

Venerdì della Settimana Santa (Anno B)

Lettera agli Ebrei 4, 14-16; 5, 7-9
Giovanni 18, 1 - 19, 42

1) Preghiera

O Dio, che nella passione del Cristo nostro Signore ci hai liberati dalla morte, eredità dell'antico peccato trasmessa a tutto il genere umano, rinnovaci a somiglianza del tuo Figlio; e come abbiamo portato in noi, per la nostra nascita, l'immagine dell'uomo terreno, così per l'azione del tuo Spirito, fa' che portiamo l'immagine dell'uomo celeste.

2) Lettura: Lettera agli Ebrei 4, 14-16; 5, 7-9

Fratelli, poiché abbiamo un sommo sacerdote grande, che è passato attraverso i cieli, Gesù il Figlio di Dio, manteniamo ferma la professione della fede. Infatti non abbiamo un sommo sacerdote che non sappia prendere parte alle nostre debolezze: egli stesso è stato messo alla prova in ogni cosa come noi, escluso il peccato. Accostiamoci dunque con piena fiducia al trono della grazia per ricevere misericordia e trovare grazia, così da essere aiutati al momento opportuno. [Cristo, infatti,] nei giorni della sua vita terrena, offrì preghiere e suppliche, con forti grida e lacrime, a Dio che poteva salvarlo da morte e, per il suo pieno abbandono a lui, venne esaudito. Pur essendo Figlio, imparò l'obbedienza da ciò che patì e, reso perfetto, divenne causa di salvezza eterna per tutti coloro che gli obbediscono.

3) Riflessione su Lettera agli Ebrei 4, 14-16; 5, 7-9

● La lettera agli Ebrei era dedicata in particolare ai cristiani provenienti dall'ebraismo i quali rimpiangevano le grandi cerimonie del tempio di Gerusalemme. **L'autore spiega loro in vari modi che il sacerdozio e i sacrifici del tempio sono stati ormai sostituiti dall'unico sacrificio offerto da Cristo, e che Cristo stesso è il sommo sacerdote per eccellenza, superiore a tutti gli altri poiché ha offerto se stesso in un sacrificio** che vale per sempre e non deve più essere ripetuto. **Pur essendo Figlio di Dio però è passato attraverso la sofferenza e la morte.** La sua vicenda ci aiuta a vivere in modo diverso le sofferenze che attraversano la nostra vita. Sono riflessioni necessarie il venerdì santo, il giorno in cui ricordiamo la morte di Gesù e il suo significato.

● *16Accostiamoci dunque con piena fiducia al trono della grazia per ricevere misericordia e trovare grazia, così da essere aiutati al momento opportuno.*

Con queste premesse non possiamo far altro che rivolgerci a Lui. Ha acquistato autorità grazie al suo sacrificio. Siede per sempre alla destra del Padre, ma non disdegna di curvare con benevolenza verso di noi. Infatti il suo trono viene chiamato trono della grazia. Ci sfugge un po' questa richiesta di misericordia a un sovrano che siede in trono, però avvertiamo bene il desiderio di sentirci in pace con noi stessi. **Gesù Cristo sa comprendere le nostre difficoltà. Ha un cuore misericordioso che ci verrà incontro e ci darà aiuto al momento opportuno.** Queste parole ci possono indicare una via d'uscita, quando pensiamo che il nostro peccato sia troppo grande per essere perdonato o troppo vergognoso per essere confessato.

● *Cristo, 7nei giorni della sua vita terrena, offrì preghiere e suppliche, con forti grida e lacrime, a Dio che poteva salvarlo da morte e, per il suo pieno abbandono a lui, venne esaudito.*

Nei giorni della sua vita terrena, traduce un'espressione più forte e cioè: nei giorni della sua carne. **In questi versetti si pone l'accento sull'umanità del sacerdote.** Per rappresentare gli uomini deve essere uno di loro: per compatire le loro miserie, deve averle condivise. **L'umanità di carne è attestata in Gesù da tutta la sua vita terrena, dalla sua debolezza, soprattutto dalla sua agonia e dalla sua morte.** Le sue preghiere (ricordiamo l'agonia del Getsemani, narrata da tutti gli evangelisti) vennero esaudite per il suo pieno abbandono, cioè per la sua obbedienza totale alla volontà del Padre. È stato esaudito non nell'essere sottratto alla morte fisica, ma per essere stato

sottratto al suo potere. Dio ha trasformato questa morte in un'esaltazione di gloria. C'è quasi un gioco di parole nei termini greci ascoltare dal basso (obbedire) e ascoltare dall'alto (esaudire).

