

Atensi, Koneksi-Diskoneksi, dan Hal-Hal yang Mempersulitnya

Haryo Tejo Bawono¹

Judul : *The Ethics of Attention: Engaging the Real with Iris Murdoch and Simone Weil*
Seri : Routledge Studies in Ethics and Moral Theory
Penulis : Silvia Caprioglio Panizza
Penerbit : Routledge, New York, NY
Tahun Terbit : 2022, 2023 (*ebook*)
ISBN : 9780367756932, 0367756935
Halaman : x, 179 halaman

Ada sebuah objek yang menjadikan novel dan film *The Lord of the Rings* sebuah dongeng yang bukan hanya menarik tetapi juga mendalam dan inspiratif: cincin. Tetapi sejujurnya, orang boleh bertanya apa ‘sesungguhnya’ yang menjadikan cincin tersebut begitu istimewa, begitu dicari dan diperebutkan banyak orang, bahkan menentukan nasib dunia. Bila jawabannya adalah karena cincin itu memberikan amplifikasi kekuatan si pemakainya, ini bukanlah sebuah keistimewaan karena dengan demikian cincin ini hanya memiliki efek untuk mereka yang memang sudah terlebih dahulu memiliki keistimewaan. Artinya, bagi kebanyakan makhluk lain, tentu saja selain makhluk gaib dalam novel dan film ini, cincin tersebut tidaklah terlalu istimewa. Inilah alasan mengapa para *Lords* dari kubu protagonis menugaskan seorang *hobbit* untuk melakukan misi utama, justru karena *hobbit* tidak memiliki ‘kekuatan’ apa pun. Ada yang mengatakan bahwa cincin ini memberikan semacam rasa tunduk pada si pencipta dan pemilik *the One Ring* atau *the Ruling Ring*. Yang menciptakan cincin ini adalah Sauron, *the Dark Lord*, untuk mengendalikan cincin-cincin yang lain. Tetapi Sauron adalah antagonis utama dalam dongeng dasyat karya J.R.R Tolkien ini. Artinya, ketimbang sebuah anugerah, berkat, atau keistimewaan, cincin ini lebih seperti sebuah kutukan, beban, atau musibah bagi mereka yang mengenakannya. Itu sebabnya bagi orang atau makhluk yang menggunakan cincin ini ada kecenderungan untuk memiliki sifat yang ‘koruptif’: serakah, egoistis, dan mementingkan diri sendiri.

1 Email: htbcross@gmail.com.

Dua jawaban atas pertanyaan di atas menunjukkan bahwa tidak ada kekuatan ‘objektif’ dari cincin ini. Semua tergantung dari sudut pandang dan sifat natural si penggunanya. Bila ada suatu kekuatan objektif dari cincin ini adalah kemampuannya untuk menjadikan si penggunanya ‘menghilang’, atau ‘tak-terlihat’. Tetapi pertanyaan selanjutnya adalah, mengapa *menghilang* atau *tak-terlihat* adalah sebuah kemampuan atau keistimewaan? Pada umumnya orang memahami apa yang disebut ‘kemampuan’ dan ‘keistimewaan’ sebagai sesuatu yang ‘lebih-’. ‘Lebih-kuat’ untuk membuat benda ratusan ton menjadi ringan; ‘lebih-cerdas’ untuk menciptakan teknologi baru yang mampu menciptakan ‘jubah’ dengan kemampuan fantastis; ‘lebih-kaya’ untuk membangun kerajaan bawah tanah dengan teknologi yang tidak dimiliki orang lain; ‘lebih-dewata’ karena menjadi keturunan langsung dewa-dewi di semesta lain, dan sebagainya. Istilah ‘*superhero*’ dengan tepat menggambarkan hal ini. Saat ini, tidak cukup hanya sekadar menjadi *hero*. Orang harus menjadi *super* bila ingin dilihat memiliki kemampuan atau keistimewaan. Namun di sinilah kekurangan fatal dari cerita-cerita atau film-film tentang *superhero*. Terlepas dari kenikmatan, keindahan, kecanggihan visual dan sinematik, cerita dan film *superhero* melepaskan orang dari realitas. ‘*Object matter*’ di dalam semesta *superhero* menjadi ‘*subject matter*’ yang tidak ada koneksinya bagi kebanyakan orang, meski latar belakang film dan cerita *superhero* ada di tempat dan tahun yang bersentuhan dengan para penontonnya.

Dalam *The Lord of the Rings*, satu-satunya kekuatan objektif yang ada adalah sebuah kekurangan: *tidak* terlihat. Di sinilah salah satu kekuatan utama kisah *The Lord of the Rings* yang membedakannya dari film-film fantasi semesta berlapis-lapis yang membanjiri sinema dunia sekarang ini. *Object matter* – yaitu, cincin – dalam *The Lord of the Rings* tidak menjadi *subject matter* justru karena itu adalah sebuah ‘kekurangan’. Ketika mengenakan cincin itu, Frodo, Bilbo, atau Gollum tidak lantas menjadi makhluk super yang bisa merelatifkan hukum-manusia dan hukum-alam. Mereka *banya* menjadi tidak terlihat. Maka, kendati film ini menggunakan komponen-komponen fantasi, orang masih merasakan keterkaitan antara hidup nyata dan imaji hidup yang ditawarkan oleh Tolkien. Karena melihat dan tidak (mau) melihat, hadir atau tidak (mau) hadir, adalah sebuah kekuatan, keistimewaan, atau kapasitas yang sungguh-sungguh dimiliki setiap orang. Orang bisa menjadikan orang lain atau sesuatu yang lain terlihat atau tidak

terlihat meskipun ada di depan matanya. Orang bisa menjadikan dirinya sendiri tidak terlihat atau tidak hadir dihadapan orang lain atau di dalam sebuah peristiwa tanpa secara aktual sungguh tidak terlihat/hadir.

