

# **Neurosains, Panpsikisme dan Misteri Kesadaran**

## **Memahami Pemikiran Annaka Harris**

**Dr. der. Phil. Reza A.A Wattimena<sup>1</sup>**

### **Abstrak**

Tulisan ini menjabarkan pemikiran Annaka Harris tentang kesadaran. Ia berpijak pada berbagai penelitian yang sudah ada tentang kesadaran dari sudut pandang neurosains dan filsafat. Secara khusus, Harris adalah seorang panpsikis. Ia melihat, bahwa panpsikisme bisa menjadi jawaban terkait persoalan kesadaran. Di dalam pandangan ini, kesadaran bukanlah hasil dari kompleksitas material, melainkan unsur dasar kenyataan yang justru menghasilkan kompleksitas dunia materi dan biologis itu sendiri.

### **Kata-kata Kunci: Kesadaran, Neurosains, Panpsikisme, Problem Sulit tentang Kesadaran**

Kajian tentang kesadaran adalah sebuah ruang yang sangat luas. Ia sudah berlangsung sejak masa India dan Yunani kuno, serta terus berlanjut sampai detik tulisan ini dibuat. Berbicara kesadaran tidak hanya berbicara soal manusia, tetapi juga soal seluruh kenyataan. Ini terjadi, karena manusia mengalami seluruh kenyataan di dalam kesadarannya. Maka dari itu, kajian tentang kesadaran juga merupakan sebuah kajian yang mendalam soal kenyataan sebagai keseluruhan itu sendiri.

Di titik ini, sebagai pemikir utama yang menjadi acuan tulisan ini, Annaka Harris bergerak di dalam dua ranah.<sup>2</sup> Pertama, ia menggunakan sudut pandang neurosains di dalam memahami kesadaran. Disini, ia menggunakan paradigma sains modern yang mengedepankan pengalaman inderawi, rasionalitas dan eksperimen yang berulang. Kedua, Harris juga bergerak di bidang filsafat. Ia bersikap kritis pada paradigma saintisme materialistik positivistik yang kental di dalam penelitian sains modern.<sup>3</sup>

Secara khusus, Harris mengembangkan pandangan panpsikisme. Ia menjabarkan pandangan tersebut. Ia juga mengajukan beberapa pertimbangan kritis terhadap panpsikisme dari berbagai sudut pandang, terutama neurosains. Panpsikisme memang sudah setua peradaban manusia. Intuisi, bahwa alam ini tidak hanya sekedar materi, seolah tertanam di dalam hakekat kita sebagai manusia.

<sup>1</sup> Pendiri Rumah Filsafat. Pengembang Teori Transformasi Kesadaran, Teori Tipologi Agama, Teori Politik Progresif Inklusif dan Teori Etika Natural Empiris. Teori terakhir yang dirumuskannya adalah Epistemologi Pembebasan.

<sup>2</sup> Lihat (Harris, Conscious: A Brief Guide to the Fundamental Mystery of the Mind 2019)

<sup>3</sup> Lihat (Wattimena, Filsafat dan Sains 2008)

Penelitian semacam ini menjadi penting, supaya kita sungguh memahami hakekat kenyataan ini. Kita hidup dalam kenyataan. Kita bekerja dan berkarya juga di dalam kenyataan yang penuh dengan misteri ini. Neurosains dan panpsikisme mencoba meneliti kenyataan tersebut dengan akal sehat dan sikap kritis. Ia menawarkan tidak hanya pengetahuan yang bersifat faktual, tetapi juga kebijaksanaan di dalam menjalani hidup.<sup>4</sup>

Tulisan ini membahas pandangan Annaka Harris tentang kesadaran. Ia sendiri berpijak pada neurosains dan filsafat panpsikisme. Bagian awal menjelaskan sedikit soal latar belakang Annaka Harris. Bagian berikutnya menjabarkan secara detil pemikiran Harris di dalam bukunya yang berjudul *Conscious: A Brief Guide to the Fundamental Mystery of the Mind* yang terbit pada 2019 lalu. Tulisan akan ditutup dengan kesimpulan. Sebagai sumber utama, saya menggunakan buku karangan Harris tersebut, dan penelitian-penelitian saya sebelumnya tentang otak, kesadaran dan neurosains.

## **Kesadaran dan Panpsikisme**

Annaka Harris adalah penulis buku dan produser beberapa karya dokumenter. Ia menulis buku *Conscious: A Brief Guide to the Fundamental Mystery of Mind* yang menjadi acuan utama dari tulisan ini. Selain itu, Harris juga menulis untuk *The New York Times*, *Nautilus Magazine* dan *IAI Magazine*. Karya ilmiahnya juga bisa ditemukan di *Journal of Consciousness Studies*. Bidang penelitian utamanya adalah neurosains dan fisika. Bersama beberapa temanya, ia menulis buku *I Wonder* dan *Mindful Games Activity Cards*. Di sela-sela kesibukannya, Harris juga menjadi aktivis sukarela untuk organisasi bernama *Inner Kids*.<sup>5</sup>

Menurut Harris, pengalaman kesadaran adalah pengalaman kehidupan.<sup>6</sup> Menjadi sadar berarti menjadi hidup. Pengalaman sadar, menurut Annaka Harris, begitu erat menempel di dalam hidup kita. Karena begitu dekatnya, kita cenderung mengabaikannya. Padahal, ada misteri di dalam pengalaman sadar kita yang menunggu untuk diungkap.<sup>7</sup>

Kesadaran adalah pengalaman itu sendiri. Karena begitu dekat, ia kerap terlupakan. Karena menempel di keberadaan kita, ia lalu terabaikan. Mengapa kesadaran lalu bisa muncul di tengah alam semesta yang seolah tak sadar? Kita mengabaikan sebuah misteri besar, bahwa kesadaran bisa lahir di tengah alam semesta yang tak terbatas ini, dan menjalani hidup kita begitu saja, seolah tanpa misteri maha besar ini yang menyertai kita setiap saatnya.

<sup>4</sup> Lihat (Wattimena, Epistemologi Pembebasan 2025)

<sup>5</sup> Mengacu pada (Harris, Annaka Harris n.d.)

<sup>6</sup> Lihat (Harris 2019)

<sup>7</sup> Lihat (Wattimena 2025)

Jika kita mengarahkan perhatian kita pada kesadaran yang kita miliki, rasa takjub dan penasaran pun muncul. Dua perasaan ini memang akrab dengan dunia ilmu pengetahuan.<sup>8</sup> Hal serupa muncul, ketika kita mencoba memahami hakekat dari alam semesta ini. Ia juga muncul, ketika kita menatap langit ataupun sedang berada di puncak gunung tertentu. Satu fakta juga terus mengundang decak kagum, bahwa kita berada di sebuah benda kecil yang mengapung tanpa dasar di sebuah alam semesta yang tak terbatas.

Di alam semesta, tak ada atas dan tak ada bawah. Kita mungkin punya ilusi semacam itu, ketika berada di bumi. Seolah atas dan bawah itu jelas, dan kita bisa menunjuknya dengan penuh keyakinan. Bumi adalah bagian yang tak terpisahkan dari seluruh alam semesta yang tak terbatas. Kita selalu mengapung di alam semesta tersebut, tanpa adanya kepastian arah apapun.

