



Hay santos que parecen “menores” en los calendarios modernos, relegados a una bendición rápida al final de la Misa o a una estampa olvidada en un cajón. Pero la Iglesia, que tiene memoria larga y corazón profundo, sabe bien que **San Blas** no es una reliquia del pasado, sino un **testigo luminoso de cómo la fe toca el cuerpo, la comida, la enfermedad y la vida cotidiana**.

Hablar de San Blas es hablar de la garganta... pero también de la Palabra. Es hablar de alimentos bendecidos... pero también del Pan que salva. Es hablar de una devoción popular... que hunde sus raíces en una teología muy seria y muy actual.

Este artículo quiere ayudarte a **comprender, vivir y transmitir** esta tradición con sentido, profundidad y fruto espiritual.

1. ¿Quién fue San Blas? Un obispo, un mártir y un pastor con olor a pueblo

San Blas (Blasius) fue **obispo de Sebaste**, en Armenia (actual Turquía), a finales del siglo III y comienzos del IV. Vivió en tiempos de persecución, concretamente bajo el emperador Licinio.

Antes de ser obispo, según la tradición, fue **médico**, lo cual no es un dato menor: ya desde su formación humana estaba vinculado al cuidado del cuerpo y al alivio del sufrimiento.

Perseguido por su fe, se retiró a una cueva en las montañas, donde —según los relatos hagiográficos— **los animales acudían a él para ser curados**, imagen potente del pastor que restablece la armonía de la creación herida por el pecado.

Finalmente fue arrestado, torturado y martirizado. Su muerte no fue silenciosa: fue **confesión pública de Cristo**. Por eso la Iglesia lo venera no solo como taumaturgo, sino como **mártir**, es decir, testigo fiel hasta el final.

2. El milagro de la garganta: origen de una devoción universal

La tradición más conocida cuenta que, mientras San Blas era conducido a prisión, **una madre desesperada le presentó a su hijo**, que se estaba ahogando por una espina



clavada en la garganta.
San Blas oró... y el niño quedó curado.

Desde entonces, la Iglesia lo reconoce como **intercesor especial en las enfermedades de garganta**, y su memoria (3 de febrero) quedó asociada a una bendición muy concreta: **la bendición de las gargantas**.

Aquí conviene subrayar algo importante:

□ **No estamos ante magia ni superstición**, sino ante una **intercesión sacramental**. Es decir, una súplica confiada a Dios, apoyada en la comunión de los santos, para que la gracia alcance también nuestra fragilidad corporal.

3. La garganta en clave teológica: más que un órgano, un lugar espiritual

¿Por qué la garganta?
La teología cristiana no separa cuerpo y alma. La garganta es:

- El lugar por donde **entra el alimento**
- El lugar por donde **sale la palabra**
- El lugar por donde **respiramos**

En clave bíblica, la garganta está ligada a la **vida misma**. El Salmo 63 dice:

«*Mi alma tiene sed de Ti, mi carne te anhela, como tierra reseca, agostada, sin agua*» (Sal 63,2).

Y Jesús mismo afirma:

«*No solo de pan vive el hombre, sino de toda palabra que sale de la boca de Dios*» (Mt 4,4).



San Blas, protector de la garganta, nos recuerda que:

- Lo que **comemos** debe ser agradecido.
 - Lo que **decimos** debe ser purificado.
 - Lo que **respiramos** es don.
-

4. La bendición de las gargantas: sentido litúrgico y pastoral

La Iglesia, en su sabiduría, ha conservado esta bendición con un rito sobrio y profundo. Tradicionalmente se realiza con **dos velas cruzadas**, símbolo claro:

- La **cruz de Cristo**, por la que viene toda sanación verdadera.
- La **luz**, que vence a la oscuridad de la enfermedad y del miedo.

La fórmula tradicional dice, en esencia:

«*Por intercesión de San Blas, obispo y mártir, te libre Dios de las enfermedades de la garganta y de todo mal.*»

Teológicamente, esta bendición:

- Reconoce a Dios como **fuente de toda salud**
- Invoca la **comunión de los santos**
- Abarca el **bien integral de la persona**, no solo lo físico

Pastoralmente, es un gesto precioso porque **toca a personas alejadas**, niños, ancianos, enfermos... Es una puerta abierta a la gracia.

5. San Blas y la bendición de los alimentos: fe que llega a la



mesa

Menos conocida, pero muy arraigada en muchos lugares, es la **costumbre de bendecir alimentos el día de San Blas**, especialmente pan, frutas, dulces o productos básicos.

¿Por qué?

Porque San Blas está vinculado a:

- La **garganta**
- La **alimentación**
- La **protección contra males físicos**

Pero el trasfondo es profundamente bíblico y teológico.

En la Sagrada Escritura, bendecir los alimentos es reconocer que **todo viene de Dios**:

«*Todo lo que Dios creó es bueno, y nada es despreciable si se toma con acción de gracias*» (1 Tim 4,4).

La bendición de alimentos en San Blas expresa tres verdades esenciales:

1. **Dependemos de Dios**, incluso para lo más básico.
2. El alimento no es solo consumo, sino **don**.
3. Comer es un acto humano, pero también **espiritual**.

6. Guía práctica rigurosa: vivir San Blas hoy (teológica y pastoralmente)

A. En la parroquia

- Celebrar la bendición de las gargantas **con catequesis previa**, explicando su sentido.
- Ofrecer la bendición de alimentos, evitando cualquier tono supersticioso.
- Relacionar la devoción con la **Eucaristía**, el verdadero Pan que sana y salva.



B. En la familia

- Bendecir la mesa el día de San Blas de forma especial.
- Explicar a los niños quién fue el santo y por qué se le invoca.
- Rezar por quienes sufren enfermedades de garganta, cáncer, problemas respiratorios o de voz.

C. En la vida personal

- Pedir a San Blas no solo salud corporal, sino:
 - Pureza en la palabra
 - Prudencia al hablar
 - Fortaleza para confesar la fe
- Hacer un pequeño examen:
 - ¿Uso mi voz para bendecir o para herir?
 - ¿Agradezco lo que como?
 - ¿Cuido mi cuerpo como templo del Espíritu?

7. San Blas hoy: una devoción sorprendentemente actual

En un mundo donde:

- Se banaliza la comida
- Se intoxica la palabra
- Se rompe el silencio interior

San Blas nos recuerda algo muy contracultural:

□ **Dios quiere salvarlo todo**, también lo cotidiano, lo corporal, lo pequeño.

No es casual que su devoción perviva. No es nostalgia. Es **sabiduría cristiana**.

San Blas no es solo el santo de la garganta: es el santo de la **vida agradecida**, de la fe encarnada, de la bendición que transforma lo ordinario en lugar de gracia.



Que San Blas interceda por nosotros

Para que nuestra garganta proclame la verdad,
nuestra mesa sea lugar de gratitud,
y nuestra vida entera sea bendición.

Porque cuando la fe se vive así, **el Evangelio se hace carne... y también pan.**