

弗洛姆的人性之爱及其价值意蕴探析

温斯兰

广西大学马克思主义学院, 广西 南宁

收稿日期: 2025年5月10日; 录用日期: 2025年6月3日; 发布日期: 2025年6月12日

摘要

《爱的艺术》是弗洛姆运用精神分析方法, 以人性为出发点研究爱的理论专著。通过对爱进行本原意义上的探索, 弗洛姆完成了他的一次现代性批判。弗洛姆认为, 人的所有感情和追求都是人为解答他的存在问题所作的尝试, 人性的展开即是人性的发展变化过程, 是其生存问题的解答过程。对生存问题的具体解答就展露在人的特定性格中。从保存自我的意义上, 弗洛姆判定了不同类型的现代人在应对生存问题的错误, 进而提出只有自由独立的个体间以“给予”为核心的生产性的爱才是对生存问题的真正回答, 唯有这种爱能够实现人性的积极表达, 从而帮助现代人克服分离焦虑, 解决生存危机。但由于弗洛姆在人性的定义上就存在抽象性, 这注定了他的爱情救赎理论无法跨越乌托邦的藩篱。

关键词

弗洛姆, 《爱的艺术》, 人性, 生存, 生产性

An Analysis on Erich Fromm's Philosophy of Humanistic Love and Its Value Implications

Silan Wen

School of Marxism, Guangxi University, Nanning Guangxi

Received: May 10th, 2025; accepted: Jun. 3rd, 2025; published: Jun. 12th, 2025

Abstract

Erich Fromm's *The Art of Loving* is a theoretical treatise in which he employs psychoanalytic methodology to study love from the perspective of human nature. Through an ontological exploration of love, Fromm advances his critique of modernity. He posits that all human emotions and pursuits constitute attempts to address questions of human existence. The unfolding of human nature, in his view, parallels the evolutionary process of humanity and the continuous endeavor to resolve existential dilemmas. These resolutions, he argues, manifest concretely in the formation of distinct

human character structures. From the standpoint of self-preservation, Fromm identifies the failures of modern individuals in confronting existential challenges. He contends that only productive love that is characterized by mutual “giving” between free and independent individuals provides a genuine resolution to existential crises. Such love, he asserts, enables the positive expression of human nature, thereby alleviating modern humanity’s separation anxiety and addressing its existential crisis. However, Fromm’s abstract conceptualization of human nature inherently limits his theory of redemptive love, confining it to the realm of utopian idealism rather than offering a practicable social solution.

Keywords

Erich Fromm, *The Art of Loving*, Human Nature, Existence, Productiveness

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

在《爱的艺术》中，弗洛姆概括并深化了他在《逃避自由》《为自己的人》等先前作品中探讨的人性观点。他在理论中积极探索的几个议题，包括人的本质、人的天性需求、人的生存方式等构成了其人性论的主体内容。不同于传统哲学对人性的静态定义，弗洛姆始终将人性问题置于“生存困境－精神异化－自我救赎”的动态框架中考察，这种理论特质使其人性论成为理解现代性危机的关键锁钥。作为其整个思想体系的基础和出发点，弗洛姆的人性论既承载着对新弗洛伊德主义的批判性发展，也蕴含着对马克思主义人道精神的创造性回归。

学界对弗洛姆人性论的探讨主要围绕其思想渊源、理论特征与现实关照展开。现有研究普遍注意到弗洛姆对马克思主义与弗洛伊德主义的创造性整合：一方面，他继承马克思关于社会关系本质的论述，将人性置于具体历史情境中考察；另一方面，他修正弗洛伊德的本能理论，强调社会环境对心理结构的塑造作用。这种双向扬弃催生出独特的“社会心理学”方法论，为解析现代人的生存悖论提供了透视棱镜。在跨学科视域下，研究者着重分析了其人性论中“动态生成”与“恒定要素”的辩证关系，指出弗洛姆通过“存在二律背反”的概念，将人性需求从生物本能拓展至精神维度。针对爱的理论，既有研究多聚焦其作为人性实现路径的实践品格，但也存在对理论乌托邦倾向的批评。值得关注的是，近年来研究开始重新评估这种“爱的救赎”的批判价值。在工具理性肆虐的现代社会中，弗洛姆对爱的能动性的强调，恰恰构成对抗人性物化的诗性抵抗。当前研究在人性论的现代性批判价值方面尚有深化空间，这为本文的探讨提供了切入点：如何在其“爱的艺术”论述中开掘出连接个体解放与社会变革的中间路径？这一追问将引导我们重返弗洛姆思想最具张力的理论场域。

