

# Salmo 40 | Audio in italiano

"Ho sperato, ho sperato nel Signore, ed egli su di me si è chinato, ha dato ascolto al mio grido". In questo articolo condividiamo il Salmo 40 in versione audio.

11/08/2025

*Clicca qui per ascoltare il Salmo 40 su Spotify*

---

Ho sperato, ho sperato nel Signore,  
ed egli su di me si è chinato,  
ha dato ascolto al mio grido.

Mi ha tratto da un pozzo di acque  
tumultuose,  
dal fango della palude;  
ha stabilito i miei piedi sulla roccia,  
ha reso sicuri i miei passi.

Mi ha messo sulla bocca un canto  
nuovo,  
una lode al nostro Dio.

Molti vedranno e avranno timore  
e confideranno nel Signore.

Beato l'uomo che ha posto la sua  
fiducia nel Signore  
e non si volge verso chi segue gli idoli

né verso chi segue la menzogna.

Quante meraviglie hai fatto,

tu, Signore, mio Dio,

quanti progetti in nostro favore:

nessuno a te si può paragonare!

Se li voglio annunciare e proclamare,

sono troppi per essere contati.

Sacrificio e offerta non gradisci,

gli orecchi mi hai aperto,

non hai chiesto olocausto né

sacrificio per il peccato.

Allora ho detto: "Ecco, io vengo.

Nel rotolo del libro su di me è scritto

di fare la tua volontà:

mio Dio, questo io desidero;

la tua legge è nel mio intimo".

Ho annunciato la tua giustizia nella grande assemblea;

vedi: non tengo chiuse le labbra,  
Signore, tu lo sai.

Non ho nascosto la tua giustizia  
dentro il mio cuore,

la tua verità e la tua salvezza ho  
proclamato.

Non ho celato il tuo amore

e la tua fedeltà alla grande  
assemblea.

Non rifiutarmi, Signore, la tua  
misericordia;

il tuo amore e la tua fedeltà mi  
proteggano sempre,

perché mi circondano mali senza  
numero,

le mie colpe mi opprimono e non  
riesco più a vedere:

sono più dei capelli del mio capo,  
il mio cuore viene meno.

Dégnati, Signore, di liberarmi;

Signore, vieni presto in mio aiuto.

Siano svergognati e confusi  
quanti cercano di togliermi la vita.

Retrocedano, coperti d'infamia,

quanti godono della mia rovina.

Se ne tornino indietro pieni di  
vergogna

quelli che mi dicono: "Ti sta bene!".

Esultino e gioiscano in te

quelli che ti cercano;

dicano sempre: "Il Signore è grande!"

quelli che amano la tua salvezza.

Ma io sono povero e bisognoso:

di me ha cura il Signore.

Tu sei mio aiuto e mio liberatore:

mio Dio, non tardare.

---

*Clicca qui per ascoltare il Salmo 40 su  
Spotify*

---

pdf | documento generato  
automaticamente da [https://  
opusdei.org/it-it/article/salmo-40-audio-  
in-italiano/](https://opusdei.org/it-it/article/salmo-40-audio-in-italiano/) (18/01/2026)