

12+ Вероника Чекурина (РодНика)

Звезда менестреля

Сборник стихов



Вероника (РодНика)

Звезда менестреля.

Сборник стихов

<https://litres.ru/74588418>

ISBN 9785007123419

Аннотация

Сборник стихов «Звезда менестреля» — откровенный рассказ о личных переживаниях и духовном росте автора, психолога и музыканта РодНики, и её профессиональный опыт из практики. Каждый стих положен на музыку и имеет свой ритм и угадываемый жанр. Понятными словами, историями-предисловиями и яркими образами автор ведёт читателя по пути исцеления от душевной боли. Словно странствующий менестрель, РодНика вкладывает сакральные знания в песни, попадающие прямо в душу.

Содержание

Предисловие	6
Глава 1. Семь шагов	8
Как появилась песня «Верю я в любовь»	9
Верю я в любовь	10
Как появилась песня «Принцесса»	12
Принцесса	13
Как появилась песня «Дети ждут»	15
Дети ждут	16
Как появилась песня «Ясени»	17
Ясени	18
Как появилась песня «Корона из лесных трав»	20
Корона из лесных трав	22
Как появилась песня «Ответ»	24
Конец ознакомительного фрагмента.	25

Звезда менестреля

Сборник стихов

Вероника Чекурина
(РодНика)

Литературный редактор Юлия Афонасьева

© Вероника Чекурина (РодНика), 2026

ISBN 978-5-0071-2341-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Привет, читатель! Я РодНика — психолог-музыкант. Ты держишь в руках сборник стихов — первую в моей жизни созданную книгу.

Приглашаю тебя в поэтическое путешествие по невидимому, а иногда неведомому миру внутри. Я проведу тебя как психолог, знающий его тайные и явные тропы, и как музыкант, умеющий слагать увиденное в песни.

Мы пройдем вместе лишь небольшую часть пути, потому что за одну встречу невозможно постичь все тайны внутрен-

него мира. Может, какие-то из рассказанных здесь историй вдохновят тебя на собственное путешествие.

В добрый путь!

Предисловие

Много лет назад, когда мои сыновья еще росли, неожиданно для себя я написала стихотворение. Оно оказалось таким сильным, что на протяжении долгого времени делилась им с моими клиентками, воспитывающими сыновей. Именно такая обратная связь от них и была: «Сильно!».

Когда я начала писать песни, слушатели искали тексты и обсуждали их. Однажды после выступления ко мне подошла слушательница и спросила, где можно найти книгу моих стихов. Я обещала ей, что обязательно сделаю сборник. Надеюсь, что он нашел ее — с моей огромной благодарностью за прекрасную идею и урок уважения к собственному творчеству!

С любовью и благодарностью:

— сестре — за истинную близость, введение в музыку и за то, что она есть в моей жизни;

— мужу, поддерживающему меня во всех моих начинаниях;

— сыновьям, их женам и маленькой внучке — за то, что

появились в моей жизни;

— моему племяннику и маленькой племяннице, которые стали моими напарниками;

— родителям, воспитавшим меня такой, какая есть;

— моим собакам — за их теплое и верное присутствие рядом;

— друзьям — оставшимся и ушедшим;

— людям, которым я помогла, помогаю и, надеюсь, продолжу помогать — за человеческий контакт и настоящую встречу, за их истории и опыт, который мне довелось узнать;

— людям, которые помогали, помогают и, надеюсь, продолжают помогать — мне и окружающим;

— жизни — за ее уроки.

Глава 1. Семь шагов

Первые семь песен стали шагами на пути к новому опыту и далекой мечте детства. Они выстроились по порядку появления на свет, чтобы показать, какими разными могут быть шаги.

Как появилась песня «Верю я в любовь»

Во все времена люди обращаются к любви, ищут любовь, берегут для себя и других её тепло.

Когда осознаешь, что не всемогущ, ты учишься просто жить, зная, что когда-нибудь умрешь. Обращать свое внимание на то, что успеешь сделать за время жизни, а не на то, что о тебе подумают.

Никто не даст ответа, что делать и как жить — это твой выбор. Никто не оценит качество твоей жизни — только ты. Никто не скажет, сколько тебе осталось лет — просто живи и люби жизнь.

