

Г Е О Р Г И Й П Л И Н Т Е

ЛЮБОВЬ

или

ХИМИЯ

Все, что нужно знать
о главном чувстве:
в рифмах, прозе и нотах



МОСКВА

УДК 821.161.1-82
ББК 84(2Рос=Рус)6я43
ПЗ8

Плинтё, Георгий.
ПЗ8 **Любовь или химия. Все, что нужно знать о главном чувстве: в рифмах, прозе и нотах / Георгий Плинтё. — Москва : Выщипанов Г. А., 2026. — 256 с.**

ISBN 978-5-600-05302-1

Эта книга — о главном. О том, что невозможно измерить и объяснить, но можно почувствовать. Именно эти потаенные грани раскрывают перед вами стихи и философское эссе Георгия Плинтё. Представлена концепция «Плинтанической любви» — путь к стабильным, гармоничным отношениям, построенным на честной коммуникации и взаимопонимании.

**УДК 821.161.1-82
ББК 84(2Рос=Рус)6я43**

ISBN 978-5-600-05302-1

© Плинтё Г., текст, 2026
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

Анфиса Чехова, теле- и радиоведущая, актриса:

С Георгием мы знакомы уже много лет. Все это время я ждала, когда же он, наконец, решится написать книгу. Ту самую, где сможет поделиться тем, что всегда отличало его от других — глубоким взглядом на жизнь, тонким пониманием людей, редким умением чувствовать. Мне хотелось сохранить хотя бы частичку наших долгих разговоров — о любви, дружбе, счастье, о том, что делает человека настоящим.

Я уже много лет интересуюсь астрологией, а в последние годы сама провожу консультации. Когда впервые увидела натальную карту Георгия, сразу поняла — его путь определен звездами. Это человек, которому по судьбе дано заниматься творчеством, делиться опытом, учить, вдохновлять и создавать. Его предназначение — быть наставником, мудрым проводником, творцом, гуру.

Все этапы его жизни — бизнес, творчество, музыка, песни, стихи и теперь эта книга — словно логическое продолжение одного пути. Пути человека, который познал тайны Вселенной и теперь щедро делится этим знанием с другими.

Мы живем во времена, когда все куда-то спешат. Утро начинается не с приветствия солнцу, а с ленты новостей. Мы больше смотрим, чем видим, больше говорим, чем слушаем. Мир вокруг будто ускорился, и в этом беге все труднее различить настоящее — ту тихую радость, что живет внутри, в тишине. А Георгий остается тем редким человеком, который не утратил способность слышать — не только других, но и саму жизнь. Он слышит ее дыхание, ритм, ее сердцебиение.

Когда впервые прочитала его стихи и эссе, мне показалось, что я открыла окно — в комнату ворвался свежий воздух, запахло дождем, осенними листьями и чем-то очень настоящим. Эта книга именно такая — она дает возможность

выдохнуть, перестать бежать, просто остановиться и задуматься: Кто я? Куда и зачем иду? Правильно ли живу? Есть ли в сердце любовь, та самая — к себе, к людям, к миру?

Георгий не учит, не наставляет. Он делится. И делает это так искренне, что невозможно не услышать. В каждом его слове — тепло, в каждой строке — свет. Иногда — грусть, но добрая, светлая, та, которая очищает душу и возвращает веру.

Стихи из второй части этой книги хочется читать вслух. Вечером, когда за окном мягкий дождь и чай в кружке еще горячий. Или на лавочке в парке, где ветер перебирает страницы вместе с тобой. Эти тексты как будто разговаривают с читателем — тихо, доверительно, без пафоса. Они будто спрашивают: «А что для тебя любовь?» И где-то внутри ты находишь ответ.

Любовь у Георгия — не сюжет, не вспышка, не сценарий из фильма. Она — как дыхание. Невидимая, но живущая во всем. В улыбке прохожего, в утреннем небе, в голосе любимого человека, который желает тебе доброго утра. В умении прощать и благодарить, даже если больно. В вере, что все имеет смысл.

