

不懂时尚的女人不会美丽

《时尚》《虹》《费加罗》时尚编辑共荐
《YOKA》《IN STYLE》

时尚编辑了解而你不了解的 成就赫本般的永恒优雅

A BIBLE OF FASHION LIVING

时尚生活 圣经

美容护肤
发型香氛



【韩】金泰庚 著

广西科学技术出版社
那晓雯 译 金钟 译审

时尚生活圣经 (下)



——美容·护肤·发型·香氛

[韩] 金泰庚◎著 弹山猫◎插图

那晓雯◎译 金 钟◎审译

广西科学技术出版社

著作权合同登记号：桂图登字：20—2008—182

에디터 T의 스타일 사진 © 2008 by KIM TAE KYUNG & illustration Tansan Koyangi

All rights reserved.

Simplified Chinese Translation rights arranged by Samsung Publishing Co., Ltd.

through Shinwon Agency Co., Korea

Simplified Chinese Translation Copyright © 2009 by GUANGXI SCIENCE &

TECHNOLOGY Publishing House

图书在版编目(CIP)数据

时尚生活圣经. 下, 美容 · 护肤 · 发型 · 香氛 / (韩) 金泰庚著; 那晓雯译. —南宁: 广西科学技术出版社, 2009.9

ISBN 978-7-80763-308-2

I. 时… II. ①金… ②那… III. 女性—生活—知识 IV. Z228.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 097223 号

SHISHANG SHENGHUO SHENGJING (XIA)

——MEIRONG · HUFU · FAXING · XIANGFEN

时尚生活圣经(下) ——美容 · 护肤 · 发型 · 香氛

作 者: [韩] 金泰庚

插 图: 弹山猫

责任编辑: 孟 辰 蒋 伟

责任校对: 曾高兴

责任审读: 梁式明

翻 译: 那晓雯

审 译: 金 钟

版式设计: 蒋宏工作室

封面设计: 视觉共振设计工作室

责任印制: 韦文印

出 版 人: 何 醒

社 址: 广西南宁市东葛路 66 号

电 话: 010—85893724 (北京)

传 真: 010—85894367 (北京)

网 址: <http://www.gxkjs.com>

出版发行: 广西科学技术出版社

邮政编码: 530022

0771—5845660 (南宁)

0771—5878485 (南宁)

在线阅读: <http://www.gxkjs.com>

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 北京华联印刷有限公司

地 址: 北京经济技术开发区东环北路 3 号

邮政编码: 100176

开 本: 889mm × 1194mm 1/24

字 数: 150 千字 印张: 7.5

版 次: 2009 年 9 月第 1 版

印 次: 2009 年 9 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-80763-308-2/ R · 65

定 价: 29.80 元

版权所有 侵权必究

质量服务承诺: 如发现缺页、错页、倒装等印装质量问题, 可直接向本社调换。

服务电话: 010—85893724 85893722

团购电话: 010—85808860—801 85808860—802

不懂时尚的人，不会美丽！
相当于一口气看了120本时尚杂志！

顶级时尚杂志总监、 资深时尚编辑 金泰庚的秘密书！



Prologue

拥有10年时尚杂志工作经验的 资深时尚编辑， 千挑万选出来的时尚生活圣经

时尚编辑，一个有趣且魅力十足的职业。我们不仅能够第一时间接触到世界各大品牌的最新产品，而且还经常与那些永远走在季节的前面，引导时尚潮流的人士打交道，甚至还可以享受周游世界的幸运。瞬息变幻的流行趋势对于我这个已有10年时尚编辑经历的人士来说，仍然充满了刺激和挑战。



“时尚编辑”这个头衔总是会让很多人投来羡慕的眼光。人们深信时尚编辑一定是从头到脚都穿着世界名牌，享受着各大品牌每季递来的新品，他们办公室的旁边永远有一个随时可供挑选的衣饰间……不过这只能在像《穿普拉达的女王》这样的好莱坞电影中见到，现实并非如此。我既不是什么备受瞩目的时尚人士，也不是毕业于哪所时装名校的海归，我只不过像大家一样，是一个渴望时尚的普通人而已。

写书的时候，我常常想起自己曾经为了追赶潮流，刷爆信用卡购买那些并不适合自己的新产品，后悔到肠子都青了的经历。我曾一度想尽一切办法购买每季各大品牌推出的新款手袋，毫不犹豫地买下广告中宣称效果神奇的化妆品。然而，在经历了这些所谓的“摸爬滚打”





之后，我终于明白，就算是香奈儿重生，也无法让流行停下脚步的事实。从此，我不再一味追赶潮流，而是潜心寻找适合且属于自己的风格。《时尚生活圣经》就是我用经验教训为鉴而写成的时尚手册。