Mark Horvath adalah pendiri dan penggagas “The Invisible Project” – sebuah program film dokumenter, fotografi, dan cerita tentang para tunawisma. Horvath mengawali proyeknya ini ketika ia menyaksikan sebuah peristiwa di Los Angeles. Suatu saat ada seorang anak kecil yang memberikan sesuatu kepada seorang tunawisma di pinggir jalan. Tunawisma itu lantas berkata: “What! You can see me? How can you see me? I’m invisible!” Sudah bertahun-tahun ia hidup di pinggir jalan itu, tetapi tidak ada seorang pun yang melihat dia, tidak ada seorangpun yang menyapanya, tidak ada seorangpun yang menganggapnya ada. Dia ada di sudut jalan itu tetapi tidak terlihat, kadang dia seperti terlihat tetapi tidak hadir. Setidaknya sampai anak kecil itu memberikan sesuatu kepada dia. Bila contoh ini terlalu jauh untuk dipahami sebagai ilustrasi dari kemampuan manusia untuk melihat/tidak-melihat, hadir/tidak-hadir, orang bisa melihat dalam kehidupan nyata sehari-hari. Bila orang pergi ke sebuah restoran atau tempat makan, amati berapa banyak yang sungguh-sungguh hadir dalam sebuah meja makan. Meski sebuah meja dipenuhi dengan satu keluarga atau sekelompok teman, perhatikan bahwa kebanyakan orang sibuk dengan gawai masing-masing, hidup dalam dunia yang berbeda satu sama lain. Perhatikan di ruang-ruang makan keluarga, betapa Televisi yang *smart* itu seringkali menjadi satu-satunya hal yang secara penuh dirasakan sebagai sesuatu yang hadir dan nyata. Atau sesekali perhatikan di ruang-ruang kelas, orang bisa melihat bahwa meski ruangan itu penuh, namun guru atau dosen bisa merasakan bahwa tidak ada satu orang pun yang hadir di ruangan itu (atau sebaliknya pun bisa terjadi).

Kapasitas untuk bisa menjadi terlihat/tidak-terlihat, menjadi hadir/tidak-hadir terletak pada kemampuan manusia yang disebut sebagai atensi (*attention*). Ini adalah kemampuan inheren manusia yang menjadikan manusia, manusia. Karena, sebagaimana nanti dijelaskan dalam buku yang akan diulas ini, atensi adalah sebuah tindakan moral, kapasitas yang menjadikan manusia sebagai makhluk moral. Sayangnya, kemampuan berharga manusia ini cenderung menjadi sesuatu yang tidak lagi disadari nilai pentingnya. Atensi menjadi sesuatu yang tidak lagi penuh dan panjang, tetapi sesuatu yang pendek, singkat, dan bertahan sebentar saja. Begitu

berharganya atensi, saat ini sebenarnya ia menjadi sebuah komoditas, sesuatu yang memiliki nilai jual, sesuatu yang diperdagangkan. Atensi adalah sebuah valuta (*currency*). Iklan, media sosial, televisi, dan banyak hal yang berhubungan dengan aspek kehidupan manusia-manusia kontemporer adalah tentang bagaimana merebut atensi orang. Dalam dunia akademis, persoalan ini bahkan menjadi satu bidang studi tersendiri dengan nama “ekonomi atensi”. Studi itu secara garis besar memberikan kritik terhadap bagaimana pasar telah menggunakan “struktur atensi kesadaran orang” untuk mengambil porsi terbesar dalam kapasitas memori manusia. Singkatnya, seraya bergerak ke arah nilai-jual, atensi makin dijauhkan dari nilai-moral.

Zygmunt Bauman lebih jauh meyakini bahwa masyarakat Abad ke-21 ini adalah masyarakat yang bergerak ke arah “kebutaan moral”, dalam arti masyarakat yang mulai kehilangan kemampuan untuk hadir dan menghargai partikularitas masing-masing individu. Bauman menunjukkan jarinya ke arah “meningkatnya penggunaan jenis-jenis teknologi tertentu” sebagai biang kerok “kebutaan moral” ini. Analisis Bauman tidaklah berlebihan, karena fakta di lapangan mengatakan hal yang serupa: sejalan dengan berkembangnya kecanggihan teknologi, orang justru makin mudah terdistraksi, umur atensi menjadi lebih pendek, dan akhirnya tidak lagi bisa membedakan antara dunia virtual dan dunia *sensikal* – sebuah dunia nyata yang tercipta dari kebersentuhan, komunikasi langsung, tatapan mata, dan sebagainya. Dalam dunia tempat teknologi menciptakan *hyper-connection*, orang-orang justru merasakan *disconnected* dengan realitas sesungguhnya.

