e il mondo fossero generati, da sempre e per sempre tu **sei, Dio**.
- Tu fai ritornare l'uomo in polvere e dici: «Ritornate, **figli dell'uomo**».
- Ai tuoi occhi, mille anni sono come il giorno di ieri che è

passato,

come un turno di veglia **n**ella **n**otte.

- Li annienti: li sommergi nel sonno;  
sono come l'erba che germoglia **a**l **m**attino:

- al mattino fiorisce, germoglia,  
alla sera è falci**a**ta e disse**e**cca.

- Perché siamo distrutti dalla tua ira,  
siamo atterriti dal **t**uo fur**o**re.

- Davanti a te poni le nostre colpe,  
i nostri peccati occulti alla luce del **t**uo **v**olto.

- Tutti i nostri giorni svaniscono per la tua ira,  
finiamo i nostri anni **c**ome un **s**offio.

- Gli anni della nostra vita sono settanta,  
ottanta per i pi**ù** rob**u**sti,

- ma quasi tutti sono fatica, dolore;  
passano presto e noi ci di**i**legui**a**mo.

- Chi conosce l'impeto della tua ira,  
tuo sdegno, con il timore a **t**e dov**u**to?

- Insegnaci a contare i nostri giorni  
e giungeremo alla sapi**e**nza del **c**uore.

- Volgiti, Signore; fino a quando?  
Muoviti a pietà dei tu**o**i **s**ervi.

- Saziaci al mattino con la tua grazia:  
esulteremo e gioiremo per tutti i **n**ostri **g**io**r**ni.

- Rendici la gioia per i giorni di afflizione,  
per gli anni in cui abbiamo visto **l**a svent**u**ra.

- Si manifesti ai tuoi servi la tua opera  
e la tua gloria ai **l**oro **f**igli.

- Sia su di noi la bontà del Signore, nostro **D**io: †

rafforza per noi l'opera delle nostre mani,  
l'opera delle nostre **ma**ni **raffor**za.

# 90

ANT: **Mio rifugio e mia forza sei tu, o Signore**

- Tu che abiti al riparo dell'Altissimo  
e dimori all'ombra dell'Onnipotente,
- dì al Signore: «Mio rifugio e mia fortezza,  
mio Dio, in cui confido».
- Egli ti libererà dal laccio del cacciatore,  
dalla peste che distrugge.
- Ti coprirà con le sue penne  
sotto le sue ali troverai rifugio.
- La sua fedeltà ti sarà scudo e corazza;  
non temerai i terrori della notte
- né la freccia che vola di giorno, †  
la peste che vaga nelle tenebre,  
lo sterminio che devasta a mezzogiorno.
- Mille cadranno al tuo fianco †  
e diecimila alla tua destra;  
ma nulla ti potrà colpire.
- Solo che tu guardi, con i tuoi occhi  
vedrai il castigo degli empi.
- Poiché tuo rifugio è il Signore  
e hai fatto dell'Altissimo la tua dimora,
- non ti potrà colpire la sventura,  
nessun colpo cadrà sulla tua tenda.

- Egli darà ordine ai suoi angeli di custodirti in tutti i tuoi passi.
- Sulle loro mani ti porteranno perché non inciampi nella pietra il tuo piede.
- Camminerai su aspidi e vipere, schiacterai leoni e draghi.
- Lo salverò, perché a me si è affidato; lo esalterò, perché ha conosciuto il mio nome.
- Mi invocherà e gli darò risposta; † presso di lui sarò nella sventura, lo salverò e lo renderò glorioso.
- Lo sazierò di lunghi giorni e gli mostrerò la mia salvezza.

# 91

ANT: **E' bello lodare il tuo nome, o Altissimo**

- E' bello dar lode al Signore e cantare al tuo nome, o Altissimo,
- annunciare al mattino il tuo amore, la tua fedeltà lungo la notte,
- sull'arpa a dieci corde e sulla lira, con canti sulla cetra.
- Poiché mi rallegri, Signore, con le tue meraviglie, esulto per l'opera delle tue mani.
- Come sono grandi le tue opere, Signore, quanto profondi i tuoi pensieri!

- L'uomo insensato non intende e lo stolto non capisce:
- se i peccatori germogliano come l'erba e fioriscono tutti i malfattori,
- li attende una rovina eterna: ma tu sei l'eccelso per sempre, o Signore.
- Ecco, i tuoi nemici, o Signore, †  
ecco, i tuoi nemici periranno, saranno dispersi tutti i malfattori.
- Tu mi doni la forza di un bufalo, mi cospargi di olio splendente.
- I miei occhi disprezzeranno i miei nemici, †  
e contro gli iniqui che mi assalgono i miei orecchi udranno cose infaste.
- Il giusto fiorirà come palma, crescerà come cedro del Libano;
- piantati nella casa del Signore, fioriranno negli atri del nostro Dio.
- Nella vecchiaia daranno ancora frutti, saranno vegeti e rigogliosi,
- per annunziare quanto è retto il Signore: mia roccia, in lui non c'è ingiustizia.

## 92

ANT: **Venga presto, Signore, il tuo regno**

- Il Signore regna, si ammanta di splendore; †  
il Signore si riveste, si cinge di forza;  
rende saldo il mondo, non sarà mai scosso.
- Saldo è il tuo trono fin dal principio,  
da sempre tu sei.
- Alzano i fiumi, Signore, †  
alzano i fiumi la loro voce,  
alzano i fiumi il loro fragore.
- Ma più potente delle voci di grandi acque, †  
più potente dei flutti del mare,  
potente nell'alto è il Signore.
- Degni di fede sono i tuoi insegnamenti, †  
la santità si addice alla tua casa  
per la durata dei giorni, Signore.

## 93

ANT: **Sorgi, Signore, perché ci sia giustizia**

### I

- Dio che fai giustizia, o Signore,  
Dio che fai giustizia: mostrati!
- Alzati, giudice della terra,  
rendi la ricompensa ai superbi.
- Fino a quando gli empi, Signore,  
fino a quando gli empi trionferanno?
- Sparleranno, diranno insolenze,  
si vanteranno tutti i malfattori?

- Calpestano il tuo popolo,  
opprimono la tua eredità, Signore.
- Uccidono la vedova e il forestiero,  
danno la morte agli orfani.
- Dicono: «Il Signore non vede,  
il Dio di Giacobbe non se ne cura».
- Comprendete, insensati tra il popolo,  
stolti, quando diventerete saggi?
- Chi ha formato l'orecchio, forse non sente?  
Chi ha plasmato l'occhio, forse non guarda?
- Chi regge i popoli forse non castiga,  
lui che insegna all'uomo il sapere?
- Il Signore conosce i pensieri dell'uomo:  
non sono che un soffio.

## II

- Beato l'uomo che tu istruisci, Signore,  
e che ammaestri nella tua legge,
- per dargli riposo nei giorni di sventura,  
finché all'empio sia scavata la fossa.
- Perché il Signore non respinge il suo popolo,  
la sua eredità non la può abbandonare,
- ma il giudizio si volgerà a giustizia,  
la seguiranno tutti i retti di cuore.
- Chi sorgerà per me contro i malvagi?  
Chi starà con me contro i malfattori?
- Se il Signore non fosse il mio aiuto,  
in breve io abiterei nel regno del silenzio.
- Quando dicevo: «Il mio piede vacilla»,  
la tua grazia, Signore, mi ha sostenuto.

- Quand'ero oppresso dall'angoscia,  
il tuo conforto mi ha **consolato**.
- Può essere tuo alleato un tribunale iniquo,  
che fa angherie **contro** la **legge**?
- Si avventano contro la vita del giusto,  
e condannano il sangue **innocente**.
- Ma il Signore è la mia difesa,  
roccia del mio rifugio è il **mio Dio**;
- egli ritorcerà contro di essi la loro **malizia**, †  
per la loro perfidia li farà perire,  
li farà perire il Signore, **nostro Dio**.

## 94

ANT: **Venite, acclamiamo al Signore**

- Venite, applaudiamo al Signore,  
acclamiamo alla roccia della **nostra salvezza**.
- Accostiamoci a lui per rendergli grazie,  
a lui acclamiamo con **canti di gioia**.
- Poiché grande Dio è il Signore,  
grande re sopra **tutti gli dei**.
- Nella sua mano sono gli abissi della terra,  
sono sue le **vette dei monti**.
- Suo è il mare, egli l'ha fatto,  
le sue mani hanno **plasmato la terra**.
- Venite, prostrati adoriamo,  
in ginocchio davanti al Signore che ci **ha creati**.

- Egli è il nostro Dio, e noi il popolo del suo pascolo, il gregge che **egli** conduce.
- Ascoltate oggi la sua **voce**: †  
«Non indurite il cuore, come a Meriba, come nel giorno di Massa **ne**l deserto, - dove mi tentarono i vostri **padri**: † mi misero alla prova pur avendo visto le **mie** **o**pere.
- Per quarant'anni mi disgustai di quella **generazione** † e dissi: Sono un popolo dal cuore traviato, non conoscono le **mie** **v**ie;
- perciò ho giurato nel mio sdegno: Non entreranno nel luogo del **mi**o riposo».

## 95

ANT: **Cantate al Signore un canto nuovo**

- Cantate al Signore un canto nuovo, cantate al Signore da **t**utta la **te**rra.
- Cantate al Signore, benedite il suo nome, annunziate di giorno in giorno la **s**ua salvezza.
- In mezzo ai popoli raccontate la sua gloria, a tutte le nazioni dite i **s**uoi prodigi.
- Grande è il Signore e degno di ogni lode, terribile sopra **t**utti gli **d**ei.
- Tutti gli dei delle nazioni sono un nulla, ma il Signore ha **f**atto i **c**ieli.

- Maestà e bellezza sono davanti a lui, potenza e splendore nel suo **santu**ario.
- Date al Signore, o famiglie dei **popoli**, ††  
date al Signore gloria e potenza,  
date al Signore la gloria del **su**o **no**me.
- Portate offerte ed entrate nei suoi atri,  
prostratevi al Signore in sacri **or**nam**e**nti.
- Tremi davanti a lui tutta la terra.  
Dite tra i popoli: «Il Sign**o**re **re**gna!».
- Sorregge il mondo, perché non vacilli;  
giudica le nazioni con **rettit**udine.
- Gioiscano i cieli, esulti la **terra**, ††  
freme il mare e quanto racchiude;  
esultino i campi e qu**a**nto cont**e**ngono,
- si rallegrino gli alberi della **foresta** ††  
davanti al Signore che viene,  
perché viene a giudic**a**re la **te**rra.
- Giudicherà il mondo con giustizia  
e con verità **t**utte le **g**enti.

## 96

ANT: **Gio**ite, **giu**sti nel Sign**o**re

- Il Signore regna, esulti la terra,  
gioiscano le **i**sole **t**utte.
- Nubi e tenebre lo avvolgono,  
giustizia e diritto sono la base del **su**o **tr**ono.

- Davanti a lui cammina il fuoco e brucia tutt'intorno i suoi nemici.
- Le sue folgori rischiarano il mondo: vede e sussulta la terra.
- I monti fondono come cera davanti al Signore, davanti al Signore di tutta la terra.
- I cieli annunziano la sua giustizia e tutti i popoli contemplanò la sua gloria.
- Siano confusi tutti gli adoratori di statue † e chi si gloria dei propri idoli. Si prostrino a lui tutti gli dei!
- Ascolta Sion e ne gioisce, † esultano le città di Giuda per i tuoi giudizi, Signore.
- Perché tu sei, Signore, l'Altissimo su tutta la terra, tu sei eccelso sopra tutti gli dei.
- Odiare il male, voi che amate il Signore: † lui che custodisce la vita dei suoi fedeli li strapperà dalle mani degli empi.
- Una luce si è levata per il giusto, gioia per i retti di cuore.
- Rallegratevi, giusti, nel Signore, rendete grazie al suo santo nome.

## 97

ANT: **Gridate e acclamate al Signore**

- Cantate al Signore un canto nuovo, perché ha compiuto prodigi.
- Gli ha dato vittoria la sua destra e il suo braccio santo.
- Il Signore ha manifestato la sua salvezza, agli occhi dei popoli ha rivelato la sua giustizia.
- Egli si è ricordato del suo amore, della sua fedeltà alla casa di **I**sraele.
- Tutti i confini della terra hanno veduto la salvezza del nostro Dio.
- Acclami al Signore tutta la terra, gridate, esultate con canti di gioia.
- Cantate inni al Signore con l'arpa, con l'arpa e con suono melodioso;
- con la tromba e al suono del corno acclamate davanti al re, il Signore.
- Frema il mare e quanto racchiude, il mondo e i suoi abitanti.
- I fiumi battano le mani, esultino insieme le montagne
- davanti al Signore che viene, che viene a giudicare la terra.
- Giudicherà il mondo con giustizia e i popoli con rettitudine.

