

## **I salmi della Bibbia oggi tra psiche e spirito**

*Catechesi a cura di don Elio Dotto*

Chiesa parrocchiale di san Rocco – Cuneo

### **3. Gioia - 22 gennaio 2026**

*traccia*

«La grazia è la bellezza del dubbio».

Nel film *La grazia*, di Paolo Sorrentino, in questi giorni nelle sale, Mariano De Santis, Presidente della Repubblica alla fine del suo mandato, vedovo e profondamente cattolico, interpretato da Toni Servillo, arriva a questa conclusione: «la grazia è la bellezza del dubbio».

Soprannominato «cemento armato» per la sua rigidità, il Presidente si trova ad affrontare un disegno di legge sull'eutanasia e due richieste di grazia: quella di un uomo che ha ucciso la moglie, affetta dal morbo di Alzheimer, per mettere fine al suo delirio, e quella di una donna che ha ucciso il marito violento, per uscire dalla spirale della sopraffazione. Nel dilemma sulle scelte da fare, se firmare la legge e se concedere la grazia in entrambi i casi, egli si trova anche tormentato dal dubbio per un presunto tradimento di sua moglie, ora defunta, che sarebbe accaduto quarant'anni prima: l'ha amata intensamente, ma questa presunta infedeltà, in cui sarebbe coinvolto un suo attuale collaboratore, lo lascia profondamente inquieto.

Evito lo *spoiler* per chi non ha ancora visto il film, e quindi non anticipo il finale: ma nel momento in cui Mariano De Santis compie gli ultimi atti della sua Presidenza, facendo le sue scelte, arriva a questa conclusione: «la grazia è la bellezza del dubbio».

Allo stesso modo, i salmi della Bibbia definiscono la gioia: non il frutto di idee chiare e distinte, ma la consapevolezza di essere salvati anche nel dubbio, nonostante tutto. Da questo punto di vista, pregare con i salmi ci conduce oltre la presunzione moderna di avere tutto sotto controllo, misurando ogni cosa ma rimanendo alla superficie. Come si cura il dolore confessando la colpa, così si sperimenta la gioia confessando la fede: senza più la presunzione di salvarci da soli ma riconoscendo quei legami, con gli altri e con Dio, che ci costituiscono, anche se non possiamo metterli sotto il nostro controllo.

I salmi dovrebbero traboccare di gioia, essendo denominati in ebraico *tehillim* che letteralmente significa «lodi»; tuttavia, ci sono più salmi di lamentazione che salmi di lode. Già solo questa circostanza fa riflettere. I salmi di lamentazione pura costituiscono infatti il genere più numeroso all'interno del salterio: si stima che più di un terzo dei salmi – circa 60 su 150 – siano salmi di lamentazione individuale o collettiva, in cui il salmista esprime angoscia e chiede aiuto a Dio di fronte a nemici, malattie o ingiustizie. **I salmi di lode pura sono meno numerosi**, anche se comunque ben rappresentati: i principali sono i sei «salmi dell'Hallel», da 113 a 118, cantati durante le festività ebraiche di Pasqua, Pentecoste e Capanne, che celebrano la liberazione e l'amore di Dio per Israele, lodando la sua potenza e fedeltà in contrasto con l'inutilità degli idoli; segnaliamo inoltre il salmo 136, noto come il «grande Hallel», che ripercorre le meraviglie della storia di Israele, ripetendo per 26 volte l'antifona «il suo amore è per sempre».

La prevalenza della lamentazione pura sulla lode pura descrive bene la fatica dei figli di Adamo, e quindi **il realismo del salterio** che esprime una preghiera del tutto incarnata nella vita. Tuttavia, dobbiamo anche notare che non sono pochi i salmi di lamentazione conclusi da espressioni di fiducia e di lode: pensiamo, ad esempio, al salmo 22 che inizia con il grido <sup>2</sup>«Dio mio, Dio mio perché mi hai abbandonato» e si conclude con la professione di fede <sup>22c</sup>«tu mi hai risposto! <sup>23</sup>io annuncio il tuo Nome ai miei fratelli, ti lodo in mezzo all'assemblea». Inoltre, la tradizione cristiana ci ha insegnato a concludere la preghiera di ogni salmo, anche di quelli più angosciati, con la dossologia «gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo», per cui nella liturgia delle ore tutti i salmi finiscono in gloria. Questa circostanza non è soltanto un uso liturgico ma esprime la natura stessa della preghiera: **la lode avvolge la lamentazione**, sta prima, come termine di paragone rispetto al dolore del tempo presente, e sta dopo, come gioia a cui si arriva, superata la prova. «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).

