第一图书网, tushu007.com

<<花猴教你變美麗>>

图书基本信息

书名：<<花猴教你變美麗>>

13位ISBN编号：9789866228018

10位ISBN编号：9866228010

出版时间：2010-5-11

出版时间：采實文化事業股份有限公司

作者：蘇花猴

页数：176

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

<<花猴教你變美麗>>

前言

推薦序一：在花猴身上，你可以找到美麗的奇蹟！
／陳慧瑛　（本文作者為知名戲劇製作人）　從來沒有想過有一天可以幫蘇花猴出的書寫序，我又證明一次，天底下沒有什麼事是不可能的！
在他的身上，嗅不到一絲文藝氣息，只有濃濃的流行訊息，不過當我了解這本書的內容時，我也就不再那麼訝異了。
我跟蘇花猴是那種可以很久不見面，感覺我們之間已經沒有溫度了，但見了面溫度計立刻會回到應有刻度的那種情誼，我們不是最要好的朋友，但我就是知道，地球上有一個人在某個地方，還是會貼心的記得我，並且關懷我。
曾上過蘇花猴的部落格，或者新加入的讀者們，應該都只看到蘇花猴美美的一面，想要知道其他面的，可就要仔細讀這一篇。
第一個大秘密，蘇花猴有陰陽眼，夠勁爆吧！
我曾在某電視台擔任台長，他是我應徵進來的小助理，當時我有開台的重責大任，每天都忙得團團轉，有時候難免急切了一些，但當時年紀小的蘇花猴呢，小公主病就發作了，才一個星期不到，他就說要辭職，用的是一個……鬼理由，真的是鬼理由喔，他說他在辦公室的樓梯間看到鬼！
唉～這種鬼理由，從他這個小鬼嘴巴裡說出來，我真的是不知道該笑還是該哭，我已經忘了後來他為什麼留下來，但我非常確定我沒有慰留他。
之後，他的陰陽眼功力就自動消失了，沒再聽到鬼話連篇。
蘇花猴的心腸非常軟。
有一次台裡一位好脾氣的男生生日，我們決定惡整他整到他發脾氣為止，大家非常用力，連其他部門的同事都來助陣，眼看這位男生臉脹紅，用力摔抽屜，就要大罵出口……，蘇花猴卻在最關鍵的時刻～～端出了生日蛋糕，大家一陣錯愕，只聽蘇花猴用林志玲的口吻說：「唉呀！
我看他都快哭了啦！
」雖然前功盡棄，大家又怎忍心罵這位好心腸的美女呢？
蘇花猴很帶種。
雖然我是個沒什麼威嚴的主管，但大部分同事也知道要敬老尊賢，只有他，不但沒大沒小，還是第一個敢跟我對罵三字經的人，雖然我們都是用非常溫柔的口吻在講這幾個字，但聽到的人還是不免要愣一秒鐘，之後就會得到我們兩人一致的回應：看三小～（是溫柔的，不是艋舺的喔）　現在就要提到跟美麗有關的東西了。
蘇花猴是辦公室裡的流行物新鮮貨專家，他常會貼心的在我的抽屜裡放網路當紅的流行小物，給我驚喜，然後驕傲的教我這個老土怎麼用。
他每天都把減肥掛在嘴邊，三不五時就會聽到她大叫：我瘦了兩公斤耶！
若把這些尖叫加起來，他顯然應該是個瘦子，但沒有啦，他還是繼續減肥，因為他常常胖回去。
而他最常做的一件事就是拆包裹，辦公室裡永遠都會有他放縱購買慾的戰利品，偶而有同事碎碎念，他會用求救的口吻說，怎麼辦，我覺得我有強迫症，不能控制的買下去啦！
蘇花猴就是這樣特別的一位怪怪美少女，喔！
不！
他現在已經是一位少婦了（看到這裡他應該已經抱頭尖叫了吧），但他的風格一以貫之，他的美麗也是有增無減，很開心看到他運用她的喜好、經驗跟專長，經營出他自己的一片天地，這是每一個女人都想要的。
蘇花猴，我要告訴你，我很忌妒你喔！

