

假如给我三天光明心得 假如给我三天光明的心得体会(模板15篇)

军训心得是对军营文化、荣誉感等方面的感受和总结。小编整理了一些职场精英的工作心得，希望能给大家提供一些灵感。

假如给我三天光明心得篇一

《假如给我三天光明》是美国盲聋女作家，学者海伦·凯勒的自传，讲述了一生的故事。记得马克·吐温曾说过：“19世纪出了两个杰出人物，一个是拿破仑，另一个是海伦·凯勒。”可见她的影响力。

海伦·凯勒一生中只有19个月的光明与声音，剩下的87年里是没有欢声笑语和声音的孤独岁月，她是一位又聋又盲伟大的女作家，也是一位在黑暗中需要人们去给予她光明的弱女子。

《假如给我三天光明》这本书写出了海伦·凯勒一生的酸甜苦辣，字里行间无不洋溢着海伦·凯勒对生命的热爱，她渴望拥有光明，哪怕仅仅只有三天也好，这本书实际上是海伦凯勒在用诚恳的语气劝我们要珍惜宝贵时间，珍惜生命啊！

尽管她的命运是悲惨的，但是她任然坚持克服黑暗所带来的恐惧，她以顽强的毅力学会了说话。出于对知识的渴求，使她在常人难以想象的单调和枯燥中竟然学会了德语、拉丁语、法语等五国语言，阅读了多部文学和哲学名著，吸取着那些伟人和智者的思想精髓。这些知识，像一道道彩虹，点亮了海伦心中的灯，照亮了她的内心世界，也架起了海伦和世界沟通的桥梁，从此改变了她的一生。因此在她成年之后，并到各地去演讲，把光明带给更多人。

海伦·凯勒虽然是个盲人，但是她心灵的眼睛却比任何健全的人都明亮，因为在这本书中优美的语言把景物描写得非常细腻生动，一位盲人竟然能够写出如此生动的场景，令我惊讶不已，许多景物在她的描写下变得栩栩如生，几乎与正常人没什么区别，让我觉得她根本不是一位盲人。海伦希望能够拥有光明，可是我们一些拥有光明四肢健全的人又在干些什么呢？毫无目的地消磨时间，游手好闲，一点都不没有认识到时间的重要性和它的宝贵性，时间是一去不复返的，要是能让他们也失明一天，让他们认识到时间的宝贵该多好啊！

海伦经历了这些痛苦，然而今天的我们又是多么的幸运，衣来伸手，饭来张口，拥有健康的身体，要什么有什么。

时间是宝贵的，三天的光阴对于普通人来说，可能很短暂，但是对于海伦·凯勒来说，却很漫长，因为她真正利用好了这普普通通的三天，没有让自己虚度光阴。

如果我们只有三天了，会干什么？会继续像现在这样吗？游手好闲，浪费时间，就是在浪费自己的生命。我现在需要干什么？很简单，就是把握好分分秒秒，珍惜时间，去做自己该做的事情，不要在空虚中慢慢度过光阴。

我希望：大家也能像海伦·凯勒一样坚强、勇敢、友善。只有这样才能真正体会到生活有趣和奥秘！

假如给我三天光明心得篇二

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，她的不屈不挠、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！

优秀的假如给我三天光明心得体会(五)

书中介绍了美国盲童女学者、教育家海伦·凯勒一生的事迹。海伦因病丧失了视觉和听力，这对于一般人而言是不可想象、不可忍受的痛苦。可海伦并没有向命运的不公正待遇所屈服，她回报世界的是博大无私的爱心。在莎莉文老师的帮助下，海伦学习手语与人沟通，渐渐开启了走向世界的窗口。求知欲旺盛的她，战胜了身体残缺的困难，坚韧不拔地努力着。为了认识这个美丽的世界，她学习多种语言文字；为了能够更直接的与人沟通，她克服了听力障碍学习说话。她不仅学会了读书、写字和说话，并以惊人的毅力完成了在哈佛拉德克利夫学院四年的学业，成为一个学识渊博，掌握英、法、德、拉丁、希腊五种文字的著名作家和教育家。从此以后，她把