# 98

ANT: **Lodate il Signore perché egli è santo**

- Il Signore regna, tremino i popoli;  
siede sui cherubini, si scuota la terra.
- Grande è il Signore in Sion,  
eccelso sopra tutti i popoli.
- Lodino il tuo nome grande e terribile,  
perché è santo.
- Re potente che ami la giustizia, †  
tu hai stabilito ciò che è retto,  
diritto e giustizia tu eserciti in Giacobbe.
- Esaltate il Signore nostro Dio, †  
prostratevi allo sgabello dei suoi piedi,  
perché è santo.
- Mosè e Aronne tra i suoi sacerdoti, †  
Samuele tra quanti invocano il suo nome:  
invocavano il Signore ed egli rispondeva.
- Parlava loro da una colonna di nubi: †  
obbedivano ai suoi comandi  
e alla legge che aveva loro dato.
- Signore, Dio nostro, tu li esaudivi, †  
eri per loro un Dio paziente,  
pur castigando i loro peccati.
- Esaltate il Signore nostro Dio, †  
prostratevi davanti al suo monte santo,  
perché santo è il Signore, nostro Dio.

# 99

ANT: **Acclamate al Signore da tutta la terra**

- Acclamate al Signore, voi tutti della terra, †  
servite il Signore nella gioia,  
presentatevi a lui con **esultanza**.
- Riconoscete che il Signore è Dio; †  
egli ci ha fatti e noi siamo suoi,  
suo popolo e gregge del **su**o **pa**scolo.
- Varcate le sue porte con inni di **grazie**, †  
i suoi atri con canti di lode,  
lodatelo, benedite il **su**o **no**me;
- poiché buono è il **Signore**, †  
eterna la sua misericordia,  
la sua fedeltà per ogni **ge**nerazi**o**ne.

# 100

ANT: **Cercherò la giustizia, o Signore**

- Amore e giustizia voglio cantare,  
voglio cantare inni a **te**, o Sign**o**re.
- Agirò con saggezza nella via dell'innocenza:  
quando a **me** verr**a**i?
- Camminerò con cuore integro,  
dentro la **mi**a **ca**sa.
- Non supporterò davanti ai miei occhi azioni **malvagie**; †  
detesto chi fa il male,  
non mi sar**à** vic**i**no.
- Lontano da me il cuore perverso,  
il malvagio non lo **vo**glio con**o**scere.

- Chi calunnia in segreto il suo prossimo io lo farò perire;
- chi ha occhi altezzosi e cuore superbo non lo potrò sopportare.
- I miei occhi sono rivolti ai fedeli del paese † perché restino a me vicino:  
chi cammina per la via integra sarà mio servitore.
- Non abiterà nella mia casa, chi agisce con inganno, chi dice menzogne non starà alla mia presenza.
- Sterminerò ogni mattino tutti gli empi del paese, per estirpare dalla città del Signore quanti operano il male.

# 101

ANT: **Davanti a te, Signore, abiteremo**

## I

- Signore, ascolta la mia preghiera,  
a te giunga il **mi**o **gr**ido.
- Non nascondermi il tuo **volto**; †  
nel giorno della mia angoscia piega verso di me l'orecchio.  
Quando ti invoco: **pre**sto, risp**o**ndimi.
- Si dissolvono in fumo i miei giorni  
e come brace ardono le **mie** **o**ssa.
- Il mio cuore abbattuto come erba inaridisce,  
dimentico di mangiare il **mi**o **pa**ne.
- Per il lungo mio gemere  
aderisce la mia pelle alle **mie** **o**ssa.
- Sono simile al pellicano del deserto,  
sono come un gufo **tra** le **rov**ine.

- Veglio e gemo  
come uccello solitario **s**opra un **t**etto.
- Tutto il giorno mi insultano i miei nemici,  
furenti imprecano contro il **m**io **n**ome.
- Di cenere mi nutro come di pane,  
alla mia bevanda **m**esco il **p**ianto,
- davanti alla tua collera e al tuo sdegno,  
perché mi sollevi e mi **s**agli **l**ontano.
- I miei giorni sono come ombra che declina,  
e io come erba in **a**ridisco.

## II

- Ma tu, Signore, rimani in eterno,  
il tuo ricordo per ogni **g**enerazione.
- Tu sorgerai, avrai pietà di **Sion**, †  
perché è tempo di usarle misericordia:  
l'**o**ra è **g**unta.
- Poiché ai tuoi servi sono care le sue pietre  
e li muove a pietà la **s**ua **r**ovina.
- I popoli temeranno il nome del Signore  
e tutti i re della terra la **t**ua **g**loria,
- quando il Signore avrà ricostruito Sion  
e sarà apparso in tutto il **s**uo **s**plendore.
- Egli si volge alla preghiera del misero  
e non disprezza la **s**ua **s**upplica.
- Questo si scriva per la generazione futura  
e un popolo nuovo darà lode **a**l **S**ignore.
- Il Signore si è affacciato dall'alto del suo santuario,  
dal cielo ha **g**uardato la **t**erra,

- per ascoltare il gemito del prigioniero,  
per liberare i condannati a morte;
- perché sia annunziato in Sion il nome del Signore  
e la sua lode in Gerusalemme,
- quando si aduneranno insieme i popoli  
e i regni per servire il Signore.

### III

- Ha fiaccato per via la mia forza,  
ha abbreviato i miei giorni.
  - Io dico: Mio Dio, †  
non rapirmi a metà dei miei giorni;  
i tuoi anni durano per ogni generazione.
  - In principio tu hai fondato la terra,  
i cieli sono opera delle tue mani.
  - Essi periranno, ma tu rimani,  
tutti si logorano come veste,
  - come un abito tu li muterai  
ed essi passeranno.
  - Ma tu resti lo stesso  
e i tuoi anni non hanno fine.
  - I figli dei tuoi servi avranno una dimora,  
resterà salda davanti a te la loro discendenza.
- Davanti a te, Signore, abiteremo*

# 102

ANT: **La tenerezza del Signore è grande come il cielo**

# I

- Benedici il Signore, anima mia, quanto è in me benedica il suo **s**anto **n**ome.
- Benedici il Signore, anima mia, non dimenticare tanti suoi **b**enef**i**ci.
- Egli perdona tutte le tue colpe, guarisce tutte le tue **m**al**l**att**i**e;
- salva dalla fossa la tua vita, ti corona di grazia e di mis**e**ric**o**rdia;
- egli sazia di beni i tuoi giorni e tu rinnovi come aquila la tua gi**o**vin**e**zza.
- Il Signore agisce con giustizia e con diritto verso **t**utti gli opp**r**essi.
- Ha rivelato a Mosè le sue vie, ai figli d'Israele le **s**ue **o**pere.

# II

- Buono e pietoso è il Signore, lento all'ira e grande **n**ell'**a**m**o**re.
- Egli non continua a contestare e non conserva per sempre il **s**uo s**d**eg**n**o.
- Non ci tratta secondo i nostri peccati, non ci ripaga secondo le **n**ost**r**e **c**ol**p**e.
- Come il cielo è alto sulla terra, così è grande la sua misericordia su **q**u**a**nti lo **t**e**m**ono;
- come dista l'oriente dall'occidente, così allontana da noi le **n**ost**r**e **c**ol**p**e.

- 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 tenerezza del Signore è grande come il cielo*

### III

- La grazia del Signore è da sempre, dura in eterno per quanti lo temono;
  - 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.

*La tenerezza del Signore è grande come il cielo*

ANT: **Quanto sei grande, Signore, nostro Dio!**

## I

- Benedici il Signore, anima mia,  
Signore, mio Dio, qu**a**nto sei gr**a**nde!
- Rivestito di maestà e di splendore,  
avvolto di luce c**o**me di un m**a**nto.
- Tu stendi il cielo come una tenda,  
costruisci sulle acque la t**u**a dim**o**ra,
- fai delle nubi il tuo carro,  
cammini sulle **a**li del v**e**nto;
- fai dei venti i tuoi messaggeri,  
delle fiamme guizzanti i tu**o**i min**i**stri.
- Hai fondato la terra sulle sue basi,  
mai pot**r**à vacill**a**re.
- L'oceano l'avvolgeva come un manto,  
le acque coprivano le mont**a**gne.
- Alla tua minaccia sono fuggite,  
al fragore del tuo tuono ha**n**no trem**a**to.
- Emergono i monti, scendono le valli  
al luogo che hai loro **a**ssegn**a**to.
- Hai posto un limite alle acque: non lo passeranno,  
non torneranno a cop**r**ire la t**e**rra.
- Fai scaturire le sorgenti nelle valli  
e scorrono tr**a** i m**o**nti;

- ne bevono tutte le bestie selvatiche e gli ònagri estinguono la **l**oro **s**ete.
- Al di sopra dimorano gli uccelli del cielo, cantano tra **a** le **f**ronde.

## II

- Dalle tue alte dimore irrighi i monti, con il frutto delle tue opere **s**azi la **t**erra.
- Fai crescere il fieno per gli **a**rmenti † e l'erba al servizio dell'uomo, perché tragga alimento **d**alla **t**erra:
- il vino che allietta il cuore **d**ell'uomo; † l'olio che fa brillare il suo volto e il pane che sostiene il **s**uo **v**igore.
- Si saziano gli alberi del Signore, i cedri del Libano da **l**ui **p**iantati.
- Là gli uccelli fanno il loro nido e la cicogna sui cipressi ha la **s**ua **c**asa.
- Per i camosci sono le alte montagne, le rocce sono rifugio **p**er gli **i**ràci.
- Per segnare le stagioni hai fatto la luna e il sole che conosce il **s**uo **t**ramonto.
- Stendi le tenebre e viene la notte e vagano tutte le bestie **d**ella **f**ore**s**ta;
- ruggiscono i leoncelli in cerca di preda e chiedono a Dio il **l**oro **c**ibo.
- Sorge il sole, si ritirano e si accovacciano **n**elle **t**ane.
- Allora l'uomo esce al suo lavoro, per la sua fatica **f**ino a **s**era.

*Quanto sei grande, Signore, nostro Dio*

### III

- Quanto sono grandi, Signore, le tue opere! †  
Tutto hai fatto con saggezza,  
la terra è piena delle tue creature.
- Ecco il mare spazioso e vasto: †  
lì guizzano senza numero  
animali piccoli e grandi.
- Lo solcano le navi,  
il Leviatàn che hai plasmato perché in esso si diverte.
- Tutti da te aspettano  
che tu dia loro il cibo in tempo opportuno.
- Tu lo provvedi, essi lo raccolgono,  
tu apri la mano, si saziano di beni.
- Se nascondi il tuo volto, vengono meno, †  
togli loro il respiro, muoiono  
e ritornano nella loro polvere.
- Mandi il tuo spirito, sono creati,  
e rinnovi la faccia della terra.
- La gloria del Signore sia per sempre;  
gioisca il Signore delle sue opere.
- Egli guarda la terra e la fa sussultare,  
tocca i monti ed essi fuman.
- Voglio cantare al Signore finché ho vita,  
cantare al mio Dio finché esisto.
- A lui sia gradito il mio canto;  
la mia gioia è nel Signore.

- Scompaiano i peccatori dalla terra †  
e più non esistano gli empi.  
Benedici il Signore, **a**nima m**i**a.  
*Quanto sei grande, Signore, nostro Dio*

# 104

ANT: **Cantiamo, Signore, le meraviglie del tuo amore**

## I

- Lodate il Signore e invocate il suo nome,  
proclamate tra i popoli le **su**e **o**pere.
- Cantate a lui canti di gioia,  
meditate tutti i **su**oi prod**i**gi.
- Gloriatevi del suo santo nome:  
gioisca il cuore di chi **cer**ca il Sign**o**re.
- Cercate il Signore e la sua potenza,  
cercate sempre il **su**o **vo**lto.
- Ricordate le meraviglie che ha compiute,  
i suoi prodigi e i giudizi della **su**a **bo**cca:  
- voi stirpe di Abramo, suo servo,  
figli di Giacobbe, **su**o **ele**tto.
- E' lui il Signore, nostro Dio,  
su tutta la terra i **su**oi giud**i**zi.
- Ricorda sempre la sua alleanza:  
parola data per mille **ge**nerazi**o**ni,  
- l'alleanza stretta con Abramo  
e il suo giuramento **a**d Isa**cco**.

- La stabilì per Giacobbe come legge, come alleanza eterna per **I**sra**e**le:
- «Ti darò il paese di Cànaan come eredità a voi toccata in sorte».
- Quando erano in piccolo numero, pochi e forestieri in quella terra,
- e passavano di paese in paese, da un regno ad un altro popolo,
- non permise che alcuno li opprimesse e castigò i re per causa loro:
- «Non toccate i miei consacrati, non fate alcun male ai miei profeti».