两本书融会了我 10 年来对于时尚的认识和体会，我们这些时尚圈人士要知道的装扮、美容、瘦身、美发、护肤、香氛、趣闻、八卦等等全都写了进来。时尚其实就是那些容易被我们忽略，却又十分重要，而且必须了解的常识。对于渴望拥有属于自己时尚风格的人来说，希望我的书能简单明了地指明时尚的方向。

当然，并不是读了一本书就能使人变得时尚，只要那些时尚杂志的内容不再晦涩难懂，只要购物时能够淘到超值的商品，只要能够挑选出绝对适合自己肤质的化妆品，这就足矣。

希望这本书能够成为你追求时尚旅途中的好伴侣，丰富你的时尚常识，填补那一点点的不足……

金泰庚于首尔工作室

Profile

个性鲜明， 触觉敏锐的 T小编是谁？



我的名字叫金泰庚。1977年9月23日生，处女座。从小喜欢看世界文学作品，喜欢美术。学生时代是舞蹈队的队员，社团宣传部的部长。大学时热衷给大家介绍男女朋友，是个替他人分析爱情烦恼的专家。可以说是一个涉猎广泛的人。自从中学时把上补习班的钱节省下来买牛仔裤，便与服装结下了不解之缘。大一的寒假，怀着热情和好奇初次涉足时尚行业，1996年成为杂志《Let's》的客座记者。之后，成为《Cindy the Perky》《Seventeen Korea》等流行杂志的服装编辑，为体育报《Good Day》的《1018 TREND》专栏撰稿，并负责《COSMOPOLITAN》《In Style》《ESQUIRE》《AN AN》等杂志关于演艺界人士的专访和画报专栏。因为朋友喜欢用“TAENG”的爱称称呼我，所以我也叫“小T”，在杂志界混了有10多个年头了。

