



假如给我三天光明  
海伦·凯勒自传 (第2版)

海伦·凯勒著  
李辛懿 编译

世界文学史上无与伦比的杰作  
见证人性力量的杰出心灵自传

在危机降临时刻，  
看内心强大的女王海伦·凯勒如何逆袭新生。




假如给我三天光明  
**海伦·凯勒** 自传 (第2版)

海伦·凯勒著  
李辛懿 编译

世界文学史上无与伦比的杰作  
见证人性力量的杰出心灵自传

在危机降临时刻，  
看内心强大的女王海伦·凯勒如何逆袭新生。

 中国纺织出版社

## 内 容 提 要

海伦·凯勒作为一个被命运抛弃在盲聋哑世界里的人，却被美国《时代周刊》评选为20世纪美国十大英雄偶像。创造这一奇迹全靠海伦那一颗不屈不挠的心。她接受了生命的挑战，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人生光明的一面，最后又把慈爱的双手伸向全世界。该书是海伦·凯勒的自传，完整地介绍了海伦·凯勒丰富、生动、真实而伟大的一生，许多文字还是第一次与中国读者见面。

### 图书在版编目 ( CIP ) 数据

假如给我三天光明：海伦·凯勒自传 / (美) 凯勒著；李辛懿编译. --2版. --北京：中国纺织出版社，2015.4 (2015.7重印)  
ISBN 978-7-5180-1276-3

I. ①假… II. ①凯… ②李… 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 (2014) 第289168号

---

策划编辑：郝珊珊

责任印制：储志伟

---

中国纺织出版社出版发行

地址：北京朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码：100124

邮购电话：010—67004461 传真：010—87155801

http://www.c-textilep.com

E-mail: faxing@c-textilep.com

北京佳诚信缘彩印有限公司印刷 各地新华书店经销

2014年2月第1版 2015年4月第2版

2015年7月第3次印刷

开本：710×1000 1/16 印张：14.5

字数：166千字 定价：28.00元

---

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换

## 写在前面的话

海伦·凯勒是一个让我们自豪与羞愧的名字，她应该得到永世流传，对我们的生活给予最必要的提醒。

——梅特林克夫人

1880年6月27日，海伦·凯勒出生于美国南部亚拉巴马州的图斯康比亚镇。同年的12月，刚满6个月大的海伦便已经能够说出一些简单的英文单词。翌年6月，海伦又学会了走路。一家人都沉浸在一片祥和的欢乐中，丝毫没有察觉到任何厄运降临前的蛛丝马迹。海伦的祖父是名门之后，曾在瑞士的苏黎世创办过聋哑学校。命运似乎和她开了一个玩笑，就在1881年的12月，一场突如其来的疾病结束了她仅仅维系了19个月幸福生活。经过初步诊断，她患的是急性胃病兼血液冲脑症，医生甚至已经无奈地开出了病危通知。然而就在这时，海伦的命运中出现了一个奇迹，她的恶疾竟然在一夜之间痊愈了。当家人与医生都沉浸在意外的喜悦之中时，却没有人注意到，海伦的人生已经发生了翻天覆地的变化——这个天生聪颖的女孩儿在一夜之间失去了宝贵的视觉与听觉。

遭逢变故后的海伦，一度变得喜怒无常、自暴自弃，她无法接受命运的安排。黑暗最初降临的那段日子，不仅是对于海伦的沉痛打击，更是其整个家庭的不幸。尤其是海伦的母亲——那个南军旅长的女儿，从此变得更加



沉默寡言、郁郁寡欢。所幸的是，一系列的变故并没有将海伦彻底击倒，命运之神将安妮·莎利文小姐带到了她的身旁。在莎利文小姐无微不至的关怀与帮助下，海伦渐渐地走出了生命的阴霾，并通过学习知识，找到了开启光明之门的钥匙。她通过手语拼读和分辨唇形的方式阅读并与人交流，后来又又在富勒夫人与怀特先生的帮助下，重新掌握了说话的能力。作为一个双目失明、双耳失聪的盲聋人士，海伦的求知道路自然不会一帆风顺，她也经历过痛苦挣扎的心路历程，只不过她先是做了命运的弃儿，后来又变成了命运的宠儿。无数来自社会各界的朋友都给了她莫大的鼓舞与勇气。就这样，凭借着自己的坚韧与顽强以及亲朋好友们的不懈支持，她最终如愿以偿地考入了哈佛大学的德克利夫女子学院。大学生活虽然并非尽善尽美，但还是令海伦受益匪浅，尤其是在文学创作上的造诣。最终，她顺利地完成了学院所规定的全部课程，并通过了令其厌恶的种种考试，成为世界上首位获得文学学士学位的盲聋人士。1955年，当海伦重回母校的时候，又被哈佛大学授予荣誉学位，成为世界历史上第一位获此殊荣的女性。

