

Salmi per quattro settimane

Che cosa di più dolce di un salmo? Davvero! Il salmo infatti è benedizione per i fedeli, lode a Dio, inno del popolo, plauso di tutti, parola universale, voce della Chiesa, professione e canto di fede, espressione di autentica devozione, gioia di libertà, grido di giubilo, suono di letizia. Mitiga l'ira, libera dalle sollecitudini, solleva dalla mestizia. È protezione nella notte, istruzione nel giorno, scudo nel timore, festa nella santità, immagine di tranquillità, pegno di pace e di concordia. (sant'Ambrogio)

LODA IL SIGNORE, ANIMA MIA

*Scegli un Salmo e leggi tutto il testo,
ritorna su qualche frase che ti è piaciuta,
aggiungi al Salmo un motivo personale di lode a Dio
infine prega dicendo:*

***Gloria al Padre e al Figlio
e allo Spirito Santo.
Come era nel principio,
e ora e sempre
nei secoli dei secoli. Amen.***

Salmo 8

giorno 1

O Signore, Signore nostro,
quanto è mirabile il tuo nome su tutta la terra!
Voglio innalzare sopra i cieli la tua magnificenza,
con la bocca di bambini e di lattanti:
hai posto una difesa contro i tuoi avversari,
per ridurre al silenzio nemici e ribelli.
Quando vedo i tuoi cieli, opera delle tue dita,
la luna e le stelle che tu hai fissato,
che cosa è mai l'uomo perché di lui ti ricordi,
il figlio dell'uomo, perché te ne curi?
Davvero l'hai fatto poco meno di un dio,
di gloria e di onore lo hai coronato.
Gli hai dato potere sulle opere delle tue mani,
tutto hai posto sotto i suoi piedi:
tutte le greggi e gli armenti
e anche le bestie della campagna,
gli uccelli del cielo e i pesci del mare,
ogni essere che percorre le vie dei mari.
O Signore, Signore nostro,
quanto è mirabile il tuo nome su tutta la terra!

Ti lodo, Signore, perché....

Salmo 19 (18)

giorno 2

I cieli narrano la gloria di Dio,
l'opera delle sue mani annuncia il firmamento.
Il giorno al giorno ne affida il racconto
e la notte alla notte ne trasmette notizia.
Senza linguaggio, senza parole,
senza che si oda la loro voce,
per tutta la terra si diffonde il loro annuncio
e ai confini del mondo il loro messaggio.

I precetti del Signore sono retti,
fanno gioire il cuore;
il comando del Signore è limpido,
illumina gli occhi.
Il timore del Signore è puro,
rimane per sempre;
i giudizi del Signore sono fedeli,
sono tutti giusti,
più preziosi dell'oro, di molto oro fino,
più dolci del miele e di un favo stillante.
Anche il tuo servo ne è illuminato,
per chi li osserva è grande il profitto.
Le inavvertenze, chi le discerne?
Assolvimi dai peccati nascosti.
Anche dall'orgoglio salva il tuo servo
perché su di me non abbia potere;
allora sarò irreprensibile,
sarò puro da grave peccato.
Ti siano gradite le parole della mia bocca;
davanti a te i pensieri del mio cuore,
Signore, mia roccia e mio redentore.

Ti lodo, Signore, perché...

Salmo 24 (23)

giorno 3

Del Signore è la terra e quanto contiene:
il mondo, con i suoi abitanti.
È lui che l'ha fondato sui mari
e sui fiumi l'ha stabilito.
Chi potrà salire il monte del Signore?
Chi potrà stare nel suo luogo santo?
Chi ha mani innocenti e cuore puro,
chi non si rivolge agli idoli,
chi non giura con inganno.
Egli otterrà benedizione dal Signore,

giustizia da Dio sua salvezza.
Ecco la generazione che lo cerca,
che cerca il tuo volto, Dio di Giacobbe.
Alzate, o porte, la vostra fronte,
alzatevi, soglie antiche, ed entri il re della gloria.
Chi è questo re della gloria?
Il Signore forte e valoroso,
il Signore valoroso in battaglia.
Alzate, o porte, la vostra fronte,
alzatevi, soglie antiche, ed entri il re della gloria.
Chi è mai questo re della gloria?
Il Signore degli eserciti è il re della gloria.

