

# 《我最想要的护肤书》

## 图书基本信息

书名：《我最想要的护肤书》

13位ISBN编号：9787122160980

10位ISBN编号：712216098X

出版时间：2013-5

出版社：郑铤陈、陈钰 化学工业出版社 (2013-05出版)

作者：郑铤陈

页数：95

译者：陈钰

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《我最想要的护肤书》

## 前言

皮肤的改变会让生活也随之改变1998年1月，当时怀揣着大学新新人的梦想、满心追求外貌的我开始尝试着敷偶然间得知的蛋黄面膜，结果效果出乎意料得好，自那天开始，我便每天都会敷蛋黄面膜。虽然姐姐嚷嚷着“你再继续这样下去迟早会出大事”，试图劝阻过我，但那时的我压根就听不进这种建议，如此过了几日，不知从哪天开始我的脸上接二连三地长出了小疙瘩，没过多久，我的大半张脸全都被痘痘所覆盖。那段时间我备受折磨，结果我照着姐姐的建议重新开始敷绿茶粉面膜，完全覆盖了整张脸的痘痘才开始慢慢地消散。如此，我在尝遍天然面膜的酸甜苦辣之后，也就变得对面膜更加的关注，对于好奇心旺盛又热爱亲手DIY的我来说，这无异于是最适合我的兴趣爱好了吧。当我最开始写博客的时候，可以说那段时期是我人生最为艰难的时期，当时我面临着需要重新找工作的状况，我没有什么想干的事情，也毫无希望可言，在无数次地苦恼之后，我产生了“好吧，就算是死也要先试试自己想干的事情，随便是什么都行，如此日后才不会后悔吧！”的想法。在我冥思苦想之后，才发现我喜爱并享受其乐趣，十年来一直坚持不懈在钻研的唯有天然面膜，于是我抱着尝试写写天然面膜的想法，开始逐一地在博客中留下有关天然面膜的文字。一方面我暗自期待着会有谁看到这些内容，另一方面我自己也很享受这个过程，才会一直没有停止博客的上传。当有天我的博客访问人数达到30人的时候，我还大吃一惊地以为“我的天！Cyworld的服务器出问题了吧”，慢慢地我的博客访问数居然超过了160万人次，还进入了TOP100，一直到现在我仍然觉得很神奇。一开始只是来看看的网友渐渐地开始相信我博客中上传的内容，并慢慢地吐露自己的皮肤问题，在阅读他们的留言的同时，我开始意识到因皮肤问题受到严重困扰的人有很多，甚至有些人经历了极度的忧郁情绪，他们向我吐露了无从诉说的烦恼，对此我尤为感激，对于我所能够提供到的帮助也很欣慰。当然要给出能够让不同的人都满意的答案并没有想象中那么容易，千人千面，不同的人其皮肤类型和烦恼都有所不同，因此我也经常会遇到难以寻觅完全吻合的天然面膜的情况，而且第一次接触天然面膜的人对非常细微的部分都会感到陌生和好奇，因此我也很难每次都进行解答。在这个过程中我邂逅了可以出书的机会，于是我将这段时间很多人尤为好奇的面膜的内容，已经备受大家喜欢或者我本人真的非常想要推荐的面膜汇集在一起，编纂了这本书。在这本书中我毫无保留地进行了详尽的说明，其中包括超过100种的天然面膜的配方和类似注意事项的小提示，这些面膜都是我亲自制作使用并完成了改良的特有面膜，独自一人也绝对能看着本书完成皮肤护理工作，虽然我对本书竭尽全力，但不知道读者们会怎么认为，我的内心也是期待与担忧参半的。我千挑万选，筛选出优质的内容，但还是发现面膜的种类似乎有些不够，这让我多少有点惋惜，不过本书的重点并不是绝对的种类繁多，而是更多地将重点放在如何按照不同的种类整理面膜，并根据皮肤状态的不同轻松找到适合自己的面膜。所谓天然面膜，基本来说其中含有的成分优良，虽然本书中介绍的面膜效果都获得了访问过博客的网友的验证，但根据每个人皮肤状态的不同，其适用效果也会有所不同。对其他人无效的面膜可能正好适用于自己，而人人交口称赞的面膜又很可能不适合自己的皮肤问题，所以需要按照自己的皮肤问题，慢慢地注意进行尝试，这个过程还是很必要的。我觉得天然面膜不仅仅是一种护肤的方式，它同样也是个能让心情愉悦、让单调生活充满活力的不错的兴趣爱好。进行各种实验的过程并不需要多大的开销，一边想象着自己变好的皮肤一边进行的这个过程，难道不会让大家觉得愉快有趣吗？一想到原本因皮肤问题倍感苦恼和忧郁的人通过天然面膜不仅实现了皮肤还实现了生活的改变，我今天又在博客中上传了幸福的天然面膜。我的姐姐总是会毫无保留地为我送上毒舌批评和赞扬，在我忙碌时分还会帮忙做家务，我能够走到今天这一步全都要靠姐姐，姐姐我一直很感谢你，很爱你！还有当我突然提出要写书，妈妈不仅把家里所有的小菜食材全都翻了出来，而且还询问我有没有需要的东西，亲自去传统市场买来水果、蔬菜和各种沉沉的碗，小女儿非常非常爱你哦！最后能够让平凡的贤珍写书，起到决定性作用的访问“铉陈的100%有机天然面膜”的所有人，我要真心诚意地向大家表示感谢，谢谢，谢谢，谢谢。郑铉陈