Pada titik inilah, buku *The Ethics of Attention* karya Silvia Caprioglio Panizza menjadi sebuah buku yang layak mengambil atensi kognitif orang. Buku ini hendak menggeser atensi untuk pulang ke rumah filsafat (tepatnya, etika), bukan menjadi penghuni ruang ekonomi. Dengan melakukan itu, Panizza mengajak para pembacanya untuk kembali menjadi manusia yang berani membuang cincin Sauron ke kawah *Mount Doom*. Kali ini, tanpa keragu-raguan. Menjadi manusia dengan atensi penuh, yang *sungguh-sungguh* hadir, berarti menjadi – meminjam istilah dalam dunia religius – seorang mistikus dalam dunia sehari-hari.

Buku ini terdiri atas enam bab dan diakhiri dengan sebuah ‘coda’. Keenam bab yang dihadirkan dalam buku ini adalah sebuah logika yang sistematis, sehingga para pembaca serasa sedang diajak untuk menjelajahi

sebuah gunung kognisi secara perlahan dan pertapak: bagian satu akan membawa pada bagian yang lain, bagian berikutnya tidak mungkin ada tanpa bagian yang lain. Singkatnya, orang tidak bisa tidak untuk membaca semua bab dalam buku *The Ethics of Attention* secara berurutan. Bab I, “What is Ethical about Attention?” adalah bab yang hendak menjawab pertanyaan tentang apa hubungan antara etika dan atensi dan mengapa atensi adalah sesuatu yang etis. Panizza menegaskan bahwa atensi memiliki peran yang krusial dalam moralitas karena atensi menghubungkan orang pada realitas dan yang lain. Gagasan ini didasari oleh pemikiran dari Irish Murdoch dan Simone Weil yang mana keduanya memberikan penekanan pada signifikansi moral dari atensi dan melihat atensi sebagai sebuah jalan untuk terlibat dengan dunia dan mengenali ‘kebaikan’ (*the Good*). Melalui atensi orang diajak untuk menyadari nilai sesungguhnya dari sebuah objek dan menggeser fokus perhatian pada sesuatu yang sungguh-sungguh nyata dan penting. Ini mengapa atensi bisa memengaruhi tindakan, persepsi, dan pertumbuhan moral orang. Objek-objek atensi, seperti ‘yang baik’, ‘yang indah’, dan ‘realitas’, sesungguhnya membentuk dan memandu keputusan-keputusan etis orang.

Untuk sampai pada titik ini, Panizza mengurai pemikiran Weil dan Murdoch. Weil melihat bahwa atensi adalah sebuah tuntutan religius dan moral yang menarik orang untuk mendekat pada Tuhan dan karenanya mengenali dan mencintai dunia dan yang lain. Metafisika religius Weil ini merupakan sebuah hasil pembacaan Weil dari Kisah Penciptaan dan konsep soal ‘imago dei’ dalam kristianitas: tindakan Tuhan untuk menciptakan adalah sebuah penciptaan melalui atensi. Bagi Weil, atensi adalah sebuah tindakan yang melibatkan sejenis penyerahan-diri (*self-renunciation*) untuk masuk dan terlibat pada tindakan penciptaan melalui atensi dari Tuhan tersebut. Inilah yang meyakinkan Weil bahwa atensi bisa dilihat sebagai sebuah jalan bagi individu untuk masuk dan terlibat dengan dunia, dan yang membawa tuntutan untuk melakukan apa yang Weil sebut sebagai ‘*décréation*’, yaitu tindakan untuk “menunda Sang Diri” (*‘undo’ the self* atau *‘unmaking’ the self*). Sedangkan Murdoch melihat peran penting atensi dengan menekankan perannya dalam melihat (*perceiving*) realitas dan mengenali kebaikan (*the good*). Dengan berfokus pada atensi terhadap individu sebagai sebuah “objek yang layak”, Murdoch hendak menggarisbawahi pentingnya mengenali nilai pada orang lain. Karya-karya

Murdoch juga mendiskusikan relasi antara atensi dan keindahan. Di dalam karya-karyanya, Murdoch memperhatikan bahwa keindahan menuntut atensi dan serentak menganugerahi atensi dengan sesuatu yang di luar dan yang melampaui ego. Ini artinya, atensi senantiasa melibatkan apa yang disebutnya sebagai ‘unselfing’, ketika individu melintasi batas-batas hasrat dan egonya sendiri supaya bisa melihat realitas dengan lebih jernih.

Untuk membahasakan secara nyata apa yang dikatakan Weil dan Murdoch, kedua filsuf ini intinya hendak menekankan betapa penting untuk memberikan perhatian pada individu sebagai praktik moral dan etis. Secara nyata hal ini bisa dilihat dari ketika orang memberikan perhatian dan kepedulian yang sungguh, hal itu bisa memiliki efek yang mendalam dalam sebuah relasi. Dengan mendengarkan secara aktif, memberikan empati, dan sungguh terlibat dalam apa yang menjadi perhatian orang lain, atensi bisa menumbuhkan kesalingpengertian, empati dan koneksi. Singkatnya, atensi bisa membawa pada menguatnya sebuah relasi, tumbuhnya komunikasi yang sehat, dan menciptakan sejenis validasi karena rasa respek. Dan sebaliknya, kurangnya atensi atau ketidakhadiran secara penuh dan sungguh, bisa menimbulkan kesalahpahaman, perasaan diabaikan, dan rasa terdiskoneksi.

