

Bibliotekarstudentens nettleksikon om litteratur og medier

Av Helge Ridderstrøm (førsteamanuensis ved OsloMet – storbyuniversitetet)

Sist oppdatert 20.04.26

Om leksikonet: https://www.litteraturogmedieleksikon.no/gallery/om_leksikonet.pdf

Katarsis

Fra gresk: “renselse”. Skrives også “katharsis”. I verket *Poetikken* hevder den greske filosofen Aristoteles at vellykkete tragedier renser tilskuernes følelser. Det dreier seg altså om en slags terapi via skuespillene. Aristoteles bruker begrepet om den tilstanden publikum skal oppnå i møte med tragedien, gjennom å identifisere seg med personene og deres skjebne i handlingen. Seeren kan føle seg selv fri ved å se fiktive, ufrie personer gå til grunne. Vår egen frihet oppleves i kontrast til tragedie-personenes ufrihet.

“[T]he word occurs but twice in what survives of the *Poetics*, once enigmatically in the definition of tragedy and once in an irrelevant context (ibid.: 1455b15). For several reasons, however, catharsis has been the center of many readers’ attention. First of all, Aristotle puts catharsis at the end of his definition, his customary place for stating the purpose or goal of a thing. Also, in *Politics* VIII he speaks of the catharsis that music and poetry bring, with the promise to say more in his work on poetry. Readers assume that work to be the *Poetics* (though they probably should not).” (Nickolas Pappas i Gaut og Lopes 2005 s. 16-17)

“The predominant translation of “catharsis” is “purgation,” which leads to the assumption that simply experiencing certain emotions through a mimetic medium should bring about relief from those emotions. However, this “catharsis hypothesis” is widely debated. Empirical studies on media violence demonstrate that when exposed to a violent stimulus, people tend to become *more* agitated instead of less (e.g., Bushman, Baumeister, and Stack 1999). As Scheele has stated in a review on catharsis as purging, “the hypothesis of hedonistic purging (through pleasurable vicarious involvement) may be regarded as falsified for ‘hostile aggression’ ” (2001, 212). Whether this also applies in the context of sadness or fear and literature is still unclear. Koopman (2011) has found retrospective self-reported cathartic effects (measured as feeling calmer and experiencing less negative emotions) in the context of finding comfort through literature in difficult times, but this experience of feeling calmer mainly had to do with being distracted from one’s problems. In that sense, it was not “purgation” in the classic sense, which assumes that emotions have to be experienced in order to be diminished.” (Eva Maria Koopman i Rothbauer, Skjerdingsstad m.fl. 2016 s. 200)

“Aristotle appears to equate catharsis with the tragic pleasure that pity and fear induce (*Poetics* 1453b11). But here the text lends itself to divergent readings, for *katharsis* was used in different contexts before Aristotle, and those contexts slanted the word’s central meaning of a ‘cleaning.’ A medical catharsis was a *purgation*, like a laxative or enema that cleaned out the digestive system. Catharsis in a more neutral context meant a cleaning or *clarification*. These two senses provide the dominant modern paradigms for understanding catharsis.” (Nickolas Pappas i Gaut og Lopes 2005 s. 17)

Det er “a *clarification* of emotions (Golden 1976, Nussbaum 1986 [...]). By rousing powerful emotions with a simpler train of events than life provides, tragedy teaches how fear and pity feel and where they are appropriate. That understanding forms part of the groundwork for ethical behavior. Thus the clarification view helps harmonize Aristotle’s aesthetics with his ethics. [...] Where Plato gloomily rushed to the conclusion that tragedy’s emotions overpower our capacity to reason, Aristotle presumes us able to reason about our emotions, and to make them more reasonable.” (Nickolas Pappas i Gaut og Lopes 2005 s. 18)

Det er “avlastning av trykket” som de sterke følelsene skaper (Wertheimer 1986 s. 32). Resultatet kan være “an audiences’s restoration, renewal and revitalisation for living” (Glen Creeber i Creeber 2008 s. 1). Det har blitt oppfattet som en slags emosjonell kur, en foredlende psykisk prosess, som leder til avspenning, frigjøring og eventuelt herding.

Renselsen er knyttet til følelsene/affektene (gresk: “*pathemata*”), men forskere har på grunn av en tvetydighet i gresk grammatikk vært i tvil om det dreier seg om en renselse *av* følelsene eller *fra* følelsene (Gelfert 2010 s. 36). Aristoteles har antakelig ment å gi et motsvar til Platons oppfatning om at tragedier på scenen fører til farlige affekter hos publikum. Aristoteles mente sannsynligvis at publikum avreagerte og at følelsene dermed ble ufarliggjort, ikke at følelser forsvant (Gelfert 2010 s. 36).

