# 《假如给我三天光明》读后感100(12篇)

来源：网络 作者：枫叶飘零 更新时间：2025-04-27

*《假如给我三天光明》读后感100一在《假如给我三天光明》这本书中，作者海伦.凯勒在婴儿时期就表现出不服输的性格，对任何事物都充满了好奇心，常常想模仿大人的一举一动。在她19个月大的时候因病导致两耳失聪，双目失明。 从此她就与这个世界失去了沟...*

**《假如给我三天光明》读后感100一**

在《假如给我三天光明》这本书中，作者海伦.凯勒在婴儿时期就表现出不服输的性格，对任何事物都充满了好奇心，常常想模仿大人的一举一动。在她19个月大的时候因病导致两耳失聪，双目失明。 从此她就与这个世界失去了沟通，失去了联系。直到在她6岁零9个月的时候，莎莉文小姐走进了她的生活，教会她认字，才使她张开了心灵的眼睛，能够与人们进行沟通交流，海伦意识到只有知识才能铺就一条通向光明的道路。当海伦感悟到“水”——这个她所认识的第一个字后，便开始了对知识强烈的渴求，开始了迫不及待地认字、阅读，像一个永不知疲倦的陀螺一样不断地从生活中汲取知识。对知识的渴求，使她在常人难以想象的单调和枯燥中竟然学会了德语、拉丁语、法语等五国语言，阅读了多部文学和哲学名著，吸取着那些伟人和智者的思想精髓。这些知识，像一道道彩虹，点亮了海伦心中的灯，照亮了她的内心世界，也架起了海伦和世界沟通的桥梁，从此改变了她的一生。

在海伦的生活中假如没有朋友的帮助、关心和爱护，也许她也不会走到今天，她将永远生活在黑暗和寂寞里。人生最大的幸福就是认识了益友。海伦很用功，进步也很快。但有时由于迫切想知道书中的内容，也不由自主地对莎莉文小姐发起火来，莎莉文小姐也毫不介意。在莎莉文小姐的帮助下，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。经过不懈的努力，海伦凭着她那坚强的意志，考入美国哈佛大学完成了她的学业并站上了演讲台。海伦每得到一点进步,她便觉得倍受鼓舞,心中有充满了喜悦和快乐。

如果给海伦三天光明，她将把这三天分成三个部分：

第一天要看人。第一个想要见的就是莎莉文小姐，长久地凝视并珍藏在心中。她会把所有的朋友都叫来，长久凝视着他们的脸，把她们模样都刻在心里。在下午的时候，他去森林里进行一次远足，拼命吸取那灿烂迷人的自然美景。

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。

“假如她是个大学校长，她就会开设一门‘怎样使用你的眼睛’的课程，告诉学生们怎样用心观察那些习以为常的事物，增添他们的生活乐趣，以唤醒他们沉睡的天赋。”假如我是一名眼科医生，我半秒也不会犹豫，我会竭尽我的所能去帮助海伦治疗眼睛。

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!”

通过这本书的阅读，使我更加明白了做人要有坚强的毅力，要有充足的信心，你可以依靠别人的帮助，但不能永久地依赖别人。海伦正是依靠别人的帮助而不是依赖别人，从而使海伦在知识的海洋里创造了这些人间奇迹!

**《假如给我三天光明》读后感100二**

妈妈给我买了一本书——《假如给我三天光明》，我爱不释手。只见作者在书上写着：假如给我三天光明，我要好好珍惜，做有意义的事情，让家人和自己开心。我很好奇：这本书究竟说了一个怎样的故事呢?我迫不及待地读了起来，开始在书中寻找答案。

这本书讲述了：一位名叫海伦·凯勒的姑娘，在2岁时因为一次高烧，失去了视力和听力，生活十分痛苦。但是她没有被身体的缺陷击败，她以超人的毅力，经过安妮?莎利文老师及其他老师的悉心教导，她感受到了大自然的美丽和学习的无穷乐趣。她不怕苦，不怕累。努力学习，克服一个又一个的困难，和老师们一步一步向前走，最终进入了哈佛大学，写下了名作《假如给我三天光明》。最后写出了自己期盼已久的梦想——拥有三天的光明，去感受大自然的无穷乐趣和人们之间的友谊。

