

## **Apri la tua bocca, la voglio riempire (Sal 80,11)**

### **LE PAROLE DEI SALMI NEI PAESAGGI DELL'ANIMA**

#### **Noi non sappiamo pregare**

Il punto di partenza di ogni esperienza di preghiera è questo: “noi non sappiamo pregare”. Possiamo invocare la preghiera, aspirare ad essa, ma in questo “stato dell’anima” entriamo sempre da stranieri, come inesperti, semplici dilettanti (che provano diletto in una disciplina che per loro è nuova, sconosciuta), mai da professionisti. Anche dopo molto esercizio ci accorgiamo che siamo alle prime armi, che spesso dobbiamo ricominciare ad imparare, che ogni volta – nelle diverse stagioni della vita – cominciare a pregare significa fare i conti con una fatica, un’inerzia, un’incapacità più profonda dei nostri sforzi e delle nostre buone intenzioni. Spesso questo punto di partenza è sentito come una colpa. Soprattutto quando abbiamo sperimentato la gioia di momenti di grazia nella preghiera, ci sembra strano non ritrovare ogni volta la stessa intensità.

Qui si nascondono un equivoco e un’insidia: spesso noi abbiamo un’immagine romantica e ideale della preghiera che finisce per coincidere con uno stato di fusione e di perfetta armonia in noi stessi e con Dio. In realtà, questo “stato dell’anima” non esiste, se non per brevi attimi, in momenti di grazia che il Signore ci regala anche solo per venire incontro alla nostra debolezza. Come i discepoli sul monte Tabor, desidereremmo fermare quei momenti e vorremmo che la nostra preghiera fosse sempre così, mentre è vero il contrario: la preghiera, nella sua normalità, è fatta di lotta, di aridità, di distrazioni, di fatica; piccoli momenti di gioia, di gratitudine, di lode tra lunghi lamenti, domande insistenti che sembrano cadere nel vuoto, suppliche accorate, contrizione del cuore che porta il peso del proprio peccato. Si impara a pregare partendo dalla polvere. Per questo i salmi sono parole preziose, perché essi non partono dalle vette della perfetta comunione con Dio, ma dalla lontananza di un cuore che si è perduto, dalla polvere.

Due testimonianze ci possono introdurre per rovesciare questo presupposto: la nostra incapacità di pregare è in realtà la porta di accesso migliore alla preghiera.

Così scrive R. Guardini nella sua *Introduzione alla preghiera*:

*«In generale l'uomo non prega volentieri, è facile che egli provi, nel pregare, un senso di noia, un imbarazzo, una ripugnanza, un'ostilità addirittura. Qualunque altra cosa gli sembra allora più attraente, e più importante. Dice di non avere tempo, di avere altri impegni urgenti, ma appena ha tralasciato di pregare eccolo mettersi a fare le cose più inutili. L'uomo deve smettere di ingannare Dio e se stesso. È molto meglio dire apertamente: “non voglio pregare”, piuttosto che usare simili astuzie. È molto meglio non trincerarsi dietro giustificazioni come quella di essere troppo stanchi e dire chiaro e tondo: “Non ho voglia”. L'impressione che si riceve non è troppo bella e rivela tutta la meschinità dell'uomo: ma è verità, e partendo dalla verità si va molto più facilmente avanti che non partendo dalla dissimulazione».*

Anche dalla tradizione orientale ci vengono parole molto veritiere sulla fatica di pregare e sulla sensazione che abbiamo di non essere mai contenti della nostra preghiera. Così scrive Hausser nel suo libro *Preghiere di vita e vita di preghiera*:

*«Che cosa volete dire con pregare male? È pregare con distrazione? Ebbene io vi dico da parte di Dio che le vostre distrazioni non impediscono che la vostra preghiera sia buona ed eccellente. Soprattutto le distrazioni non sono una ragione per allontanarvi dalla preghiera. “Che le mie distrazioni lodino il Signore!”. Più temerò le distrazioni, più pregherò e più sorriderò delle mie distrazioni.*

*Che cosa volete dire con pregare male? Significa pregare con aridità? L'aridità, anche se è la conseguenza di un peccato è portatrice di grazie. Se voi continuate a pregare malgrado questa aridità, finirete per avere ragione della sua causa e questa è una vittoria. Che cosa volete dire con pregare male? È un pregare con il disgusto di tutto? – il disgusto di tutto fa ingiuria a Dio! – E io dico: viva l'orazione del disgusto! – Perché? – Perché essa è una vittoria molto più grande. È la preghiera che rassomiglia molto di più a quella di nostro Signore nell'orto degli Ulivi (Mt 14,33). Invece di cedere, egli ripete la stessa preghiera con tanta maggiore insistenza. Se tale è la vostra preghiera, non c'è nulla di più glorioso per Dio. In definitiva, che cosa significa pregare male? È pregare contro la volontà di Dio, così come la si conosce. È pregare contro la carità. Ogni altra preghiera è eccellente».*

Noi non dobbiamo preoccuparci per nulla della “qualità” sensibile della preghiera ed anzi è bene provare una certa *noncuranza* o *indifferenza* per entrare in profondità nella casa della preghiera. Come Paolo stesso scrive in una sua lettera, quella che più di tutte invita alla gioia e all'imitazione dei sentimenti di Cristo, la lettera ai Filippesi: *«Non angustiatevi per nulla, ma in ogni circostanza fate presenti a Dio le vostre richieste con preghiere, suppliche e ringraziamenti. E la pace di Dio, che supera ogni intelligenza, custodirà i vostri cuori e le vostre menti in Gesù Cristo».*

