

---

# PRESENÇA REAL

---

## Quaresma · Vol. 01

*Tempo da Quaresma · 20 de Fevereiro 2026 · 10 Cantos*

*“Quem quiser vir após mim, tome a sua cruz.” (Mc 8, 34)*

## SOM QUE ELEVA

*Canal Católico de Adoração*

---

## MÚSICA 01

---

NO CAMINHO DA CRUZ

REF: Lucas 23,26-28

[Intro Instrumental — 55s]

### [VERSO 1]

Cada passo pesa mais do que a madeira,  
O chão se beija de sangue e suor.  
Mas Tu não paras — segues a carreira,  
No silêncio carregando a nossa dor.

### [VERSO 2]

Simão foi obrigado a Te ajudar,  
Mas quantas vezes eu me esquivei da cruz?  
Hoje venho, Senhor, pra Te acompanhar,  
Neste caminho de sombra rumo à luz.

### [REFRÃO]

No caminho da cruz, estou aqui,  
Com o peso que nego, mas é meu.  
Carrega comigo — ou me carrega em Ti,  
Pois sem a cruz, Senhor, eu não serei Teu.

### [INTERLÚDIO INSTRUMENTAL — 60S]

### [VERSO 3]

As mulheres choravam pelo Rei,  
Tu voltaste o olhar — "Chorai por vós".  
Hoje sou eu que choro diante de Ti,  
Quaresma é a hora de me ver em nós.

### [PONTE — ORAÇÃO FALADA]

"Jesus, cada estação da Via-Sacra é um espelho.  
Não Te contemplo de fora — estou dentro desta cena.  
Meu pecado é o peso desta cruz.  
Mas Tua misericórdia é mais forte que o meu erro.  
Ajuda-me a carregar o que me cabe."

### [REFRÃO FINAL — FRAGMENTADO]

No caminho da cruz...  
Estou aqui...  
Com o peso que nego...  
Mas é meu...  
Carrega-me, Senhor...  
Junto a Ti...

---

**[OUTRO — 75S]**

No caminho... da cruz...

Estou... com Ti...



---

## MÚSICA 02

---

CAIU, E SE LEVANTOU

REF:Isaías 53,4-5

[Intro Instrumental — 60s]

### [VERSO 1]

Três vezes caiu sobre a pedra fria,  
Três vezes o amor se levantou.  
Não por Si — mas pela minha agonia,  
Por tudo que em mim ainda escravizou.

### [VERSO 2]

Era eu que merecia aquele chão,  
Era o meu peso que curvou Teu ser.  
Mas Tu tomaste a minha humilhação  
E fizeste dela o preço do nascer.

### [REFRÃO]

Caiu — e carregou o que era meu.  
Levantou — e trouxe-me na mão.  
O Servo sofredor que tudo deu  
É o mesmo que habita o ostensório em oração.

### [INTERLÚDIO INSTRUMENTAL — 65S]

### [VERSO 3]

Diante do ostensório agora estou,  
Contemplo o mesmo Cristo da Via-Sacra.  
A Eucaristia guarda o que padeceu —  
O Corpo que caiu é o pão que sagra.

### [PONTE — ORAÇÃO FALADA]

"Senhor Jesus,  
quando Te vejo cair na Via-Sacra,  
vejo a extensão do Teu amor por mim.  
E quando Te contemplo na Hóstia Consagrada,  
entendo que o mesmo amor permanece.  
Tu carregaste o que eu não consigo.  
Obrigado."

### [REFRÃO FINAL]

Caiu... e carregou...  
O que era meu...  
Levantou... e trouxe-me...  
Na mão...  
O Servo sofredor...

---

Habita aqui...  
No Santíssimo...  
Por mim...

**[OUTRO — 70S]**

Ferido por mim...  
Curado em Ti...



---

## MÚSICA 03

---

VÉRONIQUE

REF:Isaías 50,6

[Intro Instrumental — 50s]

### [VERSO 1]

Uma mulher rompe a multidão hostil  
E enxuga o rosto marcado de dor.  
Não tem poder — tem apenas um véu sutil,  
Mas nele fica impressa a face do Senhor.

### [VERSO 2]

Não eram apóstolos que serviam ali,  
Era um gesto pequeno, silencioso, real.  
Ela viu o Rosto que eu tantas vezes fugi —  
E o fez seu tesouro eterno e imemorial.

### [REFRÃO]

Que eu seja Véronique nesta Quaresma,  
Que enxugue o que recuso contemplar.  
A face de Jesus no rosto de quem pena —  
O mesmo Cristo que adoro no altar.