Когда я дочитала последнюю страницу рукописи, долго сидела в тишине. Хотелось просто быть. Не думать, не анализировать — быть. Почувствовать, как внутри становится спокойно, как будто кто-то погладил по душе. Эти тексты делают именно это — возвращают к себе.

Эта книга — не просто сборник стихов и эссе. Это приглашение. Приглашение остановиться, вдохнуть, услышать себя и этот мир. Приглашение к разговору о любви, о жизни, о пути.

И если вы держите ее в руках — значит, пришло время этот разговор начать.

Содержание

Предисловие	6
-------------------	---

ЧАСТЬ I

От автора	11
Симпатия	14
Либи́до	21
Гендерная коммуникация	27
Химия, или СВС	32
Психика химии и любви	37
Удовольствие	40
Любовь	47
Химия и Любовь	54
Нумерология	63
Венера	70
Зачем?	84
Люблю	88
Платоническая или Плинтаническая любовь?	93
Отношения	106
Мужчина и женщина	114
Счастье	124

ЧАСТЬ II

Предисловие	137
Простые истины. <i>Стихи о настоящей Любви</i>	141
Моя весна. <i>Стихи о смыслах, чувствах и душе</i>	154
Запретный плод. <i>Эротика, влечение и страсть.</i> <i>Химия не Любовь</i>	192
Берегите любовь. <i>История одной химии</i>	205
Мелодии любви. <i>Песни о Любви</i>	229
Биография автора	253

Предисловие

Автор этой книги родился в СССР, где, как известно, «не было секса», но «была настоящая любовь», и если уж мужчина и женщина создавали семью, то это навсегда. Георгий вырос именно в такой семье — его родители очень любили друг друга, и глядя на них, он мечтал, что однажды станет заботливым мужем и отцом. Закончив в Риге престижное военное училище и отслужив на Крайнем Севере, он вернулся в Москву в начале 90-х. Столица встретила ветром перемен — свободой, новыми перспективами и искушениями, которые открывали и двери бизнеса, и новые повороты в личной судьбе. Романтик, привыкший смотреть на мир сквозь строки стихов, искал новые эмоции и остроту ощущений. Только тогда он не знал, что между страстью и подлинной Любовью — огромная разница.

Долгие годы Георгий мечтал, верил и искал дорогу к Любви. Это был непростой путь, где было все: печаль, радость, встречи и расставания. И сегодня автор готов поделиться своими размышлениями — о природе чувства, которое мы часто путаем с влечением. В этой книге вы встретите не только философские эссе на тему любви, дружбы, счастья, но и новые термины: гендерная и социальная симпатия, плинтаническая любовь. Георгий Плинте впервые предлагает взглянуть на Любовь не как на мимолетное пламя, а как на социальное явление, которое серьезно меняет жизнь. А его понимание Любви как внимательного и чуткого отношения к объекту своей любви,

основанного на уважении и заботе, несмотря на свою емкость, точно отражает глубокую сущность Любви не просто как явления, а как результата кропотливой духовной работы личности над собой, над характером и привычками прежде всего, а в целом над своим внутренним миром и душой.

Плутаническая любовь — это новый взгляд на близость. Ее можно сравнить с домом, в котором прочный фундамент — это доверие, стены — искренние слова, крыша — забота и внимание, а окна всегда распахнуты в мир. В таком доме легко дышать и хочется жить, потому что он наполнен радостью и счастьем.

В этой книге переплетаются проза и поэзия. Проза — чтобы объяснить, осмыслить, назвать вещи своими именами. Поэзия — чтобы показать то, что ускользает от прямых слов: вибрацию Любви, ее переливы, ее тайну.

Эти страницы — не просто рассказ о чувствах, а приглашение к внутреннему путешествию. Если вы хоть раз задавались вопросом, где заканчивается страсть и начинается подлинная близость, что отличает влечение от Любви, то, возможно, именно здесь вы найдете ответы. А может быть, и не только ответы — но и ключи к тем дверям, за которыми прячутся ваши собственные надежды, мечты и самая заветная Любовь.



