Merayakan Kekalahan, Penderitaan dan Absurditas Hidup dengan Emil Cioran

Albi Abdullah

2025

Daftar Isi

Perkenalan 3
Bagian 1 4
Haruskah Aku Bunuh Diri? 7
Bukan Penutup dan Kesimpulan 7

Sesekali kita harus mengambil jeda dari rutinitas lalu bertanya "apakah hidup ini berarti dan bermakna?" "apakah hidup ini kebahagiaan atau penderitaan? Atau keduanya sekaligus?" tapi jika penderitaan itu bagian dari hidup, kenapa kita selalu berusaha menjauhinya? Seringkali kita menghibur diri di tengah penderitaan.

Sesekali di tengah insomnia dan lamunan malam hari, sempatkan untuk bertanya: apakah kebahagiaan benar-benar sesuatu yang harus dikejar? Bagaimana jika kebahagiaan adalah hiburan sesaat agar kita tidak mempertanyakan absurditas kehidupan? Bagaimana jika kebahagiaan adalah pelarian dari seram dan runyamnya kehidupan?

Ada yang aneh, runyam, dan konyol dari kehidupan: mengapa kebahagiaan begitu rapuh, sementara penderitaan begitu setia menemani? Coba pikirkan saat kita membeli sesuatu yang telah lama kita idamkan seperti sebuah ponsel baru, pakaian mahal, atau apapun itu. Awalnya, ada sensasi kegembiraan, tetapi dalam hitungan hari atau minggu, barang itu kehilangan pesonanya dan kembali menjadi sesuatu yang biasa.

Sementara itu, rasa kecewa karena kehilangan sesuatu yang berharga, pengkhianatan dari orang terdekat, atau kegagalan besar bisa bertahan bertahun-tahun menghantui setiap langkah kita. Mengapa kebahagiaan tak pernah bertahan lebih lama dari bayang-bayang penderitaan?

Mungkin, sesekali atau berkali-kali, kita harus menatap langsung lubang absurditas dan lubang keputusasaan hidup. Kita harus menyiapkan tenaga untuk bertemu langsung dengan jurang penderitaan tanpa embel-embel optimisme.

Mari kita menyusuri jalan penderitaan, absurditas, dan keputusasaan tanpa embel-embel optimisme. Biarkan kita menatap kehampaan tanpa ilusi, menghadapi kesunyian tanpa janji manis, dan menerima kerapuhan kita tanpa harapan palsu. Tidak untuk menemukan jawaban, tetapi untuk melihat apakah ada kejujuran yang tersisa dalam kegelapan yang selama ini kita hindari. Penelurusan kali ini akan ditemati oleh seorang pemandu dan pejalan kaki bernama Emil Cioran.

Perkenalan

Emil Cioran, filsuf pesimis terkenal asal Rumania, adalah sosok paradoksal: di satu sisi, ia menulis tentang penderitaan eksistensial dengan getir, tapi di sisi lain, ia justru menghabiskan banyak waktunya untuk jalan-jalan santai di Paris.

Seorang yang menggambarkan hidup sebagai "kecelakaan yang tak perlu" ternyata gemar menyusuri trotoar sambil menikmati croissant. Ironisnya, meski karyanya penuh dengan kegelapan, Cioran ternyata sangat menikmati percakapan ringan di kafe-kafe dan bahkan dikenal sebagai teman ngobrol yang menyenangkan. Sementara orang lain sibuk mencari makna hidup, ia memilih untuk sekadar berjalan-jalan dan menertawakan absurditas semuanya.

Di balik kedalaman pemikirannya, Cioran adalah seorang pemalas kelas berat. Ia sering mengeluh tentang betapa melelahkannya menulis, padahal tulisannya justru lahir dari kemalasannya sendiri.

Bahkan, untuk menerbitkan bukunya, ia sering harus dipaksa oleh teman-temannya. Seringkali filsuf pesimis yang satu ini menganggap kerja keras sebagai lelucon kosmis. Ia sepertinya lebih memilih berbaring sambil merenungkan betapa sia-sianya segala usaha.

