

《爱的艺术》

图书基本信息

书名：《爱的艺术》

13位ISBN编号：9787532745159

10位ISBN编号：7532745155

出版时间：2008-4

出版社：上海译文出版社

作者：[美] 艾·弗洛姆

页数：144

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以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《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。每个人都可以问问自己，你确实见过多少真正有能力爱的人呢？达到这目标尽管困难，但这不足以成为理由，从而不去寻找造成这一困难的原因和了解克服困难的条件。为了使这一问题不再复杂化，我努力在这本书里避免使用专业词汇，同时也尽量不援引别的资料。但是在另一个问题上，我却没有找到圆满的解决办法。我这里尤其指的是我在这本书里重复了我以前著作里的思想。我的《逃避自由》和《精神分析和伦理学》这两本书的读者会在这本书里看到我在上两本书里已经提到过的思想。但是《爱的艺术》绝不是这两本书的总结，这本书还提出了一些新的思想。当然就是旧一点的思想在这本书里也会获得一层新的意义，因为这些思想现在都围绕着一个题目：那就是爱的艺术。 艾·弗洛姆

《爱的艺术》

内容概要

《爱的艺术》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。

在这本书中，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。在这里，爱不仅仅是狭隘的男女爱情，也并非通过磨练增进技巧即可获得。爱是人格整体的展现，要发展爱的能力，就需要努力发展自己的人格，并朝着有益的目标迈进。

此版特别收录弗洛姆学术助手纪念文章《弗洛姆生命中的爱》。

《爱的艺术》

作者简介

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伽诺。

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。

《爱的艺术》

书籍目录

《爱的艺术》

章节摘录

版权页：如果不是一个仁慈的命运在保护婴儿，不让他感觉到离开母体的恐惧的话，那么在诞生的一刹那，婴儿就会感到极度的恐惧。但是婴儿在出生后一段时间内同他出生以前并无多大的区别；他还是不能辨认物体，还没意识到自己的存在以及他身体之外的世界的存在。他只有需要温暖和食物的要求，但却不会区别温暖、食物同给予温暖和食物的母亲。母亲对婴儿来说就是温暖，就是食物，是婴儿感到满足和安全的快乐阶段。这一阶段用弗洛伊德的概念就是自恋阶段。周围的现实，人和物体，凡是能引起婴儿身体内部的满足或失望的才会对他产生意义。婴儿只能意识到他的内部要求；外部世界只有同他的需要有关的才是现实的，至于与他的要求无关的外部世界的好坏则没有任何意义。如果孩子不断生长、发育，他就开始有能力接受事物的本来面目。母亲的乳房不再是唯一的食物来源。终于他能区别自己的渴、能喂饱肚子的乳汁、乳房和母亲。他开始知道其他物体有其自己的、与他无关的存在。在这个阶段孩子学会叫物体的名称，同时学习如何对待这些物体；他开始懂得火是热的，会烫人，木头是硬的，而且很沉，纸很轻能撕碎。他也开始学习同人打交道：他看到如果他吃东西，母亲就微笑；如果他哭，母亲就把他抱起来。

《爱的艺术》

媒体关注与评论

如果我能对一个人说“我爱你”，我也应该可以说：“我在你身上爱所有的人，爱世界，也爱我自己。” ——艾里希·弗洛姆

《爱的艺术》

编辑推荐

《爱的艺术》编辑推荐：心理学大师弗洛姆作品，首度正式授权，永恒的人生经典《爱的艺术》五十周年全球纪念版，特别收录：弗洛姆学术助手深情纪念文章《弗洛姆生命中的爱》。爱是一门艺术吗？如果爱是一门艺术，那就要求想要掌握这门艺术的人有这方面的知识并付出努力。爱情是一种积极的，而不是消极的情绪，是人内心生长的东西，而不是被俘虏的情绪。一般来说可以用另一个说法来表达，即爱情首先是给而不是得。天真的、孩童式的爱情遵循下列原则：“我爱，因为我被人爱。”成熟的爱的原则是：“我被人爱，因为我爱人。”不成熟的、幼稚的爱是：“我爱你，因为我需要你，而成熟的爱是：“我需要你，因为我爱你。”如果我确定爱一个人，那么我也爱其他的人，我就会爱世界，爱生活。如果我能对一个人说“我爱你”，我也应该可以说“我在你身上爱所有的人，爱世界，也爱我自己。”

