

Salterio di Davide

Disposto per Katismi e Stasi secondo l'uso della Chiesa Santa Cattolica Apostolica ed Ortodossa di tradizione romano orientale-russa.

“Ogni Scrittura parla di Cristo”: questa frase ritorna frequentemente nei Padri, per combattere l'eresia Gnostica che voleva una frattura tra i due Testamenti di cui il primo, l'Antico, opera di Jawè, Dio duro e senza misericordia, creatore ma non salvatore, il Nuovo, al contrario, opera del Padre celeste, in finitamente buono e misericordioso, amante-degli-uomini, del quale ha parlato suo Figlio Gesù Cristo.

Ma non solo per questo motivo antieretico. Sottolineando l'unità dei due Testamenti essi sottolineavano l'unità profonda, ontologica, della Storia della Salvezza, opera d'amore della Triade Tutta-Santa, incentrata su Cristo Gesù, il Dio-Uomo generato nella storia dallo Spirito Santo e da Maria la Vergine e destinata ad avere compimento negli ultimi tempi, quando sarà compiuto il Regno di Dio e Dio sarà tutto in tutti.

Se questo vale per tutta la Scrittura. Vale in particolare per il Salterio, che la Chiesa ha sempre utilizzato come elemento centrale delle sue celebrazioni e della preghiera pubblica e privata. Infatti ogni salmo può essere recitato dal credente in persona del Dio-Uomo, così come in persona di quell'uomo che è lui stesso, può essere anche recitato in persona della Chiesa Una Santa Catholica ed Apostolica che attende di giorno in giorno il compimento delle promesse di Dio, scrutando con discernimento i segni dei tempi ed invocando la venuta del Regno e la salvezza definitiva nell'abbraccio finale del Padre.

Realizzato *pro-manuscripto* dalla fraternità Monastero ortodosso di San Serafino di Sariov in Lizzanello di Pistoia con la benedizione del suo Abate, il Vescovo Silvano di Luni.

Nella Festa Della Santa e Vivificante Croce dell'A.D. 2009.



Katisma 1

Stasi 1

1

¹Beato l'uomo che non è andato nel consiglio degli empi,
non indugia nella via dei peccatori
e nella via dei peccatori non ha sostato, e sulla cattedra
degli appestati non si è seduto.

²Ma nella legge del Signore è la sua volontà,
nella sua legge mediterà giorno e notte.

³E sarà come l'albero piantato alle sorgenti delle acque,
che darà il suo frutto a suo tempo
e le sue foglie non cadranno mai;
e tutto ciò che farà andrà a buon fine.

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

⁵percì non sorgeranno gli empi nel giudizio,
né i peccatori nel consiglio dei giusti.

⁶Poichè conosce il Signore la via dei giusti,
ma la via degli empi andrà in perdizione.

2

¹Perché si agitarono le genti
 e i popoli meditarono cose vuote?
²Si presentarono i re della terra
 e i principi si riunirono insieme
 contro il Signore e contro il suo Unto:
³"Spezziamo le loro catene,
 gettiamo via il oro giogo!".
⁴ Li deriderà chi abita i cieli,
 il Signore si farà beffe di loro.
⁵Allora parlerà loro nella sua ira,
 nel suo sdegno li sconvolgerà:
⁶"Ma io sono stato costituito re da lui sopra Sion,
 il mio santo monte".
⁷Per annunciare il decreto del Signore.
 Il Signore mi ha detto: " Figlio mio sei Tu,
 io oggi ti ho generato.
⁸Chiedi a me,e ti darò in eredità le genti
 e in dominio i confini della terra.
⁹Le pascerai con scettro di ferro,
 come vasi di vasaio li frantumerai".
¹⁰E ora, sovrani, comprendete
 lasciatevi correggere voi che giudicate la terra;
¹¹servite il Signore con timore
 ed esultate a Lui con tremore.
¹²Abbracciate la correzione che non si sdegni il Signore e
 vi perdiate dalla giusta via.
 Quando divamperà improvvisa la sua ira.
 Beato coloro che confidano in lui.

3

¹*Salmo di Davide quando fuggiva il figlio Assalonne.*
²Signore, quanti si sono moltiplicati i miei oppressori?
 Molti insorgono contro di me.
³Molti dicono all'anima mia:
 "non c'è salvezza per lui nel suo Dio!".

PAUSA

⁴Ma tu, Signore, sei chi mi accoglie,
 la mia gloria e colui che solleva il mio capo.
⁵Al Signore con la mia voce ho gridato
 e mi ha esaudito dal suo monte santo.

PAUSA

⁶Io mi sono coricato e addormentato,
mi sono svegliato perché il Signore mi accoglierà.
⁷Non temerò la moltitudine delle genti
che intorno mi assalgono.

⁸Sorgi, Signore,
salvami, Dio mio.

Perché hai percossa quanti mi avversavano invano,
hai spezzato i denti ai peccatori.

⁹Del Signore è la salvezza:
sul tuo popolo la tua benedizione.

Si ripete:

⁶Io mi sono coricato e addormentato,
mi sono svegliato perché il Signore mi accoglierà.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amen.

Alleluia, alleluia, alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 2

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amen

4

¹ *Per la fine. Tra i salmi. Cantico di Davide.*

²Quando ti invocavo, mi hai esaudito, Dio, mia giustizia:
dalle angosce mi hai liberato;
pietà di me, ascolta la mia preghiera.

³Fino a quando, o uomini, sarete duri di cuore?
Perché amate la vanità e cercate la menzogna?

PAUSA

⁴Sappiate che il Signore ha reso mirabile il suo santo:
il Signore mi esaudirà quando griderò a lui.

⁵Adiratevi e non peccate,
sul vostro giaciglio riflettete con compunzione.

PAUSA

⁶Offrite sacrifici di giustizia
e confidate nel Signore.

⁷Molti dicono: "Chi ci farà vedere il bene?".
E' stata impressa su di noi la luce del tuo volto, Signore.
⁸Hai messo gioia nel mio cuore.
Col frutto del loro grano, vino ed olio si sono moltiplicati.
In pace un tempo mi coricherò e dormirò, Signore,
perché tu solo nella speranza mi hai fatto dimorare.

5

¹Per la fine. Per colei che riceve l'eredità;. Salmo di Davide.

²Alle mie parole Porgi l'orecchio, Signore,;
intendi il mio lamento.

³Ascolta la voce del mio grido di supplica,
o mio re e mio Dio,
perché ti pregherò, Signore.

⁴Al mattino esaudirai la mia voce;
fin dal mattino mi presenterò a te e tenderò lo sguardo.

⁵Tu, infatti, non sei un Dio che si compiace del male;
presso di te il malvagio non troverà dimora;

⁶i trasgressori non sosterranno il tuo sguardo.

Tu detesti chi opera l'iniquità,

⁷fai perire i bugiardi.

sanguinari e ingannatori li detesta il Signore.

⁸Ma io per la tua abbondante misericordia
entrerò nella tua casa;
mi prostrerò nel tuo santo tempio, nel tuo timore.

⁹Signore, guidami nella tua giustizia
di fronte ai miei nemici;
spiana davanti a me il tuo cammino.

¹⁰Poichè non c'è sincerità in bocca loro,
il loro cuore è vano;

è un sepolcro aperto la loro gola,
la loro lingua tramava inganni.

¹¹Condannali, o Dio, soccombano alle loro trame,
per tanti loro delitti disperdili,
perché ti hanno amareggiato, Signore.

¹²Gioiscano, invece, di te quanti in te sperano,
in eterno esulteranno.

Tu porrai la tua dimora in loro, e in te si allieranno quanti amano il tuo nome.

¹³ Signore, tu benedirai il giusto:
come di uno scudo del tuo compiacimento ci hai circondato.

6

¹ *Per la fine. Tra gli inni; per l'ottavo giorno. Salmo di Davide.*

² Signore, nel tuo sdegno non accusarmi,
non castigarmi nel tuo furore.

³ Pietà di me, Signore: perché vengo meno;
risanami, Signore: sono sconvolte le mie ossa.

⁴ L'anima mia è tutta sconvolta:
ma tu, Signore, fino a quando...?

⁵ Volgiti, Signore, libera l'anima mia,
salvami per la tua misericordia.

⁶ Nessuno tra i morti, infatti, ti ricorda.
e non c'è negli inferi chi confesserà la tua lode?

⁷ Sono stremato dai lunghi lamenti,
ogni notte inondo di pianto il mio giaciglio,
irroro di lacrime il mio letto.

⁸ I miei occhi si consumano nel dolore,
invecchio fra tanti miei oppressori.

⁹ Via da me voi tutti che fate il male,
il Signore ascolta la voce del mio pianto.

¹⁰ Il Signore ascolta la mia supplica,
il Signore accoglie la mia preghiera.

¹¹ Arrossiscano e tremino i miei nemici,
confusi, indietreggino all'istante.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 3

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin

7

¹*Lamento che Davide rivolse al Signore per le parole di Cus il Beniaminita.*

²Signore, mio Dio, in te mi rifugio:
salvami e liberami da chi mi perseguita,
³perché non mi sbrani come un leone,
non mi sbrani senza che alcuno mi salvi.

⁴Signore mio Dio, se così ho agito:
se c'è iniquità sulle mie mani,
⁵se ho ripagato il mio amico con il male,
se a torto ho spogliato i miei avversari,
⁶il nemico m'insegua e mi raggiunga,
calpesti a terra la mia vita
e trascini nella polvere il mio onore.

⁷Sorgi, Signore, nel tuo sdegno,
levati contro il furore dei nemici,
alzati per il giudizio che hai stabilito.

⁸L'assemblea dei popoli ti circonda:
dall'alto volgiti contro di essa.

⁹Il Signore decide la causa dei popoli:
giudicami, Signore, secondo la mia giustizia,
secondo la mia innocenza, o Altissimo.

¹⁰Poni fine al male degli empi;
rafforza l'uomo retto,
tu che provi mente e cuore, Dio giusto.

¹¹La mia difesa è nel Signore,
egli salva i retti di cuore.

¹²Dio è giudice giusto,
ogni giorno si accende il suo sdegno.

¹³Non torna forse ad affilare la spada,
a tendere e puntare il suo arco?

¹⁴Si prepara strumenti di morte,
arroventa le sue frecce.

¹⁵Ecco, l'empio produce ingiustizia,
concepisce malizia, partorisce menzogna.

¹⁶Egli scava un pozzo profondo
e cade nella fossa che ha fatto;

¹⁷la sua malizia ricade sul suo capo,
la sua violenza gli piomba sulla testa.

¹⁸Loderò il Signore per la sua giustizia
e canterò il nome di Dio, l'Altissimo.

8

¹*Al maestro di coro. Sul canto: "I Torchi...". Salmo. Di Davide.*

²O Signore, nostro Dio,
 quanto è grande il tuo nome su tutta la terra:
 sopra i cieli si innalza la tua magnificenza.
³Con la bocca dei bimbi e dei lattanti
 affermi la tua potenza contro i tuoi avversari,
 per ridurre al silenzio nemici e ribelli.
⁴Se guardo il tuo cielo, opera delle tue dita,
 la luna e le stelle che tu hai fissate,
⁵che cosa è l'uomo perché te ne ricordi
 e il figlio dell'uomo perché te ne curi?

⁶Eppure l'hai fatto poco meno degli angeli,
 di gloria e di onore lo hai coronato:
⁷gli hai dato potere sulle opere delle tue mani,
 tutto hai posto sotto i suoi piedi;
⁸tutti i greggi e gli armenti,
 tutte le bestie della campagna;
⁹Gli uccelli del cielo e i pesci del mare,
 che percorrono le vie del mare.

¹⁰O Signore, nostro Dio,
 quanto è grande il tuo nome su tutta la terra.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (tre volte con tre piccole prosternazioni)

Katisma 2

Stasi 1

9

¹*Al maestro del coro. In sordina. Salmo. Di Davide.*

²Loderò il Signore con tutto il cuore
 e annunzierò tutte le tue meraviglie.
³Gioisco in te ed esulto,
 canto inni al tuo nome, o Altissimo.
⁴Mentre i miei nemici retrocedono,
 davanti a te inciampano e periscono,

⁵perché hai sostenuto il mio diritto e la mia causa;
siedi in trono giudice giusto.

⁶Hai minacciato le nazioni, hai sterminato l'empio,
il loro nome hai cancellato in eterno, per sempre.

⁷Per sempre sono abbattute le fortezze del nemico,
è scomparso il ricordo delle città che hai distrutte.

⁸Ma il Signore sta assiso in eterno;
erige per il giudizio il suo trono:

⁹giudicherà il mondo con giustizia,
con rettitudine deciderà le cause dei popoli.

¹⁰Il Signore sarà un riparo per l'oppresso,
in tempo di angoscia un rifugio sicuro.

¹¹Confidino in te quanti conoscono il tuo nome,
perché non abbandoni chi ti cerca, Signore.

¹²Cantate inni al Signore, che abita in Sion,
narrate tra i popoli le sue opere.

¹³Vindice del sangue, egli ricorda,
non dimentica il grido degli afflitti.

¹⁴Abbi pietà di me, Signore,
vedi la mia miseria, opera dei miei nemici,
tu che mi strappi dalle soglie della morte,

¹⁵perché possa annunziare le tue lodi,
esultare per la tua salvezza
alle porte della città di Sion.

¹⁶Sprofondano i popoli nella fossa che hanno scavata,
nella rete che hanno teso si impiglia il loro piede.

¹⁷Il Signore si è manifestato, ha fatto giustizia;
l'empio è caduto nella rete, opera delle sue mani.

¹⁸Tornino gli empi negli inferi,
tutti i popoli che dimenticano Dio.

¹⁹Perché il povero non sarà dimenticato,
la speranza degli afflitti non resterà delusa.

²⁰Sorgi, Signore, non prevalga l'uomo:
davanti a te siano giudicate le genti.

²¹Riempile di spavento, Signore,
sappiano le genti che sono mortali.

²²Perché, Signore, stai lontano, *(10 per gli EBREI)*
nel tempo dell'angoscia ti nascondi?

²³Il misero soccombe all'orgoglio dell'empio
e cade nelle insidie tramate.

²⁴L'empio si vanta delle sue brame,
l'avaro maledice, disprezza Dio.

²⁵L'empio insolente disprezza il Signore:
"Dio non se ne cura: Dio non esiste";
questo è il suo pensiero.

²⁶Le sue imprese riescono sempre.
Son troppo in alto per lui i tuoi giudizi:
disprezza tutti i suoi avversari.

²⁷Egli pensa: "Non sarò mai scosso,
vivrò sempre senza sventure".

²⁸Di spergiuri, di frodi e d'inganni ha piena la bocca,
sotto la sua lingua sono iniquità e sopruso.

²⁹Sta in agguato dietro le siepi,
dai nascondigli uccide l'innocente.

³⁰I 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.

³¹Infierisce di colpo sull'oppresso,
cadono gl'infelici sotto la sua violenza.

³²Egli pensa: "Dio dimentica,
nasconde il volto, non vede più nulla".

³³Sorgi, Signore, alza la tua mano,
non dimenticare i miseri.

³⁴Perché l'empio disprezza Dio
e pensa: "Non ne chiederà conto"?

³⁵Eppure 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;

³⁶Punisci il suo peccato e più non lo trovi.

³⁷Il Signore è re in eterno, per sempre:
dalla sua terra sono scomparse le genti.

³⁸Tu accogli, Signore, il desiderio dei miseri,
rafforzi i loro cuori, porgi l'orecchio

³⁹per far giustizia all'orfano e all'oppresso;
e non incuta più terrore l'uomo fatto di terra.

10

¹*Al maestro del coro. Di Davide.*

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

²Ecco, gli empi tendono l'arco,

aggiustano la freccia sulla corda
 per colpire nel buio i retti di cuore.
³Quando sono scosse le fondamenta,
 il giusto che cosa può fare?
⁴Ma 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.
⁵Il Signore scruta giusti ed empi,
 egli odia chi ama la violenza.
⁶Farà piovere sugli empi
 brace, fuoco e zolfo,
 vento bruciante toccherà loro in sorte;
⁷Giusto è il Signore, ama le cose giuste;
 gli uomini retti vedranno il suo volto.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
 piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Stasi 2

11

¹*Al maestro del coro. Sull'ottava. Salmo. Di Davide.*

²Salvami, Signore! Non c'è più un uomo fedele;
 è scomparsa la fedeltà tra i figli dell'uomo.
³Si dicono menzogne l'uno all'altro,
 labbra bugiarde parlano con cuore doppio.

⁴Recida il Signore le labbra bugiarde,
 la lingua che dice parole arroganti,
⁵quanti dicono: "Per la nostra lingua siamo forti,
 ci difendiamo con le nostre labbra:
 chi sarà nostro padrone?".

⁶Per l'oppressione dei miseri e il gemito dei poveri,
 io sorgerò - dice il Signore -
 metterò in salvo chi è disprezzato".

⁷I detti del Signore sono puri,
 argento raffinato nel crogiuolo,
 purificato nel fuoco sette volte.

⁸Tu, o Signore, ci custodirai,
 ci guarderai da questa gente per sempre.
⁹Mentre gli empi si aggirano intorno,
 emergono i peggiori tra gli uomini.

12

¹*Al maestro del coro. Salmo. Di Davide.*

²Fino a quando, Signore, continuerai a dimenticarmi?
 Fino a quando mi nasconderai il tuo volto?
³Fino a quando nell'anima mia proverò affanni,
 tristezza nel cuore ogni momento?
 Fino a quando su di me trionferà il nemico?

⁴Guarda, rispondimi, Signore mio Dio,
 conserva la luce ai miei occhi,
 perché non mi sorprenda il sonno della morte,
⁵perché il mio nemico non dica: "L'ho vinto!"
 e non esultino i miei avversari quando vacillo.

⁶Nella tua misericordia ho confidato.
 Gioisca il mio cuore nella tua salvezza
 e canti al Signore, che mi ha beneficato.

13

¹*Al maestro del coro. Di Davide.*

Lo stolto pensa: "Non c'è Dio".
 Sono corrotti, fanno cose abominevoli:
 nessuno più agisce bene.

²Il Signore dal cielo si china sugli uomini
 per vedere se esista un saggio:
 se c'è uno che cerchi Dio.

³Tutti hanno traviato, sono tutti corrotti;
 più nessuno fa il bene, neppure uno.

⁴Non comprendono nulla tutti i malvagi,
 che divorano il mio popolo come il pane?

⁵Non invocano Dio: tremeranno di spavento,
 perché Dio è con la stirpe del giusto.

⁶Volete confondere le speranze del misero,
 ma il Signore è il suo rifugio.

⁷Venga da Sion la salvezza d'Israele!
 Quando il Signore ricondurrà il suo popolo,
 esulterà Giacobbe e gioirà Israele.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Kirie eleiison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 3

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn

14

¹*Salmo. Di Davide.*

Signore, chi abiterà nella tua tenda?

Chi dimorerà sul tuo santo monte?

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

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

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

Anche se giura a suo danno, non cambia;

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

Colui che agisce in questo modo
resterà saldo per sempre.

15

¹*Miktam. Di Davide.*

Proteggimi, o Dio: in te mi rifugio.

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

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

⁴Si affrettino altri a costruire idoli:
io non spanderò le loro libazioni di sangue
né pronunzierò con le mie labbra i loro nomi.

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

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

⁷Benedico il Signore che mi ha dato consiglio;
anche di notte il mio cuore mi istruisce.

⁸Io pongo sempre innanzi a me il Signore,
sta alla mia destra, non posso vacillare.

⁹Di questo gioisce il mio cuore,
esulta la mia anima;
anche il mio corpo riposa al sicuro,

¹⁰perché non abbandonerai la mia vita nel sepolcro,
né lascerai che il tuo santo veda la corruzione.

¹¹Mi indicherai il sentiero della vita,
gioia piena nella tua presenza,
dolcezza senza fine alla tua destra.

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

16

¹*Preghiera. Di Davide.*

Accogli, Signore, la causa del giusto,
sii attento al mio grido.

Porgi l'orecchio alla mia preghiera:
sulle mie labbra non c'è inganno.

²Venga da te la mia sentenza,
i tuoi occhi vedano la giustizia.

³Saggia il mio cuore, scrutalo di notte,
provami al fuoco, non troverai malizia.

La mia bocca non si è resa colpevole,

⁴secondo l'agire degli uomini;
seguendo la parola delle tue labbra,
ho evitato i sentieri del violento.

⁵Sulle tue vie tieni saldi i miei passi
e i miei piedi non vacilleranno.

⁶Io t'invoco, mio Dio: dammi risposta;
porgi l'orecchio, ascolta la mia voce,

⁷mostrami i prodigi del tuo amore:
tu che salvi dai nemici
chi si affida alla tua destra.

⁸Custodiscimi come pupilla degli occhi,
proteggimi all'ombra delle tue ali,

⁹di fronte agli empi che mi opprimono,
ai nemici che mi accerchiano.

¹⁰Essi hanno chiuso il loro cuore,
 le loro bocche parlano con arroganza.
¹¹Eccoli, avanzano, mi circondano,
 puntano gli occhi per abbattermi;
¹²simili a un leone che brama la preda,
 a un leoncello che si apposta in agguato.
¹³Sorgi, Signore, affrontalo, abbattilo;
 con la tua spada scampami dagli empi,
¹⁴con 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.
¹⁵Ma io per la giustizia contemplerò il tuo volto,
 al risveglio mi sazierò della tua presenza.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Katisma 3

Stasi 1

17

¹*Al maestro del coro. Di Davide, servo del Signore, che rivolse al Signore le parole di questo canto, quando il Signore lo liberò dal potere di tutti i suoi nemici, ² e dalla mano di Saul. Disse dunque:*

Ti amo, Signore, mia forza,
³Signore, mia roccia, mia fortezza, mio liberatore;
 mio Dio, mia rupe, in cui trovo riparo;
 mio scudo e baluardo, mia potente salvezza.
⁴Invoco il Signore, degno di lode,
 e sarò salvato dai miei nemici.

⁵Mi circondavano flutti di morte,
 mi travolgevano torrenti impetuosi;

⁶già mi avvolgevano i lacci degli inferi,
già mi stringevano agguati mortali.

⁷Nel 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.

⁸La terra tremò e si scosse;
vacillarono le fondamenta dei monti,
si scossero perché egli era sdegnato.

⁹Dalle sue narici saliva fumo,
dalla sua bocca un fuoco divorante;
da lui sprizzavano carboni ardenti.

¹⁰Abbassò i cieli e discese,
fosca caligine sotto i suoi piedi.

¹¹Cavalcava un cherubino e volava,
si librava sulle ali del vento.

¹²Si avvolgeva di tenebre come di velo,
acque oscure e dense nubi lo coprivano.

¹³Davanti al suo fulgore si dissipavano le nubi
con grandine e carboni ardenti.

¹⁴Il Signore tuonò dal cielo,
l'Altissimo fece udire la sua voce:
grandine e carboni ardenti.

¹⁵Scagliò saette e li disperse,
fulminò con folgori e li sconfisse.

¹⁶Allora apparve il fondo del mare,
si scoprirono le fondamenta del mondo,
per la tua minaccia, Signore,
per lo spirare del tuo furore.

¹⁷Stese la mano dall'alto e mi prese,
mi sollevò dalle grandi acque,

¹⁸mi liberò da nemici potenti,
da coloro che mi odiavano
ed erano più forti di me.

¹⁹Mi assalirono nel giorno di sventura,
ma il Signore fu mio sostegno;

²⁰mi portò al largo,
mi liberò perché mi vuol bene.

²¹Il Signore mi tratta secondo la mia giustizia,
mi ripaga secondo l'innocenza delle mie mani;

²²perché ho custodito le vie del Signore,
non ho abbandonato empivamente il mio Dio.

²³I suoi giudizi mi stanno tutti davanti,
non ho respinto da me la sua legge;

²⁴ma integro sono stato con lui
e mi sono guardato dalla colpa.

²⁵Il Signore mi rende secondo la mia giustizia,
secondo l'innocenza delle mie mani davanti ai suoi occhi.

²⁶Con l'uomo buono tu sei buono
con l'uomo integro tu sei integro,

²⁷con l'uomo puro tu sei puro,
con il perverso tu sei astuto.

²⁸Perché tu salvi il popolo degli umili,
ma abbassi gli occhi dei superbi.

²⁹Tu, Signore, sei luce alla mia lampada;
il mio Dio rischiara le mie tenebre.

³⁰Con te mi lancerò contro le schiere,
con il mio Dio scavalcherò le mura.

³¹La via di Dio è diritta,

la parola del Signore è provata al fuoco;
egli è scudo per chi in lui si rifugia.

³²Infatti, chi è Dio, se non il Signore?
O chi è rupe, se non il nostro Dio?

³³Il Dio che mi ha cinto di vigore
e ha reso integro il mio cammino;

³⁴mi ha dato agilità come di cerve,
sulle alture mi ha fatto stare saldo;

³⁵ha addestrato le mie mani alla battaglia,
le mie braccia a tender l'arco di bronzo.

³⁶Tu mi hai dato il tuo scudo di salvezza,
la tua destra mi ha sostenuto,

la tua bontà mi ha fatto crescere.

³⁷Hai spianato la via ai miei passi,
i miei piedi non hanno vacillato.

³⁸Ho inseguito i miei nemici e li ho raggiunti,
non sono tornato senza averli annientati.

³⁹Li ho colpiti e non si sono rialzati,
sono caduti sotto i miei piedi.

⁴⁰Tu mi hai cinto di forza per la guerra,
hai piegato sotto di me gli avversari.

⁴¹Dei nemici mi hai mostrato le spalle,
hai disperso quanti mi odiavano.

⁴²Hanno gridato e nessuno li ha salvati,
al Signore, ma non ha risposto.

⁴³Come polvere al vento li ho dispersi,
calpestati come fango delle strade.

⁴⁴Mi hai scampato dal popolo in rivolta,
mi hai posto a capo delle nazioni.

Un popolo che non conoscevo mi ha servito;
⁴⁵all'udirmi, subito mi obbedivano,
 stranieri cercavano il mio favore,
⁴⁶impallidivano uomini stranieri
 e uscivano tremanti dai loro nascondigli.

⁴⁷Viva il Signore e benedetta la mia rupe,
 sia esaltato il Dio della mia salvezza.

⁴⁸Dio, tu mi accordi la rivincita
 e sottometti i popoli al mio giogo,
⁴⁹mi scampi dai nemici furenti,
 dei miei avversari mi fai trionfare
 e mi liberi dall'uomo violento.

⁵⁰Per questo, Signore, ti loderò tra i popoli
 e canterò inni di gioia al tuo nome.

⁵¹Egli concede al suo re grandi vittorie,
 si mostra fedele al suo consacrato,
 a Davide e alla sua discendenza per sempre.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
 piccole prosternazioni*)

Kirie eleiison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 2

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn

18

¹*Al maestro del coro. Salmo. Di Davide.*

²I cieli narrano la gloria di Dio,
 e l'opera delle sue mani annunzia il firmamento.

³Il giorno al giorno ne affida il messaggio
 e la notte alla notte ne trasmette notizia.

⁴Non è linguaggio e non sono parole,
 di cui non si oda il suono.

⁵Per tutta la terra si diffonde la loro voce
 e ai confini del mondo la loro parola.

⁶Là pose una tenda per il sole
che esce come sposo dalla stanza nuziale,
esulta come prode che percorre la via.

⁷Egli sorge da un estremo del cielo
e la sua corsa raggiunge l'altro estremo:
nulla si sottrae al suo calore.

⁸La legge del Signore è perfetta,
rinfranca l'anima;
la testimonianza del Signore è verace,
rende saggio il semplice.

⁹Gli ordini del Signore sono giusti,
fanno gioire il cuore;
i comandi del Signore sono limpidi,
danno luce agli occhi.

¹⁰Il timore del Signore è puro, dura sempre;
i giudizi del Signore sono tutti fedeli e giusti,
¹¹più preziosi dell'oro, di molto oro fino,
più dolci del miele e di un favo stillante.

¹²Anche il tuo servo in essi è istruito,
per chi li osserva è grande il profitto.

¹³Le inavvertenze chi le discerne?
Assolvimi dalle colpe che non vedo.

¹⁴Anche dall'orgoglio salva il tuo servo
perché su di me non abbia potere;
allora sarò irreprensibile,
sarò puro dal grande peccato.

¹⁵Ti siano gradite le parole della mia bocca,
davanti a te i pensieri del mio cuore.
Signore, mia rupe e mio redentore.

19

¹*Al maestro del coro. Salmo. Di Davide.*

²Ti ascolti il Signore nel giorno della prova,
ti protegga il nome del Dio di Giacobbe.

³Ti mandi l'aiuto dal suo santuario
e dall'alto di Sion ti sostenga.

⁴Ricordi tutti i tuoi sacrifici
e gradisca i tuoi olocausti.

⁵Ti conceda secondo il tuo cuore,
faccia riuscire ogni tuo progetto.

⁶Esulteremo per la tua vittoria,
spiegheremo i vessilli in nome del nostro Dio;
adempia il Signore tutte le tue domande.

⁷Ora so che il Signore salva il suo consacrato;
gli ha risposto dal suo cielo santo
con la forza vittoriosa della sua destra.

⁸Chi si vanta dei carri e chi dei cavalli,
noi siamo forti nel nome del Signore nostro Dio.

⁹Quelli si piegano e cadono,
ma noi restiamo in piedi e siamo saldi.

¹⁰Salva il re, o Signore,
rispondici, quando ti invochiamo.

20

¹*Al maestro del coro. Salmo. Di Davide.*

²Signore, il re gioisce della tua potenza,
quanto esulta per la tua salvezza!

³Hai soddisfatto il desiderio del suo cuore,
non hai respinto il voto delle sue labbra.

⁴Gli vieni incontro con larghe benedizioni;
gli poni sul capo una corona di oro fino.

⁵Vita ti ha chiesto, a lui l'hai concessa,
lunghi giorni in eterno, senza fine.

⁶Grande è la sua gloria per la tua salvezza,
lo avvolgi di maestà e di onore;

⁷lo fai oggetto di benedizione per sempre,
lo inondi di gioia dinanzi al tuo volto.

⁸Perché il re confida nel Signore:
per la fedeltà dell'Altissimo non sarà mai scosso.

⁹La tua mano raggiungerà ogni tuo nemico,
la tua destra raggiungerà chiunque ti odia.

¹⁰Ne farai una fornace ardente,
nel giorno in cui ti mostrerai:
il Signore li consumerà nella sua ira,
li divorerà il fuoco.

¹¹Sterminerai dalla terra la loro prole,
la loro stirpe di mezzo agli uomini.

¹²Perché hanno ordito contro di te il male,
hanno tramato insidie, non avranno successo.

¹³Hai fatto loro voltare le spalle,
contro di essi punterai il tuo arco.

