

目 著 神崎惠
译 郑世彬



二度美人

読むだけで思わず
二度見される

美人になれる



福光堂出版公司

二度美人

ビューティーブラッシュアップコンサルタント

〔日〕神崎惠 著
郑世彬 译



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目(CIP)数据

二度美人 / (日) 神崎惠著; 郑世彬译. — 北京:
北京联合出版公司, 2015. 7

ISBN 978-7-5502-5252-3

I. ①二… II. ①神… ②郑… III. ①女性—修养—
通俗读物 IV. ①B825-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第091621号

北京市版权局著作权合同登记 图字: 01-2015-2144

YOMUDAKEDE OMOWAZUNIDOMISARERU BIJINNINARERU

BY MEGUMI KANZAKI

Copyright © 2013 MEGUMI KANZAKI

Edited by CHUKEI PUBLISHING

Original Japanese edition published by KADOKAWA CORPORATION, Tokyo.

All rights reserved

Chinese (in Simplified character only) translation copyright © 2015 by Beijing Xiron Books Co., Ltd.

Chinese (in Simplified character only) translation rights arranged with

KADOKAWA CORPORATION, Tokyo, through Bardon-Chinese Media Agency, Taipei.

二度美人

作 者: (日) 神崎惠

译 者: 郑世彬

责任编辑: 管 文

产品经理: 冷 婷

特约编辑: 胡瑞婷

封面设计: 张 二

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)

三河市嘉科万达彩色印刷有限公司印刷 新华书店经销

字数: 125千字 787毫米×1092毫米 1/32 印张: 7.25

2015年7月第1版 2015年7月第1次印刷

ISBN: 978-7-5502-5252-3

定价: 32.80元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容。

版权所有, 侵权必究。

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。电话: 010-82069336



Contents

第1章

发 hair

完美的发型等于完美的时尚
让你步入美人殿堂的基本卷度

18

轻柔大卷各种♥变化

20

利用『透亮系』魔力发色,当一个不断电美人

22

打造完美鹅蛋脸与小颜美人的钻石轮廓

26

有亮眼的服饰就不需抢眼的发型

32

美人不需要『流行的发型』,而应优先追求『适合的发型』

24

追求男女通吃的时尚,通常只能得到要上下的可爱感

36

立即散发美人光彩!简单的发型变化

34

美人不该被湿气击败

42

第2章

脸 face

消除法令纹!