● *8* Pur essendo Figlio, imparò l'obbedienza da ciò che patì

C'è un movimento di discesa e uno di salita. Gesù che grida e supplica per essere salvato dalla morte, e viene salvato, ma vi passa attraverso. Impara l'obbedienza attraverso la sofferenza. Questo era uno degli elementi dell'educazione nella cultura greca. Vi sono anche alcune affinità con l'inno Cristologico di Fil 2,6-11.

● *9e*, reso perfetto, divenne causa di salvezza eterna per tutti coloro che gli obbediscono.

Gesù è stato reso perfetto dal Padre, attraverso questa sofferenza e questa obbedienza. Così è causa di salvezza per tutti coloro che come Lui si sottomettono nell'obbedienza a Lui e a Dio. Ecco perché può realizzare degnamente il compito del sommo sacerdote. Ha provato la condizione umana, è passato attraverso la sofferenza e la morte, nell'obbedienza a Lui tutti possono ottenere la salvezza.

4) Lettura: Vangelo secondo Giovanni 18, 1 - 19, 42

- Catturarono Gesù e lo legarono

In quel tempo, Gesù uscì con i suoi discepoli al di là del torrente Cèdron, dove c'era un giardino, nel quale entrò con i suoi discepoli. Anche Giuda, il traditore, conosceva quel luogo, perché Gesù spesso si era trovato là con i suoi discepoli. Giuda dunque vi andò, dopo aver preso un gruppo di soldati e alcune guardie fornite dai capi dei sacerdoti e dai farisei, con lanterne, fiaccole e armi. Gesù allora, sapendo tutto quello che doveva accadergli, si fece innanzi e disse loro: «Chi cercate?». Gli risposero: «Gesù, il Nazareno». Disse loro Gesù: «Sono io!». Vi era con loro anche Giuda, il traditore. Appena disse loro «Sono io», indietreggiarono e caddero a terra. Domandò loro di nuovo: «Chi cercate?». Risposero: «Gesù, il Nazareno». Gesù replicò: «Vi ho detto: sono io. Se dunque cercate me, lasciate che questi se ne vadano», perché si compisse la parola che egli aveva detto: «Non ho perduto nessuno di quelli che mi hai dato». Allora Simon Pietro, che aveva una spada, la trasse fuori, colpì il servo del sommo sacerdote e gli tagliò l'orecchio destro. Quel servo si chiamava Malco. Gesù allora disse a Pietro: «Rimetti la spada nel fodero: il calice che il Padre mi ha dato, non dovrò berlo?».

- Lo condussero prima da Anna

Allora i soldati, con il comandante e le guardie dei Giudei, catturarono Gesù, lo legarono e lo condussero prima da Anna: egli infatti era suocero di Caifa, che era sommo sacerdote quell'anno. Caifa era quello che aveva consigliato ai Giudei: «È conveniente che un solo uomo muoia per il popolo». Intanto Simon Pietro seguiva Gesù insieme a un altro discepolo. Questo discepolo era conosciuto dal sommo sacerdote ed entrò con Gesù nel cortile del sommo sacerdote. Pietro invece si fermò fuori, vicino alla porta. Allora quell'altro discepolo, noto al sommo sacerdote, tornò fuori, parlò alla portinaia e fece entrare Pietro. E la giovane portinaia disse a Pietro: «Non sei anche tu uno dei discepoli di quest'uomo?». Egli rispose: «Non lo sono». Intanto i servi e le guardie avevano acceso un fuoco, perché faceva freddo, e si scaldavano; anche Pietro stava con loro e si scaldava. Il sommo sacerdote, dunque, interrogò Gesù riguardo ai suoi discepoli e al suo insegnamento. Gesù gli rispose: «Io ho parlato al mondo apertamente; ho sempre insegnato nella sinagoga e nel tempio, dove tutti i Giudei si riuniscono, e non ho mai detto nulla di nascosto. Perché interroghi me? Interroga quelli che hanno udito ciò che ho detto loro; ecco, essi sanno che cosa ho detto». Appena detto questo, una delle guardie presenti diede uno schiaffo a Gesù, dicendo: «Così rispondi al sommo sacerdote?». Gli rispose Gesù: «Se ho parlato male, dimostrami dov'è il male. Ma se ho parlato bene, perché mi percuoti?». Allora Anna lo mandò, con le mani legate, a Caifa, il sommo sacerdote.

