

概 述

礼之产生,可以追溯到远古时代。首先它是人类协调主客观矛盾的需要。自然的人伦秩序是礼产生的最原始动力,人们为生存和发展相互依赖,逐步积累和自然约定出一系列“人伦秩序”,这是最初的礼。后又有“圣贤之人”,如黄帝、尧、舜、禹等为“止欲制乱”而制礼,身体力行为民众做榜样,从而使礼在“维稳制乱”中发挥了作用。也正因如此,人们更加遵礼尚礼。其次,礼又起源于原始的宗教祭祀活动。远古时代,社会生产力水平低下,人们认识自然的能力低下,无法解释和征服自然现象与自然力,于是人们把关于人的灵魂观念扩大到他们所接触的自然界万物,从而产生了“万物有灵”的观念,开始用原始宗教仪式等手段来影响神灵,如祭祀、崇拜、祈祷等,期望以虔诚感化和影响自然神灵,以使其多赐福少降灾,原始的“礼”便产生了。

人与人互相观察与了解,一般都是从礼仪开始的。英国著名哲学家弗朗西斯·培根说:“行为举止是心灵的外衣。”讲究礼仪是人际关系和谐的润滑剂。

【故事 1】

公元前 592 年,当时的齐国国君齐顷公在朝堂接见来自晋国、鲁国、卫国和曹国的使臣,各国使臣都带来了墨玉、币帛等贵重礼品献给齐顷公。献礼的时候,齐顷公向下一看,只见晋国的亚卿郁克是个独眼,鲁国的上卿季文子是个秃头,卫国的上卿孙良夫是个跛脚,而曹国的大夫公子首则是个驼背,不禁暗自发笑:怎么四国使臣都是有毛病的。

当晚,齐顷公见到自己的母亲萧夫人,便把白天看到的四个人当笑话说给萧夫人听。萧夫人一听便乐了,执意要亲眼见识一下。正好第二天是齐顷公设宴招待各国使臣的日子,于是便答应,让萧夫人届时躲在帷帐的后面观看。第二天,当四国使臣的车子一起到达,众人依次入厅时,萧夫人掀开帷帐向外望,一看到四个使臣便忍不住大笑了起来,她的随从也个个笑得前仰后合。笑声惊动了众使者,当他们弄明白原来是齐顷公为了让母亲寻开心,特意做了这样的安排时,个个怒不可遏,不辞而别。四国使臣约定各自回国请兵伐齐,血洗在齐国所受的耻辱。四年后,四国联合起来讨伐齐国,齐国不敌,大败,齐顷公只得讲和,这便是春秋时著名的“鞍之战”。

【故事 2】

某公司新建的办公大楼需要添置一系列的办公家具,价值数百万元。公司的总经理通过市场调研后,决定向 A 公司购买这批办公用具,并与 A 公司的销售部经理约定第二天上午十点签约。



不料对方比预定的时间提前了两个小时来到公司,还带来了一大堆资料。总经理没料到对方会提前到访,刚好有公务要处理,便请秘书让对方等一会儿。这位销售经理等了不到半小时,就开始不耐烦了,一边收拾资料一边说:“我还是等一会儿再来吧。”

这时,总经理发现对方在收拾资料时,将自己刚才递上的名片不小心掉在了地上,对方却并未发觉,走时还无意从名片上踩了过去。但这个不小心的失误,却令总经理改变了初衷,A公司几乎到手的数百万元办公用具的生意告吹了。

【分析】

大思想家荀子曾说:“人无礼则不生,事无礼则不成,国无礼则不宁。”一句玩笑、一个不雅的动作,看似小事,却因不合时、不合礼,会隐藏着巨大失误。由此可以看出,礼仪存在我们生活的方方面面,对国家而言,礼貌礼节是衡量一个国家文明程度高低、公民个人道德水准和有无修养的重要标尺。

