

<<花猴教你变美丽>>

图书基本信息

书名：<<花猴教你变美丽>>

13位ISBN编号：9787506467506

10位ISBN编号：750646750X

出版时间：2010-9

出版时间：中国纺织出版社

作者：苏花猴

页数：167

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<花猴教你变美丽>>

### 前言

从来没有想过有一天可以帮苏花猴出的书写序，我又证明一次，天底下没有什么事是不可能的!在她的身上，嗅不到一丝文艺气息，只有浓浓的流行讯息，不过当我了解这本书的内容时，我也就不再那么讶异了。

我跟苏花猴是那种可以很久不见面，感觉我们之间已经没有温度，但见了面温度计立刻会回到应有刻度的那种情谊，我们不是最要好的朋友，但我就是知道，地球上有一个人在某个地方，还是会贴心地记得我，并且关怀我。

曾上过苏花猴的部落格或者新加入的读者们，应该都只看到苏花猴美美的一面，想要知道其他面的，可就要仔细读我这一篇。

苏花猴的心肠非常软。

有一次台里一位好脾气的男生生日，我们决定恶整他整到他发脾气为止，大家非常卖力，连其他部门的同事都来助阵，眼看这位男生脸涨红，用力摔抽屉，就要大骂出口……苏花猴却在最关键的时刻端出了生日蛋糕，大家一阵错愕，只听苏花猴用林志玲的口吻说：“唉呀!我看他都快哭了啦!”虽然前功尽弃，大家又怎忍心骂这位好心肠的美女呢?苏花猴很带种。

虽然我是个没什么威严的主管，但大部分同事也知道要敬老尊贤，只有她，不但没大没小，还是第一个敢跟我对骂“三字经”的人，虽然我们都是用非常温柔的口吻在讲这几个字，但听到的人还是不免要愣一秒钟。

现在就要提到跟美丽有关的东西了。

苏花猴是办公室里的流行物新鲜货专家，她常会贴心地在我的抽屉里放网络当红的流行小物，给我惊喜，然后骄傲地教我这个老土怎么用。

每天都把减肥挂在嘴边，三不五时就会听到她大叫：“我瘦了2公斤耶!”若把这些尖叫加起来，她显然应该是个瘦子，但没有啦，她仍在减肥，因为她常常胖回去。

而她最常做的一件事就是——拆包裹，办公室里永远都会有她放纵购买欲的战利品，偶而有同事碎碎念，她会用求救的口吻说：“怎么办，我觉得我有强迫症，不能控制地买下去啦!”苏花猴就是这样特别的一位怪怪美少女。

不!她现在已经是一位少妇了(看到这里她应该已经抱头尖叫了吧)。

但她的风格一以贯之，她的美丽也是有增无减，很开心看到她运用自己的喜好、经验跟专长，经营出自己的一片天地，这是每一个女人都想要的。

苏花猴，我要告诉你，我很忌妒你喔!

## <<花猴教你变美丽>>

### 内容概要

本书稿主要介绍作者瘦身、化妆、穿搭72变大公开。

瘦身是作者的切身体会和自我总结出来的有效方法，化妆则是作者由完全不懂到成为美妆达人，而穿搭更是体现作者成功瘦身后的良好状态和美丽外形。

作者向大家展示了自己是如何从丑小鸭变成白天鹅的过程，只要我们掌握方法、有信心，就一定能够变美丽、变自信！

## <<花猴教你变美丽>>

### 作者简介

苏花猴，原本只是个爱漂亮、爱花钱的上班族，偶然间成立部落格，借由网络世界抒发心情，分享瘦身、化妆、保养、购物等心得，意外获得网友喜爱，争走相告，累积超高人气。每天超过80000人次造访，一年内浏览人次高达2000多万人。