Penjelasan di atas bisa memberikan gambaran mengapa atensi adalah sesuatu yang sangat berharga, bahkan sebelum ia dilihat sebagai sesuatu yang moral dan etis. Atensi adalah semacam kapasitas kognitif yang terbatas, atau sebuah sumber daya kognitif yang harus dilokasikan dengan tepat pada hal-hal yang sungguh-sungguh penting (atau dalam konteks Weil dan Murdoch, *the real*). Atensi bisa dibayangkan sebagai sebuah ‘mekanisme’ kesadaran yang bisa menyingkapkan aspek atau sisi kehidupan yang lain, yang lebih dalam: dengan membawa berbagai aspek masuk ke dalam fokus, membuat hal-hal yang sebelumnya tidak diperhatikan atau tersembunyi menjadi tersingkap, terlihat, teraba. Untuk sampai di sini, orang perlu melakukan apa yang disebut dengan “undo the self” (Weil) atau “unselfing” (Murdoch): menggeser fokus keluar dari diri sendiri dan diarahkan menuju sebuah objek yang melampaui diri sendiri, yaitu *the real*. Atensi bukan sesuatu yang datang begitu saja, dimiliki karena diberikan, tetapi sesuatu yang membutuhkan usaha, fokus, dan komitmen. Konsekuensi yang dihasilkan darinya adalah ia memberikan pengaruh pada relasi dan interaksi dengan dunia dan diri sendiri. Dengan bahasa

lain, atensi bukan hanya menentukan ‘bagaimana’ orang melihat, tetapi juga ‘apa’ yang mereka lihat. Ia bisa memotivasi sebuah aksi tertentu, dan menghantar orang pada sebuah pengambilan keputusan yang nyata. Dalam arti itulah atensi dipahami sebagai sesuatu yang moral dan etis.

Dalam Bab II, “Attention Without Self-Concern”, Panizza mengajak para pembacanya untuk berfokus pada persoalan tentang apa yang sesungguhnya terjadi pada diri ketika orang sedang sungguh-sungguh fokus. Bila orang secara intensif fokus pada sesuatu, orang bisa tersesat di dalam dirinya sendiri. Ini dimungkinkan untuk terjadi karena atensi melibatkan pemahaman tentang peran diri dalam persepsi dan moralitas. “If the self is to be preserved, as part of experience and as a unity of a particular kind...” tulis Murdoch untuk menjelaskan apa yang terjadi pada diri ketika sedang melakukan intensi yang penuh. Secara sederhana, dalam setiap tindakan atensi selalu ada aspek ‘self-concern’, dan aspek ini bisa memengaruhi kemampuan orang untuk melihat realitas secara akurat. Artinya, Murdoch sendiri menyadari bahwa dalam proses mendapatkan sebuah persepsi yang lebih jernih dan terang, akan ada tegangan antara apa yang ia sebut sebagai “diri substansial” (*the substantial self*) dan kebutuhan untuk memperhatikan dengan lebih hati-hati akan kehadiran “self-concern”. *Self-concern* bisa mengeruhkan kenyataan dan membawa si subjek pada fantasi dan kegagalan moral. Apa yang ia sebut sebagai ‘unselfing’ dalam bab sebelumnya adalah sebetulnya pengarahannya ulang kesadaran untuk sejauh mungkin mengambil jarak dari *self-absorption*. Singkatnya, bagi Murdoch, atensi menuntut di dalamnya kemampuan untuk menaklukkan keterpusatan-diri (*self-centeredness*) agar bisa melihat realitas dengan lebih jernih. Ini yang nanti disebut sebagai sebuah “Pandangan Jinak” (*the Tame View*).

Bagaimana persisnya *self-concern* dalam sebuah tindakan atensi bisa memiliki dampak pada kemampuan orang untuk melihat realitas secara akurat, atau mencegah si subjek bersentuhan dengan *the real*? Pembacaan Panizza terhadap Murdoch dan Weil menjelaskan bahwa *self-concern* akan selalu berusaha untuk mengarahkan kesadaran orang untuk kembali pada diri sendiri ketimbang berfokus pada objek atau situasi di luar si subjek. Saat *self-concern* ini mendominasi atensi orang, subjek akan dibawa masuk ke dalam persepsi yang terdistorsi oleh hasrat, ketakutan, dan bias subjektif yang tentu saja akan mewarnai interpretasi orang terhadap realitas. Dalam

bentuk nyatanya, *self-concern* ini hadir dalam kurangnya empati, lebih berfokus pada gratifikasi personal, dan tendensi untuk menginterpretasikan peristiwa berdasarkan bagaimana peristiwa itu memiliki efek pada si subjek. Secara esensial bisa dikatakan bahwa fokus yang ‘inward-directed’ ini bisa membatasi dan menghalangi kapasitas orang untuk melihat dan menerima sesuatu sebagai sesuatu itu sesungguhnya, atau untuk terlibat secara lebih bermakna dan autentik dengan dunia sekitar, karena persepsi orang sudah menjadi buram karena dipengaruhi oleh berbagai prakonsepsi dan respons emosional. Dalam bentuknya yang lebih ekstrem dan intens, *self-concern* ini akan menggelembung menjadi *self-centered* ketika subjek dan perspektifnya menjadi pusat dari segala sesuatu.

