

23 SALMI

Propongo qui 23 Salmi (22 e ½ in realtà), utili secondo me per accostarsi con gradualità all'intero libro composto da 150.

A partire da quelli basici (1, 23, 25, 34, 51, 91 per ex.), ho inserito quei salmi che ritengo più significativi, ma anche col minor tasso possibile di violenza verso i nemici.

Li ho disposti lungo 14 pagine, per facilitarne una lettura ordinata degli stessi.

E' ovvio che la cosa migliore, e obiettivo auspicabile per ogni credente, sia avere assiduità con la collezione completa dei salmi.

La versione utilizzata è la Cei del 1974, con un solo passaggio della Cei 2008.

In questa tabella di fianco nelle celle con sfondo giallo ho posto la numerazione ebraico/evangelica dei salmi, mentre in quelle a sfondo grigio la numerazione cattolico/ortodossa.

Nelle celle con sfondo azzurro (con la freccia >) indico il numero di pagina relativo ai salmi elencati.

Il salmo 37 (36) è diviso in due parti poiché disposto su 2 pagine.

Il salmo 103 (102) è stato utilizzato a metà, sino al versetto 13.

Ordine dei 23 Salmi disposti lungo 14 pagine:

ex. : Salmi 1 e 91 = 1ª pagina,

Salmi 16 e 23 = 2ª pagina e così via.

1 >	1	91		2 >	16	23	
	1	90			15	22	
3 >	25		4 >	27	5 >	15	32
	24			26	14	31	
6 >	34		7 >	37,1-20	8 >	37,21-40	
	33			36,1-20		36,21-40	
9 >	51		10 >	46	112		
	50			45	111		
11 >	130	43	121	12 >	103,1-13	113	
	129	42	120		102,1-13	112	
13 >	142	146	14 >	133	147	149	
	141	145		132	147	149	

NUMERAZIONE USATA DA EBREI ED EVANGELICI
> IN GIALLO.

NUMERAZIONE USATA DA CATTOLICI ED ORTODOSSI
> IN GRIGIO.

Salmo 1

1 Beato l'uomo
che non segue il consiglio degli empi,

non indugia nella via dei peccatori
e non siede in compagnia degli stolti;

2 ma si compiace
della legge del Signore,
la sua legge medita giorno e notte.

3 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.

4 Non così, non così gli empi:
ma come pula che il vento disperde;

5 perciò non reggeranno gli empi nel giudizio,
né i peccatori nell'assemblea dei giusti.

6 Il Signore veglia sul cammino dei giusti,
ma la via degli empi andrà in rovina.

Salmo 91 (90)

1 Tu che abiti al riparo dell'Altissimo
e dimori all'ombra dell'Onnipotente,

2 di' al Signore: «Mio rifugio e mia fortezza,
mio Dio, in cui confido».

3 Egli ti libererà dal laccio del cacciatore,
dalla peste che distrugge.

4 Ti coprirà con le sue penne
sotto le sue ali troverai rifugio.

5 La sua fedeltà ti sarà scudo e corazza;

non temerai i terrori della notte
né la freccia che vola di giorno,

6 la peste che vaga nelle tenebre,
lo sterminio che devasta a mezzogiorno.

7 Mille cadranno al tuo fianco
e diecimila alla tua destra;
ma nulla ti potrà colpire.

8 Solo che tu guardi,
con i tuoi occhi vedrai il castigo degli empi.

9 Poiché tuo rifugio è il Signore
e hai fatto dell'Altissimo la tua dimora,

10 non ti potrà colpire la sventura,
nessun colpo cadrà sulla tua tenda.

11 Egli darà ordine ai suoi angeli
di custodirti in tutti i tuoi passi.

12 Sulle loro mani ti porteranno
perché non inciampi nella pietra
il tuo piede.

13 Camminerai su aspidi e vipere,
schiaccerai leoni e draghi.

14 Lo salverò,
perché a me si è affidato;

lo esalterò,
perché ha conosciuto il mio nome.

15 Mi invocherà e gli darò risposta;
presso di lui sarò nella sventura,

lo salverò e lo renderò glorioso.

