

# 假如给我三天光明感悟 假如给我三天光明心得体会(优秀8篇)

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得感悟，从而不断地丰富我们的思想。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得感悟吗？那么下面我就给大家讲一讲心得感悟怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

## 假如给我三天光明感悟篇一

海伦·凯勒是本书主人公，她在19个月时，一场突如其来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，每个人都是平等的，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！

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！

## 假如给我三天光明感悟篇二

一个星期四的早上，殷老师带我们去图书馆占用两节课来浏览图书。

我拿到的图书是《假如给我三天光明》。书的主要内容是：主人公不幸在2岁的时候失去了视力和耳力，所以她必须学会手语和别人交谈。等她大一点的时候，她能够分辨许多东西了，如妈妈和姐姐的衣服，什么东西放在哪里等。她妈妈帮她请了老师，她还等老师进房间了后把门给锁了，还好爸爸

用梯子把老师接了下来。后来，老师先在她手上慢写洋娃娃这个单词，然后再快写，老师又把洋娃娃递给了她，让她感觉一下洋娃娃是怎么样的。有一次，老师带着她去森林里，老师看这里风景不错，就告诉5岁的她自己要回家取野餐布。调皮的女孩等老师一走就上了树，可是，忽然刮起了狂风，差点把她吹下树，通过这次她得到了一个结论：大自然有时候是善良的，但有时候也是凶恶的。

读了这本书，我明白：无论遇到什么困难，都要勇敢地去面对，不要去想结果是怎么样的，一定要相信自己，才会取得成功。

### 假如给我三天光明感悟篇三

有一天，海伦的世界突然停电了。海伦摸索着想要开灯，可是，上帝无情地、残酷地、坚决地夺走了她的应有的视觉、听觉和幸福。于是，海伦的幸福飞得高很高，躲到了云层后边；灾难却留了下来放肆的笑；但是，夺走了这一切并没有夺走希望，这个有金色翅膀的小精灵，亲吻着海伦受伤的心灵，它就是希望。

这个从19个月开始就生活在无声无影世界里的女子，不知道海的蔚蓝，看不见树的绿，听不见鸟的鸣叫，却通过自己后天的努力创造了奇迹，能和平常女子一样能说话与人交流，能读书，能工作，过着适合自己，自己喜欢的生活方式。海伦勤奋学习，仅用触觉，便能与别人交流，仅用触觉，便能如饥似渴地读书，以至手指头都摸出了血。海伦时常这样想：他们夺去了应有的听觉，贝多芬抹去了我的眼泪；他们夺去了我应有的视觉，但我想起了弥尔顿的乐园；他们夺去了我应有的幸福，上帝仁慈地赋予我希望。有希望就拥有一切。正因为海伦勤奋学习和这么的想，才使她创造了奇迹。

可想想我自己，会发现自己是多么的幸福，我不是一个残障人，我看得见也听得见，能用眼睛去发现这个世界的美好和

用眼睛读书，却天天不想读书，整天沉迷于电脑游戏中，从不珍惜眼前良好的学习环境，而海伦是多么渴望能够用肉眼来看看世界啊，想到这儿我便羞愧万分。

其实，人生不是一条永远平静的河，它偶尔也会泛起一道道涟漪的，当上帝关上你的门时，也会为你打开另一扇窗。逆境也会成为一笔财富，正因为逆境，才迫使海伦能说话，能读书的欲望高，使她创造了奇迹。

人生就如一条藤，总结着几个苦涩的瓜；还像五味瓶，包含着酸甜苦辣；又似一首歌，吟唱着悲喜交加的苦乐年华。没有洪水奔流，没有岛屿和暗礁，又怎能激起美丽的浪花。人生不会一帆风顺，惊涛骇浪是常有的。但人心不应疲倦，不应苍老，更不应失落。因为有旧梦凋零的地方，会有一个美丽的新梦开始启动。生活的答案由每个人自己书写，由每个人自己评判。

## 假如给我三天光明感悟篇四

我曾读一首热爱生命的诗歌：我不去想是否能够成功，既然选择了远方，便只顾风雨兼程……我不去想未来是平坦还是泥泞，只要热爱生命，一切，都在意料之中。海伦·凯勒就是这样一个人。

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，是一个度过了生命的88个春秋，却熬过87年无光、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，她凭着自己的努力，毕业于哈佛大学，这个伟大的成就绝对是一个奇迹，而创造这一奇迹，全靠一颗不屈不挠的心、顽强不屈的坚毅品质和热爱珍惜生命的信念。

