**Единственное счастье в жизни – это постоянное стремление вперед**

Эссе Леонтьевой Марии Владимировны, учителя физики и информатики МБОУ «Гимназия №28» Вахитовского района г.Казани

Все пройди. Не петляй окольно



А сломав у невзгод острие-

Утвердись в этой жизни достойно

И поверь в назначение свое.

И вперед. И движенье, движенье!

И по трудным пройдя адресам,

Не проси у судьбы снисхождения.

Сам судьбу свою вылепи. Сам.

Мне 25 лет и я 3-й год преподаю в гимназии №28. Три года назад я начала понимать, что мимо меня проходит что-то очень важное в жизни… Всю свою сознательную жизнь я концентрировала внимание только на учебе, стремилась быть послушной девочкой и соответствовать желаниям других людей.

Но теперь я поняла, что не стоит чересчур беспокоится о том, что думают о тебе другие. Нужно заглянуть в себя. Нужно жить в согласии с собой. Ведь отсутствие богатого внутреннего мира- это и есть потеря самого себя. Став учителем, я поняла, что человек, который живет внешней жизнью, рассчитанной на успех, на похвалу со стороны окружающих, не находит в самом себе себя.

Мы слишком заняты….. Стараемся быть хорошими детьми, потом хорошими родителями, позже незаменимыми работниками, хотим соответствовать общепринятым критериям успеха. И нам некогда даже задуматься о том, что же на самом деле мы представляем собой, чего хотим, к чему стремимся, о чем мается душа. А без этого нет по-настоящему наполненной жизни.

Хроническая нехватка времени - вот бедствие нашего 21 века. Каждый, кто хочет хорошо выполнять свою работу да еще успевать справляться с домашними делами, действует лишь на двух скоростях - «быстрее» и «еще быстрее». Эта безумная гонка ожидает всех, кто поставил целью добиться в жизни успеха. Цена его очень высока, и прежде всего потому, что путь к карьере – это скоростная колея, на которой приходится мчаться годами, без остановок. В этой сумасшедшей гонке человек нередко забывает о здоровье, о детях, о творчестве, о книгах и музыке, ему некогда погулять по лесу, искупаться в реке. Нарушается баланс между внешней активностью и внутренней жизнью, которая становится беднее бедного.

И вот однажды я поняла, что так дальше жить нельзя! Я решила изменить свою жизнь, высвободив в результате 20 часов еженедельно. Я начала как бы «перенастраивать» себя, стараясь прийти в соприкосновение с собственным творческим началом. Я поняла, что в первую очередь необходимо вносить в жизнь радость, постоянно сохранять в себе ощущение счастья от каждого момента существования. Я сделала акцент на том, что действительно является самым лучшим в мире- на чувстве любви к детям, к семье, к друзьям, на единении с красотой природы, на ощущении безмятежности.

«Перенастройка» состоялась, и жизнь моя стала другой. Но следующей задачей стало решить, как потратить высвобожденное время. И первое, что я сделала- начала заниматься самообразованием. Перебрала все старые книги и отложила из них необходимые, газеты стала просматривать сразу после их доставки.

По собственному опыту знаю: как бы ты ни был хорош в своей области, на практике неизбежны сложности в речевом общении с аудиторией. Стоишь у всех на виду, и любая затянутая пауза в ответе работает против тебя. И вот здесь мне помог добрый совет наставников: «Никогда не теряй чувство уверенности в себе, а точнее, веры в свои знания и опыт». Я научилась на свои неудачи смотреть с юмором, как бы подшучивая над собой, научилась быть элегантной в одежде, следить за своей мимикой, овладела техникой «дарения улыбки». Для меня школа - не только работа, это моя профессия, моя жизнь, мое хобби. Я научилась быть счастливой! Я поняла, что единственное счастье в жизни -это постоянное стремление вперед!