16 Lo sazierò di lunghi giorni
e gli mostrerò la mia salvezza.

Salmo 16 (15)

1 Proteggimi, o Dio: in te mi rifugio.

2 Ho detto a Dio:
«Sei tu il mio Signore,
senza di te non ho alcun bene».

3 Per i santi, che sono sulla terra,
uomini nobili, è tutto il mio amore.

4 Si affrettino altri a costruire idoli:

io non spanderò
le loro libazioni di sangue

né pronunzierò con le mie labbra
i loro nomi.

5 Il Signore è mia parte di eredità
e mio calice:
nelle tue mani è la mia vita.

6 Per me
la sorte è caduta su luoghi deliziosi,
è magnifica la mia eredità.

7 Benedico il Signore
che mi ha dato consiglio;

anche di notte
il mio cuore mi istruisce.

8 Io pongo sempre innanzi a me
il Signore,

sta alla mia destra,
non posso vacillare.

9 Di questo gioisce il mio cuore,
esulta la mia anima;

anche il mio corpo riposa al sicuro,

10 perché non abbandonerai
la mia vita nel sepolcro,

né lascerai
che il tuo santo veda la corruzione.

11 Mi indicherai il sentiero della vita,

gioia piena nella tua presenza,
dolcezza senza fine alla tua destra.

Salmo 23 (22)

1 Il Signore è il mio pastore:
non manco di nulla;

2 su pascoli erbosi mi fa riposare,
ad acque tranquille mi conduce.

3 Mi rinfranca,
mi guida per il giusto cammino,
per amore del suo nome.

4 Se dovessi camminare
in una valle oscura,

non temerei alcun male,
perché tu sei con me.

Il tuo bastone e il tuo vincastro
mi danno sicurezza.

5 Davanti a me tu prepari una mensa
sotto gli occhi dei miei nemici;

cospargi di olio il mio capo.
Il mio calice trabocca.

6 Felicità e grazia mi saranno compagne
tutti i giorni della mia vita,

e abiterò nella casa del Signore
per lunghissimi anni.

Salmo 25 (24)

1 A te, Signore, elevo l'anima mia,

2 Dio mio, in te confido:
non sia confuso!

Non trionfino su di me i miei nemici!

3 Chiunque spera in te
non resti deluso,

sia confuso chi tradisce per un nulla.

4 Fammi conoscere, Signore, le tue vie,
insegnami i tuoi sentieri.

5 Guidami nella tua verità
e istruiscimi,

perché sei tu il Dio della mia salvezza,
in te ho sempre sperato.

6 Ricordati, Signore, del tuo amore,
della tua fedeltà che è da sempre.

7 Non ricordare
i peccati della mia giovinezza:

ricordati di me nella tua misericordia,
per la tua bontà, Signore.

8 Buono e retto è il Signore,
la via giusta addita ai peccatori;

9 guida gli umili secondo giustizia,
insegna ai poveri le sue vie.

10 Tutti i sentieri del Signore
sono verità e grazia

per chi osserva il suo patto
e i suoi precetti.

11 Per il tuo nome, Signore,
perdona il mio peccato
anche se grande.

12 Chi è l'uomo che teme Dio ?
Gli indica il cammino da seguire.

13 Egli vivrà nella ricchezza,
la sua discendenza possederà la terra.

14 Il Signore si rivela
a chi lo teme,
gli fa conoscere la sua alleanza.

15 Tengo i miei occhi
rivolti al Signore,
perché libera dal laccio il mio piede.

16 Volgiti a me
e abbi misericordia,
perché sono solo ed infelice.

17 Allevia le angosce del mio cuore,
liberami dagli affanni.

18 Vedi la mia miseria
e la mia pena
e perdona tutti i miei peccati.

19 Guarda i miei nemici:
sono molti e mi detestano
con odio violento.

20 Proteggimi, dammi salvezza;
al tuo riparo io non sia deluso.

21 Mi proteggano
integrità e rettitudine,
perché in te ho sperato.

22 O Dio, libera Israele
da tutte le sue angosce.

Salmo 27 (26)

1 Il Signore è mia luce e mia salvezza,
di chi avrò paura?

Il Signore è difesa della mia vita,
di chi avrò timore?

2 Quando mi assalgono i malvagi
per straziarmi la carne,

sono essi, avversari e nemici,
a inciampare e cadere.

3 Se contro di me
si accampa un esercito,
il mio cuore non teme;

se contro di me
*si scatena una guerra, *Cei '08
anche allora ho fiducia.

