

论弗洛姆的“五爱”及其美学意涵

莫依林

大连海事大学，辽宁省大连市，116026；

摘要：弗洛姆的人本主义伦理学说把“爱”放在了核心位置。在他看来爱不只是一种感觉，更是一种人格倾向和需要——它是我们回应自身生存困境的健康方式，也是与自然、他人及自我建立联结的根本途径。他在《爱的艺术》中将爱分为五种类型：博爱、母爱、性爱、自爱与神爱。尽管形式不同，但所有爱的本质都是“给予”，也就是主动分享自己内在的生命力。同时，它们都离不开四个基本要素：关心、责任、尊重与了解。掌握爱的艺术，既需要懂理论，也要持续实践，甚至可以说是一辈子的事。而从美学的视角来看，我们还能进一步发现，“爱的艺术”其实深刻连接着社会现实与意识形态结构，并不是孤立的心理问题。

关键词：五爱；爱的艺术与实践；爱与美学

DOI：10.64216/3080-1516.26.01.067

1 埃里希·弗洛姆“五爱”的提出

作为法兰克福学派人文主义方向理论家，弗洛姆通过跨领域理论综合建立爱的哲学框架，创造性结合马克思主义社会批判与弗洛伊德精神分析，形成“精神分析社会学”研究进路。他致力于修正弗洛伊德学说并调和马克思主义，回应战后西方精神困境，被视为新弗洛伊德主义与新马克思主义交汇点及精神分析社会学奠基者之一。

爱是谈论了几千年的话题。但究竟什么是爱，大家见仁见智。弗洛姆在《爱的艺术》中提出：爱不是感性经验，而是应对生存困境的积极行动与必须通过学习实践掌握的能力。他认为爱并不神秘，发展爱的能力需全面积极地发展个性并活得有意义。现代西方的根本问题在于人的异化与生存焦虑，而爱是“人类对自己生存问题的回答”。

“爱，首先需要学习，需要知道有关的知识，它还需要去实践。”他详论五种爱的对象，批判西方社会多为伪爱情。同时批判三种误解：爱即被爱、与生俱来、对象而非能力。弗洛姆区分成熟与不成熟之爱：后者是共栖统一，前者是对生存问题的积极回答。爱是一门需知识与实践的艺术，是创造性工作，“只有爱才能达到人与人之间的结合”。

“现代人的生存困境之一是逃避自由，之二是生存异化。”，弗洛姆将爱界定为艺术，回应人类的生存困境，主张唯有通过爱才能实现真正的人际统一，阐明以发展爱的能力为核心的个体自我超越路径。尽管弗洛姆

高度推崇马克思，却立于非历史唯物主义立场调和二者。这一兼具哲学思辨性与社会关怀的理论建构，为分析五种爱的形式及探索其现实意义奠定基础。

2 《爱的艺术》中“五爱”的对象

在《马克思论人》一文中，弗洛姆曾明确表述了他的观点：马克思的真实目的是人的精神解放，是让每一个个体的人都恢复其完整性。这也是弗洛姆在爱的实践中探寻人类生存问题答案的出发点与落脚点。他将爱界定为一种对世界整体的根本态度或人格取向，而非局限于特定对象狭义的情感。爱首先是一种决定个体与整个世界关系的定向，弗洛姆系统剖析了五种爱的类型，并强调一切成熟的爱皆以保持个体完整性为前提，真正的结合不消解独立性。爱其实是你对待整个世界的方式，而不是只对某个人的特殊感情。如果一个人只是爱和自己有关的对象，对其他的对象自私冷漠，那这不叫爱，更像是一种“连体婴”式的依赖。

博爱作为所有爱的形式的基础，体现为对全体人类的普遍关怀，其核心在于平等意识与共同责任感。它不具独占性，凝聚着人与人之间的团结，并通过对弱者的关怀体现其伦理实质。博爱是一种基于深刻人性理解的善意实践，要求在尊重与关涉他人中实现自我存在的统一。它相信人人生而平等，命运休戚与共，所以我们有责任去关心、尊重和理解别人。懂得博爱的个体，不会把爱只留给与自身相关，会很自然地散发到身边尤其是那些需要帮助的、脆弱的生命。

母爱被视为最具奉献性的爱的形式，是对孩子生命

和需求的完全肯定。这种爱不只是包括对生命的维护，更包括激发其热爱生活的意愿。但真正的母爱的伟大和艰难之处在于，它必须能接受跟孩子的分离和独立之后还能继续爱。通过爱孩子，母亲也超越了自己，找到了生活的新意义。