¹⁴Alzati, Signore, in tutta la tua forza;
canteremo inni alla tua potenza.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 3

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn

21

¹*Al maestro del coro. Sull'aria: "Cerva dell'aurora". Salmo. Di Davide.*

²Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?

Tu sei lontano dalla mia salvezza":
sono le parole del mio lamento.

³Dio mio, invoco di giorno e non rispondi,
grido di notte e non trovo riposo.

⁴Eppure tu abiti la santa dimora,
tu, lode di Israele.

⁵In te hanno sperato i nostri padri,
hanno sperato e tu li hai liberati;

⁶a te gridarono e furono salvati,
sperando in te non rimasero delusi.

⁷Ma io sono verme, non uomo,
infamia degli uomini, rifiuto del mio popolo.

⁸Mi scherniscono quelli che mi vedono,
storcono le labbra, scuotono il capo:

⁹"Si è affidato al Signore, lui lo scampi;
lo liberi, se è suo amico".

¹⁰Sei tu che mi hai tratto dal grembo,
mi hai fatto riposare sul petto di mia madre.

¹¹Al mio nascere tu mi hai raccolto,
dal grembo di mia madre sei tu il mio Dio.

¹²Da me non stare lontano,
poiché l'angoscia è vicina
e nessuno mi aiuta.

¹³Mi circondano tori numerosi,
mi assediano tori di Basan.

¹⁴Spalancano contro di me la loro bocca
come leone che sbrana e ruggisce.

¹⁵Come acqua sono versato,

sono slogate tutte le mie ossa.

Il mio cuore è come cera,
si fonde in mezzo alle mie viscere.

¹⁶È arido come un coccio il mio palato,
la mia lingua si è incollata alla gola,
su polvere di morte mi hai deposto.

¹⁷Un branco di cani mi circonda,
mi assedia una banda di malvagi;
hanno forato le mie mani e i miei piedi,

¹⁸posso contare tutte le mie ossa.

Essi mi guardano, mi osservano:

¹⁹si dividono le mie vesti,
sul mio vestito gettano la sorte.

²⁰Ma tu, Signore, non stare lontano,
mia forza, accorri in mio aiuto.

²¹Scampami dalla spada,
dalle unghie del cane la mia vita.

²²Salvami dalla bocca del leone
e dalle corna dei bufali.

²³Annunzierò il tuo nome ai miei fratelli,
ti loderò in mezzo all'assemblea.

²⁴Lodate il Signore, voi che lo temete,
gli dia gloria la stirpe di Giacobbe,
lo tema tutta la stirpe di Israele;

²⁵perché 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.

²⁶Sei tu la mia lode nella grande assemblea,
scioglierò i miei voti davanti ai suoi fedeli.

²⁷I poveri mangeranno e saranno saziati,
loderanno il Signore quanti lo cercano:
"Viva il loro cuore per sempre".

²⁸Ricorderanno e torneranno al Signore
tutti i confini della terra,
si prostreranno davanti a lui
tutte le famiglie dei popoli.

²⁹Poiché il regno è del Signore,
egli domina su tutte le nazioni.

³⁰A lui solo si prostreranno quanti dormono sotto terra,
davanti a lui si curveranno
quanti discendono nella polvere.

E io vivrò per lui,

³¹lo servirà la mia discendenza.

Si parlerà del Signore alla generazione che viene;
³²annunzieranno la sua giustizia;
 al popolo che nascerà diranno:
 "Ecco l'opera del Signore!".

22

¹*Salmo. Di Davide.*

Il Signore è il mio pastore:
 non manco di nulla;
²su pascoli erbosi mi fa riposare
 ad acque tranquille mi conduce.
³Mi rinfranca, mi guida per il giusto cammino,
 per amore del suo nome.
⁴Se 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.
⁵Davanti a me tu prepari una mensa
 sotto gli occhi dei miei nemici;
 cospargi di olio il mio capo.
 Il mio calice trabocca.
⁶Felicità e grazia mi saranno compagne
 tutti i giorni della mia vita,
 e abiterò nella casa del Signore
 per lunghissimi anni.

23

¹*Di Davide. Salmo.*

Del Signore è la terra e quanto contiene,
 l'universo e i suoi abitanti.
²È lui che l'ha fondata sui mari,
 e sui fiumi l'ha stabilita.
³Chi salirà il monte del Signore,
 chi starà nel suo luogo santo?
⁴Chi ha mani innocenti e cuore puro,
 chi non pronunzia menzogna,
 chi non giura a danno del suo prossimo.
⁵Otterrà benedizione dal Signore,
 giustizia da Dio sua salvezza.
⁶Ecco la generazione che lo cerca,
 che cerca il tuo volto, Dio di Giacobbe.

⁷Sollevate, porte, i vostri frontali,
alzatevi, porte antiche,
ed entri il re della gloria.

⁸Chi è questo re della gloria?
Il Signore forte e potente,
il Signore potente in battaglia.

⁹Sollevate, porte, i vostri frontali,
alzatevi, porte antiche,
ed entri il re della gloria.

¹⁰Chi è questo re della gloria?
Il Signore degli eserciti è il re della gloria.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Katisma 4

Stasi 1

24

¹Di Davide.

Alef. A te, Signore, elevo l'anima mia,

²Bet. Dio mio, in te confido: non sia confuso!
Non trionfino su di me i miei nemici!

³Ghimel. Chiunque spera in te non resti deluso,
sia confuso chi tradisce per un nulla.

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

⁵He. Guidami nella tua verità e istruiscimi,
perché sei tu il Dio della mia salvezza,
Vau. in te ho sempre sperato.

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

⁷Het. Non ricordare i peccati della mia giovinezza:
ricordati di me nella tua misericordia,
per la tua bontà, Signore.

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

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

¹⁰Caf. Tutti i sentieri del Signore sono verità e grazia per chi osserva il suo patto e i suoi precetti.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

25

¹*Di Davide.*

Signore, fammi giustizia:
nell'integrità ho camminato,
confido nel Signore, non potrò vacillare.

²Scrutami, Signore, e mettimi alla prova,
raffinami al fuoco il cuore e la mente.

³La tua bontà è davanti ai miei occhi
e nella tua verità dirigo i miei passi.

⁴Non siedo con gli uomini mendaci
e non frequento i simulatori.

⁵Odio l'alleanza dei malvagi,
non mi associo con gli empi.

⁶Lavo nell'innocenza le mie mani
e giro attorno al tuo altare, Signore,
⁷per far risuonare voci di lode
e per narrare tutte le tue meraviglie.
⁸Signore, amo la casa dove dimori
e il luogo dove abita la tua gloria.

⁹Non travolgermi insieme ai peccatori,
con gli uomini di sangue non perder la mia vita,
¹⁰perché nelle loro mani è la perfidia,
la loro destra è piena di regali.
¹¹Integro è invece il mio cammino;
riscattami e abbi misericordia.
¹²Il mio piede sta su terra piana;
nelle assemblee benedirò il Signore.

26

¹*Di Davide.*

Il Signore è mia luce e mia salvezza,
di chi avrò paura?
Il Signore è difesa della mia vita,
di chi avrò timore?
²Quando mi assalgono i malvagi
per straziarmi la carne,
sono essi, avversari e nemici,
a inciampare e cadere.

³Se contro di me si accampa un esercito,
il mio cuore non teme;
se contro di me divampa la battaglia,
anche allora ho fiducia.

⁴Una 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.

⁵Egli mi offre un luogo di rifugio
nel giorno della sventura.
Mi nasconde nel segreto della sua dimora,
mi solleva sulla rupe.

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

immolerò nella sua casa sacrifici d'esultanza,
inni di gioia canterò al Signore.

⁷Ascolta, Signore, la mia voce.

Io grido: abbi pietà di me! Rispondimi.

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

⁹Non nascondermi il tuo volto,
non respingere con ira il tuo servo.

Sei tu il mio aiuto, non lasciarmi,
non abbandonarmi, Dio della mia salvezza.

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

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

¹²Non espormi alla brama dei miei avversari;
contro di me sono insorti falsi testimoni
che spirano violenza.

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

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

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
piccole prosternazioni*)

Kirie eleiison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 2

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn

27

¹*Di Davide.*

A te grido, Signore;
non restare in silenzio, mio Dio,
perché, se tu non mi parli,
io sono come chi scende nella fossa.

²Ascolta la voce della mia supplica,
quando ti grido aiuto,
quando alzo le mie mani
verso il tuo santo tempio.

³Non travolgermi con gli empi,
con quelli che operano il male.
Parlano di pace al loro prossimo,
ma hanno la malizia nel cuore.

⁴Ripagali secondo la loro opera
e la malvagità delle loro azioni.
Secondo le opere delle loro mani,
rendi loro quanto meritano.

⁵Poiché non hanno compreso l'agire del Signore
e le opere delle sue mani,
egli li abbatta e non li rialzi.

⁶Sia benedetto il Signore,
che ha dato ascolto alla voce della mia preghiera;

⁷il 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.

⁸Il Signore è la forza del suo popolo,
rifugio di salvezza del suo consacrato.

⁹Salva il tuo popolo e la tua eredità benedici,
guidali e sostienili per sempre.

28

¹*Salmo. Di Davide.*

Date al Signore, figli di Dio,
date al Signore gloria e potenza.

²Date al Signore la gloria del suo nome,
prostratevi al Signore in santi ornamenti.

³Il Signore tuona sulle acque,
il Dio della gloria scatena il tuono,
il Signore, sull'immensità delle acque.

⁴Il Signore tuona con forza,
tuona il Signore con potenza.

⁵Il tuono del Signore schianta i cedri,
il Signore schianta i cedri del Libano.

⁶Fa balzare come un vitello il Libano
e il Sirion come un giovane bufalo.

⁷Il tuono saetta fiamme di fuoco,
⁸il tuono scuote la steppa,
 il Signore scuote il deserto di Kades.
⁹Il tuono fa partorire le cerva
 e spoglia le foreste.
 Nel suo tempio tutti dicono: "Gloria!".

¹⁰Il Signore è assiso sulla tempesta,
 il Signore siede re per sempre.
¹¹Il Signore darà forza al suo popolo
 benedirà il suo popolo con la pace.

29

¹*Salmo. Canto per la festa della dedicazione del tempio. Di Davide.*

²Ti esalterò, Signore, perché mi hai liberato
 e su di me non hai lasciato esultare i nemici.
³Signore Dio mio,
 a te ho gridato e mi hai guarito.
⁴Signore, mi hai fatto risalire dagli inferi,
 mi hai dato vita perché non scendessi nella tomba.

⁵Cantate inni al Signore, o suoi fedeli,
 rendete grazie al suo santo nome,
⁶perché la sua collera dura un istante,
 la sua bontà per tutta la vita.
 Alla sera sopraggiunge il pianto
 e al mattino, ecco la gioia.

⁷Nella mia prosperità ho detto:
 "Nulla mi farà vacillare!"
⁸Nella tua bontà, o Signore,
 mi hai posto su un monte sicuro;
 ma quando hai nascosto il tuo volto,
 io sono stato turbato.
⁹A te grido, Signore,
 chiedo aiuto al mio Dio.

¹⁰Quale vantaggio dalla mia morte,
 dalla mia discesa nella tomba?
 Ti potrà forse lodare la polvere
 e proclamare la tua fedeltà?
¹¹Ascolta, Signore, abbi misericordia,
 Signore, vieni in mio aiuto.

¹²Hai mutato il mio lamento in danza,
la mia veste di sacco in abito di gioia,
¹³perché io possa cantare senza posa.

Signore, mio Dio, ti loderò per sempre.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Kirie eleiison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 3

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin

30

¹*Al maestro del coro. Salmo. Di Davide.*

²In te, Signore, mi sono rifugiato,
mai sarò deluso;
per la tua giustizia salvami.

³Porgi a me l'orecchio,
vieni presto a liberarmi.
Sii per me la rupe che mi accoglie,
la cinta di riparo che mi salva.

⁴Tu sei la mia roccia e il mio baluardo,
per il tuo nome dirigi i miei passi.

⁵Scioglimi dal laccio che mi hanno teso,
perché sei tu la mia difesa.

⁶Mi affido alle tue mani;
tu mi riscatti, Signore, Dio fedele.

⁷Tu detesti chi serve idoli falsi,
ma io ho fede nel Signore.

⁸Esulterò di gioia per la tua grazia,
perché hai guardato alla mia miseria,
hai conosciuto le mie angosce;

⁹non mi hai consegnato nelle mani del nemico,
hai guidato al largo i miei passi.

¹⁰Abbi pietà di me, Signore, sono nell'affanno;
per il pianto si struggono i miei occhi,
la mia anima e le mie viscere.

¹¹Si 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.

¹²Sono l'obbrobrio dei miei nemici,
il disgusto dei miei vicini,
l'orrore dei miei conoscenti;
chi mi vede per strada mi sfugge.

¹³Sono caduto in oblio come un morto,
sono divenuto un rifiuto.

¹⁴Se odo la calunnia di molti, il terrore mi circonda;
quando insieme contro di me congiurano,
tramano di togliermi la vita.

¹⁵Ma io confido in te, Signore;
dico: "Tu sei il mio Dio,

¹⁶nelle tue mani sono i miei giorni".
Liberami dalla mano dei miei nemici,
dalla stretta dei miei persecutori:

¹⁷fa' splendere il tuo volto sul tuo servo,
salvami per la tua misericordia.

¹⁸Signore, ch'io non resti confuso, perché ti ho invocato;
siano confusi gli empi, tacciano negli inferi.

¹⁹Fa' tacere le labbra di menzogna,
che dicono insolenze contro il giusto
con orgoglio e disprezzo.

²⁰Quanto 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.

²¹Tu li nascondi al riparo del tuo volto,
lontano dagli intrighi degli uomini;
li metti al sicuro nella tua tenda,
lontano dalla rissa delle lingue.

²²Benedetto il Signore,
che ha fatto per me meraviglie di grazia
in una fortezza inaccessibile.

²³Io dicevo nel mio sgomento:
"Sono escluso dalla tua presenza".
Tu invece hai ascoltato la voce della mia preghiera
quando a te gridavo aiuto.

²⁴Amate il Signore, voi tutti suoi santi;
 il Signore protegge i suoi fedeli
 e ripaga oltre misura l'orgoglioso.
²⁵Siate forti, riprendete coraggio,
 o voi tutti che sperate nel Signore.

31

¹*Di Davide. Maskil.*

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

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

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

⁴Giorno e notte pesava su di me la tua mano,
 come per arsura d'estate inaridiva il mio vigore.

⁵Ti 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.

⁶Per questo ti prega ogni fedele
 nel tempo dell'angoscia.
 Quando irromperanno grandi acque
 non lo potranno raggiungere.

⁷Tu sei il mio rifugio, mi preservi dal pericolo,
 mi circondi di esultanza per la salvezza.

⁸Ti farò saggio, t'indicherò la via da seguire;
 con gli occhi su di te, ti darò consiglio.

⁹Non 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.

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

¹¹Gioite nel Signore ed esultate, giusti,
 giubilate, voi tutti, retti di cuore. Gloria al Padre e al
 Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
 piccole prosternazioni*)

Katisma 5

Stasi 1

32

- ¹Esultate, giusti, nel Signore;
ai retti si addice la lode.
- ²Lodate il Signore con la cetra,
con l'arpa a dieci corde a lui cantate.
- ³Cantate al Signore un canto nuovo,
suonate la cetra con arte e acclamate.
- ⁴Poiché retta è la parola del Signore
e fedele ogni sua opera.
- ⁵Egli ama il diritto e la giustizia,
della sua grazia è piena la terra.
- ⁶Dalla parola del Signore furono fatti i cieli,
dal soffio della sua bocca ogni loro schiera.
- ⁷Come in un otre raccoglie le acque del mare,
chiude in riserve gli abissi.
- ⁸Tema il Signore tutta la terra,
tremino davanti a lui gli abitanti del mondo,
- ⁹perché egli parla e tutto è fatto,
comanda e tutto esiste.
- ¹⁰Il Signore annulla i disegni delle nazioni,
rende vani i progetti dei popoli.
- ¹¹Ma il piano del Signore sussiste per sempre,
i pensieri del suo cuore per tutte le generazioni.
- ¹²Beata la nazione il cui Dio è il Signore,
il popolo che si è scelto come erede.
- ¹³Il Signore guarda dal cielo,
egli vede tutti gli uomini.
- ¹⁴Dal luogo della sua dimora
scruta tutti gli abitanti della terra,
- ¹⁵lui che, solo, ha plasmato il loro cuore
e comprende tutte le loro opere.
- ¹⁶Il re non si salva per un forte esercito
né il prode per il suo grande vigore.
- ¹⁷Il cavallo non giova per la vittoria,
con tutta la sua forza non potrà salvare.
- ¹⁸Ecco, l'occhio del Signore veglia su chi lo teme,
su chi spera nella sua grazia,
- ¹⁹per liberarlo dalla morte
e nutrirlo in tempo di fame.

²⁰L'anima nostra attende il Signore,
egli è nostro aiuto e nostro scudo.

²¹In lui gioisce il nostro cuore
e confidiamo nel suo santo nome.

²²Signore, sia su di noi la tua grazia,
perché in te speriamo.

33

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

¹¹Caf. I ricchi impoveriscono e hanno fame,
ma chi cerca il Signore non manca di nulla.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

²³Il Signore riscatta la vita dei suoi servi,
chi in lui si rifugia non sarà condannato.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 2

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin

34

¹Di Davide.

Signore, giudica chi mi accusa,
combatti chi mi combatte.

²Afferra i tuoi scudi
e sorgi in mio aiuto.

³Vibra la lancia e la scure
contro chi mi insegue,
dimmi: "Sono io la tua salvezza".

⁴Siano confusi e coperti di ignominia
quelli che attentano alla mia vita;
retrocedano e siano umiliati
quelli che tramano la mia sventura.

⁵Siano come pula al vento
e l'angelo del Signore li incalzi;

⁶la loro strada sia buia e scivolosa
quando li insegue l'angelo del Signore.

⁷Poiché senza motivo mi hanno teso una rete,
senza motivo mi hanno scavato una fossa.

⁸Li colga la bufera improvvisa,
li catturi la rete che hanno tesa,
siano travolti dalla tempesta.

⁹Io invece esulterò nel Signore
per la gioia della sua salvezza.

¹⁰Tutte le mie ossa dicano:

"Chi è come te, Signore,
che liberi il debole dal più forte,
il misero e il povero dal predatore?"

¹¹Sorgevano testimoni violenti,
mi interrogavano su ciò che ignoravo,

¹²mi rendevano male per bene:
una desolazione per la mia vita.

¹³Io, quand'erano malati, vestivo di sacco,
mi affliggevo col digiuno,
riecheggia nel mio petto la mia preghiera.

¹⁴Mi angustiavo come per l'amico, per il fratello,
come in lutto per la madre mi prostravo nel dolore.

¹⁵Ma essi godono della mia caduta, si radunano,
si radunano contro di me per colpirmi all'improvviso.
Mi dilanano senza posa,

¹⁶mi mettono alla prova, scherno su scherno,
contro di me digrignano i denti.

¹⁷Fino a quando, Signore, starai a guardare?
Libera la mia vita dalla loro violenza,
dalle zanne dei leoni l'unico mio bene.

¹⁸Ti loderò nella grande assemblea,
ti celebrerò in mezzo a un popolo numeroso.

¹⁹Non esultino su di me i nemici bugiardi,
non strizzi l'occhio chi mi odia senza motivo.

²⁰Poiché essi non parlano di pace,
contro gli umili della terra tramano inganni.

²¹Spalancano contro di me la loro bocca;
dicono con scherno: "Abbiamo visto con i nostri occhi!"

²²Signore, tu hai visto, non tacere;
Dio, da me non stare lontano.

²³Dèstati, svègliati per il mio giudizio,
per la mia causa, Signore mio Dio.

²⁴Giudicami secondo la tua giustizia, Signore mio Dio,
e di me non abbiano a gioire.

²⁵Non pensino in cuor loro: "Siamo soddisfatti!".
Non dicano: "Lo abbiamo divorato".

²⁶Sia confuso e svergognato chi gode della mia sventura,
sia coperto di vergogna e d'ignominia chi mi insulta.

²⁷Esulti e gioisca chi ama il mio diritto,
dica sempre: "Grande è il Signore
che vuole la pace del suo servo".

²⁸La mia lingua celebrerà la tua giustizia,
canterà la tua lode per sempre.

35

¹*Al maestro del coro. Di Davide servo del Signore.*

²Nel cuore dell'empio parla il peccato,
davanti ai suoi occhi non c'è timor di Dio.

³Poiché egli si illude con se stesso
nel ricercare la sua colpa e detestarla.

⁴Inique e fallaci sono le sue parole,
rifiuta di capire, di compiere il bene.

⁵Iniquità trama sul suo giaciglio,
si ostina su vie non buone,
via da sé non respinge il male.

⁶Signore, la tua grazia è nel cielo,
la tua fedeltà fino alle nubi;

⁷la tua giustizia è come i monti più alti,
il tuo giudizio come il grande abisso:
uomini e bestie tu salvi, Signore.

⁸Quanto è preziosa la tua grazia, o Dio!
Si rifugiano gli uomini all'ombra delle tue ali,
⁹si saziano dell'abbondanza della tua casa
e li disseti al torrente delle tue delizie.

¹⁰È in te la sorgente della vita,
alla tua luce vediamo la luce.

¹¹Concedi la tua grazia a chi ti conosce,
la tua giustizia ai retti di cuore.

¹²Non mi raggiunga il piede dei superbi,
non mi disperda la mano degli empi.

¹³Ecco, sono caduti i malfattori,
abbattuti, non possono rialzarsi.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 3

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn

36

¹*Di Davide.*

Alef. Non adirarti contro gli empi
non invidiare i malfattori.

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

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

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

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

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

⁷Dalet. Sta' in silenzio davanti al Signore e spera in lui;
non irritarti per chi ha successo,
per l'uomo che trama insidie.

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

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

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

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

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

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

¹⁴Het. Gli empi sfoderano la spada
e tendono l'arco

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

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

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

¹⁷perché le braccia degli empi saranno spezzate,
ma il Signore è il sostegno dei giusti.

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

¹⁹Non saranno confusi nel tempo della sventura
e nei giorni della fame saranno saziati.

²⁰Caf. Poiché gli empi periranno,
i nemici del Signore appassiranno
come lo splendore dei prati,
tutti come fumo svaniranno.

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

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

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

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

²⁵Nun. Sono stato fanciullo e ora sono vecchio,
non ho mai visto il giusto abbandonato
né i suoi figli mendicare il pane.

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

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

²⁸Perché il Signore ama la giustizia
e non abbandona i suoi fedeli;
Ain. gli empi saranno distrutti per sempre
e la loro stirpe sarà sterminata.

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

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

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

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

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

³⁴Kof. Spera nel Signore e segui la sua via:
ti esalterà e tu possederai la terra
e vedrai lo sterminio degli empi.

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

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

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

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

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

⁴⁰il Signore viene in loro aiuto e li scampa,
li libera dagli empi e dà loro salvezza,
perché in lui si sono rifugiati.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amèn.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
piccole prosternazioni*)

Katisma 6

Stasi 1

37

¹*Salmo. Di Davide. In memoria.*

²Signore, non castigarmi nel tuo sdegno,
non punirmi nella tua ira.

³Le tue frecce mi hanno trafitto,
su di me è scesa la tua mano.

⁴Per il tuo sdegno non c'è in me nulla di sano,
nulla è intatto nelle mie ossa per i miei peccati.

⁵Le mie iniquità hanno superato il mio capo,
come carico pesante mi hanno oppresso.

⁶Putride e fetide sono le mie piaghe
a causa della mia stoltezza.

⁷Sono curvo e accasciato,
triste mi aggiro tutto il giorno.

⁸Sono torturati i miei fianchi,
in me non c'è nulla di sano.

⁹Afflitto e sfinito all'estremo,
ruggisco per il fremito del mio cuore.

¹⁰Signore, davanti a te ogni mio desiderio
e il mio gemito a te non è nascosto.

¹¹Palpita il mio cuore,
la forza mi abbandona,
si spegne la luce dei miei occhi.

¹²Amici e compagni si scostano dalle mie piaghe,
i miei vicini stanno a distanza.

¹³Tende lacci chi attenta alla mia vita,
trama insidie chi cerca la mia rovina.
e tutto il giorno medita inganni.

¹⁴Io, come un sordo, non ascolto
e come un muto non apro la bocca;

¹⁵sono come un uomo che non sente e non risponde.

¹⁶In te spero, Signore;
tu mi risponderai, Signore Dio mio.

¹⁷Ho detto: "Di me non godano,
contro di me non si vantino
quando il mio piede vacilla".

¹⁸Poiché io sto per cadere
e ho sempre dinanzi la mia pena.

¹⁹Ecco, confesso la mia colpa,
sono in ansia per il mio peccato.

²⁰I miei nemici sono vivi e forti,
troppi mi odiano senza motivo,

²¹mi pagano il bene col male,
mi accusano perché cerco il bene.

²²Non abbandonarmi, Signore,
Dio mio, da me non stare lontano;

²³accorri in mio aiuto,
Signore, mia salvezza.

Si ripete:

²²Non abbandonarmi, Signore,
Dio mio, da me non stare lontano;

²³accorri in mio aiuto,
Signore, mia salvezza.

¹*Al maestro del coro, Iditun. Salmo. Di Davide.*

²Ho detto: "Veglierò sulla mia condotta
per non peccare con la mia lingua;
porrò un freno alla mia bocca
mentre l'empio mi sta dinanzi".

³Sono rimasto quieto in silenzio: tacevo privo di bene,
la sua fortuna ha esasperato il mio dolore.

⁴Ardeva il cuore nel mio petto,
al ripensarci è divampato il fuoco;
allora ho parlato:

⁵"Rivelami, Signore, la mia fine;
quale sia la misura dei miei giorni
e saprò quanto è breve la mia vita".

⁶Vedi, in pochi palmi hai misurato i miei giorni
e la mia esistenza davanti a te è un nulla.

Solo un soffio è ogni uomo che vive,

⁷come ombra è l'uomo che passa;

solo un soffio che si agita,
accumula ricchezze e non sa chi le raccolga.

⁸Ora, che attendo, Signore?

In te la mia speranza.

⁹Liberami da tutte le mie colpe,
non rendermi scherno dello stolto.

¹⁰Sto in silenzio, non apro bocca,
perché sei tu che agisci.

¹¹Allontana da me i tuoi colpi:
sono distrutto sotto il peso della tua mano.

¹²Castigando il suo peccato tu correggi l'uomo,
corrodi come tarlo i suoi tesori.

Ogni uomo non è che un soffio.

¹³Ascolta 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.

¹⁴Distogli il tuo sguardo, che io respiri,
prima che me ne vada e più non sia.

39

¹*Al maestro del coro. Di Davide. Salmo.*

²Ho sperato: ho sperato nel Signore
ed egli su di me si è chinato,

ha dato ascolto al mio grido.
³Mi ha tratto dalla fossa della morte,
 dal fango della palude;
 i miei piedi ha stabilito sulla roccia,
 ha reso sicuri i miei passi.
⁴Mi ha messo sulla bocca un canto nuovo,
 lode al nostro Dio.

Molti vedranno e avranno timore
 e confideranno nel Signore.
⁵Beato l'uomo che spera nel Signore
 e non si mette dalla parte dei superbi,
 né si volge a chi segue la menzogna.
⁶Quanti 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.

⁷Sacrificio e offerta non gradisci,
 gli orecchi mi hai aperto.
 Non hai chiesto olocausto e vittima per la colpa.
⁸Allora ho detto: "Ecco, io vengo.
 Sul rotolo del libro di me è scritto,
⁹che io faccia il tuo volere.
 Mio Dio, questo io desidero,
 la tua legge è nel profondo del mio cuore".

¹⁰Ho annunziato la tua giustizia nella grande assemblea;
 vedi, non tengo chiuse le labbra, Signore, tu lo sai.
¹¹Non 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.

¹²Non rifiutarmi, Signore, la tua misericordia,
 la tua fedeltà e la tua grazia
 mi proteggano sempre,
¹³poiché 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.

¹⁴Degnati, Signore, di liberarmi;
 accorri, Signore, in mio aiuto.
¹⁵Vergogna e confusione
 per quanti cercano di togliermi la vita.
 Retrocedano coperti d'infamia

quelli che godono della mia sventura.

¹⁶Siano presi da tremore e da vergogna
quelli che mi scherniscono.

¹⁷Esultino e gioiscano in te quanti ti cercano,
dicano sempre: "Il Signore è grande"
quelli che bramano la tua salvezza.

¹⁸Io sono povero e infelice;
di me ha cura il Signore.

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

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 2

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn

40

¹*Al maestro del coro. Salmo. Di Davide.*

²Beato l'uomo che ha cura del debole,
nel giorno della sventura il Signore lo libera.

³Veglierà su di lui il Signore,
lo farà vivere beato sulla terra,
non lo abbandonerà alle brame dei nemici.

⁴Il Signore lo sosterrà sul letto del dolore;
gli darai sollievo nella sua malattia.

⁵Io ho detto: "Pietà di me, Signore;
risanami, contro di te ho peccato".

⁶I nemici mi augurano il male:
"Quando morirà e perirà il suo nome?".

⁷Chi viene a visitarmi dice il falso,
il suo cuore accumula malizia
e uscito fuori parla.

⁸Contro di me sussurrano insieme i miei nemici,
contro di me pensano il male:

⁹"Un morbo maligno su di lui si è abbattuto,
da dove si è steso non potrà rialzarsi".

¹⁰Anche l'amico in cui confidavo,
anche lui, che mangiava il mio pane,
alza contro di me il suo calcagno.

¹¹Ma tu, Signore, abbi pietà e sollevami,
che io li possa ripagare.

¹²Da questo saprò che tu mi ami
se non trionfa su di me il mio nemico;

¹³per la mia integrità tu mi sostieni,
mi fai stare alla tua presenza per sempre.

¹⁴Sia benedetto il Signore, Dio d'Israele,
da sempre e per sempre. Amen, amen.

41

¹*Al maestro del coro. Maskil. Dei figli di Core.*

²Come la cerva anela ai corsi d'acqua,
così l'anima mia anela a te, o Dio.

³L'anima mia ha sete di Dio, del Dio vivente:
quando verrò e vedrò il volto di Dio?

⁴Le lacrime sono mio pane giorno e notte,
mentre mi dicono sempre: "Dov'è il tuo Dio?".

⁵Questo io ricordo, e il mio cuore si strugge:
attraverso la folla avanzavo tra i primi
fino alla casa di Dio,
in mezzo ai canti di gioia
di una moltitudine in festa.

⁶Perché ti rattristi, anima mia,
perché su di me gemi?
Spera in Dio: ancora potrò lodarlo,
lui, salvezza del mio volto e mio Dio.

⁷In me si abbatte l'anima mia;
perciò di te mi ricordo
dal paese del Giordano e dell'Ermon, dal monte Misar.

