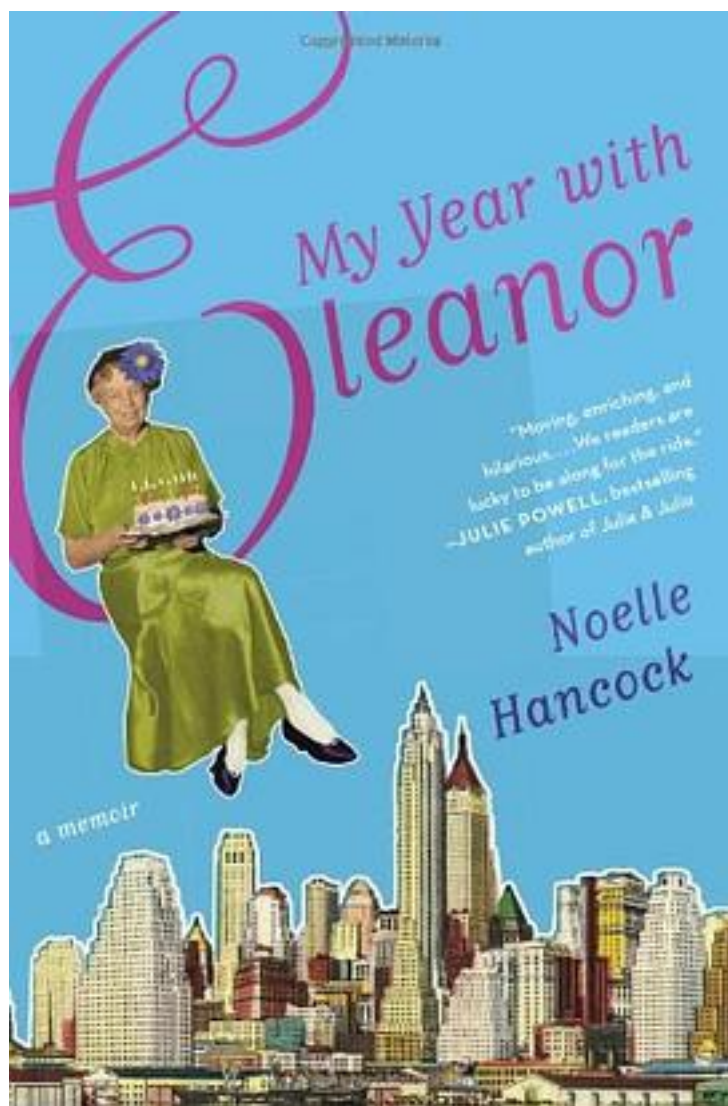


My Year with Eleanor



[My Year with Eleanor_ 下载链接1](#)

著者:Hancock, Noelle

出版者:Ecco

出版时间:2011-6-7

装帧:Paperback

isbn:9780061875038

After losing her high-octane job as an entertainment blogger, Noelle Hancock was lost. About to turn twenty-nine, she'd spent her career writing about celebrities' lives and had forgotten how to live her own. Unemployed and full of self-doubt, she had no idea what she wanted out of life. She feared change—in fact, she feared almost everything. Once confident and ambitious, she had become crippled by anxiety, lacking the courage required even to attend a dinner party—until inspiration struck one day in the form of a quote on a chalkboard in a coffee shop: "Do one thing every day that scares you."

—Eleanor Roosevelt Painfully timid as a child, Eleanor Roosevelt dedicated herself to facing her fears, a commitment that shaped the rest of her life. With Eleanor as her guide, Noelle spends the months leading up to her thirtieth birthday pursuing a "Year of Fear." From shark diving to fighter pilot lessons, from tap dancing and stand-up comedy to confronting old boyfriends, her hilarious and harrowing adventures teach her about who she is, and what she can become—lessons she makes vital for all of us.

作者介绍:

Noelle Hancock is a former staff writer for the New York Observer. She was the founding writer of Us Weekly's entertainment blog and helped launch the website for the popular gossip column "Page Six." Her work has appeared in Rolling Stone, GQ, Blender, the New York Post, Maxim, Cosmopolitan, Page Six Magazine, Marie Claire U.K., Nymag.com, and Gawker, among other publications and websites. She was born and raised in Houston, Texas, and graduated from Yale University. She lives in Manhattan with her parakeets, Jesus and Stuart. Her parents are still holding out for law school.

目录:

[My Year with Eleanor_ 下载链接1](#)

标签

英文

励志

生活

旅行

心理

change

English

英语

评论

中文名字很奇怪“不要和鲨鱼亲吻但要和勇敢睡觉”。读这本书是因为觉得作者和自己目前这种lost和uncertain的状态很接近。读了之后发现刚开始写的很浅薄，但是后面却越看越精彩，the fear of death写的最有真情实感，但是爬乞力马扎罗则更详尽。我已经找到三十岁前要完成的事情了。

很喜欢这种讲自己的故事的书，心路历程神马的真的很有爱也很激励

从勇敢无畏的少女，长成凡事都会害怕的“大人”，重新找回那个勇敢的自己。高空跳伞，开飞机，当众演讲，爬山。我也希望长成这样的人。

beach reading.

brace the bravery inside.

