



**COMUNIDADES NOSSA SENHORA DA ESPERANCA**

***Movimento de Apoio Espiritual, Religioso e Vivencial para***

***Viúvas, Viúvos e Pessoas Sós***



**SALMOS**

## **REZANDO COM OS SALMOS**

### **Miserere Salmo 51(50)**

<sup>13</sup> Não me expulsem da vossa presença, nem retireis de mim o vosso santo espírito.

### **O Senhor, meu pastor Salmo 23(22)**

<sup>1</sup> O Senhor é meu pastor, nada me falta;

<sup>2</sup> leva-me a descansar em verdes pastagens.

### **O soberano Provedor Salmo 146(145)**

<sup>1</sup> Quero louvar Senhor durante toda a vida, cantar hinos ao meu Deus enquanto existir.



### **Abandono nas mãos de Deus Salmo 31(30)**

<sup>3</sup> Inclinaí a mim vosso ouvido, apressai-vos em libertar-me.

Seja para mim qual rocha de refúgio, cidadela defensiva, onde me possa salvar.

### **Beleza do Criador e da lei divina Salmo 19(18)**

<sup>8</sup> A lei do Senhor é perfeita, reconforta a alma; a admoestação do Senhor é veraz, dá sabedoria ao ignorante.

### **Deus onipotente, tudo vê Salmo 139(138)**

<sup>1</sup> Senhor, vós me perscrutais e me conheceis, sabeis quando me sento e quando me levanto, de longe penetrais os meus pensamentos.

## **Bíblia Sagrada**

**Tradução dos textos originais dirigidos pelo Pontifício Instituto Bíblico de Roma**

## **APRESENTAÇÃO**

Com alegria, e também com surpresa, recebemos o convite para escrever a Abertura deste livro.

O Tema também nos surpreendeu! Não é comum estudarmos este assunto. Mas a leitura deste livro foi bastante educativa e nos preparou para rezarmos com mais facilidade e fervor.

Os Salmos fazem parte da Liturgia da Palavra em todas as missas, tal a sua importância. Então, conhecê-los melhor é uma necessidade.

Escritos no mesmo período do Antigo Testamento, os Salmos, formados por cantos e poemas simples, nos mostram uma boa maneira de adorar a Deus, com o coração puro e iluminado pelo Espírito Santo.

Fechemos os olhos e poderemos imaginar na época das grandes festas em Jerusalém e aos sábados nas sinagogas os Salmos sendo entoados como louvor ao nosso único Deus.

Como nós gostamos de música, preencher nosso coração plenamente para "Os Louvores" é uma graça divina, sem esquecer que "quem canta, reza duas vezes".

*Nesta Abertura, queremos também cantar glórias ao Senhor pela nossa amiga Maria Célia de Laurentys, mulher de força, coragem e fé, que com sua capacidade intelectual e afetiva, sempre nos presenteia com temas enriquecedores.*

*Agradecemos a Deus por sua vida, por sermos seus amigos e irmãos de fé.*

*Juntos vamos salmodiar: "Louvai o Senhor Deus, ó terra inteira". Salmo 65 (66). Aleluia!!! Aleluia!!!*

Rachel e Fernando Moya  
Casal pertencente às E.N.S  
Coordenadores das C.N.S.E

## CAPITULO 1º

### **HISTÓRIA DOS SALMOS**

#### **A - A SABER**

Como parte dos livros Sapienciais e Poéticos, o Saltério, composto de 150 salmos, é o maior dos livros do Antigo Testamento.

A Bíblia, originalmente escrita em hebraico, foi traduzida para o grego (Septuaginta) destinada aos judeus da Diáspora (neste caso, dispersão dos judeus para o mundo grego. Historicamente, diáspora é a dispersão de um povo em consequência de preconceito, perseguição política, religiosa, étnica...) Mais tarde, no século IV da Era Cristã, a pedido do Papa Dámaso, São Jerônimo, uma das mais brilhantes inteligências da Era Patrística, traduziu a Bíblia Grega para a língua latina, também chamada Vulgata.

