



假如给我三天光明

海伦·凯勒 自传

- 长踞全国畅销书排行榜前10位，累计上榜超过30周
- 创下传记文学图书连续在榜月份和累计上榜月份最长记录
- 人类意志力最伟大的代表，世界文学史上无与伦比的杰作



改变千万人命运的永恒经典
人类有史以来最佳读物之一

(美) 海伦·凯勒 著
夏志强 译

全译本
珍藏

中国华侨出版社

假如给我 三天光明

海伦·凯勒自传

(全译本)

(美) 海伦·凯勒◎著
夏志强◎译



中國華僑出版社

图书在版编目(CIP)数据

假如给我三天光明：海伦·凯勒自传：全译本/(美)凯勒著；
夏志强译.—北京：中国华侨出版社，2014.8
ISBN 978-7-5113-4827-2

I.①假… II.①凯… ②夏… 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 182268 号

假如给我三天光明：海伦·凯勒自传（全译本）

著 者：(美)海伦·凯勒

译 者：夏志强

出 版 人：方 鸣

责任编辑：茂 素

封面设计：王明贵

文字编辑：龚雪莲

图文制作：北京东方视点数据技术有限公司

经 销：新华书店

开 本：720mm×1020mm 1/16 印张：28 字数：399 千字

印 刷：北京中创彩色印刷有限公司

版 次：2014 年 10 月第 1 版 2014 年 10 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 978-7-5113-4827-2

定 价：29.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦三层 邮编：100028

法律顾问：陈鹰律师事务所

发 行 部：(010)58815874 传真：(010)58815857

网 址：www.oveaschin.com

E-mail:oveaschin@sina.com

如果发现印装质量问题，影响阅读，请与印刷厂联系调换。



前言

美国著名作家马克·吐温曾经说过：“19世纪出了两个杰出人物，一个是拿破仑，另一个是海伦·凯勒。”如果说拿破仑是战场上的胜利者，是叱咤于法国大革命时期的乱世枭雄；那么，海伦·凯勒则是生活中的勇士，是拒向命运低头、立志驱除人生黑暗的光明使者。

88年的人生岁月中，海伦·凯勒仅在生命的头19个月拥有光明和声音：一场突发的急病夺去了孩提时的她的视力和听力，不久后她又丧失了说话的能力，从此海伦·凯勒跌入了黑暗和孤寂之中。然而，这样一位在视力、听力和说话能力方面都有严重障碍的重度残障者，却在老师安妮·莎莉文的教育和帮助下，凭借坚强的意志和顽强不屈的毅力，克服了与外界沟通的障碍，学会了读书、写字和说话，通晓了英语、法语、德语、拉丁语和希腊语5种语言，并在24岁时以优异的成绩完成了在美国哈佛大学拉德克利夫学院4年的学业，成为世界上第一个完成大学教育的盲聋人，美国费城大学和英国格拉斯哥大学曾先后授予她荣誉博士学位。不仅如此，面对命运对她的不公待遇，海伦·凯勒回报给社会的却是博大无私的爱：她终生致力于盲聋人的公共救助事业，为改善盲聋人的工作和生活条件，在莎莉文老师和助手的陪伴下奔赴世界各地，创立慈善机构，积极为残疾人造福。1959年，联合国在全球发起以她的名字命名的“海伦·凯勒”运动，以资助世界各地的盲聋儿童；1960年，描写她成长经历的剧本《奇迹创造者》获普利策奖，并被拍成电影搬上银幕；同年，美国海外盲人基金会（现名为海伦·凯勒国际组织）在海伦·凯勒80岁生日那天，宣布颁发“国际海伦·凯勒奖金”，以奖