弗洛姆试图向我们揭示，现代人面临着前所未有的严重精神危机，这种危机体现在人与自然、人与人、人与自我的分离，人成为了“孤独患者”。这三重疏离不仅表现为存在论层面的焦虑，更在资本逻辑的催化下异化为普遍的精神症候——人们通过消费主义幻觉逃避自由，却在符号堆积中陷入更深的自我迷失。如何解决这种生存危机？弗洛姆借助爱的理论提示我们首先从人生活的整个过程、从人的生活实践中去寻找。在他构建的理论图景中，爱既非浪漫主义的激情投射，亦非宗教教义的神秘体验，而是需要严肃修习的生存艺术，是重建人性完整性的革命性实践。这种将心理学洞察转化为社会变革方案的尝试，使其理论至今仍焕发着介入现实的思想锋芒。

2. 人之为人的生存问题

(一) 人的原初状态：被抛入这个世界的永恒流浪者

人在最原初的状态是被动和偶然的。海德格尔有过一个非常形象的描述，他说人是被“抛”入这个世界的。当人被抛入这个世界后，他就处于一种存在的“敞开状态”，人在这种敞开状态中是在受到摆布和制约的条件下挖掘自己生存的可能性，展开自己生存的内容。弗洛姆和海德格尔观点相似，他说，“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、完全开放的环境中去” ([1], p. 7)。关于什么是人，弗洛姆给出定义：“人是可以说‘我’并知道自己是一个独立的实体的动物” ([2], p. 56)。因为人的这种自我意识，人不仅清晰地意识到了自我与自然的界限，而且在自我与他人之间设立了分明的界限，从而将自然与他人的都置于“我”的认知与体验对象之中。这标志着人类不再仅仅是自然界中浑然一体的一部分，而是成为了一个既根植于自然，又力求超越自然的存在。原始时期人与自然间那种朴素和谐的状态，随着自我意识的觉醒而逐渐瓦解，留下了一个亟待人类去解答的生存问题：如何在自我意识觉醒后的新世界里，重新构建并达到更高层次的和谐状态？

人的本质，从根本上说，就是由这种从原初状态中浮现出来的问题所定义的。它不是一个外在赋予的标签，而是每个人在生命旅程中不可避免、必须直面的课题。无论是谁，所有人都被要求去认识、理解并尝试解决这一问题，以此作为探索自我、理解世界以及追求更高精神境界的必经之路。

(二) 人之为人的一般生存境况：“生存的两歧”

人类的生存起点，即原初状态，本身就蕴含着根本性的矛盾。弗洛姆深刻地将其阐述为“生存的两歧”，具体表现为生与死的对立，以及潜能无限与生命有限的冲突。这些矛盾是人类生存不可分割的一部分，构成了生存的两难之境。首先，在生与死的维度上，人类处于一种无法自主的境地。生命的降临不由我们决定，而死亡亦是任何力量都无法改变的宿命。尽管我们对死亡的认识日益丰富，却无法借此逃避或改写这一生命的基本事实。生与死的矛盾，是人类生存过程中无法回避的命题，它要求每个人在生命的每一刻都与之共存，不断反思与体悟。与此同时，人类内心还存在着另一种挣扎，即潜能无限与生命有限之间的矛盾。每个人都潜藏着能够达成无限可能的潜能，然而生命的短暂与脆弱极大地限制了潜能的发挥，致使许多潜能无法充分释放。人们对无限可能充满向往，但生命给予的时间和空间却极为有限。这种冲突让人们强烈地意识到自身的局限与脆弱，孤独和烦恼也因此油然而生，久久难以消散。面对这些内在的矛盾与冲突，人类必须努力在有限的生命中寻找无限的价值与意义。

