最近我读了一本书：《假如给我三天光明》。马克吐温曾说过：“十九世纪有两奇人，一个是拿破仑，一个是海伦凯勒。”海伦凯勒相信大家并不陌生。没错，她就是《假如给我三天光明》的作者。

　　这本书主要写了海伦凯勒的一生，写了她的奇迹般的生活，她遇到的不幸，她的不屈不饶、坚强、奋斗、乐观和勇气还有她的爱心都是我所感动的原因。海伦凯勒原本也是个健康可爱聪明的小女孩，可是在她19个月的时候一场恐怖的急病降临在了小小的海伦凯勒身上，导致了她失明、失聪和失语。

　　原本可爱又活泼的小海伦凯勒不见了，取代而来的是暴躁、任性和孤独的她。直到她七岁那一年，海伦凯勒的爱心与耐心接近绝迹的时候，莎莉文老师走进了她的生活。莎莉文老师引导她，教育她，教她识字。

　　海伦凯勒渐渐走出了内心的黑暗，张开了心灵的眼睛，从此开始了她注定不平凡，奇迹的生活。

　　《假如给我三天光明》中，海伦凯勒写道：“第一天：我要透过“灵魂之窗”看到那些鼓励我生活下去的善良、温厚与心怀感动的人们。第二天：我要在黎明起身，去看黑夜变成白昼的动人奇迹。我将怀着敬畏之心，仰望壮丽的曙光全景，与此同时，太阳也唤醒了沉睡的大地。第三天，我将在当前的日常世界是中度过，到为生活而奔忙的人们经常去的地方，去体验的他们的快乐、忧伤、感动与善良。”

　　如果，我们不能向海伦凯勒那样伟大，那么不妨去试着像莎莉文老师那样帮助别人呢？雷锋叔叔曾经也说过：“如果你是一滴水，你是否滋润了一寸土地？如果你是一线阳光，你是否照亮了一分黑暗？如果你是一颗粮食，你是否哺育了有用的生命？”那么我们为什么不能像海伦凯勒、莎莉文老师那样，做一个对社会有贡献的人吗？

　　我们是健康的人，可是在遇到困难和磨难时，我们为什么不能向海伦凯勒那样坚强、乐观地去面对，去挑战呢？生活中确实有着许多的无奈，但是我们可以去努力的改变自己的生活和把握好自己的生活。像海伦凯勒那样，勇敢、坚强、乐观地去面对各种困难！生活，由我们自己来主宰！