

<<爱的艺术>>

图书基本信息

书名：<<爱的艺术>>

13位ISBN编号：9787532752850

10位ISBN编号：7532752852

出版时间：2011-7

出版时间：上海译文出版社

作者：[美]弗洛姆

页数：190

字数：94000

译者：李健鸣

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;爱的艺术&gt;&gt;

## 前言

1986年，商务印书馆曾经约我翻译著名哲学家艾里希·弗洛姆的名著《爱的艺术》。没想到，二十二年后，《爱的艺术》又要再版了，这充分说明了这本书的生命力。尽管这二十年来，世事千变万化，但这本书的现实意义似乎有增无减，追究原因，无非是生产方式的变化引来了社会关系的变化，也引来了个性的解放和追求个人自由的机会，但与此同时，每个人所面临的压力和困难也不断地增多，无法掌握命运的感受像一场瘟疫在扫荡许多人的心灵。为了摆脱困境，几乎每个人都在寻找各种刺激、手段和方式。但无论付出多大的努力，如果不认识自我，不认识自己在这个社会的位置以及所扮演的角色，不认识自己的迷茫和盲目，只会进入更深的死胡同。在这个意义上，《爱的艺术》一定会给那些有意识要认识自我和周围世界的人带来启发和希望。这二十年来，我也有了许多变化，似乎能更冷静地看待自我和周围世界，但永远克服不了的是每日都会遇到的困惑和恐惧，这种对自我的敏感一方面能使自己以一种诚实的态度看到自己的问题，另一方面也使自己对社会的变化有更深入的了解。我深知，我之所以有这种不断认识自我的强烈要求，是同我二十多年前接触弗洛姆的《爱的艺术》以及他的其他著作有关。他的许多作品打开了我的眼界，让我看到内心，也让我更能理解身外的大千世界。我曾经有过一个愿望，那就是希望自己有机会能与别人分享我读《爱的艺术》的体会，但总因为工作繁忙或没有合适的契机，而只能让这个愿望存留在心底。想不到的是，几年前，北京友谊医院的柏晓莉大夫让我实现了我的愿望。柏大夫是治疗心理疾病的大夫，她还在业余时间组织病友的集体活动，让病友在一起就一个专题进行学习和讨论。《爱的艺术》也成为了他们的“课本”。我参加过他们的一次活动，到场的人可以说是来自各行各业，但他们对认识自我，认识自己的爱的能力的渴望却非常相似，我至今还记得他们提的问题和讨论时的热烈场面。一组人读书的方式在西方有很悠久的历史，特别是在心理学界已经成为一种获取认识和了解自我的好方法。我真心希望，柏大夫的做法会继续下去，也更希望，这种方法能使《爱的艺术》这本书获得更多的读者。我想，每个看这本书的人一定会受益匪浅，因为这本书以一种特别亲切的方式把我们带入爱的真谛的范畴，它会让我们小心翼翼地打开自己的心灵，并去挖掘内心隐藏的秘密，让我们成长和成熟。我们这一辈子要做的事情确实很多，但最重要的事应该是了解和掌握爱这门艺术，因为只有这条路径才能使我们感到生命的意义，感到自我的存在，感到周围人的存在，并体验到克服困境的艰辛和欢乐。

2008年2月于北京

## <<爱的艺术>>

### 内容概要

本书是德裔美籍心理学家和哲学家、法兰克福学派重要成员艾里希·弗洛姆最著名的作品，自1956年出版至今已被翻译成32种文字，在全世界畅销不衰，被誉为当代爱的艺术理论专著最著名的作品。在《译文经典·爱的艺术》中，弗洛姆认为，爱情不是一种与人的成熟程度无关，只需要投入身心的感情。

如果不努力发展自己的全部人格并以此达到一种创造倾向性，那么每种爱的试图都会失败；如果没有爱他人的能力，如果不能真正谦恭地、勇敢地、真诚地和有纪律地爱他人，那么人们在自己的爱情生活中也永远得不到满足。

