# 2025年假如给我三天光明读书心得(汇总14篇)

来源：网络 作者：海棠云影 更新时间：2025-07-15

*范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。假如给我三天光明读书心得篇一...*

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**假如给我三天光明读书心得篇一**

孟子曰：“故天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，增益其所不能。”对苦难的不一样态度往往导致了我们的不一样命运。人生就像打开的潘多拉盒子，一路上要有无数的困难降临，可是苦难筛选留下的也是最重要的东西——期望。

不到最终，任何时候都不要放弃期望。成功根本没有秘诀，如果有，也仅有两个，第一个是坚持到底，永不放弃;第二个就是当你想放弃的时候，请回头再照着第一个去做：坚持到底，永不放弃!应对失败时，请永远记住一个信念：失败的本质就是这世界上根本就没有失败，只是暂时没有成功，只要不服输，失败永远不会是定局。

没有战胜困难的决心和勇气，就不可能获得成功。一个人奋斗目标的高低，是与可能遇到挫折的大小成正比的。正确的人生梦想，会使人在黑暗中看到光明，在平凡中看到伟大，在困难和挫折中充满信心和勇气，在暂时的失败中看到胜利的曙光，知难而进。

一个人能够被毁灭，不能够被征服。海明威说过：“人不是为失败而生的。”在他的《老人与海》中，主人公桑提亚哥就是从来不放弃期望，永不屈服的典范。也许他似乎是失败的——鱼被鲨鱼吃光，可他在作者眼里，在读者眼里，他就是一个胜利者，一个令人肃然起敬的成功者。

人生会出现许许多多的挫折，不要怕，更不要迷茫，正是因为挫折的出现才让我们更珍惜成功后的感觉。好好珍惜生命中的一切，别让你的人生旅途留下一片空白。

**假如给我三天光明读书心得篇二**

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的光明。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。

**假如给我三天光明读书心得篇三**

下面是小编为大家整理的,供大家参考。

世上的人有的是眼睛看不见，被人成为瞎;有的是嘴说不了话。被人成为哑;有的是耳朵听不见，被人成为聋。海伦。凯勒就是这样一位又聋又哑又瞎的人。下面是小编为大家带来的读书心得假如给我三天光明大全，希望大家能够喜欢!

《假如给我三天光明》，这是一个让人沉思的题目。听了以后，不免会有很多问题。这是一位盲人吗?她叫什么名字?给她三天光明她又会去做什么呢?这一连串的问题都会浮进你的脑海。我无法回答你们，因为在书中的每篇文章都给我留下了说不出来的感受。读了《假如给我三天光明》，我找到了答案。

小时候的海伦凯勒(就是作者)，是一个聪明又活泼的女孩，六个多月大就会说一些简单的话语，刚满周岁就会走路了。总之，他比一般的孩子都要乖得多，也聪明得多。然而，好景不长，幸福的时光总是结束得太早了太早了。在一个充满知更鸟和百灵鸟的悦耳歌声中，也正是在百花盛开的春天，在一场高烧之后，海伦凯勒永远地失去了听力和视力，随之而来的使她又不能说话了。这三样东西，是人生中必要而且不能缺少的，如果失去了这三样，对一位正常人来说就等于像折断翅膀的小鸟一样再也飞不到高高的蓝天。假如你是海伦凯勒，给你三天的时间，你又会去做什么事情呢?如果我是她，一定会活不下去的。再大的鼓励，也照不亮我那颗又黑、又暗、又冷、又湿的心。心里只有一个念头，这样活着还不如死了，还是早一点结束算了。然而，海伦凯勒的做法和我的想法恰恰相反。她一生度过了八十八个春、夏、秋、冬，却熬过了八十七年的黑暗、无声、无语的孤独岁月。而正是这位又盲、又聋、又哑的女子，竟然毕业于美国哈佛大学，这是一个多么惊人的成就啊!我想，一位这样的盲人女孩都能做到，为什么我就不能做到呢?来吧!大家一起和我加油吧，做一个像海伦凯勒一样伟大的人吧!

这个假期，我读了美国作家海伦·凯勒写的《假如给我三天光明》。故事讲的是海伦失去听觉和视觉后自强不息，创造奇迹的故事。

海伦·凯勒是不幸的。因为在她很小的时候，一场突如其来的疾病，让她的世界变得无光、无声又无助。从此，她看不见争奇斗艳的花朵，听不到余音绕梁的歌声，说不出妙语连珠的话语……她与世界失去了沟通，失去了联系。

虽然她的世界没有光明，没有声音，但是她用战胜命运的勇气，坚持不懈的努力创造了一个又一个奇迹，我感到敬佩不已。

有一位诗人曾经说过：“读一本书，就相当于和一位高尚的人在说话。”在阅读《假如给我三天光明》时，我仿佛看到海伦·凯勒就在眼前，一直鼓励着我战胜困难，好好学习。双明失明，双耳失聪的海伦·凯勒依然心怀梦想，自强不息，而我们这样体格健全的人，如果不努力学习，因一点儿小挫折就轻易放弃，那么我们面对海伦不会惭愧吗?这本书使我警醒。

世上无难事，只要肯登攀。读完这本书后，我深深地感受到我们不能虚度光阴，颓废度日，要像海伦凯勒那样，用卓绝非凡的勇气克服困难，以毫无保留的努力创造奇迹!

