

Contenido

Introducción.....	11
Salmo 1	
Dichoso el que se alegra en la ley del Señor	15
Salmo 2:	
¡Oh Dios, mi salvador!.....	19
Salmo 8:	
¡Qué grande es tu nombre en toda la tierra!....	23
Salmo 19:	
Los cielos proclaman la gloria de Dios	25
Salmo 22:	
Dios mío, no te quedes lejos	29
Salmo 23:	
Nada me falta.....	33
Salmo 24:	
Del Señor es la tierra y cuanto la llena	37
Salmo 25:	
Dios mío, en ti confío	41
Salmo 27:	
Tu rostro estoy buscando.....	45
Salmo 30:	
Tú, Dios mío, me has curado	49
Salmo 31:	
En ti me refugio.....	53

Salmo 34: Su alabanza está siempre en mi boca.....	59
Salmo 36 : En tu luz vemos la luz	63
Salmos 42 y 43: Envía, oh Dios, tu luz y tu verdad	67
Salmo 47: La grandeza de Dios es inmensa	71
Salmo 65: Tú, oh Dios, eres nuestra salvación.....	75
Salmo 67: Haz brillar tu rostro sobre nosotros.....	79
Salmo 72: Amén, amén.....	81
Salmo 84 : Mi alma te desea y te anhela	85
Salmo 85: Concédenos tu salvación	89
Salmo 88: ¿Por qué me ocultas tu rostro?	93
Salmo 89: Firme está en los cielos tu fidelidad.....	97
Salmo 91: Sí, tú eres mi refugio	103
Salmo 95: Venid, adorémosle.....	107
Salmo 96: Pregonad su salvación día tras día	111

Salmo 97:	
Alabadlo, él es santo	115
Salmo 98:	
Sí, él hace maravillas	119
Salmo 100:	
Su bondad perdura por siempre	123
Salmo 103:	
No olvides el bien que él te ha hecho.....	125
Salmo 104:	
¡Dios mío, qué grande eres!	129
Salmo 107:	
Eterna es su bondad	135
Salmo 113:	
¡Alabad su nombre!	141
Salmo 118:	
Su amor es eterno y me da anchura	145
Salmo 121:	
Él te protege	149
Salmo 126:	
Creíamos estar soñando	153
Salmo 130:	
¡Escucha mi voz!	157
Salmo 139:	
Tu diestra me sostiene.....	161
Salmo 143:	
Extiendo mis manos hacia ti.....	165
Salmo 145:	
Cantaré tus maravillas	169

Salmo 146:
Alabaré al Señor mientras viva 173

Salmo 150:
¡Aleluya! 177

Introducción

Hace 44 años que rezo y canto varias veces al día los salmos. En el noviciado, estas plegarias veterotestamentarias me resultaban difíciles. Pero gracias a las interpretaciones de la oración sálmica que aprendí con mi maestro de novicios, el padre Augustin Hahner, y con el padre Notker Füglistner, inolvidable especialista en Antiguo Testamento, he ido entendiendo los salmos cada vez más.

La práctica diaria de la oración sálmica me demuestra que los salmos nunca me resultan aburridos. Para mí son poemas que me ofrecen las palabras con las que puedo expresar ante Dios mi propia situación. Y me proporcionan palabras para orar por las personas cuyos apuros me conmueven y para presentar ante Dios su situación carente de esperanza.

Los salmos me conducen a los abismos de mi propia alma y ahí ponen al descubierto esas emociones y anhelos que continuamente encubro en medio del afán de la vida cotidiana. Además, me llevan siempre a la solidaridad con las personas que me rodean. Nunca puedo rezar los salmos sólo para mí, sino que me siento unido desde el principio a las personas a las que

esas palabras pueden aplicarse perfectamente. Al hacer esto, los acentos se desplazan: a veces los salmos me empujan a poner sin miramientos ante Dios mi propio estado de ánimo interior; otras veces, con las mismas palabras debo pensar en otras personas.

