

# 最新假如给我三天光明读书体会(通用12篇)

请示不仅可以解决问题，还可以帮助我们从上级领导那里获得更多的指导和学习机会。在请示的过程中，我们应该虚心听取他人的意见和建议，不要轻易否定或忽视。接下来，让我们一起来看看以下请示范例，希望能给大家提供一些启发。

## 假如给我三天光明读书体会篇一

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家好！

我演讲的题目是《论好书》。读一本好书，就是与一个伟大的心灵对话。《假如给我三天光明》，这本书在出版之后震撼了全世界，因为这本书的作者是一位在黑暗世界度过一生的残疾人，她就是海伦·凯勒。她那自强不息的精神，惊人的毅力深深地打动了我。

来，让我们进入她的心灵世界。体会这个不被神眷顾的小女孩她那不屈不挠的心：

海伦凯勒的身体虽然是不自由的，但她的心却永远是自由的。

我读完这本书后受益匪浅，一个盲聋哑的残疾女孩都可以如此努力地去学习，那我们这些正常人又为何不能去努力的学习呢！

我的演讲完毕，谢谢大家！我读完这本书后受益匪浅，一个盲聋哑的残疾女孩都可以如此努力地去学习，那我们这些正常人又为用爱心拥抱世界，以惊人的毅力面对困境，终于在黑暗中找到了人生的光明。海伦·凯何不能去努力的学习呢！

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 假如给我三天光明读书体会篇二

- (1) 品析本文丰富细腻的心理描写。
- (2) 结合文章内容，训练学生联想、想象能力。
- (3) 作者的精神，丰富个人对生活的认识。

### 第一课时

教学要点：

- (1) 朗读课文，初步体会海伦·凯勒的精神世界。
- (2) 品析文章的心理描写。

#### 一、导入：

- (1) 朗读《我生活的故事》中的认识“水”的片断。
- (2) 从正常人的角度体会残疾人的感受而谈。

#### 二、默读课文

默读要求：

- (2) 海伦·凯勒精神力量的源泉是什么？

#### 三、浅析课文：

- (1) 深入体会作者的叙写，跟随其进入五彩绚丽的精神世界。  
(引导学生捕捉文章的思想内涵)

(2) 海伦·凯勒的精神力量的源泉：珍爱生命，战胜困苦、善待生命……

四、作业：

(1) 找出一句话，其内容触动了你，说说何以触动了人你？

第二课时

教学要点：

(1) 自学展开联想、想象，提高自己的思维能力。

(2) 阅读思路规范训练，引导学生说话要有序。（表达训练）

一、导入：上一节课我要求大家找出课文中对你触动最大的一句话，并谈谈自己的感受。现在，就请大家来谈一谈。

二、交流：

(1) 教师示范：

第85页第一段第1、2句话触动了我。

我整日与家中的小东西们相伴在一起，却从未仔细看看它们，海伦却从感谢它们把一所房屋“改变成家”的角度来仔细观察它们。我也应该看看它们，感谢它们带给我的温暖，安全和情感。我们要善待生活中的每一件事物。

(2) 学生交流（教师依学生情况而随时调整）

(3) 小结：

结合学生交流内容，总结板书，请学生再体会本文作者珍爱生命、战胜困苦，善待生命的种种精神。

### 三、联想、想象训练：

(1) 要求：

(2) 学生展开联想、想象，扩展思维，畅谈自己的愿望。

(3) 小结：

结合学生内容小结。引导学生无论何种愿望都要向海伦一样，保持一颗不失信心与努力的沸腾的心。

四、作业：在作业本上，依要求写出你与同学交流的内容。

## 假如给我三天光明读书体会篇三

这本书主要讲了一个叫海伦·亚当斯的女孩，在一岁半时双目失明、耳朵也聋了。后来家里为她找来了以为家庭教师，名叫安妮。安妮的经历几乎和海伦是一样的。安妮小姐教会海伦学单词，起初，海伦还很暴躁，后来，她慢慢地接受了安妮小姐。她们一起读书、写字。直到海伦长大，到了上大学的阶段，她便和安妮小姐和母亲一起去安柏斯大学上学。后来，安妮小姐结婚后不久就突然病逝了。海伦倍感伤心。往后，她都死气沉沉的。一天，她突然想到：假如给我三天光明该多好呀。我会珍惜这三天时间，去做我想做的一切事。

