

宋奇 著

世界上最使我们感到羞耻的莫过于不能表现我们自身，最使我们感到骄傲和幸福的也莫过于想、说和做我们自己要想、要说、要做的事。



弗洛姆  
*Fromm*

大家精要

陕西师范大学出版总社

# 大家精要

陕西师范大学出版总社

图书代号: SK16N1474

图书在版编目(CIP)数据

弗洛姆/宋奇著. —西安: 陕西师范大学出版总社有限公司, 2017.5

(大家精要)

ISBN 978-7-5613-7670-6

I. ①弗… II. ①宋… III. ①弗洛姆(Fromm, Erich 1900—1980)—传记 IV. ①B712.59

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第320864号

弗洛姆 FULUOMU

宋奇著

---

责任编辑 王奉文  
封面设计 张潇伊  
出版发行 陕西师范大学出版总社  
(西安市长安南路199号 邮编 710062)  
网 址 <http://www.snupg.com>  
印 制 三河市良远印务有限公司  
开 本 660mm×980mm 1/16  
印 张 10  
字 数 100千  
版 次 2017年5月第1版  
印 次 2017年5月第1次印刷  
书 号 ISBN 978-7-5613-7670-6  
定 价 20.00元

---

读者购书、书店添货或发现印刷装订问题, 请与本公司销售部联系、调换。

电话: (029) 85303879 传真: (029) 85307864 85303629

## 丛书编委会

---

总 策 划：来新国 王文成

编委会主任：郭齐勇 周晓亮

编 委：来新国 陈知涯 张 彧 尹格韬 沈 众  
王文成 孟淑贤 周长志 罗养毅 秦 丹  
乌 琛

# 目 录

## 第1章 孤独的成长经历

打下了人本主义的思想烙印 / 001

一、孤独的创造者 / 001

二、创立了人本主义的心理学体系 / 012

## 第2章 弗洛姆心理学的思想渊源与理论特色 / 024

一、弗洛姆心理学理论的思想渊源 / 024

二、弗洛姆学说的理论特色 / 033

## 第3章 现代人的矛盾处境与两难选择 / 043

一、现代人的矛盾处境 / 043

二、现代人的两难选择 / 049

## 第4章 解析现代人的社会潜意识 / 064

一、社会潜意识——人与社会适应的产物 / 064

二、社会潜意识——储存着社会真实的思想 / 069

三、社会潜意识内在的表达方式——做梦 / 073

## 第5章 现代人进入幸福生活的路径 / 087

一、适应与改造社会才能保持健康的心理 / 087

二、现代人只有改造外部世界才能寻找幸福生活的路径 / 095

## 第6章 从病态社会走向健全的人道主义社会 / 104

一、健全社会的标准 / 104

二、现代西方社会是不健全的病态社会 / 110

三、走向健全社会之路 / 117

## 第7章 弗洛姆心理学理论对世界的影响与贡献 / 130

一、弗洛姆心理学的理论贡献 / 130

二、对弗洛姆理论的批评 / 138

三、弗洛姆的心理学理论对我国心理学者的启示 / 141

## 附录

年谱 / 152

主要著作 / 153

## 第 1 章

# 孤独的成长经历 打下了人本主义的思想烙印

埃里希·弗洛姆（Erich Fromm，1900~1980）的人本主义心理学之所以有独到的魅力，是因为他有非正统的、极其鲜明的、不落俗套的观点。这在一般学者中是罕见的，他的思想总是新鲜而充满活力。他拂去时间尘埃，开拓新的生命之路；他抛弃教条，不断创新理论；他为了寻求真理，也不断修正自己的观点。恰恰是弗洛姆朴实无华的风格，追求真理的毅力，使得他的朋友和敌人、他的支持者和反对者，都不能忽视他的观点。作为世界心理学大师，弗洛姆是在怎样的社会环境里成长起来的呢？

### 一、孤独的创造者

#### 1. 忧郁与幻想：童年的孤独身影

法国历史学家、社会学家托克维尔在《论美国的民主》中

说，要仔细观察一个人“在成年才冒出的恶习和德行”，必须“追溯他的过去，应当考察他在母亲怀抱中的婴儿时期，应当观察外界投在他还不明亮的心智镜子上的初影，应当考虑他最初目击的事物，应当听一听唤醒他启动沉睡的思维能力的最初话语，最后，还应当看一看显示他顽强性的最初奋斗……可以说，人的一切始于他躺在摇篮的襁褓之时”。按照精神分析的理论，一个成年人的性格特征、人格结构都可以从他的童年、少年，从他的成长过程中找到原因；决定一个人一生的价值观念、思维方式和命运的要害往往就隐藏在他成长过程的事件里。这些事件的抽象形式，或者说其中所折射出的精神已内化入他的无意识结构中，并对他进行支配。他之所以对马克思的学说和精神分析产生兴趣并保持终生，正是源起于他小时所经历的一些事件以及所置身的环境。