《爱的艺术》

精彩短评

1、昨天拿到书一口气看下来 一气呵成 简直让人爱不释手 非常好的一本书 从心理学的角度告诉了我们什么是成熟的爱 还列举了好多不成熟的 不过说实话 弗洛姆所指的那种成熟的爱 在现实中真的很少见到 至少在我周围很少见到 但我觉得这是我们奋斗的一个方向 正如他所说 “我被人爱 因为我爱人” “真正的爱只产生在两个跳脱了各自生存圈子的人 并且脱离了自我中心去体验自己” 一旦开始说爱情这个话题 就变得没完没了了 因为我一直觉得它是一个很大的话题 如果你是一个想要爱的人 愿意相信爱的人 我相信这本书会对你有帮助 希望的评论给你来些参考

2、拥有成熟的爱 才是我们每个人的目标 做一个懂爱的人

3、感情受挫的必看！不知道如何处理亲密关系必看！反正想让自己变得更好的一定要看看就对了。对于另一半，如果觉得不是一路人就要果断分开，否则就改变自己的想法，但记得永远不要抱着去“塑造”TA的幻想！

4、什么鬼！读书人为什么要爆粗口？但我就是忍不住！

5、真是一本好书

6、爱需要学习。

7、爱的艺术，爱也是需要艺术的，爱自己的家人，爱自己的朋友，爱自己的爱人。。。。

8、爱真是一个神奇的东西

9、「如果我能够对一个人说我爱你，我也应该可以说‘我在你身上爱所有的人，爱世界，也爱我自己。」

10、没读通，感觉价值不高。

11、爱没有公式可循

12、虽然我们一直在谈论爱，但实际上我们并不具备爱人这项能力。爱是本能，但爱人是艺术。

13、成熟的人才有爱的能力。

责任感，如果没有爱的第三个组成因素尊重，那么它会退化成为一种支配和占有。

14、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努力。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。每个人都可以问问自己，你确实见过多少真正有能力爱的人呢？达到这目标尽管困难，但这不足以成为理由，从而不去寻找造成这一困难的原因和了解克服困难的条件。为了使这一问题不再复杂化，我努力在这本书里避免使用专业词汇，同时也尽量不援引别的资料。但是在另一个问题上，我却没有找到圆满的解决办法。我这里尤其指的是我在这本书里重复了我以前著作里的思想。我的《逃避自由》和《精神分析和伦理学》这两本书的读者会在这本书里看到我在上两本书里已经提到过的思想。但是《爱的艺术》绝不是这两本书的总结，这本书还提出了一些新的思想。当然就是旧一点的思想在这本书里也会获得一层新的意义，因为这些思想都围绕着一个重点：爱的艺术。

爱情是一种积极的，而不是消极的情绪，是人内心生长的东西，而不是被俘虏的情绪。一般来说可以用另一个说法来表达，即爱情首先是给而不是得。

弗洛姆认为，爱是一门艺术，要求人们有这方面的知识并付出努力。但是大多数人认为爱仅仅是一种偶然产生的令人心荡神怡的感受，只有幸运儿才能“堕入”爱的情网。人们产生这种错误的想法有三种原因：(1)大多数人认为爱情首先是自己能否被人爱，而不是自己有没有能力爱的问题。(2)认为爱的问题是一个对象问题，而不是能力问题。(3)人们不了解“堕入情网”同“持久的爱”这两者的区别。要掌握爱的艺术，一是掌握理论，二是掌握实践，三是要把成为大师看得高于一切。

15、理性且深刻的剖析了人性之爱。从爱人之中感受到自己的力量，感受到自己的创造力，感受到爱的艺术。

16、迄今为止觉得最值得看的心理学书籍...脱离套路、脱离效率、脱离利益，这书所关心的只有真心这一件事...