«Верю я в любовь» — первая песня, с которой все началось. Она первой прозвучала перед зрителями, побывала на конкурсе, появилась на музыкальных площадках. Песня родилась в 2024 году и привела в мир РодНику — психолога-музыканта.

Верю я в любовь

Верю, верю я
В зимы покрывало белое,
В осенние вихри яркие
И лета объятия жаркие,
Весеннего грома первый зов, —
Верю я в любовь.

Тот, кто несет меня на руках,
Кто мои считает шаги
И летит за мной в облаках,
По земле пройти помоги!..

Верю, верю я
В то, что на земле этой делаю.
В деревья, плоды несущие
И в моё продолженье растущее.
В глаза любимые смотрю вновь и вновь, —
Верю я в любовь!

Тот, кто несет меня на руках,
Кто мои считает шаги

И летит за мной в облаках,
По земле пройти помоги!..
Тот, кто несет меня на руках,
Кто мои считает шаги
И летит за мной в облаках,
По земле пройти помоги!..

Верю я в любовь...

Как появилась песня «Принцесса»

Один из частых запросов в моей психологической практике — отношения женщины с самой собой. Большинству приходится заново учиться здоровому контакту с собой.

Каждый человек родом из детства, где в семьях свои устои и порядки. Но в каждой девочке живет Внутренняя Принцесса, которая со временем становится Королевой.

Это часть личности, отвечающая за чувство собственного достоинства. Поэтому так важно возвращать ее с ранних лет.

Как бы к тебе ни относились в детстве, взрослым ты сам можешь выбрать отношение к самому себе. Песня «Принцесса» стала поддержкой людям, которые хотят изменить собственный взгляд на себя.

Принцесса

Принцесса, принцесса.

Принцесса, принцесса.

В каждой девочке живет принцесса!

Ты слышала истории о поцелуе любви?

Сиди лягушкой в тине век и принца зови!

А я тебе скажу, что...

В каждой девочке живет принцесса! (2 раза)

Лягушка от поцелуя не станет принцессой!

Это всем со школьных лет должно быть известно.

И я тебе напомним, что...

В каждой девочке живет принцесса! (2 раза)

И вот он ходит-бродит по болоту в грязи,

А ты стоишь такая в платье: «Принц, притормози!

Ваще-то, мужчина, здесь вроде как принцесса!».

Звучит неубедительно, и знаешь, почему?
Спроси своих родителей — учили тебя чему?
Вряд ли тому, что...

В каждой девочке живет принцесса! (2 раза)

Короче, так: принцесса живет в каждой из нас!
И, что бы ты ни слышала, послушай сейчас —
очень внимательно.

Ты думаешь, что принц расколдует тебя?
Так это не работает: люби саму себя!
Задумайся: принцесса всегда с тобой внутри!
Через любовь в её глазах на этот мир смотри!
И на принцев обязательно, потому что...

В каждой девочке живет принцесса! (6 раз)

Как появилась песня «Дети ждут»

Внутри любого человека есть удивительный сад Внутренних Детей. Они разные, но каждый из них очень хочет найтись.

Внутренние дети ждут, иногда долгие годы, порой подавая сигналы: печали, боли, веселья, любви. Иногда мы слышим их, но не всегда знаем, что делать.

Песня «Дети ждут» — призыв к тебе, взрослый человек, отправиться на поиски этой важной части твоей личности, чтобы снова научиться радоваться жизни, как это делают только дети.

Дети ждут

Разные люди бывают на свете.
А глубоко внутри они дети:
Дети печальные, дети ранимые,
Дети веселые, нежно любимые.
Найдите их!

Райский тот сад в тишине наших душ
Луч солнышка ждет в каплях осенних луж.
Ждут дети печальные, дети ранимые,
Дети веселые, нежно любимые.
Любите их!

Свет наших душ нас в дорогу зовет.
С детьми внутри идут люди вперед.
И светят дети печальные, дети ранимые,
Дети веселые, нежно любимые.
Найдите их!
Храните их!
Любите их!..

Как появилась песня «Ясени»

Воспоминания о детстве похожи на лоскутное одеяло: есть кусочки большие и маленькие, яркие и блеклые, ровные и косые. Детский сад, куда ты ходил с удовольствием или со слезами. Двор, в котором играл с друзьями. Помнишь, как невозможно было дозваться тебя домой? Лес или парк, где катался на лыжах. Пруд, в котором ловил лягушек и головастиков. Речка, где ты купался до посинения?