Troviamo in queste parole un percorso preciso e straordinario alla preghiera. La prima tappa è ***non angustarsi***, deporre ogni preoccupazione, lasciar decantare ogni affanno. Si inizia a pregare solo se si crea uno stacco con l'agitazione che pervade le nostre giornate. Poi, semplicemente tutto quello che siamo, così come siamo, lo possiamo consegnare a Dio con ***domande*** (la preghiera di richiesta è la forma elementare della preghiera), ***suppliche*** (la lamentazione è un primo modo di elaborare l'esperienza della crisi nella quale inizia sempre la preghiera), ***lodi*** (qui la preghiera allarga il cuore al bene) e ***ringraziamenti*** (*eucharisita*: la forma suprema di preghiera, perché in Cristo e nella sua offerta siamo noi stessi chiamati a diventare dono). Il fine della preghiera, poi, è la ***pace*** che supera ogni intelligenza (non è affatto detto che pregare significhi generare pensieri luminosi). Non siamo noi che custodiamo la preghiera, è *la preghiera che ci custodisce*, ci tiene in comunione con Gesù. Tutto considerato, la nostra preghiera non ci appartiene: essa ci precede e ci sfugge, ci anticipa e ci attende.

Un'ultima testimonianza può essere di aiuto ad entrare da questa porta della preghiera. In un ospedale psichiatrico un cappellano ha raccolto le preghiere dei suoi ospiti. Eccone una:

*Signore, eccomi.  
Mi sarebbe piaciuto pregarti  
ma temo di non avere granché da dire.  
Non so/non posso pregare:  
ma almeno vengo a mettermi davanti a Te,  
alla tua presenza.*

*Signore, so che sei qui.  
So che ci sei per me.  
So che mi aspetti qui.  
Avverto, Signore,  
che forse sei perfino contento e commosso  
che io venga a Te.  
E tuttavia non ho nulla da dire.  
Non posso pregare.  
Eccomi vicino a Te.  
Sedermi e non dire nulla.  
Essere seduta accanto a Te, e nient'altro.*

*Grazie, Signore,  
avrò comunque pregato,  
senza sapere come.  
Grazie per questa preghiera  
e per tutto. Amen*

Concludiamo questa prima parte con tre indicazioni che, *partendo dalla incapacità*, ci portano verso una profondità della relazione con Dio e della vita spirituale.

### ***La preghiera come nostalgia e invocazione: Signore insegnaci a pregare***

Proprio perché non sappiamo pregare, la preghiera è anzitutto *ciò che ci manca*: abita in noi come nostalgia, come desiderio. Se la desideriamo è perché l'abbiamo in qualche modo sperimentata; se la invociamo è perché ci manca e dobbiamo ogni volta partire da una distanza che ci separa da lei. Come dice il salmo:

*Questo 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 (Sal 41,5)*

Proprio – e solo se – perché abbiamo gustato la gioia di momenti d'intimità e di gioia nei quali abbiamo fatto esperienza di comunione con Dio (nella sua casa) e con i fratelli (una moltitudine), ora sentiamo che questa ci manca e aneliamo, desideriamo, aspiriamo alla preghiera, a ritrovare la stessa intimità ora che siamo lontani, in esilio.

O come i discepoli che, non sapendo pregare, vengono attratti dal mistero di Gesù che prega e sono portati a chiedere: «Maestro, insegnaci a pregare!». Ogni volta che entriamo in preghiera possiamo semplicemente dire queste parole, metterci nella condizione di chi invoca, desidera, mendica una preghiera di cui non è capace da colui che, in modo unico, è il Maestro della preghiera, Gesù, che con il Suo Spirito prega in noi e per noi.

### ***L'invito fondamentale: la fedeltà***

La Scrittura è tutta un invito alla preghiera. Gesù raccomanda insistentemente di pregare senza stancarsi (Lc 18,1), sempre, di vigilare (Lc 21,36) e Paolo gli fa eco raccomandando una preghiera incessante (1Ts 5,17; Ef 6,18; Fil 4,6). Questo invito, che è quello fondamentale che la Scrittura ci chiede, pone un problema che ha spesso interrogato i credenti. Se non siamo capaci di pregare, come è possibile pregare *sempre*, incessantemente, con insistenza? La domanda ci porterebbe lontano. Voglio solo indicare un risvolto di questa richiesta di fedeltà: essa, prima di essere un' esortazione etica, un appello alla nostra volontà, è una buona notizia. "Puoi pregare sempre, in ogni circostanza", ovvero, non esistono condizioni che impediscano la preghiera. Non importa come tu stia e come tu sia, se nella gioia o nel dolore, nel peccato o nella grazia, perché in ogni momento puoi rivolgerti a Dio e rivolgere a lui ogni tuo stato d'animo. In questo i salmi sono una miniera: sono la preghiera che sgorga da ogni situazione umana e per questo ci insegnano a pregare sempre, in ogni condizione abbiamo a trovarci. E il più delle volte pregheremo da peccatori, da uomini e donne che si trovano in esilio, lontani dalla casa della preghiera, stranieri ed esuli dal mondo dello spirito. Ma anche in questo i salmi sono una buona notizia: non a caso essi testimoniano la preghiera soprattutto di coloro che vivono nell'angustia e nella prova. Anche e proprio in questi momenti è vera la nostra preghiera: povera, ma non meno autentica, vera perché povera.

### ***Verso la semplificazione della preghiera: dal silenzio alle parole, dalle parole al silenzio***

Infine un'indicazione della *direzione* della preghiera che si mette alla scuola dei salmi. Il cammino spirituale procede verso la semplificazione del cuore, ma parte dalla confusione dell'anima.