⁸Un abisso chiama l'abisso al fragore delle tue cascate;
tutti i tuoi flutti e le tue onde
sopra di me sono passati.

⁹Di giorno il Signore mi dona la sua grazia
di notte per lui innalzo il mio canto:
la mia preghiera al Dio vivente.

¹⁰Dirò a Dio, mia difesa:

"Perché mi hai dimenticato?
 Perché triste me ne vado, oppresso dal nemico?".
¹¹Per l'insulto dei miei avversari
 sono infrante le mie ossa;
 essi dicono a me tutto il giorno: "Dov'è il tuo Dio?".
¹²Perché ti rattristi, anima mia,
 perché su di me gemi?
 Spera in Dio: ancora potrò lodarlo,
 lui, salvezza del mio volto e mio Dio.

42

¹Fammi giustizia, o Dio,
 difendi la mia causa contro gente spietata;
 liberami dall'uomo iniquo e fallace.
²Tu sei il Dio della mia difesa;
 perché mi respingi,
 perché triste me ne vado,
 oppresso dal nemico?
³Manda la tua verità e la tua luce;
 siano esse a guidarmi,
 mi portino al tuo monte santo e alle tue dimore.
⁴Verrò all'altare di Dio,
 al Dio della mia gioia, del mio giubilo.
 A te canterò con la cetra, Dio, Dio mio.
⁵Perché ti rattristi, anima mia,
 perché su di me gemi?
 Spera in Dio: ancora potrò lodarlo,
 lui, salvezza del mio volto e mio Dio.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (tre volte con tre piccole prosternazioni)

Kirie eleiison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 3

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn

43

¹*Al maestro del coro. Dei figli di Core. Maskil.*

²Dio, con i nostri orecchi abbiamo udito,
i nostri padri ci hanno raccontato
l'opera che hai compiuto ai loro giorni,
nei tempi antichi.

³Tu per piantarli, con la tua mano hai sradicato le genti,
per far loro posto, hai distrutto i popoli.

⁴Poiché 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 amavi.

⁵Sei tu il mio re, Dio mio,
che decidi vittorie per Giacobbe.

⁶Per te abbiamo respinto i nostri avversari
nel tuo nome abbiamo annientato i nostri aggressori.

⁷Infatti nel mio arco non ho confidato
e non la mia spada mi ha salvato,

⁸ma tu ci hai salvati dai nostri avversari,
hai confuso i nostri nemici.

⁹In Dio ci gloriamo ogni giorno,
celebrando senza fine il tuo nome.

¹⁰Ma ora ci hai respinti e coperti di vergogna,
e più non esci con le nostre schiere.

¹¹Ci hai fatti fuggire di fronte agli avversari
e i nostri nemici ci hanno spogliati.

¹²Ci hai consegnati come pecore da macello,
ci hai dispersi in mezzo alle nazioni.

¹³Hai venduto il tuo popolo per niente,
sul loro prezzo non hai guadagnato.

¹⁴Ci hai resi ludibrio dei nostri vicini,
scherno e obbrobrio a chi ci sta intorno.

¹⁵Ci hai resi la favola dei popoli,
su di noi le nazioni scuotono il capo.

¹⁶L'infamia mi sta sempre davanti
e la vergogna copre il mio volto

¹⁷per la voce di chi insulta e bestemmia,
davanti al nemico che brama vendetta.

¹⁸Tutto questo ci è accaduto
e non ti avevamo dimenticato,
non avevamo tradito la tua alleanza.

¹⁹Non si era volto indietro il nostro cuore,
i nostri passi non avevano lasciato il tuo sentiero;

²⁰ma tu ci hai abbattuti in un luogo di sciacalli

e ci hai avvolti di ombre tenebrose.
²¹Se avessimo dimenticato il nome del nostro Dio
e teso le mani verso un dio straniero,
²²forse che Dio non lo avrebbe scoperto,
lui che conosce i segreti del cuore?
²³Per te ogni giorno siamo messi a morte,
stimati come pecore da macello.
²⁴Svègliati, perché dormi, Signore?
Dèstati, non ci respingere per sempre.
²⁵Perché nascondi il tuo volto,
dimentichi la nostra miseria e oppressione?
²⁶Poiché siamo prostrati nella polvere,
il nostro corpo è steso a terra.
Sorgi, vieni in nostro aiuto;
²⁷salvacì per la tua misericordia.

44

¹*Al maestro del coro. Su "I gigli...". Dei figli di Core.
Maskil. Canto d'amore.*

²Effonde il mio cuore liete parole,
io canto al re il mio poema.
La mia lingua è stilo di scriba veloce.
³Tu sei il più bello tra i figli dell'uomo,
sulle tue labbra è diffusa la grazia,
ti ha benedetto Dio per sempre.
⁴Cingi, prode, la spada al tuo fianco,
nello splendore della tua maestà ti arrida la sorte,
⁵avanza per la verità, la mitezza e la giustizia.
⁶La tua destra ti mostri prodigi:
le tue frecce acute
colpiscono al cuore i nemici del re;
sotto di te cadono i popoli.
⁷Il tuo trono, Dio, dura per sempre;
è scettro giusto lo scettro del tuo regno.
⁸Ami la giustizia e l'empietà detesti:
Dio, il tuo Dio ti ha consacrato
con olio di letizia, a preferenza dei tuoi eguali.
⁹Le tue vesti son tutte mirra, aloè e cassia,
dai palazzi d'avorio ti allietano le cetre.

¹⁰Figlie di re stanno tra le tue predilette;
alla tua destra la regina in ori di Ofir.

¹¹Ascolta, figlia, guarda, porgi l'orecchio,
dimentica il tuo popolo e la casa di tuo padre;

¹²al re piacerà la tua bellezza.

Egli è il tuo Signore: pròstrati a lui.

¹³Da Tiro vengono portando doni,
i più ricchi del popolo cercano il tuo volto.

¹⁴La figlia del re è tutta splendore,
gemme e tessuto d'oro è il suo vestito.

¹⁵È presentata al re in preziosi ricami;
con lei le vergini compagne a te sono condotte;

¹⁶guidate in gioia ed esultanza
entrano insieme nel palazzo del re.

¹⁷Ai tuoi padri succederanno i tuoi figli;
li farai capi di tutta la terra.

¹⁸Farò ricordare il tuo nome
per tutte le generazioni,
e i popoli ti loderanno in eterno, per sempre.

45

¹*Al maestro del coro. Dei figli di Core.
Su "Le vergini...". Canto.*

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

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

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

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

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

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

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

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

¹⁰Farà cessare le guerre sino ai confini della terra,
romperà gli archi e spezzerà le lance,
brucerà con il fuoco gli scudi.

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

¹²Il Signore degli eserciti è con noi,
nostro rifugio è il Dio di Giacobbe. Gloria al Padre e al
Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
piccole prosternazioni*)

Katisma 7

Stasi 1

46

¹*Al maestro del coro. Dei figli di Core. Salmo.*

²Applaudite, popoli tutti,
acclamate Dio con voci di gioia;
³perché terribile è il Signore, l'Altissimo,
re grande su tutta la terra.

⁴Egli ci ha assoggettati i popoli,
ha messo le nazioni sotto i nostri piedi.

⁵La nostra eredità ha scelto per noi,
vanto di Giacobbe suo prediletto.

⁶Ascende Dio tra le acclamazioni,
il Signore al suono di tromba.

⁷Cantate inni a Dio, cantate inni;
cantate inni al nostro re, cantate inni;

⁸perché Dio è re di tutta la terra,
cantate inni con arte.

⁹Dio regna sui popoli,
Dio siede sul suo trono santo.

¹⁰I capi dei popoli si sono raccolti
con il popolo del Dio di Abramo,
perché di Dio sono i potenti della terra:
egli è l'Altissimo.

47

¹*Cantico. Salmo. Dei figli di Core.*

²Grande è il Signore e degno di ogni lode
nella città del nostro Dio.

³Il suo monte santo, altura stupenda,
è la gioia di tutta la terra.

Il monte Sion, dimora divina,
è la città del grande Sovrano.

⁴Dio nei suoi baluardi
è apparso fortezza inespugnabile.

⁵Ecco, i re si sono alleati,
sono avanzati insieme.

⁶Essi hanno visto:
attoniti e presi dal panico,
sono fuggiti.

⁷Là sgomento li ha colti,
doglie come di partoriente,

⁸simile al vento orientale
che squarcia le navi di Tarsis.

⁹Come avevamo udito, così abbiamo visto
nella città del Signore degli eserciti,
nella città del nostro Dio;
Dio l'ha fondata per sempre.

¹⁰Ricordiamo, Dio, la tua misericordia
dentro il tuo tempio.

¹¹Come il tuo nome, o Dio,
così la tua lode si estende
sino ai confini della terra;
è piena di giustizia la tua destra.

¹²Gioisca il monte di Sion,
esultino le città di Giuda
a motivo dei tuoi giudizi.

¹³Circondate Sion, giratele intorno,
contate le sue torri.

¹⁴Osservate i suoi baluardi,
passate in rassegna le sue fortezze,
per narrare alla generazione futura:

¹⁵Questo è il Signore, nostro Dio
in eterno, sempre:
egli è colui che ci guida.

48

¹*Al maestro del coro. Dei figli di Core. Salmo.*

²Ascoltate, popoli tutti,
porgete orecchio abitanti del mondo,

³voi nobili e gente del popolo,
ricchi e poveri insieme.

⁴La mia bocca esprime sapienza,
 il mio cuore medita saggezza;
⁵porgerò l'orecchio a un proverbio,
 spiegherò il mio enigma sulla cetra.

⁶Perché temere nei giorni tristi,
 quando mi circonda la malizia dei perversi?
⁷Essi confidano nella loro forza,
 si vantano della loro grande ricchezza.

⁸Nessuno può riscattare se stesso,
 o dare a Dio il suo prezzo.
⁹Per quanto si paghi il riscatto di una vita,
 non potrà mai bastare
¹⁰per vivere senza fine,
 e non vedere la tomba.
¹¹Vedrà morire i sapienti;
 lo stolto e l'insensato periranno insieme
 e lasceranno ad altri le loro ricchezze.

¹²Il sepolcro sarà loro casa per sempre,
 loro dimora per tutte le generazioni,
 eppure hanno dato il loro nome alla terra.
¹³Ma l'uomo nella prosperità non comprende,
 è come gli animali che periscono.

¹⁴Questa è la sorte di chi confida in se stesso,
 l'avvenire di chi si compiace nelle sue parole.
¹⁵Come pecore sono avviati agli inferi,
 sarà loro pastore la morte;
 scenderanno a precipizio nel sepolcro,
 svanirà ogni loro parvenza:
 gli inferi saranno la loro dimora.

¹⁶Ma Dio potrà riscattarmi,
 mi strapperà dalla mano della morte.
¹⁷Se vedi un uomo arricchirsi, non temere,
 se aumenta la gloria della sua casa.
¹⁸Quando muore con sé non porta nulla,
 né scende con lui la sua gloria.

¹⁹Nella sua vita si diceva fortunato:
 "Ti loderanno, perché ti sei procurato del bene".
²⁰Andrà con la generazione dei suoi padri
 che non vedranno mai più la luce.

²¹L'uomo nella prosperità non comprende,
 è come gli animali che periscono.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 2

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn

49

¹*Salmo. Di Asaf.*

Parla il Signore, Dio degli dèi,
convoca la terra da oriente a occidente.

²Da Sion, splendore di bellezza,
Dio rifulge.

³Viene il nostro Dio e non sta in silenzio;
davanti a lui un fuoco divorante,
intorno a lui si scatena la tempesta.

⁴Convoca il cielo dall'alto
e la terra al giudizio del suo popolo:

⁵"Davanti a me riunite i miei fedeli,
che hanno sancito con me l'alleanza
offrendo un sacrificio".

⁶Il cielo annunzi la sua giustizia,
Dio è il giudice.

⁷Ascolta, popolo mio, voglio parlare,
testimonierò contro di te, Israele:

Io sono Dio, il tuo Dio.

⁸Non ti rimprovero per i tuoi sacrifici;
i tuoi olocausti mi stanno sempre davanti.

⁹Non prenderò giovenchi dalla tua casa,
né capri dai tuoi recinti.

¹⁰Sono mie tutte le bestie della foresta,
animali a migliaia sui monti.

¹¹Conosco tutti gli uccelli del cielo,
è mio ciò che si muove nella campagna.

¹²Se avessi fame, a te non lo direi:
mio è il mondo e quanto contiene.

¹³Mangerò forse la carne dei tori,
berrò forse il sangue dei capri?

¹⁴Offri a Dio un sacrificio di lode
e sciogli all'Altissimo i tuoi voti;

¹⁵invocami nel giorno della sventura:
ti salverò e tu mi darai gloria".

¹⁶All'empio dice Dio:

"Perché vai ripetendo i miei decreti
e hai sempre in bocca la mia alleanza,

¹⁷tu che detesti la disciplina
e le mie parole te le getti alle spalle?

¹⁸Se vedi un ladro, corri con lui;
e degli adùlteri ti fai compagno.

¹⁹Abbandoni la tua bocca al male
e la tua lingua ordisce inganni.

²⁰Ti siedì, parli contro il tuo fratello,
getti fango contro il figlio di tua madre.

²¹Hai fatto questo e dovrei tacere?

forse credevi ch'io fossi come te!

Ti rimprovero: ti pongo innanzi i tuoi peccati".

²²Capite questo voi che dimenticate Dio,
perché non mi adiri e nessuno vi salvi.

²³Chi offre il sacrificio di lode, questi mi onora,
a chi cammina per la retta via
mostrerò la salvezza di Dio.

50

¹*Al maestro del coro. Salmo. Di Davide.*

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

³Pietà di me, o Dio, secondo la tua grande misericordia;
nella tua grande bontà cancella il mio peccato.

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

⁵Ecco, riconosco la mia colpa,
e il mio peccato mi sta sempre dinanzi.

⁶Contro 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.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

¹⁶Liberami dal sangue, Dio, Dio mia salvezza,
la mia lingua esalterà la tua giustizia.

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

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

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

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

²¹Allora gradirai i sacrifici prescritti,
l'olocausto e l'intera oblazione,
allora immoleranno vittime sopra il tuo altare.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
piccole prosternazioni*)

Kirie eleiison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 3

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin

¹*Al maestro del coro. Maskil. Di Davide.*

²*Dopo che l'idumeo Doeg venne da Saul per informarlo e dirgli:
"Davide è entrato in casa di Abimelech".*

³Perché ti vanti del male
o prepotente nella tua iniquità?

⁴Ogni giorno ordisci insidie;
la tua lingua è come lama affilata,
artefice di inganni.

⁵Tu preferisci il male al bene,
la menzogna al parlare sincero.

⁶Ami ogni parola di rovina,
o lingua di impostura.

⁷Perciò Dio ti demolirà per sempre,
ti spezzerà e ti strapperà dalla tenda
e ti sradicherà dalla terra dei viventi.

⁸Vedendo, i giusti saranno presi da timore
e di lui rideranno:

⁹"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".

¹⁰Io invece come olivo verdeggiante
nella casa di Dio.

Mi abbandono alla fedeltà di Dio
ora e per sempre.

¹¹Voglio renderti grazie in eterno
per quanto hai operato;
spero nel tuo nome, perché è buono,
davanti ai tuoi fedeli.

52

¹*Al maestro del coro. Su "Macalat". Maskil. Di Davide.*

²Lo stolto pensa:
"Dio non c'è".

Sono corrotti, fanno cose abominevoli,
nessuno fa il bene.

³Dio dal cielo si china sui figli dell'uomo
per vedere se c'è un uomo saggio che cerca Dio.

⁴Tutti hanno traviato,
tutti sono corrotti;
nessuno fa il bene;
neppure uno.

⁵Non comprendono forse i malfattori

che divorano il mio popolo come il pane
e non invocano Dio?

⁶Hanno tremato di spavento,
là dove non c'era da temere.
Dio ha disperso le ossa degli aggressori,
sono confusi perché Dio li ha respinti.
⁷Chi manderà da Sion la salvezza di Israele?
Quando Dio farà tornare i deportati del suo popolo,
esulterà Giacobbe, gioirà Israele.

53

¹*Al maestro del coro. Per strumenti a corda. Maskil.
Di Davide.*

²*Dopo che gli Zifei vennero da Saul a dirgli: "Ecco, Davide se
ne sta nascosto presso di noi".*

³Dio, per il tuo nome, salvami,
per la tua potenza rendimi giustizia.
⁴Dio, ascolta la mia preghiera,
porgi l'orecchio alle parole della mia bocca;
⁵poiché sono insorti contro di me gli arroganti
e i prepotenti insidiano la mia vita,
davanti a sé non pongono Dio.
⁶Ecco, Dio è il mio aiuto,
il Signore mi sostiene.

⁷Fa' ricadere il male sui miei nemici,
nella tua fedeltà disperdili.
⁸Di tutto cuore ti offrirò un sacrificio,
Signore, loderò il tuo nome perché è buono;
⁹da ogni angoscia mi hai liberato
e il mio occhio ha sfidato i miei nemici.

54

¹*Al maestro del coro. Per strumenti a corda. Maskil.
Di Davide.*

²Porgi l'orecchio, Dio, alla mia preghiera,
non respingere la mia supplica;
³dammi ascolto e rispondimi,
mi agito nel mio lamento e sono sconvolto
⁴al grido del nemico, al clamore dell'empio.

Contro di me riversano sventura,
mi perseguitano con furore.

⁵Dentro di me freme il mio cuore,
piombano su di me terrori di morte.

⁶Timore e spavento mi invadono
e lo sgomento mi opprime.

⁷Dico: "Chi mi darà ali come di colomba,
per volare e trovare riposo?"

⁸Ecco, errando, fuggirei lontano,
abiterei nel deserto.

⁹Riposerei in un luogo di riparo
dalla furia del vento e dell'uragano".

¹⁰Disperdili, Signore,
confondi le loro lingue:
ho visto nella città violenza e contese.

¹¹Giorno e notte si aggirano
sulle sue mura,

¹²all'interno iniquità, travaglio e insidie
e non cessano nelle sue piazze
sopruso e inganno.

¹³Se mi avesse insultato un nemico,
l'avrei sopportato;
se fosse insorto contro di me un avversario,
da lui mi sarei nascosto.

¹⁴Ma sei tu, mio compagno,
mio amico e confidente;

¹⁵ci legava una dolce amicizia,
verso la casa di Dio camminavamo in festa.

¹⁶Piombi su di loro la morte,
scendano vivi negli inferi;
perché il male è nelle loro case,
e nel loro cuore.

¹⁷Io invoco Dio
e il Signore mi salva.

¹⁸Di sera, al mattino, a mezzogiorno mi lamento e sospiro
ed egli ascolta la mia voce;

¹⁹mi salva, mi dà pace da coloro che mi combattono:
sono tanti i miei avversari.

²⁰Dio mi ascolta e li umilia,
egli che domina da sempre.

Per essi non c'è conversione
e non temono Dio.

²¹Ognuno ha steso la mano contro i suoi amici,
ha violato la sua alleanza.

²²Più untuosa del burro è la sua bocca,
ma nel cuore ha la guerra;

più fluide dell'olio le sue parole,
ma sono spade sguainate.

²³Getta sul Signore il tuo affanno
ed egli ti darà sostegno,
mai permetterà che il giusto vacilli.

²⁴Tu, Dio, li sprofonderai nella tomba
gli uomini sanguinari e fraudolenti:
essi non giungeranno alla metà dei loro giorni.
Ma io, Signore, in te confido.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Katisma 8

Stasi 1

55

¹*Al maestro del coro. Su "Jonat elem rehoqim".
Di Davide. Miktam. Quando i Filistei lo tenevano prigioniero
in Gat.*

²Pietà di me, o Dio, perché mi calpesta l'uomo,
un aggressore sempre mi opprime.

³Mi calpestano sempre i miei nemici,
molti sono quelli che mi combattono.

⁴Nell'ora della paura,
io in te confido.

⁵In Dio, di cui lodo la parola,
in Dio confido, non avrò timore:
che cosa potrà farmi un uomo?

⁶Travisano sempre le mie parole,
non pensano che a farmi del male.

⁷Suscitano contese e tendono insidie,
osservano i miei passi,
per attentare alla mia vita.

⁸Per tanta iniquità non abbiano scampo:
nella tua ira abbatti i popoli, o Dio.

⁹I passi del mio vagare tu li hai contati,

le mie lacrime nell'otre tuo raccogli;
non sono forse scritte nel tuo libro?

¹⁰Allora ripiegheranno i miei nemici,
quando ti avrò invocato:
so che Dio è in mio favore.

¹¹Lodo la parola di Dio,
lodo la parola del Signore,
¹²in Dio confido, non avrò timore:
che cosa potrà farmi un uomo?

¹³Su di me, o Dio, i voti che ti ho fatto:
ti renderò azioni di grazie,
¹⁴perché 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

*¹Al maestro del coro. Su "Non distruggere". Di Davide.
Miktam. Quando fuggì da Saul nella caverna.*

²Pietà di me, pietà di me, o Dio,
in te mi rifugio;
mi rifugio all'ombra delle tue ali
finché sia passato il pericolo.
³Invocherò Dio, l'Altissimo,
Dio che mi fa il bene.

⁴Mandi dal cielo a salvarmi
dalla mano dei miei persecutori,
Dio mandi la sua fedeltà e la sua grazia.
⁵Io sono come in mezzo a leoni,
che divorano gli uomini;
i loro denti sono lance e frecce,
la loro lingua spada affilata.

⁶Innàlzati sopra il cielo, o Dio,
su tutta la terra la tua gloria.
⁷Hanno teso una rete ai miei piedi,
mi hanno piegato,
hanno scavato davanti a me una fossa
e vi sono caduti.

⁸Saldo è il mio cuore, o Dio,
saldo è il mio cuore.

⁹Voglio cantare, a te voglio inneggiare:
 svègliati, mio cuore,
 svègliati arpa, cetra,
 voglio svegliare l'aurora.
¹⁰Ti loderò tra i popoli, Signore,
 a te canterò inni tra le genti.
¹¹perché la tua bontà è grande fino ai cieli,
 e la tua fedeltà fino alle nubi.
¹²Innàlzati sopra il cielo, o Dio,
 su tutta la terra la tua gloria.

57

¹*Al maestro del coro. Su "Non distruggere".
 Di Davide. Miktam.*

²Rendete veramente giustizia o potenti,
 giudicate con rettitudine gli uomini?
³Voi tramate iniquità con il cuore,
 sulla terra le vostre mani preparano violenze.
⁴Sono traviati gli empi fin dal seno materno,
 si pervertono fin dal grembo gli operatori di menzogna.
⁵Sono velenosi come il serpente,
 come vipera sorda che si tura le orecchie
⁶per non udire la voce dell'incantatore,
 del mago che incanta abilmente.
⁷Spezzagli, o Dio, i denti nella bocca,
 rompi, o Signore, le mascelle dei leoni.
⁸Si dissolvano come acqua che si disperde,
 come erba calpestata inaridiscano.
⁹Passino come lumaca che si discioglie,
 come aborto di donna che non vede il sole.
¹⁰Prima che le vostre caldaie sentano i pruni,
 vivi li travolga il turbine.
¹¹Il giusto godrà nel vedere la vendetta,
 laverà i piedi nel sangue degli empi.
¹²Gli uomini diranno: "C'è un premio per il giusto,
 c'è Dio che fa giustizia sulla terra!"

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
 piccole prosternazioni*)

Kirie eleiison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 2

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn

58

¹*Al maestro del coro. Su "Non distruggere". Di Davide.
Quando Saul mandò uomini a sorvegliare la casa e ad
ucciderlo.*

²Liberami dai nemici, mio Dio,
proteggimi dagli aggressori.

³Liberami da chi fa il male,
salvami da chi sparge sangue.

⁴Ecco, insidiano la mia vita,
contro di me si avventano i potenti.
Signore, non c'è colpa in me, non c'è peccato;

⁵senza mia colpa accorrono e si appostano.

Svegliati, vienimi incontro e guarda.

⁶Tu, Signore, Dio degli eserciti, Dio d'Israele,
lèvati a punire tutte le genti;
non avere pietà dei traditori.

⁷Ritornano a sera e ringhiano come cani,
si aggirano per la città.

⁸Ecco, vomitano ingiurie,
le loro labbra sono spade.
Dicono: "Chi ci ascolta?"

⁹Ma tu, Signore, ti ridi di loro,
ti burli di tutte le genti.

¹⁰A te, mia forza, io mi rivolgo:
sei tu, o Dio, la mia difesa.

¹¹La grazia del mio Dio mi viene in aiuto,
Dio mi farà sfidare i miei nemici.

¹²Non ucciderli, perché il mio popolo non dimentichi,
disperdili con la tua potenza e abbattili,
Signore, nostro scudo.

¹³Peccato è la parola delle loro labbra,
cadano nel laccio del loro orgoglio
per le bestemmie e le menzogne che pronunziano.

¹⁴Annientali nella tua ira,
annientali e più non siano;

e sappiano che Dio domina in Giacobbe,
fino ai confini della terra.

¹⁵Ritornano a sera e ringhiano come cani,
per la città si aggirano

¹⁶vagando in cerca di cibo;
latrano, se non possono saziarsi.

¹⁷Ma io canterò la tua potenza,
al mattino esalterò la tua grazia
perché sei stato mia difesa,
mio rifugio nel giorno del pericolo.

¹⁸O mia forza, a te voglio cantare,
poiché tu sei, o Dio, la mia difesa,
tu, o mio Dio, sei la mia misericordia.

59

¹*Al maestro del coro. Su "Giglio del precetto".
Miktam. Di Davide. Da insegnare.*

²*Quando uscì contro gli Aramei della Valle dei due fiumi e
contro gli Aramei di Soba, e quando Gioab, nel ritorno,
sconfisse gli Idumei nella Valle del sale: dodicimila uomini.*

³Dio, tu ci hai respinti, ci hai dispersi;
ti sei sdegnato: ritorna a noi.

⁴Hai scosso la terra, l'hai squarciata,
risana le sue fratture, perché crolla.

⁵Hai inflitto al tuo popolo dure prove,
ci hai fatto bere vino da vertigini.

⁶Hai dato un segnale ai tuoi fedeli
perché fuggissero lontano dagli archi.

⁷Perché i tuoi amici siano liberati,
salvacì con la destra e a noi rispondi.

⁸Dio ha parlato nel suo tempio:

"Esulto e divido Sichem,
misuro la valle di Succot.

⁹Mio è Gàlaad, mio è Manasse,
Èfraim è la difesa del mio capo,
Giuda lo scettro del mio comando.

¹⁰Moab è il bacino per lavarmi,
sull'Idumea getterò i miei sandali,
sulla Filistea canterò vittoria".

¹¹Chi mi condurrà alla città fortificata,
chi potrà guidarmi fino all'Idumea?

¹²Non forse tu, o Dio, che ci hai respinti,
e più non esci, o Dio, con le nostre schiere?

¹³Nell'oppressione vieni in nostro aiuto

perché vana è la salvezza dell'uomo.

¹⁴Con Dio noi faremo prodigi:
egli calpesterà i nostri nemici.

60

¹*Al maestro del coro. Per strumenti a corda. Di Davide.*

²Ascolta, o Dio, il mio grido,
sii attento alla mia preghiera.

³Dai confini della terra io t'invoco;
mentre il mio cuore viene meno,
guidami su rupe inaccessibile.

⁴Tu sei per me rifugio,
torre salda davanti all'avversario.

⁵Dimorerò nella tua tenda per sempre,
all'ombra delle tue ali troverò riparo;

⁶perché tu, Dio, hai ascoltato i miei voti,
mi hai dato l'eredità di chi teme il tuo nome.

⁷Ai giorni del re aggiungi altri giorni,
per molte generazioni siano i suoi anni.

⁸Regni per sempre sotto gli occhi di Dio;
grazia e fedeltà lo custodiscano.

⁹Allora canterò inni al tuo nome, sempre,
sciogliendo i miei voti giorno per giorno.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Kirie eleiison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 3

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn

61

¹*Al maestro del coro. Su "Iduthun". Salmo. Di Davide.*

²Solo in Dio riposa l'anima mia;
da lui la mia salvezza.

³Lui solo è mia rupe e mia salvezza,
mia roccia di difesa: non potrò vacillare.

⁴Fino a quando vi scaglierete contro un uomo,
per abatterlo tutti insieme,
come muro cadente,
come recinto che crolla?

⁵Tramano solo di precipitarlo dall'alto,
si compiacciono della menzogna.
Con la bocca benedicono,
e maledicono nel loro cuore.

⁶Solo in Dio riposa l'anima mia,
da lui la mia speranza.

⁷Lui solo è mia rupe e mia salvezza,
mia roccia di difesa: non potrò vacillare.

⁸In Dio è la mia salvezza e la mia gloria;
il mio saldo rifugio, la mia difesa è in Dio.

⁹Confida sempre in lui, o popolo,
davanti a lui effondi il tuo cuore,
nostro rifugio è Dio.

¹⁰Sì, sono un soffio i figli di Adamo,
una menzogna tutti gli uomini,
insieme, sulla bilancia, sono meno di un soffio.

¹¹Non confidate nella violenza,
non illudetevi della rapina;
alla ricchezza, anche se abbonda,
non attaccate il cuore.

¹²Una parola ha detto Dio,
due ne ho udite:

il potere appartiene a Dio,
tua, Signore, è la grazia;

¹³secondo le sue opere
tu ripaghi ogni uomo.

62

¹*Salmo. Di Davide, quando dimorava nel deserto di Giuda.*

²O 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, senz'acqua.

³Così nel santuario ti ho cercato,
per contemplare la tua potenza e la tua gloria.

⁴Poiché la tua grazia vale più della vita,
le mie labbra diranno la tua lode.

⁵Così ti benedirò finché io viva,
 nel tuo nome alzerò le mie mani.
⁶Mi sazierò come a lauto convito,
 e con voci di gioia ti loderà la mia bocca.
⁷Quando nel mio giaciglio di te mi ricordo
 e penso a te nelle veglie notturne,
⁸a te che sei stato il mio aiuto,
 esulto di gioia all'ombra delle tue ali.

⁹A te si stringe l'anima mia
 e la forza della tua destra mi sostiene.
¹⁰Ma quelli che attentano alla mia vita
 scenderanno nel profondo della terra,
¹¹saranno dati in potere alla spada,
 diverranno preda di sciacalli.
¹²Il re gioirà in Dio,
 si glorierà chi giura per lui,
 perché ai mentitori verrà chiusa la bocca.

Si ripete

e penso a te nelle veglie notturne,
⁸a te che sei stato il mio aiuto,
 esulto di gioia all'ombra delle tue ali.
⁹A te si stringe l'anima mia
 e la forza della tua destra mi sostiene.