Ia pemalas namun sangat mempertahankan kebebasannya. Ia begitu enggan menerima pekerjaan formal. Karena bagi Cioran itu adalah pengkhianatan terhadap kebebasannya.

Di usia tuanya, ia mengungkapkan keyakinannya: *"Yang terpenting bagiku adalah mempertahankan kebebasan. Bekerja untuk mencari nafkah berarti aku telah gagal."* Ironisnya, demi menghindari kegagalan ini, ia justru memilih jalan yang dianggap gagal oleh kebanyakan orang

Dengan tegas ia menyatakan: "Aku akan menghindari penghinaan dalam berkarier dengan cara apa pun... Lebih baik hidup sebagai parasit daripada menghancurkan diriku dengan mempertahankan pekerjaan." Seperti semua pemalas sejati, Cioran menemukan kesempurnaan dalam ketidakaktifan — bukan sekadar menyadarinya, tapi menjadikannya filosofi hidup.

Ketika ditanya tentang rutinitas kerjanya, ia menjawab dengan khas: *"Seringkali aku tidak melakukan apa-apa. Aku mungkin orang paling malas di Paris... Satu-satunya yang mungkin lebih malas dariku adalah pelacur yang tak punya pelanggan."*

Bagian 1

Tidak perlu kaget, bagi Cioran hidup adalah penderitaan. Bahkan menurutnya penderitaan itu lebih esensial dibanding kebahagiaan. Penderitaan adalah salah satu elemen penting dalam hidup.

Mengapa ia menggunakan lensa yang begitu pesimis dan gelap dalam memandang hidup? Penderitaan merupakan sesuatu yang tak dapat dihindari oleh siapa pun yang pernah hidup.

Sejak lahir, manusia sudah berada dalam kondisi rentan dan penuh ketidakpastian. Ia tidak memilih untuk lahir, tetapi kini ia harus menanggung keberadaan. Ini adalah awal dari perjalanan panjang penderitaan yang akan terus menyertainya hingga kematian.

Dengan penuh nada lirih Cioran berkata dalam *The Trouble With Being Born*

"Aku tahu bahwa kelahiranku adalah kebetulan, kecelakaan yang menggelikan, namun, begitu aku lupa diri, aku bertingkah seolah-olah itu adalah peristiwa penting, sangat diperlukan untuk fungsi dan keseimbangan dunia.... Tidak dilahirkan adalah formula terbaik yang ada. Sayangnya, itu di luar jangkauan siapa pun."

Manusia punya kecenderungan mencari makna, menanamkan nilai, dan menetapkan tujuan. Apakah itu ciri dari keunggulan manusia dibanding makhluk lain? Bisa jadi iya. Tapi itu juga menunjukan bahwa hidup itu sendiri tidak cukup memuaskan. Kelahiran kita ke dunia seolah selalu memerlukan pegangan hidup.

Jika kehidupan pada dasarnya membahagiakan, kita tidak akan terus-menerus berusaha membebani diri dengan tujuan, cita-cita, atau ilusi makna. Bandingkan dengan kebutuhan biologis seperti makan atau tidur, kita melakukannya karena tubuh membutuhkannya. Setelah kebutuhan itu terpenuhi, kita merasa cukup.

Tetapi mengapa kebutuhan akan makna tidak pernah benar-benar terpenuhi? Mengapa bahkan setelah mencapai sesuatu yang kita anggap sebagai tujuan besar, kita tetap merasa ada sesuatu yang kurang? Inilah yang membuat kehidupan terasa seperti beban. Sebabnya bukan karena kita tidak memiliki apa yang kita inginkan, tetapi karena bahkan setelah memilikinya kita tetap tidak merasa utuh.

