

爱是人类生存的方式

20世纪社会心理学对爱的诠释

# LOVE'S ART 爱的艺术

[美] 弗洛姆 著 赵正国 译

LOVE'S }  
A R T }  
爱的艺术 }

[美] 弗洛姆 著 赵正国 译

国际文化出版公司

图书在版编目(CIP)数据

爱的艺术/[美]弗罗姆著;赵正国译.—北京:

国际文化出版公司,2004.1

ISBN 7-80173-248-0

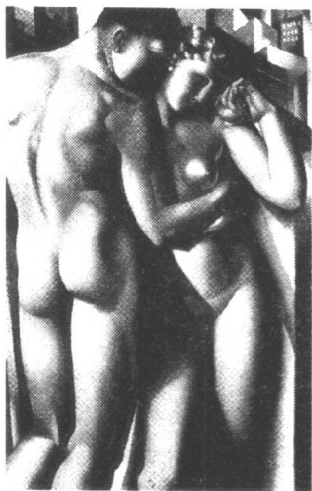
I.爱... II.①弗... ②赵... III.爱的理论 IV.B82

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 116851 号

## 爱的艺术

- 著 者 [美]弗罗姆  
译 者 赵正国  
策划编辑 国文润华  
责任编辑 韦尔立  
出 版 国际文化出版公司  
发 行 国际文化出版公司  
经 销 全国新华书店  
印 刷 北京兆成印刷有限责任公司  
开 本 850×1168 32 开  
7 印张 150 千字  
版 次 2004 年 3 月第 1 版  
2004 年 3 月第 1 次印刷  
书 号 ISBN 7-80173-248-0/B·001  
定 价 16.00 元

国际文化出版公司  
北京朝阳区东土城路乙 9 号 邮编:100013  
电话:64271187 64279032  
传真:84257656  
E-mail:icpc@95777.com



## 前言

阅读本书一定会让那些想在爱的艺术中得到简单诀窍的读者大失所望。恰恰相反,这本书要告诉读者,爱不是一种可以任人纵情享用的、与此人所达到的成熟程度无关的东西。这本书是要让读者相信:如果不尽自己最大的能动性去发展自己的整个人格并以此达到一种创造性倾向,那么所有爱的努力都注定要失败;如果没有爱自己邻人的能力,如果没有的真正谦恭、真正的勇敢、真正的信心和真正的自制的话,那么人们在个人的爱中也就永远得不到成功。在一个缺少上述品质的文化中,

爱的能力也当然是难以取得的。或者说——任何人都可以扪心自问,你见过多少真正在爱的人呢?

但是,困难并不能成为借口,使我们放弃尽力了解造成困难的原因和克服困难的方法。为了去掉不必要的繁琐,我努力在本书避免使用专业术语。同样,也尽量少援引谈论爱的文献资料。

但是在另一个问题上,我却没有找到完全满意的解决办法。即,我在这本书里表达的观念重复了我以前著作里的思想。对我的《逃避自由》(Escape from Freedom)、《为自己的人》(Man for Himself) 和《健全的社会》(The Sane Society)等著作很熟悉读者会发现,这本书里的许多观点重复了我在上几本书里已经提到过的思想。但是《爱的艺术》绝不只是这几本书的摘要。这本书还提出了一些超出先前那些书的新思想;当然,就连那些旧一点的思想在这本书里也会获得一种新的视角,因为这些思想现在都以一个题目为中心:那就是爱的艺术。

艾里希·弗罗姆



# CONTENTS

## 目 录

- 第一章 爱是门艺术吗 001
- 第二章 爱的理论 009
- 第1节 爱,对人类存在问题的回答 011
- 第2节 父母和子女之间的爱 044
- 第3节 爱的对象 051
- a. 兄弟之爱 052
- b. 母爱 053
- c. 性爱 058
- d. 自爱 063
- e. 上帝之爱 068
- 第三章 当代西方社会中的爱及其蜕变 089
- 第四章 爱的实践 113
- [附录] 弗罗姆的生平及思想 141





第1章  
爱是门艺术吗  
*The Art of Loving*







爱是一门艺术吗？如果爱是一门艺术，那就要求人们有这方面的知识并付出相应的努力。或者，如果爱仅仅是一种令人心神荡漾的情感，体验爱全靠偶然并且只有幸运儿才能“坠入”爱的情网呢？我们的这本小书是立足于前一种假设的；而大多数人毫无疑问是相信第二种假设的。