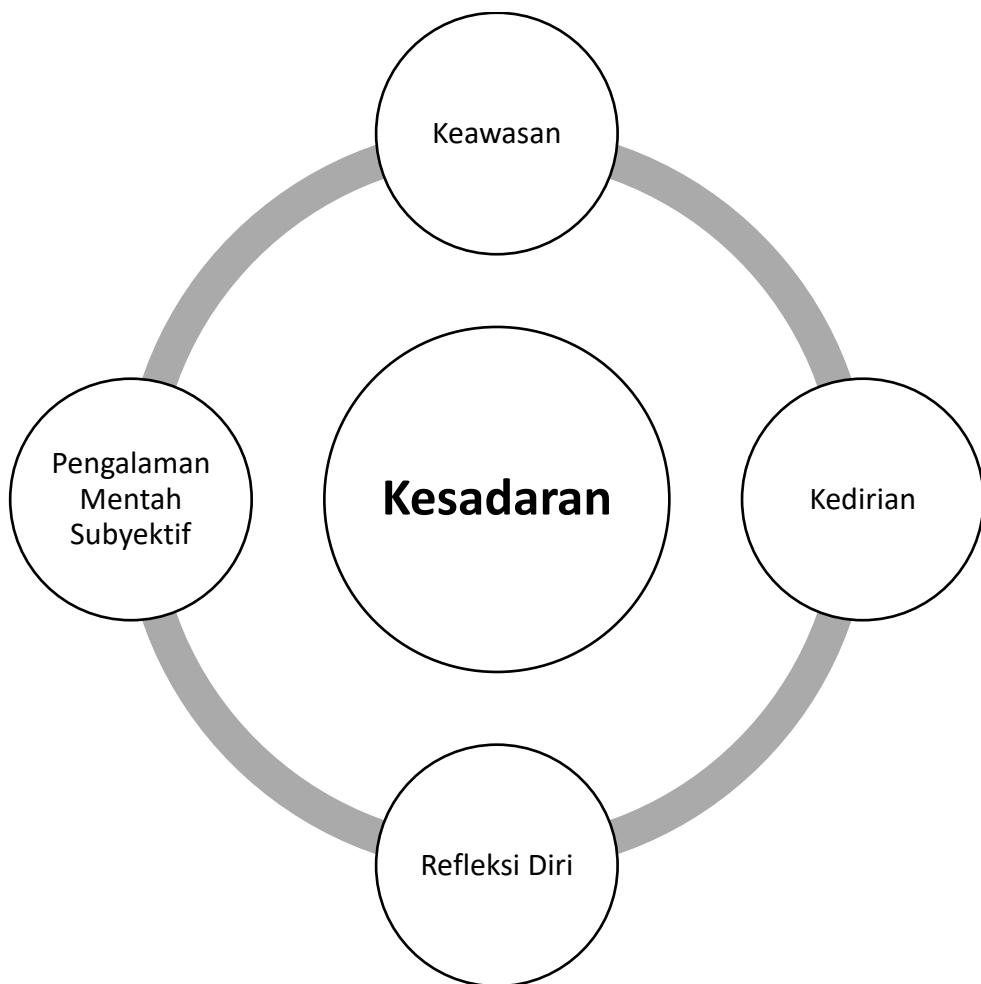
Pemahaman kita tentang dunia, dan tentang diri kita, kerap lahir dari asumsi.<sup>9</sup> Dalam arti ini, asumsi adalah anggapan yang sudah diterima begitu saja. Ia belum dikaji secara kritis dan mendalam. Akibatnya, selama ribuan tahun, pandangan dunia kita terjebak di dalam kesalahan cara berpikir mendasar. Hal serupa terjadi di dalam pemahaman kita tentang kesadaran.

---

<sup>8</sup> Lihat (Wattimena, Filsafat dan Sains 2008)

<sup>9</sup> Lihat (Harris 2019)

**Bagan 1.**  
**Perkembangan Pemahaman Tentang Kesadaran<sup>10</sup>**



Apa itu kesadaran? Ada banyak pandangan berbeda tentang ini. Secara umum, terutama di kalangan dunia kedokteran, kesadaran disamakan dengan keadaan bangun, atau *wakefulness*. Kesadaran juga kerap disamakan dengan rasa kendirian, *sense of selfhood*. Dari keadaan bangun dan rasa kendirian ini, pemahaman kesadaran juga berkembang menjadi kemampuan manusia untuk melakukan refleksi diri.<sup>11</sup>

Ketiga hal itu merupakan tampilan dari kesadaran. Bisa juga dibilang, ketiga hal itu adalah ekspresi dari kesadaran. Namun, tiga hal tersebut belum menyentuh pemahaman tentang inti kesadaran. Ini masih menyisakan misteri untuk diungkap oleh filsafat dan ilmu pengetahuan. Harris mengutip Nagel dengan memahami

<sup>10</sup> Hasil rumusan penulis

<sup>11</sup> Lihat (Harris 2019) (Wattimena, Menyingkap Misteri Kesadaran Manusia Lewat Filsafat dan Neurosains 2023)

kesadaran sebagai perasaan subyektif dari sudut pandang orang tentang keberadaan dirinya sendiri.

Kesadaran, dengan kata lain, adalah pengalaman yang paling mendasar. Kesadaran adalah pengalaman yang paling asali. Ia bersifat primordial dan purba. Ia berada sebelum semua pengalaman lainnya yang terkait dengan pikiran maupun emosi. Kesadaran, menurut Harris, juga berarti pengalaman menjadi diriku sendiri.

Sebagai pengalaman subyektif, kesadaran juga bisa melebar. Kita bisa merasa, bahwa diriku adalah aku. Namun, dengan latihan yang tepat, kita juga bisa merasakan, bahwa orang lain adalah aku. Yang cukup jelas dan mendasar, kesadaran adalah titik acu, atau titik tolak, dari pengalamanku sebagai manusia. Titik acu inilah yang menghasilkan sudut pandang yang menentukan pengalaman manusia dari saat ke saat.

Jadi, menurut Harris, kesadaran adalah titik acu, dimana orang melihat dunia dari sudut pandang titik acu tersebut.<sup>12</sup> Anjing memiliki titik acunya sendiri. Begitulah semua hewan dan mahluk hidup lainnya. Sebagai manusia, kita jelas memiliki. Darimana titik acu yang bagaikan cahaya ini lahir, dan bagaimana proses perkembangannya?

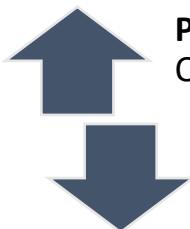
Awalnya, kita semua adalah mahluk bersel satu. Dengan berlalunya waktu dan proses evolusi, diferensiasi sel bertumbuh. Mahluk hidup menjadi semakin kompleks, dan berkembang menjadi bentuk-bentuk kehidupan yang beragam. Struktur biologis menjadi semakin kompleks. Kecerdasan pun lahir yang mampu menangkap berbagai suara, cahaya dan bentuk yang ada di sekitar.

Harris mengutip teori *emergence* di dalam memahami kesadaran. Awalnya, alam semesta hanya berisi kehampaan. Lalu, pada satu titik, lahirlah cahaya kesadaran. Kehidupan pun berkembang di dalam segala bentuknya. Satu hal yang pasti, semua mahluk hidup lahir dari unsur-unsur yang sudah ada di alam semesta sebelumnya dalam jangka waktu yang tidak bisa sungguh ditentukan.

