

# 爱的艺术



[爱的艺术 下载链接1](#)

著者:[美] 埃里希·弗罗姆

出版者:国际文化出版公司

出版时间:2008-11

装帧:

isbn:9787801732484

《爱的艺术》包括爱是一门艺术吗、爱的理论、当代西方社会中的爱及其蜕变、爱的实践四章内容。阅读《爱的艺术》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，《爱的艺术》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。《爱的艺术》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，如果没有真正的谦恭、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《爱的艺术》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《爱的艺术》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) 等著作很熟悉的读者会发现，《爱的艺术》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。《爱的艺术》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《爱的艺术》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。

## 作者介绍：

艾里希·弗洛姆，著名德裔美籍心理学家、精神分析学家、哲学家。1900年生于德国法兰克福犹太人家庭，1922年获德国海德堡大学哲学博士学位，是二十年代“法兰克福学派”重要成员。纳粹上台后，他于1934年赴美，在从事心理咨询工作的同时，在哥伦比亚大学等学术机构讲学，并先后执教于墨西哥国立大学、密歇根州立大学等高校。1980年弗洛姆病逝于瑞士洛加诺。

弗洛姆的研究植根于弗洛伊德的精神分析学说和马克思主义哲学理论。他认为人是各自所在的产物，在现代工业化社会，人变得越来越自我疏离，这种孤立感导致人们潜意识下渴望与他人结合、联系。

弗洛姆以深入浅出、平易近人的文笔，创造了大量学术著作和普及性作品，其中影响最大的有《爱的艺术》、《逃避自由》、《健全的社会》、《精神分析的危机》等。

目录: 第一章 爱是门艺术吗

第二章 爱的理论

第1节 爱，是对人类存在问题的回答

第2节 父母和子女之间的爱

第3节 爱的对象

a.兄弟之爱

b.母爱

c.性爱

d.自爱

e.上帝之爱

第三章 当代西方社会中的爱及其蜕变

第四章 爱的实践

[附录] 弗罗姆的生平及思想

· · · · · (收起)

[爱的艺术](#) [下载链接1](#)

## 标签

心理学

弗洛姆

爱的艺术

哲学

爱

心理

爱情

人生哲学

## 评论

心理老师推荐 快速闪读了一遍。爱的实现不是被爱而是主动的爱。爱是艺术 要有训练  
要专一 要有耐心 全力以赴。叔叔说  
爱是能动的成长的不断完善的。弗洛姆也这么认为。他一定是读过。我爱因为我被爱×  
；我被爱因为我爱√。

-----  
他说学会独处是爱的前提。

-----  
从这本书开始 知道了弗洛姆这个人

-----  
爱可以有这番诠释和剖析。

作者很多观点透着宗教感，但洞察很有意思；现代社会经济利益至上的价值观，让男女  
以互换互利的逻辑对待爱情，忙着提高自己的“商品价值”，男人尽可能获取财富，女人  
尽可能塑造美丽；大多数人将爱情问题首先看作一个被爱的问题，而不是去爱和有没有  
能力去爱，因为大家觉得“爱”本身十分简单；现代人只能在荧幕中体验爱情，因为  
“爱”与世俗生活不相容；长久来看，任何排斥“爱”发展的社会都与人类本性相冲突  
——因为，爱是每个人的终极现实需要，这种需要被掩盖了，但不等于说这种需要不存  
在。作者提倡一种“无偿”、“无所求”的施爱法则，作为“现代人”的一员，暂时不得其法。

它告诉我，爱有多重要，应该如何去爱。很多人会把共生性结合当作是爱，在这里得到了纠正。

人性教育的绝佳读本——不仅在爱上

我一直都认为有无爱的能力很重要，然而大多数没有能力的人仍旧不自知的认为自己还是有这种能力的，选择爱人的过程中首先我们要自己观察判定其有无这种能力。这样才能共同编制一段美丽的爱情，否则只会是一场单相思。

爱是罕见的，弥足珍贵的。

道理通达。这本书关于爱的解释中，至少有三个论点可以在其他很多地方找到痕迹：1) 爱的本质问题是“隔膜与接纳、封闭与敞开、孤独与呼应”的问题；2) 正常是罕见的，不正常才是正常的；3) 专注。

我会想推荐给每个我认为还有希望的人读一读这本书。爱是最大也是唯一救赎。每过一段时间都应该把这本书再拿出来重新学习。

这个世界的终极就是爱！

我觉得每个人都要读，现在人的恋爱观大有问题。当代社会把人都扭曲异化了，爱是真正的解药。

这版译得有点乱啊。。

对一件事了解得越深，爱的程度也越深。

只有在自由的基础上才会有爱，爱永远不会是支配的产物。自爱，再去爱人。

最重要的是学会一个人单独待着，而且不看书，不听广播，不抽烟和不喝酒。有没有集中的能力表现在能不能单独地待着。而这种能力又是学会爱的一个条件。正因为我们不能自力更生，所以只能把自己同另一个人联在一起，这个人也许就是我的生命的拯救者，但是这种关系同爱情无关。

爱可以有这番诠释和剖析

有时候听到人家说这是常识，我总有低下头的感觉。总觉得这是在骂人。弄得现在什么是常识都不知道。还好，有感受，有书在指导我，让我慢慢来把它们理清。

爱和性艺术

[爱的艺术 下载链接1](#)

书评

你了解爱这件事吗？我们身边的人大概没有几个人不曾为它所累，尘世间没有什么比对爱情的渴望更强烈的了。爱随时随地无时不刻都在发生，我们中间有人正在爱，有人即将要爱，剩下的则在花大量时间谈论爱和等待爱。毋庸置疑，人与人间的情愫是一个永无休止的争论，是一个人类永远...