- Non sei anche tu uno dei tuoi discepoli? Non lo sono!

Intanto Simon Pietro stava lì a scaldarsi. Gli dissero: «Non sei anche tu uno dei tuoi discepoli?». Egli lo negò e disse: «Non lo sono». Ma uno dei servi del sommo sacerdote, parente di quello a cui

Pietro aveva tagliato l'orecchio, disse: «Non ti ho forse visto con lui nel giardino?». Pietro negò di nuovo, e subito un gallo cantò.

- Il mio regno non è di questo mondo

Condussero poi Gesù dalla casa di Caifa nel pretorio. Era l'alba ed essi non vollero entrare nel pretorio, per non contaminarsi e poter mangiare la Pasqua. Pilato dunque uscì verso di loro e domandò: «Che accusa portate contro quest'uomo?». Gli risposero: «Se costui non fosse un malfattore, non te l'avremmo consegnato». Allora Pilato disse loro: «Prendetelo voi e giudicatelolo secondo la vostra Legge!». Gli risposero i Giudei: «A noi non è consentito mettere a morte nessuno». Così si compivano le parole che Gesù aveva detto, indicando di quale morte doveva morire.

Pilato allora rientrò nel pretorio, fece chiamare Gesù e gli disse: «Sei tu il re dei Giudei?». Gesù rispose: «Dici questo da te, oppure altri ti hanno parlato di me?». Pilato disse: «Sono forse io Giudeo? La tua gente e i capi dei sacerdoti ti hanno consegnato a me. Che cosa hai fatto?». Rispose Gesù: «Il mio regno non è di questo mondo; se il mio regno fosse di questo mondo, i miei servitori avrebbero combattuto perché non fossi consegnato ai Giudei; ma il mio regno non è di quaggiù». Allora Pilato gli disse: «Dunque tu sei re?». Rispose Gesù: «Tu lo dici: io sono re. Per questo io sono nato e per questo sono venuto nel mondo: per dare testimonianza alla verità. Chiunque è dalla verità, ascolta la mia voce». Gli dice Pilato: «Che cos'è la verità?».

E, detto questo, uscì di nuovo verso i Giudei e disse loro: «Io non trovo in lui colpa alcuna. Vi è tra voi l'usanza che, in occasione della Pasqua, io rimetta uno in libertà per voi: volete dunque che io rimetta in libertà per voi il re dei Giudei?». Allora essi gridarono di nuovo: «Non costui, ma Barabba!». Barabba era un brigante.

- Salve, re dei Giudei!

Allora Pilato fece prendere Gesù e lo fece flagellare. E i soldati, intrecciata una corona di spine, gliela posero sul capo e gli misero addosso un mantello di porpora. Poi gli si avvicinavano e dicevano: «Salve, re dei Giudei!». E gli davano schiaffi.

Pilato uscì fuori di nuovo e disse loro: «Ecco, io ve lo conduco fuori, perché sappiate che non trovo in lui colpa alcuna». Allora Gesù uscì, portando la corona di spine e il mantello di porpora. E Pilato disse loro: «Ecco l'uomo!».

Come lo videro, i capi dei sacerdoti e le guardie gridarono: «Crocifiggilo! Crocifiggilo!». Disse loro Pilato: «Prendetelo voi e crocifiggetelo; io in lui non trovo colpa». Gli risposero i Giudei: «Noi abbiamo una Legge e secondo la Legge deve morire, perché si è fatto Figlio di Dio».

All'udire queste parole, Pilato ebbe ancor più paura. Entrò di nuovo nel pretorio e disse a Gesù: «Di dove sei tu?». Ma Gesù non gli diede risposta. Gli disse allora Pilato: «Non mi parli? Non sai che ho il potere di metterti in libertà e il potere di metterti in croce?». Gli rispose Gesù: «Tu non avresti alcun potere su di me, se ciò non ti fosse stato dato dall'alto. Per questo chi mi ha consegnato a te ha un peccato più grande».

- Via! Via! Crocifiggilo!

