

◎ 总策划

北京都市女孩文化艺术发展中心

时尚化妆

实用技法

金盾出版社

主编 应舟
编著 秋苹





总策划 北京都市女孩文化艺术发展中心

时尚 **化妆** 实用技法

主编 应舟 编著 秋苹

金盾出版社

内容提要

这是一本专为广大女性朋友编写的大众科普读物。书中针对现代女性日常美容护肤的实际需要,以及经常遇到的一些具体问题,详尽介绍了时尚化妆的各种最新实用技法。全书共分十编,内容包括化妆工具与化妆技巧、彩妆实例、护肤保湿、护肤粉底、护肤洁肤、护肤防晒美白、护肤养颜、睫毛眉毛化妆、眼线眼影化妆、腮红唇形化妆等。本书内容丰富,技法新颖,图文并茂,易懂好学,集科学性、实用性于一体,是现代时尚女性不可不备的生活参考书。

图书在版编目(CIP)数据

时尚化妆实用技法/应舟主编. —北京:金盾出版社,2006.12
ISBN 7-5082-4323-4

I.时… II.应… III.女性-化妆-基本知识 IV.TS 974.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 130483 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京 2207 工厂

正文印刷:北京精美彩印有限公司

装订:第七装订厂

各地新华书店经销

开本:889×1194 1/24 印张:5.666 彩页:136 字数:100 千字

2006 年 12 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1—11000 册 定价:31.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)





秋苹原名黄秋萍,1975年生,浙江温州人。曾就读于温州商学院,后从事造型设计工作至今已十年,是中国最出色的女造型师之一,在中国时尚界享有盛誉。2001年获首届百合杯全国绿色环保化妆造型大赛冠军。

秋苹曾长期担任中国重要时尚大赛、影视剧的造型设计师、化妆师,并多次为中央电视台“挑战主持人”、“经典”、“影视俱乐部”,安徽卫视“记者档案”等栏目,以及艺人莫文蔚、赵薇、范冰冰、瞿颖、陈好、翁虹、钟丽缇、袁咏仪、吴奇隆、爱戴、陈娟红、谢东娜、胡东、刘璇、田亮、郭晶晶、刘亦菲、刘芳菲、刘晔、高圆圆等设计过造型。是“美女棋后”诸宸的长期形象设计顾问。

2002年至2003年分别为好莱坞童星“哈里波特”扮演者丹尼尔、好莱坞华裔女星胡凯丽设计造型。



设计制作

北京翌新天地文化发展有限责任公司



写在前面的话

《时尚化妆实用技法》一书即将出版了,我向秋苹表示祝贺!

与秋苹相识是在2000年9月都市女孩服饰风采大赛全国总决赛期间。那时秋苹作为著名时尚造型设计大师吉米的得意门生,在时尚化妆界已小有名气。我作为国家级大赛的总策划,慕名邀请秋苹为都市女孩服饰风采大赛全国总决赛选手化妆及设计造型。从那时起,秋苹便成为我们历届大赛的首席化妆师及造型设计师。

在多年交往中,秋苹除了她的人格魅力外,给我印象最深的是她对事业的执着追求,对专业的精益求精,对工作的敬业精神。她的化妆及造型设计风格细腻、时尚、前卫、清新,较好地将国际流行时尚元素巧妙地与中国传统文化有机结合起来,形成了自己独特鲜明的化妆、造型设计风格。经过数年磨炼,她已成长为我国屈指可数的著名化妆、造型设计师之一,为我国的时尚美丽事业做着不懈的努力!

2005年6月,作为资深时尚、服饰书刊编辑人,北京一家中央级出版单位特邀我编撰一套有关女性时尚方面的丛书,就化妆一书选题我便想起了秋苹,请她撰写。秋苹欣然接受,并就书稿内容多次与我交换意见,大纲确定后,她便着手动笔,经过一年多的苦苦笔耕,书稿终于完成。全书分为十个部分,共十余万字,内容包括:化妆工具与化妆技巧,彩妆实例,怎样护肤保湿,怎样使用护肤粉底,怎样护肤洁肤,怎样护肤防晒美白,怎样护肤养颜,怎样化妆睫毛眉毛,怎样化妆眼线眼影,怎样化妆腮红唇形等。本书内容丰富,图文并茂,通俗易懂,集知识性、科学性、实用性、可操作性于一体,适合广大女性朋友,特别是广大都市爱美女孩阅读与参考。

《时尚化妆实用技法》一书即将出版与广大读者见面,我们在向秋苹表示祝贺的同时,也衷心祝愿她化妆、造型艺术之树常青!

