

世界四大励志经典

The Story of My Life

假如给我三天光明

【美】海伦·凯勒 著



上海人民美术出版社



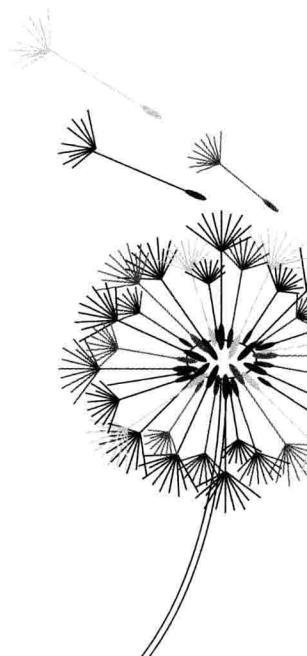
— 世界四大励志经典 —



假如给我三天光明

【美】海伦·凯勒 原著

姜 慧 编译



上海人民美術出版社

图书在版编目(CIP)数据

假如给我三天光明 / (美) 凯勒 (Keller, H.) 著 ;
姜慧译. -- 上海 : 上海人民美术出版社, 2013.5
(世界四大励志经典系列)
ISBN 978-7-5322-8437-5
I. ①假… II. ①凯… ②姜… 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(2013)第081194号

出 版 人 / 李 新
执行出版人 / 李明虎
丛 书 主 编 / 付 路



假如给我三天光明

编译 / 姜 慧
责任编辑 / 张琳海 闫超华
封面设计 / 陈雅文 李琛琛
插图作者 / 豆 豆
版面设计 / 夏丹丹 戚兰兰
出版发行 / 上海人民美术出版社
经销 / 全国新华书店
印刷 / 合肥银联文化投资有限公司
开本 / 720×980mm 1/16 总印张 / 49
版次 / 2013年6月第1版 第1次印刷
书号 / ISBN 978-7-5322-8437-5
总定价 / 68.00元 (全四册)

作家与作品



海伦·凯勒（1880-1968年）是本书的主人公，是一个在黑暗中度过一生的盲人作家，可她却是世界上第一个完成大学教育的聋哑人。从一岁那年开始，海伦度过了长达87年的看不见、听不见、说不出的孤独岁月。但是，她仅仅只在身体上是一个弱者，在精神上，她——海伦·凯勒绝对是一个强者。她用她的勇敢和毅力震撼了全世界，直到现在，她的精神还在鼓舞着我们大家。海伦·凯勒在没有光明的岁月里，凭着自己不懈的努力，克服了生理缺陷，考上哈佛大学拉德克利夫学院。她为了帮助残疾人四处奔走，建起了一家慈善机构。她凭借着一颗不屈不挠的心和顽强坚毅的品格创造了这些堪称奇迹的伟大成就，并获得了无数个荣誉，赢得了世界各国人民的赞美，被美国《时代周刊》评选为20世纪美国十大英雄偶像之一。

《假如给我三天光明》是海伦·凯勒的散文代表作，盲聋哑人的特殊视角，不同寻常的亲身经历，使得这本书具有感人至深的艺术力量。

海伦希望自己可以拥有光明去看看这个世界——三天就满足了。



在第一天，她想要看到的是人，各式各样的人。而莎莉文作为她的老师是她第一个想要看见的人，莎莉文老师传授的知识让她受益终生，由此她可以有能力去了解这大千世界。海伦爱那些关心她的人：她的老师、亲人和朋友。她想亲眼看看他们的样子。在第二天，海伦想看到的是大自然，她想看太阳缓缓升起，给大地带来的无限光辉。她无比地热爱着自然，“有视觉的第二天，我要在黎明前起身，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。”而这是多么普通的景象啊。正常人每天都可以看得到。在这一天，她还想要看那些让她暂时忘记黑暗的历史与文化。那是她苦苦追求的世界历史和文化。第三天，海伦已经无法作出明确的规划了，因为她有太多太多想要看见的东西了。她是多么希望同每一个正常人一样可以清楚地见到周围的一切，她是多么渴望拥有光明啊。

大文豪马克·吐温对海伦·凯勒有着高度评价，认为她和拿破仑是19世纪最伟大的两个人。看完这本书，我们可以深切体会到一个长期生活在无声无光无语世界里的人的坚强奋斗的精神。海伦以惊人的毅力去面对生活的挑战，微笑着迎接那些人生的困境，并努力从黑暗中找到光明。不仅如此，她还竭尽所能地帮助残疾人，为全世界的慈善事业努力奔走。那我们这些健全人呢，不就更应该去学习海伦的那种奋斗精神吗？我们也要向海伦学习，去关爱身边的残疾人。我们应该坚信，只要有了爱与温暖，那么我们就能实现一个又一个的奇迹；只要拥有希望，就一定能拥有美好的人生。