Da quel momento Pilato cercava di metterlo in libertà. Ma i Giudei gridarono: «Se liberi costui, non sei amico di Cesare! Chiunque si fa re si mette contro Cesare». Udite queste parole, Pilato fece condurre fuori Gesù e sedette in tribunale, nel luogo chiamato Litòstroto, in ebraico Gabbatà. Era la Pascève della Pasqua, verso mezzogiorno. Pilato disse ai Giudei: «Ecco il vostro re!». Ma quelli gridarono: «Via! Via! Crocifiggilo!». Disse loro Pilato: «Metterò in croce il vostro re?». Risposero i capi dei sacerdoti: «Non abbiamo altro re che Cesare». Allora lo consegnò loro perché fosse crocifisso.

- Lo crocifissero e con lui altri due

Essi presero Gesù ed egli, portando la croce, si avviò verso il luogo detto del Cranio, in ebraico Gòlgota, dove lo crocifissero e con lui altri due, uno da una parte e uno dall'altra, e Gesù in mezzo. Pilato compose anche l'iscrizione e la fece porre sulla croce; vi era scritto: «Gesù il Nazareno, il re dei Giudei». Molti Giudei lessero questa iscrizione, perché il luogo dove Gesù fu crocifisso era vicino alla città; era scritta in ebraico, in latino e in greco. I capi dei sacerdoti dei Giudei dissero allora a Pilato: «Non scrivere: "Il re dei Giudei", ma: "Costui ha detto: Io sono il re dei Giudei"». Rispose Pilato: «Quel che ho scritto, ho scritto».

- Si sono divisi tra loro le mie vesti

I soldati poi, quando ebbero crocifisso Gesù, presero le sue vesti, ne fecero quattro parti – una per ciascun soldato –, e la tunica. Ma quella tunica era senza cuciture, tessuta tutta d'un pezzo da cima a fondo. Perciò dissero tra loro: «Non stracciamola, ma tiriamo a sorte a chi tocca». Così si compiva la Scrittura, che dice: «Si sono divisi tra loro le mie vesti e sulla mia tunica hanno gettato la sorte». E i soldati fecero così.

- Ecco tuo figlio! Ecco tua madre!

Stavano presso la croce di Gesù sua madre, la sorella di sua madre, Maria madre di Clèopa e Maria di Màgdala. Gesù allora, vedendo la madre e accanto a lei il discepolo che egli amava, disse alla madre: «Donna, ecco tuo figlio!». Poi disse al discepolo: «Ecco tua madre!». E da quell'ora il discepolo l'accolse con sé.

Dopo questo, Gesù, sapendo che ormai tutto era compiuto, affinché si compisse la Scrittura, disse: «Ho sete». Vi era lì un vaso pieno di aceto; posero perciò una spugna, imbevuta di aceto, in cima a una canna e gliela accostarono alla bocca. Dopo aver preso l'aceto, Gesù disse: «È compiuto!». E, chinato il capo, consegnò lo spirito.

(Qui si genuflette e di fa una breve pausa)

- E subito ne uscì sangue e acqua

Era il giorno della Parascève e i Giudei, perché i corpi non rimanessero sulla croce durante il sabato – era infatti un giorno solenne quel sabato –, chiesero a Pilato che fossero spezzate loro le gambe e fossero portati via. Vennero dunque i soldati e spezzarono le gambe all'uno e all'altro che erano stati crocifissi insieme con lui. Venuti però da Gesù, vedendo che era già morto, non gli spezzarono le gambe, ma uno dei soldati con una lancia gli colpì il fianco, e subito ne uscì sangue e acqua. Chi ha visto ne dà testimonianza e la sua testimonianza è vera; egli sa che dice il vero, perché anche voi crediate. Questo infatti avvenne perché si compisse la Scrittura: «Non gli sarà spezzato alcun osso». E un altro passo della Scrittura dice ancora: «Volgeranno lo sguardo a colui che hanno trafitto».

- Presero il corpo di Gesù e lo avvolsero con teli insieme ad aromi

Dopo questi fatti Giuseppe di Arimatèa, che era discepolo di Gesù, ma di nascosto, per timore dei Giudei, chiese a Pilato di prendere il corpo di Gesù. Pilato lo concesse. Allora egli andò e prese il corpo di Gesù. Vi andò anche Nicodèmo – quello che in precedenza era andato da lui di notte – e portò circa trenta chili di una mistura di mirra e di áloe. Essi presero allora il corpo di Gesù e lo avvolsero con teli, insieme ad aromi, come usano fare i Giudei per preparare la sepoltura. Ora, nel luogo dove era stato crocifisso, vi era un giardino e nel giardino un sepolcro nuovo, nel quale nessuno era stato ancora posto. Là dunque, poiché era il giorno della Parascève dei Giudei e dato che il sepolcro era vicino, posero Gesù.

