

opusdei.org

# **La sal de la mortificación y el cimiento de la humildad**

Francisco Ponz. MI  
ENCUENTRO CON EL  
FUNDADOR DEL OPUS DEI.  
Madrid, 1939-1944

24/01/2012

Desde muy pronto practicó Don Josemaría severos ayunos. Sin jamás mentir ni acudir a restricciones mentales -que aborrecía-, se las ingeniaba para que no trascendiera

que a veces dejaba de almorzar o cenar, o que reducía al mínimo su alimento. Esos ayunos habían sido muy rigurosos en los primeros años de la Obra, pero continuó haciéndolos durante los cinco años en que estuve con él en Madrid. Sabía encontrar graciosas excusas - por ejemplo, nuestra juventud- para cedernos parte de lo que le servían, pasándolo a nuestro plato antes de que pudiéramos evitarlo. Nunca tomaba nada fuera de las comidas, ni conservaba en su habitación alimento alguno.

Si se servía vino con la comida, él bebía muy poco o nada. Cuando tenía invitados, procuraba atenderles con liberalidad, pero él se las arreglaba para servirse poco, sin que los demás se dieran cuenta. Al comenzar la diabetes, aun antes de que le fuera diagnosticada, sufría mucha sed. Cuando le ofrecíamos agua, esperaba un rato a beberla, y al

decidirse por fin a hacerlo, tomaba solo un sorbo o bastante menos de la que precisaba.

Con autorización de su director espiritual, sometía a su cuerpo a duras penitencias, particularmente duras en los años treinta, con el uso de cilicios y disciplinas hirientes, durmiendo muy poco, bastantes noches sobre el suelo y con libros como almohada, sin consentir nunca echarse la siesta. Sobre su mesa de trabajo tenía una cajita con acíbar de la que a veces tomaba un poco sin que los demás lo advirtieran, en particular cuando iba a ir a comer. Un día le pregunté por qué tomaba acíbar. Me contestó algo así: "Con ese sabor amargo, no me entero de lo que como, todo me da igual; puedes probarlo".

El Padre se veía como un simple instrumento, "inepto y sordo", en las manos de Dios; se valoraba en nada,

como "un trapo sucio", como "depósito de la basura"; nos decía que se consideraba capaz de los mayores disparates si el Señor le dejaba de su mano. Muchas veces al día se sentía impelido a volver como hijo pródigo a su Padre Dios. Evitaba todo protagonismo personal, lo suyo era "ocultarse y desaparecer". Insistía en que no le debíamos imitar a él, sino a Jesucristo.

Su humildad le llevaba a no dejarse servir, mientras que él hacía tareas muy humildes en favor de otros. Por aquellos años no era nada fácil ayudarle a llevar una maleta, acercarle algo que él pudiera tomar por sí mismo, prestarle algún pequeño servicio material. Se adelantaba siempre diciendo en latín las palabras del Señor: "No he venido a ser servido sino a servir". Reaccionaba con vigor contra el señoritismo de quien rehuye servir a los demás, del que se considera por

comodidad u orgullo con derecho a ser servido, de quien evita ocuparse de una tarea humillante. Y nos daba ejemplo realizando muchas tareas materiales: hacer una cama, poner en su sitio algo que había quedado desordenado, quitar el polvo de una mesa, y tantas cosas más. Cuando venía a nuestro comedor, a veces nos servía, nos acercaba la fuente con cariño, estaba pendiente de si comíamos lo suficiente. Y tenía con nosotros muchos otros detalles.

Un día me pidió que le hiciera un pequeño favor: se trataba de que fuese a cobrar, me parece que al Ministerio de Justicia, la reducida cantidad que tenía asignada todavía como rector del Patronato de Santa Isabel, cuyas obligaciones cumplía con fidelidad. Era un servicio bien nimio, que me iba a llevar muy poco tiempo, pero él extremó la delicadeza, pidiéndome perdón por el encargo. Quiso asegurarse de que

no me iba a causar trastorno y me indicó que, al menos para el regreso, tomara un taxi, apoyándose en razones de seguridad ante posibles carteristas de tranvías.

Vivir junto al Fundador del Opus Dei era estar junto a un volcán de amor de Dios y a Nuestra Señora, ser testigo de su imparable energía. Todo se quedaba enseguida corto, chico. Había que ir siempre más allá -nos esperaban muchas almas, labores entonces humanamente impensables-, sin temor a los obstáculos.

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es-es/article/la-sal-de-la-  
mortificacion-y-el-cimiento-de-la-  
humildad/](https://opusdei.org/es-es/article/la-sal-de-la-mortificacion-y-el-cimiento-de-la-humildad/) (21/02/2026)