我们还没有双目失明或耳聋，我们要知足。合上这本书。我长长地吐了一口气。就像是和海伦·凯勒一起经历了一场人生的旅程，我的心里满是复杂的滋味。

她曾经被厄运所征服。也多次因为无助而大吵大闹，直到她遇见了她的心灵启蒙者——莎莉文老师，他才有所感悟，有所成长。

成长路上，有爱相伴。在成长的过程中，海伦和莎莉文老师都给予对方真诚无限的爱。正是这种爱，让海伦清楚地看到自己的未来，让她在困境中学会学习，学会成长。正是这种爱，让莎莉文老师用她所有的精力去帮助海伦，陪伴她走完整个学习生涯。

成长路上，欢乐无限。自从莎莉文老师出现在海伦的生命中后，海伦就变得乐观起来，她开始懂得，无理取闹这种方法，不会改变她的现状。所以，她开始变得乐观，开始用乐观的心态去面对世界，面对世界上的一切，因为她相信，只有自己努力，才会获得成功。

成长路上，坚持不懈。我很佩服海伦的这种精神，为了实现她的大学梦，不惜一切代价的去努力，去拼搏，当然，她完成了她的梦想。谁都没有想到，一个又聋又哑又忙的女孩，竟让全世界为之震惊！因为她没有想过放弃。这个被封闭在黑暗世界的女孩，面对一次次的困难，她选择了坚持。最后，她终于胜利了！

## 假如给我三天光明读书体会篇四

这是我读了海伦凯勒的自传《假如给我三天光明》后产生的感受。

读了《假如给我三天光明》后，我思绪万千，于是便写下了这篇读后感。这本书里第五章内有这么的一段，主要说了要是海伦凯勒得到了仅仅的三天光明后她会去自己的爸妈，与她的家庭教师——安妮沙利文老师。

同时在这一天内，她还会去观察平时最关心她的那些人，希望以后能够报答他们。第二天，她会去报答在第一天中见到的那些平是关心她的人。从这短短的几章内我学到了，做人要在别人帮助后要学会报答别人。我看到那时觉得盲人会报答别人，我们正常的人更要会报答别人了，不然你就显得连盲

人都不如。如果这样，那就一点面子都没了。

## 假如给我三天光明读书体会篇五

每当读完一本书，我都会会有新的收获与体会；每当读完一本书，我总是思绪万千；每当读完一本书，我的心灵总会接受一次新的洗礼。总而言之，书，是我日常生活中缺一不可的而精神粮食。正如朱熹所说“一日无书，百事荒芜。”

她，是十九世纪最了不起的人物之一，她，一生度过了88个春秋，却有87个春秋是生活在无声、无语、无光的世界里；她是曾经多么惶恐，多么无助，多么绝望，但最终走出阴影，凭着坚强的意识，成为全球盲聋哑人中第一个大学毕业生：她创办慈是善机构，呼吁保护妇女权益，一生坚持写作，用行动谱写出精神的生命乐章，她的经历是一个奇迹！——她，就是海伦·凯勒！

海伦·凯勒用自己坚强乐观、积极进取的生活态度，向世人揭示了一个道理：一个人最可贵的是乐观向上、永不言败的精神，有了这种精神，就能在黑暗中看到光明，在坎坷中不断前行，在逆境中获得新生。她用自己所能感受到的，所能想象到的情景，表达自己对求知的欲望和对人类的真挚热爱。她以自己的亲身感受告诫他人；健康的心态是人类成功的最基本条件，具有健康心理的人，纵然是身体残疾也不会抱怨命运的安排，不接受和不渴望他人的怜悯，他们会凭着自我坚强的毅力到达理想的彼岸。

读完这本书，我感悟及其深刻。回过头来，想想自己。海伦·凯勒是听不见，看不见，说不出的人，而我是一个健全的人。但拿我与海伦·凯勒比，我万分惭愧，无地自容。她有着坚强的毅力，而我却没有。甚至有时候一道难题都会使我想到放弃，而海伦·凯勒的生命中却没有“放弃”这两个字。从今以后，我决定，我也要向海伦·凯勒学习，并把“放弃”

这一系列的词语从我的“字典”中永远删除。

我相信，只要努力，每个人都可以奏出人生最美妙的乐章！

## 假如给我三天光明读书体会篇六

她的一生可以说是个悲剧，她没有被打倒，而是勇敢的面对。在她病后，她与别人的交流一直是用手语，而她发现亲人们交流都是用嘴巴的，一天，抚摸正在谈话的亲人的嘴唇时，她发现自己无法了解其中的意思，这让她很难过。