(三) 由“生存的两歧”衍生出的基本需要

自我意识是人类存在的起点，也是推动人类需求发展的核心动力。弗洛姆认为，除了基本的生理需求外，人类的其他基本需求均源于其生存境遇。这些需求包括关联的需求、寻根的需求、超越的需求、认同的需求和定位的需求。关联的需求源于人类与原始纽带分离后产生的孤独感。这种孤独感促使人们通过情感、社交等方式与他人建立深厚的联结，以缓解孤独，寻求归属。寻根的需求反映了人类对自我根源的探索。由于人类脱离了与自然的原始共生状态，失去了原有的根基，因此渴望通过家庭、氏族、民族、国家等团体找到新的精神归属。超越的需求体现了人类对自身局限性的突破。人类渴望通过创造和行动超越自身的偶然性和被动性，实现自我价值的升华。这种需求驱动着人们在知识、技能和艺术等领域追求卓越，展现独特性和创造力。认同的需求涉及人类对自我认知的探索。在脱离母亲和自然的原始纽带后，人类形成自我意识，开始追问“我是谁”。这一过程既包括对自我独特性的认识与接纳，也包括对家庭、阶级、国家、宗教等社会群体的认同与归属。然而，过度的认同可能导致个体失去独立性，沦为群体意志的附庸。定位的需求则是人类对生命意义与目标的追求。人类无法忍受无意义的生活，因此需要通过设定目标赋予生命以方向。这些目标应当理性且符合实际，其实现需要教育条件的支持以及个

人的持续努力。在弗洛姆看来，这些由人类本质所生发的基本需求是强制性的，必须得到满足。它们不仅是生存的条件，更是人类发展的动力。

(四) 由特殊社会结构决定的生存矛盾：“历史的两歧”

现代人的处境，相较于传统社会的人类，其变化程度相似于人类从动物界脱颖而出的飞跃。在前资本主义时代，个体被紧紧束缚于各种原始的纽带之中，尽管已与自然界有所区分，却仍深深根植于自然之中，保持着一种原始的、未分化的联系。这种联系使得个人如同婴儿般依赖于部族、家族及更广泛的社会结构，尚未完全成为独立的个体。资本主义生产关系的崛起，打破了前资本主义的旧有格局，为个人挣脱原始束缚、实现独立存在提供了新的契机。在资本主义体系内，个体得以摆脱与自然及他人的原始联系，从而解放并挖掘自身的深层潜能，在更广阔的舞台上寻求和实现新的和谐与一体性[3]。从这一视角来看，资本主义社会标志着历史的进步。但与此同时，资本主义生产关系在促进人性成长的过程中，也催生了新的问题。该社会体系的基石在于对利润的无尽追求，其生产关系和手段都以此为目标，而非致力于人与自然、人与人之间的和谐相处。因此，在资本主义社会中，不可避免地存在某些与人性发展相冲突的结构和观念，这些成为了个体自我实现的绊脚石。弗洛姆把这种源于特定的历史背景和社会形态的矛盾称为“历史的两歧”，以区别于人类生存本身所固有的“生存的两歧”。生存的两歧是普遍而永恒的，是人类必须面对的基本问题；而历史的两歧则是特定历史时期和社会结构下的产物，它是有可能被解决和超越的。这就是弗洛姆对于人能够克服现代资本主义的矛盾而过上更好生活的信念。正是因为这种执着的信念，弗洛姆提出要通过心理上的自我革命，用“爱”改善现代人的生存状态。

3. 对人生存问题的消极回答

正如前文所述，自我意识使人成为了“唯一发现自己的生存是一个问题的动物”([2], p. 47)。因为人的自我意识，人同其他动物区别开来，而也是因为人的自我意识，人的生存境遇相异于其他动物。面对生存问题，人类发展了不同的方式来克服孤独，与世界达成新的统一。弗洛姆指出，当中的不少方式所达成的一体，要么是虚假的，要么是暂时的。它们是以损伤自我完整性与独立性为代价。

