

Здрасти, аз съм Криси. Обичам кафето сутрин, дългите разходки, колелото си, срещите с приятели и смеха, обичам рокли, да ходя боса, да пътувам навън... и навътре в себе си; хубавата храна, музика и танци; любовта и морето. Душата ми е на творец, животът ми е произведение, което се опитвам всеки ден да украся с някой нов детайл. Срещам се често в някой театър, кино, концертна или изложбена зала. Работата ми заема значителна част от деня ми, където съм методична, отговорна и стриктна – една друга моя същност. Харесвам нещата, с които се занимавам, само така може да има някакъв смисъл за мен и другите. Всичко, преплетено в една обща сплав, ме прави цяла. Стана още по-колоритно, когато в живота ми влезе физиогномиката. По лицето на човек мога да прочета толкова много за неговия характер, начин на мислене и навици. Това знание помага да се живее знаейки, а не опипвайки и е уникален метод за себепознание и самонадграждане.

### ***Кои бяха най-хубавите моменти или периоди в твоя живот досега?***

Най-хубав период от живота ми е моето детство – мама, татко, кака и аз. Родителите ми са с авантюристичен дух и изживяхме едни славни, динамични и разнообразни години на фона на сивото социалистическо време. Моят живот си започна като приключение и така го чувствам и до днес. Пътувахме много със семейството, живяхме известно време в Африка, видяхме уникални места, преживяхме случки и срещи, които ще помня винаги.

Друг съществен момент от живота ми, който го раздели на „преди и след“, е появата на детето. Когато станеш родител, си отговорен да предоставиш добри условия на живот на детето си, а то става само през твоето усещане за щастие. Нямах право да се отпусках. Ако нещо бях пропуснала да изживея в моето собствено детство, то беше наваксано през всички тези години на растежа на сина ми, падна голяма забава. Колекционирам хубави моменти, имам талант да ги привличам и изживявам 110%. Усещането ми е, че с годините и познанието, което трупам, успявам да приемам повечето моменти за хубави. Това е философия на живота. Всичко е на хубаво.

### ***А кое е най-трудното нещо, което си преживявала?***

Ще ги сведа до три, за да не навлизаме в драмата прекалено много:

1. Когато баща ми отлетя, бях само на 12. Светът промени цветовете си, всичко изведнъж премина в черно-бяло-сивата гама. Много

време ми трябваше, за да се науча да живея без този стълб в живота ми, който приемах за даденост, като всяко дете.

2. Една раздяла, която мога да опиша на изживяване, близко до смъртта.

3. Когато попаднах под ударите на човешкото садистично желание да причинява зло, само защото му се е отдала такава възможност.

Всички тези и други подобни неща са ме трансформирали много дълбоко и аз нямаше как да съм днешния човек без тях. Затова изпитвам респект към тези житейски ситуации. Благодарност... и прошка.

### ***В какво вярваш?***

Вярвам в голямата истина, в която се съдържа всичко – там е смисълът, там е начинът, там е любовта. Тя има само едно лице, а не – на който, както му е удобно, и нашата задача е да се опитваме да се доближим възможно най-близо до нея. Вярвам в доброто семе, посадено във всеки от нас. Търся го и го намирам.

### ***Вярваш ли в хората?***

Да. Вярвам им дотолкова, доколкото те ми позволят, а понякога преминавам и отвъд. С физиогномиката се научих да чета лицата им, техните характери и заложби, качествата и недостатъците им. Така мога да преценя кой седи срещу мен и какво мога да очаквам от него, респективно – колко мога да се доверя. Във всеки човек има огромен потенциал, който търпеливо чака някой да го забележи и съм щастлива, когато отворя тази врата за всеки, който е готов.

### ***А в себе си?***

Да, оттам започва всичко. Вярвам в съзидателната сила в мен. Ние обаче имаме и друга същност – саморазрушителна и тя може незабелязано да се включи. Има способността да разрушава нас и после всичко около нас. Важно е човек ежедневно да прави авторефлексия, да изгради един етичен кодекс вътре в себе си, на който да гледа като мерило за всичките си мисли, думи и действия; да си задава въпроси; да се оглежда в думите, очите и реакциите на другите спрямо него. Експериментирам, предизвиквам себе си, опитвам нови неща, макар че Животът е отправил доволно количество предизвикателства към мен.

