

# 最新假如给我三天光明读书心得体会(大全9篇)

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 假如给我三天光明读书心得体会篇一

最近我读了一本《假如给我三天光明》的海伦自传。她给我带来了，战胜困难的勇气。

其中，在《假如给我三天光明》这一本书当中有这样一句话：“我的心充满了人和物的形象，我的眼睛绝不轻易放过一件小事，它争取密切关注它所看到的每一件事物。有些则是极其凄惨，令人伤感。对于后者，我决不闭上我的双眼，因为它们也是生活的一部分。在它们面前闭上了眼睛，就等于关闭了心房，关闭了思想。”

我心里想：假如海伦的不幸发生在我身上，我又会怎么样应对它呢？

当我尝试着闭上眼睛感受一下海伦当时眼睛失去光明时情景是怎样的，静静的感受着四周，感觉不到一丝丝的阳光，原来外面花花绿绿的世界突然在我眼前消失了，我只感到眼前的周围漆黑一片。时间一分一秒慢慢流逝，当我尝试捡起地板上玩具时，我却发现我的腿不知往哪个方向走，平时一件非常容易的事情，现在变成来那么困难，有一种寸步难行的感觉。让我体会到海伦刚生病时的那种烦躁、焦虑、恐惧的心情。

老师沙利文让海伦领悟到“水。”这个是她所认识的第一个字，海伦学会了，她欢喜若狂、手舞足蹈。便开始了对知识、

对世界强烈的渴望,开始了迫不及待地认字、阅读、学说话。海伦像一块海绵不断地从生命本身汲取知识。她对知识的渴求竟然使她在单调与枯燥中学会了5种国家外语,并阅读很多文学与哲学书籍。

我要向海伦学习,因为是她让我明白了,现实环境固然可怕,但我们应抱持希望,不断的奋斗。

## 假如给我三天光明读书心得体会篇二

歌德说“读一本好书,就是和一位高尚的人谈话。”在上课的时候老师叫我们买《假如给我三天光明》,我读了《假如给我三天光明》。感觉就像同一位平的高尚的人谈了一次长话。

这本书的作者是海伦·凯勒,自幼患病,因故导致两耳失聪,双目失明。在她6岁零9个月的时候,安妮·莎莉文老师进入她的生活中,她就像又见到了一缕阳光,从此改变了她的一生。

在海伦一开始见到莎莉文老师的时候,并不喜欢她,有一次甚至还把莎莉文老师锁在屋子里,害得她爸爸不得不找来一把梯子来就老师。但是后来,在莎莉文老实的启蒙下,她试着学会了拼“杯子”这个词,也逐渐喜欢上了莎莉文老师,在她学会了许多次以后,莎莉文老师便会把一些书,把单词拼写到海伦的手上,海伦很用功,进步也很快。但是有时候由于迫切想知道书中的内容,也不由自主地对莎莉文老师发起火来,莎莉文老师也毫不介意。在莎莉文老师的帮助下,海伦逐渐喜欢上了大自然,喜欢上了世界上所有的有生命力的小动物们。最后,经过不懈的努力,海伦最后终于学会了说话。莎莉文老师一直陪伴到她自己出嫁,才与海伦恋恋不舍的告别。

海伦一生有许多成就,在一般人看来,也是个奇迹。比如说在海伦20岁的时候,上了哈佛大学,在她长大以后,曾经获

得过国总统奖……海伦每得到一点进步，她便觉得倍受鼓舞，心中有充满了喜悦。

## 假如给我三天光明读书心得体会篇三

《假如给我三天光明》这本书终于让我读完了。有些段落让我反复阅读，海伦凯勒的故事深深的影响着我，让我受益匪浅。

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！

## 假如给我三天光明读书心得体会篇四

在《假如给我三天光明》一书中，描述了一位生活在黑暗中却又给人们带来光明的女性——海伦凯勒。她以及其勇敢的方式震撼了全世界。一个聋哑人，竟毕业于哈弗大学德克利夫学院，并用毕生精力四处奔波，建起了一家慈善机构，为残疾人造福！这一本书的每一个字，无不洋溢着海伦凯勒对生活的热爱和对光明的渴望，哪怕只是短暂的三天。她以热情的态度告诉了人要珍惜眼前所拥有的一切，她渴望有三天的光明去感受、观察世界，她想去感受，去观察的事物太多了，尽管这是一个永远不可能实现的梦。