4 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.

5 Egli mi offre un luogo di rifugio
nel giorno della sventura.

Mi nasconde
nel segreto della sua dimora,
mi solleva sulla rupe.

6 E ora rialzo la testa
sui nemici che mi circondano;

immolerò nella sua casa
sacrifici d'esultanza,

inni di gioia canterò al Signore.

7 Ascolta, Signore, la mia voce.
Io grido: abbi pietà di me!
Rispondimi.

8 Di te ha detto il mio cuore:
«Cercate il suo volto»;
il tuo volto, Signore, io cerco.

9 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.

10 Mio padre e mia madre
mi hanno abbandonato,
ma il Signore mi ha raccolto.

11 Mostrami, Signore, la tua via,
guidami sul retto cammino,
a causa dei miei nemici.

12 Non espormi
alla brama dei miei avversari;

contro di me
sono insorti falsi testimoni
che spirano violenza.

13 Sono certo di contemplare
la bontà del Signore
nella terra dei viventi.

14 Spera nel Signore, sii forte,
si rinfranchi il tuo cuore
e spera nel Signore.

Salmo 15 (14)

1 Signore,
chi abiterà nella tua tenda?
Chi dimorerà sul tuo santo monte?

2 Colui che cammina senza colpa,
agisce con giustizia
e parla lealmente,

3 non dice calunnia con la lingua,
non fa danno al suo prossimo
e non lancia insulto al suo vicino.

4 Ai suoi occhi è spregevole il malvagio,
ma onora chi teme il Signore.

Anche se giura a suo danno,
non cambia;

5 presta denaro senza fare usura,
e non accetta doni contro l'innocente.

Colui che agisce in questo modo
resterà saldo per sempre.

Salmo 32 (31)

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

2 Beato l'uomo
a cui Dio non imputa alcun male
e nel cui spirito non è inganno.

3 Tacevo e si logoravano le mie ossa,
mentre gemevo tutto il giorno.

4 Giorno e notte
pesava su di me la tua mano,

come per arsura d'estate
inacidiva il mio vigore.

5 Ti ho manifestato il mio peccato,
non ho tenuto nascosto il mio errore.

Ho detto:
«Confesserò al Signore le mie colpe»

e tu hai rimesso
la malizia del mio peccato.

6 Per questo ti prega ogni fedele
nel tempo dell'angoscia.

Quando irromperanno grandi acque
non lo potranno raggiungere.

7 Tu sei il mio rifugio,
mi preservi dal pericolo,

mi circondi di esultanza per la salvezza.

8 Ti farò saggio,
t'indicherò la via da seguire;

con gli occhi su di te,
ti darò consiglio.

9 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.

10 Molti saranno i dolori dell'empio,
ma la grazia circonda
chi confida nel Signore.

11 Gioite nel Signore
ed esultate, giusti,
giubilate, voi tutti, retti di cuore.

6

Salmo 34 (33)

1 Di Davide,
quando si finse pazzo
in presenza di Abimelech
e, da lui scacciato, se ne andò.

2 Benedirò il Signore in ogni tempo,
sulla mia bocca sempre la sua lode.

3 Io mi glorio nel Signore,
ascoltino gli umili e si rallegriano.

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

5 Ho cercato il Signore
e mi ha risposto
e da ogni timore mi ha liberato.

6 Guardate a lui e sarete raggianti,
non saranno confusi i vostri volti.

7 Questo povero grida
e il Signore lo ascolta,
lo libera da tutte le sue angosce.

8 L'angelo del Signore si accampa
attorno a quelli che lo temono
e li salva.

9 Gustate e vedete
quanto è buono il Signore;
beato l'uomo che in lui si rifugia.

10 Temete il Signore, suoi santi,
nulla manca a coloro che lo temono.

11 I ricchi impoveriscono
e hanno fame,

ma chi cerca il Signore
non manca di nulla.