Ti lodo, Signore, perché....

Salmo 33 (32)

giorno 4

Esultate, o giusti, nel Signore;
per gli uomini retti è bella la lode.
Lodate il Signore con la cetra,
con l'arpa a dieci corde a lui cantate.
Cantate al Signore un canto nuovo,
con arte suonate la cetra e acclamate,
perché retta è la parola del Signore
e fedele ogni sua opera.
Egli ama la giustizia e il diritto;
dell'amore del Signore è piena la terra.
Dalla parola del Signore furono fatti i cieli,
dal soffio della sua bocca ogni loro schiera.
Il disegno del Signore sussiste per sempre,
i progetti del suo cuore per tutte le generazioni.
Beata la nazione che ha il Signore come Dio,
il popolo che egli ha scelto come sua eredità.
Il Signore guarda dal cielo:
egli vede tutti gli uomini;
dal trono dove siede

scruta tutti gli abitanti della terra,
lui, che di ognuno ha plasmato il cuore
e ne comprende tutte le opere.
Ecco, l'occhio del Signore è su chi lo teme,
su chi spera nel suo amore,
per liberarlo dalla morte
e nutrirlo in tempo di fame.
L'anima nostra attende il Signore:
egli è nostro aiuto e nostro scudo.
È in lui che gioisce il nostro cuore,
nel suo santo nome noi confidiamo.
Su di noi sia il tuo amore, Signore,
come da te noi speriamo.

Ti lodo, Signore, perché...

Salmo 65 (64)

giorno 5

Beato chi hai scelto perché ti stia vicino:
abiterà nei tuoi atri.
Ci sazieremo dei beni della tua casa,
delle cose sacre del tuo tempio.
Con i prodigi della tua giustizia,
tu ci rispondi, o Dio, nostra salvezza,
fiducia degli estremi confini della terra
e dei mari più lontani.
Tu rendi saldi i monti con la tua forza,
cinto di potenza.
Tu plachi il fragore del mare,
il fragore dei suoi flutti,
il tumulto dei popoli.
Gli abitanti degli estremi confini
sono presi da timore davanti ai tuoi segni:
tu fai gridare di gioia
le soglie dell'oriente e dell'occidente.
Tu visiti la terra e la disseti,

la ricolmi di ricchezze.
Il fiume di Dio è gonfio di acque;
tu prepari il frumento per gli uomini.
Così prepari la terra:
ne irrighi i solchi, ne spiani le zolle,
la bagni con le piogge e benedici i suoi germogli.
Coroni l'anno con i tuoi benefici,
i tuoi solchi stillano abbondanza.
Stillano i pascoli del deserto
e le colline si cingono di esultanza.
I prati si coprono di greggi,
le valli si ammantano di messi:
gridano e cantano di gioia!

Ti lodo, Signore, perché...

Salmo 67 (66)

giorno 6

Dio abbia pietà di noi e ci benedica,
su di noi faccia splendere il suo volto;
perché si conosca sulla terra la tua via,
la tua salvezza fra tutte le genti.
Ti lodino i popoli, o Dio,
ti lodino i popoli tutti.
Gioiscano le nazioni e si rallegrino,
perché tu giudichi i popoli con rettitudine,
governi le nazioni sulla terra.
Ti lodino i popoli, o Dio,
ti lodino i popoli tutti.
La terra ha dato il suo frutto.
Ci benedica Dio, il nostro Dio,
ci benedica Dio e lo temano
tutti i confini della terra.

Ti lodo, Signore, perché...

Salmo 68 (67) (I)

giorno 7

Sorga Dio e siano dispersi i suoi nemici
e fuggano davanti a lui quelli che lo odiano.
Come si dissolve il fumo, tu li dissolvi;
come si scioglie la cera di fronte al fuoco,
periscono i malvagi davanti a Dio.
I giusti invece si rallegrano,
esultano davanti a Dio
e cantano di gioia.
Cantate a Dio, inneggiate al suo nome,
appianate la strada a colui che cavalca le nubi:
Signore è il suo nome,
esultate davanti a lui.
Padre degli orfani e difensore delle vedove
è Dio nella sua santa dimora.
A chi è solo, Dio fa abitare una casa,
fa uscire con gioia i prigionieri.
Solo i ribelli dimorano in arida terra.
O Dio, quando uscivi davanti al tuo popolo,
quando camminavi per il deserto,
tremò la terra, i cieli stillarono
davanti a Dio, quello del Sinai,
davanti a Dio, il Dio d'Israele.
Pioggia abbondante hai riversato, o Dio,
la tua esausta eredità tu hai consolidato
e in essa ha abitato il tuo popolo,
in quella che, nella tua bontà,
hai reso sicura per il povero, o Dio.

