

ERICH FROMM



ARTA DE
A IUBI



TRADUCERE DIN ENGLEZĂ DE
Ruxandra Vișan

PSIHOLOGIA
PENTRU
TOȚI
PPT

3
TREI

CUPRINS

Introducere la ediția aniversară (2006)	7
Cuvânt-înainte	17
<i>I. Este iubirea o artă?</i>	21
<i>II. Teoria iubirii</i>	27
1. Iubirea, răspunsul la problema existenței umane	27
2. Dragostea dintre părinți și copii	56
3. Obiectele iubirii	63
<i>Iubirea fraternă</i>	64
<i>Iubirea maternă</i>	66
<i>Iubirea erotică</i>	69
<i>Iubirea de sine</i>	74
<i>Iubirea de Dumnezeu.</i>	79
<i>III. Iubirea și dezintegrarea sa în societatea occidentală contemporană</i>	98
<i>IV. Practica Iubirii</i>	120
<i>P.S..Gânduri, interviuri & altele</i>	145
Despre autor. Faceți cunoștință cu Erich Fromm.	147
Despre carte. Iubirea în viața lui Erich Fromm	152
Lecturi suplimentare. Date autobiografice. Citate din scrierile și scrisorile lui Erich Fromm	172

INTRODUCERE LA EDIȚIA ANIVERSARĂ (2006)

De cincizeci de ani ne bucurăm de intuițiile profunde oferite de această cărticică, de starea de calm și inspirație pe care ne-o transmite. Ce parcurs incredibil a avut această carte! Psihologia s-a transformat în mai multe rânduri în toate aceste decenii. Freud ba s-a demodat, ba a revenit la modă. O diversitate de orientări psihoterapeutice au înflorit, iar mai apoi s-au stins. Tratamentele farmacologice au redefinit modul în care înțelegem emoțiile; dar și ele au avut perioade de strălucire, urmate de alte vremuri când au intrat într-un con de umbră. De-a lungul tuturor acestor frământări, suplul volum al lui Fromm ne-a fost alături, ne-a oferit sfaturi bine temperate. Ce anume a făcut ca această carte să rămână actuală pentru atâta vreme?

O dată, ar fi, desigur, subiectul volumului. Căci, după cum ne spune Fromm, cu toții tânjim după iubire. Iubirea ne definește; este răspunsul la „problema existenței umane“. Dar să nu uităm că anual apar zeci de cărți dedicate dragostei. Însă niciuna nu a avut parte de atâtea traduceri ca această carte a lui Fromm — tălmăcită cu acest volum în 34 de limbi.

Apoi, e clar că și titlul e de mare ajutor. Dar nu pentru că s-ar baza pe cine știe ce găselnițe de limbaj, care să atragă, la nivel comercial, atenția cititorilor. Titlul este cât se poate de limpede, impunând un ton clasic și durabil cărții. Apoi, Fromm nu se ascunde în spatele profesiei sale — adică, nu vine cu un titlu de genul *Psihanaliza în arta de a iubi*. Titlul este cât se poate de direct. Și îi atinge pe cititori din prima.

Mai departe, un alt merit al cărții vine din limbajul folosit. Un limbaj care îndeplinește promisiunea adusă de titlu. Fromm începe fără niciun ocol: „Este iubirea o artă? Atunci, ca orice artă, ea necesită cunoaștere și strădanie“. Am putea vorbi chiar de o notă poetică ce reiese din această exprimare frugală: „Fără iubire, omenirea n-ar putea exista nici măcar pentru o clipă“. Doar în rare cazuri — ca atunci când denunță cultura mercantilă —, Fromm trece la metaforă: „Lumea este un obiect imens menit să ne satisfacă apetitul, un măr mare, o sticlă mare, un sân mare; cu toții suntem niște sugari aici, suntem veșnic în așteptare, sperăm etern, fiind etern dezamăgiți“.

Această observație ne amintește încă un motiv important pentru care Fromm reușește să capteze noi și noi generații. Gândirea lui a prezis vremurile ce vor veni. El a reușit să surprindă esența mutației prin care trecem. De vreme ce cultura răsplătește narcisismul, cum vom reuși să transcendem dincolo de ființa noastră? Câtă vreme cultura este alienantă, cum vom găsi lucrurile cărora le ducem dorul: intimitate, pasiune, rezonanță — ceea ce Fromm numește „reunire oferită de dragoste“?

