# 2024年《爱的艺术》读后感600字 《爱的艺术》读后感三百字(十七篇)

来源：网络 作者：红叶飘零 更新时间：2024-06-30

*读后感是种特殊的文体，通过对影视对节目的观看得出总结后写出来。那么你会写读后感吗？知道读后感怎么写才比较好吗？下面我给大家整理了一些优秀的读后感范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。《爱的艺术》读后感600字 《爱的艺术》读后感三百...*

读后感是种特殊的文体，通过对影视对节目的观看得出总结后写出来。那么你会写读后感吗？知道读后感怎么写才比较好吗？下面我给大家整理了一些优秀的读后感范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**《爱的艺术》读后感600字 《爱的艺术》读后感三百字篇一**

最近我读了弗洛姆《爱的艺术》一书，得到不少新的启示。他是这样将不同的爱加以区别并分析爱的历程的：首先，他谈到母爱，认为母爱是一种无条件的、对无依无靠者的爱。孩子获得母爱不需要其他条件，只要是她的孩子。母爱无私而伟大，人们称母爱是自然、是土壤、是海洋、是安宁、是无忧无虑。但母爱的无条件也有消极意义，孩子可能因此无所作为，从而推动自己的主体性。其次，他分析了父爱，认为这是一种有条件的爱。父亲讲，我爱你是因为你尽了义务。

父爱与母爱不同，母爱是存在的爱，父爱是应得的爱，代表理性的爱。这就迫使孩子为了获得它而更加努力，这就有利于主体的发展。再次，他分析了爱的第三发展阶段——自爱。经过母爱、父爱之后，人成熟起来，使自己既成为自己的母亲又成为自己的父亲，扬弃了父爱和母爱，把二者辩证地统一起来，既具母爱施爱的本性，又具父爱获爱的能力，有了自我尊重、热爱和对人尊重和理解，形成自己的良心。

弗洛姆把爱的发展历程表述为：接受母爱——寻找父爱——表现自爱的过程。他认为，作为教师，这三种爱是凝聚在自己整体人格中的，并指出：会爱孩子的老师要根据不同情况把它零售给孩子，在零售中体现出教育目的、教育水平和教育艺术。那么，教师的爱是一种怎样的爱呢？首先，教师要像母爱那样无条件，对任何一个学生，不管其长相、个性、家庭背景、学习成绩、行为表现如何，都给予爱护。教师爱学生应是无条件的给予，认识到“我爱学生无条件，只因为他是我的学生”。

这种师爱会使学生感到母性的温暖，他失败时可从母亲怀抱中得到支撑，焦虑时可得到勇气，成功时可获得鼓励。学生在“母爱”中不必胆战心惊，而可以毫无顾忌地表现自我，从而为班级创设家园的气氛。其次，教师在广博母爱的基础上又扮演着父爱的角色。

它与母爱互补互存，对学生有严格的规范要求，为学生履行规范创造条件，使其在“讨好”中形成寻求爱的能力，在一种积极的心态中发展主体性。在学生形成自爱的阶段中，外在规范内化为他的道德良心，自爱的学生从教师那里继承师爱的两种牲：学会爱人和赢得别人的爱。高明的教师既能无微不至地关爱学生的学习与生活，又能让爱的种子在他的心中发芽生长。这就是成功的教育，这说明教师已具备了成熟地师爱。

这种成熟的爱最核心的部分是体现对学生的尊重。尊重的内涵十分丰富，它不仅指不体罚、不训斥学生，更意味着尊重每个学生的发展权利、发展潜能、发展机会，尊重学生的个性差异，尊重学生的身心发展规律。尊重是现代师爱的灵魂，是学校德育的核心，是最有力量的教育智慧。尊重本身就是教育，就是在师生交流过程中对学生进行的最自然、最直接的人格精神的培育，就是让学生在受人的尊重中学习尊重，在被人爱中学会爱别人。

**《爱的艺术》读后感600字 《爱的艺术》读后感三百字篇二**

“一无所知的人儿也就一无所爱，什么都不做的人儿也就什么也不懂。什么都不懂的人儿是没有价值的。懂得事理的人儿也懂得爱、观察和发现……对事物本质了解得越多，也就越钟爱……设想所有水果与草莓同时成熟的人儿也就对葡萄一无所知”

在本书的开篇，弗洛姆引用了帕拉塞萨斯的这句看似与爱情无关的古话，却在一定程度上表明他的观点，若想获得爱，则需了解爱。

弗洛姆是著名的德国精神分析学家、社会学家和哲学家，他长期研究马克思主义和弗洛伊德主义，试图保存两者的真理，用对方的原理修正进行另一方的理论，得出最后的综合体。他论述最多的是人的存在、人的本质、人的爱、人的异化、人的解放问题。这本《爱的艺术》是一部以精神分析的方法研究和阐述爱的艺术的理论专著。自1956年问世以来已经被译成20多种文字，至今畅销不衰，被誉为当代爱的艺术理论专著中最著名的作品之一。

在本书的开始，弗洛姆即指出，爱是一门艺术，就像生活中的其他艺术一样，要学习如何爱就像学习其他艺术一样，先需了解爱的理论，再探讨爱的实践。弗洛姆所讲的爱的实践，绝非一般畅销书中的夫妻情侣“相处之道”，而是就个人自身行为进行的探讨。

可是长久以来，为什么多数人认为爱是不需要学习呢?弗洛姆在书中阐述道，大部分人认为爱不需要学习的前提主要为以下三点：第一，多数人宁愿把爱当成被爱的问题，人们不断付出努力获得大众的认可，使自己变的“可爱”，这样迫使男性取得成就，获得他自己所处的社会条件最大限度的地位和财富，女性通过修饰仪表健美等来吸引男性;第二，把爱的问题设想为一个对象的问题，而不是能力的问题;第三，把最初坠入情网的经历与爱的“久恒”之间的区别混淆了。这三点真是字字珠玑，就拿第一点来说，现在的八零九零后都是独生子女，多少有些“自私”，常更渴望被关注被爱，而不愿意付出自己的感情去关心对方，熟不知，“握紧拳头，里面什么也没有。张开双手，你就拥有了整个世界。”持有“被爱比爱更幸福”这种言论的人，多数是不成熟的。而提到第二点，强调爱的对象就像在中国强调“缘分”。不少书中的“爱情警句”不断地告诉大家，“世界上总有一个人在等着你”，其实不少任性的年轻人不懂得爱，总是错过了一个又一个“对的人”。

在本书里，弗洛姆也谈到，在交易盛行和奉物质财富为首要价值的资本主义文明中，人类爱的关系遵循统治商品交换和劳动力市场的相同规律，以“互利交换”的思想为基础，估计自己和对方在社会中的价值，力图做一个交易，此交易即称之为爱情。

弗洛姆认为，以上提到的这些都不是真正的爱。马克思曾强调过知识和成熟在爱情里的重要性，也曾在给朋友的信中谈到，“你应该考虑在结婚以前成为一个成熟的人”。弗洛姆的观点类似，成熟的人格是获得真正爱情的基础，而成熟人格包括有冒险的能力、有勇气，甚至准备迎接厄运和挫折。成熟的爱情是“我需要你，因为我爱你”，而不成熟的爱情是“我爱你，因为我需要你”。最重要的是，有成熟人格的人，拥有创造性的爱，具备爱的能力，愿意为被爱者的成长和幸福做积极的奋斗，愿意为赢得他所爱的东西而劳作，真诚地爱一个人，就是关心他的生活，尊重他的潜力和他自身。这样的爱，是一种“给予”，分享在他身上有生命力的东西，通过他的给，丰富了他人。他给并不是为了得，但是通过他的给，不可避免地会在对方身上唤起某种有生命力的东西，双方都因此而充满快乐。弗洛姆认将“给”认为是力量的最高表现，恰恰通过“给”，个人才能体验到自我的力量，自我的“富裕”，体验到生命力的升华。

而与之最为相反的是，极端的自私主义。极端的自私主义者，他们不是真诚地爱对方，而是为了爱自我才爱他人，找到爱的对象是为了满足自我的“幸福”。这种爱，在对象能满足他们需要时，还可以维持平静的生活，而一旦对象无法满足，或者他们自己产生怀疑、动摇，或是自我空虚，他们的爱就会碎裂，熄灭。所以，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。

弗洛姆在“爱的实践”部分，主要强调了爱需要具备耐心、专心、勇气、信仰，这些词看似简单且在我们日常生活中经常提到，只有身体力行，付出行动，才能收获爱。在实践部分，弗洛姆特意写到，在开始爱别人之前，个人应具备“独立的能力”，学会与自己相处。这倒是跟我们当下的流行的不少心理学观点相符，了解自己，认识自己之后，我们才能更好的爱他人。

写到这里，谈论什么是真正的爱及如何获得爱后，那我们为什么需要爱?为什么爱情是人生永远的话题?因为爱是对人类生存问题的答案。人最深切的需求即克服分离，从孤独中抽身。而爱情是人类克服孤独的唯一方法，人的爱情是一种积极的力量，这种力量可以冲破人与人之间的高墙，分享彼此的秘密，人与人结合，使人克服孤寂和与世隔绝感。但也切记爱情与生活并不是脱离的，爱情依附于生活。鲁迅曾谆谆告诫：“不要只为了爱而盲目的爱，而将别的人生意义全盘疏忽了。人生的第一意义便是生活，人必须活着，爱才能有所附丽。”