毕生精力投入到为世界盲人、聋人谋利益的事业之中，受到了许多国家政府、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，的确令人称奇。如果海伦屈服于不幸的命运，那她将成为一条可怜而又愚昧无知的寄生虫。可是她并没有向命运低头，而是以惊人的毅力、顽强的精神，走完了人生的道路，成为一个知识渊博、受人尊敬的人。

海伦的一生，是不平凡的一生。它让人们受到极大的鼓舞，使那些虚度年华的人悔恨不已。我读了这本书，常常问自己：海伦光辉的一生，给予那些残疾人生活的勇气和力量，难道对于我们这些健康人就没有一点启示吗？不，不是的。记得海伦曾经提过这样的问题：假如你的眼睛明天将要失明，那么，你今天要看看什么？这使我们感到：我们这些健康人，不能迟疑，不能虚度年华，应该珍惜这美好的时光，珍惜这幸福的生活。

美国著名作家马克·吐温曾今说过：“19实际出了两个杰出人物，一个是拿破仑，另一个是海伦·凯勒；如果说，拿破仑是战场上的胜利者，是叱咤法国大地的乱世枭雄。那么，海伦·凯勒则是生活中的勇士，是拒向命运低头、立志驱除人生黑暗的光明使者。

我看完此书，深刻地认识到：只有尝试过，才会懂得自己该选择什么；只有奋斗过，才会知道自己该放弃什么。比别人多一点努力，你就会多一份成绩；比别人多一点志气，你就会多一份出息；比别人多一点坚持，你就会夺取胜利；比别人多一点执着，你就会创造奇迹。

假如给我三天光明心得篇三

马克·吐温曾经说过：“十九世纪有两个奇人，一个是拿破

仑，另一个是海伦·凯勒。”

我最近拜读了一本海伦·凯勒的名著：《假如给我三天光明》。这本书是是去视力和听力的海伦·凯勒，靠着顽强的意志力完成的名著。

从海伦·凯勒的身上我学到了：一个人最可贵的就是有着坚韧不拔、积极向上的优秀品质。

静心阅读《假如给我三天光明》这本书，海伦·凯勒为了实现梦想，时刻都在努力的身影仿佛在我眼前，她时刻鼓励着我，让我为实现自己的梦想而努力。我的梦想是当一位小小书法家。卧室、客厅、以及我的教室里都有我的一幅幅精美、优秀的书法作品。记得有一次，为了柳州的一场书法比赛，我每天都在坚持练字，但最后只得了三等奖，说明我的水平还不够，我要继续努力。努力这个词，听着简单，却十分困难。来自高手的嘲笑，玩耍的诱惑，令我十分想放弃。记得那时候的我，十分抵触书法，练字也都是草草解决，是我的书法水平像坐滑滑梯般直线下降。我忽然想到：海伦·凯勒在学习说话也十分困难，但她都坚持下来了。我这点小难题就让我失去信心真不应该呀！于是我下定决心，好好练习书法，永不言放弃！

阅读经典，使我的意志力更加坚定，也使我的梦想与现实更加接近！

假如给我三天光明心得篇四

“书籍是人类进步的阶梯”，今天我终于感受到了，读完了《假如给我三天光明》我感受很深。

海伦凯勒，她是一个从黑暗、无声的世界中走来的一个伟大的女性，她有着超乎常人的坚强和毅力，她把慈爱的双手伸向世界，为世人留下了一首永难忘却的生命之歌。海伦凯勒

希望拥有三天的光明去看这个美丽的世界，看尽世间的美丽景观。然而这只不过是一个梦想。对正常人来说，这个愿望并不奢侈。要是人们把活着的每一天都看成是生命的最后一天，那就更能体会到生命的价值。如果每个人都可以充分利用每一天，生命之花就将开得更加绚丽多彩！

读完《假如给我三天光明》，我感触很多，我希望大家可以好好学习，好好地生活，合理安排时间，不轻易放弃。珍惜现在的幸福时光，这样才不会辜负了上帝赐予我们的明亮的眼睛和一切美好的东西。不要等到失去的时候才后悔莫及，才去无限留恋。

珍惜现在，珍惜每时每刻，才是我们现在应该做的啊！

假如给我三天光明心得篇五

我轻轻地合上书，脑海里一直浮现着海伦·凯勒的声影。刚阅读完《假如给我三天光明》这本书，心情真是跌宕起伏，一会玩欣喜若狂，一会儿激动万分，一会儿悲痛万分，久久不能平复。

