

读假如给我三天光明心得体会 假如给我三天光明(通用20篇)

教学反思是教师对教学活动进行深入分析和思考的过程，有助于发现问题和改进教学方法。非常高兴能够与大家分享一些优秀的读书心得范文，希望能够给大家带来一些参考和启发。

读假如给我三天光明心得体会篇一

今年暑假我读了《》这本书。

这本书的主人公海伦·凯勒是一个生活在黑暗中却又给人类带来光明的女性，一个度过了生命的88个春秋，却熬过了87个无光·无声·无语的孤独岁月的弱女子。也许，她只是身体上的弱者，但她的精神绝对是一个强者，她的勇敢震撼了世界，更深深地鼓舞着一代又一代的人。

海伦是一个聋哑人，但是她凭着自己的努力，毕业于哈佛大学德吉利夫学院，并用生命的全部力量处处奔走，建起了一家慈善机构，为残疾人造福，被美国《时代周刊》评选为20世纪美国十大英雄偶像，被授予“总统自由奖章”……这些伟大的成就绝对是一个奇迹。

海伦希望自己有三天光明。第一天，她要看人，而第一个她要看的人就是他的老师安妮·莎莉文·梅西太太，她深知老师给予他的一切是多么的重要，正是这位让她铭记一生的老师，让她有了了解世界的能力。海伦爱他的老师，亲人和朋友，她想看到她的脸庞。在第二天，海伦想看到日出的壮丽景象，想看到太阳的光辉。她是那么的热爱自然。这一天，她还要看世界的历史与文化，那些让她苦苦追求的艺术，会让她感到不黑暗。第三天，海伦有太多东西需要去看，她已经无法规划出准确的目标，她是如此渴望能见到周围的一

切。

读假如给我三天光明心得体会篇二

在寒假里，老师给我们布置了阅读《假如给我三天光明》并写读后感和摘记的作业。

海伦凯勒创作的《假如给我三天光明》这本书籍，深深打动了我的心。这本书主要描述了不幸的海伦凯勒坎坷的一生，以及她的心路历程。她一生只有十九个月光明与声音，在安妮莎莉文及其他老师的帮助下、在亲朋好友的成全中，海伦凯勒克服了常人无法想象的种种困难，完成了哈佛大学学业，以优异的成绩获得了学士学位。她始终致力于残疾人事业，四处募捐用以改善残疾人的生活环境，并为他们创造受教育的机会。

她曾环游五湖四海，为残疾人加油鼓劲。最终成为一名杰出的慈善家、演讲家、教育家。我十分佩服她的行为，我的人生目标是努力读书，长大后造福社会。

在她的世界只有无光、无声、无语的孤独岁月。但她却顽强地认为假如给我三天光明——

第一天，我要看人，他们的善良、温厚与友谊使我的生活值得一过。

第二天，我要在黎明时起身，去看黑夜变为白昼的动人奇迹。

第三天，我要在现实世界里，在从事日常生活的人们中间度过平凡的一天。

海伦的三天就如此的充实美好，可我们还小，还有很多的三天可以创造美好的生活。一寸光阴一寸金，时光不再，。对我们来说，我们需要的是顽强拼搏、努力前进的意志，不向

命运投降的、自强不息的精神！更重要的是要拥有一颗积极、乐观、敢于创造奇迹的心！

看了这本书以后，我发现自己是那么的幸运，没有她悲惨的命运，但是我相信只要我努力就能创造辉煌的人生未来。从今天开始，我下定决心要努力读书。长大成为一个有出息的人造福社会。

读假如给我三天光明心得体会篇三

《》这本书写了海伦对光明那热切的渴望和对人生的感慨，让读过这本书的人和她一起分享海伦人生中的酸甜苦辣。书字里行间，无不洋溢海伦·凯勒对生活的热爱，她用热情的态度劝戒世人应该珍惜享有的一切。她希望拥有三天的光明去看尽世界的一切景观。海伦·凯勒想看的事物实在是太多太多了，然而这只不过是一个梦。

“要是人把活着的每一天都当成最后一天该有多好啊，那就更能显示出生命的价值，然而人利用时间和享受时间却是有限的”如果每个人都可以充分利用每一天的话，那这将会是一件多么令人高兴的事情啊！三天光明，对于常人来说只是人生中的短暂的一刻。对于双目失明的海伦来说，却是可想而不可及的。三天光明，对于那些碌碌无为的人，无非是在漫无目的地游玩着，他们追求的生活还不如那些乞丐，至少还知道去要饭。而目前青少年学生中也有这么一些人，拥有舒适的生活环境，良好的学习条件。但他们不是去珍惜自己拥有的一切，而是吃不得半点苦，把学习当成一大苦差，无心向学。对于学习，他们总是不屑一顾，不是以积极的态度去勤奋学习，努力拼搏，而是哀叹命运对于自己的不公，责怨上天没有赋予他们聪颖的天资、超人的智慧，让他们能一举成名天下知。现在的社会是靠知识才能生存的社会，没有知识的人是不可能在社会上有一席之地。

读假如给我三天光明心得体会篇四

老实说，这个暑假我并没有像其他同学过得那样丰富多彩，但我看了一本使我感受深刻的书。这本书是女作家——海伦·凯勒的自传《假如给我三天光明》。

虽然海伦·凯勒的坚持不懈令人印象深刻，难以忘怀，但我认为海伦的成功应该归功于安妮·苏立文和马克·吐温以及海伦的父母……他们都对海伦·凯勒的人生路途做出了巨大的贡献，甚至可以说，没有了他们，就没有了如今的海伦，是他们造就了海伦。

海伦·凯勒的坚定不移、热爱和平值得我们学习。安妮·苏立文老师的高尚更令人敬佩。

读假如给我三天光明心得体会篇五

今天，我读了《假如给我三天光明》这本书。

这本书主要讲了盲人海伦·凯勒坎坷的一生，也讲述了她遇到的种种困难和她如何克服困难，战胜挫折，取得成功的过程以及经历。这本书的字里行间都写出了海伦·凯勒渴望三天光明的心情和她对大自然，对生命，对生活充满了热爱的情感。

读完这本书，我感慨万千，我觉得，我们太幸运了，我们拥有所有美好的一切——健全的体魄、良好的学习环境、优秀的老师……我们从今起一定抓紧每一分一秒，不要让光阴虚度，不要等失去了才懂得珍惜，要像海伦·凯勒那样，不埋怨、不放弃，好好珍惜自己所拥有的，奋发学习，以微笑面对厄运，以顽强的毅力克服困难，以杰出的成就显示生命的价值！

这本书告诉我最深刻的道理是——每个人都要有乐观向上的

良好心态。海伦·凯勒虽然是个盲人，这对任何人来说都是一种打击，可是，海伦·凯勒在巨大的打击和困难面前，并不是怨天尤人，而是以乐观向上的心态去面对，使自己得到信心。