---

<sup>12</sup> Lihat (Harris 2019)

**Bagan 2.**  
**Dua Persoalan Dasar tentang Kesadaran<sup>13</sup>**



**Problem Mudah: Fungsi-fungsi Bagian Otak**

**Problem Sulit: Hakekat dan Asal Kesadaran**

Lahirnya kesadaran juga dapat disamakan dengan lahirnya energi di alam semesta. Ada banyak pandangan tentang proses terbentuknya kesadaran ini. Di dalam kajian neurosains, ini juga disebut sebagai problem sulit tentang kesadaran (*hard problem of consciousness*). Ini dibedakan dengan probelm mudah tentang kesadaran (*easy problem of consciousness*), yakni soal proses-proses berpikir dan kaitannya dengan fungsi otak. Bagi banyak filsuf dan ahli neurosains, problem sulit tentang kesadaran masih terus menjadi misteri yang terus diteliti.<sup>14</sup>

Kesadaran tidaklah memiliki unsur obyektif. Artinya, ia tidak bisa diamati dengan panca indera. Ia tidak bisa ditunjuk di ruang dan waktu tertentu. Dengan kata lain, menurut Harris, tidak ada bukti obyektif material adalah keberadaan dari kesadaran. Ini tentunya bersifat kontra intuitif, karena kita bisa langsung merasakan kesadaran di dalam diri kita.

Kesadaran adalah sesuatu yang bersifat subyektif. Orang menyadari, bahwa ia sadar dari sudut pandang dirinya sendiri. Selama ini, menurut Harris, kita mengira, bahwa hanya manusia yang sadar. Mahluk hidup lain memiliki tingkat kesadaran yang lebih rendah. Apakah pandangan ini sungguh bisa dipertanggungjawabkan?

Ada satu kemungkinan, bahwa seluruh alam semesta ini memiliki ciri sadar.<sup>15</sup> Dari ciri sadar semesta ini, kehidupan yang sadar pun bisa timbul. Di dalam filsafat dan neurosains, pandangan ini dikenal juga sebagai panpsikisme.<sup>16</sup> Kesadaran adalah bagian fundamental yang tak terpisahkan dari seluruh kenyataan. Di awal abad 21 ini, pandangan ini mulai berkembang di dalam percakapan para ilmuwan maupun filsuf.<sup>17</sup>

Francesco Patrizi, seorang filsuf asal Italia, dikenal sebagai orang pertama yang mengembangkan konsep panpsikisme. Kata *pan* berarti semua, dan kata *psyche* berarti pikiran, atau roh. Kedua kata itu berasal dari bahasa Yunani. Ada masanya,

<sup>13</sup> Hasil rumusan penulis

<sup>14</sup> Lihat (Chalmers 1995) (Wattimena, Memahami Kesadaran Bersama David Chalmers 2023)

<sup>15</sup> Lihat (Wattimena, Memaknai Digitalitas: Sebuah Filsafat Dunia Digital 2023)

<sup>16</sup> Lihat (Godehard Brüntrup, Ludwig Jaskolla 2017)

<sup>17</sup> Lihat (Harris 2019)

konsep panpsikisme dikaitkan dengan agama. Roh Tuhan dianggap meresapi seluruh kenyataan.<sup>18</sup>

Di abad 21, terutama dengan berkembangnya neurosains, panpsikisme menjadi pandangan yang bersifat mandiri dari agama. Tentu saja, panpsikisme bukanlah sebuah pandangan tunggal. Ada beragam tafsiran atasnya. Harris mengambil salah satu tafsiran yang cukup dominan di dalam panpsikisme. Di dalam tafsiran ini, segala bentuk (*form*) mengandung unsur sadar, termasuk semua temuan teknologi yang kita pergunakan sehari-hari.<sup>19</sup>

Tidak hanya itu, kesadaran juga meresap ke dalam berbagai hukum-hukum alam, mulai dari gravitasi sampai dengan elektromagnet. Kesadaran, dengan kata lain, adalah bagian tak terpisahkan dari kenyataan dalam segala keberagamannya. Di abad 21, panpsikisme dekat dengan perkembangan di dalam ilmu pengetahuan modern. Ia berpijak pada metode penelitian yang bersifat rasional, sistematis, kritis dan terbuka. Sebagaimana ditulis Harris, panpsikisme mungkin pandangan paling radikal di dalam sains modern sekarang ini.<sup>20</sup>

Di dalam sains modern, fisika menempati peran penting. Tak berlebihan jika dikatakan, fisika adalah cabang terpenting di dalam sains modern.<sup>21</sup> Begitu banyak hal yang dikembangkan di dalam fisika modern kini mengubah tata hidup manusia dan dunia. Namun, fisika modern hanya memahami fungsi dari dunia materi. Ia tidak mampu memahami hakekat terdalam dari dunia materi tersebut.<sup>22</sup>

Dalam beberapa hal di dalam dunia materi, kita menemukan adanya unsur sadar. Ini, tentunya, paling jelas di dalam diri mahluk hidup. Unsur sadar itu merupakan bagian tak terpisahkan dari seluruh kenyataan. Di dalam kenyataan, tidak mungkin ada bagian yang sadar, dan bagian tidak sadar. Pandangan itu, menurut Harris, tidak sesuai dengan paradigma menyeluruh (*unified whole paradigm*) yang ada di dalam fisika modern.

Harris juga melihat, bahwa panpsikisme menawarkan penjelasan yang baik dengan argumen yang lebih sederhana. Dua hal ini amatlah penting di dalam kajian ilmiah. Teori terbaik adalah teori paling sederhana untuk menjelaskan sebanyak mungkin gejala. Teori ini, menurut Harris, lebih baik daripada teori *emergence* di dalam neurosains.<sup>23</sup> Di dalam pandangan ini, kesadaran dilihat sebagai kumpulan informasi yang lahir dari kompleksitas informasi yang sudah ada sebelumnya.

<sup>18</sup> Lihat (Godehard Brüntrup, Ludwig Jaskolla 2017)

<sup>19</sup> Lihat (Harris 2019)

<sup>20</sup> Lihat (Harris 2019)

<sup>21</sup> Lihat (Wattimena, Filsafat dan Sains 2008)

<sup>22</sup> Lihat (Harris 2019)

<sup>23</sup> Lihat (Wattimena, Teori Transformasi Kesadaran dan Pengembangannya 2025)

Panpsikisme, dalam konteks ini, adalah pandangan dengan penjelasan terbaik. Terbaik berarti penjelasan yang paling sederhana untuk seluas mungkin gejala di dalam kenyataan. Ini adalah sebuah tradisi penting yang mesti dipertahankan di dalam kajian ilmiah. Panpsikisme juga, menurut Harris, bisa menjadi tanggapan yang memadai untuk problem sulit tentang kesadaran, sebagaimana dikembangkan oleh David Chalmers.<sup>24</sup> Di dalam filsafat ilmu pengetahuan, ini disebut juga sebagai pisau cukur Occam (*Occam razor*), yakni penjelasan paling sederhana untuk sebanyak mungkin gejala adalah penjelasan terbaik.

Memang, sains modern berpijak pada bukti empiris. Eksperimen dengan hasil sama yang berulang menjadi dasar utama dari sains modern. Namun, menurut Harris, panpsikisme memang belum menemukan bukti empiris yang kokoh. Walaupun begitu, sebagai sebuah hipotesis, panpsikisme memiliki posisi kokoh. Kesadaran dipahami sebagai bagian tak terpisahkan dari materi, dan dari seluruh alam semesta itu sendiri, yang mungkin belum ditemukan oleh metode penelitian ilmiah dari sains modern.

