

Sapta Duka Maria: Duka sebagai Jalan Menuju Pertumbuhan Iman

Cecilia Paulina Sianipar

Dosen Program Studi Pendidikan Keagamaan Katolik, FKIP
Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta

Bagi umat Katolik, Bunda Maria bukan hanya sosok ibu yang melahirkan Yesus, tetapi juga teladan kesetiaan yang tak tergoyahkan. Salah satu devosi yang menggambarkan sisi paling manusiawi dari Maria adalah Sapta Duka Maria—tujuh peristiwa yang menghadirkan luka batin mendalam dalam hidupnya sebagai ibu dan murid Kristus.

Mungkin sebagian umat Katolik berpikir, “Maria hidup pada zaman Yesus, tentu penderitaannya berbeda dengan zaman kita.” Namun, jika direnungkan, Sapta Duka Maria tetap relevan, bahkan sangat dekat dengan pengalaman umat masa kini.

Pada era modern, banyak orang menghadapi versi mereka sendiri dari “tujuh duka”: kehilangan orang terkasih, perpindahan atau pengungsian karena konflik, kegelisahan atas masa depan anak, hingga kesulitan mempertahankan iman di tengah tekanan hidup.

Nubuat Simeon tentang pedang yang menembus jiwa dapat kita lihat sebagai pengingat bahwa hidup orang beriman tidak steril dari penderitaan. Banyak keluarga Katolik hari ini mengalami “pedang” berupa krisis ekonomi, sakit penyakit, atau konflik rumah tangga.

Pelarian ke Mesir bisa dibandingkan dengan pengalaman para pengungsi atau migran Katolik yang harus meninggalkan tanah kelahirannya demi keselamatan keluarga. Yesus yang hilang di Yerusalem menggambarkan kecemasan orang tua yang merasa kehilangan anak mereka, entah secara fisik atau secara iman. Pada era digital, banyak anak muda “hilang” dalam dunia virtual, jauh dari nilai-nilai iman.

Pertemuan di Jalan Salib adalah simbol dukungan penuh di tengah penderitaan orang

terkasih, sedangkan berdiri di kaki salib adalah puncak solidaritas iman: tidak lari dari realitas pahit, tetapi tetap setia hingga akhir.

Menerima jenazah Yesus adalah pengalaman kehilangan yang mungkin dialami banyak umat—kehilangan orang terkasih, mimpi, atau harapan. Pemakaman Yesus mengajarkan tentang melepaskan, mengajak kita rela menyerahkan hal-hal yang tidak bisa kita ubah kepada Allah.

Mengikuti devosi Sapta Duka Maria bukanlah untuk meratapi nasib atau menumbuhkan rasa sedih berlarut-larut. Justru, ini adalah latihan rohani untuk melihat penderitaan sebagai bagian dari proses pertumbuhan iman.

Kita hidup pada zaman yang cenderung alergi terhadap rasa sakit. Budaya populer sering mendorong kita untuk “cepat move on” atau mencari pelarian instan. Namun, Sapta Duka Maria mengajarkan bahwa luka tidak harus dihindari—luka bisa menjadi jalan menuju kedalaman relasi dengan Allah.

Maria tidak pernah menyerah pada keputusan. Bahkan, ketika semua tanda harapan seolah hilang di Golgota, ia tetap percaya pada janji Allah. Inilah pelajaran penting bagi umat Katolik masa kini yang hidup di tengah dunia penuh ketidakpastian.

Refleksi ini juga mengajak kita untuk lebih peka pada penderitaan orang lain. Dalam dunia yang bergerak cepat, mudah sekali kita abai terhadap tangis sesama. Sapta Duka mengundang kita untuk berhenti sejenak, melihat wajah mereka yang menderita, dan hadir bersama mereka—bukan hanya memberi solusi cepat, tetapi juga kesetiaan untuk menemani.

Dari Sapta Duka Maria, ada setidaknya tiga nilai yang bisa menjadi pegangan umat Katolik masa kini. Pertama, kesetiaan dalam penderitaan. Maria menunjukkan bahwa iman sejati bukan hanya soal bersyukur saat berkat datang, tetapi juga bertahan saat badai menerpa. Dalam kehidupan modern yang serba instan, kesetiaan menjadi barang langka. Sapta Duka mengingatkan kita untuk setia, bukan hanya pada Allah, tetapi juga pada komitmen hidup kita—dalam keluarga, pekerjaan, dan pelayanan.

Kedua, solidaritas dengan yang menderita. Setiap peristiwa duka Maria menegaskan pentingnya hadir bagi mereka yang sedang kesusahan. Umat Katolik dipanggil menjadi komunitas yang peduli. Ketika kita hadir bagi sesama yang menderita, kita sedang menjadi “Maria” bagi mereka.

Ketiga, pengharapan yang tidak padam. Meski mengalami tujuh luka batin, Maria tidak pernah kehilangan pengharapan. Dalam dunia yang mudah putus asa, sikap Maria adalah cahaya. Ia percaya bahwa kematian bukanlah akhir cerita. Pengharapan ini bukan optimisme buta, tetapi keyakinan bahwa Allah memegang kendali. Hal ini mengingatkan kita akan ungkapan iman Maria yang mendalam dan kiranya menjadi rujukan bagi umat Katolik, yakni: “Aku ini hamba Tuhan, terjadilah padaku menurut perkataan-Mu.”

Sapta Duka Maria adalah cermin bahwa iman bukan jalan bebas hambatan. Di dalamnya, ada air mata, kehilangan, dan rasa sakit. Tetapi justru melalui luka-luka itulah Maria menjadi teladan umat beriman—seorang ibu yang tetap berdiri, tetap percaya, dan tetap mengasihi.

Bagi umat Katolik di zaman ini, merenungkan Sapta Duka berarti belajar untuk tidak lari dari penderitaan, tetapi menjadikannya kesempatan untuk bertumbuh dalam iman. Ada Bunda yang telah lebih dulu berjalan di jalan itu, dan ia tetap berdiri teguh. Seperti Maria, kita pun bisa menjadikan duka sebagai jalan menuju pertumbuhan iman. ●