读假如给我三天光明心得体会篇六

现在21世纪人类经济发达，科技强盛的社会，人们渐渐淡忘了先人的努力。

我喜欢海伦·凯勒。她拥有一颗美丽的心灵。

她是一名失去光明的女孩，可她却有着坚强的意志力活了下来，她像一个传奇，她带领我走进她的世界中，不卑不亢的坚持。

他曾经放弃过自己，可是她的朋友帮助她，鼓励她，为她而费劲心思，绞尽脑汁。海伦能够从困境中突破也是朋友的一种支持。

后来她渐渐成为一名人物，她的名誉却一代代震撼着我们。他拼搏一生赢得别人的尊重，相信自己，尊重别人，她取得了成功。她有一颗不屈不挠的心！她用自己的爱去拥抱了世界，也征服了世界。

读假如给我三天光明心得体会篇七

海伦·凯勒的文章，给了我们一个很好的思考。海伦·凯勒的世界从小就失去了光明和声音，但这没使她绝望，相反她充满了对生活的渴望。她为自己认识每一个新的事物而疯狂。在老师的带领下她学会了说话，考上了哈佛，她为自己能感到水的流动而狂喜，为自己享受到太阳的温暖而高兴。

我们总是把许多时间消耗在玩电脑、看电视上，从来就没有真正地珍惜过时间。

从现在开始，我们要学会感恩，知道在老师捧着书从门口进来时，在心里默默地说一声：“辛苦了，老师！”在爸爸妈妈给我们交学费时，在心中说一声：“感谢您！”

学会感恩，感谢父母，感谢老师，感谢朋友，感谢身边的一草一木，感谢这世上一切美丽的`东西，感谢一直陪我们长大的亲人。学会感谢，是做人的基本道理。

读假如给我三天光明心得体会篇八

最近，我读了一本书叫《》有很多感想。

海伦`凯勒是一个生活在黑暗里却给人们带来光明的人。她度过了88个春秋，熬过了87年无光、无声、无语的孤独岁月。然而，就是这么一个盲聋哑人，竟然毕业于哈佛大学德吉利夫学院，并奔走于各地，建起了一家慈善机构为残疾人服务。并且被美国《时代周刊》评选为20世纪美国十大英雄偶像之一。一个盲人能取得这么大的成就，真让人佩服呀！海伦`凯勒没有向命运低头，她以自己顽强的精神，让自己像只美丽的蝴蝶破茧而出。

像海伦`凯勒一样有着同样精神的`人的例子也有很多，比如说屈原小时候不过长辈的反对，不论刮风下雨，天寒地冻躲到山洞里偷读《读经》。经过整整三年，他把《读经》熟读了305篇，从这些民歌民谣中吸取了丰富的知识，成为了一位伟大的诗人。

明末初清的思想家顾炎武童年时期非常的不幸，天花病差点夺走了他的生命。虽然体弱多病，但是在他母亲的鼓励下勤奋苦读，以过人的毅力手抄《资治通鉴》，成为了一代大学者。

《》让我懂得了，要珍惜我们现在的幸福生活，使自己成为一个真正有用的人。

读假如给我三天光明心得体会篇九

1880年，在美国诞生了一个新的生命，她就是海伦·凯勒。

海伦·凯勒的确很可怜。在她出生不久，就被病魔夺去了光明和声音，只留给她无尽的黑暗和死一般的沉寂。她的脾气愈来愈坏，但谁都能理解，如果自己也又聋又盲，可能还不如她呢！但这时，她的家庭教师沙莉文来到她的身边，老师教会了她摸盲文、拼单词，难以想象，常人都难以做到，她是怎样学会的。更难以置信的是，她竟然只凭触觉就学会了说话！虽然她看不见，但他很珍惜生命，所以，她想到如果有三天光明的话该有多好。

“三天光明”，这正是我要说的。们多么幸运，上帝给了我们不止三天的光明，使我们能够看到大千世界，能够自豪的说：“我是健全人。”但是，我们真的健全吗？这个问题看起来简单，谁都说“当然”，但仔细一想，好像不对。如果我们真的健全，为什么海伦都能考上哈佛，而我们却只能羡慕；如果我们真的健全，怎么会不如一些残疾人道德好；如果我们真的健全，为什么会有那么多的地方不如残疾人，为什么，这到底为什么？最后，我终于明白了，残疾人身残志不残，而我们身全志不坚！

珍惜每一天去学习吧，不要让自己不如残疾人！

读假如给我三天光明心得体会篇十

假如给我三天光明，我会把第一天用在家里，我要好好看看我的爸爸妈妈、姥姥姥爷，然后再看看我的家，完了后，我要用来看《哈利-波特》全集，让我自己翻个够，然后再拿出一晚上的时间来打电脑游戏，玩一些好玩的小游戏，如果还

有时间的话，就看一场电影，是关于《哈利-波特》的。

第二天，我将去东昌湖边钓鱼，再看看我的家乡聊城，并游览一下，玩玩“姜堤乐园。”游览完了以后，我就吃顿丰富的午饭，并睡个好的午觉，一直睡到五六点钟，再吃一个晚餐，看一会儿电视，上床睡觉。

到了第三天，这也是有光明的最后一天了，我会做一些我喜欢的事，比如：和老爸打个羽毛球，去逛个街，买点东西等，我决定用运动迎接黑暗的到来一个上午过去了，我们回家吃了kfc下午，又去健身了，到了晚上，我看了一会电视，上床睡了觉。

第四天，我的眼睛又被“布”蒙上了，光明再次被隔开了，直到永远，永远这也是个新的开始，一个黑暗的开始。

读假如给我三天光明心得体会篇十一

这本书主要讲述了：盲聋哑人海伦·凯勒的一生，她的一生当中只有十九个月的声音和光明，在老师的帮助与关爱下，海伦·凯勒自己克服了重重困难，完成了哈佛学业，获得了学士学位，最后成为了慈善家、演讲家、教育家。

海伦·凯勒虽然只是一个聋哑人，但是她却没有放弃自己的人生，反而更加地努力，去面对黑暗的世界。，“第一天我要看人，他们的’善良、温厚与友谊使我的生活值得一过；第二天，我要在黎明起身，去看黑夜变为白昼的动人奇迹；第三天，我想做的事。我们拥有的比海伦·凯勒多得多，但是我们要向海伦·凯勒学习，学习她的顽强，遇到挫折，不要害怕，要勇于面对。

但是我呢，我却和海伦·凯勒不同，我在生活中也遇到过许多挫折，但我却没有像海伦·凯勒那样，比如：有一次，我在做作业的时候，遇到一道难题不会做，就空过去，妈妈看见了，

生气地说：一点难题就不去思考，哪能就这样空过去，不做呢？”是啊，怎么就这样空过去呢，我回头冥思苦想，一会儿，就想到了。

人生难免会遇到挫折，我们要想办法解决，就可以成功，就像海伦·凯勒那样。

读假如给我三天光明心得体会篇十二

知道沙利文老师的出现，才拯救了这个孩子。有一次，沙利文老师让小海伦用手去触摸谁，并告诉小海伦“水”字的写法，还让她通过感觉自己声带的振动来读“shui”□从此，小海伦的世界里不再孤独，沙利文老师就是她的救星，她的朋友。她很顽强，她不是被风雨一打就会弯腰的小草，而是在暴风雨中也不会被刮到的大树。

