

PREGATE IL PADRONE DELLA MESSE...

Marzo 2026

Àlzati, amica mia, mia bella, e vieni, presto! (Ct 2,10)

CANTO INIZIALE

Guida

Nel nome del Padre, e del Figlio, e dello Spirito Santo. Amen.

Dopo il freddo e lungo inverno, tutto si risveglia, tutto riprende vita nella primavera. L'inverno, anche quello esistenziale che tocca spesso le nostre vite, conosce la brevità delle giornate, le lunghe ore di buio; la primavera porta nuovo slancio dell'amore, nuovo entusiasmo e attesa per il tempo nuovo che verrà...

Ci accompagnerà, nella preghiera di questo mese, il Cantico dei Cantici: libro che celebra l'amore umano, libro che ci parla dell'amore appassionato di Dio per la sua creatura, e della nostalgia struggente della creatura per il suo Dio. Dio chiama la sua «bella», l'uomo creato a Sua immagine, a partecipare delle Sue delizie, seguendolo dove Lui vorrà. Preghiamo perché ancora tanti giovani e tante giovani si lascino affascinare da questo amore.

1L: Dal Cantico dei Cantici (2,10b-14)

Àlzati, amica mia,

mia bella, e vieni, presto!

Perché, ecco, l'inverno è passato,

è cessata la pioggia, se n'è andata;

i fiori sono apparsi nei campi,

il tempo del canto è tornato

e la voce della tortora ancora si fa sentire

nella nostra campagna.

Il fico sta maturando i primi frutti

e le viti in fiore spandono profumo.

Àlzati, amica mia,

mia bella, e vieni, presto!

O mia colomba,

che stai nelle fenditure della roccia,

nei nascondigli dei dirupi,
mostrami il tuo viso,
fammi sentire la tua voce,
perché la tua voce è soave,
il tuo viso è incantevole.

2L: Dal Cantico dei Cantici (3,1-4a)

Sul mio letto, lungo la notte, ho cercato
l'amore dell'anima mia;
l'ho cercato, ma non l'ho trovato.
Mi alzerò e farò il giro della città
per le strade e per le piazze;
voglio cercare l'amore dell'anima mia.
Mi hanno incontrata le guardie che fanno la ronda in città:
«Avete visto l'amore dell'anima mia?».
Da poco le avevo oltrepassate,
quando trovai l'amore dell'anima mia.
Lo strinsi forte e non lo lascerò.

Breve silenzio

RIT. Ha sete di te, Signore, l'anima mia.

1L: O Dio, tu sei il mio Dio, dall'aurora io ti cerco,
ha sete di te l'anima mia
desidera te la mia carne
in terra arida, assetata, senz'acqua. **RIT.**

2L: Così nel santuario ti ho contemplato,
guardando la tua potenza e la tua gloria.
Poiché il tuo amore vale più della vita,
le mie labbra canteranno la tua lode. **RIT.**

1L: Così ti benedirò per tutta la vita:
nel tuo nome alzerò le mie mani.
Come saziato dai cibi migliori,
con labbra gioiose ti loderà la mia bocca. **RIT.**

2L: Quando penso a te che sei stato il mio aiuto
esulto di gioia all'ombra delle tue ali.

A te sì (stringe l'anima mia:
la tua destra mi sostiene. **RIT.**

Breve silenzio

1L: Dal Cantico dei Cantici (4,7-8a.9-10)

Tutta bella sei tu, amata mia,
e in te non vi è difetto.
Vieni dal Libano, o sposa,
vieni dal Libano, vieni!
Tu mi hai rapito il cuore,
sorella mia, mia sposa,
tu mi hai rapito il cuore
con un solo tuo sguardo,
con una perla sola della tua collana!
Quanto è soave il tuo amore,
sorella mia, mia sposa,
quanto più inebriante del vino è il tuo amore,
e il profumo dei tuoi unguenti, più di ogni balsamo.

2L: Dal Cantico dei Cantici (1,4.2,16-17)

Trascinami con te, corriamo!
M'introduca il re nelle sue stanze:
gioiremo e ci rallegreremo di te,
ricorderemo il tuo amore più del vino.
A ragione di te ci si innamora!
Il mio amato è mio e io sono sua;
egli pascola fra i gigli.
Prima che spiri la brezza del giorno
e si allunghino le ombre,
ritorna, amato mio,

simile a gazzella
o a cerbiatto, sopra i monti degli aromi.

Breve silenzio

RIT. Nel Signore ho posto la mia gioia.

1L: Lieti parole mi sgorgano dal cuore:
io proclamo al re il mio poema,
la mia lingua è come stilo di scriba veloce. **RIT.**

2L: Tu sei il più bello tra i figli dell'uomo,
sulle tue labbra è diffusa la grazia,
perciò Dio ti ha benedetto per sempre. **RIT.**

1L: Ascolta, figlia, guarda, porgi l'orecchio:
dimentica il tuo popolo e la casa di tuo padre;
il re è invaghito della tua bellezza.

È lui il tuo signore: rendigli omaggio. **RIT.**

2L: Entra la figlia del re: è tutta splendore,
tessuto d'oro è il suo vestito.

È condotta al re in broccati preziosi. **RIT.**

1L: Dietro a lei le vergini, sue compagne,
a te sono presentate;
condotte in gioia ed esultanza,
sono presentate nel palazzo del re. **RIT.**

Breve silenzio

Guida

Dal vangelo secondo Marco (10,17-21)

Mentre andava per la strada, un tale gli corse incontro e, gettandosi in ginocchio davanti a lui, gli domandò: «Maestro buono, che cosa devo fare per avere in eredità la vita eterna?». Gesù gli disse: «Perché mi chiami buono? Nessuno è buono, se non Dio solo. Tu conosci i comandamenti: Non uccidere, non commettere adulterio, non rubare, non testimoniare il falso, non frodare, onora tuo padre e tua madre». Egli allora gli disse: «Maestro, tutte queste cose le ho osservate fin dalla mia giovinezza». Allora Gesù fissò lo sguardo su di lui, lo amò e gli disse: «Una cosa sola ti manca: va', vendi quello che hai e dallo ai poveri, e avrai un tesoro in cielo; e vieni! Seguimi!».

Breve silenzio

1L: Signore,

Tu ci hai amati per primo:

fa' che anche noi possiamo amarTi,

possiamo far fiorire la Tua grazia

nel solchi della nostra esistenza

e accogliere la Tua volontà

che è pienezza di bene e di vita.

2L: Signore,

permettici di custodire un rapporto personalissimo con Te,

nello Spirito Santo che vive in noi

e di poggiare in Te,

vera Ricchezza che non passa,

tutta la nostra sicurezza.

Tutti: Signore, che ci hai donato la gioia

di trovare questo tesoro del Tuo Amore:

donaci di saperlo conservare

nello scrigno del nostro cuore

e di trarre da esso ogni giorno

la consapevolezza sempre nuova

di essere amati da Te

ora, infinitamente, per l'eternità!

Guida

O Dio, fonte della vita e della grazia, che nel tuo Figlio fatto uomo ci hai donato tutta la ricchezza della tua misericordia, poiché nel disegno della tua provvidenza Tu hai bisogno anche degli uomini per rivelarti, e resti muto senza la nostra voce, rendici degni annunciatori e testimoni credibili della Parola di salvezza, perché altri nostri fratelli siano attirati al tuo amore.

Per Cristo nostro Signore. Amen.

CANTO FINALE

A cura delle claustrali della Diocesi