5) Riflessione sul Vangelo secondo Giovanni 18, 1 - 19, 42

● Silenti nell'attesa.

La chiesa oggi ci conduce ai piedi della croce. Assume e realizza il mandato di predicare al mondo Cristo, e Cristo Crocifisso. L'umanità intera è invitata a prostrarsi, ad adorare il mistero, a comprendere, per quanto ci è dato dalla fede, l'immensità del dono e tutta la gravità del male. **Siamo invitati a vedere con umana e divina sapienza la croce di Cristo, ma anche le nostre croci:** oggi il confronto è urgente se non vogliamo restare schiacciati dai nostri pesi. **Abbiamo bisogno di illuminare di luce divina le vicende più tristi della nostra umana esistenza.** Sorbire la luce della croce significa dare un senso, scoprire le finalità arcane e rivelate della sofferenza che ci accompagna, significa andare oltre le umane considerazioni che sappiamo fare con la nostra limitata intelligenza sul dolore, sul dolore dell'innocente, sulle vittime dei giudizi e dei pregiudizi umani. **Dobbiamo confrontare e sovrapporre le nostre croci a quelle di Cristo per scoprire che anche il dolore, la passione, la stessa morte può diventare fonte di vita e germe di immortalità e di risurrezione.** Quella croce piantata sul monte è conficcata anche nella nostra carne, nel nostro cuore; prima di essere di Cristo è nostra quella croce, ma ora è diventata l'albero fecondo della vita. Privi di questa luce e di questo salutare confronto s'intristisce il nostro mondo, bruciano le foreste e si rimboschiscono di croci; il dolore riassume tutta la sua cruda ed assurda realtà, i crocifissi restano

perennemente appesi a quelle croci, i crociati senza speranza restano chiusi nella morsa della morte, il mondo diventa un triste cimitero. **Adorare la croce di Cristo vuol dire allora far rinascere la speranza**, convincersi che il peso maggiore è già stato assunto volontariamente dal nostro redentore, vuol dire che le croci non hanno più il potere di schiacciarci e di configgerci e gli stessi sepolcri sono aperti per lasciarci liberi di tornare a Dio.

● **Gesù padrone della sua sorte.**

Vorrei proporvi di **raccoglierci con lo spirito di Maria, sotto la croce di Gesù**. Lei, donna forte che ha colto tutto il significato di questo evento della passione e morte del Signore, ci aiuterà a **volgere uno sguardo contemplativo sul crocifisso** (Gv 19, 25–27). **Ci troviamo nel capitolo 19 del vangelo di Giovanni, che apre con la scena della flagellazione e la coronazione di spine**. Pilato presenta Gesù ai sommi sacerdoti e alle guardie: “Gesù il Nazareno, il re dei Giudei” che gridano la sua morte in croce (Gv 19, 6). **Comincia così per Gesù il cammino della croce verso il Gòlgota, dove sarà crocifisso**. Nel racconto della Passione secondo Giovanni, Gesù si rivela padrone di se stesso, controllando così tutto quello che gli succede. Il testo giovanneo abbonda di frasi che indicano a questa realtà teologica, di Gesù che offre la sua vita. Gli eventi della passione lui le subisce attivamente non passivamente. Portiamo qui solo alcuni esempi facendo enfasi su alcune frasi e parole. Il lettore ne può trovare altri:

Gesù allora, conoscendo tutto quello che gli doveva accadere, si fece innanzi e disse loro: “*Chi cercate?*”. *Gli risposero: “Gesù, il Nazareno”*. Disse loro Gesù: “*Sono io!*”. Vi era là con loro anche Giuda, il traditore. Appena disse “*Sono io*”, indietreggiarono e caddero a terra. Domandò loro di nuovo: “*Chi cercate?*”. *Risposero: “Gesù, il Nazareno”*. Gesù replicò: “*Vi ho detto che sono io. Se dunque cercate me, lasciate che questi se ne vadano*”. Perché s'adempisse la parola che egli aveva detto: “*Non ho perduto nessuno di quelli che mi hai dato*”. (Gv 18, 4-9)

“*Allora Gesù uscì, portando la corona di spine e il mantello di porpora*” (Gv 19, 5),

A Pilato dice: “*Tu non avresti nessun potere su di me, se non ti fosse stato dato dall'alto*.” (Gv 19, 11).

