

洗得到的幸福!

天然·滋养·美丽的 手工好皂

戒不了的“皂郁症”，所见所闻皆可入皂！

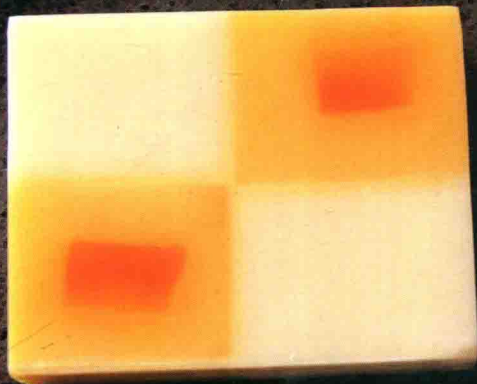
姜饼屋、凡·高星空、蜂蜜蛋糕、欢度元宵、一叶知秋、日出东方、珍珠绿茶……

100%纯手感，量身打造解决所有肌肤问题！

保护婴儿细致肌肤、夏日易出油出汗、换季时皮肤敏感、寒冬滋养皂……

31款温和典雅的天然手工皂，
营造纯净自适的生活风格！

LOHAS族，
打皂上瘾手作狂，
勤俭持家好妈妈，
绝对会对这本书
爱不释手！



洗得到的幸福!

天然 · 滋养 · 美丽的
手工好皂

许舜欣Annie × 许涵真Jenny 著

图书在版编目 (CIP) 数据

洗得到的幸福! 天然·滋养·美丽的手工好皂 / 许舜欣, 许涵真著. — 深圳: 海天出版社, 2014.7

(香雅生活)

ISBN 978-7-5507-0952-2

I. ①洗… II. ①许… ②许… III. ①香皂—手工艺品—制作 IV. ①TS973.5

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第313305号

著作权合同登记号 图字: 19-2013-188号

本书中文繁体字版本由城邦文化事业股份有限公司电脑人文化/创意市集在台湾出版, 今授权海天出版社在中国大陆地区出版其中文简体字平装本版本。该出版权受法律保护, 未经书面同意, 任何机构与个人不得以任何形式进行复制、转载。

项目合作: 锐拓传媒copyright@rightol.com

洗得到的幸福! 天然·滋养·美丽的手工好皂

XIDEDAODEXINGFU! TIANRAN · ZIYANG · MEILI DE SHOUGONGHAOZAO

出品人 陈新亮
责任编辑 何志红
责任技编 梁立新
封面设计 韩衣非

出版发行 海天出版社
地 址 深圳市彩田南路海天大厦 (518033)
网 址 www.htph.com.cn
订购电话 0755-83460293 (批发) 0755-83460397 (邮购)
内文排版 深圳市龙瀚文化传播有限公司 0755-33133493
印 刷 深圳市华信图文印务有限公司
开 本 787mm × 1092mm 1/16
印 张 10
字 数 132千
版 次 2014年7月第1版
印 次 2014年7月第1次
印 数 1—7000册
定 价 38.00元

海天版图书版权所有, 侵权必究。

海天版图书凡有印装质量问题, 请随时向承印厂调换。

后记

从开始知道要出一本肥皂书，我们姊妹俩傻傻就答应了，却不知道这便开启了我们没日没夜的写书计划。（其实因为美国和台湾地区时差的关系，我们真的是夜以继日地工作着！）

一直以来都习惯一人工作的我们，遇上了要做皂同时又要拍摄的状况，除了使用一些小道具外，小孩、老公、妈妈、朋友都成为照片中出现的那一只手，没有他们的帮助，这本书绝对无法完成，谢谢你们！

就在文字工作快完成的时候，我们最爱的父亲却因病离开我们，没能来得及把这本肥皂书送到他的病榻前读给他听，也不能再和他讨论和肥皂相关的化学问题，实在是件非常遗憾的事。不过我们相信，现在已经在天堂的父亲，一定正在对我们微笑着，并且和以往一样支持我们、爱我们。

谢谢你，老爸。

安妮、珍妮

熔一锅油，
加点花草，

做皂每有新意，
便欣然忘食。

一对姊妹的手工皂笔记

Chapter 1

事前准备工作

必备的基本工具.....	12
推荐的选配工具.....	15
冷冻纸铺纸技巧.....	16

准备天然的原料

基础油品.....	19
进阶油品.....	21
精油.....	24
天然色粉.....	27
浸泡油.....	30
配方公式计算.....	37
初学者的配方.....	38
不同肤质适合的配方.....	39

Chapter 2

一起来制皂！

室温制皂法.....	45
低温奶皂法.....	48
室温奶皂法.....	50



Chapter 3

创意手工皂！

灵感俯拾可得

蜂蜜蛋糕.....	55
一叶知秋.....	58
欢庆元宵.....	61
凡·高星空.....	64
日出东方.....	68
珍珠绿茶.....	72

激发创造力

渲染皂.....	77
小蜜蜂皂.....	80
玫瑰花园.....	83
方格皂.....	86
姜饼屋.....	90
小点心皂.....	94

探索大自然

备长炭皂.....	98
茜草粉皂.....	100
紫草双层皂.....	102
黄金皂.....	106
乌龙茶皂.....	110

Chapter 4

乐活又环保!