1887年3月3日，是她人生中最重要的一天——安妮·沙利文小姐到了她家。有一天，沙利文小姐带她出去转，找到了一处不错的地方，她们想在这里野餐，沙利文小姐回家拿食物，她便爬上了旁边的树，这时起风了，风越来越大伴着沙子打在她脸上，这件事以后，她知道大自然也不是那么温柔。她第一次写作文章《秋之霜》，寄给阿纳格诺斯先生，这时，有人发现《秋之霜》与一名叫《秋霜之神》文章很相似，这让她很伤心，也牵连了沙利文小姐。阿纳格诺斯先生的信任让她好受些。可有一天一个老师再次问她这件事，这位老师告诉了阿纳格诺斯先生，阿纳格诺斯先生认为她是骗人的小孩，不再与她交流、来往。她后来阅读了这篇文章，发现只是换了一种表达方式，之后很长一段时间她都不敢再写作，要不是沙利文小姐的鼓励她以后都不会再写作了，但后来她写成了《假如给我三天光明》这本书。在之后她一共有14本书问世，她又获得了哈佛大学的荣誉学位，成为历史上第一个获此殊荣的女性。

也许，这种事降临在别人身上他可能会崩溃，而海伦·凯勒没有。这告诉我们，无论怎样的困难都要乐观的面对，想办法解决。在我们身边就有这么一位，在20xx年的《开学第一课》中的盲人小朋友刘浩，他是盲人也会弹钢琴弹，比有些能看见的人弹的还好，为什么？因为他知道自己要比别人更

努力才能学好，而能看见的人不努力。所以，不管你健不健全做任何事都要尽全力。《假如给我三天光明》的作者是位又盲又聋的女作家，名叫海伦·凯勒。她的残疾并不是天生的，而是一场重发烧夺走了她的光明和听力。她看不见高山绿水；看不见蓝天白云；更看不见父母那慈祥的面孔，她的眼前只是一片漆黑。她听不到大自然的声音；听不到小鸟的歌唱；更听不到家人亲切的交谈，她的耳边永远都是死一般的寂静。作为一个人，又盲又聋，生活该是多么的艰难呀！

海伦的这一生离不开一个人——安妮·莎利文，是这位启蒙老师教海伦认字母、认单词。要知道，此时的海伦还是个哑巴，因为她耳聋，听不到声音，所以不能学说话。莎利文老师采用往小海伦的手上写，第一次、第二次、第三次——无数次后，海伦才记住"doll"(洋娃娃)这个单词，后来又教“针”“杯子”“坐”“站”等词。能让海伦学会可真不容易，莎利文老师得下多大的功夫呀！

富勒小姐是第一位教海伦发声、说话的人，她上了十一堂课。海伦终于会流畅的说出了第一句话——“天气很温暖”。同时，海伦也认识了一些朋友，还有一条叫费兹的狗，她们时常陪着海伦开心、解闷。

我曾经试过，妈妈骑电动车接我回家，我闭上眼睛，心想，一定能坚持到家不睁眼，可是，汽车一会儿“滴”一声，我按捺不住，睁开了双眼，堵车了。这时我想起我下的决心，可还是忍不住。还有一次我耳鸣了，就是耳朵“嗡嗡”直响，在家里坐卧不安，作业也写不成，睡觉也睡不着，简直都要疯了，过了好久才冷静下来。海伦岂止是暂时闭眼和耳鸣呀，是视力、听力永久性的损坏。她并没有绝望，而是坚持了下去，最后她成为了远近闻名的作家。

是呀，谁也不想失去光明，那么就让我们珍爱生命，珍惜造物主给予我们的一切吧！闲暇时，我喜欢读书，常常被书中精彩的情节所吸引，为《列那狐的故事》中机灵的列那



而喝彩，为《逝者如渡渡》中已灭绝的动物而嗟叹不已……但要数《假如给我三天光明》这本书令我最受感动。

这本书主要讲了：海伦凯勒是一位盲聋之人，但她克服了语言障碍，学会了说话；她用11年的时间完成了大学之前的学业，顺利考入了哈佛大学；她克服自己生活上的困难，为残疾人的前途和幸福四处奔波。