Salah satu watak dari penderitaan menururt Cioran adalah kemunculannya tidak memerlukan alasan yang jelas. Kebahagiaan selalu membutuhkan pemicu dan sebab. Kita membutuhkan peristiwa baik, pencapaian, atau momen tertentu untuk merasa bahagia, tetapi kita bisa merasa hampa, cemas, atau tertekan tanpa alasan sama sekali.

Penderitaan dapat muncul begitu saja, bahkan dalam kondisi di mana secara objektif seseorang seharusnya "tidak punya alasan" untuk merasa sedih. Inilah yang membuatnya lebih mendasar dalam eksistensi manusia. Cioran sendiri mengalami insomnia kronis. Di malam yang hening dan panjang itu, ia menggambarkan bagaimana penderitaan bisa hadir tanpa undangan.

Bayangkan misalnya kita sedang menikmati pagi hari yang tenang atau sore hari yang indah. Kita duduk di kursi nyaman, ditemani cemilan dan dikelilingi kemewahan. Namun tiba-tiba kesadaran akan kematian, ketidakbermaknaan, atau absurditas hidup datang berkunjung tanpa diundang.

Kesadaran bahwa pada akhirnya semua yang telah kita peroleh akan hancur. Kesadaran absurditas hidup bahwa semua kenikmatan ini hanya sementara, segalanya berubah, dan mengalir. Dengan perubahan ini penderitaan datang silih berganti. Tidak ada penyebab eksternal, kesadaran ini bisa tiba-tiba datang.

Mungkin kita bisa membantahnya balik dengan tidak memikirkannya terlalu jauh. Alih-alih tenggelam dalam pikiran yang suram, kita bisa mengalihkan perhatian ke hal-hal yang lebih positif: berbuat baik kepada orang lain, menikmati keindahan hidup, menenggelamkan diri dalam karya seni, atau sekadar memilih untuk tidak terlalu memikirkan hal-hal yang tidak bisa kita ubah.

Jika kita tahu bahwa segalanya akan berlalu, bukankah lebih baik mengisi waktu dengan sesuatu yang menyenangkan daripada membiarkan diri terseret dalam keputusasaan?

Benar, manusia memiliki kapasitas untuk mengalihkan perhatian, tetapi apakah itu benar-benar solusi atau hanya penundaan? Jika penderitaan dan absurditas bisa disingkirkan hanya dengan sibuk beraktivitas, mengapa mereka selalu kembali?

Bukankah ada momen saat kita sendirian, di malam yang sunyi, atau ketika tidak ada distraksi, kesadaran akan kehampaan hidup itu muncul kembali, seolah menunggu di balik pintu? Ini menunjukkan bahwa penderitaan bukan sekadar sesuatu yang bisa dihindari, tetapi sesuatu yang melekat pada keberadaan itu sendiri.

Lebih jauh, argumen untuk "mengalihkan perhatian" justru mengakui bahwa penderitaan itu ada dan kuat. Begitu kuat penderitaan itu hingga kita harus melawannya dengan berbagai distraksi.

Selain itu, penderitaan memiliki daya tahan yang jauh lebih kuat dibandingkan kebahagiaan. Ketika seseorang mengalami kegembiraan, momen itu sering kali singkat dan segera tergantikan oleh kekhawatiran berikutnya. Namun, ketika seseorang mengalami penderitaan, luka emosionalnya bisa bertahan bertahun-tahun, bahkan seumur hidup.

Misalnya, seseorang mungkin lupa tentang hari di mana ia merasa sangat bahagia lima tahun lalu, tetapi ia hampir pasti masih mengingat dengan jelas pengalaman traumatis yang ia alami di masa lalu.

Penderitaan menanamkan jejak dalam kesadaran kita, sementara kebahagiaan sering kali menguap begitu saja. Ini semakin menunjukkan bahwa penderitaan bukan hanya lebih mendasar daripada kebahagiaan, tetapi juga lebih melekat pada eksistensi manusia.

Lalu di mana letak kebahagiaan? Apakah itu sesuatu yang bisa kita kejar dan capai? Bagi Cioran, kebahagiaan bukan hanya sesuatu yang tidak perlu dikejar, tetapi sesuatu yang secara kedalaman eksistensinya, hampir mustahil untuk benar-benar kita miliki.