*Mostrami, Signore, la tua via,  
perché nella tua verità io cammini;  
donami un cuore semplice che tema il tuo nome. (Sal 85,11)*

Si parte dalla confusione del cuore, dal tumulto o dall' aridità (che sono spesso speculari); per questo il primo passo è quello di fare silenzio, di aprire uno spazio alla Parola, che zittisca le nostre chiacchiere. L'inizio della preghiera è il silenzio. Pregare con parole che ci vengono messe sulla bocca serve anche a questo. Quando mi metto in preghiera non lascio la prima mossa alle mie parole, ma apro la bocca perché Dio metta sulle mie labbra la sua Parola.

*Sono io il Signore tuo Dio,  
che ti ho fatto uscire dal paese d'Egitto;  
apri la tua bocca, la voglio riempire. (Sal 80,11)*

La bocca prima deve tacere, poi lasciarsi riempire e infine lodare con le Parole che ha ricevuto. L'inizio della preghiera è un freno sulla bocca, il silenzio che fa spazio nel cuore:

*Ho detto: «Veglierò sulla mia condotta  
per non peccare con la mia lingua;  
porrò un freno alla mia bocca, mentre l'empio mi sta dinanzi». (38,2)  
Sto in silenzio, non apro bocca, perché sei tu che agisci. (38,10)*

Solo allora il Signore può “riempire la bocca” dell'orante, come una madre che nutre suo figlio e dalla nostra bocca sgorga una preghiera, come una parola inedita, un canto nuovo:

*Con la bocca dei bimbi e dei lattanti  
affermi la tua potenza contro i tuoi avversari,  
per ridurre al silenzio nemici e ribelli. (8,3)  
Signore, apri le mie labbra e la mia bocca proclami la tua lode; (50,17)  
Mi ha messo sulla bocca un canto nuovo,  
lode al nostro Dio.  
Molti vedranno e avranno timore e confideranno nel Signore. (39,4)*

Solo ora, quando il Signore mette le sue parole sulla nostra bocca, si apre la grazia della preghiera. Certo, non in modo automatico. La recita dei salmi parte dalla **bocca**, dalla ripetizione di parole che ci sono date, passa dalla **mente** (e dalla **memorizzazione**) per giungere al **cuore**. La pratica monastica è quella che più di tutte ha sviluppato l'esperienza della preghiera tramite il salterio. Questo viene letto per intero, ripetutamente, secondo diversi ordini di suddivisione (nella liturgia latina l'intero salterio letto ogni mese, diviso in quattro settimane, nelle quali alcuni salmi sono più volte ripetuti). Le parole ripetute si accordano con il cuore. Questa infatti è la regola che Benedetto ripete ai suoi monaci: **ut mens nostra concordet voci nostrae** (RB 19,12). Ovvero: insegna alla tua bocca ciò che hai nel cuore e, per farlo, insegna al tuo cuore a consentire alle parole che la tua bocca pronuncia. Tutta la preghiera sta in questa accordatura tra voce e cuore, passando dalla mente e dalla memoria.

Il cammino di semplificazione giunge allora a fermarsi a poche parole, ad un **solo versetto**, fino al silenzio della preghiera senza parole. Alcuni versetti infatti si imprimono nell'anima e possono accompagnare per l'intero giorno e per giorni interi, fino a quando non c'è più bisogno né della recitazione, né della ripetizione, perché si entra nel silenzio di una preghiera senza parole. Il vertice della preghiera verso cui i salmi portano è il timore del Signore – nel senso profondo che la scrittura dà a questa parola, ovvero la percezione della grandezza incommensurabile di Dio e insieme della sua inimmaginabile vicinanza – di chi prega senza parole.

## **I salmi: un percorso che inizia alla preghiera**

Apriamo ora il libro dei Salmi. La prima impressione è di perdersi in una **collezione** che non si riesce a governare, in generi molto diversi gli uni dagli altri, in un linguaggio che non ci è familiare. Ed è così in effetti. Quello dei salmi è un libro complesso, che nasce collezionando una serie di preghiere e di poemi (alcuni non si presentano neppure come delle preghiere)

molto diversi tra di loro. Il senso di lontananza cresce perché i testi portano solo degli echi lontani della loro nascita: sono preghiere e poesie che nascono sempre in contesti precisi, ma che poi sono stati fatti oggetto di preghiera, riprese, riscritture che fanno perdere le tracce del loro contesto originario. Sono preghiere personali? Nascono da una liturgia del tempio? Parlano di fatti precisi, di prove particolari nelle quali si sono trovati personaggi determinati? In parte sì, ma poi la preghiera più personale diventa pubblica e il culto del tempio viene ripreso nella meditazione personale; la storia particolare diventa la prova di tutti, l'“io” si fonde nel “noi”. Quello che è accaduto a un singolo, a Davide o a Salomone (ad essi sono dedicati molti dei poemi salmici) sembra solo essere un pretesto per parlare di quanto accade a tutti, accade oggi, a me e a noi. Mentre prego un salmo sono già immerso in una comunità che mi precede, di coloro che lo hanno scritto, recitato e pregato e di tutti quelli che ora lo pregano. La meditazione del salmo, pur restando personale e a volte intima e individuale, non esula mai dal “noi”, da una comunità che prega e vive il salmo stesso.