海伦曾在世界各地举办巡回演讲，为与残障人士有关的慈善与保护事业四处奔走募捐。然而她留给世人的最宝贵财富，还是那熠熠闪光的坚毅与博爱精神。她一生中一共出版了14部作品，其中的首部作品《我的人生故事》，是她在大学一年级时的习作结集。海伦最初对出版这样一部作品表现得意兴阑珊，如果不是杂志社编辑的坚持，这部伟大的作品很可能便会胎死腹中。美国著名作家海尔博士曾将《我的人生故事》与吉卜林的《吉姆》并列为1902年美国文学界最杰出的两大贡献。目前，在全世界范围内，这部作品的译本达到了数百种之多。

《假如给我三天光明》是海伦的另一部传世之作，它发表于1933年。海伦在这一时期的作品已经臻于成熟，不仅语言文字锤炼精谨，而且感情也更

加细腻丰富。因此本书特意将这一最精华的部分放置于第一篇中呈献给广大读者。除此之外，译者还从《生活的记忆》（即《我的生活故事》）、《学习生涯》以及《冲破黑暗》等海伦的其他作品中精心遴选并节译了部分脍炙人口的代表性作品。这些作品中所回忆的内容大致有着一个清晰可循的时间脉络，其间也夹杂了大量的插叙与倒叙，生动婉转，感情真挚，犹如一条清澈的河水，时而静谧，时而湍急，从中我们也不难发现海伦学养的增长与文风的渐变。

正如海伦自己所说的那样：“世上最美好的东西，看不到也摸不着，要靠心灵去感受。”当你翻开这本书的时候，同时也打开了一扇心灵的天窗。

编译者

2014年12月

# 目 录

假如给我三天光明：海伦·凯勒自传（第2版）

001

## 第一篇 / 假如给我三天光明

- ◎ 渴望光明
- ◎ 第一天
- ◎ 第二天
- ◎ 第三天

017

## 第二篇 / 生活的记忆

- ◎ 刹那的声与光
- ◎ 他们陪伴在身边
- ◎ 绝望中的光明
- ◎ 我是世界上最幸福的孩子
- ◎ 阴晴不定的大自然
- ◎ 什么是“爱”
- ◎ 用手指触摸知识
- ◎ 圣诞节的惊喜
- ◎ 波士顿之旅
- ◎ 拥抱海洋
- ◎ 山间别墅
- ◎ 与雪共舞

# 目 录

（按文章发表顺序）

073

## 第三篇 / 学习生涯

- ◎ 终于开口说话了
- ◎ “抄袭”之嫌
- ◎ 大开眼界
- ◎ 学习拉丁语
- ◎ 正式入学
- ◎ “哈佛”梦
- ◎ 考试风波
- ◎ 适应大学新生活
- ◎ 书是我的营养品
- ◎ 品味生活的乐趣
- ◎ 照亮我生命的人们

161

## 第四篇 / 冲破黑暗

- ◎ 重新鼓起勇气
- ◎ 开始演讲
- ◎ 想念贝尔先生
- ◎ 反战的热情
- ◎ 拍电影的经历
- ◎ 杂技团的肥差
- ◎ 母亲离世
- ◎ 募捐顺利开展
- ◎ 冲破暗夜沉寂

219

## 附 录 / 海伦·凯勒书信选

- ◎ 致玛丽·摩尔女士
- ◎ 致黛拉·比奈特女士



## 第一篇

## chapter

# 1

### 假如给我三天光明

- ◎渴望光明
- ◎第一天
- ◎第二天
- ◎第三天

## 渴望光明

那些轻而易举得到的东西，人们往往不知珍惜。

——契诃夫

每个人的一生中都会读到一些感人肺腑的故事，故事中那些濒临死亡的主人公是多么的不幸，他们历尽坎坷，却只剩下一载抑或一日的光阴去享受人生。令人欣慰的是，在能够看得见的时光里，他们最终的人生选择和心路历程，总能给活着的人以激励和感动。当然，我所说的是那些有权作出选择的自由人，不包括身陷囹圄的囚徒。

这类发人深省的故事，令我们不禁发问：假如同样的厄运降临在自己的身上，我们该怎么办？当死神的脚步越来越近，我们是不是也能如童话人物般坦然、镇定？我们究竟要做些什么，会遭逢什么，又将有怎样不同的内心感受？回首往事，我们究竟获得了哪些幸福，又留下了哪些遗憾？

