

禪悅書苑 圓滿善後說明



運用禪修的方法

- 身在哪裡，心就在哪裡
- 清楚、放鬆，全身放鬆



一、個人寢具善後

1. 拆除/摺整齊

- 1) 床墊套(床包)
- 2) 枕頭巾
- 3) 枕頭套
- 4) 被套→翻回正面，拉鍊拉上



2.盤點 • 歸還寢具

- 通知學院窗口對點。
- 分類盤點：**未使用寢具** ➤ 置**整理箱**中。
- **已使用寢具** ➤ 裝入**寢具送洗袋**。
- 送至**4梯電樓口**指定區放置。





3.物品歸定位

冬被

摺好裝回塑膠套裡

枕頭直立

夏被摺好

衣架 同款色每人4支，掛衣櫃中
多的請收回離垢地櫃台

二、個人物品善後

1. 借用的拖鞋→清洗後，
晾在各樓洗衣間陽台，直立晾乾



2. 個人物品記得帶走



3. 行李集中放置
指定區域

三、住宿環境善後

掃具放置處：
各樓浴室旁的**工具間**

【室內/寢室專用】

【浴廁專用】

用畢請歸位



寮房善後

使用【室內/寮房專用】
清潔用具

掃地/拖地

【木質家具用布】
微濕擦拭衣櫃及床櫃

- 衣櫃及床下抽屜打開，保持乾燥
- 床墊摺三折置床頭



浴室+廁所(大刷版)

使用【浴廁專用】

清潔用具

掃地、拖地

刷馬桶、小便斗

擦門板

清潔洗手台

倒垃圾、清洗垃圾桶、公用拖鞋

圓滿日 廁所大刷流程

一、大刷廁所

1. 掃地



3. 內外地面打溼

再均勻潑泡泡水



泡泡水製作：
濃縮皂乳些許
+一桶水稀釋

5. 刷廁所外面地面



7. 拖地

先用棉拖(吸水)
再用粉紅拖(徹底吸乾)



2. 用泡泡水刷馬桶

所有白瓷+水溝底



4. 刷馬桶周圍



6. 開始沖水

先沖廁所內
再沖外面地面

8. 擦門板+ 衛生捲紙框



圓滿日 廁所大刷流程

二、清潔洗手台

1. 刷洗洗手槽
菜瓜布+泡泡水



3. 擦拭洗手台面



2. 擦拭鏡面
濕布擦拭鏡面
再用刮刀將水漬刮乾



1. 收垃圾
【一般垃圾】
【資源回收】



3. 洗垃圾桶
用泡泡水+刷子



三、倒垃圾&清潔垃圾桶

2. 拿至B1F垃圾集中場

- a. 一般垃圾使用收費垃圾袋裝再丟
- b. 資源回收分類丟棄
- c. 壓扁，減少空間

4. 倒扣在洗衣間



所有汗水請倒入汗水槽



垃圾桶，請至汙水槽清洗



出坡完，洗淨拖把/抹布

清洗抹布



水晶肥皂



清洗拖把



半瓶蓋皂乳



水桶及垃圾桶
清洗乾淨後，
請**倒扣斜放**在
洗衣台上



四、離開前的小叮嚀

- 個人物品記得帶走
- 衣櫃及床下抽屜請打開
- 落地窗上鎖，窗簾拉上保留約30公分透光
- 冷氣關閉，並將遙控器電池取出至桌上
- 房門打開，毋須關閉
- 將寮房房卡/鑰匙，交還給活動窗口



感恩與祝福



我發願...

盡形壽修學佛法

護持佛法、弘揚佛法

廣度眾生！

為我們這個娑婆世界

成就人間淨土而努力

「我在哪裏，淨土就在哪裏」