“Since the mid-nineteenth century, Aristotelian catharsis has usually been given a medical reading. Tragedy flushes out unruly passions by letting them flow freely until we return to an unemotional state. The terror aroused by a well-made tragedy lets us release the thousand little terrors that we normally swallow back down. The purgation-interpretation has ancient origins (e.g. Proclus 1899). *Politics* VIII reads most naturally as assuming a purgation theory of catharsis (*Politics* 1342a6ff.).” (Nickolas Pappas i Gaut og Lopes 2005 s. 17)

Aristoteles “says in *Poetics* 6 that the aim of tragic *mimesis* with respect to pity and fear is to effect the *katharsis* of these emotions, which suggests that tragic pleasure is somehow a function of *katharsis*. Unfortunately, however, Aristotle never says explicitly in the *Poetics* just what he takes *katharsis* to involve. The term has been

interpreted as referring to processes of emotional purgation or release, of moral and spiritual purification, of emotional education and of intellectual clarification, among other things, and these different interpretations of *katharsis* imply differing conceptions of the pleasure that tragedy provides its audience. It is unlikely that we shall ever be able to be certain which of these, if any, was Aristotle's own conception, though debate about the nature of *katharsis* continues to be one of the staples of philosophical aesthetics." (Alex Neill i Gaut og Lopes 2005 s. 459)

Fordi publikum som ser en tragedie på scenen "ikke må brukes noen psykisk energi for å beherske en reell krise, blir hver gang og stadig på nytt forventnings-spenningen utladet som katarsisk lyst." (Gelfert 2000 s. 91) Tragedieheltens vei mot døden fungerte som et "Psychotherapeutikum" (Gelfert 1995 s. 142) som ga tilskuerne opplevelsen av menneskelig verdighet i lidelsen, og samtidig ga den alminnelige borger hjelp til å avfinne seg med sin egen alminnelighet.

Det dreier seg om en slags psyko-hygienisk effekt, en "sjelehygiene" (Henckmann og Lotter 1992 s. 117) som gir "affektiv avreagering" (s. 117). (Det fungerer som å spyle ut skitt for å rense vannrørene.) Å se en tragedie på scenen får de vonde følelsene fram og ut, og slik renses sjelen. Diktningen utløser en prosess. Gjennom katarsis tøyles eller hemmes krefter i mennesket som ellers kunne ledet til direkte konfrontasjon og konflikt (Sayre 2011 s. 122-123). Dessuten fører kunst-"nyttelsen" til sterke emosjoner som får oss til å se problemene i hverdagen i nytt lys, og som relativt mindre enn de var tidligere.

"[K]atharsis, (gr. 'renselse'), på græsk brugt i både religiøs og medicinsk sammenhæng; som begreb er det navnlig kendt gennem Aristoteles' *Poetik*. Ifølge Aristoteles er det en tragedies æstetiske særkende, at den ved at fremkalde medlidenhed og frygt hos tilskueren fuldbyrder en renselse for (eller af) følelser af denne art. Aristoteles uddyber ikke nøjere, men meningen er formentlig, at den æstetiske oplevelse består i en lutring af de nævnte følelser gennem den dramatiske konflikts stramning og løsning. Katharsis er sikkert ment som en rent æstetisk kategori, men er i senere europæisk kultur ofte blevet tolket moralsk, fx af Pierre Corneille i 1600-t. og G. E. Lessing i 1700-t. Inden for psykoterapi er begrebet anvendt af Josef Breuer og Sigmund Freud om en metode, hvor helbredelse opnås ved at lade patienten afreagere sine indeklemte affekter, i reglen under hypnose. Freud forlod katharsismetoden før 1900, da han skabte den egentlige psykoanalytiske behandlingsmetode." (<http://www.denstoredanske.dk/>; lesedato 04.09.13)

"In Freudian terms, "catharsis" describes the act of releasing and feeling the deep emotions associated with repressed memories. If the significant event – such as the death of a parent – was not fully experienced at the time because it was too overwhelming, the difficulty and the energy remain, to be released at the moment of catharsis." (Collin, Benson m.fl. 2012 s. 99)

“One can at least say, without entering on the debatable ground of the moral and psychological implications, that he [Aristoteles] believed that tragedy should stimulate the emotions of pity and fear – whatever happens afterwards [...] We fear and even suffer with the actors because we identify ourselves with them. In that case, to go back to *catharsis* and offer a very simple explanation of it which is not excluded in Aristotle, having exercised their emotions of pity and fear in the mimic disaster, the spectators return at the end of the play to real life and are ‘relieved’ to find that their distress was groundless. There is an analogy in the awakening from a nightmare.” (Brereton 1968 s. 29)

Aristoteles’ “doctrine of *catharsis* [...] accepts Plato’s premises while denying his conclusions. Tragedy can perform the pleasurable, politically valuable service of draining off an excess of enfeebling emotions such as pity and fear, thus providing a kind of public therapy for those of the citizenry in danger of emotional flabbiness. We feel fear, but are not inspired to run away. We are, so to speak, shaken but not stirred. In this sense, tragic drama plays a central role in the military and political protection of the state, organizing the appropriate feeling-complex for these ends rather as Bolshevik *Proletkult* saw art as an organizing principle of new kinds of feeling appropriate to Soviet Man. [...] Tragedy is thus an instrument for regulating social feelings” (Eagleton 2003 s. 153).