一方面，有人选择“退回”，即紧紧抓住原始共生关系的残余，如民族、国家、社群等象征性母体，以此作为逃离孤独的避风港。这种“退回”有时会以一种极端的方式呈现。例如，在某些社会中存在着动物狂欢习俗。在这些习俗中，人们装扮成动物，模仿它们的行为，甚至饮用动物血液。他们试图通过集体催眠的状态，重建与自然的原始联系，以此来缓解内心的分裂感。除此之外，性、迷醉、集体狂欢以及神秘主义仪式等也是常见的退行方式。这些手段能够让人们暂时忘却自我，沉浸于一种虚幻的“完整”与“圆满”之中。然而，当这种状态结束时，人们往往会感受到更强烈的空虚与不安，从而不得不反复沉溺于这些行为，以获得短暂的安宁。

另一方面，一些人通过控制他人来获取安全感和满足感，这往往导致施虐心理的出现，并伴随着权威观念以及全能自我形象的塑造。还有些人形成了受虐心理，他们放弃自身的独立意志，心甘情愿地成为权威的附庸，以牺牲自由为代价来换取一种表面的确定性。这种心态在现代社会中尤为普遍，它导致人们放弃自我成长和独立思考，盲目追求与群体在意识形态、思维方式和价值观上的一致性，从而陷入了海德格尔所描述的常人的沉沦状态。此在因而成为了“无此人”的存在，失去了自我。这些方式在表面上似乎为人提供了某种程度的安全感，但实际上它们只是掩盖了深层的孤独[4]。

除了上述方式，在探讨现代人寻求情感联结的种种途径时，弗洛姆特别指出了现代社会中“个体化进程”背景下病态爱情的兴起。他指出这些病态形式非但未能真正缓解人类的孤独感，反而以虚假的统一掩盖了深层的情感隔阂。第一种病态爱情是把依恋当成爱。在这类关系中，个体渴望得到无条件的爱，却未能学会独立地爱自己与对方。一旦这种爱的需求不能得到满足，便会感到痛苦，甚至责怪伴侣。第

二种虚假爱情是把崇拜当成爱。个体将伴侣视为完美的偶像，过度神化对方，以至于在关系中逐渐失去自我。随着时间的推移，理想化的形象破灭，他便感到失望，进而开始新一轮的寻找与失望循环，不断在他人身上寻求认同与归属，却从未真正建立起自我。第三种病态爱情是把想象当成爱，个体通过幻想来构建爱的世界。无论是追星、沉迷于言情小说还是过度理想化未来伴侣，都是逃避现实、自我安慰的方式，最终只会加深孤独感。第四种病态爱情是把自我当成爱。个体将自己的理想自我强加于伴侣之上，对伴侣的期望过高，对其错误异常敏感，却忽视了自己的不足与问题。这种爱实际上是自我中心的体现，而非真正的关爱与理解。第五种病态爱情是把爱情道德化。个体将爱情视为一种无条件的付出与牺牲，忽视了爱情中的相互性。这种观念往往导致个体在爱情中失去自我，成为对方的附属品。弗洛姆认为，这些病态的爱情形式是现代爱情衰亡的反映。在商品化的社会中，人与人之间的关系被简化为交换关系，爱情也不例外。个体在选择伴侣时往往基于利益权衡与等价交换的原则，将爱情视为一种可以交易的商品。这种观念不仅扭曲了爱情的本质，也导致了个人自我价值的丧失与孤独感的加深。

4. 生产性的爱是对人类生存问题的真正回答

弗洛姆指出，“对人类存在问题的真正的和全面的回答是要在爱中实现人与人之间的统一”([1], p. 16)，这种爱“不是把自我完全消解在另一个人中的那种爱，也不是拥有另一个人的那种爱，而是在保存个人自我的基础上，与他人融为一体的爱”([5], p. 175)。这种爱是生产型的爱，要求人发展自己的全部人格并以此达到一种生产性取向。

(一) 非生产型性格及其“爱”的表现

如前文所述，人的基本需要是人对生存处境的反应，而人的性格就是人在一定处境下满足这些需要的方式。人的需求能否满足并促使人格向两个方面发展：一方面是非生产型人格，另一方面是生产型人格。弗洛姆对生产性的爱的阐述开始于生产型的性格取向。为了更好地理解何为生产性的爱，我们需要了解与其相对的非生产型性格。