Pengejaran kebahagiaan hanyalah upaya sia-sia untuk menutupi kerapuhan eksistensi kita, semacam kebohongan yang kita ciptakan agar hidup terasa lebih tertahankan. Kebahagiaan selalu bersyarat, selalu membutuhkan alasan, sementara penderitaan tidak membutuhkan dalih untuk hadir.

Jika kebahagiaan adalah fatamorgana yang selalu luput, maka mengapa kita terus mengejarnya? Cioran tidak menawarkan solusi atau jalan keluar yang optimis.

Baginya, justru di dalam penerimaan terhadap absurditas dan penderitaan itulah kita menemukan keberanian untuk menatap hidup tanpa ilusi. Bukannya mencari kebahagiaan yang rapuh, ia mengajak kita untuk menerima ketiadaannya, untuk berdamai dengan absurditas, bahkan untuk mentertawakan nasib kita sendiri.

Kiranya peringatan yang akan dikeluarkan oleh Cioran terhadap mereka yang mengejar kebahagiaan adalah: *Tidak ada yang lebih berbahaya daripada berpikir bahwa kebahagiaan itu memiliki dasar yang kokoh.*

Namun, bagaimana jika seseorang tetap bersikeras ingin mengejar kebahagiaan? Bukankah hidup tanpa harapan justru lebih menyiksa? Bagi banyak orang, kebahagiaan bukan sekadar ilusi, melainkan alasan untuk terus melangkah.

Mereka mungkin berargumen bahwa meskipun kebahagiaan itu rapuh, keberadaannya tetap nyata, dan bahkan sesaatnya kebahagiaan lebih berharga daripada penderitaan yang berkepanjangan.

Mereka bisa menunjuk pada momen-momen kecil yang memberikan kehangatan seperti tawa bersama orang terkasih, keindahan seni, atau sekadar sinar matahari yang jatuh ke wajah di pagi hari.

Kebutuhan manusia untuk mengejar kebahagiaan mendapat tanggapan menarik dari Nietzsche. Nietzsche, seperti Cioran, memahami betapa keras, kacau dan tak tertebaknya kehidupan, tetapi ia tidak menyerah pada keputusasaan.

Ia melihat bahwa manusia membutuhkan ilusi untuk bertahan hidu. Alasannya bukan karena kebenaran itu sendiri penting, tetapi karena tanpa ilusi, realitas yang kacau akan menghancurkan kita.

Nietzsche menggambarkan bagaimana seni, mitos, dan keyakinan diciptakan manusia bukan untuk mengungkap kebenaran sejati, tetapi untuk membuat hidup yang penuh penderitaan ini terasa lebih tertahankan.

Jika kebahagiaan adalah kebohongan, maka itu adalah kebohongan yang perlu, sesuatu yang kita butuhkan agar tidak tenggelam dalam keputusasaan. Nietzsche tidak menertawakan mereka yang mengejar kebahagiaan, ia justru memahami bahwa manusia menciptakan nilai, makna, dan impian untuk melindungi dirinya sendiri dari absurditas dan kekacauan hidup.

Tetapi di sisi lain, Nietzsche juga memperingatkan bahwa berpegang teguh pada ilusi dapat menjadi bentuk kelemahan. Ia menantang kita untuk berani menatap ketiadaan makna tanpa perlu bersandar pada kebahagiaan semu.

Konsepnya tentang *amor fati*, mengajak manusia untuk tidak hanya menerima penderitaan, tetapi juga mencintainya. Ini adalah ajakan untuk merangkul kehidupan dalam segala kekacauannya tanpa perlu membohongi diri sendiri dengan harapan palsu.

Sejarah manusia, jika kita lihat dari kacamata yang jernih dan tanpa ilusi, adalah sejarah penderitaan yang tak berkesudahan. Peradaban lahir bukan dari kenyamanan, tetapi dari perjuangan melawan keterbatasan, ketakutan, dan rasa sakit.

