Komentar Terhadap Teks
“Kita Semua Sangat Cemas”

Subliminal Cult

Teks ‘Kita Semua Sangat Cemas’ yang dirilis tahun 2014 oleh Institute Precarious Consciousness ini secara umum cukup berguna untuk mengarahkan perspektif kita bahwa kapitalisme tidak hanya memberlakukan kontrol melalui pengaturan barang dan jasa, tetapi juga melalui pengaturan cara berpikir dan berperilaku kita. Namun, teks ini tidak bisa dijadikan satu-satunya sumber untuk mempertajam perspektif kita dalam melihat kapitalisme terkait dampak terhadap cara berpikir dan perilaku kita, dan dengan demikian juga pada cara untuk melemahkan dan menghancurkan afek tersebut. Ada beberapa catatan yang berangkat dari ketidakpuasan pribadi yang saya gunakan untuk melihat teks ini secara kritis, dan juga mungkin bisa berguna bagi kalian:

1. Teks ini diawali dengan disclaimer di mana penulis menganggap pembahasan mereka mungkin tidak sepenuhnya relevan dengan kondisi di belahan Bumi Selatan (seperti di Afrika, Amerika Latin, Asia Selatan, dan beberapa bagian di Oceania). Ini adalah pendapat yang keliru — sebuah penyataan penafian yang tidak perlu. Mengingat bahwa, apapun coraknya, kapitalisme bukan perkara ekonomi semata tetapi juga pengaturan cara berpikir dan berperilaku masyarakat dengan eksploitasi dan penipuan sebagai panglimanya. Dan mengingat kapitalisme adalah sesuatu yang bersifat global, maka mengatakan bahwa dampak eksploitasi di negara maju dan negara berkembang itu (mungkin) berbeda sesungguhnya adalah kekeliruan yang memperlihatkan bagaimana penulis sendiri terperangkap dalam efek kapitalisme afektif dengan melihat dampak kapitalisme secara terpisah-pisah. Di mana-mana, eksploitasi dan ketidakpastian hidup adalah dua mata koin yang sama. Eksploitasi mendatangkan ketidakpastian hidup, dan ketidakpastian hidup mendatangkan kecemasan, tidak peduli apapun corak eksploitasinya. Singkat kata, apa yang menjadi masalah di negara maju tentu saja dialami pula oleh orang-orang di negara berkembang sebagai sesama korban

kapitalisme afektif yang dominan. Apakah penulis mengira bahwa negara-negara di belahan Bumi Selatan yang menjadi 'tempat sampah' bagi produk-produk yang tidak terjual di negara-negara maju tidak merasakan kecemasan?

2. Kalimat berikut dari bagian 4 paragraf 6: "Sebagian besar populasi — lebih dari 10% di Inggris — mengonsumsi antidepresan" terasa mengambang. Penulis tidak memberi penjelasan lebih lanjut mengenai kaitan kecemasan dan antidepresan. Mungkin maksud penulis ingin menjadikan angka pengguna antidepresan untuk memvalidasi bahwa kecemasan bersifat umum. Tetapi tidak semua orang menggunakan antidepresan atas alasan kecemasan, atau bahkan jika mereka menggunakannya atas alasan kecemasan, itu tidak berarti obat itu akan melemahkan kemauan seseorang untuk memberontak. Saya sendiri tidak menggunakan obat antidepresan, tetapi beberapa teman di lingkungan saya menggunakannya sebagai stimulus rekreasi dan sama sekali tidak merampas kemampuan mereka untuk berkehendak. Apakah 'sebagian besar populasi' yang penulis maksud di sana benar-benar menggunakan antidepresan untuk mengobati kecemasan?

3. Sebagian besar dalam teks ini pada dasarnya mengekspos inkonsistensi dan kebuntuan penulis terkait proyek mengatasi kecemasan. Pada akhir bagian 2 di ujung paragraf, ketika penulis mengatakan "Inilah sebabnya perlawanan militan saat ini sering kali terjebak dalam kebuntuan.", sebetulnya memberi saya sedikit harapan ada tawaran alternatif yang dapat melampaui kebuntuan perlawanan militan saat ini, namun begitu membaca hingga akhir, saya menyadari bahwa teks ini sama buntunya dengan apa yang mereka kritik. Pasalnya, dalam bagian 7 paragraf awal, penulis mengatakan bahwa "Kita perlu memulai proses semacam itu [membangun serangkaian pengetahuan dan teori baru] di seluruh lapisan masyarakat yang terpinggirkan dan tertindas — tetapi tidak ada

alasan bagi kita untuk tidak memulainya dari diri kita sendiri." Tetapi penulis tidak menjelaskan bagaimana memulai dari diri sendiri? Sementara solusi yang ditawarkan mengisyaratkan individu membutuhkan orang lain melalu 'diskusi pengalaman' bersama orang lain. Bagaimana jika individu tidak menemukan orang lain? Bagaimana jika semua orang di sekitar individu cemas sama berengseknya dengan sistem yang mengakibatkan kecemasan? Apakah satu-satunya solusi adalah 'bercerita dan mendiskusikan pengalaman'? Apa pentingnya teori bagi individu jika tidak berdasarkan pada kebenaran kehidupan sehari-harinya sendiri?

