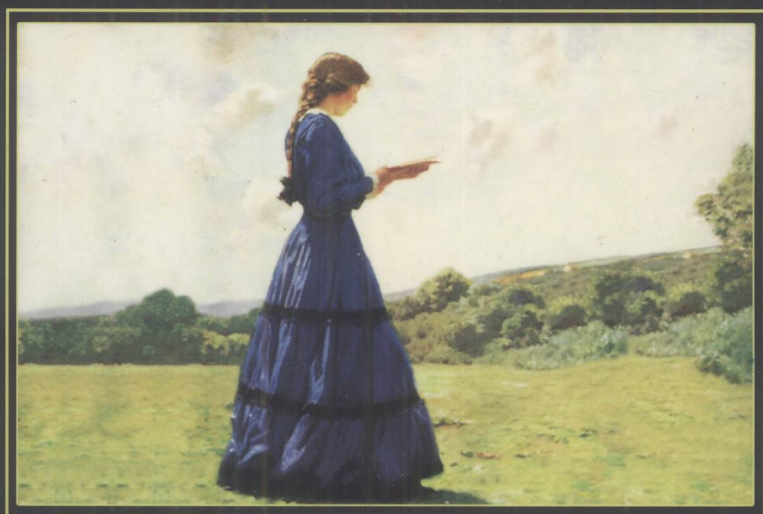




假如给我三天光明

[美] 海伦·凯勒◎著



假如给我三天光明

[美] 海伦·凯勒 著

《假如给我三天光明》是海伦·凯勒的代表作，也是她最为人所熟知的一部作品。

在这部作品中，她以自己的亲身经历为基础，讲述了自己作为一个盲人、聋哑人，是如何克服重重困难，最终成为一位著名的作家、教育家、社会活动家的故事。

《假如给我三天光明》不仅是一部自传，更是一部关于生命、关于希望、关于勇气的著作。它激励了无数人，让他们在黑暗中看到了光明，在绝望中看到了希望。

这部作品被翻译成多种语言，在全球范围内广为流传。它不仅是海伦·凯勒的骄傲，也是人类文明宝库中的一颗璀璨明珠。

《假如给我三天光明》告诉我们，即使身处黑暗，只要心中有光，就能照亮前行的道路。它教会我们珍惜眼前的光明，勇敢面对生活的挑战。



假如给我三天光明

[美] 海伦·凯勒◎著

陕西师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

假如给我三天光明/(美)凯勒(Keller, H.)著;刘军译. —西安:陕西师范大学出版社, 2009.4

ISBN 978-7-5613-4604-4

I.假... II.①凯... ②刘... III.凯勒, H. (1880~1968) - 自传
IV. K837.127-533

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 033172 号

图书代号: SK9N0134

责任编辑: 周 宏

版型设计: 祝志霞

出版发行: 陕西师范大学出版社
(西安市陕西师大 120 信箱)

邮 编: 710062

印 刷: 北京温林源印刷有限公司

开 本: 787×1092 1/16

印 张: 18

字 数: 223 千字

版 次: 2009 年 5 月第 1 版 2009 年 5 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5613-4604-4

定 价: 22.00 元

注: 如有印、装质量问题, 请与印刷厂联系

苦难是最大的财富

富兰克林·D·罗斯福

人们感激上帝，是他赋予我们生命，把我们带到这个世界上。但是人们又总是抱怨命运的不公，因为命运在有的时候显得是那么残酷无情，完全不会顾忌我们的感受。在残酷的命运面前，我们所能够和应该做的，不应该是一味的哀叹和抱怨，而是应该保持镇静和泰然，对未来充满信心，用我们的耐心和毅力以及勇气和决心去迎接命运的挑战。用微笑去面对苦难，那么命运最终也会向你展露他的笑容。所有这些感触都是在我经历了1921年的那次人生突变而生发出来的。

1921年的夏天，对我来说是不愉快的。面对共和党不正当的攻击，我感到厌恶和愤怒。我对这样的生活感到疲惫，于是我选择了和家人一起到坎波贝洛去度假，来舒展我的心情。8月的中旬，我意外地得了脊髓灰质炎。我的病情不断恶化，胳膊和背部也瘫痪了，我忍受着有生以来最大的痛苦。我的精神在肉体痛苦的折磨下也陷入了极度的恐慌之中，我每天要做的就是躺在床上，我的生活、前途在希望与绝望中此起彼伏。

这个时候，我最亲爱的妻子埃莉诺每天就睡在我房间里的一个长沙发上，日日夜夜看护着我。她为了减轻我的痛苦、调节我的情绪，每天都给我阅读报纸和书籍，让我了解外面所发生的事情，让我没有与外界隔