## II

- Chiamò la fame sopra quella terra e distrusse ogni riserva di pane.
- Davanti a loro mandò un uomo, Giuseppe, venduto come schiavo.
- Gli strinsero i piedi con ceppi, il ferro gli serrò la gola,
- finché si avverò la sua predizione e la parola del Signore gli rese giustizia.
- Il re mandò a scioglierlo, il capo dei popoli lo fece liberare;
- lo pose signore della sua casa, capo di tutti i suoi averi,
- per istruire i capi secondo il suo giudizio e insegnare la saggezza agli anziani.

### III

- E Israele venne in Egitto,  
Giacobbe visse nel paese di Cam **co**me stran**ie**ro.
- Ma Dio rese assai fecondo il suo popolo,  
lo rese più forte dei su**oi** nem**i**ci.
- Mutò il loro cuore e odiarono il suo popolo,  
contro i suoi servi agirono **co**n ing**an**no
- Mandò Mosè suo servo  
e Aronne che si **era** sc**el**to.
- Compì per mezzo loro i segni promessi  
e nel paese di Cam i su**oi** prod**i**gi.
- Mandò le tenebre e si fece buio,  
ma resistettero alle **su**e par**ol**e.
- Cambiò le loro acque in sangue  
e fece mor**i**re i p**es**ci.
- Il loro paese brulicò di rane  
fino alle stanze dei **loro** sovr**an**i.
- Diede un ordine e le mosche vennero a sciami  
e le zanzare in tutto il **loro** pa**es**e.
- Invece delle piogge mandò loro la grandine,  
vampe di fuoco sul **loro** pa**es**e.
- Colpì le loro vigne e i loro fichi,  
schiantò gli alberi della **loro** t**er**ra.
- Diede un ordine e vennero le locuste  
e bruchi **senza** n**u**mero;
- divorarono tutta l'erba del paese  
e distrussero il frutto del **loro** su**ol**o.
- Colpì nel loro paese ogni primogenito,  
tutte le primizie del **loro** vig**or**e.

- Fece uscire il suo popolo con argento e oro, fra le tribù non c'era alcun infermo.
- L'Egitto si rallegrò della loro partenza perché su di essi era piombato il terrore.
- Distese una nube per proteggerli e un fuoco per illuminarli di notte.
- Alla loro domanda fece scendere le quaglie e li saziò con il pane del cielo.
- Spaccò una rupe e ne sgorgarono acque, scorrevano come fiumi nel deserto,
- perché ricordò la sua parola santa data ad Abramo suo servo.
- Fece uscire il suo popolo con esultanza, i suoi eletti con canti di gioia.
- Diede loro le terre dei popoli, ereditarono la fatica delle genti,
- perché custodissero i suoi decreti e obbedissero alle sue leggi.

*Cantiamo, Signore, le meraviglie del tuo amore*

# 105

ANT: **Salvaci, Signore, perché abbiamo peccoto**

## **I**

- Celebrate il Signore, perché è buono, perché eterna è la sua misericordia.
- Chi può narrare i prodigi del Signore,

far risuonare tutta la **sua lode**?

- Beati coloro che agiscono con giustizia e praticano il diritto in **ogni tempo**.
- Ricordati di noi, Signore, per amore del tuo popolo, visitaci con la **tua salvezza**,
- perché vediamo la felicità dei tuoi **eletti**, †  
godiamo della gioia del tuo popolo,  
con la tua eredità ci **gloriamo**.
- Abbiamo peccato come i nostri padri,  
abbiamo fatto il male, siamo **stati empì**.
- I nostri padri in Egitto non compresero i tuoi **prodigi**, †  
non ricordarono tanti tuoi benefici  
e si ribellarono presso il mare, **presso il mar Rosso**.
- Ma Dio li salvò per il suo nome,  
per manifestare la **sua potenza**.
- Minacciò il mar Rosso e fu disseccato,  
li condusse tra i flutti come per **un deserto**;
- li salvò dalla mano di chi li odiava,  
li riscattò dalla mano **del nemico**.
- L'acqua sommerse i loro avversari;  
nessuno di essi **sopravvisse**.
- Allora credettero alle sue parole  
e cantarono la **sua lode**.
- Ma presto dimenticarono le sue opere,  
non ebbero fiducia nel **suo disegno**,
- arsero di breme nel deserto,  
e tentarono Dio **nella steppa**.
- Concesse loro quanto domandavano  
e saziò la loro **ingordigia**.

- Divennero gelosi di Mosè negli accampamenti, e di Aronne, il consacrato **de**l Sign**o**re.
  - Allora si aprì la terra e inghiottì Datan, e seppellì l'assemblea di **i** Ab**i**ron.
  - Divampò il fuoco nella loro fazione e la fiamma divorò **ò** i rib**e**lli.
- Salvaci, Sign**o**re, perché abb**i**amo peccato*

## II

- Si fabbricarono un vitello sull'Oreb, si prostrarono a un'immagine di met**a**llo **f**u**s**o;
- scambiarono la loro gloria con la figura di un toro che m**a**ngia fi**e**no.
- Dimenticarono Dio che li aveva salvati, che aveva operato in Egitto **c**o**s**e gr**a**ndi,
- prodigi nel paese di Cam, cose terribili pr**e**ss**o** il mar R**o**ss**o**.
- E aveva già deciso di **sterminarli**, † se Mosè suo eletto non fosse stato sulla breccia di fronte a lui, per stornare la sua collera d**a**llo sterm**i**nio.
- Rifiutarono un paese di delizie, non credettero alla **s**u**a** par**o**la.
- Mormorarono nelle loro tende, non ascoltarono la voce d**e**l Sign**o**re.
- Egli alzò la mano su di loro giurando di abatterli n**e**l des**e**rto,
- di disperdere i loro discendenti tra le genti e disseminarli p**e**r il pa**e**se.

- Si asservirono a Baal di Peor e mangiarono i sacrifici dei morti,
  - provocarono Dio con tali azioni e tra essi scoppiò una pestilenza.
  - Ma Finees si alzò e si fece giudice, allora cessò la peste
  - e gli fu computato a giustizia presso ogni generazione, sempre.
  - Lo irritarono anche alle acque di Meriba e Mosè fu punito per causa loro,
  - perché avevano inasprito l'animo suo ed egli disse parole insipienti.
- Salvaci, Signore, perché abbiamo peccato*

### III

- Non sterminarono i popoli come aveva ordinato il Signore,
- ma si mescolarono con le nazioni e impararono le opere loro.
- Servirono i loro idoli e questi furono per loro un tranello.
- Immolarono i loro figli e le loro figlie agli dei falsi.
- Versarono sangue innocente, † il sangue dei figli e delle figlie sacrificati agli idoli di Canaan;
- la terra fu profanata dal sangue, † si contaminarono con le opere loro, si macchiarono con i loro misfatti.

- L'ira del Signore si accese contro il suo popolo, ebbe in orrore il **su**o poss**e**so;
  - e li diede in balia dei popoli, li dominarono i loro **a**vvers**a**ri,
  - li oppressero i loro nemici e dovettero piegarsi sotto la **loro ma**no.
  - Molte volte li aveva **liberati**; †
  - ma essi si ostinarono nei loro disegni e per le loro iniquità furono **abbattu**ti.
  - Pure, egli guardò alla loro angoscia quando udì il **loro gri**do.
  - Si ricordò della sua alleanza con loro, si mosse a pietà per il suo **grande amo**re.
  - Fece loro trovare grazia presso quanti li avevano **de**port**a**ti.
  - Salvaci, Signore Dio nostro, e raccoglici di **me**zzo ai **po**poli,
  - perché proclamiamo il tuo santo nome e ci gloriamo della **tu**a **lo**de.
  - Benedetto il Signore, Dio **d'Israele** †
  - da sempre, per sempre.
- Tutto il popolo **d**ica: **A**men.

*Salvaci, Signore, perché abbiamo peccato*

# 106

ANT: **Ringraziamo il Signore per la sua misericordia**

# I

- Celebrate il Signore perché è buono, perché eterna è la sua **misericordia**.
- Lo dicano i riscattati del Signore, che egli liberò dalla mano **del nemico**
- e radunò da tutti i **paesi**, † dall'oriente e dall'occidente, dal settentrione e dal **mezzogiorno**.
- Vagavano nel deserto, nella steppa, non trovavano il cammino per una città dove **abitare**.
- Erano affamati e assetati, veniva meno la **loro vita**.
- Nell'angoscia gridarono al Signore ed egli li liberò dalle **loro angustie**.
- Li condusse sulla via retta, perché camminassero verso una città dove **abitare**.
- Ringrazino il Signore per la sua misericordia, ha fatto prodigi a **salvezza dell'uomo**;
- poiché saziò il desiderio dell'assetato, e l'affamato ricolmò di **beni**.
- Abitavano nelle tenebre e nell'ombra di morte, prigionieri della miseria e **dei ceppi**,
- perché si erano ribellati alla parola di Dio e avevano disprezzato il disegno **dell'Altissimo**.
- Egli piegò il loro cuore sotto le sventure; cadevano e nessuno li **aiutava**.
- Nell'angoscia gridarono al Signore ed egli li liberò dalle **loro angustie**.
- Li fece uscire dalle tenebre e dall'ombra di morte

e spezzò le **l**oro **c**atene.

- Ringrazino il Signore per la sua misericordia, ha fatto prodigi a salv**e**zza dell'**u**omo;
- perché ha infranto le porte di bronzo e ha spezzato le sb**a**rre di **f**erro.

## II

- Stolti per la loro iniqua condotta, soffrivano per i **l**oro mis**f**atti;
- rifiutavano ogni nutrimento e già toccavano le soglie **d**ella **m**orte.
- Nell'angoscia gridarono al Signore ed egli li liberò dalle **l**oro ang**u**stie.
- Mandò la sua parola e li fece guarire, li salvò dalla **d**istr**u**zione.
- Ringrazino il Signore per la sua misericordia ha fatto prodigi a salv**e**zza dell'**u**omo.
- Offrano a lui sacrifici di lode, narrino con giubilo le **s**u**e** **o**pere.
- Coloro che solcavano il mare sulle navi e commerciavano sulle **g**randi **a**cque,
- videro le opere del Signore, i suoi prodigi nel **m**are prof**o**ndo.
- Egli parlò e fece levare un vento burrascoso che sollevò i **s**u**o**i fl**u**tti.
- Salivano fino al **c**ielo, † scendevano negli abissi; la loro anima languiva n**e**ll'**a**ff**a**nno.
- Ondeggiavano e barcollavano come ubriachi,

tutta la loro perizia **e**ra svan**i**ta.

- Nell'angoscia gridarono al Signore ed egli li liberò dalle **l**oro ang**u**stie.
- Ridusse la tempesta alla calma, tacquero i fl**u**tti del m**a**re.
- Si rallegrarono nel vedere la bonaccia ed egli li condusse al porto **s**ospira**a**to.
- Ringrazino il Signore per la sua misericordia ha fatto prodigi a salv**e**zza dell'u**o**mo.
- Lo esaltino nell'assemblea del popolo, lo lodino nel consesso d**e**gli anzi**a**ni.

*Ringraziamo il Sign**o**re per la **s**ua miseric**o**rdia*

### **III**

- Ridusse i fiumi a deserto, a luoghi aridi le **f**onti d'**a**cqua
- e la terra fertile a palude per la malizia dei su**o**i abit**a**nti.
- Ma poi cambiò il deserto in lago, e la terra arida in sorg**e**nti d'**a**cqua.
- Là fece dimorare gli affamati ed essi fondarono una città dove **a**bit**a**re.
- Seminarono campi e piantarono vigne, e ne raccolsero frutti **a**bbond**a**nti.
- Li benedisse e si moltiplicarono, non lasciò diminuire il **l**oro besti**a**me.
- Ma poi, ridotti a pochi, furono abbattuti, perché oppressi dalle sventure e d**a**l dol**o**re.

- Colui che getta il disprezzo sui potenti,  
li fece vagare in un deserto **senza strade**.
  - Ma risollevò il povero dalla miseria  
e rese le famiglie numerose **come greggi**.
  - Vedono i giusti e ne gioiscono  
e ogni iniquo chiude la **sua bocca**.
  - Chi è saggio osservi queste cose  
e comprenderà la **bontà** del **Signore**.
- Ringraziamo il Signore per la sua misericordia*

# 107

ANT: **La tua bontà è grande fino ai cieli**

- Saldo è il mio cuore, **Dio**, †  
saldo è il mio cuore:  
voglio cantare inni, **anima mia**.
- Svegliatevi, arpa e cetra,  
voglio svegliare l'**aurora**.
- Ti loderò tra i popoli, Signore,  
a te canterò inni **tra le genti**,
- perché la tua bontà è grande fino ai cieli  
e la tua verità fino **alle nubi**.
- Innalzati, Dio, sopra i cieli,  
su tutta la terra la **tua gloria**.
- Perché siano liberati i tuoi amici,  
salvacì con la tua **destra** e **ascoltaci**.

