

Os sete domingos de São José (dores e alegrias)

Os sete domingos de S. José são um costume da Igreja para preparar a festa de 19 de março. A meditação das “dores e alegrias de S. José” ajuda a conhecer melhor o santo Patriarca e a recordar que também ele enfrentou alegrias e dificuldades.

01/02/2025

Os sete domingos de S. José (dores e alegrias)

- Primeiro domingo de S. José.
- Segundo domingo de S. José.
- Terceiro domingo de S. José.
- Quarto domingo de S. José.
- Quinto domingo de S. José.
- Sexto domingo de S. José.
- Sétimo domingo de S. José.
- Solenidade de S. José

Outros recursos para os sete domingos de S. José

- Como é que S. Josemaria imaginava S. José?
- Textos e áudios sobre S. José.
- Orações a S. José.

A Igreja, seguindo um costume antigo, prepara a festa de S. José, dia 19 de março, dedicando ao Santo Patriarca os sete domingos anteriores a essa festa, lembrando as principais alegrias e dores da vida de S. José.

Mais precisamente, foi o Papa Gregório XVI que fomentou a devoção dos sete domingos de S. José, concedendo-lhe muitas indulgências, mas o Santo Padre Pio IX outorgou-lhes atualidade perene com o seu desejo de que se recorresse a S. José para acudir à então situação aflitiva da Igreja universal.

Descarregar folheto em formato PDF sobre as dores e alegrias de S. José, com ilustrações do santuário de TorreCiudad.

As sete dores e alegrias de S. José

Primeiro domingo de S. José

Primeira dor: Maria, sua Mãe, tendo sido desposada por José, antes de viverem juntos, descobriu-se grávida por obra do Espírito Santo (Mt 1, 18).

Primeira alegria: um anjo do Senhor lhe apareceu num sonho, dizendo: «José, filho de David, não tenhas medo de receber Maria, tua mulher, pois o que n'Ela foi gerado provém do Espírito Santo. Dará à luz um filho, e chamá-l'O-ás com o nome de Jesus» (Mt 1, 20-21).

Meditações: 1º domingo de S. José
(áudio e texto)

Primeira reflexão para meditar durante os sete domingos de S. José. Os temas propostos são: a devoção dos sete domingos de S. José; a missão do pai de Jesus; padroeiro da Igreja e da Obra.

Segundo domingo de S. José

Segunda dor: Veio para o que era seu, mas os seus não O acolheram (Jo 1, 11).

Segunda alegria: Foram, então, com pressa e encontraram Maria, José e a Criança deitada na manjedoura (Lc 2, 16).

Meditações: 2º domingo de S. José
(áudio e texto)

Segunda reflexão para meditar durante os sete domingos de S. José. Os temas propostos são: S. José, pai amado; modelo de pai; patrono da família.

Terceiro domingo de S. José

Terceira dor: Quando se cumpriram os oito dias para o circuncidar, foi chamado com o nome Jesus, o que fora dado pelo anjo antes de ter sido concebido no ventre materno (Lc 2, 21).

Terceira alegria: Dará à luz um filho, e chamá-l'O-ás com o nome de Jesus, pois Ele salvará o seu povo dos seus pecados (Mt 1, 21).

Meditações: 3º domingo de S. José
(áudio e texto)

Terceira reflexão para meditar durante os sete domingos de S. José. Os temas propostos são: S. José ensina Jesus; Jesus ouve a Lei da boca de José; José experimenta a ternura de Deus.

Quarto domingo de S. José

Quarta dor: Simeão abençoou-os e disse a Maria, sua Mãe: «Eis que Ele está aqui para (...) ser um sinal de contradição (...) a fim de se revelarem os pensamentos de muitos corações» (Lc 2, 34-35).

Quarta alegria: Porque os meus olhos viram a tua salvação que preparaste diante de todos os povos: luz para revelação aos pagãos (Lc 2, 30-32).

Meditações: 4º domingo de S. José
(áudio e texto)

Quarta reflexão para meditar durante os sete domingos de S. José. Os temas propostos são: como S. José obedece; o recolhimento necessário para ouvir Deus; com a sua obediência, antecipa a de Jesus.

Quinto domingo de S. José

Quinta dor: Um anjo do Senhor apareceu num sonho a José, dizendo: «Levanta-te, toma o Menino e a sua Mãe, foge para o Egito e fica por lá até que eu te diga, pois Herodes está prestes a procurar o Menino para O matar» (Mt 2, 13).

Quinta alegria: Ali permaneceu até à morte de Herodes, para que assim se cumprisse o que foi dito pelo Senhor por meio do profeta que diz: *Do Egito chamei o meu filho* (Mt 2, 15).

