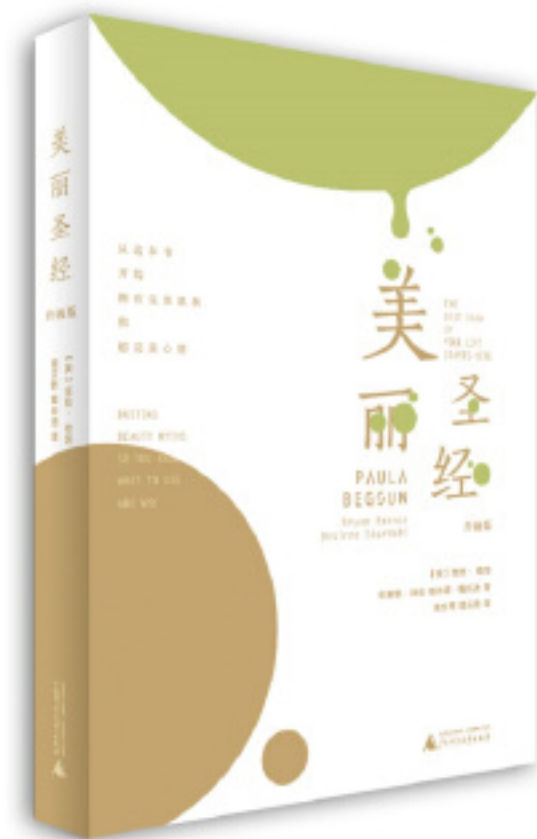


美丽圣经（升级版）



[美丽圣经（升级版）_下载链接1](#)

著者:宝拉·培冈, 布莱恩·拜伦, 德希莉·斯托达 著, 童文煦 程云琦 译

美丽圣经 (升级版) _下载链接1_

标签

评论

收到商品很快，还没带到单位京东就到了收到商品很快，还没带到单位京东就到了收到商品很快，还没带到单位京东就到了收到商品很快，还没带到单位京东就到了收到商品很快，还没带到单位京东就到了收到商品很快

，还没带到单位京东就到了收到商品很快，还没带到单位京东就到了

书有一点点脏，看了下目录不是体系鲜明的那种

书里的知识非常实用 可以系统学习一下

作为一个护肤品小白，这本书帮助我了解了很多相关知识。也知道了怎么对自己的皮肤更好。

《带着我去化妆品柜台》（2016全面升级版）对受女性关注的国际品牌的产品做出评论。通过这本书，你会了解到其他书中都没有的关于化妆品、抗皱以及抗痘方面的可靠信息，其中包括： 如何根据皮肤类型和需求选择适合产品
如何更理性的消费，选择出质优价廉的产品 哪些产品具有真正的抗皱和祛斑功效
哪些产品能够祛痘和祛黑头 其他化妆品领域不为人知的惊人事实

自己的品牌全线产品给予高度评价，不得不让人怀疑作者对其他品牌评价时的客观性。虽然成分不假，但建议上还是有失偏颇，特别是同价位或高价位的，或多或少有刻意批判之嫌。另外，以有没有水杨酸类产品来评价品牌的优劣似乎不太合理，看得出宝拉女士很爱水杨酸，作为一个油痘城墙皮，我也不排斥，但肯定有很多人是不喜欢水杨酸的。看在前面几章给出了很多还是很实用的护肤方案，还是可以给个赞3.5分的

买回来，书的页面材质不错，内容也行，满分10分，给9分，

这其实是一本工具书，一张图片都没有……买化妆品时候参考一下不错。

比起市面上大部分护肤类书籍算是写的好的吧，但是部分内容依旧不够严谨，也不够全面。护肤品的好坏在乎成分、配方、工艺三部分。没有深入认识的消费者看了这本书很容易成为成分婊。对于一些肌肤问题也算是有浅显的介绍，但是专业性不足，当个闲书看吧。

