



时光任君遣·岁月不留痕

化妆与美容指南

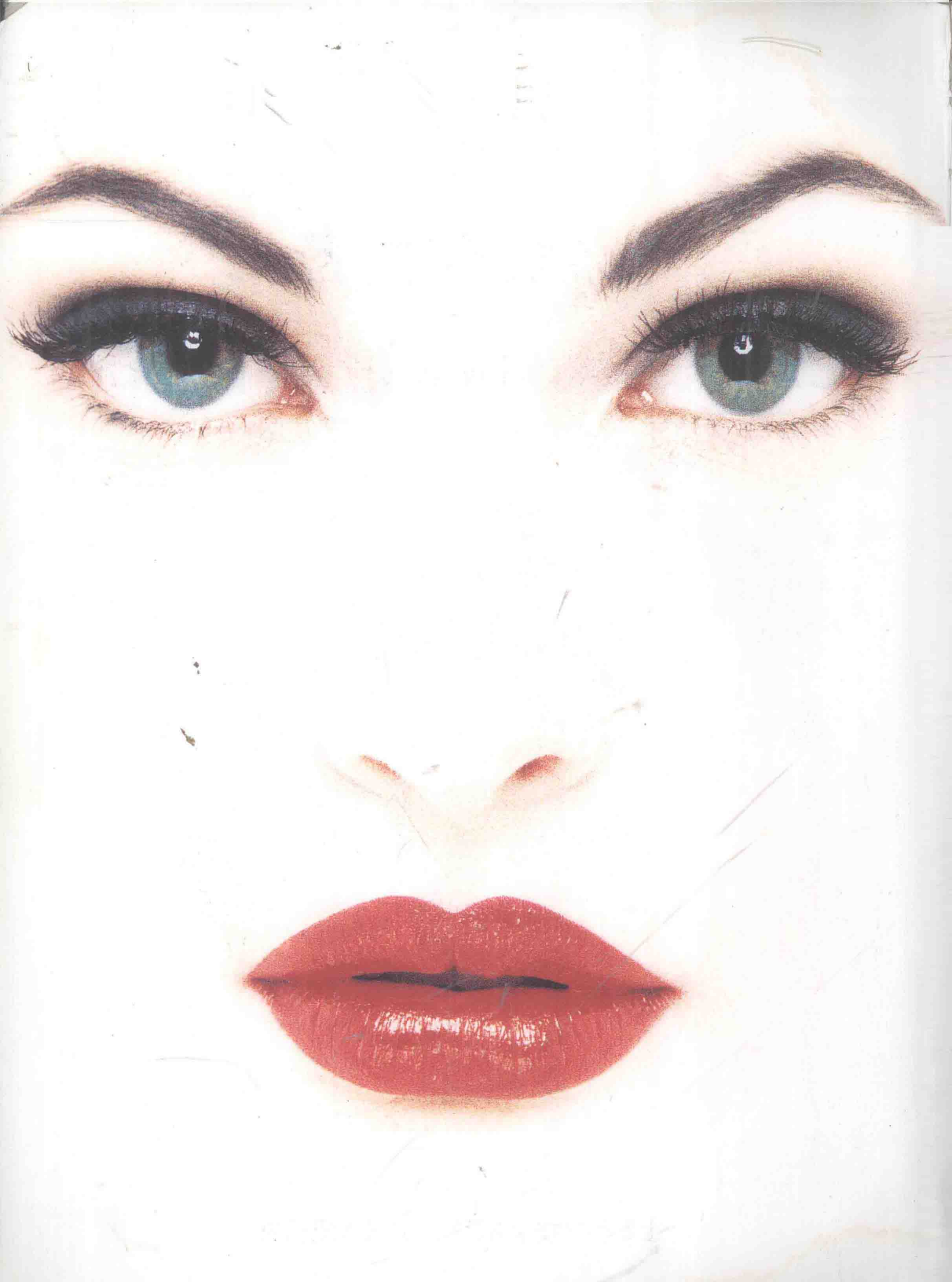
CLASSIC MAKE-UP & BEAUTY BOOK

❁ 玛丽·关 (Mary Quant) 著 上海科学技术出版社·香港万里机构出版

经典化妆与美容指南

CLASSIC MAKE-UP & BEAUTY BOOK





经典化妆与美容指南

CLASSIC MAKE-UP & BEAUTY BOOK



玛丽·关 (Mary Quant) 著

上海科学技术出版社·香港万里机构



A DORLING KINDERSLEY BOOK



Original Title: Classic Make-up & Beauty Book

Copyright © 1996 Dorling Kindersley Limited, London, U. K.

