



EL DEL SEÑOR SE APARECIÓ EN SUEÑOS A JOSÉ, Y LE DIJO: LEVANTATE, TOMA AL NIÑO Y A SU MADRE Y HUYE A EGIPTO, Y ESTATE ALLÍ HASTA QUE YO TE AVISE" (Mt 2, 13)

# DOLORES Y GOZOS DE SAN JOSÉ VISTOS POR JESÚS Y MARÍA

Como preparación para la fiesta de  
san José, 19 de marzo.

Regino Navarro Rivera

# INTRODUCCIÓN

Contemplar los dolores y gozos de San José es una tradición de la Iglesia que muchos católicos practican para fortalecer la devoción al santo Patriarca. El presente texto, que tienes en tus manos, se puede utilizar para hacer oración contemplativa durante los siete días anteriores a la fiesta de san José, 19 de marzo.

Este pequeño libro propone una forma concreta de vivir esta costumbre: entrar en la intimidad del hogar de Nazaret y escuchar un diálogo entre María y Jesús, ya en su juventud, recordando juntos la vida de José, que ha partido al Cielo.

No es una reconstrucción histórica, sino una contemplación amorosa. Un modo de acercarnos al corazón de aquel hombre justo que custodió el Misterio sin

comprenderlo del todo, pero amándolo por completo.

Que estas líneas te ayuden a:

- Conocer mejor a san José.
- Palpar su amor silencioso y con obras a Jesús y María.
- Imitar su santidad en la vida ordinaria.
- Aprender y vivir sus virtudes.
- Imitar su fidelidad cotidiana.

### **Cómo rezar con estos textos**

1. Son para rezar los siete días anteriores a la fiesta de san José, del 13 al 19 de marzo.
2. Detente en el relato del dolor y el gozo contemplados.
3. Lee despacio el diálogo.
4. Medita y haz un propósito.
5. Termina con la oración final.

Puede rezarse en familia o en silencio personal.

# SANTA TERESA DE JESÚS

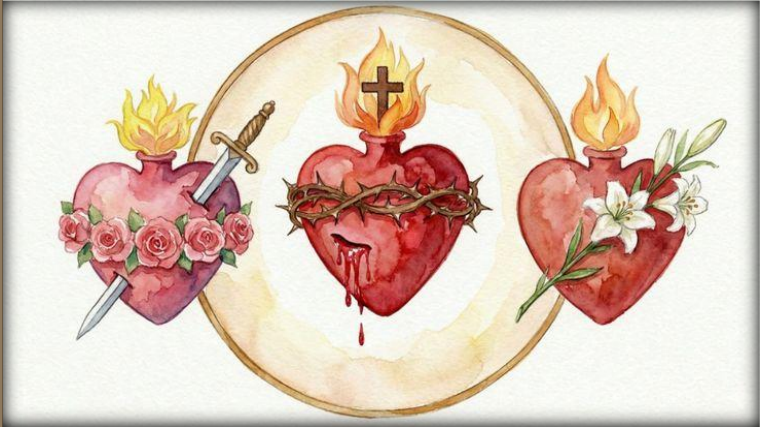
"Y tomé por abogado y señor al glorioso san José, y me encomendé mucho a él. [...] No me acuerdo hasta ahora haberle suplicado cosa que la haya dejado de hacer. Es cosa que espanta las grandes mercedes que me ha hecho Dios por medio de este bienaventurado santo, de los peligros que me ha librado, así de cuerpo como de alma; que a otros santos parece les dio el Señor gracia para socorrer en una necesidad; a este glorioso santo tengo experiencia que socorre en todas, y que quiere el Señor darnos a entender que así como le fue sujeto en la tierra (que como tenía nombre de padre siendo ayo, le podía mandar), así en el Cielo hace cuanto le pide. [...] Paréceme, hace algunos años, que cada año en su día le pido una cosa y siempre la veo cumplida. Si va algo torcida la petición, él la endereza para

más bien mío. [...] Sólo pido, por amor de Dios, que lo pruebe quien no me cree, y verá por experiencia el gran bien que es encomendarse a este glorioso Patriarca y tenerle devoción.

*Teresa de Ávila, Libro de la Vida, cap. 6, nn. 6-8.*

## **SAN JOSEMARÍA ESCRIVÁ**

“San José, padre y señor nuestro, casto y limpio, fiel y fuerte, que supiste hacer de tu vida un servicio constante a Jesús y a María: enséñanos a vivir como tú, trabajando con amor, obedeciendo con alegría y sirviendo con humildad”.