Sejak awal,manusia adalah makhluk yang harus bertahan dalam kondisi yang kejam. Manusia harus dipaksa tangguh melawan alam, kelaparan, peperangan, penyakit, dan sesamanya.

Setiap kemajuan yang kita banggakan hari ini dibangun di atas tumpukan penderitaan yang tak terhitung jumlahnya. Jika kita menyisir lembaran sejarah, yang kita temukan bukanlah narasi tentang kebahagiaan yang terus berkembang, tetapi tentang manusia yang tak henti-hentinya mencoba melarikan diri dari derita.

Penderitaan bukan hanya elemen sampingan dalam sejarah manusia, melainkan benang merah yang menghubungkan semua zaman. Jika ada satu hal yang konstan dalam perjalanan manusia, itu bukan kebahagiaan, melainkan kepedihan yang berulang dalam berbagai bentuk.

Layaknya sebuah siklus yang terus berputar, bahkan ketika kita berusaha sekuat tenaga untuk keluar darinya.

Keberadaan atau eksistensi itu sendiri seolah dirancang agar menyakitkan. Setiap harapan yang kita genggam suatu hari akan berakhir dalam kekecewaan, setiap cinta yang kita pelihara akan bertemu kehilangan, setiap pencapaian yang kita banggakan akan menjadi debu dalam ingatan orang-orang yang entah peduli atau tidak. Bahkan tubuh kita sendiri adalah ladang penderitaan yang tak terhindarkan: kita merasakan lapar, sakit, lelah, tua, dan akhirnya hancur.

Dari semua ini apa yang paling ironis menurut Cioran? Kita sadar akan semuanya!. Tidak seperti binatang yang hidup tanpa memikirkan kematian, kita dikutuk dengan kesadaran akan kefanaan kita sendiri.

Setiap momen kebahagiaan yang kita rasakan membawa bayangan kehancuran, karena kita tahu bahwa semuanya akan berakhir. Kita bisa tertawa hari ini, tapi siapa yang bisa menjamin kita tidak akan menangis besok? Kita bisa mencintai seseorang dengan sepenuh hati, tapi pada akhirnya salah satu dari kita akan pergi lebih dulu.

Namun, ada satu paradoks yang mengusik: jika kesadaran akan kefanaan begitu menyiksa, mengapa kita tidak bisa begitu saja melepaskannya? Mengapa kita tidak memilih untuk hidup seperti binatang, tanpa perlu merenungi makna atau memikirkan akhir dari segalanya? Jawabannya menyakitkan: karena kesadaran itu sendiri adalah bagian dari diri kita.

Kita bisa berusaha mengabaikannya, tetapi ia selalu kembali, muncul dalam keheningan malam, dalam kesunyian setelah tawa, dalam momen-momen di mana kita tidak sengaja menatap ke dalam diri sendiri. Kesadaran adalah anugerah yang menyerupai kutukan.

Kita tidak bisa hidup tanpa makna, tetapi kita juga tidak bisa benar-benar menemukan makna yang bertahan selamanya. Kita terus mencari jawaban yang bisa membuat semua ini masuk akal, padahal kita tahu di lubuk hati bahwa mungkin tidak ada jawaban sama sekali.

Hidup menjadi sebuah kontradiksi yang menyakitkan, Kita haus akan makna dalam dunia yang mungkin tak memilikinya, kita mendambakan kebahagiaan dalam pusaran dunia yang fana.

Kita ingin melepaskan penderitaan tetapi sadar bahwa upaya itu sendiri hanya akan membawa penderitaan baru. Ini bukan sekadar pesimisme, ini adalah benturan langsung dengan absurditas hidup itu sendiri. Inilah sebuah realitas yang tidak menawarkan kepastian dan tidak menjanjikan jawaban.

Haruskah Aku Bunuh Diri?

