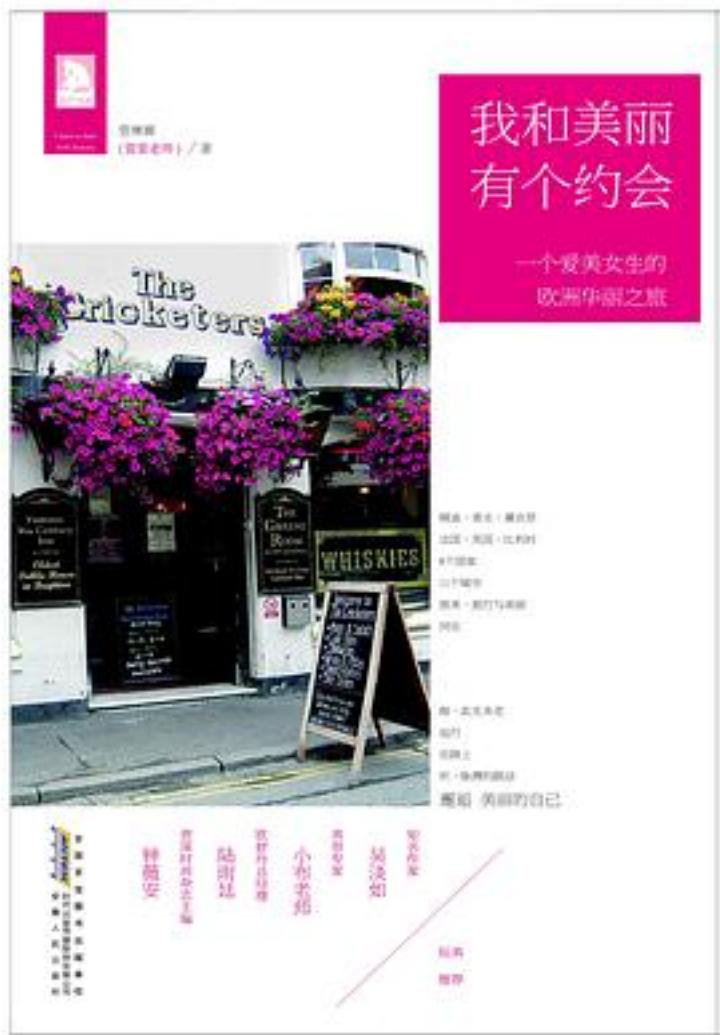


我和美丽有个约会



[我和美丽有个约会_下载链接1](#)

著者:萱琳娜

出版者:安徽人民出版社

出版时间:2013-6

装帧:平装

isbn:9787212058784

女人，这辈子一定要去一趟欧洲！

趁，此身未老，远行，在路上。

精油、香水、薰衣草；法国、英国、德国……8个国家，11座城市，萱萱老师为你提供一场原滋原味的欧洲深度寻美之旅。

知名作家吴淡如、美容达人小布老师、欧舒丹总经理陆雨廷、资深时尚杂志主编钟薇安玩美推荐！

旅游卫视、走遍欧洲网联袂推荐。

重度爱美女生萱琳娜不甘只是在家里喷喷香水、玩玩精油，于是，决定踏上欧洲这块满载香氛、鲜花、时尚、爱情的美丽应许之地。循着香水天才葛奴乙的脚步，萱琳娜到了法国香水城格拉斯学习制作香水；乔装名媛，找上保加利亚最大的精油公司，一览珍贵的保加利亚精油的制作过程；到比利时富丽堂皇的巧克力店，品尝奢华浓郁的巧克力；在美得像童话般的捷克，啜饮着金色温泉。

两年时间，足迹遍访大半个欧洲，萱琳娜细细冷萃出当中最美丽片段，调配出无比迷人的欧洲气息。八个国家、十一个城市，由外至内，道尽欧洲美丽事物的风华！正如她自己所说：这次旅行是个懂得用心感动生活本质式美好的开端，希望与大家一起分享这种简单而纯粹的美丽！

作者介绍：

萱萱老师 (Shylinna)

原名萱琳娜、重度爱美女生，上海星尚《就是爱漂亮》、北京《今夜女人帮》、黑龙江《美丽俏佳人》特邀嘉宾。

来自台湾，芳疗师，香水控，经常以旅行之名探访各地香草与精油，行遍30余国。曾到日本如贵妇般学美容、也去过印度当苦行僧学精油、在澳洲找灵媒原住民、深入泰国药草SPA，并趁着伦敦的留学之旅，在欧洲旅行两年多，足经英国、德国、法国、保加利亚、捷克、匈牙利、荷兰、比利时等多国，深入感受欧洲关于美丽的优雅态度与品味。

喜欢花草，更爱漂亮的她，擅长多种美丽疗法，强调美丽要从心灵、思想以及饮食多方着手，并主张女人要多旅行，因为旅行可以让生活丰富多彩，也提供了放慢脚步的静思机会，让身心灵得到意外的养分。