我常常幻想自己明天就会死去，每当这样假设的时候，我都会努力地过好当下的生活。这或许是一种不错的生活态度，会让人不再像过去那样忽视生命存在的价值。我们应当过好生命中的每一天，心怀善意与感恩，充满朝气与希望地迎接人生的每一次挑战。然而，日复一日，年复一年，一切美好的品质都难免在岁月的流逝中消磨殆尽。也有不少人是伊壁鸠鲁的门徒，他们笃信一句格言：“吃吧，喝吧，活着就该及时行乐！”可是，人终有一死，而大多数人还是无法承受垂死的痛苦，摆脱死亡的恐惧。

命运的反复无常，在许多故事的末尾都得到了淋漓尽致的书写。奄奄一息的主人公，总是在生命结束前的最后一分钟里奇迹般地康复。他们幸运地活了下来，并对永恒的意义和生命的价值有了刻骨铭心的感悟。在我们的身边，也有许多这样的人。他们曾经或正在死亡的阴影下努力过活，生活中哪怕是微不足道的一件小事，都能够使他们感受到无与伦比的甜蜜与幸福。

或许在不少人看来，人生不过是生老病死。所有人都会有与世长辞的一天，而我们总是自以为是地觉得，那一刻远在天边。当我们还是身体强健，精神饱满的青年时，几乎没有人会认真思考关于死亡的事情。时光的绵延不绝，很容易让人产生生命永恒的错觉。时间一分一秒地逝去，而我们却仍在如痴如醉地挥霍青春，丝毫没有意识到自己活得是多么得过且过、漫不经心。

在我看来，人类与生俱来的一切感官和天赋，都可能会与根深蒂固的懒散基因同归于尽。于是不难发现，只有盲人真正懂得看得见的幸福，只有那些失聪的人最知听觉的珍贵。这种看法，尤其适用于那些成年后才开始遭逢厄运的可怜人。非常讽刺的是，耳聪目明的普通人却很少有人充分发挥感官的优势。他们的眼眸明亮，双耳畅通，却总是对这个美好的世界视而不见、充耳不闻，并不知道珍惜感官健全的幸福。诚如那句古老谚语所揭示的道理：生病后才怀念健康，失去后才懂得珍惜。

我想，对于一个人来说，成年前的残疾经历，譬如忽然失明、失聪，或许是一件值得庆幸的事情。眼前的黑暗会让人对光明的世界充满渴望，耳畔的寂静则令人将世间的一切声音都当作一种享受。

每当有朋友前来拜访，我总爱询问他们都看到了些什么。不久前的一天，一位从树林中漫步归来的好友轻轻地来到了我的身边。我迫不及待地问她都看到了什么精彩的风景。“说实话，也没看到什么特别的東西。”她懒

洋洋地回答。对于这样的回答，我早已习以为常，否则一定会觉得自己的耳朵出了毛病。这一切也使我明白了一个道理：那些视力健全的人，永远不会善用他们的感官天赋。

我不禁有些失落，在偌大的一个树林中穿行许久，却没有发现任何值得注意的事物，这怎么可能呢？难道这些五官健全的人，还比不上像我这样与光明无缘的盲人吗？仅仅凭着简单的触觉，我便能够找出数百种令人着迷的东西。我用双手轻轻地抚摸桦树和松树的树干，前者光滑湿润，后者粗糙干燥，那种奇妙的感觉令我心生温暖。当一片落叶从我的指尖缓缓划过，我能从起伏的叶脉中感受到无对比称的和谐之美。

春天来临的时候，我会满心欢喜地摩挲着大树垂下的枝丫，小心翼翼地寻觅那预示着万物复苏的蓓蕾。一个不经意的瞬间，我触碰到一朵绒毛般柔软的小花，它卷曲的花瓣边缘是那么的的神奇。在与万物的亲密接触中，我时刻领略着大自然的无限魅力。有时，当我将手臂轻轻靠在一株小树上，还能感受到一阵富有韵律感的震颤，这一定是欢唱的鸟儿在枝头舞蹈。我还喜欢清凉的溪水穿流指缝时的感觉，那么惬意，那么通透。我能感受到大地的柔软，厚厚松针铺就的海绵，比奢华的波斯地毯更叫人艳羡。在我的心中，四季的交相更替，万物的轮回变迁，就像是一部永不谢幕的动人戏剧。那变幻无穷的情节，如溪流般从我的指尖幽幽流泻，让人落泪，让人留恋。