Text copyright © 1996 Mary Quant

Chinese Title: 经典化妆与美容指南

Copyright © 1998 Wan Li Book Co. Ltd. Hong Kong and Shanghai Scientific & Technical Publishers.



经典化妆与美容指南

作者：玛丽·关 (Mary Quant)

策划编辑：Louise Elliott

美术编辑：Helen Diplock

设计：Anette O'Sullivan

模特摄影指导：Michele Walker

摄影：Maureen Barrymore, Dave King, Steve Gorton

化妆师：Cathy Lomax



中文版译者：刘淑坤

中文版编辑：祁思·陆健

出版者：上海科学技术出版社

上海瑞金二路450号

香港万里机构

香港九龙土瓜湾马坑涌道5B-5F地下1号

发行者：上海科学技术出版社

承印者：中华商务彩色印刷有限公司

出版日期：1998年10月第1次印刷

版权所有·不准翻印

ISBN 7-5323-4852-0/TS · 419



目 录

前言 6

美艳妆容大观

雪地美女 10 • 60年代前卫化妆 12 • 自然的淡妆 14
魅力秋装 16 • 娇俏可人儿 18 • 40年代彩妆 20
出水芙蓉 22 • 春日新娘 24

认识你的皮肤

了解你的皮肤类型 28 • 分析你的面型 30
分析你的肤色 32 • 选择颜色 34

化妆的主要用品

必需的用具 40 • 粉底 42 • 面粉 44
胭脂 45 • 眼影 46 • 眼线笔及睫毛液 48
唇彩 50 • 指甲油 52 • 皮肤与身体的护理 54

皮肤护理程序

洁肤 58 • 爽肤 60 • 润肤 61 • 清除眼部化妆 62
清除唇膏 63 • 面部敷涂剂 64 • 去除死皮 66
毛巾蒸汽护理 67 • 具结实作用的面部按摩 68

一目了然化妆课程

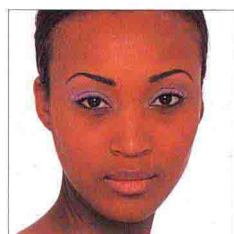
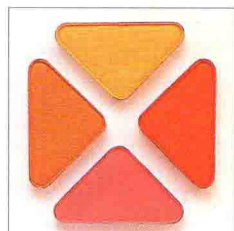
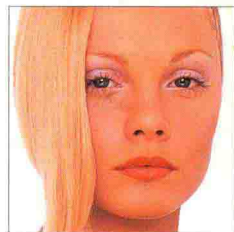
使用饼状粉底 74 • 使用湿粉底 76 • 颜色的修改 78
胭脂的使用 80 • 造影及加光 82 • 改善面型 84
使用眼影粉 86 • 使用眼线液 88 • 使用假睫毛 89 • 使用睫毛液 90
画眉 92 • 眼部化妆的效果 94 • 使用唇膏及唇线 96 • 唇部化妆的效果 98
护理指甲 100 • 手部化妆的效果 102 • 颜色带来的效果 104

身体护理计划

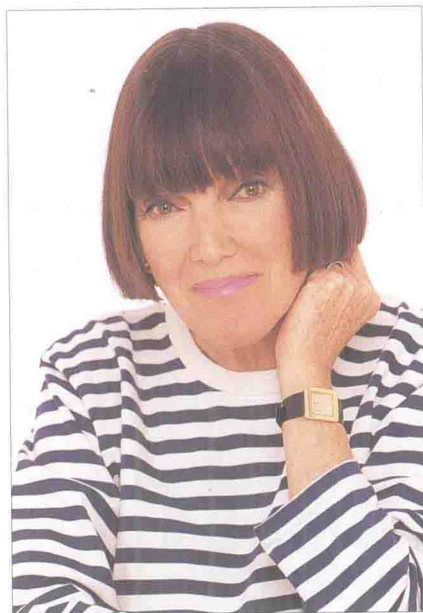
你的身体 108 • 手脚的护理 110 • 沐浴护理 112
日常的结实按摩 114 • 洗擦身体 116 • 橙皮组织的护理 117

