

珍藏版



七彩童书坊

QICAITONGSHUFANG



假如给我三天光明

中国孩子喜爱的珍藏读本



浙江少年儿童出版社





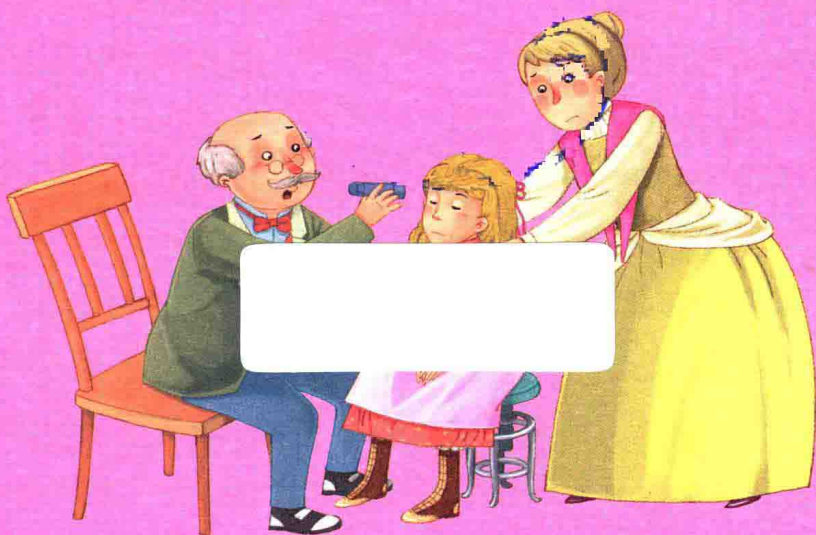
假如给我三天光明

中国孩子喜爱的珍藏读本

JIARUGEIWOSANTIAN
GUANGMING

原著/[美] 海伦·凯勒

改编/喻雪红 插图/西月图文



浙江少年儿童出版社

图书在版编目(CIP)数据

假如给我三天光明 / (美) 凯勒著; 喻雪红改编.
—杭州: 浙江少年儿童出版社, 2016.2

(七彩童书坊)

ISBN 978-7-5342-9092-3

I. ①假… II. ①凯… ②喻… III. ①凯勒, H.
(1880~1968) — 自传 IV. ①K837.127=533

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第298092号



七彩童书坊

JIARUGEIWOSANTIANGUANGMING 假如给我三天光明

原著 / [美] 海伦·凯勒

策划 / 幼狮文化 改编 / 喻雪红

责任编辑 / 刘蕊 金超

插图 / 西月图文 美术编辑 / 楼迎春

责任印制 / 吕鑫

浙江少年儿童出版社出版发行

杭州市天目山路40号 310013

深圳市福圣印刷有限公司印刷

全国各地新华书店经销

开本 / 889mm × 1194mm 1/24

印张 / 9.5

印数 / 1-25120

2016年2月第1版

2016年2月第1次印刷

ISBN 978-7-5342-9092-3

定价 / 23.50元

服务热线 / 020-38312206

幼狮网址 / yosbook.com

● 著作权所有, 本书图文未经同意不得转载。如发现书页装订错误或污损, 请寄至承印公司调换。



✧ 编者的话 ✧

给孩子一个七彩的童年

童年是人生中最天真烂漫、最美好珍贵的时光。在这段时光里，阅读更是不容错过的人生经历。许多年后，当孩子们回忆起童年时光，在心灵的某一个角落，会有一种特别的感受让他们心生温暖，久久回味。

那是一种感动，是童年阅读所产生的纯真而美好的感动。稚嫩的童心如此敏感，它能将自己所感受到的丝丝震颤都深深铭刻在记忆的神经上，生发出许多快乐、忧伤、开心、苦恼的情绪，渲染着孩子们心灵的天空，并幻化出恒久的五彩斑斓。哪怕岁月流逝，孩子们已经日渐长大，这一份感动依然会深深地留存心底，以至影响他们的整个人生。

那些能让童年产生久远的感动、在记忆中留下难以磨灭的痕迹的童话和故事，文字优美，内涵丰富，充满想象力，就像天幕中闪亮的星星，永恒闪耀在孩子的心灵里，为他们送上快乐、友善、智慧、诚信、勇敢、坚强、希望……