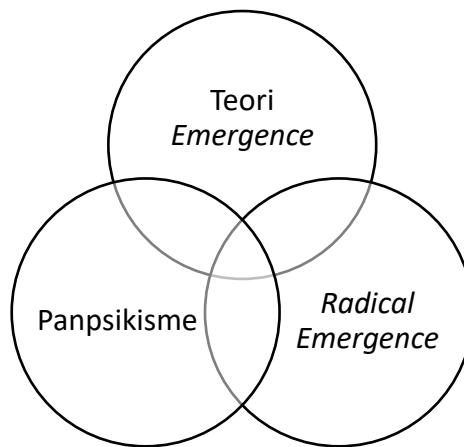
Panpsikisme memang berkembang pesat di dalam filsafat modern yang kemudian melahirkan sains modern. Ilmu biologi, fisika dan kimia modern memang telah sampai pada kesimpulan, bahwa unsur-unsur pembentuk tubuh manusia serupa dengan unsur-unsur pembentuk alam semesta. Kesimpulan ini tentu tidak dibuat dengan mudah. Beragam penelitian, baik empiris maupun logis, dilakukan untuk sampai padanya. Ini semakin menguatkan pandangan dasar panpsikisme, bahwa ada unsur dasar yang menopang seluruh kenyataan.

Perlu untuk terus diingat, bahwa di dalam sains modern, penjelasan terbaik adalah penjelasan yang paling sederhana, namun bisa menjelaskan sebanyak mungkin keadaan. Terkait kesadaran, satu penjelasan terus muncul. Kesadaran dianggap sebagai hasil dari kompleksitas dunia fisik. Namun, menurut Harris, penjelasan ini tidaklah memadai. Bagaimana entitas yang tidak sadar, yakni dunia fisik material, bisa melahirkan kesadaran?

---

<sup>24</sup> Lihat (Chalmers 1995) (Wattimena, Memahami Kesadaran Bersama David Chalmers 2023)

**Bagan 3.**  
**Tiga Teori Kesadaran<sup>25</sup>**



Di dalam kajian neurosains, teori ini disebut teori *emergence* kuat (*strong emergence theory*). Kata kuat menjelaskan sebuah lompatan besar antara entitas tidak sadar yang kemudian melahirkan makhluk berkesadaran. Kata *radical emergence* juga kerap digunakan untuk menjelaskan pandangan ini. Namun, bagi Harris, lompatan ini terlalu besar, dan terlalu tidak masuk akal. Dengan kata lain, teori *emergence* melahirkan kerumitan yang tak terpecahkan.<sup>26</sup>

Lebih jauh, teori *emergence* kuat, atau *emergence* radikal, juga cenderung tidak ilmiah. Sains modern berpijak pada penjelasan sebab akibat yang berpijak pada eksperimen inderawi. Dan seperti sedikit disinggung sebelumnya, penjelasan yang paling sederhana untuk sebanyak mungkin keadaan adalah penjelasan yang terbaik. Teori *emergence*, dalam segala bentuknya, tidak memenuhi syarat itu. Sebaliknya, menurut Harris, panpsikisme adalah penjelasan yang sederhana dan menyeluruh untuk fenomena kesadaran.

Jantung hati panpsikisme adalah pandangan, bahwa kesadaran merupakan bagian tak terpisahkan dari alam semesta. Kesadaran bisa ditemukan di semua unsur kenyataan. Ia menyatu erat pada unsur-unsur dasar semesta. Ini, menurut Harris, merupakan penjelasan paling sederhana dari keberadaan kesadaran di kenyataan. Kesadaran merupakan inti kehidupan. Pandangan panpsikisme ini mengisi kekosongan di dalam penjelasan soal asal usul kehidupan di alam semesta.

Teori *emergence* di dalam kesadaran tidaklah cukup menjelaskan fenomena kesadaran di dalam kenyataan. Entitas sadar hampir tak mungkin lahir dari benda mati yang tak punya kesadaran.<sup>27</sup> Ada lompatan yang seolah diabaikan, dan tidak bisa

<sup>25</sup> Hasil rumusan penulis

<sup>26</sup> Lihat (Harris 2019)

<sup>27</sup> Lihat (Godehard Brüntrup, Ludwig Jaskolla 2017)

dijelaskan secara rasional. Teori *emergence* berpijak tidak hanya pada sikap yang tak ilmiah, tetapi juga pada ketidakmungkinan.

Konsep “entitas tidak sadar” juga bermasalah. Kesadaran adalah pengalaman subyektif. Ia dialami dari sudut pandang orang pertama. Pengamatan dari luar tidak akan mampu sungguh mengetahui, apakah suatu entitas itu sadar, atau tidak. Memberikan cap, bahwa sesuatu itu tidak sadar, namun berada dengan tingkat kompleksitas tertentu, adalah sebuah tindakan yang tidak rasional.

Ada pandangan yang lebih ekstrem. Beberapa pemikir melihat persoalan kesadaran sebagai sesuatu ilusif. Kesadaran tidak sungguh ada di dalam kenyataan. Ia tidak menempati ruang dan waktu tertentu. Kesadaran juga dianggap tak memiliki materi tertentu untuk sungguh ada.<sup>28</sup>

Pandangan ini tentu dengan mudah dipatahkan. Kritik atas kesadaran membutuhkan kesadaran juga. Pun jika seluruh dunia ini adalah ilusi, kesadaran tidak bisa dianggap sebagai ilusi. Untuk mengetahui sesuatu sebagai ilusi, manusia membutuhkan kesadaran juga. Kesadaran adalah prasyarat utama untuk pengalaman, termasuk untuk mengalami sesuatu sebagai ilusi, atau sebagai kenyataan.<sup>29</sup>

Dunia ini penuh ketidakpastian. Kita tidak tahu, darimana kita berasal. Kita juga tidak tahu, kemana kita akan pergi, setelah kita mati. Ilmu pengetahuan dan filsafat menyediakan jawaban yang bersifat kemungkinan. Namun, satu hal yang bersifat pasti dan tak terbantahkan, pengalaman sadar selalu ada serta menyertai semua kegiatan kita.

Annaka Harris mencoba menganalisis pandangan ini lebih dalam. Anggaplah, bahwa kesadaran adalah sebuah ilusi. Lalu, siapa yang mengalami, bahwa kesadaran adalah sebuah ilusi? Apakah ada lapisan-lapisan yang lebih dalam dari kesadaran itu sendiri? Di tengah gempuran pertanyaan semacam ini, pandangan panpsikisme tetap tak tergoyahkan sebagai suatu jawaban yang sederhana dan menyeluruh.<sup>30</sup>

Panpsikisme, menurut Harris, kiranya juga sejalan dengan pandangan dunia modern. Di dalam pandangan ini, ilmu fisika berperan sangat besar.<sup>31</sup> Seluruh alam semesta dilihat sebagai energi yang terus berubah, tanpa ada setetes pun yang lenyap. Kita semua mengenal ini sebagai hukum kekekalan energi. Namun, apa esensi dari energi?