京东到货速度很快，这本书也很有意思。推荐！！！

这是我看过最好最专业的美容类书籍，一生推~

这本书看了一半，学到了很多，原来我以前大部分护肤知识都是错误的，真的受益匪浅

书很好，在看，长知识了，原来之前的护肤全错

护肤方面的知识说的不多
介绍了不少牌子的好坏。很多牌子没怎么用过。也有些想知道的里面没有
有一定的参考价值

此用户未填写评价内容

很好哦，专业知识，多多学习充实每一天

书质量很好，物流也很好，值得购买。

好书，物流很快

正在看，质量很好，有收获。

好书，如果编辑能把更多的术语做中英对照就更好了

很好，比书店便宜，值得购买

非常满意！
京东速度就是快！昨晚下单今天中午就到了！书包质量很好！内容更是无可挑剔！满意的很！

上一版也看了，喜欢宝拉，喜欢宝拉珍选，会一直支持。新版也非常好。

书的内容很丰富，都是干货，真的颠覆以前的一些观点，受益良多

内容新颖，值得一读，推荐给朋友。送货很快，24小时就到货了。

书写的还好，有一些道理。随书送的东西一个活动结束了，一个要付邮费。

好啊好啊好啊好啊好啊好啊好啊好啊好啊

学到了很多知识。

这本书知识点很丰富，简直是护肤知识干货，喜欢宝拉阿姨的表达方式

被同学推荐买的书，说是里面讲的东西很实用

大妈的新书，还是很好的，不懂护肤的选这本书看就足够了，喜欢

还挺实用的！帮帮哒！

公司买的一批书，京东下午就送到了，真快。好评

暑假有空买些书充实一下，看介绍内容不错，美容护肤的

多读书总是没有坏处的。

挺好的 观念什么的挺正 就是太学术了 要有耐心看

虽然没有看，但是包装和纸质很好

好好好厚的一本书！字典范儿的～京东的包装也是相当应景！

书是很好的。但没赠送化妆品小样很苦恼

不错。很喜欢，通俗易懂，建议爱护肤的人买

不错，很好的书，值得推荐

非常满意的一次购物体验

多读书多看报少吃零食多睡觉

纸质很好，内容就不说了，正品书籍

宝拉·培冈一直担任皮肤科医生、整形外科医生、大化妆品公司和业界达人的客座顾问，各大美妆大赏的专家团专家，也是化妆品及护发产品领域的知名消费指导专家。在全美的各大报刊和电视中都有宝拉的专栏和专题节目，她经常受邀参加《奥普拉秀》、《今日秀》、《日线NBC》、《20/20》、《观点》、及CNN电视台和其他电视台的节目，影响遍及全世界。

研读很久，必修课

很快就到了，挺好的，

里面全是文字 一张图片都没有 不喜欢 而且很多介绍的产品都没有了
赶不上产品的更新速度 对非专业我来讲并没有太大用处
没有配图是这本书最失败的地方了吧！ 物流真的是快！

好，很好，非常好

不错 还在学习中

作者号称“化妆品警察”，对受女性关注的一些品牌产品做出评论和解析。

很好的一本书呦

好看，女孩必备

好好好好好好好

装订印刷质量都很好，内容也挺实用的，值得一看。物流也很快。

挺不错的，多长点见识，不过我以为是配图片的，结果是纯文字

小样2月份就过期了，很无语，书有破损，太失望了！

很棒，很好的一本书，写得特别详细，很专业，还送了小样，超赞

超级厚的一本书啊～可以说是研究化妆品入门了～仔细看看再对照对照还是很有帮助的。

这种书居然会畅销！完全不能客观评价，主观性太强，而且没有发现作者对化妆品有多深刻的见解。肤浅又尖酸刻薄，拆了不能退货，直接扔垃圾桶了

为了了解化妆品里面成分的功能及安全性，希望这本书能对我有用。

好多地方都有推荐，内容确实不错。虽然是2016年版，但是更新有点慢，馥蕾诗、希思黎、纪梵希以及韩国的品牌都没有。有些是品牌有，但是这个品牌比较火的产品没有，比如说资生堂的小金瓶。总之，产品好不好，适不适合自己的要用了才知道。这本书当个参考吧。

还不错，有些品牌没有。京东自营的产品品质不错，搞活动的时候买很划算，平常买的话价格没有优势，化妆品只会买自营的，买过京东其它卖家的化妆品，没用扔垃圾桶了，原因不用说大家懂的。其它卖家的衣服还不错，食品、日用品、电器我只相信京东自营的！