这本书主要讲了：海伦·凯勒在19个月大的时候，因为一场急病导致双眼失明、双耳失聪，从此，她就和这个世界“隔绝”了。这使海伦的童年充满了苦涩，她是那么的不幸，但她很坚强。因为她看不见，听不到，所以很难向人表达她想要的，想说的。直莎莉文老师的到来，成为了海伦人生中的转折点。莎莉文老师教会海伦写字、阅读、算术等，带她去拜访名人让海伦学会说话。海伦通过自己的努力先后到了剑桥女子中学、德克利夫学院上学。她还和莎莉文老师到各地区演讲，发起的募捐活动也得到了许多人的大力支持。最后便是希望给她三天光明的时间。

在这本书中，我最喜欢这段话：“失明的我可以对那些能够充分利用天赋视觉的人们一个忠告：善用你的眼睛吧，犹如

明天你将遭到失明的灾难。聆听乐曲的妙音，鸟儿的歌唱，管弦乐队的雄浑而铿锵有力的曲调吧，犹如明天你将遭到耳聋的厄运。抚摸每一件你想要抚摸的物品吧，犹如明天你的触觉将会衰退。嗅闻所有鲜花的芳香，品尝每一口佳肴吧，犹如你再也不能嗅闻品尝。充分利用每一个感官，通过自然给予你的几种接触手段，为世界向你显示的所有愉快而美好的细节而自豪吧！”我为什么会这一段话呢？因为这段话表达了海伦希望四肢健全的人充分利用自己的天赋，应该想拥有光明是多么的幸福，告诉人们要珍惜这份幸福，所有我喜欢。

读完了这本书，我心想：海伦。凯勒真坚强呀！海伦向人们表明对生活的热爱和渴望。她虽然双目失明，但是心中充满光明，海伦不怕困难、勇于面对困难、坚强的精神值得我们学习。对于莎莉文老师我想用一句古诗来赞美她那就是“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干。”莎莉文老师把她全部的爱都倾注在海伦身上，海伦才能有巨大的成就。我非常敬佩莎莉文老师，想对她说一声：“您辛苦了！”

假如给我三天光明心得篇六

父母常常教育我们：一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。通过读美国失明失聪女作家——海伦·凯勒写的《假如给我三天光明》，我才彻底懂得了这句话的真正含义。

《假如给我三天光明》这篇文章把作者对人生的感慨和对光明的渴望淋漓尽致地展现在我们面前，使我深受感动，从中受益匪浅。

文中写到：“要是人把活着的每一天都看作是最后一天该多好呀，那就更能显示出生命的价值。”我们的生活、学习，又何尝不是如此呢？时间是无限的，犹如长江水一样源源不断，然而每个人能够利用和享受的却是有限的，是最宝贵的，尽管如此，仍有一些人不懂得如何使用时间，任时间一分一秒

的在自己手中溜走，仍过着“天堂”般的生活-----作为学生却整天打游戏、看电视……此时我真想对这些逍遥快活的人说：“觉悟吧，快些领悟时间的珍贵，好好利用，别让时间永远地悄然流逝。”

文中有一句话，使我心潮澎湃，那就是：“事情往往是这样，一件东西一旦失去它才会留恋它。”这话不无道理。当我们贪玩而使得身体受到损害时，才会留恋以前的欢声笑语；当你漫无目的的走完一生，才会留恋时间；当你失支光明时，才会珍惜以前那双清高的大眼睛……这又一次如同警钟般敲响在我们心田。可见珍惜我们周围的一切是何等重要。

文档为doc格式

假如给我三天光明心得篇七

她是一个又聋又盲的残疾人，但是她竟然能拼写说英、法、德、拉丁、希腊五国语言。她被认为是20世纪最富感召力的作家之一。马克·吐温曾说过：“海伦·凯勒和拿破仑是19世纪两个最杰出的人。拿破仑试图用武力征服世界，他失败了；海伦·凯勒有笔征服世界，她成功了。”

