
La *catarsis*: una afortunada serie de confusiones

Daniel Tubau

La interpretación de la palabra *catarsis* ha ocupado durante cientos de años a especialistas de las más diversas disciplinas: filósofos, filólogos, helenistas, fisiólogos, lingüistas, historiadores, críticos literarios, dramaturgos, médicos, psicólogos y psicoterapeutas. Se ha comparado con la exégesis bíblica por su complejidad y riqueza.

A pesar de todos los argumentos en favor de una u otra traducción, la cuestión sigue sin estar resuelta. Pero el esfuerzo no ha sido en vano, porque incluso las interpretaciones erróneas han dado origen a descubrimientos interesantes y han abierto caminos dignos de explorar.

«Catarsis» y sus derivados se encuentran miles de veces en los textos griegos, pero la obsesiva atención prestada a este concepto nace de la lectura de la *Poética* de Aristóteles. La primera e inquietante revelación es que «catarsis» (*katharsis*) aparece en un contexto abierto a múltiples interpretaciones:

Es, así, la tragedia imitación de una acción elevada y perfecta, de una determinada extensión, con un lenguaje diversamente ornado en cada parte, por medio de la acción y no de la narración, que conduce, a través de la compasión y del temor, a la *purificación* de estas pasiones¹.

Valentín García Yebra, que ha recopilado más de ciento cincuenta versiones de este pasaje tan controvertido, prefiere: «[...] y que mediante compasión y temor lleva a cabo la *purgación* de tales afecciones»².

Purgación o purificación. ¿La catarsis es algo que purifica o algo que purga? Para intentar averiguar a qué se refiere Aristóteles, puesto que la catarsis sólo vuelve a ser mencionada en la *Poética* en un pasaje sin importancia, necesitamos acudir a otras obras de Aristóteles, y en especial a la *Política* y la *Retórica*. Puesto que no tenemos certeza de qué traducción es mejor, a partir de ahora mantendré la palabra «catarsis» sin traducir, pero invito al lector a sustituirla por «purgación» o «purificación».

La catarsis en la Política

En la *Política*, Aristóteles dice que ciertas melodías logran que quienes están dominados por una pasión experimenten «cierta *catarsis* y que sientan alivio junto con el placer». Además, añade, los cantos *catárticos* «proporcionan a los hombres alegría inocua».

Pero añade que se deben emplear los cantos éticos en la educación, mientras que para la diversión y la *catarsis* son preferibles los

¹ *Poética*, 1449b, traducción de Ángel Cappelletti. Caracas: Monte Ávila Editores, 1991.

² *Poética*, 1449b, traducción de Valentín García Yebra. Madrid: Gredos, 2010. Ver en ese mismo volumen: «Textos de Aristóteles o de sus comentaristas sobre la compasión, el temor y la catarsis».

cantos prácticos y entusiásticos. También explica que todos estamos sujetos a las pasiones, aunque en algunos se desencadenan de forma violenta. Ahora bien, se ha observado que quienes sienten compasión, temor o entusiasmo, después de escuchar los cantos sagrados, «quedan como si hubieran obtenido medicación y *catarsis*».

En estas menciones la *catarsis* se mueve por diversos territorios, como la medicina, el tratamiento psicológico de afecciones emocionales, e incluso la curación mística o religiosa, pues «entusiasmo», en este contexto se refiere a algún tipo de inspiración, reacción histérica o trance. Es precisamente este sentido el que hizo que Jakob Bernays interpretará en 1857 la *catarsis* como un método para que la persona se libere de las emociones de compasión y temor, al contemplarlas en una tragedia. Tiempo después, en 1880, Joseph Breuer logró, mediante hipnosis, que su paciente Anna O recordara el momento en el que comenzaron sus desarreglos psíquicos y físicos (anorexia, parálisis, o problemas de visión y lenguaje). Sucedió por primera vez en una ocasión en la que su padre enfermó. Breuer descubrió que bastaba con recordar aquel momento para que Anna O se liberase de sus desarreglos. Al método recién descubierto lo llamó *catarsis*.