- Dio ha parlato nel suo santuario: †
  - «Esulterò, voglio dividere Sichem  
e misurare la valle di Succot;
  - mio è Gàlaad, mio Manasse, †
  - Efraim è l'elmo del mio capo,  
Giuda il mio scettro.
  - Moab è il catino per lavarmi, †
  - sull'Idumea getterò i miei sandali,  
sulla Filistea canterò vittoria».
  - Chi mi guiderà alla città fortificata,  
chi mi condurrà fino all'Idumea?
  - Non forse tu, Dio, che ci hai respinti  
e più non esci, Dio, con i nostri eserciti?
  - Contro il nemico portaci soccorso,  
poiché vana è la salvezza dell'uomo.
  - Con Dio noi faremo cose grandi  
ed egli annienterà chi ci opprime.
- La tua bontà è grande fino ai cieli*

# 108

ANT: =====

# 109

ANT: **Tu sei sacerdote per sempre al modo di Melchisedek**

- Oracolo del Signore al mio Signore:  
«Siedi alla mia destra,  
- finché io ponga i tuoi nemici  
a sgabello dei tuoi piedi».
- Lo scettro del tuo potere stende il Signore da Sion:  
«Domina in mezzo ai tuoi nemici.
- A te il principato nel giorno della tua potenza  
tra santi splendori;  
- dal seno dell'aurora,  
come rugiada, io ti ho generato».
- Il Signore ha giurato e non si pente:  
«Tu sei sacerdote per sempre al modo di Melchisedek».
- Il Signore è alla tua destra,  
annienterà i re nel giorno della sua ira.



- Lungo il cammino si disseta al torrente  
e solleva alta la testa

# 110

ANT: **Pietoso e tenero sei tu, o Signore**

- Renderò grazie al Signore con tutto il cuore,  
nel consesso dei giusti e nell'assemblea.
- Grandi le opere del Signore,  
le contemplino coloro che le amano.
- Le sue opere sono splendore di bellezza,  
la sua giustizia dura per sempre.
- Ha lasciato un ricordo dei suoi prodigi:

pietà e tenerezza **è** il Sign**o**re.

- Egli dà il cibo a chi lo teme,  
si ricorda sempre della sua **allea**nza.
- Mostrò al suo popolo la potenza delle sue opere,  
gli diede l'eredità delle **genti**.
- Le opere delle sue mani sono verità e giustizia,  
stabili sono tutti i **suoi** com**a**ndi,  
- immutabili nei secoli, per sempre,  
eseguiti con fedeltà e **rettit**udine.
- Mandò a liberare il suo popolo,  
stabilì la sua alle**a**nza per **se**mpre.
- Santo e terribile il suo nome.  
Principio della saggezza è il timore **del** Sign**o**re,
- saggio è colui che gli è fedele;  
la lode del Signore **è** senza **fi**ne.

# 111

ANT: **Beato l'uomo che teme il Signore**

Beato l'uomo che teme il Signore  
e trova grande gioia nei suoi com**a**ndam**e**nti.

- Potente sulla terra sarà la sua stirpe,  
la discendenza dei giusti sar**à** bened**e**tta.
- Onore e ricchezza nella sua casa,  
la sua giustizia rim**a**ne per **se**mpre.
- Spunta nelle tenebre come luce per i giusti,  
buono, misericordi**o**so e gi**u**sto.
- Felice l'uomo pietoso che dà in prestito,

amministra i suoi beni **co**n giust**i**zia.

- Egli non vacillerà in eterno:

Il giusto sarà sempre **ri**cord**a**to.

- Non temerà annunzio di sventura,  
saldo è il suo cuore, confida **ne**l Sign**o**re.

- Sicuro è il suo cuore, non teme,  
finché trionferà dei su**o**i nem**i**ci.

- Egli dona largamente ai **poveri**, †  
la sua giustizia rimane per sempre,  
la sua potenza s'innalza **ne**lla gl**o**ria.

- L'empio vede e si **adira**, †  
digrigna i denti e si consuma.

Ma il desiderio degli **e**mpi fall**i**sce.

# 112

ANT: **Lodate il nome del Signore**

- Lodate, servi del Signore,  
lodate il nome **de**l Sign**o**re.

- Sia benedetto il nome del Signore,  
**o**ra e **se**mpre.

- Dal sorgere del sole al suo tramonto  
sia lodato il nome **de**l Sign**o**re.

- Su tutti i popoli eccelso è il Signore,  
più alta dei cieli è la **su**a gl**o**ria.

- Chi è pari al Signore nostro Dio che siede nell'alto  
e si china a guardare nei cieli e **su**lla **te**rra?

- Solleva l'indigente dalla polvere,  
dall'immondizia rialza il povero,
- per farlo sedere tra i principi,  
tra i principi del suo popolo.
- Fa abitare la sterile nella sua casa  
quale madre gioiosa di figli.

*Lodate il nome del Signore*

## 113a

ANT: **Trema, o terra, davanti al Signore**

- Quando Israele uscì dall'Egitto,  
la casa di Giacobbe da un popolo barbaro,
- Giuda divenne il suo santuario,  
Israele il suo dominio.
- Il mare vide e si ritrasse,  
il Giordano si volse indietro,
- i monti saltellarono come arieti,  
le colline come agnelli di un gregge.
- Che hai tu, mare, per fuggire,  
e tu, Giordano, perché torni indietro?
- Perché voi monti saltellate come arieti  
e voi colline come agnelli di un gregge?
- Tremate, o terra, davanti al Signore,  
davanti al Dio di Giacobbe,
- che muta la rupe in un lago,  
la roccia in sorgenti d'acqua.

# 113b

ANT: **Confidate nel Signore, voi tutti che lo temete**

- Non a noi, Signore, non a **noi**, †  
ma al tuo nome dà gloria,  
per la tua fedeltà, per la tua **g**razia.
- Perché i popoli dovrebbero dire:  
«Dov'è il **l**oro **D**io?».
- Il nostro Dio è nei cieli,  
egli opera tutto **c**ìò che **v**uole.
- Gli idoli delle genti sono argento e oro,  
opera delle **m**ani dell'**u**omo.
- Hanno bocca e non parlano,  
hanno **o**cchi e non **v**edono,  
- hanno orecchi e non odono,  
hanno narici e **n**on od**o**rano.
- Hanno mani e non **p**alpano, †  
hanno piedi e non camminano;  
dalla gola non em**e**tono su**o**ni.
- Sia come loro chi li fabbrica  
e chiunque in **e**ssi conf**i**da.
- Israele confida nel Signore:  
egli è loro aiuto e **l**oro scu**o**do.
- Confida nel Signore la casa di Aronne:  
egli è loro aiuto e **l**oro scu**o**do.

- Confida nel Signore, chiunque lo teme:  
egli è loro aiuto e **l**oro **scu**do.
- Il Signore si ricorda di noi, ci **benedice**: †  
benedice la casa d'Israele,  
benedice la **ca**sa di **Ar**onne.
- Il Signore benedice quelli che lo temono,  
benedice i piccoli **e** i **gr**andi.
- Vi renda fecondi il Signore,  
voi e i **v**ostri **fi**gli.
- Siate benedetti dal Signore  
che ha fatto **ci**elo e **te**rra.
- I cieli sono i cieli del Signore,  
ma ha dato la terra ai **fi**gli dell'**u**omo.
- Non i morti lodano il Signore,  
né quanti scendono **ne**lla **to**mbaria.
- Ma noi, i viventi, benediciamo il Signore  
ora **e** per **se**mpre.

*Confidate nel Signore, voi **tutti** che lo temete*

# 114

ANT: **il Signore mi ha liberato dalla morte**

- Amo il Signore perché ascolta  
il grido della **mi**a **preghiera**.
- Verso di me ha teso l'orecchio  
nel giorno in cui lo **invoca**vo.

- Mi stringevano funi di morte, ero preso nei lacci degli inferi.
  - Mi opprimevano tristezza e angoscia † e ho invocato il nome del Signore: «Ti prego, Signore, salvami».
  - Buono e giusto è il Signore, il nostro Dio è misericordioso.
  - Il Signore protegge gli umili: ero misero ed egli mi ha salvato.
  - Ritorna, anima mia, alla tua pace, poiché il Signore ti ha beneficiato;
  - egli mi ha sottratto dalla morte, † ha liberato i miei occhi dalle lacrime, ha preservato i miei piedi dalla caduta.
  - Camminerò alla presenza del Signore sulla terra dei viventi.
- il Signore mi ha liberato dalla morte*

# 115

ANT: **A te, o Signore, offrirò sacrifici di lode**

- Ho creduto anche quando dicevo: «Sono troppo infelice».
- Ho detto con sgomento: «Ogni uomo è inganno».
- Che cosa renderò al Signore per quanto mi ha dato?

- Alzerò il calice della salvezza e invocherò il nome del Signore.
- Adempirò i miei voti al Signore, davanti a tutto il suo popolo.
- Preziosa agli occhi del Signore è la morte dei suoi fedeli.
- Sì, io sono il tuo servo, Signore, †  
io sono tuo servo, figlio della tua ancella;  
hai spezzato le mie catene.
- A te offrirò sacrifici di lode e invocherò il nome del Signore.
- Adempirò i miei voti al Signore e davanti a tutto il suo popolo,
- negli atri della casa del Signore, in mezzo a te, Gerusalemme.

## 116

ANT: **Popoli tutti, lodate il Signore**

- Lodate il Signore, popoli tutti, voi tutte, nazioni, dategli gloria;
- perché forte è il suo amore per noi e la fedeltà del Signore dura in eterno.

## 117

## ANT: **E**terna è la misericordia del Signore

### I

- Celebrate il Signore, perché è buono; eterna è la sua misericordia.
- Dica Israele che egli è buono: eterna è la sua misericordia.
- Lo dica la casa di Aronne: eterna è la sua misericordia.
- Lo dica chi teme Dio: eterna è la sua misericordia.
- 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 fidare nell'uomo.
- E' meglio rifugiarsi nel Signore che fidare nei potenti.

*Eterna è la misericordia del Signore*

### II

- Tutti i popoli mi hanno circondato, ma nel nome del Signore li ho sconfitti.
- Mi hanno circondato, mi hanno accerchiato, ma nel nome del Signore li ho sconfitti.
- Mi hanno circondato come api, †

come fuoco che divampa tra le spine,  
ma nel nome del Signore li ho sconfitti.

- Mi avevano spinto con forza per farmi cadere,  
ma il Signore è stato mio aiuto.

- Mia forza e mio canto è il Signore,  
egli è stato la mia salvezza.

- Grida di giubilo e di vittoria,  
nelle tende dei giusti:

- la destra del Signore ha fatto meraviglie, †  
la destra del Signore si è alzata,  
la destra del Signore ha fatto meraviglie.

- Non morirò, resterò in vita  
e annunzierò le opere del Signore.

- Il Signore mi ha provato duramente,  
ma non mi ha consegnato alla morte.

### III

- Apritemi le porte della giustizia:  
entrerò a rendere grazie al Signore.

- E' questa la porta del Signore,  
per essa entrano i giusti.

- Ti rendo grazie, perché mi hai esaudito,  
perché sei stato la mia salvezza.

- La pietra scartata dai costruttori  
è divenuta testata d'angolo;

- ecco l'opera del Signore:  
una meraviglia ai nostri occhi.

- Questo è il giorno fatto dal Signore:  
ralleghiamoci ed esultiamo in esso.

- Dona, Signore, la tua salvezza,  
dona, Signore, **la vittoria!**
- Benedetto colui che viene nel nome del Signore.  
Vi benediciamo dalla casa **del Signore;**
- Dio, il Signore è nostra **luce.** †  
Ordinate il corteo con rami frondosi  
fino ai lati **dell'altare.**
- Sei tu il mio Dio e ti rendo grazie,  
sei il mio Dio e **ti esalto.**
- Celebrate il Signore, perché è buono:  
eterna è la sua **misericordia.**  
*Eterna è la misericordia del Signore*

# 118

ANT: **Beato chi cammina nella legge del Signore**

## I

- Beato l'uomo di integra condotta,  
che cammina nella legge **del Signore.**
- Beato chi è fedele ai suoi insegnamenti  
e lo cerca con **tutto il cuore.**
- Non commette ingiustizie,  
cammina per le **sue vie.**
- Tu hai dato i tuoi precetti  
perché siano osservati **fedelmente.**

- Siano diritte le mie vie,  
nel custodire i tuoi decreti.
- Allora non dovrò arrossire  
se avrò obbedito ai tuoi comandi.
- Ti loderò con cuore sincero  
quando avrò appreso le tue giuste sentenze.
- Voglio osservare i tuoi decreti:  
non abbandonermi mai.