目 录



自序 / 1
童年时光 / 2
光明使者 / 20
“爱”是什么 / 26
知识的海洋 / 29
难忘的圣诞 / 36
波士顿之旅 / 39
海滨假日 / 44
山林之秋 / 47
雪白的世界 / 55
第一次说话 / 57
《霜王》风波 / 61
世界博览会 / 71
学习外语 / 77



校园生活 / 80
阅读的乐趣 / 99
生活的真谛 / 111
珍贵的友谊 / 123
假如给我三天光明 / 132
海伦·凯勒生平 / 146
海伦·凯勒生平大事记 / 150
名人评价 / 152



自序

写自传回忆自己从出生到现在生命历程，我一直是怀着忐忑不安的心情，就像有一层薄雾笼罩住了我的童年，当我想要把它掀开时，总会有许多的迷茫和疑惑萦绕在心头。

在我看来，一个女人通过想象和记忆来写自传，来描述自己的童年和成长经历，本身就是一件难事，更何况童年早已久远，成长的快乐和悲伤早已成为前尘往事。在我的脑海中，哪些是真正发生的事实，哪些只是我虚构的幻觉想象，我自己也分不清楚了。那些接受教育的过程，那些激动人心的事件，也因为时间的流逝而越来越模糊了。沧海桑田，所有我的真实记忆和虚构幻想就像在熔炉里经过了千锤百炼，早已分辨不清。对我来说，女人在描述自己的童年历程时，总像是想象出来似的。

时光飞逝。我对幼时及童年的记忆早已失去了真实的颜色。此外，那些在我早期接受教育过程中出现的重大转折，也因为总是有新的兴奋与激动代替，而渐渐被遗忘。但是，仍有不少难以磨灭的记忆一直固守在我的脑海里，并给我后来的生活带来或多或少的影响。为避免我的传记让您觉得冗长乏味，我将只挑选我一生中最有趣、最有价值的一些片段，通过这些来讲述我的故事。





童年时光

1880年6月27日，我——海伦·凯勒出生在美国南部亚拉巴马州一个叫图斯甘比亚的小镇上。

因为我的祖先是来自瑞士移民到美国，后来在马里兰州定居的，所以说起来我应该算是一个瑞士人。据说我有一位祖先是苏黎世人，是一个聋哑教师。有谁知道，他又有了我这样一个又盲又聋的后人呢？真是一个不可思议的巧合。想到这里，我不得不自嘲地笑笑：“原来命运喜欢跟我开玩笑，真是世事难料，命运无常呀。”

当我的祖父选中亚拉巴马这片广袤的土地之后，图斯甘比亚镇就成为我们整个家族的故乡了。那时，我的祖父每年必须去给家里和农场置办各种所需的日用品，他总会骑马穿过无数森林草地，从图斯甘比亚镇一路驰骋到费城。直到现在我的姑妈家仍珍藏着许多祖父写旅途见闻的信。他时常寄回这样的信，上面写到很多有趣的事情和人物，他还栩栩如生地描写了他旅途所见的西部风景。每当我读到祖父这些旅途中有趣的事时，我都会感叹：他们当时的生活是多么美好啊！

拉菲特的助手亚力山大·穆尔的女儿就是我的祖母凯勒夫人。她还有另一个身份，是南北战争著名将领罗伯特·爱德华·李的第二代堂妹。她的祖父曾是英国早期的一个殖民官，时任弗吉尼亚皇家总督的亚历山大·斯波茨伍德。我的父亲叫亚瑟·凯勒，他是南北战争中南方军的一名上尉。我的母亲凯特·亚当斯是父亲的第二任妻子，她比我父亲要小很多。

在我尚未失去视觉和听觉那个时候，我们家住的房子很狭小，只有一个还算大的四方房间和一个供仆人住的小房间。当时南方有一个习惯，大家会加盖一间小屋在自己家大房子旁边。父亲就在南北战争结束后加盖了一个小屋，和母亲结婚后就一起住了进去。葡萄藤、蔷薇花和金银花遍布小屋的周围，远远望去，像一个美丽的凉亭，漂亮极了。还有那藏在黄蔷薇和茯苓花丛中的小小门廊，它们也就成了小鸟和蜜蜂常常光顾的乐园。