### [INTERLÚDIO INSTRUMENTAL — 55S]

### [VERSO 3]

Diante do Santíssimo exponho meu véu,  
Tudo o que fiz e não fiz, trago aqui.  
Que Tua face se imprima no que sou — é o meu  
Único desejo nesta noite de sexta em Ti.

### [PONTE — ORAÇÃO FALADA]

"Jesus, dá-me os olhos de Véronique —  
para ver Teu rosto onde eu não quero olhar.  
No doente, no pobre, no excluído —  
é Teu rosto que me espera.  
E é o mesmo rosto que adoro aqui, no ostensório."

### [REFRÃO FINAL]

Que eu seja Véronique...  
Que enxugue o que recuso ver...  
A face de Jesus...  
No rosto de quem pena...  
O mesmo Cristo...  
Do altar...

---

**[OUTRO — 80S]**

A face... do Senhor...

Impressa... em mim...



---

## MÚSICA 04

---

DESPOJADO DE TUDO

REF: Filipenses 2,6-8

[Intro Instrumental — 60s]

### [VERSO 1]

Arrancaram Tuas vestes — ficaste nu,  
Despojado de tudo diante do mundo.  
O Eterno sem adorno, o Altíssimo caiu  
Para onde o amor nos leva — o mais profundo.

### [VERSO 2]

Não retiveste o que eras por direito,  
E eu me agarro ao que sou por vaidade.  
Ensinaste a Quaresma com o Teu peito —  
O despojamento é a mais alta liberdade.

### [REFRÃO]

Despojado de tudo — ensinaste a soltar.  
Obediente até o fim — ensinaste a obedecer.  
Na Hóstia pequena, Deus quis se esvaziar,  
Para que no silêncio eu pudesse Te ter.

### [INTERLÚDIO INSTRUMENTAL — 70S]

### [VERSO 3]

A Eucaristia é o ápice do Teu esvaziamento —  
O Rei dos reis em pão tão simples e frágil.  
Que a minha Quaresma seja esse movimento:  
Tirar de mim o que me torna menos ágil.

### [PONTE — ORAÇÃO FALADA]

"Senhor, o que preciso soltar esta Quaresma?  
Que orgulho, que apego, que medo carrego ainda?  
Tu Te despojaste de tudo por amor.  
Ensina-me a abrir as mãos  
e a encontrar em Ti tudo o que preciso."

### [REFRÃO FINAL]

Despojado de tudo...  
Ensinaste a soltar...  
Na Hóstia pequena...  
Deus quis se esvaziar...  
Para que em silêncio...  
Eu possa Te ter...



---

**[OUTRO — 75S]**

Esvazia-me, Senhor...

Faz-me Teu...



---

## MÚSICA 05

---

ÀS MÃOS DE MARIA

REF: João 19,25-27

[Intro Instrumental — 55s]

### [VERSO 1]

Ela não fugiu diante da cruz erguida —  
A Mãe permaneceu onde ninguém ficou.  
Aos pés do Filho, a dor não era dividida,  
Era amor que segurou o que tudo desfazou.

### [VERSO 2]

"Eis aí o teu filho" — disse o moribundo.  
E nós, irmãos do amado discípulo, somos  
Confiados a esta Mãe de amor tão profundo,  
Que vela junto ao altar onde hoje nos pomos.

### [REFRÃO]

Às mãos de Maria, Senhor, me entrego.  
Ela sabe o que é permanecer na dor.  
Junto ao Santíssimo, com ela me apego —  
A Mãe da Eucaristia, serva do Senhor.

### [INTERLÚDIO INSTRUMENTAL — 65S]

### [VERSO 3]

A mesma que ficou de pé na sexta-feira  
Intercede por mim na adoração.  
Maria acompanha cada estação primeira —  
E ao pé do ostensório, é minha companhia e oração.

### [PONTE — ORAÇÃO FALADA]

"Nossa Senhora,  
tu que permaneceste quando todos fugiram,  
ensina-me a ficar.  
Diante do Santíssimo Sacramento,  
quando o coração dispersa e os olhos pesam —  
fica ao meu lado, Mãe.  
Ajuda-me a adorar o Corpo do teu Filho."

### [REFRÃO FINAL]

Às mãos de Maria...  
Me entrego, Senhor...  
Ela que ficou...  
De pé na dor...  
Junto ao Santíssimo...

---

Com ela estou...  
Mãe da Eucaristia...  
Serva do amor...