**《爱的艺术》读后感600字 《爱的艺术》读后感三百字篇三**

读完了爱的艺术这本书我想领悟到我们每个人都是一个独立的个体，我们的自我价值并不依附于任何人对我们的评价。让我明白了，爱是一门艺术，它需要知识和努力。

爱是一切教育的前提和核心，但是，爱是什么我们真的理解爱，甚至真的在爱吗这本书的阅读，不但有助于我们理解博爱、自爱、父母之爱、\*、上帝之爱等等，更能帮我们理解自己的生活。理解自我，洞悉幸福完整背后的秘密。

母爱是世界上最伟大的爱，是在于其无偿的给予性，无条件性，不论你身处何地，不论你是好是坏，只要你是母亲的孩子，你便会得到母爱。这种爱不仅仅不需要用努力去得到，而且也根本无法用努力去得到，无法创造，也无法控制。在母爱中我们是处于被爱的地位的，我们务必学会如何把被爱转变为去爱，转变为创造爱。我们要学会爱也需要学会给予，给予比得到更能使自己得到满足，更能使自己欢愉，爱要比被爱更重要，当人们明白这些时，爱才能变成成熟的爱，“我被爱是因为我爱”。

弗洛姆指出：“关心、职责心、尊重和认识是相互依靠的。在成熟的人身上能够看到这些态度的集中表现。成熟的人就是指能够创造性地发挥自己力量的人。成熟的人只想拥有他自己的劳动果实，放下了获取全力和全知的自恋幻想，并有一种谦恭的态度。这一态度的基础是他内心的力量，单单这股力量就能使他进行真正的、创造性的劳动。”如果没有尊重和认识，那么关心和职责心就会变成对爱人的一种控制。在感情里，尊重和认识十分重要。首先认识自我，自己本身要到达自力更生、独立自主，而不依附或依靠他人;其次，要客观地正视对方，认识他的独特个性，并努力使对方成长，而不是要求他成为我期望的样貌，这才是真正的尊重。

爱的艺术读后感(五)：

了懂得什么叫感情，感情到底能带来什么样的用心好处，同时也是为了改变之前认为“感情是无聊的东西“的看法，我读了这本《爱的艺术》当然这本书也谈及到了亲情和友情方面的知识，自己在这两方面还是看的很重的!只是因为在之前不理解真正的感情。

读完这本书之后，自己也懂得了不少!那么感情到底是什么呢?书中的几个词概括了其真正的含义。爱除了给予之外还有这些用心的要素了解，尊重，职责和关心。首先先谈谈了解和尊重吧，要想尊重一个人，首先要了解这个人。透过了解认识对方，认识对方才能尊重对方。为感情所持的职责感和关心程度如果不以了解为基础，那么，一切都只会是盲目的。然后再谈谈关心和职责吧，感情说到底就是对所爱对象的生命和成长的用心关心。如果缺乏这种用心的关心，那么这种爱就称不上真正的爱。关心也自然会牵动感情的另一个方面，即职责感。职责感完全是人的一种由心里驾驭的自觉行为，是“我“对另一个具有生命好处的客体表达出来或尚未表达出来的愿望和反应。

所谓爱人的职责感，就是建立再对他人的负责就像对自己负责一样的基础上的。同时呢，尊重也是感情的第三个重要因素，如果感情没有尊重，那么所谓的职责感就很容易蜕化成对对方的支配，占有甚至是奴役。尊重这个词的实际好处就是指客观地正视对方的全部，并容纳对方独有个性的存在。让一个被我爱的人能以她自己的方成长或发展，而不是要求对方服务于我，我同样就应感到和她很一致，而且乐意理解他(她)本来的面目，而不是要求他(她)成为我预先设计好了的模型，更不是为了她当作我使用的工具。所以只有在自由和给予属于她自己空间的基础上才会有感情。感情是一种行为，是人的能量的实践，这种能量只有在自由中才能得到发挥，而且永远不会是被外力强迫所导致的结果。那么如何才能获得真正的用心感情呢?需要两点重要的要素，第一：自觉摆脱自恋，第二：客观性着眼于现实，不断的培养自己的谦恭和理智。

爱一个人就意味着要献出自己，而不是有条件地期盼得到对方的回报。感情是信念的一种行为!如果“我“在爱，我便会处于对“我“所爱的人十分关心的状态，而不仅仅仅要求每一天都和对方溺在一齐!如果你不认同完成一切事情都需要有必须的时间和过程，一开始就急于求成，你就毫无目的地给自己施加压力，你就会因此一事无成，更不可能得到真正用心的感情!

当我读完这本《爱的艺术》之后，它让我真正懂得了什么叫作感情，感情需要彼此的信任，彼此的尊重，彼此的关心，彼此的包容，并且给彼此自己的自由空间而并不是整天溺在一齐，无所事事，整天喜怒无常，颓废至极。而是彼此都有自己的理想，有自己的奋斗目标，有为彼此未来的打算所以“我相信感情并不是无聊的，感情能够是用心向上的，能够是彼此间的精神支柱。“所以我祝福天下所有有情人终成眷属，祝福你们永远幸福，快乐每一天。至于我自己呢?一切的一切等我自己真正成熟了之后再说吧。那么何谓思想成熟的人?是指能够创造性地发挥自己潜力的人。思想成熟的人只想拥有他自己的劳动果实，在理性推导下，他放下了先前那种无所不能的目标幻想，并能以一种谦恭的态度应对现实。

**《爱的艺术》读后感600字 《爱的艺术》读后感三百字篇四**

这是这个学期马原课上，我读到的第二本书，与第一本《马克思为什么是对的》的风格确实有很大的区别，虽然都是将问题最后总结成一种高度，以全社会，或者是以人类的性格，社会的要求作为探求的对象，但是第一本书就像是一杯陈年老酒，在一个黄昏中，坐在大海边大口喝着，而《爱的艺术》则给人一种在清晨静静坐在花园中，外面阳光明媚的感觉。

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。

弗洛姆在这本书中提到的很多看法其实和我想的是一样的，只不过我的想法平时更加幼稚一些，因为我觉得确实，爱到底是什么，其实是一种能力，是一种对你爱的人的责任心，是一种可以爱别人，爱社会，爱生活，的能力。从这一点来看，如果具备了爱人之心，具备了爱的能力，那么获得爱情也就是水到渠成的事情了。但是根据作者的观点，社会上很多人对爱情的三个错误看法

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。因此对他们来说，关键是：我会被人爱吗?我如何才能值得被人爱?为了达到这一目的，他们采取了各种途径。男子通常采取的方法是在其社会地位所允许的范围内，尽可能地去获得名利和权力，而女子则是通过保持身段和服饰打扮使自己富有魅力;而男女都喜欢采用的方式则是使自己具有文雅的举止，有趣的谈吐，乐于助人，谦虚和谨慎。

其实这些举止都是正常的，毕竟人的认知规律就是先从外在开始，然后随着接触的增加，而彼此互相了解，然后才能将自己内在的一面展现出来，所以我觉得如果是在现实中，衣着，举止，谈吐，是人们展示爱的能力的一种手段，但也仅仅是一种手段了，如果一个男生，衣着糟蹋的走到你面前，谈吐中脏话的次数可能他自己都没有意识到有多少，那这样一个人即使锦绣，性格谦虚，有着强烈的责任心以及高于他人的能力，那么他也不会吸引到他面前的人。

2、很多人认为在爱这件事上一无可学，他们认为爱的问题是一个对象问题，而不是能力问题。他们认为爱本身十分简单，困难在于找到爱的对象或被爱的对象。爱情中最大的能力是什么，其实就像是弗洛姆所说，应当是给与，而不是获得，为了自己爱的人去付出，去带给她一种阳光，一种活力，这种给，才是爱情中最美好的一种因素之一。

当然给的目的有所不同，也决定了给予到底是不是真正的，从心里出发的，那种人格成熟的给与，以后很多人想着，这种给与，时应有回报的，而这种回报是对方也应该给与我什么，或者说是要给我以更多，但这种或许不叫爱情，而是一种很幼稚的生意罢了。真正的爱情的给与是一种，因为“我”富有活力，我可以是一座大山，让你登到山顶，去看看这个世界有个多么的光明和美好，去感受这山峰是多么的清爽，通过这种给，展示了我的力量。通过这种给，展示了我的这种完全的人格。在生活中，如果你的好朋友请你喝了一杯饮料，即使是小孩子都能感觉得到，他是对我好的，于是下一次他渴了的时候，我也邀请他喝一杯，我们是朋友。这种友爱，可能便是因为一方挨着另一方的行动唤起类另一方“给”的行为，不是报答，而是真心希望对方也能够好好的，能够和我一样的开开心心的，口渴了也有饮料可以喝，这种单纯的行为，或许也是爱的一种表达。

当代文化是以购买欲以及互利互换的观念为基础。现代人的幸福就是欣赏橱窗，用现金或分期付款的方式购买他力所能及的物品。爱情的产生往往是以权衡对方及本人的交换价值为前提，我想做一笔交易，那我既要考虑从社会价值的角度出发，对方值不值得我追求，也要考虑基于我的一目了然的实力以及潜在的实力，对方会不会看中我。在这笔交易中，如同购买地皮一样，对方的有发展前途的潜力也起到很大的作用。在一个商业化占统治地位以及把物质成功看得高于一切的文化中，事实上是没有理由对下列事实抱有吃惊的态度：人与人之间的爱情关系也遵循同控制商品和劳动力市场一样的基本原则。但实际情况中，总会有那种“看着她的笑脸，我不禁也笑出来的”情况，原因并不是说什么我被这种笑容感染了，而是我真的为他的这种小儿感到开心，而感到幸福，希望他多笑一笑，“快乐这么你的快乐，幸福着你的幸福”与他分享着这个世界上的欢乐与忧愁。