有些时候，我是多么渴望能够亲眼见证这些通过触摸而反复出现在我脑海中的画面，那种渴望是如此强烈，常常会让一股暖流涌入心田。仅仅通过触觉所获得的快乐，已经令我喜出望外、激动不已，如果我能用双眼去观察这个世界，又将会收获多少惊喜和美丽呢？遗憾的是，那些拥有明亮双眼的人们，却似乎什么也看不见。世间原本千姿百态、令人震撼的景色，在他们麻木呆滞的目光中黯然失色，他们觉得一切都不过是理所当然。



人类总是喜欢无视自己拥有的东西，而去觊觎一些不属于自己的东西。身处光明世界中的人们，往往辜负了上天恩赐的视觉天赋。他们像对待廉价商品那样，滥用自己的视觉天赋，而视觉那丰富生活、催化幸福的功能却被人们无知地忽略了。这的确是一件令人惋惜的事情。

假如我是某所大学的校长，一定要开设一门必修课，以便教育学生如何更好地使用他们的眼睛。教授们会把真正的观看之道传授给自己的学生，从而唤醒学生们被懒惰腐化而变得迟钝的感官天赋。当他们处处留意那些稍纵即逝的风景时，就能从具体的生活中体悟出真正的幸福。

现在，我愿意和你们聊一聊，假如给我三天光明，我将会利用我的眼睛去做些什么。或许，在我做这样的假想时，你们也可以仔细地想一想，假如只剩下三天光明，你们又会如何使用自己的眼睛，你们最渴望看到的都是些什么。

对我而言，最希望看到的，自然是多年来在漫漫黑暗中无数次幻想过的物，念想过的人。这一切，都是黑暗岁月里，我无可替代的珍惜。我想，你们一定也会将目光停留在自己最珍惜的事物上。大概只有这样，才能够在即将到来的不尽黑暗中，将这些最最珍贵的印象深深铭记在心底。

如果真有奇迹，哪怕让我在获得三天光明之后，马上陷入永恒的黑暗，我还是会悉心安排好这三天里最想要完成的事情。我希望将这段来之不易的时间分成三个部分。

## 第一天

每个人的生命都只有一次，如果能够正确运用，一次足矣。

——英国谚语

第一天，我最想要见到的是这样一些人：他们的善良、温情与友谊带给我活下去的勇气。首先，我希望能够久久地凝望我最亲爱的老师安妮·莎利文小姐的面庞。这张原本应该十分熟悉的面庞，在我还是一个小孩子的时候，便频繁地出现在我的近旁。正是莎利文小姐的一路陪伴，逐渐开启了我尘封已久的心房，她的帮助与熏陶，也让我第一次感受到外面的世界是如此精彩，如此迷人。

我不仅要将她们的面庞做一番细细的端详，使她们的影像深深地印刻在我的脑海中，还要不遗余力地从那张鲜活的面庞上找出温柔慈爱与富有耐心的痕迹。不得不说，她身上的这些高贵品质，帮助她出色地完成了对我的教育，这绝不是一般人能够轻易胜任的工作。我要凝视她的双眸，从她的目光中看到那坚忍不拔的善良灵魂与悲天悯人的博爱精神。

我还不懂得如何通过“心灵的窗户”——眼睛，去窥视朋友们的内心。我习惯用指尖去“观察”一个人的面部轮廓，并由此而区分出我的朋友。我甚至能够通过这样的方式，洞察到他们喜怒哀乐的情绪波动。可是，再敏锐的触觉，也没有办法让我描绘出他们每个人的品德与个性。我虽然可以借助他们的言谈举止，来了解他们的性格特性，但这种浅尝辄止的直觉感受并不

令人满意。我始终相信，只有通过视觉的观察，才能真正从他们的言行，甚至眼神与表情的细微变化中洞察一个人的心灵。

我很了解身边的这些朋友，在漫长的交往过程中，他们早已将自己的方方面面和盘托出。然而对于那些偶然相识的朋友，我却总是未能留下太多的印象。可即便是如此模糊不清的印象，也还是从某次礼貌性的握手、指尖感受到的唇形以及他们在我的手心里划写过的字母中获得的。

相比之下，视觉敏锐的你们是那么幸运，只需通过一个人面部表情的细微变化、肌肉的异常跳动以及别有意味的肢体动作，就可以马上弄清对方的意图，捕捉其内心的波动。但你们不会觉得，仅仅通过肉眼那不经意的一瞥，就能够彻底参透一个人的真实性格吧？你们是否会在之后细心地忖度某个人的真实想法？