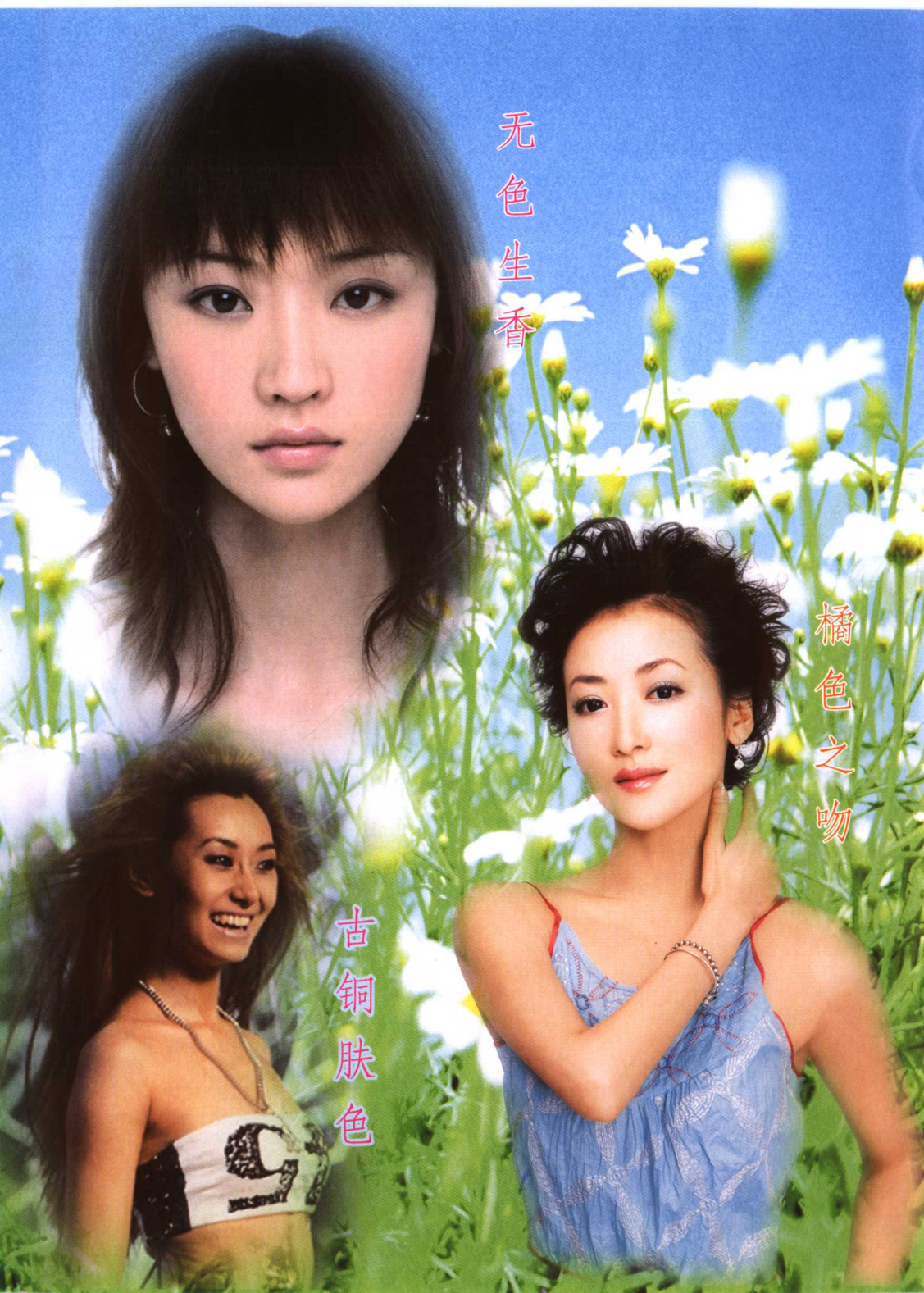
应舟

2006年10月

无色生香

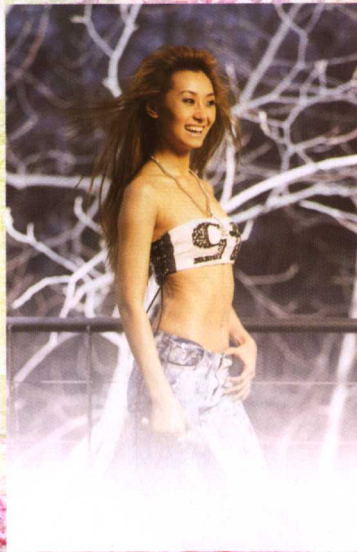
橘色之吻

古铜肤色



秋苹造型设计

赏析





秋苹 造型设计赏析

目 录



第一编 化妆工具与化妆技巧

- 一、化妆工具 • 001
- 二、脸型分类 • 004
- 三、五分钟化妆法 • 005
- 四、烟熏的秘密 • 006
- 五、戴眼镜的MM 该怎样化妆 • 007
- 六、让脸蛋变小的妙招 • 009
- 七、单眼皮同样出彩 • 009
- 八、如何让粉底更透 • 010
- 九、不可不知的化妆误区 • 011
- 十、妆容应急补救妙招 • 012