这是一些曾经不朽、再过很多很多年依旧不朽的故事。这些故事一经阅读，便会深深植根于孩子们的脑海中，成为一种永久的记忆。



流传久远、讲述古老神奇故事的《一千零一夜》《神话故事》，语言优美、童趣盎然的《安徒生童话》《格林童话》，给予孩子智慧与启迪的《伊索寓言》《三十六计》和《365你问我答》，培养孩子优秀个性品质的《男孩故事》《女孩故事》和《感恩故事》，传承中华文化精髓的《唐诗三百首精选》《国学启蒙》和《儿歌三百首精选》，妙趣横生、百读不厌的古典四大名著，充满想象、奇幻有趣的长篇童话故事《绿野仙踪》《爱丽丝漫游奇境记》和《木偶奇遇记》……都是孩子们书架上的珍宝，陪伴着一代又一代儿童度过快乐的时光。朗朗上口的语言，生动有趣的故事，丰富的知识，优美的意境，让孩子们不仅能从中领略到语言文字的丰富表现力，还可以感受到其中的情感和思想内涵，在不知不觉中增长智慧，接受美的熏陶。

经典是永恒的，与美图共享，将演绎出别样的精彩。精致的图画，呈现出多样的色彩和灵动的线条，在孩子们眼前铺展开一个童话般美丽、神话般奇妙的世界，以有限的画面给孩子无限的空间去放飞想象。许多年以后，也许他们仍然记得，曾经有一幅富有创意的图画、一种感人的色调，吸引过自己的视线，在自己心里埋下过一颗梦想的种子。

美妙、高贵、多彩的经典，与孩子纯真的天性如此契合。在愉快的阅读中，孩子们将变得快乐、聪明和高尚。爱孩子，就给孩子一个快乐的七彩童年吧！





目录

1 海伦·凯勒生平

3 我的人生故事

3 光明与声音

13 感知世界，学会说话

44 阅读与学习

64 感恩的心

85 回馈社会

108 海伦的心声

109 勇气

110 乐观

110 生之欢乐

111 手的力量

112 触觉

114 目盲心明

115 感觉与性灵

116 正视残障

117 宽容

118 科学与人类

118 品德的淬炼

120 环境与人

121 考验

123 助人最乐

124 扭转命运



125 生活的真谛

126 快乐

127 开创新局

128 自知之明

129 知识的乐趣

130 知足常乐

130 乐以忘忧

131 雨过天晴

132 最好的一面

133 明天

133 向善

134 享受生活(一)

144 享受生活(二)

154 享受生活(三)

159 连杉的美好生活

165 走出黑暗与寂静

185 1925年国际年会演讲词

189 假如给我三天光明

189 第一天

198 第二天

209 第三天

219 后记



海伦·凯勒生平

HAI LUN KAI LE SHENG PING



hǎi lún kǎi lè nián yuè rì chūshēng zài měi guó yà lā bā mǎ
海伦·凯勒, 1880年6月27日出生在美国亚拉巴马

zhōu běi bù de yī gè xiǎo chéng zhèn tā sī kā mǔ bǐ yà zhèn yī suì qī gè
州北部的一个小镇——塔斯喀姆比亚镇。一岁七个

yuè shí yīn wèi yī cháng zhòng bìng biàn chéng le yòu máng yòu lóng de hái zi
月时因为一场重病, 变成了又盲又聋的孩子。

qī suì zuǒ yòu zài ān nī shā lì wén lǎo shī de zhǐ dǎo xià kāi shǐ xué xí
七岁左右在安妮·莎莉文老师的指导下开始学习。

nián yuè kǎo rù hā fó dà xué lā dé kè lì fū xué yuàn
1899年6月, 考入哈佛大学拉德克利夫学院。

nián zhuàn xiě chū bǎn wǒ de shēng huó
1902年, 撰写出版《我的生活》。

nián yuè yǐ yōu yì de chéng jì dà xué bì yè
1904年6月, 以优异的成绩大学毕业。

nián nián zhù wǒ de tiān dì
1908年~1913年, 著《我的天地》。

nián fā qǐ hǎi lún kǎi lè jī jīn huì hòu jiā rù měi guó máng rén
1924年, 发起海伦·凯勒基金会, 后加入美国盲人