但是，人们并不会认为爱情是无紧要的，相反他们渴求爱情。他们看了无数的爱情悲喜剧，听了成千上万跟垃圾一样的爱情歌曲——然而，几乎没有人会认为爱情当中有什么值得去学的东西。

他们之所以持有这种特殊态度是建立于几个前提的；这些前提无论是单个来说还是结合起来，都倾向于支持他们这种态度。大多数人将爱情问题首先看作一个被爱问题，而不是去爱和有没有能力去爱的问题。因此，对他们来说，关键是：我如何才能被人爱？我如何才能成为值得被人爱的人？为了达到这一目的，他们采取了各种各样的途径：一种尤为男子所采用的方法是在其所处的社会地位所允许的范围内，尽可能地获得成功，尽可能地攫取权力或获取财富。另外一种尤为女人所偏爱的方法是通过塑造形体和服饰打扮等手段使自己富有吸引力。另外一些为男女都喜欢采用的方式是发展自己令人愉快的

礼仪、有趣的谈吐、乐于助人、谦虚和谨慎等。为了使自己值得被人爱而采用的许多方法与人们要在社会上获得成功所采用的方法一样，即都是“要赢得朋友和对他人施加影响”。事实上，在我们这种文化中，人们所理解的“值得被人爱”本质上是广受欢迎和拥有性的吸引力这两种倾向的混合物而已。

隐藏在对爱这种态度——即，爱没什么可学的——的第二个前提是人们认为爱的问题是一个对象问题，而不是能力问题。人们认为去爱本身十分简单，困难在于找到爱的对象或被爱的对象。导致这种态度的原因有些是根源于现代社会的发展状况的。其中一个原因是20世纪在“爱的对象”的选择方面发生了巨大变化。在英国维多利亚时代(Victorian Age)，正如在许多传统文化中一样，爱情往往不是自然地导向婚姻的经历。相反，婚姻是通过男女双方的家庭、媒人撮合或者在没有中间撮合者的情况下由习俗缔结。婚姻要门当户对，是在社会考虑(即地位、财富、社会关系、受教育状况等)的基础上缔结的。至于爱情，人们假定婚姻缔结之后自然而然就会产生。但最近几十年来，浪漫的(罗曼蒂克式的)爱情这一概念在西方世界已被普遍承认。在美国，尽管传统因素的考虑并未完全消失，但人们更多地是寻求“浪漫的爱情”，寻求个人的会导向婚姻的爱情经历。这种爱情中的新的自由概念必定会大大提高爱之对象的重要性，而不是爱情之功能的重要性。

同这一因素紧密相关的是当代文化的另一特质。我们整个文化是以购买欲以及互利互换的观念为基础的。现代人的幸福就在于欣赏商店橱窗的激情中，用现金或



分期付款的方式购买他力所能及的商品。他们也以这样的心思来看待人。对一个男人来说,对他有吸引力的女孩子——对女人来说,对她有吸引力的男子——就是他(她)所追逐的商品。“有吸引力”一般就是指一整套在人

格市场受人欢迎并被追逐的品质。到底是什么特定的决定一个人是否有吸引力的因素取决于当时的时尚，这不仅指一个人的生理条件，也包括他的精神气质。20年代，一个抽烟、喝酒、泼辣和性感的女子被看作是富有吸引力；而今天的时尚则要求女子要家常而内向。19世纪末、20世纪初，为了具有受青睐的那一整套品格，一个男人不得不富有侵略性和野心勃勃，而如今却是心地厚道、与人为善的男子更受欢迎。归根结蒂，坠入爱情的感觉，仅仅是一个人对用来交换的人类商品的价值的权衡而已。我想做一笔交易：从社会价值的角度考虑，对方应该值得要；同样，对方也要考虑我公开的和隐秘的财产以及发展潜力，来判断是否值得要我。这样，如果男女双方在考虑到自己的交换价值的情况下，已经在市场上找到了现存最好的对象，那么他们也就自然坠入情网，发生爱情了。正如在实际购买地产中一样，在这笔交易中，对方的有发展前途的潜力也起到很大的作用，值得对方考虑再三。在一个市场化浩浩荡荡，物质成功被视为首要价值的文化中，人类爱情关系也同样遵循统治着商品和劳力市场的交换模式。对此，几乎没有理由表示惊讶。

产生在爱情这件事上没什么可学的这一看法的第三个前提是人们混淆了“坠入情网”(falling in love)的初始体验同“身在爱中”(being in love或者使用更准确的词：standing in love)的持久状态这两者的区别。假如，有两个迄今为止同我们一样相互陌生的路人，当使他俩隔开的那堵高墙突然拆除，相互接近，相许对方，融为一体时，他们俩合二为一的一刹那就成为最美妙、最心醉神迷的经历。这一经历对那些一直离群索居、孤独无爱的人来说就

