
QUARESMA

Deserto e Silêncio Interior

Tempo da Quaresma · 3 de Março 2026 · 10 Cantos Contemplativos

“Eu a atrairei ao deserto e falarei ao seu coração.” (Os 2, 14)

SOM QUE ELEVA

Canal Católico de Adoração

ÍNDICE

- 01.
- 02.
- 03.
- 04.
- 05.
- 06.
- 07.
- 08.
- 09.
- 10.

MÚSICA 01

Conduzirei ao Deserto

[Intro Instrumental — 50s]

[Verso 1]

Para longe do ruído me chamaste
No silêncio, Tua voz foi mais real
Deixei para trás o que me distanciava
E caminhei ao deserto em paz

[Verso 2]

Não é lugar de abandono ou esquecimento
É o lugar onde só Tu és suficiente
Onde o coração aprende a escutar
O que barulho nenhum pode calar

[Refrão]

Falarás ao meu coração, Senhor
No deserto onde nada mais distrai
Conduzes-me ao silêncio do Teu amor
E eu aprendo a ouvir quando o mundo cai

[Interlúdio Instrumental — 60s]

[Verso 3]

Quarenta dias de solidão sagrada
Jesus conheceu essa aridez
E nela não fugiu, mas permaneceu
Para que eu soubesse que o deserto tem vez

[Ponte — Oração Falada]

"Senhor, eu fugi do silêncio por tanto tempo.
Temi o que encontraria quando tudo ficasse quieto.
Mas agora venho. Conduz-me ao Teu deserto.
Fala ao meu coração — estou aqui, escutando."

[Refrão Final — Fragmentado]

Falarás ao meu coração...
No deserto onde nada mais distrai...
Conduzes-me ao silêncio...
Do Teu amor...

MÚSICA 02

Fogo Encerrado nos Ossos

[Intro Instrumental — 50s]

[Verso 1]

Tentei calar o Teu nome dentro de mim

Fingir que o deserto bastava pra viver

Mas havia fogo ardente até ao fim

Encerrado nos ossos — impossível conter

[Verso 2]

Jeremias tentou fechar a Tua voz

E descobriu que o silêncio sem Deus dói mais

Que o deserto não é ausência do Senhor

É a chama que recusa ficar para trás

[Refrão]

Fogo encerrado nos ossos, Senhor

Que nenhum silêncio consegue apagar

Posso fugir, mas não foge o Teu amor

O fogo que és Tu — não para de queimar

[Interlúdio Instrumental — 65s]

[Verso 3]

No deserto quaresmal aprendo isso

Que a aridez não significa abandono

Que debaixo da cinza há um compromisso

Um fogo que Deus mesmo pôs no fundo

[Ponte — Oração Falada]

"Senhor, tentei me calar diante de Ti.

Mas não consigo — há fogo em mim que vem de Ti.

Que este deserto não apague a chama.

Que a Quaresma me ensine que o fogo és Tu."

[Refrão Final — Fragmentado]

Fogo encerrado...

Nos ossos...

Não posso conter...

Não posso...

MÚSICA 03

Levanta-te, Vai ao Vale

[Intro Instrumental — 55s]

[Verso 1]

A mão do Senhor pousou sobre mim

E Sua voz disse: vai ao vale

Não ao templo, não ao palácio — ao fim

Ao lugar humilde onde Ele fala

[Verso 2]

Ezequiel foi — e lá estava a glória

No lugar inesperado, Deus falou

O deserto tem sua própria memória

É o vale onde Ele sempre nos encontrou

[Refrão]

Levanta-te, vai ao vale

Onde não há aplausos nem multidão

É ali que Deus fala no detalhe

No silêncio íntimo do coração

[Interlúdio Instrumental — 65s]

[Verso 3]

Quantas vezes busco a Deus nos picos

Nas alturas onde é visto e admirado

Mas Ele habita nos lugares únicos

Nos vales onde ninguém tem olhado

[Ponte — Oração Falada]

"Senhor, dizes-me: vai ao vale.

Não entendo sempre por que o vale e não a montanha.

Mas obedecerei — como Ezequiel obedeceu.

Porque é lá, no silêncio do vale, que Tu falas."

[Refrão Final — Sussurrado]

Levanta-te...

Vai ao vale...

Onde Deus fala...

No silêncio...