我祖父母居住的是一个有着古典式花园的老房子，距我家小屋只有几步之遥。这个老房子有一个美丽的名字“长青家园”，因为有美丽的常青藤缠绕着房屋的四周和篱笆。我经常在那里流连忘返，它是我儿时的乐园。

在莎莉文老师还没来我家之前的日子，我经常在祖父母的花园里散步。很多时候我的嗅觉被花香所吸引，沿着黄杨木篱笆摸索着去寻找刚刚绽放的百合花和紫罗兰。那些花儿可真漂亮呀，一朵挨着一朵，互相抱成团，一丛丛，一簇簇，星罗棋布，连绵不断，就像一块五颜六色的地毯。微风吹过，如同是道道绿波、条条花浪。每当我心情不好的时候，便会来到这里，烦躁的心在闻着阵阵花香的时候被悄悄抚平；每当我带着自己炙热的脸庞来到这清凉的树叶和草丛中时，它们总能让我的心灵得到无法言喻的慰藉。

我喜欢这个神奇的花园，喜欢这里狂烈的生命色彩。我在陶醉于清新的





花香中时，感觉总是那么愉快。每当我闻到美丽的葡萄藤所散发出来的清香时，我知道我不知不觉已经来到花园的另一个神奇的角落。在这里有随地蔓延的卷须藤，有害羞得低下头去的茉莉，最特别的是一种花瓣极易脱落的蝶翼百合，它像极了蝴蝶的翅膀。不过我觉得最美丽的要数蔷薇花了。这里有着北方少有的爬墙蔷薇，是那么地赏心悦目。它的花朵和门廊上垂下的青藤相互映衬，空气中弥漫着不带一丝泥土气息的缕缕清香，让我深深沉醉。日出时刻，蔷薇带着露水的洗礼，似乎从未染上一丝人间烟尘，是那么冰清玉洁。我深信它较之于上帝的天国花园中最美丽的鲜花也毫不逊色。

正如其他人一样，我的出生是那么简单而平凡。我的呱呱坠地，让我的家人笑逐颜开。我的父母同所有的父母一样，很重视为我取名字这件事，他们为此绞尽脑汁，并常常争论。父亲想用“米德尔·坎培”来作为我的名字，这是他最尊敬的祖先的名字，母亲却希望用我外婆的名字“海伦·艾弗里特”。虽然在这场争论中母亲胜利了，但是在父亲带我去教堂接受洗礼的路上，不知道他是因为太兴奋还是别的什么原因，他竟然把我的名字给忘记了，最后当牧师问到我的名字时，父亲只记得和外婆有关，最后我的名字在

一波三折中变成了“海伦·亚当斯”。

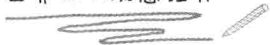
婴儿时的我对周围的事物总是充满了好奇，尤其喜欢模仿大人们举手投足之间的动作。在我六个月大的时候，我已经能奶声奶气地说“Hello（你好）”这个词了。有一天我成功地吸引住了周围人的目光，因为我学会了“Tea（茶）”这个词并能清晰地说出来。直到生病之后，我依然能清晰地记得我几个月大时学会的这些词，“Water（水）”就是其中之一。虽然有些词的发音随着时光的推移而忘记了，特别是当我完全丧失了说话能力之后，可是我一直清晰地记得“Water（水）”这个词。

在周岁的时候我学会了走路。有一天我被阳光透过树叶投到地板上的跳动的影子给吸引住了，在母亲给我洗完澡，把我放在她的大腿上时，我突然滑到地板上，晃悠悠地向那些舞动的影子走去，想同它们一起跳舞。结果我蹒跚走了几步就摔倒在地上，我大哭起来，母亲马上跟过来把我抱了起来。现在回想起来那几步确实是我在生命中迈出的第一步。

美好的大自然给我留下了深刻而美好的印象。阳春三月，几阵清风，数番春雨，将桃花的腮染红了，将梨花的脸染白了，将迎春花的发辫儿染黄了。无数嫩绿的幼芽从泥土里钻了出来，在阳光下闪闪发光；春天随着落花走了后，夏天披着一身绿色的叶儿在暖风里跳动着走来了。林间草地上，蜜蜂飞来飞去，蝴蝶翩翩起舞。阳光隔着小树照下来，落成参差斑驳的影子；夏天走后，秋姑娘披着金黄色的外衣翩然而至。金秋的阳光多么温馨恬静啊，微风一吹，叶子发出哗啦啦的响声，将片片黄叶吹落，远远望去，如同一只只蝴蝶在澄净的空中飞舞，美丽极了……

