Salmo 130 (131): Signore, non si esalta il mio cuore

[1] Canto delle ascensioni. Di Davide.

- SIGNORE, non si esalta il mio cuore
- e non si levano-con-superbia i miei occhi;

: e non cammino verso cose-grandi,
: né verso meraviglie più di me.

[2] Io invece ho reso-uguale e immobile *la mia anima*;

: come un bimbo-svezzato sopra sua madre,
: come un bimbo-svezzato sopra di me *la mia anima*.

+ [3] Attendi, Israele il SIGNORE,
+ ora e sempre!

---

1. INTRODUZIONE[1]

C'è chi ha definito questo "il più bel salmo della Bibbia" (Gelin), "una piccola perla purissima" (G. Garrone). Appartiene al genere letterario[2] dei *Salmi di fiducia*, nei quali "l'orante non sollecita da Dio nessun bene particolare, ma esprime semplicemente la sua fiducia in Dio, sorgente di quiete e di gioia" (Lipinski). Siamo di fronte a un'esperienza fortemente individuale, ma collocata, come sempre nella pietà biblica, sullo sfondo dell'assemblea di Israele. L'umile fiducia in Dio illustrata da questo breve poema caratterizzava i poveri e i fedeli che sono i probabili autori di questo salmo.[3] Il senso di piccolezza è espresso anche dal piccolo numero delle sue parole.

Il Salmo è stato inserito poi tra i "*cantici delle ascensioni*", che comprendono i salmi da 120 a 134[4]: sono i canti che i pellegrini cantavano ascendendo, in occasione delle feste di Pasqua, Pentecoste e Capanne, in pellegrinaggio verso Gerusalemme e una volta giunti nella città santa. Si tratta dunque del "Salterio dei pellegrini", raccolto dopo il ritorno dall'esilio. Questo Salmo fa seguito al Sal 129

---

[1] Lo schema di composizione del Salmo 131, qui riportato, è del p. Roland Meynet, s.J.. Gran parte del commento è liberamente tratta da: G. RAVASI, *Il libro dei Salmi Commento e attualizzazione*, Vol. III, EDB, Bologna 1986, 647-661; Lezione del p. Jésus Asurmendi, all'Institut. Catholique di Parigi, 02.06.1997.

[2] Tra i Salmi si possono distinguere: salmi di fiducia, di lode, di ringraziamento, storici, regali, di supplica, di richiesta di perdono.

[3] La Bibbia ebraica riferisce questo testo a Davide (1a), "forse perché in esso vedeva riflessi i sentimenti di umiltà del poeta regale in occasione della traslazione dell'arca a Gerusalemme (2Sam 6,10-12) o in altri momenti della sua travagliata esistenza (1Sam 26,10-12; 2Sam 18,5; 24,17)" (Ravasi).

[4] Vulgata: 119-133.

[130], che accompagna un sacrificio di riconciliazione e afferma: presso di me, essere umano, il peccato; presso Dio, il perdono, la misericordia, la redenzione. Pellegrino perdonato, rinato, grazie al perdono, a un atteggiamento nuovo, il salmista è pronto a celebrare la rinnovazione dell'Alleanza (cf. Sal 132[133]).