jī jīn huì chéng wéi zhǔ yào lǐng dǎo rén
基金会，成为主要领导人。

nián zhù wǒ de hòu bàn shēng
1929年，著《我的后半生》。

nián huò dé yīng guó gé lā sī gē dà xué róng yù bó shì xué wèi
1932年，获得英国格拉斯哥大学荣誉博士学位。

nián zhù lǎo shī ān nī shā lì wén méi xī huò hā fó
1955年，著《老师：安妮·莎莉文·梅西》，获哈佛
dà xué róng yù xué wèi
大学荣誉学位。

nián lián hé guó fā qǐ hǎi lún kāi lè shì jiè yùn dòng
1959年，联合国发起“海伦·凯勒”世界运动。

nián měi guó hǎi wài máng rén jī jīn huì bān bù hǎi lún kāi lè
1960年，美国海外盲人基金会颁布“海伦·凯勒”

jiǎng jīn
奖金。

nián róng huò zǒng tǒng zì yóu xūn zhāng
1964年，荣获总统自由勋章。

nián yuè rì yǔ shì cháng cí zhōng nián bā shí bā suì
1968年6月1日，与世长辞，终年八十八岁。



我的人生故事

WO DE REN SHENG GU SHI



光明与声音

hǎi lún kǎi lè chūshēng shí jiàn kāng kě ài yī suì qī gè yuè shí què yīn wèi
海伦·凯勒出生时健康可爱，一岁七个月时却因为
jí bìng shī qù le shì jué hé tīng jué tóng shí yě wú fǎ xué huì shuō huà tā chéng le yòu
疾病失去了视觉和听觉，同时也无法学会说话，她成了又
lóng yòu yǎ yòu máng de hái zǐ
聋又哑又盲的孩子。

wǒ shì hǎi lún kǎi lè wǒ de zǔ xiān cóng ruì diǎn yí mín bīng dìng jū zài
我是海伦·凯勒，我的祖先从瑞典移民并定居在
měi guó de mǎ lǐ lán zhōu wǒ de fù qīn yà sè kǎi lè céng shì nán běi zhàn zhēng
美国的马里兰州。我的父亲亚瑟·凯勒曾是南北战争
shí de yī míng nán jūn shàng wèi mǔ qīn kǎi dì yà dāng sī shì fù qīn de dì èr
时的一名南军上尉。母亲凯蒂·亚当斯是父亲的第二
rèn qī zi bǐ fù qīn xiǎo hǎo jǐ suì
任妻子，比父亲小好几岁。

nián yuè rì wǒ chūshēng zài měi guó yà lā bā mǎ zhōu běi bù yī
1880年6月27日，我出生在美国亚拉巴马州北部一
gè xiǎo chéng zhèn tā sī kā mǔ bǐ yà zhèn wǒ chūshēng shí jiàn kāng kě ài
个小城镇——塔斯喀姆比亚镇。我出生时健康可爱，

gěi jiā li dài lái le wú xiàn de huān lè hé xǐ yuè yīn wèi wǒ shì fù mǔ de dì
给家里带来了无限的欢乐和喜悦。因为我是父母的第
yī gè hái zǐ suǒ yǐ bèi shòu chǒng ài
一个孩子，所以备受宠爱。

jiā rén gào su wǒ wǒ zài yīng ér shí qī jiù biǎo xiàn chū le bù fú shū de
家人告诉我，我在婴儿时期就表现出了不服输的
gè xìng duì rèn hé shì wù dōu yǒu hěn qiáng de hào qí xīn hé chū sè de guān chá lì
个性，对任何事物都有很强的好奇心和出色的观察力。
wǒ de gè xìng fēi cháng jué jiàng cháng cháng xiǎng mó fǎng dà rén men de yī jǔ yī dòng
我的个性非常倔强，常常想模仿大人们的一举一动。
liù gè yuè dà shí wǒ jiù huì fā chū lèi sì yú dān cí chá hé nǐ hǎo de
六个月大时，我就会发出类似于单词“茶”和“你好”的
shēng yīn zhè lǐng shēn biān de rén gǎn dào hěn jīng qí
声音，这令身边的人感到很惊奇。