擅长

精油芳疗/香水/身心灵舒压/情感心理

心理咨询师/催眠师/英国IFA芳疗成员

著作

台湾：《欧洲纯粹玩美》、《精油自主》、《美丽专卖店》

大陆：《芳香精油魔法书》

学历

伦敦时尚学院 (London college of fashion) 进修美丽疗法与健康(Beauty and healthy studies)

伦敦Istituto Marangoni流行学院Brand Management精品品牌管理士毕

澳洲WICCAN芳疗学院芳疗师

*上海PEPC注册心理咨询师/中国国家心理咨询师

*联合国训练研究所GPST国际催眠师

资历

英国有机保养品萱琳娜Shylina产品研发总监

台湾医美保养品护士加Nurse+产品研发总监

中国新丝路台湾分公司瘦身美容主讲师

澳洲芳疗协会资深讲师

英国国际芳疗协会(IFA)伦敦会员

美容保养专栏/精油保养/香水专栏作家

2011/2012 VOGUE 莎莎 香水奥斯卡评审

目录: 推荐序永远是最棒的特别来宾

自序简单而纯粹 才是美丽的本质

欧洲 · 萃香

格拉斯的冒险求香之旅 14

原来当NOSE真不简单 22

到科隆寻访世界上第一瓶香水 26

德、美的香水战争 32

乔装名媛, 只为一亲保加利亚玫瑰芳泽 36

保加利亚的液态黄金 44

初夏最后的玫瑰 48

白玫瑰与黑海 52

英国玫瑰情 58

薰衣草的故乡在英国? 64

Linda的崇洋鼻 70

薰衣草居然是老祖母的味道? 64

捷克喝「汤」初体验 76

到温泉诊所看病去 92

被联合国列为文化古迹的Roman Bath 98

在布达佩斯的废墟中, 看见古罗马的奢华 104

花朵满溢的伦敦夏日 108

欧洲 · 玩美

和英国女皇吃一样的生蚝 112

变成羊的有机初体验 118

比利时的浓情巧克力 122

用「啤酒」美容的伦敦美眉 130

伦敦式哈拉 136

精油算命与玫瑰奶酒交织的异乡友情 142
吓坏欧洲人的美白面膜 146
Tan more, Beauty more 150
有趣的比基尼除毛课 154
拔粉刺是亚洲美眉的专利? 158
令人骄傲的黄皮肤 164
欧洲·疯尚
和威廉王子面对面 168
英国Burberry Factory攻略 176
名女人卖衣服 180
英国女人梦想的size zero 184
Boxing Day名牌疯 188
伦敦的六〇年代风 194
围巾与太阳眼镜 198
艳色·放纵·郁金香 204
你爱我吗? 212
大伦敦的爱情 216
异国的恋人们 220
分手在巴黎 224
裸体脚踏车游行 230
· · · · · (收起)

[我和美丽有个约会](#) [下载链接1](#)

标签

旅行

爱美女生

美丽

随笔

欧洲

旅游

萱萱老师

薰衣草

评论

法国，浪漫之都，美之所汇，心之所向。

图文都一般

这才是女人的生活嘛～熏香护肤血拼旅游美食，看完后对精油越发感兴趣，立马下单买了薰衣草润肤乳，更是长草了保加利亚玫瑰香氛。泡完澡，抹上香氛，在床头翻翻这类书的感觉不要太好～

比预想的差好多，图片和文字都没什么感觉。

文笔烂到令人捉急，行文间也不断在提示：作者非常的没有品位和眼界。

女人，这辈子一定要去一趟欧洲！ 趁，此身未老，远行，在路上。

作者口水话很多，如果这样也能出书，那我以后也可以。。不过她描述的东西和我在英国经历的很多很想，让我非常怀念。另外，她写的精油的点点，引发了我极大的兴趣。我虽然只用薰衣草精油，但是确实，它有很多疗效。

我觉得不行啊 为什么分这么高

厕所读物。

唉唉唉。。。看的好心动的，以后一定要去欧洲。

一本好书封面很重要，然后适合自己的品味也是同样重要。看到这本书的时候毫不犹豫地就从书架上取下，开始孜孜不倦地捧读，随着萱萱的脚步踏足南法，比利时等等，穿梭在迷人古典兼具的欧洲，对那些气味，那些精妙的香水，精油不由得产生了一些浓厚的兴趣，资金不足，只能权从纸上领悟那些诱人的香味魅力！一些护肤小技能，一些地方的风土人情也可以窥见一斑，喜欢那种女性的优雅得体！

语言描写有些欠缺文学性，但本书的感染力很强！

抹香香

一次说走就走的旅行，下个星期去英国。

做一个美丽的女孩，从自己的内心出发，享受一段阳光的旅行，你会找到自己

美丽就好

十分推荐给很想了解欧洲的朋友们看看~内容口语化比较多 通俗易懂 图文挺漂亮的喜欢~很真实接地气的一本书

[我和美丽有个约会 下载链接1](#)

书评

封面，时尚杂志类的设计，曾热衷于《女友》、《瑞丽》等时尚杂志的女性，对于这本书很有亲切感。封面的图象是一幢小别墅的门，虽然只去北京两次，逛过老胡同一次，

但觉得这门似乎就是胡同里酒吧的门，当时一起游的年轻女孩子兴致勃勃地拍了下来，回来看效果很好。作者萱琳娜...

