

篇名：

人類精神的典範…海倫凱勒

作者：

王筑韻 國立清水高中 高二 13 班

●前言

研究動機：

在人的一生中總會遇到大大小小的逆境，現在的人常常爲了芝麻小事而跳樓自殺，總覺得自己是這世界上最可憐的人，其實比自己處境更困苦的人比比皆是，只會怨天尤人，但對事情卻於事無補，何不換另一方面想想，蒼天賜予我這難題，無非是要訓練我，讓我越挫越勇，使我在過程中成長，當我把這難關跨過去之後，未來的路，可能就變得平坦一些，又何嘗不是種種艱苦過後所換來的那份喜悅和榮耀呢？而海倫凱勒的精神，這是我們應當學習的。

海倫海勒是一位三重障礙的人，但她並不會因此而自我放棄，反而日後成爲二十世紀偉大的教育家，紐約前鋒論壇報尊崇她爲美國二十世紀四大偉人之一，海倫所扮演的角色是無人可以取代的，因爲只有親身經歷過三重痛苦的人--眼不能看、耳不能聽、嘴不能說，而又克服超越了這些痛苦的人，才能真正明瞭殘障者的感受以及需要，她是上帝派來撫慰、協助不幸者的天使，更給一般人莫大的啓示。

我很喜歡海倫海勒曾說過的一句話：「**面對光明，陰影就在我們身後！**」(註一)，當我們無論遇到多麼困難的事，只要我們多看向正面，朝美好的那面走，那麼就沒有什麼事情可以絆倒我們。

海倫海勒原本並不是如此樂觀，是什麼事可以讓她做如此大的改變?藉由這次的論文，想要帶著大家作深刻的探討。

研究目的：

想藉此機會改善現代人的不正確的心態，讓他們凡事有正面的想法，不要一遇到難走的路，就說：「我不會」，而半途而廢，其實只要有心，任何事都能做到，就看你是否願意付出心力去完成它。

研究方法：

利用網路資源、海倫凱勒傳、評論海倫凱勒的文章……等等。

貳●正文

一·人物介紹

海倫·亞當斯·凱勒 (Helen Adams Keller) 出生於 1880 年 6 月 27 日美國阿拉巴馬州塔斯坎比亞，逝去於 1968 年 6 月 1 日美國康乃狄克州韋斯特波特。是美國的一位視障與聽障的美國作家，社會運動家及教育家。她幼年因意外疾病而引致失明及失聰。後來藉著她的啓蒙導師，安·蘇利文(Anne Sullivan)的努力，使她學會說話，並開始和其他人溝通並接受教育。

因爲身體上的缺陷，在求學的過程中，使得她比一般人還要辛苦，但她憑著一股異於常人的毅力與意志力堅持下去，從不輕易認輸，努力去克服遇到的每一個困難與挫折，最終實現自己的理想。

海倫凱勒大學畢業後即致力於盲人、聾人的福利事業，甚至周遊六大洲四處演講，凡她所經過之處，隨後就有新的盲人學校成立起來，她也常去醫院探望久病在床的病人，給予無比的生存意志，也爲貧民及黑人爭取福利，並且在第一次大戰時宣揚反戰和平論。

紐約前鋒論壇報尊崇她爲美國二十世紀四大偉人之一，海倫所扮演的角色是無人能取代的，因爲只有親身經歷過三重痛苦的人---眼不能看、耳不能聽、嘴不能說，而又超越了這些痛苦的人，才能真正明瞭殘障者的感受以及需要，她帶給很多身處逆境的人莫大的啓發。

海倫凱勒享年 87 歲，安詳地結束了她轟轟烈烈的一生，一代偉人與世長辭，但她的名字卻永遠留在歷史上，成爲人類永恆的典範。

二・生平事蹟

- ◎ 1898 年 考入位於美國麻薩諸塞州的劍橋女子學校
- ◎ 1900 年 考進哈佛大學的雷地克裡夫學院
- ◎ 1904 年 以優異的成績畢業於哈佛大學，取得文學學士學位。（第一位畢業於高等院校的聾盲人）
- ◎ 1913 年 橫越美國從事演講旅行。
- ◎ 1918 年 事蹟被搬上螢幕，親自主演。
- ◎ 1919 年 在舞台表演，到美國各地做巡迴公演〈到 1924 年〉。
- ◎ 1922 年 母親凱特逝世。
- ◎ 1924 年 組成了海倫·凱勒基金會，並加入了美國盲人基金會
- ◎ 1931 年 出席第一屆世界盲人大會。
- ◎ 1936 年 10 月 20 日蘇莉文老師去世〈70 歲〉。
- ◎ 1937 年 4 月訪問日本，到處演講。
- ◎ 1948 年 前往澳大利亞、日本演講。
- ◎ 1955 年 訪問印尼、巴基斯坦、菲律賓、日本等國。
- ◎ 1968 年 6 月 1 日病逝於康乃狄格州西港的家中，享年 87 歲。