一、什么是礼仪

礼仪是指人们在社会交往中由于受历史传统、风俗习惯、宗教信仰、时代潮流等因素而形成,既为人们所认同,又为人们所遵守,以建立和谐关系为目的的各种符合交往要求的行为准则与规范的总和。简而言之,礼仪就是人们在社会交往活动中应共同遵守的行为规范和准则,包括礼貌、礼节、仪式和礼俗等内容。



二、礼仪的基本原则

礼仪需要遵守哪些基本原则呢?我们还是通过故事给大家解密吧。

1. 最基本也是最重要的原则——尊重

【故事 3】

某市欲接待来自印度的官方代表团,为了表示诚意,该市接待办做了各种准备,就连印度代表团下榻的饭店里也专门换上了舒适的牛皮沙发。可是,在我方的外事官员事先进行例行检查时,这些崭新的牛皮沙发却被责令立即撤换掉。原来,印度人大多信仰印度教,而印度教是敬牛、爱牛、奉牛为神的,因此,无论如何都不应该请印度人坐牛皮沙发。

【分析】

有人曾把礼仪的基本原则概括为“充分地考虑别人的兴趣和感情”。礼待他人也是一种自重,不应以伪善取悦于人,更不可以富贵骄人。尊敬人还要做到入乡随俗,尊

重他人的喜好与禁忌。总之,对人尊敬和友善,这是处理人际关系的一项重要原则。

2. 最国际化的原则——遵时守信

【故事 4】

某年,编者有幸到德国参加培训。德国人的守时给编者留下了很深的印象。有一次,编者和同伴坐火车从德国东部的马格德堡到德国西部的海德堡,中途他们需要换乘4次火车。他们看不懂站台的德语,也听不懂列车员说的德语,只好强记每次换车的时间。即便如此这个笨办法也帮助他们顺利到达了目的地,因为德国的火车相当准时。



德国人在工作中讲求效率,注重纪律,一丝不苟。许多严于律己的德国人很讲究形式和准时,公私事宜必须事先约定时间并准时赴约,未经预先约定想与德国人会面,是办不到的事。如果因故需要推迟约会或取消约会,一定要打电话通知对方。否则,不仅失礼,也被认为是对其莫大的侮辱。

【分析】

俗话说:“一寸光阴一寸金,寸金难买寸光阴。”我们守时才不会让宝贵的光阴白白流失,同时也是尊重自己、尊重他人的一种表现。在许多国家,一个不守时的人往往被认为是没有诚信的,这样就会失去与他人交往的平台。

3. 最人性化的原则——真诚友善

【故事 5】

汉末,汉宗室豫州牧刘备听说诸葛亮很有学识,又有才能,就和关羽、张飞带着礼物到隆中(现今湖北襄阳县)卧龙岗去请诸葛亮出来帮助他为国家做事。恰巧诸葛亮这天出去了,刘备只得失望地转回去。

不久,刘备又和关羽、张飞冒着大风雪再次去请诸葛亮。不料诸葛亮又出外闲游去了。张飞本不愿意再来,见诸葛亮不在家,就催着要回去。刘备只得留下一封信,表达自己对诸葛亮的敬佩和请他出来帮助自己挽救国家危险局面的意思。

过了一些日子,刘备吃了三天素,准备再去请诸葛亮。关羽说诸葛亮也许是徒有一个虚名,未必有真才实学,不用去了。张飞却主张由他一个人去叫,如他不来,就用绳子把他捆来。刘备把张飞责备了一顿,又和他俩第三次造访诸葛亮。刘备三人到