弗洛姆进而提出，爱是一门艺术，要求想要掌握这门艺术的人有这方面的知识并付出努力。

<<爱的艺术>>

作者简介

作者：(美国)艾里希·弗洛姆 (Fromm.E.) 译者：李健鸣

## <<爱的艺术>>

### 书籍目录

前言

第一章 爱是一门艺术吗？

第二章 爱情的理论

（一）爱情是对人类生存问题的回答

（二）父母和孩子之间的爱

（三）爱的对象

（1）博爱

（2）母爱

（3）性爱

（4）自爱

（5）神爱

第三章 爱情及其在当代西方社会的衰亡

第四章 爱的实践

附录

艾里希·弗洛姆生命中的爱

——回忆弗洛姆的一生 / 莱内·芬克

## &lt;&lt;爱的艺术&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：第二章 爱情的理论（一）爱情是对人类生存问题的回答爱情的每一个理论必须要以人的理论、人的生存理论为前提。

我们所能看到的动物的爱情或者更确切地说动物身上类似爱情的东西，主要是动物的一部分本能。

在人身上只能看到这一本能的残余。

人的存在的根本要点是人超越了动物界，超越了本能的适应性，脱离了自然——尽管人永远不可能完全脱离自然。

人继续是自然的一部分，但又同自然分离，永远不可能再同自然合二为一。

人从天堂里被赶出来后失去了同自然的和谐状态，带有火剑的天神就挡住了人的归路。

人只能继续前进，不断发展人的理智，用一种新的、充满人性的和谐去取代永不复返的类人猿时代的和谐。

人一生下来——亦指种族和个人——就从一个确定的环境，如本能，被推到一个不确定的、完全开放的环境中。

人只了解过去，对未来——除了知道要以死亡告终外——一无所知。

人拥有理智；人是生命，一种意识到自我存在的生命。

人意识到自己，他人，人的过去和发展前途的可能性。

人对他的单一存在的觉悟，对他短暂生命的觉悟，人意识到身不由己，死的必然，人知道自己的孤独和与世隔绝，意识到面对社会和自然的威力自己的无能为力——所有这一切都使他的特殊和孤寂的存在成为无法忍受的监禁。

如果人不能从他的监狱中解放出来，如果他不能以这种或那种方式，同他人或周围世界结合在一起，他就会疯狂。

经历过孤寂的人必然会有恐惧感。

实际上孤寂感是每种恐惧的根源。

孤寂意味着与外界没有联系，不能发挥人的力量，意味着一筹莫展，不能把握世界、事物和人；意味着世界把我淹没，而我只能听之任之。

所以孤寂是引起强烈恐惧感的根源，同时孤寂还会引起羞愧和负罪的感觉。

《圣经》中亚当和夏娃吃了辨别善恶之树的果子后，他们就不再顺从上帝（只有允许不顺从时，才会产生善恶），他俩就脱离了动物界与大自然的原始和谐，从而成为人。

当他俩作为人诞生后，“这才发现自己是赤身裸体，感到很是羞愧”。

难道我们还应该用十九世纪拘泥的道德观去解释这一古老、基本的神话，即这个故事是要我们相信，亚当和夏娃之所以羞愧是因为他俩都看到了对方的性部位？

这种解释肯定不对。

如果我们这样理解这一故事，我们就忽视了主要的一点，那就是：男女在意识到自己和对方后，也就意识到了他俩之间的区别和距离，知道他俩属于不同性别。

由于他们认识到他们之间的区别，所以他们就相互陌生起来，因为他们还没有学会去爱对方——亚当把责任推卸到夏娃身上，而不是试图为夏娃辩护这一事实就证明这一点。

意识到人与人之间的距离，而又没有通过爱情去达到新的结合——这就是羞愧的根源，同时也是负罪和恐惧的根源。

因此对人来说最大的需要就是克服他的孤独感和摆脱孤独的监禁。

人在达到这一目的过程中的完全失败就会导致人的疯狂，因为人只有通过完全彻底地脱离周围世界，以至于不再感到与世隔绝，他对彻底孤独的恐惧感才会得到克服——因为他与之隔绝的世界从他的生活中消失了。