12 Venite, figli, ascoltate mi;
v'insegnerò il timore del Signore.

13 C'è qualcuno che desidera la vita
e brama lunghi giorni
per gustare il bene?

14 Preserva la lingua dal male,
le labbra da parole bugiarde.

15 Sta' lontano dal male e fa' il bene,
cerca la pace e perseguila.

16 Gli occhi del Signore sui giusti,
i suoi orecchi al loro grido di aiuto.

17 Il volto del Signore
contro i malfattori,
per cancellarne dalla terra il ricordo.

18 Gridano e il Signore li ascolta,
li salva da tutte le loro angosce.

19 Il Signore è vicino
a chi ha il cuore ferito,
egli salva gli spiriti affranti.

20 Molte sono le sventure del giusto,
ma lo libera da tutte il Signore.

21 Preserva tutte le sue ossa,
neppure uno sarà spezzato.

22 La malizia uccide l'empio
e chi odia il giusto sarà punito.

23 Il Signore riscatta
la vita dei suoi servi,

chi in lui si rifugia
non sarà condannato.

Salmo 37 (36)

1 Non adirarti contro gli empi,
non invidiare i malfattori.

2 Come fieno presto appassiranno,
cadranno come erba del prato.

3 Confida nel Signore e fa' il bene;
abita la terra e vivi con fede.

4 Cerca la gioia del Signore,
esaudirà i desideri del tuo cuore.

5 Manifesta al Signore la tua via,
confida in lui: compirà la sua opera;

6 farà brillare come luce
la tua giustizia,
come il meriggio il tuo diritto.

7 Sta' in silenzio davanti al Signore
e spera in lui;

non irritarti per chi ha successo,
per l'uomo che trama insidie.

8 Desisti dall'ira
e deponi lo sdegno,
non irritarti: faresti del male,

9 poiché i malvagi saranno sterminati,
ma chi spera nel Signore
possederà la terra.

10 Ancora un poco e l'empio scompare,
cerchi il suo posto e più non lo trovi.

11 I miti invece possederanno la terra
e godranno di una grande pace.

12 L'empio trama contro il giusto,
contro di lui digrigna i denti.

13 Ma il Signore ride dell'empio,
perché vede arrivare il suo giorno.

14 Gli empi sfoderano la spada
e tendono l'arco

per abbattere il misero e l'indigente,
per uccidere
chi cammina sulla retta via.

15 La loro spada
raggiungerà il loro cuore
e i loro archi si spezzeranno.

16 Il poco del giusto è cosa migliore
dell'abbondanza degli empi;

17 perché le braccia degli empi
saranno spezzate,

ma il Signore è il sostegno dei giusti.

18 Conosce il Signore
la vita dei buoni,
la loro eredità durerà per sempre.

19 Non saranno confusi
nel tempo della sventura

e nei giorni della fame
saranno saziati.

20 Poiché gli empi periranno,
i nemici del Signore appassiranno
come lo splendore dei prati,

tutti come fumo svaniranno.

Salmo 37 (36)

21 L'empio prende in prestito
e non restituisce,
ma il giusto ha compassione e dà in dono.

22 Chi è benedetto da Dio
possederà la terra,
ma chi è maledetto sarà sterminato.

23 Il Signore fa sicuri i passi dell'uomo
e segue con amore il suo cammino.

24 Se cade, non rimane a terra,
perché il Signore lo tiene per mano.

25 Sono stato fanciullo
e ora sono vecchio,

non ho mai visto il giusto abbandonato
né i suoi figli mendicare il pane.

26 Egli ha sempre compassione
e dà in prestito,
per questo la sua stirpe è benedetta.

27 Sta' lontano dal male e fa' il bene,
e avrai sempre una casa.

28 Perché il Signore ama la giustizia
e non abbandona i suoi fedeli;

gli empi saranno distrutti per sempre
e la loro stirpe sarà sterminata.

29 I giusti possederanno la terra
e la abiteranno per sempre.

30 La bocca del giusto
proclama la sapienza,
e la sua lingua esprime la giustizia;

31 la legge del suo Dio
è nel suo cuore,
i suoi passi non vacilleranno.

32 L'empio spia il giusto
e cerca di farlo morire.

33 Il Signore non lo abbandona
alla sua mano,
nel giudizio non lo lascia condannare.

34 Spera nel Signore e segui la sua via:

ti esalterà e tu possederai la terra
e vedrai lo sterminio degli empi.

35 Ho visto l'empio trionfante
ergersi come cedro rigoglioso;

36 sono passato e più non c'era,
l'ho cercato e più non si è trovato.