时，诸葛亮正在睡觉。刘备不敢惊动他，一直站到诸葛亮自己醒来，才彼此坐下谈话。

诸葛亮见到刘备有志为国家做事，而且诚恳地请他帮助，就出来全力帮助刘备建立蜀汉皇朝。成语“三顾茅庐”由此而来，比喻访贤求才，真心诚意地恳请别人帮助的渴望。

【分析】

真诚就是在交际过程中做到诚实守信，不虚伪、不做作。我们不但要注意自己的形象与声誉，更要着眼于未来，恪守真诚原则，从而保证交际效果。

4. 最理性化的原则——理解宽容

【故事 6】

在一个下雨的午后，费城的一家百货公司进来一位老妇人，她全身被雨淋湿，看起来很累、很脏也很破落，大多数的柜台人员怕她弄脏了柜台，都不理她。这时，有一位年轻人走过去问她是否需要什么帮助，老妇人回答只是想避避雨，这位年轻人没有再打扰她，而是转身搬了把椅子请老妇人坐下休息。

雨停之后，老妇人向年轻人表示了感谢，并向他要了一张名片。几个月以后，公司经理收到一封信，信中要求派这位年轻人前往苏格兰装修一座城堡！这封信是那位老妇人写的，她是美国钢铁大亨卡内基的母亲。

这位年轻人不但得到了巨额订单，更是荣升为公司合伙人。他之所以能获此成功，正是因为他理解了老妇人需要避雨的心情，在她最需要帮助的时候给予了关心与礼遇。

【分析】

宽容就是心胸坦荡、豁达大度，能设身处地地为他人着想，谅解他人的过失，不计较个人得失，有很强的容纳意识和自控能力。要想遵循宽容原则，首先就是要“换位思考”，善解人意，体谅别人，这样才能正确对待 and 处理好各种关系与纷争，争取到更长远的利益。

5. 最讲分寸的原则——热情有度

【故事 7】

王先生在一家酒楼请客，他点完菜后，服务员用推车推来各种品牌的软饮料，极力

向其推销。王先生明确表示自带有饮料,不需要这些饮料时,服务员依然继续向其兜售。见此情景,王先生只好为每一位客人点了一盒饮料。结账时,因为计划外的饮料花费超出预算,差点导致没带够钱的尴尬,王先生对此非常反感。

【分析】

礼仪是一种程序规定,而程序自身就是一种“度”。所谓适度,就是要注意感情适度、谈吐适度、举止适度。只有这样才能真正赢得对方的尊重,达到沟通的目的。礼仪无论是表示尊敬还是热情都有一个“度”的问题,没有“度”,施礼就可能进入误区。

6. 最长远性的原则——平等谦和

【故事 8】

英国著名戏剧家、诺贝尔奖获得者萧伯纳对“平等”两个字有着很深的感触。一天,他漫步在莫斯科街头,遇到一位聪明伶俐的小女孩,便与她玩了很长时间。告别时,萧伯纳对小女孩说:“回去告诉你妈妈,今天同你玩的是闻名世界的萧伯纳。”小女孩看了萧伯纳一眼,学着他的口气说:“回去告诉你妈妈,今天同你玩的是莫斯科小女孩科妮娜。”萧伯纳一时语塞。后来,他常回忆起这件事,并感慨万分地说:“一个人不论有多大成就,对任何人都应该平等对待,要永远谦虚……这就是莫斯科小女孩给我上的课,我一辈子也忘不了她!”



【分析】

礼仪是在平等的基础上形成的,是一种平等的、彼此之间的相互对待关系的体现,其核心问题是尊重以及满足相互之间获得尊重的需求。平等,即尊重交往对象,以礼相待,对任何交往对象都必须一视同仁,给予同等程度的礼遇。

在交际活动中既要遵守平等的原则,同时也要善于理解具体条件下对方的一些行为,不应过多地挑剔对方的行为。

“谦”就是谦虚,“和”就是和善、随和。谦和既是一种美德,更是社交成功的重要条件。只有举止、言谈、态度都是谦恭有礼时,才能从别人那里得到尊重和帮助。谦和,在社交场上即表现为平易近人,热情大方,善于与人交往,乐于听取他人的意见,显示出虚怀若谷的胸襟,因而对周围的人具有很强的吸引力,有着较强的调整人际关系的能力。

三、总论

从一定意义上说,礼仪是人际关系和谐发展的调节器。人们在交往时按礼仪规范去做,有助于加强人们之间互相尊重,建立友好合作的关系,缓和、避免不必要的矛盾和冲突。其实,生活里最重要的是以礼待人,和人相处得好,就能生活得好。

总之,礼仪的作用不可估量,从某种意义上讲,礼仪比智慧和学识都重要。

从现在开始学习礼仪吧!