埃里希·弗洛姆于1900年3月23日出生在德国美因河畔的法兰克福。美因河是著名的莱茵河的支流，它流经法兰克福后就很快与莱茵河汇合了，所以法兰克福处于非常重要而又得天独厚的地理位置上。12世纪以来，法兰克福就经常是国王就职之地。1562年后，法兰克福大教堂曾经是皇帝加冕场所。1815年后，法兰克福曾经是德意志联邦议会所在地。总之，法兰克福是德国重要的政治、经济、文化中心之一。

弗洛姆的父母都是犹太人，信奉犹太教。父亲名叫纳福特里·弗洛姆，是一位酒商，渴望犹太教士的生活，思想保守，性情急躁、喜怒无常，对待儿子疏远冷淡。母亲卢莎·弗洛姆常常情绪低落、郁郁寡欢，却非常溺爱儿子。这是一个非常正统的犹太人家庭，浓浓的宗教气息弥漫在弗洛姆天真烂漫的童年中。可以说，弗洛姆开始所接受的最完整的教育便是《旧约



全书》里的一系列故事。在他那令人难忘的孩童时光里，《旧约全书》给了他巨大的影响，书里讲的世界和平、人间之爱、各种各样的动物和谐相处给他留下了深刻的印象，并使其逐渐形成了支配他一生的“救世”情结。这是一个中世纪的世界，一个与资本主义的现实格格不入的世界。一个孤独的孩子在父亲因经商而在宗教面前羞愧中领悟到：只为赚钱而活的人生是残缺的。这种宗教观念是中世纪精神的一种残存，以它来评判当时早已在高歌猛进中改变了世界图景的资本主义，得出的结论在价值上必然是否定的。弗洛姆的父亲希望儿子长大成为一个学者或犹太教士，母亲则希望儿子能够成为一名钢琴家或作曲家。弗洛姆使他们失望，在这样的家庭环境中长大的弗洛姆，从小就养成了孤僻的性格。

弗洛姆在逝世前不久接受记者采访时说：“我生活在一个充满着犹太人传统的世界里，这个世界说到底是一个中世纪的世界，还不是资产阶级的世界。就是在这样一个中世纪的世界中，我形成了自己的传统，有了自己的理想和崇拜的对象。我所生活过的那个世界，一半是古老的，因为它具有真正的犹太人传统；一半是现代的，因为我在德国上的学、在法兰克福读书，因而我又具有当时的每一个德国人所具有的东西，但是我仍然很孤独。这并不仅仅是犹太人在德国总是被人另眼看待的缘故。无论是在我自己生活的天地里还是在那个传统的古老的世界里，我都感觉到不自在。”

童年的弗洛姆之所以会感到孤独，还有一些重要的原因。他是一个独生子，三口之家的家庭结构，在当时社会是很少的。他的父亲性情急躁、喜怒无常。他的母亲患有抑郁症，常常情绪低落、郁郁寡欢。弗洛姆出生时，他父母年龄已较大

了，正在盼子心切之时，弗洛姆诞生了，以后再也没有生养。在这样家庭环境长大的弗洛姆是一个神经质的男孩儿，对事物过分敏感，十分孤独。他的孤独感还与他的父亲是一个商人有关。他后来回忆说：“我父亲是一位商人，我对此甚感惭愧。因为他总想成为一个名副其实的犹太教徒。当我年纪还小的时候，如果我听到有人说‘我是商人’，那么我就很替他害羞，因为我想他自己一定也很惭愧，因为他只知道为赚钱而活着。这是一种中世纪的观念，这种观念与现在的观念是极为不同的。于是，我就变成了一个很孤独的孩子。我一直期待着什么东西能把我从这种孤独中拯救出来。”也正是弗洛姆的这种孤僻性格和他对人类心理的好奇心，使他日后对研究和解剖人性产生了浓厚的兴趣，并渴望生活在一个充满爱、健全的社会里。因为人总是想追求自己所没有的，总是认为那个世界更精彩。