主人公海伦·凯勒是一个盲人，海伦?凯勒一生中只有19个月的光明与声音，剩下的87年里是没有欢声笑语和多姿多彩的孤独岁月，她虽然双目失明，但她凭着自己顽强的意志力成为了妇孺皆知的女作家，不仅如此，她写下的《假如给我三天光明》鼓励着所有的残疾人士。书里的那一句句生动优美的句子将当代的景物，环境体现得淋漓尽致，令实在是令人惊叹不已!她几乎与正常人没有任何区别，甚至更胜一筹!

海伦?凯勒还说过：“忘我就是快乐。因而我要把别人眼睛所看见的光明当作我的太阳，别人耳朵听见的音乐当作我的乐曲，别人嘴里的微笑当作我的快乐。”她之所以能说出这一番话是因为：她拥有着一颗积极、乐观、敢于创造奇迹的心!这是我们最应该学习的地方，保持开心积极的状态，不要遇到一点小挫折就苦闷纠结，要往好的方面想。

海伦?凯勒在书里写到：假如能给我三天光明，第一天，我要看人，希望长久的看着自己的老师，然后再去看朋友、家人;第二天，我将怀着敬畏之心去看看我生活的地方，看看人类的进步;第三天，我将去看看这整座城市，看看过去，再看看现在。这也是海伦?凯勒有视觉的最后一天，也是全书的结尾。

海伦?凯勒所经历了这些痛苦，然而今天的我们又是多么的幸运，衣来伸手，饭来张口，拥有健康的身体，要什么有什么……既然我们拥有美好的一切，那么从现在开始，我们为什么不珍惜现在的每一分每一秒呢?

**《假如给我三天光明》读后感100三**

暑假里，老师推荐我们读海伦·凯勒的自传《假如给我三天光明》。h合上书，想想海伦·凯勒，一生只有十九个月的光明，剩下的就只是黑暗。可她还不是在莎莉文和其他老师、同学的帮助与关爱下，克服重重困难，一步一个脚印的慢慢走向成功：完成了哈佛大学的学业，获得了学士学位;始终尽力与帮助残疾人的公益事业，最终成为了一名杰出的慈善家……

读完后，我的心里好像五味瓶打翻了一样特别不是滋味，以前的自己因为一点儿小困难就喊痛喊累，那点困难与海伦·凯勒克服的困难相比，简直是冰山一角。可那一次，我坚强了，没有向困难低头。

那天，语、数老师布置的作业特别多，再加上英语又快期末考了，作业多上加多。可碰巧这次的黑板报轮到我们小组做了，要做得好，做的精美需要花上很多的时间;但如果做的随随便便，做得应付，明天去学校肯定要遭同学嘲笑。“我是要做的好看还是为了省时间随便应付应付呢?哎，该怎么办?”我长叹一口气，问自己。

当深蓝的天空已经逐渐变黑，繁星布满天际的时候，我才把作业做完。理智告诉我：真么迟了，应该去睡觉了。不做小报顶多明天被老师骂一顿，明天中午补出来就好，身体搞好才是关键。可直觉却让我，今晚一定要做好小报，而且要做的精美，迟点睡也没什么!那时我想起了海伦·凯勒的遭遇，和邓老师以前说过的一句话：“困难像弹簧，你强它就弱，你弱它就强!”这让我更加坚定了我的直觉，今晚一定要把小报做出来!

当我把小报做出来时，我的成就感比平时多出了好几倍!看着用我精心制作的小报，我的嘴角露出了一抹淡淡的微笑。这抹微笑不只是因为，我把小报做的好看，更大的原因是这次我战胜了困难，没有向它低头!

困难就像弹簧，你强它就弱，你弱它就强。我们要向海伦·凯勒学习，做个战胜困难的强者，不向困难低头!