Per questo, ricondurre il singolo salmo al suo contesto originale è a volte impossibile e non sempre utile. Il testo è dato come testimonianza di una tradizione di infinite riprese alle quali si aggiunge la nostra e senza la nostra ripresa quella parola resta afona! Tutti i testi nascono prima da una tradizione orale, poi conoscono un passaggio che mette per iscritto la supplica e la preghiera; la stessa preghiera ne ispira altre, che in parte la ripetono e in parte la integrano; solo alla fine l'insieme dei poemi diventa quel libro che oggi proviamo ad aprire.

Di una certa utilità è forse una lettura più recente degli studi sui salmi che ha cercato di leggere la composizione di tutto il libro nella sua *redazione finale*. Qualcuno ha collezionato questa serie di preghiere e di poemi secondo un certo **ordine**, forse non immediatamente percepibile, ma che ha una sua pertinenza.

Il libro dei salmi si può suddividere in **cinque libri**: lo si può riconoscere dal fatto che ciascuna parte del salterio si conclude con una doxologia (“Benedetto sia il Signore...”): vedi sal 41,14;72,18-20;89,53;106,48. Ora questi libri donano un orientamento della preghiera che va dalla supplica alla lode.

Nel **primo libro** (Sal 1-41) “l'accento dominante è quello dei **dolori**”(…) “Il tutto concentrato su un unico tema: la lunga agonia del Giusto, i suoi patetici appelli al soccorso e alla giustizia di Dio, la sua lotta eroica contro l'iniquità” (Chouraqui)

Il **secondo libro** (Sal 42-72) “ci conduce in un universo dominato da accenti più sereni. Non più il dramma della guerra contro il Reprobo, ma quello degli **esili dell'anima**” (Chouraqui).

Il **terzo libro** (Sal 73-89) “costituisce la collezione mediana, la piattaforma del salterio. Essa è massiccia, statica, un'implacabile **meditazione sul passato** nell'attesa dei fini ultimi” (Chouraqui).

Il **quarto libro** (Sal 90-106) ci fa entrare nel regno di Dio. “La tappa dei sacrifici sembra superata, penetriamo nella gioia senza alterazioni delle potenze del Signore”. È il **trionfo della giustizia**, anche se ci sono delle interruzioni (come il Sal 102): non tutto è ancora compiuto.

Il **quinto libro** (Sal 107-150) “ci fa scalare le ultime vette della montagna santa. Il libro prende la forma di un **crescendo** sostenuto” (Chouraqui), con al centro il Grande Hallel (Sal 136) e lo Hallel finale (Sal 145-150).

Il primo libro è la notte; nel secondo si vede l'aurora, mentre il terzo ci pone in pieno giorno; il quarto fa entrare il Regno di Dio e il quinto costituisce l'apoteosi, con i suoi Alleluia e l'*allegro* finale.

Ci interessano soprattutto la direzione e il movimento che si possono intuire in questa disposizione del salterio: **dalla supplica alla lode**. È il passaggio e lo snodo che segna anche la vita spirituale e quindi ogni preghiera, sapendo che non c'è lode senza prima passare dai paesaggi oscuri della prova e della supplica e, contemporaneamente, non c'è supplica che non possa sfociare in lode (di per sé c'è un salmo – il salmo 87 – unica eccezione, ma significativa: ci sono giorni nei quali non si vede la luce). Seguiremo questa direzione – dalla supplica alla lode – per addentrarci nel libro dei Salmi e nei diversi generi letterari delle preghiere/poemi in esso raccolti.

### Un libro dei poveri

Chi è che prega nel Salterio? È **l'uomo messo alla prova**. Il libro dei salmi è espressione della spiritualità dei poveri, degli *anawin*, che sono anzitutto credenti che vivono e imparano a credere e a pregare nel mezzo delle tribolazioni. Certo, spesso i salmi raccontano le opere meravigliose di Dio – in particolare l'esodo – ma sono il più delle volte narrati come ricordo. Il salmista vive la dura realtà del presente, dove *il ricordo delle opere di Dio sembra terribilmente lontano*. «L'attualità è il suo (del salterio) unico tema, perché **la vera attualità è la crisi**, vale a dire, ciò che succede quando il diverso rompe la continuità. E di cosa parla il nostro salmo? (il 77) Del mutamento. (...) Lontane da noi la vocazione di Abramo, la rivelazione di Mosè, la Pasqua dell'esodo. (...) Coloro che hanno vissuto il prodigio sono lontani da noi, ma coloro che ne hanno vissuto la sua mancanza, la sua scomparsa, l'ombra invece dello splendore, costoro sono vicini a noi. Il loro oggi coincide con il nostro» (Beauchamp). Proprio questa lontananza dei momenti prodigiosi rende i salmi a noi così vicini, il loro oggi è il nostro presente.

L'inizio della preghiera è quindi l'esperienza della prova, «**i salmi pregano cominciando dalla polvere**» (Beauchamp 53). «Molte volte, quello che succede e induce un uomo a parlare è il fatto di essere stato colpito, scosso o costernato da un pericolo più forte di lui, il quale minaccia la vita e la ragione di vita. Non avremmo i salmi se i loro autori non fossero passati attraverso ciò, vedendo da vicino la morte». (Beauchamp 21).