《假如给我三天光明》这本书主要讲了海伦·凯勒她在病后的生活，一开始面对不幸的遭遇，她的脾气是暴躁的，但是在莎莉文老师的到来后，她的脾气好了起来，在以后的生活中，海伦凭借她顽强的意志力，努力的学习，告诉人们要勇敢的面对不幸的遭遇，不幸不是可怕的，没有面对不幸的勇气才是最可怕的。

海伦的故事告诉了我们，面对困难我们要努力的克服，珍惜我们现在拥有的一切，不要让它的失去变为遗憾。她让我们明白应该如何去面对不幸，如何去迎接命运的挑战，她让我们知道，应该珍惜我们所拥有的一切！

文档为doc格式

假如给我三天光明心得篇八

20世纪，一个独特的生命以及其勇敢的方式震撼了全世界。她，就是海伦·凯勒。一个在黑暗和困境中度过一生的坚强妇女！

海伦·凯勒的自传《假如给我三天光明》讲述了自己那段坎坷的路。原本那个活泼可爱的小女孩却因疾病导致双耳失聪，两眼失明，但是，海伦·凯勒并没有被困难打败，而是努力吮吸着知识的营养，最终以超人的毅力考上了哈佛大学。

是啊，海伦·凯勒，一个在黑暗中却给人们带来光明的女性，一个度过了88个春秋却身残志坚的女性，她熬过了87年无光、无声、无语的孤独岁月。上帝将每一扇门都向她紧紧关闭了。然而，即使是这样，海伦·凯勒却硬是一步一步从地狱走向了天堂，成为了一个具有世界影响性的人，一个前所未有的契机！换做谁，都会被震撼，觉得不可思议。可以这么说，她是一道明亮的光，作为一个慈善家，海伦·凯勒总是不断鼓励着那些与她有一样遭遇的人，让他们放飞梦想，拥有希望。但是。这种奇迹不是命中注定的，而是海伦·凯勒用心血和汗水换来的。年幼时，在老师的帮助下，她日夜用那包扎过得手，不断摸着盲文，不知疲倦的吸取着知识给她带来的快乐；发音时，她须要用手触摸老师的口型和嗓子的颤动频率，这无疑是“大海捞针”。可是，海伦·凯勒从未放弃，不断练习，有时要花好几个小时才能学会。而这顽强的意志。也正是她最值得人敬佩的地方。

海伦·凯勒曾经说过这样一句话：“当我们面朝阳光，阴影就在我们背后。”是的，我们应该珍惜现在的每一天，珍惜阳光，珍惜生命。我们懂得天的颜色，但海伦·凯勒却不知道，那双深邃的眼睛，从未看见过任何东西。作为一个健康的人，我们通往成功的道路往往要比海伦·凯勒要容易得多。

但有些人却宁愿选择荒废自己的一生，不肯刻苦学习，不肯积极向上，甘愿在失败中堕落。要知道，我们拥有过海伦·凯勒前所未有的幸福，难道这还不够吗？健全的身体可以使我们更好地学习，更好地生活。设想一下，假如有一天，你失去了光明，你会不会消沉，会不会悲观？包括我，我也不会像海伦·凯勒那样乐观地去面对。但我现在将永远记住海伦·凯勒对我们的忠告：好好利用你的眼睛吧，就像你明天将永远失去光明。

我爱这本书，不因是因为它那耐人寻味的语句，还有它教给我的人生哲理和那藏在书中的伟大灵魂！去读一读吧，你会发现怎样去珍惜生命！

假如给我三天光明心得篇九

寒假里，我读了一本名叫《假如给我三天光明》的书。这本书的作者海伦凯勒让我钦佩不已。

海伦凯勒是一个美国女孩。在她婴儿的时候，一场急性脑充血使她变得又盲又聋又哑。但是，她一点儿都不灰心，不气馁。经过老师安妮莎莉文的悉心教导，她终于成为美国第一位哈佛大学毕业的盲聋学生。之后，她又学会了英、法、德、拉丁等五种语言，用自己的笔和口分享她那顽强不屈的人生。海伦凯勒虽然生活在寂静、黑暗的世界里，却始终没有放下手中的笔，为这个世界写下了14部热情洋溢的不朽的篇章，她用自己的生命激励了无数在困难中倍受煎熬的人，成为了19世纪最伟大的人物之一。