**[OUTRO — 80S]**

Maria... fica comigo...  
Junto à cruz... junto ao altar...



---

## MÚSICA 06

---

ESTÁ CONSUMADO

REF: João 19,30

[Intro Instrumental — 65s]

[Verso 1]

"Está consumado" — não é derrota,  
É o amor que chegou até o fim.  
Cada profecia cumprida e completa,  
Cada promessa que Deus fez para mim.

### [VERSO 2]

O véu se rasga — o templo se abre.  
O que era distante agora é aqui.  
A morte do Filho o caminho descobre:  
Entrada livre ao coração de Deus — por Ti.

### [REFRÃO]

Consumado — o amor venceu.  
Consumado — o caminho se abriu.  
Diante do ostensório me prostra quem Teu —  
O mesmo Cristo que morreu, aqui vivo, sorriu.

### [INTERLÚDIO INSTRUMENTAL — 70S]

### [VERSO 3]

A Eucaristia é o "consumado" que permanece —  
O sacrifício eterno, presente no altar.  
Não uma memória — um amor que não perece,  
O mesmo corpo entregue, que me vem visitar.

### [PONTE — ORAÇÃO FALADA]

"Jesus,  
quando dizes 'está consumado',  
meu coração sente o peso e o alívio ao mesmo tempo.  
É o fim da minha dívida.  
É o começo da minha vida.  
Aqui, diante de Ti na Hóstia Consagrada,  
adoro o amor que foi até o fim por mim."

### [REFRÃO FINAL]

Consumado...  
O amor venceu...  
Consumado...  
O caminho abriu...  
Diante do ostensório...

---

Me prostro...  
O mesmo Cristo...  
Aqui... vivo...

**[OUTRO — 85S]**

Consumado...  
Por mim...  
Consumado...



O CENTURIÃO DIANTE DO ALTAR

REF: Mateus 27,54

[Intro Instrumental — 55s]

[VERSO 1]

Ele não era judeu — era soldado e pagão,  
Cumpria a ordem, não entendia o que via.  
Mas quando a terra tremeu e a escuridão  
Cedeu ao grito: soube de onde vinha a vida.

[VERSO 2]

"Verdadeiramente — este era o Filho de Deus."  
A confissão mais pura veio do mais improvável.  
O que os doutores não viram com olhos seus,  
O centurião confessou com espanto e temor real.

[REFRÃO]

Que eu seja o centurião diante do altar,  
Que o que os olhos não provam, o coração creia.  
Verdadeiramente — Tu estás neste lugar,  
Na Hóstia Consagrada, Tua presença é a mais plena.

[INTERLÚDIO INSTRUMENTAL — 60S]

[VERSO 3]

Prostro-me em adoração como aquele homem,  
Que sem catecismo, foi alcançado pela graça.  
Verdadeiramente — Teu amor não desmorona,  
É o mesmo na cruz e na sagrada praça.

[PONTE — ORAÇÃO FALADA]

"Senhor,  
dá-me a fé simples do centurião.  
Não a fé que precisa de provas — mas a que vê além.  
Que diante do ostensório eu possa dizer com ele:  
verdadeiramente, Tu és o Filho de Deus.  
E que isso mude tudo em mim."

[REFRÃO FINAL]

Que eu seja o centurião...  
Diante do altar...  
Verdadeiramente...  
Tu estás aqui...  
Na Hóstia Consagrada...  
Teu amor...

---

O mesmo da cruz...  
Vive em mim...

**[OUTRO — 70S]**

Verdadeiramente...  
O Filho de Deus...  
Aqui...



---

## MÚSICA 08

---

JEJUM DE MIM MESMO

REF:Isaías 58,6-7

[Intro Instrumental — 50s]

### [VERSO 1]

Não é só a carne que fica de lado —  
O jejum mais fundo é o de mim mesmo.  
Largar o orgulho endurecido e fechado,  
Soltar o jugo que imponho e que prendo.

### [VERSO 2]

O Senhor não pede rito vazio e frio —  
Quer coração que parte o pão com quem tem fome.  
A abstinência que agrada vem como um fio:  
Serve ao irmão — e nisso meu jejum tem nome.

### [REFRÃO]

Jejum de mim — o mais difícil de todos.  
Calar o ego que grita mais alto que Deus.  
Diante de Ti, Senhor, em silêncio e modos,  
Aprendo que o jejum verdadeiro és Tu — em nós.