## II

- Come potrà un giovane tenere pura la sua via?  
Custodendo le tue parole.
- Con tutto il cuore ti cerco:  
non farmi deviare dai tuoi precetti.
- Conservo nel cuore le tue parole  
per non offenderti con il peccato.
- Benedetto sei tu, Signore;  
mostrami il tuo volere.
- Con le mie labbra ho enumerato  
tutti i giudizi della tua bocca.
- Nel seguire i tuoi ordini è la mia gioia  
più che in ogni altro bene.
- Voglio meditare i tuoi comandamenti,  
considerare le tue vie.
- Nella tua volontà è la mia gioia;  
mai dimenticherò la tua parola.

## III

- Sii buono con il tuo servo e avrò la vita,  
custodirò la tua parola.

- Aprimi gli occhi perché io veda le meraviglie della **tu**a **leg**ge.
- Io sono straniero sulla terra, non nascondermi i **tu**oi **com**andi.
- Io mi consumo nel desiderio dei tuoi precetti in **ogni** **tempo**.
- Tu minacci gli orgogliosi; maledetto chi dev'è dai **tu**oi **decre**ti.
- Allontana da me vergogna e disprezzo, perché ho osservato le **tu**e **leg**gi.
- Siedono i potenti, mi calunniano, ma il tuo servo medita i **tu**oi **decre**ti.
- Anche i tuoi ordini sono la mia gioia, miei consiglieri i **tu**oi **prec**etti.

*Beato chi cammina nella **leg**ge del Signore*

## **IV**

- Io sono prostrato nella polvere; dammi vita secondo la **tu**a **par**ola.
- Ti ho manifestato le mie vie e mi hai risposto; insegnami i **tu**oi **vol**eri.
- Fammi conoscere la via dei tuoi precetti e mediterò i **tu**oi **prod**igi.
- Io piango nella tristezza; sollevami secondo la **tu**a **prom**essa.
- Tieni lontana da me la via della menzogna, fammi dono della **tu**a **leg**ge.
- Ho scelto la via della giustizia,

mi sono proposto i tuoi giudizi.

- Ho aderito ai tuoi insegnamenti, Signore, che io non resti confuso.

- Corro per la via dei tuoi comandamenti, perché hai dilatato il mio cuore.

## V

- Indicami, Signore, la via dei tuoi precetti e la seguirò sino alla fine.

- Dammi intelligenza, perché io osservi la tua legge e la custodisca con tutto il cuore.

- Dirigimi sul sentiero dei tuoi comandi, perché in esso è la mia gioia.

- Piega il mio cuore verso i tuoi insegnamenti e non verso la sete del guadagno.

- Distogli i miei occhi dalle cose vane, fammi vivere sulla tua via.

- Con il tuo servo sii fedele alla parola che hai data, perché ti si tema.

- Allontana l'insulto che mi sgomenta, poiché i tuoi giudizi sono buoni.

- Ecco, desidero i tuoi comandamenti; per la tua giustizia fammi vivere.

*Beato chi cammina nella legge del Signore*

## VI

- Venga a me, Signore, la tua grazia, la tua salvezza secondo la tua promessa;

- a chi mi insulta darò una risposta, perché ho fiducia nella tua parola.

- Non togliere mai dalla mia bocca la parola vera, perché confido nei tuoi giudizi.
- Custodirò la tua legge per sempre, nei secoli, in eterno.
- Sarò sicuro nel mio cammino, perché ho ricercato i tuoi voleri.
- Davanti ai re parlerò della tua alleanza senza temere la vergogna.
- Gioirò per i tuoi comandi che ho amati.
- Alzerò le mani ai tuoi precetti che amo, mediterò le tue leggi.

*Beato chi cammina nella legge del Signore*

## VII

- Ricorda la promessa fatta al tuo servo, con la quale mi hai dato speranza.
- Questo mi consola nella miseria: la tua parola mi fa vivere.
- I superbi mi insultano aspramente, ma non devio dalla tua legge.
- Ricordo i tuoi giudizi di un tempo, Signore, e ne sono consolato.
- M'ha preso lo sdegno contro gli empi che abbandonano la tua legge.
- Sono canti per me i tuoi precetti, nella terra del mio pellegrinaggio.
- Ricordo il tuo nome lungo la notte e osservo la tua legge, Signore.

- Tutto questo mi accade  
perché ho custodito i tuoi precetti.

## VIII

- La mia sorte, ho detto, Signore,  
è custodire le tue parole.
- Con tutto il cuore ti ho supplicato,  
fammi grazia secondo la tua promessa.
- Ho scrutato le mie vie,  
ho rivolto i miei passi verso i tuoi comandamenti.
- Sono pronto e non voglio tardare  
a custodire i tuoi decreti.
- I lacci degli empì mi hanno avvinto,  
ma non ho dimenticato la tua legge.
- Nel cuore della notte mi alzo a renderti lode  
per i tuoi giusti decreti.
- Sono amico di coloro che ti sono fedeli  
e osservano i tuoi precetti.
- Del tuo amore, Signore, è piena la terra;  
insegnami il tuo volere.

*Beato chi cammina nella legge del Signore*

## IX

- Hai fatto il bene al tuo servo, Signore,  
secondo la tua parola.
- Insegnami il senno e la saggezza,  
perché ho fiducia nei tuoi comandamenti.
- Prima di essere umiliato andavo errando,  
ma ora osservo la tua parola.
- Tu sei buono e fai il bene,

insegnami i tuoi decreti.

- Mi hanno calunniato gli insolenti,  
ma io con tutto il cuore osservo i tuoi precetti.

- Torpido come il grasso è il loro cuore,  
ma io mi diletto della tua legge.

- Bene per me se sono stato umiliato,  
perché impari ad obbedirti.

- La legge della tua bocca mi è preziosa  
più di mille pezzi d'oro e d'argento.

*Beato chi cammina nella legge del Signore*

## X

- Le tue mani mi hanno fatto e plasmato;  
fammi capire e imparerò i tuoi comandi.

- I tuoi fedeli al vedermi avranno gioia,  
perché ho sperato nella tua parola.

- Signore, so che giusti sono i tuoi giudizi  
e con ragione mi hai umiliato.

- Mi consoli la tua grazia,  
secondo la tua promessa al tuo servo.

- Venga su di me la tua misericordia e avrò la vita,  
poiché la tua legge è la mia gioia.

- Siano confusi i superbi che a torto mi opprimono;  
io mediterò la tua legge.

- Si volgano a me i tuoi fedeli  
e quelli che conoscono i tuoi insegnamenti.

- Sia integro il mio cuore nei tuoi precetti,  
perché non resti confuso.

## XI

- Mi consumo nell'attesa della tua salvezza, spero nella **tu**a **par**ola.
  - Si consumano i miei occhi dietro la tua promessa, mentre dico: «Quando mi dar**a**i conf**or**to?».
  - Io sono come un otre esposto al fumo, ma non dimentico i tuoi inse**gn**am**en**ti.
  - Quanti saranno i giorni del tuo servo? Quando farai giustizia dei miei perse**cu**to**ri**?
  - Mi hanno scavato fosse gli insolenti che non seguono la **tu**a **leg**ge.
  - Verità sono tutti i tuoi comandi; a torto mi perseguitano: vieni in m**io** ai**u**to.
  - Per poco non mi hanno bandito dalla terra, ma io non ho abbandonato i tu**oi** prec**et**ti.
  - Secondo il tuo amore fammi vivere e osserverò le parole della **tu**a **bo**cca.
- Beato chi cam**mi**na nella **leg**ge del Sign**o**re*

## XII

- La tua parola, Signore, è stabile **co**me il **ci**elo.
- La tua fedeltà dura per ogni generazione; hai fondato la terra ed **essa** è **sa**lda.
- Per tuo decreto tutto sussiste fino ad oggi, perché ogni cosa è al **tu**o serv**iz**io.
- Se la tua legge non fosse la mia gioia, sarei perito nella m**ia** mis**er**ia.

- Mai dimenticherò i tuoi precetti:  
per essi mi **fa** **vi**vere.
- Io sono tuo: salvami,  
perché ho cercato il **tu**o **vol**ere.
- Gli empi mi insidiano per rovinarmi,  
ma io medito i tuoi **inse**gnam**en**ti.
- Di ogni cosa perfetta ho visto il limite,  
ma la tua legge non ha **a** conf**i**ni.

*Beato chi cammina nella legge del Signore*

## **XIII**

- Quanto amo la tua legge, Signore;  
tutto il giorno la vado **medita**ndo.
- Il tuo precetto mi fa più saggio dei miei nemici,  
perché sempre mi **accompa**gna.
- Sono più saggio di tutti i miei maestri,  
perché medito i tuoi **inse**gnam**en**ti.
- Ho più senno degli anziani,  
perché osservo i **tu**oi **prec**etti.
- Tengo lontano i miei passi da ogni via di male,  
per custodire la **tu**a **par**ola.
- Non mi allontano dai tuoi giudizi,  
perché sei tu ad **istru**irmi.
- Quanto sono dolci al mio palato le tue parole:  
più del miele per la **mi**a **bo**cca.
- Dai tuoi decreti ricevo intelligenza,  
per questo odio ogni via di **i** menz**o**gna.

## **XIV**

- Lampada per i miei passi è la tua parola, luce sul mio cammino.
  - Ho giurato, e lo confermo, di custodire i tuoi precetti di giustizia.
  - Sono stanco di soffrire, Signore, dammi vita secondo la tua parola.
  - Signore, gradisci le offerte delle mie labbra, insegnami i tuoi giudizi.
  - La mia vita è sempre in pericolo, ma non dimentico la tua legge.
  - Gli empi mi hanno teso i loro lacci, ma non ho deviato dai tuoi precetti.
  - Mia eredità per sempre sono i tuoi insegnamenti, sono essi la gioia del mio cuore.
  - Ho piegato il mio cuore ai tuoi comandamenti, in essi è la mia ricompensa per sempre.
- Beato chi cammina nella legge del Signore*

## XV

- Detesto gli animi incostanti, io amo la tua legge.
- Tu sei mio rifugio e mio scudo, spero nella tua parola.
- Allontanatevi da me o malvagi, osserverò i precetti del mio Dio.
- Sostienimi secondo la tua parola e avrò la vita, non deludermi nella mia speranza.
- Sii tu il mio aiuto e sarò salvo, gioirò sempre nei tuoi precetti.

- Tu disprezzi chi abbandona i tuoi decreti, perché la sua astuzia **è** fall**a**ce.
- Consideri scorie tutti gli empi della terra, perciò amo i tuoi inse**gnam**enti.
- Tu fai fremere di spavento la mia carne, io temo i tu**oi** giud**i**zi.

*Beato chi cammina nella legge del Signore*

## **XVI**

- Ho agito secondo diritto e giustizia; non abbandonarmi ai miei **o**ppress**o**ri.
- Assicura il bene al tuo servo; non mi opprimano **i** super**bi**.
- I miei occhi si consumano nell'attesa della tua salvezza e della tua parola d**i** giust**i**zia.
- Agisci con il tuo servo secondo il tuo amore e insegnami i tuoi com**andam**enti.
- Io sono tuo servo, fammi comprendere e conoscerò i tuoi inse**gnam**enti.
- E' tempo che tu agisca, Signore; hanno violato la tu**a** leg**ge**.
- Perciò amo i tuoi comandamenti più dell'oro, più dell'**o**ro **f**ino.
- Per questo tengo cari i tuoi precetti e odio ogni via d**i** menz**og**na.

## **XVII**

- Meravigliosa è la tua alleanza, per questo le **so**no fed**e**le.
- La tua parola nel rivelarsi illumina,

dona saggezza ai semplici.

- Apro anelante la bocca,  
perché desidero i tuoi comandamenti.
- Volgiti a me e abbi misericordia,  
tu che sei giusto per chi ama il tuo nome.
- Rendi saldi i miei passi secondo la tua parola  
e su di me non prevalga il male.
- Salvami dall'oppressione dell'uomo  
e obbedirò ai tuoi precetti.
- Fà risplendere il volto sul tuo servo  
e insegnami i tuoi comandamenti.
- Fiumi di lacrime mi scendono dagli occhi,  
perché non osservano la tua legge.

*Beato chi cammina nella legge del Signore*

## **XVIII**

- Tu sei giusto, Signore,  
e retto nei tuoi giudizi.
- Con giustizia hai ordinato le tue leggi  
e con fedeltà incomparabile.
- Mi divora lo zelo della tua casa,  
perché i miei nemici dimenticano le tue parole.
- Purissima è la tua parola,  
il tuo servo la predilige.
- Io sono piccolo e disprezzato,  
ma non trascuro i tuoi precetti.
- La tua giustizia è giustizia eterna  
e verità è la tua legge.
- Angoscia e affanno mi hanno colto,

ma i tuoi comandi sono la mia gioia.