《假如给我三天光明》中海伦凯勒是个盲聋人，因此学习非常不方便。她学习说话的方式和我们很不一样。她要摸着别人的嘴唇，弄清发音的口形，然后，还要找准发音的部位，进行练习。有一次，为了弄清发音部位，她把手伸进喉咙，差点儿使自己吐出来。就是经过这样艰苦的练习，海伦凯勒学会了说话。

海伦学习单词意义的过程也非常复杂。一次，她向老师请教“爱”这个字的含义。老师解释说：“爱就像天上的云彩，我们摸不着它，但可以感到云彩下的凉爽，可以感觉从云端降下来的雨水，所有的花草和干旱的土地是多么需要雨水。爱也是摸不着的，但我们所有的人都能感受到它的温馨与甜蜜。没有家，人们就不会感到幸福和快乐。没有爱，生活就会失去光彩，失去意义。”老师又紧紧地搂住海伦，用手指着她的心，经过反复的思考和体会，海伦才明白了“爱”的含义。

与海伦凯勒相比，我是脆弱的。在我身上，缺乏她惊人的毅力，缺乏她尝试的勇气，缺乏她伟大的理想，缺乏她美好的憧憬读了《假如给我三天光明》这本书，我领悟到许多、许多。

海伦凯勒作为一位盲聋人，她遇到的学习困难一定比正常人大很多，但她都能一一克服，而我们这些正常人，还有什么解决不了的问题呢？从海伦身上我明白了人的生活不能没有坚定的信念和顽强的毅力，只要有了坚定的信念和明确的生活目标，再加上顽强的意志，再大的困难也能克服。海伦虽然看不见这个世界，欣赏不了芳草如茵的大地，湛蓝如洗的大海，自由翱翔的海燕，巍峨入云的雪山，但她那充满爱的心却像天空一样宽广，像大海一样辽阔，她的生命就像一道亮光，照亮了那些在黑暗中迷失了方向的人们！她那永不放弃生命，不屈不挠、拼搏到底的精神，成为每个人生命中的激励！

海伦，这个勇敢的美国女孩，用她那驱走黑暗的勇气，给了我无数人生的启迪，也成为照亮我生活的一盏明灯！

假如给我三天光明心得篇十

眼睛是心灵的窗户，世间万物都是从眼睛中看到的，如果有一天眼睛失明了，那嫩绿的小草，美丽的鲜花……都将成为一片灰暗。

这个暑假，我和爸爸去书店买书，其中一本叫《假如给我三天光明》，当我读完这本书的时候，我不禁被她给感动了。这本书的作者是海伦·凯勒写的，她是美国作家、，生于亚拉巴马州。海伦出生十九个月后不幸患病，两耳失聪，双目失明。七岁时，安妮·沙利文担任她的家庭教师，从此成了她的良师益友。在老师的帮助下，她成功就读于马萨诸塞州剑桥女子学校后又进入哈佛大学的斯德克里夫学院学习。大学期间，她出了第一本书《我的生活》。

海伦·凯勒希望在这假想的三天时间里，能看见自己的老师，朋友；能去参观自然史和艺术博物馆；能看看纽约城和日常世界，最后还要去看一场戏剧。三天的活动，内容涉及生活各个方面，既表现作者对生活中美的追求，也表达了作者对人类创造的高度赞美。

的确，我们太幸运了，我们拥有美好的一切——健全的体魄、良好的学习环境、优秀的老师……从今天起，我一定抓紧每一分一秒，不让光阴虚度，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；以坚强克服困难，以杰出的成就显示生命的价值。

假如给我三天光明心得篇十一

美国著名作家马克·吐温曾说过：“19世纪出了两个杰出人物，一个是拿破仑，另一个是海伦·凯勒。如果说拿破仑是战场上的胜利者，那么海伦·凯勒则是生活中的勇士，是拒向命运低头、立志驱除人生黑暗的光明使者。”

假期中，我阅读了的《假如给我三天光明》这篇文章，它是海伦·凯勒最著名的一篇散文，也是她留给世人的一笔巨大财富。读完全文，我在为作者优美的文笔吸引的同时，更为它透射出的旺盛的生命力而折服。书中，海伦·凯勒写了一个盲人在一生中仅获得的三天光明的美好日子里的最急需的