Belum ada jawaban pasti atas pertanyaan ini. Panpsikisme pun mencoba mengajukan satu hipotesis. Esensi, atau inti, dari energi adalah pengalaman

---

<sup>28</sup> Lihat (Harris 2019)

<sup>29</sup> Lihat (Harris 2019) (Koch 2019)

<sup>30</sup> Lihat (Harris 2019) (Wattimena, Teori Transformasi Kesadaran dan Pengembangannya 2025) (Wattimena, Menyingkap Misteri Kesadaran Manusia Lewat Filsafat dan Neurosains 2023)

<sup>31</sup> Lihat (Wattimena, Filsafat dan Sains 2008)

(*experience*). Karena pengalaman ada ciri kehidupan, maka ia membutuhkan kesadaran. Dalam arti ini, esensi dari energi adalah kesadaran itu sendiri.<sup>32</sup>

Hipotesis semacam ini, sebenarnya, masih dalam ranah fisika modern itu sendiri. Tidak ada metafisika filosofis di dalamnya.<sup>33</sup> Tidak ada spekulasi berlebihan yang ditawarkan. Namun, seperti halnya semua hipotesis, kritik pun tak bisa dihindari. Sampai April 2025 ini, pandangan umum di kalangan ilmuwan masih menegaskan, bahwa kesadaran lahir dari kompleksitas sistem biologis manusia, terutama di bagian otaknya.

Dari sudut pandang ini, kesadaran adalah bagian dari jaringan otak manusia. Dengan meneliti secara mendalam bagian ini, orang, harapannya, akan menemukan sumber dari kesadaran manusia. Tentu saja, ada keterbatasan disini. Kesadaran menempel erat pada pengalaman subyektif manusia yang dialami dari sudut pandang orang pertama. Pengamatan obyektif khas sains modern tidak akan mungkin mampu memahaminya sepenuhnya.

Namun, kajian tentang otak tetap diperlukan. Banyak kegunaan darinya, mulai dari pengetahuan sampai untuk tujuan medis. Namun, pengalaman sadar tetap tidak akan bisa dijangkau sepenuhnya. Harris menyebut hal ini sebagai *qualia*, yakni pengalaman subyektif atas kesadaran sebagaimana dialami oleh orang yang mengalaminya. Di dalam kajian sains modern, *qualia* adalah sebuah misteri yang tak terpecahkan, yakni pengalaman subyektif yang sungguh nyata, tetapi tidak bisa dipetakan oleh teknologi tercanggih sekalipun.<sup>34</sup>

Kajian neurosains tetap tidak menyerah. Para ahli neurosains mencoba memetakan bagian-bagian otak manusia sesuai dengan fungsinya. Proses ini masih terus terjadi sampai sekarang. Seperti disinggung sebelumnya, ini adalah problem sederhana atau mudah tentang kesadaran (*easy problem of consciousness*). Pola kajian semacam ini tidak menyentuh asal muasal terciptanya kesadaran.

Satu pandangan kiranya cukup diterima luas. Kesadaran adalah hasil interaksi yang begitu cepat dan banyak antara neurons di otak manusia. Otak dilihat sebagai mesin yang terus bekerja di dalam menanggapi rangsangan panca indera dari dunia luar. Kesadaran adalah buah yang lahir interaksi yang kompleks semacam ini. Walaupun begitu, menurut Harris, kajian semacam ini tidak sampai pada hakekat ataupun asal terciptanya kesadaran, namun cukup berguna untuk kepentingan medis.<sup>35</sup>

Juga ada keterbatasan lain di dalam pola penelitian semacam itu. Ada pengetahuan baru soal fungsi dan bagian-bagian otak. Ada juga pengetahuan baru

<sup>32</sup> Lihat (Harris 2019)

<sup>33</sup> Lihat (Wattimena, Filsafat Kritis Immanuel Kant 2010)

<sup>34</sup> Lihat (Harris 2019)

<sup>35</sup> Lihat (Harris 2019)

tentang kaitan antara pengalaman manusia dan otaknya. Namun, pertanyaan tentang makna kesadaran tetap tak terjawab. Hakekat kesadaran tetap menjadi misteri yang menanti untuk dipecahkan.

Apakah orang yang sedang pingsan itu sadar? Apakah orang yang sedang berada di dalam keadaan koma itu juga sadar? Apakah orang yang sedang berada dalam pengaruh obat, misalnya ketika sedang menjalani prosedur operasi, juga dapat disebut sebagai orang yang sadar? Beberapa cabang neurosains masih terus melakukan penelitian untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan tersebut. Walaupun sangat penting dan berguna, penelitian tentang tema ini belum mengungkap soal hakekat maupun asal usul kesadaran.

**Bagan 4.**  
**Penolakan pada Teori *Emergence*<sup>36</sup>**



Para praktisi neurosains masih tetap bersikukuh beranggapan, bahwa kesadaran adalah sesuatu yang muncul dari kompleksitas otak dan sistem biologis manusia. Menurut Harris, ada dua hal yang bermasalah di dalam pandangan ini. Pertama, seperti sudah disinggung sebelumnya, pandangan ini berpijak pada pengandaian, bahwa ada titik jelas antara kesadaran dan ketidaksadaran. Ada saat dimana materi itu tidak sadar, dan kemudian berubah menjadi sadar. Pengandaian ini tidaklah tepat.

Dua, kesadaran kerap dilihat hanya sebagai bagian dari otak. Bagian lain dari tubuh manusia tidak memiliki kaitan dengan kesadaran. Ini jelas bertentangan

<sup>36</sup> Hasil rumusan penulis

dengan pemahaman yang berkembang di dalam sains modern itu sendiri. Seluruh kehidupan, menurut Harris, adalah cerminan kesadaran itu sendiri. Bahkan mahluk bersel satu memiliki jejak-jejak kesadaran di dalamnya.<sup>37</sup>

Bisa juga, kesadaran merupakan dasar dari kenyataan. Ia seperti karpet yang menjadi dasar bagi semua benda di atasnya. Benda-benda itu adalah segala yang ada di dalam kenyataan. Ini kiranya merupakan satu pandangan dari teori kuantum yang terhubung langsung dengan panpskisme. Dalam arti ini, kesadaran tidaklah lahir dari kompleksitas sistem biologis manusia, terutama otak, melainkan sebaliknya, yakni sistem biologis manusia lahir dari kesadaran yang merupakan dasar dari kenyataan.

Lalu, apakah kesadaran memiliki tempat di dunia? Para ilmuwan, pada umumnya, masih melihat kesadaran sebagai sesuatu yang bertumbuh dan berkembang di otak. Organ lain dianggap tidak terkait langsung dengan kesadaran manusia. Perdebatan masih terbuka sampai detik tulisan ini dibuat. Walaupun, menurut Harris, perdebatan ini tidaklah membantu di dalam upaya untuk memahami inti dari kesadaran manusia.

Beberapa pakar neurosains juga melihat, bahwa kesadaran adalah bagian dari seluruh mahluk hidup. Kehidupan, dengan kata lain, identik dengan kesadaran. Bakteri, virus dan semua jenis mikroba memiliki kesadaran. Pandangan ini kiranya bisa dilihat sebagai bagian dari panpsikisme, sebagaimana dijelaskan sebelumnya. Harris lebih jauh menjelaskan, bahwa tidak hanya mahluk hidup yang memiliki kesadaran, tetapi juga unsur-unsur pembentuk mahluk hidup tersebut, yakni organ-organnya.

Dua pendekatan berikut kiranya bisa berdamai. Yang pertama adalah kajian terkait fungsi-fungsi otak. Ini biasanya terkait langsung dengan kepentingan dunia kedokteran. Yang kedua adalah kajian tentang hakekat dan asal muasal kesadaran. Kajian kedua ini yang lebih dekat dengan refleksi filosofis.