励那些为盲人公共事业作出杰出贡献的人；1964年，林登·B. 约翰逊总统授予海伦·凯勒“总统自由奖章”，这是美国市民的最高荣誉奖。

除此之外，海伦·凯勒一生还勤于写作，共创作了14部文学作品，其中最为世人称道的应属《假如给我三天光明》和《我的生活》。《假如给我三天光明》是海伦·凯勒最著名的一篇散文代表作，写成于1933年，最早发表在美国《大西洋月刊》上，后被译成多种文字，被很多国家收录在大、中、小学教材里。在这篇文章中，海伦·凯勒以一个身残志坚的柔弱女子的视角，表达了自己对光明的渴望、珍视和对人生、对生活的深切热爱；并同时规劝身体健全的人们，应珍惜生命，关爱社会，关爱他人。而在大学时代写下的自传性作品《我的生活》则是海伦·凯勒的处女作。在文中，海伦·凯勒以真实、自然的笔触描绘了自己生命之初21年的生活，讲述了她如何战胜病残，如何冲破黑暗、获得光明的人生经历。该书自1902年出版后即在美国引起强烈反响，被译成50多种文字，传遍世界的各个角落。曾有专家称这部作品的文学成就与卢梭的《忏悔录》相比毫不逊色，美国《世纪》杂志则予以了它“世界文学史上无与伦比的杰作”的高度评价。海伦·凯勒也因此赢得了全世界的尊崇，被视为20世纪最富感召力的作家之一，被美国《时代周刊》评选为“20世纪美国十大英雄偶像”之一。在本书中，译者将海伦·凯勒所作的《我的生活》、《走出黑暗》、《莎莉文老师》及《假如给我三天光明》等作品进行了汇编，系统地介绍了海伦·凯勒丰富、生动、真实而又伟大的人生历程，帮助我们更深刻地认识和了解这位不平凡的女性，汲取她的宝贵的思想和精神财富。

“我只看我拥有的，不看我没有的。”正是在这种信念的支持下，海伦·凯勒在87年无光无声的岁月中，坚持在黑暗中寻找光明，在不幸中播种希望，并最终凭着这股不屈不挠的奋斗精神和对幸福快乐的执着追求，与命运奋勇抗争，为自己赢得了光明和欢笑。不论你是正遭遇挫折、失意沮丧，还是因前途艰辛而欲放弃自己的人生目标；不论你是饱受病痛折磨、为生活所苦的残障人士，还是身体健全的普通人，你都能从中受到鼓舞，重获信心与希望！



目录

第一章 苦难是人生最好的试金石

阳光明媚的日子	3
不一样的童年，一样的快乐	8
寻找光明	12
爱的摇篮	15
新生	17
觉醒	21
怀念慈母	25
走出黑暗与寂寞	30
品尝声音，触摸色彩（感官悟语）	39

第二章 希望就躲藏在绝望的背后

哑巴哑巴，开口说话	49
万里晴空的一朵乌云——《霜王》事件	54
没有声音的语言	63
不服输的人	66
鼓起勇气上台演讲	73
意外的惊喜	76
我们神圣的责任	81
战胜自己	85
希望之光（心灵低吟）	88

第三章 鼓满信心风帆驶向成功彼岸

喜悦和惊奇	101
拍摄电影	107
剧院生涯	112
热烈的反战运动	115
睁开内在的眼睛	122
我的信仰	124
在我沉寂的思想中	128
演讲词	132
关于信心的短章	134

第四章 知识是人生最大的财富

读完的第一部书——《小贵族》	145
学海无涯	148
世界博览会	151
剑桥女子学校	154
再学两门外语	158
备考大学	160
入学	164
大学生活	171
文学，我理想的乐园	182
知识决定命运（短章）	189

第五章 拥抱生活，亲近自然

亲近大自然	199
难忘的圣诞节	202
波士顿之行	204
拥抱大海	208
秋天纪实	210
这个冬天有点冷	214
享受生活	217

看戏	225
快乐教育	227
追求美好	231

第六章 用爱及感恩的心态面对生活

感谢那一双双托满阳光的手	241
怀念贝尔博士	247
约翰·赫慈	254
遇见马克·吐温	259
对斯韦德伯格的研究	265
爱的福音	281
友谊和生命	287
感谢生命，感谢生活	291