Atensi di sini dilihat sebagai sebuah tuntutan konstans yang tidak pernah selesai. Karena kecenderungan *self-concern* di atas senantiasa mencoba menghalangi apa yang disebut “diri-substansial” untuk muncul ke permukaan. Diri-substansial ini adalah sebuah istilah yang menggambarkan sebuah inti fundamental dan kekal yang ada dalam setiap orang. Inti ini adalah sesuatu yang esensial bagi pemahaman perkembangan moral setiap individu. Singkatnya, ia adalah sebuah agensi moral, yang menyediakan semacam rasa identitas seseorang, dan memandu prinsip-prinsip personal untuk tabiat etis orang tersebut. Dalam bahasa yang lebih umum, diri-substansial ini adalah apa yang sering diasosiasikan dengan kualitas-kualitas personal seperti integritas, karakter, dan kesadaran-diri. Murdoch percaya bahwa diri-substansial ini penting bagi setiap individu untuk memahami apa artinya menjadi baik dan untuk memperjuangkan perkembangan moral individu yang bersangkutan. Konsep tentang diri-substansial ini mengandaikan adanya sebuah aspek intrinsik dan stabil di dalam diri setiap orang yang tetap konsisten dan bisa dipercaya di tengah-tengah perubahan situasi lingkungan eksternal. Dengan mengenali dan merawat diri-substansial ini, setiap individu bisa mengembangkan pemahaman yang lebih baik lagi akan nilai, motivasi, dan tanggungjawabnya. Dengan demikian, diri-substansial bisa menuntun pada jalan atau cara yang lebih bermakna dan bijak dalam keterlibatan dengan dunia.

Menurut para filsuf ini, adalah penting untuk terciptanya rekonsiliasi antara diri-substansial dan kecenderungan *self-concern* sehingga bisa mengarahkan tendensi negatif dari dalam diri yang bisa menghalangi perkembangan moral orang. Rekonsiliasi di sini tidak diartikan sebagai

penolakan, pembuangan, atau pengabaian secara total *the self* (dalam arti subjektivitas dan rasa diri), tetapi lebih seperti sebuah pengarah ulang dari fokus agar menjauh dari *self-concern*. Inilah yang disebut di atas sebagai “tame view” (TV), sebuah istilah yang menekankan pentingnya untuk mengendalikan dan mengarahkan hasrat dan emosi yang bisa mendistorsi persepsi dan menghambat pertumbuhan moral. Sebagai lawan dari TV adalah ‘neurosis view’, yaitu sebuah kegagalan untuk mencapai situasi TV, ketika pikiran orang dikarakterisasi pola pikir yang repetitif dan memenjara. Murdoch secara khusus menggunakan istilah ini untuk menjelaskan kondisi pikiran orang yang terperangkap pada cara berpikir yang mekanis dan habitual, serta memiliki kekurangan dalam kejelasan, keberwawasan, dan kesadaran moral. Fiksasi dan rigiditas mental macam demikian mencegah orang untuk terlibat secara utuh dan penuh dengan dunia nyata. Hal ini terejawantahkan dalam gejala psikologis macam kecemasan, *insecure*, atau egoistis.

Untuk memperjelas seluruh Bab Kedua ini, Panizza menampilkan ilustrasi tentang Emma Bovary, karakter utama dalam novel *Madame Bovary* karya Gustave Glaubert. Emma hidup dalam mimpi dan fantasi yang dibentuk oleh hasratnya untuk kehidupan yang romantis. Mimpi dan fantasinya ini membawa Emma pada persepsi yang kurang jernih atas realitas dan kemampuan untuk membuat keputusan-keputusan yang akan berujung pada tragedi. Emma gagal untuk menemukan kebahagiaan di luar hidup perkawinannya, dalam petualangan-petualangan asmaranya di luar perkawinan resmi. Hal ini diperparah dengan akumulasi utang yang tercipta dari mimpi dan fantasinya. Semua itu menuntun Emma pada desperasi dan despondensi diri. Ilusi yang melekat padanya, ditemani dengan fantasi romantis tidak disadari membawa karakter ini pada tingkat putus asa yang mendalam. Novel ini bercerita bahwa titik klimaks dari semua itu adalah saat Emma menenggak racun arsenik. Kematiaan Emma ini adalah sebuah titik kulminasi dari ide pencarian dan pengejaran kebahagiaan yang sia-sia dan ketidakmampuan untuk merekonsiliasikan visi idealnya tentang hidup dengan kenyataan eksistensial. Singkatnya, ekspektasi yang tidak realistis, hasrat yang tidak (bisa) dipenuhi, dan keterputusan dengan realitas adalah apa yang membuat Emma melihat racun arsenik sebagai solusi.

Panizza lantas mengeksplorasi lebih dalam lagi relasi antara *the self* dan atensi di atas dalam Bab Ketiga, “Attention without Self”. Sejauh

ini, Panizza telah merumuskan apa yang ia sebut sebagai ‘atensionalisme’ (*attentionalism*), yaitu bagaimana atensi memainkan peran kunci dalam membentuk persepsi dan pengalaman orang atas realitas dan atas diri mereka sendiri. Atensi memiliki prioritas eksplanatoris saat memahami diri. Dengan kata lain, atensionalisme adalah sebuah konsep yang menekankan bahwa atensi adalah kunci untuk memahami diri, dan bukan sebaliknya. Atensionalisme Panizza ini membawa dua konsepsi yang berbeda tentang diri yang memengaruhi pengalaman atensi setiap orang. Pertama adalah yang disebut dalam Bab Kedua sebagai “Tame View” (TV). Dan dalam Bab Ketiga ini, Panizza memperkenalkan bentuk yang kedua, yang disebut sebagai “Radical View” (RV).