63

¹*Salmo. Di Davide. Al maestro del coro.*

²Ascolta, Dio, la voce, del mio lamento,
 dal terrore del nemico preserva la mia vita.
³Proteggimi dalla congiura degli empi
 dal tumulto dei malvagi.
⁴Affilano la loro lingua come spada,
 scagliano come frecce parole amare
⁵per colpire di nascosto l'innocente;
 lo colpiscono di sorpresa e non hanno timore.
⁶Si ostinano nel fare il male,
 si accordano per nascondere tranelli;
 dicono: "Chi li potrà vedere?".
⁷Meditano iniquità, attuano le loro trame:
 un baratro è l'uomo e il suo cuore un abisso.
⁸Ma Dio li colpisce con le sue frecce:
 all'improvviso essi sono feriti,

⁹la loro stessa lingua li farà cadere;
chiunque, al vederli, scuoterà il capo.

¹⁰Allora tutti saranno presi da timore,
annunzieranno le opere di Dio
e capiranno ciò che egli ha fatto.

¹¹Il giusto gioirà nel Signore
e riporrà in lui la sua speranza,
i retti di cuore ne trarranno gloria.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amèn.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Katisma 9

Stasi 1

64

¹*Al maestro del coro. Salmo. Di Davide. Canto.*

²A te si deve lode, o Dio, in Sion;
a te si sciolga il voto in Gerusalemme.

³A te, che ascolti la preghiera,
viene ogni mortale.

⁴Pesano su di noi le nostre colpe,
ma tu perdoni i nostri peccati.

⁵Beato chi hai scelto e chiamato vicino,
abiterà nei tuoi atri.

Ci sazieremo dei beni della tua casa,
della santità del tuo tempio.

⁶Con i prodigi della tua giustizia,
tu ci rispondi, o Dio, nostra salvezza,
speranza dei confini della terra
e dei mari lontani.

⁷Tu rendi saldi i monti con la tua forza,
cinto di potenza.

⁸Tu fai tacere il fragore del mare,
il fragore dei suoi flutti,
tu plachi il tumulto dei popoli.

⁹Gli abitanti degli estremi confini
stupiscono davanti ai tuoi prodigi:

di gioia fai gridare la terra,
le soglie dell'oriente e dell'occidente.

¹⁰Tu visiti la terra e la disseti:
la ricolmi delle sue ricchezze.
Il fiume di Dio è gonfio di acque;
tu fai crescere il frumento per gli uomini.
Così prepari la terra:

¹¹Ne irrighi i solchi, ne spiani le zolle,
la bagni con le piogge
e benedici i suoi germogli.

¹²Coroni l'anno con i tuoi benefici,
al tuo passaggio stilla l'abbondanza.

¹³Stillano i pascoli del deserto
e le colline si cingono di esultanza.

¹⁴I prati si coprono di greggi,
le valli si ammantano di grano;
tutto canta e grida di gioia.

65

¹*Al maestro del coro. Canto. Salmo.*

Acclamate a Dio da tutta la terra,
²cantate alla gloria del suo nome,
date a lui splendida lode.

³Dite a Dio: "Stupende sono le tue opere!
Per la grandezza della tua potenza
a te si piegano i tuoi nemici.

⁴A te si prostri tutta la terra,
a te canti inni, canti al tuo nome".

⁵Venite e vedete le opere di Dio,
mirabile nel suo agire sugli uomini.

⁶Egli cambiò il mare in terra ferma,
passarono a piedi il fiume;
per questo in lui esultiamo di gioia.

⁷Con la sua forza domina in eterno,
il suo occhio scruta le nazioni;
i ribelli non rialzino la fronte.

⁸Benedite, popoli, il nostro Dio,
fate risuonare la sua lode;

⁹è lui che salvò la nostra vita
e non lasciò vacillare i nostri passi.

¹⁰Dio, tu ci hai messi alla prova;
ci hai passati al crogiuolo, come l'argento.

- ¹¹Ci hai fatti cadere in un agguato,
hai messo un peso ai nostri fianchi.
- ¹²Hai fatto cavalcare uomini sulle nostre teste;
ci hai fatto passare per il fuoco e l'acqua,
ma poi ci hai dato sollievo.
- ¹³Entrerò nella tua casa con olocausti,
a te scioglierò i miei voti,
¹⁴i voti pronunziati dalle mie labbra,
promessi nel momento dell'angoscia.
- ¹⁵Ti offrirò pingui olocausti
con fragranza di montoni,
immolerò a te buoi e capri.
- ¹⁶Venite, ascoltate, voi tutti che temete Dio,
e narrerò quanto per me ha fatto.
- ¹⁷A lui ho rivolto il mio grido,
la mia lingua cantò la sua lode.
- ¹⁸Se nel mio cuore avessi cercato il male,
il Signore non mi avrebbe ascoltato.
- ¹⁹Ma Dio ha ascoltato,
si è fatto attento alla voce della mia preghiera.
- ²⁰Sia benedetto Dio che non ha respinto la mia preghiera,
non mi ha negato la sua misericordia.

66

¹*Al maestro del coro. Su strumenti a corda. Salmo. Canto.*

- ²Dio abbia pietà di noi e ci benedica,
su di noi faccia splendere il suo volto;
- ³perché si conosca sulla terra la tua via,
fra tutte le genti la tua salvezza.
- ⁴Ti lodino i popoli, Dio,
ti lodino i popoli tutti.
- ⁵Esultino le genti e si rallegriano,
perché giudichi i popoli con giustizia,
governi le nazioni sulla terra.
- ⁶Ti lodino i popoli, Dio,
ti lodino i popoli tutti.
- ⁷La terra ha dato il suo frutto.
Ci benedica Dio, il nostro Dio,
- ⁸ci benedica Dio
e lo temano tutti i confini della terra.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Kirie eleiison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 2

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn

67

¹*Al maestro del coro. Di Davide. Salmo. Canto.*

²Sorga Dio, i suoi nemici si disperdano
e fuggano davanti a lui quelli che lo odiano.

³Come si disperde il fumo, tu li disperdi;
come fonde la cera di fronte al fuoco,
periscano gli empì davanti a Dio.

⁴I giusti invece si rallegrino,
esultino davanti a Dio
e cantino di gioia.

⁵Cantate a Dio, inneggiate al suo nome,
spianate la strada a chi cavalca le nubi:
"Signore" è il suo nome,
gioite davanti a lui.

⁶Padre degli orfani e difensore delle vedove
è Dio nella sua santa dimora.

⁷Ai derelitti Dio fa abitare una casa,
fa uscire con gioia i prigionieri;
solo i ribelli abbandona in arida terra.

⁸Dio, quando uscivi davanti al tuo popolo,
quando camminavi per il deserto,

⁹la terra tremò, stillarono i cieli
davanti al Dio del Sinai,
davanti a Dio, il Dio di Israele.

¹⁰Pioggia abbondante riversavi, o Dio,
rinvigorivi la tua eredità esausta.

¹¹E il tuo popolo abitò il paese
che nel tuo amore, o Dio, preparasti al misero.

¹²Il Signore annunzia una notizia,
le messaggere di vittoria sono una grande schiera:

¹³"Fuggono i re, fuggono gli eserciti,
anche le donne si dividono il bottino.

¹⁴Mentre voi dormite tra gli ovili,
splendono d'argento le ali della colomba,
le sue piume di riflessi d'oro".

¹⁵Quando disperdeva i re l'Onnipotente,
nevicava sullo Zalmon.

¹⁶Monte di Dio, il monte di Basan,
monte dalle alte cime, il monte di Basan.

¹⁷Perché invidiate, o monti dalle alte cime,
il monte che Dio ha scelto a sua dimora?
Il Signore lo abiterà per sempre.

¹⁸I carri di Dio sono migliaia e migliaia:
il Signore viene dal Sinai nel santuario.

¹⁹Sei salito in alto conducendo prigionieri,
hai ricevuto uomini in tributo:
anche i ribelli abiteranno
presso il Signore Dio.

²⁰Benedetto il Signore sempre;
ha cura di noi il Dio della salvezza.

²¹Il nostro Dio è un Dio che salva;
il Signore Dio libera dalla morte.

²²Sì, Dio schiaccerà il capo dei suoi nemici,
la testa altera di chi percorre la via del delitto.

²³Ha detto il Signore: "Da Basan li farò tornare,
li farò tornare dagli abissi del mare,

²⁴perché il tuo piede si bagni nel sangue,
e la lingua dei tuoi cani riceva la sua parte tra i nemici".

²⁵Appare il tuo corteo, Dio,
il corteo del mio Dio, del mio re, nel santuario.

²⁶Precedono i cantori, seguono ultimi i citaredi,
in mezzo le fanciulle che battono cembali.

²⁷"Benedite Dio nelle vostre assemblee,
benedite il Signore, voi della stirpe di Israele".

²⁸Ecco, Beniamino, il più giovane,
guida i capi di Giuda nelle loro schiere,
i capi di Zabulon, i capi di Nèftali.

²⁹Dispiega, o Dio, la tua potenza,
conferma, o Dio, quanto hai operato per noi.

³⁰Per il tuo santo tempio, in Gerusalemme,
a te i re porteranno doni.

³¹Minaccia 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.

³²Verranno i grandi dall'Egitto,
l'Etiopia tenderà le mani a Dio.

³³Regni della terra, cantate a Dio,
cantate inni al Signore;

³⁴egli nei cieli cavalca, nei cieli eterni,
ecco, tuona con voce potente.

³⁵Riconoscete a Dio la sua potenza,
la sua maestà su Israele,
la sua potenza sopra le nubi.

³⁶Terribile sei, Dio, dal tuo santuario;
il Dio d'Israele dà forza e vigore al suo popolo,
sia benedetto Dio.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 3

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin

68

¹*Al maestro del coro. Su "I gigli". Di Davide.*

²Salvami, o Dio:
l'acqua mi giunge alla gola.

³Affondo nel fango e non ho sostegno;
sono caduto in acque profonde
e l'onda mi travolge.

⁴Sono sfinito dal gridare,
riarse sono le mie fauci;
i miei occhi si consumano
nell'attesa del mio Dio.

⁵Più 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?

⁶Dio, tu conosci la mia stoltezza
e le mie colpe non ti sono nascoste.

⁷Chi spera in te, a causa mia non sia confuso,
Signore, Dio degli eserciti;
per me non si vergogni
chi ti cerca, Dio d'Israele.

⁸Per te io sopporto l'insulto
e la vergogna mi copre la faccia;
⁹sono un estraneo per i miei fratelli,
un forestiero per i figli di mia madre.

¹⁰Poiché mi divora lo zelo per la tua casa,
ricadono su di me gli oltraggi di chi ti insulta.

¹¹Mi sono estenuato nel digiuno
ed è stata per me un'infamia.

¹²Ho indossato come vestito un sacco
e sono diventato il loro scherno.

¹³Sparlavano di me quanti sedevano alla porta,
gli ubriachi mi dileggiavano.

¹⁴Ma 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.

¹⁵Salvami dal fango, che io non affondi,
liberami dai miei nemici
e dalle acque profonde.

¹⁶Non mi sommergano i flutti delle acque
e il vortice non mi travolga,
l'abisso non chiuda su di me la sua bocca.

¹⁷Rispondimi, Signore, benefica è la tua grazia;
volgiti a me nella tua grande tenerezza.

¹⁸Non nascondere il volto al tuo servo,
sono in pericolo: presto, rispondimi.

¹⁹Avvicinati a me, riscattami,
salvami dai miei nemici.

²⁰Tu conosci la mia infamia,
la mia vergogna e il mio disonore;
davanti a te sono tutti i miei nemici.

²¹L'insulto ha spezzato il mio cuore e vengo meno.
Ho atteso compassione, ma invano,
consolatori, ma non ne ho trovati.

²²Hanno messo nel mio cibo veleno
e quando avevo sete mi hanno dato aceto.

²³La loro tavola sia per essi un laccio,
una insidia i loro banchetti.

²⁴Si offuschino i loro occhi, non vedano;
sfibra per sempre i loro fianchi.

²⁵Riversa su di loro il tuo sdegno,
li raggiunga la tua ira ardente.

²⁶La loro casa sia desolata,
senza abitanti la loro tenda;

²⁷perché inseguono colui che hai percosso,
aggiungono dolore a chi tu hai ferito.

²⁸Imputa loro colpa su colpa
e non ottengano la tua giustizia.

²⁹Siano cancellati dal libro dei viventi
e tra i giusti non siano iscritti.

³⁰Io sono infelice e sofferente;
la tua salvezza, Dio, mi ponga al sicuro.

³¹Loderò il nome di Dio con il canto,
lo esalterò con azioni di grazie,

³²che il Signore gradirà più dei tori,
più dei giovenchi con corna e unghie.

³³Vedano gli umili e si rallegriano;
si ravvivi il cuore di chi cerca Dio,

³⁴poiché il Signore ascolta i poveri
e non disprezza i suoi che sono prigionieri.

³⁵A lui acclamino i cieli e la terra,
i mari e quanto in essi si muove.

³⁶Perché Dio salverà Sion,
ricostruirà le città di Giuda:
vi abiteranno e ne avranno il possesso.

³⁷La stirpe dei suoi servi ne sarà erede,
e chi ama il suo nome vi porrà dimora.

69

¹*Al maestro del coro. Di Davide. In memoria.*

²Vieni a salvarmi, o Dio,
vieni presto, Signore, in mio aiuto.

³Siano confusi e arrossiscano
quanti attentano alla mia vita.
Retrocedano e siano svergognati
quanti vogliono la mia rovina.

⁴Per la vergogna si volgano indietro
quelli che mi deridono.

⁵Gioia e allegrezza grande
per quelli che ti cercano;
dicano sempre: "Dio è grande"

quelli che amano la tua salvezza.
⁶Ma io sono povero e infelice,
 vieni presto, mio Dio;
 tu sei mio aiuto e mio salvatore;
 Signore, non tardare.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.
 E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Katisma 10

Stasi 1

71 (70)

¹In te mi rifugio, Signore,
 ch'io non resti confuso in eterno.
²Liberami, difendimi per la tua giustizia,
 porgimi ascolto e salvami.
³Sii per me rupe di difesa,
 baluardo inaccessibile,
 poiché tu sei mio rifugio e mia fortezza.
⁴Mio Dio, salvami dalle mani dell'empio,
 dalle mani dell'iniquo e dell'oppressore.
⁵Sei tu, Signore, la mia speranza,
 la mia fiducia fin dalla mia giovinezza.
⁶Su 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.
⁷Sono parso a molti quasi un prodigio:
 eri tu il mio rifugio sicuro.
⁸Della tua lode è piena la mia bocca,
 della tua gloria, tutto il giorno.
⁹Non mi respingere nel tempo della vecchiaia,
 non abbandonarmi quando declinano le mie forze.

¹⁰Contro di me parlano i miei nemici,
coloro che mi spiano congiurano insieme:

¹¹"Dio lo ha abbandonato,
inseguitelo, prendetelo,
perché non ha chi lo liberi".

¹²O Dio, non stare lontano:
Dio mio, vieni presto ad aiutarmi.

¹³Siano confusi e annientati quanti mi accusano,
siano coperti d'infamia e di vergogna
quanti cercano la mia sventura.

¹⁴Io, invece, non cesso di sperare,
moltiplicherò le tue lodi.

¹⁵La mia bocca annunzierà la tua giustizia,
proclamerà sempre la tua salvezza,
che non so misurare.

¹⁶Dirò le meraviglie del Signore,
ricorderò che tu solo sei giusto.

¹⁷Tu mi hai istruito, o Dio, fin dalla giovinezza
e ancora oggi proclamo i tuoi prodigi.

¹⁸E ora, nella vecchiaia e nella canizie,
Dio, non abbandonarmi,
finché io annunzi la tua potenza,
a tutte le generazioni le tue meraviglie.

¹⁹La tua giustizia, Dio, è alta come il cielo,
tu hai fatto cose grandi:
chi è come te, o Dio?

²⁰Mi hai fatto provare molte angosce e sventure:
mi darai ancora vita,
mi farai risalire dagli abissi della terra,

²¹accresterai la mia grandezza
e tornerai a consolarmi.

²²Allora ti renderò grazie sull'arpa,
per la tua fedeltà, o Dio mio;
ti canterò sulla cetra, o santo d'Israele.

²³esulteranno le mie labbra cantando le tue lodi,
e la mia vita, che tu hai riscattato.

²⁴Anche la mia lingua tutto il giorno
proclamerà la tua giustizia,
quando saranno confusi e umiliati
quelli che cercano la mia rovina.

71

¹*Di Salomone.*

O Dio, da'al re il tuo giudizio,
la tua giustizia al figlio del re;
²regga con giustizia il tuo popolo
e i tuoi poveri con rettitudine.

³Le montagne portino pace al popolo
e le colline giustizia.

⁴Ai miseri del suo popolo renderà giustizia,
salverà i figli dei poveri
e abatterà l'oppressore.

⁵Il suo regno durerà quanto il sole,
quanto la luna, per tutti i secoli.

⁶Scenderà come pioggia sull'erba,
come acqua che irrorà la terra.

⁷Nei suoi giorni fiorirà la giustizia
e abonderà la pace,
finché non si spenga la luna.

⁸E dominerà da mare a mare,
dal fiume sino ai confini della terra.

⁹A lui si piegheranno gli abitanti del deserto,
lambiranno la polvere i suoi nemici.

¹⁰Il re di Tarsis e delle isole porteranno offerte,
i re degli Arabi e di Saba offriranno tributi.

¹¹A lui tutti i re si prostreranno,
lo serviranno tutte le nazioni.

¹²Egli libererà il povero che grida
e il misero che non trova aiuto,

¹³avrà pietà del debole e del povero
e salverà la vita dei suoi miseri.

¹⁴Li riscatterà dalla violenza e dal sopruso,
sarà prezioso ai suoi occhi il loro sangue.

¹⁵Vivrà e gli sarà dato oro di Arabia;
si pregherà per lui ogni giorno,
sarà benedetto per sempre.

¹⁶Abbonderà il frumento nel paese,
ondeggerà sulle cime dei monti;
il suo frutto fiorirà come il Libano,
la sua messe come l'erba della terra.

¹⁷Il 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.

¹⁸Benedetto il Signore, Dio di Israele,

egli solo compie prodigi.

¹⁹E benedetto il suo nome glorioso per sempre,
della sua gloria sia piena tutta la terra.
Amin, amin.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 2

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin

72

¹*Salmo. Di Asaf.*

Quanto è buono Dio con i giusti,
con gli uomini dal cuore puro!

²Per poco non inciampavano i miei piedi,
per un nulla vacillavano i miei passi,
³perché ho invidiato i prepotenti,
vedendo la prosperità dei malvagi.

⁴Non c'è sofferenza per essi,
sano e pasciuto è il loro corpo.

⁵Non conoscono l'affanno dei mortali
e non sono colpiti come gli altri uomini.

⁶Dell'orgoglio si fanno una collana
e la violenza è il loro vestito.

⁷Esce l'iniquità dal loro grasso,
dal loro cuore traboccano pensieri malvagi.

⁸Scherniscono e parlano con malizia,
minacciano dall'alto con prepotenza.

⁹Levano la loro bocca fino al cielo
e la loro lingua percorre la terra.

¹⁰Perciò seggono in alto,
non li raggiunge la piena delle acque.

¹¹Dicono: "Come può saperlo Dio?
C'è forse conoscenza nell'Altissimo?".

¹²Ecco, questi sono gli empi:
 sempre tranquilli, ammassano ricchezze.
¹³Invano dunque ho conservato puro il mio cuore
 e ho lavato nell'innocenza le mie mani,
¹⁴poiché sono colpito tutto il giorno,
 e si rinnova ogni mattina la mia pena.
¹⁵Se avessi detto: "Parlerò come loro",
 avrei tradito la generazione dei tuoi figli.
¹⁶Riflettevo per comprendere:
 ma fu arduo agli occhi miei,
¹⁷finché non entrai nel santuario di Dio
 e compresi qual è la loro fine.
¹⁸Ecco, li poni in luoghi scivolosi,
 li fai precipitare in rovina.
¹⁹Come sono distrutti in un istante,
 sono finiti, periscono di spavento!
²⁰Come un sogno al risveglio, Signore,
 quando sorgi, fai svanire la loro immagine.
²¹Quando si agitava il mio cuore
 e nell'intimo mi tormentavo,
²²io ero stolto e non capivo,
 davanti a te stavo come una bestia.
²³Ma io sono con te sempre:
 tu mi hai preso per la mano destra.
²⁴Mi guiderai con il tuo consiglio
 e poi mi accoglierai nella tua gloria.
²⁵Chi altri avrò per me in cielo?
 Fuori di te nulla bramo sulla terra.
²⁶Vengono meno la mia carne e il mio cuore;
 ma la roccia del mio cuore è Dio,
 è Dio la mia sorte per sempre.
²⁷Ecco, perirà chi da te si allontana,
 tu distruggi chiunque ti è infedele.
²⁸Il mio bene è stare vicino a Dio:
 nel Signore Dio ho posto il mio rifugio,
 per narrare tutte le tue opere
 presso le porte della città di Sion.

73

¹*Maskil. Di Asaf.*

O Dio, perché ci respingi per sempre,
 perché divampa la tua ira
 contro il gregge del tuo pascolo?

²Ricordati del popolo
che ti sei acquistato nei tempi antichi.
Hai riscattato la tribù che è tuo possesso,
il monte Sion, dove hai preso dimora.

³Volgi i tuoi passi a queste rovine eterne:
il nemico ha devastato tutto nel tuo santuario.

⁴Ruggirono i tuoi avversari nel tuo tempio,
issarono i loro vessilli come insegna.

⁵Come chi vibra in alto la scure
nel folto di una selva,

⁶con l'ascia e con la scure
frantumavano le sue porte.

⁷Hanno dato alle fiamme il tuo santuario,
hanno profanato e demolito la dimora del tuo nome;

⁸pensavano: "Distruggiamoli tutti";
hanno bruciato tutti i santuari di Dio nel paese.

⁹Non vediamo più le nostre insegne,
non ci sono più profeti
e tra di noi nessuno sa fino a quando...

¹⁰Fino a quando, o Dio, insulterà l'avversario,
il nemico continuerà a disprezzare il tuo nome?

¹¹Perché ritiri la tua mano
e trattieni in seno la destra?

¹²Eppure Dio è nostro re dai tempi antichi,
ha operato la salvezza nella nostra terra.

¹³Tu con potenza hai diviso il mare,
hai schiacciato la testa dei draghi sulle acque.

¹⁴Al Leviatàn hai spezzato la testa,
lo hai dato in pasto ai mostri marini.

¹⁵Fonti e torrenti tu hai fatto scaturire,
hai inaridito fiumi perenni.

¹⁶Tuo è il giorno e tua è la notte,
la luna e il sole tu li hai creati.

¹⁷Tu hai fissato i confini della terra,
l'estate e l'inverno tu li hai ordinati.

¹⁸Ricorda: il nemico ha insultato Dio,
un popolo stolto ha disprezzato il tuo nome.

¹⁹Non abbandonare alle belve la vita di chi ti loda,
non dimenticare mai la vita dei tuoi poveri.

²⁰Sii fedele alla tua alleanza;
gli angoli della terra sono covi di violenza.

²¹L'umile non torni confuso,
l'afflitto e il povero lodino il tuo nome.

²²Sorgi, Dio, difendi la tua causa,
ricorda che lo stolto ti insulta tutto il giorno.
²³Non dimenticare lo strepito dei tuoi nemici;
il tumulto dei tuoi avversari cresce senza fine.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Kirie eleiison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 3

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn

74

¹*Al maestro del coro. Su "Non dimenticare". Salmo. Di Asaf. Canto.*

²Noi ti rendiamo grazie, o Dio, ti rendiamo grazie:
invocando il tuo nome, raccontiamo le tue meraviglie.

³Nel tempo che avrò stabilito
io giudicherò con rettitudine.

⁴Si scuota la terra con i suoi abitanti,
io tengo salde le sue colonne.

⁵Dico a chi si vanta: "Non vantatevi".
E agli empi: "Non alzate la testa!".

⁶Non alzate la testa contro il cielo,
non dite insulti a Dio.

⁷Non dall'oriente, non dall'occidente,
non dal deserto, non dalle montagne

⁸ma da Dio viene il giudizio:
è lui che abbatte l'uno e innalza l'altro.

⁹Poiché 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.

¹⁰Io invece esulterò per sempre,
 canterò inni al Dio di Giacobbe.
¹¹Annienterò tutta l'arroganza degli empi,
 allora si alzerà la potenza dei giusti.

75

¹*Al maestro del coro. Su strumenti a corda con cetre. Salmo.
 Di Asaf. Canto.*

²Dio è conosciuto in Giuda,
 in Israele grande è il suo nome.
³È in Gerusalemme la sua dimora,
 la sua abitazione, in Sion.
⁴Qui spezzò le saette dell'arco,
 lo scudo, la spada, la guerra.
⁵Splendido tu sei, o Potente,
 sui monti della preda;
⁶furono spogliati i valorosi,
 furono colti dal sonno,
 nessun prode ritrovava la sua mano.
⁷Dio di Giacobbe, alla tua minaccia,
 si arrestarono carri e cavalli.
⁸Tu sei terribile; chi ti resiste
 quando si scatena la tua ira?
⁹Dal cielo fai udire la sentenza:
 sbigottita la terra tace
¹⁰quando Dio si alza per giudicare,
 per salvare tutti gli umili della terra.
¹¹L'uomo colpito dal tuo furore ti dà gloria,
 gli scampati dall'ira ti fanno festa.
¹²Fate voti al Signore vostro Dio e adempiteli,
 quanti lo circondano portino doni al Terribile,
¹³a lui che toglie il respiro ai potenti;
 è terribile per i re della terra.

76

¹*Al maestro del coro. Su "Iditum". Di Asaf. Salmo.*
²La mia voce sale a Dio e grido aiuto;
 la mia voce sale a Dio, finché mi ascolti.
³Nel giorno dell'angoscia io cerco il Signore,
 tutta la notte la mia mano è tesa e non si stanca;
 io rifiuto ogni conforto.

⁴Mi ricordo di Dio e gemo,
medito e viene meno il mio spirito.

⁵Tu trattieni dal sonno i miei occhi,
sono turbato e senza parole.

⁶Ripenso ai giorni passati,
ricordo gli anni lontani.

⁷Un canto nella notte mi ritorna nel cuore:
rifletto e il mio spirito si va interrogando.

⁸Forse Dio ci respingerà per sempre,
non sarà più benevolo con noi?

⁹È forse cessato per sempre il suo amore,
è finita la sua promessa per sempre?

¹⁰Può Dio aver dimenticato la misericordia,
aver chiuso nell'ira il suo cuore?

¹¹E ho detto: "Questo è il mio tormento:
è mutata la destra dell'Altissimo".

¹²Ricordo le gesta del Signore,
ricordo le tue meraviglie di un tempo.

¹³Mi vado ripetendo le tue opere,
considero tutte le tue gesta.

¹⁴O Dio, santa è la tua via;
quale dio è grande come il nostro Dio?

¹⁵Tu sei il Dio che opera meraviglie,
manifesti la tua forza fra le genti.

¹⁶È il tuo braccio che ha salvato il tuo popolo,
i figli di Giacobbe e di Giuseppe.

¹⁷Ti videro le acque, Dio,
ti videro e ne furono sconvolte;
sussultarono anche gli abissi.

¹⁸Le nubi rovesciarono acqua,
scoppiò il tuono nel cielo;
le tue saette guizzarono.

¹⁹Il fragore dei tuoi tuoni nel turbine,
i tuoi fulmini rischiararono il mondo,
la terra tremò e fu scossa.

²⁰Sul mare passava la tua via,
i tuoi sentieri sulle grandi acque
e le tue orme rimasero invisibili.

²¹Guidasti come gregge il tuo popolo
per mano di Mosè e di Aronne.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Katisma 11

Stasi 1

77

¹*Maskil. Di Asaf.*

Popolo mio, porgi l'orecchio al mio insegnamento,
ascolta le parole della mia bocca.

²Aprirò la mia bocca in parabole,
rievocherò gli arcani dei tempi antichi.

³Ciò che abbiamo udito e conosciuto
e i nostri padri ci hanno raccontato,

⁴non lo terremo nascosto ai loro figli;
diremo alla generazione futura
le lodi del Signore, la sua potenza
e le meraviglie che egli ha compiuto.

⁵Ha stabilito una testimonianza in Giacobbe,
ha posto una legge in Israele:

ha comandato ai nostri padri
di farle conoscere ai loro figli,

⁶perché le sappia la generazione futura,
i figli che nasceranno.

Anch'essi sorgeranno a raccontarlo ai loro figli

⁷perché ripongano in Dio la loro fiducia
e non dimentichino le opere di Dio,
ma osservino i suoi comandi.

⁸Non siano come i loro padri,
generazione ribelle e ostinata,
generazione dal cuore incostante
e dallo spirito infedele a Dio.

⁹I figli di Èfraim, valenti nell'arco,
voltarono le spalle nel giorno della lotta.

¹⁰Non osservarono l'alleanza di Dio,
rifiutando di seguire la sua legge.

¹¹Dimenticarono le sue opere,
le meraviglie che aveva loro mostrato.

¹²Aveva fatto prodigi davanti ai loro padri,
nel paese d'Egitto, nei campi di Tanis.

¹³Divise il mare e li fece passare
e fermò le acque come un argine.

¹⁴Li guidò con una nube di giorno
e tutta la notte con un bagliore di fuoco.

¹⁵Spaccò le rocce nel deserto
e diede loro da bere come dal grande abisso.

¹⁶Fece sgorgare ruscelli dalla rupe
e scorrere l'acqua a torrenti.

¹⁷Eppure continuarono a peccare contro di lui,
a ribellarsi all'Altissimo nel deserto.

¹⁸Nel loro cuore tentarono Dio,
chiedendo cibo per le loro brame;

¹⁹mormorarono contro Dio
dicendo: "Potrà forse Dio
preparare una mensa nel deserto?".

²⁰Ecco, egli percosse la rupe e ne scaturì acqua,
e strariparono torrenti.

"Potrà forse dare anche pane
o preparare carne al suo popolo?".

²¹All'udirli il Signore ne fu adirato;
un fuoco divampò contro Giacobbe
e l'ira esplose contro Israele,

²²perché non ebbero fede in Dio
né speranza nella sua salvezza.

²³Comandò alle nubi dall'alto
e aprì le porte del cielo;

²⁴fece piovere su di essi la manna per cibo
e diede loro pane del cielo:

²⁵l'uomo mangiò il pane degli angeli,
diede loro cibo in abbondanza.

²⁶Scatenò nel cielo il vento d'oriente,
fece spirare l'australe con potenza;

²⁷su di essi fece piovere la carne come polvere
e gli uccelli come sabbia del mare;

²⁸caddero in mezzo ai loro accampamenti,
tutto intorno alle loro tende.