一是接受型性格。接受型性格的人以依赖为核心特征。他们缺乏自主生产或给予爱的能力，将希望寄托于外部，期待他人来填补自己的一切需求。无论是面对生活中的物质需求，还是在人际关系的互动中，他们都习惯于等待与接受，而非主动争取与付出。当外界的支持消失时，他们往往会显得手足无措，缺乏自我支撑的力量。更为严重的是，这种接受型性格还渗透到了他们的思想领域，使他们难以形成独立的思考与见解，总是被动接受他人的观点与思想。

二是剥削型性格。剥削型性格的人展现出一种积极的掠夺姿态。他们热衷于通过不正当手段获取他人的东西，对占有的过程本身比对占有物本身更感兴趣。在人际关系中，这种性格的人建立关系的动机往往并非出于自身真正的需要，而是对他人所拥有关系的嫉妒。他们试图通过控制他人来满足自己的占有欲，忽视真正的情感交流与连接。

三是囤积型性格。囤积型性格的人将世界视为一个充满威胁的战场，他们通过不断贮存和占有来寻求安全感。在他们的世界里，只有已经拥有的东西才是可靠的，因此他们竭尽所能地保护这些所有物，防止其流失。这种对物的执念也反映在他们的人际关系中，他们吝啬于给予爱，因为每一点付出都意味着自我爱的减少。这种囤积心理不仅让他们无法真正了解所爱之人，也让他们失去了自我认知的能力。

四是市场型性格。市场型性格的人将人本身视为可以交换的商品，将交换价值视为衡量人的价值的核心标准。在他们看来，爱情不过是一场基于需求的交易——“我需要你，所以我爱你”。这种功利化的爱情观将人与人之间的关系简化为一场利益的博弈。

(二) 生产型性格与生产性的爱

何为生产型性格？生产型性格的核心在于人格的“生产性”取向。生产性并非少数人的专利，而是

内在于每个人潜能的一部分。生产性不同于单纯的能动性，能动性虽能引发变化，但这些变化未必具有生产性[6]。生产性更多指的是一种创造性。弗洛姆则强调，无论是人类还是动物，都拥有基础的生产能力。然而，人类的特殊之处在于，我们具备理性和想象力，这两种能力使我们能够进行富有创造性的物质生产活动，进而维系并深化我们的生命体验。换言之，生产性不仅是对外在世界的改造，更是内在潜能的实现与自我力量的展现。生产型性格的人，将自己视为力量的化身，作为“行动者”去体验世界，感受自我与力量的和谐统一。

何为生产性的爱？生产性的爱是一种唯有具备生产型性格的人方能拥有的情感。其核心在于，爱的本质是给予。生产性的爱是一种积极的行动。这里的“积极”，超越了简单的劳动对象化，它不是受外部目的驱动的“消极”行为，而是一种发自内心的、自律自驱的活动。马克思在《手稿》中深刻指出：“如果你以人就是人同世界的关系是一种充满人性的关系为先决条件，那么你只能用爱去换爱，用信任换取信任”[7]。然而，在资本主义社会中，人与人之间的关系受等价交换原则影响，使得爱也被商品化，劳动成果和情感都需遵循冷漠的市场规则。这正是弗洛姆所批判的非生产型性格结构的体现，它导致了西方工业社会中爱的贫瘠与异化。弗洛姆提出，“给予”与“接受”有本质区别，它超越了物质范畴，触及了人与人之间深层的情感纽带。能否真正理解“给予”的真谛，关键在于个体人格发展的成熟程度。那些人格发展尚处于接受、剥削、占有、囤积阶段的人，会倾向于以这种方式来“给予”：他们愿意“给予”，但前提是能有所“接受”；若无回报，他们会觉得“给予”是种欺骗。这类人的主导人格倾向是非创造性的，他们常感到“给予”即意味着匮乏，因此多会拒绝“给予”。另有些人将“给予”视为牺牲，并认为这种牺牲是美德。他们觉得，“给予”之所以值得推崇，正因为其伴随着痛苦，接受牺牲正是其美德所在([1], p. 21)。对他们而言，宁愿“给予”也不愿接受，意味着承受剥夺之苦胜过享乐。然而，在生产型人格看来，“‘给予’比‘接受’更令人快乐，这并不是因为‘给予’是丧失、舍弃，而是因为我存在的价值正在于给予的行为”([1], p. 21)。生命在彼此间相互给予，唤醒双方的生命力。最终，生产性的爱，即通过自由独立的个体间以“给予”为核心的爱，将原本孤独的个体紧密相连，形成一个和谐的整体[8]。弗洛姆认为，这正是解决人类存在问题的根本途径。