安排，表达了自己对光明的渴望、珍视和对人生、对生活的深切关爱，并规劝身体健全的人们，应珍惜生命、珍惜现在所拥有的一切，关爱人生，关爱他人。“我只看我拥有的，不看我没有的。”正是在这种信念的支持下，海伦·凯勒在87年的无光无声岁月中，将别人眼中的光明当作自己的太阳，将别人耳中的音乐当作自己的乐曲，将别人唇边的微笑当作自己的欢乐。面对命运对她的不公待遇，她回报世界的是博大无私的爱心。

而我们走进海伦·凯勒作者自己——她是美国著名聋哑女作家、演讲家，出生仅19个月，就失去了视力、听力和说话的能力，然而她一刻也未曾放弃，凭借坚强的意志和顽强不屈的奋斗精神，克服了与外界沟通的障碍，学会了读书、写字和说话。并在24岁时以优异的成绩完成了在哈佛大学拉德克利夫学院四年的学业，成为人类历史上第一位获得文学学士学位的盲聋人。之后她又致力于盲聋人的公共救助事业，奔赴世界各地，创立慈善事业，积极为残疾人造福。她一生还勤于写作，共创作了14部文学作品，在美国引起强烈反响，被视为20世纪最富感召力的作家之一。而《假如给我三天光明》正是作者内心那种生生不息追求的绚丽华章。

海伦·凯勒说过：“我的身体不自由，但我的心是自由的。”她把别人眼睛所看见的光明当作她的太阳，别人所听见的音乐当作自己的乐曲，别人嘴角的微笑当作她的快乐。因为这些，造就了她一颗不屈不挠的心，心有多大，人生的舞台就有多大。

亲爱的同学，我们都比海伦要幸运得多，然而，我们是不是具有海伦这种坚强不屈的与命运抗争的精神呢？也许健康的身体并不是生命的根本，而精神才是照耀前程的明灯。我们不禁要问：亲爱的同学，假如你只有三天光明，你将如何使用你的眼睛？想到三天以后，太阳再也不会从你的眼前升起，你又将如何度过这宝贵的三天时间呢？相信你已经找到答案了。的确，心有多大，人生的舞台就有多大。

假如给我三天光明心得篇十二

出身19个月就成了聋子和瞎子，连说话都困难的海伦·凯勒，当她完全失去了活着的信心。就在这时，她认识了莎莉文老师，莎莉文老师来到她的生活中，使海伦·凯勒似乎感受到了生命是什么，发现生命，观察生活。于是她克服种种困难，从哈佛大学德克利夫学院毕业，为世界慈善事业做出杰出的贡献，用心写字，让世界震惊。

当我闭上眼睛的第一秒，我的心不知为何突然凉了下来。我感觉世界由明朗一下子变得漆黑，心里就没了数，显得很不安稳。当我准备向前迈一步时，我却发现平常满不在乎的走路现在也变得如此困难，我发觉我不敢迈。

我害怕，害怕自己会摔倒，害怕什么东西会碰到自己，伤害到自己。这还算好的，我还可以用耳朵听，但凯勒呢？她既看不见，也听不见。那她面临多大困难，面临多大危险，我们怎能知道，怎能了解，又怎能体会！

我们生在福中不知福，既能看到充满阳光的世界，又能听到各种美妙的声音。我们还有什么遗憾呢？我们还有什么可抱怨的呢？我想：虽然凯勒看不见，听不到，但在她心里也有她自己想象出的世界，那是凯勒的世界，它只属于凯勒自己。我相信她的世界也会充满阳光、充满笑声。海伦的一生，是在黑暗中度过的，却给人类带来了光明的一生。她用行动证明了人类战胜命运的勇气，给世人留下了一段永不遗忘的凯歌！

假如给我三天光明心得篇十三

阅读了《假如给我三天光明》一书，虽然其中没有什么惊心动魄的故事，但却深深的打动了我的。

海伦虽然失去了听力和视力，但他用自己对周围事物的触摸，对大自然的亲近，写出了自己的亲身感受。

海伦·凯勒虽然失去了正常人所有的东西，但她始终对生活充满信心，而逐渐走向“光明”大道。相反我们这些健全的人，我们拥有视力，可以听见大自然的歌声，可以看到多姿多彩的世界，可我们却不把这些当一回事，我们不懂得好好珍惜。