gāng mǎn zhōu suì wǒ jiù xué huì le zǒu lù yǒu yī cì mǔ qīn gěi wǒ xǐ
刚满周岁，我就学会了走路。有一次，母亲给我洗

zǎo gāng bǎ wǒ cóng yù pén zhōng bào chū lái hū
澡，刚把我从浴盆中抱出来，忽

rán wǒ fā xiàn shù de yīng zi zài
然，我发现树的影子在

dì bǎn shàng shǎn dòng jiù cóng mǔ qīn
地板上闪动，就从母亲

de huái lǐ zhèng tuō chū lái yáo yáo
的怀里挣脱出来，摇摇





bǎi bǎi de qù zhuī gǎn hé cǎi tà nà xiē shù yǐng
摆摆地去追赶和踩踏那些树影。

chūn tiān shí niǎo yǔ huā xiāng xià tiān lì dào chù dōu shì yě guǒ hé xiān huā qiū
春天时鸟语花香，夏天里到处都是野果和鲜花，秋
tiān shù yè huǒ hóng guǒ shí fēng shuò měi hǎo de jì jié cōng cōng ér guò zài yī
天，树叶火红、果实丰硕。美好的季节匆匆而过，在一
gè huó bèng luàn tiào yá yá xué yǔ de hái zǐ xīn zhōng liú xià le yī shēng zhōng zuì nán
个活蹦乱跳、牙牙学语的孩子心中留下了一生中最难
wàng de měi hǎo shí guāng
忘的美好时光。

rán ér hǎo jǐng bù cháng xìng fú de shí guāng zǒng shì jié shù de tài kuài zài
然而好景不长，幸福的时光总是结束得太快。在
nà yīn yù de èr yuè yī suì qī gè yuè de wǒ shēn xiàn zài gāo shāo de bìng tòng zhōng
那阴郁的二月，一岁七个月的我深陷在高烧的病痛中。
wǒ dé le jí xìng wèi yán hé nǎo yán gāo shāo bù tuì yī shēng dōu yǐ wéi wǒ huó bù
我得了急性胃炎和脑炎，高烧不退，医生都以为我活不
xià qù le
下去了。



ràng rén yì xiǎng bù dào de shì jǐ tiān zhī hòu gāo
让人意想不到的，是，几天之后，高

shāo shén qí de tuì le duì yú zhè ge qí jì yī jiā rén
烧神奇地退了。对于这个奇迹，一家人

dōu xīn xǐ bù yǐ kě shì tā men què bù zhī dào wǒ
都欣喜不已。可是，他们却不知道我

zhèng chéng shòu zhe lìng yī zhǒng zhé mó wǒ de yǎn jīng
正承受着另一种折磨——我的眼睛

gǎn jué gān sè zhuó rè téng tòng pà guāng yī diǎn diǎn shī
感觉干涩、灼热，疼痛怕光，一点点失

qù le shì lì yǔ cǐ tóng shí wǒ de tīng lì yě zài
去了视力。与此同时，我的听力也在

xiāo tuì màn màn de wǒ tīng bù jiàn wài miàn de shēng yīn le
消退，慢慢地，我听不见外面的声音了。

cóng cǐ wǒ yǒng yuǎn shī qù le guāng míng hé shēng yīn jì kàn bù jiàn yòu tīng bù
从此，我永远失去了光明和声音，既看不见又听不

jiàn le zài jiā shàng nián jì tài xiǎo jìn guǎn wǒ de shēng dài méi yǒu sǔn huài dàn shì
见了。再加上年纪太小，尽管我的声带没有损坏，但是

yóu yú tīng bù jiàn shēng yīn yě jiù wú fǎ jì xù xué xí shuō huà le zhè yàng yī
由于听不见声音，也就无法继续学习说话了。这样一

lái wǒ chéng le yòu lóng yòu yǎ yòu máng de hái zǐ
来，我成了又聋又哑又盲的孩子。

zuì chū wǒ duì zhè è mèng bān de zāo yù jīng kǒng bù yǐ hài pà jí le
最初，我对这噩梦般的遭遇惊恐不已，害怕极了！

wǒ cháng cháng qiān zhe mǔ qīn de qún bǎi gēn zhe máng lǐ máng wài kě shì wǒ jīng
我常常牵着母亲的裙摆，跟着忙里忙外。可是，我精