37 Osserva il giusto
e vedi l'uomo retto,
l'uomo di pace avrà una discendenza.

38 Ma tutti i peccatori saranno distrutti,
la discendenza degli empi
sarà sterminata.

39 La salvezza dei giusti
viene dal Signore,
nel tempo dell'angoscia è loro difesa;

40 il Signore viene in loro aiuto
e li scampa,

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

Salmo 51 (50)

1 Salmo. Di Davide.

2 Quando venne da lui il profeta Natan
dopo che aveva peccato con Betsabea.

3 Pietà di me, o Dio,
secondo la tua misericordia;

nella tua grande bontà
cancella il mio peccato.

4 Lavami da tutte le mie colpe,
mondami dal mio peccato.

5 Riconosco la mia colpa,
il mio peccato mi sta sempre dinanzi.

6 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.

7 Ecco, nella colpa sono stato generato,
nel peccato mi ha concepito mia madre.

8 Ma tu vuoi la sincerità del cuore
e nell'intimo m'insegni la sapienza.

9 Purificami con issopo
e sarò mondato;
lavami e sarò più bianco della neve.

10 Fammi sentire gioia e letizia,
esulteranno le ossa che hai spezzato.

11 Distogli lo sguardo
dai miei peccati,
cancella tutte le mie colpe.

12 Crea in me, o Dio,
un cuore puro,
rinnova in me uno spirito saldo.

13 Non respingermi
dalla tua presenza
e non privarmi del tuo santo spirito.

14 Rendimi la gioia di essere salvato,
sostieni in me un animo generoso.

15 Insegnerò agli erranti le tue vie
e i peccatori a te ritorneranno.

16 Liberami dal sangue,
Dio, Dio mia salvezza,

la mia lingua esalterà la tua giustizia.

17 Signore, apri le mie labbra
e la mia bocca proclami la tua lode;

18 poiché non gradisci il sacrificio
e, se offro olocausti, non li accetti.

19 Uno spirito contrito è sacrificio a Dio,
un cuore affranto e umiliato,
Dio, tu non disprezzi.

20 Nel tuo amore fa grazia a Sion,
rialza le mura di Gerusalemme.

21 Allora gradirai i sacrifici prescritti,
l'olocausto e l'intera oblazione,

allora immoleranno vittime
sopra il tuo altare.

Salmo 46 (45)

2 Dio è per noi rifugio e forza,
aiuto sempre vicino nelle angosce.

3 Perciò non temiamo
se trema la terra,
se crollano i monti nel fondo del mare.

4 Fremano, si gonfino le sue acque,
tremino i monti per i suoi flutti.

5 Un fiume e i suoi ruscelli
rallegrano la città di Dio,
la santa dimora dell'Altissimo.

6 Dio sta in essa:
non potrà vacillare;
la soccorrerà Dio, prima del mattino.

7 Fremettero le genti,
i regni si scossero;
egli tuonò, si sgretolò la terra.

8 Il Signore degli eserciti è con noi,
nostro rifugio è il Dio di Giacobbe.

9 Venite, vedete le opere del Signore,
egli ha fatto portenti sulla terra.

10 Farà cessare le guerre
sino ai confini della terra,

romperà gli archi e spezzerà le lance,
brucerà con il fuoco gli scudi.

11 Fermatevi
e sappiate che io sono Dio,
eccelso tra le genti, eccelso sulla terra.

12 Il Signore degli eserciti è con noi,
nostro rifugio è il Dio di Giacobbe.

Salmo 112 (111)

1 Alleluia.
Beato l'uomo che teme il Signore

e trova grande gioia
nei suoi comandamenti.

2 Potente sulla terra sarà la sua stirpe,
la discendenza dei giusti
sarà benedetta.

3 Onore e ricchezza nella sua casa,
la sua giustizia rimane per sempre.

4 Spunta nelle tenebre
come luce per i giusti,
buono, misericordioso e giusto.

5 Felice l'uomo pietoso
che dà in prestito,
amministra i suoi beni con giustizia.

6 Egli non vacillerà in eterno:
Il giusto sarà sempre ricordato.

7 Non temerà annunzio di sventura,
saldo è il suo cuore,
confida nel Signore.

8 Sicuro è il suo cuore, non teme,
finché trionferà dei suoi nemici.

9 Egli dona largamente ai poveri,

la sua giustizia rimane per sempre,
la sua potenza s'innalza nella gloria.