“The conflict between Plato and Aristotle is thus one familiar today between mimetic and therapeutic theories of pornography or media violence. Either the stuff drives us to real-life brutality, or it has exactly the opposite effect.” (Eagleton 2003 s. 154)

“I århundrer ble katarsis oversatt som renselse, og dermed oppstod problemet om det etterfølgende “pathemata” var en *genitivus objectivus* eller en *genitivus separativus*. Hvis det første var tilfellet, var det ment en renselse av følelsene, i det andre en renselse fra følelsene.” (Gelfert 1995 s. 16) Tragedier skulle ifølge Aristoteles vekke frykt og medlidenhet hos tilskuerne, men hvordan skulle det å vekke slike følelser føre til renselse av de samme følelsene? Og hvorfor skulle det, med den andre tolkningen av katarsis, være behov for å rense bort en så aktverdig følelse som medlidenhet? (Gelfert 1995 s. 17). En løsning på dette tolkningsproblemet ble foreslått av tyskeren Jakob Bernays på 1800-tallet. Han hevdet at Aristoteles brukte begrepet katarsis i medisinsk forstand som en avreagering fra en opphopning av følelser. “Phobos” og “eleos” burde ikke oversettes som frykt og medlidenhet, for ifølge Bernays mente Aristoteles de fysiologiske følelsene som følger med frykt og medlidenhet. Phobos fører til en opphisset tilstand som kan nå smertegrensen, men denne fysiologiske spenningstilstanden kan løses opp ved hjelp av eleos, som så leder til katarsis, som er en lystbetont tilfredsstillelse (gjengitt fra Gelfert 1995 s. 17). Phobos og eleos er etter denne tolkningen av Aristoteles to opphissete kroppstilstander som trengs å roes ned.

“Since Aristotle did not clearly explain what he meant by *katharsis*, the passage has given rise to extensive debate about how to interpret the term. Various scholars have argued that *katharsis* could also be translated as “clarification” (Golden 1968; Halliwell 1986; Keeseey 1979; Nussbaum 1986). Translating *katharsis* as “clarification” would be consistent with Aristotle’s idea, in Chapter 4 of *Poetics*, that we enjoy mimetic expression because we can recognize it and learn from it. Catharsis would result from sympathizing with and/or pitying characters as well as being horrified by their fate and from our subsequent reflection on these feelings, perhaps relating them to our own experiences. As Nussbaum (1986) has argued, this clarification is not purely intellectual: through experiencing certain emotions in response to a fictional drama, we intuitively understand these emotions, their triggers, and ourselves better. Through reading about another person’s suffering we are confronted with our vulnerability and mortality. This may not be enjoyable, but it can be meaningful and valuable when we feel we have reached a deeper understanding of life. [...] Through recognition, certain readers may also derive new insights. Reading about another person’s suffering may help them put their own experiences in context.” (Eva Maria Koopman i Rothbauer, Skjerdingsstad m.fl. 2016 s. 200-201)

Mellom tilskueren/leseren og den lidelsen som verket framstiller, befinner det seg en litterær form. Denne formen gir en lindrende erkjennelse. Seerens eller leserens “emotional release” innebærer at sterke følelser får utløp på en skjult og harmløs måte (Lowery og DeFleur 1995 s. 107). Katarsis gir “sjelelig stabilisering” (<http://filmlexikon.uni-kiel.de/>; lesedato 12.09.13) Menneskene blir fri fra frykt og andre tyngende sjelstilstander. Samuel Henry Butcher skrev om katarsis i *Aristotle’s Theory of Poetry and Fine Art* (1895), og hans oppfatning har blitt tolket som at “tragedy could, we may say, ‘exorcise’.” (Leech 1969 s. 47)

“Opprinnelig var “katarsis” en egenskap ved mytisk-religiøse kulthandlinger for innvielse og renselse; deretter en medisinsk prosess for å utskille skadelige stoffer fra kroppen; til slutt en kvalitet ved den platonske fornuft som skal befri mennesker “fra lyster og engstelser”.” (Grimminger 1990 s. 199)

“*Expurgation of emotion, catharsis*, has never been convincingly explained: it might induce release of pent-up energy in the spectator, thus allowing for a more reasonable approach to crisis in real life.” (Secretan 1973 s. 13) Katarsis “provokes sickness in order to cure it” (Eagleton 2003 s. 279).