家庭用品大变身

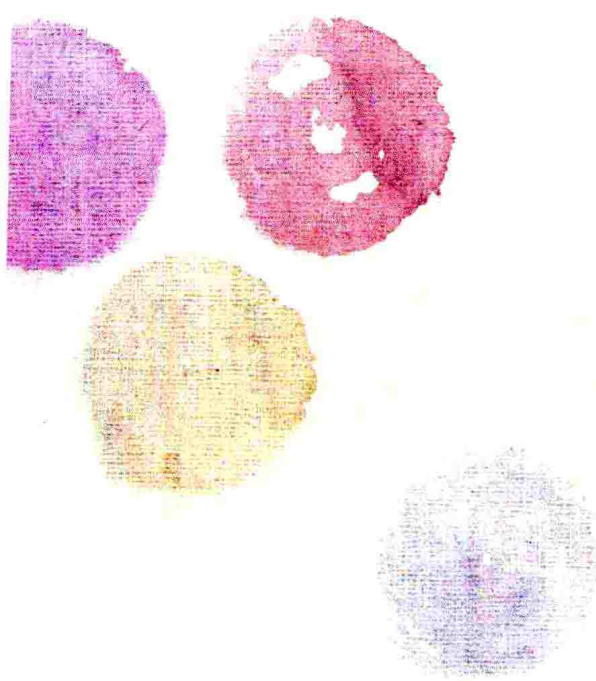
莓果慕斯 果冻塑胶盒	115
蜂窝皂 气泡布	118
小熊皂 饼干模	121
圆形皂 灰色水管	124
涟漪皂 漏斗	127
花纹皂 蛋糕硅胶垫	130
宁静海 玩具配件	133
实用皂模 礼盒	136

手作礼物欢度节庆

香砖	140
专属肥皂	142
爱在心里口难开	144
护唇膏	148
手作卡片	151
礼盒包装	154



一对姊妹的手工皂笔记



熔一锅油，
加点花草，

做皂每有新意，
便欣然忘食。



洗得到的幸福!

天然·滋养·美丽的 手工好皂

许舜欣Annie × 许涵真Jenny 著

 海天出版社（中国·深圳）

创意的种子

Whatever you do, do it heartily, as to the Lord.

我相信，保有创意是维持活泼生命的原动力。

当我们回顾原生家庭时，发现其实很多创意的种子，在我们姊妹俩成长的过程中就已经种下了。

我们在台南市成长，那是个阳光充足且空间辽阔的地方。父母亲在高中教书，我们小时候就是在美丽的校园到处探险玩耍长大的。母亲是家政老师，我一直觉得那真是个非常有趣的科目，“动手做东西”成为我们从小在家最常做的事，这也促使我们对手工作品抱持特殊的偏好。

小朋友对于抽象的东西还无法理解时，实际用手和五官去接触、体验，就足以引导他们进入另一个缤纷世界。妈妈喜欢玩东玩西，于是我们就跟着玩。做馒头、水饺时，我们也跟在旁边随意捏一些小猪、小狗造型，就像是在玩黏土一样，而且妈妈一点也不介意让这些杰作入锅。另外，像是纸黏土、毛线编织等手工艺，我们一定也会凑热闹。

如果说是妈妈带领我们进入五花八门的手作世界，那么应该就是当化学老师的父亲引领我们进入科学的神秘世界。上高中之后，我们姊妹俩不约而同选择自然组，虽然后来我们的专业和化学无关，但是竟然在多年之后，我们不约而同爱上手工皂这个结合创意和化学的有趣实验。或许是巧合，也或许是环境熏陶，如今我们能够做自己喜欢做的事，且乐在其中，真要谢谢爸爸妈妈的陪伴和支持。

后来我们才知道，原来手工皂和我们高中化学课进行的肥皂实验不太一样！手工皂保留了油和碱皂化反应自然产生的所有产物——肥皂和甘油；而市售肥皂就像高中的实验一样，把真正保湿精华——甘油——用盐析出来，卖到工厂制成化妆品原料，而留下来的肥皂只是空有洗净力却没有保湿滋润感的副产品而已。而且手工皂排出的废水可以让微生物分解，不会产生像壬基苯酚的有毒物质，这么天然又环保的好东西，一定要好好介绍给大家。

姐姐安妮说……

尚未接触手工皂以前，我常大言不惭地称自己为环保达人，基本的“Reduce, Reuse, Recycle”有认真地贯彻执行，在政府强制推行环保购物袋前，我就已经自备购物袋逛街，而且把超市装蔬果的小塑胶袋清洗晾干后再使用，此外，用来代步的爱车就是环保人士最爱的油电混合车。