# 《我最想要的护肤书》

## 内容概要

《我最想要的护肤书:我用过了才告诉你的护肤秘诀》内容简介：童颜的秘诀不是眼睛鼻子嘴巴，而是白皙柔滑的肌肤！无需昂贵化妆品也可以打造的润泽肌肤的护肤秘密，比大牌护肤品更重要的是护肤方法。皮肤的改变，会让生活也随之改变。因皮肤问题受到严重困扰的人有很多，甚至有些人经历了极度的忧郁情绪，他们向作者吐露了无从诉说的烦恼，当然要给出能够让不同的人都满意的答案并没有想象中那么容易，千人千面，不同的人其皮肤类型和烦恼都有所不同。但作者尽量因人而异，给出了适合各种不同皮肤的方法和温馨提示。

# 《我最想要的护肤书》

## 作者简介

作者：（韩国）郑铉陈 译者：陈钰郑铉陈，2010年被选为Cyworld的TOP100的著名美容博主，通过“铉陈的100%有机天然面膜”，集原先只是口耳相传的面膜之大成，介绍专属于自己的具备独创性的天然面膜类型。从黄瓜面膜、土豆面膜等简单的面膜开始，到玉容散面膜、黑丑面膜等强效的面膜，她都亲自制作和体验，并按照不同的皮肤类型将整理的两百多种天然面膜配方进行公开，现在依然在坚持不懈地进行升级。她的博客以本人备受皮肤问题困扰的经历为基础，逐一介绍亲自尝试过并有效的天然面膜，稳居Cyworld顶级美容博主之位。曾出演KBS电视台的《维他命》、SBS电视台的《SBS生活经济》、Story on台的《亲切的美善小姐》，还曾通过爱茉莉化妆品网络电子杂志《primera》专栏等各种媒体介绍天然面膜。曾作为彩妆师在彩妆品牌诗狄娜stila工作，之后从事自由撰稿人的工作。

# 《我最想要的护肤书》

## 书籍目录

# 《我最想要的护肤书》

## 编辑推荐

《我最想要的护肤书:我用过了才告诉你的护肤秘诀》编辑推荐：美容市场长盛不衰，近几年韩国的美容书更是大获好评。在《我最想要的护肤书:我用过了才告诉你的护肤秘诀》中作者对各种自身亲自试验过的护肤方法毫无保留地进行了详尽的说明，独自一人也绝对能看着此书完成皮肤护理工作。用两种能够轻松购买到的材料，居然就能解决很多读者一直以来的烦恼。现在不需要名牌化妆品，大家也可以在家中打造精致皮肤！

# 《我最想要的护肤书》

## 名人推荐

哇~贤珍无穷无尽的天然知识真是永无止尽呢，每次来都会被吓到，我的额头和嘴角开始慢慢长皱纹了，看来得赶紧跟着学起来才行。——金玉景用两种能够轻松购买到的材料，居然就能解决我一直以来的烦恼——脸上的角质，真的是太好了！明天一定要试试看哦。——小雏菊啊！这个方法真的是我一直很爱用的方法呢，早上没时间的时候，如果脸上看上去有点松弛干燥，我就这样洗脸！这样一来脸上就会感觉变得有点光滑，而且还很容易吸收基础化妆品呢。——崔善姬我按郑老师的方法做了大概三周左右，脸现在非常的湿润，真的超满意的，一到冬天我的脸颊就会变得很干燥，不过现在不会了，而且化妆也不会浮在脸上，超级好呢！——李敏花

# 《我最想要的护肤书》

## 精彩短评

- 1、15分钟读完，比上一本还省了一半时间。本书价格22.8，铜版纸印刷，精美，制造垃圾，破坏森林都不是大过，关键是DIY这种生活方式大概是闲人太太们才有时间做的。这里面说不要用吹风机吹头发，谁知道真假。
- 2、是一个韩国女孩子根据自己的经验写的一本护肤书。但是内容上来看，绝大部分是介绍了N种不同用处的自制面膜。对于希望改善肤质，并且有条件买新鲜材料自制面膜的MM来说，这本书是挺好的一份教科书。印刷精美。包装完好。
- 3、以后就自制天然芦荟爽肤水，和巧克力体膜了，，我爱你啊，，这韩国女孩真好啊，，花17元钱买了个无价之宝的书嘎嘎以后就自制天然芦荟爽肤水，和巧克力体膜了，，我爱你啊，，这韩国女孩真好啊，，花17元钱买了个无价之宝的书嘎嘎以后就自制天然芦荟爽肤水，和巧克力体膜了，，我爱你啊，，这韩国女孩真好啊，，花17元钱买了个无价之宝的书嘎嘎以后就自制天然芦荟爽肤水，和巧克力体膜了，，我爱你啊，，这韩国女孩真好啊，，花17元钱买了个无价之宝的书嘎嘎

# 《我最想要的护肤书》

## 精彩书评

1、是一个韩国女孩子根据自己的经验写的一本护肤书。但是内容上来看，绝大部分是介绍了N种不同用处的自制面膜。对于希望改善肤质，并且有条件买新鲜材料自制面膜的MM来说，这本书是挺好的一份教科书。印刷精美。

# 《我最想要的护肤书》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)