尽管上天对她很残忍，但她从来没有放弃，正是这种精神，使她在日后的学业中取得了很大的成就，连常人都很难做到的成就。书的最后一个章节，写了海伦在三天光明内想做的事。她对光明的那种向往并不是常人能够想象到的。我很心疼海伦，也很痛恨命运，让她从小就吃了这么多的苦。

与海伦相比，我们这些健全的人的成就实在太微不足道了。我们应该学会珍惜，珍惜我们能看见一切事物的眼睛，珍惜我们能听见所有声音的耳朵，珍惜我们健全.幸福的人生。小海伦的事，给了我很大的震撼，她那么努力的在改变命运，我们却还有这样的不足与不满。我们应该学会感谢，感谢命运对我们的爱怜，感谢父母给我们欣赏美好事物的权利。

我们要学习海伦·凯勒的坚强，她的不服输.....在人生的道路上，总会有大大小小的坎，能否跨过就要看你的“跳跃”能力了。多读书，读好书。读。

读假如给我三天光明心得体会篇十三

《假如给我三天光明》给我们展示了一个勇于和自己命运作抗争的坚强女性-海伦凯勒的故事，我们可以从中学到她的勇敢、坚持、乐观的精神，这本书就好像是点亮我们心里的明灯。今天小编在这分享一些假如给我三天光明读后感给大家，欢迎大家阅读！

为何选择这本书作为亲子阅读的书目?出于几个原因：首先，是被书名所吸引。一看书名，“假如给我三天光明”，定是发生了什么离奇的故事，原早就道听途说是关于一个盲女海伦·凯勒的故事，这本书的作者是一位对社会有重大贡献和影响的人，但是我从没有仔细阅读过，愈发好奇想了解这个人。其次，是被故事所打动。在书店随意翻看了几页，就有点爱不释手了。复杂又真实的心理活动，美丽的词汇所描绘的大自然的景象，似迎面徐徐展开的一副画卷，沁人心脾，精美的插图更是增添了几分美感。我觉得这本书是能够吸引我，也同样能够使孩子喜欢看的书。再次，是想学习海伦的精神，一种永不放弃的精神。通过海伦的经历，教育和影响我的孩子，同样也启迪自己。

每晚，我在为儿子朗读这本书中的几个章节，不禁被朴实而优美的文字、细腻的白描手法、如同身临奇境的描绘所吸引和震撼了！简直不敢相信这是出自于一位又聋又哑的盲女之手！难怪儿子总是想多听几篇，我一般朗读三十至四十分钟左右，很想多看几篇，但由于晚上的阅读时间不能影响到儿子的睡眠，不可能一下子阅读完，有种欲罢不能的冲动。有好几次，我朗读书中的情景，不禁潸然泪下，几度哽咽。儿子也听得流泪，擦拭着眼角，不想让我看到他感动时的那份脆弱。我们俩持续了一段时间，才完整的读完了这本书。我想，任何一个读过这本书的人，一定会被海伦·凯勒的经历所打动，一定会被她的故事所吸引，也一定会被她创造的一个个奇迹所震撼！

《假如给我三天光明》共分三部分，第一部分主要讲述的是海伦·凯勒如何从一个爱发脾气的又聋又哑的古怪盲女转变为爱好求知、性格温存、饱览群书、知识渊博、并且能够开口说话甚至成为一名演讲家和教育家、为残疾人造福的故事，描述了她跌宕起伏的一生。第二部分讲述了海伦的启蒙老师同时也是陪伴她一生、牺牲了自己一辈子光阴的受人敬重的安妮·莎莉文老师的故事，安妮如何克服心中的沮丧和失落，突破层层阻碍和困难，引导海伦走出人生的低谷，克服身体的障碍，成为一名对社会有重大贡献和影响的人。第三部分则是海伦的想象，如果上天给她三天的光明，能够让她看到一切，她所期望的这三天应该如何去度过的想象。这三天的想象是甜蜜的，也是酸楚的；是充满激情的，也是令人感慨万千的！

那么，这本书又给我们什么样的启发呢？我认为，应该学习的主要有三个方面：

一是坚持不懈的精神。学习她克服困难，坚忍不拔的毅力。海伦在19个月的时候由于猩红热夺去了她的视力和听力，不久，她又丧失了语言表达能力。然而就在这黑暗而又寂寞的世界里，她并没有放弃，而是自强不息，并在她的导师安妮·莎莉文的努力下，用顽强的毅力克服生理缺陷所造成的精神痛苦。从不能说话的哑女，到最后居然能够当演说家，这不是常人所能忍受，也不是常人能够做到的。学习她渴望知识，持之以恒的求知精神。她酷爱学习，克服身体重重障碍，考入世界著名的美国哈佛大学拉德克利夫学院，成为了第一位获得文学学士学位的盲聋哑人。并且她还学会骑马、滑雪、下棋，还喜欢感受戏剧演出，虽然不能用眼睛看到，但是能够在心中感受和想象到愉悦。她喜爱大自然，用手去触摸和感受一切。参观博物馆和名胜古迹，从中得到知识，学会了读盲文书和开口说话，和其他人沟通。以优异的成绩毕业于拉德克利夫学院，成为一个学识渊博的人，掌握英、法、德、拉丁、希腊五种文字的著名作家和教育家。养成酷爱学习的习惯。俗话说，活到老学到老。讲的就是始终如一、坚持到

底的学习，学习使人获得丰富的知识，获得力量。对于海伦来说，正是知识给她勇气，给她接受挑战的力量；知识让她变得强大，从一个残疾人成为一个有益于社会、有益于人类的人。

二是乐观向上的心态。虽然她一直生活在无光、无声、无语的孤独岁月里，但她没有自暴自弃，怨天尤人，克服消沉的心态和身体上的不自由，冲破黎明前的重重黑暗，用永不服输的乐观心态，找到属于自己的快乐，照样生活的多姿多彩。她领悟到了生活的真谛，对人生有了更深的理解，同样也找到了自己的人生价值取向。她走遍美国和世界各地，为盲人学校募集资金，把自己的一生献给了盲人福利和教育事业。她赢得了世界各国人民的赞扬，并得到许多国家政府的嘉奖。相比她的处境，你会觉得自己的渺小、懦弱，所遇到的困难又是多么的微不足道、不值一提，又有什么理由不热爱生活、不珍惜生命呢？三是真诚待人的态度。海伦从最初任性、封闭又好强的无敌小暴君变成一个善良、真诚、大度、温存的教育者，产生了质的飞跃，一切得益于安妮·莎莉文老师的循循善诱的教导与充满爱心的教育，让海伦拥抱了生活，走出了困境。美国作家马克·吐温曾经说过：“十九世纪有两个奇人，一个是拿破仑，一个就是海伦·凯勒”。然而，正是这么一个幽闭在盲聋哑世界里的人，竟毕业于著名的哈佛大学德克利夫学院；用生命的全部力量处处奔走，建起了一家家慈善机构，为残疾人造福，最终成为一名杰出的慈善家、演讲家、教育家，还被美国《时代周刊》评选为20世纪美国十大英雄偶像。创造这一奇迹，全靠一颗不屈不挠的心。海伦接受了生命的挑战，用爱心去拥抱世界，以惊人的毅力面对困境，终于在黑暗中找到了人生的光明面，又把慈爱的双手伸向全世界。