三·出生

海倫·凱勒原本是一個健康的嬰兒，出生於 1880 年 6 月 27 日。她天生聰明伶俐，據說出生不到六個月，便能清楚地說出幾個像「tea」（茶）、「water」（水）的幾個英文單字，她對周遭的事物也具有敏銳的觀察性。

有一則關於海倫凱勒剛出生的小故事。海倫凱勒剛滿週歲那年，一天傍晚，母親趁太陽西下以前，放了一盆熱水想幫海倫凱勒擦洗身體，當母親自浴盆把海倫凱勒抱了起來，放在膝蓋上，正想拿條大毛巾替她包裹身子的時候，海倫凱勒的目光，突然被地板上搖晃不定的樹影吸引了過去，她好奇地看著，看得很入神，眼珠子動也不動一下，而且還忍不住伸長小手撲了過去，好像非得抓住它不可。當時，母親雖然已經注意到海倫凱勒的異樣，但是看在母親的眼裡，樹影不過是平常又自然的現象，沒什麼好大驚小怪的。但是，她萬萬沒有想到海倫凱勒會用力往前傾，結果不小心一滑手，竟讓海倫凱勒滑倒在地，哇哇大哭個不停。母親趕緊將海倫凱勒摟進懷裡，連哄帶騙了好一陣子，海倫凱勒才安靜了下來。

事隔不久，母親一個人靜靜回想這件事情發生的經過，她發現海倫凱勒的觀察力似乎特別靈敏。通常一個週歲大的嬰兒，應該是懵懵懂懂的，對什麼事情都沒有企圖深入了解的傾向，可是嬰兒時期的海倫凱勒卻特別有細膩的心思，甚至想用自己的肢體去感受周遭事物變化的奇妙。

跟其他同年齡的嬰孩相比，海倫凱勒是位天賦異稟的不凡人才，並且在 12 個月大的時候就已經學會走路，生活充滿歡樂，一歲半以前，聰明又活潑，帶給家人無與倫比的快樂。她的母親也為此感到驕傲，但是這份喜悅到底能持續多久呢？殊不知海倫凱勒的命運即將改變……

四·命運轉變

海倫凱勒在 19 個月大的時候突然患了急性腦炎，從此失去了聽覺和視覺。這真是一個突如其來的重大打擊，海倫凱勒今後將面對一個沒有光線、沒有聲音的世界，也讓她的父母灰心沮喪，更不知道將來該如何教育海倫凱勒，這真是一個難題。也許，海倫凱勒的父母親可以猜測、也可以想像海倫凱勒的心情，但是他們無法體會，就如同海倫凱勒無法體會正常人的生活一樣。

起先，她的父母親採用實驗的方法，一次又一次地嘗試，雖然他們失敗過無數次，但是日子久了，也摸索出不少要領，除了被動地猜想海倫凱勒的比手畫腳，有時也教導海倫凱勒憑藉肢體動作，表達喜怒哀樂。海倫凱勒也學習運用觸覺去感受周遭的事物，可是海倫凱勒學到的肢體語言，只有父母才看得懂，隨著年歲的增長，這樣的交流已不能再滿足她，她的脾氣開始變的暴躁。

海倫凱勒的父母親一直掛心著她的教育問題，尤其他們想到自己終有年老的一天，到時候要是海倫凱勒仍然不能跟外人溝通，那海倫凱勒往後的遭遇，將是非常悲慘的。

海倫凱勒的父母從未放棄她，他們不因此放棄，他們疼愛海倫凱勒，想盡各種方式來教育她，終於他們透過盲人教育家亞歷山大·葛理翰·貝爾的介紹，請到安·蘇利文來當海倫凱勒的家庭教師，1887 年 3 月 3 日蘇利文小姐來到海倫身邊，改變了海倫的一生，她用 47 年的時間，以無比的愛心和教育的熱誠，讓海倫從黑暗寂靜的世界中走出來，擁抱世界的光明，從此展開了海倫凱勒不凡的一生。