当世界变得无光、无声又无助时，海伦一次又一次克服了软弱，选择了坚强。面对生活的困境，她以超出常人的坚强毅力，用生命的全部力量创造了奇迹！她还说：“既然没有通往黄金彼岸的捷径，那我就心甘情愿的走迂回曲折的小路吧。尽管路上我曾跌倒好多次，有时刚爬起又会被隐蔽的障碍所绊倒，但我还是会振作精神继续向上攀登的。”她的这种不屈不挠、坚持不懈的精神值得我学习。

读完了这本书，我深深的感到自己的不足：遇到一点困难就退缩，从不想着去克服困难，害怕大家的嘲笑和讥讽。

我决定以后要勇敢地面对学习和生活中的一切困难和挫折，珍惜现在的幸福生活，尽自己微薄的力量去帮助那些需要帮助的人。每个人都有不完美之处，但这不完美往往决定了我们的一生，但不管是什么样的人，自己的命运始终掌握在我们自己手中。是向前进，勇敢的面对前方的危险；还是向后退，不让自己受到一丁点伤害，都由自己来决定。

有一个孩子叫海伦·凯勒，自幼就失去了听觉和视觉，还好，有一位莎莉文老师来教她。

渐渐地，海伦已不像一个失去了听觉、视觉的孩子了，她像普通的孩子一样，可以正常的学习，生活了。

在莎莉文老师的帮助下，海伦开始学习说话。在海伦发病后依然记得的，那就是“水”她经常发成“wa.....wa”的声音，

慢慢地连这个字的意思也快忘了，直到莎莉文老师开始教导海伦，她学会了用手拼写后，也就不再发错这个音了。

海伦嗜书如命，她最喜欢读《方德诺小伯爵》，她把它读了一遍又一遍，哪怕是只有短短一分钟，她也会拿出书，如饥似渴的吞噬着。

海伦在不断的克服困难，不断地超越自我。因为有了老师和同学们的关爱，海伦的生活充满了阳光。

在海伦大二时《淑女书报》的主编突然来访：“是否可在杂志上登你的传记？”就是这一句普通的问话，改变了海伦，开启了她的新生活。

海伦说过：假如给我三天光明，第一天，我会看人，看他们的善良、真诚；第二天，我要看景，看那太阳、星星；第三天，我要迎着光明起床，披着黑暗睡去，开启我的坚强人生。

《假如给我三天光明》是美国20世纪著名盲聋女作家教育家海伦·凯勒的散文代表作。其具有丰盈的情感蕴涵，深厚的思想和独特的艺术魅力。文章中，作者如诗如画的想象描绘不仅让我们感受到她对“光明”和“知识”的向往，也让我们经受了自我参照后的心灵的巨大冲击。海伦·凯勒以自己的切身体会告诉别人：对于人类的成功来说，健康、开心、和积极向上的心态是必不可少的。面对人生中的一切困难，要有客观，冷静的意志力和与命运抗争的勇气。

这本书主要讲了一个叫海伦·亚当斯的女孩，在一岁半时双目失明、耳朵也聋了。后来家里为她找来了以为家庭教师，名叫安妮。安妮的经历几乎和海伦是一样的。安妮小姐教会海伦学单词，起初，海伦还很暴躁，后来，她慢慢地接受了安妮小姐。她们一起读书、写字。直到海伦长大，到了上大学的阶段，她便和安妮小姐和母亲一起去安柏斯大学上学。后来，安妮小姐结婚后不久就突然病逝了。海伦倍感伤心。往后，她都死气沉沉的。一天，她突然想到：假如给我三天光

明该多好呀。我会珍惜这三天时间，去做我想做的一切事。

我们还没有双目失明或耳聋，我们要知足。合上这本书。我长长地吐了一口气。就像是和海伦·凯勒一起经历了一场人生的旅程，我的心里满是复杂的滋味。

她曾经被厄运所征服。也多次因为无助而大吵大闹，直到她遇见了她的心灵启蒙者——莎莉文老师，他才有所感悟，有所成长。

成长路上，有爱相伴。在成长的过程中，海伦和莎莉文老师都给予了对对方真诚无限的爱。正是这种爱，让海伦清楚地看到自己的未来，让她在困境中学会学习，学会成长。正是这种爱，让莎莉文老师用她所有的精力去帮助海伦，陪伴她走完整个学习生涯。