更加幸福,也更为奇妙。这种男女之间突如其来的情感奇迹之所以发生,往往与性的吸引力以及媾合紧密结合在一起,或者直白地说,正是它们促成的。但这种爱情就其本性来说不可能持久。两个人越来越熟识对方,他俩之间的亲昵关系也会越来越失去愉悦的特征;直到有一天,对抗、失望和厌倦把一息尚存的原始兴奋都给抹杀掉为止。当然一开始双方都不会想到这点。事实是,人们往往把这种如痴如醉的强烈程度当作是强烈爱情的证据,而实际上这只不过表明了这些男女先前是多么地孤单、寂寞、无聊而已。

这一看法——再也没有比爱情更容易的了——尽管一再为相反的证据所否定,但至今还占主导地位。几乎再也找不出一项行动或一项计划像爱情那样以如此巨大的希望和期待开始,而又以如此高比例的失败而告终。如果是别的事,人们会急切地想方设法以找出失败的原因,学会怎样做得更好,或者干脆以后就洗手不干了。既然要人们放弃爱情是不可能的,看来只有一条征服失败的方法,那就是:检讨失败,继续探寻爱的真谛。

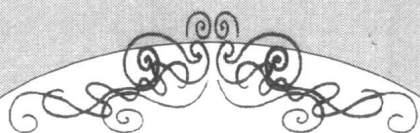
探寻爱的真谛的第一步是:要认识到爱是一门艺术,正如生活是一门艺术。人们要学会如何去爱,就得像学习其他的艺术——如音乐、绘画、木工或者医疗和工程一样去开展行动。

学会任何一门艺术必要的步骤是什么呢?

可以方便地将学习一门艺术的过程分为两个部分:一是掌握理论,二是掌握实践。如果我要学习医术,我就要了解人体的构造,以及各样的疾病的症候。但是,即便我掌握了所有的理论知识,我在行医方面仍然可能是无

法胜任的。只有通过长期的实践活动，一直到理论知识和实践经验的成果融会贯通变为直觉，也就是掌握了所有艺术的本质，才能在艺术界成为一名大师，一名行家里手。要成为大师，除了学习理论和实践外还有第三样是必不可少的因素，即要把掌握艺术看得高于一切；这一目标必须占据他整个身心，世上绝无他物比艺术更为重要。这一点既适用于音乐、医学、雕塑，也一样适用于爱情。这里也许就解释了为什么在我们这个文化中，尽管有不少人明显地遭到了爱情的失败，却极少有人去努力学会爱情这门艺术。人们一方面深切渴望爱情，另一方面却把几乎所有其他的东 西：如成功、金钱、名望和权力看得都重于爱情。我们几乎把所有的精力都用于努力求得这些东西，却很少用来学会爱这门艺术。

难道只有那些能帮助人们猎取到金钱和名望的东西我们才考虑去学，而爱情——只对灵魂有益、在现代意义上无利可图的——只是一种人们无权付出许多精力以求得的奢侈品吗？无论如何，在下面的爱之艺术的讨论中我将分两部分探讨。我首先要用大部分篇幅阐明爱情的理论问题；然后再探讨爱之艺术中的实践问题——就跟在其他艺术领域一样，能说的实践问题也很少很少。



第2章  
爱的理论

*The Art of Loving*







## 1 爱,是对人类存在问题的回答

任何关于爱的理论都必须要从人的理论、人的生存理论出发。我们在动物身上所说的爱情,或者说类似爱情的东西,其实主要是动物的本能性官能的一部分。这些东西,在人身上,只能看到一些残余在起作用了。人类存在的本质在于人从动物界、从本能适应中超越出来;人超越了自然——尽管人从未脱离自然;人是自然的一部分,但一同自然分裂,就永远也不可能回归自然了。一旦被逐出伊甸园,就失去了原先同自然之间的和谐状态。人要是企图回归自然,手执喷焰利剑的天使就会挡住人们的归路。人只能依靠不断发展人类的理性,依靠寻找一个新的人文和谐,取代那已经永不复返的前人类和谐,来继续前进。

人一生下——作为种族的人与作为个人的人是一样的——就从一个如原本能确定的环境,被抛入一个不确定的、完全开放的环境中去了。人仅仅对过去有把握,对未来——除了知道人终有一死以外——一无所知。

人天然具有理性;他是能够意识到自己存在的生命。