Em muitas versões da Bíblia, a partir do salmo 10 até o 147, aparecem duas numerações. Essa diferença se deve aos estudiosos e exegetas que, ao traduzi-los para o grego e do grego para o latim, fizeram algumas modificações unindo alguns salmos e separando outros. O modo mais simples para saber se o salmo vem da tradução hebraica ou grega é o seguinte: a tradução hebraica usa a numeração maior na frente e a menor (entre parênteses) é a grega. Ex.: Salmo 94(93), numeração hebraica.

Na Tradução grega é o contrário: a numeração menor que vem na frente é a grega e a maior (entre parênteses) é a hebraica. Ex.: Salmos 93(94), numeração grega. Ambas tratam do mesmo salmo: “*Admoestação aos juízes iníquos*”.

Vamos citar mais um salmo:

Salmo do Bom Pastor: 23(22) (Bíblia do Peregrino da Editora Paulus) segue a numeração hebraica.

Salmo do Bom Pastor 22(23) (Bíblia Católica do Jovem, da Editora Ave Maria) segue a numeração grega.

A grande coleção dos salmos, uma espécie de “pentateuco de oração”, se divide em cinco livros de acordo com divisão dos versículos apresentados: Livro 1:1- 41; Livro 2:42-72; Livro 3:73-89; Livro 4:90-106; Livro 5:107-150. Os quatro primeiros livros terminam com a mesma exclamação: “*BENDITO SEJA O SENHOR PARA SEMPRE! AMÉM*”.

Ao conjunto dos 150 salmos os Hebreus denominaram “Tehilim”, que significa “Louvores”, apesar de haver entre eles muito mais súplicas que louvação.

## **B - HISTÓRIA DOS SALMOS**

O Antigo Testamento nos mostra que quase a metade dele contém elementos poéticos das mais variadas formas: religiosos, profanos, épicos, líricos, populares, litúrgicos... Não se sabe com exatidão quando surgiram os primeiros salmos. A poesia hebraica (Salmos) surge entre os séculos XI e X a.C. e se estende até o século II a.C. Seu conteúdo remonta a seus antecedentes como povo, e contém suas reflexões sobre o começo da história, adotando poesias de outras culturas, principalmente da mesopotâmica. Empregando a linguagem simbólica própria da linguagem poética, a poesia hebraica carrega forte conteúdo teológico, inexistente nas culturas daquele tempo, criando, assim, sua própria linguagem. Enquanto os outros povos pagãos adoravam os elementos da natureza como seus deuses, o Povo Hebreu reverenciava seu Deus Único e Verdadeiro. Enquanto os outros povos pagãos eram politeístas, o Povo Hebreu abraçou o monoteísmo.

Juntamente com o livro “Cântico dos cânticos”, os “Salmos” compõem os livros poéticos do Antigo Testamento. Sob a inspiração divina, seus mais diversos escritores chamados salmistas, através de cânticos, registraram a história dos Hebreus, apresentando-a em forma de oração e poesia. Eles também foram apresentados como cânticos, pois a música e as expressões corporais (danças) sempre fizeram parte da cultura de todos os povos e também da vida hebraica. Por ser compositor e músico, alguns salmos são atribuídos ao Rei Davi. É por isso que a tradição cristã grega lhe conferiu o título de “Profeta”.

Os salmos eram essenciais na vida religiosa do povo judeu, tanto no Templo como em suas casas. Muito importante é o estudo da linguagem dos salmos. Com razão, costuma-se dizer que o saltério é uma síntese do Antigo Testamento. Os Evangelhos nos mostram que Jesus orava com os salmos e a eles deu pleno significado. Os Apóstolos, pregando aos primeiros cristãos, ensinavam o valor dos salmos e São Paulo recomendava cantá-los com o coração cheio de júbilo: “A palavra de Cristo habite entre vós com toda a sua riqueza; com toda a destreza ensinai-vos mutuamente. De coração agradecido cantai a Deus salmos, hinos e cânticos inspirados.” (Cl 3,16).

Quem quiser encontrar, numa forma breve, toda a riqueza de atitudes de oração, tome os salmos, escolha um e procure meditar no silêncio da vida e da alma. Corolário do Antigo Testamento, o livro dos “Salmos” nos faz **recordar** a aliança do Sinai; **exaltar** a Lei ou Torá; **enaltecer** a intervenção de Deus na história; **adorar** a Deus como Rei do universo e **proclamar** a Cristo que tornou presente o Reino de Deus na terra.