请允许我冒昧地追问一句，你们可以准确地描绘出五位好友的相貌与面容吗？也许大多数人会给出否定的答案，这并不奇怪。我曾经做过一个有趣的实验，当我向几位已为人夫的男士问起他们妻子眼睛的颜色时，大多数男士会窘迫得不知所措。虽然很不情愿，但他们不得不承认自己答不上来。难怪妻子们经常会牢骚满腹，抱怨自己的丈夫从来不关注自己的新装束，甚至对焕然一新家具也无动于衷。

视觉健全的人，总能很快地熟悉并适应新的生活环境。他们总是信心满满，似乎对一切寻常事物都已司空见惯，只对那些所谓罕见壮观的事物有所瞩目。但事实上，即便是在观赏这些事物的时候，他们也不过就是一带而过。一场意外事故过后，许多目击证人同时出庭作证，他们虽然尽可能地还原自己所见到的真相，但没有哪个人真正精确地描述出当时的情况。有些人看到的多一点，有些人看到的少一点，每个人的陈述都有出入，我们的眼睛是多么容易遭受蒙蔽啊。

假如给我三天光明，我能看到多少东西呀！

第一天，该是多么忙碌的一天。我要呼朋唤友，在所有的亲朋好友面前久久端详他们的面庞，将他们洋溢着内在美的外表铭记于心。我还要将目光停留在一个婴儿的身上，他代表了人类自我意识尚未确立之前的那种纯真无邪的人性美。

我要深情地注视我的小狗们，它们的眼神中无不透露着信赖与忠诚。它们的乖巧与宁静，强壮与机敏，幼稚与顽皮，体贴与温厚，曾给我无可替代的慰藉与感动。

在这注定会很忙碌的一天，我还想回到自己的房间，去看一看那些珍爱已久的小玩意儿。我很想知道脚下的地毯究竟是什么颜色，然后再亲眼看一看墙上的壁画，以及各种让家变得亲切温馨的小东西。我迫不及待地想要翻一翻供正常人阅读的书籍，而当我的目光落在曾陪伴我成长的盲文字集上时，心中顿时升起一种庄严的敬畏之情。当我还在漫无边际的黑暗中孤独逡巡的时候，我所读过的书，早已构建出一座指引我接近灵魂的灯塔。

我要在午后时分，到附近的森林中做一次远足旅行。我要像我的那位朋友一样，用我的双眸和大自然亲近，目光所及的地方都是人世间最美的风景。在返回的途中，我将踏上一条农庄附近的通幽小径，兴许能在那里邂逅一头目光懒散的耕牛。当然，也可能只是遇到一台突突冒烟的拖拉机。迷人的晚照映衬出农人悠然自得的神情，我早已被一派灿烂的落日景观所征服。

愜吝的夕阳收起它最后的笑容，而大地并没有完全被黑暗吞没。黑暗来临的时候，人们点亮了灯火。这人造的光明让我欢欣鼓舞，正是为了能像白天一样观看，人类才创造出明亮的灯火。在拥有光明的第一天夜里，我注定辗转难眠，我要在漫漫长夜中仔细回味这一天发生的所有事情。



## 第二天

最值得高度珍惜的，莫过于每一天的价值。

——歌德

第二天到来的时候，我要早早动身，去欣赏黑夜与白昼的精彩接力。瑰丽的朝霞唤醒了沉睡一夜的大地，我心怀敬畏，将壮美的曙光尽收眼底。

这一天，我将追随历史的脚步，用我的双眼见证世事的变迁。我想看看人类千百年来所历经的风风雨雨，以及时代更迭所带来的种种风云变幻。可是，如此漫长的岁月怎样才能在一天内阅尽、饱览？或许也只有到博物馆去尽情地观瞻一番了。

我曾多次造访过纽约当地的自然博物馆，内心的光明指引我徜徉其间，我的手掌轻轻拂过琳琅满目的展品，它们的形状和每一处细节，都深深地印刻在我的心间。但这些并不能令我感到满足，我多想亲眼一睹展馆中陈列的地球与生命衍化的动人历程啊。看一看人类史前文明的野蛮征服，瞧一瞧人类诞生以前的剑齿兽与恐龙化石。我一直很想知道，矮小的人类始祖，究竟是怎么战胜强敌并最终成为地球霸主的。我还想看看地球上各种生命形式的进化史，以及人类制造的劳动工具是怎样趋时更新的。我渴望能在有限的时间里，尽可能多地涉猎自然历史的方方面面。

我亲爱的读者朋友，不知道你们当中，是否有人曾参观过这个引人入胜的博物馆，不知道你们是否亲眼见到过我所描述的那些迷人的展品。我相