作者提出的第三个错误是人们不了解“堕入情网”同“持久的爱”这两者的区别。如果我们用fallinginlove和beinginlove这两个英文搭配也许就能更清楚地区分这两个概念。两个相互陌生的人，当他和她突然决定拆除使他和她分隔的那堵高墙，相许对方，融为一体时，他俩相结合的一刹那就成为最幸福、最激动人心的经历。这一经历对那些没有享受过爱情的孤独者来说就更显美好和不可思议。这种男女之间突如其发的奇迹般的亲密之所以容易发生，往往是同异性的吸引力密切相关或者恰恰是由此而引起的。但这种类型的爱情就其本质来说不可能持久。这两个人虽然慢慢熟谙对方，但他俩之间的信任会越来越失去其奇迹般的特点，一直到隔阂、失望和无聊把一息尚存的魅力都抹掉为止。当然一开始双方都不会想到这点。事实是：人们往往把这种如痴如醉的入迷，疯狂的爱恋看作是强烈爱情的表现，而实际上这只是证明了这些男女过去是多么地寂寞。

所以，当再也找不出一种行为或一项行动像爱情那样以如此巨大的希望开始，又以如此高比例的失败而告终。如果是别的事，人们会想方设法找出失败的原因，吸取教训，以利再战或者永远洗手不干。但因为人们不可能永远放弃爱情，所以看起来只有一条可行的路，那就是克服爱情的挫折，找到原因并去探究爱情的意义。这一段出现的时候，我在想许多读者都会产生共鸣，到底时遇上了对的人，没有抓住机会，还是在不正确的场合遇上了他，更或者是遇到了错的人，这些问题从古至今，甚至到未来，都会被人们不停地讨论下去，但是，我只是想说，无论如何，坦然的去看待给予，去付出，因为你会真的感觉到很快乐。

**《爱的艺术》读后感600字 《爱的艺术》读后感三百字篇五**

爱，总是一种容易令人动容的情感。我们向往爱，追求爱，呵护爱，也曾经或将要在爱的道路上经历许多不尽为人知的苦楚与困惑，究其原因很可能是我们还没有真正了解爱，或者说没有体会到爱是一种艺术。

20世纪著名的心理学家弗洛姆在他的著作《爱的艺术》中就肯定了爱是一门艺术，向我们娓娓阐述了爱的理论，并引导我们进入爱的实践。我想，当我们透彻了解了爱，我们的思想会到达一个新境界，灵魂也会得到升华，因为爱的过程是一个全面的、净化人心的过程。

提到爱，我们最先想到的便是爱情。古今中外，多少人沉浸在缠绵的爱情中，或离或聚，或悲或喜。作为渺小的个体，我们大多数人无法不被这些情感所困扰，每个人对待爱情也都有自己的看法。到了一定年纪，我们会渴望爱情，憧憬爱情，爱的种子在心中的萌芽是那样的自然，不需要理由。这就是大自然的规律，是人类生存的规律。或许像弗洛姆认为的，人内心存在一种孤独感，它使得我们寻求与外界的联系，选择群居甚至纵欲的方式解决由孤独感引发的恐惧。

真正的爱情，可以帮助人从精神上削弱孤独感，爱情的磨合是绝佳的摆脱孤独恐惧的方法，精神的力量是无穷的。爱的艺术是一种平等与和谐的艺术，我们懂平等，也懂和谐，但是我们还做不到。在有的人心中，爱情是两个灵魂的邂逅，充满浪漫气息，但这远远不够。两个灵魂两颗心，相遇相知相恋，爱意令两个人融为一体却又保持着各自的个性，他们抚慰了彼此的心灵，他们用个人的生命完成对另一个人的生命的承诺，他们的爱会给这个世界带来美好，这是我心目中的爱情。

爱并不只局限于爱情，还包括博爱、父母与子女之间的爱、自爱乃至上帝之爱。我特别为书中所讲的“博爱”而感动。“对所有的人都有一种爱意的责任感”，即使无法每个人都做到这样，但只要有一个人做到了，他便会引导更多人拥有博爱之心。世间万物，会因为有这样的博爱而充满生气与希望。我想，博爱不是泛滥的爱，它也是建立在道德基础与社会法则之上的，或许，博爱也可以说成是公正、责任、善意的结合体吧。

爱的这门艺术，需要人们看清自己，也要看透爱。弗洛姆用了两句简单的话来表明不同程度的爱，让我印象深刻：童稚的爱是“因为我需要你，所以我爱你”，成熟的爱是“因为我爱你，所以我需要你”。细细体会，给我很大感触。经历了年少无知，看多了世间冷暖，当我们成长到一定阶段，我们懂得了爱的付出而不考虑自私的拥有，收获爱反而会变得次要，重要的是我们通过爱的给予缔造了爱的升华，展现了自己生命的价值与活力。

读一本好书，给自己思考感悟的时间，让自己得到心灵的成长。哪怕现实太现实，也要努力学习爱的艺术，实现生命的价值。

**《爱的艺术》读后感600字 《爱的艺术》读后感三百字篇六**

“一无所知的人儿也就一无所爱，什么都不做的人儿也就什么也不懂。什么都不懂的人儿是没有价值的。懂得事理的人儿也懂得爱、观察和发现……对事物本质了解得越多，也就越钟爱……设想所有水果与草莓同时成熟的人儿也就对葡萄一无所知”

在本书的开篇，弗洛姆引用了帕拉塞萨斯(德国医学家，自然科学家及哲学家)的这句看似与爱情无关的古话，却在一定程度上表明他的观点，若想获得爱，则需了解爱。

弗洛姆是著名的德国(后加入美国籍)精神分析学家、社会学家和哲学家，他长期研究马克思主义和弗洛伊德主义，试图保存两者的真理，用对方的原理修正进行另一方的理论，得出最后的综合体。他论述最多的是人的存在、人的本质、人的爱、人的异化、人的解放问题。这本《爱的艺术》是一部以精神分析的方法研究和阐述爱的艺术的理论专著。自20xx年问世以来已经被译成20多种文字，至今畅销不衰，被誉为当代爱的艺术理论专著中最著名的作品之一。

在本书的开始，弗洛姆即指出，爱是一门艺术，就像生活中的其他艺术一样，要学习如何爱就像学习其他艺术一样，先需了解爱的理论，再探讨爱的实践。弗洛姆所讲的爱的实践，绝非一般畅销书中的夫妻情侣“相处之道”，而是就个人自身行为进行的探讨。

可是长久以来，为什么多数人认为爱是不需要学习呢?弗洛姆在书中阐述道，大部分人认为爱不需要学习的前提主要为以下三点：第一，多数人宁愿把爱当成被爱的问题，人们不断付出努力获得大众的认可，使自己变的“可爱”，这样迫使男性取得成就，获得他自己所处的社会条件最大限度的地位和财富，女性通过修饰仪表健美等来吸引男性;第二，把爱的问题设想为一个对象的问题，而不是能力的问题;第三，把最初坠入情网的经历与爱的“久恒”之间的区别混淆了。这三点真是字字珠玑，就拿第一点来说，现在的八零九零后都是独生子女，多少有些“自私”，常更渴望被关注被爱，而不愿意付出自己的感情去关心对方，熟不知，“握紧拳头，里面什么也没有。张开双手，你就拥有了整个世界。”持有“被爱比爱更幸福”这种言论的人，多数是不成熟的。而提到第二点，强调爱的对象就像在中国强调“缘分”。不少书中的“爱情警句”不断地告诉大家，“世界上总有一个人在等着你”，其实不少任性的年轻人不懂得爱，总是错过了一个又一个“对的人”。

在本书里，弗洛姆也谈到，在交易盛行和奉物质财富为首要价值的资本主义文明中，人类爱的关系遵循统治商品交换和劳动力市场的相同规律，以“互利交换”的思想为基础，估计自己和对方在社会中的价值，力图做一个交易，此交易即称之为爱情。

弗洛姆认为，以上提到的这些都不是真正的爱。马克思曾强调过知识和成熟在爱情里的重要性，也曾在给朋友的信中谈到，“你应该考虑在结婚以前成为一个成熟的人”。弗洛姆的观点类似，成熟的人格是获得真正爱情的基础，而成熟人格包括有冒险的能力、有勇气，甚至准备迎接厄运和挫折。成熟的爱情是“我需要你，因为我爱你”，而不成熟的爱情是“我爱你，因为我需要你”。最重要的是，有成熟人格的人，拥有创造性的爱，具备爱的能力，愿意为被爱者的成长和幸福做积极的奋斗，愿意为赢得他所爱的东西而劳作，真诚地爱一个人，就是关心他的生活，尊重他的潜力和他自身。这样的爱，是一种“给予”，分享在他身上有生命力的东西，通过他的给，丰富了他人。他给并不是为了得，但是通过他的给，不可避免地会在对方身上唤起某种有生命力的东西，双方都因此而充满快乐。弗洛姆认将“给”认为是力量的最高表现，恰恰通过“给”，个人才能体验到自我的力量，自我的“富裕”，体验到生命力的升华。

而与之最为相反的是，极端的自私主义。极端的自私主义者，他们不是真诚地爱对方，而是为了爱自我才爱他人，找到爱的对象是为了满足自我的“幸福”。这种爱，在对象能满足他们需要时，还可以维持平静的生活，而一旦对象无法满足，或者他们自己产生怀疑、动摇，或是自我空虚，他们的爱就会碎裂，熄灭。所以，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。