²⁹Mangiarono e furono ben sazi,
li soddisfece nel loro desiderio.

³⁰La loro avidità non era ancora saziata,
avevano ancora il cibo in bocca,

³¹quando l'ira di Dio si alzò contro di essi,
facendo strage dei più vigorosi
e abbattendo i migliori d'Israele.

³²Con tutto questo continuarono a peccare
 e non credettero ai suoi prodigi.
³³Allora dissipò come un soffio i loro giorni
 e i loro anni con strage repentina.
³⁴Quando li faceva perire, lo cercavano,
 ritornavano e ancora si volgevano a Dio;
³⁵ricordavano che Dio è loro rupe,
 e Dio, l'Altissimo, il loro salvatore;
³⁶lo lusingavano con la bocca
 e gli mentivano con la lingua;
³⁷il loro cuore non era sincero con lui
 e non erano fedeli alla sua alleanza.
³⁸Ed egli, pietoso, perdonava la colpa,
 li perdonava invece di distruggerli.
 Molte volte placò la sua ira
 e trattenne il suo furore,
³⁹ricordando che essi sono carne,
 un soffio che va e non ritorna.
⁴⁰Quante volte si ribellarono a lui nel deserto,
 lo contristarono in quelle solitudini!
⁴¹Sempre di nuovo tentavano Dio,
 esasperavano il Santo di Israele.
⁴²Non si ricordavano più della sua mano,
 del giorno che li aveva liberati dall'oppressore,
⁴³quando operò in Egitto i suoi prodigi,
 i suoi portenti nei campi di Tanis.
⁴⁴Egli mutò in sangue i loro fiumi
 e i loro ruscelli, perché non bevessero.
⁴⁵Mandò tafani a divorarli
 e rane a molestarli.
⁴⁶Diede ai bruchi il loro raccolto,
 alle locuste la loro fatica.
⁴⁷Distrusse con la grandine le loro vigne,
 i loro sicomori con la brina.
⁴⁸Consegnò alla grandine il loro bestiame,
 ai fulmini i loro greggi.
⁴⁹Scatenò contro di essi la sua ira ardente,
 la collera, lo sdegno, la tribolazione,
 e inviò messaggeri di sventure.
⁵⁰Diede sfogo alla sua ira:
 non li risparmiò dalla morte
 e diede in preda alla peste la loro vita.
⁵¹Colpì ogni primogenito in Egitto,
 nelle tende di Cam la primizia del loro vigore.

⁵²Fece partire come gregge il suo popolo
 e li guidò come branchi nel deserto.
⁵³Li condusse sicuri e senza paura
 e i loro nemici li sommerse il mare.
⁵⁴Li fece salire al suo luogo santo,
 al monte conquistato dalla sua destra.
⁵⁵Scacciò davanti a loro i popoli
 e sulla loro eredità gettò la sorte,
 facendo dimorare nelle loro tende le tribù di Israele.

⁵⁶Ma ancora lo tentarono,
 si ribellarono a Dio, l'Altissimo,
 non obbedirono ai suoi comandi.
⁵⁷Sviati, lo tradirono come i loro padri,
 fallirono come un arco allentato.
⁵⁸Lo provocarono con le loro alture
 e con i loro idoli lo resero geloso.

⁵⁹Dio, all'udire, ne fu irritato
 e respinse duramente Israele.
⁶⁰Abbandonò la dimora di Silo,
 la tenda che abitava tra gli uomini.
⁶¹Consegnò in schiavitù la sua forza,
 la sua gloria in potere del nemico.
⁶²Diede il suo popolo in preda alla spada
 e contro la sua eredità si accese d'ira.
⁶³Il fuoco divorò il fiore dei suoi giovani,
 le sue vergini non ebbero canti nuziali.
⁶⁴I suoi sacerdoti caddero di spada
 e le loro vedove non fecero lamento.

⁶⁵Ma poi il Signore si destò come da un sonno,
 come un prode assopito dal vino.
⁶⁶Colpì alle spalle i suoi nemici,
 inflisse loro una vergogna eterna.
⁶⁷Ripudiò le tende di Giuseppe,
 non scelse la tribù di Èfraim;
⁶⁸ma elesse la tribù di Giuda,
 il monte Sion che egli ama.
⁶⁹Costruì il suo tempio alto come il cielo
 e come la terra stabile per sempre.
⁷⁰Egli scelse Davide suo servo
 e lo trasse dagli ovili delle pecore.
⁷¹Lo chiamò dal seguito delle pecore madri
 per pascere Giacobbe suo popolo,
 la sua eredità Israele.
⁷²Fu per loro pastore dal cuore integro
 e li guidò con mano sapiente.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 2

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin

78

¹*Salmo. Di Asaf.*

O Dio, nella tua eredità sono entrate le nazioni,
hanno profanato il tuo santo tempio,
hanno ridotto in macerie Gerusalemme.

²Hanno abbandonato i cadaveri dei tuoi servi
in pasto agli uccelli del cielo,
la carne dei tuoi fedeli
agli animali selvaggi.

³Hanno versato il loro sangue come acqua
intorno a Gerusalemme, e nessuno seppelliva.

⁴Siamo divenuti l'obbrobrio dei nostri vicini,
scherno e ludibrio di chi ci sta intorno.

⁵Fino a quando, Signore, sarai adirato: per sempre?
Arderà come fuoco la tua gelosia?

⁶Riversa il tuo sdegno sui popoli che non ti riconoscono
e sui regni che non invocano il tuo nome,

⁷perché hanno divorato Giacobbe,
hanno devastato la sua dimora.

⁸Non imputare a noi le colpe dei nostri padri,
presto ci venga incontro la tua misericordia,
poiché siamo troppo infelici.

⁹Aiutaci, Dio, nostra salvezza,
per la gloria del tuo nome,
salvaci e perdona i nostri peccati
per amore del tuo nome.

¹⁰Perché 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.

¹¹Giunga fino a te il gemito dei prigionieri;
con la potenza della tua mano
salva i votati alla morte.

¹²Fa' ricadere sui nostri vicini sette volte
l'affronto con cui ti hanno insultato, Signore.

¹³E noi, tuo popolo e gregge del tuo pascolo,
ti renderemo grazie per sempre;
di età in età proclameremo la tua lode.

79

¹*Al maestro del coro. Su "Giglio del precetto". Di Asaf. Salmo.*

²Tu, pastore d'Israele, ascolta,
tu che guidi Giuseppe come un gregge.
Assiso sui cherubini rifulgi

³davanti a Èfrain, Beniamino e Manasse.

Risveglia la tua potenza
e vieni in nostro soccorso.

⁴Rialzaci, Signore, nostro Dio,
fa' splendere il tuo volto e noi saremo salvi.

⁵Signore, Dio degli eserciti,
fino a quando fremerai di sdegno
contro le preghiere del tuo popolo?

⁶Tu ci nutri con pane di lacrime,
ci fai bere lacrime in abbondanza.

⁷Ci hai fatto motivo di contesa per i vicini,
e i nostri nemici ridono di noi.

⁸Rialzaci, Dio degli eserciti,
fa' risplendere il tuo volto e noi saremo salvi.

⁹Hai divelto una vite dall'Egitto,
per trapiantarla hai espulso i popoli.

¹⁰Le hai preparato il terreno,
hai affondato le sue radici e ha riempito la terra.

¹¹La sua ombra copriva le montagne
e i suoi rami i più alti cedri.

¹²Ha esteso i suoi tralci fino al mare
e arrivavano al fiume i suoi germogli.

¹³Perché hai abbattuto la sua cinta
e ogni viandante ne fa vendemmia?

¹⁴La devasta il cinghiale del bosco
e se ne pasce l'animale selvatico.

¹⁵Dio degli eserciti, volgiti,
 guarda dal cielo e vedi
 e visita questa vigna,
¹⁶proteggi il ceppo che la tua destra ha piantato,
 il germoglio che ti sei coltivato.
¹⁷Quelli che l'arsero col fuoco e la recisero,
 periranno alla minaccia del tuo volto.
¹⁸Sia la tua mano sull'uomo della tua destra,
 sul figlio dell'uomo che per te hai reso forte.
¹⁹Da te più non ci allontaneremo,
 ci farai vivere e invocheremo il tuo nome.
²⁰Rialzaci, Signore, Dio degli eserciti,
 fa' splendere il tuo volto e noi saremo salvi.

80

¹*Al maestro del coro. Su "I torchi...". Di Asaf.*

²Esultate in Dio, nostra forza,
 acclamate al Dio di Giacobbe.
³Intonate il canto e suonate il timpano,
 la cetra melodiosa con l'arpa.
⁴Suonate la tromba
 nel plenilunio, nostro giorno di festa.
⁵Questa è una legge per Israele,
 un decreto del Dio di Giacobbe.
⁶Lo ha dato come testimonianza a Giuseppe,
 quando usciva dal paese d'Egitto.
 Un linguaggio mai inteso io sento:
⁷"Ho liberato dal peso la sua spalla,
 le sue mani hanno depresso la cesta.
⁸Hai 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.
⁹Ascolta, popolo mio, ti voglio ammonire;
 Israele, se tu mi ascoltassi!
¹⁰Non ci sia in mezzo a te un altro dio
 e non prostrarti a un dio straniero.
¹¹Sono io il Signore tuo Dio,
 che ti ho fatto uscire dal paese d'Egitto;
 apri la tua bocca, la voglio riempire.
¹²Ma il mio popolo non ha ascoltato la mia voce,
 Israele non mi ha obbedito.

¹³L'ho abbandonato alla durezza del suo cuore,
che seguisse il proprio consiglio.

¹⁴Se il mio popolo mi ascoltasse,
se Israele camminasse per le mie vie!

¹⁵Subito piegherei i suoi nemici
e contro i suoi avversari porterei la mia mano.

¹⁶I nemici del Signore gli sarebbero sottomessi
e la loro sorte sarebbe segnata per sempre;

¹⁷li nutrirei con fiore di frumento,
li sazierei con miele di roccia".

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
piccole prosternazioni*)

Kirie eleiison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 3

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn

81

¹*Salmo. Di Asaf.*

Dio si alza nell'assemblea divina,
giudica in mezzo agli dèi.

²Fino a quando giudicherete iniquamente
e sosterrete la parte degli empi?

³Difendete il debole e l'orfano,
al misero e al povero fate giustizia.

⁴Salvate il debole e l'indigente,
liberatelo dalla mano degli empi".

⁵Non capiscono, non vogliono intendere,
avanzano nelle tenebre;
vacillano tutte le fondamenta della terra.

⁶Io ho detto: "Voi siete dèi,
siete tutti figli dell'Altissimo".

⁷Eppure morirete come ogni uomo,
cadrete come tutti i potenti.

⁸Sorgi, Dio, a giudicare la terra,
perché a te appartengono tutte le genti.

82

¹*Canto. Salmo. Di Asaf.*

²Dio, non darti riposo,
non restare muto e inerte, o Dio.

³Vedi: i tuoi avversari fremono
e i tuoi nemici alzano la testa.

⁴Contro il tuo popolo ordiscono trame
e congiurano contro i tuoi protetti.

⁵Hanno detto: "Venite, cancelliamoli come popolo
e più non si ricordi il nome di Israele".

⁶Hanno tramato insieme concordi,
contro di te hanno concluso un'alleanza;

⁷le tende di Edom e gli Ismaeliti,
Moab e gli Agareni,

⁸Gebal, Ammon e Amalek
la Palestina con gli abitanti di Tiro.

⁹Anche Assur è loro alleato
e ai figli di Lot presta man forte.

¹⁰Trattali come Madian e Sisara,
come Iabin al torrente di Kison:

¹¹essi furono distrutti a Endor,
diventarono concime per la terra.

¹²Rendi i loro principi come Oreb e Zeb,
e come Zebee e Sàlmana tutti i loro capi;

¹³essi dicevano:

"I pascoli di Dio conquistiamoli per noi".

¹⁴Mio Dio, rendili come turbine,
come pula dispersa dal vento.

¹⁵Come il fuoco che brucia il bosco
e come la fiamma che divora i monti,

¹⁶così tu inseguili con la tua bufera
e sconvolgili con il tuo uragano.

¹⁷Copri di vergogna i loro volti
perché cerchino il tuo nome, Signore.

¹⁸Restino confusi e turbati per sempre,
siano umiliati, periscano;

¹⁹sappiano che tu hai nome "Signore",
tu solo sei l'Altissimo su tutta la terra.

83

¹*Al maestro del coro. Su "I torchi...". Dei figli di Core. Salmo.*

²Quanto sono amabili le tue dimore,
Signore degli eserciti!

³L'anima mia languisce
e brama gli atri del Signore.

Il mio cuore e la mia carne
esultano nel Dio vivente.

⁴Anche 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.

⁵Beato chi abita la tua casa:
sempre canta le tue lodi!

⁶Beato chi trova in te la sua forza
e decide nel suo cuore il santo viaggio.

⁷Passando per la valle del pianto
la cambia in una sorgente,
anche la prima pioggia
l'ammanta di benedizioni.

⁸Cresce lungo il cammino il suo vigore,
finché compare davanti a Dio in Sion.

⁹Signore, Dio degli eserciti, ascolta la mia preghiera,
porgi l'orecchio, Dio di Giacobbe.

¹⁰Vedi, Dio, nostro scudo,
guarda il volto del tuo consacrato.

¹¹Per me un giorno nei tuoi atri
è più che mille altrove,
stare sulla soglia della casa del mio Dio
è meglio che abitare nelle tende degli empi.

¹²Poiché sole e scudo è il Signore Dio;
il Signore concede grazia e gloria,
non rifiuta il bene
a chi cammina con rettitudine.

¹³Signore degli eserciti,
beato l'uomo che in te confida.

84

¹*Al maestro del coro. Dei figli di Core. Salmo.*

²Signore, sei stato buono con la tua terra,
hai ricondotto i deportati di Giacobbe.

³Hai perdonato l'iniquità del tuo popolo,
hai cancellato tutti i suoi peccati.

⁴Hai depresso tutto il tuo sdegno
e messo fine alla tua grande ira.

⁵Rialzaci, Dio nostra salvezza,
e placa il tuo sdegno verso di noi.

⁶Forse per sempre sarai adirato con noi,
di età in età estenderai il tuo sdegno?

⁷Non tornerai tu forse a darci vita,
perché in te gioisca il tuo popolo?

⁸Mostraci, Signore, la tua misericordia
e donaci la tua salvezza.

⁹Ascolterò che cosa dice Dio, il Signore:
egli annunzia la pace
per il suo popolo, per i suoi fedeli,
per chi ritorna a lui con tutto il cuore.

¹⁰La sua salvezza è vicina a chi lo teme
e la sua gloria abiterà la nostra terra.

¹¹Misericordia e verità s'incontreranno,
giustizia e pace si baceranno.

¹²La verità germoglierà dalla terra
e la giustizia si affaccerà dal cielo.

¹³Quando il Signore elargirà il suo bene,
la nostra terra darà il suo frutto.

¹⁴Davanti a lui camminerà la giustizia
e sulla via dei suoi passi la salvezza.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amèn.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
piccole prosternazioni*)

Katisma 12

Stasi 1

85

¹*Supplica. Di Davide.*

Signore, tendi l'orecchio, rispondimi,
perché io sono povero e infelice.

²Custodiscimi perché sono fedele;
tu, Dio mio, salva il tuo servo, che in te spera.

³Pietà di me, Signore,
a te grido tutto il giorno.

⁴Rallegra la vita del tuo servo,
perché a te, Signore, innalzo l'anima mia.

⁵Tu sei buono, Signore, e perdoni,
sei pieno di misericordia con chi ti invoca.

⁶Porgi l'orecchio, Signore, alla mia preghiera
e sii attento alla voce della mia supplica.

⁷Nel giorno dell'angoscia alzo a te il mio grido
e tu mi esaudirai.

⁸Fra gli dèi nessuno è come te, Signore,
e non c'è nulla che uguagli le tue opere.

⁹Tutti i popoli che hai creato verranno
e si prostreranno davanti a te, o Signore,
per dare gloria al tuo nome;

¹⁰grande tu sei e compi meraviglie:
tu solo sei Dio.

¹¹Mostrami, Signore, la tua via,
perché nella tua verità io cammini;
donami un cuore semplice
che tema il tuo nome.

¹²Ti loderò, Signore, Dio mio, con tutto il cuore
e darò gloria al tuo nome sempre,

¹³perché grande con me è la tua misericordia:
dal profondo degli inferi mi hai strappato.

¹⁴Mio Dio, mi assalgono gli arroganti,
una schiera di violenti attenta alla mia vita,
non pongono te davanti ai loro occhi.

¹⁵Ma tu, Signore, Dio di pietà, compassionevole,
lento all'ira e pieno di amore, Dio fedele,

¹⁶volgiti a me e abbi misericordia:
dona al tuo servo la tua forza,
salva il figlio della tua ancella.

¹⁷Dammi un segno di benevolenza;
vedano e siano confusi i miei nemici,
perché tu, Signore, mi hai soccorso e consolato.

Si ripete:

¹⁷Dammi un segno di benevolenza;
vedano e siano confusi i miei nemici,
perché tu, Signore, mi hai soccorso e consolato.

86

¹*Dei figli di Core. Salmo. Canto.*

Le sue fondamenta sono sui monti santi;

²il Signore ama le porte di Sion
più di tutte le dimore di Giacobbe.

³Di te si dicono cose stupende,
città di Dio.

⁴Ricorderò Raab e Babilonia fra quelli che mi conoscono;
ecco, Palestina, Tiro ed Etiopia:
tutti là sono nati.

⁵Si dirà di Sion: "L'uno e l'altro è nato in essa
e l'Altissimo la tiene salda".

⁶Il Signore scriverà nel libro dei popoli:
"Là costui è nato".

⁷E danzando canteranno:
"Sono in te tutte le mie sorgenti".

87

¹*Canto. Salmo. Dei figli di Core.
Al maestro del coro. Su "Macalat".
Per canto. Maskil. Di Eman l'Ezraita.*

²Signore, Dio della mia salvezza,
davanti a te grido giorno e notte.

³Giunga fino a te la mia preghiera,
tendi l'orecchio al mio lamento.

⁴Io sono colmo di sventure,
la mia vita è vicina alla tomba.

⁵Sono annoverato tra quelli che scendono nella fossa,
sono come un morto ormai privo di forza.

⁶È 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.

⁷Mi hai gettato nella fossa profonda,
nelle tenebre e nell'ombra di morte.

⁸Pesa su di me il tuo sdegno
e con tutti i tuoi flutti mi sommergi.

⁹Hai allontanato da me i miei compagni,
mi hai reso per loro un orrore.
Sono prigioniero senza scampo;

¹⁰si consumano i miei occhi nel patire.
Tutto il giorno ti chiamo, Signore,
verso di te protendo le mie mani.

¹¹Compi forse prodigi per i morti?
O sorgono le ombre a darti lode?

¹²Si celebra forse la tua bontà nel sepolcro,
la tua fedeltà negli inferi?

¹³Nelle tenebre si conoscono forse i tuoi prodigi,
la tua giustizia nel paese dell'oblio?

¹⁴Ma io a te, Signore, grido aiuto,
e al mattino giunge a te la mia preghiera.

¹⁵Perché, Signore, mi respingi,
perché mi nascondi il tuo volto?

¹⁶Sono infelice e morente dall'infanzia,
sono sfinito, oppresso dai tuoi terrori.

¹⁷Sopra di me è passata la tua ira,
i tuoi spaventi mi hanno annientato,

¹⁸mi circondano come acqua tutto il giorno,
tutti insieme mi avvolgono.

¹⁹Hai allontanato da me amici e conoscenti,
mi sono compagne solo le tenebre.

Si ripete:

²Signore, Dio della mia salvezza,
davanti a te grido giorno e notte.

³Giunga fino a te la mia preghiera,
tendi l'orecchio al mio lamento.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Kirie eleiison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 2

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn

¹*Maskil. Di Etan l'Ezraita.*

²Canterò senza fine le grazie del Signore,
con la mia bocca annunzierò la tua fedeltà nei secoli,
³perché hai detto: "La mia grazia rimane per sempre";
la tua fedeltà è fondata nei cieli.

⁴"Ho stretto un'alleanza con il mio eletto,
ho giurato a Davide mio servo:
⁵stabilirò per sempre la tua discendenza,
ti darò un trono che duri nei secoli".

⁶I cieli cantano le tue meraviglie, Signore,
la tua fedeltà nell'assemblea dei santi.

⁷Chi sulle nubi è uguale al Signore,
chi è simile al Signore tra gli angeli di Dio?

⁸Dio è tremendo nell'assemblea dei santi,
grande e terribile tra quanti lo circondano.

⁹Chi è uguale a te, Signore, Dio degli eserciti?
Sei potente, Signore, e la tua fedeltà ti fa corona.

¹⁰Tu domini l'orgoglio del mare,
tu plachi il tumulto dei suoi flutti.

¹¹Tu hai calpestato Raab come un vinto,
con braccio potente hai disperso i tuoi nemici.

¹²Tuoi sono i cieli, tua è la terra,
tu hai fondato il mondo e quanto contiene;
¹³il settentrione e il mezzogiorno tu li hai creati,
il Tabor e l'Ermon cantano il tuo nome.

¹⁴È potente il tuo braccio,
forte la tua mano, alta la tua destra.

¹⁵Giustizia e diritto sono la base del tuo trono,
grazia e fedeltà precedono il tuo volto.

¹⁶Beato il popolo che ti sa acclamare
e cammina, o Signore, alla luce del tuo volto:

¹⁷esulta tutto il giorno nel tuo nome,
nella tua giustizia trova la sua gloria.

¹⁸Perché tu sei il vanto della sua forza
e con il tuo favore innalzi la nostra potenza.

¹⁹Perché del Signore è il nostro scudo,
il nostro re, del Santo d'Israele.

²⁰Un tempo parlasti in visione ai tuoi santi dicendo:
"Ho portato aiuto a un prode,
ho innalzato un eletto tra il mio popolo.

²¹Ho trovato Davide, mio servo,
con il mio santo olio l'ho consacrato;

²²la mia mano è il suo sostegno,
il mio braccio è la sua forza.

²³Su di lui non trionferà il nemico,
né l'opprimerà l'iniquo.

²⁴Annienterò davanti a lui i suoi nemici
e colpirò quelli che lo odiano.

²⁵La mia fedeltà e la mia grazia saranno con lui
e nel mio nome si innalzerà la sua potenza.

²⁶Stenderò sul mare la sua mano
e sui fiumi la sua destra.

²⁷Egli mi invocherà: Tu sei mio padre,
mio Dio e roccia della mia salvezza.

²⁸Io lo costituirò mio primogenito,
il più alto tra i re della terra.

²⁹Gli conserverò sempre la mia grazia,
la mia alleanza gli sarà fedele.

³⁰Stabilirò per sempre la sua discendenza,
il suo trono come i giorni del cielo.

³¹Se i suoi figli abbandoneranno la mia legge
e non seguiranno i miei decreti,

³²se violeranno i miei statuti
e non osserveranno i miei comandi,

³³punirò con la verga il loro peccato
e con flagelli la loro colpa.

³⁴Ma non gli toglierò la mia grazia
e alla mia fedeltà non verrò mai meno.

³⁵Non violerò la mia alleanza,
non muterò la mia promessa.

³⁶Sulla mia santità ho giurato una volta per sempre:
certo non mentirò a Davide.

³⁷In eterno durerà la sua discendenza,
il suo trono davanti a me quanto il sole,

³⁸sempre saldo come la luna,
testimone fedele nel cielo".

³⁹Ma tu lo hai respinto e ripudiato,
ti sei adirato contro il tuo consacrato;

⁴⁰hai rotto l'alleanza con il tuo servo,
hai profanato nel fango la sua corona.

⁴¹Hai abbattuto tutte le sue mura
e diroccato le sue fortezze;

⁴²tutti i passanti lo hanno depredato,
è divenuto lo scherno dei suoi vicini.

⁴³Hai fatto trionfare la destra dei suoi rivali,
hai fatto gioire tutti i suoi nemici.

⁴⁴Hai smussato il filo della sua spada
e non l'hai sostenuto nella battaglia.

⁴⁵Hai posto fine al suo splendore,
hai rovesciato a terra il suo trono.
⁴⁶Hai abbreviato i giorni della sua giovinezza
e lo hai coperto di vergogna.

⁴⁷Fino a quando, Signore,
continuerai a tenerti nascosto,
arderà come fuoco la tua ira?
⁴⁸Ricorda quant'è breve la mia vita.
Perché quasi un nulla hai creato ogni uomo?
⁴⁹Quale vivente non vedrà la morte,
sfuggirà al potere degli inferi?

⁵⁰Dove sono, Signore, le tue grazie di un tempo,
che per la tua fedeltà hai giurato a Davide?
⁵¹Ricorda, Signore, l'oltraggio dei tuoi servi:
porto nel cuore le ingiurie di molti popoli,
⁵²con le quali, Signore, i tuoi nemici insultano,
insultano i passi del tuo consacrato.
⁵³Benedetto il Signore in eterno.
Amen, amen.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 3

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn

89

¹*Preghiera. Di Mosè, uomo di Dio.*

Signore, tu sei stato per noi un rifugio
di generazione in generazione.

²Prima che nascessero i monti
e la terra e il mondo fossero generati,
da sempre e per sempre tu sei, Dio.

³Tu fai ritornare l'uomo in polvere
e dici: "Ritornate, figli dell'uomo".

⁴Ai tuoi occhi, mille anni

sono come il giorno di ieri che è passato,
come un turno di veglia nella notte.

⁵Li annienti: li sommergi nel sonno;
sono come l'erba che germoglia al mattino:

⁶al mattino fiorisce, germoglia,
alla sera è falciata e dissecca.

⁷Perché siamo distrutti dalla tua ira,
siamo atterriti dal tuo furore.

⁸Davanti a te poni le nostre colpe,
i nostri peccati occulti alla luce del tuo volto.

⁹Tutti i nostri giorni svaniscono per la tua ira,
finiamo i nostri anni come un soffio.

¹⁰Gli anni della nostra vita sono settanta,
ottanta per i più robusti,
ma quasi tutti sono fatica, dolore;
passano presto e noi ci dileguiamo.

¹¹Chi conosce l'impeto della tua ira,
tuo sdegno, con il timore a te dovuto?

¹²Insegnaci a contare i nostri giorni
e giungeremo alla sapienza del cuore.

¹³Volgiti, Signore; fino a quando?
Muoviti a pietà dei tuoi servi.

¹⁴Saziaci al mattino con la tua grazia:
esulteremo e gioiremo per tutti i nostri giorni.

¹⁵Rendici la gioia per i giorni di afflizione,
per gli anni in cui abbiamo visto la sventura.

¹⁶Si manifesti ai tuoi servi la tua opera
e la tua gloria ai loro figli.

¹⁷Sia su di noi la bontà del Signore, nostro Dio:
rafforza per noi l'opera delle nostre mani,
l'opera delle nostre mani rafforza.

90

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

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

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

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

⁵La sua fedeltà ti sarà scudo e corazza;
non temerai i terrori della notte

né la freccia che vola di giorno,
⁶la peste che vaga nelle tenebre,
 lo sterminio che devasta a mezzogiorno.

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

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

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

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

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

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

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

¹⁴Lo salverò, perché a me si è affidato;
 lo esalterò, perché ha conosciuto il mio nome.

¹⁵Mi invocherà e gli darò risposta;
 presso di lui sarò nella sventura,
 lo salverò e lo renderò glorioso.

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

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluja alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
 piccole prosternazioni*)

Katisma 13

Stasi 1

91

¹*Salmo. Canto. Per il giorno del sabato.*

²È bello dar lode al Signore
 e cantare al tuo nome, o Altissimo,
³annunziare al mattino il tuo amore,
 la tua fedeltà lungo la notte,

⁴sull'arpa a dieci corde e sulla lira,
con canti sulla cetra.

⁵Poiché mi rallegri, Signore, con le tue meraviglie,
esulto per l'opera delle tue mani.

⁶Come sono grandi le tue opere, Signore,
quanto profondi i tuoi pensieri!

⁷L'uomo insensato non intende
e lo stolto non capisce:

⁸se i peccatori germogliano come l'erba
e fioriscono tutti i malfattori,
li attende una rovina eterna:

⁹ma tu sei l'eccelso per sempre, o Signore.

¹⁰Ecco, i tuoi nemici, o Signore,
ecco, i tuoi nemici periranno,
saranno dispersi tutti i malfattori.

¹¹Tu mi doni la forza di un bùfalo,
mi cospargi di olio splendente.

¹²I miei occhi disprezzeranno i miei nemici,
e contro gli iniqui che mi assalgono
i miei orecchi udranno cose infauste.

¹³Il giusto fiorirà come palma,
crescerà come cedro del Libano;

¹⁴piantati nella casa del Signore,
fioriranno negli atri del nostro Dio.

¹⁵Nella vecchiaia daranno ancora frutti,
saranno vegeti e rigogliosi,

¹⁶per annunziare quanto è retto il Signore:
mia roccia, in lui non c'è ingiustizia.

92

¹Il Signore regna, si ammanta di splendore;
il Signore si riveste, si cinge di forza;
rende saldo il mondo, non sarà mai scosso.

²Saldo è il tuo trono fin dal principio,
da sempre tu sei.

³Alzano i fiumi, Signore,
alzano i fiumi la loro voce,
alzano i fiumi il loro fragore.

⁴Ma più potente delle voci di grandi acque,
più potente dei flutti del mare,
potente nell'alto è il Signore.

⁵Degni di fede sono i tuoi insegnamenti,

la santità si addice alla tua casa
per la durata dei giorni, Signore.

93

¹Dio che fai giustizia, o Signore,
Dio che fai giustizia: mostrati!

²Alzati, giudice della terra,
rendi la ricompensa ai superbi.

³Fino a quando gli empi, Signore,
fino a quando gli empi trionferanno?

⁴Sparleranno, diranno insolenze,
si vanteranno tutti i malfattori?

⁵Signore, calpestano il tuo popolo,
opprimono la tua eredità.

⁶Uccidono la vedova e il forestiero,
danno la morte agli orfani.

⁷Dicono: "Il Signore non vede,
il Dio di Giacobbe non se ne cura".

⁸Comprendete, insensati tra il popolo,
stolti, quando diventerete saggi?

⁹Chi ha formato l'orecchio, forse non sente?
Chi ha plasmato l'occhio, forse non guarda?

¹⁰Chi regge i popoli forse non castiga,
lui che insegna all'uomo il sapere?

¹¹Il Signore conosce i pensieri dell'uomo:
non sono che un soffio.

¹²Beato l'uomo che tu istruisci, Signore,
e che ammaestri nella tua legge,

¹³per dargli riposo nei giorni di sventura,
finché all'empio sia scavata la fossa.

¹⁴Perché il Signore non respinge il suo popolo,
la sua eredità non la può abbandonare,

¹⁵ma il giudizio si volgerà a giustizia,
la seguiranno tutti i retti di cuore.