Kesadaran pun dialami sebagai “pengalaman menjadi sesuatu”. Ini kiranya, menurut Harris, merupakan cara paling tepat untuk berbicara tentang kesadaran. Beberapa keterangan kiranya relevan. Seperti sedikit disinggung sebelumnya, kesadaran dapat dipahami sebagai kemampuan untuk melihat diri sendiri, atau refleksi diri. Ada juga unsur keawasan (*alertness*) di dalamnya.

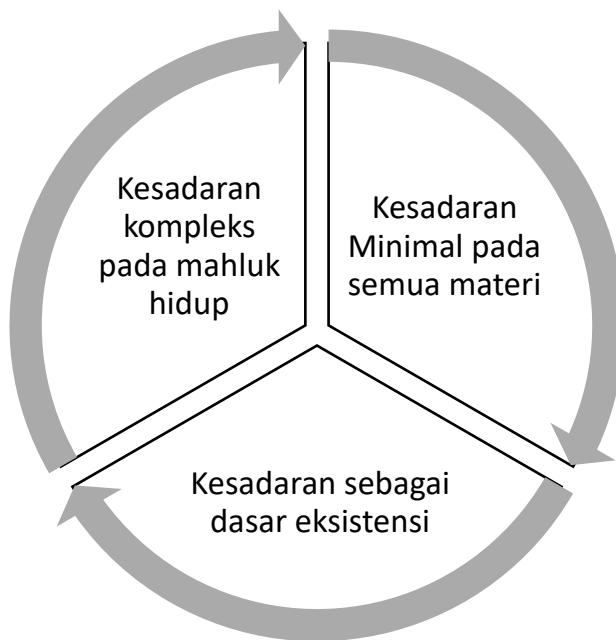
Dalam arti ini, keawasan adalah berfungsinya panca indera manusia untuk menyerap kenyataan sekitar. Fungsi panca indera ini tentunya juga terkait dengan kesadaran manusia. Semua unsur ini, yakni kesadaran sebagai “pengalaman akan sesuatu”, refleksi diri dan keawasan, tentunya bisa menciptakan kebingungan.

---

<sup>37</sup> Lihat (Harris 2019)

Bagaimana dengan ketika kita tidur, dan tidak ada mimpi di dalamnya? Hal ini masih menjadi bahan kajian dan diskusi para ahli sampai sekarang.<sup>38</sup>

**Bagan 5.**  
**Tiga Konsep Kesadaran<sup>39</sup>**



Di titik ini, pertanyaan terpenting yang mesti dijawab adalah, apa kaitan sebenarnya antara alam semesta dan kesadaran? Beberapa filsuf dan ilmuwan sampai pada kesepakatan umum, bahwa kesadaran meresap ke dalam segala unsur di alam semesta. Semua jenis materi memiliki setitik kesadaran di dalamnya. Mungkin, menurut Harris, ada entitas dengan kesadaran minimal dan entitas dengan kesadaran maksimal. Begitulah berbagai organ di dalam diri manusia yang juga memiliki ciri sadar, walaupun dengan intensitas yang berbeda-beda.

Ada juga pandangan yang mengaitkan kesadaran dengan evolusi. Dalam arti ini, kesadaran dilihat sebagai hasil dari evolusi biologis. Ia adalah hasil dari proses manusia berusaha melestarikan dirinya sebagai spesies. Namun, bukankah ini terbalik? Sebagaimana ditegaskan oleh Harris, untuk bisa melestarikan dirinya sebagai spesies, manusia membutuhkan kesadaran.

<sup>38</sup> Lihat (Harris 2019)

<sup>39</sup> Hasil rumusan penulis

Maka, kesadaran berada sebelum upaya, atau tindakan manusia. Kesadaran berada sebelum pikiran dan tindakan. Kesadaran bukanlah hasil evolusi biologis manusia. Sebaliknya, untuk bisa melakukan proses evolusi, terutama unsur biologisnya, manusia membutuhkan kesadaran. Kritik ini kiranya juga berlaku untuk teori *emergence* tentang kesadaran, seperti dijelaskan sebelumnya.

Secara intuitif, teori ini juga bermasalah. Tidak bisa kita membayangkan, bahwa kompleksitas sistem biologis akan melahirkan kesadaran. Ini juga seperti membayangkan, bahwa robot, dengan kompleksitas sistemnya, akan melahirkan kehidupan. Kesadaran adalah sesuatu yang amat sederhana, sekaligus rumit. Ia begitu jelas dialami setiap saat, sekaligus begitu penuh misteri.

Kiranya hal serupa dialami semua mahluk. Contoh sederhana adalah mahluk hidup bersel sederhana bernama bakteri. Tidak sulit membayangkan, bahwa sebagai mahluk hidup, bakteri pun memiliki kesadaran. Ia mengalami pengalamannya secara subyektif dari sudut pandang orang pertama. Tentu saja, dibandingkan ciri kesadaran manusia, kesadaran di dalam bakteri memiliki ciri kualitatif yang berbeda.<sup>40</sup>

---

<sup>40</sup> Lihat (Harris 2019)

**Bagan 5.**  
**Salah Paham Kesadaran<sup>41</sup>**



Kesadaran juga tidak bisa disamakan dengan kekuatan berpikir rumit. Keduanya tidak selalu jalan berbarengan. Komputer dan robot bisa berpikir kompleks. Ia bisa melakukan analisis secara mendalam dan rumit. Namun, ini tidak berarti, bahwa komputer dan robot itu memiliki kesadaran.<sup>42</sup>

Sebaliknya, keberadaan kesadaran juga tidak terkait dengan pikiran. Di dalam tradisi Asia, orang melakukan meditasi. Ini adalah proses untuk menyadari jati diri kita yang sebenarnya. Para meditator sadar, bahwa orang bisa sadar, tanpa adanya pikiran. Kesadaran, dalam arti ini, mendahului pikiran.<sup>43</sup>

Kesadaran juga tidak terkait dengan pengalaman inderawi. Panca indera bisa redup. Namun, kesadaran tetap menyala. Bahkan, pada tingkat keheningan tertentu,

<sup>41</sup> Hasil rumusan penulis

<sup>42</sup> Lihat (Wattimena, Memaknai Digitalitas: Sebuah Filsafat Dunia Digital 2023)

<sup>43</sup> Lihat (Wattimena, Teori Transformasi Kesadaran dan Pengembangannya 2025) (Wattimena, Jantung Hati Zen 2025)

orang bisa menyadari keheningan dari kesadaran itu sendiri.<sup>44</sup> Konsep diri, dalam arti ini, adalah sebentuk pikiran yang bisa dilampaui juga di dalam keheningan.

Pengalaman juga bisa ada, tanpa adanya pikiran maupun sensasi pancha indera. Orang bisa menyadari kekosongan, yakni keadaan batin tanpa konsep.<sup>45</sup> Pada arti yang lebih dalam, kesadaran juga menyerap ke dalam materi. Kesadaran tidak bisa dipisahkan dari materi. Alasannya sederhana, bahwa manusia adalah mahluk biologis material, sekaligus sadar, bahwa ia adalah mahluk yang sadar.

Fisika klasik dan modern memang menolak pandangan itu. Dasar berpikir mereka adalah materialisme, yakni kenyataan yang melulu bersifat material. Namun, ada kelemahan mendasar di dalam cara berpikir ini. Sains dan filsafat hanya bisa memahami fungsi sekaligus relasi antar materi di kenyataan. Keduanya, bahkan sampai detik ini tulisan ini dibuat, tidak bisa menyentuh dan menyelami hakekat dari materi.