## **C – PARA ILUSTRAR O TEMA**

*“Hoje em dia não se costuma refletir, meditar, pensar com seriedade e detidamente. O mundo à nossa volta é um mundo de alvoroço, que atordoa e nos priva do silêncio indispensável para a introspecção.*

*Somos seres inteligentes; se o homem é o profissional do pensamento, há muitos homens que não exercem sua profissão. Não devemos nos movimentar exclusivamente pela força dos instintos cegos e apetites naturais, nem como hipnotizados e irresponsáveis, nem como sonâmbulos.*

*Não queiramos ser vítimas da vertigem da velocidade, nem da louca precipitação, que é o terrível mal dos nossos dias; cada dia, dediquemos uns breves minutos, pelo menos, para entrar em nós mesmos; o “minuto de Deus” deve ocupar em nosso dia, um lugar principal; quanto mais pensarmos e rezarmos, mais homens seremos; quanto mais pensarmos em Deus, mais nos assemelharemos a Ele.”*

*“Os cinco minutos de Deus” de Alfonso Milagro*

## **D - REZANDO JUNTOS**

### **SALMO 1 (Vejamos Jr17, 5-8 e também Pr 4, 10-19)**

(No Salmo 1, o autor inspirado faz um paralelo entre a vida do justo e a dos ímpios, elencando as bem-aventuranças do homem que caminha segundo a lei do Senhor enquanto os perversos “não ficarão de pé”. Enquanto o primeiro encontra a paz, o segundo se extravia...)

**<sup>1</sup> Feliz o homem que não caminha aconselhado por perversos e no caminho de pecadores não se detém e na sessão dos cínicos não assenta;**

**<sup>2</sup> mas sua tarefa é a lei do Senhor e medita dia e noite sua lei.**

**<sup>3</sup> Será como árvore plantada junto aos canais, que dá fruto em sua estação, e sua folhagem não murcha. Tudo quanto faz prospera.**

**<sup>4</sup> Não é assim com os perversos: serão como palha que o vento arrebatam.**

**<sup>5</sup> Por isso, os perversos no julgamento não ficarão de pé, nem os pecadores na assembleia dos justos.**

**<sup>6</sup> Porque o Senhor se ocupa do caminho dos justos, mas o caminho dos perversos se extravia.**

(Da Bíblia de Jerusalém)

NOTA: Este Salmo sapiencial que inicia o Saltério data o período pós-exílio.

## **E - TROCANDO IDEIAS**

- Neste capítulo, qual a principal lição levaremos para o nosso cotidiano?
- Consigo estabelecer momentos de encontro comigo mesmo(a) num silêncio de introspecção e oração ou me deixo levar pela agitação da vida ao meu redor?

### Minha tarefa para a próxima reunião:

- Vou escolher um salmo, meditar sobre ele e apresentá-lo na próxima Reunião do Grupo e dizer o porquê da minha escolha.

## **F - PARA CANTAR OU LER EM CONJUNTO**

### **A TI MEU DEUS**

A Ti, meu Deus, elevo meu coração, elevo as minhas mãos, meu olhar, minha voz.

A Ti, meu Deus, eu quero oferecer meus passos e meu viver, meus caminhos, meu sofrer.

**REFRÃO:** A Tua ternura, Senhor, vem me abraçar. E a Tua bondade infinita me perdoar, eu vou ser o Teu seguidor e Te dar o meu coração. Eu quero sentir o calor de Tuas mãos.

A Ti, meu Deus, que és bom e que tens amor. Ao pobre e ao sofredor vou servir e esperar. A Ti, Senhor, humildes se alegrarão, cantando a nova canção de esperança e de paz.

## **G - PENSAMENTO DO MÊS**

*Acima dos dons brilhantes do espírito e do coração, acima da força física ou da cultura intelectual, o que constitui verdadeiramente uma personalidade forte é a têmpera do caráter, que nos faz dizer de um homem: “Ele vale, pode-se contar com ele.”*

G. Courtois