2. ANALISI DI ALCUNI TERMINI

1a: Signore: JHWH, il "Nome", apre e chiude il Salmo.
1b: non si esalta: il verbo ebraico *gabàh*, alla lettera, significa: "essere alto, elevato", indica la montagna da cui si può dominare la pianura. Nel senso morale, detto del cuore, il verbo nella maggior parte dei casi ha un senso negativo[5]: "essere altero, superbo, arrogante".
il mio cuore: nella mentalità ebraica, il cuore è la sede del pensiero e del giudizio, della decisione.
1c: Non si levano-con-superbia: il verbo ebraico *rum*, alla lettera, significa: "essere alto, esaltato"; detto degli occhi, significa: "essere arrogante, orgoglioso". 'Levare gli occhi' suggerisce un movimento di ascesa che…è un'attitudine globale della personalità che si esalta ponendosi al livello di Dio e rendendosi autosufficiente" (Ravasi). I profeti, particolarmente Isaia, denunciano tale atteggiamento[6]. "Sei cosa odia il Signore, anzi sette: occhi alteri…" (Pr 6,16-17; cf. Pr 30,13[7]).
1d: cammino: nella Bibbia il cammino è sinonimo di condotta ed esprime anche la dimensione temporale dell'uomo.
cose grandi: nel linguaggio biblico significa "fatti grandi, meravigliosi" (di Dio), specificamente i miracoli della liberazione dall'Egitto.
1e: meraviglie più di me: alla lettera: "più meravigliose di me". L'orgoglio, in greco *hybris*, è il peccato "originale", radicale dell'uomo[8].
2a : Io invece: o: "ma, al contrario" (De Boer). L'espressione ebraica *im-lo* apre una "dichiarazione o giuramento d'innocenza".
uguale: alla lettera: "ho reso piana". Il verbo *shawah*, all'intensitivo, letteralmente significa: rendere piano, appianare il terreno, quasi come per le valli da colmare e i colli da abbassare in Is 40,3-5 e Lc 3,5. Da questo il senso metaforico di: appianare le colline dell'orgoglio, "acquietare l'anima". Il credente, avendo lasciato condurre il proprio cuore nel cuore di Dio, si sente acquietato.
immobile: il verbo *damam*, pure intensitivo, originariamente significa "restare immobile, senza movimento", da cui il senso derivato: "tacere, attendere, cessare"[9]. Dice il Sal 37,7: "Sta' in silenzio davanti al Signore e spera in lui!"[10].
la mia anima: il termine ebr. *nephésh* è il soffio, indica la vita umana in quanto "desiderio".
2b: bimbo-svezzato: *gamùl*, da *gamàl* = slattare, significa proprio "(bambino) svezzato, slattato". "Non si tratta tanto del bimbo allattato perché il termine ebraico sembra riferirsi al bimbo svezzato e l'immagine è quella, soprattutto orientale, di un bimbo che la madre mette sul suo dorso" Monloubou). In oriente, lo svezzamento era una festa di grande rilievo e veniva celebrata come a Babilonia attorno ai tre anni. "Il bimbo protagonista della comparazione è, quindi, il piccolo svezzato, legato alla madre da un rapporto di intimità profonda, ma non regolata solo dal bisogno istintivo biologico della fame" (Ravasi).
3:Attendi: *yahàl* significa aspettare, sperare. Il salmista colloca la propria esperienza in quella dell'intero popolo, che è anch'esso una creatura fragile che deve abbandonarsi al suo Signore[11].

---

[5] Può significare anche, in senso positivo: "essere incoraggiato".
[6] Cf. Is 2,11-17; 3,16; 5,15; 14,4-23. Nel Nuovo testamento: Lc 1,15-52; 18,14; Gc 4,6.
[7] Cf. anche Sal 18,28; 101,5; Sof. 2,1-3.13-15; 3,11-13. Dice Isaia: "L'uomo abbasserà gli occhi orgogliosi, l'alterigia umana si piegherà, sarà esaltato JHWH, lui solo in quel giorno" (2,11.17). In Is 2,6-22 vengono presentati i vari ambiti nei quali l'orgoglio si radica: la forza politico-militare, il commercio.
[8] Gn 3; Ez 28; Is 14.
[9] *d^{e}mamah* significa silenzio, quiete; oppure: sussurro leggero, suono sommesso, aura (cf. 1Re 19,12).
[10] Cf. anche Sal 62,2.6. E anche un tratto della profezia dell'"Emmanuele, anche se non è usato lo stesso verbo: "Sta' tranquillo, non temere e il tuo cuore non si abbatta… Se non crederete, non sussisterete" (Is 7,4.9b; cf. 30,15). Dice il poeta francese convertito Claudel: "Da quando la voce si è taciuta io comincio ad ascoltare".