17、《爱的艺术》看完了，原来我们大多数缺乏爱的能力。保留心中的那份爱，留给那个最合适的人。

《爱的艺术》

- 18、去年春天就开始看，一直看到这个春天将近才看完。前天休息时，拿着他进了卫生间，坐在马桶上兴致勃勃地又重读了好几页。
- 19、好书果然不一样！这是经过很多个朋友推荐的，也是在网传的很多值得一看的书单上看到的，书不大，也不厚，但是讲的都是真理真谛！爱的艺术一本心理学上的励志书籍，这里的爱的艺术，不单单是指男女的爱情，是指人世间的一切感情，一切爱，包括博爱，对他人的，母爱，关于母亲的，性爱，男女间的，自爱，爱自己的，深爱，是对自己内心的信仰的爱！因为爱，所以一个人的内心才有意义，有鲜活的可感可知的东西，所以，看看这本书，对于自己内心的熏陶是很有帮助的！在高中的时候就看过一段话说：孩童的爱是，我爱你，因为我被人爱；成熟的爱是，我被人爱，因为我爱。幼稚的爱是：我爱你，因为我需要你；成熟的爱是；我需要你，因为我爱你！之前忘记了啊哪里看到的这段话，觉得好就摘录在自己的本子上，现在发现原来是大家弗洛姆的语录。很多我们觉得很好的话，或者对于我们又深远影响的话都是出自一本很有影响力的流传很久的书，所以，读书，读好书，是一件很有意义的事情。读书对于一个人的影响比起电视，广播，微博，博客，都要深远、彻底得多！所以，不管你是谁，不管你是什么样的年纪，做什么样的职业，请多读书，读好书，那样你的人生肯定会不一样！
- 20、生活中很多想做的事情也都是艺术。艺术的实践要有超出工作范围的自我规范、要专注和耐心。
- 21、爱，就是一门最深最美的艺术。这本书读起来比前两本生命教育读本要难度大一些，因为一些语句你要读了想一想才会有所领悟。读读停停想想，然后你会觉得作者的话就是箴言。它会让你改变原先对爱情的许多错误的认知，尤其是处在爱情烦恼中、婚姻关系紧张中的男男女女，更要来读一读此书。我还把这本书借给了未婚的男女阅读，先学习爱，了解应该怎么去爱，那么将来在爱情中就不会那么盲目无知了。推荐每一位想要爱情质量的人都来阅读此书！
- 22、透彻。
- 23、获得的好处已经忘记了，有时学来也无用，如果一个孩子父母恩爱，那爱是这个孩子的基础，是不需要学习的。
- 24、给五星，是感恩一切。在我理解，爱即不控制，回归事物本来，所谓烦恼与焦虑，与懊悔，玄其狮了究其根本，是你太自恋，以至想控制一切的不懂爱的艺术的行为。爱的确是一种能力，而掌握了它，你会不自觉地，活得愉悦与轻松。我对书的评论也不强加太多，因为，书就在那儿，唯一爱的方式，就是一遍遍花时间阅读，而非写感悟供后来阅读，那也是自私爱己的表现。爱书，读就可以了。哪怕没感悟，我爱你，就读你，哪怕我因为读你而死去。就像铁观音的味道，如果你爱，是不会放糖破坏的。你爱花，就是让它长得更好。
- 25、教育需要爱，如何爱，还需要爱的艺术。
- 26、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。
- 27、论述了各种爱，挺好的一本书。
- 28、弗洛姆的经典著作，关于爱的解释具有独到的看法，给人以启迪，而且对于人克服自身的孤独感的理解也让人印象深刻
- 29、这本书是我们老师推荐的。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。
- 30、爱确是是一门艺术，我们每个人都需要认真去学习。这些年来在感情上的挫折让我深深体会到爱不仅仅是一种感觉，更多的是需要技术上的支持。
- 31、弗洛姆是人文主义心理学的代表，在这本书中，他以朴实而又优雅的文字，一直在阐述这样一个观点，爱是一种能力。先爱自己，由己及人！很值得一读。我想这本书也会给你带来对爱的新的认识！
- 32、从书中看到了人性，繁杂中，也只不过是爱在作祟。
- 33、分析得非常细微，很有启发性。
- 34、我在你身上爱所有的人 爱世界 也爱我自己
- 35、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。
- 36、如此粗糙的我读得内心毫无波澜
- 37、此书不是教你爱的小技巧，而是论述关于爱的大智慧。爱是一种艺术，需要我们全身心的投入。
- 38、借用书中的一句话,爱情是信仰的一种行动,信仰少的人必定爱的也少。。。要努力发展自己打的全