Ecco dunque lo scenario iniziale del libro. Al livello più radicale è **l'esposizione alla morte** stessa come tema dominante della vita: nascere è essere esposti alla morte:

*ricordati quanto io sia di breve durata,  
e quanto vani hai creato i figli dell'uomo!* (Sal 89,48)

Ma poi ci sono tutte le variazioni della prova. Ci sono i **nemici** che sono dappertutto:

*guarda come sono numerosi i miei nemici,  
e con quale odio violento mi odiano* (Sal 25,19)  
*I miei nemici sono forti e potenti;  
e numerosi sono coloro che mi odiano a torto,*

*coloro che mi rendono male per bene. (Sal 38,20)*  
*Fino a quando vi scaglierete contro un uomo*  
*cercherete di abatterlo tutti,*  
*come un muro cadente, come una parete inclinata? (Sal 62,4)*

«Per la Bibbia il bene dipende dall'affrontare il male e questo è dappertutto, perché il giusto non è mai senza il malvagio» (Beauchamp 54). E così troviamo tranelli orditi in segreto (Sal 36,5), cospirazioni (Sal 2,2), agguati di cacciatori (Sal 10,8-9), complotti e congiure (Sal 31,14.21), piani e progetti (Sal 33,10): un sistema di male che sembra circondare la vita del credente e metterlo alla prova. Il salmista è sempre ricercato da “coloro che vogliono uccidere il giusto” (Sal 37,14), “vogliono la mia rovina, cercano la mia perdizione, attentano alla mia vita” (Sal 35,4; 38,13; 40,15, 54,5...). Egli si dichiara perseguitato, controllato (Sal 56,7), vittima di odio violento (Sal 25,19). I nemici lo circondano con tutte le loro armi: spada, arco, frecce, ma ancora più caratteristici sono gli strumenti di cattura: la rete, la fossa, la trappola. Il nemico spia, imprigiona e lega. Un passaggio importante per pregare i salmi è proprio intendere questo tema dei nemici: un male che è onnipresente e circonda tutta la vita e va preso sul serio. La vita, come la preghiera, è un combattimento contro il male.

Oltre al tema dei nemici, la prova è caratterizzata da quello della **malattia**. Difficile riconoscere ogni volta di che malattia si tratti, anche perché il rapporto con il corpo e con il corpo malato cambia a seconda del tempo e della cultura. Possiamo riconoscere una debolezza generale, una febbre che logora come un fuoco:

*il mio vigore si è seccato come l'argilla;*  
*attaccata alle fauci è la mia lingua (Sal 22,16).*  
*I miei lombi sono pieni di bruciore,*  
*niente di intatto vi è nella mia carne (38,8)*  
Questa debolezza logora le forze, costringe a mettersi a letto:  
*il peccato mi ha fatto perdere le forze,*  
*esso mi consuma le ossa (Sal 31,11).*

Ma si consumano anche gli occhi e la malattia colpisce allora la vista:

*Il cordoglio mi consuma gli occhi,*  
*la gola le viscere (Sal 31,11)*  
*Mi batte forte il cuore, le forze mi abbandonano,*  
*anche il lume degli occhi mi vien meno. (Sal 38,11)*  
*A forza di soffrire, i miei occhi si spengono (Sal 39,10).*

In realtà, quando il salmista parla del suo corpo malato, è come se tutto avvenisse a due livelli. «Come se ogni uomo possedesse due corpi. Il primo corpo, immediatamente visibile, forse sano o malato, rimane sempre a una certa distanza dal combattimento della vita e della morte, non senza subirne i contraccolpi. Il secondo corpo, non visibile ad occhio nudo, è, al contrario, in contatto immediato, in presa diretta con il combattimento della vita e della morte» (Beauchamp 61). Potremmo parlare di un “corpo simbolico”, ma sempre strettamente legato a quello fisico: l'antropologia biblica non separa mai anima e corpo. Di per sé pensa l'uomo a partire da “spirito anima e corpo” o anche tra “corpo fisico e corpo spirituale”, come farà anche Paolo in 1Cor 15. Il corpo fisico rimanda a quello spirituale e la malattia del primo



consegna sempre anche un compito spirituale: guarire ed essere salvato sono strettamente legati.

Oltre ai nemici e alla malattia, troviamo la condizione del **peccato**, intrecciata con le prime due: perché il male non è mai solo attorno a noi e fuori di noi, come i nemici, ma dentro di noi; noi siamo i peggiori e più tremendi nemici di noi stessi! Il male che attacca il corpo è anche quello che imprigiona lo spirito. Così la supplica parte dalla lamentazione per i mali e i nemici che circondano il salmista, passa dalla invocazione della guarigione, ma attraverso la richiesta del perdono, della liberazione dal male che è dentro di noi: *“Ecco, nella colpa sono stato generato, nel peccato mi ha concepito mia madre.”* (Sal 50,7). Il peccato logora, soprattutto se rimosso e non confessato:

*Tacevo e si logoravano le mie ossa, mentre gemevo tutto il giorno.  
Giorno e notte pesava su di me la tua mano,  
come per arsuria d'estate inaridiva il mio vigore.  
Ti ho manifestato il mio peccato, non ho tenuto nascosto il mio errore.  
Ho detto: «Confesserò al Signore le mie colpe»  
e tu hai rimosso la malizia del mio peccato.* (Sal 31,3-5)

Ora, il povero, nella sua condizione di prova, non ha altra forza che il grido della preghiera. Così la categoria degli *anawin*, dei poveri, diventa qualcosa di più che una semplice condizione sociale. Nella loro nullità i poveri non contano che sulla mano del Signore. Privi di ogni orgoglio, essi hanno al centro della loro identità il Nome salvifico e nient'altro, quel nome che invocano, che è la loro unica speranza. Proprio dalla prova nascono la fiducia e l'abbandono:

*tranquillo e sereno  
come un bimbo svezzato in braccio a sua madre,  
come un bimbo svezzato è l'anima mia* (Sal 131, 2-3)