Sigmund Freud, sobrino político de Bernays y discípulo de Breuer, aplicó esas ideas a su teoría de la represión de las fantasías sexuales y a la del trauma de la seducción infantil, para conseguir la liberación *catártica* del paciente, pero no mediante la hipnosis, sino siguiendo el método de la «asociación libre». Con el tiempo, aquello derivó en lo que ya Ortega supo ver en 1911:

Ni más ni menos que esto es la psicoanálisis: la técnica de la purgación o *Katharsis* espiritual. Esto era y es, en el orden religioso, la confesión; ya veremos cómo no es la menor objeción

que a la psicoanálisis puede hacerse considerarla como una justificación científica del confesionario³.

En definitiva, una manera de purgarse o purificarse de lo que nos angustia o atormenta, contándose a alguien dispuesto a escucharnos, arrodillados en una iglesia o tumbados en el diván de una consulta psicoanalítica.

¿Tienen sentido estas interpretaciones? ¿Se relaciona la catarsis con el tratamiento de afecciones mentales?

La catarsis en la medicina y la biología

En los tratados de biología de Aristóteles es donde más veces aparece la palabra catarsis o sus variantes, siempre relacionada con algún tipo de purgación o expulsión de material, generalmente líquido. En muchas ocasiones se refiere a la regla de las mujeres. También la citada en los *Tratados hipocráticos*, siempre en relación con algún tipo de expulsión, liberación, purgación o purificación, desde el semen de los hombres y la regla de las mujeres a la *catarsis*, natural o provocada, de material orgánico mediante vómitos o medicamentos que liberan «por arriba o por abajo».

Los tratados hacen compatibles los dos sentidos de catarsis, como en *Enfermedades de las mujeres*, cuando, tras una catarsis o «purgación» para lograr que la regla baje, una vez que se consigue, se emplea de nuevo la palabra para describir el estado «purificado» en el que ahora se encuentra la mujer. Se pensaba, además, que la mujer se «purgaba» mediante la regla y que, al mismo tiempo, eso la «purificaba» en todos los sentidos, pues las

³ «Psicoanálisis, ciencia problemática», en José Ortega y Gasset, *Obras completas*. Madrid: Fundación José Ortega y Gasset / Taurus, vol. I, p. 489, 2007.

mujeres tenían prohibido entrar en los espacios sagrados durante la menstruación.

La conclusión inevitable es que la larga polémica entre «purgación» y «purificación», que ha fatigado a tantos traductores durante varios siglos, no parece tener mucho sentido: las dos palabras son casi equivalentes si las aplicamos metafóricamente a artes imitativas como la tragedia. Podemos hablar de una purgación de las pasiones o de la tensión, pero también de una «purificación», en el sentido de alivio, liberación o eliminación de algo impuro, algo que nos inquietaba, atormentaba o «ensuciaba».

Otro asunto muy diferente es el sentido de purificación mística, que es a lo que se refiere Ortega cuando dice que la catarsis es «un concepto sobre el que ha gravitado la mística de todos los tiempos». Esa interpretación no procede de Aristóteles, sino de Platón.

La catarsis como purificación del alma

Más adelante veremos cómo la catarsis se convirtió en el concepto clave para la gran batalla entre Platón y Aristóteles acerca de la poesía, pero ahora nos interesa la manera en la que Platón entiende la «catarsis» como un proceso que lleva a la purificación del alma:

Purificarse es [...] habituar al alma a dejar la envoltura corporal [...] y a vivir como ella pueda, así en las circunstancias actuales como en las venideras, sola consigo misma, desatada de los lazos del cuerpo, como si estos fueran cadenas⁴.

Tanto en el *Fedón* como en el *Fílebo*, Platón recomienda rechazar los placeres impuros (todos los corporales), para iniciar una ascesis o purificación, que servirá para liberar al alma. Esta

⁴ Platón, *Fedón*, 67c-d. En Platón, *Diálogos III*. Madrid: Gredos, 2002.

idea, precedente de aquello que en China llamaron la «superstición occidental», es decir, la separación de alma y cuerpo, tendrá una influencia inmensa, no sólo en los neoplatónicos y los gnósticos, sino en el cristianismo, el islam e incluso el judaísmo, y en muchos aspectos coincide con doctrinas de la India o del budismo de Asia Oriental. Si para Filón de Alejandría la «catarsis» lleva al alma a la contemplación de Dios, para Platón esta purificación progresiva de las almas se produce en vidas sucesivas, recuperando las ideas órficas y pitagóricas de la reencarnación:

En caso de que el alma participe en mayor medida del vicio o de la virtud por propia determinación [...] pasa a un lugar superior y sagrado en su totalidad, siendo transferida a otro lugar mejor, cuando, entablando relación con una virtud divina, se hace especialmente virtuosa. Pero cuando se da lo contrario, su vida es cambiada de sitio en sentido contrario⁵.

Este es uno de los sentidos que Platón da a la catarsis, el místico. Muchos de los equívocos en torno a la palabra se deben a que los intérpretes han mezclado este sentido místico con la «catarsis» de la *Poética*, porque la catarsis que enfrentó a Platón y Aristóteles no fue la mística.

Platón, el poeta

La *Poética* de Aristóteles es, además de un magnífico tratado acerca de la tragedia, una defensa de los poetas, en especial de Hesíodo, Homero y los dramaturgos, frente al ataque de Platón, que en su *República* había propuesto expulsarlos de la ciudad ideal y que, además, se burla de ellos en el *Íón*.

⁵ Platón, *Las leyes*. En Platón, *Diálogos VIII*. Madrid: Gredos, 2023.

Pues bien, Aristóteles comienza por sugerir que los diálogos de Platón son poesía. Parece un elogio, pero se trata de un ataque malicioso, porque lo que nos está diciendo Aristóteles es que Platón es también un poeta, por lo que tampoco deberían dejarle entrar en su República ideal. Si Platón expulsó a los poetas de su utopía política, porque contaban fábulas, Aristóteles quiere abrirles la puerta de cualquier ciudad porque, en efecto, cuentan fábulas. Si Platón decía que con sus mentiras los poetas no contribuyen a la construcción del Estado y lo pervierten, Aristóteles dice que los poetas no suelen pervertir al ciudadano y que, en cualquier caso, no tienen por qué contribuir a que el Estado vaya bien o mal. Aunque parezca sorprendente, Aristóteles no cree que el teatro deba cumplir una función social, más allá de entretener y producir en los espectadores «el placer que le es propio». Ese placer tiene mucho que ver con la catarsis, que es la base de esa defensa de la poesía por parte de Aristóteles. Pero antes debemos aclarar por qué Aristóteles considera a Platón un poeta.

El significado de la palabra «poesía» es una más de las interpretaciones erróneas que se han hecho de la *Poética*, junto a la idea de que Aristóteles exige la llamada «Regla de las tres unidades» (espacio, tiempo y acción), como se creyó desde el Renacimiento, o que las tragedias y las películas deben tener tres actos, como creen casi todos los guionistas de cine, desde que lo dijo Syd Field en 1979.

Por decirlo rápido: para Aristóteles, los poetas no son poetas. Lo que nosotros hoy en día consideramos un poeta, es decir un poeta lírico, para Aristóteles no lo es. La poesía consiste en una imitación y los líricos, aunque escriben en verso, no imitan, sino que hablan de sus sentimientos y explican cosas. Sin embargo, Homero, Hesíodo y los trágicos, que también escriben en verso, sí que son poetas, porque cuentan las cosas «no mediante narración sino mediante imitación de acciones».

Narrar es contar algo como:

Sócrates se encontró con Protágoras y estuvieron de acuerdo en que un hombre no vive bien si vive apenado y dolorido, pero que sí vive bien si concluye su existencia tras vivir agradablemente.

Contar mediante acciones es algo como:

— ¿Consideras, Protágoras, que algunos de los hombres viven bien y otros mal?

— Sí.

— ¿Te parece que un hombre vive bien, si vive apenado y dolorido?

— No, dijo.

— ¿En cambio, si concluye su existencia tras vivir agradablemente, no te parece entonces que ha vivido bien?

— A mí, sí, dijo.