MÚSICA 04

Quarenta Dias

[Intro Instrumental — 45s]

[Verso 1]

Quarenta dias no silêncio e no jejum
Jesus foi ao deserto antes de mim
Tentado, cansado, com fome como um
Ser humano que sente tudo até o fim

[Verso 2]

Não desceu dos pinheiros nem chamou anjos
Ficou ali — suportando a aridez
Para que eu soubesse que no meu deserto
Ele já esteve, passou por essa vez

[Refrão]

Quarenta dias caminhou antes de mim
Conhece o peso de cada tentação
E quando eu fraquejo, não estou sozinho
Ele já venceu por mim a provação

[Interlúdio Instrumental — 60s]

[Verso 3]

O Espírito me conduz como conduziu
A Jesus — ao lugar onde só Deus basta
Que eu não fuja do deserto que me purifica
Que eu confie na Palavra que contrasta

[Ponte — Oração Falada]

"Jesus, Tu foste ao deserto antes de mim.
Conheces minha fome, meu cansaço, minha tentação.
Não quero fugir deste tempo árido.
Fica comigo — como o Pai ficou contigo."

[Refrão Final — Mais lento]

Quarenta dias caminhou antes de mim...
Conhece o peso...
Não estou sozinho...
Ele já venceu...

MÚSICA 05

Quieta como Criança no Colo

[Intro Instrumental — 60s]

[Verso 1]

Não ando em grandes coisas, nem demais

Não me meto no que está além de mim

Aquietei minha alma — aprendi a paz

Que só vem quando o coração chega ao fim

[Verso 2]

Como criança no colo, sem pedir

Sem exigir resposta, sem reclamar

Apenas descansar — apenas existir

Nos braços do Pai que sabe cuidar

[Refrão]

Quieta como criança no colo

Minha alma aprendeu a se calar

Não há tempestade, não há esmolo

Só descanso em Deus — sem mais lutar

[Interlúdio Instrumental — 70s]

[Verso 3]

O deserto me ensinou que a força

Não está em fazer — mas em repousar

Que Deus não pede que minha alma force

Pede que aprenda a silenciosamente amar

[Ponte — Oração Falada]

"Pai, aquieto minha alma diante de Ti.

Não trago pedidos, não trago demandas.

Só este silêncio — como criança no Teu colo.

Tu me conheces. Tu me bastas."

[Refrão Final — Muito suave, quase sussurrado]

Quieta como criança...

No colo...

Minha alma...

Se calou...

MÚSICA 06

Ponho a Mão na Boca

[Intro Instrumental — 65s]

[Verso 1]

Jó quis respostas — e Deus falou do redemoinho

Não respondeu ao porquê, mas mostrou quem é

E Jó aprendeu o gesto mais bonito e pequenino

Que um ser humano pode fazer diante de Deus: parar de pé

[Verso 2]

Ponho a mão na boca — não porque sou fraco

Mas porque entendo que Deus é Deus e eu não sou

Que o silêncio diante do Mistério não é estaco

É a mais alta resposta que o coração encontrou

[Refrão]

Ponho a mão na boca, Senhor

Diante do que não consigo entender

O silêncio é minha oração maior

Quando palavras já não podem me conter

[Interlúdio Instrumental — 75s]

[Verso 3]

No deserto quaresmal aprendo com Jó

Que nem toda pergunta merece resposta humana

Que às vezes Deus nos chama a ficar só

E a calar — como quem a um Mistério se curva

[Ponte — Oração Falada]

"Senhor, ponho a mão na boca.

Não tenho mais perguntas — só reverência.

Tu és o Mistério que me ultrapassa.

E nesse ultrapassar, encontro paz."

[Refrão Final — Fragmentado, com pausas longas]

Ponho a mão...

Na boca...

[Silêncio — 8s]

Diante de Ti...

Senhor...

[Silêncio — 6s]

O silêncio...

É minha oração...

MÚSICA 07

Elias sob o Zimbro

[Intro Instrumental — 55s]

[Verso 1]

Elias chegou ao fim das próprias forças

Sob o zimbro pediu que a vida cessasse

Não havia mais palavras — só as marcas

De quem caminha até que tudo passasse

[Verso 2]

E Deus não veio com sermão ou repreensão

Veio com pão quentinho e jarro d'água

Tocou o profeta com terna compaixão

E disse: levanta — a jornada é longa e sagrada

[Refrão]

Levanta e come, Senhor me diz

Quando acho que não há mais caminho

Sua ternura ao exausto me refiz

Um anjo no deserto — não estou sozinho

[Interlúdio Instrumental — 65s]

[Verso 3]

A caminhada até o Horeb ainda era longa

Mas Deus sabia o que Elias precisava

Não discurso — ternura que prolonga

A força do servo que tudo entregava

[Ponte — Oração Falada]

"Senhor, há dias que sou Elias sob o zimbro.