Sebagaimana dijelaskan dalam bab sebelumnya, TV mengandaikan diri yang substansial yang diperlawankan dengan ego sebagai ‘musuh’ utamanya. Dalam bentuk yang seperti ini, atensi bisa koeksis bersama dengan diri-substansial, tempat diri masih bisa mempertahankan identitas personalnya, juga latar belakang pikiran dan tindakannya. Namun, ada sebuah titik longgar dari perspektif ini, yaitu TV bisa membawa orang pada atensi yang kurang utuh dan masih bisa menceburkan orang tenggelam dalam fokus-diri. Oleh karena itu, Panizza memperkenalkan bentuk atensi yang lain, yaitu RV. RV menawarkan perspektif yang lebih radikal, ketika diri sungguh-sungguh menghilang dalam atensi. Berbeda dengan TV yang sekadar *mengendalikan* aspek personalitas yang egosentris, dalam RV aspek ini sungguh-sungguh diusahakan untuk *menghilang*, karena subjektivitas orang begitu melebur dalam atensi, menuju kebersatuan (*a unity*) dengan sebuah objek. Ini berarti bahwa diri tidak lagi dilihat sebagai sebuah substansi, melainkan sebuah ‘kekosongan’, sebuah kesadaran bahwa *the self* bukanlah sesuatu yang sungguh-sungguh ‘nyata’.

Bila TV adalah sebuah ringkasan dari seluruh filsafat Irish Murdoch, RV adalah kesimpulan dari gagasan filosofis Simone Weil dan memiliki kemiripan dengan Budhisme. Bagi Weil, konsep atensi dan *décréation* mengarah pada pemindahan total diri agar bisa bersentuhan dengan realitas. Weil berfokus pada keterlepasan (*detachment*) dan penghapusan hasrat dalam diri manusia agar diri yang sudah kosong ini, *the selfless*, bisa memiliki koneksi (cinta) yang lebih dalam dengan realitas, dan tentu saja dengan yang ilahi (*the real*). Pandangan Weil ini paralel dengan konsep *anatta* (‘no-self’) pada ajaran Zen Buddhisme. Konsep *anatta* memberikan

penekanan pada pentingnya non-dualitas dalam persepsi. Melalui praktik meditasi dan *mindfulness*, Zen Buddhisme menyediakan sebuah metode praktis untuk merawat dan melatih atensi, mengurangi *self-centeredness*, dan pada akhirnya mendorong juga pertumbuhan moral melalui kesadaran diri dan sikap lepas bebas.

Untuk mengilustrasikan perbedaan antara TV dan RV di atas, Panizza menggunakan contoh bagaimana TV dan RV sedang memberikan atensi terhadap sesuatu. Ketika seseorang memberikan perhatian terhadap sesuatu, misalnya 'pohon', TV akan melihatnya sebagai objek yang terpisah dengan subjek yang mengamati. TV akan tetap mempertahankan keterpisahan ini dan karenanya tetap membawa di dalamnya 'kepercayaan' atau asumsi-asumsi tak-reflektif dari si subjek. Hasilnya adalah pandangan yang bervariasi terhadap pohon tersebut: bisa sebuah pandangan yang personal belaka (sesuatu yang memiliki koneksi emosional-personal), bisa sebuah pandangan yang idiosinkratis (melihat pohon sebagai sesuatu yang eksotik), atau sebuah pandangan yang kreatif (pohon sebagai sebuah metafor, simbol, atau ekspresi artistik). Dalam kesemua kasusnya tersebut, TV tetap mempertahankan jarak antar objek (diri yang mengamati adalah objek yang satu, dan pohon yang diamati adalah objek yang lain). Sedangkan dalam RV, diri tidak dihadirkan sebagai sebuah objek. Ini terjadi ketika si individu dalam memberikan atensi terhadap suatu objek, dalam prosesnya akan secara tidak eksplisit melihatnya sebagai sebuah entitas yang berbeda. Dalam ilustrasi 'pohon' di atas, RV menjadikan atensi sebagai sebuah cara untuk bersentuhan dengan Tuhan, Sang Pencipta (tradisi monoteisme), atau sebagai bagian dari jejaringan hidup yang satu dan sama (dari tradisi Zen Buddhisme). Singkatnya, melalui ilustrasi di atas, dalam RV fokus utama ada dalam objek atensi ('pohon') ketimbang diri sebagai entitas yang berbeda. Dalam atensi yang mendalam tersebut, diri tidak lagi disadari sebagai sebuah objek dalam sebuah pengalaman, dan dengan demikian tercipta keterlibatan yang lebih langsung dan 'tak-bersyarat' (*unfiltered*) dengan dunia eksternal.

