

新经典藏书馆

Three Days to See

〔美〕海伦·凯勒◎著
卫芳芳◎译

如果我们能把每一天都当作生命里的最后一天来生活，
那么这会让我们更深刻地体会到生命的价值。

世界文学史上无与伦比的杰作，
影响全球亿万读者的人生励志书！



假如给我三天光明

人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

假如给我三天光明

Three Days to See

(双语典藏畅销版)

[美] 海伦·凯勒◎著

卫芳芳◎译



人民邮电出版社

北京

图书在版编目(CIP)数据

假如给我三天光明：双语典藏畅销版：英汉对照 /
(美) 凯勒著；卫芳芳译. — 北京：人民邮电出版社，
2015.1

(新经典藏书馆)

书名原文：Three days to see

ISBN 978-7-115-37267-3

I. ①假… II. ①凯… ②卫… III. ①英语—汉语—
对照读物 ②凯勒, H. (1880~1968)—自传 IV.
①H319.4: K

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第233879号

内 容 提 要

海伦·凯勒依靠坚韧不拔、乐观积极的精神取得了令世人瞩目的成就，对整个世界产生了深远的影响。她向往光明，追求光明，并用自己的行动证实了心灵上的光明是多么重要。本书选编了她的《假如给我三天光明》和《我的生活故事》两部代表作品。这两部作品文风细腻、情感真挚，真实地展现了海伦·凯勒丰富的内心世界，让读者清楚地了解到她是如何蜕变为生活强者，走出人生黑暗的。读者通过阅读此书，可以感受海伦·凯勒的内心世界，学习她刻苦奋斗的精神，激励自己走出一条光明的人生之路。

◆ 著 [美] 海伦·凯勒

译 卫芳芳

责任编辑 李士振

责任印制 周昇亮

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

大厂聚鑫印刷有限责任公司印刷

◆ 开本：880×1230 1/32

印张：10

2015年1月第1版

字数：328千字

2015年1月河北第1次印刷

定价：35.80元

读者服务热线：(010)81055296 印装质量热线：(010)81055316

反盗版热线：(010)81055315

广告经营许可证：京崇工商广字第0021号

前言

20世纪，一个伟大的人物创造了生命的奇迹，震撼了整个世界，她就是海伦·凯勒，一位美国女作家、教育家、慈善家；同时，她也是一个被幽闭在黑暗、寂静世界中的人。海伦·凯勒出生于1880年6月27日，在19个月大的时候被病魔夺去了视力和听力。但是她刻苦学习、热爱生活，以顽强的毅力度过了之后的87年时光。她虽身处黑暗，但心却在光明之中，而且她以乐观的精神鼓舞着世人，为我们带来了心灵上的光明。在生理上，她是一个弱者；在精神上，她却是一个绝对的强者。海伦·凯勒创造了一个奇迹，这个奇迹的产生不仅来自她自身的坚强刻苦，也来自于许多在她的人生道路上给予她鼓励与启迪的人。其中最重要的非她的启蒙老师安妮·莎莉文莫属。正是安妮·莎莉文的无私奉献，带给了她精神和知识上的启迪，在她幼小的心里种下了光明的种子。

本书选编了《假如给我三天光明》和《我的生活故事》两部作品。《假如给我三天光明》是海伦·凯勒于1933年发表在《大西洋月刊》的一篇文章，她在文中采用对比的手法，突出自己对光明的渴望，也告诫拥有光明的人们要热爱生活，珍惜每一天。《我的生活故事》是她在1902~1903年创作并发表的，一经发表，就在美国引起了强烈反响，被称为“世界文学史上无与伦比的杰作”，版本达百余种，给世界各国人民的心灵上了一课。她在这本自

传中生动地记录了自己的成长历程——其中有欢笑，有痛苦，有迷茫，也有来自老师和社会的鼓励。这些文字都是她内心情感的真实体现。海伦·凯勒创造了一个奇迹，而这本书就是揭示这个奇迹是如何被创造出来的。

马克·吐温曾经这样评价她：19世纪出了两个杰出人物，一个是拿破仑；另一个就是海伦·凯勒。美国《时代周刊》把她评为20世纪美国十大偶像之一，并称海伦·凯勒是人类意志力的伟大偶像。直到现在，人们对海伦·凯勒的赞誉仍不绝于耳。海伦·凯勒已然成为了意志力和光明的代名词。

