

“SOLIDÃO, UM SENTIMENTO QUE ABATE” Lamentações 3:19-25

1. A solidão... Definindo:

- A. Estado de alguém que está vivendo solitário pela falta ou perda de um companheiro e amigos, por razões de mágoas, amarguras, decepções.
- B. Lugar desabitado, despovoado ou abandonado.
- C. Situação ou sensação de quem está vivendo de forma isolada numa comunidade.
- D. Estado de alguns cônjuges que embora vivam juntos, vivem de modo solitário, por não haver entre eles nenhum entendimento e harmonia, por terem perspectivas diferentes.

2. As CAUSAS da solidão:

- A. Mudanças ou transições na vida, separação, oposição, rejeição, perdas.
- B. Voltando ao nosso texto base, reparemos os versos 19 e 20. Vamos focar duas ações: “LEMBRAR” e “PENSAR SEMPRE”. O que o homem de Deus lembrava? Então, ele mantinha os seus pensamentos atrelados sobre suas lembranças e qual era o resultado?
- C. Agora vamos ler os versos seguintes (vs.21-25):
 - a. Quando a sua esperança voltava? (21)
 - b. O que ele descobre sobre o amor, a bondade e a fidelidade de Deus? (22,23)
 - c. Qual era o seu maior tesouro nesta vida e que atitude de fé ele demonstra? (24)
 - d. Que certeza ele possuía agora em seu coração? (25)

3. SUPERE e VENÇA a solidão tornando a sua vida útil. Siga algumas orientações de Paulo e de Jesus:

- A. **UTILIZE O SEU TEMPO DE FORMA SÁBIA.**  Quando você vier, traga a minha capa que deixei na cidade de Trôade, na casa de Carpo. Traga os livros também, principalmente os de couro. (2 Timóteo 4:13 NTLH)
- B. **DIMINUA A SUA DOR:**  Na primeira vez em que fiz a minha defesa diante das autoridades, ninguém ficou comigo; todos me abandonaram. Espero [i.e. “eu oro para...”] que Deus não ponha isso na conta deles! (2 Timóteo 4:16 NTLH)
- C. **RECONHEÇA A PRESENÇA DE DEUS:**  Mas o Senhor ficou comigo, me deu força (...) e me livrou de ser condenado à morte. (2 Timóteo 4:17 NTLH)
 -  [Jesus disse] Pois chegou a hora de vocês todos serem espalhados, cada um para a sua casa; e assim vão me deixar sozinho. Mas eu não estou só, pois o Pai está comigo. (João 16:32 NTLH)
- D. **APRENDA A SERVIR O SEU PRÓXIMO.** Como? **FOCALIZANDO** as suas necessidades e **AJUDANDO-O** em Deus:  ²⁵ Então Jesus chamou todos para perto de si e disse: —Como vocês sabem, os governadores dos povos pagãos têm autoridade sobre eles, e os poderosos mandam neles. ²⁶ Mas entre vocês não pode ser assim. Pelo contrário, quem quiser ser importante, que sirva os outros, ²⁷ e quem quiser ser o primeiro, que seja o escravo de vocês. ²⁸ Porque até o Filho do Homem não veio para ser servido, mas para servir e dar a sua vida para salvar muita gente. (Mateus 20:25-28 NTLH)