第二编 彩妆实例

1

- 一、不同场合的惊艳妆容 • 015
 - 魅惑性感——炫目的闪亮妆容 • 016
 - 流盼的聚力——戏剧性的静寂眼妆 • 016
 - 清澈的目光——粉紫色彩 • 017
 - 温暖的神韵——古铜肤色 • 017



优雅的气息——光彩夺目
清凉的诱惑——无色生香
妩媚时髦——橘色之吻

• 018

• 018

• 019

二、妙答彩妆九问题

• 020

三、美容八问巧回答

• 022

第三编 怎样护肤保湿

一、水嫩肌肤最美丽

• 026

水分对于肌肤的主要生理作用
造成皮肤缺水的主要因素

• 026

• 026

二、补水是基础,锁水更关键

• 027

三、滋润肌肤五大秘诀

• 028

四、选择什么样的保湿品

• 028

五、不同肌肤的保湿

• 029

急需保湿的干性肌肤

• 029

一半是冰山一半是火焰的混合性肌肤

• 030

最容易隐形缺水的油性肌肤

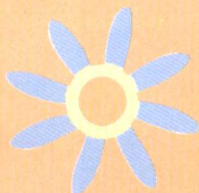
• 032

六、爽肤

• 033

七、化妆水的选择

• 034



第四编 怎样使用护肤粉底

- 一、完美妆容从粉底开始 • 036
- 二、粉底的种类 • 037
- 三、不同肤质如何选择粉底 • 039
- 四、涂抹粉底的方法 • 045
- 五、不同脸型的粉底抹法 • 047
- 六、选购技巧 • 048
- 七、关于粉底的误区 • 049
- 八、散粉与遮瑕膏的使用 • 049

第五编 怎样护肤洁肤

- 一、完美肌肤的诱惑 • 054
- 二、不同肤质的清洁方法 • 059
- 三、卸妆是洁肤的第一步 • 063





第六编 怎样护肤防晒美白

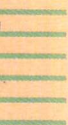
- 一、肌肤为什么会变黑 · 067
- 二、防晒知识知多少 · 068
- 三、怎样挑选防晒用品 · 069
- 四、调整最佳肤色,驱除四色困扰 · 070

第七编 怎样护肤养颜

- 一、美丽肌肤的维生素 · 073
- 二、皮肤最喜爱的 10 种食物 · 074
- 三、三分钟皮肤护理过程 · 075
- 四、影响肌肤青春的大敌 · 076

第八编 怎样化妆睫毛眉毛

- 一、诱人睫毛 · 078
- 二、成为高手的五个必知 · 088



三、美目特技揭密

• 090

四、完美美眉

• 093



第九编 怎样化妆眼线眼影

一、迷离眼线

• 100

二、绚丽眼影

• 104

第十编 怎样化妆腮红唇形

一、笑颜腮红

• 110

二、美艳双唇

• 115

第一编

化妆工具与化妆技巧

一、化妆工具



完美的妆容需要完美的工具,很多化妆老手在化妆时总觉得没有专业化妆师化出的妆明媚动人,原因很可能是你的工具——化妆刷不趁手,或者你没有用对工具,效果自然大打折扣。“工欲善其事,必先利其器”! 化妆之前,我们先来认识化妆用的工具。

❖ 化妆海绵

化妆海绵是粉底的亲密伙伴，还可以用来擦腮红。挑选海绵要选择触感软和，质地绵密，弹性好的。化妆海绵最好每天用后就随手清洗，然后挤干水分，放在阴凉通风的地方自然风干。同时，海绵不要直接使用卸妆油，否则海绵细孔会扩大，缩短使用寿命。



❖ 化妆棉

化妆棉作用很多，可用来清洁、卸妆、上爽肤水等。浸满洗甲水后在指甲表面能快速卸掉指甲油。

❖ 棉签

这个不起眼的小东西还真离不了，眼影涂重了，睫毛膏晕了，修正眼线液，都可以用棉签，还能帮助卸妆。

❖ 眉钳

选购眉钳时要注意夹口平整，两端应紧密咬合没有空隙，最好是圆头的。拔眉毛的最佳时间是在洗完澡后，从下至上，从里到外，用手指绷紧眉毛附近的皮肤，然后沿着眉毛生长的方向拔。之后用冰敷一下可以缓解发红疼痛。

❖ 眉剪

它尖细的头部可以将眉毛进行细致地修剪。修剪时，选择弯头的会更得心应手。

❖ 眉刀

它修出的眉毛比较整齐，也不会破坏原有的眉型，缺点是不能把眉毛修短。它也可以方便地刮掉眼脸上大面积的汗毛。