在本书中，你会目睹海伦·凯勒在寂静黑暗中的奋斗成长历程。她是用心感知世界的女超人，在生命之初，她就接到了命运的挑战，但是她勇敢地接受挑战，以其顽强的毅力面对逆境，终于开拓出了一条光明之路。都说眼睛是心灵的窗户，上帝为她关闭一扇窗户的同时，也会为她打开一扇心门。海伦·凯勒创造了人类的奇迹，不仅用心感知世界，而且用心照亮世界，为人们指明了走出困境的方向，增强了人们与逆境抗争的信心。她使我们这些拥有正常视力的人重新感受到了生存的价值以及生活的意义。

现如今，人们的生存压力越来越大，有很多人为了追名逐利，忽视了自己的内心；也有很多人由于抵抗不住压力而导致心理崩溃。我想，对于我们这些身处巨大压力之下的人们来说，海伦·凯勒已经很完美地做出了榜样，向我们阐释了快乐的缘由和生活的意义。在本书中感受海伦·凯勒的成长历程，感受她的真实内心，我们会被她的精神所感染，学习她的奋斗精神，并学会如何战胜自我，成就自我，燃烧心灵的火种，照亮人生的道路。

第一部分 假如给我三天光明

第一章 第一天 / 7

第二章 第二天 / 9

第三章 第三天 / 13

第二部分 我的生活故事

第一章 生命之初的美好 / 18

第二章 童年的快乐回忆 / 23

第三章 寻求希望的旅途 / 29

第四章 遇到重塑生命的人 / 32

第五章 感受大自然的美丽 / 36

第六章 “爱”是什么 / 39

第七章 在知识的海洋中快乐畅游 / 42

第八章 难忘的圣诞节 / 48

第九章 波士顿之行 / 50

第十章 拥抱神秘的海洋 / 54

第十一章 感受山间美丽的秋景 / 56

第十二章 银装素裹的童话世界 / 61

第十三章 开口学说话 / 63

第十四章 《冰雪之王》风波 / 68

第十五章 参加世界博览会 / 76

第十六章 语言的无限魅力 / 81

第十七章 纽约生活的悲与喜 / 83

第十八章 剑桥求学的岁月 / 86

第十九章 冲破重重困难备考大学 / 92

第二十章 我的大学生活 / 97

第二十一章 找到思想的乌托邦 / 104

第二十二章 享受充满乐趣的生活 / 115

第二十三章 友谊的力量 / 126



Part 1 Three Days to See

- Chapter 1 The First Day / 142
Chapter 2 The Second Day / 144
Chapter 3 The Third Day / 150

Part 2 The Story of My Life

- Chapter 1 / 156
Chapter 2 / 163
Chapter 3 / 172
Chapter 4 / 176
Chapter 5 / 181
Chapter 6 / 185
Chapter 7 / 190
Chapter 8 / 199
Chapter 9 / 202
Chapter 10 / 207
Chapter 11 / 210
Chapter 12 / 216
Chapter 13 / 219
Chapter 14 / 225
Chapter 15 / 236
Chapter 16 / 242
Chapter 17 / 245
Chapter 18 / 249
Chapter 19 / 257
Chapter 20 / 264
Chapter 21 / 274
Chapter 22 / 289
Chapter 23 / 304



第一部分

假如给我三天光明



我们所有人都读过这样一些惊心动魄的故事，在故事里，英雄生存的时间是有限的。有的长的为一年，有的就只有短短的 24 小时。但是令我们感兴趣的却是，这些人会怎样度过剩下的日子或者剩下的几个小时。当然，我说的是能自由选择的人，而不是那些被严格限制活动范围的死刑犯。

这样的故事值得我们思考，在这样的情形下我们应该如何做。作为终将会死去的人，在余下的这几个小时里，我们会遇到什么事情，会经历什么，能联想到什么呢？在回忆过去的时候，我们会发现哪些幸福的事情，或者哪些懊悔的事情呢？

有时我认为，如果我们把每一天都当作生命里的最后一天来生活的话，这将会是一个很好的规则。这种态度能让我们深刻地体会到生命的价值。我们每一天都要领悟亲切、活力和敏锐，当时间的日月年全景图展现在我们面前的时候，它们往往会消失。当然，有些人会采纳享乐主义者的格言，“吃，喝，及时行乐”，但大多数的人会被即将死亡这一事实折磨。

