
SALMOS · VOZ E VIOLÃO

Vol. 01 — Para Quem Está Angustiado

Adoração Contemplativa · 5 de Agosto 2026 · 9 Salmos

“Por que estás abatida, ó minha alma? Espera em Deus.” (Sl 42, 5)

SOM QUE ELEVA

Canal Católico de Adoração

MÚSICA 01

Fica Quieta, Alma Minha

[Intro Violão - fingerstyle suave, 15-20s]

[VERSO 1]

Meu peito aperta, o mundo grita alto
Mil pensamentos correm sem parar
Mas Tu me chamas pro silêncio santo
"Aquietai-vos" - ouço Teu chamar

[VERSO 2]

Ainda que a terra se mova e trema
Ainda que os montes caiam no mar
Há um rio calmo que não teme
E é a Tua presença a me acalmar

[REFRÃO]

Fica quieta, alma minha, Ele é Deus
Fortaleza forte nos meus dias maus
Refúgio certo quando o medo cresce
Bem presente Ele está, e nada mais

[PONTE ÍNTIMA]

Respiro fundo, solto o que carrego
Não preciso resolver tudo hoje
Nas Tuas mãos eu deixo o que não vejo
E Teu silêncio já me basta e me acode

[REFRÃO FINAL]

Fica quieta, alma minha, Ele é Deus
Fortaleza forte nos meus dias maus
Refúgio certo quando o medo cresce
Bem presente Ele está, e nada mais

[OUTRO VIOLÃO - FADE LENTO, 20-30S]

MÚSICA 02

Ainda Que Ninguém Fique

[Intro Violão — fingerstyle suave, 15-20s]

[VERSO 1]

A casa vazia, ninguém pra ligar
Só o relógio marcando a hora
Mas há uma luz que não vai apagar
Mesmo quando o mundo lá fora ignora

[VERSO 2]

Se até quem gerou um dia me deixasse
Se toda porta um dia se fechasse
Ainda assim, Senhor, Tu me abraçasses
Teu colo é o lugar onde eu me acasse

[REFRÃO]

Ainda que ninguém fique, Tu ficas
Ainda que a casa esfrie, Tu és lar
Minha luz, minha salvação, minha vida
De quem, Senhor, eu teria de temer?

[PONTE ÍNTIMA]

Sozinha não é o mesmo que abandonada
Aprendo isso na Tua companhia
Na solidão encontro a Tua morada
E essa presença enche o meu vazio

[REFRÃO FINAL]

Ainda que ninguém fique, Tu ficas
Ainda que a casa esfrie, Tu és lar
Minha luz, minha salvação, minha vida
De quem, Senhor, eu teria de temer?

[OUTRO VIOLÃO — FADE LENTO, 20-30S]

MÚSICA 03

Por Que Estás Abatida

[Intro Violão — fingerstyle suave, 15-20s]

[VERSO 1]

Choro é meu pão de dia e de noite
Perguntam onde está o meu Deus
Eu que levava a multidão no açoite
De festa em festa, agora só os céus

[VERSO 2]

Pergunto à minha alma: por que geme?
Por que te abates, por que te perturbas?
Espera em Deus, ainda hei de louvá-Lo
Ele é salvação nas noites turvas

[REFRÃO]

Por que estás abatida, ó minha alma?
Por que gemer se Deus ainda é meu Deus?
Espera Nele, a dor um dia se acalma
Louvor virá depois que a noite se ergueu

[PONTE ÍNTIMA]

Abismo chama abismo, dor que ecoa
Mas mesmo assim de dia Ele ordena
Sua bondade, e de noite ainda entoa
Um cântico — a prece que me leva

[REFRÃO FINAL]

Por que estás abatida, ó minha alma?
Por que gemer se Deus ainda é meu Deus?
Espera Nele, a dor um dia se acalma
Louvor virá depois que a noite se ergueu

[OUTRO VIOLÃO — FADE LENTO, 20-30S]

MÚSICA 04

Quando o Corpo Já Não Aguenta
[Intro Violão — fingerstyle suave, 15-20s]

[VERSO 1]

O corpo cansa, a força já não vem
Cada manhã um novo recomeço
Mas há um chão que sob meus pés também
Não treme quando tudo dentro esmorece

[VERSO 2]

Minha carne pode até desfalecer
Meu coração pode não ter mais chão
Mas outro coração passa a bater
No lugar do meu — é Tua compaixão

[REFRÃO]

Quando o corpo já não aguenta mais
Tu és a força do meu coração
Minha porção pra sempre, pra além, jamais
Me deixarás nas mãos da solidão

[PONTE ÍNTIMA]

Não peço cura como quem exige
Peço só a mão que não me solta
Perto de Ti, mesmo fraca, eu sigo
E é bom estar perto — essa é minha rota

[REFRÃO FINAL]

Quando o corpo já não aguenta mais
Tu és a força do meu coração
Minha porção pra sempre, pra além, jamais
Me deixarás nas mãos da solidão

[OUTRO VIOLÃO — FADE LENTO, 20-30S]

MÚSICA 05

No Dia Em Que Temo

[Intro Violão — fingerstyle suave, 15-20s]

[VERSO 1]

Passos me seguem, o chão parece armadilha
Todo dia alguém quer torcer minha fala
Mas quando o medo cresce e me atropela
Eu levanto os olhos e minha voz se cala

[VERSO 2]

Contas Tu as minhas voltas, minhas noites
Guardas minhas lágrimas no Teu odre
Sabes cada nome dos meus açoites
Nada do que eu sofro a Ti se esconde

[REFRÃO]

No dia em que temo, eu confio em Ti
No Teu nome eu louvo a Tua palavra
Que pode a carne me fazer aqui
Se é Deus quem me sustenta e quem me guarda?