海伦凯勒真是一个伟大的奇迹！苦难造就了海伦凯勒坚强的性格，她做为一个残疾人却有着超常的健康心理。她用自己所能感受到的、所能想象到的，去表达自己对光明的渴望以及对生活的热爱；以自己的亲身感受去提醒他人：拥有一个健康的心理是做一个成功的人最基本的条件。

作为一个小学生，要有良好的学习习惯，正确的学习方法和端正的学习态度，更重要的是要有恒心、毅力。海伦凯勒的成功就充分的说明了这一点：只要有毅力有恒心，就没有办不成的事。正所谓：“世上无难事，只要肯攀登。”

海伦凯勒作为一位残疾人，她的成功之处就在于不断的辛勤努力，成为了一名对社会有用的人，甚至用自己充满热情的双手帮助他人。而我们作为健全人，拥有发现美的眼睛、可以触摸东西的手、善于表达的嘴以及发达的四肢，就更应该有个正常的心理、远大的志向，努力学习，做一个成功的人，做一个对社会有用的人！

### 关于假如给我三天光明读书心得体会2

读完《假如给我三天光明》这本书，我十分感动，可怜的小海伦在出生19个月后就失去了视觉和听觉，她是多么可怜啊，

幸好，她生命中走进了一位名叫安妮。莎莉文的家教老师，莎莉文老师为她生命打开了一扇窗，使她能够接触到外面广阔的世界。我最喜欢第五章——假如给我三天光明的最后一篇——第三天。

最后一天的光明，我再次迎接黎明，我从我的家，长岛的佛拉斯特小而安静的郊区出发。这里，大家生活的都非常幸福，是城里劳动人民安谧的栖息地。从第五大街起，到公园大道去，到平民窟去，到孩子们玩耍的公园去……我始终睁大眼睛注视幸福和悲惨的全部景象，以便能够深入调查，进一步了解人们是怎样工作和生活的。我可以给那些看得见的人们一个提示——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。

如果我们都能像海伦·凯勒一样，用微笑面对困难，用双手拥抱世界，用心灵感受生活，友善热情的态度去对待他人，那么我们的人生该是多么幸福啊！

### 关于假如给我三天光明读书心得体会3

我的暑假生活是丰富快乐的！暑假里妈妈为我买了本《假如给我三天光明》，我花了一个星期就把它看完了，同时我也深受启发。

这本书的作者是美国的海伦·凯勒。她是一位坚强，了不起的女性。她是不幸的，在她生命的八十八个春秋中，几乎全部是在无声无息的孤独岁月中度过的。但是她又是幸运的，她有一位良师教导她，她忍受了常人无法忍受的痛苦，艰辛，通过顽强的毅力学会了开口说话，拼写字母。之后专心致力于写作，终于取得了举世瞩目的成就，为世人所惊叹！

“前进的道路上，一定还会出现重重障碍，但我已经无所畏惧。”这是出自她的名言，也是最令我反思的'一句话。平时我一遇到小小的困难，就害怕不前，或是寻求爸爸妈妈、老

师、同学的帮忙，自己好像都是生活在被保护的屏障中。但现在想想，和海伦·凯勒相比，我们平时的那点小困难是无法相比的。海伦·凯勒的精神深深地打动了，我一定要像她一样，勇敢坚强，勇往直前！

#### 关于假如给我三天光明读书心得体会4

在我的书籍里，我最喜欢的就是《假如给我三天光明》这本书了。因为它能深切的教育我，给予我很大的启发。

主人公海伦·凯特从小双目失明，耳朵先天失聪，嘴巴又说不出话来。对他来说已经很痛苦了，偏偏他的父亲又去世了，这对他来说是一个很大的打击。文中有一句话，使我心潮澎湃，激动不已，那就是：“事情往往都是这样，一件东西一旦失去，才会留恋他。”细细咀嚼一番，觉得知句话不无道理！当我们因贪玩而身体受到伤害的时候，才会留恋以前的健康时的欢声笑语，当你漫无目标的过完了一生，才会留恋时间，才会有一种时光倒流的这种迫切愿望；当你失去光明时，才会爱惜以前那双清凉的大眼睛·····这又一次向警钟般敲响了我们的心灵，可见珍惜我们周围的一切，热爱我们的生活是何等重要！