第七章 创造奇迹的人：海伦笔下影响她一生的莎莉文老师

离开家乡	307
短暂的快乐时光	314
扫帚星	317
救济院	324
我要上学	329
第二个机会	336
为学校抹了黑	343
充满活力的青春	348
初次见面	355
小暴君	360
早餐会战	365
单独训练	370
神奇而美妙的水	375
良好的开端	379
学会道歉	382
柏金斯盲人学校	387

华年似水 390

第八章 假如给我三天光明

第一天 397
第二天 400
第三天 402

附录

海伦·凯勒小传 409
海伦·凯勒生平年表 423
THREE DAYS TO SEE 429



第一章

苦难是人生最好的试金石



我身上的所有原子都是振动仪。通过房屋到处能感觉到的振动，我能猜出每天都在发生什么事情。

阳光明媚的日子

我的家族先辈起初来自瑞典，后来移民并定居在美国的马里兰州。说来有些不可思议，我的一位祖先竟然还是位聋哑教育专家呢！估计他怎么也不会想到，自己竟然会有一个像我这样又盲又聋又哑的后人。每当我想到这里，心里都禁不住要感慨一番：人生无常，命运真是无法预知啊！

我的祖先在亚拉巴马州的塔斯喀姆比亚镇买了土地，算是安顿下来，整个家族开始在这里定居，繁衍生息。那时候由于地处偏远，祖父每年都要特地从塔斯喀姆比亚镇骑马到七百六十英里外的费城，购置家里和农场所需的日常用品、农具、肥料和种子等。每次祖父在去往费城的途中，总会写回家信报平安，信中对西部沿途的景观以及旅途中所遭遇的一些人、事、物都有清楚且生动的描写。直到现在，大家依旧喜欢不停地翻看祖父留下的书信，就好像是在看一本历险小说，总也读不够。

在我生病失去视觉、听觉之前，我们住的屋子还很小，总共只有一间正方形的大屋和一间供仆人住的小屋子。依照南方人的习惯，一般会在自己的住址旁再加盖一间屋子，以备急需之时用。南北战争过后，父亲也盖了这么一间房子，他和我母亲结婚后，就住进这个小屋。小屋被葡萄秧、爬藤蔷薇和金银花遮盖着，从远处看去，很像一座用树枝搭成的凉亭。小阳台也就藏在黄蔷薇和南方茯苓花的花丛里，成了蜂鸟和蜜蜂的世界。

祖父和祖母所住的房子离我们这儿不过几步远。由于我们家被茂密的树木、绿藤所包围，所以邻居都称我们家为“绿色家园”。这里，便是我童年时代的天堂。

在我的家庭老师——莎莉文小姐尚未到来之前，我经常独自一人，依着

方形的黄杨木树篱，慢慢地走到庭园里，凭着自己的嗅觉，寻找初开的紫罗兰和百合花，深深地吸着那清新的芳香。

在我心情不好时，便会独自到这里来寻求慰藉，我喜欢把滚烫的脸庞躲进凉气沁人的树叶和草丛之中，让烦躁不安的心情略微冷静下来。

每次置身于这个绿色花园里，心情便会格外地舒畅。这里有爬满花园凉亭的卷须藤和低垂的茉莉，还有一种叫作蝴蝶荷的十分罕见的花。因为它那容易掉落的花瓣很像蝴蝶的翅膀，所以名叫蝴蝶荷，这种花发出一阵阵甜丝丝的气味。但最美丽的还要数那些蔷薇花。在北方，即使是在花房里，也很少能够见到我南方家里的这种爬藤蔷薇。它到处攀爬，一长串一长串地倒挂在阳台上，散发着沁人心脾的芳香，丝毫没有尘土之气。每当清晨，它身披朝露，摸上去非常柔软、舒服，令人陶醉不已。我不由得时常想，就是上帝的御花园，也不过如此吧！