«Любовь или химия» в исполнении
солиста группы «Доктор Ватсон»,
Евгения Финадеева.

Слова и музыка *Георгия Плинта*.

ЧАСТЬ I



От автора

«Люди встречаются, люди влюбляются, женятся.
Мне не везет в этом так, что — просто беда!
Вот, наконец, вчера вечером встретил я девушку
Там, где тревожно гудят, стучат поезда.
В свой вагон вошла она,
Улыбнулась из окна.
Поезд тронул, а я вслед
Лишь рукой помахал ей в ответ!»

В хите, звучавшем на всех советских танцплощадках, ВИА «Веселые ребята» пели про парня, которому не везет в любви. Из песни слов не выкинешь, однако на самом деле во времена СССР таких неудачников было не так уж много. Большинство людей встречались, влюблялись, женились и жили долго и счастливо. Казалось, так будет всегда, но сегодня советские песни про красивую любовь устарели. Статистика говорит, что семь из десяти браков заканчиваются разводами, а основными причинами называют недопонимание и измены.

Развод — это формальная процедура, за которой скрыто много человеческой боли — опустошающей изнутри, разрывающей сердце на части. Зайти на эту территорию сможет не каждый. Одни до последнего терпят, надеются, что все наладится. Им сложно разорвать отношения, от которых осталась лишь тень. Другие доходят до точки невозврата и решаются разойтись, чтобы сохранить уважение — к себе, друг другу, детям. А кто-то вообще живет в браке по расчету и даже не думает ничего менять — их все устраивает! Но среди тех и других обязательно есть романтики, которые до последнего верят в любовь, даже

если по факту все получается, как в той песне: «Лишь рукой помахал ей в ответ».

Мне повезло. Я родился и вырос в семье, где родители по-настоящему любили друг друга. Дети во многом берут пример с родителей — в выборе профессии и в том, как строить отношения. Мальчик, выросший в любящей и гармоничной семье, обычно ищет в будущей жене такие же качества, какие были у его мамы: заботу, доброту и нежность. Девочка же, в свою очередь, старается найти надежного супруга, каким был ее отец. Глядя на родителей, я тоже мечтал встретить любовь и построить счастливые отношения. Однако мой путь не был простым: я несколько раз женился, разводился и даже стал многодетным отцом. Я очень люблю своих детей, благодарен их матерям и не боюсь признаться, что не всегда был образцовым мужем и папой. Но я старался. Да, мой путь тернист: не пройдя его, я бы не написал эту книгу, которая, надеюсь, поможет тем, кто в поисках любви сбился с ориентиров и не знает, куда идти дальше.

Всегда сложно делать что-то в первый раз: внутренний страх, неуверенность в том, что все получится, сковывают и не дают двигаться дальше. Мне тоже было нелегко уходить из семьи. Это всегда тяжелое испытание для сердца и души. Когда за плечами остаются годы «и в радости, и в печали», когда рядом любимые дети, семейные праздники, традиции и привычный уклад жизни — разлука становится особенно болезненной. Расставаться трудно всегда — и в первый раз, и во все последующие. Но с годами приходит мудрость и внутренняя сила: начинаешь понимать, что старое, утратившее смысл, нужно отпустить, чтобы освободить место для нового. И если невозможно сохранить отношения, надо принять это и жить дальше.

Отношения — это всегда история двоих. И даже если вам кажется, что лично вы сделали все возможное ради счастья вместе, у вашего партнера может быть совсем иной взгляд на любовь, семью и жизнь. Но важно помнить: все, что происходит с вами, — это, прежде всего, ваша ответственность. Причины своей неудовлетворенности стоит искать внутри себя, а партнер, в свою очередь, должен разобраться с собой.

Эта книга не даст готовых решений ваших личных проблем. Впрочем, ни одна книга на свете этого не сделает. Вы можете по крупицам собирать информацию из разных источников, учиться у своих детей, родителей, партнеров, учителей. Но чтобы по-настоящему понять этот мир и стать счастливым, нужно не бояться пробовать и ошибаться. И помнить, что любой жизненный урок — это опыт, который делает вас сильнее и мудрее.