在故事里，命中注定要死亡的英雄通常会在最后一分钟被命运眷顾，而且几乎总是会改变对生命价值的看法。他对人生的意义及其永恒的精神价值会有更深的领悟。我们大家常常会注意到，那些活在或者之前活在死亡阴影下的人们，在他们做每一件事情的时候，都赋予其芳香醇美的感觉。

然而，我们大多数人都把生活当成理所当然。我们知道，总有一天我们会死去，但是我们通常会把那一天想象成遥远的未来。当我们身体健康的时候，我们会觉得死亡是遥不可及的，所以很少会考虑它。在我们眼里，日子长远得很，无穷无尽。所以我们为了琐碎的工作四处奔波，几乎没有意识到我们对生活的懈怠。

我害怕，我们身体的所有机能和感觉都会出现懈怠的特征。只有失聪的人珍惜听觉，只有失明的人意识到眼睛能看到多种多样的事物是多么大的福分，我观察到的这些特别适用于在成年生活里已经失去视力和听力的人。但是从未在视力和听力上遭受损伤的人很少会充分利用这些神圣的机能。他们的眼睛和耳朵模糊地接受着所有的风景和声音，从不专注，也很少会去欣赏。从古至今，一直在发生着这样的事情：直至失去，我们才感激所拥有的东西；直到生病，我们才关心自己的健康。

我经常这样想，如果一个人在早期成年生活中，能够在某一段时间突遭失明和失聪，并持续几天，这样倒会是一件好事。黑暗会使他对光明更加珍惜，寂静会让他懂得体味声音的愉悦。

我偶尔会测验我那些能够看得见的朋友，问他们看到了什么。最近一个刚从森林远足回来的好朋友来看我，我问她都观察到了什么。“没什么特别的。”她回答道。如果不是早已习惯了这种回答，我也许会感到惊讶，因为很久以前，我已确信，有视觉的人看到的东西是非常少的。

我自问，这怎么可能呢？在树林里走了一个小时，竟然没有发现值得注意的东西？我一个看不见的人，单凭触觉就已经发现了成百上千让我很感兴趣的事物。我感受着树叶的精巧匀称，亲切地抚摸白桦树光滑的或者松树粗糙、蓬松的树皮。春天，我触摸着树木的枝条，满怀希望地寻找着它的嫩芽，那是大自然冬眠后苏醒的迹象。我感受着花朵那令人喜爱的光滑质地，探索它那出众的卷曲；我发现了一些大自然的奇迹。偶然情况下，我如果非常幸运的话，把手轻轻地放到一棵小树上就可以感受到鸟儿在高声歌唱。我愉快地把手伸进小溪，让那清冽的溪水从我张开的

指尖流过。对我来说，松针铺就的繁茂地毯或者松软的草地比最奢华的波斯地毯还要柔软；四季的轮回是一场不间断的、令人心潮澎湃的戏剧演出，它的情节从我的指尖——划过。

有时，因为十分渴望看到所有的事物，我的内心也在哭泣。我仅凭触觉就能感受到如此多的喜悦，如果我能够拥有视力，那我将会看到多少美景啊！然而，那些拥有视力的人明显看到的很少。缤纷色彩和世间百态的画卷充斥着这个世界，他们认为这理所应当。或许人类就是如此，对拥有的事物极少珍惜，而去追寻那些没有的东西。很可惜的是，在光明的世界里，视觉这一天赋感官，竟然只是被当作一种便利条件，而不是让生活变得更加充实的手段。

如果我是一名大学校长的话，我会设立一门必修课“怎样使用你的眼睛”。教授会努力向学生们讲授，如何通过认真观察眼前未被注意的事物来给生活增添快乐。他应该努力唤醒学生们迟钝、呆滞的感官机能。

或许我能通过想象最好地阐述，如果我能够使用我的眼睛来观察这个世界，假如给我三天光明，我最想要看的是什么。在我想象的时候，你也开动脑筋想一想这个问题，如果你只有三天能够看到光明，你会怎样使用你的眼睛呢？如果第三天的夜晚来临，你知道太阳永远不会为你升起的时候，你该怎样利用这珍贵的三天时间呢？那时，你的目光最想停留在什么上面？