我一向对有关爱情的书籍和电影格外鄙视。原因很简单，在这个滥情的时代，不管我们怎么搔首弄姿和眉目传情，始终找不到到达真爱的旅程。我们一方面显摆着对爱情的无所谓，另一方面又因爱的缺乏而深感焦灼与空虚。虽然这个时代已被搞成了自由恋爱的

超级市场，可每个人，既不屑于...

---

这是一本可以轻松地阅读但又能引起思考的小书，我很庆幸我遇见了它。弗洛姆的文笔很流畅思维很连贯，不是严肃地说教，也不算是牧师般的引导，他不是要教会我们什么，他只是在讲述，就好像一个长者在讲他自己的人生体验中关于爱的那一章节。每个听众各取所需。身边的朋友常常...

---

(读书笔记一篇，权当做一年以来在《爱的艺术》读书小组和大家学习、探讨的纪念)  
当我第一次阅读弗洛姆《爱的艺术》时，我首先感到的是讶异：为何爱被称为一种艺术？在我的潜意识中，爱是一种本能，它涵盖的内容过于庞杂，以至于言语无法穷尽它的全部意义。正如《圣经》 ...

---

在一个以生产和消费为最高准则的社会，只有那些不甘心同流合污者才能做出有效的抵抗。

什么都不懂的人是毫无价值的。懂的很多的人，却能爱，有见识，有眼光……对一件事了解的越深，爱的程度也越深。

只有通过长期的实践活动，一直到理论知识和实践经验融会贯通起来变成灵感-...

---

关于爱是什么，为何我们需要爱等问题，在《爱的艺术》这本书中，当代心理分析学家弗洛姆有着不同于一般人对爱的诠释。爱的艺术并非是一本教人学会如何爱的情爱圣典，而是关于指导人生意义的心灵哲学类书籍。千万不要误以为看了这本书，就学会了爱，爱不是公式，不是操作手册...

---

为自己的人——现代西方学术文库 作者：[美]埃.弗洛姆 出版社：

生活.读书.新知三联书店 孙依依 译 出版时间：1988-11-01

其实我过去读的是孙依依译的版本，它是附属在三联以上这本《为自己的人》后的薄薄的一部分而已。可惜在网上找不到这本书的图样，只看到...

---

爱情不是一种与人成熟度无关，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。 ...

很多学科，源于哲学，或者说的更武断一点，追寻所有学科的根源，都将追溯到某个哲学问题。因而，在现实生活中，很多的困惑，必须要从哲学去寻找答案和解脱。而“爱情”，就是这些问题中的一个。

看过很多探讨爱情话题的文学作品和影视作品，比如《好想好想谈恋爱》，里面的主...

---

很可悲的发现，实践爱的艺术往往是一个人的修行。

弗洛姆在《爱的艺术》中，理想地认为：“要同对方建立真正的、创造性的紧密关系。只有爱情才能带给我知识，在结合的过程中回答我提出的问题。在爱情中，在献身中，在深入对方中，我找到了自己，发现了自己，发现了我们双方...

---

### 弗洛姆《爱的艺术》前言

这本书必定会使所有期望从这本书得到掌握爱的艺术秘诀的读者大失所望。

恰恰相反，这本书要告诉读者，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。这本书要说服读者：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...

---

作为社会批判和拯救的哲学家弗洛姆，是当代西方马斯洛人本主义心理学的奠基者。他将人格划分为三种类型：生产型，消费型和交易型。生产型的人格是最理想的人格，在这种模式下，人能够自由的运用自身的力量，实现自身的潜能，爱对这种人来说，不是外在的，而是他内在力量的一种...

---

书里弗洛姆对爱情和teamwork的类似性上提出了质疑。他将这种类似“团队合作”的爱，特别是婚姻，归根于一种异化或者疏远的人际结构。他断言，在一个团队里，队友们交换自己的“人格商品”，期望公平的交易。而在婚姻中和谐地履行职责的协作思想，同和谐地履行职责的雇员的观点...

---

很多人讲一件事，都喜欢说：我们江苏人，我们上海人，我们金牛座的，我们交大毕业的，我们程序员，我们知乎用户，我们豆瓣用户，……而不是直接说：我……一直觉得这种群体划分很不好，又说不上什么门道来，直到今天看了弗洛姆的《爱的艺术》才知道：同一组人结合，是克服孤独...

无意中发现了这本《爱的艺术》，是上海译文出版社版的，由艾·弗洛姆著，李剑鸣译。读完一遍感悟颇多，让我对“爱”这个字有了更深一层的了解，现代的社会，如何去培养这种爱的能力，如何去正视爱，需要我们每个人慢慢去学习爱的理论，去努力实践爱。琐碎的点滴~O(∩\_...

这个版本不像是译文出版社的水平，错误太多了。现在仅就最明显的错误（很抱歉我没有和原著和其他译本比对）捉虫如下：页23行12-13

“如果你想对他人施加影响，你必须是一个有艺术修养的人” 疑为缀句 页62 注1行2

“如时母女神” 疑为通译湿婆（亦见于页90页注1） 页83 ...

为一本没读完的书写评论，这个好象不太有资格.....

不过谁让这里空着呢，太遗憾了，如此神奇的一本书。

自然从理论上来说如何去爱并不足够，爱一直被人看成是一种感性的东西。爱啊，快乐啊，幸福啊，满足啊.....都是我们一直追求的东西，自然这本薄薄的册子不会...

为自己的人——现代西方学术文库 作者：[美]埃.弗洛姆 出版社：

生活.读书.新知三联书店 孙依依 译 出版时间：1988-11-01

其实我过去读的是孙依依译的版本，它是附属在三联以上这本《为自己的人》后的薄薄的一部分而已。可惜在网上找不到这本书的图样，只看到很...

[爱的艺术 下载链接1](#)