Un pensamiento que ya san Agustín subrayaba una y otra vez y que Godehard Joppich, nuestro director de coro y organista, expuso de manera impresionante en su introducción a la liturgia de la Semana Santa, me acompaña continuamente al orar con los salmos. Es el pensamiento de que Cristo mismo rezó los salmos. Y de que, cuando hoy rezamos los salmos, los rezamos con Cristo. Cuando rezo, pues, los salmos, me siento cercano al corazón de Jesús. Entiendo su anhelo de volver al Padre y, al mismo tiempo, la difícil situación que padeció a manos de la gente. Rezo los salmos junto con Jesús, contemplo el mundo con él. Y en la oración entiendo a Jesús cada vez más. Me siento interiormente unido a él. Esta manera de rezar los salmos está perfectamente respaldada por la Biblia, pues, como judío que era, Jesús rezó los salmos. Los evangelistas indican esto explícitamente al poner en boca de Jesús en la cruz los salmos 22 (Mateo y Marcos) y 31 (Lucas).

En la tradición benedictina, antes y después de cada salmo cantamos una antifona que pue-

de estar tomada del salmo mismo o bien estar relacionada con el misterio de la fiesta que se celebra. La antífona explica el salmo. Indica su tema principal o lo interpreta desde el misterio de la fiesta. Con ella podemos entender el salmo como una explicación de la fiesta.

Desde tiempos inmemoriales ha existido otra tradición que Godehard Joppich retomó de nuevo para el *Libro de las alabanzas*: el salmo no lo canta de manera alterna el coro, sino que lo recita sólo el chantre. La comunidad responde a cada versículo del salmo con un estribillo (*responsum*), una breve línea tomada del salmo. Así, con esta única línea, la comunidad interpreta el salmo y lo reza. Y mediante la constante repetición de esa frase procura interiorizar cada vez más profundamente sus palabras, de manera que las palabras del salmo permanezcan en el corazón y lo transformen cada vez más.

Las meditaciones sálmicas del presente libro las he escrito para el *Libro de las alabanzas*. Por eso, voy a interpretar siempre el salmo desde esa breve línea que la comunidad repite. Así, estas meditaciones no pretenden explicar el salmo en su conjunto. Se contentan con considerar uno de sus aspectos, a saber, cómo se ha de entender desde el tiempo festivo en que se canta y desde la línea que se repite. Pero,

precisamente, estas breves meditaciones pretenden invitar al lector y a la lectora a contemplar y meditar los salmos, en lo sucesivo, con sus propios ojos.

Dichoso el que se alegra en la ley del Señor

Salmo 1

¹ Dichoso quien no sigue el consejo de los malvados,
ni en la senda de los pecadores se detiene,

ni en compañía de los necios se sienta,

² sino que se complace en la ley del Señor,
sobre la que reflexiona día y noche.

³ Es como un árbol plantado junto al arroyo:
da fruto a su tiempo y no se secan sus hojas;
consigue todo cuanto emprende.

⁴ No ocurre así a los malvados,
paja que el viento arrastra.

⁵ No vencerán los malvados en el juicio,
ni los pecadores en la asamblea de los justos,

⁶ pues el Señor protege la senda de los justos
mientras la senda de los malvados se desvanece.

En el primer salmo se indica el tema de todo el salterio. Quien toma en sus manos los salmos y los reza, reflexiona día y noche sobre la ley de Dios. Y se complace en la ley del Señor. Al ser humano le hace bien orar. Quien ora se asemeja a un árbol plantado junto al arroyo que da fruto a su tiempo. La oración da fruto en la persona. La hace florecer. En virtud

de ella, el ser humano entra en contacto con la vida que Dios le ha regalado. Y sus hojas no se secan. Lo que la oración enciende no es un fuego de paja, ni un fruto efímero que desaparece rápidamente.

Los salmos tienen otro efecto más en el orante: “Consigue todo cuanto emprende” (Sal 1,3). Ante esta promesa reaccionamos con escepticismo. Pese a nuestra oración, continuamente hemos experimentado que muchas cosas no nos salen bien. No obstante, la promesa permanece. Con la oración nos aseguramos de que nuestra vida tendrá éxito. Quizá tenga éxito de una manera diferente a como nosotros nos lo hemos imaginado, pero saldrá bien.

