

Siete encuentros con san José: un recorrido por sus dolores y gozos

Los siete domingos de san José invitan a recorrer, semana a semana, los momentos de luz y de sombra en la vida del Santo Patriarca. Al contemplar sus alegrías y dificultades, esta costumbre de la Iglesia nos ayuda a crecer en intimidad con él y nos prepara para celebrar su solemnidad el 19 de marzo.

29/01/2026

Los siete domingos de san José 2026 (dolores y gozos)

- Primer domingo de san José (1 de febrero).
- Segundo domingo de san José (8 de febrero).
- Tercer domingo de san José (15 de febrero).
- Cuarto domingo de san José (22 de febrero).
- Quinto domingo de san José (1 de marzo).
- Sexto domingo de san José (8 de marzo).
- Séptimo domingo de san José (15 de marzo).

Reza con las meditaciones para los siete domingos de san José

La Iglesia, siguiendo una antigua costumbre, prepara la fiesta de san José, el día 19 de marzo, dedicando al Santo Patriarca los siete domingos anteriores a esa fiesta en recuerdo de los principales gozos y dolores de la vida de San José.

En concreto, fue el Papa Gregorio XVI quien fomentó la devoción de los siete domingos de san José, concediéndole muchas indulgencias; pero S.S. Pío IX les dio actualidad perenne con su deseo de que se acudiera a San José, para aliviar la entonces aflictiva situación de la Iglesia universal.

PDF con las imágenes de los dolores y gozos de san José del Santuario de Torreciudad.

Página especial sobre san José.

Te podría interesar: 8 oraciones a san José.

Los siete dolores y gozos de san José

Primer domingo de san José

Primer dolor: Estando desposada su madre María con José, antes de vivir juntos se halló que había concebido en su seno por obra del Espíritu Santo (Mt 1,18).

Primer gozo: El ángel del Señor se le apareció en sueños y le dijo: José, hijo de David, no temas recibir a María, tu esposa, pues lo concebido en ella es del Espíritu Santo. Dará a luz un hijo y le pondrás por nombre Jesús (Mt 1, 20-21).

Meditaciones: 1.º domingo de san José (audio y texto)

Primera reflexión para meditar durante los siete domingos de san José. Los temas propuestos son: la devoción de los siete domingos de san José; la misión del padre de Jesús; patrón de la Iglesia y de la Obra.

Segundo domingo de san José

Segundo dolor: Vino a los suyos, y los suyos no le recibieron (Jn 1,11).

Segundo gozo: Fueron de prisa y encontraron a María, a José y al niño reclinado en el pesebre (Lc 2,16).

Meditaciones: 2.º domingo de san José (audio y texto)

Segunda reflexión para meditar durante los siete domingos de san José. Los temas propuestos son: san José, padre amado; modelo de padre; patrono de la familia.

Tercer domingo de san José

Tercer dolor: Cuando se cumplieron los ocho días para circuncidarlo, le pusieron por nombre Jesús, como lo había llamado el ángel antes de que fuera concebido en el seno materno (Lc 2,21).

Tercer gozo: Dará a luz un hijo, y le pondrás por nombre Jesús, porque él salvará a su pueblo de sus pecados (Mt 1,21).

Meditaciones: 3.º domingo de san José (audio y texto)

Tercera reflexión para meditar durante los siete domingos de san José. Los temas propuestos son: san José enseña a Jesús; Jesús escucha la ley de labios de José; José experimenta la ternura de Dios.

Cuarto domingo de san José

Cuarto dolor: Simeón los bendijo, y dijo a María, su madre: Mira, éste ha sido puesto como signo de contradicción para que se descubran los pensamientos de muchos corazones (Lc 2,34-35).

Cuarto gozo: Porque han visto mis ojos tu salvación, la que preparaste ante todos los pueblos; luz para iluminar a las naciones (Lc 2,30-31).

Meditaciones: 4.º domingo de san José (audio y texto)

Cuarta reflexión para meditar durante los siete domingos de san José. Los temas propuestos son: cómo obedece san José; el recogimiento necesario para escuchar a Dios; con su obediencia anticipa la de Jesús.

Quinto domingo de san José

Quinto dolor: El ángel del Señor se apareció en sueños a José y le dijo: Levántate, toma al niño y a su madre, y huye a Egipto, y estate allí hasta que yo te avise, porque Herodes va a buscar al niño para matarlo (Mt 2,13).

Quinto gozo: Y estuvo allí hasta la muerte de Herodes, para que se cumpliera lo que dice el Señor por el profeta: "De Egipto llamé a mi hijo" (Mt 2,15).

Meditaciones: 5.º domingo de san José (audio y texto)

Quinta reflexión para meditar durante los siete domingos de san José. Los temas propuestos son: José acoge los planes divinos; descubrir a Dios en la realidad diaria; la coherencia del modo de hacer de Dios.

Sexto domingo de san José

Sexto dolor: Él se levantó, tomó al niño y a su madre y regresó a la tierra de Israel. Pero al oír que Arquelao reinaba en Judea en lugar de su padre Herodes, temió ir allá (Mt 2,21-22).

Sexto gozo: Y fue a vivir a una ciudad llamada Nazaret, para que se cumpliera lo dicho por los profetas: será llamado Nazareno (Mt 2,23).

Meditaciones: 6.º domingo de san José (audio y texto)

Sexta reflexión para meditar durante los siete domingos de san José. Los temas propuestos son: dificultades y creatividad en la vida de José; la actitud ante los problemas de una familia corriente; acoger la luz de Dios en lo ordinario.

Séptimo domingo de san José

Séptimo dolor: Le estuvieron buscando entre los parientes y conocidos, y al no hallarle, volvieron a Jerusalén en su busca (Lc 2,44-45).

Séptimo gozo: Al cabo de tres días lo hallaron en el Templo, sentado en medio de los doctores, escuchándoles y haciéndoles preguntas (Lc 2,46).

Meditaciones: 7.º domingo de san José (audio y texto).

Séptima reflexión para meditar durante los siete domingos de san José. Los temas propuestos son: Jesús trabajó junto a José; redescubrir el valor del trabajo; trabajo y oración, oración y trabajo.

pdf | Documento generado
automáticamente desde [https://
opusdei.org/es-es/article/dolores-y-
gozos-de-san-jose-siete-domingos/](https://opusdei.org/es-es/article/dolores-y-gozos-de-san-jose-siete-domingos/)
(04/02/2026)