

# I salmi della Bibbia oggi tra psiche e spirito

*Catechesi a cura di don Elio Dotto*

Chiesa parrocchiale di san Rocco – Cuneo

## 2. Dolore - 15 gennaio 2026

*traccia*

Per questa santa Unzione  
e la sua piissima misericordia  
ti aiuti il Signore con la grazia dello Spirito Santo. Amen.  
E, liberandoti dai peccati, ti salvi  
e nella tua bontà ti sollevi. Amen.

*Rito dell'Unzione degli Infermi*

La tradizione cristiana ha fino ad oggi evidenziato **il legame che unisce malattia e peccato**: come la malattia genera dolore, così il peccato conduce all'atto di dolore. Su questo legame pesa fin dall'inizio l'ombra della visione retributiva per cui la malattia sarebbe la conseguenza diretta del peccato.

Giovanni 9

*<sup>1</sup>Passando, vide un uomo cieco dalla nascita <sup>2</sup>e i suoi discepoli lo interrogarono: «Rabbi, chi ha peccato, lui o i suoi genitori, perché sia nato cieco?». <sup>3</sup>Rispose Gesù: «Né lui ha peccato né i suoi genitori, ma è perché in lui siano manifestate le opere di Dio».*

Gesù corregge la visione retributiva; e tuttavia non nega il legame tra malattia e peccato.

Marco 2

*<sup>3</sup>Si recarono da lui portando un paralitico, sorretto da quattro persone. <sup>4</sup>Non potendo però portarglielo innanzi, a causa della folla, scoperchiaroni il tetto nel punto dove egli si trovava e, fatta un'apertura, calarono la barella su cui era adagiato il paralitico. <sup>5</sup>Gesù, vedendo la loro fede, disse al paralitico: «Figlio, ti sono perdonati i peccati». <sup>6</sup>Erano seduti là alcuni scribi e pensavano in cuor loro: <sup>7</sup>«Perché costui parla così? Bestemmia! Chi può perdonare i peccati, se non Dio solo?». <sup>8</sup>E subito Gesù, conoscendo nel suo spirito che così pensavano tra sé, disse loro: «Perché pensate queste cose nel vostro cuore? <sup>9</sup>Che cosa è più facile: dire al paralitico «Ti sono perdonati i peccati», oppure dire «Alzati, prendi la tua barella e cammina»? <sup>10</sup>Ora, perché sappiate che il Figlio dell'uomo ha il potere di perdonare i peccati sulla terra, <sup>11</sup>dico a te - disse al paralitico -: alzati, prendi la tua barella e va' a casa tua». <sup>12</sup>Quello si alzò e subito presa la sua barella, sotto gli occhi di tutti se ne andò, e tutti si meravigliarono e lodavano Dio, dicendo: «Non abbiamo mai visto nulla di simile!».*

La gran parte dei salmi sono dei **lamenti**. Perché la lode sgorghi senza fine è necessario cimentarsi con le tribolazioni; l'insistenza della supplica nel dolore permette di sperimentare la gioia.

«Coloro che seminano in lacrime mieteranno nella gioia. Nell'andare camminano piangendo e portano il seme da gettare, nel tornare vengono cantando e portano i raccolti» (Sal 126 [125], 5-6).

«In verità voi piangerete e sarete afflitti ma la vostra afflizione si cambierà in gioia» (Gv 16,20).

Il dolore si sviluppa per contrasto rispetto alle promesse delle origini, e cioè nei confronti di quella stagione in cui la vita accade spontanea. Di conseguenza, la supplica nel dolore diventa **memoria delle origini**: per i figli di Israele ricordo di quando, nel viaggio primordiale, all'uscita dall'Egitto, sono stati sollevati «su ali di aquile» (Es 19,4), attraversando il Mar Rosso senza alcuna fatica; per ogni figlio di Adamo ricordo dell'infanzia, o comunque delle prime stagioni, tempi in cui la vita e la fede scorrono senza sforzo,<sup>22,11b</sup> «dal grembo di mia madre sei tu il mio Dio».

Il contrasto tra la spontaneità degli inizi e la laboriosità successiva determina una supplica intensa, tormentata, a tratti cruda, come nel salmo 22: <sup>22,15</sup> «io sono come acqua versata, sono slogate tutte le mie ossa, il mio cuore è cera fusa nelle mie viscere».

Il **salmo 22** è uno dei lamenti più celebri del salterio, molto caro alla tradizione cristiana. Si prega nell'**ora media** del venerdì della terza settimana del salterio e nell'**ufficio delle letture** del venerdì santo; nella **messa** viene cantato più volte, in particolare nella domenica delle palme e nella V domenica di Pasqua.

Esso ha occupato **un posto privilegiato nella rilettura della passione di Cristo** da parte del Nuovo Testamento: le ultime parole di Gesù in croce si legano alle battute iniziali del salmo, pronunziate nella versione aramaica: *Eloi, Eloi, lemà sabactàni*, «Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?» (Mc 15,34; Mt 27,46; in Lc 23,46 Gesù morente cita il versetto 6 del salmo 31 [30] «nelle tue mani depongo il mio spirito»).