我的父亲亚瑟·凯勒在南北战争时是南军的一名上尉，母亲凯特·亚当斯是他第二任妻子，母亲小父亲好几岁。

一八八〇年六月二十七日，我出生在美国的南部亚拉巴马州的一个叫塔斯喀姆比亚的城镇。

我生命的最初阶段是简单而普通的，就像每个家庭迎接第一个孩子时一样，父母和家人都满怀喜悦。为了给我命名大家都绞尽脑汁，你争我吵，每个人都认为自己想出来的名字才是最有意义的。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·艾弗雷特”来命名。大家再三讨论的结果，是依照母亲的希望，决定用外婆的名字。

为了给我起名字争吵了一顿过后，接着就是带我去教堂受洗，大家又是一阵手忙脚乱，以至于兴奋的父亲在前往教会途中，竟把刚起好的名字给忘了。当牧师问起“这个婴儿叫什么名字”时，紧张兴奋的父亲一急之间说出了“海伦·亚当斯”这个名字。因此，我的名字就不是沿用外祖母的名字“海伦·艾弗雷特”，而变成了“海伦·亚当斯”。

别人告诉我说，我刚出生不久就表现出了不服输的个性，对任何事物都充满了好奇心，个性倔犟，常常想模仿大人们的一举一动。六个月时我已经能够发出“茶！茶！茶！”和“你好！”的声音，令每个人都十分好奇。对于“水”这个字，也是我在一岁以前学会的。就是在我生病后，虽然忘掉了以前所学的字，可是对于“水”这个字还依然记得。在完全丧失说话能力以后，我仍然能模糊地发出一点“水”字的音来，直到后来我学会了拼写，才不再用这个音来代表“水”。

家人还告诉我，我刚满周岁时就会走路了。有一次，母亲把我从浴盆中抱出来，放在膝上，突然间，我发现树的影子在光滑的地板上闪动，就从母亲的膝上溜下来，自己一步一步地、摇摇晃晃去踩踏那些影子。

春光里百鸟争鸣，歌声欢悦，夏天里到处是果子和蔷薇花，待到草黄叶红已是深秋来临。三个美好的季节匆匆而过，在一个活蹦乱跳、牙牙学语的孩子身上留下了一生难忘的美好记忆。

好景不长，第二年阴冷的二月来临时，我病了。这场病让我变得看不见东西听不着声音，生生将我扔进一个漆黑寂静的可怕世界里。我就像刚出生



海伦·凯勒故居。位于美国南部亚拉巴马州的塔斯喀姆比亚镇，海伦于一八八〇年六月二十七日出生于此。

的婴儿般无知。人们说我得了急性脑充血，连医生都说我活不成了。然而一天清晨我突然退了烧。这高烧来得迅速，退得也很奇特。一家人感天谢地，欣喜不已。但是当时谁都没有料到，我从此再也看不见、听不到周围世界的一切，就连医生也未曾想到会是这个样子。

至今，我仍能够依稀记得那场病，尤其是母亲在我高烧不退、昏沉沉痛苦难耐的时候，她温柔地抚慰我，让我勇敢地度过了那段恐惧的时光。我还记得在高烧退后，眼睛因为干枯炽热、疼痛怕光，必须避开自己以前所喜爱的阳光，我面向着墙壁，或让自己在墙角蜷伏着。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。

有一天，当我睁开眼睛，发现自己竟然什么也看不见，眼前一片黑暗。我像被噩梦吓倒一样，全身惊恐，悲伤极了，那种感觉让我今生永远难以忘怀。

失去了视力和听力后，我逐渐忘记了以往的事，只是觉得，我的世界充满了黑暗和冷清。一直到她——莎莉文小姐——我的家庭教师的到来。她减轻了我心中的负担，重新带给我对世界的希望，并且打开我心中的眼睛，点燃了我心中的烛火。