“Aristotle’s doctrine is homeopathic: tragedy arouses feelings of pity and fear only to purge them, cleansing us of too much terror and tender-heartedness by feeding us controlled doses of these very passions. We are allowed to indulge these feelings, but only in the process of slimming them down to size. There is thus an oddly circular quality to tragedy, which stimulates in order to syphon off.” (Eagleton 2003 s. 156)

I renessansen ble katarsis oppfattet som en befrielse fra laster/synder (Arnold og Sinemus 1983 s. 120).

“Den katarsiske forløsning bliver en forløsning i sorgen, tårerne, som de moderne tragedier skal kæmpe så hårdt med at repræsentere, men også en forløsning, der forudsætter at tilskueren ikke blot kastes tilbage på sig selv og sin egen afmagt, men også ser sig som del af en større helhed, et skæbnefællesskab, og ser tragedien som på én gang et billede og en virkelighed.” (Richard 2010)

“I hvert ett guttebarn ligger, mener Freud, drømmen om å forene seg med sin mor og ta livet av sin far (“Oidipuskomplekset”), og i hvert et pikebarn ligger omvendt drømmen om å forene seg med sin far og ta livet av sin mor (“Elektrakomplekset”). Vi gjør det bare ikke. Den greske tragedie gjør det for oss – på scenen. Den renser oss fra det.” (Egil A. Wyller i *Aftenposten* 16. september 1992 s. 18)

I engelske oversettelser av *Poetikken* er både “purgation”, “purification” og “clarification” relevante oversettelsestermer for “katarsis”. En distinksjon i forståelsen av hva katarsis innebar for de gamle grekerne, er å skille mellom to muligheter: katarsis var en renselse *av* følelser, eller katarsis var en renselse *fra* følelser (Brandell 1967 s. 52). Katarsis var for Aristoteles en moralsk funksjon (Mathé og Couprie 1988 s. 57). Han oppfattet det som en “virknings-psykologisk” effekt eller “psykoterapeutisk” prosess som renser sjelelige opphisselsestilstander (<http://filmlexikon.uni-kiel.de/>; lesedato 12.09.13). Det er en affektutladning som gir lystfølelse (gresk *hedone*) (<http://filmlexikon.uni-kiel.de/>; lesedato 12.09.13). Ordet har også blitt oppfattet som synonymt med “å bli klar over”, nesten som en åpenbaring.

Katarsis var for Aristoteles en eksistensiell funksjon, der “renselsen” ga jeg’et en mulighet til å gjenopprette sin kontroll over de følelsene som dramaet på en voldsom måte hadde omskaket for å skape mulighet for “avreagering” (Nøjgaard 1993 s. 51).

Det har blitt hevdet at det ikke er spesielle hendelser i et verk som har en katarsis-effekt, men hele den litterære strukturen i verket (Sayre 2011 s. 126). “The catharsis that we are looking for is the ultimate illumination which shall turn a painful story into a profound and moving experience. It has been suggested by professor Ellis-Fermor that the catharsis of plays like the *Tyrannus* [av Sofokles] and *Macbeth* [av Shakespeare] lies in the perfection of their form, which, by implication, represents the forces of righteousness and beneficence, of which Aeschylus speaks” (Kitto 1986 s. 142).

“Aristoteles bruker begrebet i sin definition af tragedien i begyndelsen af kap. 6: ‘Tragedien fremstiller handler, der er alvorlige, fuldkomne og af et vist omfang (...) idet den fremkalder frygt og medlidenhed og skaber renselse af den slags følelser’ (1449, b, 23-28). I betragtning af, at han kun nævner begrebet denne ene

gang (bortset fra omtalen af et konkret renselsesritual), må K bestemmes i forhold til værkets helhedsudsagn: tragediens velkomponerede handlingsforløb bibringer [...] erkendelse af, at heltens ufortjente ulykke kunne ske for enhver, og fremkalder dermed en voldsom følelse af frygt og medlidenhed hos publikum. Den smertefulde oplevelse renser m.a.o. følelsen, idet den bevirker en overskridelse af den individuelle begrænsning og giver dermed den klare, intellektuelle indsigt i et hidtil fremmed, ukendt og dog alment forhold. Aristoteles berører også K, hvor han anfører, at en særlig form for musik kan rense sindet for uønskede følelser og medføre en behagelig lettelse (*Politikken* 1341, b, 32ff.). Men det er værdt at bemærke, at han her beskæftiger sig med K ud fra en politisk vurdering af musikkens hensigtsmæssighed i opdragelsen, mens han i *Poetikken* beskæftiger sig med den erkendelse, som opstår af tragediens æstetiske virkning.” (<http://www.denstoredanske.dk/>; lesedato 04.09.13)

Aristoteles skriver om tragediesjangeren: “En tragedie er en etterligning av en seriøs og avsluttet handling av et visst omfang, i et språk som er krydret med forskjellige slags tilsetninger i de forskjellige delene hver for seg, i dramatisk og ikke fortellende form; ved den medynk og skrekk som etterligningen fremkaller, fører den fram til en renselse av den slags sinnstilstander” (2008 s. lxi). I den greske originalteksten av *Poetikken* sies alt dette “i et åndedrag, så den resulterende renselsen fremstår som en integrert del av helheten. Akkurat renselsen sier Aristoteles ikke noe mer om, mens “skrekk og medynk” i forskjellige former og varianter går igjen som et kort omkvad i de følgende kapitlene” (Øivind Andersen i Aristoteles 2008 s. lxii).