弗洛姆在“爱的实践”部分，主要强调了爱需要具备耐心、专心、勇气、信仰，这些词看似简单且在我们日常生活中经常提到，只有身体力行，付出行动，才能收获爱。在实践部分，弗洛姆特意写到，在开始爱别人之前，个人应具备“独立的能力”，学会与自己相处。这倒是跟我们当下的流行的不少心理学观点相符，了解自己，认识自己之后，我们才能更好的爱他人。

写到这里，谈论什么是真正的爱及如何获得爱后，那我们为什么需要爱?为什么爱情是人生永远的话题?因为爱是对人类生存问题的答案。人最深切的需求即克服分离，从孤独中抽身。而爱情是人类克服孤独的唯一方法，人的爱情是一种积极的力量，这种力量可以冲破人与人之间的高墙，分享彼此的秘密，人与人结合，使人克服孤寂和与世隔绝感。但也切记爱情与生活并不是脱离的，爱情依附于生活。鲁迅曾谆谆告诫：“不要只为了爱而盲目的爱，而将别的人生意义全盘疏忽了。人生的第一意义便是生活，人必须活着，爱才能有所附丽。”

**《爱的艺术》读后感600字 《爱的艺术》读后感三百字篇七**

《爱的艺术》这本心理书籍，觉得有些东西真的是很值得思考的。

这是一本很多人都很熟悉，并且津津乐道的书，而且所谈的问题是几乎每个人都关注的“爱”的问题。

看完这本书我想领悟到的第一点就是我们每个人都是一个独立的个体，我们的自我价值并不依附于任何人对我们的评价。

这本书籍让我明白了，爱是一门艺术，它需要知识和努力。弗洛姆认为造成“爱不用学习的态度”的原因是：大多数人把爱只是简单地看成自己能否被人爱，而不是自己有没有潜力去爱，所以他们使用各种途径赢得人心、具有吸引力;还有人认为爱的问题就是爱的对象的问题，而不是爱的潜力的问题，人们认为爱本身十分简单，但是要得到一个适宜的爱的对象则难的多;人们不了解“坠入情网”和“持久的爱”这两者的区别。在人类社会中几乎没有哪一种活动、哪一项事业像爱那样，开始时充满期盼和期望，而结果又常常以失败而告终。因此，他主张爱也需要学习。在他论述的过程中我觉得有一段话说的个性好，至少我觉得很真实，“两个素昧平生的陌生人当他们突然拆掉使他们俩分隔的那堵高墙时，他们感觉彼此的距离越来越近，最后融为一体。但是这种类型的感情就其本质来说是不可能持久的，它只是昙花一现。这两个人渐渐熟悉，而亲密体验的奇妙光环却日渐消退，直到最后他们的冲突、失望及彼此之间的厌烦，把当初仅存的完美感觉完全破坏掉。然而，在一开始他们根本不会想到将是这样的结果，实际上，他们并不懂什么是爱，他们只是把彼此之间如痴如醉的迷恋与疯狂当成了双方强烈感情的表现，但其实，最初那种彼此之间的迷恋也许

只说明了他们以前是多么的孤单。”确实现代社会越来越多的感情就如昙花般稍纵即逝，而造成这一结果的原因就是因为他们没有认识到什么是爱，而只明白自己很孤单。为了逃避这种孤单的感觉而选取暂时的麻痹。

爱的对象。“爱并不是某个具体人的一种关系，而更多的是一种态度，一种性格上的倾向。这种态度决定的是一个人与整个世界的关系，而不仅仅仅是决定与自己爱的对象的关系。如果一个人只爱自己的对象，而对其它人漠不关心，那么他的爱就不是真正的爱，只但是是一种共生体的依恋，或者是一种更高的好处上的自私。然而，绝大多数的人相信爱的问题就是爱的对象的问题，而不是爱的潜力的问题。他们甚至认为只爱一个人不顾其他恰恰是自己强烈的爱的证明。其实这种想法十分荒谬。就像一个人想画画但又不想学习绘画这门艺术，他只关心能不能发现能够激发创作灵感的模特，自认为一旦找到就会画出美丽的作品来，这自然是荒谬可笑的。”其实我并不赞同他这种说法，对于恋爱中的人来说彼此眼中只有对方，这在我们看来在正常但是的了。他们只顾及到自己爱的人而忽略了其他人，是因为感情本身就具有排它性。他们忽略其他人也并不能说明对其他人就没有爱，而是不同性质的爱。这在他看来是荒谬可笑的让我感觉十分不解。

不同形式的爱。弗洛姆在书中列举了一些不同形式的爱如：博爱、母亲的爱、\*、自爱和上帝的爱，在这几种爱中我认为梅斯特-艾克哈特对自爱的一段论述很个性：“如果你爱自己，你就会像爱自己一样爱所有人。如果你对别人的爱少于对自己的爱，你在爱自己的时候也不会成功。如果你爱所有人，包括你自己，那么你就是把他们当作一个人来爱，就是一个伟大而公正的人。”在我看来此刻的社会中爱自己可能就是一种很常见的自私的行为，但是弗洛姆认为自私和自爱不是一回事，而且是背道而驰的。他认为自私的人并不是太爱自己而是根本不爱自己。他对自己的利益过分的关注正是他缺乏对自身的爱和关心的表现。缺乏自爱证明他缺少内在的创造性，使他感到沮丧、空虚和孤独。所以他会透过其它的满足来弥补自己是去的幸福。看上去他好像对自己十分关心，但实际上只是在掩饰自己在爱的潜力方面的欠缺。他不同意弗洛伊德的观点“自私的人就是自恋的人，他们把对别人的爱投射到自己身上。”他认为自私的人的确不爱别人，但这不仅仅是因为他没有潜力去爱别人，而且因为他也没有潜力去爱自己。我觉得这个观点很个性，确实能做到爱自己又爱别人不是一件容易的事，能做到这一点在我看来他是一个伟大而公正的人，至少我是这么认为的

下面我说一下我对爱的理解，随着社会发展的脚步不断加快，人们的生活也像上了发条的时钟一刻都不敢怠慢。这就使得人们的生活充满了无形的压力，爱可能是缓解这种压力最好的秘方，当然我说的爱不仅仅仅是感情也包括友爱和亲情。暂且不说这爱到底用不用理论性的学习，先感觉一下自己有没有感觉到孤独，如果有的话不妨找自己的朋友、家人好好聊聊，虽然不会有很明显的改观，但至少会感觉身边还有人关心、关怀着自己。至于感情我认为可遇而不可求，没有感情其实并不可怕，可怕的是因为没有爱而去爱，与其有三两次的beinginlove不如有一次的fallinginlove。

当然，看完这本书，情绪因为有这样的体会而开心，也由于他深沉的文笔而多少感觉有些压抑，因此，最近还是要看看一些比较简单的东西，来调剂一下自己的情绪。还有，最后一点，千万不就应去拿书中的东西来套到现实生活中的一些场景，该怎样活就怎样会，毕竟，生活还是和书中的情景有些出入之处的，在生活中还是就应以自己独立思考的潜力为基础。

这本书有很多很好的句子，本人把比较喜欢的句子摘录下来。“但凡精神分裂患者的产生绝大部分就是以此为诱因的——单一的随父性或单一的随母性发展必将导致个性发展的失败……”“私有制社会里，人类的价值观念受到社会制度与自然两个方面的限制，在这种状况下，人们对爱的追求与价值决定只能是依附于一种泡影式的梦幻——可望而不可即，也就更谈不上什么爱的永恒了。”“博爱是构成人类一切爱的最基本形式的爱。”

十几年过去了，你们可能要问，“你学会爱的艺术了吗”除了羞愧的低下头，我无言以对。

最后，是一个小小的感叹，在这本书中，我隐约的感觉到作者对于东方文化智慧的推崇，所以，此刻对于本国文化也很感兴趣，当然，在这一点上我比较赞成罗素对于中国文化的辩证看法：他觉得中国文化是一种很和谐的文化，中国人对于生活中采取的一种幽默，泰然的态度是十分可取的，但是有时候，中国文化太过于和谐，从而有一种迂腐，愚昧的倾向，我觉得在本国文化的基础上，我们是就应适当融入西方文化一种用心进取的特征。

《爱的艺术》值得我们去阅读，在这本心理书籍里，感受到了爱的艺术的存在。

**《爱的艺术》读后感600字 《爱的艺术》读后感三百字篇八**

最近几天看了《爱的艺术》这本书，感受颇多。书中，作者弗洛姆的主要观点是爱是一门艺术，需要人们有这方面的知识并付出努力，同时，爱更多的是给予而不是得到。

当今社会所有人都在渴望爱，许多小说、歌曲都在称颂爱，但为什么这个世界有这么多为爱烦恼的人。《爱的艺术》中，弗洛姆就说其实绝多数人没有具备爱的能力，又或者说其实多数人谈的是爱的感觉，谈的是被爱，通过看这本书知道爱其实是一种能力，可以学习，从哪里学起，主要有三个重要元素，说起来简单，但想做好并不容易。