性爱具有排他性，追求与特定对象达成灵魂与肉体的完全融合。弗洛姆创造性地批判将性吸引简单等同于爱的误解，指出真正性爱应是我只想和“你”这一个人达到身心的完全融合。真正的性爱，是通过爱眼前这一个人，进而去爱所有人、爱生命本身。

自爱不等于自私，而是健全人格的体现，与博爱相辅相成。个体对自身与对他者的态度具有内在一致性：我们怎么对别人，通常就怎么对自己。一个能爱别人的人，也一定懂得爱自己。“自爱”是健康的，它体现在你会关心自己、尊重自己、为自己负责。如果你对自己都漠不关心，内心其实是缺乏生命力的，也很难真正去爱别人。所以，爱自己和爱他人是一体两面，互相滋养。

成熟的神爱不再将神视为外在的、令人崇拜的力量，而是内化为爱与正义的原则，实现人与神性合一。谈论神更像是在用诗意的语言表达一种崇高信念。这种爱和我们对父母的爱都源于内心深处的情感需求。不过它最终还是被我们所处的社会和文化深深影响的。

弗洛姆通过这五种爱告诉我们，爱不是一种感觉，而是一种需要学习和实践的能力。它关乎关怀、责任、尊重和理解。且爱不纯粹是个人的事，它和我们身处的社会大环境密不可分。就像“神爱”所揭示的，爱的形态终究会受到社会结构的塑造。在此理论基础上，可进一步从“美学意蕴”与“生态马克思主义价值”等批判的视角展开深入剖析。

3 论“五爱”中的美学意涵

弗洛姆关于“爱”的理论，并非一个孤立的说法，而是可以和许多其他重要理论相互印证、形成一个完整的的大体系。从沟通视角看，博爱与哈贝马斯的交往理论高度契合。弗洛姆主张的普遍关怀，与哈贝马斯提出的“真诚、可理解、真实、正当”四大沟通原则不谋而合。这种以人为本、通过博爱构建平等和谐共同体的精神在美学领域也找到了大量类似的观点，如卡冈的“艺术不是‘人用东西’的关系，而是‘人与人’的对话，能帮我们构建自我；费歇尔的“艺术是为了消除人与人之间的隔阂，让大家情感上更亲近。”

母爱是一种“创造性的艺术”。他用“乳汁”与“蜂蜜”两个意象，将母爱从基础养育升华为生命艺术的创造。真正的母爱如同艺术创作，在亲密关怀与鼓励独立之间保持动态平衡，引导孩子走向完整人格的塑造，这被赋予了深刻的“美”。

性爱在弗洛姆看来具有超越性。它不仅是两人间的亲密联结，更能由此通往对更广阔人类的爱。这种从个体到普遍的升华过程，在最紧密的结合中保持各自的独立与完整，体现了美学中的“对立统一”原则。就像卢卡契所言“真正的艺术能打破思想禁锢，通过展现真实历史来唤醒人的自我意识。”

自爱是一种充满创造与反抗的“个人艺术”。弗洛姆为“自爱”重新定义与正名，认为它并非自私，而是积极的自我创造。健康的自爱不是自私，而是像艺术家雕琢作品般精心塑造自己的生命。这种自爱在美学上正如费歇尔所言，真正的艺术是生命创造力的展现。一个懂得自爱的人，正是在精心塑造自己的生命，使其成为一件不断成长、丰富的“艺术品”。阿多诺也说过，真正的艺术拒绝被工业流水线同化，承载着我们对更美好世界的渴望。要求我们守护内心独特的声音，抵抗外界的同质化压力，持续经营“更好的自己”。

神爱是一种在世俗中追寻生命无限的从对外在神灵的崇拜，转化为内在的生命诗学。当神性原则内化为我们的行动准则，就能在世俗生活中活出超越的精神性。这种“在世超越”与艺术创作的逻辑相通，让我们在具体生命中活出自由与崇高。这体现了马尔库塞的观点“真正的艺术天生就具有超越性，能帮我们挣脱功利和现实的枷锁。”

弗洛姆将五种爱从生物本能或道德规范，提升为“生命艺术”的实践。无论是母爱的创造性培育、性爱的辩证和谐，还是自爱的个性塑造与神爱的诗意超越，都指向同一个核心：爱是通过美的规律，将生命本身转化为艺术品的创造性实践。它让我们不必逃离现实，就能在具体存在中实现精神的自由与完满。

4 对“五爱”的评价

弗罗姆认为自己是一个“清醒的乌托邦主义者”，他要求人们为改造社会和改造人而认真地做些工作。他自己也是这样身体力行，为实现美好的社会理想不懈地尝试。弗洛姆在《爱的艺术》中提出的“五爱”理论，构建了一个以人为中心的完整情感体系。他将爱理解为

