

# 2023年假如给我三天光明读后感心得体会 假如给我三天光明读后感精彩(实用7篇)

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

## 假如给我三天光明读后感心得体会篇一

读了海伦·凯勒的自传《假如给我三天光明》。读完后，我的心如同波涛汹涌的大海，久久不能平静。马克吐温说十九世纪最伟大的人一个是拿破仑，而另一个就是是海伦凯勒。因为她烦躁的心被梳理，我重新学会感谢生活。

海伦凯勒，19世纪一个独特的生命体以勇敢的方式震撼世界。可以说生理上她是个弱女子，但在精神上，她绝对是个巨人。“聋，哑，盲”的生理缺陷注定她要付出比常人多几百倍的汗水去面对生活，可以说生活对她是不公平的，但是她没有憎恨生活，而是用颗真挚的心去感谢生活。自传《假如给我三天光明》正是她坎坷人生的写照。

她的生活虽然坎坷，但她还是坚持下来了。有过伤心，有过愤怒，有过气馁。但她的生命还是只能用坚强，努力，倔强来简短的陈述。然而，正是这么一个幽闭在盲聋哑世界里的人，竟然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19世纪美国十大英雄偶像。创造这一奇迹，全靠一颗不屈不挠的心。海伦接受了生命的挑战，用爱心去拥抱光明，最后又把慈爱的双手伸向全世界。“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，太阳唤醒了沉睡的大地。这一天，我将向世界，向过去和现在的世界匆忙瞥一眼，看看人类那进步的奇观，那变化无穷的万古千年。第三天：再一次迎接黎明，急于寻找新的喜悦，因为我相信，对于那些真正看得见的人，每天的黎明一定是一个永远重复的新的美景。我将没有时间花费在遗憾和热望中，因为有太多的东西要去看。我将在当前的日常生活中度过，到为生活而奔忙的人们经常去的地方去体验他们的快乐、忧伤、感动与善良。

生活自己主宰，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和把握好自己的生活。像海伦凯勒那样，勇敢、坚强、乐观地去面对各种困难！

## 假如给我三天光明读后感心得体会篇二

如果人生是一道美味可口的菜肴，那么，一本好书就是这道菜肴中必不可少的调味料。从小到大，我读过很多很多的书，这些书深深地印在了我的脑海中。其中，《假如给我三天光明》这本书给我的印象最深。

记得在我六岁的时候，妈妈送给我一本书海伦·凯勒写的书——《假如给我三天光明》。那是我第一次知道海伦·凯勒的故事。可是那时的我太小，虽然把书浑沦吞枣似的看完了，但是迷迷糊糊的，什么也不懂，也没感觉到怎么好看。后来，随着所学知识的增多，这本书又被我陆陆续续地看了两遍。结果一遍比一遍的感触深，读懂的道理也越来越多。由于理解能力的增强，我知道了海伦·凯勒小时候坏脾气的形成，知道了到海伦·凯勒的启蒙老师——莎莉文对海伦·凯勒的影响，知道了社会各界人士对海伦·凯勒的帮助！从而更加体会到海伦·凯勒的坚强意志，以及她乐观向上的

生活态度。我被海伦·凯勒身残志不残的精神深深的感动了！

一本好书就如同一轮太阳，照亮了前方充满荆棘的路。《假如给我三天光明》就是这样的一本好书，照亮了我前进的道路，给了我学习的目标。现在，我一定要好好学习，以后也要像海伦·凯勒一样，考上全球闻名的哈弗大学！成为一个对社会有用的人！

真希望一生有书作伴，好书伴我成长！

### 假如给我三天光明读后感心得体会篇三

今年暑假奶奶给我买了一本《假如给我三天光明》，回到家我便如饥似渴的捧起书看了起来。故事的主人公是海伦凯勒。海伦凯勒是一位美国上尉的小女儿，家里很富裕，可海伦凯勒在两岁的时候生了一场大病，使得小海伦又盲又哑，父母因此很宠爱她，使得她的脾气很暴躁。直到安妮老师来后，安妮老师把海伦的坏习惯纠正了过来，还教她知识，打开了她心灵的枷锁。