Cu trecerea timpului, aceste întrebări au devenit tot mai presante. Dimensiunea comercială își pune amprenta, în mod deschis, pe tot ceea ce e personal. Bărbații de succes își caută soții pe post de trofee. Aproape jumătate dintre mariaje se sfârșesc cu un divorț, iar motivul este că partenerii vor să profite de o

ofertă și mai bună — ca și cum fiecare individ ar avea un preț exact, o valoare ce reiese din însumarea tinereții, frumuseții, inteligenței, statutului și (mai ales) a sănătății. Însă adesea, recăsătorirea ce urmează nu aduce decât un mare gol interior. Această stare de fapt a fost înțeleasă pe deplin de către Fromm.

Fromm și-a început demersurile critice la o vârstă fragedă. S-a născut în 1900, într-o familie de evrei ortodocși din Frankfurt. Bunicul și străbunicul de pe linia paternă fuseseră niște rabini eminenți. Tatăl lui Fromm, un comerciant de vinuri, se rușina de cariera sa. Amintindu-și de anii copilăriei, Erich Fromm povestea: „Pe când eram copil, mi se părea extrem de ciudat că oamenii își dedică toată viață ca să facă bani și m-am simțit tare jenat atunci când un bărbat a trebuit să recunoască, în prezența mea, că era un om de afaceri“. La vârsta de 12 ani, unul dintre angajații tatălui său i-a atras atenția asupra socialismului. Educația religioasă de care avusese parte l-a expus pe Fromm unor idei progresiste, precum aceea că un profet trebuie să se exprime atât prin fapte, cât și prin vorbe, încercând să satisfacă nevoile cotidiene ale oamenilor. Dar Fromm nu s-a simțit niciodată prea comod în mijlocul comunității sale de evrei ortodocși. La 23 de ani, și-a exprimat opoziția față de sionism, pe motiv că naționalismul ar intra în conflict cu umanismul adevărat. La 26 de ani, pentru a simboliza ruptura sa de ritual, a mâncat pâine dospită de Paștele evreiesc.

La acea vreme, Fromm își susținuse deja doctoratul la Universitatea din Heidelberg. Studiase dreptul și religia, dar se specializase în „economie socială“, după cum era denumită la acea dată sociologia. De curând, o cunoscuse și o luase de soție pe Frieda Reichmann, o psihiatră mai mare cu 11 ani decât el, care, de altfel, l-a introdus

pe Fromm în domeniul revoluționar al psihanalizei. Mariajul a funcționat doar pentru câțiva ani, însă interesul lui Fromm pentru psihanaliză a rămas neclintit.

Fiind format în sociologie, Fromm a criticat teoriile lui Sigmund Freud ca fiind înguste și mecaniciste. O bună parte din ceea ce Freud explica pe baza instinctelor înnăscute, Fromm a pus pe seama forțelor economice, politice și culturale. Pentru Fromm, indivizii nu erau doar niște gheme de pulsuni îmblânzite prin refulare; oamenii erau văzuți, tot timpul, ca ființe sociale care acționează în cadrul unei structuri sociale. Fromm s-a aliat cu marxiștii și socialiștii din cadrul mișcării psihanalitice. Preferința sa mergea către tânărul Marx, utopistul care spera ca acele constrângeri impuse de diviziunea muncii să poată fi înlăturate printr-un sistem economic mai uman. Articolele academice scrise pe atunci de Fromm priveau dreptul penal, religia și moralitatea. Încă din anii 1930, tema iubirii își făcuse loc printre studiile lui Fromm. Cercetarea sa asupra societăților patriarhale și matriarhale l-a făcut să discute diferențele care apar între dragostea pe care mama i-o oferă copilului și cea care vine din partea tatălui.

Sub norii grei ai nazismului, Fromm a scris despre guvernările autoritariste și despre tendința lor de a produce oameni sadici. Mai devreme decât Freud, Fromm a sesizat dezastrul care păștea Europa. La invitația psihanalistei feministe Karen Horney, Fromm a vizitat în 1933 Statele Unite, unde a și emigrat. Chiar dacă și-a criticat noua patrie, s-a împăcat bine cu ea. În anii 1940, Fromm scria deja direct în engleză.

