

**解析弗洛姆的“逃避自由”思想**  
**[Analysis on the Thought of Fromm's "Escape from Freedom"]**  
**[Analyse zu Fromm's Konzept von "Escape from Freedom"]**  
**2012**

**Author:** 顿海威 [DUN Haiwei Dùn Hǎiwēi]  
**Supervisor:** 王振林 [WANG Zenlin Wáng Zhèn lín]  
**Discipline:** Foreign Philosophy  
**Institution:** Jilin University, Changchun, Jilin, China  
**Year, Degree:** 2012, Master's thesis

**Abstract / Kurzfassung**

“逃避自由”思想是埃里希·弗洛姆学术思想体系的核心部分。“逃避自由”思想蕴含着如下五方面的主要内容。第一，逃避自由心理机制在人类历史进程中形成。人类逐步摆脱自然的束缚，运用理智支配自然的能力也越来越强，我们获得自由的程度似乎越来越高了，但与此同时，个体的孤独感、焦虑感与不安全感也随之加深。当人类历史发展到资本主义社会时，这两者之间的矛盾达到了不可调和的极限，于是在社会中就形成了放弃自我、逃避自由的心理倾向。究其原因是由于到目前为止，人类历史进程中所形成的社会体制和文化帮助人类实现的都是摆脱外在束缚的消极自由，人们要逃避的正是这种充满内在矛盾的消极自由，而不是人们理想的以自我实现为目的本身的积极自由。第二，逃避自由的心理机制主要有三种表现形式，即权威主义、破坏欲和自动适应。这三种逃避形式尽管所采用的具体方式不尽相同，但从总体上来说，都带有放弃自我和个体完整性的特征，都是企图使自己与他人或组织建立某种新的联系，以此来摆脱无法忍受的孤独感与不安全感。可是由于人理性的成熟，早已深知我们是独立的个体，所以人们选择逃避自由的种种方式只是暂时的回避问题，而没有真正的解决问题。第三，逃避自由现象的产生也有其特定的社会根源。个体化与孤独感并增的消极自由的内在矛盾之所以会在资本主义制度下达到极限，促使人们通过各种方式逃避自由，原因就在于资本主义社会在经济生活、政治生活和文化生活等社会方方面面异化现象的产生，导致了无论是企业主、高级的白领工人还是底层工人都沦为经济这一大机器的齿轮，被“资本”和“利益”所奴使；民主选举成为华而不实的空话，选民是被蒙蔽、被愚弄的玩偶，而那些候选人们也不过是背后支持他们的大财团所利用的工具而已；在文化生活中，无论是家庭教育、学校教育还是社会教育，我们所能了解的基本上都是符合一定政治形态发展需要的官方事实和知识，被灌输的也都是符合主流意识形态和社会道德要求的思想观念，我们最终只能被塑造成特定文化模式下所需要的一类人，而非独一无二的个人。第四，要彻底的消除异化，实现积极的自由，就要努力实现个人与社会的同时变革。就个体而言要学会爱与创造性工作。爱是可以被培养的内在能力，给予、关怀、尊重、理解和责任感是爱的关键要素，爱是实现积极自由的社会心理基础；创造性工作则是要使工作本身不再是维持生存的手段，而是保障自我得以实现的需求。积极自由的实现更需要社会在经济、政治和文化方面的变革做保障。从总体上来说，就是要建立使人民成为国家经济生活的重要参与者和管理者，切实保障人民的民主权利，使人民成为国家的真正主人，同时在文化上企图建立和谐一致的人类文化体系的新型民主社会主义国家。最后，“逃避自由”思想在揭露异化本质、探讨自由新途径及肯定人的价值方面具有重要的理论意义。同时也有助于现代人更好的反省物

欲横流的社会生活和提高精神觉悟。但这一思想也有一定的理论局限性，它没有看到“逃避自由”现象背后的根本原因不是心里原因而是经济原因，企图用人的思想的变化来实现积极自由的方法也很值得推敲，以及弗洛姆构想的“健全社会”在政治、经济和文化等方面的变革措施具有一定的空想性和难以践行性。

## Contents

中文摘要

English abstract

引言

### 第1章 逃避自由心里机制的形成

1.1 积极自由和消极自由

1.2 逃避自由的历史生成

### 第2章 逃避自由的表现形式

2.1 权威主义

2.2 破坏欲

2.3 自动适应

### 第3章 逃避自由背后的异化现象

3.1 经济生活的异化

3.2 政治生活的异化

3.3 文化生活的异化

### 第4章 积极自由的实现途径

4.1 爱与创造性工作

4.2 民主社会主义

### 第5章 反思“逃避自由”思想

5.1 积极的现实意义

5.2 理论的局限性

结语

注释

参考文献

作者简介

致谢

English version (www.cnki.net, 10/2020)