lì chōng pèi hào qí xīn qiáng jiàn jiàn de wǒ kě wàng yǔ tā rén jiāo liú gōu tōng yǐ
力充沛，好奇心强，渐渐地，我渴望与他人交流沟通，以

huǎn jiě nèi xīn de yōu lǜ
缓解内心的忧虑。

wǒ yòng shǒu qù mō suǒ gè zhǒng dōng xī bìng nǚ lì fēn biàn tā men de yòng tú
我用手去摸索各种东西并努力分辨它们的用途，

yòng zhī tǐ yǔ yán biǎo dá zì jǐ de yì yuàn bǐ rú diǎn tóu biǎo shì tóng yì yáo
用肢体语言表达自己的意愿，比如点头表示“同意”，摇
tóu biǎo shì fǎn duì bǎ bié rén lā dào zì jǐ de fāng xiàng biǎo shì lái tuī kāi
头表示“反对”；把别人拉到自己的方向表示“来”，推开
biǎo shì qù dāng xiǎng chī miàn bāo shí wǒ jiù yǐ qiē miàn bāo tú nǎi yóu de dòng
表示“去”；当想吃面包时，我就以切面包、涂奶油的动
zuò biǎo shì xiǎng gào su bié rén lěng shí wǒ jiù huì suō zhe bó zi zuò chū sù sù
作表示；想告诉别人冷时，我就会缩着脖子，做出簌簌
fā dǒu de yàng zi
发抖的样子。

wǒ de jiā rén jié lì qù lǐ jiě wǒ de yì si yě jǐn kě néng yòng gè zhǒng
我的家人竭力去理解我的意思，也尽可能用各种
dòng zuò biǎo dá zì jǐ de yì yuàn bāng zhù wǒ liǎo jiě bù
动作表达自己的意愿，帮助我了解。不
dé bù shuō wǒ zài nà màn cháng de hēi yè lǐ néng dé
得不说，我在那漫长的黑夜里能得
dào yī diǎn guāng míng wán quán shì kào zhe tā men de
到一点儿光明，完全是靠着他们的
cí ài hé zhì huì
慈爱和智慧。

wǔ suì shí wǒ xué huì zuò hěn duō shì bǐ rú zhé
五岁时，我学会做很多事，比如折



dié xǐ hǎo de yī fu huò zhě bǎ xǐ hǎo de yī fu jìn xíng fēn lèi shèn zhì hái néng
叠洗好的衣服,或者把洗好的衣服进行分类,甚至还能
rèn chū nǎ jǐ jiàn yī fu shì zì jǐ de ne
认出哪几件衣服是自己的呢!

wǒ xǐ huan hé mǔ qīn huò gū mā chū mén yě xǐ huan qīn qī péng you lái jiā
我喜欢和母亲或姑妈出门,也喜欢亲戚朋友来家
lǐ chuàn mén měi dāng kè rén zǒu shí wǒ huì xiàng tā men huī shǒu gào bié wǒ hái yī
里串门。每当客人走时,我会向他们挥手告别,我还依
xī jì de zhè zhǒng shǒu shì suǒ biǎo shì de yì yì
稀记得这种手势所表示的意义。

wǒ de gè xìng gù zhì chōng dòng cháng cháng bù gù hòu guǒ wǒ xíng wǒ sù nǎ
我的个性固执冲动,常常不顾后果,我行我素,哪
pà zuì hòu luò de gè tóu pò xuè liú wǒ jīng cháng wèi le yī xiē xiǎo shì ér wú lǐ
怕最后落得个头破血流。我经常为了一些小事而无理
qǔ nào suī rán wǒ xīn lǐ yě zhī dào zhè yàng shì bù yīng gāi de kě shì yī dàn
取闹。虽然我心里也知道这样是不应该的,可是一旦

