**4. PER PREGARE NEI MOMENTI DI SCONFORTO**

Sono tutto curvo e accasciato...  
Signore, è davanti a te ogni mio desiderio  
e il mio gemito non ti è nascosto.  
Palpita il mio cuore,  
le forze mi abbandonano...  
Perché io attendo te, Signore;  
tu risponderai, Signore, mio Dio...  
Ecco, io sto per cadere  
e ho sempre dinanzi la mia pena...  
Non abbandonarmi, Signore,  
Dio mio, da me non stare lontano;  
vieni presto in mio aiuto,  
Signore, mia salvezza.  
SALMO 38

Con la mia voce grido al Signore,  
con la mia voce supplico il Signore;  
davanti a lui sfogo il mio lamento,  
davanti a lui espongo la mia angoscia,  
mentre il mio spirito viene meno...  
Io grido a te, Signore!  
Dico: «Sei tu il mio rifugio...».  
Ascolta la mia supplica  
perché sono così misero!  
SALMO 142

In me viene meno il respiro,  
dentro di me si raggela il mio cuore…  
Sono davanti a te come terra assetata...  
Rispondimi presto Signore:  
mi viene a mancare il respiro.  
Non nascondermi il tuo volto…  
Al mattino fammi sentirmi il tuo amore,  
perché in te confido.  
SALMO 143