马克·吐温曾经说过：“十九世纪有两奇人，一个是拿破伦，一个就是海伦·凯勒。”最近我读了一本关于海伦的书——《假如给我三天光明》，读完这本书之后我的心被海伦的精神深深的震撼了!书里写的是主人公海伦·凯勒在失去听力和视力后如何走出黑暗与孤寂，凭着自己惊人的毅力，在莎莉文老师的帮助下，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的故事。

书中的主人公海伦·凯勒只拥有过19个月的光明和声音。当我看到当一场恶梦般的高烧把她的视力和听力给剥夺时，我不禁为她感到深深的悲伤。我真怕她从此永远不能从没有了听力和视力的惊恐和悲凉中走出来。可当我看到她能根据自己的思考来做一些简单的动作时，我又对她的未来充满了希望。当看到她在沙莉文老师的帮助下学会了说话，并且考上了世界上最有名的学校—哈佛大学，完成了学业时，我又不禁为她感到了自豪和骄傲。

看完了这本书，我觉得海伦·凯勒面对如此巨大的困难时，也能毫不退缩。想想自己比起海伦·凯勒来说真是太幸运了。我有着健全的身体、良好的学习环境、优秀的老师，可是我还不知道要珍惜，遇上一些小小的困难就要退缩。

我们要以海伦·凯勒为榜样，努力学习，遇到困难决不退缩。

海伦·凯勒，一个还很模糊的名字带给我无限好奇，好奇心为我翻开了她的自传——《假如给我三天光明》。

或许大家都知道海伦·凯勒的事，还有关于她的许多东西。只因为她震撼世界。一个幽闭在黑暗。无声世界里的人，她却微笑地给人类带去无限光明和希望。一个度过生命88个春秋，却熬过87年无光无声的孤独岁月的弱女子，却用不屈不饶的精神完成伟大的学业——毕业于哈佛大学德克利夫女子学院。现在，越发觉得自己是那么的无知!

我喜欢海伦的自传，她的\'笔调是那么的迷人，虽并不华丽，但清新的气味让我觉得就像是在大自然里似的，至今，我终于领会到，什么叫“读一本好书，就是在于一颗伟大的思想交流。”在读她心吗?每一处，我都能体会到那动人的灵魂在诉说那么多往事。看了，便不肯放手。也许，是触到了这动人的笔调，我喜欢用交流的方式，来记录我所想写的事物。我想谢谢她。

光阴似箭，年华似水，走过人生88个春秋的海伦与世长辞。她走过的信心、希望、黑暗、寂静都是奇迹。让我们穿过悠长的时光小径，回眸这颗纯洁的灵魂，我们的心灵之光将有次被点燃。

生命是脆弱的，但生命也是顽强的，有时生命总会给你无数无数的惊喜，以至于你认为拥有奇迹。

我读多很多文章，但给我感触最深得要属《假如给我三天光明》。海伦凯勒，这个仿佛从出生就注定被上帝遗忘的小可怜，她无法用眼睛去感受最真实的美，甚至无法用人的第二双眼睛——耳朵去倾听这个世界的声音。但，最惊人的是，她就是凭着自己的触觉，学会了说话，实现了生命的奇迹!

成为一个作家已经很难了，然而海伦凯勒，这个看不见听不见的女孩，她通过自己的努力，成就了自己。她所付出的努力不是我们可以想象的。有时候我甚至怀疑海伦凯勒这个人是否真的存在，又或者她并不是真的看不见听不见，这本书也只是凭想象写出来的东西?但，一切都摆在眼前，海伦凯勒做到了常人所不能做到的东西，她吃了别人无法接受的苦。

比起海伦凯勒，我突然觉得世上的事情仿佛并不能与海伦凯勒所面对的困难相比，她能做到，我们有着如此好的条件为什么我们做不到?坚持下去也许的确不能代表着成功，但是我敢肯定如果不坚持就一定是失败。如果海伦凯勒不努力，那么她一辈子也就只是一个残疾人，但是她努力了，她让世上人对她感到敬佩，她让所有人都对她刮目相看。

努力吧，只有努力才会有所收获。努力了，便会像海伦凯勒那样，出现生命的奇迹!

**假如给我三天光明读书心得篇四**

带着这个疑问，我在暑假的时候读完了这本书。书中记录了海伦?凯勒如何在无光﹑无声的黑暗世界里，坚强面对困难，勇敢地迎接生活的挑战，以及创造出生命的奇迹。虽然拥有三天光明只是一个不能实现的梦，但作者海伦?凯勒丰富﹑生动﹑真实而伟大的一生，却给我们带来了感动和激励。

想想我们现在的生活，多姿多彩的世界，而海伦?凯勒的世界里茫茫一片黑暗，看不见这花花绿绿的霓虹灯……在她的眼里生命中最重要的一天莫不过是她的老师莎莉文小姐来的时候。在莎莉文小姐的帮助下，海伦?凯勒克服种种困难，凭借顽强的毅力考入哈弗大学，并以优异的成绩毕业。然而在她的事迹中，我也学到了许多知识。