五·良師教導

海倫凱勒接受柏金斯盲人學校的蘇利文老師教導，作為海倫·凱勒的啟蒙導師。蘇利文〈Anne Sullivan 1866-1936〉畢業於波士頓珀金斯 Perkins 盲人學校，本身有視力障礙。蘇利文老師跟海倫凱勒很投緣，她們認識沒有幾天就相處融洽，而且海倫凱勒還從蘇利文老師那裡學會了認字。她是一位很有愛心的老師，很用心的教導海倫凱勒。蘇利文老師首先了解海倫凱勒的個性，與她建立互信的關係，再耐心的教導海倫凱勒手語，讓她能與別人溝通。其後再教導海倫凱勒用手指點字以及基本的生活禮儀。

有一天，蘇利文老師在海倫凱勒的手心寫了「水」這個字，海倫凱勒不知怎麼搞的，總是沒法子記下來。老師知道海倫凱勒的困難處在哪兒，她便帶著海倫凱勒走到噴水池邊，要海倫凱勒把小手放在噴水孔下，讓清涼的泉水濺溢在海倫凱勒的手上。接著，蘇利文老師又在海倫凱勒的手心，寫下「水」這個字，從此海倫凱勒就牢牢記住了，再也不會搞不清楚。

不過，蘇利文老師認為，光是懂得認字而說不出話來，仍然不方便溝通。可是，從小又聾又瞎的海倫凱勒，聽不見別人說話的聲音，也看不見別人說話的嘴型，所以，雖然她不是不能說話的啞巴，卻也沒辦法說話，為了克服這個困難，蘇利文老師替海倫凱勒找了一位專家，霍勒斯曼學校的莎拉·傅樂瓦老師來教導海倫凱勒說話，她教導海倫凱勒利用雙手去感受別人說話時嘴型的變化，以及鼻腔吸氣、吐氣的不同，來學習發音。當然，這是一件非常不容易的事，不過，海倫凱勒還是做到了，最後學會了說話。對於一個失明和失聰的人來說，這是十分艱巨的事情。海倫凱勒逐漸對世界改觀，開始努力向學，認真做人。

對於蘇利文老師不遺餘力的教導，海倫凱勒的父母有說不出的感激，然而在海倫有著驚人的進步之際，蘇利文老師卻很憂心，因為這孩子無法無天了、為所欲為，但海倫凱勒的父母想到海倫缺少太多東西時，便不忍苛責，任其予取予求。為了徹底改變海倫的個性，給予完全的教育，她說服凱勒夫婦讓她和海倫搬到荒棄已久的小木屋單獨相處，以避免她過度的依賴父母，愛女心切的凱勒夫婦只給她兩個星期的期限。教學互動過程中，海倫因初次離開父母的懷抱，索性大哭大鬧，賴在地上不吃不喝，蘇利文老師強忍酸楚，希望海倫能明白她所教她的一切。蘇利文老師每天帶她認識廣大的心靈世界，他們走進了大自然，體會大自然的脈動—空氣中陣陣的花草清香、感受樹的生命、即將從蛋殼誕生的新生命；為了突破

學習的瓶頸，蘇利文老師終日苦思，一次靈機一動，帶著海倫到汲水幫浦旁，用力壓著幫浦，讓海倫感受水的流動，此時她長久封閉的心靈頓時甦醒了，她像學會了識字、辨物，了解文字的意義、體會事理、深及思考，由生活的無障礙而達心靈的無障礙。

蘇利文老師以無比堅毅的信念、愛心及智慧，像璞玉般來雕琢海倫，給了她全新的生命，如同燈塔般引領她的人生方向。

六·進入學校

1898年，海倫凱勒考入了位於麻薩諸塞州的劍橋女子學校(The Cambridge School for Young Ladies)。1900年秋，再考進哈佛大學的雷地克裡夫學院，這對於一個失明和失聰的人而言，是非常難得的成就。1904年，海倫凱勒以優異的成績畢業，取得文學學士學位，她同時也是第一位畢業於高等院校的聾盲人。

而在海倫凱勒求學期間的這麼多年來，蘇利文老師一直留在海倫凱勒的身邊，並將教科書與上課內容寫在海倫凱勒的手掌上，讓她能了解其內容，蘇利文老師對海倫凱勒的不離不棄，讓海倫凱勒很感動，因此一生十分感激她。

七·教育大眾與名留千古

海倫凱勒於1924年組成了海倫·凱勒基金會，並加入了美國盲人基金會，作為其全國和國際的關係顧問。其後她在國際獅子的年會上發表演說，她要求獅子會成為「協助失明人戰勝黑暗的武士」。並說：「我為你們開啓機會的窗，我正敲著你的大門。」1946年，海倫·凱勒擔任美國全球盲人基金會的國際關係顧問，並開始週遊世界，訪問了35個國家。她盡力爭取在世界各地興建盲人學校，並常去醫院探望病人，與他們分享她的經歷，以給予他們生存意志。她同時亦為貧民及黑人爭取權益，以及提倡世界和平。