Все, о чем написано в этой книге, я пережил на собственном опыте, эти знания действительно проверены временем. И хотя любовь — тема старая, как сам мир, я уверен: многое из того, что вы здесь прочтете, прозвучит для вас по-новому. Я уверен, эта книга не раз удивит вас, изменит привычный взгляд на мир и поддержит в моменты, когда почва уходит из-под ног и кажется, что вы заблудились. Я хочу помочь вам глубже понять не только себя, но и то, что словами выразить труднее всего — любовь. Здесь есть размышления, личный опыт и стихи, которые открывают то, что невозможно объяснить логикой. Поэтому входите в эту книгу с открытым сердцем — только так вы сможете увидеть настоящие сокровища, о которых раньше даже не подозревали.

Симпатия

Каждый день в нашей жизни появляются новые люди. На кого-то мы даже не обращаем внимания — так, перекинулись парой слов и разбежались. А с кем-то останемся надолго и, быть может, навсегда. Почему к одним мы равнодушны, а рядом с другими все внутри начинает klokотать? Как мы понимаем, что перед нами не просто знакомый, а родная душа?

Человек — это живой организм, который состоит из трех неразрывно связанных между собой сущностей: тела, души и духа. И, как все мы помним еще со школы, человек — существо социальное. Чтобы полноценно развиваться, самореализовываться и, главное, продолжать свой род, ему нужны люди, с которыми нужно взаимодействовать. Чтобы лучше понять, почему «человеку нужен человек» и как из множества людей мы выбираем своих, предлагаю углубиться в физиологию. Эта наука изучает человека на всех уровнях — от молекул и клеток до взаимодействия с окружающей средой. Именно она поможет нам разобраться, почему люди притягиваются и образуют пары.

За последние годы ученые сделали множество грандиозных открытий, которые не просто улучшили качество жизни, но и увеличили ее продолжительность. Люди научились редактировать геном, лечить тяжелые заболевания, «печатать» искусственные органы и сердечные клапаны — все, что вчера казалось фантастикой, сегодня стало нашей реальностью. Но может ли наука, достигшая таких высот, ответить на элементарные вопросы: «Что

такое любовь? Почему она возникает, как проявляется и меняет жизнь?» На первый взгляд, эти вопросы кажутся риторическими, но физиология дает на них конкретные ответы.

В нашем теле есть множество рецепторов — чувствительных окончаний нейронов. Из внешней среды на эти рецепторы попадают различные стимулы — прикосновения, боль, вкус, свет, запахи. Рецепторы преобразуют эту информацию в нервные импульсы, которые поступают в центральную нервную систему для дальнейшей обработки. Образно говоря, наши рецепторы — это первый эшелон, форпост в постоянном процессе взаимодействия с окружающим и внутренним мирами. В длинной физиологической цепочке преобразования информационно-энергетического и тактильно-материального потоков они играют очень важную, порой даже судьбоносную роль. Именно благодаря рецепторам мы видим и слышим того, кто рядом. Можем ощутить теплоту его кожи, уловить запах и что-то почувствовать.

Мы получаем информацию об окружающем мире даже когда спим. Помимо сознания, все увиденное и услышанное нами поступает в подсознание — скрытую область человеческой психики, которая по своим, непонятным человеку алгоритмам обрабатывает информацию, собирает и хранит наши воспоминания, формирует привычки и автоматические реакции. Порой подсознание преподносит неожиданные сюрпризы — яркие сны, озарения, вспышки интуиции или необычное поведение, когда сделал что-то странное, неординарное, а потом удивляешься — а это точно был я?

От работы сознания и подсознания зависит и то, как мы самовыражаемся в этом мире. Например, если в подсознании есть страх быть отвергнутым, то человеку сложно проявляться, знакомиться, начинать отношения — даже если сознательно он хочет встретить любимого человека и создать крепкую семью. Есть еще скрытые истории прошлых жизней, родовые проклятия, унаследованные гены и приобретенные привычки. Все это в совокупности формирует базовый потенциал, с которым мы живем,