

# 《芭比·波朗玩美女生養成術》

## 图书基本信息

# 《芭比·波朗玩美女生養成術》

## 內容概要

聯合推薦 玩美蛻變甜心偶像 / 希拉蕊·朵芙 少女偶像彩妝老師 / 小凱 明星媽咪 / 傅娟 玩美女孩 / 歐陽妮妮 Bobbi Brown Beauty Rules 給少女與輕熟女 玩美裝扮·漂亮秘訣·生活態度 全球同步上市 從小就可以美麗！ 芭比·波朗與頂尖達人的風格塑型、美麗秘訣： 裘莉·考夫曼（皮膚科名醫） 摩根·普蕾賽爾（高爾夫女將） 克莉絲蒂·安（網球之星） 艾瑞克·多明格茲（玩髮大師） 珍娜·萊恩斯（時尚造型師） 可可·羅恰（有使命的模特兒） 曼達·賈西亞（擁有一切的模特兒） 「好久好久以前，我也有慘綠的成長歲月。青少年時，我只想變成一位高挑、金髮、碧眼、平胸的長腿美女。那個完美女孩只在我腦海中出現。不論何時我都對鏡中的自己不滿意，有好長的一段時間，我都不認為自己漂亮。正因為我對我的外表不滿意，所以花了很多時間來了解自己的長相。我很有創意，試著用不同的東西真的很有意思。在我風格演變期，我總是非常喜歡玩彩妝，用不同的古銅霜、眼線筆、眼影以及口紅來實驗自己，當然最後也變得更漂亮了！彩妝讓我發現自我，讓我從一個平凡的高中生變成家喻戶曉的彩妝師。」 - - 芭比·波朗 玩美女生5分鐘快速完妝法 妳生活中還有好多事情要處理，學校、朋友、父母、運動等等，這表示妳沒有什麼時間化妝，但是還是想呈現最美的自己。在滾下床、狼吞虎嚥妳的早餐以及趕校車之前，妳還是可以偷個5分鐘來化基本彩妝。 步驟1：遮蓋瑕疵 沾點粉底或是用遮瑕筆（blemish cover stick）來蓋住痘痘，如果有必要，塗些遮瑕膏（concealer）在眼睛下方。 步驟2：均勻膚色 全臉抹上防曬潤色乳液，薄薄的一層就能均勻膚色以及提供整年應有的防曬。 步驟3：添加色彩 在笑肌上抹上一點腮紅霜，笑肌就是當妳微笑時，臉上最多肉的地方。用妳的手指上下調勻色彩。 步驟4：增加光澤 在嘴唇上擦一些透亮色彩的唇蜜，如果妳的嘴唇太乾，選擇潤色護脣膏。 步驟5：勾勒眼型（可有可無） 在睫毛上刷一層棕色或是黑色的睫毛膏，如果妳有一頭黑髮以及天生就很粗的睫毛，妳可以跳過這個步驟。上下睫毛記得都要刷，如果妳刷兩層睫毛膏，中間要有時間間隔。

# 《芭比·波朗玩美女生養成術》

## 作者簡介

芭比·波朗 (Bobbi Brown) 全球知名的彩妝師、暢銷作家，以及NBC「今日秀」的美容顧問，同時也是芭比·波朗彩妝的總裁。旗下風格自然又實用的彩妝、護膚美容產品、香水以及相關刷具都在全世界熱銷。芭比目前與老公和三個兒子居住在新澤西。著作有《芭比·波朗玩美彩妝》、《芭比·波朗玩美女生養成術》等。譯者簡介 陳若慈 Rose Chen，倫敦政經學院社會與公共傳播碩士。喜愛閱讀國內外美妝流行資訊，酷愛血拼彩妝品，出國必逛藥妝店！光會瞎買卻從來不會化妝，翻譯此書後終於開始動手了…… 特別感謝林雅玲、廖彩婷、藍一依三位美少女在翻譯上的大力協助。延伸閱讀《芭比·波朗玩美彩妝》

# 《芭比·波朗玩美女生養成術》

## 書籍目錄

前言：美麗進行式1.關於美麗，芭比要說的是&hellip;&hellip;2.開啟美麗的魔法3.感受好膚質4.由內美到外5.做妳自己6.彩妝1017.妝容8.眼妝9.唇妝10.髮型11.改頭換面變「妝」趣12.全球的美女13.創造自我風格14.派對時光15.美麗風格16.模特兒的生活17.母女情誼18.給男孩們的建議19.10年後致謝索引