- Giusti sono i tuoi insegnamenti per sempre,  
fammi comprendere e avrò la vita.

*Beato chi cammina nella legge del Signore*

## **XIX**

- T'invoco con tutto il cuore, Signore, rispondimi;  
custodirò i tuoi precetti.

- Io ti chiamo, salvami,  
e seguirò i tuoi insegnamenti.

- Precedo l'aurora e grido aiuto,  
spero sulla tua parola.

- I miei occhi prevengono le veglie  
per meditare sulle tue promesse.

- Ascolta la mia voce, secondo la tua grazia;  
Signore, fammi vivere secondo il tuo giudizio.

- A tradimento mi assediano i miei persecutori,  
sono lontani dalla tua legge.

- Ma tu, Signore, sei vicino,  
tutti i tuoi precetti sono veri.

- Da tempo conosco le tue testimonianze  
che hai stabilite per sempre.

## **XX**

- Vedi la mia miseria, salvami,  
perché non ho dimenticato la tua legge.

- Difendi la mia causa, riscattami,  
secondo la tua parola fammi vivere.

- Lontano dagli empi è la salvezza,  
perché non cercano il tuo volere.

- Le tue misericordie sono grandi, Signore, secondo i tuoi giudizi **f**ammi **v**ivere.
  - Sono molti i persecutori che mi assalgono, ma io non abbandono le **t**ue **l**eggi.
  - Ho visto i ribelli e ne ho provato ribrezzo, perché non custodiscono la **t**ua **p**arola.
  - Vedi che io amo i tuoi precetti, Signore, secondo la tua grazia **d**ammi **v**ita.
  - La verità è principio della tua parola, resta per sempre ogni sentenza della **t**ua **g**iust**i**zia.
- Beato chi cammina nella legge del Signore*

## XXI

- I potenti mi perseguitano senza motivo, ma il mio cuore teme le **t**ue **p**ar**o**le.
- Io gioisco per la tua promessa, come uno che trova **g**rande **t**es**o**ro.
- Odio il falso e lo detesto, amo la **t**ua **l**egge.
- Sette volte al giorno io ti lodo per le sentenze della **t**ua **g**iust**i**zia.
- Grande pace per chi ama la tua legge, nel suo cammino non **t**ro**v**a inci**a**mpo.
- Aspetto da te la salvezza, Signore, e obbedisco ai **t**u**o**i **c**om**a**ndi.
- Io custodisco i tuoi insegnamenti e li amo sopra **o**gni **c**o**s**a.
- Osservo i tuoi decreti e i tuoi insegnamenti: davanti a te sono tutte le **m**ie **v**ie.

*Beato chi cammina nella legge del Signore*

## XXII

- Giunga il mio grido fino a te, Signore, fammi comprendere secondo la tua parola.
- Venga al tuo volto la mia supplica, salvami secondo la tua promessa.
- Scaturisca dalle mie labbra la tua lode, poiché mi insegni i tuoi voleri.
- La mia lingua canti le tue parole, perché sono giusti tutti i tuoi comandamenti.
- Mi venga in aiuto la tua mano, poiché ho scelto i tuoi precetti.
- Desidero la tua salvezza, Signore, e la tua legge è tutta la mia gioia.
- Possa io vivere e darti lode, mi aiutino i tuoi giudizi.
- Come pecora smarrita vado errando; cerca il tuo servo, perché non ho dimenticato i tuoi comandamenti.

*Beato chi cammina nella legge del Signore*

# 119

ANT: **Nella mia angoscia ho gridato al Signore**

- Nella mia angoscia ho gridato al Signore ed egli mi ha risposto.
- Signore, libera la mia vita dalle labbra di menzogna,

dalla lingua ingannatrice.

- Che ti posso dare, come ripagarti,  
lingua ingannatrice?
- Frecce acute di un prode,  
con carboni di i ginepro.
- Me infelice: abito straniero in Mosoch,  
dimoro fra le tende di Kedar!
- Troppo io ho dimorato  
con chi detesta la pace.
- Io sono per la pace,  
ma quando ne parlo, essi voglionoo la guerra.

# 120

ANT: **Il mio aiuto viene dal Signore**

- Alzo gli occhi verso i monti:  
da dove mi verrà l'aiuto?
- Il mio aiuto viene dal Signore,  
che ha fatto cielo e terra.
- Non lascerà vacillare il tuo piede,  
non si addormenterà il tuo custode.
- Non si addormenta, non prende sonno,  
il custode d'Israele.
- Il Signore è il tuo **custode**, †  
il Signore è come ombra che ti copre,  
e sta alla tua destra.
- Di giorno non ti colpirà il sole,

né la **l**una di **n**otte.

- Il Signore ti proteggerà da ogni male,  
egli proteggerà la **t**ua **v**ita.

- Il Signore veglierà su di te, quando esci e quando entri,  
da ora **e** per **s**empre.

*Il mio **a**iuto **v**iene dal **S**ignore*

# 121

ANT: **Chiedete **p**ace **p**er **G**erusalemme**

- Quale gioia, quando mi dissero:  
«Andremo alla casa **d**el **S**ignore».

- E ora i nostri piedi si fermano  
alle tue porte, **G**er**u**salemme!

- Gerusalemme è costruita  
come città **s**alda e comp**a**ta.

- Là salgono insieme le tribù, le tribù del **S**ignore, †  
secondo la legge di Israele,  
per lodare il nome **d**el **S**ign**o**re.

- Là sono posti i seggi del giudizio,  
i seggi della **c**asa di **D**avide.

- Domandate pace per Gerusalemme:  
sia pace a coloro **c**he ti **a**mano,

- sia pace sulle tue mura,  
sicurezza nei tuoi **b**aluardi.

- Per i miei fratelli e i miei amici  
io dirò: «Su di **t**e sia **p**ace!».

- Per la casa del Signore nostro Dio,  
chiederò per te il bene.

## 122

ANT: **I nostri occhi sono rivolti al Signore nostro Dio**

- A te levo i miei occhi,  
a te che abiti nei cieli.
- Ecco, come gli occhi dei servi alla mano dei loro padroni;  
come gli occhi della schiava, alla mano della sua padrona,
- così i nostri occhi sono rivolti al Signore nostro Dio,  
finché abbia pietà di noi.
- Pietà di noi, Signore, pietà di noi,  
gia troppo ci hanno colmato di scherni,
- noi siamo troppo sazi degli scherni dei gaudenti,  
del disprezzo dei superbi.

*I nostri occhi sono rivolti al Signore nostro Dio*

## 123

ANT: **Il nostro aiuto è nel nome del Signore**

- Se il Signore non fosse stato con noi, - lo dica **Israele** -  
‡  
se il Signore non fosse stato con noi,  
quando uomini ci **assal**irono,
- ci avrebbero inghiottiti vivi,

nel furore della **loro ira**.

- Le acque ci avrebbero **travolti**; †  
un torrente ci avrebbe sommersi,  
ci avrebbero travolti acque **impetuose**.

- Sia benedetto il Signore,  
che non ci ha lasciati, in preda ai **loro denti**.

- Noi siamo stati liberati come un uccello  
dal laccio dei **cacciatori**:

- il laccio si è spezzato  
e noi **siamo scampati**.

- Il nostro aiuto è nel nome del Signore  
che ha fatto **cielo e terra**.

# 124

ANT: **Il Signore circonda il suo popolo**

- Chi confida nel Signore è come il monte Sion:  
non vacilla, è **stabile** per **sempre**.

- I monti cingono **Gerusalemme**: †  
il Signore è intorno al suo popolo  
**ora e sempre**.

- Egli non lascerà pesare lo scettro degli empi  
sul **posse**so dei **giusti**,

- perché i giusti non stendano le mani  
a **compiere** il **male**.

- La tua bontà, Signore, sia con i buoni  
e con i **retti di cuore**.

- Quelli che vanno per sentieri **tortuosi** †  
il Signore li accomuni alla sorte dei malvagi.  
Pace su **Israele**!

## 125

ANT: **Grandi cose ha fatto il Signore per noi**

- Quando il Signore ricondusse i prigionieri di Sion,  
ci sembrava di **sognare**.

- 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**».

- Grandi cose ha fatto il Signore per noi,  
ci ha colmati di **gioia**.

- Riconduci, Signore, i nostri prigionieri,  
come i **torrenti del Negheb**.

- Chi semina nelle lacrime  
mieterà con **giubilo**.

- Nell'andare, se ne va e piange,  
portando la semente **da gettare**,

- ma nel tornare, viene con giubilo,  
portando i **suoi covoni**.

*Grandi cose ha fatto il Signore per noi*

## 126

ANT: **Camminiamo, Signore, verso la tua casa**

- Se il Signore non costruisce la casa, invano vi faticano i **co**strutt**o**ri.
- Se la città non è custodita dal Signore, invano veglia **i**l cust**o**de.
- Invano vi alzate di buon **mattino**, † tardi andate a riposare e mangiate pane di sudore: il Signore ne darà ai suoi am**i**ci nel **so**nno.
- Ecco, dono del Signore sono i figli, è sua grazia il fr**u**tto del gr**e**mbo.
- Come frecce in mano a un eroe sono i figli della gi**o**vin**e**zza.
- Beato l'uomo che ne ha pi**e**na la fare**e**tra:
  - non resterà confuso quando verrà alla porta a trattare con i pr**o**pri nem**i**ci.

# 127

ANT: **Beato l'uomo che teme il Signore**

- Beato l'uomo che teme il Signore e cammina nelle **su**e **vi**e.
- Vivrai del lavoro delle tue mani, sarai felice e godrai d'**o**gni **b**e**ne**.
- La tua sposa come vite feconda nell'intimità della **tu**a **ca**sa;

- i tuoi figli come virgulti d'ulivo  
intorno alla **tu**a **men**sa.
- Così sarà benedetto l'uomo che teme il Signore.  
Ti benedica il Sign**o**re da **Sion**!
- Possa tu vedere la prosperità di Gerusalemme  
per tutti i giorni della **tu**a **vita**.
- Possa tu vedere i figli dei tuoi figli.  
Pace su **Israele**!

## 128

ANT: **Su di me, Signore, non hanno prevalso i nemici**

- Dalla giovinezza molto mi hanno perseguitato,  
lo dica **Israele**
- dalla giovinezza molto mi hanno perseguitato,  
ma non **han**no **preval**so.
- Sul mio dorso hanno arato gli aratori,  
hanno fatto **lung**hi **sol**chi.
- Il Signore è giusto:  
ha spezzato il giogo **degli em**pi.
- Siano confusi e volgano le spalle  
quanti **od**iano **Sion**.
- Siano come l'erba dei tetti:  
prima che sia strapp**a**ta, disse**cca**;
- non se ne riempie la mano il mietitore,  
né il grembo chi racc**o**glie cov**o**ni.

- I passanti non possono dire: †  
«La benedizione del Signore sia su di voi,  
vi benediciamo nel nome del Signore».

## 129

ANT: **Dal profondo grido a te, o Signore**

- 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:  
e 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 presso di lui la redenzione.  
Egli redimerà Israele da tutte le sue colpe.

## 130

ANT: **Solo in Dio sono tranquillo e sicuro**

- Signore, non si inorgoglisce il mio cuore e non si leva con superbia il mio sguardo;
- non vado in cerca di cose grandi, superiori alle mie forze.
- Io sono tranquillo e sereno † come bimbo svezzato in braccio a sua madre, come un bimbo svezzato è l'anima mia.
- Speri Israele nel Signore, ora e sempre.

*Solo in Dio sono tranquillo e sicuro*

# 131

ANT: **Ricordati, Signore, di Davide**

## I

- Ricordati, Signore, di Davide, di tutte le sue prove,
- quando giurò al Signore, al Potente di Giacobbe fece voto:
- «Non entrerò sotto il tetto della mia casa, non mi stenderò sul mio giaciglio,
- non concederò sonno ai miei occhi né riposo alle mie palpebre,
- finché non trovi una sede per il Signore, una dimora per il Potente di Giacobbe».

- Ecco, abbiamo saputo che era in Efrata, l'abbiamo trovata nei **ca**mpi di **Ià**ar.
- Entriamo nella sua dimora, prostriamoci allo sgabello dei suoi **pi**edi.
- Alzati, Signore, verso il luogo del tuo riposo, tu e l'arca della **tu**a **poten**za.
- I tuoi sacerdoti si vestano di giustizia, i tuoi fedeli cantino **di gio**ia.
- Per amore di Davide tuo servo non respingere il volto del tuo **co**nsacrato.