În America, observațiile critice aduse de Fromm la adresa psihanalizei au devenit și mai tăioase. În 1939, el scria că Freud privește „omul ca pe un animal împins de instincte, dar domesticit de societate. Freud pierde din vedere categoriile definatorii pentru spontaneitatea

umană, cum sunt dragostea, tandrețea, bucuria și chiar plăcerea sexuală — acea satisfacție care e mai mult decât o eliberare a unei tensiuni“. Pentru Fromm, sarcina psihanalistului include înțelegerea caracterului ca răspuns la forțele culturale, cum sunt cele ce ne înstrăinează în raport cu sinele nostru (forțe considerate de marxiști ca fiind inerente capitalismului). Cât privește practicarea psihanalizei, Fromm era de părere că, pentru a înfrunța această distanțare dintre oameni, văzută ca o povară a vieții moderne, terapeutul nu trebuie să fie neutru, ci să aibă o prezență intensă.

Odată cu publicarea cărții *Fuga de libertate*¹ din 1941, Fromm a devenit o celebritate. În această scriere, el încerca să înțeleagă în ce fel își pot pierde oamenii individualitatea, aderând la sisteme autoritariste, adoptând un comportament distructiv sau (ca în cazul societăților egalitariste) cultivând conformismul. Psihologia individuală, după cum spunea el, este de fapt o ramură a psihologiei sociale. Căci oamenii trăiesc doar prin intermediul relațiilor.

Fromm a devenit popular mai ales pentru că, în plină epocă a ideologiilor, el nu era un ideolog. Și-a apropiat, cu entuziasm chiar, ideile trebuincioase din iudaism, marxism, psihanaliză și, mai târziu, din daoism și din budismul zen, dar Fromm a rămas totuși un umanist. Un umanist conștient de sarcina sa. În întreaga sa viață, el își dedica diminețile unor activități care nu-i aduceau bani — studiului și gândirii în liniște. Mai târziu în viață, această reflecție a fost completată de acțiunea politică, devenind liderul mișcărilor antinucleare și antirăzboinice.

Fromm a iubit realmente oamenii. A avut legături foarte strânse cu figurile majore ale psihanalizei și științelor sociale — Sándor Ferenczi, Harry Stack Sullivan,

¹ În curs de apariție la Ed. Trei. (N. red.)

David Riesman și Herbert Marcuse, printre alții. Gusturile sale pentru femei au fost amestecate. După ce s-a despărțit de Frieda Fromm-Reichmann, a început o relație cu Horney. De asemenea, a avut legături cu Katherine Dunham și Martha Graham din comunitatea de dansatoare a New York-ului. S-a căsătorit în 1944 cu fotografa Henny Gurland, căreia i-a fost credincios până la moartea ei din 1952. Femeile de care s-a îndrăgosit au fost deopotrivă și mult mai în vârstă, și mult mai tinere, neatractive și frumoase, albe și negre, cerebrale și senzuale. Ceea ce aveau ele în comun erau forța, strălucirea și implicarea intensă în tot ceea ce întreprindeau. Dar marea dragoste a lui Fromm a fost Annis Freeman. Era văduva unui avocat, o sudistă interesată de politica internațională. Pe la 55 de ani, Fromm a curtat-o cu scrisori de amor, cu săruturi și declarații de devoțiune. Și a continuat să facă asta pentru încă 28 de ani. Această relație credincioasă și pasională a constituit contextul personal pentru scrierea *Artei de a iubi*.

Cartea se inspiră din întreaga experiență de viață a lui Fromm. Noi, oamenii, suntem ființe sociale, iar separarea ne face anxioși. Cultura noastră oferă mijloace facile și false pentru a scăpa de această anxietate — ni se propune să devenim cu toții la fel. Să consumăm aceleași bunuri, să lucrăm în aceleași posturi, să urmărim aceleași obiective — pe scurt, să ne autodefinim într-un mod conformist, care nu ia seama la nuanțe și diferențe. Dar dacă nu vom avea curajul să ne câștigăm individualitatea, nu vom avea parte nici de iubire, căci „iubirea este o comuniune cu condiția păstrării propriei integrități“. Iubirea nu înseamnă a primi ceva, a lua ceva, pentru a scăpa de nesiguranță; iubirea începe prin a da ceva — bucurie, interes, înțelegere, umor, tristețe; iubirea înseamnă a dăruia „toate expresiile și manifestările a ceea ce este viu“ în noi.