## 章节摘录

關於美麗，芭比要說的是&hellip;&hellip;老實說，我不是一直以來都像現在一樣對自己如此有自信。我的工作之一便是讓全世界最漂亮的人以及全球知名人士在拍照、走紅地毯以及參加服裝秀時，展現最美的自己。如果我對自己沒自信，他們也不會對我有信心。這樣說來有些天真，但我真的認為任何事我都可以辦得到。我經營一間跨國的化妝品公司。我也寫過許多暢銷書，並無數次地出現在螢光幕前。我還必須跟許多名人來往，像是電影明星、優秀的攝影師，甚至還有幾位美國總統呢！喔！我剛說過我跟滿屋子的男生住在一起嗎（我先生跟三個兒子）？如果我不夠有活力、不夠強壯，又對自己沒信心的話，我不可能有今天的成就！但我也不是一出生就如此。好久好久以前，我也有慘綠的成長歲月。青少年時，我只想變成一位高窕、金髮、碧眼、平胸的長腿美女。這類型美女在當時真的很受歡迎。但我正好全都相反，身為全班最矮的女生、還有深棕色的頭髮跟眼睛，以及一對大胸部。那個完美女孩只在我腦海中出現。不論何時我都對鏡中的自己不滿意，有好長的一段時間，我都不認為自己漂亮。正因為我對我的外表不滿意，所以我花了很多時間來了解自己的長相。我剪去一半及腰的長髮、戴上大顆的青綠色飾品，化身為1980年代瑪丹娜的粉絲追求之造型，還有許多其他無法言喻的造型。我很有創意，試著用不同的東西真的很有意思。在我風格演變期，我總是非常喜歡玩彩妝，用不同的古銅霜、眼線筆、眼影以及口紅來實驗自己，當然最後也變得更漂亮了！彩妝讓我發現自我，讓我從一個平凡的高中生到家喻戶曉的彩妝師。但這不是一蹴可幾的。我以找出自我風格的同樣決心，來開啟我的事業 - 大學主修就設計自己的「化妝品」，身為剛入門的專業人員，我吃了許多閉門羹。我很愛分享我從自身的轉變學到的東西，不論是個人或是專業上的。我遇過無數的年輕女生都因不知該如何打理自己的外表而困惑。他們想要看起來跟感覺更棒，但是他們不知如何下手。其實有好多種方法可以改變的造型，像是很棒的髮型、適合自己的衣服以及健身，或是漂亮的腮紅。一些簡單的步驟就可以有顯著的改變。我現在知道怎樣的衣服才符合我的身型以及讓我感到自在。我有一件絕不會出錯的黑色彈性禮服，不論白天配上球鞋，或是夜晚時分戴上大耳環，配上高跟鞋都非常出色，而且我對牛仔褲很有研究。我也有一套簡單的護膚程序，快速完妝的方法，以及適合我的髮型。最重要的是我找出最適合我的風格！

**芭比的基本生活原則** 保持快樂的心是最棒的美容秘訣。沒有什麼比一個笑容來得更迷人。每個人都有優缺點，但重要的是全神貫注於讓自己感覺美好的事物上。謹記這些原則就對了！

**原則 1 對他人友好** 我可不是在開玩笑！**原則 1 絕對沒有妥協的空間。**你必須對人友善，不論是跟服務生、老師或是你的媽媽說話。（好啦，你偶爾可以對家人粗魯一點點。）你對他人付出得越多，所回報的也越多。

**原則 2 實話實說** 這不只是一個正確的價值觀，這也能省下很多時間。當你對他人以及自己誠實時，生活會更簡單容易！

**原則 3 不要怕冒險** 我到紐約成為彩妝師時，誰也不認識。所以我翻開黃頁，只要跟彩妝或是模特兒有關的我都打過去。我知道這很瘋狂，但我就是這樣開啟我的事業。

**原則 4 絕不放棄** 當我開始彩妝工作室，我完全沒有經驗。很多時候我都是免費工作以便增加學習機會。有時候人們連免費的都不要。即便我有非常不順利的一段時間，我從來不會放棄。

**原則 5 準時** 沒有人喜歡等待。但如果你知道你會晚到5分鐘 - 請打電話！

**原則 6 敞開心胸** 當我在店內替客人化妝時，一位年長的女士問我如何讓口紅可以用得更久。我花時間說明並給她最好的建議，她說她覺得如果我上「今日」（Today）一定很棒。我告訴她那是我的夢想之一。結果那位紅髮女士是「今日」執行製作的祖母。那次的會面讓我成為「今日」的客座美容顧問！

**原則 7 關心你所愛的事物** 運動、音樂、政治，任何你喜歡的事物，都要積極地投入。

**原則 8 給予** 有很多種方法可以讓這世界更美好。不論是改善環境，或是參與社區活動，或是幫忙地球上的任何事物。找出一項對自己有意義的議題，然後全神投入。

**原則 9 努力工作** 從基層做起且學越多越好。要堅強。事情不順自己的意時不要氣餒。

**原則 10 注視人們的眼睛** 這是自信的表現。

**原則 11 懷抱夢想** 你永遠不知道將來會怎樣&hellip;&hellip;

# 《芭比·波朗玩美女生養成術》

## 媒体关注与评论

玩美蛻變甜心偶像 希拉蕊·朵芙 少女偶像彩妝老師 小凱 明星媽咪 傅娟 & 玩美女孩 歐陽妮妮

# 《芭比·波朗玩美女生養成術》

## 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.tushu000.com](http://www.tushu000.com)