一种需要主动学习和实践的“创造性艺术”，而非被动降临的感觉。掌握这门艺术，需要培养关怀、尊重、责任与理解等核心品质并通过真诚沟通来建立深刻联结。其根本目的是在保持个体独立性的同时，通过博爱、母爱、性爱、自爱与神爱等不同形式，实现与他人和世界的有机联系。

他的理论的核心贡献是完成从“坠入爱网”到“主动去爱”的认知转变，赋予爱以明确的伦理价值与实践路径。同时提出“关切、责任、尊重、认知与贡献”五要素，构建了健康人际关系的基本模型。并打破“自爱即自私”的陈旧对立，将爱自己、爱他人与爱信念在“博爱”基础上统一起来。清晰区分了生理吸引与真正性爱，并强调健康母爱应以促进孩子独立为目标。

他的理论局限也不容忽视。如在母爱分析中，将培育功能紧密绑定于女性角色，未能拓展至中性化的“亲子之爱”，带有性别本质主义的色彩。整体论述过于理想化，将爱的缺失主要归因于个人心理能力，相对忽视了资本主义、父权制等社会结构性压迫对情感能力的系统性破坏，导致未能解决“异化劳动挤占情感创造空间”的现实困境，使理论在实践层面面临矛盾。

弗洛姆实践的走向内心的道路，其目的不是走向内心和脱离尘世，而是为了能同现实、同其他人和同自己建立更具有创造性、更理性和更有爱的关系。实现“我需要你，因为我爱你”式的成熟的爱或许还要一段长时间的过程。

5 结语

重读弗洛姆的《爱的艺术》，领会弗洛姆对爱的含义与力量的理解，会带给我们新的思考与收获。弗洛姆在《爱的艺术》中提出了一个核心观点：爱不是一种玄妙的感觉，而是一门需要主动学习和培养的“能力”或“手艺”。他将这种能力拆解为五个关键要素。一是主动给予。分享内在的生命力，如知识、热情与时间；二是深刻理解。真正花心思去认识对方；三是持久关怀。超越一时兴起的持续关注；四是自觉责任。把对方的需求视为己任；五是充分尊重。在爱中保持不控制的姿态，鼓励对方成为自己。弗洛姆强调，掌握爱的艺术不能仅

停留在认知层面，而必须像学习乐器一样，通过专注的练习与持续的意志努力，将这些品质内化为稳定的人格特质。

然而这一理论虽在结构上极具启发性，却存在一个根本的“硬伤”：弗洛姆试图融合马克思的社会批判与弗洛伊德的心理学，却未能真正实现二者的有机整合。其理论更像是用经过改造的弗洛伊德框架，去包装马克思的社会观点，导致思想定位模糊、体系不够连贯，“就这样尴尬地处于马克思与弗洛伊德之间”。因此，尽管弗洛姆对“爱”的剖析深刻而富有指导意义，我们在借鉴时仍需保持批判性眼光，清醒认识到其理论根基的不融贯之处，并在跨学科参照中谨慎使用和解读。

参考文献

- [1]林胜. 爱的重新寻找——读弗洛姆《爱的艺术》有感[J]. 社会, 2001, 11 (15) .
- [2]孙依依. 爱是一门艺术——弗洛姆和他的《爱的艺术》 [J]. 读书, 1986, 02 (20) .
- [3]张晓薇. 在爱的实践中存在——读弗洛姆《爱的艺术》 [J]. 学习与探索, 2022, 08 (29) .
- [4]解保军. 弗洛姆对人类生存问题的解答——弗洛姆《爱的艺术》述评[J]. 理论探讨, 2005, 02 (14) .
- [5]冯宪光. 西方马克思主义美学研究[M]. 重庆: 重庆出版社, 1997.
- [6]关山. 评弗洛姆的两本畅销书——《爱的艺术》和《占有还是生存》 [J]. 国外, 1986, 05 (21) .
- [7][美]EricFromm, 李健鸣译. 爱的艺术[M]. 上海: 上海译文出版社, 2011.
- [8]韩松. 人类生存问题的一种回答——解读弗洛姆的《爱的艺术》 [J]. 学习与探索, 2006, 03 (04) .
- [9]吴立昌. 尴尬地处于马克思与弗洛伊德之间——从弗洛姆的《爱的艺术》说开去[J]. 上海大学学报(社会科学版), 1995, 01 (04) .

作者简介：莫依林（1996.02—），男，汉族，广西防城港，硕士研究生在读，大连海事大学，马克思主义哲学。