

# 西班牙的瑪麗亞·安赫萊斯：「回顧過往，我認為自己活得很充實。」

瑪麗亞·安赫萊斯偶然發現了主業團，當時家鄉學校的老師告訴她有機會入住「學習與工作中心」（CET）。在那裡她領悟了三件事：如何平衡學業與工作、如何更有效的運用時間，並在生活各處實踐信仰，以及天主如何召叫她加入主業團。

2025年12月20日

瑪麗亞·安赫萊斯目睹了某種無形的力量，如何激勵著家務管理部門的同事：「我意識到她們將生命中最珍貴的精力，全然奉獻給營造家庭的氛圍。她們的工作讓人們感到賓至如歸，這正是我在父母家裡體驗到的溫暖。」

這份體悟喚醒了她實踐信仰的渴望：「我變得越來越快樂、越來越自在。我開始實踐信仰，因為過去我並未真正活出信仰。我甚至不知道自己應該在週日去參加彌撒。」

**我們永遠需要身邊有人陪伴，滿足我們愛與被愛的需求。**

「在主業團三十年的歲月裡，我學會了如何在基督徒生活中保持一致性。」她說道。這在實踐中意味著什麼？「它教導我為他人而活，這其實

是追尋幸福的過程。時刻思考如何為他人帶來喜樂，無論是與侄甥來往、與家人共處、在職場工作，或身處任何情況，都致力營造家庭般的溫暖氛圍。」

儘管有些親戚起初不理解她加入主業團團的決定，她仍自由地追隨自己的道路。她解釋道：「回顧過往，我認為自己活得很充實。正做著心之所向的事：工作帶給我滿足感，而最重要的是，我的生活……該怎麼形容呢？是充滿關懷，且以他人為導向的。」

瑪麗亞·安赫萊斯強調母性在當今社會的重要性，尤其在人工智慧等科技進步的背景下。她認為科技雖能提供解決方案，但人性與關愛他人仍舊是不可或缺的：「我們永遠需要身邊有人陪伴，滿足我們愛與被愛的需求。」她的聖召使她得以實踐這份關心與愛的使命，她追求的並非是物質的成功，而是賦予生命意義的更深層內在目標。

儘管平衡工作、培育、使徒工作與個人生活充滿挑戰，她仍立志成為「照亮他人的明燈，承載這份天主之愛，並將它傳遞給世人」。

---

pdf | document generated automatically  
from <https://opusdei.org/zht/article/Xi-Ban-Ya-De-Ma-Li-Ya-An-He-Lai-Si-Hui-Gu-Guo-Wang-Wo-Ren-Wei-Zi-Ji-Huo-De-Hen-Chong-Shi/> (2026年2月19日)