从《霜王》事件中，我明白了遇到挫折和困难首先要做到坚持不懈。记得刚学跳大绳的时候，一开始总是被绊一下，看到别人都会跳了，自己真是又气愤又心急，可是越心急越跳不好，最后我选择了逃避，自己哭着走开了。自从我看了这本书，海伦?凯勒的一生中有那么多挫折和困难但她从来没有放弃，坚强地面对一切，看到了这，我又拾起往日的烂摊子慢慢地跳，这颗美丽的珍珠终于被我挖出来了。

从中我也明白了我们都应该学会坚持，锲而不舍的精神，我们能够看到这美丽的世界已经够幸运的了，所以我们要珍惜，珍惜这一去不复返的时间吧!燕子飞了，还会再回来;花谢了，还会再开，只有这时间是一去不复返的，一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴，让我们记住这句话，让我们珍惜时间吧。

请我们善用我们的眼睛，珍惜我们所拥有的一切，这时我们将看到，一个美丽的世界在你面前展开。

**假如给我三天光明读书心得篇五**

今天，我读了《假如给我三天光明》的1-5章，其中，使我记忆最深刻的是第5章《一生中最重要的事情》，本文讲了在没有见到莎莉文老师之前，海伦.凯勒就好像是迷失在大雾中的航船，身边既没有指南针，也没有探测仪。

然而，就是在一个下午，爱和光明开始降临在海伦.凯勒的身上——她的家庭教师莎莉文老师来了。莎莉文老师为了让海伦.凯勒明白“水”是“水”，“杯子”是“杯子”，费了很大的力气。

有一次，莎莉文老师把海伦.凯勒带到水井旁边，把她的手放在水流下，一边让清凉的水在她的手心里蔓延，一边在她的另一只手上拼写“水”这个单词。突然间，海伦.凯勒终于明白了，原来“水”就是从她手心里流过的这种清凉而奇妙的东西!

读完了这5章后，我觉得大家一定要保护好自己的眼睛和耳朵，充分地利用它们，仿佛明天你将失去它们一样。一个盲人能如此勤奋学习，从不悲观，那我们这些正常的人就更应该努力学习，不辜负父母和老师对我们的期望。成功了不要骄傲，失败了也不要气馁，要相信自己，常对自己说：“我一定能行的!”

这本书是作者海伦·凯勒的自传，讲述了小海伦在生了一场重病之后，双眼失明，双耳失聪，失去了视力和听力。但她并没有气馁，而是凭借着坚定的毅力和不屈不挠、百折不挠的精神，在家庭教师安妮·莎莉文的不懈努力下，她学会了拼写各种单词。

长大后的她考上了剑桥女子中学，并且更加努力的学习，考上了名扬四海、饮誉天下的美国哈佛大学，成为世界历史上第一位获得文学学士的聋哑人，她改变了自己的命运。因为她看不见任何事物，所以她渴望获得光明，渴望拥有三天光明。

她有一颗感恩的心，她想用一天的时间去感谢那些帮助过她的人，莎莉文老师和母亲。她想仰望星空，看着这个迷人美丽的世界。

而我们作为一个健康、正常的人，应该学习海伦，

珍惜时间。

感恩别人学习海伦学习她那勤奋、刻苦、顽强的精神去克服种种困难!

**假如给我三天光明读书心得篇六**

今天，我读了一本好书——《假如给我三天光明》，读完这本书，我深深地对故事里的主人公—海伦·凯勒既感动又佩服。

使我感动的是，可怜的小海伦出生十九个月就失去了视觉和听觉，她的内心一定很绝望。但是一位家庭老师的出现—安妮·莎莉文老师却让海伦拥有了不一样的人生。莎莉文老师在小海伦手心上一横一数地教小海伦识字读书，让她忘掉心中的绝望，能够打开心灵的窗户接触到外面的世界。也可以这样说，如果没有莎莉文老师的不屈不挠，有可能就没有后来的海伦·凯勒。

令我佩服的是，海伦没有把她身上的残疾当成她对知识渴望的阻拦。她宁愿比常人花几倍的努力来换取少得可怜的一点知识，也不愿意躲在房间里为自己的残疾而感到自卑。每一天她都迫不及待的认字、阅读，就像一块海绵一样不断的吸取知识。她以顽强的毅力客服了种种困难，竟然还学会了德语，拉丁语，法语等许多国家的语言，真是不可思议！就算一个身体健康的正常人，也很难做到这些啊！她顽强不屈的精神和毅力是多么令人赞叹啊！

如果我们都能像海伦一样，在受到挫折时用微笑来面对困难，用双手来拥抱整个世界，每时每刻多吸收一些知识，怀着友善，热情的态度去对待他人，爱护他人，那么，我们的人生该是多么幸福呀！

**假如给我三天光明读书心得篇七**

今天，我读了假如给我三天光明这本书，是海伦·凯勒的自传，这本书堪称世界文学史上无与伦比的励志杰作，书中记录了盲聋人如何在无声无光的世界里坚强学习、生活的奇迹。

她虽然仅仅拥有19个月的光明，却在黑暗中勇敢的迎来生活的挑战，用爱心拥抱世界，终于找到人生的光明。书中字里行间洋溢着对自然和艺术的渴望及对生命的热爱，生动地展示了作者丰富、生动、真实而伟大的一生，给全世界带来无尽的希望、信心、感动和鼓励。我们要向海伦·凯勒学习，学习她面对困难永不服输的精神，从她的书中吸取到无穷的力量，从她伟大的人生历程中学习到有易的经验。