1

第一篇

礼仪让你展示魅力

本篇主要讲述仪容、仪表、仪态、语言规范等基础内容。通过本章学习，能为展示个人魅力打下坚实基础。

“得体的举止与言行，会留给他人良好的‘第一印象’，从而帮助我们打开成功人际交往的大门。”

——主编



经典案例

今天,你对客人微笑了没有

19世纪20年代,号称“全球旅馆业之冠”的美国希尔顿旅馆,其创始人叫康纳·希尔顿。希尔顿于1919年以仅有的5000美元作资本,在得克萨斯州办起了自己的第一家旅馆,经过几年经营,希尔顿的资产增加了一万倍。这时,他踌躇满志,颇为得意地向母亲说他如何赚钱有方。而他的母亲淡然一笑:“你拥有5000万资金有什么了不起,你知道还有比这更值钱的东西是什么吗?”希尔顿被问住了。母亲继续说:“我看,做生意除了要对顾客诚实之外,你还得想出这样一个简单可行、不花钱又行之久远的办法,去争取顾客的再次光临,这样,你的旅馆才是前途无量的。”母亲的忠告,引起希尔顿的苦苦思索,什么办法符合“简单可行”、“不花钱”、“行之久远”这几个条件,使企业前途无量呢?希尔顿认为只有“微笑”才具备上述条件,并且有如此的魅力。于是,他要求企业的员工不论在什么情况下,都必须对顾客保持微笑。终于,持之以恒的微笑收到了出人意料的效果。

1930年,世界经济危机袭击了美国,旅馆倒闭了80%。此时,希尔顿的“微笑”策略受到严重挑战。他要求员工:“请各位记住,在经济恐慌的年代,万万不可把我们心里的愁云提到脸上,无论旅馆本身遇到多大的困难,我们脸上的微笑都应当成为旅客的阳光。”在经济危机的年代,只有他的旅馆员工始终坚持微笑待客,这给人们留下了深刻而美好的印象。经济萧条过去后,希尔顿旅馆率先进入繁荣时期。只有5000美元起家的小旅馆,先后吞并了号称“旅馆之王”、“旅馆皇后”等大旅馆,使希尔顿旅馆系统囊括了70家各地旅馆,遍布于世界五大洲各大城市,成为全球最大规模的旅馆业主。



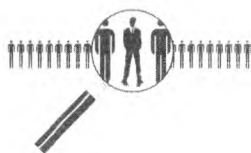
测试题

成语填词小游戏

将下列成语补充完整:

| | | | |
|---------|--------------|--------------|--------------|
| 大惊_____ | _____无主 | _____瞪_____呆 | 心平_____ |
| _____木鸡 | 含_____脉脉 | 哑然_____ | 和_____悦_____ |
| _____有神 | _____飞_____舞 | 神思_____ | 垂_____丧_____ |

同学们,以上的成语你答对了多少?它们的意思你了解吗?这些成语都是描写什么的呢?