# JESÚS Y MARÍA HABLAN DE JOSÉ

# PRIMER DÍA

## La duda de José al ver a María embarazada y su obediencia gozosa



# RELATOS BÍBLICOS

## 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).

## 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).

## **Diálogo**

### **Jesús:**

Hoy he pensado mucho en mi padre José.

### **María:**

Tu padre era muy santo...sufrió antes de comprender. Cuando me vio esperando un Niño que no era suyo según la carne, su alma atravesó una noche.

No dudó de mi pureza. Dudó de sí mismo, de cuál sería su papel en este misterio. Pensó retirarse en secreto.

Oró en silencio.

Entonces el ángel le habló: "José, no temas recibir a María".

Despertó con luz. Y obedeció.

## **Jesús:**

Siempre obedecía sin retrasos, por lo que me cuentas. Se ve que confiaba y amaba más de lo que podía entender.

## **Meditación**

- ¿Qué hago cuando no comprendo lo que Dios permite?
- ¿Me retiro herido... o rezo en silencio?
- ¿Obedezco con prontitud cuando la conciencia me habla?

**Propósito:** obedecer en algo concreto sin demora ni queja.

# SEGUNDO DÍA

## La pobreza de Belén y el gozo del nacimiento de Jesús



# RELATOS BÍBLICOS

Dolor:

Vino a los suyos, y los suyos no lo recibieron (Jn 1,11).

Gozo:

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

## **Diálogo**

### **María:**

El decreto de Augusto nos llevó a Belén.  
Tu padre llamó a muchas puertas. Todas  
cerradas.

Cada negativa era una herida.

Pero cuando naciste en aquel establo...  
su rostro se iluminó. No tenía riqueza.  
Tenía al Hijo de Dios en brazos.

Dolor de no poder ofrecer más.  
Gozo de tenerlo Todo.

### **Jesús:**

YO tenía todo lo que necesitaba y más:  
el amor de mis padres.

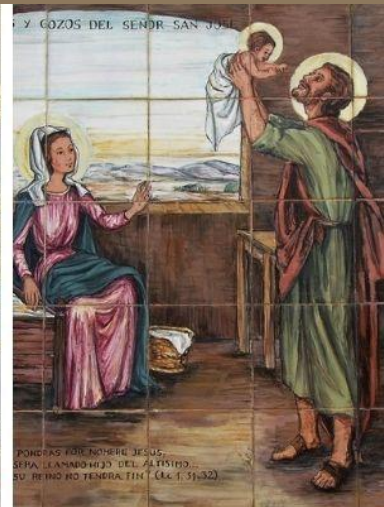
## **Meditación**

- ¿Me avergüenzo de mis limitaciones?
- ¿Creo que para amar necesito condiciones perfectas?

**Propósito:** agradecer mi realidad concreta, aunque sea pobre o limitada.

# TERCER DÍA

La sangre de Jesús  
derramada en la  
circuncisión y el gozo de  
ponerle un nombre



# RELATOS BÍBLICOS

## Dolor:

Cuando se cumplieron los ocho días para circuncidar al niño, le pusieron por nombre Jesús, como lo había mandado el ángel antes de que fuera concebido en el seno materno (Lc 2,21).

## Gozo:

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

## **Diálogo**

### **María:**

En el templo, cuando fuiste circuncidado,  
tu padre te sostuvo firme. Te vio llorar.

Y pronunció tu Nombre: Jesús.

Aceptó ante el mundo ser tu padre.

Dolor al verte herido.

Gozo al llamarte Hijo.

### **Jesús:**

¡Que padre tan grande me dio Dios en  
esta tierra!

## **Meditación**

- ¿Asumo públicamente mi fe?
- ¿Acepto responsabilidades que cuestan?

**Propósito:** dar un testimonio sencillo y claro de mi fe.



# RELATOS BÍBLICOS

## 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).

## 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).

## **Diálogo**

### **María:**

El anciano Simeón anunció que serías signo de contradicción. Yo escuché que una espada atravesaría mi corazón.

Tu padre guardó silencio. Sabía que habría cruz. Yo, también.

Pero también vio la alegría de Ana, que alababa a Dios por ti.