3. CONTESTO
Echi nella Bibbia

Nell'*Antico Testamento*, in Osea, dice il Signore: "Io ero per voi come chi solleva un bimbo alla sua guancia; mi chinavo su di lui per dargli da mangiare" (Os 11,4). E in Isaia: "Come una madre consola un figlio, così io vi consolerò" (Is 66,13)[12]. Il Sal 22,11 (quello iniziato da Gesù sulla croce) dice: "A te mi sono appoggiato fin dalle viscere materne, dal grembo di mia madre sei tu il mio Dio". Il Sal 27,10: "Mio padre e mia madre mi hanno abbandonato, ma il Signore mi ha raccolto". Sal 71,5-6: "Sei tu, Signore, la mia speranza, la mia fiducia fina dalla giovinezza. Su di te mi appoggiai fin dal grembo materno, fin dalle viscere di mia madre tu sei la mia eredità".
Nel *Nuovo Testamento*, il Salmo richiama la discussione sul "più grande". Gesù dice: "In verità vi dico: se non vi convertirete e non diventerete come i bambini, non entrerete nel regno dei cieli. Perciò chiunque diventerà piccolo come questo bambino, sarà il più grande nel regno dei cieli"[13].
Gesù accoglie i bambini: "Lasciate che i bambini vengano a me, perché di questi è il regno dei cieli"[14]. I ragazzi acclamano Gesù nel tempio e Gesù replica ai capi: "Non avete mai letto: 'Dalla bocca dei bambini e dei lattanti ti sei procurata una lode?'"[15]. Guai a chi scandalizza o disprezza i piccoli[16]! I piccoli vanno accolti nel nome di Gesù[17]. Lo spirito del Salmo appare nell'inno di gioia di Gesù.[18] Egli ci insegna a chiamare Dio col nome con cui il bimbo chiama il papà: "abbà"[19]. Ma è soprattutto sulla croce, che Gesù porta a compimento il Salmo.

Echi in diversi autori

Per *Gerolamo*, trattandosi di un bambino "svezzato", il salmo non propone "nulla di infantile: chi ormai ha superato il latte come cibo è giunto alla perfetta virilità".
Agostino: "Il nostro cuore è inquieto finché non riposa in te, o Signore".
S. Chiara d'Assisi prima di morire disse alla sua anima: "Parti in pace, perché il cammino che hai percorso è quello buono e puoi andare con piena confidenza da Colui che ti ha protetta e amata come una madre".
Pascal: "Ogni disgrazia viene agli uomini da una cosa sola: il non saper restare in riposo in una camera".
Bernadette di Lourdes: "Io amo tutto ciò che è piccolo".
Teresa di Lisieux: "La santità non consiste in questa o quella pratica, ma è una disposizione del cuore, che ci rende umili e piccoli tra le braccia di Dio, coscienti della nostra debolezza e fiduciosi sino all'audacia nella sua bontà di Padre… Ciò che al buon Dio piace nella mia anima è il vedermi amare la mia piccolezza e la mia povertà, è la speranza cieca che io nutro nella sua misericordia."
Edith Stein, circa il Sal 131, celebra "lo stato di riposo in Dio, la totale sospensione di ogni attività dello spirito…, quando si affida tutto l'avvenire al volere di Dio…".
Il filosofo Reinach, convertito a Cristo, scrive: "Nei confronti di Dio non si può essere che totalmente di pendenti e totalmente riconoscenti".
Mounier: "Dio non vuole gente che abbia delle virtù, ma fanciulli che egli possa prendere come si solleva un bambino…".
Il poeta Ernesto Cardenal così rielabora il salmo: "Non s'inorgoglisca, Signore, il mio cuore. / Io non voglio essere né milionario / né leader né primo ministro. / Non aspiro a cariche pubbliche / né

---

[11] Cf. Os 11,4 ; Is 66,12-13 ; Sal 62,9 ; 115,9-11.
[12] Cf. anche Is 66,11; 49,15.
[13] Mt 18,3-4; cf. Mc 9,33-37; Lc 9,46-48.
[14] Mt 19,14; Mc 10,13-16; Lc 18,15-17.
[15] Mt 21,14-16.
[16] Mt 18,6 e paralleli; Mt 18,10.
[17] Mc 9,36-37.
[18] Mt 11,25-30 (// Lc 10,21-22): "Ti benedico, o Padre, Signore del cielo e della terra, perché hai tenuto nascoste queste cose ai sapienti e agli intelligenti e le hai rivelate ai piccoli. Sì, o Padre, perché così è piaciuto a te… Venite a me, voi tutti, che siete affaticati e oppressi e io vi ristorerò. Prendete il mio giogo sopra di voi e imparate da me che sono mite e umile di cuore e troverete ristoro per le vostre anime. Il mio giogo infatti è dolce e il mio carico leggero".
[19] Mt 6,9-13; Lc 11,2-4.

corro dietro a onorificenze / non ho proprietà né libretto d'assegni / e senza assicurazione sulla vita sono pienamente sicuro. / Come un bimbo addormentato / nelle braccia di sua madre… / Confida Israele nel Signore (e non nei leaders)".
E il *Corano* proclama: "Chi mai potrebbe scegliere una religione migliore di quella di abbandonarsi totalmente a Dio?" [20].

