

2023年假如给我三天光明阅读心得(优秀10篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

假如给我三天光明阅读心得篇一

她会回答：“我第一天想看看让她生命变的有价值的人；第二天想看光的变幻莫测和日出；第三天想探索和研究。以一个盲人的身份想象，如果自己能够有三天做的那些事——包括帮助过自己的人，以及去感受自然，品味艺术世界。”

海伦·凯勒在书中写了关于自己的生活，和着名人士交流和安妮·莎莉文小姐共度的时光。1887年3月3日，安妮·莎莉文来到了海伦·凯勒的家，当时她只有六岁零九个月。就这样，莎莉文老师就像良师益友地陪伴了海伦·凯勒50年。直到1936年10月9日，莎莉文老师长眠了。在这五十年里，海伦·凯勒这样一位又聋又瞎又哑的重度残疾人，在莎莉文老师的帮助下，她不仅学会了读书，写作和说话，并且以惊人的毅力完成了在哈佛大学拉德克利夫四年的学业。她在书最后面，写了她所想的三天，这三天写了海伦·凯勒希望的事和想法。

我读完这本书后，变得更坚强了。记得有一次，我跟着爸爸学溜冰。刚开始，爸爸就说：“你先把两脚分开成八字形，在慢慢一步一步地尝试着向前滑去。有我在，你不用怕摔跤。”听了爸爸的话，我迫不及待地开始溜了。可没走几步，我就摔了个四脚朝天，像沙滩上的乌龟一样寸步难行。我摸着摔得疼痛的小屁屁，完全不想学了，信心也没了。这时我的耳边传来爸爸的声音：“摔倒了就爬起来。”我又想起了海伦·凯勒的经历，信心又回来了，终于在我不断的摔跤和我不断的爬起，终于学会了溜冰。

我从海伦·凯勒身上学到了一个道理：“一个人，应有海伦·凯勒那样坚强，勇敢的精神品格，连一个残疾人都是那么对生活充满热情，我们作为一个健康的人，也不应该吝啬自己的热情，应该多帮助弱势群体！”我也一定要像海伦·凯勒一样，做一个坚强、勇敢、自立的人。

假如给我三天光明阅读心得篇二

《假如给我三天光明》的内容，时常使我心头温暖，不同于其它的名着，读起来使人黯然泪下。虽然当我们读到，她只拥有了十九个月的光明与声音，就猩红热夺去了视力、听力时为她感到同情，但是，当再看到她遇上了许多好心人时，不禁在心底为她祝福。这也足以告诉我们，这个世界是充满了爱的。

全书从海伦得病而失去听力、视力后，被沙利文老师逐渐从黑暗带到了光明，从无知走向了成熟开始，将海伦一生的经历展现给大家。

海伦那坚强、乐观的形象，在我眼前清晰显现。在她书中描写的一切，我觉得这对于一个残疾人几乎不可能。可她却证明给了我们看。也不难想象这背后有多么的艰辛，如：沙利文老师为了让小海伦了解水，只有把她带到水龙头旁，让她用那稚嫩的手去感受。在冰冻三尺的严冬里，这样反复的训练，怎能不让人心痛？也就是从小的锻练，使海伦拥有了一颗坚强的心，也让她收获了哈佛的通知书。

海伦的一生也证明了我们课本中的一个道理：海伦之所以成功，是因为她珍爱生命，肯定生命的价值，不因为生来的残缺而碌碌终生，反而成了她生活动力，让这有限的生命焕发光彩，并不断延伸这生命的价值。就如一位先哲所说：“生命中可能会括风下雨，但我们可以在心中拥有自己的一缕阳光”。

在本书中的结尾中，作者也向人们发出了她心中的渴望，不，应该是许多人的心愿。那就是——假如给我三天光明！残疾人渴望光明，那我们呢？我们拥有更多上天的照顾。但可悲的是，我们却没将生命发挥极致。这无疑是个极大的讽刺。所以把握今天，从今天开始，延伸我们生命的价值，即使头发渐白，我们的心也要依旧有活力，人活着，不应该只追求生命的长度，而更应追求生命的光彩！

假如给我三天光明阅读心得篇三

世界上最美的东西，看不见也摸不着，要用心灵去体会。海伦·凯勒向我们展示了人类精神之美。她把无声无影的世界变得丰富多彩，她的名字也成为了人们不屈不挠与命运斗争的精神象征。