Dolor por el sufrimiento anunciado.  
Gozo por la certeza del plan divino.

### **Jesús:**

En el cielo estaremos juntos, y ya sólo habrá gozo en el corazón de los tres.

## **Meditación**

- ¿Acepto que seguir a Cristo implica contradicción?
- ¿Huyo del sacrificio?

**Propósito:** aceptar con serenidad cualquier dificultad o contrariedad que venga.

# QUINTO DÍA

## El exilio a Egipto y el gozo de cuidar a la Sagrada Familia



# RELATOS BÍBLICOS

## 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).

## 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).

## **Diálogo**

### **María:**

Un ángel avisó a tu padre: debía huir.  
Herodes el Grande quería matarte.

Salimos hacia Egipto.

Fue extranjero. Emigrante. Obrero  
anónimo. Forastero.

Pero su alegría era custodiarte.

Dolor por dejar su tierra.  
Gozo por proteger al Salvador.

### **Jesús:**

¡Me hubiera gustado ser mayor en aquel  
entonces para defenderlos!

## **Meditación**

- ¿Protejo lo que Dios me ha confiado?
- ¿Me sacrifico por mi familia sin dramatismos?

**Propósito:** hacer un acto concreto de servicio escondido.

# SEXTO DÍA

## La pérdida de Jesús en el templo y el gozo del reencuentro



# RELATOS BÍBLICOS

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).

Gozo:

Y fue a vivir a una ciudad llamada Nazaret, para que se cumpliera lo dicho por los profetas: será llamado Nazareno

## **Diálogo**

### **María:**

Te perdimos tres días en Jerusalén. Yo lloraba.

Tu padre no gritaba. Buscaba. Se le saltaron las lágrimas.

Cuando te encontré en el templo, comprendió que tu misión superaba sus manos de carpintero.

Dolor de no entender del todo.

Gozo de hallarte en la casa del Padre.

### **Jesús:**

Sí, me dolió a mí también, pero me debo a las cosas de mi Padre.

## **Meditación**

- ¿Busco a Dios cuando parece ausente?
- ¿Confío, aunque no comprenda?

**Propósito:** dedicar cada día un tiempo concreto a la oración.



# RELATOS BÍBLICOS

Dice San Bernardino sobre la muerte de San José, de la cual no se menciona nada en los Santos Evangelios:

"Piadosamente ha de creerse, por tanto, que en su muerte estaban presentes Jesucristo y la Santísima Virgen, su esposa. Las exhortaciones, consuelos, promesas, iluminaciones, inflamaciones y revelaciones de los bienes eternos que recibiría en su tránsito por parte de su Santísima Esposa y del dulcísimo Hijo de Dios, Jesús, lo dejó a la contemplación y consideración de la mente devota".

## **Diálogo**

### **María:**

Tus manos sostenían las suyas.

No vio tus milagros públicos. No estuvo al pie de la cruz.

Pero murió en nuestros brazos, Tú y yo.

Dolor de dejar esta tierra.  
Gozo de partir acompañado por el Amor.

### **Jesús:**

Madre... quiero que muchos lo amen.

### **María:**

Enséñales que la santidad puede ser

silenciosa. Que se puede ser muy santo en la vida ordinaria.

## **Meditación**

- ¿Vivo preparado para una muerte en paz?
- ¿Estoy viviendo una vida coherente?

**Propósito:** reconciliarme con Dios si es necesario y vivir hoy con sentido eterno.

## ORACIÓN FINAL PARA CADA DÍA

San José,  
padre fiel y custodio silencioso,  
enséñanos a confiar cuando no  
entendemos,  
a trabajar mucho y bien cuando  
nadie mira,  
a amar sin hacer ruido,  
a obedecer sin retrasos,  
y a morir con el corazón en paz.

Ruega por las familias.  
Ruega por las madres y los padres.  
Ruega por la Iglesia.

*Amén.*

**Propiedad de LaFamilia.info**

\*Imágenes: Santuario de  
Torreciudad – opusdei.org

**Prohibida le reproducción total o parcial sin  
permiso del autor.**



**eBook**

## **Historia Sagrada**

Héroes y sucesos que  
conmueven a niños y adultos

**[Cómpralo aquí](#)**

Descubre más contenidos  
para tu vida y tu familia en:

[www.lafamilia.info](http://www.lafamilia.info)

**lafamilia**.info