Meski tidak ada di dalam buku ini, kisah Frodo dalam *The Lord of the Rings* bisa digunakan untuk menggambarkan perbedaan antara TV dan RV ini. Misi Frodo untuk memusnahkan Cincin Sauron bisa dilihat sebagai sebuah RV. Dalam perjalanan misi itu, Frodo mengalami transformasi ketika ia harus melepaskan hasrat-hasrat dan ego personal demi tercapainya

petualangan misioner ini. Beban dari cincin sering kali memaksa Frodo untuk berhadapan dengan ilusi-ilusi diri dan kekuatan destruktif dari keterlekatan akan sesuatu. Proses perjalanan ini pada akhirnya membawa Frodo – selain ke *Mount Doom* – pada pemahaman yang lebih dalam akan makna sakrifisial dan *selflessness*. Frodo dan misi, tugas, tanggung jawab, dan lain sebagainya adalah satu hal yang sama. Di sisi lain, orang juga bisa melihat bahwa perjalanan ini juga memiliki aspek TV. Meski menghadapi banyak godaan dan tantangan, Frodo tetap bisa menjaga identitas personal dan integritas moralnya. Kesetiaan pada kawan, komitmen pada tugas, dan ketidakmudahnya menyerahkannya dihadapan bencana yang ada di depan mata menunjukkan arti penting dari nilai, pengalaman, dan identitas personal dalam membentuk karakternya.

Bab berikutnya berbicara tentang “Self Knowledge”, ketika penulis mencoba untuk menjelaskan kaitan antara atensi, pengetahuan-diri, dan *self-concern*. Atensi bisa menghantar orang pada sebuah ‘pengetahuan’ akan diri. Ini adalah apa yang umumnya disebut sebagai ‘introspeksi’, sebuah proses yang mana orang diarahkan ke dalam diri sendiri untuk sampai pada suatu ‘pengetahuan’ akan dirinya sendiri. Persoalannya adalah, introspeksi memiliki keterbatasan. Dan keterbatasan ini datang justru dari sifat alamiah kesadaran (*consciousness*) manusia itu sendiri. Kesadaran membuat pengetahuan-diri ini menjadi tidak mungkin karena secara alamiah ia berorientasi ke objek-objek eksternal dan cenderung untuk terlibat dengan dunia di luar sana. Sifat “menuju ke luar” dari kesadaran ini sering membuat kesadaran digambarkan sebagai ‘truth-seeking’ dan ‘truth-revealing’ yang ada di luar kesadaran. Ini mendatangkan tantangan sendiri bagi atensi untuk menarik kesadaran “menuju ke dalam” dalam proses yang disebut di atas sebagai introspeksi. Yang lantas didapatkan dalam sebuah introspeksi adalah pengetahuan-diri yang sebenarnya tidak akurat. Limit akurasi dalam introspeksi bisa diukur dengan beberapa hal: pertama, adanya distorsi di wilayah batin, karena ketimbang menyediakan pandangan yang jelas dan objektif, introspeksi sering *mengubah* atau *memodifikasi* pengalaman batin orang. Kedua, modifikasi tersebut menjadikan introspeksi kurang objektif karena individu sangat mungkin untuk keliru ketika melihat ulang masa lalu dan pengalaman-pengalamannya, khususnya bila ia membandingkannya dengan peristiwa-peristiwa yang baru saja terjadi. Dari kedua hal ini bisa disimpulkan bahwa sesungguhnya atensi dan introspeksi adalah dua

hal yang tidak kompatibel, kendati keduanya sering disejajarkan karena menggunakan alat metodologis yang sama, yaitu kesadaran.

Karena jalan menuju pengetahuan-diri melalui introspeksi adalah sebuah jalan yang “tidak aman”, Panizza lantas memperkenalkan konsep “pengetahuan-diri yang transparan” (*transparent self-knowledge - TSK*), yaitu sebuah keharusan melihat keluar untuk memperoleh wawasan akan situasi batin orang. Dalam konsepnya ini, Panizza mendiskusikan tentang peran persepsi, keterlibatan dengan yang lain, dan pergerakan tak-henti antara atensi dan kesadaran-diri. Berbeda dengan introspeksi, TSK adalah sebuah mekanisme yang ‘non-inferensial’ dan ‘privilese’. Non-inferensial karena TSK tidak mengandalkan penalaran atau deduksi logis untuk sampai pada dunia batin seseorang. Ketimbang melakukan deduksi atau inferensi pikiran dan perasaan berdasarkan bukti dan observasi eksternal, TSK memberikan tempat bagi orang untuk secara langsung mengakses dan memahami pengalaman batin tanpa perlu inferensi logis. TSK adalah sebuah privilese dalam arti setiap individu memiliki akses yang unik dan langsung pada wilayah batinnya yang tidak terakses bagi orang lain. Akses privilese ini memungkinkan orang untuk mendapatkan perspektif orang-pertama untuk pikiran, perasaan, dan pengalaman mereka yang eksklusif hanya untuk kesadaran mereka sendiri.