这本书教会了我要珍惜现在的生活，不要把时间白白浪费掉，要时时刻刻都要有上进的心。我要向书中写的海伦·凯特那样勇敢、坚强！

#### 关于假如给我三天光明读书心得体会5

“当上帝为你关上一扇门时，他还会为你打开一扇窗。”每当想起这句话时，我也同时会想起海伦·凯勒。

海伦·凯勒出生在19世纪美国的一个小镇。19个月时的一场猩红热将她的视力、听觉残忍地夺去。在她的生命里，我们再熟悉不过的光明，对她来讲，似乎只是幼儿时期一个模糊

的记忆。而她却不服命运的安排，依然和老师、父母一起走向了成功。

作为盲人、聋哑人，海伦却拥有一颗积极、坚不可摧的心，她用自己的触觉感受春夏秋冬，用自己的毅力来完成不可思议的学业。成功并不是正常人的专利，海伦以自己的坚强，考入了哈佛大学的分校，写了《假如给我三天光明》、《我的老师》、《我黑暗中的光明》等书。

海伦的坚强让人难以想象，在这则书中，她并没有过分的描述自己被病痛折磨得如何痛苦，更多的是自己在童年、青年、长大、在生活、学习中积累的知识和游览的地方。或许她的童年并没有我们看到的快乐、有趣，但她毕竟是一个成功者，她的良好心态在她的生活中体现得淋漓尽致。

身体上的伤残缺陷并不可怕，可怕的是心理上没有一个快乐的、坚强的念头。海伦用自己的毅力获得成功是因为她对待事情、对待自己都会怀着乐观的心态。

做一个有毅力、有乐观心态的成功者吧！

关于假如给我三天光明读书心得体会6

海伦·凯勒是一位聋盲人，对她来讲写一本书，几乎是完全不可能的，但她仍写出了很多书，其中一本书的名字就叫做《假如给我三天光明》。

7月零几天我把这本书给买来了，过了几天我看完了，我是带着泪花看完的，她一直努力着，在她老师莎莉文小姐的帮助下，海伦·凯勒和耳聪目明的人一起从顶级的哈佛大学毕业了。

对呀！努力就一定能成功，这本书激励着我，所以我要和海伦·凯勒一样摆脱命运的安排，向着目标而努力着。海伦通过了

努力学会了：法语，德语和拉丁语，还加上说话。对于一个盲的人，这已经很困难了，何况这个又聋又盲的海伦呢？但是海伦她做到了。

当我看到海伦说的：“正常人在技能和器官上的使用上有皮懒的’特点，但只有聋者体会到听力的宝贵，只有盲者意识到市里的多重恩惠，我问过结婚多年丈夫，他们妻子眼睛的颜色，可他们说不知道。然而妻子不断抱怨，说家里的新变化丈夫都看不到。有视力的人的眼睛很快就习惯了周围的环境常规，看见的只是惊人的和突出的事物。但是即便是在看最突出的景象时候，他们的眼睛也是懒惰的。”我非常同意这个观点，因为你想想，你真的仔细去观察一样东西和一个人吗？不不不，你没有，对不对！读了这本书你就要知道我们要好好使用这些技艺和器官。这本书包含了两个内容一个是，我的成长故事，第二个是假如给我三天光明。

你也来买一本看看吧！很有趣哦！

## 假如给我三天光明读书心得体会篇五

最近我读了一本书，名叫《假如给我三天光明》。

终于考上了大学，成了一位出色的作家和教育家。

赏皎洁的月光，她无法用双眼去领略大自然的美丽，但她用心去体会用心去感受。。。。。。。

神，也没有她那美好的憧憬。

我之所以把这本书推荐给大家，是因为想让大家走进海伦，走进她的世界，不要总想逃避遇到的困难，要想海伦学习，学习她那不屈不挠、无私奉献、助人为乐的精神，使自己争取成为海伦开凯勒精神的接班人。



大家都心动了吗?那就赶快读读吧!