如果你的信心之烛火强而明亮，别人会来借火，点燃他们内心的烛火。

——题记

她，一个普通的女孩——海伦·凯勒。年仅19个月大的时候被猩红热夺去了视力和听力。不久，这个不幸的女孩又丧失了语音表达能力。可她没有因此而失去生活的勇气，而是勇敢地与病魔作斗争，坚强、乐观的面对生活。并在莎莉文小姐的帮助下，克服种种困难，终于取得成功。她的世界只有无光、无声、无语的孤绝岁月。

但她却顽强地认为假如给我三天光明——第一天：我要透过“灵魂之窗”看到那些鼓励我生活下去的善良、温厚与心怀感动的人们。

第二天：我要在黎明起身，去看黑夜变成白昼的动人奇迹。我将怀着敬畏之心，仰望壮丽的曙光全景，与此同时，太阳也唤醒了沉睡的大地。

第三天，我将在当前的日常世界中度过，到为生活而奔忙的人们经常去的地方，为假如给我三天光明作介绍。

人生的路不会风调雨顺，挫折是成功的必经之路。懦弱的人往往会选择退出，而强者却是勇往直前。希望之光总会燃起。

只有亲身经历才能真正体会。每当拿起海伦·凯勒的自传，就不由自主的想起当年年少无知的我们。叮铃铃，上课铃‘如期而至’。这次老师没有向以往只拿课本，手里多出了一条红领巾。为了节约时间老师迅速介绍了一下，因为本次我们所学的课文名为《海伦·凯勒》，老师为了让我们有深刻的意义便让我们切身体会。随机抽取摇号，由一名同学做代表，完成他的指令。绑好红领巾体验开始！不就是蒙眼走路吗？可简单了跟玩似的，我们信心满满。但，过程并没有我们想象的那么简单。眼前一片漆黑，什么也看不见，我感觉到了前所未有的危机感，不敢轻易迈出步伐，生怕下一秒会摔伤。没体验过你不知道，仿佛迷失了自我，毫无方向感，而且四周全是桌椅，只要稍微出差错就会受伤，还很有肯能误伤。我摇摇晃晃的行走，其实很想弃权，可脑海中浮现出海伦凯

勒的身影，她都能坚持，为什么我不可以！虽然不少磕磕碰碰，但终于，在老师以及同学的指导和带领下，“艰难”的完成了任务。解开红领巾，光明又重新回到我的眼前，我眨了眨眼向四周环顾。有光明是多么的美好，“善用你的眼睛吧，犹如明天你将遭到失明的灾难。”似乎得到了最好证明。

《假如给我三天光明》带给我们不少的知识，以及精神支，成为了不朽的传奇佳话。愚蠢的人永远在等待机会，却从未感觉机会已经与他擦肩而过。只要想做，没有什么做不到。光明只在那一瞬间，错过了就不可能再见。海伦·凯勒的精神和毅力使我们难以忘怀！

不经历风雨，怎么会遇见彩虹；不经历挫折的洗礼，又怎么会取得成功... 只要有战胜他的理念，就一定能成为强者。我坚信，只要有意志力，希望之光总会燃起！

只有失去了才会珍惜，机会不会轻易放弃你，只有你放弃机会。坚持到底就是胜利，希望之光永远在胜利的彼岸！

——后记

读假如给我三天光明心得体会篇十四

《假如给我三天光明》这本书主要讲述了又盲又聋的海伦·凯勒坎坷的一生，以及她的心路历程。告诉了我们坚强的内心是打破一切困难最大的力量。今天小编在这分享一些假如给我三天光明读后感给大家，欢迎大家阅读！

五(3)班 鞠彤

在20世纪，一个独特而又勇敢的人震撼了世界，她就是海伦·凯勒——一个生活在黑暗中却又给人类带来光明的伟大女

性，她一共度过了88个春秋，却熬过了87年的无光、无语、无声的孤独岁月。她才出生19个月就成了聋子和瞎子，连说话都很困难，那她该有多么痛苦呀！但她还是很幸运的，她一生中最重要的的人——莎莉文老师让海伦·凯勒重新找回了信心，并且乐观向上，坦然地面对生活，克服了重重困难，然而，正是这个盲聋哑的人，竟毕业在哈佛大学德克利夫学院！这是为什么呢？因为她不屈不挠，即使她是个残疾人，但她勇敢地去面对生活的困难，拥有去挑战生命极限的勇气。善良的她还建起了一家慈善机构，为残疾人造福。终于，她在黑暗中找到了光明，最后又把慈爱的双手伸向全世界。

五(3)班 王华骁

寒假里，我读了一本书，名字叫做《假如给我三天光明》，作者是美国的海伦·凯勒。

本书主要讲了海伦·凯勒小时候生了一场大病，成了一个既盲又聋又哑的人，顿时她变得脾气暴躁，没一点自信。但自从安妮·莎莉文老师来到她家后，让她发生了翻天覆地的变化，通过她的努力最终考入哈佛大学，成为世界上第一个完成大学教育的盲聋人。

本书还写了她对渴望看见世界万物的向往，并写出了如果自己能有三天光明，自己将会做的事情。

读过这本书后，我深有感触，海伦是个盲聋人，做一个健康、健全的人是她最大的向往，她虽然残疾，但自己坚持不懈地刻苦学习，最终得到了成功。可有些人既健康又健全，不好好学习，不珍惜上天所给的一切有利条件，虚度了光阴。还不如一个残疾人。所以这本书的真正目的是告诫我们应该珍惜生命，珍惜现在所拥有的一切。

我们要学习海伦·凯勒那持之以恒，坚持不懈，努力学习，高尚的精神品质。

《假如给我三天光明》讲的是一个叫海伦凯勒的小女孩在一次高烧中失去了听力和视力后十分痛苦，她的父母为她找到了一位启蒙老师沙利文小姐，并在第二年的3月正式来到海伦的身边。沙利文小姐先教会了海伦水和杯子是不同的两种东西，还让海伦学会了说话，又让海伦考进了哈佛大学，并帮助她预习功课。沙利文小姐逐渐让海伦恢复了自信，最后海伦凯勒还想让上帝给她光明，哪怕只有三天时间。第一天她要看人；第二天她要去日出、看自然史博物馆；第三天她决定在现实生活中度过。

我感觉海伦凯勒很可怜同时又很坚强和幸福，可怜的是，她在高烧中失去了听力和视力。坚强的是，她失去了听力和视力之后依然顽强，坚持不懈的学习，最后成为了著名的盲聋慈善家、作家和演讲家。幸福的是，她有一位很好的启蒙老师愿意一直帮助她。