**《假如给我三天光明》读后感100四**

20世纪，一个独特的生命个体以勇敢的方式震撼了世界，她就是海伦·凯勒——一个生活在黑暗中却又给人类带来光明的女性，一个度过了88个春秋，却熬过 了87年无光，无声，无语的孤独岁月的弱女子。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20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，用爱心去拥抱世界，以惊人的毅力面对困境，终于在黑暗中找到了光明，最后又把慈爱的双手伸向全世界。

“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。现实生活中总是有部分人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。殊不知现实社会是靠知识才能生存的社会，没有知识的人是不可能在社会上有一席之地。如 果我们可以好好学习，让学问把大脑给占据的话，就可以为以后的道路铺上一层石头了!让我们给黑暗的世界带来光明，给无望的世界带来希望吧!

海 伦凯勒的三天安排。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。首先，我希望长久地凝视我亲爱的老师，安妮·莎莉文·梅西太太的面庞， 当我还是个孩子的时候，她就来到了我面前，为我打开了外面的世界。我将不仅要看到她面庞的轮廓，以便我能够将它珍藏在我的记忆中，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。“

有视觉的第二天，我要在黎明起身，去看黑夜变为白昼的动人奇迹。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。我想看看人类进步的奇观，那变化无穷的万古千年。

下一天清晨，我将再一次迎接黎明，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。依据我虚构的奇迹 的期限，这将是我有视觉的第三天，也是最后一天。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。第一天，我奉献给了我有生命和无生命的朋友。 第二天，向我显示了人与自然的历史。今天，我将在当前的日常世界中度过，到为生活奔忙的人们经常去的地方去，而哪儿能像纽约一样找得到人们那么多的活动和 那么多的状况呢?所以城市成了我的目的地。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。

”苦难对于天才是一块垫脚石……“正是苦难铸就了海伦。凯勒坚强的性格。她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，表达自己对求知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。

有位哲学家曾经说过：”勇敢寓于灵魂之中，而不是一副强壮的躯体。“这正是对海伦的真实写照。看过《假 如给我三天光明》的人应该都知道她的不幸。在一般人眼里，如此不幸的人生，还会有什么收获呢?然而海伦却创造了一个又一个奇迹：不但考上了哈佛大学，而且 一生中写了14部着作。她还多方奔走，在全美建起了多家慈善机构，办成了一般健全人也不一定办得到的事。珍惜现实，才能拥有未来。这就是”珍惜“的价值所 在，也是生活的辩证法。与海伦相比，我们许多人可能都会感到惭愧。因为我们虽然拥有比她健全的身体，却常常如她所说的那样，犯那种”有视觉却看得少“的错 误。或为”已失去“的东西痛苦不堪，或为”得不到“的东西百般烦恼，却偏偏对实实在在”拥有“的东西不知珍惜，不懂得好好把握。

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。而自我呢，有着良好的条件，却缺乏坚韧不拨的毅力。因此，这篇文章给我最大的启示是：尽力地完成每一件事;要有乐观向上的良好心态。

**《假如给我三天光明》读后感100五**

“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。”

这是海伦?凯勒在《假如给我三天光明》中写下的一句话。

她说，假如她拥有三天的光明，她首先要长久地凝视自己的老师，安妮?莎莉文?梅西。当海伦还是个孩子时，她就来到了海伦面前，为海伦推开了一扇心灵之窗，让海伦接触到了黑暗与寂静之外的世界。安妮的眼中，一定有在失去亲情后，勇敢面对生活百态的坚强，有看到海伦渐渐成长，并越来越成功的欣慰。

当读到安妮因海伦靠自己用盲文卡片排出一句完整的句子而热泪盈眶时，不禁回想起了自己的老师，在看到我们学会了一个新知识时，他们也会高兴的吧；在得知我们班的成绩在年级里排名第一时，他们也会喜悦的吧；在毕业典礼上听到我们一句真心的谢谢时，他们也会感动的吧。是老师给予了我打开知识大门的钥匙，是老师引领了我走向成功方向的道路。

“第二天，我要在黎明起身，去看黑夜变为白昼的动人奇迹。我将怀着敬畏之心，仰望太阳壮丽的曙光。”

