

**TUTORIA**

**Crisis existencial y la búsqueda de propósito**

**ALUMNO:**

**EVER ALONSO VASQUEZ HUAMAN**

**CURSO:**

**TUTORIA**

**CARRERA:**

**DISEÑO Y DESARROLLO DE SOFTWARE**

1. ¿Qué momentos de mi vida he sentido vacío y cómo los he enfrentado?

He sentido vacío en momentos donde todo lo que estaba haciendo tenía sentido en el papel, pero no en el corazón. Por ejemplo, cuando logré algo que llevaba tiempo buscando, y me di cuenta de que no me llenaba tanto como pensaba.

Enfrenté esos momentos de distintas formas. A veces me lancé a cambios radicales, como dejar algo que ya no me hacía bien. Otras veces me senté conmigo mismo a sentir, a meditar si era necesario, y a escucharme de verdad. Esos momentos incómodos me obligaron a preguntarme: “¿Quién soy si no estoy haciendo todo esto?”

La respuesta no vino de inmediato, pero llegó cuando empecé a reconectar con lo que me hace bien: conversaciones reales, escribir, naturaleza, silencio.

1. ¿Qué es lo que me da propósito, más allá del éxito profesional?

Lo que realmente me da propósito es saber que puedo tocar la vida de alguien de forma auténtica. Que lo que digo, lo que escucho, lo que doy, pueda ser un espacio seguro

Más allá de títulos o metas, creo que el propósito está en cómo vivimos lo cotidiano. A veces es preparar café con calma para alguien que quiero, o quedarme viendo la naturaleza sintiéndome parte del mundo.

1. ¿Cómo las emociones y la espiritualidad afectan mi sentido de vida?

Las emociones me han enseñado a no pasar por la vida como si todo fuera un proyecto. Cuando he estado triste o enojado, y me he permitido sentirlo sin juzgarme, he entendido cosas de mí que no habría visto de otra forma. Me han hecho empatizar más conmigo mismo.

Y la espiritualidad, para mi la espiritualidad no es solo religión, si no que algo más profundo. A veces la siento cuando estoy en silencio en medio de la naturaleza, o cuando miro a alguien con ternura y siento que hay algo sagrado en esa conexión. Me recuerda que no estoy solo, que la vida tiene una profundidad que no se ve en la superficie.

1. ¿Qué acciones tomaría si tuviera solo un año para vivir con plenitud?

Creo que simplificaría todo. Diría muchas verdades, abrazaría más, me atrevería a decir “no” sin culpa y “sí” sin miedo. Me enfocaría mas en mi familia que es lo que mas amo en mi vida.

Seguramente viviría el día a día con más fervor, no estaría muy pendiente de lo que digan o piensen lo demás, haría todo lo que me propuse a largo plazo.

Y sobre todo, no dejaría palabras ni gestos pendientes.