1.1 可亲近的面部表情

美国心理学家艾伯特·梅拉比安把人的感情表达效果总结为一个公式：

感情的表达=语言(7%)+声音(38%)+表情(55%)

在人际交往中,表情真实可信地反映着人们的思想、情感及其心理活动与变化。而且,表情传达的感情信息要比语言巧妙得多。

1.1.1 表情的构成

面部表情是指人们面部所显示出的综合表情。它是一种无声的语言,表现自己的独特含义。

表情的三要素

表情的三要素是:面容、笑容、眼神。

一般情况下,通过面容所显示的表情,既有面部各部位的局部显示,也有它们的彼此合作,综合显示。

局部的显示

人的眉毛、鼻子、嘴巴、下巴、耳朵都可以独立地显示各自的表情。

1. 眉毛的显示

以眉毛的形状变化所显示的表情,一般叫做眉语。除配合眼神外,眉语也可独自表意。

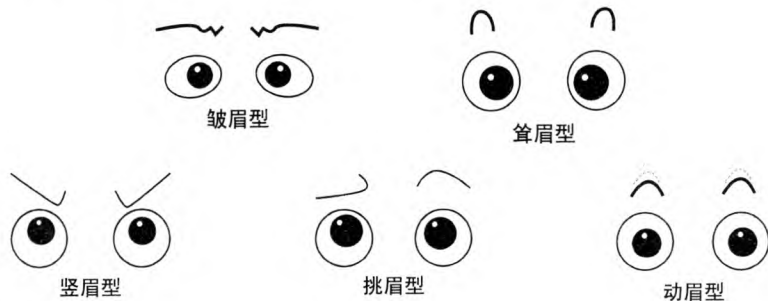
皱眉型:双眉紧皱,多表示困窘,不赞成、不愉快。

耸眉型:眉峰上耸,多表示恐惧、惊讶,或欣喜。

竖眉型:眉角下拉,多表示气恼、愤怒。

挑眉型:单眉上挑,多表示询问。

动眉型:眉毛上下快动,一般用来表示愉快、同意或亲切。



2. 嘴巴的显示

嘴巴的不同显示往往可以表示不同的心理状态。

张嘴:嘴巴大开,表示惊讶。

抿嘴:含住嘴唇,表示努力或坚持。

撅嘴:撅起嘴巴,表示生气或不满。

撇嘴:嘴角一撇,表示鄙夷或轻视。



3. 鼻子的显示

挺鼻:表示倔强或自大。

缩鼻:表示拒绝或放弃。

皱鼻:表示好奇或吃惊。

抬鼻:表示轻视或歧视。

摸鼻:表示亲切或重视。

4. 综合的显示

表示快乐:眼瞪大,嘴巴张开,眉毛常向上扬。

表示兴奋:眼瞪大,眉毛上扬,嘴角微微上翘。

表示兴趣:嘴角向上,眉毛上扬,眼睛轻轻一瞥。



表示严肃:嘴角抿紧下拉,眉毛拉平。

表示敌意:嘴角拉平或向下,皱眉皱鼻。

表示发怒:嘴角向两侧拉,眉毛倒竖,眼睛大睁。

表示观察:微笑,眉毛拉平,平视或视角向下。

表示无所谓:平视,眉毛展平,整体面容平和。





1.1.2 可亲的面部表情

通过了解调查,人与人在交往过程中,最易被对方接受,最容易亲近的表情通常能传递以下信息:亲切、善良、容易相处、值得信赖、真诚、心情愉快……



究竟怎样的表情才是可亲的面部表情呢?

据说,在美国,有一位农民出身的竞选者竞选总统获得成功。舆论认为:他的成功,在很大程度上取决于他得体的微笑。他重金聘请公关顾问,为自己进行形象设计。本来,这位竞选者素来以“露齿微笑作商标的”。但他的顾问认为,露齿而笑容易给人虚浮、骄傲之嫌。于是,他们给这位竞选者设计这样的形象:微笑时,双唇收紧,微露下齿,塑造谦逊真诚的形象。这位竞选者闭门苦练,最终以超人的智慧和得体的笑容,获得了竞选的成功。

有一个世界通用的动作、一种表示、一种交流形式。它存在于所有的文化与国家中,人们不分国别、不分种族地使用它,并理解它的含义。它可以帮助你与各种关系的人交往,不论是业务伙伴,还是朋友,它是人们交流中唯一最有用的形式,那就是微笑。