yǒu zāo gāo de shì qing wǒ yòu jí zǎo de kòng zhì bù
有糟糕的事情,我又急躁得控制不

liǎo wèi cǐ wǒ cháng tí shāng bǎo mǔ ài lā wǒ zhī
了,为此我常踢伤保姆艾拉。我知

dào tā hěn tòng suǒ yǐ měi dāng qì xiāo shí wǒ
道她很痛,所以每当气消时,我

dōu huì jué de hěn kuì jiù dàn shì dāng
都会觉得很愧疚。但是,当

shì qing yòu bù shùn wǒ de xīn yì shí wǒ
事情又不顺我的心意时,我

hái shì huì fēng kuáng de hú luàn tí dǎ
还是会疯狂地胡乱踢打。

zài zhè duàn hēi àn de rì zi lǐ
在这段黑暗的日子里,





wǒ yǒu liǎng gè zhāo
我有两个朝

xī xiāng chǔ de huǒ bàn yī
夕相处的伙伴，一

gè shì chú shī de nǚ ér mǎ shā huá shèng
个是厨师的女儿玛莎·华盛

dùn lìng yī gè shì yī zhī jiào zuò bèi lì de lǎo liè gǒu
顿，另一个是一只叫作贝利的老猎狗。

wǒ hé mǎ shā wán de kāi xīn jí le tā néng gòu qīng yì dú dǒng wǒ de shǒu
我和玛莎玩得开心极了！她能够轻易读懂我的手

shì suǒ yǐ měi cì fēn fù tā zuò shì tā dōu néng hěn kuài wán chéng tā dà gài rèn
势，所以每次吩咐她做事，她都能很快完成。她大概认

wéi yǔ qí gēn wǒ dǎ jià hái bù rú guāi guāi de tīng huà lái de cōng míng suǒ yǐ
为，与其跟我打架，还不如乖乖地听话来得聪明，所以，

tā měi cì bāng wǒ zuò shì dōu zuò de gān jìng lì luò
她每次帮我做事都做得干净利落。

nà ge shí hou wǒ gēn mǎ shā zài chú fáng dù guò le bù shǎo shí guāng wǒ
那个时候，我跟玛莎在厨房度过了不少时光。我

men zài chú fáng zuò miàn shí bīng jī líng tōu bǐng chī jǐ niú nǎi yòng jiǎn dāo sì chù
们在厨房做面食、冰激凌，偷饼吃，挤牛奶，用剪刀四处

jiǎn dōng xī dǎ jià
剪东西，打架……

bèi lì jiù bù tóng le
贝利就不同了，

tā hěn lǎn duò yī tiān dào wǎn
它很懒惰，一天到晚

dōu tāng zài nuǎn lú páng shuì jiào tā yě
都躺在暖炉旁睡觉。它也

bù gòu cōng míng wǒ jìn xīn jìn lì de jiāo tā shǒu yǔ
不够聪明。我尽心尽力地教它手语，

dàn shì tā gēn běn bù dǒng wǒ zài gàn shén me ér qiě tā hái bù tīng wǒ de zhǐ huī
但是它根本不懂我在干什么，而且，它还不听我的指挥。

wǒ wú fǎ qīng chu de zhī dào wài miàn de shì jiè bù néng gèng duō de liǎo jiě
我无法清楚地知道外面的世界，不能更多地了解

hé biǎo dá wǒ zhù yì dào mǔ qīn hé tā de péng you men dōu shì yòng zuǐ ba zài jiāo
和表达。我注意到母亲和她的朋友们都是用嘴巴在交

tán ér bù shì yòng shǒu bǐ huà yǒu shí hou wǒ zhàn zài liǎng gè shuō huà de rén zhōng
谈，而不是用手比画。有时候，我站在两个说话的人中

jiān yòng shǒu mō tā men de zuǐ chún jīn guǎn gǎn jué dào le chàn dòng dàn shì wǒ réng
间，用手摸他们的嘴唇，尽管感觉到了颤动，但是我仍

bù zhī dào tā men zài shuō shén me
不知道他们在说什么。

yīn wèi zhè yàng wǒ gǎn dào fán zào shēng qì duì wǒ lái shuō bù guǎn shì
因为这样，我感到烦躁、生气。对我来说，不管是

kuài lè hái shì fèn nù dōu wú fǎ yòng zhèng cháng de tú jīng biǎo dá suǒ yǐ zài hǎo
快乐还是愤怒都无法用正常的途径表达。所以，在好

jǐ nián de shí jiān lǐ wú zhù de wǒ yào me měng tī měng jiào wú lǐ qǔ nào yào
几年的时间里，无助的我要么猛踢猛叫、无理取闹，要

me fèn nù de yī shēng bù xiǎng
么愤怒地一声不响。