Ti lodo, Signore, perché....

Salmo 68 (67) (II)

giorno 8

Di giorno in giorno benedetto il Signore:
a noi Dio porta la salvezza.
Il nostro Dio è un Dio che salva;
al Signore Dio appartengono le porte della morte.
Sì, Dio schiaccerà il capo dei suoi nemici,
la testa dai lunghi capelli di chi percorre la via del
delitto.
Mostra, o Dio, la tua forza,
conferma, o Dio, quanto hai fatto per noi!
Per il tuo tempio, in Gerusalemme,
i re ti porteranno doni.
Minaccia la bestia del canneto,
quel branco di bufali, quell'esercito di tori,
che si prostrano a idoli d'argento;
disperdi i popoli che amano la guerra!
Verranno i grandi dall'Egitto,
l'Etiopia tenderà le mani a Dio.
Regni della terra, cantate a Dio,
cantate inni al Signore,
a colui che cavalca nei cieli, nei cieli eterni.
Ecco, fa sentire la sua voce, una voce potente!
Riconoscete a Dio la sua potenza,
la sua maestà sopra Israele,
la sua potenza sopra le nubi.
Terribile tu sei, o Dio, nel tuo santuario.
È lui, il Dio d'Israele,
che dà forza e vigore al suo popolo.
Sia benedetto Dio!

Ti lodo, Signore, perché...

Salmo 85 (84)

giorno 9

Sei stato buono, Signore, con la tua terra,
hai ristabilito la sorte di Giacobbe.
Hai perdonato la colpa del tuo popolo,
hai coperto ogni loro peccato.
Hai posto fine a tutta la tua collera,
ti sei distolto dalla tua ira ardente.
Ritorna a noi, Dio nostra salvezza,
e placa il tuo sdegno verso di noi.
Forse per sempre sarai adirato con noi,
di generazione in generazione riverserai la tua ira?
Non tornerai tu a ridarci la vita,
perché in te gioisca il tuo popolo?
Mostraci, Signore, la tua misericordia
e donaci la tua salvezza.
Ascolterò che cosa dice Dio, il Signore:
egli annuncia la pace
per il suo popolo, per i suoi fedeli,
per chi ritorna a lui con fiducia.
Sì, la sua salvezza è vicina a chi lo teme,
perché la sua gloria abiti la nostra terra.
Amore e verità s'incontreranno,
giustizia e pace si baceranno.
Verità germoglierà dalla terra
e giustizia si affaccerà dal cielo.
Certo, il Signore donerà il suo bene
e la nostra terra darà il suo frutto;
giustizia camminerà davanti a lui:
i suoi passi tracceranno il cammino.

Ti lodo, Signore, perché...

Salmo 95 (94)

giorno 10

Venite, cantiamo al Signore,
acclamiamo la roccia della nostra salvezza.
Accostiamoci a lui per rendergli grazie,
a lui acclamiamo con canti di gioia.
Perché grande Dio è il Signore,
grande re sopra tutti gli dèi.
Nella sua mano sono gli abissi della terra,
sono sue le vette dei monti.
Suo è il mare, è lui che l'ha fatto;
le sue mani hanno plasmato la terra.
Entrate: prostràti, adoriamo,
in ginocchio davanti al Signore che ci ha fatti.
È lui il nostro Dio
e noi il popolo del suo pascolo,
il gregge che egli conduce.
Se ascoltaste oggi la sua voce!
«Non indurite il cuore come a Merìba,
come nel giorno di Massa nel deserto,
dove mi tentarono i vostri padri:
mi misero alla prova pur avendo visto le mie opere.
Per quarant'anni mi disgustò quella generazione
e dissi: "Sono un popolo dal cuore traviato,
non conoscono le mie vie".
Perciò ho giurato nella mia ira:
"Non entreranno nel luogo del mio riposo"».