原以为自己已经做得很好了，直到妹妹跟我介绍手工皂，说明它对皮肤以及环境的友好，我才知道平常使用的一般清洁剂对环境造成多大的危害，因为其中的接口活性剂不能被自然界的微生物分解，是危害生态和健康的“环境荷尔蒙”！每当想到从我家排水管流出这么多危害环境的物质，心中可说是充满了愧疚啊！有了这样的认知后，我开始使用手工皂，也在妹妹的熏陶之下，开始做手工皂，从此跌入无可自拔的制皂生活。

我发现，从皂的作品可以看出创作者的个性。我是个龟毛的完美主义，线条一定要笔直，圆形绝对不能是椭圆，角度跟力道要算准。而妹妹的个性则是自由奔放，她的随意挥洒，每每为肥皂带来不凡的生命力，天然染色的素材是她的调色盘，皂是她的画布，在看似平凡的颜色里，调理出不落俗套的色泽，留下的，就是令人激赏的无限感动。

我们没有办法复制对方的风格，所以我们只能互相欣赏，甚至是崇拜。每次她有新作品，我总是想，她是怎么办到的？

妹妹珍妮说……

相见恨晚的手工皂。

可能是家族遗传，我们全家人的皮肤都很干燥，每年冬天得和冬季痒抗战，乳液换了数不清的品牌，严重时还是要擦药。小时候是用市售的香皂洗澡，越洗越干，以至看到香皂很害怕。后来大家流行沐浴乳，可是洗完却有种冲不干净的感觉，而且身体擦干之后还是痒，所以沐浴乳的品牌也是换了又换，始终在寻找比较适合自己的清洁用品。

后来，结婚生了孩子，发现小孩也遗传了这样的体质，满月之后全身红疹，被医生宣判是异位性皮肤炎，看到孩子这样痛苦，我们也很难过。有一次和网友聊天时，她告诉我可以试试看手工皂，还寄给我一块她做的小肥皂，我半信半疑地试洗之后，发现真的不一样！泡泡柔细不干涩，冲洗一次就可以很干净，擦干之后，皮肤竟然摸来滑滑的，好像擦过乳液一样，我知道这就是我长久以来寻找的好物。

我和姐姐安妮虽然相差三岁（安妮OS：一定要写得这么明白吗？……），但是感情很好，无话不谈。只是上大学开始，大家就各奔东西，甚至还分隔在台湾地区和美国硅谷，实在没有很长的时间相处。2006年的夏天，我们隔了好久终于又聚在一起了。那时候还在硅谷上班的她告诉我她想学手工皂，于是我就教她做，本来以为她只是玩玩而已，没想到越来越认真，甚至后来竟然决定提前退休进入手工皂的世界，手工皂的魅力真是无限啊！

我们在美国时研究肥皂的做法和配方，也讨论了许多对于未来的计划和梦想。既然手工皂对我们来说这么好用，又对地球环境和身体健康有很多好处，我们决定一起做肥皂，当作乐趣，也是一份志业。

安妮是标准处女座之龟毛女，这种人来做肥皂真是再适合不过了。她善于计划而且要求非常精准，所以每一次做皂她要画草图，把步骤写下来，甚至连每一部分的皂液或皂块都要量好重量才倒入模型，如此精准的过程，才能造就出许多让网友惊叹不已的创意肥皂，让我都自叹不如！

每天早上，打开电脑我们姊妹就会透过skype打招呼，我们最常打招呼的方式就是“你今天做皂了没？”虽然我们姊妹没有办法相聚在一起，但透过手工皂，这就是我们互相表达思念的方式吧！



Chapter 1

事前准备工作

必备的基本工具.....	12
推荐的选配工具.....	15
冷冻纸铺纸技巧.....	16

准备天然的原料

基础油品.....	19
进阶油品.....	21
精油.....	24
天然色粉.....	27
浸泡油.....	30
配方公式计算.....	37
初学者的配方.....	38
不同肤质适合的配方.....	39

Chapter 2

一起来制皂！

室温制皂法.....	45
低温奶皂法.....	48
室温奶皂法.....	50



Chapter 3

创意手工皂！

灵感俯拾可得

蜂蜜蛋糕.....	55
一叶知秋.....	58
欢庆元宵.....	61
凡·高星空.....	64
日出东方.....	68
珍珠绿茶.....	72

激发创造力

渲染皂.....	77
小蜜蜂皂.....	80
玫瑰花园.....	83
方格皂.....	86
姜饼屋.....	90
小点心皂.....	94

探索大自然

备长炭皂.....	98
茜草粉皂.....	100
紫草双层皂.....	102
黄金皂.....	106
乌龙茶皂.....	110

Chapter 4

乐活又环保!

家庭用品大变身

莓果慕斯 果冻塑胶盒	115
蜂窝皂 气泡布	118
小熊皂 饼干模	121
圆形皂 灰色水管	124
涟漪皂 漏斗	127
花纹皂 蛋糕硅胶垫	130
宁静海 玩具配件	133
实用皂模 礼盒	136

手作礼物欢度节庆

香砖	140
专属肥皂	142
爱在心里口难开	144
护唇膏	148
手作卡片	151
礼盒包装	154