读书心得体会:《假如给我三天光明》.doc

将本文的word文档下载到电脑,方便收藏和打印

推荐度:

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

## 假如给我三天光明读书心得体会篇六

有人说:书籍就是一艘船,它载着我们在知识的海洋中航行;有人说:书籍是一架梯子,引导着我们登上知识的殿堂;有人说:书籍如同一把钥匙,帮助我们开启心灵的智慧之窗……寒假期间,我读了许多的书,但是给我印象最深的就是美国海伦·凯勒的《假如给我三天光明》。

海伦出生在一个很幸福的家庭里,可是她却是非常的不幸——二岁双目失明,又双耳失聪。但就在六岁那年,家庭教师安妮·莎莉文小姐走进了她的生活,教她说话、带她学习,改变了海伦的人生。可以说,没有莎莉文老师,就没海伦未来的成功。我认为,在人的一生当中,老师才是最值得我们感谢的人,如果没有老师,就不会有人来给我们传道授业,我们根本就不会进步。

在我的学习生活中，也同样有着一位像莎莉文老师一样的启蒙恩师——齐老师。齐老师教我们已经有四年的时间了，她在讲课的时候，总是一丝不苟的，但一到课间休息时，就会与我们打成一片，成为我们的好朋友，此时的她，仿佛也是一个小学生一样，是那么的平易近人、和蔼可亲。齐老师不为昼夜的为我们操劳着。有一次，齐老师因为过度劳累而生病住进了医院，但刚过两天，老师又回到了学校，带着沙哑的声音给我们上课，同学们都很担心，劝她回家养一养，可是齐老师却是坚决不同意，并说：“只因为这点有小事就不上课，我心里实在过意不去。”看，这就是我们兢兢业业的齐老师！

春雨，染绿了世界，而自己却无声地消失在泥土之中。齐老师，您就是滋润我们心田的春雨，我们将永远感谢您！

“在通往成功的道路上，如果碰到了意想不到的障碍，不打退堂鼓，努力，努力，再努力是最好的选择。”这句话是我读完《假如给我三天光明》后的感受。

海伦·凯勒在1880年6月27日生于亚拉巴马州北部一个叫塔斯咯姆的城镇。在海伦一岁半的时候一场突如其来的高烧把她投入一个混沌无知的世界里，从此再也看不见，再也听不见周围世界的一切。但是，海伦并没有放弃，在安妮·莎莉文耐心的帮助下成为了一名慈善家，教育家，演讲家，并以优异成绩从哈佛大学拉德克利夫女子学院毕业。

如果你是一个集盲、聋、哑于一身的残疾人，你是选择在黑暗而又寂寞的世界里默默地度过自己的一生，还是试着尝试可能的一切？海伦就是这样的残疾人，她凭着手摸认识周围的世界，最后变成通晓五种语言，知识渊博的学者，她很特殊吗？不，她和其他人没有两样，但她比别人多出了一份努力，一份汗水，一份艰辛。我想：如果我们碰到挫折，碰到困难，碰到了意想不到的障碍，不能就此罢休，不能退缩，不能打退堂鼓，要有毅力，否则就会前功尽弃，什么都没有了。有

一首歌唱的好：“不经历风雨，怎能见彩虹，没有人能随随便便成功。”每个人都是经历了大风大雨过来的，想要多大成就，就得付出多大努力。

让我们这些90后，经历更猛烈些的暴风雨，锻造自己更美好的未来吧！

《假如给我三天光明》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社会上有一席之地。

大作家马克·吐温说过：“19世纪有两位奇人，一个是拿破仑，一个是海伦·凯勒。”

如果说拿破仑是因为他那惊人的军事头脑而称为一位奇人的

话，那么海伦·凯勒则是因为她那种不向命运所低头的精神才称为奇人的。

海伦·凯勒的确厉害。1880年6月27日，她出生于在美国亚拉巴马州的一个小镇上。在出生的第二年春天，生了一场严重的高烧，由于那场严重的高烧，在拥有十九个月的光明后，她的生活陷入了无边的黑暗。