Para exponer más claramente el efecto sanador y fructífero de la oración, el salmista utiliza el recurso del contraste. Quien no se preocupa de la ley del Señor ni se lanza a la oración es como “paja que el viento arrastra” (Sal 1,4). Se convierte en un juguete a merced de las opiniones y los avatares del mundo. El orante debe tener presente continuamente que Dios conoce su camino. Cuando el orante piensa en Dios, Dios también piensa en él. Hace que Dios se acuerde de él, por decirlo así. Naturalmente, sabemos que Dios piensa en nosotros incluso sin la oración, pero al rezar ponemos esta conciencia en el interior de nuestro corazón. Así,

nuestra oración lleva aparejada una promesa. Quien ora así, es dichoso, es feliz. Su vida tiene éxito. Se pone en armonía consigo mismo. La oración no es, sin embargo, pensar brevemente en Dios, sino más bien reflexionar sobre la ley de Dios día y noche. Los salmos tienen que determinar nuestro pensar incluso cuando no rezamos. En cada instante deben dirigir nuestra mirada a Dios, para que desde él sea fecunda nuestra vida.

Oh Dios, mi salvador

Salmo 4

² Respóndeme cuando te llame,
tú, oh Dios, que eres mi defensor;
tú, que en la angustia me diste anchura,
apiádate de mí, escucha mi oración.

³ Y vosotros, ¿hasta cuándo me deshonraréis,
amaréis lo vano y desearéis lo falso?

⁴ Sabed que el Señor enaltece al que es fiel,
el Señor me escucha cuando lo llamo.

⁵ Temblad y no pequéis más,
meditad en vuestro lecho y guardad silencio;

⁶ ofreced sacrificios justos, confiad en el Señor.

⁷ Muchos dicen: "¿Quién nos mostrará el bien?"
¡Extiende sobre nosotros la luz de tu rostro, Señor!

⁸ Tú has alegrado mi corazón
más que cuando abunda el trigo y el mosto.

⁹ En paz me acuesto y al instante me duermo,
porque sólo tú, Señor, me haces vivir tranquilo.

En Münsterschwarzach, los monjes cantamos siempre el salmo 4 en las completas del domingo. Antes era el salmo diario de completas. De él me conmueven sobre todo tres versículos...

“En la angustia me diste anchura” (Sal 4,2). Cuando canto este versículo, se me ensancha el corazón. Percibo que todo cuanto me angustia no tiene ya poder sobre mí. Dios es el que crea para mí vastos espacios. Precisamente en ese momento, al caer la noche, puedo apartar de mí todo cuanto me angustia. En mi corazón habita Dios, y no lo que me oprime desde fuera.

El segundo versículo me invita a guardar silencio en ese momento del anochecer: “Meditad en vuestro lecho y guardad silencio” (Sal 4,5). Dormir no significa sólo descansar, sino meditar en el lecho lo que Dios me ha regalado. Pensar en Dios me hace silencioso. Dios mismo crea silencio a su alrededor. No tengo necesariamente que callar. Cuando vinculo mi corazón a Dios, cuando en mi corazón reflexiono sobre él, guardo silencio. Y en el silencio se aclara todo cuanto se ha enturbiado en mí. Mi corazón se aclara de nuevo.

Los últimos versículos son para mí una maravillosa oración vespertina: “Tú has alegrado mi corazón más que cuando abunda el trigo y el mosto. En paz me acuesto y al instante me duermo, porque sólo tú, Señor, me haces vivir tranquilo” (Sal 4,8s). Descansar por la noche ante Dios y en Dios con agradecimiento me llena de alegría. Así puedo dormir en paz. Protegido por Dios, las preocupaciones se alejan de

mí. Los actos de dar por terminado el día e irse a la cama a dormir no son sólo exteriores; son, más bien, un ejercicio de honda confianza. Cuando me entrego al sueño me entrego a las manos bondadosas de Dios. Me desprendo de todo cuanto me preocupa, y en Dios encuentro paz y tranquilidad. Este salmo suscita en mí gratitud, alegría y la confianza de que en este momento puedo descansar en Dios sin inquietud.