索引 118

鸣谢 120



前言



化妆的力量

化妆可以令你有心情出席任何活动。它能将你化作你想成为的人，在你开始投入喧闹之中或享受活动带来的乐趣之前，它可先令你感到轻松自若或满怀喜悦。若你对自己的化妆感到满意，你自然会忘却化妆这回事，自在地生活，享受做自己的乐趣。

我经常为面孔上的化妆效果及颜色着迷。我们都害怕转换唇膏或眼影粉的颜色，但要紧贴潮流的转变，我们便要这样做。我喜欢试用不同的颜色：有时，一种新的化妆方式可以创造出最成功的效果，而这本书可以帮你轻易地选择及搭配适合自己的颜色。

发现新的你

化妆的风格是需要探索的。尝试不要将化妆品视作一种遮掩的方式，而要让它带出你面部的优点，甚至让它带出你个性的另一面，那可能是你从不知道自己拥有的一面。有时华丽、有时漂亮、有时自然，你想有多少变化就能有多少变化；本书收录了不同的款式，供参考启发之用。

化妆的诀窍

如果你不懂得如何适当地运用化妆品，即使你对潮流和颜色的触觉极敏锐，又有缔造新风格的最好概念，但出来的效果大抵不会美丽。如果你能花些时间在镜前练习一些基本的化妆原则，以及认识并掌握一些诀窍(如《一目了然化妆课程》一章中所示)，不久你便可以一次过将眼线液涂好，能以胭脂精致地塑出颧骨，能画出完美的唇形，甚至可以轻易地粘上一对假眼睫毛。

护理的基础

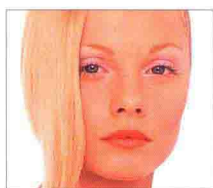
要真正得到最佳的化妆效果，我们需要将化妆品涂在十分清洁及健康的皮肤上。因此，依从一个皮肤护理的计划以及了解自己皮肤类型，是十分重要的。随后我们会详细说明这两点。你还需要尽量多以一个深入清洁的疗程，例如有舒缓作用的面部涂敷剂去补足你的计划。此外，不要只局限于面部的护理，也要好好地对待你的身体，一个长而温暖的浸浴，或令肌肉结实的按摩都是好的选择。每天花点时间在自己身上，令自己看上去及感觉到达最佳状态。本书就是教你如何达到这一效果。不过要切记——规则的订下便是让人破坏，因此，你可以根据个人的喜好而加以修改。

Mary Quant.





美 艳 妆 容 大 观



无 论是浓艳戏剧性的华丽晚装抑或是淡得还我真貌的自然

美态，巧妙的化妆可以创造出多种的模样。这里，我选用了八

款不同的风格去适应



不同的场合及不同的心

情。为了帮你再创造

出每一种风格，我预备

了步骤分明的指示，说明如何达到完成的效果，同时，还有图

片介绍一切所需的化妆品。当你觉得有把握时，你可以用以往

及现在的潮流作为灵



感，尝试建立出你个人

的化妆风格。

雪地美女



这是个冷艳而强烈的日间化妆，关键在于巧妙混合运用带光泽的及淡色的眼影粉。白色、淡紫色、粉红色及珊瑚色共同创造出寒霜闪烁的感觉，最适宜用来令黯淡的冬季日子增加光彩。珍珠白色的眼影粉同时是用来突出颧骨及有助提高那苍白、霜冷的效果。以浅棕色轻轻画上睫毛及眉毛，而橙色的唇膏及浅橙色的胭脂带来较强烈的对比，同时，它们也为整个效果带来一点夏日的气息。

珍珠白色的眼影粉同时是用来突出颧骨及有助提高那苍白、霜冷的效果。以浅棕色轻轻画上睫毛及眉毛，而橙色的唇膏及浅橙色的胭脂带来较强烈的对比，同时，它们也为整个效果带来一点夏日的气息。