“Tragisk *mimēsis* fører per definisjon gjennom medynk og skrekk til en renselse (*katharsis*) fra den slags sinnsbevegelser. Litt hjelp til å forstå hva denne renselsen går ut på, kan vi få i *Politikken*, der Aristoteles kommer inn på *katharsis* når han drøfter musikkens plass i ungdommens utdanning. Han holder seg til et skille som “visse filosofer” har innført mellom melodier som er karakterbyggende, melodier som egger til handling og ekstatiske melodier. [...] Så sier han: [...] “Vi mener imidlertid at vi ikke skal benytte musikken for ett formål bare, men for flere. Den skal ha en plass i utdannelsen; den skal bringe renselse (jeg sier “renkelse” her uten å presisere begrepet; vi kommer tilbake til det mer utførlig når jeg behandler diktetkunsten) [...] Den sterke følelsesopplevelsen som rammer enkelte sjeler voldsomt, den finnes i alle sjeler i mindre eller sterkere grad, som for eksempel medlidenhet og frykt, eller ekstase. Noen kan faktisk bli besatt under påvirkningen av denne sinnsbevegelsen, og vi kan se at når slike mennesker har lyttet til melodier som setter sjelen i en tilstand av ekstase, faller de til ro igjen ved hjelp av de hellige melodiene, som om de har funnet helbredelse og renselse. Det samme må nødvendigvis også de blir utsatt for som føler medlidenhet og frykt, som i det hele tatt er emosjonelt anlagt, og andre i den grad den enkelte er utsatt for slike opplevelser. Alle vil da på en måte gjennomgå en renselse og en lettelse ledsaget av glede. På lignende vis gir også de rensende melodiene menneskene en uskyldig

glede.” (Fra *Politikken* 8.7; Tormod Eides oversettelse)” (Øivind Andersen i Aristoteles 2008 s. xlv- xlvi).

“Det er rimelig å forstå den renselsen som Aristoteles her forestiller seg, som en metafor fra medisinen og fysiologiens område. Han snakker om “en renselse og en lettelse ledsaget av glede”, eller kanskje snarere om en renselse som *består* i det å – bokstavelig talt – “lette seg” så en føler velvære, og han snakker om “helbredelse og lettelse”, eller kanskje heller om en legebehandling (*iatreia*) som *består* i renselse. Det gjelder å tømme seg, den ene eller andre veien.” (Øivind Andersen i Aristoteles 2008 s. xlvi).

“De to ordene *eleos* og *fobos* oversettes gjerne – i en tradisjon som går tilbake til Lessing [dvs. tyskeren Gotthold Ephraim Lessing på 1700-tallet] – med “medlidenhet” og “frykt”. “Medynk” og “skrekk” sier litt mer, en kunne også si “jammer” og “beven”, eller “gru” og “gysen”.” (Øivind Andersen i Aristoteles 2008 s. lxii) “Den renselsen som Aristoteles snakker om i *Politikken*, inntreffer, som vi ser, hos mennesker som føler *eleos* og *fobos*, eller som er utsatt for opplevelser som skaper det, eller “som i det hele tatt er emosjonelt anlagt”. Det er rimelig å tro at det er denne medisin-fysiologiske formen for renselse som foresvever Aristoteles i *Poetik* også, der den jo i høy grad er knyttet til *eleos* og *fobos*. [...] Det beste er derfor ikke å være uten følelser (*apatheia*) men å ha passe tilmålte følelser (*metriopatheia*). Den tragiske renselsen bidrar til at vi oppnår nettopp dette: Tragedien konsentrerer og fokuserer følelser, og sørger for å få ut det som skal ut. Med en moderne medisinsk metafor har en sagt at mens diktning for Platon bringer smitte, fungerer den for Aristoteles som vaksine. Den fungerer, har en også sagt, i overensstemmelse med et homøopatisk prinsipp.” (Øivind Andersen i Aristoteles 2008 s. xlvi-xlvii)