现在我是《Style H》杂志的时尚总监。为了迎接更多的挑战，正在攻读传媒专业的研究生。

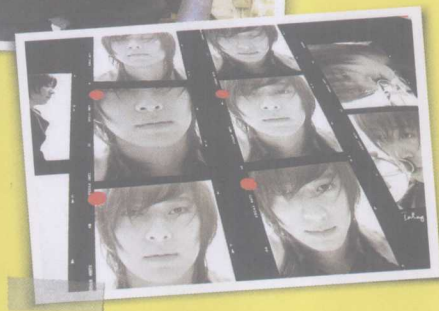
最先体验各大时装&美容品牌的新品，然后撰写评论是时尚编辑的主要工作！



在日本发行，并引起轰动
的要东原写真集拍摄现场。



如今的海报都是数码相机的作品，
便于随时确认修改。



与摄影师商讨文案的我。



目录



PART 1 Beauty 美容·护肤·保养

怎样涂抹爽肤水? /002

洗脸后最佳的晾干方法 /002

洗脸后几分钟内可以涂抹护肤品呢? /003

洗面泡沫越多洗得越干净吗? /003

怎样选择防紫外线的产品呢? /004

洗澡水的最佳温度 /005

白炽灯也能晒黑皮肤吗? /005

修眉的最佳时机是什么时候? /006

用哪个手指来涂抹眼霜呢? /006

让皱纹 20 分钟内消失的秘诀是使用眼霜吗? /006

按摩脖子是否能够消除黑眼圈? /007

剪睫毛能让它变得更长吗? /007

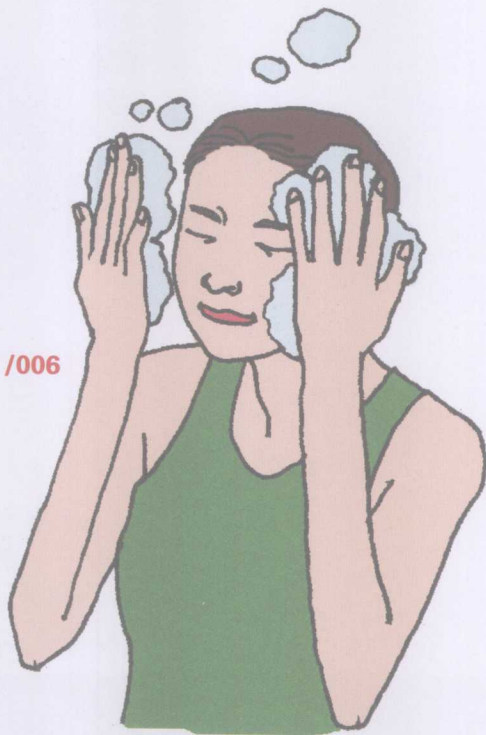
Scrap 化妆师间流行的中低价化妆品 /008

T 小编精选的五大经典化妆品品牌 /009

根据 TPO 使用的眼霜一样吗? /010

卸唇膏时需要文雅地喊“一”吗? /010

化妆师怎样对付唇部问题? /011



睡觉时嘴唇需要护理吗? /011

用蜂蜜来保养双唇吧 /012

保养双足的小窍门 /012

完美手指甲与脚指甲的家庭护理要领 /012

洗桑拿让你变得更漂亮的四大原则 /013

脖子的皱纹真的无法去除吗? /014

有没有能够丰胸的乳霜呢? /015

乳液必须在沐浴后 3 分钟内涂抹吗? /016

是香奈儿女士让古铜色皮肤变得流行起来的吗? /016

洗桑拿必备的美容品 /018

泡澡就可以全身变美的护肤秘诀 /018

除毛的最佳时机 /019

用化妆品去除橘皮组织需要多长时间呢? /019

如何用牙刷刷出散发粉红色光彩的牙床? /020

如何让指甲油持久光鲜亮丽? /020

2.5 元就能买到去除角质的产品吗? /021

刚涂的指甲油脱落了怎么办? /021

怎样让你的双手温润如玉, 抓住男人心? /022

面膜敷用 20 分钟后就没用了吗? /022

该如何正确掌握像暗号一样的化妆品有效期? /023

化妆后必须检查的事项 /023

所有皮肤都可以使用精油吗? /024

去角质最好的产品是保湿剂 /024

多喝绿茶能防止长青春痘吗? /025

青春痘的克星茶树精油到底是什么? /025



用洗面奶洗脸不能超过 2 分钟? /026

女演员对付皮肤问题的应急方法 /026

高效化妆品从什么时候开始用? /027

晚霜也可以白天涂吗? /027

被公认的两位世纪美人 /028

法国销售的兰蔻和美国的不一樣? /028

旁氏冷霜的成分是感冒药? /029

资生堂曾经是药房? /030

面膜起源于古希腊? /030

洗手间“Toilet”一词原来是“化妆”的意思? /031

有使睫毛变长的精华液吗? /031

去除“小胡子”选哪款专用贴纸效果最好? /031

连美容杂志编辑们也为之倾倒的化妆品有哪些? /032

修道士们制作的化妆品 /032

睫毛膏最初是为了得到宠爱而制成的? /033

拥有一百多年历史的化妆品品牌 /033

让你胃口大打折扣的唇膏 /034

走秀前模特们的皮肤干燥粗糙怎么办? /034

美容编辑们自创的著名化妆品品牌 /035

免税店总是断货的人气商品 /035

T 小编推荐的黑眼圈遮瑕液 /037

T 小编出国一定会购买的化妆品 /037

在家中制作红糖磨砂膏的方法 /038

在留学生中间风行的祛痘化妆品 /038

因蕾妮·齐薇格在减肥时使用而出名的化妆品 /038



毛孔遮盖霜 BB 霜的原型 /039

什么东西的别名是“用来涂抹的肉毒杆菌”？ /039

经期化妆品应注意什么问题？ /039

T 小编购买化妆品的独家秘诀 /040

模特们的必备法宝 /041

化妆品品牌也有副牌吗？ /042

价格不同但效果相似的化妆品有哪些？ /042

如何在出差的时候买到更便宜的化妆品？ /043

化妆品不适合品牌混搭使用吗？ /043

化妆品用得多了会使皮肤产生依赖性？ /044

什么化妆品一起用事半功倍？ /044

是否该像挑服装面料一样对化妆品成分斤斤计较？ /045

Scrap 美容达人们推崇的尚未上市的产品 /046

动辄让整个化妆品界动摇的美容达人是谁？ /048

从手中掉落的化妆品是否应该扔掉？ /048

最早赠送试用装的化妆品品牌有哪些？ /049

霜和精华露先涂哪个？ /050

爽肤乳涂抹多少合适？ /050

洁肤产品只使用一个就行了吗？ /051

一定要使用化妆品专用勺吗？ /051

使用过一次的化妆品可以换货吗？ /052

化妆品试用装的有效期限是多久？ /052

在《穿普拉达的女王》中出现了哪些美容品牌？ /053

试用装真的比正品质量好吗？ /054

有没有化妆品专门大卖场呢？ /054