成长路上，欢乐无限。自从莎莉文老师出现在海伦的生命中后，海伦就变得乐观起来，她开始懂得，无理取闹这种方法，不会改变她的现状。所以，她开始变得乐观，开始用乐观的心态去面对世界，面对世界上的一切，因为她相信，只有自己努力，才会获得成功。

成长路上，坚持不懈。我很佩服海伦的这种精神，为了实现她的大学梦，不惜一切代价的去努力，去拼搏，当然，她完成了她的梦想。谁都没有想到，一个又聋又哑又忙的女孩，竟让全世界为之震惊！因为她没有想过放弃。这个被封闭在黑暗世界的女孩，面对一次次的困难，她选择了坚持。最后，她终于胜利了！

看完了海伦的事迹，我想对同学们说：“如果你是一个健全的孩子，就请好好珍惜你现在的一切，你拥有的一切，你的家庭，你的快乐和幸福吧。”在假期这段时间，我读了《假如给我三天光明》这本书。读完这本书后，使我的心灵受到了很大的震撼！

这本书的主人公海伦·凯勒是一个传奇人物。原来，她是一个平凡的残疾人，但在她的不懈努力下，最终成为了美国最著名的慈善家、作家、和演说家。

在病魔夺去海伦·凯勒的光明、声音和听觉之前，海伦·凯勒出生在一个幸福的家庭，但偏偏上帝却让她在19个月大的时候拥有了盲、聋、哑三种生理缺陷但经过她的不懈努力，终于克服了语言障碍，学会了说话和读书，并且掌握了英、法、德、拉丁、希腊五种文学；还仅仅用了十一年的时间完成了大学前的学业，顺利考入了令许多人都望尘莫及的哈佛大学；她克服自己生活上的困难，为残疾人的前途和幸福四处奔波。最令我敬佩的是她在奔波和忙碌之中还创作了14本书。

在对于我这个健全的孩子，我应该像海伦·凯勒一样努力学习、珍惜每一天。人生有许多坎坷，就像那崎岖的山路，高低不平。而我们就是要不断跨越障碍，哪里摔倒，在哪里爬起来！

我怀着对海伦·凯勒的敬仰之心读了《假如给我三天光明》这本名著。

海伦·凯勒从小就遭遇着各种不幸遇困难。她一生下来就得了一场重病，之后就变得眼盲耳聋，性格也变得顽劣、固执，直到安妮·莎莉文的到来，才改变了海伦·凯勒的一生。之后在莎莉文的指引下，她竟然完成了我们难以想像的任务——说话。

之后，海伦不仅掌握了英语，还在德文、法文、拉丁文等方面有着突出的成就。

海伦·凯勒一生遭遇了很多困难和障碍，但她并没有向命运低头，也没有在不幸中沉沦。正是这种坚持不懈、永不言败的精神才造就了历史的奇人——海伦·凯勒。直到现在，她

依然是我们学习的榜样。

一个不惧怕而又勇于面对困难的人，一定能实现自己的梦想，完成自己的抱负！寒假里，我阅读了一本书让我为之感动，它就是《假如给我三天光明》。

这本书的主人公是一位教育家，她的名字叫海伦·凯勒。书中主要讲述了当海伦在19个月大的时候，被病魔夺去了他的视力和听力。从此，他便在一个黑暗和无声的世界度过。但是，海伦并没有自暴自弃，在莎莉文老师的教育和帮助下，在自己坚持不懈的练习中，她突破了重重困难，学会了读书和说话。不仅能够与人沟通，还学会了骑马、下棋、滑雪等本领，并且通过自己的努力，以优异的成绩考上了著名的哈佛大学。后来，她也为慈善事业做出了巨大的贡献。

当我读到书中描写的海伦不能说话时，我为她感到伤心；当我读到海伦考上了好大学时，我为她自豪。海伦·凯勒是一个平凡的人，但她的感人事迹，使她变得不平凡。

这本书令我受益匪浅。我想，和海伦相比，我太幸福了。我们有温暖的教室，健康的身体，优秀的老师，可我们总是嫌苦怕累。这本书告诉我们：一个人最可贵的是有坚韧不拔、积极向上的优秀品质。有了这种品质就可以克服困难，就可以在困难面前不低头。我们要向海伦学习，要学会勇敢和坚强，更加刻苦和勤奋，只有这样，我们才有可能走向成功！