一、微笑的基本要素

(一) 基本动作

- (1) 露出牙齿:6颗表达亲切,8颗表达热情;
- (2) 嘴角上翘;
- (3) 眼角上翘;
- (4) 脸部肌肉放松。

(二) 训练方法

1. 食指法

轻握双拳,两食指伸出呈倒八字形,放于嘴唇两角处,向斜上方轻轻拉动嘴角,并寻找最佳位置。或双手轻握,伸出食指;两拳相靠放于下巴下方,两食指放在嘴角两端,向斜上方轻轻推动。反复推动多次,一直到找到满意位置为止。



微笑表情



微笑基本训练——食指法

2. 模拟训练法

(1) 轻合双唇。

(2) 两手食指伸出(其余四指自然并拢),指尖对接,放在嘴前 15~20 厘米处。

(3) 让两食指指尖缓慢匀速地分别向左右移动,使之拉开 5~10 厘米的距离。同时嘴唇随两食指移动速度而同步加大唇角的展开度,在意念中形成美丽的微笑,并让微笑停留数秒钟。

(4) 两食指再缓慢匀速地向中间靠拢,直至两食指相接;同时,微笑的唇角开始以两指移动的速度,同步缓缓收回。需要提示的是,训练微笑缓缓收住,这很重要。切记不能让微笑突然停止。如此反复开合训练 20~30 次。

(三) 眼神的魅力

1. 目光平视

微笑时要敢于正视对方,表现自然、自信和自尊,不能左顾右盼或有羞涩之感;要面对客人平视,不可斜视。

2. 注视时间

在社交场合下与人交谈,目光相对只应一瞥而过,迅速转向面部;注视时间一般在 5~7 秒钟左右。不可长时间盯视对方。

3. 注视位置

目光盯视是不礼貌的;而把目光死盯着对方某一部位,也是失礼的。注视的位置与传达的信息和造成的气氛都有密切的关系,不同场合、不同对象,其注视区域是有讲究的。

一是公务注视区间范围。一般为注视其两眼及其上部额头部分这一范围之内。这一注视区域可以造成一种严肃认真、居高临下和压住对方的气势。因此它是商务活动中常用的注视区域。

二是社交注视区间范围。人们在普通社交场合,一般为注视其两眼及其下部至下额部分这一范围之内。它可以造成一种平等、亲切和轻松的社交气氛,有利于双方的交流。



你可以过关吗?

准备一面小镜子,按照微笑的训练方法进行练习,看看你的微笑到位了吗?

同桌互相练习微笑,相互纠正,看看你的表情做到可亲可近了吗?你的微笑能得多少分?





经典案例

遗 憾

1990年北京举办亚运会,某职业学校承担了大会的礼仪服务任务。杨柳是该校礼仪服务队的骨干力量,身高1.68米,皮肤白皙,容貌姣好,仪态训练也一直受到老师的好评。在此次活动中,有一项非常光荣的任务,就是需要两名同学在天安门广场,为国家领导人做好引燃火炬服务工作。经过反复筛选,杨柳与另外两名同学成为最佳候选人。论身材、相貌、仪态表现,杨柳都是佼佼者,但是最后杨柳遗憾地落选了。这究竟是为什么呢?原因是她剪得很短的“运动头”无法与礼仪旗袍相配。另外两名同学的发型合乎要求,于是承担了这项光荣的任务。



测试题

趣味测试:不同脸形相处之道

你的性格什么样?为什么有人一眼看见你就如见知己,脸形不经意中暗示了一切。你是哪种脸形呢?请选择:

1. 方形脸 2. 圆形脸 3. 椭圆脸 4. 三角脸 5. 长方脸

(答案将在1.2节末尾揭晓)

1.2 个性脸形与自我修饰

你的容貌也许是很美的,也许并不怎么美。请在镜子中再端详一下吧,因为科学家已经证明:我们的脸能告诉我们许许多多事情。人体上没有哪一个部位比脸能表达更多的东西。从你的脸上,我能知道你是谁,你的年龄、你的感觉、你的健康状况、你在想什么;假如你的容貌是妩媚的,还能引起别人的激动,甚至能启发诗人的想象。