[PONTE ÍNTIMA]

O medo bate, eu abro a porta e mostro
Que já não moro mais sozinho nesse rosto
Tua paz entra onde o pavor morava
E o meu coração de novo se acalma

[REFRÃO FINAL]

No dia em que temo, eu confio em Ti
No Teu nome eu louvo a Tua palavra
Que pode a carne me fazer aqui
Se é Deus quem me sustenta e quem me guarda?

[OUTRO VIOLÃO — FADE LENTO, 20-30S]

MÚSICA 06

Ele Leva o Que Eu Não Aguento
[Intro Violão — fingerstyle suave, 15-20s]

[VERSO 1]

Acordei cansada antes de acordar
A lista nunca acaba, o corpo pesa
Mas nem preciso tudo carregar
Há um ombro maior que me dá certeza

[VERSO 2]

Bendito seja Aquele que a cada dia
Toma o meu fardo e o leva por mim
Não sou eu quem sustenta a travessia
É a Tua mão que não me deixa ao fim

[REFRÃO]

Ele leva o que eu não aguento mais
Dia após dia, Ele é quem carrega
Pai dos órfãos, força que refaz
Descanso certo pra quem já não chega

[PONTE ÍNTIMA]

Deixo cair o peso que eu segurava
Nas Tuas costas, Senhor, ele cabe
Eu só preciso andar mais uma légua
E confiar que a força Tua não acaba

[REFRÃO FINAL]

Ele leva o que eu não aguento mais
Dia após dia, Ele é quem carrega
Pai dos órfãos, força que refaz
Descanso certo pra quem já não chega

[OUTRO VIOLÃO — FADE LENTO, 20-30S]

MÚSICA 07

Recusei Ser Consolada

[Intro Violão — fingerstyle suave, 15-20s]

[VERSO 1 — FEMININO]

No dia da angústia eu Te busquei
De noite estendi a mão, sem descanso
Minha alma um tempo recusou consolo
E eu chorei sem achar meu remanso

[VERSO 2 — MASCULINO]

Lembrei dos dias antigos, dos meus cânticos
Fiquei pensando: será que Ele esqueceu?
Será que a graça já não é mais franca?
Meditai, minha voz enfraqueceu

[REFRÃO — AMBOS, EM UNÍSSONO SUAVE]

Mas eu me lembro das Tuas obras
Meditarei em tudo o que fizeste
Mesmo na angústia que hoje me sobra
Sei que essa dor não é a Tua ausência

[PONTE ÍNTIMA — DUETO, CHAMADO E RESPOSTA]

(Feminino) Teu caminho está no mar, dizem os salmos
(Masculino) Tuas pegadas ninguém consegue ver
(Ambos) Mas guiaste o povo mesmo assim, calados
Teu jeito de amar eu ainda vou aprender

[REFRÃO FINAL — AMBOS]

Eu me lembro das Tuas obras
Meditarei em tudo o que fizeste
Mesmo na angústia que hoje me sobra
Sei que essa dor não é a Tua ausência

[OUTRO VIOLÃO — FADE LENTO, 20-30S]

MÚSICA 08

Cria em Mim um Coração Puro

[Intro Violão — fingerstyle suave, 15-20s]

[VERSO 1]

Eu sei o que eu fiz, não vou fugir disso
Diante de mim o meu erro é constante
Mas Tua piedade é maior que o meu abismo
E é nela que eu me firmo, suplicante

[VERSO 2]

Lava-me, Senhor, mais que a neve branca
Não me lances de perto do Teu rosto
Devolve a alegria que hoje me falta
E sustenta em mim um espírito disposto

[REFRÃO]

Cria em mim um coração puro, ó Deus
Renova dentro um espírito reto
Não é o meu esforço que me salva
É a Tua graça — esse é o meu segredo

[PONTE ÍNTIMA]

Não quero mais viver fugindo da culpa
Quero trazer pra luz o que era escuro
Um coração quebrado Tu não desprezas
É esse o sacrifício que ofereço agora

[REFRÃO FINAL]

Cria em mim um coração puro, ó Deus
Renova dentro um espírito reto
Não é o meu esforço que me salva
É a Tua graça — esse é o meu segredo

[OUTRO VIOLÃO — FADE LENTO, 20-30S]

MÚSICA 09

Até Quando, Senhor

[Intro Violão — fingerstyle suave, 15-20s]

[VERSO 1]

Até quando vou levar essa tristeza
Esse aperto que não sai do meu peito?
Até quando o inimigo tem certeza
De que eu não vou levantar direito?

[VERSO 2]

Olha pra mim, responde, meu Deus
Ilumina esses meus olhos cansados
Pra que a dúvida não vença os meus
Nem digam que eu caí, sem ter levantado

[REFRÃO]

Até quando, Senhor, até quando?
Eu confio no Teu amor, mesmo assim
Meu coração se alegra, esperando
A salvação que só vem de Ti

[PONTE ÍNTIMA]

Não entendo tudo o que hoje eu vivo
Mas escolho confiar mesmo sem ver
Nem toda pergunta precisa resposta
Só preciso saber que Tu estás aqui

[REFRÃO FINAL]

Até quando, Senhor, até quando?
Eu confio no Teu amor, mesmo assim
Meu coração se alegra, esperando
A salvação que só vem de Ti

[OUTRO VIOLÃO — FADE LENTO, 20-30S]