好看-。-

cute and frank

书评

有只无形的手在弄脏我的世界

多让人羡慕的一个姑娘，长得漂亮，工作轻松，收入颇丰，男友完美，她还能奢望什么呢？这大概就是乐极生悲，完美的生活总是经不起考验，一场原本和她无关的金融危机，却让她成为美国9%失业率中的一个统计数字。而用她自己的话说，失业后仿佛“有..

有时候，那些让我们朝思暮想、垂涎三尺的梦想、追求，之所以我们没实现，只是因为我们没有勇气去争取。

人最大的敌人是自己。之前的一年我一直身体不好，医生劝我跑跑步，我当时就回答道，我坚持不了，跑不动。想想，我可真是废物，连尝试都没有，就一口咬定自己不行。可...

预计2013年6月出版。字数不够，引用网友评价：

每个人都有过自信满满，却不知何时开始惧怕改变：担心扎眼而不敢发言？怕惹不悦而惧提意见？害怕树敌而不敢挺身？工作很烂还是待着？总觉得未知比眼前更难？恐惧让人生高位截瘫，充满逃避的落寞。一个女孩用好笑又动人的故事告诉...

p12 你克服的障碍越多，会觉得自己越有能力，然后就会想要克服更多的障碍。 p14,15 觉得自己有用处，也许是童年我体会到的最大快乐（Eleanor）
为人讨论想法，凡人讨论事件，心胸狭小的人讨论他人（Eleanor）
如果你想做的事情比你拥有的时间还多，你就不会是不快乐的人。有没...

很开心能遇到这么棒的一本书，在我水逆低谷的时候。这不是心灵鸡汤，也不是励志故事。只是说，其实每个人都是一块多面的宝石。
故事精彩，读完后还能回忆起来很棒的片段。像乘坐快艇看着海底世界的缤纷。也像靠着墙壁，面对孤独时的自己。亲爱的，请...

作者是娱记出生，如何抓眼球，博取同感是高手。所以这本书值得一读。
娱乐小报读起来有意思的地方是，它事无巨细的讲述明星们做了什么说了什么，再加上一些不过脑子的直觉评价（对于大部分正常人来说的直觉反应）。没有冗长的评论，像我现在正在做的，也没用深刻的剖析，像我现...

一只关注的这家的书 这本书喜欢的不行 知道了 勇往直前
每天做一件让自己害怕的事，每天都比昨天更勇敢。谁的青春不迷茫？说的太对了
我们的船朝着码头驶进时，我思考着鲍勃医生说的海浪比喻。我的确为昨天挑战潜水观
鲨成功而感到骄傲，却没有像上一次完成大挑战时的那种成...

试读此书第一章时，说的是作者在休假时陷入了一个困境——失业。之后因为找不到工
作，而有时间自省，于是发现自己的生活过得很糟糕。为了改变这种状况，她制定了一个
疯狂的计划——在接下来的一年中，每天挑战一件自己害怕的事。我很有兴趣了解作
者是如何战胜自己的恐惧...

读书感受： 这本书没有细看。不过是本不错的书。
作者在29岁的时候失去工作，进而开始反思生活。决定在接下来的一年内每天做一件让
自己害怕的事情，在这个过程中，重新定位了自己30岁以后的人生。
也不知道是不是真事。可也比较羡慕，这事放中国可能比较难，我也不见得敢做。可...

恐惧会瘫痪我们的人生，害怕犯错让我们什么事都不敢做！

2014年初，我刚创业一年，正是新鲜感逐渐消失，对变幻莫测的未来充满着不确定与恐惧的时刻，我买了这本书。作者在美国德州的休斯顿出生长大，毕业于耶鲁大学，从事着美国多个知名媒体八卦专栏写手的工作，六位数的年收入...

在极端天气的状况下（一起的专业攀岩运动员也放弃了登顶），成为团队里第一个登上乞力马扎罗山的人，接着在非洲度过了圣诞节之后，我在凌晨回到了北京的家中。而这本书，就是我跑半个地球去爬山的最初原因。订机票决定去爬山的当，感觉自己是一时兴起。但细想一下，距离这个想...

一本淡淡的励志书，摘抄了一些喜欢的段子：

※我非常的满足，开心到甚至有些惆怅。这就好像每次快要看完一本很棒的书时会有的感觉。即使我现在还身处于这一刻，我就已经在怀念这一时刻了。很快火车就会来把我们载回城市里，我却希望自己可以和这三个愿意为我从飞机上跳下去的人永...

如果可以，你希望30岁生日收到什么样的生日礼物？一时间，脑海里可能跳出很多，比如说，高级公寓，拉风的跑车，一直想要的offer，大乐透，出境游玩的机票等等。或许，大家还可以不断补充很多绝佳的想法，但书中的主人翁却呈现给我们一个不一样的答案，而这个30岁礼物实在是让人...

[My Year with Eleanor_下载链接1](#)