“善用你的眼睛吧，犹如明天你将遭到失明的灾难。聆听乐曲妙音，鸟儿的歌唱，管弦乐队雄浑而铿锵有力的曲调吧，犹如明天你将遭到耳聋的厄运。抚摸每一件你想抚摸的物品吧，犹如明天你的触觉将会衰退。嗅闻所有鲜花的芬香，品尝每一口佳肴吧，犹如明天你再不能嗅闻品尝。”这是我读后最欣赏的句子。

因此，这篇文章给我最大的启示是：要正确地对待困难，面对困难时要想方设法克服它。还要有乐观向上的良好心态。

假如给我三天光明心得篇十四

《假如给我三天光明》，是一本值得一读的好书，书中的主角海伦·艾培丽特的故事，深深的打动了我。听我来讲一讲故事的一部分吧！

她，不平凡，只是一个小姑娘的她，就由于一场病而失去了自己的光明，一开始，又聋又哑让她无法控制自己的脾气，直到莎莉文小姐走进她的世界，她才勇敢面对自己，努力地学习，坚强克制困难，乃至创造出生命的奇迹，字里行间洋溢着对生活的热爱，仿佛她看到了希望。

看！它的内容多么诱人，我觉得它就像一颗又大又甜的桃子，忍不住要一下子吃完。现在，我已经“咬”的一点点里面，

作者描写了莎莉文小姐怎样让海伦·艾培丽特勇敢面对自己，我觉得她写得生动、有趣。好了，我们开始“咬”下面一点点点了。

在莎莉文小姐走进她的世界后，那一天，成了她生命中不可缺少的一部分。是莎莉文小姐给了海伦新的生命，她渐渐学会了許多知识。莎莉文小姐给了海伦一个布娃娃，却被海伦撕破了，她心里不痛快，她不懂得什么是同情。

嘿，我现在觉得它不仅是一颗又大又甜的桃子了，还是一个“大宝库”。你如果想咬这个大桃子的话，那你就去阅读这本名著吧！

读完这本书后，我才知道作者名字叫海伦·凯勒，她来自美国，她丰富，生动而伟大的一生，给全世界成千上万的残疾人和正常人带来感动和激励。她是盲聋慈善家，作家和演讲家。她19个月大时双目失明，两耳失聪。后来，在安妮·莎莉文的帮助下，她写了关于自己的重述，自己的一生，也就是上面的《假如给我三天光明》。虽然拥有三天光明对海伦·艾培丽特来说是一个不可能实现的梦想，但作者还是用自己的双手投入到这本书中，让我们才有机会去阅读这本名著。

我觉得这本名著给了我很多知识和感想，知识则是上面的一些，感想是：又聋又哑的小姑娘都能坚强地学习，我们健康正常的人一定可以比他们做得更好。

除了得到了这些，我还得到了一个额外的收获，美国文学家马克·吐温曾说过：“19世纪出现了两位伟大的人物，一位是拿破仑，一位是海伦·凯勒。”

假如给我三天光明心得篇十五

寒假里我读了一本新书——《假如给我三天光明》。这本书，从海伦·凯勒的身上，我明白了许多道理。

当我翻开这本书，我心里是三分惊喜七分好奇。当时看这本书是它的书名吸引了我，然而当我翻完这本书的最后一页时，我心中则是汹涌澎湃的。它带给我的是惊讶，是感动，更是一种强大的精神力量震撼着我，我一看就入迷了。

在这无光，无声，无语的孤独岁月里，竟磨炼出一个如此勇敢坚强，有着顽强的求生意志。对于一个常人来说，三天，三天也就是72个小时，能办成的事根本寥寥无几。但是对于海伦来说，三天就像三十年，如果她能拥有三天的光明，她的心里又会有多么满足，多么快乐。

她本是一位健康活泼的小女孩，在19个月大时，因一场疾病导致失明，失聪和失语。从此她变得暴躁，任性和孤独。直到遇见莎莉老师她慢慢地走出了黑暗与孤寂，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，在老师的帮助下，以优等的成绩完成了哈佛大学四年的学习。

她成为人类历史上第一位获得文学学士的盲聋人。