第一图书网, tushu007.com

<<花猴教你變美麗>>

内容概要

2009年Yahoo熱門部落格的第2名。
短短一年，狂燒2,000,000人次　　平凡女變明星臉，就是這麼簡單！
誰說只有貴婦才能愛怎麼買就怎麼買？
誰說已婚有男友就可以隨便穿、不修邊幅？
誰說當正妹是難事？
不靠整型也能變漂亮？
網路爆紅部落客「花猴」說給你聽！
每天破八萬人次瀏覽的「購物狂就是我」出書啦！
瘦身．穿搭．化妝．保養．美髮．美甲…，　　女孩們想變美、變正的秘訣，花猴一次告訴你！
喜歡shopping，但往往買回家卻後悔嗎？
每天喊著減肥，體重卻每日劇增？
喜歡打扮，卻總是無法穿出自己的風格？
超人氣部落客花猴教你用最聰明的方法，穿出最美的自己！
特色1　最輕鬆搞笑的文字．給你最充實的內容！
沒有華麗的文筆，卻能直接深達人心，讓人看了哈哈大笑，大聲叫好。
輕鬆的文字、充實的內容，偶爾無傷大雅的髒話，讓人大呼過癮！
特色2　詳細的照片．有圖有真相！
花猴喜歡用相片記錄生活的點滴，也記錄了發胖的過程、醜小鴨變天鵝的蛻變。
20歲不會打扮又發福的她，看起來像是三十的熟女；結了婚卻不是黃臉婆，反而更正更漂亮……，有圖有真相的照片，可以激勵人心，相信花猴可以，你也一定可以！
特色3　最貼近你我的生活，最真實的分享！
即使不是天生的美人胚子，沒有天使臉孔、魔鬼身材；即使不是含著金湯匙出生，沒有貴婦般的背景，通通不要緊！
因為花猴就跟你我一樣，利用一些小撇步，從普通的nobody，變成自信、亮眼的女人；即使買不起昂貴名牌，也可以花小錢營造出閃耀如明星的打扮。
【隨書附贈10家廠商超值COUPON券】

第一图书网, tushu007.com

作者简介

蘇花猴　　原本只是個愛漂亮、愛花錢的平凡上班族，偶然間成立部落格，藉由網路世界抒發心情，分享瘦身、化妝、保養、購物等心得，意外獲得網友熱愛，爭相走告，累積超高人氣，擁有廣大的網友，每日有8萬人次造訪，一年內瀏覽人次高達2000萬人次。

花猴的部落為Yahoo首頁的常客，榮登首頁數十次，榮獲2009 年Yahoo熱門部落格的第2名。

第一图书网, tushu007.com

<<花猴教你變美麗>>

书籍目录

自序：平凡購物狂，也能買出一片天！
——花猴推薦序1：在花猴身上，你可以找到美麗的奇蹟！
——知名戲劇製作人／陳慧瑛推薦序2：讓自己變美，一點都不膚淺！
——無名小站共同創辦人／林弘全（小光）推薦序3：Oh～美麗的偏執狂！
——知名部落客／HONEY推薦序4：妳不笨，妳是最幸福的蘇花猴——花猴的胖老公／阿宅Part1 想當瘦子嗎？
老娘我教你我和阿宅的發胖實錄減肥大作戰斤斤計較的日子減肥停滯期該怎麼辦想當瘦子嗎？
老娘我教你九大減肥重點，再不瘦我也沒辦法便利商店減肥七日餐Part2　所以說，女人一定要會化妝所以說女孩們還是要會化妝輕、薄、透、亮的完美底妝BB霜狂熱份子眼妝，真他媽的很重要好用到爆炸的雙眼皮貼不能沒有放大片。
有戴差很大啦！
不用整型眼睛也可以瞬間放大偶而也要來一下大濃妝。
花猴最愛煙燻妝打造LENA風性感犬目妝不是妳化妝技術爛，是妳沒用對工具！
不做好防曬你就死定啦！
便宜又好用的日系小物分享無時無刻都要香噴噴Part3　你可以再靠近一點，花猴保養大公開好皮膚是「洗」出來的！
保養品一定要換季花猴最愛面膜大集合保養品用喝的？
夏日美體大作戰護手霜強迫症讓妳漫步在雲端的足部護理Part4　百變花猴最IN造型穿搭術短腿變修長的穿衣訣竅超殺！
約會這樣穿，魅力無法擋出國這樣穿，阿兜仔100％來搭訕百變OL，上班一點都不無聊啦！
郊遊踏青也能穿美美的戴假髮的穿搭術做美美指甲的NG穿衣法