三个季节匆匆走过，带着那些美好的记忆，我在渐渐长大。





可惜我还没来得及紧紧地抓住它们，它们却要慢慢地消失了。因为，我拥有光明和声音的时间非常短暂。那是二月份的一天，一场突如其来的疾病让我仿佛又回到了婴儿时期，眼中的世界是那么安静，那么模糊……医生说是因为急性胃、脑充血导致的，我可能活不了多久。医生束手无策，几乎就要宣布我无药可医了。万幸的是，纠缠我许久的高烧在一个清晨奇迹般地退去了。可是全家人还没来得及为我高兴，就发现我的听觉和视觉已经被这场突如其来的疾病给剥夺了。从此在我的世界里，将是永远的寂静和黑暗。

关于那场疾病留给我的记忆，不仅仅有身体上的痛苦，还有母亲对我无微不至的关怀和呵护。在我陷入昏迷与痛苦中时，我总能感受到母亲那温柔双手的抚慰。无论何时，母亲都一直陪在我身边，伟大的母爱减轻了我的痛苦和烦躁。

睁开眼时我感觉眼睛又干又涩，以前觉得是那么美丽的阳光，现在却让我感觉痛苦不堪。就这样，我眼前的事物一天天变得模糊，视力在不断地下降……这些断断续续的记忆和其余那些不真实的感觉对我来说就像一场无法醒来的噩梦。慢慢地，我对以前的记忆开始变得模糊，也渐渐地习惯了生命里的黑暗与寂静。

莎莉文小姐——我的家庭教师在我差点把以前的美好记忆忘却时，来到了我的生命里。我的心灵因为她重新燃起了希望，我的灵魂得到了释放，我的精神恢复了自由。她拨开了一直笼罩在我内心的迷雾，给我送来了光明。

在我的生命中拥有光明的时间虽然只有19个月而已，但绿色的原野、蔚蓝的天空、葱翠的草木、美丽的鲜花等等，这些美丽的记忆将永远存在……这些是疾病从我生命中带不走的，它们是我记忆中最美丽的宝藏，将永远留

在我的心里。

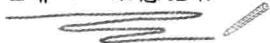
那些发生在我生病后的几个月里的事情，大部分我已经记不清楚了，现在只记得我那时总是坐在母亲的腿上，或者在她做家务时，紧紧拉着她的裙角不放，任她带着我在屋子里忙来忙去。

渐渐地，我可以通过双手来触摸和感受事物的形状，并以此来推断它们有什么用途，我所学到的不少东西都是靠我自己用手去触摸、去感受。而越往后，我想与他人交流的渴望就越强烈，于是我就渐渐学会用一些简单的动作或手势来表达我的意思。比如，想说“来”的时候，就拉着别人示意过来，想说“走”的时候就把别人往外推并用手指着去的方向，还有就是所有人都知道的点头表示“是”，摇头就表示“不”。当我肚子饿了想吃面包时，我就会做出切面包、涂奶油的动作；当我想让母亲在晚饭后给我做冰淇淋吃时，我就会做出打开冰箱的姿势，并且做出因冷而发抖的样子。

为了更好地领会我的意思，也为了我能明白她的想法，母亲也同样会跟我用很多动作来“说话”。现在我可以很迅速地明白她希望我去帮她拿什么东西。在那些漫漫黑夜中，母亲的爱就像春日里的阳光一样给我温暖，母亲的智慧就像黑夜里的一盏明灯一样为我指明方向。我黑暗的世界之所以有了光明，正是因为有了母亲这样的呵护。

随着时间的流逝，我渐渐地长大，也慢慢明白了一些事理。记得我五岁那年就学会了将洗衣店送来的干净衣服叠好并分类，并可以凭感觉很快认出哪些是我自己的，然后自己把衣服整理好。我还知道，每次母亲和姑妈在出门之前都会梳洗打扮，然后我就会求着她们也把我带出去玩。在接人待物方面，我也学到很多，因为每当有亲戚朋友来我家做客时，家人总会让我出来





“接见”客人，当送客人离开时，我也会向他们挥手告别。

有一次，有几位客人来我家拜访我的母亲。当我知道他们来了时，我趁着大家没注意到我，就跑到楼上母亲的房间里，我摸索着站到梳妆镜前，学着别人化妆的样子，往头上抹油，我还在脸上擦了一些粉，并用母亲的发卡把她平时用的面纱固定在头上，面纱一直垂到了我的肩上，这样我的脸就能被它遮住了。完成这些后，我还找了一件非常宽大的裙子套在身上。经过这样一番打扮后，我就下楼去招呼客人了。我不知道我当时的样子像不像一个小丑，但你可以想象当时的场景有多么滑稽。