4. Banyak orang mengalami kecemasan, saya tidak menafikan fakta itu. Tetapi ketika solusi yang dibayangkan adalah solusi yang hanya bersifat sosial atau kolektif, itu tidak akan merubah apapun terutama bagi individu yang dikelilingi oleh lingkungan sosial yang berengsek, karena mereka harus mencari orang yang 'tepat' untuk berbagi pengalaman dan akhirnya memikirkan masalah sosial yang hanya akan mengalihkan perhatian individu untuk memikirkan masalah personalnya. Memang, menemukan orang lain yang memiliki masalah yang sama, seringkali merupakan awal dari solusi. Tetapi ini bukan satu-satunya solusi, bahkan dalam banyak kasus berpotensi membuat individu menjadi bergantung pada kehadiran orang lain dan menjadikan individu sebagai pengamat pasif atas masalah mereka sendiri. Tentu saja, beberapa masalah yang tidak dapat diselesaikan oleh individu yang terisolasi dapat diselesaikan secara kolektif. Tetapi perhatian saya di sini merujuk pada kenyataan bahwa banyak kolektif juga dihuni oleh individu-individu yang sama depresinya dan bingung dengan perasaan yang mereka alami. Terlebih seringkali, individu lain sulit sekali menahan godaan untuk menasehati 'kamu harus begini dan begitu' yang pada kenyataannya nasehat itu belum tentu juga dilakukan oleh individu sang penasehat revolusioner tadi. Jika individu dapat

mengidentifikasi sendiri penyebab kecemasan mereka, mengapa mereka harus bergantung pada kehadiran orang lain? Yang kita butuhkan adalah tekad dan kemauan, bukan rantai ketergantungan.

5. Penulis teks ini tampaknya terlalu fokus untuk menganalisis sistem dan luput mempertimbangkan efek lain dari kapitalisme afektif yang melahirkan individu-individu berkarakter budak yang juga harus dianalisis dan dikritik. Seringkali, rahasia dibalik kecemasan adalah ketidaktahuan (baca: kebodohan). Dalam kapitalisme afektif, orang-orang pada umumnya adalah kaki tangan komoditas-tontonan yang berkuasa. Karakter (dalam pengertian Wilhelm Reich) adalah bentuk keterlibatan ini. Fungsi utama karakter adalah pertahanan komoditas dari solusi nyata terhadap kecemasan. Itulah mengapa pengaturan karakter tidak pernah dianggap sebagai 'wabah sosial'. Bagaimana karakter ini menghambat penciptaan situasi revolusioner perlu untuk dianalisis dan dikritik. Tujuannya adalah mendorong individu untuk melakukan penyelidikan mandiri terhadap masalah mereka sendiri dan membayangkan solusi pribadi untuk masalah tersebut. Tanpa kritik terhadap individu, individu akan cenderung mencari 'penyembuhan dari luar' dan cenderung menghindari kesendirian sebagai momen kritik diri tanpa distraksi, karena yang tertanam dalam kepala mereka, satu-satunya solusi atas masalah psikologis adalah bersosialisasi. Tepat ketika sosial gagal memberi 'penyembuhan', individu menjadi semakin cemas dan frustrasi. Oleh karena itu, 'penyembuhan' harus dimulai dari diri sendiri. Bagaimana pun, tidak ada yang bisa menolong individu selain diri mereka sendiri.

6. Tentu saja tidak ada rumus ilmiah yang tepat untuk mengatasi kecemasan. Banyak masalah kita tidak memiliki solusi yang mudah. Solusinya bisa melibatkan banyak faktor. Satu orang dalam satu situasi mungkin memiliki solusi yang

berbeda-beda. Namun, bagian terpenting dari menjadi “anti-otoritarian” melibatkan pengakuan bahwa solusi akhir untuk “masalah sosial” melibatkan kesadaran untuk membiarkan orang-orang mencari solusi mereka sendiri atas masalah mereka. Untuk melepaskan diri dari lingkaran setan eksploitasi dalam sandiwara komoditas-tontonan, kita mesti menolak semua peran yang ditetapkan oleh sistem komoditas-tontonan, termasuk peran revolusioner ‘profesional’.

7. Namun terlepas dari enam poin di atas, solusi yang ditawarkan oleh teks ‘Kita Semua Sangat Cemas’ dengan menyediakan ekspresi aspirasi secara lebih terus terang masih cukup relevan untuk diterapkan. Langkah ini penting untuk menekan sikap ragu-ragu dan munafik, dan membuka kedok represi psikologis ke permukaan. Bagaimanapun, pemberontakan sosial dapat membebaskan secara psikologis. (Psikiater Prancis konon mengeluhkan penurunan signifikan jumlah pelanggan mereka setelah Mei 68’!) Tetapi kita tidak perlu menunggu pemberontakan sosial terjadi (atau mengupayakannya) untuk bisa bebas dan bahagia. Kebahagiaan bisa datang dari pemberontakan individual terhadap sistem yang mendatangkan kesengsaraan fisik dan emosional meski hanya dengan tusukan jarum. Sebuah padang rumput yang menyesatkan bisa terbakar habis jika angin bertiup dari arah yang benar, namun sayangnya angin tidak selalu sesuai dengan kendali kita. Jadi, tidak ada salahnya jika harus membakarnya satu persatu. Kebahagiaan tidak pernah menjadi sinonim dari kedamaian. Kebahagiaan adalah tentang penyerangan.

Hurry to attack! Hurry to arm yourself!

***

Diambil dari Medium Subliminal Cult

(Pertama kali diterbitkan pada November 24, 2024)

Diarsipkan oleh Archipelago Anarchist Archive (2025)