Il povero è colui che ha conosciuto il miracolo del passaggio dalla supplica alla lode. Se ogni salmo, anche quello più drammatico, conosce sempre (con l'eccezione detta) l'approdo alla lode, in realtà la testimonianza del salmista non dice *come* questo passaggio sia accaduto, ma solo il fatto che questo è opera del Signore. Il passaggio, infatti, il più delle volte, appare improvviso e sostanzialmente immotivato. Sono diverse le giustificazioni a questo brusco cambiamento di tono che troviamo nei salmi. Qualcuno lo spiega riferendosi al fatto che i salmi, molte volte, sono, al loro stesso interno, una collezione. Nella preghiera del tempio o in quella sinagogale, colui che si avvicinava per una supplica, per una preghiera di lamento o di domanda, riceveva un formulario che gli offriva le parole per la sua richiesta. In un secondo momento gli veniva data anche una seconda preghiera, un formulario di lode, di ringraziamento e una dossologia finale. In mezzo c'era il segreto di una preghiera “corpo a corpo” tra il fedele e il suo Dio. Dio solo sa e solo chi prega conosce, come nel caso di Anna, la madre di Samuele (Cf 1Sam 1,9-18). Essa si reca al tempio e all'inizio la sua preghiera accorata e supplice è addirittura male interpretata dal sacerdote Eli che la scambia per un'ubriaca. Poi riconosce la verità del suo cuore ferito di madre che non riesce ad avere figli e allora la rimanda con parole di consolazione. Anna termina la sua preghiera con parole di lode: Dio innalza i poveri e abbassa i potenti! La certezza di essere ascoltata la conosce solo lei e solo Dio che scruta il cuore degli uomini. Anzi, neppure il credente sa il *come* dell'intervento di Dio perché

*Sul mare passava la tua via,  
i tuoi sentieri sulle grandi acque  
e le tue orme rimasero invisibili. (Sal 76,29)*

In modo quindi inafferrabile e indeducibile giunge la salvezza ad opera di Dio. Essa ha sempre la forma di una liberazione inaspettata:

*Noi siamo stati liberati  
come un uccello dal laccio dei cacciatori:  
il laccio si è spezzato e noi siamo scampati. (Sal 123,7)*

La **salvezza** è anzitutto un'opera di **liberazione** dai nemici, dalla malattia, dal male e dalla morte, ovvero da tutto ciò che è più forte del credente. Questa libertà non è in concorrenza con il compito che l'uomo deve svolgere per camminare verso il bene, ma libera il suo agire: «La salvezza ricevuta illustra perfettamente la salvezza attiva. Non si tratta di contraddizione. La vera libertà spirituale, certo non è in noi. Ma in noi resi liberi, per grazia. La seconda formula della salvezza biblica dice che se l'azione non dà la salvezza, la salvezza dà la capacità di agire. Una libertà non può restare immobile. La parola "libertà" è un sinonimo della capacità di azione». (Beauchamp 86).

Dalla libertà nasce la **lode** che è sempre un allargamento dell'orizzonte dell'orante. Lodare è un modo con cui la preghiera libera il salmista dal ripiegamento su di sé e sui suoi mali, perché la lode in tutte le sue forme lo porta a guardare oltre sé. Nella forma del **ringraziamento** (si ringrazia per un bene ricevuto), chi prega riconosce che il bene gli viene da un altro. Nella forma della **lode** (si loda per un bene che non necessariamente riguarda direttamente noi stessi) si prega perché si riconosce il bene che Dio ha operato oltre noi e a favore di terzi. Nella **benedizione** e nella **dossologia** si loda Dio per Dio stesso, non per il bene fatto a noi e neppure per le opere compiute a favore di terzi, ma per il solo fatto di esistere! «La lode e il ringraziamento sono necessari al cuore della preghiera perché pregare è uscire da sé. Noi partecipiamo alla salvezza insieme ad altri e la riceviamo da un altro. L'individuo salvato va quindi a lodare per la salvezza di cui partecipa e a ringraziare per la salvezza che egli riceve. Lode e ringraziamento sono l'espressione perfetta della *salvezza*. Il male è prigione e la salvezza liberazione. L'invidia è il custode della prigione. Essa consiste nel rattristarsi di un bene in possesso di altri, e nel rallegrarsi di un bene purché a goderne si sia da soli. Il congegno della libertà è costruito in senso inverso: la lode si rallegra di un bene di cui godono altri. Il ringraziamento riconosce in un bene il dono che proviene da un altro.» (Beauchamp 92).

Pregare i salmi da poveri è vivere la grazia della salvezza, passare dalla supplica alla lode.

## **Un libro di sapienza**

Non tutti i salmi sono preghiere di supplica, o almeno non lo sono totalmente. Tra la supplica e la lode si inserisce una **meditazione**, un ripensamento: passaggio necessario e istruttivo. La preghiera, mentre aiuta a prendere distanza dal male e dalla condizione particolare del salmista, rinvia ad un'opera più grande. In questa storia di alleanza il salmista intende ritrovarsi perché solo in questa via trova la salvezza e il compimento della propria esistenza. Questo ripensamento genera una forma tipica di preghiera di carattere sapienziale e meditativo.

