



目錄

| | | |
|----------|-------|------|
| 序一 | 梁愛詩女士 | iii |
| 序二 | 成龍博士 | vii |
| 序三 | 馬登夫人 | ix |
| 序四 | 阿虫 | xi |
| 序五 | 廖東梅 | xiii |

執着・放下

第一章：序曲

| | |
|--------------------|---|
| <我看到了海—認識生命> | 3 |
|--------------------|---|

第二章：協奏

| | |
|--------------------|----|
| <我手畫我心—擁抱生命> | 15 |
|--------------------|----|

第三章：鳴唱

| | |
|-------------------------|----|
| <我活得好開心，你呢？—分享生命> | 25 |
|-------------------------|----|

第四章：變調

| | |
|-------------------------|----|
| <心路求索，我找到了！—生命回歸> | 37 |
|-------------------------|----|



第五章：快樂事

- (一) <開放心靈·開拓視野> 49
- (二) <影響半生的兩個人> 55
- (三) <觸動我心弦的人、物和事> 63
- (四) <感動別人·感動自己> 73
- (五) <沒有計劃的計劃> 79
- (六) <感情生活一片空白?> 85

第六章：不再不快

- <讓我活在無障礙的天地—生命窩心> 97

當東梅遇上阿虫 107

編後話 135

作者小傳 139

社區文化發展中心簡介 147

傳達傳播有限公司簡介 149

索引——廖東梅作品 150