I salmi di lode, dunque, rappresentano il punto d'arrivo della preghiera del salterio. La meta è la lode, l'alleluia, il cui registro emotivo è la gioia. Tuttavia, la gioia, pur essendo loquace, non si dice facilmente: anche solo per il timore di perderla in fretta, come velocemente è accaduta, **la gioia è difficile da confessare**.

Ci soffermiamo proprio su questo **verbo «confessare»** che apre il salmo 118: <sup>1</sup>«confitemini Domino quoniam bonus», «rendete grazie al Signore perché è buono», in ebraico «hodu l'Adonai ki tov». «Rendete grazie» nel testo originale ebraico è espresso con l'imperativo «hodu», dal verbo «yadah», che significa lodare, ringraziare, ma anche confessare, riconoscere pubblicamente, testimoniare. Ecco perché la traduzione greca usa il verbo «exomologheo», reso in latino con il verbo «confiteor»: <sup>1</sup>«confitemini Domino quoniam bonus», «confessate [la vostra fede] nel Signore perché è buono».

Confessare la gioia significa dare parola alla meraviglia, riconoscere che la radice di questa gioia è la misericordia di Dio. Solo confessando la sua misericordia, la gioia diventa qualcosa di più che un sentimento passeggero. In questo senso, vediamo come la gioia non si differenzia dal dolore: si confessa la lode per dare forma alla gioia come si confessa il lamento per curare il dolore. La *confessio* è *confessio laudis*, atto di gioia, o *confessio peccati*, atto di dolore, ma prima di tutto *confessio laudis*. La confessione realizza il riconoscimento di un legame con Dio che salva.

Perché è **difficile confessare la colpa nell'ora del dolore**, riconoscendo, anche se in modo non retributivo, il legame tra dolore e colpa? È difficile confessare la colpa perché sembra più facile mormorare. Nel cammino dell'Esodo la mormorazione è la forma principale del peccato, in quanto è una parola solitaria, non indirizzata francamente all'altro: si mormora alle spalle. Il timore che trattiene dalla confessione della comune colpa è che tale confessione diventi vincolante: per cui la mormorazione che mantiene le distanze sembra più facile dell'invocazione che riconosce una solidarietà, pure nella colpa. Un timore analogo sussiste anche per la gioia: **confessare la lode**, infatti, **significa vincolarsi**, assumere un impegno, riconoscere un dono ricevuto e quindi impegnarsi nei suoi confronti. Come nel dolore io riconosco il comune debito verso Dio e così non sono più solo, ugualmente nella gioia io ammetto che il dono ricevuto, per cui sono contento, è immeritato, è una grazia che va al di là di quanto mi sarebbe dovuto, e di conseguenza riconoscerla significa ammettere quei legami, con gli altri e con Dio, senza i quali io non posso esistere. Per questo motivo è difficile confessare la gioia: preferiamo dire che quanto abbiamo è frutto soltanto dei nostri meriti piuttosto che riconoscere un impegnativo debito verso altri.

Nei salmi l'impegno dell'uomo che confessa la lode si esprime sia come canto di ringraziamento che come inno di lode.

Il **canto di ringraziamento** ha la forma della confessione personale, e cioè della testimonianza riferita a quanto è accaduto al salmista singolarmente: rappresenta l'uscita dal nascondimento di colui che la pena aveva tenuto in angustia; è uno sviluppo del lamento, come nell'ultima parte del **salmo 22** che inizia con un'invocazione al singolare <sup>22,2</sup> «Dio mio, Dio mio perché mi hai abbandonato?» e termina con un ringraziamento individuale <sup>22,22c</sup> «Tu mi hai risposto! <sup>23</sup> io annuncio il tuo Nome ai miei fratelli, ti lodo in mezzo all'assemblea».