En el segundo caso se reproduce o imita la acción. Es por eso que Aristóteles considera que los diálogos de Platón, aunque estén escritos en prosa, son poesía, puesto que imitan conversaciones que Sócrates mantiene con Protágoras, Gorgias, Alcibíades y tantos otros. Y por eso, ahora con repetida malicia, Aristóteles equipara los *Diálogos* con los *mimos* de Sofrón, puesto que esos diálogos tan interesantes es casi seguro que nunca tuvieron lugar y que Platón se los inventó. No son muy diferentes de las invenciones de un dramaturgo o de un imitador como el siciliano Sofrón, con sus imitaciones de las escenas cotidianas de los griegos de la Magna Grecia. Imitaciones que, por cierto, también estaban escritas en prosa. La poesía, en definitiva, es imitación de acciones o situaciones, y por eso tan poeta es un dramaturgo, como un mimo, un pintor que pinta un racimo de uvas o un músico que imita el canto de los pájaros o la voz de otros animales. Esto nos lleva, por fin, a la defensa que Aristóteles hace de los poetas, contradiciendo a su maestro Platón.

En defensa de la poesía

En el libro décimo de la *República*, Platón lanza un ataque feroz contra «los forjadores de falsas narraciones», como Homero y Hesíodo:

Se representan mal con el lenguaje de los dioses y los héroes, tal como un pintor que no pinta retratos semejantes a lo que se ha propuesto pintar⁶.

La consecuencia de esta imitación o mimesis falsa es que «las criaturas jóvenes y tiernas» se dejan seducir y engañar por relatos inmorales. Por eso, es necesario rechazar los falsos relatos y crear otros adecuados, para después

convencer a las madres y ayas para que cuenten a los niños los mitos autorizados, moldeando de este modo sus almas por medio de las fábulas mejor todavía que sus cuerpos con las manos.

Lo que más preocupa a Platón no es que la obra de arte imite a la realidad, sino que la realidad imite a la ficción. Que los espectadores imiten en su vida o elogien lo que ven hacer a los personajes en la escena. De una manera curiosa, comparte la opinión de Oscar Wilde, que decía que no es que el arte imite a la vida, sino al contrario: «Es la vida la que imita al arte», y «en concreto a William Shakespeare»⁷.

Por eso, Platón propone un tipo de catarsis, que no es ahora la del alma, sino que consiste en *purificar* y *limpiar* toda la cultura y la tradición, para crear desde cero una nueva sociedad bajo la guía de los Guardianes:

⁶ Platón, *República*, II, 377e, 1-3. En Platón, *Diálogos IV*. Madrid: Gredos, 2020.

⁷ Oscar Wilde, *La decadencia de la mentira*. Barcelona: Acantilado, 2014.

Tomarán el Estado y los rasgos actuales de los hombres como una tableta pintada, y primeramente la borrarán, lo cual no es fácil. En todo caso, sabes que ya en esto diferirán de los demás legisladores, pues no estarán dispuestos a tocar al Estado o a un particular ni a promulgar leyes, si no los reciben antes *limpios* o los han *limpiado* antes ellos mismos⁸.

Pues bien, Aristóteles emplea la palabra «catarsis» en su *Poética* con un sentido muy diferente. No se trata de una limpieza como la que propone Platón, y tampoco de un camino de ascesis que libere nuestra alma a través de vidas sucesivas. Ya hemos visto que puede interpretarse como una cierta purificación o purgación de las pasiones, pero seguramente la traducción más cercana a las intenciones de Aristóteles sea algo como «comprensión» o «alivio de la tensión».

La imitación poética hace que el espectador, al contemplar situaciones de ficción que despiertan en él pasiones como el temor y la compasión, y que incluso pueden no ser placenteras (muertes, luchas, injusticias), a pesar de ello disfrute del espectáculo, porque sabe que es ficticio. Además, al revelársele la coherencia del argumento, sobreviene la comprensión y el alivio psicológico a la tensión que le ha provocado la trama, en un desenlace «sorprendente e inevitable», cuando se resuelve por fin lo que los guionistas llaman un «interrogante activo». De este modo se alivia la tensión, llega la comprensión e incluso, ¿por qué no?, se produce una cierta purgación de las pasiones y una purificación de las emociones. Por último, aunque no es imprescindible, el espectador también puede aprender algo que le servirá en su vida diaria. Platón pensaba que el teatro no sólo no ayudaba al buen ciudadano, sino que era pernicioso, porque ver a los dioses o a los reyes comportándose