Ti lodo, Signore, perché...

Salmo 99 (98)

giorno 11

Grande è il Signore in Sion,
eccelso sopra tutti i popoli.
Lodino il tuo nome grande e terribile.
Egli è santo!

Tu hai stabilito ciò che è retto;
diritto e giustizia hai operato in Giacobbe.
Esaltate il Signore, nostro Dio,
prostratevi allo sgabello dei suoi piedi.
Egli è santo!
Mosè e Aronne tra i suoi sacerdoti,
Samuele tra quanti invocavano il suo nome:
invocavano il Signore ed egli rispondeva.
Parlava loro da una colonna di nubi:
custodivano i suoi insegnamenti
e il precetto che aveva loro dato.
Signore, nostro Dio, tu li esaudivi,
eri per loro un Dio che perdona,
pur castigando i loro peccati.
Esaltate il Signore, nostro Dio,
prostratevi davanti alla sua santa montagna,
perché santo è il Signore, nostro Dio!

Ti lodo, Signore, perché...

Salmo 100 (99)

giorno 12

Acclamate il Signore, voi tutti della terra,
servite il Signore nella gioia,
presentatevi a lui con esultanza.
Riconoscete che solo il Signore è Dio:
egli ci ha fatti e noi siamo suoi,
suo popolo e gregge del suo pascolo.
Varcate le sue porte con inni di grazie,
i suoi atri con canti di lode,
lodatelo, benedite il suo nome;
perché buono è il Signore,
il suo amore è per sempre,
la sua fedeltà di generazione in generazione.

Ti lodo, Signore, perché...

Salmo 103 (102) (I)

giorno 13

Benedici il Signore, anima mia,
quanto è in me benedica il suo santo nome.
Benedici il Signore, anima mia,
non dimenticare tutti i suoi benefici.
Egli perdona tutte le tue colpe,
guarisce tutte le tue infermità,
salva dalla fossa la tua vita,
ti circonda di bontà e misericordia,
sazia di beni la tua vecchiaia,
si rinnova come aquila la tua giovinezza.
Il Signore compie cose giuste,
difende i diritti di tutti gli oppressi.
Misericordioso e pietoso è il Signore,
lento all'ira e grande nell'amore.
Non è in lite per sempre,
non rimane adirato in eterno.
Non ci tratta secondo i nostri peccati
e non ci ripaga secondo le nostre colpe.
Perché quanto il cielo è alto sulla terra,
così la sua misericordia
è potente su quelli che lo temono;
quanto dista l'oriente dall'occidente,
così egli allontana da noi le nostre colpe.

Ti lodo, Signore, perché...

Salmo 103 (102) (II)

giorno 14

Come è tenero un padre verso i figli,
così il Signore è tenero verso quelli che lo temono,
perché egli sa bene di che siamo plasmati,
ricorda che noi siamo polvere.
L'uomo: come l'erba sono i suoi giorni!

Come un fiore di campo, così egli fiorisce.
Se un vento lo investe, non è più,
né più lo riconosce la sua dimora.
Ma l'amore del Signore è da sempre,
per sempre su quelli che lo temono,
e la sua giustizia per i figli dei figli,
per quelli che custodiscono la sua alleanza
e ricordano i suoi precetti per osservarli.
Il Signore ha posto il suo trono nei cieli
e il suo regno domina l'universo.
Benedite il Signore, angeli suoi,
potenti esecutori dei suoi comandi,
attenti alla voce della sua parola.
Benedite il Signore, voi tutte sue schiere,
suoi ministri, che eseguite la sua volontà.
Benedite il Signore, voi tutte opere sue,
in tutti i luoghi del suo dominio.
Benedici il Signore, anima mia.

Ti lodo, Signore, perché...