“Hvert eneste element i tragediedefinisjonen er problematisk, særlig i siste del. Ett problem er hvorvidt renselsen er noe som finner sted hos aktørene i dramaet, eller om effekten ligger utenfor dramaet, hos tilskuerne. Det siste synspunktet er det vanligste, men både klassiske filologer og moderne strukturalister har ført i marken argumenterer for å legge hele prosessen innenfor verket. Et annet problem er forståelsen av uttrykket *katharsis* (*tōn toioutōn*) *pathēmatōn*, som jeg har oversatt med “renselse av den slags sinnstilstander”. Jeg har tatt genitiven i det siste ordet som en objektsgenitiv: Den tragiske *mimēsis* renser sinnsbevegelsene. Noen vil ta den som en separativ genitiv (“renselse fra” – da kvitter en seg med sinnsbevegelsene); også subjektsgenitiv er mulig (“den renselsen som disse sinnstilstandene bevirker”); eller en form for artsgenitiv (“en renselse som tilhører nettopp slike følelser”).” (Øivind Andersen i Aristoteles 2008 s. xlvii)

“Aristoteles forlanger mye av den tragedien som skal fylle sin funksjon og skaffe oss nettopp den nytelsen som den er alene om å kunne gi oss. Det er en nytelse som ikke kan reduseres til den renselsen som gir oss utløp for opparbeidet og oppmagasinert skrekk og medynk; renselsen er snarere et fenomen som ledsager

den mer omfattende tilfredsstillelsen som tragedien gir. *Den* forutsetter at tingene skjer ifølge sannsynlighet eller nødvendighet, og at de gjør det innenfor et komplekst handlingsforløp, med gjenkjennelse, omslag og et sterkt overraskelsesmoment. Dessuten må den tragedien som skal tilfredsstille oss, være i overensstemmelse med våre moralske forestillinger.” (Øivind Andersen i Aristoteles 2008 s. lxviii-xlix).

“Det dreier seg ikke om renselse i religiøs forstand, selv om det er nettopp det *katharsis* sikter til den andre gangen ordet brukes i *Poetikken*, i referatet av en tragediehandling (kap. 17, 55b15). Etisk renselse eller lutring dreier det seg heller ikke om. Dette var den fremherskende tolkningen fra Corneille via Dryden til Lessing: Vi blir klokere og bedre mennesker av å se hvordan det går med andre, ikke minst lærer vi noe om viktigheten av å tøyte følelsene. Tolkningen ser ikke det homøopatiske aspektet; den legger mer vekt på frykt enn på medynk; følelser som sinne, hat, misunnelse burde da ha vært viktigere. Tolkningen har i dag bare historisk interesse – den er til gjengjeld betraktelig, på grunn av gjennomslaget den hadde gjennom flere hundre år. Den tragiske renselsen må forstås psykologisk. Aristoteles gjør en somatisk prosess til modell for en psykisk mekanisme. Vi kan altså ta virkningen av ekstatiske og hellig, opphissende og beroligende musikk som modell for det tragedien utvirker hos tilskuerne – “en renselse og en lettelse ledsaget av glede”.” (Øivind Andersen i Aristoteles 2008 s. lxviii).

“The great English poet John Milton, in his prologue to *Samson Agonistes* (1671), claims that tragedy “[was] said by Aristotle to be of a power by raising pity and fear ... to purge the mind of those and such-like passions, that is to temper and reduce them to just measure with a kind of delight, stirred up by ... seeing those passions well imitated” (707). The Aristotelian notion of tragedy, as synthesized by Milton, conjures a complex yet highly nuanced definition of cathartic pleasure.” (Brandon Taylor i http://offscreen.com/view/breaking_bad; lesedato 17.02.17)

Den tyskspråklige barokkdikteren Martin Opitz skrev i *Bok om den tyske ditekunsten* (1624) at det å se andre lide kan gjøre at tilskueren til tragedien tåler bedre sine egne, mindre lidelser, og tilskueren kan også få mot og kraft til å tåle tunge slag fra skjebnen (Szyrocki 1968 s. 198).

“Aristoteles’ begreb om K har været udsat for utallige tolkninger gennem tiden: Pierre Corneille mente, at tragedien havde en afskrækkende effekt og dermed rensede tilskuerne for passioner (*Discours de l'utilité et des parties du poème dramatique* og *Discours de la tragédie* 1660), mens G. E. Lessing (*Hamburgische Dramaturgie* 1767) mente, at tragedien havde en modererende og moralsk forædlende funktion, idet den rensede publikums følelse af frygt og medlidenhed fra deres ekstreme udfoldelse. Goethe, derimod, betragtede i *Nachlese zu Aristoteles' Poetik* 1827 K som et begreb for den velordnede dramatiske helhedskomposition, mens den tyske filolog Jakob Bernays i *Zwei Abhandlungen über die aristotelische Theorie des Drama* 1857 står for den ofte fremførte

mentalhygieniske tolkning, at tragediens K i stil med et homøopatisk middel tjener til at udrense publikum for uønskede sindstilstande. For Nietzsche var sådanne moralske eller medicinske opfattelser af K uacceptable. I *Die Geburt der Tragödie aus dem Geiste der Musik* 1872 (*Tragediens fødsel af musikkens ånd* 1996) fremhæver han, at tragediens virkning derimod er at give tilskuerne mod til at se livets gru i øjnene og samtidig vække lysten til at udøve en rent æstetisk aktivitet – dvs. en eksistentiel-tolkende aktivitet, der søger at skabe mening og værdi uden at bortforklare tilværelsens grundlæggende meningsløshed.” (<http://www.denstore danske.dk/>; lesedato 04.09.13)