首先，第一个需要学习的能力是给予，你要主动的给予，给予很容易吗?其实不是，很多人会说，哦!我很大方，很慷慨。因为很多人的给予都带有被动，都是因为某个因素促使他在付出，他的付出其实是有一个更大的目标，希望是要有回报的，这本书里讲的付出是不再需求回报，没有被动、没有社会压力或者其他什么方面的压力促使他主动给予，主动给予是想要分享，我们可以检查下自己的给予是主动给予，还是被动给予。如果你不能去有主动给予，而是被动给予，说明你的爱的能力是有限的。

第二个能力是关怀。书中说到真正的关怀是本身要有劳动力在里面的，平时当我们说，我们好爱自己的家人，却从来没见过你关怀、照顾过你的家人。说自己好爱自己的学生，也从来没见过你关心过你的学生，那只能说明你爱的是家人、学生给你来的感觉，所以，真正的爱中，你要有劳动性的关怀。

最后一个需要学习并具备的能力是尊重，真正的爱中必然有尊敬，我们大部分人都觉得尊敬只是想由上到下。这本书就说尊敬其实在拉丁文中得意思是如实的注视对方，你是如何的，我就要如何的对待你，很多的父母以为他们爱孩子，其实他们只是希望他的孩子变成一个他渴望形成的样子，并没有如实的尊重。只有尊重，你才会获得真正的对方。

《爱的艺术》是心理学家弗洛姆最著名的作品，出版至今已被翻译成多国文字，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。这是是一本可以轻松阅读但又能引起思考的“小书”，很庆幸遇见了它，弗洛姆的文笔很流畅，思维很连贯，不是那种严肃的说教，也不是牧师般的引导，他不是要教会我们什么，他只是在讲述，就好像一个老者在讲自己人生中关于爱的那一章节，每个听众各取所需即可。

**《爱的艺术》读后感600字 《爱的艺术》读后感三百字篇九**

我们常常能在各种影视剧或者小说中看见如下俗套的台词——“我这么爱你，你为什么就是不爱我？”不知道说话的人是否突然大脑短路觉得爱是一件可以等价交换的物品，所以我爱你你就应该爱我，你不爱我就是你的错。但是我们冷静下来，理性思考一下就知道：爱从来就不是一种平等的东西。如果我们追求完全平等的爱，那么只能说明我们根本就不懂得爱。

事实上，从古到近，无论中外，像自由之类抽象的名词一样，爱也是一个人类永恒追求与探索的话题。我们为什么需要爱，怎样去爱，爱又能带给我们什么，一系列的问题常常困扰着我们。

首先关于我们为何去爱。弗洛姆在《爱的艺术》中认为，这是摆脱孤独感的需要，结合愿望的需要。确实，每个人都是孤身一人来到这个世界上，最终仍要孤身一人回归。天性的孤独感使我们难以忍受长期的独处，积极地走向外界去寻求同伴，与群体相结合，而性别的差异又促使了两性的特殊结合。

其实摆脱孤独感有多种形式。比如狂欢、从众或者创造性活动，但是这样的结合并无法使人脱离孤单的宿命。狂欢的快乐稍纵即逝，而且仅仅在某些特殊的文化特殊的时间才被允许，否则自我就会产生强烈的罪恶感与负疚感；从众常常使我们失去自我，活在社会规范的条条框框中。

正如弗洛姆尖锐地指出：当今的平等性与其说是“整体性”，不如说是“同样性”，我们的人生几乎是被安排好了的，什么时候上学，什么时候工作，什么时候成家，什么时候养育后代，即使具体细节稍有差异，但仍是大径相同的；而创造性活动，我们面对的不过是死物，根本无法产生精神上的交流。也因此，只有爱才是唯一正确，唯一真正有益于我们摆脱孤独感的结合方式。

但是，正如开头我们提到的那样，很多时候，我们并不懂爱。我们总以为爱是一种有迹可循的东西，觉得付出就应当得到回报，甚至以爱之名伤害着别人。我们不难看到有些姑娘像菟丝子一样，什么都依靠着自己的男朋友，没有任何主见。“我如果爱你，绝不像攀援的凌霄花，借你的高枝炫耀自己。”

当代女诗人舒婷在《致橡树》里这样写道。这样的爱情才是我们真正应当追求的，不是控制与庸附的共生性结合，而是“在保持一个人的完满性和一个人的个性的条件下的结合。”它并不如我们生活中的许多活动一样，存在明确的目的性，一定要说的话，它的目的就是付出，就是给予，使你所爱的那个人活得幸福。这也是为什么人人都在感叹如今的爱越来越不纯粹，真正的爱情越来越难得的原因。

当今的社会文化使我们越发功利化，就像某句调侃所说“有的人，没占到便宜就会觉得自己亏了”，于是我们很难再看到“执子之手，与子偕老”这种和谐而完满的感情。什么丈夫几十年如一日照顾瘫痪妻子，老伴携手环游世界的新闻常常让我们感动不已，可是，爱情难道不该本来就是这个样子的么？

对于爱，我们需要关心，需要了解，需要尊重，还需要责任感。没有关心与了解，我们无法亲近我们所爱的人，实现精神上的交流；没有尊重，我们无法保持双方的个性和爱的自由，爱便会成为枷锁，困得人无法喘息；没有责任感，我们无法维系长久的情感，爱便会沦为镜花水月的过眼云烟。

斯滕伯格的爱情三元理论认为爱=激情+亲密+承诺，除了生理上的着迷情绪，后两者与此有异曲同工之妙。而爱，除了帮助我们了解我们所爱的人，也帮助我们发现了自己。我们本是孤立的两个人，却因为爱而融为了一体，相互了解，彼此信任，通过对方得以看见自己，探知自我。这是一件多么神奇而美妙的事情。

“爱——不仅爱你伟岸的身躯，也爱你坚持的位置，足下的土地。”

**《爱的艺术》读后感600字 《爱的艺术》读后感三百字篇十**

最近朋友推荐了一本弗洛姆所著的《爱的艺术》。我不敢以读懂爱的艺术自居，在这里仅是带着一种学习的态度梳理一下爱的艺术。

一、爱的知识

在作者弗洛姆的眼中，对爱情的定义是客观而全面的。客观是因为他对于爱的理解是符合人性的，而全面则是他将爱放在社会这个大环境中考量。在书中无论是对爱的定义，还是对各种不同类型爱的阐释都更侧重于社会这个维度。在他的眼中爱情可以解释为在特定社会环境中人们对于给与得的认知。我认为基于社会的角度去分析爱情是必要的。因为每一个人都不可能脱离社会而独活。爱是维持各种社会关系的纽带。从弗洛姆对个人到族群到国家到社会的进化这一过程的客观描述中，表述了人为什么需要爱。掌握爱的知识，人将更容易摆脱孤独、恐惧和自身的局限，达到完整和统一。

二、爱的给与得

弗洛姆说:“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，而不是被俘的情绪，一般来说可以用另一个说法表达，即爱情首先是给而不是得。”如果你读过这本书，你会发现给与得充满弗洛姆关于爱的每一个观点。对给与得的关系的阐述，让我们区分天真的爱同成熟的爱的不同原则。正如弗洛姆所说:天真的爱遵循我爱，因为我被人爱(得先于给)的原则，成熟的爱遵循我被人爱，因为我爱人(给先于得)。天真的爱源于需求，成熟的爱是基于贡献。对于爱的给于对象的不同，弗洛姆带我们领略了不同种类的爱:之于众生的博爱，之于孩子的母爱，之于爱人的性爱，之于自己的自爱，以之于神明的神爱。

三、爱的实践

如果爱是一门艺术，那就要求想掌握这门艺术的人有这方面的知识并付出努力。是的，不知道什么是爱的人是苍白的，不知道如何去爱的人是盲目的。从社会的维度去解读爱的动力，是人们为了摆分离、脱孤独和恐惧，达到同社会或者说自然的一种统一性。这种动力是我们爱的勇气，但同时也是对自我认知的局限。弗洛姆说，爱是实践就是对客观的认知自己的思想和情感体验的确认。他来源于你的的情感体验，投射于你的思想，经过一系列的加工和处理，这个东西变成了我们所认知的爱。体验需要客观的认识，投射需要理智的确认。

四、以爱之名

爱是一门艺术。它在每一个人的心中撒下种子，爱是人的本能。但让我们感到悲哀的是，这种本能正在随着社会的更迭和时代的变迁渐渐的退化，与我们生命的本质渐行渐远。如果我们对自己及自己所生存的社会进行反思，就不难发现几乎所有的道德和良性的社会关系正在以爱之名渐渐消融。爱变成了一个标签，变成了一个与世隔绝的世外桃源。爱是我们生命过程的体现，更是体验生命过程的通途。学习爱的知识，修炼爱的艺术，在爱的实践中我们可以摆脱人性和社会的局限是每一个人的必修课。我们爱，不是仅因为我们值得，更是因为以爱之名让一切完整。

**《爱的艺术》读后感600字 《爱的艺术》读后感三百字篇十一**

无论是哪一种方式都或多或少存在着消极的因素和不稳定的后果，而爱却可以满足人类这内心最强烈的追求，通过把人类、部落、家庭和社会集合起来，去克服内心的恐惧与孤独，在爱中实现人于人之间的统一。或许爱的本质便是解决人生存中孤独境遇的最好的方式吧。

在希腊神话中，人原本有四只手四只脚及两个头，但宙斯将人一分为二，因此人终其一生都在找寻遗失的另一半。人们很渴望爱情，悲欢离合的爱情电影可以百看不厌，百般无聊的爱情歌曲可以百听不烦，但他们却忽视了爱作为一门艺术是可以学习的。同时在现实生活当中，这一重要而神圣的爱情被很多事务所挤压。人们一方面渴望爱情，另一方面却把其他的东西：如成就、地位、名利和权力看得重于爱情。