海倫凱勒並成爲一位盲人勵志作家，除了突破官能障礙學會說話，更奉獻自己的一生，四處爲殘障人士演講，鼓勵他們肯定自己，立志做一個殘而不廢的人。海倫凱勒這份愛心，不但給予殘障人士十足的信心，更激起各國人士正視殘障福利，紛紛設立服務機構，輔助他們健康快樂的過生活。

海倫·凱勒享年 87 歲，在她死後，因爲她堅強的意志和卓越的貢獻感動了全世界，各地人民都開展了紀念她的活動。有人曾如此評價她：「海倫·凱勒是人類的驕傲，是我們學習的榜樣，相信眾多的有疾病而聾·啞·盲的人都能在黑暗中找到光明」

1971 年，國際獅子會的國際理事爲了紀念海倫·凱勒的不屈不撓的精神，宣佈將每年 6 月 1 日定爲「海倫·凱勒紀念日」。而在這日，環球的獅子會均舉辦與視力相關的服務性活動。

八·海倫凱勒名言

- 1.人生如果不敢冒險,則是一無事處
2. 教育的最高境界是耐心
- 3.當你抱怨鞋子破時,應想想有人連鞋子都沒有
- 4.信心是一種心境,有信心的人不會在轉瞬間就消沉沮喪,如果從他的蔭庇所被驅逐出來,他就會去造一所塵世的風雨不能摧殘的屋子
- 5.對於凌駕命運之上的人,信心是命運的主宰
- 6.信心是命運的主宰
- 7.沒有磨練,就根本沒有生命
- 8.我們最可怕的敵人不在懷才不遇,而在我們的躊躇猶豫.認定自己是哪種人,於是便只能成爲那樣的人
- 9.我爲你們開啓機會的窗。 我正敲著你的大門
- 10.面對光明,陰影就在我們身後 (註一)

參●結論

我想如果海倫的父母當時任海倫我行我素，順應她任性的個性，沒有做明智的抉擇－讓他受教育，改變她的習性，那麼海倫應該一輩子都要依靠她的父母親，無法自己完成任何事情，那她的一生將活的毫無意義，也有可能因此墮落，不過幸運的是海倫遇到良師蘇利文。

蘇利文老師，是海倫一生中轉變最大的關鍵，蘇利文老師以無比堅毅的信念、愛心及智慧，像璞玉般來雕琢海倫，給了她煥然一新的生命，如同燈塔般引領她的人生方向，讓她有所目標的度過每一天，這是很少老師可以做到這樣的，大部分老師在教學方面往往都只教導孩子們認識很多字彙、會算數學、學了很多知識，但我認為完整的教育內涵應除了這些外，更重要的是老師還要教導孩子做人處世，並站在孩子的方面想想，想想她內心的世界，想想她真正需要什麼，就像蘇利文老師一樣，耐心的教導海倫，使她活的有意義，因此我們必須要好好學習蘇利文老師。

此外，我們也必須好好效法海倫凱勒，因為當一個人有了缺陷，面對這樣的命運，絕大多數的人往往會失去生存的目標，奮鬥的勇氣，而被動的接受一切，自暴自棄，怨天尤人，但海倫凱勒並不如此，她克服了心理障礙所承受的缺陷，並勤奮努力，達成心願，幫助大眾，讓別的殘障人士點燃了一片光，這種精神是值得我們效法，敬佩的。

相較之下，我們的身體部位每天都在為我們服務，感覺起來並沒有什麼特別珍惜的地方，但是直到當你失去了它們，那麼你將會覺得眼前的生命是多麼的灰暗而且寂寞。

所以我們應該珍惜眼前所得到的幸福，並且在用更多的心力，爭取更多自己的信心與榮譽，且發揚光大，並給更多需要幫助的人，為社會盡一分力量，豐富自己人生的康莊大道。

肆●引註資料

1.<http://zh.wikipedia.org/wiki/%E6%B5%B7%E5%80%AB%C2%B7%E5%87%B1%E5%8B%92>(檢索日期 2008/10/21)

2.海倫凱勒傳

作者：海倫凱勒

出版日期：2004 年 04 月 21 日

出版社：希代

譯者：林維頤

ISBN：9867804643

3.註一、<http://tw.knowledge.yahoo.com/question/question?qid=1008080606771>(檢索日期 2008/10/21)

4.<http://tw.knowledge.yahoo.com/question/question?qid=1507110807249>(檢索日期 2008/10/21)