L'intero salterio si apre di fatto con un invito alla sapienza:

*Beato l'uomo che non segue il consiglio degli empi,  
non indugia nella via dei peccatori  
e non siede in compagnia degli stolti;  
ma si compiace della legge del Signore,  
la sua legge medita giorno e notte. (Sal 1,1-2)*

Troviamo qui due temi che percorrono tutto il salterio nella sua dimensione sapienziale. Pregare è lasciarsi **istruire**, diventare saggi perché ci si lascia istruire dalla **Parola del Signore** e in questo discernimento si diventa capaci di percorrere la **via della vita**, della beatitudine. La **Via** e la **Parola** sono intimamente connesse: si cammina perché illuminati dalla Parola, si conosce la verità della parola della legge perché si percorre la via della vita, l'obbedienza della fede. Così possiamo raccogliere da una parte i Salmi che sono un ininterrotto invito a gustare la legge (legge, torah, precetti, sapienza, parola, insegnamento, istruzione: tutti sinonimi che ritornano insistentemente). Tra tutti il più famoso è il salmo 118, un salmo alfabetico che in tutte le dimensioni possibili celebra la legge del Signore come lampada e istruzione da seguire per avere la vita:

*Beato l'uomo di integra condotta, che cammina nella legge del Signore. (118,1)  
Con tutto il cuore ti cerco: non farmi deviare dai tuoi precetti.  
Conservo nel cuore le tue parole per non offenderti con il peccato. (118,10-11)  
Nella tua volontà è la mia gioia; mai dimenticherò la tua parola. (118,16)  
Io mi consumo nel desiderio dei tuoi precetti in ogni tempo.(118,20)  
Fammi conoscere la via dei tuoi precetti e mediterò i tuoi prodigi. (118,27)  
Corro per la via dei tuoi comandamenti, perché hai dilatato il mio cuore. (118,32)  
Dammi intelligenza, perché io osservi la tua legge e la custodisca con tutto il cuore.(118,34)  
Non togliere mai dalla mia bocca la parola vera, perché confido nei tuoi giudizi. (118,43)  
Sono canti per me i tuoi precetti, nella terra del mio pellegrinaggio. (118,54)  
Ho scrutato le mie vie, ho rivolto i miei passi verso i tuoi comandamenti.(118,59)  
Mi consumo nell'attesa della tua salvezza, spero nella tua parola. (118,81)  
Mai dimenticherò i tuoi precetti: per essi mi fai vivere. (118,93)  
Lampada per i miei passi è la tua parola, luce sul mio cammino . (118,105)  
Mia eredità per sempre sono i tuoi insegnamenti, sono essi la gioia del mio cuore. (118,111)  
Precedo l'aurora e grido aiuto, spero sulla tua parola. (118,147)  
Come pecora smarrita vado errando;  
cerca il tuo servo, perché non ho dimenticato i tuoi comandamenti. (118,176)*

Questa Parola mette in cammino, diventa via, rende il salmista un pellegrino. «I salmi lodano per le meraviglie della Provvidenza o gemono dietro queste meraviglie. Ma non c'è Provvidenza per l'uomo seduto. La Provvidenza conosce soltanto l'uomo che cammina. Camminare è un termine che il Salterio ripropone costantemente. Per camminare occorre una strada, e il tema della strada è , anche esso uno dei più frequenti nel salterio al punto che uno non ci fa più attenzione. (...) La strada ha qualche cosa di stabile e di mobile allo stesso tempo. Essa deve essere sgombra di ostacoli e invitare al movimento. La strada ha qualcosa della terra perché è stabile e qualcosa del cielo perché vi si procede "come se avessero le ali", quando ci si dirige verso una meta agognata»(Beauchamp 160).

I salmi sono preghiere per uomini in cammino. Del cammino conoscono la fatica e la grazia della **decisione**, (*“Beato chi trova in te la sua forza e decide nel suo cuore il santo viaggio”* 84,6), i **momenti oscuri** che diventano leggeri (*“Passando per la valle del pianto la cambia in una sorgente, anche la prima pioggia l’ammanta di benedizioni. Cresce lungo il cammino il suo vigore”* 84,7-8) e la gioia della **meta** (*“Per 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”* (84,11).

Il carattere sapienziale dei salmi lo possiamo riconoscere anche in un’ulteriore loro dimensione che pervade tutto il salterio: pregare è **ricordare, fare memoria**. Molte volte il salmo nasce semplicemente così: dopo aver ricevuto una grazia si vuole lodare il Signore e a lui si eleva una preghiera nella quale si fa memoria del bene ricevuto. Nel racconto il salmista rievoca anche il momento oscuro della prova che in questo modo è situata nel passato (*“questo io ricordo e il mio cuore si strugge”* Sal 41,5). Come degli *ex voto* popolari depositati in piccole cappelle, i salmi raccontano storie di drammi che si sono risolti in grazie. Raccontare è già segno che si è stati posti in salvo. «Essere lontano dal male significa allo stesso tempo essere salvo e poter raccontare. Non è propriamente un ritorno indietro che si tratta. Il racconto (in parole o immagini) in cui narro la mia prova mortale diventa il segno più attuale, più tangibile, e infine, più felice che ne sono scampato, io che dovevo, appunto restare indietro. È invece la mia disgrazia che passa avanti e diventa vita con me stesso, quando la racconto. Ma allora che cosa succede se non una trasformazione della supplica in azione di grazia, senza che le parole subiscano un cambiamento?» (Beauchamp 135).

La memoria, a volte, riguarda non il singolo orante, ma l’intero popolo. Diventano allora salmi che fortificano il senso di appartenenza ad una storia di salvezza, che, nel farne memoria, io rendo di nuovo storia dell’oggi, chiedendo al Signore di ricordare le sue meraviglie. Non solo il salmista infatti deve ricordare, ma anche Dio è invitato a non dimenticare. Perché l’oblio – da parte nostra delle Sue opere e da parte di Dio della nostra umiliazione – corrisponde alla morte!