Per comprendere il valore della citazione del salmo 22 da parte di Gesù sulla croce dobbiamo segnalare un dato fondamentale. Nella sua attuale redazione, questo lamento si presenta come una **composizione movimentata** che non si esaurisce nel semplice grido di supplica. Ora, secondo la prassi giudaica, Gesù, citando l'inizio del salmo, abbracciava tutto il testo che comprende però anche fasi di gioia e di speranza. Certo, prevale la grande lamentazione dei versetti 2-22b, ma dal versetto 22c al versetto 27 si apre un secondo movimento pieno di luce in cui si loda il Dio che sta dalla parte delle vittime: «tu mi hai risposto!». Per questo il salmo nella sua totalità, e quindi la preghiera di Cristo sulla croce, sono un canto di grande desolazione ma anche di forte speranza.

La desolazione è aperta dal famoso e drammatico urlo dei versetti 2-3, segnato dalla sconsolante scoperta della lontananza di Dio e del suo silenzio. A esso segue un canto indirizzato **al Dio assente**, nei versetti 4-12, simile ad un imperatore seduto pacificamente sul suo trono, indifferente alle nostre lacrime. L'orante tenta allora di provocare questo Dio muto contrapponendo la serenità del passato, versetto 11, allo squallore attuale che riduce l'uomo ad essere «un verme», versetto 7. La lamentazione si completa poi con un **canto descrittivo dello sfacelo e degli incubi in cui è immerso l'orante**, versetti 13-22b: in una scena dalle tinte barocche si dipinge il culmine raggiunto dalla prova, dove la dignità umana è del tutto calpestata. I nemici sono rappresentati secondo la simbolica «bestiale» ben nota dei tori, leoni, cani, bufali, in una scena di caccia in cui la preda è già raggiunta. Nel quadro finale il fedele è moribondo, spogliato delle vesti che vengono divise e distribuite dato che non gli serviranno più, scena letteralmente ripresa dal racconto della passione secondo Giovanni («tra di loro si dividono le mie vesti, sulla mia tunica tirano la sorte», cf. Gv 19,23-24). Ma proprio a questo appunto arriva la **sorpresa**, al versetto 22c: «tu mi hai risposto!».

È interessante notare come nei salmi il dolore, anche quello che proviene dalla frustrazione dell'anima o dall'ostilità dei nemici, sia sempre collegato alla **malattia del corpo**. Quando l'esistenza è spontanea, il corpo è giovane, senza acciacchi, e neanche ti accorgi di averlo; quando invece la vita non scorre più da sola ed il corpo è malato, allora sperimenti il dolore pure in parti che non conoscevi e quello che prima facevi senza pensarci adesso sembra un peso insopportabile. Di conseguenza, la supplica del malato è ossessiva e puntuale: per scongiurare la morte – nominata come malattia, ferita, offesa, tradimento, violenza... – egli invoca la vita in tutte le sue forme: salute, guarigione, discendenza, casa, raccolto...

Notiamo una circostanza non secondaria: nei salmi **la malattia del corpo è sempre collegata ad altri mali**, come lo smarrimento, l'ostilità dei nemici o il tradimento degli amici; ugualmente, **la salute è collegata ad altri beni** come la discendenza, la casa o il raccolto. La stessa compromissione dei sensi del corpo non è mai sofferta in sé stessa ma in quanto simbolo di una corruzione spirituale, per cui il buio degli occhi significa incapacità a comprendere e la durezza degli orecchi impossibilità a lasciarsi condurre. Allo stesso modo, l'uomo che sente slogate tutte le ossa, ammalato con dolori ovunque, come in un delirio si vede circondato da nemici: <sup>22,17</sup>«mi circonda un branco di cani una banda di malfattori mi accerchia; ah! le mie mani, i miei piedi, <sup>18</sup>posso contare tutte le mie ossa». Così **il dolore della malattia è soltanto un simbolo** di altri mali che attanagliano i figli di Adamo, dove la colpa propria di chi si è smarrito e quella altrui del nemico ostile o dell'amico traditore assumono la figura della malattia curabile attraverso la terapia della confessione.

Uno degli aspetti negativi della medicalizzazione moderna è la perdita del carattere simbolico della malattia...

Il **salmo 32** è una rappresentazione efficace di come la malattia insegni a trovare salvezza nella confessione della colpa, e quindi cercando o dando il perdono. Si prega nei vespri del giovedì della prima settimana del salterio; nella messa viene cantato più volte, in particolare nella VI domenica del tempo ordinario, anno B, dopo la lettura del capitolo 13 del libro del Levitico che narra di come veniva curata la lebbra durante il cammino di Israele nel deserto, e nell'XI domenica del tempo ordinario, anno C, dopo la lettura del capitolo 12 del secondo libro di Samuele che racconta di quando il re Davide confessò il suo peccato.