光阴似箭，十五年很快就过去了，海伦的父母打算把海伦送到聋哑学校，可海伦执意要去女子哈佛大学，经过不懈努力，海伦考上了女子哈佛大学并完成了学业。

又盲又哑的人怎么能和健全人比呢？而且还上了女子哈佛大学，说出去人们都不信，可我从这本书里看到了海伦凯勒的努力与不放弃，让她考上了心爱的学校，我们要学习海伦凯勒好这种不放弃的高尚品质。

### 假如给我三天光明读后感心得体会篇四

《假如给我三天光明》这本书是赫赫有名的女作家海伦·凯勒写的。它讲了一个可爱的小女孩降临到这个世界上，十九个月时，她因为一场大病使她成为一个又聋又盲的残疾人，

因为聋，所以没能学会说话。可是萨莉文老师让一个高兴时作傻笑，不满意时尖叫的疯女孩走向正常人的道路。让她成功读完大学，虽跟不上别人的拍子，但坚持不懈，让海伦成为一位佼佼者。

我读完这本书有了深深的感触：海伦为我们二十一世纪的少年树立了好榜样，她听不见老师的讲课，看不见书本上的文字，说不出自己的感受，还在这种恶劣的环境下不停地学习。她在萨莉文老师的陪学下，读完了大学，这也让萨莉文老师读了一次大学。我下决心一定要向海伦学习。

学习，一定要向她学习。

## 假如给我三天光明读后感心得体会篇五

这两天，我读了《假如给我三天光明》这篇课文，感触很深。这本书主要讲述了海伦，凯勒在一岁半的时候。一场重病夺去了她的视力和听力，接着，她又丧失了语言表达能力。在安妮，莎莉文及其他老师的帮助关心下，他在1898年考入了哈佛大学附属剑桥女子学校，9年秋，她又考入了哈佛大学的拉德克里夫学院。

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的脉搏，否则就不懂人类生命的音乐！”我想：现实环境固然可怕，但海伦凯勒保持希望，不断奋斗，最终成为了一名社会改革家。

我从今以后要抓紧一分一秒，努力学习更多知识，长大才能有所作为。

## 假如给我三天光明读后感心得体会篇六

今天，我找书时无意间看到了一本书，书名叫《假如给我三

《天光明》是美国作家海伦·凯勒写的。我曾经在一本书里看到马克吐温的评价：“19世纪出了两个杰出人物，一个是破仑另一个是海伦·凯勒。”于是我打算把它拿下来看看。

海·伦·凯勒一生中只在19个月的时光里拥有光明与声音，剩下的87年是在黑暗和寂静中度过的。她是一位又聋又盲的伟大女作家，也是一位身处黑暗却给人以光明和温暖的坚强斗士。《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，字里行间洋溢着海伦·凯勒对生命的热爱。她渴望拥有光明，哪怕只有三天也好。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的时间，珍惜生命啊！

海伦·凯勒虽然是盲人，但是他心里的眼睛却比任何健全的人都明亮。他在这本书用优美的语言把景物描写的非常细腻生动，一位盲人既然够写出如此生动的场景，令我惊讶不已，许多场景在他的描绘下都让人如同身临其境，几乎与正常人看到的没有什么区别，让我觉得他根本不是一位盲人。海伦·凯勒希望能够拥有光明，可是一些拥有光明四肢健全的人又在干什么呢？消磨时间游手好闲，一点都没有认识到时间的宝贵性，时间是一去不复返的，要是能让，他们也是去一天，让他们认识到时间的宝贵该多好啊！

海伦·凯勒这位女生有这么多痛苦，却依然奋发向上，相比之下，我们是多么幸福，拥有健康的身体，享受着便利的生活条件……既然我们拥有美好的一切，那么从现在开始，让我们珍惜每一分每一秒，好好学习，以优异的成绩，回报父母，回报祖国。