弗洛姆上小学时就聪明过人，而且也非常勤奋。上中学时，他语言能力很强，英文、法文、拉丁文都学得很好。在这一点上，他与弗洛伊德有非常相似的经历。在弗洛姆的童年时代，《旧约全书》里的故事就给他留下了深刻的印象。他说，这些故事“叩响了我的心弦，它比我所接触到的任何事物都更使我激动”。他期望救世主时代的到来，相信救世主将会带来一个更美好的世界。他幻想着天下太平、幻想着狮子和羊羔和平相处。他说，传统的犹太人都抱着这种愿望，而且很强烈。这种愿望是一种信念，即相信世界不会以灾难而告终，世界将会得到拯救，将会变得比今天更美好，先知们就是这样预言的。

弗洛姆就这样孤独地、对未来充满希望地幻想着，这些宗

教性的幻想深深扎根于弗洛姆幼小的心灵，而且对他一生的学术生涯都产生了深刻的影响。那些宗教的美丽传说像一个幽灵，在弗洛姆的所有著作中时隐时现。这种幻想也为儿时的弗洛姆提供了安慰和精神支柱。他说：“在那样谨小慎微的父母身边我没有发疯，这就要感谢上帝和归功于其他方面对我的影响了。”

在《旧约》故事中，引起弗洛姆崇敬和赞同的是这样一些故事：亚当和夏娃不服从上帝而偷吃禁果，亚伯拉罕恳求上帝解救罪恶之地的居民们，等等。那些预言家的预言深深地感动了弗洛姆。到那个时候，各族人民“将把剑铸成犁头，把矛铸成枝钩刀，而不再大动干戈，相互残杀，更不会再发动任何战争”；到那个时候，四海之内皆兄弟，“大地到处都充满了上帝的智慧，就像大海装满了圣水一样”。弗洛姆说：“各民族之间普遍友好地和平共处的图景，深深地打动了我这个十二三岁少年的心。”

## 2. 困惑与迷茫：青年的热血流向何方

在弗洛姆已风烛残年的岁月里，他仍然难以忘记那些在小时候读过的预言家如以赛亚、阿摩司、何西阿的著作。这些著作他一生都在阅读。正是这些先知关于各族人民“将把剑铸成犁头，把矛铸成枝钩刀，而不再大动干戈，相互残杀，更不会再发动任何战争”，以及“大地到处都充满了上帝的智慧，就像大海装满了圣水一样”地友好相处的美好图景的描绘深深地打动了，一次又一次地在他的心口呢喃。对于一个十二三岁、孤独敏感的孩子来说，再也没有比憧憬这样的美好未来更令人激动的了。这些憧憬、想象一次次弥漫在他孤枕难眠的黑暗之

中。而作为一个在基督教环境中长大的犹太人的儿子，他耳闻目睹了一些小规模的反犹事件。他发现宗派、种族、派系的划分产生了陌生、隔阂，甚至仇恨。这使他极端厌恶。他发现，恼人的孤独感的发生和人与人之间的这种敌意有着千丝万缕的联系，而人若久困于孤独，则无异于陷身地狱之中。因此，他渴望推倒这种宗派小集团的“墙”，渴望一种普遍和平及兄弟般的情谊。这就是他对国际主义、和平主义产生兴趣的直接原因。

后来当他接触到马克思主义理论时，立刻便被马克思关于自由人的联合体的论述和描绘所吸引。这个“自由人的联合体”便是国际主义、和平主义的逻辑延伸，建基于具有普遍合理性的人道主义。到那时，人不仅将终结统治的功能所铸下的社会罪恶，而且将终结异化状态，获得解放，在符合人的存在尊严的意义上开始“真正的人的历史”。这是一个比宗教先知们所描述的大同世界更为可信的世界。因为它诉诸理性，诉诸扎扎实实的社会分析和批判，而不仅仅依靠愿望和空想。尽管实际上，这个世界只是一种可能性而存在于无限遥远的将来。

12岁时，有一件事终于对他以后一生从事精神分析事业产生了决定性的影响。那时候，弗洛姆家有一位朋友。这位朋友是个年轻漂亮的女子，既有女性特有的高贵气质，而且还是个画家，才貌双全。这位女子曾经订过婚，可不久就解除了婚约。她几乎一直陪伴着她那其貌不扬、毫无魅力且令人厌恶的父亲。可能也正是她想一直留在她父亲身边陪伴才立志不嫁。这位女子的这些作为可谓是大胆而引人注目的行为，可是当时却并没有引起他人的注意，更谈不上有谁会感兴趣去进行分析。然而不久以后令人震惊的事情发生了。这位女子的父亲死