4. PISTE DI INTERPRETAZIONE

"Diventereste come Dio" (Gen 3,4). Chi è dunque l'essere che quest'uomo non è più, quello che si è lasciato alle spalle? Un essere orgoglioso, che macina pensieri di grandezza: si sente più forte, più intelligente, più ricco, più capace di tutti, il mondo è suo. Il suo cuore si gonfia tanto che il suo orgoglio giunge agli occhi: diventa un modo per guardare il mondo: io sono meglio di te, meglio di tutti voi. Più furbo, più capace, più santo.

Mi gestisco io. Giunto agli occhi, diventato visione del mondo l'orgoglio di questa persona passa ai piedi, diventa azione. Diventa frase che ferisce, diventa decisioni che riguardano tutti, prese in isolamento, diventa rifiuto e attacco di tutto ciò che è diverso. La preghiera è l'illusione rimasta ai poveri. Io ne sono guarito: non ho nulla da chiedere, nulla in cui dipendere, basto da me. Per le malattie? Sono amico di primari. Per il futuro? Mi bastano le assicurazioni. Per il lavoro? Bastano un po' di amicizie e non andare troppo per il sottile. Ci siamo affrancati dall'essere figli, dal dover chiamare qualcuno Padre, ci siamo messi in piedi, allontanando il cielo[21].

"Io, invece…". Il Salmista ha fatto questo percorso che ha rotto i ponti e ne è stato ricondotto dalla misericordia di Dio (Sal 130 [129]). Ora descrive la sua nuova situazione. Il perdono di Dio lo ha ricondotto a se stesso, alla sua anima al suo desiderio profondo. Vi ha riconosciuto una situazione piena di ostacoli come una strada piena di massi. "Preparate la via del Signore". Ha accettato di spianare la via dai suoi desideri, dal suo orgoglio: si è lasciato appianare, perché il Signore passi.
Era un essere sempre in movimento, il vento del passato lo trascinava indietro con i suoi ricordi, rimpianti di cose belle vissute, di occasioni perse. Il vento lo spingeva egualmente verso il futuro: mille progetti, sempre sensazioni nuove da cercare, spremendo con frenesia la vita fino all'ultimo goccio. Mai fermo, mai in pace, mai gratuito con nessuno. Il vento si acquieta. Il Salmista si riconcilia con il passato, si rappacifica col futuro, sta nel presente. Per la prima volta, sperimenta il silenzio.

"**Come un bimbo svezzato**". Usando un paragone per spiegare ciò che è successo, il salmista dice: come un bimbo svezzato sopra sua madre, così il mio desiderio su di me. Il desiderio si è pacificato, l'ansimare è divenuto respiro tranquillo. La corsa in solitudine è divenuta presenza a un altro. Che cos'è successo? Un lattante ha frequentemente bisogno del latte della mamma e il suo stare su di lei ha anche questo obiettivo. Quando lo ottiene, riposa sulla madre, sazio. Lo svezzato sviluppa un rapporto nuovo con lei. Non le sta vicino per ottenerne il cibo, ma gode della relazione, è in questa relazione che trova appagamento, riposo, tranquillità.

Come ha potuto il Salmista placare il suo cuore? Egli confida a tutto il suo popolo il suo segreto: "attendi, spera, Israele nel Signore!". È un'esperienza d'amore. È l'aver compreso per grazia, che Dio è il nostro Dio e noi siamo suoi, siamo amati. Nel Salmista, vediamo Abramo, che si fidò di Dio e parti senza affanno verso il luogo che Dio gli preparava e si dispose anche a sacrificargli il figlio della promessa. Vediamo Mosè, cosciente di essere inadeguato ad affrontare il Faraone eppure costantemente alla sua porta a parlargli, in nome di Dio. Vediamo grandi donne: Anna, Giuditta, Ester; Maria di Nazaret nel suo "eccomi" al compito che le veniva affidato (Lc 1,38).