有一次，在放学回家的路上，我看到有一辆载着满满的东西的货车，把一辆电瓶车压住了。周围围观了許多人，他们议

论纷纷。听他们说，那辆货车下面还有一个青年。不一会儿，救护车到了，警察叔叔也把那个青年救了出来。救护人员看见那位青年流了许多血，赶紧把他放在担架上，抬上了救护车。过了很久，医生给那位青年盖上了白布，无奈地摇了摇头，说：“他流血过多，没能及时地被抬出来，已经休克而死，我也无能为力呀！”周围的人有的叹气，有的低头无言，有的说太可惜了。我心想：一朵即将绽放的花朵，一个美丽的笑容，就被这样一起车祸给毁灭了。为了母亲不再失去儿子，为了妻子不再失去丈夫，为了孩子不再失去父亲，全世界应该一致行动起来，热爱并且珍惜生命。

而作为健全人的我们，更应该学习海伦那种奋斗精神，学会如何战胜风雨，学会如何战胜自我，还要学会珍惜生命，珍惜造物主赐予的一切。

## 假如给我三天光明感悟篇五

暑假期间，我阅读了《假如给我三天光明》。

但在次年的二月，我被诊断为急性胃充血和脑充血，一开始连续高烧不退烧，医生说医治的可能性很小。后来烧退了，这令全家人欣喜若狂。但谁也没有想到，高烧退去后我的视觉和听觉也同时丧失。这段文字给我留下的印象很深。我学会把别人看到的太阳当做我的光明；把别人听到的声音当做我的乐章；把别人脸色的微笑当做我的幸福。

在文中，作者希望在这假想的三天里，能看见自己的老师，朋友，能去参观自然史和艺术博物馆，能看看纽约和日常世界；最后还要去看一场戏剧。三天活动，内容涉及生活的各个方面，即表现了作者对生活中的追求，也表达了作者对人类创造的高度赞美。她还以从自己痛苦的经历和美好的渴望，劝诫世人要珍惜光明，珍惜光阴。

假如给我三天光明，这句简单而又平凡的话，却包含着海

伦·凯勒女士的心愿。她想看看这个美丽的世界；看看这个美丽的世界的一草一木；看看这个美丽的世界那蔚蓝，蔚蓝的天空三天光明，对于我们来说，只不过是生命里平平凡凡的三天而已，但对于那些双目失明的残疾人来说，三天光明，多么珍贵啊！

读着她感人的事迹，我陷入了沉思：假如我只有三天的光明，我将如何使用我的眼睛？

也许三天后，我不能再看见太阳，三天后，也许到处一片黑暗多么可怕！

啊，在海伦·凯勒心里多美的三天！她说：我要感谢上帝给我三天光明，让我体会人间的幸福美好，亲情、童趣、美景、人和自然的和谐！

## 假如给我三天光明感悟篇六

今天，我读完了《假如给我三天光明》这本书，感觉就像与一位高尚的哲人进行了一次精神的交流，我的心被海伦深深地震撼了。

海伦·凯勒年幼时就表现出一种不服输的性格，对任何事都充满了好奇心。在她19个月大时，因病导致两耳失聪，双目失明，从此她与这个美好的世界失去了沟通和联系，她再也看不到这世界上的一切美好事物。直到六岁零九个月时，沙莉文老师走进她的生活，教她认字，才使她张开了心灵的眼睛。海伦意识到只有知识才能铺就一条光明之路，才能与世界进行沟通。

当海伦感悟到“水”这个她每日都要用的东西时，便开始对知识有了强烈的渴求，她迫不及待地“阅读”、“识字”，像一只永不疲倦的陀螺疯狂地从生活中汲取知识的营养，对知识的渴求，使她以常人难以想象的速度在单调的单词、短

语中遨游……她竟然掌握了英、法、德等五国语言！这些来自不同国度的文化滋养着海伦的心田，像一道道彩虹，点亮了这个不幸的姑娘心中的生命之灯，为她打开了一扇通向理想境界的大门，架起了一座与世界沟通的桥梁，海伦的一生从此得以改变。

如果没有亦师亦友的沙莉文老师的帮助、关心和爱护，也许她不可能走到今天，也许她将永远生活在黑暗和寂寞里，人生最大的幸福就是遇见了受益终生的益友。

在沙利文老师的帮助下，海伦开始喜欢上大自然的一切，经过不懈努力的海伦凭着她那坚强的意志，考入美国的哈佛大学，拿到了一个又一个令人乍舌的学位，海伦的快乐与喜悦伴随着一点一滴的进步与日俱增。