Salmo 104 (103) (I)

giorno 15

Benedici il Signore, anima mia!
Sei tanto grande, Signore, mio Dio!
Sei rivestito di maestà e di splendore,
avvolto di luce come di un manto,
tu che distendi i cieli come una tenda,
costruisci sulle acque le tue alte dimore,
fai delle nubi il tuo carro,
cammini sulle ali del vento,
fai dei venti i tuoi messaggeri
e dei fulmini i tuoi ministri.
Egli fondò la terra sulle sue basi:
non potrà mai vacillare.
Dalle tue dimore tu irrighi i monti,

e con il frutto delle tue opere si sazia la terra.
Tu fai crescere l'erba per il bestiame
e le piante che l'uomo coltiva
per trarre cibo dalla terra,
vino che allietta il cuore dell'uomo,
olio che fa brillare il suo volto
e pane che sostiene il suo cuore.
Hai fatto la luna per segnare i tempi
e il sole che sa l'ora del tramonto.
Stendi le tenebre e viene la notte:
in essa si aggirano tutte le bestie della foresta;
ruggiscono i giovani leoni in cerca di preda
e chiedono a Dio il loro cibo.
Sorge il sole: si ritirano
e si accovacciano nelle loro tane.
Allora l'uomo esce per il suo lavoro,
per la sua fatica fino a sera.
Quante sono le tue opere, Signore!
Le hai fatte tutte con saggezza;

Ti lodo, Signore, perché....

Salmo 104 (103) (II)

giorno 16

Quante sono le tue opere, Signore!
Le hai fatte tutte con saggezza;
la terra è piena delle tue creature.
Ecco il mare spazioso e vasto:
là rettili e pesci senza numero,
animali piccoli e grandi;
lo solcano le navi
e il Leviatàn che tu hai plasmato
per giocare con lui.
Tutti da te aspettano
che tu dia loro cibo a tempo opportuno.
Tu lo provvedi, essi lo raccolgono;

apri la tua mano, si saziano di beni.
Nascondi il tuo volto: li assale il terrore;
togli loro il respiro: muoiono,
e ritornano nella loro polvere.
Mandi il tuo spirito, sono creati,
e rinnovi la faccia della terra.
Sia per sempre la gloria del Signore;
gioisca il Signore delle sue opere.
Egli guarda la terra ed essa trema,
tocca i monti ed essi fumano.
Voglio cantare al Signore finché ho vita,
cantare inni al mio Dio finché esisto.
A lui sia gradito il mio canto,
io gioirò nel Signore.
Scompaiano i peccatori dalla terra
e i malvagi non esistano più.
Benedici il Signore, anima mia.

Ti lodo, Signore, perché...

Salmo 111 (110)

giorno 17

Renderò grazie al Signore con tutto il cuore,
tra gli uomini retti riuniti in assemblea.
Grandi sono le opere del Signore:
le ricercino coloro che le amano.
Il suo agire è splendido e maestoso,
la sua giustizia rimane per sempre.
Ha lasciato un ricordo delle sue meraviglie:
misericordioso e pietoso è il Signore.
Egli dà il cibo a chi lo teme,
si ricorda sempre della sua alleanza.
Mostrò al suo popolo la potenza delle sue opere,
gli diede l'eredità delle genti.
Le opere delle sue mani sono verità e diritto,
stabili sono tutti i suoi comandi,

immutabili nei secoli, per sempre,
da eseguire con verità e rettitudine.
Mandò a liberare il suo popolo,
stabilì la sua alleanza per sempre.
Santo e terribile è il suo nome.
Principio della sapienza è il timore del Signore:
rende saggio chi ne esegue i precetti.
La lode del Signore rimane per sempre.

Ti lodo, Signore, perché...

Salmo 113 (112)

giorno 18

Lodate, servi del Signore,
lodate il nome del Signore.
Sia benedetto il nome del Signore,
da ora e per sempre.
Dal sorgere del sole al suo tramonto
sia lodato il nome del Signore.
Su tutte le genti eccelso è il Signore,
più alta dei cieli è la sua gloria.
Chi è come il Signore, nostro Dio,
che siede nell'alto
e si china a guardare
sui cieli e sulla terra?
Solleva dalla polvere il debole,
dall'immondizia rialza il povero,
per farlo sedere tra i principi,
tra i principi del suo popolo.
Fa abitare nella casa la sterile,
come madre gioiosa di figli.

Ti lodo, Signore, perché...