**假如给我三天光明读书心得篇八**

《假如给我三天光明》读书心得要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的《假如给我三天光明》读书心得样本能让你事半功倍，下面分享【《假如给我三天光明》读书心得(精选10篇)】，供你选择借鉴。

“十九世纪有两个奇人，一个是拿破仑，一个是海伦·凯勒。”这是马克·吐温说的一句话。是啊!她——海伦·凯勒，一个度过了88个春秋，却熬过了87年无光、无声、无语的孤独岁月的弱女子。然而，正是这么一位幽闭在聋、哑、盲世界里的弱女子，竟然毕业于哈佛大学。

有很多人，遇到一点困难，要么就停滞不前，要么就转身退回，甚至还会一蹶不振，了此一生。当我们遇到困难与挫折时，当我们觉得眼前的困难难以克服时，想退却时，就想想海伦·凯勒吧，相对她而言，我们的那点挫折算什么呢?我们的所谓不幸又能算什么呢?遇到困难与挫折时，海伦·凯勒会传给我们一种力量，这种力量就叫——不屈不挠。

马克?吐温曾经说：“19世纪出了两个了不起的人，一个是拿破仑，一个是海伦·凯勒。”

海伦·凯勒以其顽强的毅力震撼了全世界，一个生活在黑暗中却给无数的人带来了光明，一位熬过了87年无光无声无语的孤独岁月的弱女子。

书中介绍了美国盲童女学者、教育家海伦·凯勒的一生。海伦因病丧失了视觉和听觉，可是她并没有向命运屈服。在安妮·沙利文老师的鼓励、帮助下，她战胜了病魔，学会了说话和用手指“听话”，并学会了五种文字。24岁时，她以优等成绩毕业于着名的哈佛大学。从那时起，她把毕生精力投入到为残疾人谋利益的事业之中，受到了国家政府、人民及高等院校的赞扬和嘉奖，一生中拥有无数的鲜花和掌声。

一个盲聋人能取得如此大的成就，她的精神确实令人崇敬。海伦没有屈服于这不可想象、不可忍受的痛苦，她更没有向不幸的命运低头，而是以惊人的毅力、顽强的精神，走完了她的人生道路。

当我合上书本，闭上眼睛回想书中的内容时，仍意犹未尽，这本书给我了心灵的震撼，书的页数算不上多，可每翻一页却都带给我无限的暇想和许多难以言表的感受。《假如给我三天光明》这本书令我明白了许多深刻的道理。作者海伦·凯勒度过了88个春秋，可是却有87年生活在毫无色彩的黑暗中，除了看不见光明，而且也听不到自然万物的声音，她却努力改变命运，最后学会了说话，还获得了学士学位。

海伦.凯勒是个坚强的名字，是奇迹的名字。命运是残酷的，病魔无情地夺走了她的视力和听力，使她呆在一个完全封闭的世界，但她却不自暴自弃，用心去感知天地万物，用心去倾听大自然的旋律;用心去欣赏那独特的风景!她仍在追求着属于自己的幸福。这难道还不足以值得我们学习吗?相比之下，我们耳聪目明，没经历过那种痛苦，却还不如海伦.凯勒,她的困难比我们更多更大，可还不是勇敢地克服了吗?而我们在生活中遇到难处，总是依赖他人，我们应该更加勇敢地去克服困难。

漫长的黑暗是可怕的，世界在海伦.凯勒眼中只是无尽的黑暗，犹如陷入一个黑色的深渊，这孤寂，这痛苦，是常人根本无法忍受的，眼前虽然是一片漆黑，可她的内心却是彩色的。给她无穷动力的是那美好的希望，是希望领着她前进的，成长中难免有许多挫折让我们来面对，我们也要对未来充满希望，努力地去追逐生命。海伦.凯勒说\'\'善用你的眼睛吧，犹如明天你将遭到失明的厄难。”看到这话我愧从心生，因为我总是不爱护好眼睛，写完作业就立刻看书，看好书又去看电视，眼睛的使用一刻都停不下来，所以视力也下降了不少，还戴上了眼镜，所以我决定少使用眼睛，让眼睛拥有更多的休息时间。

此时，我有一丝疑惑，到底是什么让海伦.凯勒获得成功的呢?我想了很久，终于想出了一个自己比较满意的答案，应该是她那惊人的毅力。然而，现在的我们总是不满于现状，总是抱怨作业太多，抱怨考试题目太难，与海伦.凯勒相比，这些还算是困难吗?这些问题太微不足道了!一个人只要有毅力，就会有无穷无尽的力量，无论什么困难，都可以靠自己的毅力来获得成功。

《假如给我三天光明》这本书包含了许多的道理和启示，使我受益匪浅，我要以海伦.凯勒为榜样，让自己变得更加坚强，更加勇敢。

平常看到教室的书架上放着多种版本的《假如给我三天光明》一书，假期里有时间终于拜读了这本书，让我们眼前一亮。主人公用她的眼睛，也就是她的心灵观察人类，历史，用心灵来阅读书籍，触摸世界……要知道，海伦·凯特，一个生活在黑暗中却给人类带来了光明的女性。她度过了生命的88个春秋，也走过了87个无光、无声也无语的日子。但她并不孤单，也不脆弱，她说：“我用整个身心来感受万物，我的生命充满了活力，就像那些朝生夕死的小昆虫，把一生挤到一天之内。我遇到了许多人，他们把字写在我的手中与我交流，我们的思想产生了快乐和共鸣。这难道不是奇迹么?我的心和其他人的心之间，原来是一片草木不要生的荒野，现在却也花红草绿，生气勃勃。”

看来，用心去生活我们可以得到更多……。

其实，从她的文字里，我也不难看出，她也痛苦过，迷茫过，自暴自弃过!但是，可亲的莎莉文小姐，不，应该尊敬地称一声莎莉文老师，是她，是她的关爱，宽容，善良让海伦发出“世上还有比我幸福的孩子吗?”这样的感叹，也正因为如此，使一个生理上不健全的孩子能保持着一种平和的心态，宽容地对待着自己残疾的身体，成为博爱、奉献与一身的伟人!