太阳落下，月亮升起，再是双方交替，继续进行。周而复始，令人感到乏味无趣。这些我们不屑一顾的自然景象，却成为一位盲人的奢望。未来虽是名为未来，一眨眼，它便成了现在。现在确是名为现在，转眼间，它就是再也无法触及，更改的过去。我们之中，又有多少人就是这样让时间在游戏中，在网剧中，甚至是在发呆中流逝而去的呢？

海伦在得到光明的第三天，要去往城市。

这是她虚构奇迹的最后一天，她没有时间去感到遗憾和热望。

生活与工作，是城市中必不可少的。人们在日复一日的行为中度过了一天又一天。但是，他们好像忘记了“快乐”为何物，已然无法用心去体会身边的乐趣。海伦一定会感受着每一寸阳光，每一阵清风，每一声鸟啼，而不会像她的一位友人，在几乎拥有所有大自然的产物的森林中穿行了一个小时后，仅仅说了一句“没什么特别的”。

要知道，对于一位盲人来说，仅凭触觉就能发现好几百种令自己感兴趣的东西。

更何况，是健全的我们呢。

这本书，告诉了我们许多。连只有三天光明就能兴奋庆幸的海伦?凯勒，是一个伟大的人，我们应该把她当作目标，她告诉了我们什么叫“价值”。

然而又有多少人，能明白生命的价值呢？

**《假如给我三天光明》读后感100六**

学期初，毛老师向我们推荐了一本书——《假如给我三天光明》。一听这个书名，就引起了我的好奇心。我立刻买了这本书，津津有味地读了起来。

每次读这本书时，我都会感动得热泪盈眶。这是海伦·凯勒写的一本自传体散文。在19个月大时，一场疾病夺去了海伦的视力和听力。从此，她生活在无边的黑暗之中。她的性格变得暴躁起来，在家扔东西，乱打人，还常常把自己锁在房间里……她认为，一切都是妈妈的错。

自从遇到了善良的沙利文小姐，海伦有了变化。她以无限包容和耐心教会了海伦很多知识。经过沙利文小姐和海伦自己的努力，海伦进入帕金斯学校学习，四年后，她如愿考进了著名的哈佛大学，并开始尝试写作。成年后，她始终致力于残疾人事业，被认为是美国最伟大的女性之一。海伦不仅是个盲人，还是个聋人，她最向往的就是像正常人那样去感知这个美丽可爱的世界。

她在书中写道：如果给她三天光明，第一天，海伦希望能看见那些仁慈、温柔和陪伴她的生命有价值的人，体会大自然的美;第二天，她希望参观博物馆，体验时代的千变万化，去剧场观看表演;而最后一天，海伦要好好欣赏一番自己所在的城市，渴望发现新的喜悦。

三天光明，对常人来说只是人生短暂的一瞬间，而对于双目失明的海伦来说，却是可望不可及的。书中的字里行间，无不洋溢着海伦对生活的热爱，她用热情的态度劝告我们珍惜眼前所有的一切，好好地使用我们的生命。

其实，我们的身边也有不少这样的例子。20xx年中国“达人秀”年度总冠军刘伟就是生活中我们亲眼所见身残志坚的好榜样。他儿时不幸遇车祸，失去了双臂，生活很困难。在困境中，他也曾对人生失去过信心，在妈妈的帮助和鼓励下，不仅凭着自己顽强的毅力学会了用脚写字，学会了用脚弹钢琴。一支支世界名曲从他的脚尖涌出，那么动听，那么令人震撼。殊不知，为了练习弹琴，他的脚磨破了多少皮，在琴键上留下多少斑斑血迹。经过日复一日的苦练，才会有今天的辉煌。

读完这本书，我从中获得了学习的动力。我找到了自信、坚强与乐观。一部好书能让我受益终生，它不但让我们增长知识，还告诉我们要珍惜自己所拥有的一切，并且努力追寻自己的梦想。

他们作为残疾人，尚且能如此从容地面对生活中的困境，取得这么伟大的成就。而作为我们拥有健康身体、舒适的生活环境，更没有理由浪费生命，虚度光阴了，应该以全部的热情来珍惜生命、热爱生命!

