



سازمان اسناد و کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران

به نام مهربان ترین مهربانان

نام کتاب: هنر عشق ورزیدن

نویسنده: اریک فروم مترجم: پوری سلطانی

این کتاب در 213 صفحه تألیف شده است. در این کتاب اریک فروم موارد رهایی از بند اسارت انسانی را در زمینه های روانی و عشق ورزی مورد بررسی قرار می دهد. این کتاب می خواهد خواننده را متقاعد سازد که تمام کوششهای او برای عشق ورزیدن محکوم به شکست است، مگر آنکه خود او با جدیت تمام برای تکامل شخصیت خود بکوشد، که این سرچشمه همه علم روانشناسی است.

اولین قدم این است که بدانیم عشق یک هنر است، همان طور که زیستن هم یک هنر است. بشریت بدون عشق نمی تواند حتی یک روز هم دوام داشته باشد. عشق انواع گوناگونی دارد. یک نوع که به آن پیوند تعاونی می گویند پایه اش در روابط مادر و فرزند است و این عشقی بدون قید و شرط است و فرزند این حس را دارد که بخاطر آنچه هستم دوستم دارند. صورت منفی این پیوند مازوخیسم یا همان تسلیم است و نوع مثبت آن سادیسم یا سلطه جویی است.

نوع دیگر عشق پدران است که بی قید و شرط نیست "من تو را دوست دارم برای اینکه انتظارات مرا برآوری، برای اینکه وظایفت را انجام دهی، برای اینکه شبیه منی" هر چند وجدان پدران و مادران ضد هم به نظر می آید اما انسان بالغ به هردوی آنها مهر می ورزد.

یکی از راه های عشق نثار کردن است زیرا شخص در عمل نثار کردن زنده بودن خود را احساس میکند. عشق عبارت است از رغبت جدی به زندگی و پرورش آنچه بدان مهر می ورزیم.

اگر بتوانم به کسی بگویم تو را دوست دارم باید این توانایی را هم داشته باشیم که بگویم "من در وجود تو همه کس را دوست دارم، در تو حتی خودم را دوست دارم"

اساسی ترین نوع عشق، عشق برادرانه است که همان احساس مسئولیت و دلسوزی، احترام و شناختن همه انسان ها و آرزوی بهتر کردن زندگی دیگران است. عشق به دیگران و عشق به خود با هم مغایرت ندارد البته خودخواهی و عشق به خود، نه تنها یکی نیستند بلکه ضد یکدیگرند.

عشق به خدا بالاترین عشق هاست زیرا خدا حقیقت است، عدالت است، خدا من است به همان اندازه ای که من انسانم. ماهیت عشق آدمی به خدا همپایه ماهیت عشق او به انسان است. یکی از شرایط ضروری تمرین هنر عشق، فعال بودن در فکر و احساس است. به قول حضرت مولانا:

هزار گونه ادب جان ز عشق آموزد
مکتب‌ها
که آن ادب نتوان یافتن به

وکلام آخر به گفته دکتر فروم: عشق یگانه پاسخ کافی و عاقلانه به مساله هستی انسان است.

خلاصه گر: سحر داودزاده