我觉得我们一定要学习海伦凯勒的坚持不懈，不会轻易放弃，最终梦想成真。

读假如给我三天光明心得体会篇十五

转眼间，三个星期过去了，我也有了很大的收获。我读了《》这本书，从中也学会英语如cup杯子，pen针.....也认识了许多字，让我受益匪浅。

这篇文章的主要内容有：海伦凯勒一岁半时，得了一场重病，结果失去了听觉和视觉，并因此丧失了语言表达能力，从此生活在沉寂黑暗中。她七岁时，家庭教师安妮莎莉文来到她身边。在莎莉文小姐的帮助下，海伦学会了写字，手语。后来她克服了巨大的困难，读完了大学，还致力于救助伤残儿童，保护妇女权益和争取种族的社会活动。她是一个生活在黑暗中的人，却为世界带来了光明和希望。她这种精神很让我敬佩。

读到《光明和声音》这一篇。我仿佛看到了海伦独自一人生活在黑暗之中，又聋又盲。我们两岁时还尽情的躺在，妈妈的怀抱里玩耍，而她的面前是一片黑暗。我真为她感到伤心，但她不放弃，坚持到底，最终完成了她全美的一生，我一定要向她学习，珍惜面前的一切，做什么事都要坚持不懈，才能成功。

你或许也应该假想一下自己面临失明厄运是的处境，这样你肯定会更加珍惜自己的目前的一切。所以，珍惜你的眼睛吧！同样也好好珍惜你其它的感官吧！去聆听美妙的音乐，嗅闻芳香的鲜花，品尝美味的佳肴，珍惜一切。你也要知道，做事努力了，有时没有回报，但不努力，就一定没有回报。

读假如给我三天光明心得体会篇十六

1880年6月27日，海伦凯勒出生在美国南部的一个小镇上。她是《》这本书的主人公，在一次患上了“猩红热”之后，就永远的失去了视力和听力，成为了一个又盲又聋又哑的人。但是她并没有被病魔吓倒，而是用她超出常人想象的意志力，学习盲文和多国语言，最终考上了她梦寐以求的哈佛大学，成为了一个举世闻名的人。

海伦凯勒的故事给了我极大的鼓舞和启发。

我学习骑自行车的时候，总是摔跟头，身上擦破了好多皮，还有好多青的紫的，我有些气馁，想放弃了，就在我瘫坐在地上时候，我的脑海里浮现出了海伦凯勒的形象，想到她那样一个又盲又聋又哑的人，都能取得那么举世瞩目的成就，我这样一个正常人，连骑自行车这样的小事都搞不定，岂不是太无能了？想到这里，我又从地上爬起来，拍拍身上的尘土，继续上车练习，慢慢地，我终于学会了骑自行车。

我们的生活就是这样，每个人在生活中多多少少会遇到一些挫折和困难，但我们千万不要气馁，多想想海伦凯勒，她会

给你信心和勇气的!加油吧!同学们!

读假如给我三天光明心得体会篇十七

《假如给我三天光明》描写了海伦凯勒的一生，写出了她的坚强勇敢，写出了她的不屈不挠的坚定意志，是我们学习的榜样。今天小编在这分享一些假如给我三天光明读后感800字给大家，欢迎大家阅读!

最近我读了一本书：《假如给我三天光明》。马克吐温曾说过：“十九世纪有两奇人，一个是拿破仑，一个是海伦凯勒。”海伦凯勒相信大家并不陌生。没错，她就是《假如给我三天光明》的作者。

这本书主要写了海伦凯勒的一生，写了她的奇迹般的生活，她遇到的不幸，她的不屈不饶、坚强、奋斗、乐观和勇气还有她的爱心都是我所感动的原因。海伦凯勒原本也是个健康可爱聪明的小女孩，可是在她19个月的时候一场恐怖的急病降临在了小小的海伦凯勒身上，导致了她失明、失聪和失语。

原本可爱又活泼的小海伦凯勒不见了，取而代之的是暴躁、任性和孤独的她。直到她七岁那一年，海伦凯勒的爱心与耐心接近绝迹的时候，莎莉文老师走进了她的生活。莎莉文老师引导她，教育她，教她识字。

海伦凯勒渐渐走出了内心的黑暗，张开了心灵的眼睛，从此开始了她注定不平凡，奇迹的生活。

《假如给我三天光明》中，海伦凯勒写道：“第一天：我要透过“灵魂之窗”看到那些鼓励我生活下去的善良、温厚与心怀感动的人们。第二天：我要在黎明起身，去看黑夜变成白昼的动人奇迹。我将怀着敬畏之心，仰望壮丽的曙光全景，与此同时，太阳也唤醒了沉睡的大地。第三天，我将在当前

的日常世界是中度过，到为生活而奔忙的人们经常去的地方，去体验的他们的快乐、忧伤、感动与善良。”

我们是健康的人，可是在遇到困难和磨难时，我们为什么不能向海伦凯勒那样坚强、乐观地去面对，去挑战呢？生活中确实有着许多的无奈，但是我们可以去努力的改变自己的生活 and 把握好自己的生活。像海伦凯勒那样，勇敢、坚强、乐观地去面对各种困难！生活，由我们自己来主宰！

蔡业秀

坚强是什么？是一种令人折服的崇高精神。博爱是什么？是一种伟大的胸襟。珍惜是什么？是一种高尚的品德。最近我读了一本流芳百世的著作《假如给我三天光明》。而这位令人佩服的女作家就是海伦·凯勒。海伦·凯勒用自己的一生来指引我们，规劝我们，只是一本不可多得的好书。

海伦的一生融入在这本书中，她用形象的笔墨描写了她人生的悲壮赞歌。海伦是一个热爱生活、坚强不屈、珍惜生命的盲聋哑人。虽然上帝给了她不公平的待遇，可她在沙利文老师的帮助下，点燃了生命之火，打开了被禁锢的心灵之窗。从此，她与命运挑战，与困难斗争，积极乐观，自强不息，成为“教育史上最伟大的成就”，她让我们感受到了坚强、博爱、珍惜所带来的人生快乐。

坚强！海伦克服困难，造就伟大成就的来源。只要有了坚强的毅力和坚持不懈的精神，你的人生道路就将前途无量。困难，是人生道路中必经之坎，它将成为你人生的绊脚石，但只要我们有坚定的毅力和坚持的信念，那我们将会死死地卡住命运的喉咙。我们要时时刻刻迎难而上，顶着风雨向前冲，永远不要做逃兵。人生就是这样，你强，它就弱，你弱，它就强。这是海伦成为伟人的原因。

博爱，海伦对人类无私奉献的根本，“我努力求取知识的目

的在于为社会为人类贡献一点力量。”对，我们拼命地学习，就是为了回报社会，以胸襟去包容人类。让博爱充满世界的每一个角落，温暖每个人的心田，让博爱给生活添加幸福，快乐。这是海伦成为世人佩服的原因。

珍惜，海伦拥有一切的理由。我们要珍惜生命，珍惜现在拥有的一切，并学会感恩，感恩世界给予的一切。让我们一起珍惜美好的一切，不要等失去之后才懂得珍惜，那为时已晚。让我们善待生命吧！这是海伦身残志坚的原因。