了，而她也跟着自杀了，并且留下遗嘱，希望能跟她的父亲合葬在一起。这件事对弗洛姆的影响实在是太大了。他当时既未听说过恋母情结，也从未听说过与恋母情结性质相同的女儿与父亲之间的乱伦固恋。然而，他急切地想知道发生的这一切的原因。多年以后他仍激动地回忆：“一位年轻漂亮的姑娘怎么可能爱恋着她的父亲，以至她宁愿和她的父亲合葬在一起，也不愿意活着享受人生和绘画的快乐呢？”在十年后，也即在他22岁时，接触到弗洛伊德的精神分析学说后，他马上找到了困扰了他十年的那个问题的答案。精神分析的博大精深、对千奇百怪的人类行为的令人信服的解释让他激动不已。而精神分析对人类行为的表象背后动机的深刻洞见、对精神疾病的成功治疗，使他对精神分析具有了无穷的信心。他突然发现，自己的经历和兴趣与精神分析具有了一种缘分。也许他注定就要成为一个精神分析学家。

1914年夏天，弗洛姆14岁，正在上中学。第一次世界大战爆发了。他十分震惊地发现，由于宣传的煽动，德国人陷入一种歇斯底里的狂热放纵中，最让他钦佩的一位老师转眼间就成了杀人狂。弗洛姆的许多亲友死在战壕里，这极大地扰乱了弗洛姆的思路。他不明白，为什么突然之间正派和通情达理的人全都变成了疯子?! 他从自己的亲身经历中产生了许多疑问，战争使他感到疑惑和苦恼，促使他思考人类行为的根源，促使他走上了探索人性与社会生活的规律性的道路。这种探索使他后来接受马克思的学说，并成长为一位研究现代人与现代社会的思想家。马克思的理论使弗洛姆豁然开朗，他看到，在弗洛伊德与马克思的体系中，弗洛伊德着重从个人角度分析非理性行为，而马克思则从社会制度的角度研究非理性行为，把他们

两个人的观点结合起来，就可以找到人类行为的根源。这个结论使弗洛姆异常兴奋。从此，他的兴趣便明确了。“我要认识支配个人生活的规律和社会的规律，也就是人在其社会生存中的规律。”他说，如果第一次世界大战不发生的话，以上所说的童年和少年时代的经历也就不会那样深刻、持久地影响他；“正是第一次世界大战，而不是别的任何事件决定了我的成长道路”。

在战争爆发的前两年，弗洛姆的一位拉丁文老师曾在课堂上说过，他最喜欢的格言是：“如果你希望和平，你就应该准备战争。”当战争爆发的时候，这位老师显得格外高兴。弗洛姆心想，他并不是真心实意地主张和平的。一个似乎一向真诚地关心维持和平的人怎么可能一遇到战争就如此欣喜若狂呢？从那以后，弗洛姆就怀疑“备战能维持和平”这一论断，认为这是一个虚假的口号。

在那炮火纷飞的日子里，德国人对英国人的仇恨情绪也使弗洛姆感到震惊，整个德国都在疯狂地仇恨英国。在德国人眼里，英国人都成了廉价的雇佣兵，他们既残酷又无耻，企图杀害我们无辜的、忠实可靠的德国英雄。就在当时德国举国上下歇斯底里大发作的时候，是弗洛姆的一位英语老师的一句话，促使他开始冷静地思考。那年暑假前夕，这位老师给弗洛姆他们布置的暑假作业是背熟英国国歌。开学后，一些男同学就对那位老师说，他们拒绝学习现在已成了他们头号敌人的国家的国歌。这种拒绝一方面是由于学生调皮捣蛋；另一方面是受了“仇恨英国”论调的影响。但那位老师站在教室前面，冷笑一声，用平静的口吻回答：“别自欺欺人了，英国永远不会打败仗的！”这是在疯狂的仇恨中，一个理性健全的、现实的人所

发出的声音，这是一位令人尊敬和钦佩的老师的声音。老师所说的话以及他那种心平气和、合情合理的说话方式使弗洛姆深受启发。这一切与疯狂的仇恨和民族自豪感形成了鲜明对照，使弗洛姆感到惊异，并使他陷入了沉思之中。以至于在五十年之后，弗洛姆谈及此事时仍然感到历历在目、记忆犹新。

随着年龄的增长，弗洛姆的疑问越来越多。他的一些叔叔、表兄、老同学在战争中先后阵亡了。那些将军关于胜利的预言结果被证明是错误的。弗洛姆认识到，所谓“战略撤退”和“胜利防御”只不过是一些模棱两可的欺人之谈罢了。德国新闻界一开始就把这次战争说成是邻国强加给德国人民的，因为这些邻国忌妒德国并想压制德国，以便达到消灭一个成功的竞争者的目的。同时，这场战争在德国一直被说成是一场争取自由的战争。当时，这一切似乎是令人信服的，因为没有人持反对意见。但弗洛姆逐渐怀疑起这些说法了。弗洛姆看到，越来越多的社会主义者在德国国会投票反对战争预算，批评德国政府的立场。当时在民间秘密传阅着一本名为《我控诉》的小册子，它主要是从同盟国的立场出发探讨了战争罪行问题。它指出，帝国政府绝不是这次战争的无辜牺牲品，它同奥匈政府一样应对这次战争负主要责任。