在小海伦九个月时，一场大病无情地夺走了她的视力和听力，只有黑暗与寂静陪伴着她，她是那么彷徨与无助。但莎莉文老师的出现改变了这个盲聋女孩的命运。海伦在莎莉文老师的引导下，在亲人的关怀下，在朋友的鼓励下，一步一步地走向了成功。她为“成功”付出了许多。为了学习知识，她拼命地摸读盲文，把盲文摸到平滑，甚至连手指都磨破了皮，终于学会了读书，写字；为了能开口说话，她夜以继日地高声朗读，直到喉咙嘶哑，终于可以发出美丽的声音，与他人交谈；在知道母亲去世的噩耗后，她强忍悲痛，仍然坚持着上台演讲……我想，“一分耕耘，一分收获”就是对她行动的最好诠释！不仅如此，她还成功考上了无数人梦寐以求的哈佛大学。是啊，她顽强的意志和坚韧不拔的毅力，使她走出黑暗寂静的大门，到达一个缤纷的世界。

我只是一个小学生，我的人生才刚开始，这么看来，我所遇到的挫折微不足道。我记得在数学竞赛集训的时候，训练很辛苦，每天天还没亮就要起床，下午也需要训练。刚开始的两次淘汰考中，我凭借着自己的小聪明留在了训练班中。我

侥幸地想，课里的知识，我都已经掌握了，所以不需要持续地刻苦地练习。由于缺乏练习，在最后的选拔考试中，我落选了。那个时候，我认为上天跟我开了个玩笑，我心里十分不甘，委屈的泪水打湿了我的脸颊，但也只是傻傻地盼望着下次能成功。读了这本书后，我改变了想法，我应该有坚定的意志，不懈的努力，这样才能成功。将来，假如我遇到更大的难题，我坚信我会像海伦一样选择面对，选择坚强，选择抗争。

在海伦身上我学到了什么？——坚强、不屈、努力、奋斗！用微笑面对厄运，用坚强迎接失败，这难道不是人生最难得的财富吗？坚持，再坚持一会吧，它一定能让你的人生发光发亮！

假如给我三天光明阅读心得篇四

这是一本具有文学魅力的书，同时也是一本让人震撼的书。这本书是世界文学史上最激励人心的教育经典之一。作者海伦·凯勒是个盲、聋人，从小生活在无光、无声的黑暗世界里。她讲述了她从小到大的故事，讲述了她坚强面对困难，迎接生活的挑战，创造生命的奇迹的故事。

本书中字里行间流露着主人公对生活的热爱。虽然拥有三天光明只是一个不能实现的愿望，但她丰富、生动、真实而伟大的一生，却给全世界成千上万的残疾人和正常人带来感动和激励。

我非常喜欢这本书，主人公虽然身体残缺，但却依然乐观地度过每一天。她能发现普通人发现不了的生活中的美，她能获得普通人感受不到的感悟，她能做出普通人意想不到的奇迹。她用自信的力量让我们懂得了“真正的美”，用自信的力量让那些自卑的人、残疾的人走出困境，迎向光明！

我要学会海伦·凯勒虽然困难多多，前途渺茫，但依然要坚强不屈地去做斗争，去克服，昂然面对生活中的不如意，才能获得成功。并且在生活中也要乐观，要乐观地怀有坚定的信念，而不想自己不如意的那一面。

假如给我三天光明阅读心得篇五

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，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。

如果给海伦三天光明，在第一天的时候，她会把所有亲爱的朋友都叫到身边，长久凝视着他们的面庞，把她们内在的美的外部迹象深深的刻在心里，看一下那些人所读的书。在下午的时候，他去森林里进行一次远足，陶醉在自然的无穷的美丽之中。

第二天，海伦要看看将黑也变成白昼的动人奇迹。晚上，要在剧院里度过，不管剧情怎样，因为我渴望看到每一个优雅的动作，每一个逗人的举动，由于只有看一场戏的时间，所以只能看一看剧情，并在脑海里记录下来。

第三天，她要到花园里，到贫民窟去，到工厂去，到孩子们玩耍的乐园里去，享受阳光和快乐。

在珍贵的东西，你拥有时不久的怎样。在平凡的东西，你失去时会觉得可惜这本书让我懂得了要珍惜生命，懂得了自强不息。我们要学习她的这种精神，珍惜机会，在下学期的学习中我们要加油！

假如给我三天光明阅读心得篇六

寒假里，我读的第一本书是《假如给我三天光明》，作者是一位我们值得尊敬的人，她的名字叫海伦·凯勒。是海伦·凯勒让我第一次开始考虑如何认识生命，如何面对困难，如何正视自我。

海伦在她19个月大的时候生了一场大病，使她丧失了视力和听力，让她变成了一个又聋又哑的孩子，生活在一个孤独黑暗的世界里。但她没有向命运屈服，在莎莉文老师的指引下，不仅走出了黑暗和绝望的深渊，克服了种种困难，而且一次又一次的创造了奇迹。被美国《时代周刊》评选为20世纪十大英雄偶像，连美国著名的大作家马克·吐温都说：“19世纪出现了两位伟大的人物，一位是拿破仑，还有一位就是海

伦·凯勒。”