Lalu di tengah hamparan keputusasaan, penderitaan, dan absurditas ini, apakah Cioran mengajak kita bunuh diri? Bunuh diri karena toh sepertinya hidup tidak memberikan kebahagiaan yang sejati.

Cioran, saking pesimisnya dalam hidup justru aneh terhadap orang yang bunuh diri. Keanehan terhadap orang yang bunuh diri ini tercantum dalam *On the Heights of Despair*

"Hanya orang optimis yang bunuh diri, yaitu orang optimis yang sudah tidak bisa lagi mempertahankan optimismenya. Sedangkan orang pesimis? Karena mereka memang tak punya alasan untuk hidup, buat apa juga mencari alasan untuk mati? Mengapa aku tidak bunuh diri? Karena aku sama muaknya dengan kematian sebagaimana aku muak dengan kehidupan."

Kita sering mengira bunuh diri adalah tindakan orang yang putus asa, tapi Cioran justru melihatnya sebagai puncak ironi: hanya mereka yang terlalu berharap pada hidup yaitu orang-orang optimis, yang akhirnya menyerah ketika harapannya hancur.

Kita yang pesimis? Kita sudah lama menerima bahwa hidup ini absurd. Untuk apa mati jika sejak awal kita tak pernah benar-benar berharap? Bunuh diri butuh energi. Daftar energi yang dibutuhkan untuk bunuh diri: energi untuk marah, kecewa, merasa dikhianati oleh hidup atau energi untuk memikirkan ingin mati dengan cara apa. Sedangkan kita yang tak punya ilusi sejak awal, hanya bisa mengangkat bahu: "Lalu?"

Inilah titik paling ironi, absurd dan konyol dari Cioran. Yaitu ketika ia ingin menunjukkan bahwa hidup dan mati sama-sama tidak memuaskan. Kita terjepit di antara dua kejemuan: kejemuan bernapas dan kejemuan berhenti bernapas**.**

Tapi justru di situlah kebebasan kita, kita tetap hidup bukan karena makna, tapi karena kebosanan kita sendiri terlalu malas untuk memilih salah satu. Hidup berjalan bukan karena ia berharga, tapi karena kita terlalu acuh untuk mengakhirinya.

Bukan Penutup dan Kesimpulan

Mungkin Cioran adalah juru bicara kenyataan dari bagian gelap yang terbaikan. Selama ini terlalu banyak filsuf, motivator dan juru bicara yang membicarakan sisi terang kebahagiaan kenyataan.

Cioran mewakili *dark philosophy*, ia tidak menawarkan solusi apapun, ia tidak memberikan argumentasi yang logis. Ia hanya mengajak kita jujur dan melihat bagian lain yang selama ini seringkali ditutupi.

Mungkin saja ia juga mewakili orang-orang kalah yang tidak terlalu berambisius dalam hidup. Ia mewakili orang-orang yang hidupnya hanya ingin bernafas, tidak lebih. Ia menjadi teman dari mereka yang malamnya dihantui pertanyaan-pertanyaan eksistensial.

Ia juga mungkin saja menjadi teman dansa yang baik. Melaluinya, kita diajak menari-menari di tengah keputusasaan, penderitaan, dan kekalahan. Tapi barangkali ia lebih memilih diam di kamar dan rebahan, karena ia juga teman dekat para pemalas.

Perpustakaan Anarkis

“Mintalah pendidikan. Jika mereka tidak memberimu pendidikan, mintalah buku. Jika mereka tidak memberimu pendidikan maupun buku, maka rebutlah buku itu.”



Albi Abdullah
Merayakan Kekalahan, Penderitaan dan Absurditas Hidup dengan Emil Cioran
2025

Retrieved on 19/11/2026 from
https://medium.com/@albiabdullah8989/merayakan-kekalahan-penderitaan-dan-absurditas-hidup-dengan-emi
Diunggah ke Perpustakaan Anarkis (https://id.anarchistlibraries.net) Agung Bagol (**A[ltext Syndicate).**

id.anarchistlibraries.net