⁸ *República*, VI, 501a. En Platón, *Diálogos IV*. Madrid: Gredos, 2020.

indignamente, ensucia el intelecto y el alma del espectador. Por el contrario, Aristóteles considera que el arte se justifica por sí mismo y no tiene por qué someterse a la moral (excepto en algunas cuestiones muy específicas) y que, además, puede ser un buen ejemplo para los ciudadanos, porque contemplan las desgracias que les suceden a quienes abusan de su poder, o a los que son dominados por las pasiones.

La catarsis como comprensión y alivio dramático

Durante mucho tiempo, la interpretación terapéutica de la catarsis, popularizada por Jakob Bernays, fue la favorita de la mayoría de expertos, pero en las últimas décadas se ha producido un cambio de opinión que ahora es probablemente mayoritario, con autores como Nussbaum, Lord, Janko, House, Golden o Hallywell, entre otros, que entienden la catarsis aristotélica como algo muy semejante al aprendizaje, la comprensión, la clarificación o la educación intelectual y emocional a través de la ficción. Eso es, por cierto, más o menos lo que pensaba G. E. Lessing. En este caso, es la *Retórica* el texto aristotélico que apoya con más claridad esta interpretación:

Y como aprender es placentero, lo mismo que admirar, resulta necesario que también lo sea lo que posee estas mismas cualidades: por ejemplo, lo que constituye una imitación, como la escritura, la escultura, la poesía, y todo lo que está bien imitado, incluso en el caso de que el objeto de la imitación no fuese placentero; porque no es con este con lo que se disfruta, sino que hay más bien un razonamiento sobre que esto es aquello, de suerte que termina por aprenderse algo⁹.

⁹ Aristóteles, *Retórica*, 1371b. Madrid: Gredos, 2022.

¿Será ésta la explicación definitiva de la catarsis de la *Poética*? No podemos estar completamente seguros, aunque es bastante plausible que Aristóteles entendiera algo semejante a comprensión y alivio psicológico, entendido como alivio dramático y también en relación con las pasiones o emociones que trae consigo cada espectador. Ahora bien, para entender en toda su complejidad el problema, debemos regresar a la *Política* de Aristóteles y a la misteriosa mención que allí se hace de la catarsis.

La explicación perdida

En la *Política* se encuentra una mención a la catarsis que se ha convertido en un verdadero enigma para los estudiosos. Cuando se refiere a que la música se debe usar para la educación y la catarsis, Aristóteles se desvía un instante para decir:

A qué llamamos *catarsis*, ahora simplemente lo decimos, pero lo diremos de nuevo en los libros sobre poética con más claridad.

Como se ve, Aristóteles nos promete explicar con todo detalle en la *Poética* qué es lo que entiende por catarsis en el contexto de artes imitativas (es decir *poéticas*), pero ya sabemos que esa explicación no está en la *Poética*, pues precisamente acudimos antes a la *Política* para intentar aclarar el asunto. Nos encontramos en un círculo vicioso del que sólo se puede escapar de una manera: Aristóteles explicaba la catarsis en el segundo libro de la *Poética*, que estaba dedicado a la comedia. Que ese libro existió es indudable, pues en la *Retórica*, Aristóteles dice que se hablará de «lo risible» y de lo «ridículo» en «los libros de la *Poética*». Además, autores como Diógenes Laercio mencionan esa segunda parte en la lista de obras de Aristóteles. Ese libro es el que busca Fray Guillermo de Baskerville en la novela de Umberto Eco *El nombre de la rosa*.

Lamentablemente, el libro se ha perdido. O quizá no, por mucho que le pese al bibliotecario Jorge de Burgos, que creyó destruirlo.