Tuttavia, il ringraziamento individuale non è solitario ma è fatto «in mezzo all'assemblea», per cui **la lode del salmista diventa una pubblica confessione**: <sup>31</sup> «Una discendenza servirà il Signore, si racconterà di lui alla generazione futura,<sup>32</sup> al popolo che nascerà si annuncerà la sua giustizia, l'azione che lui ha compiuto». La testimonianza di uno diventa fonte di gioia per tutti. Attraverso il racconto e la memoria, la gioia di un tempo permette la fede nella gioia di domani, come canta il salmo 44: <sup>2</sup>«O Dio, i nostri orecchi hanno udito, i nostri padri ci hanno raccontato l'azione che tu hai compiuto ai loro giorni, nei tempi antichi». La memoria del bene ricevuto da uno è promessa del bene destinato a tutti.

Mentre il canto di ringraziamento parte dal salmista e raggiunge tutti, viceversa l'**inno di lode** è un salmo subito collettivo che ha occhi soltanto per l'opera buona di Dio, evidente e sotto gli occhi di tutti. È corale, ha forme liturgiche, è accompagnato dalla danza ed è segnato da ritornelli, come possiamo verificare nello spettacolare **salmo 118**. Si tratta di un inno molto usato nella nostra liturgia romana: si prega nelle lodi mattutine della domenica della seconda e della quarta settimana del salterio, come pure nell'ora media della domenica della prima e della terza settimana del salterio; nella messa viene cantato più volte, in particolare nella veglia pasquale, nella prima e nella seconda domenica di Pasqua, come pure nella IV domenica di Pasqua, anno B.

Il salmo 118 si apre con un **invitatorio**, dove in mezzo ai tutti che lodano c'è il salmista che dà la sua testimonianza: <sup>5</sup>«nella mia angoscia ho gridato al Signore, il Signore mi ha risposto e liberato, il Signore è con me, non ho paura, cosa può farmi un uomo?». Ma questa testimonianza di uno trova forza solo nel momento in cui viene avvalorata dal canto corale di tutti che aderiscono all'invito: <sup>4</sup>i credenti nel Signore; <sup>3</sup>la stirpe di Aronne, cioè i sacerdoti; <sup>2</sup>Israele, cioè tutto il popolo.

Si apre quindi un **primo inno di lode**, ai versetti 5-18. Esso è cantato tra solista e coro «nelle tende dei giusti», cioè nella città di Gerusalemme, mentre si snoda la processione. Il tema è chiaro e viene ripetuto più volte: i nemici mi hanno circondato ma «nel Nome del Signore li ho affrontati». L'espressione in ebraico suona piuttosto truculenta, «nel Nome del Signore *ki amilam* li ho circoncesi», con allusione forse ai prepuzi filistei conquistati da Davide per avere Micol come moglie (1 Sam 18,25-27). L'uso liturgico ha addolcito questa espressione spostando l'accento dalla violenza fisica dello scontro alla forza spirituale sperimentata nella lotta: «nel Nome del Signore li ho affrontati».

A questo punto, giunta «alle porte della giustizia», cioè alle soglie del tempio, la processione intona un **secondo inno di lode**, ai versetti 19-29. Esso comprende innanzitutto il famoso dialogo tra fedeli e sacerdoti per l'ammissione al tempio, <sup>19</sup>«apritemi le porte di giustizia», che oggi nella Chiesa romana viene cantato quando si apre la porta santa all'inizio di un anno giubilare. Quindi, nel tempio inizia la grande liturgia di *todah*, cioè di ringraziamento. Dopo un'acclamazione per solista e coro alla «pietra» stabile, cioè al tempio, simbolo della roccia sicura che è il Signore, versetti 21-25, si canta «osanna», e cioè <sup>25</sup>«Signore, ti preghiamo, dona la salvezza»; quindi, i sacerdoti pronunziano la benedizione, versetti 26-27, e danno l'avvio alla danza sacra e al giro attorno all'altare col mazzetto di rami frondosi che ancor oggi gli ebrei agitano festosamente durante la festa delle Capanne. Un inno finale al «mio Dio» per solista e coro, ai versetti 28-29, conclude la cerimonia.