5. 结语

弗洛姆的爱情哲学深刻烙印着人本主义的印记，其理论体系始终围绕着对人类生存境遇的深切关怀与对未来出路的积极探寻。不难发现，在探讨现代人的生存状态时，弗洛姆与叔本华、尼采、克尔凯戈尔及萨特等存在主义哲学家有着共鸣，共同揭示了“上帝之死”后人类面临的价值缺失感、无家可归感以及工业社会对人个性的侵蚀所带来的痛苦。不过，弗洛姆在承认这些困境的同时，更侧重于价值论的分析。他坚信理性的价值，并展现出一种乐观主义的态度为现代人寻找出路。这与存在主义的悲观主义立场形成鲜明对比。然而，弗洛姆提出的“生产性的爱”，虽隐含着对资本主义社会经济、政治及文化制度的批判，但其本质仍显得抽象。原因在于，其人性论基础本身带有抽象色彩，导致理论在具体实施层面显得乏力。这种抽象性在于两个维度。

一方面，弗洛姆认为人的核心需求在于精神层面的满足。只有当这些精神需求得到满足时，个体方能体验到真正的幸福。弗洛姆深入剖析人类生存状态，提炼出五种基本生存需要。这些需要在不同社会背景下的满足状况、内容及方式，共同塑造了不同的个体现实本性。具体而言，关联、超越、寻根、认同、定向等需求，归根结底，反映了人类对于自我实现及人际联结的深切渴望。弗洛姆强调，人天生排斥孤独，必须通过某种形式的社会联系来获得归属感，这凸显了人的社会属性。然而，与马克思的观点相比，弗洛姆在探讨人性时忽略了阶级关系这一核心要素，他所提及的社会关系更多聚焦于满足精神需求的“爱”的层面，这种抽象化的理解，某种程度上，有滑向费尔巴哈式爱的宗教之嫌，缺乏坚实的现实

基础[9]。

另一方面，弗洛姆在探讨精神、意识等心理因素时，赋予了它们过高的能动性。诚然，他承认社会结构对人性塑造的基础性影响，但更侧重于阐述个体如何通过心理因素积极作用于社会环境，特别是在社会变迁中的积极作用。但是，弗洛姆实际上不自觉地夸大了心理因素的力量，将自我意识与理性视为人性发展的主导因素，甚至提出通过心理革命来重塑人性的理想化构想，这显然是一种难以实现的乌托邦愿景。相比之下，马克思虽同样重视意识的能动作用，尤其是意识对实践的指导作用，但他始终坚守唯物主义立场，明确指出意识是对客观实在的反映。综上，我们需要采取批判、一分为二的态度来借鉴弗洛姆思想中的合理部分。

参考文献

- [1] (美)弗洛姆. 爱的艺术[M]. 李建鸿, 译. 上海: 上海译文出版社, 2008: 7, 16, 21.
- [2] (美)弗洛姆. 健全的社会[M]. 孙恺祥, 译. 北京: 人民文学出版社, 2018: 47, 56.
- [3] 孔文清. 问题和答案——弗洛姆人性论的两个维度[J]. 重庆社会科学, 2007(6): 38-41.
- [4] 梁若冰. 现代人的孤独及其克服——浅谈弗洛姆爱的理论[J]. 学术交流, 2011(1): 17-19.
- [5] (美)弗洛姆. 逃避自由[M]. 刘林海, 译. 北京: 国际文化出版公司, 2000: 175.
- [6] 傅小英. 论弗洛姆生产性的爱[J]. 重庆交通大学学报(社会科学版), 2010, 10(4): 5-7.
- [7] (德)马克思. 1844年经济学-哲学手稿[M]. 北京: 人民出版社, 1979: 108-109.
- [8] 罗松涛, 陈科宇. 从劳动异化到生存异化批判——基于弗洛姆对马克思人学思想的思考[J]. 国外理论动态, 2021(3): 72-79.
- [9] 晏扩明. 弗洛姆人道主义伦理学探究: 人性、规范与社会主义[J]. 齐鲁学刊, 2021(2): 73-81.