《爱的艺术》

部人格达到一种创造倾向性

39、事实上寻求爱的人不会不被所爱之人所寻求。如果爱情的明灯照亮了这颗心，它也必然会照亮那颗心。如果对神的爱在你心中滋长，那神也会加爱于你。一只手拍不响。神的圣明是命令，是他的决定让我们相爱。一天天使世界的每一部分同另一部分成双作对。

40、拥有爱的能力是我一身的修行

41、男女情爱部分比较实用，神爱部分就不太适合读了。弗洛姆也算是情场屡败屡战的英雄了，总结的不错。

42、本书是心理学大师弗洛姆的经典之作，本书探讨了一个话题是我之前都不曾想过的，即爱的能力，什么样的人才是具有爱的能力，爱的能力与我们爱人有何关系，“给予”的重要性等等~~五星推荐~

43、弗洛姆告戒追求爱的人们，想要有一份丰盛满足的感情，必然要以具有爱的能力作为前提，爱的能力并不来自外在物质世界，不来自车子房子名牌的交换，而是经由自我内在意志的坚持以及长时间与人互动修炼得来。“爱是人与人之间的创造力，而不是感情。”这种创造力中包含四种元素，那即是关怀、责任、尊重和了解。

44、《爱的艺术》这本书，必看，认真看，细心看，深深品读，并在生活中实践。一部使人脱胎换骨的书，滋润了多少不能爱，不会爱，不懂爱的心，必读。

45、听说不错的书

46、这本书在研究生阶段，在学校图书馆借阅了，对于性和爱的理解也是很有启发性，开启了另外一道思考之门。爱，首先要学会爱人，才能被人所爱，也才能理解爱。

47、读这本爱的艺术，请学会爱！

48、并不是每一个人都明白爱的实质、爱的艺术教人如何更好的去爱

49、“不知生焉知死”也可以反过来表述：不知死焉知生。在多数情况下，只有经历最深刻的绝望才能涅槃而生吧。曾经放飞过一只孔明灯，眼见着它扶摇直坠，却在跌到江面的最后一刻腾空而起。我看到作者在爱里经历过的绝望，当然也是他自身隐秘的意志使然，冲突、死亡与病痛始终没有离开他的任何一段关系。即便如此，最终他成为了那个最有爱的能力的人，教会千万人去爱的人。

摘抄一段。

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。正因为我不能自力更生，所以我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。

爱情的存在只有一个证明：那就是双方联系的深度和每个所爱之人身上的活力和生命力。这也是我们所能看到的爱情的唯一成果。

50、道理我都懂 可是

51、爱情不止于对象，爱情需要学习。爱情只能发生在两个拥有独立人格的人之间。

52、二刷书单

53、是啊，我们天天在谈论爱情，天天在渴望着爱情，可我们到底有没有能力爱，我们没有这个爱的能力，怎样才能达到。

我承认我的爱的能力太差，我也坚信不了自己的爱能唤起所爱的人的爱。

爱情，是最没有把握的~投资也好，事情也好。

其他事情付出了努力，总会有回报的，而对于爱情，付出总有回报不一定能用在这里。

可谁叫我们这么这么渴望爱情呢，那我们还得学会爱的能力!对爱人，亲人，身边的人，信仰

54、摘抄一段最爱的文字：如果我确实爱一个人，那么我也爱其他的人，我就会爱世界，爱生活。如果我能对一个人说“我爱你”，我也应该可以说：“我在你身上爱所有的人，爱世界，也爱我自己。”

55、八年后再读一遍，还是会被弗洛姆对爱乐观的态度感动。爱从来不是因为你所以我才爱，而是在遇到你的时候我的心里已经满满都是爱。爱是恰好学会采摘枝桠上饱满多汁的水果，所以希望跟你分享的快乐。

56、说的很有道理，膝盖中了无数箭，学习了

57、好深奥

《爱的艺术》

58、薄薄一本，蕴含哲理深远

59、我一度以为我在复习毛概和马基。。（???）。。有些观点还是不错的，但是讲神学之类的实在是感觉。。无感。。

60、什么是“爱”？这种情感让人好奇，心理学家的见解倒是理性，看着觉得字字珠玑，句句有道理，可走进生活，全忘了，爱的艺术抵不过柴米油盐。

61、这是我最先拿起来看的一本书。书腰被折了，但并不影响封面那朵花给我的好心情。虽是一本外国人著的现代心理学相关的书籍，却用了类似泼墨晕染的中国画方式点缀，很有心。