<<花猴教你变美丽>>

书籍目录

花猴“不堪回首”照片大公开Part 1 想当瘦子吗？  
两个月瘦掉5斤 我和阿宅的发胖实录 减肥大作战 斤斤计较的日子 想当瘦子吗？ 减肥停滞期该怎么办 九大减肥重点，再不瘦我也没办法 好气色便利超市七日瘦身食谱Part 2 女人一定要化妆 所以说，女孩们还是要会化妆 轻、薄、透、亮的完美底妆 BB霜狂热分子 眼妆，真的很重要 好用到爆炸的双眼皮贴 不能没有美瞳，戴与不戴差很大啦 不用整形，眼睛也可以瞬间放大 偶而也要来一下大浓妆-花猴最爱烟熏妆 混血儿眼妆-深邃大眼化妆术 打造LENA风-性感犬目妆 不是你化妆技术烂，是你没用对工具 不做好防晒，你就死定啦 便宜又好用的日系小物分享 无时无刻都要香喷喷Part 3 花猴保养大公开 好皮肤是“洗”出来的 保养品一定要换季 花猴最爱面膜大集合 保养品可以用喝的吗 护手霜强迫症 夏日美体大作战 让你漫步在云端的足部护理Part 4 百变花猴最IN造型穿搭术 短腿变修长的穿衣诀窍 郊游踏青也能穿美美的 出国这样穿，回头100% 百变OL，上班\_点都不无聊啦！ 约会这样穿，魅力无法挡 百变发型的穿搭术 做美美指甲的不“NG”穿衣法

## <<花猴教你变美丽>>

### 章节摘录

插图：还记得认识我家胖阿宅那年，我才刚入社会半工半读，那时我们只是工作上的同事，偶而聊聊天、打打混，算不上太有交集。

那时我有我的男朋友，他有他的女朋友，我常和他讨论我与男友的状况。

现在想想真后悔，干嘛跟他说那么多！后来他跟女友分手，我甚至还帮他介绍过女朋友，虽然没成功。交往几年后，我居然会嫁给阿宅。

刚结婚时，我一直都处二于一种“傻眼”的感觉，老实说，我们两个人其实都并没有打算那么早结婚，无奈我那可爱的公公，恩威并施硬是把我们送进婚姻的殿堂，那时我才26岁，发喜帖的时候，同事都一脸惊讶看着我问：“天哪，你该不会是怀孕了吧！”我都会大叫：“怀你个‘大头鬼’啦！我只是变胖了！”婚后，阿宅也一直很疼爱我，总是包容我这个幼稚又懒惰的妻子，我常常在想，若是我当初没嫁，是否还可以再遇到这么爱我的男人？生命不能重来，这当然不会有答案，但至少在这四年来的每一天有阿宅你在，都很幸福、很安心。

婚前花老妈妈就再三叮咛我：“你最好找一个‘胖胖’的，会疼你、爱你、照顾你一辈子的男生结婚……”果然被我老妈说中了，她总觉得胖胖的男生比较疼老婆。

哈哈，是真的耶，至少阿宅越胖我越好命，嘻！结婚真的会让人发福！

阿宅常常会提议说：“我们今天去吃点特别的如何？听说有一家铁板烧超赞……”就这样，即使原来肚子一点也不饿，被阿宅一讲，也会失去自制力啦，管他的，吃了再说吧！婚前我的体重是44公斤，结婚不到三年竟然胖了七斤！妈呀！一想到猪肉摊上7公斤的肉竟然长在自己身上，马上晕倒。

阿宅更是成绩斐然，哈！不方便告诉大家他现在的体重，我可不希望他变瘦男子呢！总之，我和阿宅婚后就像吹气球一样，无止境地发胖！

## <<花猴教你变美丽>>

### 编辑推荐

《花猴教你变美丽》：台湾时尚装扮畅销书榜NO.1，平凡小女人也能修炼出明星气场台湾超高人气博客，每天破80000浏览量。

最最切身体会瘦身术，最最到IN魅力彩妆术，最最百变造型搭配林。

瘦身、穿搭、化妆、造型一网打尽，学习、努力、坚持、信念造就非凡，和花猴一起，感受美丽带给女性最真实的快乐。

<<花猴教你变美丽>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>