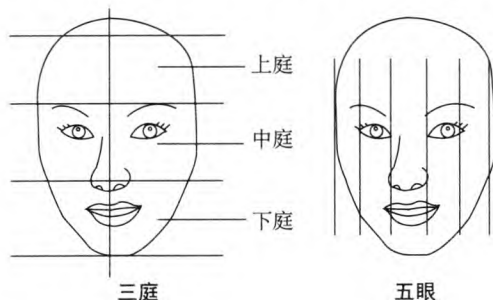
1.2.1 脸部的定义

脸部是由覆盖在面部骨骼表面的面部肌肉形成的外观。人们常说的“三庭、五眼、三点一线、四高三低”究竟是什么意思呢?

“三庭”是指将面部纵向分为三个部分:上庭、中庭、下庭。上庭是指从发际线至眉线的部分,中庭是指从眉线至鼻底线的部分,下庭是指从鼻底线至颏底线的部分。如

果“三庭”正好是长度相等的三等份,这样的面部纵向比例关系就是最好的。

“五眼”是指以自己的一只眼睛的长度为衡量单位,在面部横向分五等份。



“三点一线”是指眉头、内眼角、鼻翼三点构成一条垂直直线。

“四高三低”是指作一条垂直的通过额部、鼻尖、人中、下巴的轴线,在这条垂直线上,“四高”即额部、鼻尖、唇珠、下巴尖儿。“三低”是两个眼睛之间,鼻额交界处必须是凹陷的;在唇珠的上方,人中沟是凹陷的,美女的人中沟都很深,人中脊明显;下唇的下方,有一个小小的凹陷,共三个凹陷。

1.2.2 脸形的分类

根据亚洲人脸形的特点,一般可以分为八种类型:

- (1) 三角形;
- (2) 椭圆形;
- (3) 圆形;
- (4) 方形;
- (5) 长圆形;
- (6) 杏仁形;
- (7) 菱形;
- (8) 长方形。

宋词中有一首《清平乐》,是这样写的:“娇羞未惯,长是低花面。笑里爱将红袖掩,遮却双双笑靥。早来帘下逢伊,怪生频整衫儿。元是那回欢会,齿痕犹在凝脂。”

“去年今日此门中,人面桃花相映红。人面不知何处去,桃花依旧笑春风。”

从古至今,姣美的容貌能得到别人的青睐与关注,然而并不是所有人都能拥有完美的容貌。但是容貌却可以通过后天的修饰,选择合适的发型、服装、装饰等,以此来达到很好的效果。因为和谐才是容貌美的最高级形式。

1.2.3 脸形的自我修饰

一、化妆修饰

脸部最基本的就是脸部轮廓,也就是脸形。当你注视镜中自己的脸形时,可能会



不知道自己的脸形该归于哪一类型。如果能准确把握自己的脸形特点与性格特色,抓住化妆造型的重点,那么改变脸形其实很简单。

生活淡妆又称日妆,用于一般人的日常生活和工作,表现在自然光和柔和的灯光下。它是通过恰到好处的方法,强调突出面容本来所具有的自然美。妆色清淡典雅,自然协调,是对面容的轻微修饰与润色。