Adnan K. Abdulla skriver i boka *Catharsis in literature* (1985): “Catharsis is such a complex phenomenon that no one has ever presented a single, definitive statement about what it means, or how it works. Each writer captures only a part of it; each looks at catharsis from his particular point of view, and, by extension, explains it (or, for that matter, the function of literature) from his own ideological or epistemological premises. If such premises are susceptible to changing values, mores, and systems of thought, then it is legitimate to claim that ideas about the meaning and function of catharsis indicate changes in theories and practices of human epistemology, thought, and political systems. Such a hypothesis explains not only why so many thinkers have shown an interest in catharsis, but also the curious fact that the meaning of catharsis changes with author, age, and historical moment. In the Renaissance, catharsis often had heavy moral connotations; in the Augustan age, catharsis was usually thought to be a function of verisimilitude; in the Romantic period, catharsis frequently described the suffering of the poet; in the twentieth century, which is characterized by a multiplicity of critical thought, catharsis has a multiplicity of meanings. Each school of thought manages to wrench out an aspect of catharsis that is appropriate to its own critical focuses or premises.” (her sitert fra <http://www.questia.com/read/82225338/catharsis-in-literature>; lesedato 18.09.13)

I *Catharsis in literature* foretar Abdulla denne sammenfatningen: “Catharsis points clearly to the roles of emotions and of cognition in the aesthetic experience. I shall restrict my vocabulary to the discussion of tragedy, because the elements of tragedy bring into focus the discussion of catharsis in a clearer and sharper way than discussing catharsis in other genres. We begin with the following premises:

- A. Catharsis is related to an aesthetic experience and not to everyday life experience.
- B. In order to experience catharsis the audience must be aware of the conventions and cultural elements of the genre.
- C. Catharsis is a culture-bound and a time-bound aesthetic experience.

The three premises allow us to look at catharsis as a process that consists of seven stages. These stages are as follows:

1. Catharsis involves a dialectic: there are two opposing emotions that will give rise to a conflict in the spectator's mind.
2. Such a conflict of opposing emotions requires the identification or involvement of the spectator with the hero of the tragedy, or any other dramatic element in the play.
3. The spectator undergoes an emotional excitation because of his identification with the hero.
4. When the play ends, the emotional excitation is resolved, and the spectator begins to feel repose and serenity.
5. With the resolution of emotional excitation, the spectator begins to draw parallels or comparisons between his life and the hero's.
6. Once the ideation starts (that is, the thinking on the part of the spectator), then the spectator begins to gain an insight into his life, his own affairs, and the humanity of his world.
7. The ideation ends with an understanding of what happened on stage, an understanding that could be moral, metaphysical, or psychological, depending on the spectator's individual character. The spectator feels that he, in Freud's term, is master of the situation.

The seven stages of the aesthetic experience we call catharsis can be reduced to two elements: 1) emotional excitation, 2) intellectual understanding. Put differently, the cathartic response begins with emotive arousal and ends with cognition. The cognitive aspect of the aesthetic experience cannot occur without emotional arousal" (her sitert fra <http://www.questia.com/read/82225338/catharsis-in-literature>; lesedato 18.09.13).

“[K]atarsisopplevelse: leserne lever ut sin egen angst for tilværelsens skremmende og uforståelige sider, samtidig som de i bakhodet har bevisstheten om at opplevelsen er ufarlig fordi det som har utløst den, bare er fiksjon.” (Åsfrid Svensen i Birkeland og Risa 1993 s. 95)

Teateret skaper en opplevelse som får tilskuerne til å unngå handlinger og lidenskaper som de har sett på scenen at fører til katastrofe (Kathrin Ackermann i Irsigler m.fl. 2008 s. 40).