Sem forças, sem palavras, querendo que tudo pare.

Vem como vieste a ele — com ternura, não com julgamento.

Toca-me e diz: levanta. A jornada ainda tem beleza."

[Refrão Final — Suave]

Levanta e come...

Ainda há caminho...

O anjo no deserto...

Não estou sozinho...

MÚSICA 08

Terra Árida

[Intro Instrumental — 50s]

[Verso 1]

Caminho por terra seca e sem cor
Onde o vento levanta apenas pó
Mas a profecia diz que há uma flor
Escondida no deserto — e vem só

[Verso 2]

A estepe árida guarda uma promessa
Que a olho nu parece impossível
Mas Deus transforma o que a seca oprime
No que floresce e se torna sensível

[Refrão]

Terra árida, espera — Ele vem
O deserto que te parece eterno
Guarda dentro de si o que convém
Florescer sob o cuidado do Eterno

[Interlúdio Instrumental — 65s]

[Verso 3]

Minha Quaresma é terra árida às vezes
Seca, dura, difícil de atravessar
Mas a profecia de Isaías tantas vezes
Diz que este solo pode florescer sem parar

[Ponte — Oração Falada]

"Senhor, olho para o meu deserto interior e vejo aridez.
Mas confio na Tua palavra — que diz que a estepe florescerá.
Trabalha neste solo seco que sou.
Transforma o meu deserto no jardim que só Tu podes criar."

[Refrão Final — Fragmentado]

Terra árida... espera...
Ele vem... Ele vem...
O deserto floresce...
Sob o Eterno...

MÚSICA 09

Pão e Anjo

[Intro Instrumental — 55s]

[Verso 1]

No deserto Israel não tinha o que comer
O povo murmurava, a esperança minguava
Mas Deus que sustenta o que Ele quer fazer
Enviou o pão que do céu descia e alimentava

[Verso 2]

Maná era mistério — "o que é isso?" perguntavam
Pão dos anjos que chegava toda manhã
E quem saía pra colher logo encontrava
A graça renovada — Deus não cansa de dar

[Refrão]

Pão do céu no deserto, Senhor
Quando nada há, Tu ainda proves
Pão dos anjos que alimenta a dor
E sustenta o povo que Tu moves

[Interlúdio Instrumental — 60s]

[Verso 3]

Neste deserto quaresmal caminho
Sem reservas, sem certezas, só a fé
Mas o mesmo Deus que deu maná ao filho
Sustenta hoje quem caminha de pé

[Ponte — Oração Falada]

"Pai, estou no deserto sem provisão própria.
O que tenho não basta — e isso me ensina a depender de Ti.
Envia o pão que do alto desce.
Sustenta-me no caminho que me leva a Ti."

[Refrão Final — Suave]

Pão do céu no deserto...
Tu ainda proves...
Pão dos anjos...
Sustenta quem Tu moves...

MÚSICA 10

Entrando no Silêncio

[Intro Instrumental — 65s]

[Verso 1]

Aprendi a preencher todo silêncio
Com palavras, músicas, barulhos, afazeres
Mas a Quaresma me ensina a ciência
De aguardar a salvação sem correr

[Verso 2]

É bom esperar em silêncio — diz a Escritura
Não como derrota, mas como sabedoria
Quem se cala diante de Deus com ternura
Descobre que o silêncio tem sua própria glória

[Refrão]

Entro no silêncio, Senhor
Não como fuga, mas como encontro
Aquieto a alma — e no interior
Descobres-me antes que eu mesmo me confronte

[Interlúdio Instrumental — 75s]

[Verso 3]

Que este deserto quaresmal me ensine
A habitar o silêncio sem ansiedade
Que a espera santa me refine
E me conduza à liberdade

[Ponte — Oração Falada]

"Senhor, entro no silêncio.
Não sei ficar quieto, mas aprendo.
Tu que conheces o meu coração antes de eu falar —
fala. Eu calo. Eu espero. Eu confio."

[Refrão Final — Fragmentado, quase sussurrado]

Entro no silêncio...

Não como fuga...

Como encontro...

Com Ti...