**《假如给我三天光明》读后感100七**

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。

《假如给我三天光明》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。她一生只有十九个月光明与声音，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。

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。

第三天：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。

有位哲学家曾经说过：“勇敢寓于灵魂之中，而不是一副强壮的躯体。”这正是对海伦的真实写照。海伦凭着一颗坚强的心，最终在逆境中崛起，真是身残志不残。作为新一代的大学生，有着良好的生活和学习条件，但自身缺乏毅力。因此，这篇文章给我最大的启示是：

一、要正确地对待困难，每个人一生中都会遇到困难。遇到困难时，不要害怕退缩，而要想方设法地将困难克服，战胜困难的过程也正是自己进步的过程。

二、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。”是啊，如果能按上面说的去做确实是十分难。做一件事、坚持一天很容易，坚持二天也很容易，但天天做到却很难。因为这不仅需要恒心，还需要坚韧不拨的毅力。而要把每件事都做到最好，更是难上加难。因为这不仅要上述的两点，还要有做事认真仔细的好习惯。如果我们能办到这两点，就能在平时的点点滴滴中得到进步，得到提高。

三、要有乐观向上的良好心态。海伦在巨大的打击以及困难面前，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。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》读后感100八**

《假如给我三天光明》这本书畅销了一年又一年，成为现在一位又一位身处逆境，却无法走出逆境的学子们最好的教科书。它激励着人们进步，奋发，努力!

这本书讲述了海伦一岁半时，突患急性脑充血连日的高烧是她昏迷不醒。年幼的海伦并不知道醒来时他噩梦的开始。她那双炯炯有神眼睛，那张灵巧的嘴巴再也发不出声音了。从此，她坠入了一个黑暗的世界，陷入了痛苦的深渊。她希望能够像其他孩子一样学习，生活，玩耍，她独自躲在黑暗的世界里伤心痛苦，但直到她的出现，一切变了……

莎莉文就像是沙漠中的一丝丝救命的清泉，给了海伦无限的希望。对于从小的这段经历这样写道：“那时候，我仿佛感觉到被一只无形的手紧紧抓住。于是，我拼命的想挣脱种束缚!”

海伦在莎莉文老师的细心指导下学会了一个又一个新的单词。其中莎莉文老师教海伦“水”这个单词时的场景使我映像深刻，也突出了海伦对学习的渴望，对知识的渴望。当“水”这个字就是正在我手上流动的这种清凉而奇妙的东西。她感受到了：“啊!原来宇宙万物都各有名称，每个名称都能启发新的思想。她转变了认识事物的态度，用心的眼光去审视每件事物的内在。”

莎莉文是海伦成为大作家这条道路上的指明灯，她引领海伦在光明的道路，即使学习的过程充满辛酸，但是现在的成就足以平复她那颗干涸的心。

海伦一生经历磨难。从不放弃。可是我们与她相比真是太幸福了，我们对待生活的态度与她截然不同，我们虽然健全却好似什么都看不见。具备了这一生活的态度，你将会发现一个美丽的新世界在你面前敞开，这样的道理，我们也许不是第一次听见，但现在一个五官三残，用手来感知世界的人的到来不能不给他们以强烈的震撼和更深的启迪：三天，等同于海伦全部生命的三天，对于我们每个人不是平平常常的事吗?

海伦用坚强战胜了一个又一个挫折。在我们的生活中，我们遇到了一点点的挫折，就赖在地上不愿爬起，更胜者坐在地上一辈子不敢直视困难，只想退缩。

我身边的人，因为前几年的金融危机，失去工作，他就像一孩子一样跌到了就不肯爬起每天愁眉苦展用酒烟消磨时间代替痛苦。可是你在看看海伦，五官三残，对我们这些正常的人来说真是太痛苦了!可她却用超乎常人的意志，克服了一个又一个不可能，成为一代又一代人的学习榜样和典范。与她相比我们真是没有理由一蹶不振，永远放弃机会站起来。