Filmforskeren Søren Birkvad har kritisert “Hollywoods instrumentelle behandling av våre følelser. Således innebærer Idealet [sic] om tilskuerinnlevelsen og tilskuermedfølelsen en idé om syndsforlatelse. Den allerede omtalte Michael Haneke har spissformulert poenget på sarkastisk vis i følgende sitat: “ ‘Jeg gir mine tårer for disse personer’, sier den forførte tilskuer, ‘det er min soning. Nå er allting godt igjen, så hvor skal vi gå og spise?’ ” ” (Morgenbladet 22.–28. februar 2013 s. 28)

Forfattere som franskmennene Antonin Artaud og Jean Genet prøvde på 1920- og 30-tallet å utvikle en avpersonifiserende katarsis (Fitch 1979 s. 153). Artaud ville at hans drama skulle føre til publikums gjenopplevelse av fortrenkte begjær, og denne gjenopplevelsen skulle lede til en brå endring hos publikum (Daus 1977 s. 25). Han mente at noen av våre begjær er grundig fortrenkt, men kommer til uttrykk i myter og magi.

Ifølge katarsis-teorien innen medievitenskapen gjør voldsscener seeren i stand til å befri seg selv fra negative følelser, å “rense” seg fra sinne, aggresjon og frustrasjon (Rieffel 2010 s. 188). Den amerikanske psykologen Seymour Feshbach representerer dette synet. Katarsis er etter denne oppfatningen befrielse fra en sjelelig krampetilstand (Kästler 1990 s. 91).

“[C]atharsis is widely recognized as the use of literature, art, theatre, or music to provide relief through learning about difficult subjects. “A friend told me that after her mum died, she read an awful lot of literature which revolved around the death, as a way of processing it.” (Olivia) “Processing” emotions using literary depictions is at the heart of the concept of catharsis. Another participant (Julia) repeatedly returned to a text exploring the grief felt following the death of a child, thus presenting another example of using literature for cathartic purposes. She repeatedly reread the book in low periods; she felt that reading about someone who had gone through a similar traumatic experience helped put her own loss into perspective.” (Liz Brewster i Rothbauer, Skjerdingsstad m.fl. 2016 s. 175)

“The catharsis hypothesis posits that aggression is a biological drive which requires release (Lorenz, 1963). Aggression may be primed by external provocations (such as competing for mates) but the ultimate cause is biological and evolutionary adaptation (Ellis & Walsh, 1997). Organisms may displace aggression from one source to another. For instance, a human may release aggression by engaging in aggressive sports rather than harming another person. Although some early studies appeared to support the catharsis hypothesis (e.g., Feshbach, 1961) these were not followed by further confirmations. Geen and Quanty (1977) in their review concluded that the research evidence did not support catharsis. Several recent researchers have challenged this in regard to video games. Sherry (2007) found that the effect size for studies examining violent video game playing and aggression decreases with longer video game exposures. Although Sherry does not unequivocally support the catharsis hypothesis, he does suggest that it should be

better evaluated. Olson, Kutner, and Warner (2008), in a qualitative study of young boys, found that respondents reported feeling calmer, less aggressive, and less angry after playing violent video games. Tentatively, the authors suggest that the catharsis hypothesis may bear reexamining in relation to violent video games. It is worth noting that most studies of violent video game effects do not directly study catharsis.” (Christopher J. Ferguson og Stephanie M. Rueda i <http://www.tamiau.edu/~cferguson/hitman.pdf>; lesedato 08.05.13)

“The most proper way of studying catharsis would begin by irritating or frustrating participants and then randomizing them to violent or nonviolent games to study which calmed participants. Most studies of violent video games take the opposite tact, namely taking “calm” participants and randomizing them to video game conditions to see which increase aggression. This approach is not adequate for testing catharsis. It remains possible that the catharsis hypothesis may be technically wrong, yet video games may function as a leisure activity which promotes coping with stress (Iwasaki, MacTavish, & MacKay, 2005; Lazarus, 1999). Previous research has suggested that leisure activities can reduce stress (Iwasaki, Mannell, Smale, & Butcher, 2002; Trenberth, Dewe, & Walkey, 1999) and that these findings may extend to the use of video games (Ryan, Rigby, & Przybylski, 2006). If violent video games are employed as a stress coping technique by some individuals we would expect stress-related sequelae including hostile feelings and depression to be reduced in game players. [...] No evidence was provided that short-term exposure to violent video games either increased or decreased aggressive behavior in the laboratory. Similarly violent game exposure in real life was not related to laboratory aggression. Given the use of effect size confidence intervals we can conclude that our evidence contradicts both the social learning and catharsis hypotheses regarding violent video game effects on aggressive behavior.” (Christopher J. Ferguson og Stephanie M. Rueda i <http://www.tamiau.edu/~cferguson/hitman.pdf>; lesedato 08.05.13)

Krigsveteraner kan erfare “the catharsis of survival, the right to be angry, and what many perceive to be the wisdom gained from difficult times” (Erll og Wodianka 2008 s. 162).

Litteraturliste (for hele leksikonet): <https://www.litteraturogmedieleksikon.no/gallery/litteraturliste.pdf>

Alle artiklene i leksikonet er tilgjengelig på <https://www.litteraturogmedieleksikon.no>