因为对大多数人认为，只要获得了这些便有了被人爱的资本，也恰恰因此，很多人失去了爱人的能力。

那么如何呢获得爱呢？弗洛姆在这本书中告诉读者，爱情不仅仅是一种偶然产生的令人心荡神怡的感受，只有幸运儿才能获得，它是一门艺术，就像学习音乐、绘画、木工或者医疗艺术和技术一样，这门艺术的学习也可以分成两个部分：理论和实践。爱是一种积极的，在人内心生长的东西。

爱主要是给予而不是接受。给予比接受更快乐，因为给并不是放弃，被人夺走东西或者做出牺牲，而是把内心有生命力的东西给予别人，在给予的行为中表示了我们生命的存在。正是在给予的行为中，我们体验到我们的力量、我们的财富、我们的能力。给予自己的生命力，给予自己的爱的能力，亦即以自己的生命力去激发对方的生命力，以自己的全身心的爱的能力去引发另一个人的爱的能力。弗洛姆说：＂有没有能力把爱情作为一种给的行为取决于人的性格发展。取得这一能力的先决条件是人要有一种占主导地位的创造性倾向。＂

凡高说过：＂会爱的人才会生活，会生活的人才会工作。＂在我们的生活中也是如此，无论是父母之爱、异性之爱还是朋友之爱，如果你想拥有一份成熟的感情首先要做的就是让自己更加成熟。而关心、责任心、尊重和认识，是成熟的人态度上的集中表现。如果没有尊重和认识，那么关心和责任心就会变成对爱人的一种控制。在爱情里，尊重和认识非常重要。首先认识自我，自己本身要达到自力更生、独立自主，而不依附或依赖他人；其次，要客观地正视对方，认识他的独特个性，并努力使对方成长，而不是要求他成为我希望的样子，这才是真正的尊重。

爱是一门很难学习的艺术，只有爱的存在才会让我们感到幸福，只有学会如何去爱人，才能让自己得到真正的满足。

**《爱的艺术》读后感600字 《爱的艺术》读后感三百字篇十二**

“一无所知的人儿也就一无所爱，什么都不做的人儿也就什么也不懂。什么都不懂的人儿是没有价值的。懂得事理的人儿也懂得爱、观察和发现……对事物本质了解得越多，也就越钟爱……设想所有水果与草莓同时成熟的人儿也就对葡萄一无所知”

在本书的开篇，弗洛姆引用了帕拉塞萨斯（德国医学家，自然科学家及哲学家）的这句看似与爱情无关的古话，却在一定程度上表明他的观点，若想获得爱，则需了解爱。

弗洛姆是著名的德国精神分析学家、社会学家和哲学家，他长期研究马克思主义和弗洛伊德主义，试图保存两者的真理，用对方的原理修正进行另一方的理论，得出最后的综合体。他论述最多的是人的存在、人的本质、人的爱、人的异化、人的解放问题。这本《爱的艺术》是一部以精神分析的方法研究和阐述爱的艺术的理论专著。自1956年问世以来已经被译成20多种文字，至今畅销不衰，被誉为当代爱的艺术理论专著中最著名的作品之一。

在本书的开始，弗洛姆即指出，爱是一门艺术，就像生活中的其他艺术一样，要学习如何爱就像学习其他艺术一样，先需了解爱的理论，再探讨爱的实践。弗洛姆所讲的爱的实践，绝非一般畅销书中的夫妻情侣“相处之道”，而是就个人自身行为进行的探讨。

可是长久以来，为什么多数人认为爱是不需要学习呢？弗洛姆在书中阐述道，大部分人认为爱不需要学习的前提主要为以下三点：

第一，多数人宁愿把爱当成被爱的问题，人们不断付出努力获得大众的认可，使自己变的“可爱”，这样迫使男性取得成就，获得他自己所处的社会条件最大限度的地位和财富，女性通过修饰仪表健美等来吸引男性。

第二，把爱的问题设想为一个对象的问题，而不是能力的问题。

第三，把最初坠入情网的经历与爱的“久恒”之间的区别混淆了。

这三点真是字字珠玑，就拿第一点来说，现在的八零九零后都是独生子女，多少有些“自私”，常更渴望被关注被爱，而不愿意付出自己的感情去关心对方，熟不知，“握紧拳头，里面什么也没有。张开双手，你就拥有了整个世界。”持有“被爱比爱更幸福”这种言论的人，多数是不成熟的。而提到第二点，强调爱的对象就像在中国强调“缘分”。不少书中的“爱情警句”不断地告诉大家，“世界上总有一个人在等着你”，其实不少任性的年轻人不懂得爱，总是错过了一个又一个“对的人”。

在本书里，弗洛姆也谈到，在交易盛行和奉物质财富为首要价值的资本主义文明中，人类爱的关系遵循统治商品交换和劳动力市场的相同规律，以“互利交换”的思想为基础，估计自己和对方在社会中的价值，力图做一个交易，此交易即称之为爱情。

弗洛姆认为，以上提到的这些都不是真正的爱。马克思曾强调过知识和成熟在爱情里的重要性，也曾在给朋友的信中谈到，“你应该考虑在结婚以前成为一个成熟的人”。弗洛姆的观点类似，成熟的人格是获得真正爱情的基础，而成熟人格包括有冒险的能力、有勇气，甚至准备迎接厄运和挫折。成熟的爱情是“我需要你，因为我爱你”，而不成熟的爱情是“我爱你，因为我需要你”。

最重要的是，有成熟人格的人，拥有创造性的爱，具备爱的能力，愿意为被爱者的成长和幸福做积极的奋斗，愿意为赢得他所爱的东西而劳作，真诚地爱一个人，就是关心他的生活，尊重他的潜力和他自身。这样的爱，是一种“给予”，分享在他身上有生命力的东西，通过他的给，丰富了他人。他给并不是为了得，但是通过他的给，不可避免地会在对方身上唤起某种有生命力的东西，双方都因此而充满快乐。弗洛姆认将“给”认为是力量的最高表现，恰恰通过“给”，个人才能体验到自我的力量，自我的“富裕”，体验到生命力的升华。

而与之最为相反的是，极端的自私主义。极端的自私主义者，他们不是真诚地爱对方，而是为了爱自我才爱他人，找到爱的对象是为了满足自我的“幸福”。这种爱，在对象能满足他们需要时，还可以维持平静的生活，而一旦对象无法满足，或者他们自己产生怀疑、动摇，或是自我空虚，他们的爱就会碎裂，熄灭。所以，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。

弗洛姆在“爱的实践”部分，主要强调了爱需要具备耐心、专心、勇气、信仰，这些词看似简单且在我们日常生活中经常提到，只有身体力行，付出行动，才能收获爱。在实践部分，弗洛姆特意写到，在开始爱别人之前，个人应具备“独立的能力”，学会与自己相处。这倒是跟我们当下的流行的不少心理学观点相符，了解自己，认识自己之后，我们才能更好的爱他人。

写到这里，谈论什么是真正的爱及如何获得爱后，那我们为什么需要爱？为什么爱情是人生永远的话题？因为爱是对人类生存问题的答案。人最深切的需求即克服分离，从孤独中抽身。而爱情是人类克服孤独的唯一方法，人的爱情是一种积极的力量，这种力量可以冲破人与人之间的高墙，分享彼此的秘密，人与人结合，使人克服孤寂和与世隔绝感。但也切记爱情与生活并不是脱离的，爱情依附于生活。鲁迅曾谆谆告诫：“不要只为了爱而盲目的爱，而将别的人生意义全盘疏忽了。人生的第一意义便是生活，人必须活着，爱才能有所附丽。”

**《爱的艺术》读后感600字 《爱的艺术》读后感三百字篇十三**

这是这个学期马原课上，我读到的第二本书，与第一本《马克思为什么是对的》的风格确实有很大的区别，虽然都是将问题最后总结成一种高度，以全社会，或者是以人类的性格，社会的要求作为探求的对象，但是第一本书就像是一杯陈年老酒，在一个黄昏中，坐在大海边大口喝着，而《爱的艺术》则给人一种在清晨静静坐在花园中，外面阳光明媚的感觉。

这本书要告诉读者：感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到达一种创造倾向性，那么每种爱的试图都会失败;如果没有爱他人的潜力，如果不能真正谦恭地、勇敢地、真诚地和有纪律地爱他人，那么人们在自己的感情生活中也永远得不到满足。

弗洛姆在这本书中提到的很多看法其实和我想的是一样的，只但是我的想法平时更加幼稚一些，因为我觉得确实，爱到底是什么，其实是一种潜力，是一种对你爱的人的职责心，是一种能够爱别人，爱社会，爱生活，的潜力。从这一点来看，如果具备了爱人之心，具备了爱的潜力，那么获得感情也就是水到渠成的事情了。但是根据作者的观点，社会上很多人对感情的三个错误看法

1、大多数人认为感情首先是自己能否被人爱，而不是自己有没有潜力爱的问题。因此对他们来说，关键是：我会被人爱吗我如何才能值得被人爱为了到达这一目的，他们采取了各种途径。男子通常采取的方法是在其社会地位所允许的范围内，尽可能地去获得名利和权力，而女子则是透过持续身段和服饰打扮使自己富有魅力;而男女都喜欢采用的方式则是使自己具有文雅的举止，搞笑的谈吐，乐于助人，谦虚和谨慎。