海伦·凯勒刚出生19个月，因病双目失明，不久又影响了听觉。从此她就在漫漫黑暗的长夜与无声的世界中度过。长期的盲人生活，使她倍感眼睛明亮的宝贵。她不能像平常人一样感受到生活的乐趣，也不能欣赏到这个美丽而充满乐趣的世界，只能用自己那双娇嫩的手触摸到遗憾和无奈。但她是那样的坚强，那样的有毅力，像在暴风雪中顽强生长的小草，能洞察别人的内心世界，而我们这些拥有明亮眼睛的人们却总是对这视而不见，所以耳明眼亮的人，看到的东西是很少的。

海伦·凯勒曾说：“只有聋子才会珍惜听力，只有瞎子才能体会到看见事物的巨大幸福。”如果通过三天，你就要变成瞎子了，那么你也许会特别的珍惜自己的视力，用自己的眼睛来看自己认为最重要的东西。如果再过三天，你要死了，那么你又会做出多少令人叹为观止的事情呢!

老师常说：“抓紧时间，好好利用你们的生命吧!”但我不以为然。因为谁都知道自己某一天一定会永远地离开这个世界的，但我们通常把那天想得太遥远了。当我们身强体健时通常是无法想像残废的。这样做，其时是我们看轻了生命的价值，不知道自己为了什么而活着，直到死去的那一刻才明白了，但却已经晚了。

海伦·凯勒她那种永不言败、执着奋进的精神，激励了一代又一代的人，就让我们像瞎子珍惜视力一样珍惜我们的生命吧!让生活变得更有意义，更有价值。

海伦·凯勒曾说过：“把活着的每一天看做命的最后一天。”她像是一根小草，一根敢与风雨抵抗的小草，一根不向命运低头的小草，一根坚强的小草。正是这种精神，才让我毫无抵抗的读下去。

《假如给我三天光明》虽然是作者幻想出来的，但却又不失真实情感。她用对于她来说的宝贵时间，去完成了她尽可能完成的事情，在这个过程中，让我看到她对光明的渴望，向往。

海伦·凯勒在黑暗中不断寻找光明，在不幸中找到希望，凭借着自己不屈不挠的坚强意志对美好生活的追求，与命运抵抗到底，果然功夫不负有心人，最后赢得快乐和光明。

不管我们在生活中遇到多大的挫折，我们都要勇敢的接受命运的挑战，才能赢得生活中的光明。

一棵树苗不经风雨难成大树，同样，一个人不经挫折难成大器。不论你是因为什么而放弃什么，人生的道路总是不会平坦，它不会顺畅地让你通过，它会赐给你几条河，几座山，而你要在这个过程中找到希望，即使是深陷沙漠，你也可以期待有救生员的到来，有水源的出现。

人生总是坎坎坷坷，不要总缅怀过去的忧伤，也不要停留在某一刻的悲伤，而是要珍惜眼前的生活。我们总是被生活中的小事所绊倒，那么这些事情对于海伦·凯勒来说又算的了什么呢。

假如我失去了光明，迎来的却是黑暗，我不知道我会怎么做，也许我会不知所措，我会感到挫败。《假如给我三天光明》这本书让我感到作者的执着，坚强。也正是她的精神，才击败了眼前的阻碍，赢得顺畅的道路。

读完这本书，我觉得我们应该珍惜当下的每一天，也应该反思我们的时间观念到底有多强?我们浪费了多少时间?岁月不饶人，如果我们不好好珍惜现在的生活，多做些有意义的事，让时间流失得有价值，不然，到最后感到后悔的是你，而天下却没有后悔药可以吃。

假期里，我用空闲的时间读完了《假如给我三天光明》这篇文章。它让我懂得了去珍惜自我拥有的一切。

这篇文章用感人的语言写下了因一场大病而导致双目失明、双耳失聪，又失去了说话本事的女孩海伦·凯勒，她以身残志坚的柔弱女子的视角表达了自我对光明的渴望、珍视和对人生的深切热爱;并同时规劝身体健全的人们：珍惜生命、关爱他人、关爱社会。渴望能有三天时间去重见世界，重见父母、教师、伙伴。在她的渴望中，她要光顾每一个角落，去抚摸每一个她能看见的东西。