海伦凯勒是一位残障教育家。年幼的一场大病夺走了海伦的听力和视力。八岁时，海伦的父母找到了莎莉文小姐。在莎莉文小姐及其家人的帮助下，她先后进入帕金斯教育学校和剑桥女子学校学习，并在考入哈佛大学尝试写作。面对残酷的现实，海伦勇敢地接受了挑战。她不仅用行动证明了人类战胜命运的勇气，还将自己的痛苦和幸福记录下来勉励后世。

我看到书的末尾写如果有三天光明，第一天她要看人，看看

他们的容貌看看他们的善良温厚与友谊。第二天她要去博物馆看看人类的进化和历史的变迁，看看那栩栩如生的名画。第三天想要过一下正常人的平常一天。如此平凡而又简单的愿望，我们轻而易举地就能做到，可是你想一想海伦-凯勒每天都生活在那黑暗无声而又冰冷的世界里，能看到这些都觉得很幸福了，她觉得这一切是那么的新奇，那么的美好！其实这一些美好的东西就在我们身边。

我的眼前是明亮的，可在日常生活学习之余我却并没有太珍惜视力，假期里无止境地面对着电脑，手机，电视。以至于那天凌晨由于用眼过度疲劳，眼睛刺痛肿胀，让我泪流不止，老天赐我一双明亮的眼睛，一个健康的身体，我们每个人都应该珍惜我们的生活，感恩生活，换一种心态来面对学习，尽管不可能人人都成为海伦小姐那样的“发光体”，可拥有一颗感恩的心便会让我们光彩照人。

## 假如给我三天光明读书体会篇七

事情往往是这样，一件东西一旦失去它才会留恋它。你是这样的吗？反正有读者提出来了。下面是本站小编给大家准备的aaaa[]仅供参考！

《假如给我三天光明》，这是一个让人深思的题目。听了以后，不免会产生很多遐想。这是一位盲人吗？她叫什么名字？给她三天光明，她会去做什么呢？这一连串的问题会浮于脑海。我无法回答你们，因为我还没有看完这本书。

但是，在书中我看过的每一篇文章，都给我留下了深刻印象。

小时候的海伦（就是作者）是一个聪明又活泼的女孩，6个月就可以说一些简单的话语，刚满周岁就会走路了。总之，她比一般的孩子要乖的多，也好学的多。然而好景不长，幸福的时光总是结束得太早，在一个充满知更鸟和百灵鸟的悦耳歌

声，而且繁花盛开的春天，在一场高烧之后，海伦失去了听力与视力，随之而然的又不能说话了。这三样东西，是人生必要且不能缺少的。如果失去了这三样，对一个常人来说，等于失去了生命的乐趣。如果你是海伦，给你三天时间，你会去干什么呢？。如果我是她，一定活不下去了。再大的动力与再大的鼓力，也照不亮我心中那颗又阴又暗，又冷又湿的心。心里只有一个念头：这样活着，生不如死，还是早一点儿结束算了。

然而，海伦的做法与我的想法恰恰相反。她一生度过了88个春秋，却熬过了87年无光、无声、无语的孤独岁月。而且，正是这位又盲、又聋、又哑的女子，竟然毕业与美国哈佛大学，这是一个多么惊人的成就啊。但是，毕竟，这惊人的成就是离不开她自身的努力的。与她相比之下，天壤之别啊，我真是自愧不如啊！海伦可以创造这些常人无法想象的奇迹，全靠她有着一颗不屈不挠、坚持到底的新。她毫不犹豫地接受了生命的挑战，用自己那颗炽热的心，用自己那伟大的爱，去拥抱美好、充满生机勃勃的世界，以惊人的毅力与困难作战，终于，她战胜了生命的挑战，张开了心灵的眼睛，有了信心与希望，走出了寂静与黑暗。最后，她又把那对慈爱的手——伸向了全世界！

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。

文中作者还提出一个引人深思的问题：“假如你只有三天光明，你会怎么做？”三天！我们只享受三天光明是多么残酷，又多么珍贵呀！第一天我会陪自己的亲人四处玩玩，想到他们三天后为我泪流满面，心里真是心如刀割；第二天和自己的同学老师聚一下，最后看一下他们那熟悉的面孔；第三，我将苦读诗词歌赋，多学知识，让自己明天眼盲，文不盲；第四天微笑着迎来黑暗的黎明。

“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。

## 假如给我三天光明读书体会篇八

《假如给我三天光明》是海伦·凯勒的自传体小说，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，走出了黑暗与孤寂的心灵，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。