这一位集盲聋哑于一身的伟大女性，她天生就有缺陷，但是她努力拼搏，终究获得了令人瞩目的成就。我们这些没有缺陷的人难道还不如海伦·凯勒吗？我们应该向海伦学习，不向命运低头，为了梦想勇敢斗争，做一个博爱、坚强、懂得珍惜的人，付出汗水，这样我们的梦想才能实现，那我们的生活才能绽放夺目的光彩，生命也才更有价值！

群众路小学五年五班15号谢毅潇

期末考终于结束了，我迫不及待地拿起令我爱不释手的《假如给我三天光明》这本书。因为总复习期间时间紧迫，妈妈将我的“宝贝”放在书柜里，每天我只能透过玻璃窗与他隔窗相望。而现在，我的“宝贝”已经被释放出来了，我如饥似渴地一口气读完这本书，从中获得了许多做人的道理。

《假如给我三天光明》的主人公海伦凯勒自幼双目失明，并一直生活在无声的世界里，但她不甘被命运捉弄，以自强不息的顽强毅力，在安妮·莎莉文老师的帮助下，她并没有放弃希望，坚强地努力着，学会了盲文，并努力练习发声，终于一步一步走向并跨越了成功的大门，实现了她的梦想，成为了闻名世界的大作家、教育家、慈善家、社会活动家。

我的梦想是自己可以凭借着海伦凯勒那样的顽强的毅力，成为一名可以到边远山区传授知识的光荣的人民教师，让一个

个失学的孩子再次背上书包，走进教室。一天下午我在背英语课文，一整篇课文非常枯燥，一个小时过去了，我一点进展也没有。我顿时像泄了气的皮球，烦躁起来。这时，一个声音在我耳边响起：“你忘了自己的理想吗？一点毅力都没有，还想当一名教师？”是呀，我的理想就是当一名光荣的人民教师，可以到偏远山区传授知识给小朋友们。但是，我平时做事没有耐心，又非常马虎，我一定做不了一名好老师。这个崇高的理想，瞬间就在我的脑海里被否定了。但在被否决的一瞬间，我想起了海伦凯勒，她就是我的榜样，说罢，我下定决心改正自己的坏习惯，从小事做起，从现在开始。想到海伦凯勒的生平，我觉得好像在遇到困难时有人推了我一把，我背书的志气也越发高昂了。第一段，第二段……没过多久，我就把课文背得滚瓜烂熟，达到了倒背如流的境界，原来，我也可以做到耐心对待每一件事呀！看来，我一定也可以实现我的梦想，做一名优秀的人民教师。

看一本好书，犹如做一场美梦，《假如给我三天光明》这本书在我遇到困难时给予我力量，在我不知所措时为我照亮人生的道路，相信它一定能在我未来的人生旅途中点亮我的梦想。

读假如给我三天光明心得体会篇十八

《假如给我三天光明》作品中，海伦·凯勒的故事深深地感动了千万读者，使人们从中受益匪浅。书中将海伦凯勒的积极乐观和对生活的热爱表现得淋漓尽致。今天小编在这分享一些假如给我三天光明读后感给大家，欢迎大家阅读！

最近，我读了海伦·凯勒的自传《假如给我三天光明》，让我深有感触。这本书主要讲述了又盲又聋的海伦·凯勒坎坷的一生，以及她的心路历程。她一生只有十九个月光明与声音，在安妮·莎利及其他老师的帮助关爱下，在亲朋好友的

成全中，海伦·凯勒克服了常人无法想象的困难，完成了哈佛大学学业，以优异的成绩获得了硕士学位。她始终致力于残疾人事业，四处募捐用以改善残疾人的生活环境，并为他们创造受教育的机会。她曾周游世界各地，为残疾人加油鼓劲。最终成为一名杰出的慈善家、演讲家、教育家。

在这个世界上，为什么只有聋人才珍惜失而复得的听觉？为什么只有盲人才珍惜重见天日的幸福？让我们珍惜生命中的每一天，去充实生命、去享受生活！海伦说：“我努力求取知识的目的在于为社会人类贡献一点力量。”知识的力量多么巨大，它能使一个残疾人，变成一个有益于人类、有益于社会的人。假如，我们每一个人，都能像海伦·凯勒一样，在有生之年把对知识的渴求，看作对人生的追求，每天都抱着这种追求，怀着友善、朝气、渴望去生活，我们的人生将会增添多少欢乐、多少幸福啊！

海伦的一生，是生活在黑暗中却给人类带来光明的一生，她用行动证明了人类战胜生命的勇气，给世人留下了一曲永难遗忘的生命之歌！

在夜深人静的时候，我的房间依然开着灯，我拿起了出自海伦·凯勒的《假如给我三天光明》这本书，津津有味的读着，体会着来自书中的世界。

这本书的女主角是海伦·凯勒，她出生在一个幸福的家庭，过着快乐的生活。可是造化弄人，快乐总是短暂的，小海伦生了一场重病，医生说是急性胃充血和脑充血，然而医生们对此却毫无办法，于是便对她判了“死刑”。可是在一个明媚的清晨，她身上的高烧却退了，家人对此万分欣喜，却没想到这场大病使她失去了光明失去了声音，从此她就和有声有色的世界隔绝着。谁能想到，那时的她仅仅是一个一岁半的娃娃呀！于是，随着年岁的增长，她的脾气变得越来越暴躁，直到小海伦六岁零九个月的时候，安妮·莎莉文走进了她的生命，同时丰富的知识和精彩的世界也进入到了她原本黯淡的

生命中，为她的生活增添了许多色彩。她每天都要学习生字，为了摸盲文，有时还会把自己的手指磨破，但是她却一如既往的坚持学习知识。

当海伦还在剑桥女子学院学习的时候，因为莎莉文老师知道海伦听不到也看不见，所以每天都会把在课堂上讲的知识内容快速的写在海伦的手上，而海伦只能快速的去读懂它。自习课的时候，海伦还要再查盲人字典去学习一些不懂的地方。虽然作业很多，对她来说还很难，可她依然坚持着，认真对待学习不轻言放弃，不像我似的作业一多就不认真写，缺少认真坚韧的学习态度。最终她考上了哈佛大学。虽然她是一个生活在黑暗中的女生，但她却是一个能给人类带来光明的勇者。

书中说了她最大的愿望就是给她三天光明，第一天，她想看看身边的莎莉文老师，想看看身边的朋友。她把这一天，给了朋友，给了那些有生命和没有生命的东西。第二天，她想看看太阳升上天空和夕阳落下时的样子。她把这天给了人类和自然的历史面目。第三天，她想再次看一看太阳的升起和落下。她想在现实世界里，在从事日常生活的人们中间度过平凡的一天。她是多么的渴望光明啊！

这本书中的三个朴实却又饱含深情的愿望，也告诉了我们要珍惜现在的一切。朋友们，珍惜这幸福的生活吧，用美丽的心情去拥抱这美好的世界吧，人生都会有挫折的，但是你要乐观要勇敢的去面对它，向着新的生活，向着幸福和更加精彩的明天出发！（苏俊霞）