Salmo 135 (134) (I)

giorno 19

Lodate il nome del Signore,
lodatelo, servi del Signore,
voi che state nella casa del Signore,
negli atri della casa del nostro Dio.
Lodate il Signore, perché il Signore è buono;
cantate inni al suo nome, perché è amabile.
Il Signore si è scelto Giacobbe,
Israele come sua proprietà.
Sì, riconosco che il Signore è grande,
il Signore nostro più di tutti gli dèi.
Tutto ciò che vuole
il Signore lo compie in cielo e sulla terra,
nei mari e in tutti gli abissi.
Fa salire le nubi dall'estremità della terra,
produce le folgori per la pioggia,
dalle sue riserve libera il vento.
Signore, il tuo nome è per sempre;
Signore, il tuo ricordo di generazione in generazione.

Ti lodo, Signore, perché...

Salmo 135 (134) (II)

giorno 20

Sì, il Signore fa giustizia al suo popolo
e dei suoi servi ha compassione.
Gli idoli delle nazioni sono argento e oro,
opera delle mani dell'uomo.
Hanno bocca e non parlano,
hanno occhi e non vedono,
hanno orecchi e non odono;
no, non c'è respiro nella loro bocca.
Diventi come loro chi li fabbrica
e chiunque in essi confida.

Benedici il Signore, casa d'Israele;
benedici il Signore, casa di Aronne;
benedici il Signore, casa di Levi;
voi che temete il Signore, benedite il Signore.
Da Sion, benedetto il Signore,
che abita in Gerusalemme!

Ti lodo, Signore, perché...

Salmo 136 (135)

giorno 21

Rendete grazie al Signore perché è buono,
perché il suo amore è per sempre.
Lui solo ha compiuto grandi meraviglie,
perché il suo amore è per sempre.
Ha creato i cieli con sapienza,
perché il suo amore è per sempre.
Ha disteso la terra sulle acque,
perché il suo amore è per sempre.
Guidò il suo popolo nel deserto,
perché il suo amore è per sempre.
Diede in eredità la loro terra,
perché il suo amore è per sempre.
In eredità a Israele suo servo,
perché il suo amore è per sempre.
Nella nostra umiliazione si è ricordato di noi,
perché il suo amore è per sempre.
Ci ha liberati dai nostri avversari,
perché il suo amore è per sempre.
Egli dà il cibo a ogni vivente,
perché il suo amore è per sempre.
Rendete grazie al Dio del cielo,
perché il suo amore è per sempre.

Ti lodo, Signore, perché...

Salmo 145 (144) (I)

giorno 22

O Dio, mio re, voglio esaltarti
e benedire il tuo nome in eterno e per sempre.
Ti voglio benedire ogni giorno,
lodare il tuo nome in eterno e per sempre.
Grande è il Signore e degno di ogni lode;
senza fine è la sua grandezza.
Una generazione narra all'altra le tue opere,
annuncia le tue imprese.
Il glorioso splendore della tua maestà
e le tue meraviglie voglio meditare.
Parlino della tua terribile potenza:
anch'io voglio raccontare la tua grandezza.
Misericordioso e pietoso è il Signore,
lento all'ira e grande nell'amore.
Buono è il Signore verso tutti,
la sua tenerezza si espande su tutte le creature.
Ti lodino, Signore, tutte le tue opere
e ti benedicano i tuoi fedeli.
Dicano la gloria del tuo regno
e parlino della tua potenza,
per far conoscere agli uomini le tue imprese
e la splendida gloria del tuo regno.
Il tuo regno è un regno eterno,
il tuo dominio si estende per tutte le generazioni.

Ti lodo, Signore, perché....

Salmo 145 (144) (II)

giorno 23

Fedele è il Signore in tutte le sue parole
e buono in tutte le sue opere.
Il Signore sostiene quelli che vacillano
e rialza chiunque è caduto.
Gli occhi di tutti a te sono rivolti in attesa

e tu dai loro il cibo a tempo opportuno.
Tu apri la tua mano
e sazi il desiderio di ogni vivente.
Giusto è il Signore in tutte le sue vie
e buono in tutte le sue opere.
Il Signore è vicino a chiunque lo invoca,
a quanti lo invocano con sincerità.
Appaga il desiderio di quelli che lo temono,
ascolta il loro grido e li salva.
Il Signore custodisce tutti quelli che lo amano,
ma distrugge tutti i malvagi.
Canti la mia bocca la lode del Signore
e benedica ogni vivente il suo santo nome,
in eterno e per sempre.

Ti lodo, Signore, perché...