让我去学习海伦身上令人敬佩的气质

在困难面前不要放弃，要勇敢的面对，只有这样才能锻炼我们自己的意志。

**《假如给我三天光明》读后感100九**

“哗——，哗——”断断续续得翻书声，在我的房间响起，知道天色已黑时，一声“啪——”的关书声，把这曲歌停止了。我揉揉酸痛而又疲倦的双眼，看着这本名叫《假如给我三天光明》的书，给我的生命一个最必要的提醒。

本书作者，海伦凯勒在童年的时候，一场大病使她成了聋哑人，她仅仅拥有过19个月的光明。面对这一场大灾难，她，没有选择退缩，在她的老师安妮莎莉文的帮助和自己不断地努力下，考入哈佛大学，并以优异成绩毕业。最后成为了著名的美国聋盲女作家，教育家。

如果，我是她，我会怎样，去选择勇敢面对，还是自寻短见呢?

现在的我们，一直认为用眼睛看大东西，用耳朵听声音，用嘴巴与许多人交谈，都是理所当然的，所以并不珍惜它，也不觉得可贵。甚至从没想过世界上有许多人渴望看到世界，听听声音，和别人交流交流。但这些人中间有的在努力，坚持不懈;有的却因看不开而自暴自弃。海伦凯勒如此大的成就，是与她的坚毅乐观，珍爱生活有着巨大的关系的。

读着海伦一个个了不起的故事，我们总是若有所思。虽然，海伦的眼睛是一片黑暗，毫无光明，但是她心中的世界是永远光明的。

我曾因自己长得不漂亮而自卑，但，当我看了这本书后才发现与失去光明，失去聆听声音能力的人相比，我感到自己很懦弱。海伦·凯勒做到的一切并不是所有人都可以做到的，坦然接受一切的困难。其实每一个人都是一只苹果，上帝把每只苹果都咬了一口，残缺比较多的人，不必自卑，只是上帝太喜欢你的芬芳了。

无论何时何地遇到了什么困难都不可以放弃生存的希望，学会坚毅，坦然接受困难和灾难，不抱怨，每天保持乐观态度。

看着《假如给我三天光明》这本书的封面我突然有一种哭的冲动。

**《假如给我三天光明》读后感100篇十**

马克·吐温曾经说过：“十九世纪有两奇人，一个是拿破伦，一个就是海伦·凯勒。”最近我读了一本关于海伦的书——《假如给我三天光明，读完这本书之后我的心被海伦的精神深深的震撼了!海伦是不幸的，但她又是幸运的，正是因为有了知识，她才如此幸运。在她19个月时失去视觉和听觉后，就与这个世界失去了沟通，失去了联系。她古怪、粗暴、无礼，直至莎莉文老师走进了她的生活，教会她认字，才使她张开了心灵的眼睛，得以与人沟通。我相信海伦一定是用心来感受这个世界，用心来享受生命。她远比我们这些正常人活得幸福、活得充实、活得有意义!是知识给了她生活的勇气，是知识给了她接受生命挑战的力量，使她能以惊人的毅力面对困境，终于在黑暗中找到了人生的光明!

在这本书中，还有一个伟大的人物，那就是莎莉文老师。是她，给了海伦“又一次的生命”。在这个世界上，像莎莉文这样的老师还有很多很多。想到我的老师，她将自己的知识无私，毫不保留的传授给了我们。此时，我也想对我的老师说一声：“老师，您辛苦了!谢谢您!”

这本书让我懂得了要珍惜自己的生命，懂得了自强不息的含义。所以我们要学习海伦的这种顽强拼搏，不怕困难的精神。当然，也不能忘了我们的老师。在新学期的学习中，我们要加油，加油，再加油!

《假如给我三天光明》读后感\_450字

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》读后感100篇十一**

怀着对是美国盲女作家、教育家海伦的敬仰，我一口气读完了她的著作《假如给我三天光明》。我被她那身残志坚的顽强毅力震撼了!