Pentru Fromm, iubirea înseamnă o răzvrătire contra idealului mercantil. El manifesta un dispreț aparte față de articolele din revistele glossy, în care o căsnicie fericită arăta ca un management reușit pe treapta medie a unei corporații. „Această relație nu se reduce decât la o relație bine unsă dintre două persoane care rămân străine una de alta toată viața“, scria el. Chiar și dragostea văzută ca „sanctuar împotriva singurătății“ este menită eșecului. Să iubești înseamnă, mai întâi de toate, să intri în relație cu o ființă umană și să îți ochii larg deschiși. „Dacă cineva ar dori să-și rezerve obiectivitatea pentru persoana iubită, crezând că se poate dispensa de ea în relația sa cu restul lumii, va descoperi că eșuează în ambele privințe.“

Dar toate aceste critici ale lui Fromm nu doresc decât să salveze principiile spiritului „american“. Fromm vede iubirea ca pe o fațetă a autonomiei. Pentru el porunca „Iubește-ți aproapele ca pe tine însuși“ nu este decât o dovadă a faptului că „iubirea de mine însumi este strâns legată de iubirea de ceilalți“. Pentru Fromm, acest paradox — dialectica dintre individualitate și fuziune — este unul incontestabil.

Astăzi, poate că unii dintre cercetătorii psihologiei de cuplu vor merge chiar și mai departe, afirmând că autonomia este o valoare predominant masculină. A te simți incomplet în lipsa celuilalt nu este un semn de slăbiciune, ci de deplină umanitate. Dar Fromm pare să anticipeze acest punct de vedere. El pornește de la ideea că unitatea cuplului este un ideal ce trebuie urmărit, doar că această unitate merge dincolo de simpla armonizare cu celălalt. Pentru Fromm, chiar și iubirea erotică, ce pare să excludă tot ce îi este străin, „iubește în persoana de alături toată omenirea, toate viețuitoarele“.

În fine, Fromm explică și cum putem aplica această artă de a iubi. La fel ca în credința religioasă, și iubirea necesită o practică repetată. Iată care ar fi elementele

sale: disciplină, concentrare, răbdare și bună stăpânire a acestei arte. Cine trebuie să fim? Ce atitudini trebuie să avem? La fel ca libertatea, iubirea cere mult curaj. Iubirea este o competență care poate fi dezvoltată din interior. Iar mai apoi, chiar dacă „*principiul* care stă la baza societății capitaliste și *principiul* iubirii sunt incompatibile“, vom putea găsi un spațiu propice pentru a aplica arta de a iubi.

Aceste concluzii sună veridic. Ele transcend conflictele în care Fromm se angajase la mijlocul secolului XX (disputele din cadrul socialismului, psihanalizei etc.), pentru că însuși Fromm le-a depășit. De ce a supraviețuit *Arta de a iubi*? Pentru că ne dăm seama că Fromm a mers exact la țintă, afirmând că nu putem găsi iubirea doar lăsându-ne pradă seducțiilor culturii noastre. Și nici alternând între disponibilitate și agresivitate. Pentru a schimba iubirea pe care o primim, trebuie să modificăm însăși capacitatea noastră de a oferi iubire.

Și ar mai fi un motiv pentru care cartea nu s-a perimat — este vorba despre personalitatea lui Fromm. Subiectul, titlul, vocea, viziunea și mesajul — toate acestea sunt resimțite de cititor ca venind din partea cuiva căruia chiar îi pasă de el. Erich Fromm nu este genul care să ne flateze. El ne știe slăbiciunile, dar știe și care sunt mizele puse în joc. Însă el e de acord cu scopurile noastre; e de acord cu faptul că iubirea contează enorm — iar aici nu vorbim despre iubirea superficială. Fromm trăiește din plin problemele despre care scrie și nu uită să-și valorifice calitățile personale, mai ales acea claritate a viziunii pe care el o numește obiectivitate. În fine, dacă noi apreciem atât de mult *Arta de a iubi* și la 50 de ani de la apariție, aceasta se întâmplă pentru că atunci când o citim, ne dăm seama că ne aflăm în prezența unui om remarcabil. Ceea ce ne impresionează trece dincolo de inteligența sau istețimea lui Fromm. Căci regăsim în

această carte exact acele trăsături pe care Fromm le subliniază atât de des: conștiința de sine și curajul. Iar aceasta este o dovadă pentru argumentația sa: atunci când o persoană de talia lui Fromm ni se adresează, ne simțim motivați și sprijiniți, ne simțim iubiți.