¹⁶Chi sorgerà per me contro i malvagi?
Chi starà con me contro i malfattori?

¹⁷Se il Signore non fosse il mio aiuto,
in breve io abiterei nel regno del silenzio.

¹⁸Quando dicevo: "Il mio piede vacilla",
la tua grazia, Signore, mi ha sostenuto.

¹⁹Quand'ero oppresso dall'angoscia,
il tuo conforto mi ha consolato.

²⁰Può essere tuo alleato un tribunale iniquo,
che fa angherie contro la legge?

²¹Si avventano contro la vita del giusto,
e condannano il sangue innocente.

²²Ma il Signore è la mia difesa,
roccia del mio rifugio è il mio Dio;

²³egli ritorcerà contro di essi la loro malizia,
per la loro perfidia li farà perire,
li farà perire il Signore, nostro Dio.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 2

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn

94

¹Venite, applaudiamo al Signore,
acclamiamo alla roccia della nostra salvezza.

²Accostiamoci a lui per rendergli grazie,
a lui acclamiamo con canti di gioia.

³Poiché grande Dio è il Signore,
grande re sopra tutti gli dèi.

⁴Nella sua mano sono gli abissi della terra,
sono sue le vette dei monti.

⁵Suo è il mare, egli l'ha fatto,
le sue mani hanno plasmato la terra.

⁶Venite, prostrati adoriamo,
in ginocchio davanti al Signore che ci ha creati.

⁷Egli è il nostro Dio,
e noi il popolo del suo pascolo,
il gregge che egli conduce.

⁸Ascoltate oggi la sua voce:

"Non indurite il cuore,
come a Meriba, come nel giorno di Massa nel deserto,

⁹dove mi tentarono i vostri padri:

mi misero alla prova
pur avendo visto le mie opere.

¹⁰Per quarant'anni mi disgustai di quella generazione
e dissi: Sono un popolo dal cuore traviato,
non conoscono le mie vie;

¹¹perciò ho giurato nel mio sdegno:
Non entreranno nel luogo del mio riposo".

95

¹Cantate al Signore un canto nuovo,
cantate al Signore da tutta la terra.

²Cantate al Signore, benedite il suo nome,
annunziate di giorno in giorno la sua salvezza.

³In mezzo ai popoli raccontate la sua gloria,
a tutte le nazioni dite i suoi prodigi.

⁴Grande è il Signore e degno di ogni lode,
terribile sopra tutti gli dèi.

⁵Tutti gli dèi delle nazioni sono un nulla,
ma il Signore ha fatto i cieli.

⁶Maestà e bellezza sono davanti a lui,
potenza e splendore nel suo santuario.

⁷Date al Signore, o famiglie dei popoli,
date al Signore gloria e potenza,

⁸date al Signore la gloria del suo nome.

Portate offerte ed entrate nei suoi atri,

⁹prostratevi al Signore in sacri ornamenti.

Tremi davanti a lui tutta la terra.

¹⁰Dite tra i popoli: "Il Signore regna!".

Sorregge il mondo, perché non vacilli;
giudica le nazioni con rettitudine.

¹¹Gioiscano i cieli, esulti la terra,
frema il mare e quanto racchiude;

¹²esultino i campi e quanto contengono,
si rallegriano gli alberi della foresta

¹³davanti al Signore che viene,
perché viene a giudicare la terra.

Giudicherà il mondo con giustizia
e con verità tutte le genti.

96

¹Il Signore regna, esulti la terra,
gioiscano le isole tutte.

²Nubi e tenebre lo avvolgono,

giustizia e diritto sono la base del suo trono.

³Davanti a lui cammina il fuoco
e brucia tutt'intorno i suoi nemici.

⁴Le sue folgori rischiarano il mondo:
vede e sussulta la terra.

⁵I monti fondono come cera davanti al Signore,
davanti al Signore di tutta la terra.

⁶I cieli annunziano la sua giustizia
e tutti i popoli contemplano la sua gloria.

⁷Siano confusi tutti gli adoratori di statue
e chi si gloria dei propri idoli.
Si prostrino a lui tutti gli dèi!

⁸Ascolta Sion e ne gioisce,
esultano le città di Giuda
per i tuoi giudizi, Signore.

⁹Perché tu sei, Signore,
l'Altissimo su tutta la terra,
tu sei eccelso sopra tutti gli dèi.

¹⁰Odiare il male, voi che amate il Signore:
lui che custodisce la vita dei suoi fedeli
li strapperà dalle mani degli empi.

¹¹Una luce si è levata per il giusto,
gioia per i retti di cuore.

¹²Rallegratevi, giusti, nel Signore,
rendete grazie al suo santo nome.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amen.

*Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (tre volte con tre
piccole prosternazioni)*

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 3

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amen

97

¹*Salmo.*

Cantate al Signore un canto nuovo,
perché ha compiuto prodigi.
Gli ha dato vittoria la sua destra
e il suo braccio santo.

²Il Signore ha manifestato la sua salvezza,
agli occhi dei popoli ha rivelato la sua giustizia.

³Egli si è ricordato del suo amore,
della sua fedeltà alla casa di Israele.
Tutti i confini della terra hanno veduto
la salvezza del nostro Dio.

⁴Acclami al Signore tutta la terra,
gridate, esultate con canti di gioia.

⁵Cantate inni al Signore con l'arpa,
con l'arpa e con suono melodioso;
⁶con la tromba e al suono del corno
acclamate davanti al re, il Signore.

⁷Frema il mare e quanto racchiude,
il mondo e i suoi abitanti.

⁸I fiumi battano le mani,
esultino insieme le montagne
⁹davanti al Signore che viene,
che viene a giudicare la terra.
Giudicherà il mondo con giustizia
e i popoli con rettitudine.

98

¹Il Signore regna, tremino i popoli;
siede sui cherubini, si scuota la terra.

²Grande è il Signore in Sion,
eccelso sopra tutti i popoli.

³Lodino il tuo nome grande e terribile,
perché è santo.

⁴Re potente che ami la giustizia,
tu hai stabilito ciò che è retto,
diritto e giustizia tu eserciti in Giacobbe.

⁵Esaltate il Signore nostro Dio,
prostratevi allo sgabello dei suoi piedi,
perché è santo.

⁶Mosè e Aronne tra i suoi sacerdoti,
Samuele tra quanti invocano il suo nome:
invocavano il Signore ed egli rispondeva.

⁷Parlava loro da una colonna di nubi:

obbedivano ai suoi comandi
e alla legge che aveva loro dato.

⁸Signore, Dio nostro, tu li esaudivi,
eri per loro un Dio paziente,
pur castigando i loro peccati.

⁹Esaltate il Signore nostro Dio,
prostratevi davanti al suo monte santo,
perché santo è il Signore, nostro Dio.

99

¹*Salmo. In rendimento di grazie.*

²Acclamate al Signore, voi tutti della terra,
servite il Signore nella gioia,
presentatevi a lui con esultanza.

³Riconoscete che il Signore è Dio;
egli ci ha fatti e noi siamo suoi,
suo popolo e gregge del suo pascolo.

⁴Varcate le sue porte con inni di grazie,
i suoi atri con canti di lode,
lodatelo, benedite il suo nome;

⁵poiché buono è il Signore,
eterna la sua misericordia,
la sua fedeltà per ogni generazione.

100

¹*Di Davide. Salmo.*

Amore e giustizia voglio cantare,
voglio cantare inni a te, o Signore.

²Agirò con saggezza nella via dell'innocenza:
quando verrai a me?
Camminerò con cuore integro,
dentro la mia casa.

³Non sopporterò davanti ai miei occhi
azioni malvage;
detesto chi fa il male,
non mi sarà vicino.

⁴Lontano da me il cuore perverso,
il malvagio non lo voglio conoscere.

⁵Chi calunnia in segreto il suo prossimo
io lo farò perire;
chi ha occhi altezzosi e cuore superbo
non lo potrò sopportare.

⁶I miei occhi sono rivolti ai fedeli del paese
perché restino a me vicino:
chi cammina per la via integra
sarà mio servitore.

⁷Non abiterà nella mia casa,
chi agisce con inganno,
chi dice menzogne non starà alla mia presenza.

⁸Sterminerò ogni mattino
tutti gli empi del paese,
per estirpare dalla città del Signore
quanti operano il male.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Katisma 14

Stasi 1

101

¹*Preghiera di un afflitto che è stanco
e sfoga dinanzi a Dio la sua angoscia.*

²Signore, ascolta la mia preghiera,
a te giunga il mio grido.

³Non nascondermi il tuo volto;
nel giorno della mia angoscia
piega verso di me l'orecchio.
Quando ti invoco: presto, rispondimi.

⁴Si dissolvono in fumo i miei giorni
e come brace ardon le mie ossa.

⁵Il mio cuore abbattuto come erba inaridisce,
dimentico di mangiare il mio pane.

⁶Per il lungo mio gemere
aderisce la mia pelle alle mie ossa.

⁷Sono simile al pellicano del deserto,
sono come un gufo tra le rovine.

⁸Voglio e gemo

come uccello solitario sopra un tetto.

⁹Tutto il giorno mi insultano i miei nemici,
furenti imprecano contro il mio nome.

¹⁰Di cenere mi nutro come di pane,
alla mia bevanda mescolo il pianto,

¹¹davanti alla tua collera e al tuo sdegno,
perché mi sollevi e mi scagli lontano.

¹²I miei giorni sono come ombra che declina,
e io come erba inaridisco.

¹³Ma tu, Signore, rimani in eterno,
il tuo ricordo per ogni generazione.

¹⁴Tu sorgerai, avrai pietà di Sion,
perché è tempo di usarle misericordia:
l'ora è giunta.

¹⁵Poiché ai tuoi servi sono care le sue pietre
e li muove a pietà la sua rovina.

¹⁶I popoli temeranno il nome del Signore
e tutti i re della terra la tua gloria,

¹⁷quando il Signore avrà ricostruito Sion
e sarà apparso in tutto il suo splendore.

¹⁸Egli si volge alla preghiera del misero
e non disprezza la sua supplica.

¹⁹Questo si scriva per la generazione futura
e un popolo nuovo darà lode al Signore.

²⁰Il Signore si è affacciato dall'alto del suo santuario,
dal cielo ha guardato la terra,

²¹per ascoltare il gemito del prigioniero,
per liberare i condannati a morte;

²²perché sia annunziato in Sion il nome del Signore
e la sua lode in Gerusalemme,

²³quando si aduneranno insieme i popoli
e i regni per servire il Signore.

²⁴Ha fiaccato per via la mia forza,
ha abbreviato i miei giorni.

²⁵Io dico: Mio Dio,
non rapirmi a metà dei miei giorni;
i tuoi anni durano per ogni generazione.

²⁶In principio tu hai fondato la terra,
i cieli sono opera delle tue mani.

²⁷Essi periranno, ma tu rimani,
tutti si logorano come veste,
come un abito tu li muterai
ed essi passeranno.

²⁸Ma tu resti lo stesso
e i tuoi anni non hanno fine.
²⁹I figli dei tuoi servi avranno una dimora,
resterà salda davanti a te la loro discendenza.

102

¹*Di Davide.*

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

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

³Egli perdona tutte le tue colpe,
guarisce tutte le tue malattie;
⁴salva dalla fossa la tua vita,
ti corona di grazia e di misericordia;
⁵egli sazia di beni i tuoi giorni
e tu rinnovi come aquila la tua giovinezza.

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

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

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

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

¹⁰Non ci tratta secondo i nostri peccati,
non ci ripaga secondo le nostre colpe.

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

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

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

¹⁴Perché egli sa di che siamo plasmati,
ricorda che noi siamo polvere.

¹⁵Come l'erba sono i giorni dell'uomo,
come il fiore del campo, così egli fiorisce.

¹⁶Lo investe il vento e più non esiste
e il suo posto non lo riconosce.

¹⁷Ma la grazia del Signore è da sempre,
dura in eterno per quanti lo temono;
la sua giustizia per i figli dei figli,

¹⁸per quanti custodiscono la sua alleanza
e ricordano di osservare i suoi precetti.
¹⁹Il Signore ha stabilito nel cielo il suo trono
e il suo regno abbraccia l'universo.

²⁰Benedite il Signore, voi tutti suoi angeli,
potenti esecutori dei suoi comandi,
pronti alla voce della sua parola.

²¹Benedite il Signore, voi tutte, sue schiere,
suoi ministri, che fate il suo volere.

²²Benedite il Signore, voi tutte opere sue,
in ogni luogo del suo dominio.
Benedici il Signore, anima mia.

Si ripete:

in ogni luogo del suo dominio.
Benedici il Signore, anima mia.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 2

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn

103

¹Benedici il Signore, anima mia,
Signore, mio Dio, quanto sei grande!
Rivestito di maestà e di splendore,
²avvolto di luce come di un manto.
Tu stendi il cielo come una tenda,
³costruisci sulle acque la tua dimora,
fai delle nubi il tuo carro,
cammini sulle ali del vento;
⁴fai dei venti i tuoi messaggeri,
delle fiamme guizzanti i tuoi ministri.

⁵Hai fondato la terra sulle sue basi,
mai potrà vacillare.
⁶L'oceano l'avvolgeva come un manto,
le acque coprivano le montagne.
⁷Alla tua minaccia sono fuggite,
al fragore del tuo tuono hanno tremato.
⁸Emergono i monti, scendono le valli
al luogo che hai loro assegnato.
⁹Hai posto un limite alle acque: non lo passeranno,
non torneranno a coprire la terra.

¹⁰Fai scaturire le sorgenti nelle valli
e scorrono tra i monti;
¹¹ne bevono tutte le bestie selvatiche
e gli ònagri estinguono la loro sete.
¹²Al di sopra dimorano gli uccelli del cielo,
cantano tra le fronde.

¹³Dalle tue alte dimore irrighi i monti,
con il frutto delle tue opere sazi la terra.
¹⁴Fai crescere il fieno per gli armenti
e l'erba al servizio dell'uomo,
perché tragga alimento dalla terra:
¹⁵il vino che allieta il cuore dell'uomo;
l'olio che fa brillare il suo volto
e il pane che sostiene il suo vigore.

¹⁶Si saziano gli alberi del Signore,
i cedri del Libano da lui piantati.
¹⁷Là gli uccelli fanno il loro nido
e la cicogna sui cipressi ha la sua casa.
¹⁸Per i camosci sono le alte montagne,
le rocce sono rifugio per gli iràci.

¹⁹Per segnare le stagioni hai fatto la luna
e il sole che conosce il suo tramonto.
²⁰Stendi le tenebre e viene la notte
e vagano tutte le bestie della foresta;
²¹ruggiscono i leoncelli in cerca di preda
e chiedono a Dio il loro cibo.
²²Sorge il sole, si ritirano
e si accovacciano nelle tane.
²³Allora l'uomo esce al suo lavoro,
per la sua fatica fino a sera.

²⁴Quanto sono grandi, Signore,
le tue opere!
Tutto hai fatto con saggezza,
la terra è piena delle tue creature.

²⁵Ecco il mare spazioso e vasto:
lì guizzano senza numero
animali piccoli e grandi.

²⁶Lo solcano le navi,
il Leviatàn che hai plasmato
perché in esso si diverta.

²⁷Tutti da te aspettano
che tu dia loro il cibo in tempo opportuno.

²⁸Tu lo provvedi, essi lo raccolgono,
tu apri la mano, si saziano di beni.

²⁹Se nascondi il tuo volto, vengono meno,
togli loro il respiro, muoiono
e ritornano nella loro polvere.

³⁰Mandi il tuo spirito, sono creati,
e rinnovi la faccia della terra.

³¹La gloria del Signore sia per sempre;
gioisca il Signore delle sue opere.

³²Egli guarda la terra e la fa sussultare,
tocca i monti ed essi fumano.

³³Voglio cantare al Signore finché ho vita,
cantare al mio Dio finché esisto.

³⁴A lui sia gradito il mio canto;
la mia gioia è nel Signore.

³⁵Scompaiano i peccatori dalla terra
e più non esistano gli empi.
Benedici il Signore, anima mia.

Si ripete:

e il sole che conosce il suo tramonto.

²⁰Stendi le tenebre e viene la notte.

²⁴Quanto sono grandi, Signore,
le tue opere!

Tutto hai fatto con saggezza

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 3

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amèn

104

¹Alleluia. Lodate il Signore e invocate il suo nome,
proclamate tra i popoli le sue opere.

²Cantate a lui canti di gioia,
meditate tutti i suoi prodigi.

³Gloriatevi del suo santo nome:
gioisca il cuore di chi cerca il Signore.

⁴Cercate il Signore e la sua potenza,
cercate sempre il suo volto.

⁵Ricordate le meraviglie che ha compiute,
i suoi prodigi e i giudizi della sua bocca:

⁶voi stirpe di Abramo, suo servo,
figli di Giacobbe, suo eletto.

⁷È lui il Signore, nostro Dio,
su tutta la terra i suoi giudizi.

⁸Ricorda sempre la sua alleanza:
parola data per mille generazioni,

⁹l'alleanza stretta con Abramo
e il suo giuramento ad Isacco.

¹⁰La stabilì per Giacobbe come legge,
come alleanza eterna per Israele:

¹¹"Ti darò il paese di Cànnaan
come eredità a voi toccata in sorte".

¹²Quando erano in piccolo numero,
pochi e forestieri in quella terra,

¹³e passavano di paese in paese,
da un regno ad un altro popolo,

¹⁴non permise che alcuno li opprimesse
e castigò i re per causa loro:

¹⁵"Non toccate i miei consacrati,
non fate alcun male ai miei profeti".

¹⁶Chiamò la fame sopra quella terra
e distrusse ogni riserva di pane.

¹⁷Davanti a loro mandò un uomo,
Giuseppe, venduto come schiavo.

¹⁸Gli strinsero i piedi con ceppi,
il ferro gli serrò la gola,

¹⁹finché si avverò la sua predizione
e la parola del Signore gli rese giustizia.

- ²⁰Il re mandò a scioglierlo,
il capo dei popoli lo fece liberare;
²¹lo pose signore della sua casa,
capo di tutti i suoi averi,
²²per istruire i capi secondo il suo giudizio
e insegnare la saggezza agli anziani.
- ²³E Israele venne in Egitto,
Giacobbe visse nel paese di Cam come straniero.
²⁴Ma Dio rese assai fecondo il suo popolo,
lo rese più forte dei suoi nemici.
²⁵Mutò il loro cuore
e odiarono il suo popolo,
contro i suoi servi agirono con inganno
²⁶Mandò Mosè suo servo
e Aronne che si era scelto.
²⁷Compì per mezzo loro i segni promessi
e nel paese di Cam i suoi prodigi.
- ²⁸Mandò le tenebre e si fece buio,
ma resistettero alle sue parole.
²⁹Cambiò le loro acque in sangue
e fece morire i pesci.
³⁰Il loro paese brulicò di rane
fino alle stanze dei loro sovrani.
³¹Diede un ordine e le mosche vennero a sciami
e le zanzare in tutto il loro paese.
³²Invece delle piogge mandò loro la grandine,
vampe di fuoco sul loro paese.
³³Colpì le loro vigne e i loro fichi,
schiantò gli alberi della loro terra.
- ³⁴Diede un ordine e vennero le locuste
e bruchi senza numero;
³⁵divorarono tutta l'erba del paese
e distrussero il frutto del loro suolo.
³⁶Colpì nel loro paese ogni primogenito,
tutte le primizie del loro vigore.
- ³⁷Fece uscire il suo popolo con argento e oro,
fra le tribù non c'era alcun infermo.
³⁸L'Egitto si rallegrò della loro partenza
perché su di essi era piombato il terrore.
³⁹Distese una nube per proteggerli
e un fuoco per illuminarli di notte.
- ⁴⁰Alla loro domanda fece scendere le quaglie
e li sazìò con il pane del cielo.
⁴¹Spaccò una rupe e ne sgorgarono acque,

scorrevano come fiumi nel deserto,
⁴²perché ricordò la sua parola santa
 data ad Abramo suo servo.

⁴³Fece uscire il suo popolo con esultanza,
 i suoi eletti con canti di gioia.
⁴⁴Diede loro le terre dei popoli,
 ereditarono la fatica delle genti,
⁴⁵perché custodissero i suoi decreti
 e obbedissero alle sue leggi. Alleluia. Gloria al Padre e al
 Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
 piccole prosternazioni*)

Katisma 15

Stasi 1

105

¹Alleluia. Celebrate il Signore, perché è buono,
 perché eterna è la sua misericordia.

²Chi può narrare i prodigi del Signore,
 far risuonare tutta la sua lode?

³Beati coloro che agiscono con giustizia
 e praticano il diritto in ogni tempo.

⁴Ricordati di noi, Signore, per amore del tuo popolo,
 visitaci con la tua salvezza,

⁵perché vediamo la felicità dei tuoi eletti,
 godiamo della gioia del tuo popolo,
 ci gloriamo con la tua eredità.

⁶Abbiamo peccato come i nostri padri,
 abbiamo fatto il male, siamo stati empi.

⁷I nostri padri in Egitto
 non compresero i tuoi prodigi,
 non ricordarono tanti tuoi benefici
 e si ribellarono presso il mare, presso il mar Rosso.

⁸Ma Dio li salvò per il suo nome,
 per manifestare la sua potenza.

⁹Minacciò il mar Rosso e fu disseccato,
li condusse tra i flutti come per un deserto;

¹⁰li salvò dalla mano di chi li odiava,
li riscattò dalla mano del nemico.

¹¹L'acqua sommerse i loro avversari;
nessuno di essi sopravvisse.

¹²Allora credettero alle sue parole
e cantarono la sua lode.

¹³Ma presto dimenticarono le sue opere,
non ebbero fiducia nel suo disegno,

¹⁴arsero di brame nel deserto,
e tentarono Dio nella steppa.

¹⁵Concesse loro quanto domandavano
e saziò la loro ingordigia.

¹⁶Divennero gelosi di Mosè negli accampamenti,
e di Aronne, il consacrato del Signore.

¹⁷Allora si aprì la terra e inghiottì Datan,
e seppellì l'assemblea di Abiron.

¹⁸Divampò il fuoco nella loro fazione
e la fiamma divorò i ribelli.

¹⁹Si fabbricarono un vitello sull'Oreb,
si prostrarono a un'immagine di metallo fuso;

²⁰scambiarono la loro gloria
con la figura di un toro che mangia fieno.

²¹Dimenticarono Dio che li aveva salvati,
che aveva operato in Egitto cose grandi,

²²prodigi nel paese di Cam,
cose terribili presso il mar Rosso.

²³E aveva già deciso di sterminarli,
se Mosè suo eletto
non fosse stato sulla breccia di fronte a lui,
per stornare la sua collera dallo sterminio.

²⁴Rifiutarono un paese di delizie,
non credettero alla sua parola.

²⁵Mormorarono nelle loro tende,
non ascoltarono la voce del Signore.

²⁶Egli alzò la mano su di loro
giurando di abatterli nel deserto,

²⁷di disperdere i loro discendenti tra le genti
e disseminarli per il paese.

²⁸Si asservirono a Baal-Peor
e mangiarono i sacrifici dei morti,

²⁹provocarono Dio con tali azioni
e tra essi scoppì una pestilenza.

³⁰Ma Finees si alzò e si fece giudice,
allora cessò la peste

³¹e gli fu computato a giustizia
presso ogni generazione, sempre.

³²Lo irritarono anche alle acque di Meriba
e Mosè fu punito per causa loro,

³³perché avevano inasprito l'animo suo
ed egli disse parole insipienti.

³⁴Non sterminarono i popoli
come aveva ordinato il Signore,

³⁵ma si mescolarono con le nazioni
e impararono le opere loro.

³⁶Servirono i loro idoli
e questi furono per loro un tranello.

³⁷Immolarono i loro figli
e le loro figlie agli dèi falsi.

³⁸Versarono sangue innocente,
il sangue dei figli e delle figlie

sacrificati agli idoli di Canaan;
la terra fu profanata dal sangue,

³⁹si contaminarono con le opere loro,
si macchiarono con i loro misfatti.

⁴⁰L'ira del Signore si accese contro il suo popolo,
ebbe in orrore il suo possesso;

⁴¹e li diede in balia dei popoli,
li dominarono i loro avversari,

⁴²li oppressero i loro nemici
e dovettero piegarsi sotto la loro mano.

⁴³Molte volte li aveva liberati;
ma essi si ostinarono nei loro disegni
e per le loro iniquità furono abbattuti.

⁴⁴Pure, egli guardò alla loro angoscia
quando udì il loro grido.

⁴⁵Si ricordò della sua alleanza con loro,
si mosse a pietà per il suo grande amore.

⁴⁶Fece loro trovare grazia
presso quanti li avevano deportati.

⁴⁷Salvaci, Signore Dio nostro,
e raccoglici di mezzo ai popoli,
perché proclamiamo il tuo santo nome
e ci gloriamo della tua lode.

⁴⁸Benedetto il Signore, Dio d'Israele
da sempre, per sempre.

Tutto il popolo dica: Amen.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 2

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin

106

¹Alleluia. Celebrate il Signore perché è buono,
perché eterna è la sua misericordia.

²Lo dicano i riscattati del Signore,
che egli liberò dalla mano del nemico

³e radunò da tutti i paesi,
dall'oriente e dall'occidente,
dal settentrione e dal mezzogiorno.

⁴Vagavano nel deserto, nella steppa,
non trovavano il cammino per una città dove abitare.

⁵Erano affamati e assetati,
veniva meno la loro vita.

⁶Nell'angoscia gridarono al Signore
ed egli li liberò dalle loro angustie.

⁷Li condusse sulla via retta,
perché camminassero verso una città dove abitare.

⁸Ringrazino il Signore per la sua misericordia,
per i suoi prodigi a favore degli uomini;

⁹poiché saziò il desiderio dell'assetato,
e l'affamato ricolmò di beni.

¹⁰Abitavano nelle tenebre e nell'ombra di morte,
prigionieri della miseria e dei ceppi,

¹¹perché si erano ribellati alla parola di Dio
e avevano disprezzato il disegno dell'Altissimo.

¹²Egli piegò il loro cuore sotto le sventure;
cadevano e nessuno li aiutava.

¹³Nell'angoscia gridarono al Signore
ed egli li liberò dalle loro angustie.

¹⁴Li fece uscire dalle tenebre e dall'ombra di morte

e spezzò le loro catene.

¹⁵Ringrazino il Signore per la sua misericordia,
per i suoi prodigi a favore degli uomini;

¹⁶perché ha infranto le porte di bronzo
e ha spezzato le barre di ferro.

¹⁷Stolti per la loro iniqua condotta,
soffrivano per i loro misfatti;

¹⁸rifiutavano ogni nutrimento
e già toccavano le soglie della morte.

¹⁹Nell'angoscia gridarono al Signore
ed egli li liberò dalle loro angustie.

²⁰Mandò la sua parola e li fece guarire,
li salvò dalla distruzione.

²¹Ringrazino il Signore per la sua misericordia
e per i suoi prodigi a favore degli uomini.

²²Offrano a lui sacrifici di lode,
narrino con giubilo le sue opere.

²³Coloro che solcavano il mare sulle navi
e commerciavano sulle grandi acque,

²⁴videro le opere del Signore,
i suoi prodigi nel mare profondo.

²⁵Egli parlò e fece levare
un vento burrascoso che sollevò i suoi flutti.

²⁶Salivano fino al cielo,
scendevano negli abissi;
la loro anima languiva nell'affanno.

²⁷Ondeggiavano e barcollavano come ubriachi,
tutta la loro perizia era svanita.

²⁸Nell'angoscia gridarono al Signore
ed egli li liberò dalle loro angustie.

²⁹Ridusse la tempesta alla calma,
tacquero i flutti del mare.

³⁰Si rallegrarono nel vedere la bonaccia
ed egli li condusse al porto sospirato.

³¹Ringrazino il Signore per la sua misericordia
e per i suoi prodigi a favore degli uomini.

³²Lo esaltino nell'assemblea del popolo,
lo lodino nel consesso degli anziani.

³³Ridusse i fiumi a deserto,
a luoghi aridi le fonti d'acqua

³⁴e la terra fertile a palude
per la malizia dei suoi abitanti.

³⁵Ma poi cambiò il deserto in lago,
e la terra arida in sorgenti d'acqua.

³⁶Là fece dimorare gli affamati
ed essi fondarono una città dove abitare.

³⁷Seminarono campi e piantarono vigne,
e ne raccolsero frutti abbondanti.

³⁸Li benedisse e si moltiplicarono,
non lasciò diminuire il loro bestiame.

³⁹Ma poi, ridotti a pochi, furono abbattuti,
perché oppressi dalle sventure e dal dolore.

⁴⁰Colui che getta il disprezzo sui potenti,
li fece vagare in un deserto senza strade.

⁴¹Ma risollevò il povero dalla miseria
e rese le famiglie numerose come greggi.

⁴²Vedono i giusti e ne gioiscono
e ogni iniquo chiude la sua bocca.

⁴³Chi è saggio osservi queste cose
e comprenderà la bontà del Signore.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 3

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin

107

¹*Canto. Salmo. Di Davide.*

²Saldo è il mio cuore, Dio,
saldo è il mio cuore:
voglio cantare inni, anima mia.

³Svegliatevi, arpa e cetra,
voglio svegliare l'aurora.

⁴Ti loderò tra i popoli, Signore,
a te canterò inni tra le genti,

⁵perché la tua bontà è grande fino ai cieli
e la tua verità fino alle nubi.

⁶Innàlzati, Dio, sopra i cieli,
su tutta la terra la tua gloria.

⁷Perché siano liberati i tuoi amici,

⁸Dio ha parlato nel suo santuario:
"Esulterò, voglio dividere Sichem
e misurare la valle di Succot;
⁹mio è Gàlaad, mio Manasse,
Èfrain è l'elmo del mio capo,
Giuda il mio scettro.

¹⁰Moab è il catino per lavarmi,
sull'Idumea getterò i miei sandali,
sulla Filistea canterò vittoria".

¹¹Chi mi guiderà alla città fortificata,
chi mi condurrà fino all'Idumea?

¹²Non forse tu, Dio, che ci hai respinti
e più non esci, Dio, con i nostri eserciti?

¹³Contro il nemico portaci soccorso,
poiché vana è la salvezza dell'uomo.

¹⁴Con Dio noi faremo cose grandi
ed egli annienterà chi ci opprime.

108

¹*Al maestro del coro. Di Davide. Salmo.*

Dio della mia lode, non tacere,
²poiché contro di me si sono aperte
la bocca dell'empio e dell'uomo di frode;
parlano di me con lingua di menzogna.

³Mi investono con parole di odio,
mi combattono senza motivo.

⁴In cambio del mio amore mi muovono accuse,
mentre io sono in preghiera.

⁵Mi rendono male per bene
e odio in cambio di amore.