作者：姚雨欣 金水区农科路小学 六二班

辅导老师：王瑞红

今天，我终于阅读完了《假如给我三天光明》这本书，海伦·凯勒的故事深深地感动了我，使我从中受益匪浅。 《假

如给我三天光明》一书的字里行间，无不洋溢着海伦。凯勒对生活的热爱，她用热情的态度劝戒世人应珍惜眼前享有的一切。

在书中，海伦说：“知识给人以爱，给人以光明，给人以智慧，应该说知识就是幸福，因为有了知识，就是摸到了有史以来人类活动的脉搏，否则就不懂人类生命的音乐！”。的确，知识的力量是无穷的，正是知识使海伦创造了这些人间奇迹！她祈望拥有三天的光明去感受这个世界，使她熟悉身边的一切，海伦。凯勒想看到的事物实在是太多太多了，然而这却只是一个很美很美的梦。海伦凯勒原来是位健康活泼的小女孩，在19个月大时，因一场急病导致失明、失聪和失语，从此小小的海伦凯勒变得暴躁、任性和孤独。直到七岁，她在充满爱心与耐心、曾经接近失明、当时只有20岁的莎莉文老师费尽心思的引导下，走出了黑暗与孤寂，感受到了语言的神秘，领悟出了知识的神奇。从此，海伦凯勒求知若渴，凭着自己惊人的毅力，在莎莉文老师的教育和帮助下，以优等的成绩完成了哈佛大学四年的学习，成为人类历史上第一位获得文学学士的盲聋人。

海伦的三天就如此的充实美好，可我们还小，还有很多的三天可以创造美好的生活。一寸光阴一寸金，时光不再，.对我们来说，我们需要的是顽强拼搏、努力前进的意志，不向命运投降的、自强不息的精神！更重要的是要拥有一颗积极、乐观、敢于创造奇迹的心！

读假如给我三天光明心得体会篇十九

《假如给我三天光明》是一本自传体小说。这本书写了海伦对光明热切的渴望和对人生的感慨，让读者随着她平静的叙述一起其中品味酸甜苦辣。今天小编在这分享一些假如给我三天光明读后感给大家，欢迎大家阅读！

大家想像一下，如果没有听觉与视觉我们的生活将会是什么样的？

想必大家都会回答：“绝望！”但，海伦·凯勒给出的却不是这样的答案。上天只给了她十九个月的光明与声音，便让她在一场大病后陷入到黑暗与无声的世界中。但是，她并没放弃生活，而是与安妮·莎莉文老师一起重新认识世界，寻找新的自我。最后，经过十几年的努力，海伦·凯勒终于在人生的舞台上绚丽地绽放了。

为了更深刻的体会海伦·凯勒的坚强，我紧紧的闭上双眼，捂紧耳朵，尝试着往前走。顿时，一片浓重的漆黑遮住了我的眼帘，鸟儿那欢快的唧喳声也全无踪影，只有无限的黑暗与可怕的寂静。“咚”，一个沉闷的碰撞声伴随着一阵火辣辣的疼痛，哦，原来是我的额头撞到墙了。经过这次试验，我更惊异于又聋又盲的海伦·凯勒是如何在身体残障的情况下创造出如此伟大的成就。

生活中，许多残障者往往比有些正常人更加坚强、自立。那是因为他们经历过更多的挫折与失败，某种缺陷使 they 要付出更多的努力。于是，他们在苦难的人生中咬紧牙关一步步向前走，磨炼了坚强的意志，从而战胜了困难，冲破逆境，往往取得比平常人更大的成功。

最后，我希望所有正常人都能够珍惜自己完整健康的身体，多为社会做贡献！如果遇到困难请记住：不要退缩，勇往直前，战胜困难，冲破逆境！

点评：好读书，还要善读书，才会有更大的收获。小作者懂得读书要与思考、实践相结合，才能获益匪浅。他是这样想的，也是这样做的，就不断提升了。

世界里充满了光明，带给我们希望。可有些人却生活在充满恐惧的世界里。但她们坚强，依然很快乐地下去。

海伦凯勒，是这本书的作者。一开始，她把他的家描写的栩栩如生，就好像一幅画映入我的眼框。但在一场战争中，她失去了她的那一幅画和她的眼睛。到后来，因为受伤势的影响，他又失去了听力和语言能力。在这种时刻，他并没有选择放弃，而是选择了坚强。通过自己的努力，他去了哈弗大学。

如果我们自己也碰到了这种情况，是，还是让佣人服侍，还是像她那样坚强地活下去。恐怕我们也做不了决定。

读完了这本书，是我非常佩服、敬仰作者。他让我知道了，在人生人到了低谷的境界时，不要贸然决定。要坚强。还让我明白在我们身体健全的时候不要浪费时光，要好好学习，长大报答父母。

我有一个表哥，他也是听力很差，但他自从看了这本书以后，就很乐观。

假如给我三天光明，我会疯玩。可相对而言，那些失去光明的人来说，这简直比中了3个亿还要幸福。

在我们拥有光明的时间里，好好的去生活吧！

老师常常教育我们：一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。自从我读了美国盲聋女作家海伦·凯勒写的《假如给我三天光明》，我才更明白这句话的含义。

《假如给我三天光明》是一本自传体小说。这本书写了海伦对光明热切的渴望和对人生的感慨，让读过这本书的人和她一起分享海伦人生中的酸甜苦辣。书中字里行间，无不洋溢海伦·凯勒对生活的热爱，她用热情的态度劝戒世人应该珍惜享有的一切。她希望拥有三天的光明去看尽世界的一切景观。海伦·凯勒想看的事物实在是太多太多了，然而这只不过是一个梦。她只拥有过19个月的光明和声音，她在无光无

声的世界中度过了87个岁月。虽然她又聋又哑，但仍然没有失去信心。我想，对她的一生影响最大的就是她的启蒙教师莎莉文小姐了。

要是人们把活着的每一天都当成生命的最后一天，那肯定会多么珍惜这一天啊！那也就更能显示出生命的价值。如果每个人都可以充分利用每一天的话，那这将会是一件多么令人高兴的事情啊！三天光明，对于常人来说只是人生中的短暂的一刻。对于双目失明的海伦来说，却是可想而不可及的。三天光明，对于那些碌碌无为的人，无非是在漫无目的地游玩着，他们追求的生活还不如那些乞丐，至少还知道去要饭！

目前青少年学生中有这么一些人，拥有舒适的生活环境，良好的学习条件。但他们不是去珍惜自己拥有的一切，而是吃不得半点苦，把学习当成一大苦差，无心向学。对于学习，他们总是不屑一顾，不是以积极的态度去勤奋学习，努力拼搏，而是哀叹命运对于自己的不公，责怨上天没有赋予他们聪颖的天资、超人的智慧，让他们能一举成名天下知。现在的社会是靠知识才能生存的社会，没有知识的人是不可能在社会上有一席之地。如果我们好好学习，让学问把大脑给占据的话，就可以为以后的道路铺上一条光明大道了！

读假如给我三天光明心得体会篇二十

《假如给我三天光明》是一部伟大的励志书，被誉为世界上“无与伦比的杰作”。感动了无数读者，让人们内心深处受到深深的撞击。今天小编在这分享一些假如给我三天光明读后感给大家，欢迎大家阅读！