Город, деревня, село — где бы ни прошло твое детство, его отголоски всегда звучат в твоей памяти. На что похожа твоя мелодия?

Песня «Ясени» собрала мои лоскутки воспоминаний о районе Москвы Ясенево, в котором прошли мое детство, юность, росли дети, живут родные люди. Уголок города, куда можно вернуться, чтобы вспомнить.

Ясени

Липа цветущая, травы хоровод.
Гладь воды небесами блеснит.
Лето веселое звонко поет,
Старый парк в гости тенью манит.

Ясеня крыльев блики в пруду —
Тропинками лесными снова в детство иду.

Воздух морозный дыханье собьет.
Тихий лес зимней сказкой звенит.
Узкой лыжней путник мчится вперед.
След его снежной дымкою скрыт.

Ясеня крыльев блики в пруду —
Тропинками лесными снова в детство иду (2 р.)

Память времен в песнях старых аллей
Вечно звучит, пролетая века!
Помнит земля шаги ушедших людей!
Баллады их судеб хранит вода родника.

Ясеня крыльев блики в пруду —

Тропинками лесными снова в детство иду (3 р.)

Как появилась песня «Корона из лесных трав»

«Жила на свете женщина, с виду совсем обыкновенная: красивая, умная, смелая. Только вот беда: никто на свете не замечал ее. Она жила среди людей будто невидимка, и даже в зеркале не могла как следует разглядеть себя. Долго ли, коротко ли, почувствовала она, что стала понемногу исчезать из мира — вот уже почти ничего от нее не осталось, только смутные очертания. Ей бы поскорее вернуться к привычной жизни, да сил уже не осталось. Тогда опустилась женщина на землю — ноги сами собой подкосились. Сначала села, а потом легла, крепко прижавшись к ней. Услышала, как стучит сердце земли, и долго лежала, ловя его ритм. Вдруг почувствовала, что силы начали возвращаться к ней. Женщина сама не заметила, как встала на ноги, а они сами собой начали танцевать, двигаясь в такт сердцу земли. Женщина стала совсем другой: красивой, умной, смелой. Самой собой».

Песня «Корона из лесных трав» появилась как ответ на вопрос взрослых клиенток — как я стала такой, как сейчас. Он заставил меня задуматься и оглянуться на пройденный путь. Вот что я тогда поняла: осознанно меняя свою жизнь с опорой на получаемый опыт, ты учишься ценить свой путь.

Потому что единственный знаешь, чего тебе это стоит.

Корона из лесных трав

Приходишь в этот мир,
Не видя берегов,
Не ведая друзей
И не узнав врагов.
Но однажды я выбрала себя.

Моя корона соткана из лесных трав.
Я танцую босая в тени зеленых дубрав.
Шрамы души моей узорами на коже сплелись.
Слёзы души моей песнями пролились.
И однажды я выбрала себя!

Живешь в этом непонятном мире.
Ищешь счастье, деньги, новую квартиру.
Любовь, карьеру — все в клубок мотаешь.
Что-то найдешь, что-то потеряешь.
Но однажды я выбрала себя!

Приходишь в этот мир,
Не видя берегов,
Не ведая друзей

И не узнав врагов!
Но однажды я выбрала себя!

Моя корона соткана из лесных трав.
Я танцую босая в тени зеленых дубрав.
Шрамы души моей узорами на коже сплелись.
Слёзы души моей песнями пролились.
И однажды я выбрала себя!

Моя корона соткана из лесных трав.
Я танцую босая в тени зеленых дубрав.
Шрамы души моей узорами на коже сплелись.
Слёзы души моей песнями пролились.
Однажды я выбрала себя...

Как появилась песня «Ответ»

«Жил-был на свете один интересный, но очень грустный человек, который никак не мог начать радоваться. Все было в его жизни, а радость как будто ускользала из его рук, пряталась за рутинными заботами. Его работой было дарить людям радость, и у него здорово получалось! А чувствовать радость внутри себя не удавалось, как будто именно ему это было запрещено. Тогда он задумался о праве на чувства, а вместе с ними — и о праве на жизнь». Так он оказался у меня на приеме, и на его запрос появилась песня «Ответ».

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.