



www.20187.org.tw

#總團部愛連結

總團部春日大掃除！ 七位精靈施展「淨簡美」的魔法

文 / 官網編輯小組 2025-03-23

有一種淨叫「斷捨離」，有一種美叫「愛連結」。

愛團總團部一直是乘載、傳遞愛能量的基地，在這個場域裡，許多夥伴第一次踏入的契機可能是「讀書會」或「月聚會」，漸漸地在活動中認識愛團與夥伴，感受到人與人之間的溫暖連結。

而後更加的認同愛團理念，開始投身成為服務天使，穿梭各場活動中，此時的總團部更成為聚焦討論的指揮中心，許許多多的策畫與變革，都在綠意盎然的志成公園旁，有著大片落地窗的建築物內悄悄醞釀。

事實上，愛團的累積，不只是夥伴增加、愛能量增加而已，放置在總團部裡的「雜物」也是逐年毫不留情地增加呢！（笑）

感謝夥伴劭蓉的「看見」，主動提議清掃B1的空間，也感謝蕙美、怡雯、玉玲、石頭、曉晴在周末抵達總團部，在慧英執行長的帶領下，大家挽起袖子一起大掃除！





仔細回顧當天的紀錄照片，發現怡雯與石頭的的這一幕真是感人，手中的廢棄竹子在B1與1樓間接棒，若不是這兩個人戴著口罩，恐怕大家還會以為是神聖的奧運火炬傳遞呢！

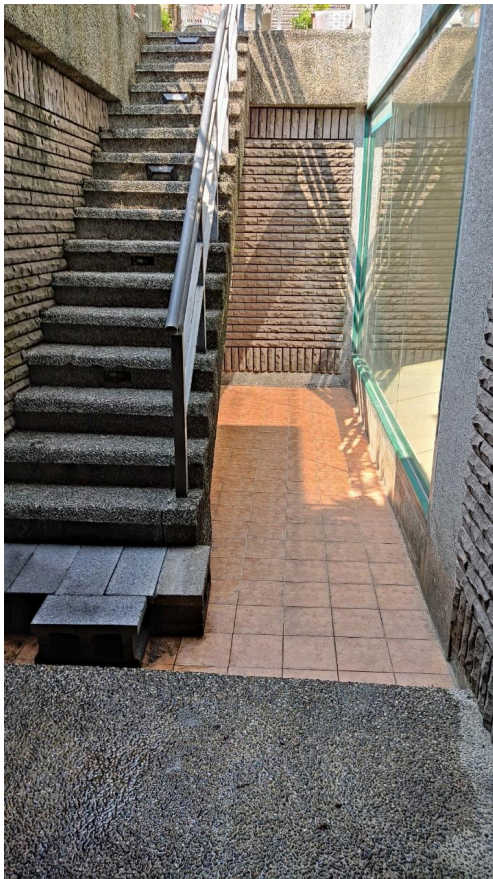
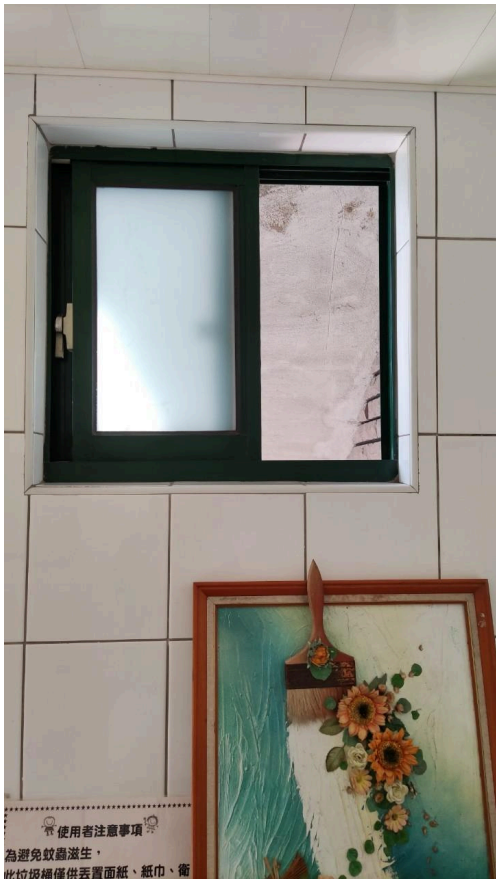




傳統裡，通常家家戶戶是趁著農曆春節前打掃，然而要找到大夥有空閒的時間不容易，所以在因緣俱足下，我們選在風光明媚的三月春日裡啟動掃除，天暖了、身也熱了，雜物在大家的胼手胝足下，一

件一件的清出，乾扁的白布袋逐漸填滿，冷氣機終於擺脫厚厚灰塵，陳年水漬玷污的玻璃開始明朗，廁所的天花板亮了起來，連廚房的眾多物品也都一掃而空...