六(4)班 高捷

最近，我读了一本书，是海伦·凯勒的《假如给我三天光明》

使我深受感动。

她，是一个可怜的小女孩，从小双目失明、双耳失聪但她却接受了生命的挑战；她，是一个顽强的小姑娘，用自己顽强的毅力与病魔作斗争，创造了一个又一个奇迹；她，就是海伦·凯勒，她用自己的智慧考上了哈佛大学，创造了十四部著作，并掌握了英、法、德、拉丁、希腊五种文字，在全世界建起了多家慈善机构。看，她虽然87年无光、无声、无语，但海伦·凯勒并不气馁，靠自己的毅力，也靠着自己的智慧，做出了困境。她说：“只要朝着阳光，便不会看见阴影。”这句话使我鼓舞，我想，她所做的事我们平常人也很难做到，为什么她一个聋、哑、盲的人却可以做到？这就是生命的力量；生命的奇迹；生命的所在；也是生命的一个最好的见证。

最令我感动的是海伦·凯勒那不屈向上，不在困难面前低头的勇气。他没有在病痛中抱怨上天对她的不公平，她不气馁、不低头，也不轻言放弃，最终，就是因为她的这种精神，将厄运扭转，成为奇迹！读完这本书，我不由地发出感叹：“海伦·凯勒真是太伟大了，她的不屈向上的精神值得我们学习！”我看看看着，不由得闭上了眼睛，尝试着做盲人的感受。我东撞撞，西撞撞，撞到了不少东西，我想：做盲人可真不容易啊！想到这儿，我又多了一份对海伦·凯勒的敬佩之情。这又令我想起了杏林子。她十二岁时得了一种罕见的类风湿性关节炎，但病魔没有压垮她，反而让她更加乐观地面对现实，更加珍惜生命！就像杏林子在《生命 生命》一文中说的：“一定要好好珍惜生命，决不让他白白流失，使自己活得更加光彩有力。”的确如此，杏林子是如此，海伦·凯勒也是如此，而我们也要如此！我们的生活是那么美好，我们这些健全人没有任何理由不珍惜生命；也没有理由不好好使用它；更没有理由不让它更加光彩有力。我们要向杏林子和海伦·凯勒学习，更加珍惜生命，要活得更加光彩有力！生活中，有多少人遇到一点点困难就退缩？又有多少人碰到一点点挫折就灰心丧气？我想说：你们看看海伦·凯勒吧！她的生活是多么艰难，连走一步都要小心谨慎，却做出了一番大作为，我们的

一点点困难、一点点挫折算得了什么，这根本就是一点芝麻小事而已。当我们遇到不顺心的事时，想想海伦·凯勒吧！向她学习那不懈努力，为自己的目标努力拼搏，遇到拦路虎不能畏惧，不能退缩。要“明知山有虎偏向虎山行”的精神。

来吧，我们一起努力，像海伦·凯勒一样有勇气克服困难，乐观地面对不幸的事，一起奋斗，加油！

五(3)班 陈凡哲

这本书主要写了海伦变成盲聋哑人后的生活。刚开始的海伦对于生活是失望的，用消极的思想去面对生活，情绪非常的暴躁，常常发脾气，她感觉现实生活中没有了希望，她是多么期待能重新得到光明。在她父母的寻求下，帮海伦找到了一位老师——安妮·沙利文，这位老师成为了海伦新生活的引导者，使海伦对生活重新有了希望，有了向往。在莎莉文老师耐心的指导下，海伦学会了阅读，认识了许多的字，也让她感受到了身边无处不在的爱。随着时间的推移，海伦在老师和亲人的陪同下，体会到了许多“新鲜”事物，和家人一起过圣诞节、拥抱海洋、“欣赏”四季……海伦渐渐长大了，在她的求学生涯中，遇到了许多的困难，但同时她也结识了许多的朋友……海伦在学习中，由于她的不屈不挠的精神，她学会了说话，写作。虽然在这过程中海伦遇到了一些不开心的事情，但她并没有放弃。终于，她的努力得到了回报，用自己的汗水实现了大学梦想，进入了哈佛大学。因为生理上的缺陷，所以繁重的功课使她非常吃力，在老师的帮助和她的努力下，最终她以优异的成绩大学毕业，还掌握了英、法、德、拉丁和希腊五种文字。但大学毕业后她却遇到了悲伤的事——慈母的去逝。书中还介绍后来海伦在生活中遇到的一些伟人，同时也介绍她体会不同的丰富多彩的生活以及她的慈善活动。

海伦小时候生了一场大病后，视力听力尽失，她不能喊一声妈妈，也不能述说心中的感受，她的心灰意冷到极点，但她

毫不气馁，丝毫没有放弃生活。我想如果换了别人，也许早就自暴自弃，也许会依赖父母过一辈子，可她却不一样，一个人坚强地走了下去，书的字里行间中，无不洋溢着她对生活的热爱，8岁时在老师的帮助下凭着坚强不息的精神学会了无人能想象的说话，并通过艰苦的学习以优异的成绩考取了哈佛大学。海伦的生活无比的萧瑟，因为自己身体的残缺，生活在一片无声、黑暗的世界中，因此，她对生活失望、消极，可是，上帝为她关上了一扇门，却又为她打开了一扇窗：命运之神为她带来了一位天使——安妮老师。安妮老师用自己的耐心与恒心，治愈了海伦的心灵，成为了海伦新生活的引导者，使海伦对生活重新有了希望，有了向往，使她感受到身边无处不在的爱。她心中有了希望，以自己的毅力与乐观，她以自己独特的生命以勇敢的方式震撼了世界，她度过了88个春秋，却熬过了87年无光，无声，无语的孤独岁月；她以自己自强不息的毅力和乐观向上的精神战胜了心灵上的残缺，到达了光辉理想的成功彼岸。

比起海伦，我很惭愧，因为我遇到一点不顺心的事就一蹶不振：有一次考试，我只考了88分，我大吃一惊，好像掉进了无底的深渊。从那一次考试起，我就变得悲观、暴躁起来，什么事都能找出一些不满足来。有一次，我在上兴趣小组时，同桌弄翻了我的文具盒，我就为这一点小事大发雷霆，恨不得把同桌一口吃了，同桌连连道歉，我都没有原谅他，甚至和他绝交，闹得很不愉快。想想那次，我真的后悔极了！那次，我考试后应该这样想：失败乃成功之母，没有失败，哪儿来的成功？我要加倍努力学习，争取下次考个好成绩！

海伦说：“我努力求取知识的目的在于为社会人类贡献一点力量。”知识的力量多么巨大，它能使一个残疾人，变成一个有益于人类、有益于社会的人。但是作为学生的我却往往为让我多看些书多做些题目的妈妈闹不愉快，想想真惭愧！今后我一定合理安排好学习，努力学好本领，长大报效我们的祖国。

《假如给我三天光明》一书内容令我受益匪浅，告诉了我一个道理：一个人最可贵的是有坚韧不拔积极向上的优秀品质，有了这种品质，就可以克服一切困难，就不会在困难面前低头。在今后的人生道路和求学的道路上，我将勇敢地面对学习和生活中的一切困难和挫折，学习她永不放弃的人生信念。