其实这些举止都是正常的，毕竟人的认知规律就是先从外在开始，然后随着接触的增加，而彼此互相了解，然后才能将自己内在的一面展现出来，所以我觉得如果是在现实中，衣着，举止，谈吐，是人们展示爱的潜力的一种手段，但也仅仅是一种手段了，如果一个男生，衣着糟蹋的走到你面前，谈吐中脏话的次数可能他自己都没有意识到有多少，那这样一个人即使内涵锦绣，性格谦虚，有着强烈的职责心以及高于他人的潜力，那么他也不会吸引到他面前的人。

2、很多人认为在爱这件事上一无可学，他们认为爱的问题是一个对象问题，而不是潜力问题。他们认为爱本身十分简单，困难在于找到爱的对象或被爱的对象。感情中最大的潜力是什么，其实就像是弗洛姆所说，应当是给与，而不是获得，为了自己爱的人去付出，去带给她一种阳光，一种活力，这种给，才是感情中最完美的一种因素之一。

当然给的目的有所不同，也决定了给予到底是不是真正的，从心里出发的，那种人格成熟的给与，以后很多人想着，这种给与，时应有回报的，而这种回报是对方也就应给与我什么，或者说是要给我以更多，但这种或许不叫感情，而是一种很幼稚的生意罢了。真正的感情的给与是一种，因为“我”富有活力，我能够是一座大山，让你登到山顶，去看看这个世界有个多么的光明和完美，去感受这山峰是多么的清爽，透过这种给，展示了我的力量。透过这种给，展示了我的这种完全的人格。在生活中，如果你的好朋友请你喝了一杯饮料，即使是小孩子都能感觉得到，他是对我好的，于是下一次他渴了的时候，我也邀请他喝一杯，我们是朋友。这种友爱，可能便是因为一方挨着另一方的行动唤起类另一方“给”的行为，不是报答，而是真心期望对方也能够好好的，能够和我一样的开开心心的，口渴了也有饮料能够喝，这种单纯的行为，或许也是爱的一种表达。

当代文化是以购买欲以及互利互换的观念为基础。现代人的幸福就是欣赏橱窗，用现金或分期付款的方式购买他力所能及的物品。感情的产生往往是以权衡对方及本人的交换价值为前提，我想做一笔交易，那我既要思考从社会价值的角度出发，对方值不值得我追求，也要思考基于我的一目了然的实力以及潜在的实力，对方会不会看中我。在这笔交易中，如同购买地皮一样，对方的有发展前途的潜力也起到很大的作用。在一个商业化占统治地位以及把物质成功看得高于一切的文化中，事实上是没有理由对下列事实抱有吃惊的态度：人与人之间的感情关系也遵循同控制商品和劳动力市场一样的基本原则。但实际状况中，总会有那种“看着她的笑脸，我不禁也笑出来的”状况，原因并不是说什么我被这种笑容感染了，而是我真的为他的这种小儿感到开心，而感到幸福，期望他多笑一笑，“快乐这么你的快乐，幸福着你的幸福”与他分享着这个世界上的欢乐与忧愁。

作者提出的第三个错误是人们不了解“堕入情网”同“持久的爱”这两者的区别。如果我们用fallinginlove和beinginlove这两个英文搭配也许就能更清楚地区分这两个概念。两个相互陌生的人，当他和她突然决定拆除使他和她分隔的那堵高墙，相许对方，融为一体时，他俩相结合的一刹那就成为最幸福、最激动人心的经历。这一经历对那些没有享受过感情的孤独者来说就更显完美和不可思议。这种男女之间突如其发的奇迹般的亲密之所以容易发生，往往是同异性的吸引力密切相关或者恰恰是由此而引起的。但这种类型的感情就其本质来说不可能持久。这两个人虽然慢慢熟谙对方，但他俩之间的信任会越来越失去其奇迹般的特点，一向到隔阂、失望和无聊把一息尚存的魅力都抹掉为止。当然一开始双方都不会想到这点。事实是：人们往往把这种如痴如醉的入迷，疯狂的爱恋看作是强烈感情的表现，而实际上这只是证明了这些男女过去是多么地寂寞。

所以，当再也找不出一种行为或一项行动像感情那样以如此巨大的期望开始，又以如此高比例的失败而告终。如果是别的事，人们会想方设法找出失败的原因，吸取教训，以利再战或者永远洗手不干。但因为人们不可能永远放下感情，所以看起来只有一条可行的路，那就是克服感情的挫折，找到原因并去探究感情的好处。这一段出现的时候，我在想许多读者都会产生共鸣，到底时遇上了对的人，没有抓住机会，还是在不正确的场合遇上了他，更或者是遇到了错的人，这些问题从古至今，甚至到未来，都会被人们不停地讨论下去，但是，我只是想说，无论如何，坦然的去看待给予，去付出，因为你会真的感觉到很快乐。

**《爱的艺术》读后感600字 《爱的艺术》读后感三百字篇十四**

前段时间认真的阅读了心理学大师佛洛姆的作品《爱的艺术》。感受十分深刻，我们学习工科的，平时注重了太多理性而忽略了对一些生活中的一些基本的现象的分析，对爱的理解只停留在感性的层面上，这使得有些人可能在自己的感情处理中遇到很多问题。读这部作品最大感受就是能在享受中警醒，在反思中顿悟。

《爱的艺术》这本书中所谓的\"爱\"与人们普遍认为的那种\"一个人偶然幸运地体验并陶醉于其中的一种纯粹的快感\"不同。佛洛姆认为爱是一种能力，一种态度。爱是一种积极的活动，并不是一种被动的情感。如果用最通常的方式来描述爱的主动特征，那么，它主要是给予，而并不是接受。或者说爱是一个人的活动能力，而不是两个人的偶然相遇。因此，人们需要从理论和实践上对爱进行系统的学习，才能真正具备爱的能力，才能更好地实践爱。

一个人在世界上存在的意义是什么，这是人从开始有自己的意识以后一直在追寻的问题。在读完这本书之后，我认为，人存在的价值就是\"爱\"。这也是人与其他自然界东西的本质区别，我们的全部的人格都是在这里体现出来的。当然会不会爱也就体现出人生的真正的价值。要想探索出爱的真谛，就必须从理论和实践两个方面说起。

爱的起源应该追溯到人们从脱离自然界开始后的孤独和无力感。在长期的历史进程中，人们从自然界的束缚中逃离并获得自由，却又转而依附另一种精神权威而逃避自由，就是为了克服孤独和无力感，但这种方式永远也无法让个体获得真正的自我，实现人作为人的真正价值。然而，作为人类社会进步的必然趋势，人的个性的全面发展终究要实现，并且这种发展的最终归宿就是爱。

尽管当今社会的人们在爱的旅途中到处碰壁，比如高离婚率、自杀率、犯罪率等等问题对这个社会的和谐造成了极大的伤害，人们对爱的实践感到空前的茫然，对爱的关注和渴望更是超越了以往的任何时代。但是人们还是一如既往的忽略探索爱的本质含义，在行为上走向了另一个极端。\"尽管他们对爱如饥似渴，却又认为几乎每一件事都比爱重要：成就、名望、金钱、权力——几乎人们所有的精力都用来研究如何实现这些目标\"。这是作者对世人的这种行为表达了深深的不满，\"难道只有那些能够赢得金钱和名利的东西是值得学习的，而爱只对精神有益，在现实意义上并无利可图，是一种我们根本没有必要花费太多精力学习的奢侈品吗?\"可以看出爱才是最珍贵而且是人生的真谛。

博爱、母爱、性爱、自爱、神爱等各种形式的爱常常包含着共同的基本要素：关心，责任，尊重和了解。关心是首要因素，这在母爱中体现得最为明显， \"爱是对所爱对象的生命和成长的积极关心\"，\"爱的本质是为某物而劳作，是促使某物成长，爱和努力是分不开的。\"从真正意义上讲，责任完全是一种自愿行为，是我们对另外一个人表达或没有表达的需要的反应，而当今我们理解的责任却多是指职责，从外部加于人身上的某些事。尊重和责任是互相依存的，假如没有尊重，责任就完全有可能是支配和占有。尊重不是害怕和畏惧，它是指按照个体的本来面目，发现个体的独特个性，对个体的成长和发展顺其自身的规律和意愿。了解是为爱提供正确的方向和现实的依据。

所以爱是一种能力，一种态度。自已应该对爱有进一步的理解才能够在爱的实践中取得正面的效果。从而面对自己的人生才可以不那么迷茫，真的掌握人生的密码，在生活中处理好\"爱\"。不断地提升爱己，爱人的能力。在提升爱的能力的道路上，我们也应该记住生命不息，奋斗不止道理。

**《爱的艺术》读后感600字 《爱的艺术》读后感三百字篇十五**

刚刚看完这本书，觉得有些东西真的是很值得思考的。

首先，看完这本书我想领悟到的第一点就是我们每个人都是一个独立的个体，我们的自我价值并不依附于任何人对我们的评价。至于这一点，我想从四个方面来稍作解释。

对于朋友来说，我曾经很羡慕那些有死党的人，觉得有一个死党时间很幸福的事情，因为当我们不开心的时候可以有这样的一个人来听我们倾诉，然而，看了这本书之后我并不会再去羡慕那些人，这并不是没有拥有死党的渴望，只是说死党也并不是真正能了解我们每一个想法，就像有一位德国的哲学家所说：“世界上没有两片完全相同的树叶，也没有两片完全不同的树叶。”当朋友不能理解我们的时候，最好的方式就是自己以一种尊重并且爱护的态度来安慰，关心自己。此时，也就是我所说的自我的存在。

对于父母和孩子，我们很多人认为这就是我们的一切，但是我想并不尽然，我们拥有拥有自己的生活，我们不应该因为父母和孩子的一些不开心就影响自己的心情。

对于爱人，由于本人的经历尚浅不知道该怎么理解，所以暂时不做思考......