Beragam pandangan lain juga berkembang. Pengetahuan manusia bersifat relatif. Konsep-konsep yang dikembangkan juga bersifat relatif. Itu semua hanya penamaan, dan dapat berubah, sesuai dengan keadaan. Satu hal yang pasti, yang sudah lepas dari berbagai misteri, adalah kesadaran, atau fakta, bahwa kita sadar.

Kesadaran bukanlah sebuah misteri, karena kita mengalaminya langsung. Setiap saat, kita merasakan sesuatu. Ini semua adalah pengalaman subyektif dari sudut pandang orang pertama yang tak terbantahkan. Kita bisa mengalaminya secara utuh dan penuh. Namun, secara konseptual, kita tidak bisa memahami hakekat dari pengalaman sadar tersebut.

Hal serupa terkait pemahaman kita soal materi. Kita bisa memahami fungsi dari dunia materi. Kita juga bisa memahami, bagaimana ia tercipta. Namun, kita tidak bisa memahami hakekat dari materi itu sendiri. Beberapa ahli menyebut ini sebagai “problematika sulit tentang materi” (*hard problem of matter*).

Matematika membantu di dalam proses ini. Ia menjabarkan struktur dari kenyataan dengan berpijak pada abstraksi. Beragam simbol dirumuskan untuk membantu pemahaman. Namun, simbol bukanlah kenyataan. Rumusan abstrak matematis tidak menjelaskan hakekat dari kenyataan itu sendiri.

Fisika juga serupa. Banyak formula abstrak yang dirumuskan. Banyak teori yang juga dikembangkan. Namun, tentang hakekat dari dunia fisik, yang merupakan obyek utama kajian ilmunya, fisika juga membisu. Fisika kuantum mulai mendekati persoalan ini secara lebih mendalam.

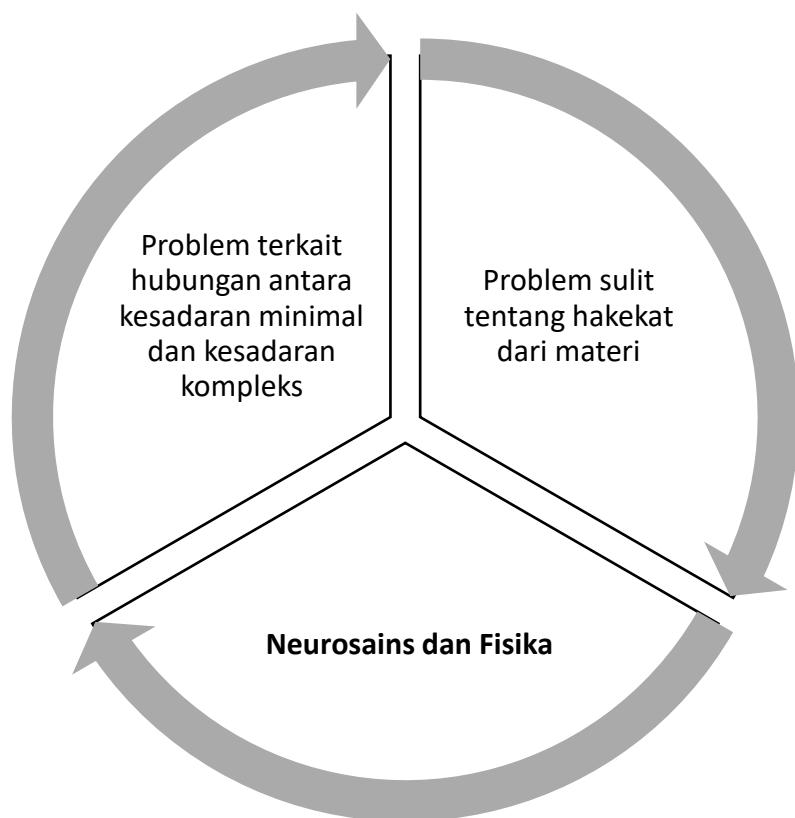
---

<sup>44</sup> Lihat (Wattimena, Jantung Hati Zen 2025) (Wattimena, Teori Transformasi Kesadaran dan Pengembangannya 2025)

<sup>45</sup> Lihat (Wattimena, Percikan FIlsafat, Politik dan Spiritualitas 2025)

Temuannya pun cukup mengejutkan. Hakekat dari kenyataan material justru bukanlah sesuatu yang bersifat material. Ada sesuatu yang sadar, ketika kita berbicara soal unsur terdalam dari kenyataan. Kesadaran, dalam arti ini, bukanlah suatu kemampuan berpikir kompleks, seperti misalnya pada manusia. Kesadaran bisa dilihat sebagai kehidupan, atau kesadaran yang bersifat minimal di dalam unsur terdalam kenyataan.

**Bagan 6.**  
**Dua Tantangan Neurosains dan Fisika<sup>46</sup>**



“Sekali lagi”, demikian tulis Harris, “perlu untuk membedakan antara kesadaran dan pemikiran kompleks, ketika sedang mempertimbangkan pandangan panpsikisme modern. Mempostulatkan bahwa kesadaran itu fundamental tidaklah sama dengan memandang bahwa ide-ide atau pemikiran kompleks merupakan sesuatu yang fundamental, dan secara ajaib lahir dari realisasi material dari ide-ide

<sup>46</sup> Hasil rumusan penulis

tersebut (kesalahan tafsiran atas panpsikisme yang kerap terjadi).”<sup>47</sup> Yang amat mungkin terjadi, dan ini kiranya menjadi argumen Harris, bahwa kesadaran adalah unsur dasar kenyataan yang, nantinya, melahirkan kenyataan yang kompleks, dan salah satunya adalah batin manusia (*human mind*).

Panpsikisme juga menegaskan bahaya dari antropomorfisme di dalam memahami kesadaran. Di dalam diri manusia, kesadaran berpaut erat dengan ingatan khas manusia. Pola semacam ini tidaklah universal, melainkan khas manusia. Mahluk hidup lain memiliki ciri kesadaran yang berbeda. Maka dari itu, kita perlu membedakan antara kesadaran dan ingatan.

Panpsikisme juga menegaskan ciri sadar dari kenyataan. Namun, ciri sadar itu bukanlah seperti pada mahluk hidup dengan kesadaran kompleks, seperti manusia. Di dalam kenyataan sebagai keseluruhan, kesadaran lebih menyerupai arus. Tidak ada ingatan di dalamnya, sebagaimana konsep ingatan ditemukan di dalam mahluk hidup yang kompleks. Ada relasi yang unik, dan belum terjelaskan, antara kesadaran minimal di dalam kenyataan ini dengan kesadaran yang lebih kompleks di dalam mahluk hidup.<sup>48</sup>

Annaka Harris menyebut hal ini sebagai “persoalan kombinasi”, atau *combination problem*. Ini merupakan salah satu tantangan terbesar di dalam panpsikisme. Persoalan mendasarnya adalah hubungan antara kesadaran minimal dengan kesadaran yang lebih kompleks. Apakah keduanya sungguh terpisah, atau menyatu dalam semua keadaan? Proses perkembangan kesadaran itu pun juga belum terjelaskan.

Ada kesalahan mendasar disini. Menurut Harris, kesadaran juga sering disamakan dengan konsep diri (*self*). Dalam arti ini, konsep diri adalah sekumpulan ciri yang melibatkan ingatan, dan membentuk adanya subyek. Subyek itu sendiri mengandung ciri kepribadian, seperti empati, rasa percaya diri dan sebagainya. Kesadaran, menurut Harris, menjadi dasar bagi kepribadian, tetapi bukanlah kepribadian itu sendiri.