---

[20] IV, 125.

[21] Dice un mito africano che all'inizio la volta del cielo era vicinissima all'uomo e provvedeva loro ogni cosa, ma essi dovevano andare curvi. Un giorno una donna cominciò a pestare la manioca nel mortaio e così facendo lanciò così in alto il bastone che il cielo, irritato, si allontanò dagli esseri umani che dovettero allora provvedere da sé alle loro necessità.

Gesù ha compiuto il Salmo. Nel Salmo vediamo Gesù nel suo insegnamento: attento ai piccoli d'età e di spirito (cf. la vedova che fa l'offerta nel tempio), che canta il suo salmo al Padre su di essi (Mt 11,25-26). Nel suo atteggiamento di accoglienza dei bambini e di tutti i "piccoli" della società.
Soprattutto vediamo lui stesso. Nelle tentazioni ha avuto davanti a sé le due vie presentate dal salmo: quella di contare sulla potenza, quella di contare su Dio. Ha fatto le sue scelte. La tentazione gli è ritornata acuta alla vigilia della morte[22], quando la via della debolezza gli presentava il conto estremo: la violenza subita. È lui che ha cantato al meglio questo salmo, quando ha accettato, sulla croce, di varcare la soglia della morte, nell'assenza di segni di intervento del Padre. Si è fidato e, gridando: "Dio mio, Dio mio perché mi hai abbandonato?", ha proclamato che, anche nell'esperienza dell'abbandono, Dio restava "il suo Dio". Il Salmo continua proprio sulle note del Sal 131: "Sei tu che mi hai tratto dal grembo, mi hai fatto riposare sul petto di mia madre. Al mio nascere tu mi hai raccolto, dal grembo di mia madre sei tu il mio Dio" (Sal 22,10s).
L'abbandono pacificato che ci testimonia non è uno stato di armonia innocente ma è il frutto di un cammino di croce. Non si ritorna bambini senza sofferenza. È nell'esperienza dello spogliamento totale che possiamo cantare fino in fondo questo salmo. Forse è questo, nel mistero che permane, uno dei frutti del dolore vissuto nella fede. Dice Réné Voillaume: "È necessario che la croce generi in noi, anno dopo anno, il piccolo bambino, il solo ammesso a varcare con Gesù le porte del regno dei cieli".

Le certezze dell'amore. Non si tratta di giungere a uno stato di atarassia, di indifferenza a tutto in forza di chissà quali virtù. Si tratta di riconoscere che il nostro tesoro è più in alto. "So in chi ho posto la mia fiducia", dice l'autore della seconda lettera a Timoteo.

> "Se Dio è per noi – dirà Paolo – chi sarà contro di noi? Egli che non ha risparmiato il proprio Figlio, ma lo ha dato per tutti noi, come non ci donerà ogni cosa insieme con lui?… Chi ci separerà dall'amore di Cristo? Forse la tribolazione, l'angoscia, la persecuzione, la fame, la nudità, il pericolo, la spada?… Ma in tutte queste cose noi siamo più che vincitori per virtù di colui che ci ha amati. Io sono infatti persuaso che né morte, né vita, né angeli, né principati, né presente né avvenire, né potenze, né altezza né profondità, né alcun'altra creatura potrà mai separarci dall'amore di Dio in Cristo Gesù, nostro Signore" (Rm 8,31-39).

Piste per ascoltare

1. Leggi con attenzione, più volte il Salmo.
2. Ti ricorda qualche altro passo biblico?
3. Vi intravedi il volto di Gesù?
4. Vi vedi anche persone che tu hai incontrato?
5. Come risuona in te questo Salmo?
6. A che avventura ti invita?
7. Che decisione prendi?

Prega… contempla.

[22] Luca dice a conclusione dell'episodio delle tentazioni nel deserto: "Dopo aver esaurito ogni specie di tentazione, il diavolo si allontanò da lui per ritornare al tempo fissato" (Lc 4,13).