章节摘录

推薦序二：讓自己變美，一點都不膚淺！
／林弘全（小光）　（本文作者為無名小站共同創辦人）　「我們之所以買東西，是因為相信買了以後，生活會變得更好」　——美學的經濟／詹偉雄　減肥、保養、彩妝、穿搭。
購物就是為了要讓自己變得更美！
追求「美」並不是膚淺的行為，而是一種追求社會認同（social recognition）的過程，在過程中透過自我的檢視（自我認知），並強化自己的優點來追求外在的認同，並且期待自己的生活會變得更好。
用白話一點的方式來說就是，想要讓自己過得開心一些，要先照照鏡子，要先對自己感到滿意，才能夠讓別人對自己產生肯定。
透過 social sharing 的方式來建立social recognition，這個過程基本上就是Social Networking的生態系統。
從一開始經營部落格，就開宗明義破題的揭露了個人愛好的蘇花猴，在經濟普遍低迷的社會中，並非是要鼓勵大家消費，而是從建立自我認知開始延伸到「美」的提昇。
最重要的是，所有的獨家秘方全都是精打細算過的絕活，不是只有價格才能創造價值，只要了解自己的特色，就能夠找到自我的價值。
從主題中延伸出的弦外之音，其實是個品牌包裝的學問，不同的是市場上廣告、公關公司裡的專家們談的是大品牌的包裝，而本書中談到的事實上是個人品牌的經營基本面。
雖然不免有些事後諸葛，但成功的品牌必定暢銷，而想要成功地創造一個暢銷的品牌，最重要的是要有品牌的個性，透過主題的故事性來將個性傳達出來並且創造話題，並取得認同。
價格與價值，好用僅符合基本價格，而「美」則是提供最佳加值效果的方式。
而將個人視為品牌來包裝、行銷，這不也是一種部落圈裡的美學經濟嗎？

媒体关注与评论

推薦序一　　在花猴身上，你可以找到美麗的奇蹟！

從來沒有想過有一天可以幫蘇花猴出的書寫序，我又證明一次，天底下沒有什麼事是不可能的！在他的身上，嗅不到一絲文藝氣息，只有濃濃的流行訊息，不過當我了解這本書的內容時，我也就不再那麼訝異了。

我跟蘇花猴是那種可以很久不見面，感覺我們之間已經沒有溫度了，但見了面溫度計立刻會回到應有刻度的那種情誼，我們不是最要好的朋友，但我就是知道，地球上有一個人在某個地方，還是會貼心的記得我，並且關懷我。

曾上過蘇花猴的部落格，或者新加入

编辑推荐

本書特色　　■特色1　最輕鬆搞笑的文字．給你最充實的內容！
沒有華麗的文筆，卻能直接深達人心，讓人看了哈哈大笑，大聲叫好。
輕鬆的文字、充實的內容，偶爾無傷大雅的髒話，讓人大呼過癮！
■特色2　詳細的照片．有圖有真相！
花猴喜歡用相片記錄生活的點滴，也記錄了發胖的過程、醜小鴨變天鵝的蛻變。
20歲不會打扮又發福的她，看起來像是三十的熟女；結了婚卻不是黃臉婆，反而更正更漂亮……，有圖有真相的照片，可以激勵人心，相信花猴可以，你也一定可以！
■特色3　最貼近你我的生活，最真實的分享！
即使不是天生的美人胚子，沒有天使臉孔、魔鬼身材；即使不是含著金湯匙出生，沒有貴婦般的背景，通通不要緊！
因為花猴就跟你我一樣，利用一些小撇步，從普通的nobody，變成自信、亮眼的女人；即使買不起昂貴名牌，也可以花小錢營造出閃耀如明星的打扮。

第一图书网, tushu007.com

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