## 赏析

“我的记忆中，而且还要研究她的容貌，发现她出自同情心的温柔和耐心的生动迹象，她正是以此来完成教育我的艰巨任务的。我希望从她的眼睛里看到能使她在困难面前站得稳的坚强性格，并且看到她那经常向我流露的、对于全人类的同情。”从这句话可以看出，海伦凯勒是一个懂得感恩的人。她虽然看不见，但她需要爱她的莎莉文老师来跟她一起生活。因为她看不见，所以比别人更能用心去感受到莎莉文老师对她的爱。她在接受莎莉文老师的爱得同时，她懂得了感恩，并且学会了用莎莉文老师对她的爱，去对待全世界的人民。

## 感悟

看完了这本书，我得到了很多启示。海伦凯勒作为一个盲聋哑的残疾人却有着超过常人的健康心理。她用自己的所能感受到的，所能想象到的情景，表达自己对知识的渴望和对人类的真挚热爱。她以自己的亲身感受告诫他人，健康的心理是人类成功的最基本条件，有健康身体而没有健康心理的人，是不可能成就一番事业的。具有健康心理的人，纵然是身体残疾也不会抱怨命运的安排，不接受和渴求他人的怜悯，他们会凭着自我坚强的毅力到达理想的彼岸。海伦凭着一颗坚强的心，最终在逆境中崛起，真是身残志不残。而我们这些身体健全的人，却总是因为一些挫折而放弃自己，在自己犯错时为自己找借口，甚至有的人会因为父母的一次责骂，而忘记了他们的养育之恩，不懂得感恩。所以，我们必须学习海伦凯勒那美好的品质，以及她对待命运不屈不挠的精神。

## 假如给我三天光明读书体会篇九

在暑假期间，我读了《假如给我三天光明》，我深受启发。该书讲了一个小女孩海伦，在她19个月的时候，病魔夺走了她的视力和听觉，在莎莉文老师的帮助下，她重新走向生活。

原本海伦对自己生命中遇到的不幸已经感到绝望，直到莎莉文老师的出现，帮助她学习触摸物体，获得感知，又教会她用手来表达自己的语言，她才重新振作起来，坚持并笑对人生。当海伦见到马克吐温时，已经可以说话了，这对她来说简直是一个奇迹。

读完这篇文章，我心想：海伦是怎样不放弃自己的生命的？海伦为什么要学语言？海伦是怎样创下辉煌成就的？这些问题可让我费尽心思，绞尽脑汁。我费了九牛二虎之力才搞清楚的，让我来给你讲讲我身边发生的`事。

有一次，我的哥哥在二楼顶上盖楼，被送工具的机器打了下来。我知道后急得都快哭了，我像老虎一样飞速跑到医院，得知哥哥没事后，我才累得倒了下来。哥哥却说：“没有事，我已经是大人了，这点伤痛受得了。”“哥哥，你不怕你会死吗？”我问道。“哥哥笑对人生，不会就此绝望，更不会放弃自己的生命！”哥哥坚定地回答道。我悄悄的流下了眼泪，被哥哥的坚强感动。

和海伦对比，我们已经很幸运了。海伦笑对困难，努力坚持，我们还有理由不坚强吗？

## 假如给我三天光明读书体会篇十

前言：光明对一个正常人来说是再平常不过的了，可对于一个盲人来说是多么的渴望看到光明。哪怕只有短短的三天，那也有可能是他一生最欢乐的时光。

如果我是一个盲人，不管再好看的风景也是一片漆黑。一天早上我突然发现能看见了，我一定高兴得手舞足蹈，乐得欢天喜地。

第二天一早我会像一只机灵的兔子蹦蹦跳跳的走到乡下体验民族风——泼水节。端着一大盆水嘻嘻的笑着像是回到了童

年，一泼别人便像落汤鸡一般，我会在地上打滚哈哈大笑，一盆水下来痛快极了。

一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。请大家切记不要让时间从指尖溜走，珍惜我们那唯一的时光。

## 假如给我三天光明读书体会篇十一

光明，可以给人以激情；光明，可以给人以希望；光明，更可以让人们的生活变得丰富多彩！（蕴含哲理式开头，耐人寻味，引出下文。）

虽然，在我们的生活中，有一部分人却看不见这多姿多彩的世界而感到悲伤。但是他们中的一小部分人却比我们活得更好。（用词随意，建议改为：更精彩。）那么，什么才是生命真正的意义呢？（设问，过渡。）