造型的秘诀

- ◆要得到更加霜冷的效果，可用一种比自己天然肤色较浅的粉底，并淡淡的在面部、颈部及肩膀扫上珍珠白的粉。
- ◆要完成这个闪烁的效果，选择一种与眼影粉配合的指甲油颜色，例如浅紫色或淡粉红色。
- ◆别一次涂上太多眼影粉：首先看看你将眼影粉搭配成怎样。若你想得到较强烈的效果，你可以随时涂上更多眼影粉。
- ◆这是一个颇优雅的装扮，用来配衬的衣服应该是简单但富戏剧性的——任何黑色、银色或夜蓝色的衣服都可增加化妆的效果。

化妆的步骤

1 润肤后，将饼状粉底涂于脸上及颈上。见第74~75页。

2 将眉毛扫顺，然后以棕色的眉笔填补任何缝隙。见第92~93页。

眉笔

眼影粉

4 如有需要，将睫毛卷曲。以浅棕色睫毛液轻轻涂扫睫毛。

睫毛液

眼影粉

胭脂

5 以珍珠白的的眼影粉突出颧骨，然后在下面涂上浅橙色胭脂。见第80~81页。

3 将带光泽的灰白色的眼影粉涂于整个眼盖上。沿着眼窝线及下睫毛的下面扫上淡紫色眼影粉。从眼睑的中央向外扫上淡粉红色眼影粉。在眼角内侧点上珊瑚色眼影粉。见第86~87页。

6 以橙棕色唇线笔画出唇形，并填上相配的唇膏。见第96~97页。

唇膏

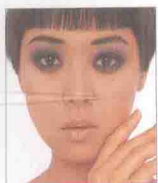
唇线笔

化妆后的效果

冷而鲜明的日间颜色经过
细心搭配后，造出闪烁的
效果。



60年代前卫化妆



特有的熏黑色眼睛以及浅淡的唇彩重现强烈的60年代的气息与风格独特的Mary Quant式mod look (mod是modern的简写, 这是当时流行于英国的时髦化妆风格)。不过, 这个效果强烈的化妆绝对不适合没有勇气的人。木炭色的眼影粉几乎围绕整只眼睛, 上下睫毛皆画上眼线, 并涂上黑色的睫毛液以突出眼睛。整块面都修饰得十分光滑, 有助强调沉郁的眼睛, 而薄薄的一抹胭脂透露着尚存一点点健康焕发的容光。

这个效果强烈的化妆绝对不适合没有勇气的人。木炭色的眼影粉几乎围绕整只眼睛, 上下睫毛皆画上眼线, 并涂上黑色的睫毛液以突出眼睛。整块面都修饰得十分光滑, 有助强调沉郁的眼睛, 而薄薄的一抹胭脂透露着尚存一点点健康焕发的容光。

造型的秘诀

- ◆要得到一个更具戏剧性的对比效果, 选择一种较浅色的唇彩, 如白色。
- ◆只可以很轻地扫上一层淡色的胭脂, 若胭脂过多, 你看上去便太健康, 不切合60年代的形象。
- ◆涂眼影粉的时候, 在眼下扫上散粉, 好让眼影粉较易上色。涂好后, 将之扫去。
- ◆以60年代的鲜明短发(bob)配合这个化妆最为合适。另一个很好的搭配是将头发往后梳成散乱的蜂巢模样。
- ◆要完全看似60年代的装扮, 可穿一些配合的服饰——例如一件黑色的高领套头毛衣, 配以单色的套袜或短裙。

化妆的步骤

1 润肤后, 将浅色的饼状粉底涂于脸上及颈上。见第74~75页。

2 将眉毛先扫顺, 然后以棕色的眉笔或眼影粉加深眉毛的颜色。见第92~93页。

眉笔

眼影粉

3 轻轻将淡木炭色的眼影粉涂于眼盖上距离眼眉一半的位置, 然后继续往眼下扫, 直至差不多扫出一个圆圈为止。将带光泽的米黄色眼影粉从眼窝扫至眉毛, 并从下睫毛线扫至内眼角。见第86~87页。