## **Un libro profetico: pregare i salmi in Cristo**

### **Chi parla?**

Un ultimo passaggio nella nostra introduzione al salterio parte dalla domanda: chi parla attraverso il salmo? Chi prega con la preghiera di questa collezione? Molti salmi vengono attribuiti a Davide, chiamato – come fa ad esempio At 2,30 – profeta, ovvero autore ispirato, che parla in nome di Dio. L’attribuzione a Davide è il più delle volte fittizia, indica semplicemente l’ispirazione profetica di queste preghiere. Ma appunto: la preghiera è parola di un uomo rivolta a Dio o parola che Dio rivolge all’uomo?

L’originalità del salterio è proprio questa: in un libro ispirato – ovvero che contiene parole che la comunità dei credenti riconosce provenire da Dio – troviamo anzitutto la forma di parole che l’uomo rivolge a Dio. È una parola *di* Dio iscritta nella parola *a* Dio che è la preghiera! «I salmi non sono solamente parole umane indirizzate a Dio, ma per il carattere ispirato di tutta la Scrittura, queste parole di uomini sono anche Parola di Dio. Dio prende parola in ogni versetto che passa per le nostre labbra. Chi accoglie questa intuizione con fede, in ogni frase che potrebbe sembrargli strana o perfino angosciata scoprirà all’istante significati nuovi, insospettati. Dio stesso parla in noi e per bocca nostra, con un linguaggio duro o incomparabilmente sublime. Nessuna parola umana gli è estranea, nemmeno il grido o l’imprecazione» (Standaert 78).

Dicendo che Davide è l'autore principale – simbolico – dei salmi, possiamo compiere un ulteriore passaggio. In che cosa Davide è rappresentativo di ogni credente e quindi dalle sue labbra possiamo imparare le parole appropriate per la nostra stessa preghiera? Provarei a riconoscere questi passaggi: in Davide parla semplicemente un uomo, ogni uomo, in particolare l'uomo provato, il servo sofferente; in lui prende parola l'attesa messianica del regno; in lui abbiamo una prefigurazione di Cristo e per questo ogni salmo lo possiamo pregare *in persona Christi*.

L'attribuzione a Davide è particolarmente significativa per i **salmi messianici**. Sono quelli che parlano del Re, testi spesso originati dal rituale d'intronizzazione nel tempio. Sembrano quelli per noi più distanti, che meno facilmente sembrano pregabili oggi. «Le antiche preghiere per il re, perché quale successore di Davide a Gerusalemme conservi il trono e il regno, dopo l'esilio acquistano un contenuto nuovo. Anche se il re non c'è più si continua a pregare per lui, perfino per la sua intronizzazione, ma ora in prospettiva messianica (...). Si è verificato uno slittamento nel significato da quando si usa pregare il salterio nella sua unità. Vi si incontra spesso il "re", ma per chi prega con una prospettiva ampia e di largo respiro sfumano le distinzioni fra il re regnante, re assente, re messianico e semplicemente re. "*Adonai malak! Il Signore è re!*"!» (Standaert 76) Pregare i salmi messianici è attendere il regno di Dio, la sua signoria nella storia. Da qui al passaggio di una lettura cristologica dei salmi, il passo è breve: il re che preghiamo e che attendiamo è colui che è venuto a portare il regno di Dio, a servire e non a dominare!

Ma l'attribuzione a Davide si amplia ancora di più. Il Davide dei salmi è il "**Servo** del Signore", il sofferente esemplare, che anche da peccatore, a motivo della sua preghiera, è salvato dal suo Dio da tutte le sue difficoltà. Se il soggetto della preghiera è il Servo, l'attribuzione diventa anche in questo caso variegata: è Davide nelle sue prove; è Israele, il popolo di Dio, nelle sue avversità; è Cristo, il Servo per eccellenza. Ogni volta il salmo può essere pregato attraverso tutti questi diversi livelli di lettura.

In tutti questi livelli si inserisce la **lettura cristologica** dei salmi, che caratterizza la preghiera della Chiesa e l'uso del salterio nella tradizione di preghiera delle comunità cristiane. Come pregare un salmo? In quale ruolo metterci? Nella parte del popolo di Dio che invoca? In quella del peccatore che chiede salvezza? In quella di chi nella sventura si affida a Dio? In quella del re che viene a portare il regno di salvezza? «Preghiamo sempre "in Cristo", ma il Cristo con la sua incarnazione ha assunto in sé *tutti* i ruoli. A noi spetta di entrare con lui in tutte le situazioni perché in tutte egli ci salvi» (Standaert 78). Preghiamo sempre in Cristo perché egli ha fatto sua la nostra condizione umana fino all'estremo, fino al grido della morte; non a caso egli non fa altro che porre sulle sue labbra le parole di un salmo, che sono le parole di ogni uomo che muore. Così, commentando il salmo 22, si esprime Beauchamp: «A questo punto arriviamo, forse, alla più bella delle sorprese: il paradosso più meraviglioso è che l'Unico, raggiungendo il momento unico del limite, non dice nulla di unico. Dice quello comune a tutti. Matteo e Marco mettono sulle labbra di Gesù le prime parole del salmo 22: "Eli, Eli lemah sabachtani", come sua ultima parola. L'Unico entra nel modello, si mette sul viso la maschera [persona in greco è la stessa parola che maschera] portata da tanti supplicanti. Il fatto è che egli è venuto, lui che aveva la "forma di Dio", ad assumere la nostra figura. In lui, però, la nostra figura diventa il volto unico: resta dopo ciò segnata dalla sua impronta. Dando la propria vita per gli uomini, il Servo, l'Unico, il Cristo, dà la verità alle loro parole» (Beauchamp 273).