



94

30



**Por Favor !!! Necesito  
descansar !!!**



# Definición de Cansancio...

**Debilidad causada por una actividad o esfuerzo intenso.**



**Sinónimos...**

**Agotado, Fatigado.**



# Palabras Claves de la Definición.

**Tengo**  
**Debilidad**

**Porque realice una  
actividad o esfuerzo intenso.**



# ¿Que Actividades pueden ser?

1

Físicas.





# ¿Que Actividades pueden ser?

2

Mentales.





# ¿Que Actividades pueden ser?

3

Emocional.





# ¿Que Actividades pueden ser?

## 4 Espiritual.



# ¿Que me ocurre cuando estoy cansado ?





# Dice La Palabra de Dios ...

*“Cansado estoy, oh Dios;  
cansado, oh Dios, y agotado.  
Soy demasiado torpe  
para ser humano  
y me falta el sentido común.”*

*Proverbios 30:1-2 (NTV)*



# Cuando estoy cansado...

1

**... Me vuelvo torpe.**



# Cuando estoy cansado...

2

**...pierdo el Sentido común.**



# Dice La Palabra de Dios ...

*“Ahitofel dijo a Absalón:  
déjame escoger a doce mil hombres  
que salgan en busca de David esta  
noche. Lo alcanzare cuando  
este agotado y desanimado.  
El y sus tropas se dejaran llevar  
por el pánico y todos huirán.”*

2a Samuel 17:1-2 .-



# Cuando estoy cansado...

3

**... soy vulnerable a mis enemigos.**



# Cuando estoy cansado...

4

**... soy vulnerable a la tentación  
y al pecado.**



# Cuando estoy cansado...

5

**... pierdo la perspectiva  
correcta.**



# Cuando estoy cansado...

6

**... pierdo la esperanza de  
cambio.**



94

30



**Por Favor !!! Necesito  
descansar !!!**

**Segundo Bloque.-**



# Dice La Palabra de Dios ...

*“Estoy harto de mi vida.  
Dejen que desahogue  
mis quejas abiertamente,  
mi alma llena de amargura  
debe quejarse.”*

**Job 10:1**



# Cuando estoy cansado...

7

**... puedo decir cosas que  
luego lamente.**



# Dice La Palabra de Dios ...

*“Todo es tan tedioso,  
imposible de describir.*

*No importa cuanto veamos nunca  
quedamos satisfechos.*

*No importa cuanto oigamos nada  
nos tiene contentos.”*

**Eclesiastés 1:8 .-**



# Cuando estoy cansado...

8

**... pierdo el contentamiento y  
pierdo el gozo.**



# Dice La Palabra de Dios ...

*“Es inútil que te esfuerces tanto,  
desde la mañana temprano hasta  
tarde en la noche...  
porque Dios da  
descanso a sus amados.”*

**Salmo 127:2 .-**



# Cuando estoy cansado...

9

## ...Debo revisar mi Agenda.



# Cuando estoy Cansado...

**NUNCA** debo tomar  
decisiones importantes...

... Debo descansar.



**¿Quién puede ayudarme  
cuando me canso ?**

**¿Que debo hacer  
para salir de esta situación  
con las menores  
perdidas posibles ?**



# Dice La Palabra de Dios ...

*“El da esfuerzo al cansado, y multiplica las fuerzas al que no tiene ningunas. Los muchachos se fatigan y se cansan, los jóvenes flaquean y caen; pero los que esperan a Jehová tendrán nuevas fuerzas; levantarán alas como las águilas; correrán, y no se cansarán; caminarán, y no se fatigarán.”*

Isaías 40: 29 – 31.-



# ¿ Que debo Hacer ?

**Lo primero que hay que hacer es  
parar y buscar a Dios.**

**El nos da el descanso, la Paz,  
la Fortaleza y el Poder.**



# Dice La Palabra de Dios ...

*“Y echándose debajo del enebro,  
se quedó dormido; y he aquí luego  
un ángel le tocó, y le dijo:*

*Levántate, come.*

*Entonces él miró, y he aquí a su  
cabecera una torta cocida sobre  
las ascuas, y una vasija de agua;  
y comió y bebió,  
y volvió a dormirse.”*



# Dice La Palabra de Dios ...

*“Y volviendo el ángel de Jehová la segunda vez, lo tocó, diciendo: Levántate y come, porque largo camino te resta.*

*Se levantó, pues, y comió y bebió; y fortalecido con aquella comida caminó cuarenta días y cuarenta noches hasta Horeb, el monte de Dios.”*



# ¿ Que debo Hacer ?

**Debes cuidarte,  
descansar bien,  
alimentarte bien y  
mantenerte en buena forma  
física, mental, emocional  
y sobre todo, espiritual.**



**Decide HOY**

**buscar el verdadero descanso...**

**El que solo te puede dar Dios,**

**A través de Jesús...**



# SIEMBRA

Liderazgo & Coaching

---

**Contacto:**

**[miguel@siembra.com.py](mailto:miguel@siembra.com.py)**

**[www.siembra.com.py](http://www.siembra.com.py)**

**Twiter: @SiembraCoaching**

Tal vez hoy sea  
el **último día**  
que **VEAS** a tu  
familia...deja de perder  
tu tiempo... **enfocate**  
y **disfrutala!!!**



**SIEMBRA**  
Liderazgo & Coaching

