

SALMO 39

Ho detto: "Vigilerò sulla mia condotta
per non peccare con la mia lingua;

metterò il morso alla mia bocca
finché ho davanti il malvagio".

Ammutolito, in silenzio,
tacevo, ma a nulla serviva,
e più acuta si faceva la mia sofferenza.

Mi ardeva il cuore nel petto;
al ripensarci è divampato il fuoco.
Allora ho lasciato parlare la mia lingua:

Fammi conoscere, Signore, la mia fine,
quale sia la misura dei miei giorni,
e saprò quanto fragile io sono".

Ecco, di pochi palmi hai fatto i miei giorni,
è un nulla per te la durata della mia vita.
Sì, è solo un soffio ogni uomo che vive.

Sì, è come un'ombra l'uomo che passa.
Sì, come un soffio si affanna,
accumula e non sa chi raccolga.

Ora, che potrei attendere, Signore?
È in te la mia speranza.

Liberami da tutte le mie iniquità,
non fare di me lo scherno dello stolto.

Ammutolito, non apro bocca,
perché sei tu che agisci.

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

Castigando le sue colpe
tu correggi l'uomo,

corrodi come un tarlo i suoi tesori.
Sì, ogni uomo non è che un soffio.

Ascolta la mia preghiera, Signore,
porgi l'orecchio al mio grido,
non essere sordo alle mie lacrime,

perché presso di te io sono forestiero,
ospite come tutti i miei padri.

Distogli da me il tuo sguardo:
che io possa respirare,

prima che me ne vada
e di me non resti più nulla.