“Escape from the freedom”<sup>1</sup> is the core of Fromm's academic system. The main content of “escape from the freedom” contains following five aspects. At first, the psychological mechanism of escaping freedom

---

<sup>1</sup> Erich Fromm: Escape from Freedom, New York (Farrar and Rinehart) 1941. Erich Fromm: The Fear of Freedom, London (Kegan Paul) 1942.

forms in human history. As human get rid of natural bondage, our ability of using reason to control natural is stronger and stronger, the Degree, etc of our freedom seem to higher and higher. At the same time, individual's loneliness, anxiety and insecurity have been deepened. When human history came into the capitalist society, the contradiction reached incompatible limit, and society appeared the psychological tendency of escaping freedom and giving up themselves. Investigate the cause of phenomenon, because, in the whole course of human history, human only realize negative freedom of getting rid of external bondage, people want to escape negative freedom of full of internal contradiction, and realize positive freedom.– Secondly, the psychological mechanism of escaping freedom results in three escaping forms, namely the authoritarianism, desire of destruction and automatic adaptability<sup>2</sup>. These forms are different ways, but giving up individual integrity is their common feature, people is trying to setup some new relationship between themselves and others or organization, so as to get rid of insufferable loneliness and insecurity. But because of the rational mature, human have already known that they are independent, so people only just take various ways to evade the problem but not really solve the problem.– Thirdly, the phenomenon of escaping freedom also has special social reason. As individuation and loneliness increase together, the inner contradiction of negative freedom gets the maximum in capitalist society, the reason is that aspects of social alienation produce, including economy, politics and culture etc. And, alienation of economic life leads to entrepreneurs, senior white-collar workers and workers become gears of a big economic machine; Democratic election is only a meaningless term. Voters are fooled dolls, and those candidates are also used tools by big corporations; in cultural life, no matter family education, school education or social education, we just know the official facts and knowledge according with some political ideology and social moral needs, we are molded into a kind of people, not the unique personal.<sup>3</sup> – *Fourthly*, to eliminate alienation, realize positive freedom, we will work hard to achieve overall revolution in individual and society; as for individual, to learn to love and creative work<sup>4</sup>. Inner qualities of loving contain giving, care, respect, understanding and responsibility<sup>5</sup>, love is the psychological foundation to realize positive freedom. Creative work is to make the job itself into a demand. The realization of the positive freedom also needs social revolution to do guarantee. In short, social revolution is to establish a new democratic socialism country that people become important participants and managers of national economic life, guarantee the people's democratic rights, and make the people become the nation's true master, at the same time, attempt to establish the human harmony cultural system.– *Finally*, the "escape from the freedom" thought has important theoretical value. It reveals the essence of alienation, explores a new way of researching freedom and saves the individual's value. At the same time, it's able to help us to reflect on modern materialistic society life and improve our mental consciousness. But the theory also has some limitations, it don't see the fundamental economic cause of the phenomenon of "escape from freedom", the method that he attempts to achieve positive freedom though changing individual's thought is worth weighing deliberately, and Fromm's some measures of changing social haven't feasibility. [Footnotes: M.Z.]

## Contents

Chinese abstract  
English abstract

### Introduction

Chapter 1: The formation of the escape from freedom mechanism  
1.1 Positive and negative freedom  
1.2 The historical formation of escape from freedom

---

<sup>2</sup> *Ib.*: Chapter 5 a – 5c.

<sup>3</sup> *Ib.*: Chapter 4.

<sup>4</sup> *Ib.*: Chapter 7b).