### ***За какво мечтаеш? На какво се надяваш?***

Аз съм мечтател и знам как мечтите се сбъдват, просто трябва да повярваш в тях. Считам, че не ние избираме мечтите си, а те избират нас. Понякога толкова силно ми се домечтава за нещо, че чак се чудя на себе си „защо сега се появи пък това?“. След известно време то вземе, че се случи. От много малки мечтички до големите неща. Така че – да. Животът ми не се дели на реални неща, които имам да свърша и отделен раздел „мечтание“. Всичко е едно – мечта-реалност, мечта-реалност...

*„Нека животът ти бъде лек, в спокойни води, с добри хора, нежен бриз и слънчеви дни.“*

Така ми беше надписана една книга-подарък в юношеските години и оттогава е моята емблематична мечта, към която неотклонно се стремя.

### ***Има ли нещо важно, за което не ти достига времето?***

Живея така, че да ми стига времето за всички важни за мен неща. Научих се да отсявам ненужното от важното. Ненужното бяха тонове излишни дейности, контакти, разговори – излишен шум. Обръщам специално внимание на всеки мой ден, среща, занимание. В добри отношения сме с времето и то някак е на моя страна. Аз не вярвам в израза "нямам време". Има време за всичко. Нямаме време за неща, за които не искаме да имаме време.

### ***Съжаляваш ли за нещо в миналото?***

Понякога, но бързо излизам от това състояние. Успях да се помиря вътре в себе си с всички и всичко от моето минало, което бях решила, че е грешка или е могло да се случи по различен начин. За нищо не съжалявам, обичам грешките си. Всеки има право на своите грешки, а и в огромна степен те ми дадоха най-големите уроци и награди впоследствие.

### ***Важна ли е прошката в твоя живот?***

Тя е единствения начин да продължиш понякога, без да се превърнеш в чудовище. Срещаме често такива ходещи чудовища, и това е, защото не са простили нещо на себе си или на някой друг. Прощката е лек не само за душата, но и за тялото.

Осъзнаването, че никой не ти прави нищо нарочно, много помага да простиш. Рядко някой става сутрин с идеята да ти навреди. Повечето несгоди, които другите са ни причинили, са свързани с тях самите, а не с нас. С техните болки, рани, комплекси и страхове.

### ***Повече в миналото, в настоящето или в бъдещето живееш сега?***

Живея предимно Сега, но имам едни особени периоди, в които ми се връщат стари теми за доизясняване. То е като домашно, което съм смотала някъде, защото не съм била способна да се справя и не съм си го написала. „Строгийт учител“ или Провидението нищо не пропуска, хваща те в един момент натясно и трябва да си решиш задачата.

### ***Харесваш ли нашето време?***

Харесвам или не – това е НАШЕТО ВРЕМЕ. То е сега, разполагаме само с него и трябва да го изживеем максимално добре. Не съм предполагала, че в потока на живота толкова ще се променя, че светът толкова ще се промени, че хората толкова ще се поляризират. Все едно живеем не един, а няколко живота накуп. Интересно време е и очаквам още по-интересно да става.

### ***Има ли място и пътуване, на които държиш най-много?***

Има едно магично място на Черноморието ни, което много обичам. Там ми се случват чудновати неща и се проявява моята най-автентична същност. Там има по много от най-любимите ми неща – слънце, море, приятели... и още нещо.

Пътуванията винаги са различни, с приятно гъделичкащо очакване и когато си с правилната компания – просто се получава. Можеш дори да забравиш къде точно си бил, кой музей или забележителност си посетил, но усещането за приятното изкарване остава дълго след това и винаги можеш да се върнеш към този спомен. Ето една малка част от моите пътувания:

Приключението Сардиния:

<https://www.nationalgeographic.bg/a/priklyucenieto-sardiniya>

Виена преди Коледа:

<https://www.nationalgeographic.bg/a/kakvo-napravix-vv-viena-predi-koleda>

Синьо лято в Андалусия:

<https://www.nationalgeographic.bg/a/sinyo-lyato-v-andalusiya>

### ***Обичаш ли Живота? Какво е той за теб сега? Опиши го с три думи...***

Какво говориш, да! Обичам го и още как. Мисля, че и той ме обича.