书里的内容，已经开始读。书的作者于1956年出版了此书——但其中的内容却句句让80后的我感同身受。现在这个社会的人，依然那么孤独。可见，“不会爱”的问题由来已久；也足见，“爱”真的是普世的真理。

但如果你想从书中找到如何让别人爱上你的方法——恐怕就要失望了。就像作者所说，成熟的爱是：“我需要你，因为我爱你。”

用作者的一句话结束吧——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。

62、爱，不简单，可以说非常难。这里的爱指的不是普通意义的爱，不是大家再熟悉不过的表面的浅显的爱，而是更深层的更广博的爱。当你认识到人的孤独本质，每个生命都只存在一次，那么你去爱所有的人，便是爱你自己。这是这本书所阐释的核心。当你去爱所有人，你才能真正爱作为人类一分子的自己，同样，当你真正爱自己这个孤独的人，你才有能力去爱所有人……把我自己都绕晕了

63、书是一位导师介绍的，看了之后有很大感悟。但要真正的获得爱的能力，必须要努力改造自己。就像弗洛姆说的一样，我们不能因为它难而将它作为我们不努力的理由。

64、“爱是人格整体的展现，要发展爱的能力，就需要努力发展自己的人格，并朝着有益的目标迈进。”-是不是深化了对于我们对于爱的理解呢？

65、众所周知，书有优劣之分，还有好坏之别。一本好书能滋润心灵，一本坏书则能毒害思想。因此，大凡读书人都希望阅读好书，不读坏书，可在具体的阅读过程中，要做到这一点并不容易，甚至不大可能。原因在于，你不可能永远指望别人告诉你哪些是好书，哪些是坏书。更多的时候，则是需要在阅读的过程中作出自己的适时判断，一旦发现阅读的是坏书，即可抛开中止阅读。当然，前提是你必须具备一点鉴别好书与坏书的能力。什么是好书，什么是坏书，这恐怕难以找到一个让每个读书人都能接受的标准答案，毕竟这其中还存在着理念与立场的问题，它们会直接影响到随后的价值判断，但这并不意味着好书与坏书就难于区分或无法分辨。其实，许多善于读书、或者说善于读好书的作家和学者，他们对于好书与坏书的理解与认识，就值得我们关注和重视。比如台湾知名作家柯青华就说过这样非常明晰的话：一本读了使人觉得心灵充实的书，是好书；一本读了使人行为堕落的书，是坏书。一本读了使人同情、使人产生爱心的书，是好书；一本读了使人残暴、使人狠毒的书，是坏书。一本读了使人心灵高贵的书，是好书；一本读了使人思想猥琐的书，是坏书。一本好书读后，使人辨别是非，分得出好歹；一本坏书读后，使人混乱了价值观，且自以为是而不知止。而国学大师季羨林则认为书的好坏决定于如下几点：一本书能鼓励人前进呢，抑或拉人倒退？一本书能给人以乐观精神呢，抑或使人悲观？一本书能增加人的智慧呢，抑或增强人的愚蠢？一本书能提高人的精神境界呢，抑或降低？一本书能给人以力量呢，抑或使人软弱？一本书能激励人向困难作斗争呢，抑或让人向困难低头？一本书能给人以高尚的美感享受呢，抑或给人以低级下流的愉快？很显然，柯青华和季羨林二人对于好书与坏书的评判准则，都是在人生观和价值观上切入的，因此是形而上的。而现代著名作家周作人，则对好书有这样形而下的理解：所谓好书，只是自己觉得喜欢罢了。虽然这样的说法既消极又有些语焉不详，但也可以看出，对于善读者而言，好书与坏书并不会成为一个问题而长久困扰内心。书虽然有好坏，但具体到一本书而言，也并非绝对地好与坏。也就是说，好书中也有许多瑕疵，坏书中也会有亮点。著名作家、杂文家邵燕祥曾大胆倡导坏书也要读，不读怎么知其坏？其实读几页就知道了。西班牙作家塞万提斯则在《吉诃德先生传》中说：任何坏书，都会有点好处。美国作家贺姆斯在其《用晨餐时的诗人》中就说得更妙：一本坏书，就像一艘有漏洞的船，在智慧的大海中航行，总会有些智慧从漏洞中流进去的。由此可见，只要善读，只要有一点免疫力，即便读了点坏书，其实也并不可怕；怕只怕一味地只跟着别人读书，却从不给自己主动选择阅读书本的机会。读书是一种非常个性化的精神活动。每一个读书人惟有在个性化的阅读中才会充分享受到阅读的乐趣，阅读的多元也才会成为一种可能。在一个书香社会里，读书其实是无禁区的，好书与坏书也是相伴相生的。只有好书坏书都读过，才可望在互相比较和互相对照中，更加清楚地知道哪些是好书和哪些是坏书。