Anche sulla croce Gesù prende parte attiva alla sua morte, non si lascia uccidere come i ladroni ai quali vengono spezzate le gambe (Gv 19, 31-33), **ma consegna il suo spirito** (Gv 19, 30). Molto importanti i dettagli portati dall'evangelista: “*Gesù allora, vedendo la madre e lì accanto a lei il discepolo che egli amava, disse alla madre: “Donna, ecco il tuo figlio!”*. Poi disse al discepolo: “*Ecco la tua madre!*.” (Gv 19, 26-27). Queste parole semplici di Gesù portano il peso della rivelazione, parole con le quali, egli ci rivela la sua volontà: “*ecco tuo figlio* (v. 26); “*ecco tua madre*” (v. 27). Parole che ci rimandano a quelle pronunciate da Pilato sul litostrotos: “*Ecco l'uomo*” (Gv 19, 5). Qui Gesù, dalla croce, suo trono, rivela la sua volontà e il suo amore per noi. Egli è l'agnello di Dio, il pastore che dà la sua vita per le pecorelle. In quel momento, presso la croce, egli partorisce la Chiesa, rappresentata da Maria, sua sorella, Maria di Clèofa e Maria di Màgdala con il discepolo amato (Gv 19, 25).

● **Discepoli amati e fedeli.**

Il quarto vangelo specifica che questi **discepoli “stavano presso la croce”** (Gv 19, 25-26). Un dettaglio questo di significato profondo. Solo il quarto vangelo ci racconta che queste cinque persone stavano presso la croce. Gli altri evangelisti non specificano. Luca per esempio, racconta che tutti quelli che lo conobbero seguivano tutto da lontano (Lc 23, 49). Pure Matteo riporta che molte donne seguivano da lontano questi eventi. Queste donne, avevano seguito Gesù fin dalla Galilea e lo servivano. Ma adesso lo seguivano da lontano (Mt 27, 55–56). Marco come pure Matteo ci offre i nomi di quelli che seguivano la morte di Gesù da lontano. (Mc 15, 40-41). Solo il quarto vangelo perciò, specifica che **la madre di Gesù con le altre donne e il discepolo amato “stavano presso la croce”**. Stavano lì, come servi al loro re. Sono coraggiosamente presenti nel momento in cui Gesù dichiara che ormai “*tutto è compiuto*” (Gv 19, 30). La madre di Gesù è presente all'ora che finalmente “*è giunta*”. Quell'ora preannunziata nelle nozze di Cana (Gv 2, 1ss). Il quarto vangelo aveva notato anche in quel momento che “*la madre di Gesù era là*” (Gv 2, 1). Perciò **colui che rimane fedele al Signore nella sua sorte, egli è il discepolo amato**. L'evangelista lascia in anonimato questo discepolo così ciascuno di noi potrà rispecchiarsi in lui che ha conosciuto i misteri del Signore, appoggiando il capo sul petto di Gesù durante l'ultima cena (Gv 13, 25).

6) Per un confronto personale

- Mi è mai capitato di chiedere un aiuto al Signore con preghiere e suppliche, grida e lacrime? Sono stato esaudito?
- In quali situazioni ho capito che l'unico atteggiamento possibile era l'obbedienza (a una persona o a una situazione)? È stato un atteggiamento fecondo?
- Mi sento partecipe della salvezza che Gesù mi ha meritato con la sua morte?
- Che cosa ti colpisce di più nella Passione?
- Quali sentimenti suscita in te questo racconto della Passione?
- Che significato ha per te il fatto che Gesù subisce attivamente la sua passione?

7) Preghiera finale: Salmo 30

Padre, nelle tue mani consegno il mio spirito.

*In te, Signore, mi sono rifugiato,
mai sarò deluso;
difendimi per la tua giustizia.
Alle tue mani affido il mio spirito;
tu mi hai riscattato, Signore, Dio fedele.*

*Sono il rifiuto dei miei nemici
e persino dei miei vicini,
il terrore dei miei conoscenti;
chi mi vede per strada mi sfugge.
Sono come un morto, lontano dal cuore;
sono come un coccio da gettare.*

*Ma io confido in te, Signore;
dico: «Tu sei il mio Dio,
i miei giorni sono nelle tue mani».
Liberami dalla mano dei miei nemici
e dai miei persecutori.*

*Sul tuo servo fa' splendere il tuo volto,
salvami per la tua misericordia.
Siate forti, rendete saldo il vostro cuore,
voi tutti che sperate nel Signore.*