我已经不记得是从什么时候开始认识到自己是与众不同的，但可以肯定是在我认识莎莉文小姐之前。慢慢地我注意到一件事情，那就是其他人都是通过嘴巴说话来交流，而不是像我那样用手势动作来表达自己的意思。就因为我跟他们的不同，所以我总是想站在两个说话的人中间，用手去触摸他们嘴唇的动作来猜他们所表达的意思。但即使是这样做，我仍然不知所云，为此，我非常生气。于是，我在平时也努力地让我的嘴唇动起来，还会加上手势来表达。但我的意思始终不被别人所理解。当觉得自己与他们无法沟通时，我就会无比地愤怒。我常常会胡乱发脾气，不停地大声尖叫，甚至暴跳如雷地叫喊、踢打，直到弄得自己浑身无力为止。

我也明白，乱发脾气会伤害到别人，但是我总是控制不住自己的情绪。每次，为了一些鸡毛蒜皮的小事而大动肝火之后，我也很自责和内疚。我很明白，我身边的其他人会经常因为我的无理取闹而受到伤害。就像我的护士艾拉和我的保姆一样，她们都曾被我用脚踢疼过。虽然在每次无理取闹之后我都会感到愧疚万分，但是当再次感到心愿落空时，我依然会失控地乱

发脾气。

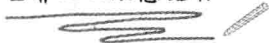
在我人生最暗淡的那段日子里，我没有太多的朋友，只有两个伙伴与我朝夕相伴，其中有一个善良的小女孩，她是我家厨师的女儿，名字叫玛莎·华盛顿，另一个是一条曾经很出色的老猎犬，大家叫它贝利。

玛莎总是能轻易地明白我想表达的意思，所以，她每次都能很快地完成我吩咐给她的事情。她很听我的话，可以称得上是言听计从，从来不会顶撞我，或许她觉得服从命令远远比与我打一架来得省事。从小我就是活泼好动的，总是喜欢不计后果地做一切我想干的事，我很清楚自己那争强好胜、我行我素的性格，有时甚至会不顾一切地“奋战到底”。

那时，厨房是我和玛莎去得最多的地方，我们在那里一起揉面团、磨咖啡豆、做冰淇淋，或者在有兴趣时喂喂小鸡，虽然有时我们还会为几块小点心吵个不停，但我们总会玩得很开心。喂小鸡是我最喜欢做的事，它们总是很温顺地啄食我手中的食物，而我还可以通过抚摸去感受它们那柔软的羽毛和小巧的身体。

有一天，一只贪吃的大火鸡把我手中的番茄给叼走了，也许是受它的启发，我和玛莎跑到厨房，趁





厨师们不注意偷偷拿了刚烤好的蛋糕，躲到柴堆里美美地吃了一顿，可没过多久肚子竟闹腾起来了，疼得我们十分难受。这可能是上帝对两个小孩子调皮的惩罚吧，真希望这惩罚也同样会降临到那只火鸡身上。

让我感到最快乐的事就是到草丛中去寻找珍珠鸡下蛋的巢，那总会给我带来意外的惊喜。它们的巢通常建在草丛中最隐蔽的地方。我虽然不能以语言的形式同玛莎讲我要去找蛋，但是我可以用手语告诉她，我会双手合成一个圆形放到地上，然后示意是在草丛中的一种圆形的东西。她立刻就能明白我想表达的意思。即使我们在草丛里幸运地找到稀有的珍珠鸡的蛋，我也从未允许玛莎把蛋带回去。我用手势比划着说：“如果你摔倒的话，手里的蛋会摔碎的。”运气好的话，我们会找到一个鸡窝，我不在乎找到什么蛋，我享受的是在草丛中寻找的那种快乐。

至今，那些给我和玛莎带来数不尽快乐的粮仓、马厩和奶牛场仍保留在我的记忆里，那是我们儿时的乐园。还记得那时，我们常常去奶牛场看工人们挤牛奶，每次他们都会把我的手放到牛身上，而我也经常因为好奇的触摸而被牛尾巴打到。

对我来说，还有一件快乐的事就是为圣诞节做准备。因为一想到过节时可以享用可口的食物和收到精美的礼物，我就会特别兴奋。那时我还不清楚节日的意义，不过我非常喜欢过圣诞节的气氛。磨香料、挑选葡萄干、舔一舔搅拌过甜食的勺子，都是每年在这个时候家里人派给我们的美差。像其他的小孩子一样，平安夜我也会将长筒袜挂在床头，我只是对这种做法感兴趣而已，与其他小孩子不一样的是，我不会为了想看袜子里装了什么礼物，而在天还没亮时就好奇地爬起来。