10 L'empio vede e si adira,
digrigna i denti e si consuma.

Ma il desiderio degli empi fallisce.

Salmo 130 (129)

1 Dal profondo a te grido, o Signore;
2 Signore, ascolta la mia voce.

Siano i tuoi orecchi attenti
alla voce della mia preghiera.

3 Se consideri le colpe, Signore,
Signore, chi potrà sussistere?

4 Ma presso di te è il perdono:
perciò avremo il tuo timore.

5 Io spero nel Signore,
l'anima mia spera nella sua parola.

6 L'anima mia attende il Signore
più che le sentinelle l'aurora.

7 Israele attenda il Signore,
perché presso il Signore è la misericordia
e grande presso di lui la redenzione.

Salmo 43 (42)

1 Fammi giustizia, o Dio,
difendi la mia causa
contro gente spietata;

liberami dall'uomo iniquo e fallace.

2 Tu sei il Dio della mia difesa;
perché mi respingi,

perché triste me ne vado,
oppresso dal nemico?

3 Manda la tua verità e la tua luce;
siano esse a guidarmi,

mi portino al tuo monte santo
e alle tue dimore.

4 Verrò all'altare di Dio,
al Dio della mia gioia, del mio giubilo.

A te canterò con la cetra, Dio, Dio mio.

5 Perché ti rattristi, anima mia,
perché su di me gemi?

Spera in Dio: ancora potrò lodarlo,
lui, salvezza del mio volto e mio Dio.

Salmo 121 (120)

1 Alzo gli occhi verso i monti:
da dove mi verrà l'aiuto?

2 Il mio aiuto viene dal Signore,
che ha fatto cielo e terra.

3 Non lascerà vacillare il tuo piede,
non si addormenterà il tuo custode.

4 Non si addormenterà,
non prenderà sonno,
il custode d'Israele.

5 Il Signore è il tuo custode,

il Signore è come ombra che ti copre,
e sta alla tua destra.

6 Di giorno non ti colpirà il sole,
né la luna di notte.

7 Il Signore ti proteggerà da ogni male,
egli proteggerà la tua vita.

8 Il Signore veglierà su di te,
quando esci e quando entri,
da ora e per sempre.

8 Egli redimerà Israele
da tutte le sue colpe.

Salmo 103 (102)

1 Benedici il Signore, anima mia,
quanto è in me
benedica il suo santo nome.

2 Benedici il Signore, anima mia,
non dimenticare tanti suoi benefici.

3 Egli perdona
tutte le tue colpe,
guarisce tutte le tue malattie;

4 salva dalla fossa la tua vita,
ti corona di grazia e di misericordia;

5 egli sazia di beni i tuoi giorni

e tu rinnovi come aquila
la tua giovinezza.

6 Il Signore agisce
con giustizia e con diritto
verso tutti gli oppressi.

7 Ha rivelato a Mosè le sue vie,
ai figli d'Israele le sue opere.

8 Buono e pietoso è il Signore,
lento all'ira e grande nell'amore.

9 Egli non continua a contestare
e non conserva per sempre il suo sdegno.

10 Non ci tratta
secondo i nostri peccati,

non ci ripaga
secondo le nostre colpe.

11 Come il cielo è alto sulla terra,
così è grande la sua misericordia
su quanti lo temono;

12 come dista l'oriente dall'occidente,
così allontana da noi
le nostre colpe.

13 Come un padre ha pietà dei suoi figli,
così il Signore ha pietà
di quanti lo temono.

Salmo 113 (112)

1 Alleluia.
Lodate, servi del Signore,
lodate il nome del Signore.

2 Sia benedetto il nome del Signore,
ora e sempre.

3 Dal sorgere del sole
al suo tramonto
sia lodato il nome del Signore.

4 Su tutti i popoli
eccelso è il Signore,
più alta dei cieli è la sua gloria.

5 Chi è pari al Signore nostro Dio
che siede nell'alto

6 e si china a guardare
nei cieli e sulla terra?

7 Solleva l'indigente dalla polvere,
dall'immondizia rialza il povero,

8 per farlo sedere tra i principi,
tra i principi del suo popolo.