在不屈奋斗的艰难岁月中，海伦从来没有放弃对光明的渴求。

海伦说：“假如给我三天光明，我将把它分成三份。”

第一天，第一个想要见的就是沙利文老师，长久地凝视并珍藏在心中，她也会把所有的朋友叫到一起，把他们的脸永远刻在心中。下午，她要去森林进行一次跋涉，拼命看尽灿烂迷人的自然美景。

第三天，在忙碌的社会中，她选择了一处处于绿草坪、树木、鲜花包围之中的整洁小巧的房屋，随处可见妇女儿童灵动的身影，随时可以听见他们快乐的歌声。她将用整天的时间来周游这座城市，站在繁华的街角，看那万花筒般的色彩，那穿梭在人群中少女的色彩去第五大道，到贫民窟去，到孩子们玩的公园去……她的目光绝不会轻易放弃任何一处细微的变化，她力求捕捉和掌握目光所及的每一件事物。有些景象令人愉快、使人沉醉，有些情景却使人感到愁闷和伤感。对于后者海伦说她不会闭上眼睛，因为它们毕竟也是生活的真实组成部分。

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，就有了有史以来的人类活动的脉搏，否则就不会懂得人类生活的音乐。”

通过这本书的阅读，我更加明白了成功离不开坚强的意志，充足的信心，我们也许离不开别人的帮助，但不能把所有的希望永久地寄托在他人身上。

## 假如给我三天光明感悟篇七

最近，我读了海伦·凯勒的自传《假如给我三天光明》，令我深有感触。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19个月的光明与声音，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。

书中介绍了作者因高烧夺去了视力和听力，这真是她天大的不幸，做什么事都非常困难。然而就在这时候莎莉文老师如天使般从天而降，改变了作者的命运，从此莎莉文老师就带着海伦拥抱大海，去山里野餐……这些给了海伦无垠的快乐，同时也从中学到了许多知识，1890年莎莉文老师和富勒小姐让海伦学讲话，经过长期的不懈努力，海伦学会了讲话，这让莎莉文老师和富勒小姐与此同时还学会了英、法、德等五国的语言。

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

如此井井有条，可我们的时间和机遇还很多，可以创造美好的生活。光明对我们来说不是奢望，声音也不是可遇而不可求。对我们来说，并不缺乏完善的身体组织，我们需要的是意志上的顽强，不向命运投降、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！为善为恶在一念之间，生命中的奇迹出现与否也是一念之差。所以我要感谢上天赐予我们眼睛，让我们看清这个世界；上天也赐予我们双手，是为了让我们拥抱未来，创造出生命的奇迹！“勇敢面对现实，而不要逃避”。这正是对海伦的真实写照。海伦凭着一颗坚强的心，最终在逆境中爬起来，真是身残志不残。所以我们一定要向海伦学习，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……我们从今天起一定抓紧每一分一秒，不要浪费时间，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。

## 假如给我三天光明感悟篇八

书，是人类进步的阶梯；书，是人类最好的朋友；书，是全世界的营养品。所以我爱读书，书总能给我带来无限的乐趣，并指引我向前、向前、努力、努力。

最近我又读了一本叫《假如给我三天光明》的书。书中的主人公就是著名的海伦·凯勒，她在四岁的时候就得了小儿麻痹症，在一次发病的过程中，发了高烧，造成了眼瞎和耳朵没有听力。但她并没有因为自己是一个残疾人而退缩，她坚强、勇敢、执著的奋斗，她拼搏顽强的努力，终于改变了自己的一生，创造了生命无限的价值。

长大后的海伦·凯勒坚持不懈，超出了正常人的十倍努力，成为了一名人人尊敬的著名作家。



她坚持不懈的精神，不知不觉得感染了我，影响了我，很长的一段时间，我们班上的大多数同学都忙碌在作业当中，在学习之中，我也不例外。就在我快要完成作业之时，一只巨大的拦路虎向我发起进攻，此时是退缩，还是前进；是克服困难，还是被困难所吓倒，海伦·凯勒的坚持，勇敢的精神，鼓励了我，让我树立了勇攀高峰的勇气和信心。

从那以后，我发奋读书，开始学会学习，学会共处，学会生活，学会做人，学会自立，学会坚强，学会……这一切都是凯勒的精神给我力量，给我知难而进，让我走向成功。

我还清楚地记得顾炎武说的：“读万卷书，行万里路。”的名言，所以我要养成天天看课外书的好习惯，我暗暗下定决心一定要读完万卷书。