46

只有去角质,才能增加促使肌肤Q弹的胶原蛋白
打造清纯眉感,成为走在尖端的美人

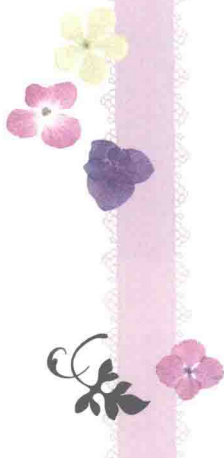
48

挑战最新妆感♥眉毛的画法

55

完成洗练妆感的魔法守则

56



第3章

香氛 Perfume

用一闻钟情的方法选择香味

86

虏获男人心的『恋爱之香』打造法

88

美人光环的源头为后调

90

虏获人心之香的隐藏法

92

若不是只属于自己的香味就无意义

94

补香的技巧

96

化妆时间愈长，妆感愈土

58

打造独特且散发性感气息的肌肤

60

滋润感十足的肌肤绝不可缺美容油・乳液・饰底乳

62

该白的地方变白，就能让你美丽三倍

64

低调地善用蓝色，找回流失的肌肤鲜度

66

表情美人胜于天生之美

68

利用丰润双唇，成为令人无法忘怀的女人

70

美丽的保鲜期

74

打造美人的入浴魔法

76

利用睡眠时间拉开美女与丑女距离的睡眠美容

80

学习外语，打造混血娃娃风

82



第4章

身体 body

令人不禁想触摸，光滑美背的打造法

女性的武器·『迷人胸口』的打造法

打造细致颈部的秘诀

手肘·膝盖·脚跟的保养法

如何打造婴儿臀

如何让女人变美

如何打造抱起来感觉舒服的身体



第5章

服饰 fashion

时尚||平衡力

『瘦』是营造出来的视觉

品位+大胆||存在感

宛如变身般的小脸与显瘦效果

高层次的『甜辣成熟穿搭术』

简单最能衬托出美感

贴身衣物带来的时尚

利用衣袖·衣领·裙摆做个回眸美人

衣物的质地可改变女人的触感

118

122

120

126

124

128

130

132

134

110

112

108

106

104 100

114



第6章

鞋子 *shoes*

无法让自己的脚变美，就没有穿的价值

紧致腿感与柔和腿感择其一

高跟鞋的高度等于女人的高度

从鞋子可看出女人的本性

衣服与鞋子完美搭配，完成既甜美又辛辣的穿搭感
必备的命运之鞋

提升女性魅力的魔法之音

第7章

姿势 *posture*

改掉驼背，黑斑皱纹立即退散

让美进化的姿势

边走路边打造腰部曲线

性感的S曲线

『女主角』之路



第8章

动作 *behavior*

超越外表的声音 168

打造动人好声音的饮品食谱

提升美人力的『前端美』

被爱的坏女人 174

让人瞬间变美的『内侧向量』

假睫毛与角膜变色片是美丽与刺眼的分界点 176

2小时都像模特儿般迷人的杂志阅读法

高层次感取決于指甲 182

散发费洛蒙的开关掌握在自己手中 184

180

178



第9章

镜子 *mirror*

12倍的真实之镜

一天照10次镜子，所有问题都会消失

恋爱与镜子、灯光的关系

188

194

190





第10章

家饰 interior

干净的卫浴空间可养成美人

美丽与运气来自于阳台

利用可爱的花朵获得可爱的魅力

打造理想自我的房间

让房间变身的小小魔法道具

只有全世界最舒服的床才可孕育出美人

200

198

202

204

206

208

第11章

饰品 accessory

眼镜的魅力

小颜秘技

墨镜是女人的好朋友

拥有就可变成美人的包包

珍珠的威力

212

214

216

218

220

Megumi's FURIKAKE

message

227

222



二度美人

ビューティーブラッシュアップコンサルタント

〔日〕神崎惠 著
郑世彬 译



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.



*Watching a lot of beauties,
I found these elements*

分析之后 可发现美人有这些构成要素

从我懂事开始，我就比任何人都喜欢看美丽的人。后来因为工作关系，我也接触过许多连同样为女性也会深受吸引的“美人”。

过去 38 年来，我不断地观察这些“美人”，并偷学她们变美的秘诀。这让我深信一件事，那就是美人并不是由天生完美的长相与身形所构成的，而是彻底了解自己的每一个部位，并努力让自己看起来像个美人。即便是长相甜美迷人，但若是无法散发出美人的气息，那么看起来也还是个丑女。就是这股气息，才是“美人”的真面目。







亮泽的秀发、白透的肌肤、清澈的双眼、
令人记忆深刻的双唇，
再加上迷人的轮廓，
优美的手指与柔顺的动作，
抱起来感觉超舒服的身体，
像空气般轻柔的语调，
深深吸引人的胸口，线条紧致有型的脚踝，
摄魂般的香味……





这些都是打造美人的元素。
在分析过我过去
所接触的众多美人之后，
我发现每个人都在慢慢地
收集这些“令人变美”的要素，
并且组合出最适合自己，
可让自己看起来最棒的作品。



How beautifully

*These cultures
create beauty of women
and appreciate it*

世界上其实没有天生的美人。

美，其实是由自己的努力与表现所集结而来。

如果你想变成一位美人，那不只要改变外形，
还要有效率地琢磨每个人都可拥有的美人要素。

You can be what you want



过去我接触过无数的“美人”，
而从她们身上所偷来的美丽秘诀，

全都集结在这一本书当中。





*Get a grasp of
your own
beauty*





Now, You will become a beauty

所谓美人，就是具备
每天都能 Happy 度过的才能。
就让我们一起慢慢变美，
并将理想的
梦想、恋情、工作，
通通掌握在手中吧！