感觉特别棒！

很厚的一本书，得花点时间慢慢看了，希望对自己有好处。

非常好，价格实惠，下次还会来的。

超级厚的一本书。虽然很多品牌都更新或下架了。但是对品牌的成分分析和品鉴也很实用用于其他护肤品

终于到手了，上架第一时间就发货了，物流超快。书很好，非常有质感，很实用。还有非常重要的一点，一定要抽我啊！

质量不错！

一般般，感觉内容不是很清晰，不是很好。

看看它跟其他书的对比，真的超级厚的一本，希望我有耐心看完…

纸质的 听说很好 准备好好看研究 可以给护肤指明方向 不花冤枉钱 棒棒哒

下单后第二天就到货了，迫不及待的打开看了。很实用的一本书，同事也说买来看看

书不错，就是纸张有点薄，不知道是不是正版（后面内容就透出来了）。

书的质量很好，也很火速，不错信任京东书的质量很好，也很火速，不错信任京东书的质量很好，也很火速，不错信任京东书的质量很好，也很火速，不错信任京东书的质量很好，也很火速，不错信任京东

好，很好，非常好，是最新版的，很实用，对我帮助很大，送货速度快，快递小哥服务态度超级好，购物愉快，点赞！

非常满意京东的书籍，买书是件非常有幸福感的事情

不错哦……不错哦不错哦……不错哦不错哦……不错哦不错哦……不错哦不错哦……不错哦

活动买的 会看很久 喜欢快点看完

一般般，很多牌子都没有，尤其是日系的

很不错的书，搞活动便宜不少

非常好 特别喜欢 京东购物物美价廉十分满意！

内容很丰富，是一本好书。

1.日本护肤只有资生堂和sk2，里面最贵的是lamer，莱珀妮赫莲娜这些都没有。其实本人最想看的是那些贵妇级护肤品评论。
2.最大的问题是没有图片，完全搞不懂说的是哪款产品，网上搜还搜不到，不知道是每个地方的叫法不同还是该产品已下架。
3.看着很厚的一本书，一大半的篇幅都在讲洁面卸妆彩妆，再除去找不到的护肤品，剩下的护肤品介绍其实挺少的。
4.也不是一无是处，至少帮我拔了lamer，娇兰帝皇蜂，时光琉璃的草。而且也能补充一些知识。 5.封面上画着娇韵诗双萃，里面却没有介绍？

很方便的化妆品字典。

终于等到做活动了，果断买了一堆收藏已久的书。京东买书就是方便，质量也不用担心！

非常专业的书，内容详实，好厚。买给姐姐的~可惜送的小样刚好过期了，不过重要的是书要专业有用！

美容圣经一本不可多得的好书

好厚的一本 包装得很结实

有种盗版的感觉，不太好的样子(?>ω<*?)