唯有珍惜才能拥有人生最美好的情感。（中心句，使文章段落格式清晰。）你与朋友之间建立的真正的友谊要珍惜，因为那是你费劲了千辛万苦才得到的知心朋友；你与父母之间建立的情感要珍惜，因为父母给了你生命，让你获得成功；你与老师之间的师生情要珍惜，因为老师给了你智慧，让你往后的路程一帆风顺。（举例论证+排比论证，文章写的洋洋洒洒，很好！）

唯有懂得珍惜，才能拥有幸福的生活。（中心句，同上。）从前，有一个犹太人和一个英国年轻人，他们一起出去找工作。路上，英国人看见一枚不起眼的硬币，也不低下头看一看，就走了过去。而犹太人看见这枚硬币，却兴高采烈的将他捡了起来。走着走着，他们来到一家小公司，英国人知道这是一个工资少，既累又脏的活就走了。而犹太人却高高兴兴的接受了这份工作。

日复一日，年复一年。时光如水，转眼已是十年之后了。英

国人还在边打工边找工作，而犹太人却已是一个老板啦！他将昔日的一家小公司变成了大公司。一天，他们相遇了。英国人十分不解说：“为什么我只能打工而你却能到你当上老板？”犹太人笑着对他说：“当年小的机会你都把握不了，现在又如何能把握大的机会呢？如果你知道这个道理，今天作为老板的人就会是你了！”（举例典型，新颖有趣，值得借鉴。如果再补入必要的道理论证和比喻论证、引用论证，文章内涵就更突出了！）

珍惜光阴，做一些有用的事情；珍惜钱财，将不必要的钱财施舍给穷人；珍惜机会，让这些机会成就我们一生。所以让我们一起来珍惜美好的明天吧！（感召结尾，升华主题！望你在这个寒假，多看书和新闻，多在看写名言上苦下功夫，作文会越来越好吧！）

## 假如给我三天光明读书体会篇十二

书，是人们的良师益友。从小到大，我读过很多书。有曹文轩的著作《草房子》，叶圣陶的童话《稻草人》，还有四大名著中的《西游记》。但令我印象最深的还是那本《假如给我三天光明》。今天我就将它推荐给你。

《假如给我三天光明》的作者是海伦·凯勒，她详细地记叙了自己从小到大的亲身经历。海伦从小就失去了视力和听力，还不会说话的她无法表达自己的情感，只能用发脾气来表达自己的生气和不满。直到她的老师安妮莎莉文来到之后，她才渐渐学会融入到集体。一个身体有缺陷的盲人小孩长大竟能成为举世闻名的著名作家，真是不可思议！

我推荐这本书的原因有很多。第一就是这本书的故事情节非常感人，我被这本书的作者深深的感动了。当我读到海伦得病后失去听力那段时，我不禁为这个可爱又可怜的小女孩感到惋惜，这么可爱的小女孩儿这么小就失去了看世界的权利，上天对她怎么那么不公平！

当我读到安妮·莎莉用特殊的方法，将海伦培育成正常人时，我又禁不住对莎莉文老师高超的教学方法感到钦佩……就这样，随着故事情节的变动，我的心情也跟着起伏变化。总的来说，这本书的特点之一就是影响力大。

推荐原因之二，那便是这本书人物刻画的很形象。作者通过语言、外貌、动作、神态四个方面，生动地刻画出了一个可爱，活泼，还有些顽皮的小女孩的形象，让人物跃然纸上。

推荐原因之三，是因为这本书给人的启迪很多。一个盲人小女孩听不见声音，看不见光明，连话都不太会说，她的父母都放弃了她了，而他却拥有常人没有的坚强毅力。她从不害怕困难，而是勇敢去面对，去尝试，最终取得了巨大的成功。这本书教会了我“不管你身在何方，情况如何，只要你不自卑，不害怕，勇敢去面对，结果就一定不会差”的道理，让我受益匪浅。

有人说这本书是名人的故事，但我觉得这书中的一个困难不就如同我们面前的困难一样吗？这书中的主人公分明就是生活中的我们每个人呀！这本书教会了我许多道理，让我向着成长的光明走去。这本书的第三个特点就是具有正能量。

怎么样？听了我的推荐，你是不是也想了解这本书呢？那就快去阅读这本影响人一生的书吧！