⁶Suscita un empio contro di lui
e un accusatore stia alla sua destra.

⁷Citato in giudizio, risulti colpevole
e il suo appello si risolva in condanna.

⁸Pochi siano i suoi giorni
e il suo posto l'occupi un altro.

⁹I suoi figli rimangano orfani
e vedova sua moglie.

¹⁰Vadano raminghi i suoi figli, mendicando,
siano espulsi dalle loro case in rovina.

¹¹L'usuraio divori tutti i suoi averi
e gli estranei facciano preda del suo lavoro.

¹²Nessuno gli usi a lui misericordia,
nessuno abbia pietà dei suoi orfani.

¹³La sua discendenza sia votata allo sterminio,
nella generazione che segue sia cancellato il suo nome.

¹⁴L'iniquità dei suoi padri sia ricordata al Signore,
il peccato di sua madre non sia mai cancellato.

¹⁵Siano davanti al Signore sempre
ed egli disperda dalla terra il loro ricordo.

¹⁶Perché ha rifiutato di usare misericordia
e ha perseguitato il misero e l'indigente,
per far morire chi è affranto di cuore.

¹⁷Ha amato la maledizione: ricada su di lui!

Non ha voluto la benedizione: da lui si allontanì!

¹⁸Si è avvolto di maledizione come di un mantello:
è penetrata come acqua nel suo intimo
e come olio nelle sue ossa.

¹⁹Sia per lui come vestito che lo avvolge,
come cintura che sempre lo cinge.

²⁰Sia questa da parte del Signore
la ricompensa per chi mi accusa,
per chi dice male contro la mia vita.

²¹Ma tu, Signore Dio,
agisci con me secondo il tuo nome:
salvami, perché buona è la tua grazia.

²²Io sono povero e infelice
e il mio cuore è ferito nell'intimo.

²³Scompaio come l'ombra che declina,
sono sbattuto come una locusta.

²⁴Le mie ginocchia vacillano per il digiuno,
il mio corpo è scarno e deperisce.

²⁵Sono diventato loro oggetto di scherno,
quando mi vedono scuotono il capo.

²⁶Aiutami, Signore mio Dio,
salvami per il tuo amore.

²⁷Sappiano che qui c'è la tua mano:
tu, Signore, tu hai fatto questo.

²⁸Maledicano essi, ma tu benedicimi;
insorgano quelli e arrossiscano,
ma il tuo servo sia nella gioia.

²⁹Sia coperto di infamia chi mi accusa
e sia avvolto di vergogna come d'un mantello.

³⁰Alta risuoni sulle mie labbra la lode del Signore,
lo esalterò in una grande assemblea;

³¹poiché si è messo alla destra del povero
per salvare dai giudici la sua vita.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amèn.

Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Katisma 16

Stasi 1

109

¹*Di Davide. Salmo.*

Oracolo del Signore al mio Signore:
"Siedi alla mia destra,
finché io ponga i tuoi nemici
a sgabello dei tuoi piedi".

²Lo scettro del tuo potere
stende il Signore da Sion:
"Domina in mezzo ai tuoi nemici.

³A te il principato
nel giorno della tua potenza
tra santi splendori;
dal seno dell'aurora,
come rugiada, io ti ho generato".

⁴Il Signore ha giurato
e non si pente:
"Tu sei sacerdote per sempre
al modo di Melchisedek".

⁵Il Signore è alla tua destra,

annienterà i re nel giorno della sua ira.

⁶Giudicherà i popoli:
in mezzo a cadaveri
ne stritolerà la testa su vasta terra.

⁷Lungo il cammino si disseta al torrente
e solleva alta la testa.

110

¹Alleluia. Alef. Renderò grazie al Signore con tutto il cuore,
Bet. nel consesso dei giusti e nell'assemblea.

²Ghimel. Grandi le opere del Signore,
Dalet. le contemplino coloro che le amano.

³He. Le sue opere sono splendore di bellezza,
Vau. la sua giustizia dura per sempre.

⁴Zain. Ha lasciato un ricordo dei suoi prodigi:
Het. pietà e tenerezza è il Signore.

⁵Tet. Egli dà il cibo a chi lo teme,
Iod. si ricorda sempre della sua alleanza.

⁶Caf. Mostrò al suo popolo la potenza delle sue opere,
Lamed. gli diede l'eredità delle genti.

⁷Mem. Le opere delle sue mani sono verità e giustizia,
Nun. stabili sono tutti i suoi comandi,

⁸Samech. immutabili nei secoli, per sempre,
Ain. eseguiti con fedeltà e rettitudine.

⁹Pe. Mandò a liberare il suo popolo,
Sade. stabili la sua alleanza per sempre.

¹⁰Kof. Santo e terribile il suo nome.
Res. Principio della saggezza è il timore del Signore,
Sin. saggio è colui che gli è fedele;
Tau. la lode del Signore è senza fine.

111

¹Alleluia. Alef. Beato l'uomo che teme il Signore
Bet. e trova grande gioia nei suoi comandamenti.

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

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

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

⁵Tet. Felice l'uomo pietoso che dà in prestito,

Iod. amministra i suoi beni con giustizia.

⁶Caf. Egli non vacillerà in eterno:

Lamed. Il giusto sarà sempre ricordato.

⁷Mem. Non temerà annunzio di sventura,

Nun. saldo è il suo cuore, confida nel Signore.

⁸Samech. Sicuro è il suo cuore, non teme,

Ain. finché trionferà dei suoi nemici.

⁹Pe. Egli dona largamente ai poveri,

Sade. la sua giustizia rimane per sempre,

Kof. la sua potenza s'innalza nella gloria.

¹⁰Res. L'empio vede e si adira,

Sin. digrigna i denti e si consuma.

Tau. Ma il desiderio degli empi fallisce.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 2

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin

112

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

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

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

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

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

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

⁷Solleva l'indigente dalla polvere,
dall'immondizia rialza il povero,
⁸per farlo sedere tra i principi,
tra i principi del suo popolo.

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

113

¹Alleluia. Quando Israele uscì dall'Egitto,
la casa di Giacobbe da un popolo barbaro,
²Giuda divenne il suo santuario,
Israele il suo dominio.

³Il mare vide e si ritrasse,
il Giordano si volse indietro,
⁴i monti saltellarono come arieti,
le colline come agnelli di un gregge.

⁵Che hai tu, mare, per fuggire,
e tu, Giordano, perché torni indietro?
⁶Perché voi monti saltellate come arieti
e voi colline come agnelli di un gregge?

⁷Trema, o terra, davanti al Signore,
davanti al Dio di Giacobbe,
⁸che muta la rupe in un lago,
la roccia in sorgenti d'acqua.

¹Non a noi, Signore, non a noi,
ma al tuo nome da' gloria,
per la tua fedeltà, per la tua grazia.

²Perché i popoli dovrebbero dire:
"Dov'è il loro Dio?".

³Il nostro Dio è nei cieli,
egli opera tutto ciò che vuole.

⁴Gli idoli delle genti sono argento e oro,
opera delle mani dell'uomo.

⁵Hanno bocca e non parlano,
hanno occhi e non vedono,

⁶hanno orecchi e non odono,
hanno narici e non odorano.

⁷Hanno mani e non palpano,
hanno piedi e non camminano;
dalla gola non emettono suoni.

⁸Sia come loro chi li fabbrica
e chiunque in essi confida.

- ⁹Israele confida nel Signore:
egli è loro aiuto e loro scudo.
- ¹⁰Confida nel Signore la casa di Aronne:
egli è loro aiuto e loro scudo.
- ¹¹Confida nel Signore, chiunque lo teme:
egli è loro aiuto e loro scudo.
- ¹²Il Signore si ricorda di noi, ci benedice:
benedice la casa d'Israele,
benedice la casa di Aronne.
- ¹³Il Signore benedice quelli che lo temono,
benedice i piccoli e i grandi.
- ¹⁴Vi renda fecondi il Signore,
voi e i vostri figli.
- ¹⁵Siate benedetti dal Signore
che ha fatto cielo e terra.
- ¹⁶I cieli sono i cieli del Signore,
ma ha dato la terra ai figli dell'uomo.
- ¹⁷Non i morti lodano il Signore,
né quanti scendono nella tomba.
- ¹⁸Ma noi, i viventi, benediciamo il Signore
ora e sempre.

114

- ¹Alleluia. Amo il Signore perché ascolta
il grido della mia preghiera.
- ²Verso di me ha teso l'orecchio
nel giorno in cui lo invocavo.
- ³Mi stringevano funi di morte,
ero preso nei lacci degli inferi.
Mi opprimevano tristezza e angoscia
- ⁴e ho invocato il nome del Signore:
"Ti prego, Signore, salvami".
- ⁵Buono e giusto è il Signore,
il nostro Dio è misericordioso.
- ⁶Il Signore protegge gli umili:
ero misero ed egli mi ha salvato.
- ⁷Ritorna, anima mia, alla tua pace,
poiché il Signore ti ha beneficiato;
- ⁸egli mi ha sottratto dalla morte,
ha liberato i miei occhi dalle lacrime,
ha preservato i miei piedi dalla caduta.
- ⁹Camminerò alla presenza del Signore
sulla terra dei viventi.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 3

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin

115

¹⁰Alleluia. Ho creduto anche quando dicevo:

"Sono troppo infelice".

¹¹Ho detto con sgomento:

"Ogni uomo è inganno".

¹²Che cosa renderò al Signore
per quanto mi ha dato?

¹³Alzerò il calice della salvezza
e invocherò il nome del Signore.

¹⁴Adempirò i miei voti al Signore,
davanti a tutto il suo popolo.

¹⁵Preziosa agli occhi del Signore
è la morte dei suoi fedeli.

¹⁶Si, io sono il tuo servo, Signore,
io sono tuo servo, figlio della tua ancella;
hai spezzato le mie catene.

¹⁷A te offrirò sacrifici di lode
e invocherò il nome del Signore.

¹⁸Adempirò i miei voti al Signore
e davanti a tutto il suo popolo,

¹⁹negli atri della casa del Signore,
in mezzo a te, Gerusalemme.

116

¹Alleluia. Lodate il Signore, popoli tutti,
voi tutte, nazioni, dategli gloria;

²perché forte è il suo amore per noi
e la fedeltà del Signore dura in eterno.

117

¹Alleluia. Celebrate il Signore, perché è buono;
perché eterna è la sua misericordia.

²Dica Israele che egli è buono:
eterna è la sua misericordia.

³Lo dica la casa di Aronne:
eterna è la sua misericordia.

⁴Lo dica chi teme Dio:
eterna è la sua misericordia.

⁵Nell'angoscia ho gridato al Signore,
mi ha risposto, il Signore, e mi ha tratto in salvo.

⁶Il Signore è con me, non ho timore;
che cosa può farmi l'uomo?

⁷Il Signore è con me, è mio aiuto,
sfiderò i miei nemici.

⁸È meglio rifugiarsi nel Signore
che confidare nell'uomo.

⁹È meglio rifugiarsi nel Signore
che confidare nei potenti.

¹⁰Tutti i popoli mi hanno circondato,
ma nel nome del Signore li ho sconfitti.

¹¹Mi hanno circondato, mi hanno accerchiato,
ma nel nome del Signore li ho sconfitti.

¹²Mi hanno circondato come api,
come fuoco che divampa tra le spine,
ma nel nome del Signore li ho sconfitti.

¹³Mi avevano spinto con forza per farmi cadere,
ma il Signore è stato mio aiuto.

¹⁴Mia forza e mio canto è il Signore,
egli è stato la mia salvezza.

¹⁵Grida di giubilo e di vittoria,
nelle tende dei giusti:
la destra del Signore ha fatto meraviglie,

¹⁶la destra del Signore si è innalzata,
la destra del Signore ha fatto meraviglie.

¹⁷Non morirò, resterò in vita
e annunzierò le opere del Signore.

¹⁸Il Signore mi ha provato duramente,
ma non mi ha consegnato alla morte.

¹⁹Apritemi le porte della giustizia:
voglio entrarvi e rendere grazie al Signore.

²⁰ È questa la porta del Signore,
per essa entrano i giusti.

²¹ Ti rendo grazie, perché mi hai esaudito,
perché sei stato la mia salvezza.

²² La pietra scartata dai costruttori
è divenuta testata d'angolo;

²³ ecco l'opera del Signore:
una meraviglia ai nostri occhi.

²⁴ Questo è il giorno fatto dal Signore:
rallegriamoci ed esultiamo in esso.

²⁵ Dona, Signore, la tua salvezza,
dona, Signore, la vittoria!

²⁶ Benedetto colui che viene nel nome del Signore.
Vi benediciamo dalla casa del Signore;

²⁷ Dio, il Signore è nostra luce.
Ordinate il corteo con rami frondosi
fino ai lati dell'altare.

²⁸ Sei tu il mio Dio e ti rendo grazie,
sei il mio Dio e ti esalto.

²⁹ Celebrate il Signore, perché è buono:
perché eterna è la sua misericordia.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

*Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (tre volte con tre
piccole prosternazioni)*

Katisma 17

Stasi 1 (vv.1 - 72)

118

¹ Alleluia. Alef. Beato l'uomo di integra condotta,
che cammina nella legge del Signore.

² Beato chi è fedele ai suoi insegnamenti
e lo cerca con tutto il cuore.

³ Non commette ingiustizie,
cammina per le sue vie.

⁴ Tu hai dato i tuoi precetti
perché siano osservati fedelmente.

- ⁵Siano diritte le mie vie,
nel custodire i tuoi decreti.
- ⁶Allora non dovrò arrossire
se avrò obbedito ai tuoi comandi.
- ⁷Ti loderò con cuore sincero
quando avrò appreso le tue giuste sentenze.
- ⁸Voglio osservare i tuoi decreti:
non abbandonarmi mai.
- ⁹Bet. Come potrà un giovane tenere pura la sua via?
Custodendo le tue parole.
- ¹⁰Con tutto il cuore ti cerco:
non farmi deviare dai tuoi precetti.
- ¹¹Conservo nel cuore le tue parole
per non offenderti con il peccato.
- ¹²Benedetto sei tu, Signore;
mostrami il tuo volere.
- ¹³Con le mie labbra ho enumerato
tutti i giudizi della tua bocca.
- ¹⁴Nel seguire i tuoi ordini è la mia gioia
più che in ogni altro bene.
- ¹⁵Voglio meditare i tuoi comandamenti,
considerare le tue vie.
- ¹⁶Nella tua volontà è la mia gioia;
mai dimenticherò la tua parola.
- ¹⁷Ghimel. Sii buono con il tuo servo e avrò vita,
custodirò la tua parola.
- ¹⁸Aprimi gli occhi perché io veda
le meraviglie della tua legge.
- ¹⁹Io sono straniero sulla terra,
non nascondermi i tuoi comandi.
- ²⁰Io mi consumo nel desiderio
dei tuoi precetti in ogni tempo.
- ²¹Tu minacci gli orgogliosi;
maledetto chi devia dai tuoi decreti.
- ²²Allontana da me vergogna e disprezzo,
perché ho osservato le tue leggi.
- ²³Siedono i potenti, mi calunniano,
ma il tuo servo medita i tuoi decreti.
- ²⁴Anche i tuoi ordini sono la mia gioia,
miei consiglieri i tuoi precetti.
- ²⁵Dalet. Io sono prostrato nella polvere;
dammi vita secondo la tua parola.
- ²⁶Ti ho manifestato le mie vie e mi hai risposto;
insegnami i tuoi voleri.
- ²⁷Fammi conoscere la via dei tuoi precetti

e mediterò i tuoi prodigi.

²⁸Io piango nella tristezza;
sollevami secondo la tua promessa.

²⁹Tieni lontana da me la via della menzogna,
fammi dono della tua legge.

³⁰Ho scelto la via della giustizia,
mi sono proposto i tuoi giudizi.

³¹Ho aderito ai tuoi insegnamenti, Signore,
che io non resti confuso.

³²Corro per la via dei tuoi comandamenti,
perché hai dilatato il mio cuore.

³³He. Indicami, Signore, la via dei tuoi decreti
e la seguirò sino alla fine.

³⁴Dammi intelligenza, perché io osservi la tua legge
e la custodisca con tutto il cuore.

³⁵Dirigimi sul sentiero dei tuoi comandi,
perché in esso è la mia gioia.

³⁶Piega il mio cuore verso i tuoi insegnamenti
e non verso la sete del guadagno.

³⁷Distogli i miei occhi dalle cose vane,
fammi vivere sulla tua via.

³⁸Con il tuo servo sii fedele alla parola
che hai data, perché ti si tema.

³⁹Allontana l'insulto che mi sgomenta,
poiché i tuoi giudizi sono buoni.

⁴⁰Ecco, desidero i tuoi comandamenti;
per la tua giustizia fammi vivere.

⁴¹Vau. Venga a me, Signore, la tua grazia,
la tua salvezza secondo la tua promessa;

⁴²a chi mi insulta darò una risposta,
perché ho fiducia nella tua parola.

⁴³Non togliere mai dalla mia bocca la parola vera,
perché confido nei tuoi giudizi.

⁴⁴Custodirò la tua legge per sempre,
nei secoli, in eterno.

⁴⁵Sarò sicuro nel mio cammino,
perché ho ricercato i tuoi voleri.

⁴⁶Davanti ai re parlerò della tua alleanza
senza temere la vergogna.

⁴⁷Gioirò per i tuoi comandi
che ho amati.

⁴⁸Alzerò le mani ai tuoi precetti che amo,
mediterò le tue leggi.

⁴⁹Zain. Ricorda la promessa fatta al tuo servo,
con la quale mi hai dato speranza.

⁵⁰Questo mi consola nella miseria:
la tua parola mi fa vivere.

⁵¹I superbi mi insultano aspramente,
ma non devìo dalla tua legge.

⁵²Ricordo i tuoi giudizi di un tempo, Signore,
e ne sono consolato.

⁵³M'ha preso lo sdegno contro gli empi
che abbandonano la tua legge.

⁵⁴Sono canti per me i tuoi precetti,
nella terra del mio pellegrinaggio.

⁵⁵Ricordo il tuo nome lungo la notte
e osservo la tua legge, Signore.

⁵⁶Tutto questo mi accade
perché ho custodito i tuoi precetti.

⁵⁷Het. La mia sorte, ho detto, Signore,
è custodire le tue parole.

⁵⁸Con tutto il cuore ti ho supplicato,
fammi grazia secondo la tua promessa.

⁵⁹Ho scrutato le mie vie,
ho rivolto i miei passi verso i tuoi comandamenti.

⁶⁰Sono pronto e non voglio tardare
a custodire i tuoi decreti.

⁶¹I lacci degli empi mi hanno avvinto,
ma non ho dimenticato la tua legge.

⁶²Nel cuore della notte mi alzo a renderti lode
per i tuoi giusti decreti.

⁶³Sono amico di coloro che ti sono fedeli
e osservano i tuoi precetti.

⁶⁴Del tuo amore, Signore, è piena la terra;
insegnami il tuo volere.

⁶⁵Tet. Hai fatto il bene al tuo servo, Signore,
secondo la tua parola.

⁶⁶Insegnami il senno e la saggezza,
perché ho fiducia nei tuoi comandamenti.

⁶⁷Prima di essere umiliato andavo errando,
ma ora osservo la tua parola.

⁶⁸Tu sei buono e fai il bene,
insegnami i tuoi decreti.

⁶⁹Mi hanno calunniato gli insolenti,
ma io con tutto il cuore osservo i tuoi precetti.

⁷⁰Torpidi come il grasso è il loro cuore,
ma io mi diletto della tua legge.

⁷¹Bene per me se sono stato umiliato,
perché impari ad obbedirti.

⁷²La legge della tua bocca mi è preziosa
più di mille pezzi d'oro e d'argento.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 2 (vv.73 - 131)

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn

⁷³Iod. Le tue mani mi hanno fatto e plasmato;
fammi capire e imparerò i tuoi comandi.

⁷⁴I tuoi fedeli al vedermi avranno gioia,
perché ho sperato nella tua parola.

⁷⁵Signore, so che giusti sono i tuoi giudizi
e con ragione mi hai umiliato.

⁷⁶Mi consoli la tua grazia,
secondo la tua promessa al tuo servo.

⁷⁷Venga su di me la tua misericordia e avrò vita,
poiché la tua legge è la mia gioia.

⁷⁸Siano confusi i superbi che a torto mi opprimono;
io mediterò la tua legge.

⁷⁹Si volgano a me i tuoi fedeli
e quelli che conoscono i tuoi insegnamenti.

⁸⁰Sia il mio cuore integro nei tuoi precetti,
perché non resti confuso.

⁸¹Caf. Mi consumo nell'attesa della tua salvezza,
spero nella tua parola.

⁸²Si consumano i miei occhi dietro la tua promessa,
mentre dico: "Quando mi darai conforto?".

⁸³Io sono come un otre esposto al fumo,
ma non dimentico i tuoi insegnamenti.

⁸⁴Quanti saranno i giorni del tuo servo?
Quando farai giustizia dei miei persecutori?

⁸⁵Mi hanno scavato fosse gli insolenti
che non seguono la tua legge.

⁸⁶Verità sono tutti i tuoi comandi;
a torto mi perseguitano: vieni in mio aiuto.

⁸⁷Per poco non mi hanno bandito dalla terra,

ma io non ho abbandonato i tuoi precetti.

⁸⁸Secondo il tuo amore fammi vivere
e osserverò le parole della tua bocca.

⁸⁹Lamed. La tua parola, Signore,
è stabile come il cielo.

⁹⁰La tua fedeltà dura per ogni generazione;
hai fondato la terra ed essa è salda.

⁹¹Per tuo decreto tutto sussiste fino ad oggi,
perché ogni cosa è al tuo servizio.

⁹²Se la tua legge non fosse la mia gioia,
sarei perito nella mia miseria.

⁹³Mai dimenticherò i tuoi precetti:
per essi mi fai vivere.

⁹⁴Io sono tuo: salvami,
perché ho cercato il tuo volere.

⁹⁵Gli empi mi insidiano per rovinarmi,
ma io medito i tuoi insegnamenti.

⁹⁶Di ogni cosa perfetta ho visto il limite,
ma la tua legge non ha confini.

⁹⁷Mem. Quanto amo la tua legge, Signore;
tutto il giorno la vado meditando.

⁹⁸Il tuo precetto mi fa più saggio dei miei nemici,
perché sempre mi accompagna.

⁹⁹Sono più saggio di tutti i miei maestri,
perché medito i tuoi insegnamenti.

¹⁰⁰Ho più senno degli anziani,
perché osservo i tuoi precetti.

¹⁰¹Tengo lontano i miei passi da ogni via di male,
per custodire la tua parola.

¹⁰²Non mi allontanano dai tuoi giudizi,
perché sei tu ad istruirmi.

¹⁰³Quanto sono dolci al mio palato le tue parole:
più del miele per la mia bocca.

¹⁰⁴Dai tuoi decreti ricevo intelligenza,
per questo odio ogni via di menzogna.

¹⁰⁵Nun. Lampada per i miei passi è la tua parola,
luce sul mio cammino.

¹⁰⁶Ho giurato, e lo confermo,
di custodire i tuoi precetti di giustizia.

¹⁰⁷Sono stanco di soffrire, Signore,
dammi vita secondo la tua parola.

¹⁰⁸Signore, gradisci le offerte delle mie labbra,
insegnami i tuoi giudizi.

¹⁰⁹La mia vita è sempre in pericolo,
ma non dimentico la tua legge.

- ¹¹⁰Gli empi mi hanno teso i loro lacci,
ma non ho deviato dai tuoi precetti.
- ¹¹¹Mia eredità per sempre sono i tuoi insegnamenti,
sono essi la gioia del mio cuore.
- ¹¹²Ho piegato il mio cuore ai tuoi comandamenti,
in essi è la mia ricompensa per sempre.
- ¹¹³Samech. Detesto gli animi incostanti,
io amo la tua legge.
- ¹¹⁴Tu sei mio rifugio e mio scudo,
spero nella tua parola.
- ¹¹⁵Allontanatevi da me o malvagi,
osserverò i precetti del mio Dio.
- ¹¹⁶Sostienimi secondo la tua parola e avrò vita,
non deludermi nella mia speranza.
- ¹¹⁷Sii tu il mio aiuto e sarò salvo,
gioirò sempre nei tuoi precetti.
- ¹¹⁸Tu disprezzi chi abbandona i tuoi decreti,
perché la sua astuzia è fallace.
- ¹¹⁹Consideri scorie tutti gli empi della terra,
perciò amo i tuoi insegnamenti.
- ¹²⁰Tu fai fremere di spavento la mia carne,
io temo i tuoi giudizi.
- ¹²¹Ain. Ho agito secondo diritto e giustizia;
non abbandonarmi ai miei oppressori.
- ¹²²Assicura il bene al tuo servo;
non mi opprimano i superbi.
- ¹²³I miei occhi si consumano nell'attesa della tua salvezza
e della tua parola di giustizia.
- ¹²⁴Agisci con il tuo servo secondo il tuo amore
e insegnami i tuoi comandamenti.
- ¹²⁵Io sono tuo servo, fammi comprendere
e conoscerò i tuoi insegnamenti.
- ¹²⁶È tempo che tu agisca, Signore;
hanno violato la tua legge.
- ¹²⁷Perciò amo i tuoi comandamenti
più dell'oro, più dell'oro fino.
- ¹²⁸Per questo tengo cari i tuoi precetti
e odio ogni via di menzogna.
- ¹²⁹Pe. Meravigliosa è la tua alleanza,
per questo le sono fedele.
- ¹³⁰La tua parola nel rivelarsi illumina,
dona saggezza ai semplici.
- ¹³¹Apro anelante la bocca,
perché desidero i tuoi comandamenti.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 3 (vv. 132 - 176)

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin

¹³²Volgiti a me e abbi misericordia,
tu che sei giusto per chi ama il tuo nome.

¹³³Rendi saldi i miei passi secondo la tua parola
e su di me non prevalga il male.

¹³⁴Salvami dall'oppressione dell'uomo
e obbedirò ai tuoi precetti.

¹³⁵Fa' risplendere il volto sul tuo servo
e insegnami i tuoi comandamenti.

¹³⁶Fiumi di lacrime mi scendono dagli occhi,
perché non osservano la tua legge.

¹³⁷Sade. Tu sei giusto, Signore,
e retto nei tuoi giudizi.

¹³⁸Con giustizia hai ordinato le tue leggi
e con fedeltà grande.

¹³⁹Mi divora lo zelo della tua casa,
perché i miei nemici dimenticano le tue parole.

¹⁴⁰Purissima è la tua parola,
il tuo servo la predilige.

¹⁴¹Io sono piccolo e disprezzato,
ma non trascuro i tuoi precetti.

¹⁴²La tua giustizia è giustizia eterna
e verità è la tua legge.

¹⁴³Angoscia e affanno mi hanno colto,
ma i tuoi comandi sono la mia gioia.

¹⁴⁴Giusti sono i tuoi insegnamenti per sempre,
fammi comprendere e avrò la vita.

¹⁴⁵Kof. T'invoco con tutto il cuore, Signore, rispondimi;
custodirò i tuoi precetti.

¹⁴⁶Io ti chiamo, salvami,
e seguirò i tuoi insegnamenti.

- ¹⁴⁷Precedo l'aurora e grido aiuto,
spero sulla tua parola.
- ¹⁴⁸I miei occhi prevengono le veglie
per meditare sulle tue promesse.
- ¹⁴⁹Ascolta la mia voce, secondo la tua grazia;
Signore, fammi vivere secondo il tuo giudizio.
- ¹⁵⁰A tradimento mi assediano i miei persecutori,
sono lontani dalla tua legge.
- ¹⁵¹Ma tu, Signore, sei vicino,
tutti i tuoi precetti sono veri.
- ¹⁵²Da tempo conosco le tue testimonianze
che hai stabilite per sempre.
- ¹⁵³Res. Vedi la mia miseria, salvami,
perché non ho dimenticato la tua legge.
- ¹⁵⁴Difendi la mia causa, riscattami,
secondo la tua parola fammi vivere.
- ¹⁵⁵Lontano dagli empi è la salvezza,
perché non cercano il tuo volere.
- ¹⁵⁶Le tue misericordie sono grandi, Signore,
secondo i tuoi giudizi fammi vivere.
- ¹⁵⁷Sono molti i persecutori che mi assalgono,
ma io non abbandono le tue leggi.
- ¹⁵⁸Ho visto i ribelli e ne ho provato ribrezzo,
perché non custodiscono la tua parola.
- ¹⁵⁹Vedi che io amo i tuoi precetti,
Signore, secondo la tua grazia dammi vita.
- ¹⁶⁰La verità è principio della tua parola,
resta per sempre ogni sentenza della tua giustizia.
- ¹⁶¹Sin. I potenti mi perseguitano senza motivo,
ma il mio cuore teme le tue parole.
- ¹⁶²Io gioisco per la tua promessa,
come uno che trova grande tesoro.
- ¹⁶³Odio il falso e lo detesto,
amo la tua legge.
- ¹⁶⁴Sette volte al giorno io ti lodo
per le sentenze della tua giustizia.
- ¹⁶⁵Grande pace per chi ama la tua legge,
nel suo cammino non trova inciampo.
- ¹⁶⁶Aspetto da te la salvezza, Signore,
e obbedisco ai tuoi comandi.
- ¹⁶⁷Io custodisco i tuoi insegnamenti
e li amo sopra ogni cosa.
- ¹⁶⁸Osservo i tuoi decreti e i tuoi insegnamenti:
davanti a te sono tutte le mie vie.

¹⁶⁹Tau. Giunga il mio grido fino a te, Signore,
fammi comprendere secondo la tua parola.
¹⁷⁰Venga al tuo volto la mia supplica,
salvami secondo la tua promessa.
¹⁷¹Scaturisca dalle mie labbra la tua lode,
poiché mi insegni i tuoi voleri.
¹⁷²La mia lingua canti le tue parole,
perché sono giusti tutti i tuoi comandamenti.
¹⁷³Mi venga in aiuto la tua mano,
poiché ho scelto i tuoi precetti.
¹⁷⁴Desidero la tua salvezza, Signore,
e la tua legge è tutta la mia gioia.
¹⁷⁵Possa io vivere e darti lode,
mi aiutino i tuoi giudizi.
¹⁷⁶Come pecora smarrita vado errando;
cerca il tuo servo,
perché non ho dimenticato i tuoi comandamenti.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amèn.

Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Katisma 19

Stasi 1

119

¹*Canto delle ascensioni.*

Nella mia angoscia ho gridato al Signore
ed egli mi ha risposto.

²Signore, libera la mia vita
dalle labbra di menzogna,
dalla lingua ingannatrice.

³Che ti posso dare, come ripagarti,
lingua ingannatrice?

⁴Frecce acute di un prode,
con carboni di ginepro.

⁵Me infelice: abito straniero in Mosoch,
dimoro fra le tende di Cedar!