晚年弗洛姆不断回忆当时的情景：战争在继续着。战线从瑞士边境向北延伸到了波罗的海。士兵们不时被困在战壕里和防空洞里，不时又要冒着敌人猛烈进攻的炮火，一次又一次地试图突围，但一次又一次地遭到失败。年复一年，各国健壮的士兵，就像笼中的动物那样活着；他们用步枪、手榴弹、机关枪和刺刀互相残杀。就在这场大屠杀继续进行的时候，那些国家的领导人却假惺惺地保证用最快的速度赢得战争的胜利，声

明自己是清白无辜的，并装腔作势地反对穷凶极恶的敌人，主张和平，宣布和平的条件。

1918年战争结束时，已步入青年时代的弗洛姆却陷入一个重重困惑之中，越来越迫切地寻求着这个问题的答案：“这一切何以可能呢？”千百万人怎么可能继续在战壕里，或被人杀害，或去杀害其他国家的无辜的人民，从而造成父母、妻子、朋友们的极大痛苦呢？他们究竟是为什么而战？当每一个人都说，他不希望战争的时候，战争又怎么可能发生呢？如果双方都宣称不希望征服别国，只希望维护自己国家的财产和领土完整，那么战争又怎么可能继续下去呢？如果双方都想征服别人，为自己的政治军事领袖赢得荣誉，那么，成千上万的人又怎么可能仅仅为了双方的某些领土、为了某些领导人的虚荣心而献出自己的生命呢？战争究竟是一场无情的意外事故的结果，还是社会发展的一种结果？怎样才能掌握社会的规律？

### 3. 苦思与梦想：探索真理的大学生活

第一次世界大战给弗洛姆的生活经历留下了深深的印记，这一切都使他感到不可思议：他不明白战争是怎样发生的，他不明白“为什么正派和通情达理的人们突然全都变成了疯子”，他希望理解大众行为中那些非理性的因素，他热切地希望和平和国际的友好往来。同时，他也越来越怀疑一切官方的意识形态，并逐渐产生了“怀疑一切”的信念。他开始隐隐约约地察觉到，人的情绪和行为是由巨大的社会经济、政治和文化力量作用的结果。至于第二次世界大战，则更深刻地影响了弗洛姆。他被迫流亡美国，并在1941年出版了主要研究纳粹主义的心理学问题的《逃避自由》一书。弗洛姆后来的几乎所有著述



都是这本书的基本问题和思想的展开。弗洛姆在以后的著作中经常讨论战争问题并谴责军备竞赛，经常批判地剖析希特勒的病态人格。

1918年，弗洛姆在德国的一所著名的中学毕业后，进入法兰克福大学攻读法律。一年后，他调换了学校和专业，来到海德堡大学学习社会学、心理学及哲学。在大学里，他深受弗洛伊德和马克思的著作影响。除了弗洛伊德和马克思，他还研究了最主要的经济、社会和政治理论家的著作，特别是马克斯·韦伯和斯宾塞的著作。1922年弗洛姆从海德堡大学获哲学博士学位。他的博士论文是《犹太人的守则——论散居在外的犹太人的社会学》。次年至慕尼黑大学专攻精神分析学。

弗洛姆之所以对马克思和弗洛伊德的学说以及二者之间的关系发生兴趣，主要与他的一些个人经历有关。作为一个独生子，父母性格的怪僻使他常常感到孤独，并对奇特神秘的人类行为产生的原因发生了兴趣。他少年时代很喜欢的那位年轻女画家的自杀，是使他后来接受弗洛伊德学说的一个重要原因。真正决定他的成长道路的事件是第一次世界大战，他对战争的疑问越来越多，他希望理解那些在战争中充分表现出来的大众行为中的非理性因素，探索支配个人生活的规律和社会规律，当时有许多社会主义者在国会投票反对战争预算，批评德国政府的官方立场。这一切促使弗洛姆接近马克思主义，他感到可以在马克思的理论和弗洛伊德的学说中找到解决问题的答案。

由于对弗洛伊德学说的兴趣，1923年，弗洛姆又到慕尼黑大学专门学习精神分析。随后，他又到著名的柏林精神分析研究所接受精神分析的正规教育，包括理论的和临床的两大方面。他是一个循规蹈矩的学生，在学习期间是一个地道的弗洛