怎样用化妆掩盖浮肿的脸? /055

提高护肤效果的三大黄金法则 /055

去除青春痘红色斑点的方法 /056

夹三次睫毛会使睫毛更漂亮吗? /057

怎样涂红唇膏才不显土气? /057

“童颜”的化妆秘诀就在睫毛膏内 /058

性感的肩线可以通过化妆实现 /058

对轮廓比较明显的人来说,白色眼线笔是化妆的必需品吗? /059

同时使用两种颜色的睫毛膏效果会更惊艳吗? /059

怎样才能使睫毛膏的化妆效果更持久? /060

《亲切的金子》原定眼部彩妆是蓝色的? /061

如何将裂碎的眼影翻新? /061

5年前买的眼影,能用不能用? /062

想漂亮,从整理梳妆台开始吧! /063

奥普拉·温弗瑞为什么每次都去纽约修她的眉毛? /064

女明星们水灵灵大眼睛的秘密 /064

比睫毛夹更自然的卷睫毛方法 /066

空姐专用的唇膏 /066

适合眼睛小而细的烟熏妆法 /067

让眼皮看起来不肿的眼影颜色 /067

如何卸掉扎人的亮片妆? /068

自然妆容,用棉棒画眼线即可 /068

口红的销售量是国家经济状况的风向标吗? /069

让芳唇丰满性感的丰唇液真的有效吗? /069

Scrap 再次购买率 90% 以上的超好用品牌粉底 /070



化妆新手最好不要用眼影膏 /072

涂粉应该用粉扑，还是刷子？ /072

想告别脸颊与脖子间颜色不同的尴尬吗？ /073

粉底应该用什么来涂抹？海绵、刷子还是手指？ /073

遮盖乳液应该在什么时候使用？ /073

眯起眼睛选粉底 /074

粉底和精华液共同打造光滑细腻的肌肤 /074

改变涂抹顺序就能让脸颊变得更小？ /074

化妆师们常用的定妆产品 /075

明星口中的素面是假的？ /075

美人的面部黄金比例 /076

广告模特们的水润皮肤是托凡士林油的福？ /076

让鼻子看起来像整过形一样坚挺的化妆法 /077

不伤发质的吹发方法 /077

清洗粉扑和刷子的时间 /077





COACH

PART 2 Brand 你不可不知的品牌故事

世界首次以内衣秀亮相的品牌 /081

韩国经久不衰的休闲装品牌 /081

男人们喜欢哪种颜色的内衣? /082

全球平均每 3 秒钟就售出一件的内衣品牌 /082

炫亮 21 世纪的日本时装品牌 /083

Scrap T 小编推荐的品牌内衣展 /084

COACH 手袋与棒球手套的特殊姻缘 /086

路易威登和克里斯汀·迪奥是同一公司的品牌吗? /086

阿迪达斯和彪马是兄弟关系吗? /087

顶尖品牌的 Mecenat 市场营销手段 /087

为什么会有特殊版和限量版? /088

佐丹奴是哪里的时装品牌? /088

Topshop 品牌知名度上升的秘诀 /089

深受潮流人士推崇的 H&M 品牌的由来 /090

一度低迷的暇步士于 1994 年再掀流行热潮的原因 /090

两个鳄鱼标志 LACOSTE 与 Crocodile 间的关系 /091

巴宝莉缘何成为风衣的代名词? /093

OEM 与原版的区别 /093

ZARA 的白色套装为何风靡西班牙街头? /094



顶级品牌店的购物惯例 /095

时尚品牌 Antenna Shop 的定义 /096

为何顶尖品牌都垂青中国制造？ /096

哪些品牌的正品是无吊牌标签的？ /097

定做杰尼亚西装需要多久？ /097

为什么巴宝莉的蓝黑商标产品只在日本销售？ /098

等两年才能买得到的皮包 /098

什么是顶尖品牌的特殊定制服务？ /099

Scrap 特制经典款 /100

永恒经典款 /101

Trunk Show 为何被称为“VIP Show”？ /102

瑞士名品 Bally 的品牌故事 /102

爱鞋一族近来热衷的品牌 /103

百年来一直深受喜爱的 Tiffany Setting /104

什么是 Costume Jewelry？ /106

卡地亚 Santos 腕表诞生的故事 /106

Scarf 一词的起源 /107

百货店名品专柜能鉴别真伪吗？ /107

款式相同的名品包要有所不同才是真品？ /108

只用于 a.testoni 皮鞋的“手套”工艺指什么？ /108

古琦手袋为何未能成为时尚领潮人的最爱？ /109

空姐的制服都出自名师之手吗？ /110

新生名品一族 Nonos /111





PART 3 Hair 秀发 · 发型

大脸庞也可以剪短发吗? /114

头皮也可以化妆吗? /114

香波广告中梦幻般的发质是用电脑特技制作出来的吗? /114

侧面最美的鼻子与人中的角度 /115

发型让你在初次见面中给对方留下深刻印象 /115

没有水也能洗头吗? /116

深受发型师们宠爱的产品 /116

如何洗出一头光滑且富弹性的秀发? /116

艺人们亮滑的秀发的秘密在头皮上 /117

爱出油的头发, 来点婴儿爽身粉吧 /117

倒梳头能改善发质 /118

珍妮弗·安妮斯顿如何用吹风机来掩盖方脸? /118

洗头一定要用护发素吗? /119

如果想知道发丝的损伤程度, 用力拉拉看 /119

能让香波的香味持久留住的洗头方法 /119