这本书的每个故事，都透露着海伦·凯勒对生活的热爱，也感受到她对生命的热爱。尤其在书的末尾，写出了她的最大愿望：假如给我三天光明——第一天，他要透过“灵魂之窗”，看到那些鼓励自己生活下去的善良、温纯与心怀感动的人们。第二天，她要在黎明起身，去看黑夜变成白昼的动人奇迹。第三天，她想要过一下正常人的生活，去体验他们的快乐、忧伤、感动与善良。

读到这里，我为海伦·凯勒的不幸感到非常难过，也为自己不珍惜美好时光而自责。相比海伦·凯勒，我要幸运很多，我有健康的身体，有良好的生活学习环境，有爱我的家人和老师，而我却没有像海伦·凯勒那样勤奋学习。

读了这本书，让我的目标更加明确了，我要向海伦·凯勒学习，保持积极的心态，乐观向上，不向困难屈服，珍惜一切，做一个坚强、自信、勇敢的人。

假如给我三天光明阅读心得篇七

为了丰富我的假期生活，我看了《假如给我三天光明》这本书，备受鼓舞。

一本好书是滋味甘醇的美酒，让人回味无穷；一本好书是沙漠中的绿洲，让人心旷神怡；一本好书是人生中的导航，让人终身受益！海伦·凯勒的《假如给我三天光明》深深的震撼了我！给了我无穷的力量！

著名作家马克·吐温说：“19世纪出现了两个了不起的人物，一个是拿破仑，一个是海伦·凯勒。”海伦在19个月的时候，因病失去了视力和听力，忍受了常人无法想象的痛苦，失去了光明，从此生活在黑暗无声的世界中，这对于一个小孩子

来说，是多么残忍！但她并没有失去希望，没有抱怨上天的不公平，相反，她更加积极乐观，更加努力向上，更加热爱生命！

一份耕耘一份收获，每个人都希望获得成功，但是，海伦的成功比其他人来的更加不易，老师安妮莎莉文是小海伦黑暗世界的一盏明灯，耐心地教会海伦读书认字，为她插上了飞翔的翅膀，海伦·凯勒凭借她自强不息的精神，坚定的信念，惊人的毅力，以优越的成绩考上了著名的哈弗大学，还掌握了英、法、德、拉丁和希腊五种文字。成为人类历史上第一个获得文学学士的盲人！

她说“我的身体虽然不自由，但是我的心是自由的，就让我我的心超越，我的躯体走向人群追求美好的人生吧！”海伦的确是身体上的弱者，但她更是生活中的强者！她确实是在黑暗中生活了一辈子，但她却是数盲人的指路明灯！她的世界的确悄然无声，但她却用一生演奏了一首让无数人为之所动的希望之歌！

海伦·凯勒用心去热爱生活去感悟世界，她前进道路中，生长了多少荆棘？她人生的路途，又是多么曲折？她生长的过程中，忍受了多少痛苦？她创造了一个多么伟大的奇迹啊，还受到全世界人民的认可和称赞，但是她——海伦·凯勒当之无愧！

假如给我三天光明阅读心得篇八

书是攀登科学高峰的梯子，书是一盏神奇的路灯，帮我们照亮前进的道路。我看过很多书，其中我最喜欢的就要数《假如给我三天光明》了。

《假如给我三天光明》的原著作者是海伦·凯勒。这本书写的是一个真实、感人肺腑的故事。读完后，我受益匪浅。

这本书记述了美国教育家海伦·凯勒的一生。一岁半时，海伦因病丧失了视觉和听力，五彩缤纷、鸟语花香的世界对她来说是一片黑暗和死寂。然而海伦并没有向命运屈服。在老师的帮助下，她掌握了五种文字。二十四岁时，她以优异的成绩毕业于哈佛大学拉德克拉女子学校。此后，她把毕生的精力投入为世界盲人、聋人谋利益的事业中，曾多次受到人民政府、高校院的嘉奖。

一个聋盲人能取得这么大的成就，是何等令人惊讶！如果海伦屈服于不幸的命运，那么她将成为一个可怜又无知的寄生者。然而她并没有向命运低头，她以顽强的精神面对病魔，表现出的勇敢和坚强。是她对光明的渴望和追求，使她走完了人生的道路，并为人类做出了杰出的贡献，成为一个令人尊敬的人。

海伦的一生是不平凡的，她给予人们极大的鼓舞，使那些虚度光阴的人万分悔恨。我读了这本书后，常常在心里问自己：海伦不屈不挠的一生，给予那些身有残疾的人以生活的力量和勇气，难道对于我们这些身体健康的人就没有启发了吗？不，不是的。

海伦曾经问过这样的问题：如果你的眼睛明天将要失明，那么，你今天要看些什么？这使我深深反思：我们这些健康的人，不能迟疑，不能虚度年华，应该珍惜当下的幸福时光。

假如给我三天光明阅读心得篇九

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。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。

假如给我三天光明阅读心得篇十

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。