Ще опитам с три метафори: Животът е Училище, а аз вече съм в по-горните класове. Имам множество малки и големи междучасия за всичко, което обичам. В компанията съм на най-готините в даскалото.

### ***Кои са най-красивите гледки на света за теб?***

Толкова са много, как да опишеш гледка – тя се преживява в момента на гледането. Даже понякога не снимам, за да не изпусна удоволствието от мига. Океанът с огромните вълни и плуващи близо до брега акули в Африка, пустинята в Йордания, където изпаднах в състояние на безмълвно съзерцание. Древният град Петра, вечният Рим, да погледнеш отвисоко седемте Рилски езера и много други.

### ***Къде се чувстваш най-добре, като „у дома“?***

Навсякъде, където се задържам по-дълго време, аз си създавам уютно лично пространство. В София е моето „у дома“.

### ***Какво ти дава сили да продължаваш напред в трудни моменти?***

Много съм активна в намирането на изход от затруднени ситуации. Имам силен дух, много огън има в мен и вяра. Вярата, че нещата ще се подобрят, и така и става. Когато съм потънала, се хващам за косата и се издърпвам, а и винаги под някаква форма идва подкрепа. Не съм почитател на драмата и когато ми се появява – все се чудя „защо на мен?“. Но осъзнах колко глупав е този въпрос, който си задават всички в такива моменти, включително и аз. А защо не? По-добре ли е на някой друг? Може би защото мога да се справя, не знам... или да науча нещо. Добър ученик съм и не обичам да плувам продължително в драмата. Аз съм едно цветно, щастливо и усмихнато хипи по душа.

### ***Кои хора са ти оказвали най-голяма подкрепа и влияние?***

Семейството, близките ми, често случайни и напълно непознати хора. Никога не знаеш откъде ще изскочи зайчето на подкрепата, както и на влиянието. Може да ми повлияе книга, филм, песен по радиото, среща с някой специален човек, телефонно обаждане, телевизионно интервю или подкаст. Реално всичко.

### ***Искаш ли да промениш нещо у себе си?***

Винаги има какво. Искам да премахна всички вътрешни ограничения, които имам. Работя и процесът е удовлетворяващ.

### ***Намерила ли си призванието си?***

Да. Физиогномиката беше липсващото парченце от пъзела с призванието. Това е моят начин да се свързвам с хората и да ги подкрепям по пътя им.

### ***Страхуваш ли се от смъртта? Вярваш ли в Живота след нея?***

Смъртта осмисля живота. Ако си представим, че ще сме вечно тук на тази планета и никога нищо няма да свърши, това би било деградираща перспектива. Знанието за някакъв край те кара да искаш да се разгърнеш максимално без остатък, без отлагане и без компромис. Според мен този край не е край, а врата към следващото предизвикателство.

### ***А какво те кара да се чувстваш жива?***

Движението, любовта, хобитата ми, пътуванията, творчеството във всичките му форми ме изпълва с невероятен заряд. В момента това своеобразно интервю ме кара да се чувствам по-жива от всякога. Това е психотерапия.

### ***Какво е за теб самотата?***

Самотата е състояние на духа. Самота е да си сред хора, които не те разбират и не те подкрепят. Самота е да лягаш вечер в едно легло с най-близкия ти човек и да го усещаш чужд и далечен. Често нуждата от общуване, топлина и ласки се бърка с чувство на самота,

а това са просто нужди, които можеш да удовлетвориш. Удовлетворявайки ги обаче, често се случва да установиш, че пак си самотен. Самотата е паразит, с който човек трябва да се пребори и това става, когато започне пътуването към себе си.

### ***Какво ти дава представа за вечност?***

Любовта. Тя е есенцията на живота и заявката за вечност. Тя е смисълът на всичко. Любовта побеждава дори смъртта, защото остава и след нея.