这篇文章中让我感受最深刻的是海伦·凯勒说：“仅有失聪者才明白有听力是多么幸福，仅有盲目者才明白能看见阳光是多么欢乐。可是那些从未受过视听障碍的人却几乎不懂得如何去利用这珍贵的天赋，仅有失去了才明白珍惜。”看着，看着，我就不由的想起了自我对待身边的事物的态度：我的眼睛粗枝大叶地扫过身边的世界，耳朵则迷迷糊糊地理解着周围传来的声音。可是，却从来没有认真仔细地观察或聆听过。记得，又一次从博物馆回来，一位同学问我看到了什么，而我却轻描淡写地说了一句：“没有看到什么……”这是同学惊奇不已。

更让我感受深刻的是：海伦·凯勒凭借着自我坚韧不拔的意志和顽强不屈的精神，克服了与外界沟通的障碍，并学会了读书、写作和说话。最终写下了《假如给我三天光明》和《我生活的故事》的作品。以前，我一遇到困难就退缩，读了这篇文章后，我变化不小，遇到困难就想办法解决。

我们要珍惜自我拥有的一切，不要对身边的事熟视无睹、无动于衷。要像海伦·凯勒一样坚强、有毅力。要进取乐观的生活，以完美的心态去看待身边的一切。

《假如给我三天光明》这本书写的是一个真实的、感人肺腑的故事。当我读完这本书时，从中我懂得了只要有毅力，有决心，什么困难都能克服。

这本书记叙了美国聋、盲、哑三疾于一身的教育家海伦·凯勒的一生。海伦一岁半因病丧失了视觉和听力，这对于一般人来说是不可想象，不可忍受的痛苦，但在这些打击之后，海伦·凯勒又因病失去了说话的权利，然而海伦病没有用向运屈服。在老师的教育、帮助下，她战胜了病魔，渐渐学会了讲话，用手指来“交流”，并掌握了五种文字，这对正常人都是件很难的事，更和况是聋哑人。在她24岁时，她以优异的成绩，毕业于著名的哈弗大学德克利女子学院。此后，她就把毕生的精力投入到全世界的残疾人中。她把爱都奉献给了那些残疾人，在为聋哑人谋利益中，曾受到许多国家的赞扬，这是多么伟大的事啊。

是啊，一个残疾人竟能取得如此伟大的成就，是何等令人惊讶啊!使她又如此成就的原因就是她没有向命运低头，她有着常人无法想象的毅力和顽强的精神，还为人类做出了如此大的贡献，真是太直得令人尊敬。

此时我也深刻的认识到：一个人能不能取得成就，不在于条件的好坏，而在于有没有奋斗的精神。一个人只要胸怀远大的理想和奋斗的目标，就会有无穷无尽的力量，就不会被客观条件的束缚，就能够发挥自己的主观能动性。理想是人的指路明灯，它带着人走向光明，我们就应该是有理想有抱负的人。

20世纪，一个独特的生命个体其勇敢的方式震撼了世界，她——海伦凯勒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，去熬过了8年无光、无声、无语的孤独岁有有有的弱女子。

然而，正是这么一个在盲聋世界里的人，竟然毕业于哈佛大学、德克利夫这院，并用生命的全部力量处处存在，建起了一家家慈善机构，为残疾人造福，被美国《时代周刊》评选为20世纪美国十在在英雄偶像。创造这一奇迹，全靠一颗不屈不绕的心，海伦接受生命的挑战，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，最后又把慈爱的双手伸向全世界。

海伦、凯勒一生一共写了14部着作，《我的生活》是她处女作，作者以真实的自然的笔触再现了自己生命之初21年的生活，为世人留下了一首永难遗忘的生命之歌。闪耀的光芒——人类的精神还远超越了时空的限制，海伦凯勒所展现出来的品质、意志耐心等强烈地震撼着我们，给蒙尘的尽灵以洗涤。四肢健全的人，可能难以体验残疾的痛苦，正好和平年代的某些人居然希望有战争刺激一亲，殊不知生命是脆弱的，当所有的假设变成现实时，一切已为时太晚，因此无论是在什么样的年代爱和勇气，都是我们生存的基础。

所以我要说：“善用你有眼睛吧，犹如明天你将遭到失明的灾难.\"同样的方法也所以享用于其它感官，聆听乐曲的妙言，歌唱，管弦乐队的雄浑，而铿锵有力的曲调吧，犹如明天你将遭到目聋的厄运，抚摸有一件你想要抚摸的物品吧。犹如明天人我的触觉将会衰退，嗅闻所有鲜花的花香、品尝美味佳肴吧，犹如明天你不能嗅闻品尝，充分利用每个器官，通过自然给你的几种接触手段，为世界向你显示的所有愉快而美好的细节而自豪吧!不过，在所有感官中我相信，视觉一定是最令人赏心悦目的，你所看到的每件东西，对你却是那么珍贵，你的目光将饱览那出现在你视线的每个物品，然后你将真正看到一个美好的世界在你面前展开。

提到海伦·凯勒和她的那本不朽名着——《假如给我三天光明》，也许很多同学都不陌生，许多的报刊、书籍中都有对海伦·凯勒及她的这本书的或多或少的介绍。

现在，有许多同学都感到英语难学。的确，我们缺乏必要的英语环境，很难自然而然地学会英语。可是，同学们想到过没有，海伦·凯勒从小就听不见、看不见，但是她一共学会了多少门语言呢?有五门之多——英语、德语、法语、拉丁语和希腊语。更难能可贵的是，海伦·凯勒在根本看不见的情况下，靠用直的和弯的铅丝做成了几何图形的办法学会了几何，并最终以优异的成绩考入哈弗大学德克利夫女子学院。

**假如给我三天光明读书心得篇九**

没有了双眼，就无法看到这炫丽多彩的世界;没有了双耳，就无法停下来，倾听鸟儿们的“大合唱”;没有了嘴巴，就无法向别人分享自己的快乐，倾诉自己的痛苦。

假如你失去了双眼、双耳和嘴巴原有的能力，将会变成什么样子呢?我们简直无法想象!