<sup>5</sup> *Id.*: The Art of Loving. An Inquiry into the Nature of Love (World Perspectives Vol. 9, planned and edited by Ruth Nanda Anshen), New York (Harper and Row) 1956. (Chapters 1, 2)

## Chapter 2 Manifestations of escape from freedom

- 2.1 Authoritarianism
- 2.2 Destructive desire
- 2.3 Automatic adaptation

## Chapter 3 Alienation behind the escape from freedom

- 3.1 Alienation of economic life
- 3.2 Alienation of political life
- 3.3 Alienation of cultural life

## Chapter 4 Ways to achieve positive freedom

- 4.1 Love and creative work
- 4.2 Democratic socialism

## Chapter 5: Reflections on the idea of "escape from freedom"

- 5.1 Positive relevance
- 5.2 Limitations of the theory

## Conclusion

## Notes

## Bibliography

## About the Authors

## Acknowledgements

## Deutsche Übersetzung (www.DeepL/Translator, kostenlose Version, 10/2020 / M.Z.)

Die "Flucht vor der Freiheit"<sup>6</sup> ist der Kern von Fromms wissenschaftlichem System. Der wesentliche Inhalt dieses Konzepts umfasst die folgenden fünf Aspekte. Erstens: In der Menschheitsgeschichte bildete sich der psychologische Mechanismus der Flucht vor der Freiheit heraus. In dem Maße, wie der Mensch die Abhängigkeit von der Natur überwindet, nimmt seine Fähigkeit ständig zu, die Vernunft zur Kontrolle der Natur einzusetzen; ebenso scheint der Grad unserer Freiheit unablässig zu steigen. Gleichzeitig vertiefen sich Einsamkeit, Angst und Unsicherheit des Einzelnen. Im Zuge der historischen Entwicklung der kapitalistischen Gesellschaft ließ sich dieses Paradox nicht mehr auflösen, es bildete sich im Individuum die psychologische Tendenz heraus, sich selbst aufzugeben und der Freiheit in der Gesellschaft zu entfliehen.<sup>7</sup> Ursache dafür ist, dass das gesellschaftliche System im historischen Prozess den Menschen nur die Freiheit von äußeren Zwängen – die negative Freiheit – erkennen ließ. Diese negative Freiheit ist voller innerer Widersprüche, denen die Menschen entkommen wollen. Ideale Selbstverwirklichung ist jedoch nur auf dem Weg der positiven Freiheit möglich.– *Zweitens* führt der psychologische Mechanismus der Flucht vor der Freiheit zu drei alternativen Fluchtformen, nämlich dem Autoritarismus, der Destruktivität und der automatenhaften Konformität<sup>8</sup>. Diese Formen unterscheiden sich voneinander, doch ist die Preisgabe der individuellen Integrität ihr gemeinsames Merkmal. Die Menschen versuchen, eine neue Beziehung zwischen sich und anderen oder zu Organisationen aufzubauen, um sich von der unerträglichen Einsamkeit und Unsicherheit zu befreien. Wegen ihrer rationalen Reife wissen die Menschen jedoch seit langem, dass sie unabhängige Individuen sind, und dass die verschiedenen Wege, auf denen sie der Freiheit zu entkommen suchen, das eigentliche Problem nur umgehen, es also nicht wirklich lösen.– *Drittens* hat das Phänomen der Flucht vor der Freiheit auch spezifische gesellschaftliche Ursachen. In dem Maße, wie Individuation und Einsamkeit zunehmen, wird der innere Widerspruch der negativen Freiheit in der kapitalistischen Gesellschaft am größten, so dass in Bereichen wie Wirtschaft, Politik und Kultur und anderen Entfremdung produziert wird. In der Wirtschaft führt dies dazu, dass Unternehmer, Angestellte und Arbeiter am unteren Rand der Hierarchie zu Rädchen einer gigantischen Wirtschaftsmaschine werden. Demokratische Wahlen sind zu leerer Rhetorik geworden, mit Wählern als

<sup>6</sup> Erich Fromm: *Gesamtausgabe in 12 Bänden*, herausgegeben von Rainer Funk, Deutscher Taschenbuch Verlag, München 1999, Band I, Die Furcht vor der Freiheit (1941), Seite 215 – 392.

<sup>7</sup> A.a.O.: Kapitel 2: Das Auftauchen des Individuums und das Doppelgesicht der Freiheit, Seite 231 – 240.

<sup>8</sup> A.a.O.: Kapitel 5: Fluchtmechanismen, a) Flucht ins Autoritäre, Seite 300 – 322, b) Flucht ins Destruktive, Seite 322 – 325, c) Flucht ins Konformistische, Seite 325 – 337.