### ***Кое е доброто, което са сторили за теб и няма да забравиш?***

Много добри хора познавам и добри неща са ми сторили, надявам се нито едно да не забравя.

Преценката кое е добро в известен смисъл е противоречива, защото може да отчитаме нещо за не особено добро сега, но то да е за наше по-добро в бъдеще, макар и да не го осъзнаваме в момента на случването му. Малко са хората, които успяват да видят цялата картина и обикновено трябва да мине време, за да се осмисли тя.

### ***Какви чувства изпитваш най-често?***

Радост, благодарност, възхита, обич, състрадание, наслаждение. Аз съм неизлечим хедонист.

### ***Ако можеше да прегърнеш някой, който не можеш – кой би бил това?***

Прегръдката е много важен елемент в общуването ми. Почти не съществува роднина, приятел или познат, когото да не съм прегърнала поне веднъж и това ме прави човек, който никога няма да съжалява за пропуснатата прегръдка. Бих прегърнала Никълъс Кейдж, Боно и Опра Уинфри, например.

### ***Имаш ли вътрешен мир?***

Да, разбира се, но се случва да ми избяга. Когато го изгубя, впрягам всичките си знайни и незнайни сили, за да си го възвърна.

### ***Какво е щастието за теб? Опиши един свършен ден...***

Щастието не е някъде извън нас, но се изискват усилия за да махнеш всички пластове, които го скриват.

Началото на един свършен ден изглежда така: събуждам се от пеещи птички, дърпам завесата и пред мен се открива син хоризонт, усещам аромата на листа от смокини и току-що сварено кафе... оттам нататък се оставям на естествения ход на случването. Никога не знам какво, но винаги нещо се случва и щом началото е добро, крайт на деня гарантирано ще е добър.

### ***Какъв съвет би дала, според житейския си опит, на едно дете или на другите хора въобще?***

Животът е като една игра на доброто и злото, които си подхвърлят топката и основната ни задача е да решим в кой отбор искаме да играем. Когато вземем това решение, всяка следваща стъпка е лесна за разпознаване, защото имаме вече идея към какво се стремим.

### ***Има ли въпрос (или пък отговор), от който се боиш?***

Има лични въпроси, на които не можеш да отговориш по начин, по който да бъдеш разбран, защото изискват споделяне на съкровени чувства и емоции... а те трудно се описват с думи.

### ***Какво може да те разплаче?***

Проявата на състрадание ме трогва до просълзяване. Когато видя едни хора да помагат на други хора, ей така – от чисто сърце. Бликват сълзите ми и по време на аплаузите в театъра. Плачещ мъж. Достолепен възрастен човек, който си брой стотинките, за да си купи хляб и мляко. Репортажите за деца в домове за сираци. На филми. Когато някой гълта сълзите си, аз му давам своята емпатия. Плача вместо него.

### ***А какво може да те накара да се усмихнеш?***

Шегите и хуморът ме развеселяват и се смея с глас.

***Ако си представил живота си като пъзел, доколко е подреден той? Липсват ли още парчета, за да е цял и завършен?***

Парченца от пъзела винаги ще липсват, защото съм устроена така, че винаги да имам още нещо да подреждам, да добавям, да усъвършенствам. Моят пъзел е с повечко елементи.

***Какво цениш най-много в живота си? За какво чувстваш най-голяма благодарност?***

Няма да ми стигне мястото, за да благодаря за всеки отделен детайл, който заслужава моята благодарност, но по-общо: за семейството ми; за шансовете в живота и за предизвикателствата; за приятелите; работата; талантите; физиогномиката; за България – моето място; за всичко.

***Ако има нещо, за което не те попитах, а би искала да споделиш с другите – напиши го също!***

***Грижете се за себе си!***

***Снимки - личен архив на Кристина Зоксимова***

*Интервюто е осъществено в рамките на проекта „Един от нас споделя“ и е публикувано за първи път тук:*

[http://www.oneofusshares.com/2023/01/blog-post\\_16.html](http://www.oneofusshares.com/2023/01/blog-post_16.html)