其次，是对于最后的爱的实践的一些想法，我们有时候因为自己一个人而无法安静下来做事情，但是，我们本来就是一个个体，当我们出生的时候我们是赤裸裸的降临，走的时候也不会带走任何的身外之物，既然如此，我想从中唯一可取得就是真正安静下来做一些重要的事情，比如，一个学生就读书吧，白领就工作吧，毕竟，人生的多数时候都是我们自己一个人在进行大脑的思维活动，别人也不可能进入我们的思想之中，不是吗?

最后，是一个小小的感叹，在这本书中，我隐约的感觉到作者对于东方文化智慧的推崇，所以，现在对于本国文化也很感兴趣，当然，在这一点上我比较赞成罗素对于中国文化的辩证看法：他觉得中国文化是一种很和-谐的文化，中国人对于生活中采取的一种幽默，泰然的态度是十分可取的，但是有时候，中国文化太过于和-谐，从而有一种迂腐，愚昧的倾向，我觉得在本国文化的基础上，我们是应该适当融入西方文化一种积极进取的特征。

当然，看完这本书，心情因为有这样的体会而开心，也由于他深沉的文笔而多少感觉有些压抑，因此，最近还是要看看一些比较轻松的东西，来调剂一下自己的情绪。还有，最后一点，千万不应该去拿书中的东西来套到现实生活中的一些场景，该怎么活就怎么会，毕竟，生活还是和书中的情景有些出入之处的，在生活中还是应该以自己独立思考的能力为基矗

**《爱的艺术》读后感600字 《爱的艺术》读后感三百字篇十六**

“人与人之间的关系从本质上来看是互为陌生的，是自动机器之间的关系，其安全感的基础就是要想方设法靠拢一群人，在思想、感情和行动中同这一群人保持一致。虽然每个人都努力同别人接近，但实际上都是孤独的，充满了不安全感、恐惧感和负罪感。只要人与人之间的隔膜得不到克服，这种感觉就会不断出现。但我们的文明提供了各种可能性，使人们感觉不到这种孤独。这首先就是人们每天都重复着千篇一律僵化的机械性工作，这种工作秩序使他们不再自觉地感到人追求超越和统一的基本要求。但是光靠这个还不行，因此人就通过享受，通过娱乐工业提供的音乐、画片，以及通过不断地购买新的物品去减少这种尚未意识到的绝望”——弗洛姆《爱的艺术》。

当个性泯灭、社会趋同化已成为我们这个时代不可逆转的潮流时；当色厉内荏、空虚与寂寥的阵阵寒流经常侵袭我们心灵已成为不真的事实时；我们再来品读这些恰如其分、发人深省的经典论述，或许我们每个现代人都会有深厚的感慨与唏嘘。因为我们在追逐名利的道路上迷失了自己的双眼，在经济理性原则的唆使下，我们仿佛变地越发的冷漠。渐渐地，随着岁月的流逝，我们的财富和权势虽然达到了及至，但我们的内心却变地荒芜。慢慢地，我们发现我们自己游走于心灵的沙漠，在承受一阵阵的痛苦之后最终走向颓废。于是，我们试图用欲望上的满足去驱散心灵的孤寂，但就当自己沉溺于物欲横流、性欲横流的享受之时，我们内心的孤独和寂寞却依然如故。

现代人是痛苦的，在华丽的装饰下遮掩的却是心灵的空白。所以作为现代人的我们，是应该奋起、是应该清醒了。如果我们还依旧放纵自我、作践自我，那生命的乐趣也就淡然无存。如果活着成为了一种负担、一种受罪，那我们糟蹋的不但是我们自身，而且是赋予我们生命的神明。

但要在一个荒蛮的世界寻找一方心灵的沃土，何其难也！幸好，在《爱的艺术》中，弗洛姆这位天才的思想家以他那深邃而又辽阔的智慧之眼为我们指引了若干方向，不至于使我们在面对偌大的心灵沙漠之时手足无措。

“博爱——一切爱的形式都以博爱为基矗我指的博爱就是对所有的人都有一种责任感，关心、尊重和了解他人，也就是愿意提高其他人的生活情趣”。

“博爱的基础是认识到我们所有的人都是平等的。同人共有的核心相比，人与人之间在才能、智力和知识上的差别微不足道。要了解这种人共有的核心，必须要深入了解人，而不是停留在表面”。

“在对那些需要帮助的人产生同情的过程中，人开始发展他的博爱。在爱自己的同时，他也爱那些需要帮助的人，爱那些虚弱和惶恐不安的生命。同情包含着了解和认识的因素”。

让我们牢记这份劝世嘱托、记牢这份醒世宣言吧，从今天开始，爱你身边的每一个人、每一件物。当你真正学会了爱的艺术之后，你会发现你不再孤独、不再寂寞！当你真正品尝到了生活的乐趣之后，你会发现生活是何等之幸福、生命是何等之伟大！就让我们共同行动起来吧，用真心去交换一片真情，用爱把这个世界照亮吧！

**《爱的艺术》读后感600字 《爱的艺术》读后感三百字篇十七**

读完了弗洛姆的《爱的艺术》，很好的一本薄薄的书。

人的孤独感是无法回避的事情，克服的办法一是创造，主动去改造自然，实现自我和外部世界直接的联通;另一个就是爱，分享自己的生命力，实现自我和人群之间的联通。无论是创造还是爱，都是主动性的行为;所以弗洛姆提倡“创造性的人格”。

通俗地说，爱是给予而不是接受。爱确实是内心强大的表现。当然，大多数时候，我们会说，爱情是弱者的感情，但是，过于脆弱的相互依赖的爱情可能也无法真正健康而长久。我赞成说，一个懂得并且能够享受孤独的人——独处，而不求助于各种他者的支持——才有着真正的去爱人的力量。真正的爱里，应该能够同时成就自己和他人。无论是一味索取的爱，还是按照自己的臆想一味给予并且认为对方需要的爱，都是不健康的。

弗洛姆也大量探讨了现代社会是否有利于爱的培养的问题，他认为，西方社会导致了爱的溃散;其主要论据在于，现代社会的组织方式带来了现代人与自身、与其他人、与自然之间的关系被异化了。我赞同，在工业大革命之后，“物”在人类生活中享有了从未有过的地位，受到了从未有过的崇拜;但是我不敢肯定，在现代社会之前，爱是普遍的，而现代社会的到来，带来了爱的溃散。可能确实现代对于人之间关系的抨击很多，从文学到哲学的各个方面，但是更加可能是由于人的信仰变化——从崇拜爱与美到崇拜物而贬低人——而造成的。我们甚至不能说，是资本主义社会之前，还是在资本主义社会时期，我们对自己的心灵更加敏感或者麻木。所谓协作精神和相互体谅对于相处的作用，我想不只是现代会这么要求——人和人是不同的，相处之间摩擦就是必然的不可避免的，同理心和让步就是必要的润滑剂，而非某个社会形态强加在于人身上的，只不过大众媒体会不会这样坦诚。

让步假设说，现代社会确实存在爱的溃散，这也不能用资本主义社会的生产方式、美德标准带来了这样的情况来概括。如果爱——博爱、母爱、性爱，可以给人带来愉悦，那么人就不会轻易放手它们，不会因为社会崇尚协作精神，就贸然提议说，我们放弃相互之间的爱，用协作意义上的共生来替代吧。——人面对鱼和熊掌的第一反应，不会是，两者我该放弃哪一个，而首先会是，我能不能同时占用两者。另外，如果我们谈论这个话题的起意在于学会爱，获得幸福感，那么笼统而轻巧地把责任推于社会形态是一种既不负责任又无济于事的行为——我们大可以把时间花在一部电影一桶爆米花，而不是严肃的思考上。

但是，我们确实注意到资本主义社会的组织形式，或者说工业化的进程，确实改变了人的很多习惯、特征;这样特征和习惯的改变可能最终改变了社会里爱的现状。

确实，现代社会里更多幸福感来源于消费——或者说，人的幸福感向来部分来自于消费，而在工业化之前，消费部分占有份额受到了消费品总量的限制，无法大幅扩张;而工业化带来了这样的可能性，于是人自然地转向这部分更加容易增长的幸福来源，从而形成了大众逐利的场面;而这样的情况有可能造成了大家对于精神层面替代性的忽视。打个不恰当的比方，也许国际贸易里“福利恶化型”增长的情况会出现。

同时，现代社会从根本上改变了人的习性。弗洛姆在“爱的实践”里所提到了几种爱的基本要求：“自律”、“专注”、“耐心”、“极大的热情”(discipline，concentration，patience，passion)。但是现代社会的物质消费约束集确实不利于这些美德的培养，这些美德在社会中的地位也远不如一两千年前。我们可以说，人性的的进化是缓慢的，远远慢于意识形态的演化，更加慢于生产力的提升——尤其是在生产力经历了指数甚至更快的增长之后。不可能指望植根于人性的意识形态迅速地可以适应生产力的提升，而同时保持了当初的种种坚韧不摧。因此，爱成为一种需要学习、时时注意的能力——培养这样能力之始，就是从努力靠近弗洛姆所提出的几项要求开始。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找