getäuschte und betrogene Marionetten und Kandidaten als bloße Werkzeuge der großen Konzerne, die sie unterstützen. Im kulturellen Leben, ganz gleich, ob es sich um Familienbildung, Schulbildung oder Sozialerziehung handelt, kennen wir nur die offiziellen Fakten und das offizielle Wissen entsprechend der herrschenden politischen Ideologie und sozialen moralischen Bedürfnissen, wir werden zu einer Art Volk geformt, nicht zu unverwechselbaren Persönlichen.<sup>9</sup>– *Viertens*: Um die Entfremdung zu überwinden und positive Freiheit zu verwirklichen, werden wir intensiv daran arbeiten müssen, eine umfassende Revolution des Individuums und der Gesellschaft zu erreichen. Was das Individuum betrifft, so werden wir lernen zu lieben und selbstbestimmt kreativ tätig zu sein<sup>10</sup>. Innere Qualitäten des Liebens beinhalten Geben, Fürsorge, Respekt, Verständnis und Verantwortung<sup>11</sup>, Liebe ist die psychologische Grundlage zur Verwirklichung positiver Freiheit. Beim kreativen Tätigsein geht es darum, die Arbeit selbst nicht zu Werkzeug des Überlebens zu machen, sondern zu einem Bedürfnis, die Selbstverwirklichung zu gewährleisten. Die Verwirklichung der positiven Freiheit erfordert auch eine gesellschaftliche Revolution. Kurz gesagt besteht die gesellschaftliche Revolution darin, ein neues demokratisch-sozialistisches Land aufzubauen, in dem die Menschen es sind, die zu wichtigen Teilnehmern und Managern des nationalen Wirtschaftslebens werden, die demokratischen Rechte des Volkes garantiert werden und das Volk zum wahren Herrn des Landes gemacht und gleichzeitig versucht wird, ein harmonisches und kohärentes Kultursystem zu etablieren.– *Fünftens*: Schließlich impliziert das Konzept der "Flucht vor der Freiheit" wichtige theoretische Werte. Es offenbart das Wesen der Entfremdung, erforscht Freiheit auf eine neue Weise und bewahrt den Wert des Individuums. Gleichzeitig kann es uns helfen, das Leben in der modernen materialistischen Gesellschaft kritisch zu reflektieren und unser geistiges Bewusstsein dafür zu schärfen. Jedoch hat diese Idee auch gewisse theoretische Grenzen, denn sie sieht nicht, dass die entscheidende Ursache für das Phänomen der "Flucht vor der Freiheit" nicht psychologischer sondern ökonomischer Natur ist. Ebenso ist die Methode, positive Freiheit durch seelisch-geistige Veränderungen hervorzurufen, kritikwürdig. Schließlich lassen sich Fromms Maßnahmen zur Veränderung der Gesellschaft kaum umsetzen. [Fußnoten: M.Z.]

## Inhalt

Chinesische Kurzfassung  
Englische Kurzfassung

Einführung

Kapitel 1 Die Entstehung des Mechanismus der Flucht vor der Freiheit

- 1.1 Positive und negative Freiheit
- 1.2 Die historische Entstehung der Fluchtfreiheit

Kapitel 2 Erscheinungsformen der Flucht vor der Freiheit

- 2.1 Autoritarismus
- 2.2 Destruktivität
- 2.3 Automaten Konformität

Kapitel 3 Die Entfremdung hinter der Freiheit der Hinterziehung

- 3.1 Entfremdung des Wirtschaftslebens
- 3.2 Entfremdung des politischen Lebens
- 3.3 Entfremdung des kulturellen Lebens

---

<sup>9</sup> A.a.O.: Kapitel 4 Die beiden Aspekte der Freiheit des modernen Menschen, Seite 278 – 296.

<sup>10</sup> A.a.O.: Kapitel 7 Freiheit und Demokratie, Seite 357 – 392, a) Die Illusion der Individualität; b) Freiheit und Spontaneität, Seite 379 – 392.

<sup>11</sup> A.a.O.: Band IX, Die Kunst des Liebens (1956), Seite 437 – 518. (Kapitel 1 Ist Lieben eine Kunst?, Seite 440 – 443, Kapitel 2 Die Theorie der Liebe, Seite 440 – 488 [a] Liebe als Antwort auf das Problem der menschlichen Existenz, Seite 444 – 462 [[Grundelemente: *Fürsorge, Verantwortungsgefühl, Achtung vor dem anderen, Erkenntnis*, Seite 455 – 459]]).

Kapitel 4 Wege zur positiven Freiheit  
4.1 Liebe und kreatives Tätigsein  
4.2 Demokratischer Sozialismus

Kapitel 5 Bewertung des Konzepts der "Flucht vor der Freiheit"  
5.1 Positive Bedeutung  
5.2 Theoretische Beschränkungen

Schlussfolgerung

Anmerkungen  
Literaturverzeichnis  
Über die Autoren  
Danksagung