Algunos piensan que el libro perdido de la *Poética*, o al menos un esquema o resumen, es el *Tractatus Coislinianus*, un manuscrito del siglo X que se encontró en otro monasterio, en el monte Athos, y que se editó por primera vez en 1839 por Cramer. Recientemente, Richard Janko ha propuesto una reconstrucción del libro y apuesta claramente por su autenticidad, si no como obra de Aristóteles, al menos sí como perteneciente a la escuela peripatética. En el *Tractatus* se dice acerca de la comedia algo muy parecido a lo que ya sabemos de la tragedia:

La comedia es una imitación de una acción que es absurda e imperfecta, de suficiente extensión, en un lenguaje bello; los diferentes tipos de embellecimiento se hallan por separado en las diversas partes de la obra; presentados directamente por las personas que actúan, y no dados por la narración; a través del placer y la risa se produce la *catarsis* de las emociones¹⁰.

De este modo, tanto la tragedia como la comedia pueden producir *catarsis*, en un caso mediante emociones como el temor y la compasión, y en el otro mediante el placer y la risa. Que esa *catarsis* se entienda como purificación, comprensión, purgación, cura terapéutica o alivio de la tensión dramática, o cualquiera de esas opciones según el caso, queda a la decisión del lector.

¹⁰ *An Aristotelian Theory of Comedy, with an Adaptation of the Poetics and a Translation of «Tractatus Coislinianus»*. New York: Harcourt, Brace and Co., 1922, 323 pp. Traducción de Eva Aladro en *CIC (Cuadernos de Información y Comunicación)*, 2002, 7, 31-37).

Helena de Troya, experta en catarsis

Creo que un buen cierre de esta modesta investigación acerca de la catarsis es un pasaje, que no he visto señalado por ningún autor en las intensas discusiones acerca del término, es el que nos ofrece Helena de Troya.

La historia tiene lugar en la *Odisea*, cuando Telémaco visita Esparta en busca de noticias acerca de su padre Ulises. Allí es recibido por Menelao y Helena, quienes, tras reconocer al joven como hijo de Ulises, lloran con él por la larga ausencia del héroe. La pena profunda los domina por completo.

Es entonces cuando Helena, nos dice Homero, recurre a una droga llamada *nepe*, que consiguió durante su estancia en Egipto:

Al punto vertió en el vino que bebían una droga que borraba la pena y la amargura y suscitaba olvido de todos los pesares. Quien la tomara, una vez que se había mezclado en la crátera, no derramaba, al menos en un día, llanto por sus mejillas, ni aunque se le murieran su madre y su padre, ni si ante él cayeran destrozados por el bronce su hermano o un hijo querido y lo viera con sus ojos¹¹.

Cuando todos han bebido, Helena cuenta historias de Ulises y todos sienten ahora, junto con la nostalgia, una cierta alegría.

Macrobio, en una lectura discutible pero ingeniosa del pasaje, nos dice que lo que limpió o purgó las penas de los amigos de Ulises no fue una droga:

Si analizas detenidamente la oculta sabiduría de Homero, aquel calmante que Helena mezcló con el vino, que aplaca el dolor y la cólera y hace olvidar todos los males, no era una hierba, tampoco

¹¹ Homero, *Odisea*, canto IV, 220. Traducción de Carlos García Gual. Madrid: Alianza, 2005.

una droga de la India, sino la ocasión de introducir un relato, que haciendo olvidar al huésped la tristeza, lo encaminó a la alegría¹².

Y concluye Macrobio:

Exponiendo la gloria del padre y sus valerosas acciones una a una, hizo más alegre el corazón del hijo, y de este modo se creyó que había mezclado con vino un remedio contra la tristeza¹³.

Es una muestra del poder terapéutico de los relatos, que nos hace pensar en los modernos estudios acerca de cómo el relato o *storytelling* provoca la descarga de ciertas hormonas que nos pueden producir placer o empatía (y también ira o enfado). Macrobio y Aristóteles, a su manera, ya lo sabían: «A unos los estimulas si les relatas ejemplos de valor, a otros de beneficios, a algunos de moderación» y muchos, al escuchar esos relatos «llegan a enmendarse»¹⁴.

Los relatos, en fin, pueden ser un veneno muy peligroso en manos de un demagogo, pero una medicina en manos de una mujer sabia.

D. T.

¹² Macrobio, *Saturnales*. Madrid: Gredos, 2016.

¹³ *Ibid.*

¹⁴ *Ibid.*