《爱的艺术》

如此说来，远离坏书，亲近好书，说到底只是一种良好的愿望而已，尤其是在人们的阅读速度越来越赶不上图书出版速度的年代。

66、这本书是老师在课堂上推荐的，我们班好多人买了，也许有人说，爱，难道还要学吗，但是，看了这本书，还是会觉得，买下这本书，是一件对的事。

成熟的爱的原则是“我被爱，因为我爱人。”；成熟的爱是“我需要你，因为我爱你。”我觉得，真正做到这一点，有点难，但是我想，努力去达到这个境界，是我们所要去做的。

67、一直都感觉自己不是一个会爱的人，对自己，对家人，对朋友。所有的同窗朋友，在一起学习的时光成为过去之后，似乎，他们也成为了记忆中的一部分，总是只能对眼前人保持亲密的状态。看完此书，觉得自己心中还是有爱，也更正了自己过去的对于爱的偏执状态。好书，推荐！

68、弗洛姆的代表作，很有个人的心理学见解，对爱这一门艺术的阐述显示了其高深的心理学造诣，很好的一本书

69、在我很努力很努力的变成一个好男朋友的同时，也希望你也很努力很努力的变成一个好女朋友，这种有生命力的爱情感觉真好！

70、一学心理好朋友推荐的。迄今为止也读过不少类似的心理读物，唯独这本造成触动最大，爱是需要学习成长的，从各个角度审视爱解释爱直至真正理解体会到爱的真正意义。当然无论怎样将理论付诸于实践才是最重要的。

71、弗洛姆写过两本书，爱的能力和爱的艺术，虽然名字接近却内容很不一样。爱的艺术告诉我们爱和绘画，音乐一样是需要学习和培养的，你以你爱的人喜欢的方式爱他了吗？值得思考。

72、两性关系的修炼

73、爱人的能力重于被爱。成熟的爱需要成熟的心智。

74、弗洛姆是新精神分析的代表人物，一直心驰神往，爱的艺术又通俗易懂，没有用太多专业的心理学术语，很适合对心理学感兴趣的同学看看

75、这本书中完整的传达了什么是爱，传达了一种健康的积极的，付出才是爱的价值观

76、爱也是一种人格，一种能力，愿自己更有爱找到爱。

77、让人学会爱，懂得爱的艺术精华

78、看了一下才发现这居然是1956年出版的书，而谈论的问题（现代消费主义对人独立性的消解，爱无能，拖延症.....）于今天也毫无过时之感。人类社会文化发展相较于科技进步之缓慢，可见一斑。

79、法兰克福学派大名鼎鼎的弗洛姆，归根到底还是在批判资本主义现代性啦。克服自恋，保持谦恭、客观性和理智，通过爱一个人，进而爱别人，爱人类，爱一切生命。看完这本书觉得好像道理自己都懂，但是做到又是另一回事了呀。

80、弗洛姆的这本书 给人以很多的启发 讲述的并不是很学术的东西 而都是有感而发 爱一个人 就应该在这个过程中学习爱这个世界 这是一种博大的自我实现的不狭隘的爱 读了之后受益匪浅 对自己也是一种指引

81、爱其实也是门艺术！如何让爱这门艺术大放光彩呢！请看爱的艺术！

82、弗洛姆是个很厉害的人物，无论是逃避自由，还是爱的艺术，都很值得细细品味...喜欢他，以及他的作品！

83、《爱的艺术》这本书，不仅适合年轻人读，也适合中老年朋友。爱确实是一门艺术，它不仅要求想掌握这门艺术的人有这方面的知识，更要求为之付出努力。只有用爱才能交换爱，就像只有用信任才能交换信任一样。