但海伦·凯勒并不认为她所能接触的世界太小了，她太可怜了。她在自传——《假如给我三天光明》这本书中写道：

“他们根本就不知道我的内心世界有多丰富，有多精彩。我有那么多的知心朋友，看过那么多书，去过那么多地方，这样的生活怎么能说无趣呢？”

这是她的回答，同时也是一位87年都生活在无光、无声、无语的孤独岁月中度过的人的回答！

或许，上天给海伦·凯勒的那一场把她变成一位盲聋哑的残疾人那场严重的感冒，只不过是因为上天嫉妒了她那种才华横溢的心、嫉妒了她那种不屈不挠的心、嫉妒了她那种不向命运低头的心！

我最近读了一本著名的书叫《假如给我三天光明》，让我深受感动。这本书的主人公是海伦·凯勒。她从小就是一位盲聋哑人。

她从小就生活于没有世界的声音，是她一生的愧疚。有一位叫萨勒老师都帮海伦拼写单词、句子和摸读盲文。有一次，萨勒老师带着海伦来到池水旁，把海伦的手放在池水口上，突然一股清泉从海伦的手上滑过。萨勒老师还在海伦手上拼写了水这个单词，顿时，海伦也会拼写泥土、种子等单词。有时，海伦还在桌子上拼写，手都划破了，还在继续，萨勒老师看了很心疼，就用布一一包扎起来。海伦每天坚持着练

习练习，就像吮吸的海棉如饥似渴，直到自己熟练了为指。过了几天，又来了一新老师，这位新老师教了海伦许许多多，海伦也学会了许多许多。她学会的第一句话是“爸爸、妈妈我回来了。”几年以后，海伦以出色的成绩毕业于哈佛大学拉德克利夫女子学院。海伦度过了87年无光、无声孤独岁月弱女子，被美国时代周刊评选为20世纪十大英雄偶像之一。时隔100多年，当我们穿过悠长的隧道，回眸凝是这位不屈不挠的人，一定要她一样坚强的学习。

读完这本书，我要向海伦。凯勒学习，努力学习，回报祖国，长大以后做一个对社会有用的人。

## 假如给我三天光明读书心得体会篇七

“十九世纪有两大奇人，一个是拿破仑，一个就是海伦·凯勒。”这是马克·吐温曾经说过的。没错，作为一个既盲又聋的残疾人竟然能成为美国著名的作家和教育家确实不容易。海伦·凯勒本来是一个天真可爱的小女孩，但是在她一岁半的时候，一场突如其来的疾病夺走了她的听觉与视觉。在那黑暗而且无声的世界里，是安妮·曼斯菲尔德·苏立文老师帮助她学会了说话和读书，掌握了英，法，德，拉丁和希腊这五种文字，并以优异的成绩毕业于美国的拉德克拉夫学院。

海伦·凯勒她很聪明也很坚强，在无声无色的世界里，她自强不息努力做到最好，并不是怨天尤人也不是自暴自弃。假如给她三天光明，她首先要看一看安妮·曼斯菲尔德·苏立文老师——那位爱着海伦的，为海伦揭示万事万物的老师。然后再见一见那些仁慈、谦和又重情义的人；第二天她希望亲眼看一看“黑夜变白昼”与人类和自然的历史；第三天她则希望看一看人们一天的生活与城市。海伦有两点非常值得我们学习：一是尽力地完成每一件事；二是每时每刻都拥有乐观向上的精神。一、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。”在海伦参加拉德克利夫学院的入学考试的时候，由于代数和几何是她的弱项，而且她只学过英式盲文，而考试用的却是美式标注的盲文试卷。但她并没有因此而退却，而是凭着自己坚强的毅力，尽全力地完成了这场考试。二、每时每刻都拥有乐观向上的精神。海伦在巨大的打击和困难面前，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。

下面有则故事也说明了这个问题，有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，既有官又有财，便信心大增。后来，后者金榜题名，而前者却名落孙山。这个故事说明乐观向上的良好心态，是成功的重要因素之一。