我最想看的自然是那些在我身处黑暗的时候让我颇为珍惜的东西。你肯定也想要让你的目光长久停留在那些让你最为珍惜的东西上，以便于把关于它们的记忆带到无边的黑暗中。

如果能够发生奇迹，我被赐予三天的光明，然后紧接着坠入

黑暗，我将会把这段时间分为三个部分。

第一天，我想要看一看那些善良、温柔、陪伴我的人，是他们让我的生活值得活下去。首先，我想要长久地注视着我的老师，安妮·莎莉文·梅西，她在我还是一个小孩子的时候来到我身边，为我打开了一个更为广阔的世界。我不但要看她的脸庞轮廓，将其珍藏在我的记忆里，而且我还要仔细研究她的脸庞，在上面找到她充满同情心的温柔和耐心的生动说明，她正是依靠这些来完成教育我的艰难任务的。我想要在她的眼睛里看到面对困难仍然坚定不移的性格力量，还有她经常对我流露出的对于所有人的同情。

我不知道怎样通过眼睛，也就是“心灵的窗口”来观察一个朋友的内心。我只能透过指尖“看”清一张脸的轮廓。我可以察觉到愉快、悲伤，还有许多其他可以明显觉察到的情感。我通过感知朋友的脸来了解他们。但是我无法仅凭触觉了解他们的个性。当然，我是通过其他的方式了解他们的个性的——通过他们传递给我的思想，还有他们表现的任何行为。但是我不能对他们有更深的了解；我相信，如果能够看到他们，观察他们对于各种表达出来的思想和情况的反应，还有他们注意突发事情的眼神和面容，我能够很准确地了解他们。

我非常了解我身旁的朋友，因为经过长年累月，他们把自身的很多方面都揭示给了我；但是对于偶然之间结识的朋友，我只是保留了一些印象而已，这些印象是通过握手、用手指触摸他们的嘴唇知道他们所说的话或者他们在我手掌上写字而留下的。

对于你们有视力的人来说，你们能通过观察一个人语言表达之间的微妙变化、肌肉的颤抖和手臂的摆动，迅速地领会到这个人的本质，这是多么容易、多么让人满意的一件事啊！但是你们

可曾想过用你们的视力观察一个朋友或者熟人的内心吗？你们大部分的人是不是很随意地看一张脸的外部特征，然后不做任何细致的观察？

比如说，你能很精确地描述出五个好朋友的脸吗？一些人或许能做到，但大多数人不能。我曾做过一次实验，我问男人们，一直在他们身边的妻子的眼睛是什么颜色？他们经常很窘迫，表达不出来，然后承认他们不知道。这就是为什么，妻子们一直抱怨她们的丈夫从不注意她们的新衣服、新帽子还有家具摆设发生的变化了。

这些有视力的人很快对周围的事物变得习以为常，他们实际上只是去看惊险、壮观的事情。即使是观看壮观的景色，他们的眼睛也是懒散的。法庭记录揭示出每天目击证人看到的事情是多么地不确切。一个既定的事实，可以被好多目击者以几种不同的方式看到。有些人比其他人看得多，但是极少数人能够看到他视力范围内的全部事物。

哦，如果给我三天光明，我将能看到多少东西啊！

第一章 第一天

第一天将是繁忙的一天。我会把我所有的好朋友都叫来，长久地注视着他们的脸，将他们内心中的美好显露在外的证据铭记在心。我也会让我的目光停留在一个小宝宝的脸上，那样我就可以看到热切、天真的美丽，这种美丽是在生活发展过程中，每个人在意识到冲突矛盾的时候所没有的。

我会注视着我的爱狗那双忠诚信任的眼睛，小司各特和达吉勇敢、机灵；大丹和海尔体格健壮、善解人意，它们的热情、温柔还有顽皮使我感到非常欣慰。

在那忙碌的一天，我也会查看一下我家里的小东西。我想要看一看脚底的地毯上那温暖的颜色、墙上的画，还有让我感到亲切的散乱的小物件，它们让这座房子有了家的感觉。我的目光会很敬重地停留在我



海伦·凯勒和她的宠物狗，1887年

之前读过的盲文书籍上，但是我会更热切地对有视力的人们所看的印刷书籍感兴趣。因为在我生命的漫长黑夜中，我读过的书和别人读给我听的书已经成为了一座伟大的、闪烁的灯塔，为我展现了人类生活和人类心灵之间最深邃的通道。