“残忍的命运挡住了入口，我会不甘愿地质问命运为何这样专横地宣判，因为我的心尚未驯服，仍是狂热的……”她的这句名言一直在耳边萦绕。

回想海伦。 凯勒的成长历程，我忽然想到用冰心奶奶说过的一句话“ 成功的花，人们只惊慕她现时的明艳!然而当初她的芽儿，浸透了奋斗的泪泉，洒遍了牺牲的血雨转自 ”来形容海伦真是太恰当不过了。 海伦一岁半时丧失了视觉和听力，这对于一般人来说是不可想象，不可忍受的痛苦。然而海伦。 凯勒并没有向命运屈服。在莎莉文老师的帮助教育下，她凭借顽强的毅力战胜了病残学会了说话，并掌握了五种语言文字，留下了多种文学作品等巨大贡献，成为了具有世界影响力的人物。正如马克吐温评价： “十九世纪出了两个了不起的人物，一个是拿破仑，一个是海伦凯勒。”可见海伦扼住了命运的咽喉，她没有向命运屈服。

也许我们并不了解，也不很熟悉海伦。 凯勒，但我们现实生活中也不乏有许多这样的人。

20\_\_ 年北京残奥会上，运动员们用他们残缺的身体创造着奇迹;当--分子要干扰圣火的传递，从金晶手中抢走火炬时，她以柔弱之躯挡住残暴;还有那个春晚上的快乐的盲人—— 杨光。8 个月就双目失明的他，多年来用音乐诠释他心中的世界，他以乐观的方式寻找色彩，在音符中描绘美好的生活。

可见，人不怕身残，就怕志不坚。

现在有多少少年不珍惜他们的学习生活，逃学，旷课，沉迷于网络游戏，打架，斗殴……他们用有着健全的身体，但是精神却缺失了，每天都在 “抑郁”啊“抑郁”。他们缺乏了顽强的毅力，正是这样他们才会一事无成。

海伦。 凯勒告诉我们：“要是人们把活着的每一天，都看作生命的最后一天，该有多好啊!那就有可能显出生命的价值”。

是啊，我们拥有一个健全的身体，却没有顽强的毅力，做一件事情总是喜欢就去做，不喜欢就放弃，甚至半途而废。又总是想明天再去干吧。和海伦。 凯勒这些身残志坚的人一比，我们不感到惭愧吗!

放下书本，掩卷深思：是的，想想这些身残志不残的生活强者，他们的苦，他们的泪，他们的奋斗，他们的追求，他们的成功，我们这些身体健全的人，还有什么资格说“抑郁”呢?我们的确应该从现在做起，好好学习，珍惜每分每秒，并要学习他们的那种顽强毅力。

请让我们记住海伦。 凯勒的忠告“失明的我想给所有看得见的人一个忠告，好好利用你的眼睛吧，就像你明天就要失去光明。”

**《假如给我三天光明》读后感100篇十二**

在寒假里我看了一本书,作者是美国的一位智障教育家——海伦·凯勒写的《假如给我三天光明》。

在海伦19个月大的时候,一场突发的疾病,使她失去了视力和听力,不久又丧失了说话的能力,这让她的世界充满了黑暗和冷清。在那漫长的黑夜里,她能得到一点光明,完全是靠着母亲的慈爱和智慧。直到海伦的家庭教师——莎莉文小姐的出现,重新带给了她对生活的渴望,并且打开了她心中的眼睛,点燃了她心中的烛火。后来,海伦跟贝尔博士接触后,开始得到人间的友爱并吸取人类的知识,懂得了“知识给人以爱,给人以光明,给人以智慧。”

海伦在《假如给我三天光明》中写到:第一天,我要看人们的善良、温厚与友谊,使我的生活值得一过。我希望长久的凝视我亲爱的老师,安妮·莎莉文·梅西太太的面庞,因为她为我打开了外面的世界。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,我将再一次迎接黎明的曙光,急于寻找新的喜悦。

对于世界上充满五颜六色、千姿百态万花筒般的景象,人们认为是理所当然的。也许人类就是这样,极少去珍惜我们所拥有的东西,而渴望那些我们所没有的东西。

假如我们只有三天光明,那么你会怎样使用你自己的眼睛,你最想让你的目光停留在什么上面呢?自然,我想让我的目光停留在令我珍惜的东西上,以便在那即将到来的夜晚,将它们记住。

我们要向海伦·凯特学习,在困难面前,不要退缩。让我们珍惜我们现在所拥有的生活吧!

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！