最近很忙，还没有时间看呢。

书的内容很丰富 可以学到很多化妆品知识

最近学习美容知识，这本书籍介绍了好多品牌的产品，挺好的，就是好厚的书啊

好厚，很值，有小样

和之前的有不小变化，挺厚的，包装一般

挺好的挺好的挺好的挺好的

这本书主要是从成分上面来评价化妆品，很有说服力

@回来了考虑考虑考虑考虑时候去了几句

非常不错，哈哈哈

很多品牌产品的评价分析，看看蛮有意思的

内容很多，这样买化妆品就不盲目了。

不错，不错，京东就是快，头天晚上下单第二天就到货！价格还便宜！

东西不错，配送员服务态度好评

挺好用的！帮帮哒！好！

(·??·?)呵呵哒，不实用

宝拉老师的书旧版都看了，新版更厚了。

不错不错，书好重，好厚一本

这些东西一直在京东买，挺好的

没有想象中的好，其实就是把市面上的化妆品点评了下，有些写的很没营养，看完了也不知道是否好用

这个书可以呢，里面概括了很多知识

书很厚，讲的产品评价可作为参考，但是牌子种类有点少

很厚的一本，大妈的书，里面有很多成分和护肤品的点评

物流真的没话说，好，书已经看了，好好学习，去专柜买的时候好装做我是专家的样纸，哈哈哈

感觉性价比不是很高。看得很累。不过还是有些用。可以辨别那些很火很畅销的化妆品不用买，省钱哦。

东西已经寄到了，京东的速度还是很快的

书看完了，最大的感觉是，宝拉珍选这个牌子给宣传了

很详细。不错！！！！！！！！！！

好厚的一本书，没看完，能当工具书用

很多品牌都有，但产品介绍比较旧，因为介绍很多都是以前的出品，现在都已经不出了！已经出很多新产品却没有，对品牌有中肯评价，就是没有跟上化妆品的更新速度，现在出的产品都没有！个人感觉用处不大，不值这个价！

书中主要介绍欧美护肤品，对于日韩产品涉及很少，就这一点，并不适用亚洲女人护肤需求。

宝拉大妈的更新版天书，慢慢阅读

感觉里面说的都很有道理，所有一线国际大牌的化妆品都有说明，不过没有日韩的产品

很齐全，很值得推荐的一本书

好厚的一本书，初略的看了看，对于不太了解化妆品的我还是很有帮助的。赠送的小样用了下，效果不错。

包装得很严实 书没有破损

看过了，还行。

哈哈，很有帮助，不过都是美国品牌，再多些世界各国品牌就好了，以后海淘时要先看看这本书

不错的选择是不是很好

看了一点 慢慢看吧

很好的一本良心书，必须赞

比去商场买方便，价格也便宜，经常做活动更划算

挺好的，很赞，京东服务很好，趁着活动买很划算。

新版很厚，但是没有fresh竟然

总体还不错，没有问题，挺好的。

蛮好。就需要这个打发时间。

对本人有非常大的帮助。○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

很好很好很好很好很好很好很好很好

一本当代知性保养秘籍。大家可以看看

物美价廉，送货快，正品

挺好挺好挺好挺好挺好挺好挺好挺好挺好

好书，对我很有帮助喜欢

书质感不错，是正品还没看呢，看完再评价吧

好评。○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

书很好，媳妇很喜欢~~~~~

感觉内容有点老了 好多产品都换代了

还没看，送货速度非常快！

活动购买，优惠，300-200

只有文字，没有图片。大品牌介绍齐全。

非常好的书，有了它理性购物，不被广告忽悠

很好，是正品，很满意的一次购物。

很好的东西 价格也是没得说

值得收藏的一本化妆品选购读物。

书质量还不错，就是采购周期有点太长了

质量好包装精美喜欢，赞一个

很实用的书籍，李奇潭推荐的。

活动的时候买的，很不错！！

很不错 一直在京东上买东西 还是比较放心的

这本书很不错值得好好看看

感觉还是很有用，对我买护肤品有很大帮助

主观意识很强，别人推荐，但是我懂护肤品 我觉得很坑

有几页纸粘在一起，其他还不错，很厚一本。

帮朋友买的，很实用

书一般，大部分是欧美品牌，日系很少

价格便宜，送货快，非常实用的书。

一如既往的快，书很厚

物流挺快的，书写的不错，是本好书！

这个没什么意思 纯文字不形象

东西不错，送货员很好

宝拉之选，比较专业的书

发货给力，忘了选发票，后来补开了

感受到了大妈的私货

实用，厚，重，详细，专业

对于护肤品的选择有了新的认识

还可以，希望以后活动多多。

纸的质量太脆弱 还是前几本书的纸质好

商品是否给力？快分享你的购买心得吧~

挺好挺好，长知识，值

很有用，不怕买大牌走弯路

书很好，正在学习当中，呵呵

业务用书，买了很多，还没开始看

东西还不错，送货上门快

书不错看过了?我很喜欢

真实体验的经验分享，值得参考

好厚的一本！慢慢看

很好，值得推荐！

帮人，具体不大清楚

发货快特别好还便宜

很好啊每次更新出版都会买

还没看，感觉应该不错

有人买吗？我这书出售

书不错，就是送的小样过期了

[美丽圣经（升级版）_下载链接1](#)

书评

[美丽圣经（升级版）_下载链接1](#)