9 Fa abitare la sterile nella sua casa
quale madre gioiosa di figli.

Salmo 142 (141)

1 Maskil. Di Davide,
quando era nella caverna. Preghiera.

2 Con la mia voce al Signore
grido aiuto,
con la mia voce supplico il Signore;

3 davanti a lui
effondo il mio lamento,
al tuo cospetto sfogo la mia angoscia.

4 Mentre il mio spirito vien meno,
tu conosci la mia via.

Nel sentiero dove cammino
mi hanno teso un laccio.

5 Guarda a destra e vedi:
nessuno mi riconosce.

Non c'è per me via di scampo,
nessuno ha cura della mia vita.

6 Io grido a te, Signore;
dico: Sei tu il mio rifugio,

sei tu la mia sorte
nella terra dei viventi.

7 Ascolta la mia supplica:
ho toccato il fondo dell'angoscia.

salvami dai miei persecutori
perché sono di me più forti.

8 Strappa dal carcere la mia vita,
perché io renda grazie al tuo nome:

i giusti mi faranno corona
quando mi concederai la tua grazia.

Salmo 146 (145)

1 Alleluia.
Loda il Signore, anima mia:

2 loderò il Signore
per tutta la mia vita,
finché vivo canterò inni al mio Dio.

3 Non confidate nei potenti,
in un uomo che non può salvare.

4 Esala lo spirito e ritorna alla terra;
in quel giorno
svaniscono tutti i suoi disegni.

5 Beato chi ha per aiuto
il Dio di Giacobbe,
chi spera nel Signore suo Dio,

6 creatore del cielo e della terra,
del mare e di quanto contiene.

Egli è fedele per sempre,

7 rende giustizia agli oppressi,
dà il pane agli affamati.

Il Signore libera i prigionieri,
8 il Signore ridona la vista ai ciechi,

il Signore rialza chi è caduto,
il Signore ama i giusti,

9 il Signore protegge lo straniero,
egli sostiene l'orfano e la vedova,
ma sconvolge le vie degli empi.

10 Il Signore regna per sempre,
il tuo Dio, o Sion,
per ogni generazione.

Salmo 133 (132)

1 Ecco quanto è buono e quanto è soave
che i fratelli vivano insieme!

2 È come olio profumato sul capo,
che scende sulla barba,
sulla barba di Aronne,

che scende sull'orlo della sua veste.

3 È come rugiada dell'Ermon,
che scende sui monti di Sion.

Là il Signore *dona la benedizione *ordina/comanda
e la vita per sempre.

Salmo 147 (147)

1 Alleluia.

Glorifica il Signore, Gerusalemme,
loda il tuo Dio, Sion.

2 Perché ha rinforzato
le sbarre delle tue porte,
in mezzo a te ha benedetto i tuoi figli.

3 Egli ha messo pace nei tuoi confini
e ti sazia con fior di frumento.

4 Manda sulla terra la sua parola,
il suo messaggio corre veloce.

5 Fa scendere la neve come lana,
come polvere sparge la brina.

6 Getta come briciole la grandine,
di fronte al suo gelo chi resiste?

7 Manda una sua parola
ed ecco si scioglie,

fa soffiare il vento
e scorrono le acque.

8 Annunzia a Giacobbe la sua parola,
le sue leggi e i suoi decreti a Israele.

9 Così non ha fatto
con nessun altro popolo,
non ha manifestato ad altri i suoi precetti.

Alleluia.

Salmo 149

1 Alleluia.

Cantate al Signore un canto nuovo;
la sua lode nell'assemblea dei fedeli.

2 Gioisca Israele nel suo Creatore,
esultino nel loro Re i figli di Sion.

3 Lodino il suo nome con danze,
con timpani e cetre gli cantino inni.

4 Il Signore ama il suo popolo,
incorona gli umili di vittoria.

5 Esultino i fedeli nella gloria,
sorgano lieti dai loro giacigli.

6 Le lodi di Dio sulla loro bocca
e la spada a due tagli nelle loro mani,

7 per compiere la vendetta tra i popoli
e punire le genti;

8 per stringere in catene i loro capi,
i loro nobili in ceppi di ferro;

9 per eseguire su di essi
il giudizio già scritto:

questa è la gloria per tutti i suoi fedeli.

Alleluia.