## 假如给我三天光明读后感心得体会篇七

古人云：“男儿当自强。”几千年来，中华民族自强不息的精神代代相传。从武将岳飞为国自强舍命求天下之平安到现今文人史铁生双腿残废却带着痛苦努力探寻出路。以前，我

对自强这一个抽象名词的理解仅仅停留在比较浅层次的部分，自从，我读了一本书之后，受益匪浅，更在经历了一些波折之后，才逐渐明白了自强对于我和现在的社会生活来说是至关重要的。

偶然间，我有幸读到一本用钢铁般意志铸成的成长之书。

书的主人公是一位残疾人，她失去光明，却没有失去希望。

前半部分书里描述了主人公成为了残疾人后被痛苦和无助笼罩的悲惨生活。但是，阳光悄悄来临，主人公在遇到她生命中一位十分重要的人物——她的老师之后，开始在老师的引导下，慢慢坚强起来，开始拾回女孩子的那一份对于生命，自然的热爱。随着主人公年龄的增长，到了上学求知的年纪，于是，主人公克服来自方方面面的困难坚持求学。终于，多年的泪水与艰辛得到了证明，主人公破茧成蝶，多年以来的汗水与苦难让她不忘帮助像曾经的她一样需要帮助的人。整本书语言朴实中透露着真情，这种情感是有温度的，是带着气息的，仿佛就从一页一页的书中传递出来一般，不加雕饰，浸入人的心脾，感染人的灵魂。

最忘不了书中的一句话：“把你活着的每一天当做你的最后一天”是啊，只有珍惜当下，才能珍惜未来，才能善待自己，善待一切带有生命的事物。只有这样，你才能告诉自己要活得精彩，这样，你才能在熊熊的烈火中重生，告诉自己存在的价值和生命的意义。当第二天阳光轻轻抚摸你的脸庞时，你就会发自内心的感谢一切来自生命的给予。当你在遭遇挫折和失败，站在人生的谷底时，你就会告诉自己：“这是最后的痛苦，明日就是光明”，你就能像书中的主人公一样，真正的强大起来，而且这种强大不是表面的装饰，是由内而外的全副武装的强大。

在这本充满艰辛与希望的书中还写道：“他们费尽心思，冥思苦想，让我的缺陷变成了美好的标志，让我在无力改变的

“阴影里平静而愉快地走着自己的人生之路”其实只要有了奋发向上的自强，我们就可以对我们的人生运筹帷幄，就可以：“泰然处之”，安之若素地面对种种意外。“他们”的费尽心思远远不够自己的“冥思苦想”重要。想明白了如何面对未来，即使是在黑暗之中，也能找到方向，即使是在暴风雨中，也能站稳脚跟。所以，如果把自强比作灯，那么我们就应该努力成为拥有亮光的行者。试想，如果不是主人公自己意志坚强，不是自己有着对光明的向往，那么旁人再多的劝说也只是过眼云烟罢了。

其实我们每个人都能成为自强的代言人。

犹记得在升学军训的时候，我们的教官特别严格，在几乎40摄氏度的酷暑之下，让我们一动不动地站军姿。这期间，有些同学体质娇弱，中暑昏倒，有些同学汗流浹背，难耐高温。可是没有一个人主动退出，即使摔倒，我们也能坚强地爬起，为什么？是因为我们自强的心永远都在搏动。不需要搀扶，不需要特殊照顾。为什么？是因为我们是华夏子女，我们的心中装的是“天行健，君子以自强不息”，我们的骨子里，存着社会主义接班人的奋发向上，吃苦耐劳。

前几天看到一篇报道：山里的孩子。配图上一个个七八岁的孩子，背着比自己还大的箩筐在田地里行走，怀里还要抱着自己的弟妹。如此艰苦的环境，如此重大的担子，他们却要逆来顺受。从他们的眼中展现出来的没有埋怨，没有愤恨，从那一双双明眸中透露出来的是自强的光辉。我相信凡有情感的人，都会情不自禁地为他们竖起大拇指。

就是这本书——《假如给我三天光明》，就是这位奇女子——海伦·凯勒，就是这种精神——自强不息，让我的心深深颤动。

从大西洋到太平洋，从西方到东方，从美洲到世界各地，这本书，带来了人类的智慧与真性情，在世界各地播撒了自强之美，告诉一个个在黑暗中踌躇的人们：“当自强”！