当知道写《假如给我三天光明》的海伦女士是位聋哑人时，我十分震撼。我佩服她，佩服她身残志坚;同时，也佩服莎莉文老师，是莎莉文老师打开了海伦内心的窗户，成为了海伦新生活的引导者，使海伦对生活重新充满了希望，充满了激情。

《假如给我三天光明》是海伦的自传作品，分两个部分，四个章节：《开启心灵的眼睛》，《我的求学之旅》，《迎接新生活》，《假如给我三天光明》。前半部分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，情绪非常暴躁，常常发脾气，扔东西。后来在沙莉文老师耐心的指导下，海伦学会了阅读，认识了许多的字，也让她知道了爱，感受到了身边无处不在的爱。在海伦的求学生涯中，她遇到了许多困难，但同时她也结识了许多朋友。她的努力得到了回报，成功实现了她的大学梦想，进入了哈佛大学。

相比较海伦而言，我们是多么幸福啊!每天早晨睁开眼就能看见这绚丽多彩的世界，支起耳朵就能听见大自然的各种声响，张开嘴巴就能说话能诵读，“咯咯”的笑声、“朗朗”的读书声伴随着我们度过人生美好的时时刻刻……我们真应该好好珍惜生命，珍惜时间，热爱生活，关爱他人。

同学们，去看看海伦·凯勒的《假如给我三天光明》吧，相信读完之后，你也一定深受鼓舞，收获成长的智慧!

**假如给我三天光明读书心得篇十**

《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。

**假如给我三天光明读书心得篇十一**

《假如给我三天光明》这本书的作者是海伦·凯勒。这本书那感人的故事。总是在我受到困难和挫折时鼓励我我不要后退。

海伦·凯勒从小就失去了听觉、视觉和甜美的声音。她曾因自己的缺陷想放弃生命，但她很快又振作起来了，她想明白了：“一段生命是一个季节。每个生命都有着春华秋实。即使到了满头白发，我确信生命还会有自己的繁荣。只要纯洁的心怀里荡漾着风，飘洒着雨。”这位美国女孩，在莎莉老师的帮助下，凭着超人的毅力，不但学会了五种语言文字，还考进了世界第一的哈佛大学。可是在成功背后，海伦·凯勒熬受了多少痛苦呀!为了听懂人们在说什么，她用手去摸。我在想，假如我也失去了听觉，也用手去触摸，我肯定会彻底崩溃的。然而她在学习语言期间，却遭到了别人的嘲笑、捉弄……痛苦。如果换成是我，我一定会疯了的。可海伦·凯勒没有，她凭着坚强的毅志度过了88个春秋，可却熬过了87个无声、无语、无光的孤独岁月。

看完这本书，我非常惭愧：我们现在有那么幸福的生活，从小就被爸爸妈妈视为掌上明珠，整天饭来张口、衣来伸手，简直就是个“小公主”。遇到一点儿困难和挫折就会失去斗志，而海伦。凯勒所经受的痛苦和挫折是我们常人所无法想象的。她失去了听觉、视觉、声音，可是她却成功了，她真是一位伟大的伟人啊!

一个人只要珍爱自己的生命、胸怀大志，不懈的向着目标前进奋斗，就不会被一些客观调节所束缚，就会拥有无限强大的力量去实现梦想。

坚贞不屈、不断进取的精神是海伦·凯勒所拥有的，我们——祖国的接班人更应该拥有这样美好的精神品质。

**假如给我三天光明读书心得篇十二**

20世纪，一个独特的生命个体以其勇敢的方式震撼了世界，她——海伦·凯勒，一个度过了88个春秋却熬过了87年无光、无声、无语的孤独岁月的弱女子。然后，正是这么一位幽闭在聋、哑、盲世界里的人，竟然毕业于哈佛大学，实在使人惊讶，令人敬佩。

海伦·凯勒小时侯因发高烧而失去视力、听力。她沮丧过，怨天忧人过，但最终，她勇敢地接受了命运的挑战，乐观的面对现实，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，她成功了!她是一位成功的挑战者。可是她成功的背后所付出的努力是我们这些健全人难以想象的。

这些令人难以置信的事实，出自《假如给我三天光明》一书。书中“成功永远属于挑战者。”这话，将激励着我去克服学习和生活中的一个又一个困难。就拿我学二胡来说吧!刚开始，由于我缺乏音乐天赋，悟性不高，手指又不够灵活，结果怎么也拉不好。每当我想放弃时，海伦·凯勒高大的身影在我脑海里闪现，鼓舞我坚持不懈地练下去，每天都要练上个把小时，终于功夫不负有心人，功到自然成。我学完了f调，还会拉不少曲子。至今我已拉得像模像样，教二胡的张老师还直夸我呢!面对弱项，我终于挑战成功了。这是《假如给我三天光明》一书的功劳。在“啃”奥数题时，更需要有敢于挑战的精神。每当我碰到难题，绞尽脑汁也想不出来时，书里那“成功永远属于挑战者”这句话又在我脑海中回荡，使我又有了非把这道题攻下来不可的思想和动力。