Peter D. Kramer

2006

CUVÂNT-ÎNAINTE

Trebuie să precizez din capul locului că această carte îi va dezamăgi pe cei care așteaptă să găsească în ea sfaturi facile privind arta de a iubi. Din contră, acest volum își propune să arate că iubirea este un sentiment pe care nu orice ins și-l poate permite, indiferent de nivelul său de maturizare. În această carte, doresc să conving cititorul că orice încercare de a accede la iubire este sortită eșecului, câtă vreme nu ne străduim să ne dezvoltăm personalitatea în integralitatea ei, ajungând astfel să ne poziționăm într-o perspectivă constructivă. De asemenea, nu vom putea să ne bucurăm de dragoste dacă nu vom fi apți să ne iubim aproapele și dacă nu vom da dovadă de modestie, curaj, credință și disciplină. În acel gen de cultură în care aceste calități sunt rare, și capacitatea de a iubi va fi la fel de rară. În acest sens, oricine se poate întreba câte persoane a cunoscut despre care poate spune că iubeau cu adevărat.

Dificultatea accederii la iubirea veritabilă nu trebuie să ne împiedice de la a încerca să aflăm care sunt obstacolele în drumul spre ea și care sunt condițiile de îndeplinit pentru a accede într-acolo. Pentru a evita orice neînțelegere inutilă, voi folosi, pe cât se poate, un limbaj

nespecializat. Din același motiv, și referințele vizând alte scrieri dedicate iubirii vor fi reduse la minimum.

Ar mai fi o problemă pe care n-o pot rezolva complet. Este vorba despre repetarea unor idei din cărțile mele anterioare. Cititorul care știe deja cărțile mele, în special *Escape from Freedom*, *Man for Himself* și *The Sane Society*, va găsi în paginile de față o serie de gânduri expuse deja în aceste scrieri mai vechi. Totuși, *Arta de a iubi* nu este nici pe departe o recapitulare a ceea ce am mai scris înainte. Ea include o serie de idei diferite de cele expuse deja, iar altele, chiar dacă sunt mai vechi, capătă acum noi nuanțe prin faptul că se centrează în jurul unui subiect aparte — arta de a iubi.

E.F.

Cel ce nu știe nimic nu iubește nimic. Cel ce nu poate face nimic nu înțelege nimic. Cel ce nu înțelege nimic este un nimic. Dar cel ce înțelege este în stare să iubească, să priceapă, să vadă... Cu cât mai multă cunoaștere căpătăm asupra unui lucru, cu atât mai mare este iubirea... Cel ce crede că toate roadele se coc la vremea cireșelor nu știe nimic despre struguri.

Paracelsus



ESTE IUBIREA O ARTĂ?

Este iubirea o artă? Atunci, ca orice artă, ea necesită cunoaștere și strădanie. Sau este ea oare o senzație plăcută, doar un accident în experiența noastră, ceva peste care cineva *dă din întâmplare*, dacă are noroc? Această carte se bazează pe cea dintâi premisă, cu toate că majoritatea semenilor noștri de astăzi se încred mai degrabă în cea de-a doua.

Desigur, oamenii nu socotesc deloc iubirea a fi un lucru neînsemnat. Dimpotrivă, sunt dornici de iubire; se uită la nenumărate filme cu povești de dragoste fericite și nefericite, ascultă sute de cântece ieftine despre iubire. Cu toate acestea, aproape nimeni dintre ei nu se gândește că ar avea ceva de învățat despre iubire.

Această atitudine stranie se bazează pe mai multe premise care, independent sau împreună, contribuie la menținerea sa. Majoritatea oamenilor văd problema iubirii ca fiind în primul rând aceea *de a fi iubit*, mai degrabă decât aceea *de a iubi*, de a avea capacitatea de a iubi. Pornind de aici, problema va fi cum să se facă iubiți, cum să fie demni de iubire. Pentru a îndeplini acest țel, ei urmează diferite căi. Una dintre acestea, în special urmată de către bărbați, este aceea de a avea succes, de a obține putere