### [INTERLÚDIO INSTRUMENTAL — 65S]

### [VERSO 3]

A Eucaristia é o pão que Tu partilhaste —  
Não para guardar, mas para dar a alguém.  
O que no altar recebo e celebraste,  
Me envia ao irmão que não tem e ninguém vem.  
[Ponte — Oração Falada]  
"Jesus,  
esta Quaresma quero jejuar do que me separa de Ti.  
Do julgamento que profiro sem piedade.  
Da dureza que escondo atrás da religiosidade.  
Sacia-me com a Tua presença na Eucaristia —  
para que saciado em Ti, eu sacie o meu irmão."

### [REFRÃO FINAL]

Jejum de mim...  
O mais difícil...  
Calar o ego...  
Que grita mais que Deus...  
Diante de Ti...  
Aprendo...



---

O jejum verdadeiro...

És Tu...

**[OUTRO — 75S]**

Esvazia-me...

Para Te receber...



---

## MÚSICA 09

---

LÁZARO NO ALTAR

REF: João 11,43-44

[Intro Instrumental — 55s]

### [VERSO 1]

Há partes de mim que já não se movem —  
Sepultadas há tanto que esqueci que estavam lá.  
Mas a Tua voz penetra onde as pedras cobrem,  
E chama pelo nome o que julgava morto já.

### [VERSO 2]

"Lázaro, vem para fora" — chamaste com poder.  
Hoje o meu nome soa naquele mesmo clamor.  
O que ficou amarrado pode ainda reviver,  
Se vier ao Teu encontro e soltar o seu temor.

### [REFRÃO]

Desata o que me prende, Senhor — desata!  
O pecado enrolado como mortalha em mim.  
A Tua voz me chama — e o amor não cansa nem bate,  
Só desata. Só liberta. Recomeça o meu fim.  
[Interlúdio Instrumental — 60s]

### [VERSO 3]

Diante do Santíssimo Sacramento hoje,  
Ouço o mesmo clamor que ressuscitou Lázaro.  
A Presença Real é a Voz que hoje  
Me tira do túmulo do pecado que massacre.

### [PONTE — ORAÇÃO FALADA]

"Jesus,  
o que está morto em mim — Tu conheces.  
Não preciso esconder nem fingir que está bem.  
Chama o meu nome como chamaste Lázaro.  
Eu quero vir para fora.  
Desata o que a culpa amarrou em mim.  
Deixa-me ir — livre, em Ti."

### [REFRÃO FINAL]

Desata o que me prende...  
Senhor, desata...  
O pecado enrolado...  
Como mortalha...  
Tua voz me chama...

---

O amor liberta...

Recomeça...

O meu fim...

**[OUTRO — 80S]**

Vem para fora...

Lázaro, vem...

Vem para fora...



---

## MÚSICA 10

---

O PÃO QUE FICOU

REF: Lucas 24,30-31

[Intro Instrumental — 60s]

### [VERSO 1]

Os olhos abriram no partir do pão —  
E nesse exato instante, Ele desapareceu.

Mas algo ficou: mais que uma visão,  
Ficou o fogo no coração que reteve.

[Verso 2]

A Quaresma caminha para esse altar —  
Onde o pão partido revela o Ressurreto.  
Mas antes da Páscoa, precisamos chegar  
Pela cruz — o único caminho e método.

### [REFRÃO]

O pão que ficou é o pão da Via-Sacra,  
O mesmo Corpo que sofreu no madeiro.  
Na Hóstia Consagrada, a Presença que sagra  
É a do que morreu — e voltou primeiro.

### [INTERLÚDIO INSTRUMENTAL — 65S]

### [VERSO 3]

O fogo que queimava no caminho a Emaús  
Era o Ressurreto explicando as Escrituras.  
Hoje arde o mesmo fogo — somos nós —  
Quando adoramos na escuridão segura.

### [PONTE — ORAÇÃO FALADA]

"Jesus,  
faz meu coração arder como o dos discípulos em Emaús.  
Que a Quaresma seja esse caminho:  
eu falando dos meus fracassos,  
e Tu, caminhando ao meu lado sem que eu Te reconheça.  
Mas que no partir do pão — no ostensório —  
meus olhos finalmente Te vejam."

### [REFRÃO FINAL]

O pão que ficou...  
É o pão da cruz...  
O mesmo Corpo...  
Que sofreu...  
Na Hóstia Consagrada...

---

A Presença...  
Do que morreu...  
E voltou...

**[OUTRO — 85S]**

Ficou o fogo...  
No coração...  
Ficou...

† Som Que Eleva · Quaresma 2026 · Presença Real na Quaresma #1