饼状粉底

4 用黑色的眼线液画出上眼线, 眼角处轻轻向外弯。见第89~89页。

5 将睫毛卷曲, 涂上至少两层睫毛液。见第90~91页。

6 用黑色的眼粉笔(Kohl pencil)画出眼下内缘的位置。见第88~89页。

眼线液

胭脂

眼粉笔

睫毛液

7 沿颧骨扫上一层淡粉红色的胭脂。见第80~81页。

8 涂上淡米黄色唇膏。若有需要可涂两层。见第96~97页。

唇膏



化妆后的效果

沉郁的眼睛及苍白的嘴唇
带出60年代的风格。

自然的淡妆



这种自然的化妆效果可能是其中一个最难达到的效果；它要求轻巧、有技巧的修饰工夫，对颜色的选择也要十分小心。你的目标是为皮肤带来健康的光彩。巧妙地运用粉底及胭脂去增加皮肤的天然色调，而不是去遮盖它，并把胭脂融合于皮肤上。涂上薄薄的睫毛液及唇膏。眼影粉的颜色则依随胭脂的色调，采用玫瑰粉红色系。

造型的秘诀

- ◆用睫毛梳小心梳理睫毛，别让睫毛粘在一起。
- ◆指甲应修成方型而且不要过长。涂上一层透明或粉米黄色的指甲油。
- ◆选用有防晒作用或有润肤作用的粉底，以达到异常健康的效果，或只涂上带淡色的润肤露。
- ◆穿着天然纤维的衣服，例如棉质及麻质，以延续这个清新的主题。
- ◆以整洁、光亮及健康的头发去强调这个自然的效果。

化妆的步骤

1 涂上润肤露，然后再涂上颜色自然的粉底液，扫上半透明散粉。见第76~77页。



2 将眉毛扫顺，然后扫上棕灰色的眼影粉。见第92~93页。

眼影粉



眼影粉



3 将粉红色眼影粉涂于整个眼盖上，并于眼睑涂上棕色眼影粉。沿眼窝线涂上较深粉红色的眼影粉并将之揉匀。在下睫毛下扫上棕色眼影粉，在上眼线则扫上较深棕色的眼影粉。见第86~87页。

4 如有需要，将睫毛卷曲。薄薄地在上、下睫毛涂上黑色睫毛液。见第90~91页。

睫毛液



5 在颧骨突出之处扫上淡粉红色的胭脂，去创造出一种自然健康的光彩。见第80~81页。

胭脂



6 轻轻涂上柔和的红色唇膏，唇膏的颜色要跟胭脂配合。



唇膏

化妆后的效果

自然得近乎没有化妆的效果
应可为面孔带来一股健康天然的光彩。



魅力秋装



深 沉的秋天色调制造出这一个柔和而绝对迷人的效果。这是一个适用于日间及晚间的化妆，我们运用大量的深紫色及深粉红色塑造出巧妙的质感与阴影。柔和、浓艳而鲜明的眼睛，深色、感性而丰满的嘴唇，加上和暖的肤色及紫色的胭脂，这种配搭实是天衣无缝。要达到整体的效果，应选用一个能突出头发及能配合化妆色调和感觉的发饰，例如干玫瑰花。

造型的秘诀

- ◆将眼影粉扫散以造出一个较柔和而艳丽的效果。
- ◆选用最接近你的眉毛色调的眉笔。若要修饰眉毛，切记要经常从下开始拔毛。
- ◆涂两层睫毛液令眼睛看来较深色及性感。
- ◆要进一步带出整个效果，选择同等深沉颜色的衣服，任何丝绒的衣服都可造出很好的效果。
- ◆要增添光彩，可配上闪亮的饰物，例如人造钻石的发夹或颈链。
- ◆避免朴素、绷紧的发型，选择一个既配合面型又柔和发型。

化妆的步骤

1 润肤后，抹上饼状粉底。见第74~75页。

2 将眉毛先扫顺，然后以棕色眉笔填补任何缝隙。见第92~93页。

3 在眼睑涂上深粉红色眼影粉，令颜色变得统一。将深紫色眼影粉从眼的内角扫至外角，并将之揉匀。继续将深紫色眼影粉涂于下睫毛下面，并轻轻将之扫开。沿眼窝扫上铁锈色的眼影粉并将之，向上扫至眼眉。见第86~87页。

7 用深紫红色的唇笔勾画出唇形，然后涂上李子(深紫)色的唇膏，以达到丰满的效果。见第96~97页。

4 沿上眼线涂上黑色眼线液，然后在上面涂上茄子色的眼影粉。见第88~89页。

5 给上下睫毛涂上厚厚的睫毛液。见第90~91页。

6 在面颊上扫上暖李子(紫)色的胭脂。见第80~81页。