II

- Il Signore ha giurato a **Davide** † e non ritratterà la sua parola:  
«Il frutto delle tue viscere io metterò sul **tu**o **tr**ono!
- Se i tuoi figli custodiranno la mia **alleanza** † e i precetti che insegnerò ad essi, anche i loro figli per sempre sederanno sul **tu**o **tr**ono».
- Il Signore ha scelto Sion, l'ha voluta per **su**a **dim**ora:  
- «Questo è il mio riposo per sempre; qui abiterò, perché l'ho **des**iderato.
- Benedirò tutti i suoi raccolti, sazierò di pane i suoi **po**veri.
- Rivestirò di salvezza i suoi sacerdoti, esulteranno di gioia i suoi **fe**deli.
- Là farò germogliare la potenza di Davide, preparerò una lampada al mio **co**nsacrato.
- Coprirò di vergogna i suoi nemici, ma su di lui splenderà **la cor**ona».

# 132

ANT: **Come è bello e dolce che i fratelli stiano insieme**

- Ecco quanto è buono e quanto è soave che i fratelli **v**ivano **i**nsieme!
- E' come olio profumato sul **capo**, † che scende sulla barba, sulla barba di Aronne, che scende sull'orlo della **sua** **v**este.
- E' come rugiada dell'Ermon, che scende sui **m**onti di **S**ion.
- Là il Signore dona la benedizione e la **v**ita per **s**empre.

*Come è bello e dolce che i fratelli stiano insieme*

# 133

ANT: **Benedite il Signore, suoi servi**

- Ecco, benedite il Signore, voi tutti, servi **d**el **S**ign**o**re;
- voi che state nella casa del Signore **dur**ante le **n**otti.
- Alzate le mani verso il tempio e bened**i**te il Sign**o**re.
- Da Sion ti benedica il Signore, che ha fatto **c**ielo e **t**erra.

# 134

ANT: **Lodate il nome del Signore**

I

- Lodate il nome del Signore,  
lodatelo, servi del Signore,
- voi che state nella casa del Signore,  
negli atri della casa del nostro Dio.
- Lodate il Signore: il Signore è buono;  
cantate inni al suo nome, perché è amabile.
- Il Signore si è scelto Giacobbe,  
Israele come suo posseso.
- Io so che grande è il Signore,  
il nostro Dio sopra tutti gli dei.
- Tutto ciò che vuole il Signore lo **compie**, †  
in cielo e sulla terra,  
nei mari e in tutti gli abissi.
- Fa salire le nubi dall'estremità della **terra**, †  
produce le folgori per la pioggia,  
dalle sue riserve libera i venti.
- Egli percosse i primogeniti d'Egitto,  
dagli uomini fino al bestiame.
- Mandò segni e prodigi in mezzo a te, Egitto,  
contro il faraone e tutti i suoi ministri.
- Colpì numerose nazioni  
e uccise re potenti:

- Seon, re degli Amorrèi, Og, re di Basan,  
e tutti i **regni** di **Cànaan**.

- Diede la loro terra in eredità a Israele,  
in eredità a Israele **su**o **po**polo.

*Lodate il **no**me del **Signo**re*

## II

- Signore, il tuo nome è per sempre;  
Signore, il tuo ricordo per ogni **ge**nerazi**o**ne.

- Il Signore guida il suo popolo,  
si muove a pietà dei **su**oi **se**rvi.

- Gli idoli dei popoli sono argento e oro,  
opera delle **ma**ni dell'**uo**mo.

- Hanno bocca e non parlano;  
hanno **o**cchi e non **ve**dono;

- hanno orecchi e non odono;  
non c'è respiro nella **lo**ro **bo**cca.

- Sia come loro chi li fabbrica  
e chiunque in **essi** **confi**da.

- Benedici il Signore, casa d'Israele;  
benedici il Signore, **ca**sa di **Ar**o**nn**e;

- Benedici il Signore, casa di Levi;  
voi che temete il Signore, **benedi**te il **Signo**re.

- Da Sion sia benedetto il Signore.  
che abita a Ger**u**salemme.

*Lodate il **no**me del **Signo**re*

ANT: **Lodate il Signore, perché ha compiuto prodigi**

## **I**

- Lodate il Signore perché è buono:  
eterna è la sua misericordia.
- Lodate il Dio degli dei:  
eterna è la sua misericordia.
- Lodate il Signore dei signori:  
eterna è la sua misericordia.
- Egli solo ha compiuto meraviglie:  
eterna è la sua misericordia.
- Ha creato i cieli con sapienza:  
eterna è la sua misericordia.
- Ha stabilito la terra sulle acque:  
eterna è la sua misericordia.
- Ha fatto i grandi luminari:  
eterna è la sua misericordia.
- Il sole per regolare il giorno:  
eterna è la sua misericordia.
- la luna e le stelle per regolare la notte:  
eterna è la sua misericordia.

## **II**

- Percosse l'Egitto nei suoi primogeniti:  
eterna è la sua misericordia.
- Da loro liberò Israele:  
eterna è la sua misericordia.
- con mano potente e braccio teso:  
eterna è la sua misericordia.

- Divise il mar Rosso in due parti:  
eterna è la sua misericordia.
- In mezzo fece passare Israele:  
eterna è la sua misericordia.
- Travolse il faraone e il suo esercito nel mar Rosso:  
eterna è la sua misericordia.
- Guidò il suo popolo nel deserto:  
eterna è la sua misericordia.
- Percosse grandi sovrani  
eterna è la sua misericordia.
- uccise re potenti:  
eterna è la sua misericordia.
- Seon, re degli Amorrei:  
eterna è la sua misericordia.
- Og, re di Basan:  
eterna è la sua misericordia.
- Diede in eredità il loro paese;  
eterna è la sua misericordia.
- in eredità a Israele suo servo:  
eterna è la sua misericordia.
- Nella nostra umiliazione si è ricordato di noi:  
eterna è la sua misericordia.
- ci ha liberati dai nostri nemici:  
eterna è la sua misericordia.
- Egli dà il cibo ad ogni vivente:  
eterna è la sua misericordia.
- Lodate il Dio del cielo:  
eterna è la sua misericordia.

**Lodate il Signore, perché ha compiuto prodigi**

# 136

ANT: **Ricordati, Signore, di noi**

- Sui fiumi di Babilonia, là sedevamo piangendo al ricordo di Sion.
- Ai salici di quella terra appendemmo le nostre cetre.
- Là ci chiedevano parole di canto coloro che ci avevano deportato,
- canzoni di gioia, i nostri oppressori: «Cantateci i canti di Sion!».
- Come cantare i canti del Signore in terra straniera?
- Se ti dimentico, Gerusalemme, si paralizzino la mia destra;
- mi si attacchi la lingua al palato, † se lascio cadere il tuo ricordo, se non metto Gerusalemme al di sopra di ogni mia gioia.

---

# 137

ANT: **Ti rendo grazie, Signore, con tutto il cuore**

- Ti rendo grazie, Signore, con tutto il cuore: hai ascoltato le parole della mia bocca.

- A te voglio cantare davanti agli angeli,  
mi prostro verso il tuo **t**empio **s**anto.
- Rendo grazie al tuo nome  
per la tua fedeltà e la tua **m**isericordia:
- hai reso la tua promessa  
più grande di **o**gni **f**ama.
- Nel giorno in cui t'ho invocato, mi hai risposto,  
hai accresciuto in **m**e la **f**orza.
- Ti loderanno, Signore, tutti i re della terra  
quando udranno le parole della **t**ua **b**occa.
- Canteranno le vie del Signore,  
perché grande è la gloria **d**el Sign**o**re;
- eccelso è il Signore e guarda verso l'umile  
ma al superbo volge lo sguardo **d**a **l**ont**a**no.
- Se cammino in mezzo alla sventura  
tu mi rid**o**ni **v**ita;
- contro l'ira dei miei nemici stendi la mano  
e la tua **d**estra mi **s**alva.
- Il Signore completerà per me l'opera sua.  
Signore, la tua bontà **d**u**r**a per **s**empre:
- non abbandonare  
l'opera delle **t**ue **m**ani.

# 138

ANT: **Scrutami, o Dio, e conosci il mio cuore**

**I**

- Signore, tu mi scruti e mi conosci,  
tu sai quando seggo e quando mi alzo.
  - Penetri da lontano i miei pensieri,  
mi scruti quando cammino e quando riposo.
  - Ti sono note tutte le mie vie; †  
la mia parola non è ancora sulla lingua  
e tu, Signore, già la conosci tutta.
  - Alle spalle e di fronte mi circondi  
e poni su di me la tua mano.
  - Stupenda per me la tua saggezza,  
troppo alta, e io non la compendo.
  - Dove andare lontano dal tuo spirito,  
dove fuggire dalla tua presenza?
  - Se salgo in cielo, là tu sei,  
se scendo negli inferi, eccoti.
  - Se prendo le ali dell'aurora  
per abitare all'estremità del mare,  
- anche là mi guida la tua mano  
e mi afferra la tua destra.
  - Se dico: «Almeno l'oscurità mi copra  
e intorno a me sia la notte»;
  - nemmeno le tenebre per te sono oscure, †  
e la notte è chiara come il giorno;  
per te le tenebre sono come luce.
- Scrutami, o Dio, e conosci il mio cuore*

## II

- Sei tu che hai creato le mie viscere  
e mi hai tessuto nel seno di mia madre.

- Ti lodo, perché mi hai fatto come un prodigio; †  
sono stupende le tue opere,  
tu mi conosci **f**ino in **f**ondo.
- Non ti erano nascoste le mie ossa †  
quando venivo formato nel segreto,  
intessuto nelle profondità **d**ella **t**erra.
- Ancora informe mi hanno visto i tuoi occhi  
e tutto era scritto nel **t**uo **l**ibro;
- i miei giorni erano fissati,  
quando ancora non ne esisteva **u**no.
- Quanto profondi per me i tuoi pensieri,  
quanto grande il loro **n**umero, o **D**io;
- se li conto sono più della sabbia,  
se li credo finiti, con te **s**ono **a**ncora.

=====

- Scrutami, Dio, e conosci il mio cuore,  
provami e conosci i miei pensieri:
- vedi se percorro una via di menzogna  
e guidami sulla via **d**ella **v**ita.

*Scrutami, o Dio, e conosci il mio cuore*

## 139

ANT: **Ascolta, Signore, la voce della mia supplica**

- Salvami, Signore, dal malvagio,  
proteggimi dall'uomo **v**iolento,
- da quelli che tramano sventure nel cuore  
e ogni giorno scatenano **g**uerre.

- Aguzzano la lingua come serpenti;  
veleno d'aspide è sotto le **l**oro **l**abbra.
- Proteggimi, Signore, dalle mani degli **empi**, †  
salvami dall'uomo violento:  
essi tramano per **f**armi **c**adere.
- I superbi mi tendono **lacci** †  
e stendono funi come una rete,  
pongono agguati sul **m**io **c**amm**i**no.
- Io dico al Signore: «Tu sei il mio Dio;  
ascolta, Signore, la voce della **m**ia **p**reghi**e**ra».
- Signore, mio Dio, forza della mia salvezza,  
proteggi il mio capo nel giorno **d**ella **l**otta.
- Signore, non soddisfare i desideri degli empi,  
non favorire le **l**oro **t**ra**m**e.



- So che il Signore difende la causa dei miseri,  
il **d**ir**i**tt**o** dei **p**overi.
- Sì, i giusti loderanno il tuo nome,  
i retti abiteranno alla **t**ua **p**rese**n**za.

# 140

ANT: **Salga a te, Signore, come incenso la mia preghiera**

- Signore, a te grido, accorri in mio aiuto;  
ascolta la mia voce **q**u**a**ndo t'**i**nv**o**co.
- Come incenso salga a te la mia preghiera,  
le mie mani alzate come sacrificio **d**ella **s**er**a**.

- Poni, Signore, una custodia alla mia bocca, sorveglia la porta delle mie labbra.
- Non lasciare che il mio cuore si pieghi al male † e compia azioni inique con i peccatori: che io non gusti i loro cibi deliziosi.
- Mi percuota il giusto e il fedele mi rimproveri, † ma l'olio dell'empio non profumi il mio capo; tra le loro malvagità continui la mia preghiera.
- Dalla rupe furono gettati i loro capi, che da me avevano udito dolci parole.
- Come si fende e si apre la terra, le loro ossa furono disperse alla bocca degli inferi.
- A te, Signore mio Dio, sono rivolti i miei occhi; in te mi rifugio, proteggi la mia vita.
- Preservami dal laccio che mi tendono, dagli agguati dei malfattori.

=====

*Salga a te, Signore, come incenso la mia preghiera*

# 141

ANT: **Signore, tu sei il mio rifugio**

- Con la mia voce al Signore grido aiuto, con la mia voce supplico il Signore;
- davanti a lui effondo il mio lamento, al suo cospetto sfogo la mia angoscia.