绝的感觉。也就是这个时候,通过她的阅读,我认识并了解了海伦·凯勒小姐和她的《假如给我三天光明》。她从小一岁半就丧失了视力和听力,但是她并没有向命运低头,而是以一种积极乐观、奋发向上的态度来面对她的那个没有光明和声音的世界。她仅仅依靠触觉,成为了通晓5种语言、知识渊博的学者,并且学会了说话,从而能够更好地与人交流,这简直就是不可思议的奇迹。她用“忘我就是快乐”来克服生理上的缺陷所造成的痛苦,她的人生态度和她的努力使得她的世界变得五彩缤纷,充满了歌声与笑声。她的故事和她的精神震撼了我,让我渐渐从痛苦和沮丧中走出。我开始积极地配合医生的治疗,并且开始锻炼,适应这不便的生活。正是在海伦·凯勒事迹的启迪和激励下,我开始了崭新的生活,向着我事业的颠峰发起了挑战,并最终走向了成功。

现在回想起来,我真应该感谢这次病痛,它让我从繁杂的事务和应酬中摆脱出来,有更多的自己思考的时间;我更应该感谢海伦·凯勒小姐,是她让我明白应该如何去面对不幸,如何去迎接命运的挑战,她让我知道,应该珍惜我所拥有的一切!

我想告诉你们的是:任何海伦·凯勒所拥护的,我都拥护!

目 录

第一章 黑暗与光明

初生的光明/3

记忆中的童年/7

期盼的曙光/13

沐浴阳光/16

第二章 风雨中的彩虹

亲近大自然/21

爱是什么/23

知识的阳光/26

欢乐圣诞节/32

第三章 外面的世界

波士顿之行/37

海滨假日/40

凤尾草的秋天/42

洁白的世界/46

第四章 跨越坎坷

第一次说话/51

《霸王》事件/55

世界博览会/62

学习之旅/66

走进课堂/67

第五章 在希望中行进

艰难的前奏/73

冲进哈佛/77

大学时代/81

嗜书如命/87

享受生活/97

承载阳光的手/106

第六章 假如给我三天光明

珍惜每一天/115

第一天/118

第二天/121

第三天/124

附录 最伟大的教育——海伦·凯勒的成长教育

序言 我的老师/131

任性的小家伙/137

学会“服从”的第一步/143
隔离式教育/148
令人惊喜的变化/152
打开智慧之门/158
用手语交谈/163
全新的赞赏式教育/167
紧贴生活细节/170
特殊的阅读教育/173
对海伦的感觉训练/178
满足海伦强烈的求知欲望/185
让海伦学会爱/191
思考是什么颜色/197
难以置信的成绩/202
在快乐中学习/210
在旅行中增长见闻/216
探索未知的神秘力量/212
海伦的语言教育/232
教海伦学说话/237
海伦的大学生活/246
教海伦写作/254
智慧之光/263
安妮·莎莉文的故事/268

第一章 黑暗与光明

人的生命，总是在光明与黑暗的搏斗中不断前进。

初生的光明

我的家坐落在美国亚拉巴马州北部一个美丽宁静的小镇——塔斯喀姆比亚。1880年6月27日，我就出生在那里。

我的祖先是瑞典人，他们移民到美国后住在马里兰州。在更早的瑞士祖先中有一位是苏黎世最早的聋哑人教师，他曾经写过一本关于如何教育聋哑人的著作。每当我想到这里，心里禁不住就会大大地感慨一番，命运真是无法预知啊！

我的祖父，也就是卡斯帕·凯勒的儿子，来到亚拉巴马州，开垦了一大片土地并定居下来。当时的塔斯喀姆比亚镇是一个偏僻的地方，祖父每年都要从镇上骑马到760英里外的费城购置生活用品。祖父每次在前往费城的途中，总会给家里人写信报平安，他在信中对西部沿途的景观，以及旅途中所遭遇的人、事、物都有清楚且生动的描述。姑母至今还珍藏着他当时写的许多家信，祖父对旅途迷人风情的刻画，对当地生活的生动再现，总是那么引人遐想，让人百读不厌。

我的祖母凯勒是拉斐特一名官员亚历山大·莫尔的女儿，她的祖父是维吉尼亚早期殖民政府长官并曾任皇家总督的亚历山大·斯波茨伍德，同时她还是罗伯特·李的堂姐。

我的父亲亚瑟·凯勒曾经在南北战争时担任过南方军的上尉，我的母亲凯蒂·亚当斯是他的第二任妻子，比他小几岁。母亲的祖父本杰明·亚当斯与苏珊娜·古德休结婚，居住在马萨诸塞州东北部的纽伯里