Tanpa mendasarkan diri pada privasi logis dan metafisika dunia batin orang, TSK tidak memisahkan apa yang ada di dalam dan apa yang ada di luar. Yang terjadi di situ adalah sebuah pergeseran perspektif yang memampukan orang untuk menguji hidup batin mereka tanpa digelisahkan dengan pengidentifikasian peristiwa dan objek batin yang spesifik. Dengan demikian, TSK menghadirkan pemahaman yang lebih holistik akan kedirian orang tanpa kebutuhan untuk analisis introspektif. Dalam buku ini Panizza menampilkan beberapa metode untuk memperjelas apa yang ia maksud dengan TSK. Pertama, mengetahui diri sendiri dari luar dalam arti menjadi sadar akan tabiat, sejarah, latar sosial, dan interaksi untuk memperoleh wawasan akan apa yang bisa memengaruhi persepsi dan atensi orang. Kedua, dengan melihat diri sendiri melalui mata orang lain, yaitu dengan mempertimbangkan bagaimana orang lain melihat diri dan kebiasaan seseorang, yang dengan demikian orang itu bisa mendapatkan wawasan yang berharga atas tendensi dan kelemahan yang bisa jadi tidak disadari. Meski bukan yang utama, cara ini bisa membantu orang untuk

memahami dirinya sendiri dengan lebih baik. Ketiga, pengujian persepsi publik dengan cara membanding-bandingkan persepsi diri sendiri dengan orang lain untuk menguji akurasi persepsi yang dimiliki seseorang. Di sini orang juga bisa mengidentifikasi potensi adanya bias dan distorsi dalam pemahamannya.

Dalam Bab Kelima, “Moral Perception”, Panizza secara khusus mulai berbicara soal moralitas. Dalam bab-bab sebelumnya telah dijelaskan bagaimana hubungan antara atensi dengan persepsi, yaitu atensi mampu membuka, mengarahkan, dan serentak menggeser persepsi orang akan realitas yang dilihatnya menuju realitas yang lebih dalam, lebih benar, dan lebih penting, atau *the Real of the reality*. Salah satu aspek dari realitas yang terlihat dari atensi adalah kualitas moral. Dan kualitas moral itu diperoleh melalui persepsi moral yang terkandung dalam tindakan atensi. Di sini atensi dilihat sebagai sebuah proses kreatif yang membentuk orang untuk *melibat ulang* dan *memberikan tanggapan* – atau singkatnya, *menciptakan* – dalam perspektif, pemahaman, dan koneksi empatik yang baru dengan sesuatu yang ada di luar dirinya sendiri. Dengan bahasa lain, apa yang disebut persepsi moral oleh Panizza di sini adalah rekognisi atas kenyataan moral melalui atensi, yang bisa melahirkan tindakan yang ditujukan untuk mengurangi penderitaan dan atau menanggapi isu-isu moral.

Lewat persepsi moral yang ditampilkan melalui sebuah tindakan atentif, orang akan dengan mudah menangkap tanda-tanda penderitaan yang dirasakan atau dialami oleh pihak lain (dalam kasus ini Panizza menyebutkan penderitaan yang dialami oleh hewan). Atensi yang menghadirkan persepsi moral juga bisa memungkinkan orang untuk berempati dan menakar nilai dalam pihak di luar dirinya sendiri. Dan karena persepsi moral ini langsung menyentuh pada kesadaran diri orang yang bersangkutan, ia bisa juga menggerakkan orang untuk melakukan tindakan-tindakan moral, menciptakan koneksi-koneksi yang lebih mendalam.

Bab terakhir buku ini menjelaskan secara khusus tentang “Motivation and Action” dalam kaitannya dengan atensi. Atensi adalah sebuah tindakan aktif dan terhubung secara langsung dengan aksi. Atau dengan bahasa lain, persepsi yang atentif menyingkapkan realitas dan memotivasi aksi. Empati yang dihasilkan darinya menuntun pada tindakan-tindakan yang tepat dan dibutuhkan. Dalam bab ini, Panizza menampilkan dua pokok kunci untuk memahami keterkaitan antara atensi, motivasi dan aksi. *Pertama* adalah

apa yang disebutnya ‘keterjangkauan’ (*affordance*). Keterjangkauan adalah pintu-pintu kesempatan yang menjadi terbuka atau tawaran-tawaran baru yang diberikan oleh lingkungan ketika orang melakukan sebuah tindakan atentif. Secara sederhana, ‘keterjangkauan’ ini adalah apa yang sering kali dirumuskan dalam pertanyaan, “apa yang bisa saya lakukan?”. Bedanya adalah, dalam ‘keterjangkauan’, jawaban atas pertanyaan itu tidak lahir dari dalam diri sendiri, tetapi ditawarkan secara spontan oleh peristiwa atau objek di luar diri. Bisa dikatakan bahwa ‘keterjangkauan’ yang dimaksud di sini adalah semacam jembatan antara persepsi dan tindakan nyata.

Pokok penting *kedua* yang ingin disampaikan dalam bab ini adalah ajakan dari Weil untuk “setia pada realita” (*obedience to reality*). Apa yang dimaksud dengan realitas di sini tentu saja realitas yang diperoleh dari persepsi atentif. Terhadap realitas itu, *the Real*, orang diajak untuk setia. Weil mengajak orang untuk peka pada kebenaran dari situasi yang ada tanpa menyelundupkan hasrat dan prakonsepsi pribadi di dalamnya. Melalui kepekaan inilah setiap individu dimampukan untuk mengenali imperatif moral dan tuntutan-tuntutan etis yang dihadirkan melalui situasi yang ada. Secara esensial, kesetiaan terhadap realitas akan memengaruhi tindakan lewat atensi yang diberikan. Dari situ orang akan merasakan koneksi dan responsivitas yang lebih dalam dan baik lagi pada dunia di sekitar. Orang diajak untuk bertindak dalam kesesuaian dengan kebenaran dan tuntutan yang sesungguhnya dari situasi yang ada.