Dunque, il salmo 32 descrive **l'esperienza del perdono**. È la testimonianza autobiografica di un convertito che canta la beatitudine del perdono, versetti 1-7, e lo indica come una strada da percorrere con decisione, versetti 8-10. Si intrecciano, quindi, ringraziamento a Dio per il dono ricevuto ed esortazione ai ribelli perché non si ostinino nella bestialità del peccato. Importanti sono i tre verbi iniziali con cui si definisce il perdono. Il peccato è «assolto», è un peso che noi portiamo e da cui Dio ci scioglie; il peccato è «perdonato», letteralmente è «coperto», cioè del tutto cancellato; infine, il peccato è «non più imputato», e cioè accreditato alla lista delle opere dell'uomo. Si tratta, quindi, di una remissione piena.

Lo scrittore Possidio, autore di una *Vita di sant'Agostino*, di cui era stato discepolo, ci riferisce che il vescovo di Ippona, aveva fatto trascrivere una copia del salmo 32 su una tavoletta e l'aveva affissa sul muro della sua camera, davanti al suo letto: la leggeva tra le lacrime, trovandovi grande pace e conforto, soprattutto durante la sua ultima malattia.

Ma chiediamoci: perché la confessione della colpa e il perdono sono terapeutici per il malato? <sup>32,3</sup>«Finché tacevo si consumavano le mie ossa e ruggivo tutto il giorno... <sup>5</sup>allora ti ho manifestato il mio peccato non ho nascosto la mia colpa». **La confessione è terapeutica perché libera dall'illusione angosciante di doversi salvare da soli**, sempre in difesa rispetto al giudizio altrui. La cautela, il vivere vigilanti, risparmiando in tutti i modi sulla confessione di sé, è un vivere faticoso che logora le ossa. Viceversa, confessare la colpa vuol dire fare conto sulla misericordia, quella solidale degli altri che in qualche modo condivide la colpa e quella salvifica di Dio che attraverso gli altri si manifesta. Pertanto, chi non confessa di avere bisogno di misericordia rimane da solo, magari guarisce anche, ma non è salvato; chi, invece, invoca e dà misericordia può sperimentare salvezza addirittura anche quando non guarisce.

Esemplificativo, da questo punto di vista, è il racconto evangelico della guarigione della donna emorroissa (Mc 5,25-34: «da tua fede ti ha salvata»).

Nei **racconti della morte di Gesù** riconosciamo una rappresentazione drammatica di questa supplica che attraverso la confessione conduce alla salvezza (cf. Mc 14-15).

La preghiera di Gesù nel Getsemani (Mc 14,32ss.), il pianto di Pietro dopo il rinnegamento (Mc 14, 72), la rinuncia alla propria salvezza di Gesù che ha salvato altri (Mc 15,31), fino alla preghiera del salmo 22 (Mc 15,34) sono tutte confessioni che conducono alla salvezza, come ancora meglio è esplicitato dalla rilettura di Luca, la cui testimonianza non a caso è qualificata come Vangelo della misericordia: nel Getsemani i tre discepoli sono assolti perché «dormivano per la tristezza» (Lc 22,45), Pietro dopo il rinnegamento incrocia lo sguardo perdonante del Signore (Lc 22,61), Gesù morendo invoca la salvezza del Padre per i crocifissori «che non sanno quello che fanno» (Lc 23,34) e per il malfattore crocifisso con lui «oggi con me nel paradiso» (Lc 23,43), fino alla preghiera del salmo 31 che confessa l'abbandono nella mani salvifiche del Padre (Lc 23,46).

In conclusione, quattro suggerimenti:

1. **perseveranza**: partecipiamo all'intero percorso;
2. **esercizio**: tra una serata e l'altra preghiamo con i salmi; ad esempio, ogni giorno al mattino con il salmo 22 e alla sera con il salmo 32; oppure, ogni giorno con una parte della liturgia delle ore;
3. **comunione**: viviamo questo cammino come un tempo per far maturare l'incontro e la convergenza tra le nostre due comunità di san Paolo e san Rocco; portiamo con noi la prossima volta un amico che questa sera non è presente;
4. **approfondimento**:  
i testi e l'audio delle catechesi sono disponibili nel sito  
[www.sursumcordacuneofossano.it](http://www.sursumcordacuneofossano.it)

strumenti

*Salterio di Bose*, Magnano BI 2008 [2017]

20,00 €

*I Salmi*, ed. G. Ravasi BUR, Milano 1986 [2012]

12,00 €

P. Beauchamp, *Salmi notte e giorno*, Assisi PG 1983 [2017]

16,00 €

Terminando.

Salmo 22, versetti 17c-18a:

*testo masoretico*

ah! le mie mani, i miei piedi, posso contare tutte le mie ossa

*testo dei LXX*

hanno trafitto le mie mani e i miei piedi, hanno contato tutte le mie ossa

L'affinamento letterario del testo, dall'originale ebraico masoretico alla versione greca dei LXX, ha permesso di riconoscere il lamento antico dei figli di Adamo addolorati nel lamento drammatico del figlio di Dio, le cui mani e i cui piedi sono stati letteralmente trafitti. Così, anche grazie alla tradizione giudaica che ha pregato i salmi in greco, la preghiera di Gesù sofferente ha dato forma e possibilità di salvezza alla preghiera di tutti i sofferenti.