L'inno di lode sta dunque al vertice del salterio come **strumento liturgico collettivo che sostiene l'impegno del singolo nella confessione della fede**, unica strada possibile per sperimentare e custodire la gioia, quella vera durevole, quella che Gesù nell'ultima cena chiama «la mia gioia»: «vi ho detto queste cose perché la mia gioia sia in voi e la vostra gioia sia piena» (Gv 15,11).

A questo punto, è interessante riconoscere questa dinamica della confessione che porta alla gioia nei **racconti pasquali della risurrezione di Gesù**, dove in fretta si passa dal dolore alla gioia, e tuttavia non sulla base di evidenze chiare e distinte ma appunto solo tramite la confessione. Infatti, nessuno vede il risorto uscire dal sepolcro; ma l'esperienza della tomba trovata vuota conduce a confessare l'opera del Signore (Mt 28,8-10). «Presto, andate a dire ai suoi discepoli: È risorto dai morti», dice l'angelo alle donne. «Non temete; andate ad annunciare ai miei fratelli che vadano in Galilea: là mi vedranno», ribadisce la voce stessa di Gesù risorto, citando direttamente il versetto 23 del salmo 22: «io annuncio il tuo Nome ai miei fratelli». Andate a dire, andate ad annunciare: la confessione della propria esperienza fa passare dalla tristezza del peccato alla gioia della fede. Che la tristezza sia peccato lo dice chiaramente Gesù risorto ai due discepoli sulla strada di Emmaus che si erano fermati «col volto triste» e pieni di nostalgia (Lc 24,13-35): <sup>25</sup>«Stolti e lenti di cuore a credere in tutto ciò che hanno detto i profeti!». Al peccato della tristezza e della nostalgia Gesù contrappone l'esercizio della memoria, <sup>27</sup>«spiegò loro in tutte le Scritture ciò che si riferiva a lui» che conduce alla confessione finale <sup>35</sup>«narravano ciò che era accaduto lungo la via e come l'avevano riconosciuto nello spezzare il pane». Gli occhi dei due discepoli non vedono più Gesù risorto, <sup>31</sup>«egli sparì dalla loro vista». E tuttavia sperimentano quella gioia duratura che non viene da evidenze chiare e distinte ma può essere soltanto ricevuta e confessata come una grazia inattesa, come «la bellezza del dubbio».

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 una parte del salmo 118 e alla sera con la parte finale del salmo 22; 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)  
è possibile porre quesiti scrivendo a: [elio.dotto@diocesicuneofossano.it](mailto:elio.dotto@diocesicuneofossano.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 118, versetti 22-24:

<sup>118,22</sup> «La pietra rigettata dai costruttori è diventata pietra angolare: <sup>23</sup> questo è stato fatto dal Signore una meraviglia davanti ai nostri occhi, <sup>24</sup> questo è il giorno fatto dal Signore esultiamo e ralleghiamoci in lui».

Il versetto è messo sulla bocca di Gesù in Lc 20,17, nella disputa con i Giudei che porterà alla passione, e viene ripreso in chiave cristologica dall'apostolo Pietro, nel discorso davanti al sinedrio di At 4 e nel capitolo 2 della sua prima lettera; allo stesso modo, Paolo si riferisce a questo versetto nel capitolo 2 della lettera agli Efesini.

In Gesù crocifisso e risorto si compie la bellezza del dubbio per cui la gioia accade quando meno te lo aspetti: «se alla sera è ospite il pianto al mattino la gioia» (Sal 30 [29],6). «Voi sarete nella tristezza, ma la vostra tristezza si cambierà in gioia» (Gv 16,20).