84、2017/3/31 需要仔细研读

85、这本书很薄，但是却引起我很多很多的思考和体会。爱不是一种际遇，而是一种能力，要掌握爱的艺术，必须有自己的经历和旅程，还必须用自己的头脑来思考，用自己的心灵来领悟.....希望有幸读到这本书的人，爱的实践能够越来越好。

86、在这样一本书里我最大的收获竟然是有关东西方逻辑形式的差异

87、可能这个二十多点的年龄来看这本书，总能感觉阅历还不能满足去深刻理解我所接受的知识

88、这书不行, 宗教, 没有论证, 一厢情愿

89、这是于丹老师推荐的一本书，自己读了受益匪浅，很多爱还需要我们用心体验，用心感受爱的艺术！

90、印象最深的还是对于需要 被爱和爱人的因果关系的解释 以前也一直以为 你不在乎我没关系 我又

《爱的艺术》

不是非你不可 其实并不这样 你如果觉得那个人对你真的重要 那就放下面子主动去关心 结果是其次 重要的是你爱人了才会被人所爱 不过理解和实践是两码事 如何做还得不断探索努力 其次 有时候矛盾也是达到亲密关系的一个良好途径 相敬如宾有时候很难理解对方的需求 第一次看还有很多不懂 抽象的文字总容易走神 所以暂打三星 期待下次阅读更深的理解

91、爱的艺术是一部非常非常好的书，强烈推荐，从另一个角度让我们认识什么是爱。

92、精神分析的理论读起来有过时的感觉，不能说不对，可是除非你能回溯潜意识深处的想法，否则就很难对作者的分析过程感同身受。这本书很短小，阐释似乎不够透彻，不过看完还是备受鼓舞滴。貌似这类探讨爱的书最终都是指向自身成长的，用贯穿一生的信念与努力学习爱人并使自己成为更好的人，而爱情也许是这条道路上可能会降临的礼物。其实看完后我也很想说一句“道理我都懂，然而...”，然而，圆满的爱情是多么奢侈，追求爱情不如追求爱人的能力，的确是这个理啊。另外三点小感悟，1. 矫情是一种自恋的态度，下次犯矫情病时反省一下自己的欲望与恐惧是什么，客观的事实又是什么。2. 不要将自己的缺点投射到爱人身上。3. 更重要的是，相信自己。

93、弗洛姆一生在写作、阅读、计划和学习，直到生命的最后时刻，他都是坦诚的，对事物抱有热情的。在他的最后的十年里，写出了许多伟大的经典作品，《爱的艺术》是备受欢迎的，也是长久之不衰的！爱是需要，爱是人间最美的动人的音乐！

94、最发人深省的一句话：只有当一个人的全面发展成为所有人的全面发展的条件时，那么爱才能成为这个社会的一种普遍态度。（马克思）

爱，可以说是妇孺皆知的一种情感体验，但真正懂得爱会爱有能力去爱的人却不多。爱上一个人并不是一件容易的事，因为它不仅仅是简单的付出，还要得到对方的接受认可。它还意味着是一种对于责任、公正和道义的担当。

爱不仅仅是单纯的思想活动，不囿于意识形态的范畴，它更是一定社会生活的反映，具有鲜明的时代特色。不同历史时期不同阶级阶层，人们对爱的表达和追求是不同的。

95、以前以为爱一个人只是凭感觉，原来爱也是可以慢慢培养的。粗略的读了一遍，还没有完全理解，以后可以慢慢体会。

96、爱的艺术，懂得爱自己的人才会去爱别人，一个不懂得爱自己的人又怎么会全新的爱别人呢？爱别人，先爱自己。用爱自己的方式去爱别人。

97、如果你是一个不相信爱的人，你喜欢吧生活中可能出现的一切爱的行为归结为责任，看过此书，知道什么是爱，如何去爱，不是去改造自我，而只是认识另一个世界。

98、爱需要成熟的心智，需要创造力。

99、后面有点复杂，涉及到信仰的部分，没看懂

100、及时解答对于爱的对象爱的能力的疑惑

101、真正成熟而圆融的爱，是一种充满生命活力的创造性倾向。这一倾向不只是通己达人，更是几乎把你和小到一粒微尘，大到整个宇宙的万事万物全部联系在一起。你既是沧海一粟，亦是全知全能的神。感受一切，关怀一切，向一切释放善意，如同对你自己，便是爱的至境。

《爱的艺术》

精彩书评

《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：www.tushu000.com