(1) 粉底:为更加突出面部立体轮廓,在 T 字区和两腮分别用深浅两色粉底。注意粉底间的衔接。

(2) 眉毛:用棕色眼影作为眉粉扫出柔和的眉形,要求描画均匀,浓淡适宜。

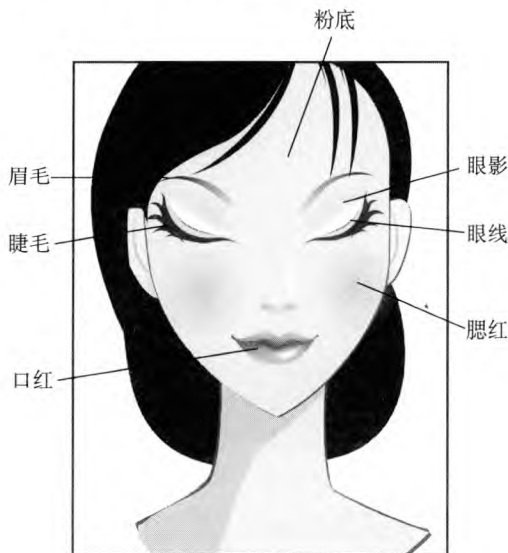
(3) 眼线:用黑色眼线笔沿着睫毛根部画出上眼线,为体现眼睛的妩媚,在眼尾处眼线可稍稍斜挑。

(4) 眼影:用粉紫色眼影,平扫整个眼睑,为突出眼部的立体感,可在后眼尾睫毛根部加上深紫色。

(5) 睫毛:浓密而卷翘的睫毛最能体现眼睛的神采,选用黑色睫毛膏刷出你想要的浓密感觉,注意上下睫毛都要刷到。

(6) 腮红:选用偏紫的粉色腮红,由颧骨上方顺着颧骨曲线向脸中央刷,并从中心部位向外打一个圆形,赋予妆容以活泼感。

(7) 口红:选用唇蜜,使双唇晶莹剔透,更加可爱。



二、各种脸形化妆修饰方法

(一) 圆形脸

圆形脸又称娃娃脸,这种脸形永远不显老。缺点是无论从哪个角度都显得孩子气、不成熟,很难让人产生信任感。

脸形修饰方法:加深部分轮廓,制造立体成熟的美感。

- (1) 眉峰稍带角度。
- (2) 以深色修饰眼形。
- (3) 唇峰带角度,可修饰圆形脸之缺憾。
- (4) 以颊骨斜向方式刷腮红至嘴角,拉长脸的长度。
- (5) 耳中至下颌以暗色修饰,上额、下巴以浅色修饰。

(二) 方形脸

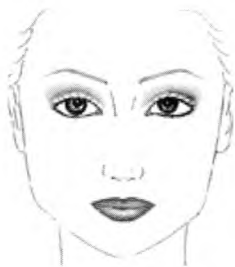
这种脸形的特点是下颌咬肌比较明显,脸部的线条非常明显清晰。缺点是女生拥有这种脸形显得线条过于硬朗,让人无法接近,而且方形下颌不美观,即使瘦人也会显得脸大。

脸形修饰方法:遮掩下颌骨,突出眼妆显得更秀气。

- (1) 眉峰不可带有角度,要有弧度,发鬓拉长。
- (2) 以咖啡色系之深浅作渐层。
- (3) 唇不可带角度,以丰满为原则。
- (4) 腮红略带狭长形,以修饰方形脸带角度之缺憾。
- (5) 脸形修饰:上额、下颌,四个角以深色修饰。



圆形脸



方形脸

(三) 蛋形脸(瓜子脸)

瓜子脸是东方女性崇尚的脸形,其优点是“非常抢镜头”,因为瓜子脸显得脸小,被镜头放大了比较好看。缺点是若彩妆使用不当,容易变成过分尖削的锥子脸,看起来会显得很凶、不大方。

脸形修饰方法:腮红要丰满甜美,避免使用深色修容让脸更尖。

- (1) 眉峰尽可能弯而不锋利。
- (2) 眼线和睫毛可以尽量突出,视觉重点集中在面部上半部分。
- (3) 唇妆要丰满而适度,下唇上色可以比上唇更深一点。
- (4) 圆形扫开腮红,增加甜美感觉,避免使用深橘色和浅棕色。

(四) 长形脸

长形脸的人的特点是脸形大,五官也大,脸形曲线柔和,沉稳、成熟。缺点是缺乏生机,虽然五官典雅,但有点死气沉沉。