上帝给予我的只有十九个月的光明和声音，但在我内心深处，还保留着儿时的一些记忆。我还清晰地记得——美丽的绿色家园、蔚蓝的天空、青翠的草木、争奇斗艳的鲜花，所有这些组成了一个美好世界，一点一滴都铭刻在我的心坎上，永驻在我的心中。

生病后几个月的事，我几乎都记不起来了，隐约记得我常坐在母亲的膝上，或是紧拉着母亲的裙摆，跟着忙里忙外的母亲到处走动。

渐渐地，我可以用手去摸索各种东西并努力分辨它们的用途。或者揣摩别人的动作、表情，来知道发生什么事，表达自己想说的、想做的，我急切地想和他人交流，于是开始做一些简单的动作，摇摇头表示“否定”，点点头表示“同意”，拉着别人往我这里表示“过来”，推一推表示“过去”。我若是想吃面包，我就用切面包、涂奶油的动作来表示。想告诉别人冷时，我

会缩着脖子，做发抖的样子。母亲也竭尽所能做出各种动作，让我了解她的意思，我总是可以清楚地知道母亲的意思。说实在的，在那漫长的黑夜里能得到一点光明，完全是靠着母亲的慈爱和智慧。

感悟

海伦是不幸的，出生仅十九个月就被病魔夺走了声音和光明。但是幼小的她并没有放弃，依然保持着对生命的热爱，也正是这种从天而降的厄运和永不屈服的抗争精神成就了海伦。

人的生命似洪水在奔流，不遇到岛屿和暗礁，难以激起美丽的浪花。

失败、伤病、贫困……这些磨难看起来是生命中一座座陡峭的险峰，但是却没有任何一座不可逾越。最重要的，是要拥有一颗热爱生命、追求光明、永不屈服的心，只要做到了这一点，生命中遇到的任何苦难都只不过是一个过程，是一次磨砺自己的机会。



不一样的童年，一样的快乐

寂静和黑暗并没有令我对这个世界陌生，相反我对自己周围的一切可以说是了如指掌。五岁时，我学会了把洗好的衣裳叠好收起来，把洗衣店送回的衣服分好类，还能辨别出哪几件是自己的。每当母亲和姑母开始梳洗打扮，我知道她们要出去，就求她们带上我。亲戚朋友来家里串门，我总被叫来见客人。他们走时，我挥手告别，我还依稀记得这种手势所表示的意义。有一次，家里即将有重要的客人来访，从门的开启，我知道了他们的来到。于是，我趁着家人不注意时，跑到母亲的房间，学着母亲的样子在镜子前梳妆，往头上抹油，在脸上擦粉，把面纱用发夹固定在头发上，让面纱下垂，轻盖在脸上，而后，我又找了一件宽大的裙子穿上，完成一身可笑的打扮后，也下楼去帮他们接待客人。

已经记不得是从什么时候开始，我发觉到了自己与众不同，但是在教我的老师到来之前，我就已经发现了这个问题。那时我就注意到，母亲和我的小伙伴们都是用嘴巴在交谈，而不像我只能用手比划着。因此，很多时候我都会站在两个谈话者之间，用手触摸他们的嘴巴，可是我仍然无法明白他们的意思。于是我疯狂地摆动四肢，嚅动嘴唇，试图与他们交谈，谁知他们一点儿反应也没有。我生气极了，大发脾气，又踢又叫，一直到筋疲力尽为止。

我经常为了一些小事而无理取闹，虽然我心里也知道这样是不应该的，可是一有事情到来，我又急躁得控制不了自己，就像我常踢伤保姆艾拉，我也知道她很痛，所以当我气消时，心里就觉得很愧疚。但是当事情又不顺我的心意时，我还是会疯狂地胡乱踢打。