### 优秀的假如给我三天光明读书心得体会(五)

海伦·凯勒是本书主人公，她在19个月时，一场突如其来的大病夺去了她的视觉与听觉。后来就，她凭着一颗不屈不挠的心和顽强不屈的坚毅品质，在家庭教师沙莉文小姐的帮助下，创造了一个个伟大的奇迹！

世界没有不公平，每个人都是相等的，只是要看我们选择坚持还是放弃。在挫折来临时，我们沮丧，整天沉浸在痛苦之中，倒不如去寻找光明的道路，奇迹总会发生！

我们该学会珍惜，你可要知道，我们拥有的东西将会失去，而失去的东西却不会再拥有！海伦·凯勒失去了光明，她是多么渴望光明，就如同鸟儿渴望蓝天一样。

不要被挫折击倒！困难之中总是要坚持一下，等待你的就是光明！拥有光明，一定要学会珍惜，不要白白浪费。你所拥有的一切都将可能会失去，当拥有时，请珍惜！

## 假如给我三天光明读书心得体会篇八

在开学的第一个月里，我通读了《假如给我三天光明》，海伦凯勒坚强的毅力让我印象深刻。

这本书讲述了海伦凯勒在19个月大时，因为一场疾病而使她失去听觉和视觉。我本以为她因为没有听觉和视觉就会孤独一生、没有同伴，但当我读到她七岁时，遇到一个充满爱心与耐心的老师，真为她高兴。在莎莉文老师的引导下，海伦凯勒走出了黑暗与孤独，对未来充满了希望。从此，她奋力学习，考进了哈佛大学，她在老师的帮助和自己的不懈努力下，以优秀的成绩毕了业，并写了《走出黑暗》、《我的生活》来丰富自己的人生。

我认为能让海伦凯勒成功的原因，除了老师的帮助，更重要的是她拥有坚强的毅力、坚持不懈的精神，我们要学习的就是她的精神和品质。

生活中，还有很多像海伦凯勒这样的人，苏联作家奥斯特洛夫斯基，11岁当童工，15岁加入共青团，随即参加国内战争，20岁加入共产党，23岁身体急剧恶化，但他毫不屈服。在他全身瘫痪、双目失明的情况下，以惊人的毅力，用自己的战斗经历作素材，开始创作长篇小说《钢铁是怎样炼成的》，小说获得了巨大的成功。他和海伦凯勒一样，都有着坚强的毅力和坚持不懈的精神，我们要向他们学习。

拥有坚强的毅力、坚持不懈的精神，珍惜现在的美好生活。今后，我要多帮助别人，改掉自己的坏毛病，努力学习，让自己的生命更有意义。

## 假如给我三天光明读书心得体会篇九

今天，我读了《假如给我三天光明》这部书，被海伦凯勒的不屈不挠的精神所感动。

这本书讲述了海伦凯勒坎坷的一生。海伦凯勒小时候因为一场疾病而失聪失明，她有着惊人的毅力，不屈不挠的精神，在莎莉文老师的帮助下，一次又一次克服了一个又一个令人难以想象的困难，接受了命运的挑战，最终取得了辉煌的成就，震撼了全世界。

其中令我印象最深刻的是《霜王事件》这篇文章。这篇文章主要写了海伦凯勒了的一篇题目为《霜王》的小说发表在柏金斯盲人学校校刊上，有人发现海伦凯勒写的《霜王》和玛格丽特小姐写的《霜仙》极其相似。许多人都指责和莎莉文窃康贝尔小姐的小说，经过查证，海伦是无意中不小心抄袭的。经历了这种事后，海伦对写作失去了信心，开始怀疑自己。后来，在莎莉文老师的鼓励下，海伦恢复了往昔的自信，重新开始写作。

这篇文章中给我印象最深刻是海伦说的一句话：“过了一段时间，逐渐摆脱一段不愉快的经历给我投下了阴影。我小心翼翼，但却不屈不挠的写下去。”《假如给我三天光明》这本书让我受益非浅，我们应以海伦为榜样，向她学习，做一个生命的强者。