“Mungkin”, demikian tulis Harris, “adalah salah berbicara tentang subyek dari kesadaran. Lebih akurat kita berbicara tentang pengalaman sadar di waktu-ruang tertentu.”<sup>49</sup> Kesadaran bukanlah ingatan. Kesadaran juga bukanlah diri, atau kepribadian tertentu. Ia adalah sesuatu yang lebih mendasar, yakni pengalaman sadar di waktu dan ruang tertentu.

Pembedaan ini membantu kita memahami posisi panpsikisme yang dikembangkan Harris. Kesadaran bukanlah kepribadian yang penuh dengan ciri

<sup>47</sup> (Harris, Conscious: A Brief Guide to the Fundamental Mystery of the Mind 2019)

<sup>48</sup> Lihat (Harris, Conscious: A Brief Guide to the Fundamental Mystery of the Mind 2019)

<sup>49</sup> (Harris, Conscious: A Brief Guide to the Fundamental Mystery of the Mind 2019)

sosialnya. Kesadaran juga bukanlah ingatan yang terkait erat dengan proses berpikir yang kompleks. Dalam arti ini, terutama dari sudut pandang panpsikisme, kesadaran adalah diri dasar sekaligus ciri hakiki dari kenyataan. Ia bukanlah sekedar kecerdasan yang melibatkan proses pengolahan informasi, seperti, misalnya, pada kecerdasan buatan.<sup>50</sup>

Analoginya sederhana. Kesadaran adalah ciri dasar dari segalanya. Bentuknya beragam, walaupun tetap berisi kesadaran sebagai unsur utamanya. Ini seperti air yang menjadi unsur dasar dari beragam jenis minuman, mulai dari teh, kopi, bir dan sebagainya. Bahkan, ruang dan waktu, yang juga menjadi penopang dari kenyataan, juga mengandung kesadaran di dalamnya.

Menanggapi ini, ada dua tanggapan dari kalangan peneliti neurosains. Pertama, mereka mengabaikan persoalan sulit tentang kesadaran yang melahirkan panpsikisme. Bagi mereka, persoalan tersebut tidak terkait dengan fungsi otak di dalam keseharian manusia. Yang kedua, beberapa peneliti neurosains terus mendalami panpsikisme di dalam neurosains, sambil terus melakukan penelitian terkait dengan fungsi-fungsi otak. Kita tidak mungkin sungguh memahami fungsi-fungsi otak, tanpa memahami hakekat terdalam dari otak itu sendiri.<sup>51</sup>

Harris mengambil posisi yang kedua. Baginya, setiap penelitian terkait dengan otak dan kesadaran akan selalu berujung pada panpsikisme dengan ragam variasinya. Di satu sisi, ada panpsikisme yang bersifat moderat. Kesadaran dilihat hanya sebagai unsur dasar dari kenyataan sebagai keseluruhan. Kesadaran menjadi semacam benih bagi ingatan dan proses pikiran yang lebih kompleks. Di sisi lain, panpsikisme radikal mengambil posisi, bahwa seluruh alam semesta adalah suatu bentuk kesadaran yang tak terbatas itu sendiri.

Satu hal yang perlu dicatat disini. Metode penelitian ilmiah di dalam sains modern tidaklah bersifat mutlak. Ia memiliki keterbatasan pada dirinya sendiri. Sains modern bergerak dengan matematika dan abstraksi konseptual untuk memahami hakekat dari kenyataan. Namun, matematika adalah abstraksi dari kenyataan, sehingga ia tidak akan pernah sungguh bisa menyelami inti terdalam kenyataan itu sendiri. Dengan pola pendekatan ini, neurosains, sebagai bagian dari sains modern, tidak akan pernah bisa sungguh memahami inti atau hakekat dari kesadaran.

## Kesimpulan

Annaka Harris adalah seorang panpsikis. Ia menolak pendekatan materialistik di dalam memahami kesadaran manusia. Ia juga menolak teori *emergence* yang masih

<sup>50</sup> Lihat (Wattimena, Memaknai Digitalitas: Sebuah Filsafat Dunia Digital 2023) (Farina 2022)

<sup>51</sup> Lihat (Chalmers 1995) (Harris, Conscious: A Brief Guide to the Fundamental Mystery of the Mind 2019)

dianut oleh banyak pemikir neurosains. Baginya, ini sejalan dengan pandangan dasar panpsikisme, kesadaran adalah unsur dasar dari kenyataan. Kesadaran adalah pengalaman subyektif yang tak terbantahkan, karena kritik pun juga mengandaikan adanya kesadaran itu sendiri.

Namun, Harris tidak juga menyentuh hakekat dari kesadaran itu sendiri. Ia melihat kesadaran sebagai sesuatu yang terberi, namun intinya tetap merupakan misteri. Sains modern, dengan metode empiris eksperimentalnya, tidak akan pernah bisa menyingkap hakekat atau inti dari kesadaran ini. Di titik inilah sains menemukan keterbatasannya, ketika berbicara tentang kesadaran sebagai unsur dasar dari kenyataan. Pada titik ini, Harris mungkin harus menengok ke tradisi yang lebih tua, supaya bisa menyingkap misteri terkait hakekat dari kesadaran tersebut.<sup>52</sup>

## Daftar Acuan

- Chalmers, David. 1995. *The Conscious Mind: In Search of Theory of Conscious Experience*. California: Department of Philosophy, University of California, Santa Cruz.
- Farina, Lydia. 2022. "Artificial Intelligence Systems, Responsibility and Agential Self-Awareness." Dalam *Philosophy and Theory of Artificial Intelligence 2021*, oleh Vincent C. Müller. Springer.
- Godehard Brüntrup, Ludwig Jaskolla. 2017. *Panpsychism : contemporary perspectives*. Oxford University Press.
- Harris, Annaka. t.thn. *Annaka Harris*. Diakses 6 6, 2025. <https://annakaharris.com/about/>.
- . 2019. *Conscious: A Brief Guide to the Fundamental Mystery of the Mind*. Harper.
- Koch, Christof. 2019. *The Feeling of Life Itself: Why Consciousness Is Widespread but Can't Be Computed*. MIT Press.
- Wattimena, Reza A.A. 2025. *Epistemologi Pembebasan*. Jakarta: Rumah Filsafat.
- . 2008. *Filsafat dan Sains*. Jakarta: Grasindo.
- . 2010. *Filsafat Kritis Immanuel Kant*. Jakarta: Evolitera.
- . 2025. *Jantung Hati Zen*. Jakarta: Rumah Filsafat.
- Wattimena, Reza A.A. 2023. "Memahami Kesadaran Bersama David Chalmers." *THE ARY SUTA CENTER SERIES ON STRATEGIC MANAGEMENT*.
- . 2023. *Memaknai Digitalitas: Sebuah Filsafat Dunia Digital*. Yogyakarta: Kanisius.

<sup>52</sup> Lihat misalnya (Wattimena, Jantung Hati Zen 2025)

Wattimena, Reza A.A. 2023. "Menyingkap Misteri Kesadaran Manusia Lewat Filsafat dan Neurosains." *The Ary Suta Center Series on Strategic Management*.

- . 2025. *Percikan Filsafat, Politik dan Spiritualitas*. Jakarta: Rumah Filsafat.
- . 2025. *Teori Transformasi Kesadaran dan Pengembangannya*. Jakarta: Rumah Filsafat.