⁶Troppo io ho dimorato
con chi detesta la pace.

⁷Io sono per la pace, ma quando ne parlo,
essi vogliono la guerra.

120

¹*Canto delle ascensioni.*

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

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

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

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

⁵Il Signore è il tuo custode,
il Signore è come ombra che ti copre,
e sta alla tua destra.

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

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

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

121

¹*Canto delle ascensioni. Di Davide.*

Quale gioia, quando mi dissero:
"Andremo alla casa del Signore".

²E ora i nostri piedi si fermano
alle tue porte, Gerusalemme!

³Gerusalemme è costruita
come città salda e compatta.

⁴Là salgono insieme le tribù,
le tribù del Signore,
secondo la legge di Israele,
per lodare il nome del Signore.

⁵Là sono posti i seggi del giudizio,
i seggi della casa di Davide.

⁶Domandate pace per Gerusalemme:
sia pace a coloro che ti amano,

⁷sia pace sulle tue mura,
sicurezza nei tuoi baluardi.

⁸Per i miei fratelli e i miei amici
io dirò: "Su di te sia pace!".

⁹Per la casa del Signore nostro Dio,
chiederò per te il bene.

122

¹*Canto delle ascensioni. Di Davide.*

A te levo i miei occhi,
a te che abiti nei cieli.

²Ecco, 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.

³Pietà di noi, Signore, pietà di noi,
già troppo ci hanno colmato di scherni,
⁴noi siamo troppo sazi
degli scherni dei gaudenti,
del disprezzo dei superbi.

123

¹*Canto delle ascensioni. Di Davide.*

Se il Signore non fosse stato con noi,
- lo dica Israele -

²se il Signore non fosse stato con noi,
quando uomini ci assalirono,

³ci avrebbero inghiottiti vivi,
nel furore della loro ira.

⁴Le acque ci avrebbero travolti;
un torrente ci avrebbe sommersi,

⁵ci avrebbero travolti
acque impetuose.

⁶Sia benedetto il Signore,
che non ci ha lasciati,
in preda ai loro denti.

⁷Noi siamo stati liberati come un uccello
dal laccio dei cacciatori:
il laccio si è spezzato
e noi siamo scampati.

⁸Il nostro aiuto è nel nome del Signore
che ha fatto cielo e terra.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 2

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin

124

¹*Canto delle ascensioni.*

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

²I monti cingono Gerusalemme:
il Signore è intorno al suo popolo
ora e sempre.

³Egli non lascerà pesare lo scettro degli empi
sul possesso dei giusti,
perché i giusti non stendano le mani
a compiere il male.

⁴La tua bontà, Signore, sia con i buoni
e con i retti di cuore.

⁵Quelli che vanno per sentieri tortuosi
il Signore li accomuni alla sorte dei malvagi.
Pace su Israele!

125

¹*Canto delle ascensioni.*

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

²Allora 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".

³Grandi cose ha fatto il Signore per noi,
ci ha colmati di gioia.

⁴Riconduci, Signore, i nostri prigionieri,
come i torrenti del Negheb.

⁵Chi semina nelle lacrime
mieterà con giubilo.

⁶Nell'andare, se ne va e piange,
portando la semente da gettare,
ma nel tornare, viene con giubilo,
portando i suoi covoni.

126

¹*Canto delle ascensioni. Di Salomone.*

Se il Signore non costruisce la casa,
invano vi faticano i costruttori.
Se il Signore non custodisce la città,
invano veglia il custode.

²Invano vi alzate di buon mattino,
tardi andate a riposare
e mangiate pane di sudore:
il Signore ne darà ai suoi amici nel sonno.

³Ecco, dono del Signore sono i figli,
è sua grazia il frutto del grembo.

⁴Come frecce in mano a un eroe
sono i figli della giovinezza.

⁵Beato l'uomo che ne ha piena la faretra:
non resterà confuso quando verrà a trattare
alla porta con i propri nemici.

127

¹*Canto delle ascensioni.*

Beato l'uomo che teme il Signore
e cammina nelle sue vie.

²Vivrai del lavoro delle tue mani,
sarai felice e godrai d'ogni bene.

³La tua sposa come vite feconda
nell'intimità della tua casa;
i tuoi figli come virgulti d'ulivo
intorno alla tua mensa.

⁴Così sarà benedetto l'uomo
che teme il Signore.

⁵Ti benedica il Signore da Sion!
Possa tu vedere la prosperità di Gerusalemme
per tutti i giorni della tua vita.

⁶Possa tu vedere i figli dei tuoi figli.
Pace su Israele!

128

¹*Canto delle ascensioni.*

Dalla giovinezza molto mi hanno perseguitato,
- lo dica Israele -

²dalla giovinezza molto mi hanno perseguitato,
ma non hanno prevalso.

³Sul mio dorso hanno arato gli aratori,
hanno fatto lunghi solchi.

⁴Il Signore è giusto:
ha spezzato il giogo degli empi.

⁵Siano confusi e volgano le spalle
quanti odiano Sion.

⁶Siano come l'erba dei tetti:
prima che sia strappata, dissecca;

⁷non se ne riempie la mano il mietitore,
né il grembo chi raccoglie covoni.

⁸I passanti non possono dire:
"La benedizione del Signore sia su di voi,
vi benediciamo nel nome del Signore".

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 3

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn

129

¹*Canto delle ascensioni.*

Dal profondo a te grido, o Signore;

²Signore, ascolta la mia voce.

Siano i tuoi orecchi attenti
alla voce della mia preghiera.

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

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

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

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

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

⁸Egli redimerà Israele
da tutte le sue colpe.

130

¹*Canto delle ascensioni. Di Davide.*

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.

²Io sono tranquillo e sereno
come bimbo svezzato in braccio a sua madre,
come un bimbo svezzato è l'anima mia.

³Speri Israele nel Signore,
ora e sempre.

131

¹*Canto delle ascensioni.*

Ricordati, Signore, di Davide,
di tutte le sue prove,

²quando giurò al Signore,
al Potente di Giacobbe fece voto:

³"Non entrerò sotto il tetto della mia casa,
non mi stenderò sul mio giaciglio,

⁴non concederò sonno ai miei occhi
né riposo alle mie palpebre,

⁵finché non trovi una sede per il Signore,
una dimora per il Potente di Giacobbe".

⁶Ecco, abbiamo saputo che era in Èfrata,
l'abbiamo trovata nei campi di Iàar.

⁷Entriamo nella sua dimora,
prostriamoci allo sgabello dei suoi piedi.

⁸Alzati, Signore, verso il luogo del tuo riposo,
tu e l'arca della tua potenza.

⁹I tuoi sacerdoti si vestano di giustizia,
i tuoi fedeli cantino di gioia.

¹⁰Per amore di Davide tuo servo
non respingere il volto del tuo consacrato.

¹¹Il Signore ha giurato a Davide
e non ritratterà la sua parola:

"Il frutto delle tue viscere
io metterò sul tuo trono!

¹²Se i tuoi figli custodiranno la mia alleanza
e i precetti che insegnerò ad essi,
anche i loro figli per sempre
sederanno sul tuo trono".

¹³Il Signore ha scelto Sion,
l'ha voluta per sua dimora:

¹⁴"Questo è il mio riposo per sempre;
qui abiterò, perché l'ho desiderato.

¹⁵Benedirò tutti i suoi raccolti,
sazierò di pane i suoi poveri.

¹⁶Rivestirò di salvezza i suoi sacerdoti,
esulteranno di gioia i suoi fedeli.

¹⁷Là farò germogliare la potenza di Davide,
preparerò una lampada al mio consacrato.

¹⁸Coprirò di vergogna i suoi nemici,
ma su di lui splenderà la corona".

132

¹*Canto delle ascensioni. Di Davide.*

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

²È come olio profumato sul capo,
che scende sulla barba,
sulla barba di Aronne,
che scende sull'orlo della sua veste.

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

Là il Signore dona la benedizione
e la vita per sempre.

133

¹*Canto delle ascensioni.*

Ecco, benedite il Signore,
 voi tutti, servi del Signore;
 voi che state nella casa del Signore
 durante le notti.

²Alzate le mani verso il tempio
 e benedite il Signore.

³Da Sion ti benedica il Signore,
 che ha fatto cielo e terra.

Katisma 19

Stasi 1

134

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

²voi che state nella casa del Signore,
 negli atri della casa del nostro Dio.

³Lodate il Signore: il Signore è buono;
 cantate inni al suo nome, perché è amabile.

⁴Il Signore si è scelto Giacobbe,
 Israele come suo possesso.

⁵Io so che grande è il Signore,
 il nostro Dio sopra tutti gli dèi.

⁶Tutto ciò che vuole il Signore,
 egli lo compie in cielo e sulla terra,
 nei mari e in tutti gli abissi.

⁷Fa salire le nubi dall'estremità della terra,
 produce le folgori per la pioggia,
 dalle sue riserve libera i venti.

⁸Egli percosse i primogeniti d'Egitto,
 dagli uomini fino al bestiame.

⁹Mandò segni e prodigi
 in mezzo a te, Egitto,
 contro il faraone e tutti i suoi ministri.

¹⁰Colpì numerose nazioni
 e uccise re potenti:

¹¹Seon, re degli Amorrèi,
 Og, re di Basan,
 e tutti i regni di Cànana.

¹²Diede la loro terra in eredità a Israele,
in eredità a Israele suo popolo.

¹³Signore, il tuo nome è per sempre;
Signore, il tuo ricordo per ogni generazione.

¹⁴Il Signore guida il suo popolo,
si muove a pietà dei suoi servi.

¹⁵Gli idoli dei popoli sono argento e oro,
opera delle mani dell'uomo.

¹⁶Hanno bocca e non parlano;
hanno occhi e non vedono;

¹⁷hanno orecchi e non odono;
non c'è respiro nella loro bocca.

¹⁸Sia come loro chi li fabbrica
e chiunque in essi confida.

¹⁹Benedici il Signore, casa d'Israele;
benedici il Signore, casa di Aronne;

²⁰Benedici il Signore, casa di Levi;
voi che temete il Signore, benedite il Signore.

²¹Da Sion sia benedetto il Signore.
che abita a Gerusalemme. Alleluia.

135

¹Alleluia.

Lodate il Signore perché è buono:
perché eterna è la sua misericordia.

²Lodate il Dio degli dèi:
perché eterna è la sua misericordia.

³Lodate il Signore dei signori:
perché eterna è la sua misericordia.

⁴Egli solo ha compiuto meraviglie:
perché eterna è la sua misericordia.

⁵Ha creato i cieli con sapienza:
perché eterna è la sua misericordia.

⁶Ha stabilito la terra sulle acque:
perché eterna è la sua misericordia.

⁷Ha fatto i grandi luminari:
perché eterna è la sua misericordia.

⁸Il sole per regolare il giorno:
perché eterna è la sua misericordia;

⁹la luna e le stelle per regolare la notte:
perché eterna è la sua misericordia.

¹⁰Percosse l'Egitto nei suoi primogeniti:
perché eterna è la sua misericordia.

¹¹Da loro liberò Israele:
perché eterna è la sua misericordia;

¹²con mano potente e braccio teso:
perché eterna è la sua misericordia.

¹³Divise il mar Rosso in due parti:
perché eterna è la sua misericordia.

¹⁴In mezzo fece passare Israele:
perché eterna è la sua misericordia.

¹⁵Travolse il faraone e il suo esercito nel mar Rosso:
perché eterna è la sua misericordia.

¹⁶Guidò il suo popolo nel deserto:
perché eterna è la sua misericordia.

¹⁷Percosse grandi sovrani
perché eterna è la sua misericordia;

¹⁸uccise re potenti:
perché eterna è la sua misericordia.

¹⁹Seon, re degli Amorrei:
perché eterna è la sua misericordia.

²⁰Og, re di Basan:
perché eterna è la sua misericordia.

²¹Diede in eredità il loro paese;
perché eterna è la sua misericordia;

²²in eredità a Israele suo servo:
perché eterna è la sua misericordia.

²³Nella nostra umiliazione si è ricordato di noi:
perché eterna è la sua misericordia;

²⁴ci ha liberati dai nostri nemici:
perché eterna è la sua misericordia.

²⁵Egli dà il cibo ad ogni vivente:
perché eterna è la sua misericordia.

²⁶Lodate il Dio del cielo:
perché eterna è la sua misericordia.

136

¹Sui fiumi di Babilonia,
là sedevamo piangendo
al ricordo di Sion.

²Ai salici di quella terra
appendemmo le nostre cetre.

³Là ci chiedevano parole di canto
coloro che ci avevano deportato,

canzoni di gioia, i nostri oppressori:
"Cantateci i canti di Sion!".

⁴Come cantare i canti del Signore
in terra straniera?

⁵Se ti dimentico, Gerusalemme,
si paralizzino la mia destra;

⁶mi si attacchi la lingua al palato,
se lascio cadere il tuo ricordo,
se non metto Gerusalemme
al di sopra di ogni mia gioia.

⁷Ricordati, Signore, dei figli di Edom,
che nel giorno di Gerusalemme,
dicevano: "Distruggete, distruggete
anche le sue fondamenta".

⁸Figlia di Babilonia devastatrice,
beato chi ti renderà quanto ci hai fatto.

⁹Beato chi afferrerà i tuoi piccoli
e li sbatterà contro la pietra.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amèn.

Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 2

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin

137

¹Di Davide.

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

A te voglio cantare davanti agli angeli,
²mi prostro verso il tuo tempio santo.

Rendo grazie al tuo nome
per la tua fedeltà e la tua misericordia:
hai reso la tua promessa più grande di ogni fama.

³Nel giorno in cui t'ho invocato, mi hai risposto,
hai accresciuto in me la forza.

⁴Ti loderanno, Signore, tutti i re della terra

quando udranno le parole della tua bocca.
⁵Canteranno le vie del Signore,
 perché grande è la gloria del Signore;
⁶eccelso è il Signore e guarda verso l'umile
 ma al superbo volge lo sguardo da lontano.
⁷Se cammino in mezzo alla sventura
 tu mi ridoni vita;
 contro l'ira dei miei nemici stendi la mano
 e la tua destra mi salva.
⁸Il Signore completerà per me l'opera sua.
 Signore, la tua bontà dura per sempre:
 non abbandonare l'opera delle tue mani.

138

¹*Al maestro del coro. Di Davide. Salmo.*

Signore, tu mi scruti e mi conosci,
²tu sai quando seggo e quando mi alzo.
 Penetri da lontano i miei pensieri,
³mi scruti quando cammino e quando riposo.
 Ti sono note tutte le mie vie;
⁴la mia parola non è ancora sulla lingua
 e tu, Signore, già la conosci tutta.
⁵Alle spalle e di fronte mi circondi
 e poni su di me la tua mano.
⁶Stupenda per me la tua saggezza,
 troppo alta, e io non la comprendo.
⁷Dove andare lontano dal tuo spirito,
 dove fuggire dalla tua presenza?
⁸Se salgo in cielo, là tu sei,
 se scendo negli inferi, eccoti.
⁹Se prendo le ali dell'aurora
 per abitare all'estremità del mare,
¹⁰anche là mi guida la tua mano
 e mi afferra la tua destra.
¹¹Se dico: "Almeno l'oscurità mi copra
 e intorno a me sia la notte";
¹²nemmeno le tenebre per te sono oscure,
 e la notte è chiara come il giorno;
 per te le tenebre sono come luce.
¹³Sei tu che hai creato le mie viscere
 e mi hai tessuto nel seno di mia madre.
¹⁴Ti lodo, perché mi hai fatto come un prodigio;

sono stupende le tue opere,
tu mi conosci fino in fondo.

¹⁵Non ti erano nascoste le mie ossa
quando venivo formato nel segreto,
intessuto nelle profondità della terra.

¹⁶Ancora informe mi hanno visto i tuoi occhi
e tutto era scritto nel tuo libro;
i miei giorni erano fissati,
quando ancora non ne esisteva uno.

¹⁷Quanto profondi per me i tuoi pensieri,
quanto grande il loro numero, o Dio;

¹⁸se li conto sono più della sabbia,
se li credo finiti, con te sono ancora.

¹⁹Se Dio sopprimesse i peccatori!
Allontanatevi da me, uomini sanguinari.

²⁰Essi parlano contro di te con inganno:
contro di te insorgono con frode.

²¹Non odio, forse, Signore, quelli che ti odiano
e non detesto i tuoi nemici?

²²Li detesto con odio implacabile
come se fossero miei nemici.

²³Scrutami, Dio, e conosci il mio cuore,
provami e conosci i miei pensieri:

²⁴vedi se percorro una via di menzogna
e guidami sulla via della vita.

139

¹*Al maestro del coro. Salmo. Di Davide.*

²Salvami, Signore, dal malvagio,
proteggimi dall'uomo violento,
³da quelli che tramano sventure nel cuore
e ogni giorno scatenano guerre.

⁴Aguzzano la lingua come serpenti;
veleno d'aspide è sotto le loro labbra.

⁵Proteggimi, Signore, dalle mani degli empi,
salvami dall'uomo violento:
essi tramano per farmi cadere.

⁶I superbi mi tendono lacci
e stendono funi come una rete,
pongono agguati sul mio cammino.

⁷Io dico al Signore: "Tu sei il mio Dio;
ascolta, Signore, la voce della mia preghiera".

⁸Signore, mio Dio, forza della mia salvezza,
proteggi il mio capo nel giorno della lotta.

⁹Signore, non soddisfare i desideri degli empi,
non favorire le loro trame.

¹⁰Alzano la testa quelli che mi circondano,
ma la malizia delle loro labbra li sommerge.

¹¹Fa' piovere su di loro carboni ardenti,
gettali nel bàatro e più non si rialzino.

¹²Il maldicente non duri sulla terra,
il male spinga il violento alla rovina.

¹³So che il Signore difende la causa dei miseri,
il diritto dei poveri.

¹⁴Sì, i giusti loderanno il tuo nome,
i retti abiteranno alla tua presenza.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 3

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn

140

¹*Salmo. Di Davide.*

Signore, a te grido, accorri in mio aiuto;
ascolta la mia voce quando t'invoco.

²Come incenso salga a te la mia preghiera,
le mie mani alzate come sacrificio della sera.

³Poni, Signore, una custodia alla mia bocca,
sorveglia la porta delle mie labbra.

⁴Non lasciare che il mio cuore si pieghi al male
e compia azioni inique con i peccatori:
che io non gusti i loro cibi deliziosi.

⁵Mi 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.

⁶Dalla rupe furono gettati i loro capi,
che da me avevano udito dolci parole.
⁷Come si fende e si apre la terra,
le loro ossa furono disperse alla bocca degli inferi.

⁸A te, Signore mio Dio, sono rivolti i miei occhi;
in te mi rifugio, proteggi la mia vita.
⁹Preservami dal laccio che mi tendono,
dagli agguati dei malfattori.
¹⁰Gli empi cadono insieme nelle loro reti,
ma io passerò oltre incolume.

141

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

²Con la mia voce al Signore grido aiuto,
con la mia voce supplico il Signore;
³davanti a lui effondo il mio lamento,
al tuo cospetto sfogo la mia angoscia.

⁴Mentre il mio spirito vien meno,
tu conosci la mia via.
Nel sentiero dove cammino
mi hanno teso un laccio.
⁵Guarda a destra e vedi:
nessuno mi riconosce.
Non c'è per me via di scampo,
nessuno ha cura della mia vita.

⁶Io grido a te, Signore;
dico: Sei tu il mio rifugio,
sei tu la mia sorte nella terra dei viventi.
⁷Ascolta la mia supplica:
ho toccato il fondo dell'angoscia.
Salvami dai miei persecutori
perché sono di me più forti.
⁸Strappa dal carcere la mia vita,
perché io renda grazie al tuo nome:
i giusti mi faranno corona
quando mi concederai la tua grazia.

142

¹*Salmo. Di Davide.*

Signore, ascolta la mia preghiera,
porgi l'orecchio alla mia supplica,
tu che sei fedele,

e per la tua giustizia rispondimi.

²Non chiamare in giudizio il tuo servo:
nessun vivente davanti a te è giusto.

³Il nemico mi perseguita,
calpesta a terra la mia vita,
mi ha relegato nelle tenebre
come i morti da gran tempo.

⁴In me languisce il mio spirito,
si agghiaccia il mio cuore.

⁵Ricordo i giorni antichi,
ripenso a tutte le tue opere,
medito sui tuoi prodigi.

⁶A te protendo le mie mani,
sono davanti a te come terra riarsa.

⁷Rispondimi presto, Signore,
viene meno il mio spirito.
Non nascondermi il tuo volto,
perché non sia come chi scende nella fossa.

⁸Al mattino fammi sentire la tua grazia,
poiché in te confido.

Fammi conoscere la strada da percorrere,
perché a te si innalza l'anima mia.

⁹Salvami dai miei nemici, Signore,
a te mi affido.

¹⁰Insegnami a compiere il tuo volere,
perché sei tu il mio Dio.

Il tuo spirito buono
mi guidi in terra piana.

¹¹Per il tuo nome, Signore, fammi vivere,
liberami dall'angoscia, per la tua giustizia.

¹²Per la tua fedeltà disperdi i miei nemici,
fa' perire chi mi opprime,
poiché io sono tuo servo.

Si ripete:

²Non chiamare in giudizio il tuo servo:
nessun vivente davanti a te è giusto. *Per due volte*

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amìn.

Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre piccole prosternazioni*)

Katisma 20

Stasi 1

143

¹*Di Davide.*

Benedetto il Signore, mia roccia,
che addestra le mie mani alla guerra,
le mie dita alla battaglia.

²Mia grazia e mia fortezza,
mio rifugio e mia liberazione,
mio scudo in cui confido,
colui che mi assoggetta i popoli.

³Signore, che cos'è un uomo perché te ne curi?
Un figlio d'uomo perché te ne dia pensiero?

⁴L'uomo è come un soffio,
i suoi giorni come ombra che passa.

⁵Signore, piega il tuo cielo e scendi,
tocca i monti ed essi fumeranno.

⁶Le tue folgori disperdano i nemici,
lancia frecce, sconvolgili.

⁷Stendi dall'alto la tua mano,
scampami e salvami dalle grandi acque,
dalla mano degli stranieri.

⁸La loro bocca dice menzogne
e alzando la destra giurano il falso.

⁹Mio Dio, ti canterò un canto nuovo,
suonerò per te sull'arpa a dieci corde;

¹⁰a te, che dai vittoria al tuo consacrato,
che liberi Davide tuo servo.

Salvami dalla spada iniqua,

¹¹liberami dalla mano degli stranieri;

la loro bocca dice menzogne
e la loro destra giura il falso.

¹²I nostri figli siano come piante
cresciute nella loro giovinezza;
le nostre figlie come colonne d'angolo
nella costruzione del tempio.

¹³I nostri granai siano pieni,
trabocchino di frutti d'ogni specie;

siano a migliaia i nostri greggi,
 a miriadi nelle nostre campagne;
¹⁴siano carichi i nostri buoi.
 Nessuna breccia, nessuna incursione,
 nessun gemito nelle nostre piazze.
¹⁵Beato il popolo che possiede questi beni:
 beato il popolo il cui Dio è il Signore.

144

¹*Lodi. Di Davide.*

Alef. O Dio, mio re, voglio esaltarti
 e benedire il tuo nome
 in eterno e per sempre.

²Bet. Ti voglio benedire ogni giorno,
 lodare il tuo nome
 in eterno e per sempre.

³Ghimel. Grande è il Signore e degno di ogni lode,
 la sua grandezza non si può misurare.

⁴Dalet. Una generazione narra all'altra le tue opere,
 annunzia le tue meraviglie.

⁵He. Proclamano lo splendore della tua gloria
 e raccontano i tuoi prodigi.

⁶Vau. Dicono la stupenda tua potenza
 e parlano della tua grandezza.

⁷Zain. Diffondono il ricordo della tua bontà immensa,
 acclamano la tua giustizia.

⁸Het. Paziente e misericordioso è il Signore,
 lento all'ira e ricco di grazia.

⁹Tet. Buono è il Signore verso tutti,
 la sua tenerezza si espande su tutte le creature.

¹⁰Iod. Ti lodino, Signore, tutte le tue opere
 e ti benedicano i tuoi fedeli.

¹¹Caf. Dicano la gloria del tuo regno
 e parlino della tua potenza,

¹²Lamed. per manifestare agli uomini i tuoi prodigi
 e la splendida gloria del tuo regno.

¹³Mem. Il tuo regno è regno di tutti i secoli,
 il tuo dominio si estende ad ogni generazione.

¹⁴Samech. Il Signore sostiene quelli che vacillano
 e rialza chiunque è caduto.

¹⁵Ain. Gli occhi di tutti sono rivolti a te in attesa
 e tu provvedi loro il cibo a suo tempo.

¹⁶Pe. Tu apri la tua mano
e sazi la fame di ogni vivente.

¹⁷Sade. Giusto è il Signore in tutte le sue vie,
santo in tutte le sue opere.

¹⁸Kof. Il Signore è vicino a quanti lo invocano,
a quanti lo cercano con cuore sincero.

¹⁹Res. Appaga il desiderio di quelli che lo temono,
ascolta il loro grido e li salva.

²⁰Sin. Il Signore protegge quanti lo amano,
ma disperde tutti gli empi.

²¹Tau. Canti la mia bocca la lode del Signore
e ogni vivente benedica il suo nome santo,
in eterno e sempre.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

*Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (tre volte con tre
piccole prosternazioni)*

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 2

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin

145

¹Alleluia. Loda il Signore, anima mia:

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

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

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

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

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

Egli è fedele per sempre,

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

Il Signore libera i prigionieri,
⁸il Signore ridona la vista ai ciechi,
 il Signore rialza chi è caduto,
 il Signore ama i giusti,
⁹il Signore protegge lo straniero,
 egli sostiene l'orfano e la vedova,
 ma sconvolge le vie degli empi.
¹⁰Il Signore regna per sempre,
 il tuo Dio, o Sion, per ogni generazione.

146

¹Alleluia. Lodate il Signore:
 è bello cantare al nostro Dio,
 dolce è lodarlo come a lui conviene.
²Il Signore ricostruisce Gerusalemme,
 raduna i dispersi d'Israele.
³Risana i cuori affranti
 e fascia le loro ferite;
⁴egli conta il numero delle stelle
 e chiama ciascuna per nome.
⁵Grande è il Signore, onnipotente,
 la sua sapienza non ha confini.
⁶Il Signore sostiene gli umili
 ma abbassa fino a terra gli empi.
⁷Cantate al Signore un canto di grazie,
 intonate sulla cetra inni al nostro Dio.
⁸Egli copre il cielo di nubi,
 prepara la pioggia per la terra,
 fa germogliare l'erba sui monti.
⁹Provvede il cibo al bestiame,
 ai piccoli del corvo che gridano a lui.
¹⁰Non fa conto del vigore del cavallo,
 non apprezza l'agile corsa dell'uomo.
¹¹Il Signore si compiace di chi lo teme,
 di chi spera nella sua grazia.

147 (Volg.)

¹²Alleluia.
 Glorifica il Signore, Gerusalemme,
 loda il tuo Dio, Sion.
¹³Perché ha rinforzato le sbarre delle tue porte,
 in mezzo a te ha benedetto i tuoi figli.

¹⁴Egli ha messo pace nei tuoi confini
e ti sazia con fior di frumento.

¹⁵Manda sulla terra la sua parola,
il suo messaggio corre veloce.

¹⁶Fa scendere la neve come lana,
come polvere sparge la brina.

¹⁷Getta come briciole la grandine,
di fronte al suo gelo chi resiste?

¹⁸Manda una sua parola ed ecco si scioglie,
fa soffiare il vento e scorrono le acque.

¹⁹Annunzia a Giacobbe la sua parola,
le sue leggi e i suoi decreti a Israele.

²⁰Così non ha fatto con nessun altro popolo,
non ha manifestato ad altri i suoi precetti. Alleluia.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
piccole prosternazioni*)

Kirie eleison, Kirie eleison, Kirie eleison

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

Stasi 3

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin

148

¹Alleluia. Lodate il Signore dai cieli,
lodatelo nell'alto dei cieli.

²Lodatelo, voi tutti, suoi angeli,
lodatelo, voi tutte, sue schiere.

³Lodatelo, sole e luna,
lodatelo, voi tutte, fulgide stelle.

⁴Lodatelo, cieli dei cieli,
voi acque al di sopra dei cieli.

⁵Lodino tutti il nome del Signore,
perché egli disse e furono creati.

⁶Li ha stabiliti per sempre,
ha posto una legge che non passa.

⁷Lodate il Signore dalla terra,
mostri marini e voi tutti abissi,

⁸fuoco e grandine, neve e nebbia,
 vento di bufera che obbedisce alla sua parola,
⁹monti e voi tutte, colline,
 alberi da frutto e tutti voi, cedri,
¹⁰voi fiere e tutte le bestie,
 rettili e uccelli alati.

¹¹I re della terra e i popoli tutti,
 i governanti e i giudici della terra,
¹²i giovani e le fanciulle,
 i vecchi insieme ai bambini
¹³lodino il nome del Signore:
 perché solo il suo nome è sublime,
 la sua gloria risplende sulla terra e nei cieli.
¹⁴Egli ha sollevato la potenza del suo popolo.
 È canto di lode per tutti i suoi fedeli,
 per i figli di Israele, popolo che egli ama.

Alleluia.

149

¹Alleluia. Cantate al Signore un canto nuovo;
 la sua lode nell'assemblea dei fedeli.
²Gioisca Israele nel suo Creatore,
 esultino nel loro Re i figli di Sion.
³Lodino il suo nome con danze,
 con timpani e cetre gli cantino inni.
⁴Il Signore ama il suo popolo,
 incorona gli umili di vittoria.
⁵Esultino i fedeli nella gloria,
 sorgano lieti dai loro giacigli.
⁶Le lodi di Dio sulla loro bocca
 e la spada a due tagli nelle loro mani,
⁷per compiere la vendetta tra i popoli
 e punire le genti;
⁸per stringere in catene i loro capi,
 i loro nobili in ceppi di ferro;
⁹per eseguire su di essi il giudizio già scritto:
 questa è la gloria per tutti i suoi fedeli. Alleluia.

150

¹Alleluia. Lodate il Signore nel suo santuario,
 lodatelo nel firmamento della sua potenza.
²Lodatelo per i suoi prodigi,
 lodatelo per la sua immensa grandezza.

³Lodatelo con squilli di tromba,
lodatelo con arpa e cetra;
⁴lodatelo con timpani e danze,
lodatelo sulle corde e sui flauti.

⁵Lodatelo con cembali sonori,
lodatelo con cembali squillanti;
ogni vivente dia lode al Signore. Alleluia.

Gloria al Padre e al Figlio e al Santo Spirito.

E ora e sempre e nei secoli dei secoli. Amin.

Alleluia alleluia alleluia, gloria a te o Dio (*tre volte con tre
piccole prosternazioni*)