读完萱琳娜的新书《我和美丽有个约会》，我露出会心的微笑，心中充满欢欣和感动。这是一个美丽女子为追寻美丽单骑走天下的浪漫记录。如果愿意，千万里都可以追寻美丽。

萱琳娜作为一名美的从业者，孜孜不倦追寻美，足迹踏遍欧洲美的圣地。从法国的“香水城”格拉斯，...

前几日韩国媒体报道，一位母亲为了让自己女儿变得更加漂亮，从她两岁开始，十六年来每天都耐心地用勺子按摩女儿眼部做出双眼皮，用拳头按摩脸部打造出尖下巴，按摩跟腱来纠正O型腿，在妈妈不断地努力下，出生时相貌平平的女儿，长大后出落成宋慧乔式的自然美女。这一新闻在以精...

倘若一个女生说，她爱现金和存款上的数字超过爱购物、爱衣服、爱香水以及一切美食及精致小物，我会极度崇拜她。如果说一个能减肥下来的女生固然刚毅，值得凛然钦佩，而能不被各种代表美丽、轻盈、精致以及幻梦的物质吸引，那简直是刚烈了。这本书没有什么微言大义，也不板起脸...

除了专业旅行者写的旅行书外，我其实更喜欢看专业人士的旅行书，比如妹尾河童，他手绘旅行中遇到的一切，文字又幽默可喜，比如作家们的旅行记录——虽然我对余秋雨不喜欢，但我喜欢《千年一叹》这本书——比如我的朋友何潇宁，她是做酒店设计的，艺术素养超过常人，所以她的游...

有关旅行的书越来越多，那些或勇敢或美丽的人们拍下沿途动人的照片，写下美好的文字，以飨读者永不满足的胃口。

宣琳娜或许在台湾是个有名气的人吧，只是我从来没听说过而已。这是一个大眼睛的台湾美女，是一位芳疗师和香水控，这在《我和美丽有个约会》中表露无疑，因为萱萱...

约莫五年前，因为一次节目的合作而结识了萱萱，而当时萱萱其实就已经是一位颇具知名度的美容保养专家，在与她交谈节目内容时，直觉得安心与笃定，心想：“哇！我又找到了一位很棒的来宾！”萱萱不但说理清楚，对于美容专业的知识有很深的研究，更重要的是，她是一位很上相...

这本美的装帧还是不错的，已经读了一部分，书中的内容写的比较实质，一个在国家生活的爱美女生，其实国外的人们是更注重生活品质的，一直都喜欢读这种旅行随笔，可能是在学习生活中，有时觉得太累太疲惫，对生活也失去了激情，但看过这书，心中就涌出了一定要出门旅行的想法了...

没有闲言碎语无病呻吟，更多的是分享和心得，既惊心动魄又充满刺激，为我们呈现了一场原滋原味的欧洲之旅。

另外，将旅游与时尚完美融合，尤其是将香水精油等美丽元素融入其中，超级喜欢！

和美丽约会就要活在旅游中——评《我和美丽有个约会》文/龙敏飞

现在的我们，其实是很浮躁的，我自然也位列其中。忘记了有多久，能一次性读完一本书了，再吸引人的书，也有情节不够好的时候，也有不是高潮的叙事，很多时候，我们便停下来休息一番，等到心态调整好后，再重新...

看了这本书，这并不是纯粹的旅游，还有作者深入欧洲内部，所见所闻所感，尤其是寻找美丽的生活态度就值得很多朝九晚五抱怨生活的女生去学习。里面讲到精油、香水等高端元素，但却很亲民，说的是那些比黄金还珍贵的精油到底是怎么提炼出来的。还有作者用专业知识列出来的美容小...

简单的说，这本书是作者去欧洲旅行的见闻，不同于其他同类型的作品的地方，是作者没有把他当成攻略来写，她自己旅行中也没有按照攻略来旅行，而是简单的按照自己的想法，随遇而安的选择去那儿，怎么去。这让我很有好感，我自己出去旅行会查攻略，但我很少按照攻略来安排自己的...

由着内心深处的指引，世间男女总会于喧嚣的尘世中期翼着将美丽收藏。这是一种与生俱来的本能；这是一次缘起灵魂的追逐；这是一个关于美好的渴盼----是啊！那异国的风情，那自然的景致，那迷人的芳香，那动人耀眼的气息，一切的一切都是如此令人心神向往！此时此刻，爱美女生...

张晓风曾说，“愿我的生命也是这样的，没有大多绚丽的春花、没有太多飘浮夏云、没有喧哗、没有旋转的五彩，只有一片安静纯朴的白色，只有成熟生命的深沉与严肃，只有梦，像一片红枫那样热切殷实的梦。”看萱萱的《我和美丽有个约会》就像处在一片热切芬香的梦境里。玩美，萃午...

[我和美丽有个约会 下载链接1](#)