波特市。他们在那里生下一子叫查理·亚当斯，以后又迁居到阿肯色州的赫勒拿，他是南方军队的人，后来被提升为准将。当南北战争爆发时，他与露茜·海伦·埃弗雷特成婚（与爱德华·埃弗雷特·黑尔属于同一个埃弗雷特家族），在战争结束后举家搬迁到了田纳西州的孟菲斯。

在我还没丧失听力和视力的时候，我记得我们家的屋子很小，一共只有两间，一间正方形的大房子和一间供仆人住的小房子。按照南方的习惯，往往会在宅基地上建一所附属的小宅，以备不时之需。南北战争之后，父亲也盖了这样一座屋子，他同我母亲结婚之后，住进了这个小屋，房屋虽小，却是个美丽的地方。屋子的小阳台被蔷薇和金银花装扮着，从花园中望去，仿佛是植物的藤架。这是蜂鸟和蜜蜂的乐园。

凯勒老宅离我们的蔷薇小屋不过几步，由于被茂密的树木、绿藤所包围，邻居们都称我们家为“绿色家园”。这里是我童年时代的天堂。

在我的家庭教师莎莉文小姐到来之前，我经常独自摸着围成方型的黄杨木树篱，慢慢走到庭园里，凭着嗅觉寻找刚刚开放的紫罗兰和百合



蔷薇小屋，被茂密的树木、绿藤包围，被称为“绿色家园”，是海伦·凯勒童年时代的天堂

花，深深地吮吸那清新的芳香。有时候遇到心情不好的时候，我也会独自到这里来寻找安慰。我把火热的脸埋在树叶和草丛里，让沁人心脾的清凉气息渗进我那烦躁不安的心。置身于这个绿色花园里，真是让人心旷神怡。这里有在地面上延伸的卷须藤和低垂的茉莉，还有一种叫做蝴蝶荷的花，这是一种十分罕见的植物。因为它那容易掉落的花瓣很像蝴蝶的翅膀，所以被叫做蝴蝶荷。这种花会散发出一阵阵甜丝丝的气味。花园里最可爱、美丽的要数蔷薇了，我在北方从来不曾见花房中有如此赏心悦目的蔷薇。这是一种爬藤蔷薇，它到处攀爬，它那长长的绿色枝条倒挂在阳台上，散发着芬芳，没有一点尘世烟火的气息。每当清晨，未干的朝露还停留在它的身上，摸上去是何等柔软、何等高洁，使人陶醉。我不由得时常想，上帝御花园里的曝光兰，也不过如此吧！

我生命的开始像大多数人一样简单而平常，从来到这个世界，到观察这个世界再到开始人生的旅途，我与任何一个新生儿都是一样的，并没有什么差异。就像每一个家庭迎接第一个孩子的诞生时一样，为了给第一个孩子起一个满意的名字，大家绞尽脑汁，家里每个人都想插上一句嘴。为我命名照例也经过了一番繁琐的讨论。父亲希望以他最尊敬的祖先的名字“米德尔·坎培儿”作我的名字，母亲则想用她母亲的名字“海伦·艾培丽特”来命名。最后，大家终于接受了她的建议。但是后来在抱着我去教堂的途中，由于紧张和兴奋，父亲把这个名字给忘了。当牧师问起“这个婴儿叫什么名字”时，紧张兴奋的父亲一下子说出了“海伦·亚当斯”这个名字。这样一来，我的名字就不是外祖母的“海伦·艾培丽特”，而成了“海伦·亚当斯”了。

家人告诉我，在我还非常小的时候，就显露出了争强好胜的性格，强烈的好奇心、倔强的性格使我非常固执地去模仿大人们的一举一动。在我6个月大的时候，我就能够发出“噎！噎！噎！”的声音，并且会说：“你好”，

这引起了别人很大的兴趣。我甚至在1岁以前就学会了“水”这个字。尽管其他的发音都已经遗忘了，但是现在我仍然能够发出这个单词的音，也正是在学会拼读这个单词之后，我告别了只能“哇哇”发音的阶段。

家人还告诉我，我在刚满周岁的时候就会走路了。母亲把我从浴盆中抱出来，放在她的膝上。阳光透过风中舞蹈的树叶投射在光滑地板上的光影吸引了我，那影子一闪一闪的，忽隐忽现，我禁不住从母亲的腿上滑下来，摇摇摆摆地向它奔去。等这一股冲劲用完了，我就跌倒在地，哭着乞求母亲把我抱起来。

