Erich Fromm byl německý psycholog, sociolog a filozof židovského původu. Žil od roku 1900 do roku 1980, a svých 80. narozenin se nedožil pouze o pár dní. Značnou část života strávil ve Frankfurtu nad Mohanem, zde se narodil a taktéž studoval obor psychiatrie (nadále studoval i další obory v jiných městech – sociologie v Heidelbergu a filozofie v Mnichově). Mimo to, že byl vystudovaný psychiatr, prošel taktéž Ústavem psychoanalýzy. Byl značně ovlivněn teoriemi Sigmunda Freuda, avšak časem (stejně tak jako spousta jiných Freudových následovníků) se celkově od psychoanalýzy odpojuje a některé Freudovy názory a teorie kritizuje. Díky tomu se později Fromm stává jedním ze zakladatelů a hlavních představitelů neopsychoanalýzy neboli neofreudismu. Ten odmítá silnou determinaci biologií, a dává důraz spíše na kulturu a sociální jevy v kontextu psychického vývoje člověka.

Kromě Freuda a psychoanalýzy ho taktéž ovlivnily myšlenky Karla Marxe. Byl představitelem západního marxismu a odmítal sovětský komunismus. Hlavní problém spatřoval v materialismu, kterému se také ve svých knihách věnoval jakožto příčině mnoha lidských problémů, včetně těch vztahových. Mezi jeho nejznámější díla patří Strach ze svobody, Člověk a psychoanalýza, Umění milovat, Mít nebo být? či Umění být (z pozůstalosti 1992).

Právě Umění milovat je nejen jedno z nejpopulárnějších Frommových děl, ale i nejvýznamnějším odborným pojednáním o lásce jako základním fenoménu lidského života. Kniha vyšla roku 1956. Fromm zde prezentuje lásku jako dovednost nebo umění, které lze naučit a neustále rozvíjet. Odmítá názor, že by se jednalo o intenzivní cit, kterému se člověk pasivně oddává. Podle Fromma zralá láska vyžaduje aktivitu, přičemž klíčovým předpokladem je zralá osobnost. Kniha je rozdělena do 4 kapitol. 1. – Je láska umění?, 2. Teorie lásky, 3. Láska a její rozklad v soudobé západní společnosti a 4. Praxe lásky. V knize také blíže pojednává o několika základních formách lásky, uvádí jejich charakteristiky a odlišnosti: o lásce bratrské (neboli láska ke všem lidem, vnímá ji jako nástroj k solidaritě), lásce rodičovské – mateřské i otcovské, lásce romantické a lásce k Bohu. Taktéž se věnuje samostatně tématu sebelásky.

Celkově bych konstatovala, že mé názory souzní s Frommem ve vztahu k partnerské lásce, která by podle mého názoru měla respektovat individualitu každého z partnerů. Ocenila jsem jeho důraz na sebelásku, kterou považuji za klíčovou nejen pro naplňující vztahy, ale i celkově pro šťastný život. Kniha mě překvapila i novými myšlenkami a musím říct, že změnila můj pohled na některé formy lásky, zejména na lásku bratrskou a lásku k Bohu.

Co se týká bratrské lásky, asi každý známe různé povídky o tom, jak Vám pomůže nejvíce právě láskyplný přístup cizích lidí, kteří Vás například pohostí u sebe doma nebo jinak pomohou, když je třeba. Do této doby jsem nebyla zcela přesvědčena o těchto spíše křesťanských myšlenkách. Však je přirozené být k cizím lidem odměřený. A některé lidi třeba nemít rád. Ale při čtení právě této kapitoly, mě zasáhl vlastně jakýsi „aha moment“. Ono na tom něco je. A sice, že když budeme k sobě všichni přistupovat s respektem a určitým druhem lásky i přes různé naše odlišnosti, budeme se i k cizinci chovat jako k příteli, přispějeme tím právě k pocitu solidarity, sounáležitosti a celkové pohody mezi lidmi. V čemž může být i velká síla. V podstatě nic, co by člověk sám o sobě nevěděl, ale pravděpodobně styl, jakým nad tím Fromm přemýšlel, mě donutil se více zamyslet také. A říct si: „Jo, ono je to vlastně pravda.“

Láska k Bohu byla pasáž, ke které jsem byla nejvíce skeptická, avšak i ta mě mile překvapila. Zaujalo mě uvažování nad tím, jak si většina lásku k Bohu představuje, jak ji často prezentují různá náboženství a jak ji vnímá Fromm. Prototypickou lásku k Bohu přirovnává k lásce otcovské, která je podmíněná. Člověk musí být „takový“ a musí se chovat „takto“, aby ho Bůh miloval. Což jde však zcela proti myšlence, že Bůh miluje všechny bezmezně. Dalším úskalím je vůbec představa o Bohu. Jde o někoho kdo je nad námi. Někoho mimo nás, kdo má větší moc než my sami. Kdo řídí svět podle toho, jak se chováme. Fromm zde nabízí myšlenku, že to je pravým opakem víry. Pokud člověk věří, má vnitřní jistotu. Víru, že věci jsou a budou, takové jaké mají být. Víru v Boha, který je vlastně v nás. Takovou víru člověk nepotřebuje externalizovat. Nepotřebuje si představovat starého pána, který se na něj dívá z nebes a hodnotí jeho činy. Taková představa je naopak znakem „nevíry“. Nejistoty. Musí být něco nade mnou, a já musím splňovat určité náležitosti, aby se staly věci tak, jak si přeji. Aby vše bylo správně. Ten nade mnou mi dává lásku, pokud…Člověk by měl ale jen věřit a milovat Boha jako sílu, kterou nosí uvnitř sebe a která je právě neustále s ním.

V neposlední řadě musím poznamenat, s čím jsem se naopak zcela neztotožnila. Fromm se zamýšlí nad tím, jak je častokrát romantická láska právě podmíněná. Máme seznam kritérií, která náš partner musí splňovat, abychom ho milovali a díky tomu se z lásky a vztahů stalo jakési tržiště. Je to způsobeno kapitalismem a materialistickou náturou. Lidé si své partnery vybírají podle daných kritérií, nebojí se vztah zahodit, protože neustále bojují s pocitem, že si mohou najít někoho „ještě lepšího“. Na jednu stranu myšlenka, se kterou souhlasím, na druhou bych ji však nevnímala až tak negativně, jako to vyznívá v knize. Samozřejmě neustálá potřeba hledání lepšího objektu na úkor již existujícího fungujícího vztahu zdravá není. Avšak stále si myslím, že mít nastavená kritéria ohledně toho, jakého chceme partnera není špatné, ale naopak zdravé. Spousta vztahů byla, a i v současnosti je, nešťastná či dokonce velmi nezdravá právě proto, že dotyční neměli dobře nastavená kritéria. Protože se dali do vztahu s někým, s kým zkrátka nejsou kompatibilní. A ačkoli člověk nikdy nenajde někoho, kdo je ve všech ohledech perfektní a splňuje všechny možné představy, tak to, abychom si s partnerem rozuměli, byli s ním schopní fungovat, a aby se nám zkrátka líbil jako člověk, je nejen základ fungujícího vztahu, ale také vzniku samotné lásky. Té lásky, která právě bude upřímná, protože budu mít ráda někoho pro to, jaký je, a ne jen na základě touhy nebo i zoufalosti, které se mohou často s láskou plést.