人——所有时代和生活在不同文化之中的人——永远面临同一个问题，即：如何克服这种孤独感，如何超越个人的天地，实现人类的大同。

原始时代的洞穴人、游牧民族、埃及的农民、腓尼基的商人、罗马的士兵、中世纪的僧侣、日本的武士、现代的职员和工人都有这个问题。

## &lt;&lt;爱的艺术&gt;&gt;

这个问题一成不变，因为它出自同一土壤——即人的状况，人类存在的条件。

但对这一问题的回答却各不相同。

人可以通过信拜动物、祭人或军事掠夺、奢侈享受、清教徒式的节制、狂热的工作、艺术活动和创造性的劳动，通过对上帝和他人的爱情做出自己的回答。

虽然有各种回答的方式——详细地列出这些方式就产生一部人类历史——但决不是无边无沿。

相反，如果我们撇开一些微小的、非本质的区别，可以确定，生活在不同文化中的人对这一问题所能做出的回答是有限的。

宗教和哲学的历史就是这些既纷繁、然而数量上又是有限的回答组成的历史。

人们对这一问题的回答在一定的范围则取决于人所达到的个性的高度。

在一个孩子身上，“我”字几乎还没有形成。

每个孩子都同母亲融为一体，只要母亲在他身旁，他就不会有孤独感。

他的孤独感通过母亲的存在，同母亲的乳房和肌肤的接触而得到缓和。

一直到孩子发育到产生孤独感和个性这个阶段，母亲的存在才不足以消除他的孤独感，他必须以其他的方法克服这种孤独感。

人类在孩提时代几乎是以同样的方式体验与大自然的和谐。

大地、动物和植物完全是人的世界。

人把自己看作和动物完全一致，这表现在人装扮成动物以及崇拜图腾或其他的动物神。

但人类越脱离原始的纽带，就越疏远自然世界，就越要寻找摆脱孤独的途径。

达到这一目的的一种途径是不同形式的纵欲。

例如自我引起——或借助于毒品——的恍惚状态就是一种形式的纵欲。

原始部落的许多仪式提供了这方面活生生的例子。

在短暂的极度兴奋中，世界消失了，与世隔绝的感觉也随之消失。

如果是集体纵欲，那么参加者还会体验到与一组人共命运的感受，从而加剧效果。

性的体验常常是和这种纵欲紧密联系在一起的。

性纵欲可以达到同恍惚状态和吸毒一样的效果。

集体性纵欲的仪式流传很广，其效果是参加者在此后一段时间内不会有强烈的孤独感，但渐渐地恐惧感又会上升，因此就必须重复这一仪式。

只要纵欲是一个部落的集体活动，就不可能引起恐惧和羞愧的感觉。

这样的一种行为是“正确的”，甚至是一种美德，因为这是一种集体活动，不仅得到医生和僧侣的同意，甚至得到他们的支持，因此参加者也没有必要感到羞愧或有负罪的感觉。

但是生活在已经失去这种仪式的文化中的人如果选择同一种方式去克服自己的孤独感，就另当别论了。

酒和毒品是生活在一个非集体纵欲的时代的一些人所选择的方式。

同生活在集体纵欲文化时代的人相反，这些人受到良心谴责的痛苦。

他们一方面想通过酗酒和吸毒去克服孤独感，但在纵欲以后他们的孤独感却加剧了，所以不得不更经常地，更强烈地去重复纵欲行为。

在某种程度上性纵欲是克服孤独感的一种自然和正常的方式，并有部分效果。

许多不能用其他方式减轻孤独感的人很重视性纵欲的要求，实际上这和酗酒和吸毒并无多大区别。有些人拼命地想借性纵欲使自己克服由于孤独而产生的恐惧感，但其结果只能是越来越孤独，因为没有爱情的性交只能在一刹那间填补两个人之间的沟壑。

通过纵欲达到人与人之间的结合的所有方式都有三个特征：首先这些方式都是强烈的，甚至会很激烈；其次它们需要整个人——包括身心都投入进去；第三就是需要不断重复——因为纵欲的效果只能持续很短的时间。

但是，无论是过去的人，还是现代人，克服孤独感最常用的方法却与此截然相反。

这一方法就是通过同一组人保持一致，通过同一组人的习惯、风格和看法保持一致来达到同其他人的结合。

这一方法的发展也有一个历史过程。



<<爱的艺术>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>