但是好景不长，春光里鸟儿欢笑，歌声盈耳。夏天里到处是果子和蔷薇花，等到草黄叶红时，深秋已经来临。三个美好的季节匆匆流逝，这一切都在一个活蹦乱跳、咿呀学语的孩子心里留下了美好的记忆。第二年，阴郁的2月到来时，我生病了。医生们诊断的结果是：急性的胃充血以及脑充血，他们宣布我无法挽救了。然而，一天清晨却出现了奇迹：我忽然发起高烧。这高烧来得奇特，退得也奇特。家人都万分欣喜，但包括医生在内的所有人，都没有想到我从此却再也不能用我的眼睛和耳朵去感受这个世界了。我至今还依稀记得那场病，那场母亲在我高烧不退、忍受着痛苦煎熬的时候，在我身边温柔地抚慰着我，让我在恐惧中鼓起勇气度过了难关的大病。我还记得，我被疼痛和迷乱从半睡中搅醒，把干枯而炙热的眼睛从光亮转向墙壁，这光亮曾是我一度十分喜爱的，如今却变得暗淡了，而且日甚一日地暗淡下去。后来，视力一天不如一天，对阳光的感觉也渐渐地模糊不清了。

感觉也一天天变得模糊了。直到有一天，我睁开眼睛，眼前却是一片黑暗。我发现自己竟然什么也看不见时，就像在噩梦中一样惊慌失措，那种巨大的悲哀我永远难以忘怀。我对周围的一片静寂和黑暗，渐渐地习以为常，忘记了从前并不是这样，直到她——我的老师莎莉文小姐的到

来。她减轻了我心中的负担，重新带给我对世界的希望，并且打开了我心中的眼睛，点燃了我心中的烛光。虽然我只拥有过 19 个月的光明和声音，但我却仍然可以清晰地记得——宽广的绿色家园、蔚蓝的天空、青翠的树木、争奇斗艳的鲜花，所有这些一点一滴都铭刻在我的心上，永驻在我心中。

记忆中的童年

我已经记不清在生病后的几个月里发生了什么事情，只记得我常常坐在母亲的腿上，或者拉着她的裙角，随她忙里忙外。我用手去触摸每一个物体，去感受每一个动作，通过这种方式，我熟悉了许多事物。渐渐地，我可以通过触摸来分辨各种东西的用途了。或者通过触摸来揣摩别人的动作、表情，进而明白发生了什么事情；表达自己想说的、想做的。我渴望与人交流，于是开始做一些简单的动作，摇摇头表示“不”，点点头表示“是”，拉着别人向我这个方向，表示“来”，向外推则表示“去”。我若是想要面包，就做切面包和涂黄油的动作；若是要母亲做冰激凌，在吃饭时吃，就做开动冰箱的手势并打几个冷战，表示凉的感觉。母亲也竭尽所能做出各种动作，让我了解她的意思。说实在的，我总是能够明白母亲的意思。母亲的慈爱和智慧是我那漫长黑夜里的灯盏，给我心里带来了光明。

随着年龄的增长，我渐渐学会了做生活中的许多事情。5 岁时，我学会了把洗好的衣裳叠好收起来；把洗衣店送回来的衣服分类，并能分辨出哪些是自己的。从母亲和姑母的梳洗打扮中，我知道她们要出去，就请

求她们带着我去。有亲戚朋友来访，家里人总是让我来见客人。他们走时，我会挥挥手和他们告别，我还模模糊糊记得这种手势的意义。记得有一次，有客人来拜访我的母亲，我从前门的一开一关中知道他们已经到了，于是突发奇想，趁大家不注意快速地跑到楼上，在房间里穿着打扮起来。模仿着母亲在镜子前梳妆打扮，往头上抹油，在脸上擦粉，把面纱用发夹固定在头发上，让它垂下来，轻轻遮住脸。然后，我找了一件宽大的裙子套在身上，带着这身可笑的打扮，下楼去帮助他们接待客人。

我已经记不清是什么时候才第一次觉察出我是与众不同的，但是在我的老师到来之前，我已经发现了这个问题。我曾注意到母亲和我的朋友们都是用嘴巴在交谈，而不像我是用手比划着。因此，我只有在两个谈话者之间，用手摸摸他们的嘴，摸过以后我还是无法明白他们的意思。于是我也活动我的嘴唇，并且用力地打手势，但是别人仍然弄不懂我的意思。这使我感到愤怒，于是就大叫大嚷、乱踢乱闹，直到声嘶力竭才罢休。



幼年的海伦，狗是她的忠实伙伴

在我无理取闹的时候，我的心里其实是很明白的，就像我明白自己伤害了照顾我的护士埃拉。我知道她很痛，所以当我气消了的时候，我会觉得很内疚，但是当又有不顺心的事情时，我还是会发疯似的乱踢乱打。

那时，我有两个朝夕相处的好伙伴：一个是厨师的孩子，名叫玛莎·华盛顿，是个黑人小姑娘；另一个是老猎犬贝