Meditações: 5º domingo de S. José
(áudio e texto)

Quinta reflexão para meditar durante os sete domingos de S. José. Os temas propostos são: José acolhe os planos divinos; descobrir Deus na realidade diária; a coerência do modo de fazer de Deus.

Sexto domingo de S. José

Sexta dor: Ele, levantando-se, tomou o Menino e a sua Mãe, e foi para a terra de Israel. Ao ouvir, porém, que Arquelau reinava na Judeia em lugar de seu pai Herodes, teve medo de ir para lá (Mt 2, 21-22).

Sexta alegria: E veio morar numa cidade chamada Nazaré. Assim se cumpriu o que foi dito por meio dos profetas: «Será chamado nazareno» (Mt 2, 23).

Meditações: 6º domingo de S. José
(áudio e texto)

Sexta reflexão para meditar durante os sete domingos de S. José. Os temas propostos são: dificuldades e criatividade na vida de José; a atitude ante os problemas de uma família comum; acolher a luz de Deus no quotidiano.

Sétimo domingo de S. José

Sétima dor: Procuravam-n'O entre os parentes e os conhecidos. Não O tendo encontrado, voltaram para Jerusalém à sua procura (Lc 2, 44-45).

Sétima alegria: três dias depois, O encontraram no templo, sentado no meio dos mestres, a ouvi-los e a interrogá-los (Lc 2, 46).

Meditações: 7º domingo de S. José
(áudio e texto)

Sétima reflexão para meditar durante os sete domingos de S. José. Os temas propostos são: Jesus trabalhou junto de José; redescobrir o valor do trabalho; trabalho e oração, oração e trabalho.

Solenidade de S. José

Meditações: 19 de março, São José

Reflexão para meditar no dia 19 de março, Solenidade de S. José. Os temas propostos são: a oração de José anima as suas ações; uma oração que põe o olhar em Jesus; o patriarca atua com a liberdade e a confiança que o amor dá.

Como é que S. Josemaria imaginava S. José?

Eu imagino-o jovem, forte, talvez com alguns anos mais do que a Virgem, mas na pujança da vida e das forças humanas. Sabemos que não era uma pessoa rica; era um trabalhador como milhões de homens no mundo. Exercia o ofício fatigante e humilde que Deus escolheu também para Si quando tomou a nossa carne e viveu trinta

anos como uma pessoa mais entre nós.

A Sagrada Escritura diz que José era artesão. Vários Padres acrescentam que foi carpinteiro. Das narrações evangélicas depreende-se a grande personalidade humana de José: em nenhum momento nos aparece como um homem diminuído ou assustado perante a vida; pelo contrário, sabe enfrentar-se com os problemas, superar as situações difíceis, assumir com responsabilidade e iniciativa os trabalhos que lhe são encomendados (*Cristo que passa*, n. 40).

Textos e áudios sobre S. José

- Carta apostólica ‘*Patris corde*’ (‘Com coração de pai’).
- **Devoção do Papa Francisco a S. José**

«Também queria dizer uma coisa muito pessoal. Eu gosto muito de S. José. Porque é um homem forte e silencioso. E tenho no meu escritório uma imagem de S. José dormindo. E dormindo cuida da Igreja. Sim, pode fazê-lo. Nós não. E quando tenho um problema, uma dificuldade, escrevo um bilhetinho e coloco-o debaixo de S. José para que sonhe com aquilo. Isto significa que rezará por aquele problema» (Manila).

• **Quando S. José dorme de botas calçadas num retábulo português:**
o Cardeal Ratzinger refere numa homilia dedicada a S. José como ficou impressionado com uma representação S. José (alto-relevo proveniente de um retábulo português da época barroca) em que se mostra a noite da fuga para o Egito.

• **Homilia de S. Josemaria: 'Na Oficina de José'**

- **S. José na vida cristã e nos ensinamentos de S. Josemaria:**

editorial publicado no nº 59 de Romana, sobre a devoção de S. Josemaria a S. José.

- **Relato sobre um episódio da vida de S. Josemaria** que aumentou a sua devoção ao Santo Patriarca (março de 1935).

- **Na festa de S. José:** S. Josemaria fala, neste vídeo, sobre a devoção ao Santo Patriarca. O Fundador do Opus Dei tinha uma grande devoção a S. José e ficava comovido perante as manifestações de carinho populares, dirigidas ao pai adotivo de Jesus, tão estendidas entre os cristãos.

.....

dores-dos-sete-domingos-de-sao-jose/
(06/08/2025)