Salmo 146 (145)

giorno 24

Loda il Signore, anima mia:
loderò il Signore finché ho vita,
canterò inni al mio Dio finché esisto.
Non confidate nei potenti,
in un uomo che non può salvare.
Esala lo spirito e ritorna alla terra:
in quel giorno svaniscono tutti i suoi disegni.
Beato chi ha per aiuto il Dio di Giacobbe:
la sua speranza è nel Signore suo Dio,
che ha fatto il cielo e la terra,
il mare e quanto contiene,
che rimane fedele per sempre,
rende giustizia agli oppressi,
dà il pane agli affamati.
Il Signore libera i prigionieri,
il Signore ridona la vista ai ciechi,
il Signore rialza chi è caduto,

il Signore ama i giusti,
il Signore protegge i forestieri,
egli sostiene l'orfano e la vedova,
ma sconvolge le vie dei malvagi.
Il Signore regna per sempre,
il tuo Dio, o Sion, di generazione in generazione.

Ti lodo, Signore, perché...

Salmo 147 (146-147)

giorno 25

È bello cantare inni al nostro Dio,
è dolce innalzare la lode.
Il Signore ricostruisce Gerusalemme,
raduna i dispersi d'Israele;
risana i cuori affranti
e fascia le loro ferite.
Egli conta il numero delle stelle
e chiama ciascuna per nome.
Grande è il Signore nostro,
grande nella sua potenza;
la sua sapienza non si può calcolare.
Il Signore sostiene i poveri,
ma abbassa fino a terra i malvagi.
Intonate al Signore un canto di grazie,
sulla cetra cantate inni al nostro Dio.
Egli copre il cielo di nubi,
prepara la pioggia per la terra,
fa germogliare l'erba sui monti,
provvede il cibo al bestiame,
ai piccoli del corvo che gridano.
Al Signore è gradito chi lo teme,
chi spera nel suo amore.

Ti lodo, Signore, perché...

Salmo 148

giorno 26

Lodate il Signore dai cieli,
lodatelo nell'alto dei cieli.
Lodatelo, voi tutti, suoi angeli,
lodatelo, voi tutte, sue schiere.
Lodatelo, sole e luna,
lodatelo, voi tutte, fulgide stelle.
Lodatelo, cieli dei cieli,
voi, acque al di sopra dei cieli.
Lodino il nome del Signore,
perché al suo comando sono stati creati.
Li ha resi stabili nei secoli per sempre;
ha fissato un decreto che non passerà.
Lodate il Signore dalla terra,
mostri marini e voi tutti, abissi,
fuoco e grandine, neve e nebbia,
vento di bufera che esegue la sua parola,
monti e voi tutte, colline,
alberi da frutto e voi tutti, cedri,
voi, bestie e animali domestici,
rettili e uccelli alati.
I re della terra e i popoli tutti,
i governanti e i giudici della terra,
i giovani e le ragazze,
i vecchi insieme ai bambini
lodino il nome del Signore,
perché solo il suo nome è sublime:
la sua maestà sovrasta la terra e i cieli.
Ha accresciuto la potenza del suo popolo.
Egli è la lode per tutti i suoi fedeli,
per i figli d'Israele, popolo a lui vicino.

Ti lodo, Signore, perché....

Salmo 149

giorno 27

Cantate al Signore un canto nuovo;
la sua lode nell'assemblea dei fedeli.
Gioisca Israele nel suo creatore,
esultino nel loro re i figli di Sion.
Lodino il suo nome con danze,
con tamburelli e cetre gli cantino inni.
Il Signore ama il suo popolo,
incorona i poveri di vittoria.
Esultino i fedeli nella gloria,
facciano festa sui loro giacigli.
Le lodi di Dio sulla loro bocca.
Questo è un onore per tutti i suoi fedeli.

Ti lodo, Signore, perché...

Salmo 150

giorno 28

Lodate Dio nel suo santuario,
lodatelo nel suo maestoso firmamento.
Lodatelo per le sue imprese,
lodatelo per la sua immensa grandezza.
Lodatelo con il suono del corno,
lodatelo con l'arpa e la cetra.
Lodatelo con tamburelli e danze,
lodatelo sulle corde e con i flauti.
Lodatelo con cimbali sonori,
lodatelo con cimbali squillanti.
Ogni vivente dia lode al Signore.

Ti lodo, Signore, perché...