在我重见光明的第一天下午，我会在树林里散步很久，陶醉



海伦·凯勒正在读一本盲文书，1903年

地欣赏大自然的美丽，在几个小时的时间里，拼命让自己感受正常人一直可以看到的广阔的美丽。在树林散步回来的路上，有一片农田，我或许可以看到正在耕田的任劳任怨、耐心的马儿（或许我只能看到一辆拖拉机！），还有生活在那片土地上的人们那悠然满足的神情。我会为光彩照人的落日光辉祈祷。

当黄昏降临时，我会体验到双倍的愉悦，因为我能依靠人工制造的灯光看这个世界。这是人类的智慧创造的。当大自然夜幕降临时，这些灯光可以让人们在黑夜中看得更远。

在那拥有光明的第一天的晚上，我会睡不着觉，因为在我的脑海里充满了白天的记忆。

第二章 第二天

接下来，在我拥有光明的第二天——我会在黎明的时候起床，见证黑夜变为白天那令人激动兴奋的奇迹。我会怀着敬畏的心情注视着太阳唤醒沉睡的大地时的壮丽曙光。

这一天我会匆忙地看一看这个世界，看一看它的过去和现在。我想要看一看人类发展过程的盛大，还有千变万化的时代。如此长远的时代怎么能缩略为一天呢？当然是通过博物馆。我以前经常去纽约的自然历史博物馆，触摸那里展览的物品，但是我一直渴望能够亲眼看到展览在那里的地球和它的居民浓缩的历史——在当时环境下的动物和人类种族的画像；恐龙和乳齿象巨大的骨架，它们曾经在人类出现之前很久就在地球上游荡。人类用渺小的身体和聪明的大脑征服了动物王国；博物馆还对动物、人类以及人类用以建造安全居住环境的工具进行了逼真展示；此外，还有很多其他关于自然历史的展览。

我不知道这篇文章的读者中，有多少人曾经看过在那个激动人心的博物馆里展示的逼真事物的全貌。当然，很多人没有机会，但是我确信，很多有机会的人并没有把握住机会。那里确实是让你大饱眼福的地方。你们拥有视力，在那里可以过得非常充实，而我只有假想的三天光明，只能匆匆看上一眼，然后离开。

下一站我会去大都会艺术博物馆。如同自然历史博物馆可以展现物质世界一样，大都会艺术博物馆可以展现人类精神的很多方面。纵观人类的历史，人类对于艺术表现的渴望，就像对食物、住所和繁衍的渴望一样强烈。在大都会艺术博物馆宽广的大厅里，埃及、希腊、罗马通过它们的艺术表现出来的精神世界展现在我

面前。我通过双手很好地了解了雕刻的古老尼罗河流域的众神像。我用手抚摸了帕台农神殿的复制品，感受到了雅典战士执行命令时的节律之美。阿波罗、维纳斯和萨莫色雷斯岛的胜利女神像是我指尖的朋友。荷马那粗糙、长满胡须的面孔使我感到亲切，因为他和我一样，也双目失明。

我的双手在罗马大理石雕像以及后代的雕像上面流连。我用手抚摸鼓舞人心的英雄摩西的石膏模型，它出自米开朗基罗之手；我也感受过罗丹的力量；哥特人对木刻的热忱令我敬畏。这些可以感受到的艺术品对我来说意义非凡，尽管它们是用来观赏而不是用来触摸的，但我只能猜测我看不见的美丽。我能对一只古希腊花瓶的简单线条发出赞美之情，但它华丽的装饰图案我却看不到。

因此在我拥有光明的第二天，我要通过这些艺术品探寻人类的灵魂。这时候，我可以看得到曾经触摸过的东西。绘画的整个壮丽世界——从意大利文艺复兴时期对宗教平静而虔诚的投入，到现代派的狂热



海伦·凯勒在触摸一尊雕像，1900年

幻想——将会更加绚丽地展现在我的眼前。我会仔细地观察拉斐尔、列昂纳多·达·芬奇、提香和伦布兰特的油画。我会去饱览委罗内塞的温暖色彩，研究艾尔·葛雷柯的神秘，从柯罗那里看到大自然的新奇。哦，在那众多时代的艺术作品中，能