- Mentre il mio spirito vien meno,  
tu conosci la **mi**a **vi**a.
- Nel sentiero dove cammino  
mi hanno **teso** un **laccio**.
- Guarda a destra e vedi:  
nessuno mi **ri**con**osce**.
- Non c'è per me via di scampo,  
nessuno ha cura della **mi**a **vi**ta.
- Io grido a te, **Signore**; †  
dico: Sei tu il mio rifugio,  
sei tu la mia sorte nella terra **dei** viv**enti**.
- Ascolta la mia supplica:  
ho toccato il fondo **dell'**ang**os**cia.
- Salvami dai miei persecutori  
perché sono di **me** più **forti**.
- Strappa dal carcere la mia vita,  
perché io renda grazie al **tuo** **no**me:
- i giusti mi faranno corona  
quando mi concederai la **tua** **graz**ia.

## 142

ANT: **Non nasconderti, Signore, il tuo volto**

- Signore, ascolta la mia **preghiera**, †  
porgi l'orecchio alla mia supplica, tu che sei fedele,  
e per la tua **giust**izia risp**o**ndimi.

- Non chiamare in giudizio il tuo servo:  
nessun vivente davanti a **te** 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 **tuo**i prod**i**gi.
- A te protendo le mie mani,  
sono davanti a te come **terra** ri**a**rsa.
- Rispondimi presto, Signore,  
viene meno il **mio spir**ito.
- Non nascondermi il tuo volto,  
perché non sia come chi scende **nella fo**ssa.
- Al mattino fammi sentire la tua grazia,  
poiché in **te** conf**i**do.
- Fammi conoscere la strada da percorrere,  
perché a te si innalza l'**a**nima **mia**.
- Salvami dai miei nemici, Signore,  
a **te** mi aff**i**do.
- Insegnami a compiere il tuo **volere**, †  
perché sei tu il mio Dio.  
Il tuo spirito buono mi guidi in **terra** pi**a**na.
- Per il tuo nome, Signore, fammi vivere,  
liberami dall'angoscia, per la **tu**a giust**i**zia.



*Non nascond<sup>o</sup>dermi, Sign<sup>o</sup>re, il tuo vol<sup>o</sup>to*

# 143

ANT: **Bened<sup>o</sup>etto il Sign<sup>o</sup>re, mia roccia**

## I

- Benedetto il Signore, mia roccia, †  
che addestra le mie mani alla guerra,  
le mie dita alla battaglia.
- Mia grazia e mia forza,  
mio rifugio e mia liberazione,
- mio scudo in cui confido,  
colui che mi assoggetta i popoli.
- Signore, che cos'è un uomo perché te ne curi?  
Un figlio d'uomo perché te ne dia pensiero?
- L'uomo è come un soffio,  
i suoi giorni come ombra che passa.
- Signore, piega il tuo cielo e scendi,  
tocca i monti ed essi fumeranno.
- Le tue folgori disperdano i nemici,  
lancia frecce, sconvolgili.
- Stendi dall'alto la tua mano, †  
scampami e salvami dalle grandi acque,  
dalla mano degli stranieri.
- La loro bocca dice menzogne  
e alzando la destra giurano il falso.

*Benedetto il Signore, mia roccia*

## II

- Mio Dio, ti canterò un canto nuovo, suonerò per te sull'arpa a dieci corde;
- a te, che dai vittoria al tuo consacrato, che liberi Davide tuo servo.
- Salvami dalla spada iniqua, liberami dalla mano degli stranieri;
- la loro bocca dice menzogne e la loro destra giura il falso.
- I nostri figli siano come piante cresciute nella loro giovinezza; le nostre figlie come colonne d'angolo nella costruzione del tempio.
- I nostri granai siano pieni, trabocchino di frutti d'ogni specie;
- siano a migliaia i nostri greggi, † a miriadi nelle nostre campagne; siano carichi i nostri buoi.
- Nessuna breccia, nessuna incursione, nessun gemito nelle nostre piazze.
- Beato il popolo che possiede questi beni: beato il popolo il cui Dio è il Signore.  
*Benedetto il Signore, mia roccia*

## ANT: **Lodiamo il tuo nome, o Signore, in eterno e sempre**

### **I**

- O Dio, mio re, voglio esaltarti e benedire il tuo nome in eterno **e** per **sempre**.
- Ti voglio benedire ogni giorno, lodare il tuo nome in eterno **e** per **sempre**.
- Grande è il Signore e degno di **o**gni **l**ode,
- la sua grandezza non si può **o** misur**a**re.
- Una generazione narra all'altra le tue opere, annunzia le tue **m**erav**i**glie.
- Proclamano lo splendore della tua gloria e raccontano i tu**o**i prod**i**gi.
- Dicono la stupenda tua potenza e parlano della **t**ua grand**e**zza.
- Diffondono il ricordo della tua bontà immensa, acclamano la **t**ua giust**i**zia.
- Paziente e misericordioso è il Signore, lento all'ira e **r**icco di gr**a**zia.
- Buono è il Signore verso tutti, la sua tenerezza si espande su tutte le creat**u**re.

### **II**

- Ti lodino, Signore, tutte le tue opere e ti benedicano i tu**o**i fed**e**li.
- Dicano la gloria del tuo regno e parlino della **t**ua pot**e**nza,

- per manifestare agli uomini i tuoi prodigi e la splendida gloria del **tu**o **re**gno.
  - Il tuo regno è regno di tutti i secoli, il tuo dominio si estende ad ogni **ge**nerazi**o**ne.
- Lodiamo il tuo nome, o Signore, in **et**er**no** e **se**m**pre***

### **III**

- Fedele è il Signore in tutte le sue parole santo in tutte le **su**e **op**ere
- Il Signore sostiene quelli che vacillano e rialza chiunque **è** cad**u**to.
- Fedele è il Signore in tutte le sue parole, santo in tutte le **su**e **op**ere.
- Il Signore sostiene quelli che vacillano e rialza chiunque **è** cad**u**to.
- Gli occhi di tutti sono rivolti a te in attesa e tu provvedi loro il cibo a **su**o **te**mpo.
- Tu apri la tua mano e sazi la fame di **o**gni viv**e**nte.
- Giusto è il Signore in tutte le sue vie, santo in tutte le **su**e **op**ere.
- Il Signore è vicino a quanti lo invocano, a quanti lo cercano con **cu**ore sinc**e**ro.
- Appaga il desiderio di quelli che lo temono, ascolta il loro grido **e** li **sa**lva.
- Il Signore protegge quanti lo amano, ma disperde **t**utti gli **e**mpi.
- Canti la mia bocca

la lode del Signore

- e ogni vivente benedica il suo nome santo,  
in eterno e sempre.

*Lodiamo il tuo nome, o Signore, in eterno e sempre*

# 145

ANT: **Beato chi sepera nel Signore**

- Loda il Signore, anima **mia**: †  
loderò il Signore per tutta la mia vita,  
finché vivo canterò inni al mio Dio.
- Non confidate nei potenti,  
in un uomo che non può salvare.
- Esala lo spirito e ritorna alla terra;  
in quel giorno svaniscono tutti i suoi disegni.
- Beato chi ha per aiuto il Dio di Giacobbe,  
chi spera nel Signore suo Dio,  
- creatore del cielo e della terra,  
del mare e di quanto contene.
- Egli è fedele per **sempre**, †  
rende giustizia agli oppressi,  
dà il pane agli **affamati**.
- Il Signore libera i prigionieri,  
il Signore ridona la **v**ista ai ciechi,
- il Signore rialza chi è caduto,  
il Signore **a**ma i giusti,
- il Signore protegge lo **straniero**, †

egli sostiene l'orfano e la vedova,  
ma sconvolge le vie degli **e**mpi.

- Il Signore regna per sempre,  
il tuo Dio, o Sion, per ogni **g**enerazi**o**ne.

*Beato chi spera nel Signore*

# 146

ANT: **Quanto è bello inneggiare al Signore nostro Dio**

- Lodate il **Signore**: †  
è bello cantare al nostro Dio,  
dolce è lodarlo come a **l**ui convi**e**ne.
- Il Signore ricostruisce Gerusalemme,  
raduna i dispersi d'**I**sra**e**le.
- Risana i cuori affranti  
e fascia le **l**oro fer**i**te;
- egli conta il numero delle stelle  
e chiama ciascu**u**na per no**o**me.
- Grande è il Signore, onnipotente,  
la sua sapienza non ha **a** conf**i**ni.
- Il Signore sostiene gli umili  
ma abbassa fino a **t**erra gli **e**mpi.
- Cantate al Signore un canto di grazie,  
intonate sulla cetra inni al n**o**stro **D**io.
- Egli copre il cielo di **nubi**, †  
prepara la pioggia per la terra,  
fa germogliare l'**e**rba sui m**o**nti.
- Provvede il cibo al bestiame,

- ai piccoli del corvo che gridano **o** a **ui**.
- Non fa conto del vigore del cavallo, non apprezza l'agile **o**rsa dell'**u**omo.
  - Il Signore si compiace di chi lo teme, di chi spera nella **u**a **a**razia.

# 147

ANT: **E' bello, Signore, lodarti**

- Glorifica il Signore, Gerusalemme, loda il tuo **D**io, **S**ion.
- Perché ha rinforzato le sbarre delle tue porte, in mezzo a te ha benedetto i tu**o**i **f**igli.
- Egli ha messo pace nei tuoi confini e ti sazia con fior d**i** frum**e**nto.
- Manda sulla terra la sua parola, il suo messaggio **o**rre vel**o**ce.
- Fa scendere la neve come lana, come polvere sp**a**rge la br**i**na.
- Getta come briciole la grandine, di fronte al suo gelo ch**i** res**i**ste?
- Manda una sua parola ed ecco si scioglie, fa soffiare il vento e scorr**o** le **a**cque.
- Annunzia a Giacobbe la sua parola, le sue leggi e i suoi decreti a **I**sra**e**le.
- Così non ha fatto con nessun altro popolo, non ha manifestato ad altri i su**o**i prec**e**tti.

# 148

ANT: **Lodate tutti il Signore**

- Lodate il Signore dai cieli,  
lodatelo nell'**al**to dei **ci**eli.
- Lodatelo, voi tutti, suoi angeli,  
lodatelo, voi **t**utte, sue schiere.
- Lodatelo, sole e luna,  
lodatelo, voi tutte, **f**ulgide **st**elle.
- Lodatelo, cieli dei cieli,  
voi acque al di **s**opra dei **ci**eli.
- Lodino tutti il nome del Signore,  
perché egli disse e furono **cre**ati.
- Li ha stabiliti per sempre,  
ha posto una legge che **e** non **p**assa.
- Lodate il Signore dalla terra,  
mostri marini e voi **t**utti **ab**issi,
- fuoco e grandine, neve e nebbia,  
vento di bufera che obbedisce alla **s**ua **par**ola,
- monti e voi tutte, colline,  
alberi da frutto e **t**utti voi, **ce**dri,
- voi fiere e tutte le bestie,  
rettili e **ucc**elli **al**ati.
- I re della terra e i popoli tutti,  
i governanti e i giudici **d**ella **te**rra,

- i giovani e le fanciulle, †  
i vecchi insieme ai bambini  
lodino il nome del Signore:
- perché solo il suo nome è sublime, †  
la sua gloria risplende sulla terra e nei cieli.  
Egli ha sollevato la potenza del suo popolo.
- E' canto di lode per tutti i suoi fedeli,  
per i figli di Israele, popolo che egli ama.

# 149

ANT: **Cantate al Signore un canto nuovo**

- Cantate al Signore un canto nuovo;  
la sua lode nell'assemblea dei fedeli.
- Gioisca Israele nel suo Creatore,  
esultino nel loro Re i figli di Sion.
- Lodino il suo nome con danze,  
con timpani e cetre gli cantino inni.
- Il Signore ama il suo popolo,  
incorona gli umili di vittoria.
- Esultino i fedeli nella gloria,  
sorgano lieti dai loro giacigli.
- Le lodi di Dio sulla loro bocca  
e la spada a due tagli nelle loro mani,  
- per compiere la vendetta tra i popoli  
e punire le genti;
- per stringere in catene i loro capi,

i loro nobili in ceppi di ferro;

- per eseguire su di essi

il giudizio già scritto:

- questa è la gloria

per tutti i suoi fedeli.

*Cantate al Signore un canto nuovo*

# 150

ANT: **Ogni vivente lodi il Signore**

- Lodate il Signore nel suo santuario,  
lodatelo nel firmamento della sua potenza.

- Lodatelo per i suoi prodigi,  
lodatelo per la sua immensa grandezza.

- Lodatelo con squilli di tromba,  
lodatelo con arpa e cetra;

- lodatelo con timpani e danze,  
lodatelo sulle corde e sui flauti.

- Lodatelo con cembali sonori, †  
lodatelo con cembali squillanti;

ogni vivente dia lode al Signore.