改頭換面的是更為「留白」的空間，樓梯下變的空曠，清洗過的橘色磁磚多麼怡人，陽光灑落時，讓人都忍不住心癢想做個日光浴了。您是不是也從照片中，感受光在空間裡飛舞與對話？...原來，這就是愛的清潔魔法啊(笑)...七位打掃精靈的汗水果真沒白流。

打掃後，期待各位夥伴下次來到總團部時，感受一下這小小的成果，也在心中替七位打掃精靈拍拍手，感謝他們的努力。如果，此時您想起寧靜家庭中的「淨簡美」的家庭美學，那就換我要替您拍拍手，...您果然是被認證的愛團忠實粉絲呀！

夥伴回饋

032 蕙 美

想到作為愛團守護志工一份子，能參與到這場分工整理清潔環境是非常開心跟有意義的事，很慶幸能趕上了今日這一波整理的時段。

對於經常在團部裡學習課程，討論事物及辦理各項活動及包含讓愛上餐桌等種種美好時光..許多共同記憶油然而生..專注在當下的整理斷捨離外，再清潔細部。看見整理出來的分類回收及丟棄物也像是心中的垃圾雜物被丟棄放下般，也順便清淨了心般。雖然只打掃了約二個多鐘頭也是有煥然一新的感覺，真是舒服。心境也是收穫滿滿。感謝今日一同參與的大家唷！

112 劭 蓉

之前幾次來到愛團團部參加讀書會，偶然注意到有一些物品看起來似乎閒置了一段時間，想到先前來參加活動，經常都能得到許多滋養與收穫，但因為來去匆匆，也沒能多做點什麼。很感謝這次執行長號召了幾位夥伴一起把放置多年的物品做了整理，也透過夥伴們的同心協力，讓我們一起做了整理和大掃除，用服務的行動把

愛回報給這個讓我們受益的環境。看著乾淨清爽的環境，真是令人心身舒暢！

（不過真不好意思，因為昨天事出意外的傷指，我只出了一半的力，謝謝大家的包涵）

007 玉玲

討論洗玻璃時才想起來之前也有來打掃過一次。這次不同，先有群組，執行長列出明確方向，事前徵求大家對環境的建議及準備事項，讓每個人分享撇步。

當天清楚的說明工作需求及如何分類，大家也因為熟悉做起來特別順手。不會用的器具、高處需幫忙也有石大哥在。今天7個人，很有效率，竟然兩個多小時就完成了。

雖然室內看起來變化不大，1樓廚房跟B1空間清出來了。

謝謝執行長的愛，提供這麼棒的空間，也謝謝志工們一起護持這片寶地。

P.S 怡雯帶來的水果甜又好吃，色香味俱全。顧著吃，忘了拍下～

108 怡雯

今天真是個好天氣！

只有兩個小時的打掃時間還是太短了～

首先斷捨離的好處是讓一些多年沒用的雜物可以清出。

另外地下室的玻璃真是難搞，下次要再觀察一下如何才能輕鬆去掉玻璃上的水漬。

石頭說：我在家裏打掃都沒這麼認真！

我回說：我也是！

金牛座的固執展現在地下室的落地窗玻璃清潔，穩潔的清潔劑無法用在長期附著在玻璃的水垢上，最後用上白博士，噴完後要等一下再用報紙擦拭，真的有改善~

老實說在樓上的接手搬運自己是十分忐忑不安，樓下的石頭及玉玲傳遞給我時，一直提醒自己要接穩，實在很怕沒拿穩！

最喜歡跟大家一起努力的氛圍~

感謝執行長提供愛的飲料，超甜的百香綠，超好喝！

還有謝謝辛苦的曉晴幫忙前置作業及後續的收尾工作，還要不時回答許多問題~B1F的地板經過您神之手的一拖更加明亮，讓最後的收尾更加完美

112 曉 晴

讓大家欣賞自己的成果(廢棄雜物)

非常感謝大家一起挽起袖子幫忙

讓總團部朝淨簡美更接近了

石 頭

大家都很認真打掃，水果跟飲料很好喝。





[回到愛團主官網](#)