是啊!成功永远属于挑战者，只有敢于向命运，向困难挑战的人，才能到达理想的顶峰，取得辉煌的成就。书中震撼人心的故事和启迪人奋发向前的话语，将永远激励着我去挑战自我，战胜困难，获取更大的成功。

**假如给我三天光明读书心得篇十三**

中学、大学里幸亏莎莉文老师随堂陪她听课，老师讲解的东西她一字不落的记下了。莎莉文老师把每课文的疑难重点详细地写在她手上，其他的基础知识就靠她自己下功夫了。她以惊人的毅力掌握了英、法、德、拉丁、希腊五国的文字，以优异的成绩毕业于哈佛大学德克利夫学院。我真羡慕她。她走遍美国和世界各地，为残疾人演讲、募集资金，把人生毫无保留的献给了盲人福利和教育事业。

《假如给我三天光明》的人应该都知道她的不幸。在一般人眼里,如此不幸的人生,还会有什么收获呢?然而海伦却创造了一个又一个奇迹:不但考上了哈佛大学,而且一生中写了14部著作。她还多方奔走,在全美建起了多家慈善机构,办成了一般健全人也不一定办得到的事。珍惜现实,才能拥有未来。这就是\"珍惜\"的价值所在,也是生活的辩证法。与海伦相比,我们许多人可能都会感到惭愧。因为我们虽然拥有比她健全的身体,却常常如她所说的那样,犯那种\"有视觉却看得少\"的错误。或为\"已失去\"的东西痛苦不堪,或为\"得不到\"的东西百般烦恼,却偏偏对实实在在\"拥有\"的东西不知珍惜,不懂得好好把握。

海伦凭着一颗坚强的心，最终在逆境中崛起，真是身残志不残。而自我呢，有着良好的条件，却缺乏坚韧不拨的毅力。因此，这篇文章给我最大的启示是：尽力地完成每一件事。有位名人曾说过：“什么是不容易？不容易是把每天应做的事每天都坚持做。什么是不简单？不简单就是把每件事都做得最好。”请你思考一下这个问题，假如你只有三天的光明，你将如何使用你的眼睛？想到三天后，太阳再也不会在你的眼前升起，你又将如何度过那宝贵的三天？你又会让你的眼睛停留在何处？要有乐观向上的良好心态。海伦在巨大的打击以及困难面前，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。下面有一则故事，也说明了这点。两个成绩相当的秀才，赴京赶考，半夜赶路时，遇上丧队，与棺材擦肩而过，前者十分担心，觉得这不是一个好兆头。而后者想：棺材棺材，有官又有财。于是后者考中了状元。而前者却榜上无名，这个故事更可以说明乐观向上的良好心态，是成功的重要因素之一。

**假如给我三天光明读书心得篇十四**

坚持去追求梦想，命运不会亏待你的，终有一天，你会成功！

——题记。

《假如给我三天光明》是世界文学史上无与伦比的杰作，海伦·凯勒的自传，海伦·凯勒88个春秋中，有87年生活在无光无声的世界里。19个月大时，就被猩红热夺去了视力和听力的，她在自己的坚持和老师的帮助下，学会了说话和盲文读写，是第一个完成大学教育的残疾人，整本书法海伦凯勒的坚持不懈、不屈不挠表现得淋漓尽致。

其中，这本书中最让我难忘的是海伦凯勒努力学说话的情景，海伦凯勒靠把手放在富勒小姐的嘴上这种艰难的学习方法来说话，才断断续续地说出了她的第一句话——“天气很温暖”，之后，她一直日夜苦练，又在沙利文小姐的帮助下，反复练习，发准每一个单词和单词结合。迫使自己去纠正发音不准的单词和句子，她认为自己的任务就是练习，练习，再练习，经过不懈的努力，海伦凯勒终于能让家里人听懂她的话了，我仿佛看见海伦凯勒正张着嘴巴，反复地练习某个句子，练的口干舌燥也顾不得喝一口水，我仿佛看见海伦凯勒把手放在富勒小姐脸上不厌其烦这跟着拼读单词，我仿佛还看见当海伦凯勒能说话时家人的喜悦……正是因为海伦凯勒的不屈不挠、坚持不懈才能让她学会说话、读书、写字。让她的生活多姿多彩，她和命运作斗争让我心潮澎湃。

海伦那么不屈不挠的学习，而我却不如她，上回学乒乓球时，我越打越累，腿在打乒乓球时，不小心踩到了一个导弹的乒乓球，轻轻扭了一下，我休息时走路都有点一瘸一拐的，有点疼。嘻嘻，正好借这次机会回来休息休息，我想。很快要到我练习了，我单脚跳到老师面前，向老师请假：“老师，我脚刚刚扭伤了，不能沾地板。“边说我还假装直抽冷气。老师看我这么“疼”，就说：“好吧，你到旁边休息一下吧。”我如愿以偿的得到了休息，在旁边坐了一节课。想到这里，我自愧不如。

我们都要向海伦凯勒那样，向自己的目标坚持的去追求。遇到困难和挫折迎难而上，而不是退缩，过了这一关，你就真正成为生活的强者！

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找