



언니의 메이크업은
언제나 옳다

最容易上手的 化妆书

[韩] 朴惠支 著
韩美玲 译

1000万网民美眉的无限信任

国超人气博主华丽出境，亲自当模特，教你零起步学化妆！

年度最值得期待的平民美妆书

从现在开始，化妆书只要这一本就够了！



中信出版社 · CHINA CITIC PRESS



언니의 메이크업은
언제나 옳다



最容易上手的 化妆书



[韩] 朴惠支 著
韩美玲 译



图书在版编目 (CIP) 数据

最容易上手的化妆书 / (韩) 朴惠支著 ; 韩美玲译. —北京 : 中信出版社, 2012.12

ISBN 978-7-5086-3632-0

I. 最… II. ①朴… ②韩… III. 化妆-基本知识 IV. TS974.1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第 250269 号

언니의 메이크업은 언제나 옳다 by 박혜지

Her make-up is always perfect by 朴惠支, Park hye ji

Copyright © 2011 by 朴惠支, Park hye ji

ALL rights reserved

Simplified Chinese copyright © 2012 by CHINA CITIC PRESS

Simplified Chinese language edition arranged with BOOK21 Publishing Group
through Eric Yang Agency Inc.

本书仅限中国大陆地区发行销售

最容易上手的化妆书

著 者 : [韩] 朴惠支

译 者 : 韩美玲

策划推广 : 中信出版社 (China CITIC Press)

出版发行 : 中信出版集团股份有限公司

(北京市朝阳区惠新东街甲 4 号富盛大厦 2 座 邮编 100029)

(CITIC Publishing Group)

承 印 者 : 北京通州皇家印刷厂

开 本 : 880mm × 1230mm 1/32

印 张 : 9 字 数 : 141 千字

版 次 : 2012 年 12 月第 1 版

印 次 : 2012 年 12 月第 1 次印刷

京权图字 : 01-2011-3904

广告经营许可证 : 京朝工商广字第 8087 号

书 号 : ISBN 978-7-5086-3632-0/G · 889

定 价 : 38.00 元

版权所有 · 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。

服务热线 : 010-84849555 服务传真 : 010-84849000

投稿邮箱 : author@citicpub.com

序言

享受化妆！

我一边整理这本书厚厚的文稿，一边写着序言，心中暗想：自己既不是畅销书作者，也不是专业彩妆师，还缺少一张美艳动人的面孔，只不过是大家身边随处可见的那种30岁的女人——这样的我，能写出化妆书吗？

先不说文字逻辑要严谨，单单是把我脑袋里边堆着的那些庞杂的信息全部释放并整理出来就已经够我吃不消了。不过，幸亏有这两年的博客内容打底，我才能开始写书，才有东西可写。同时，一些朋友在使用了我在博客中介绍的化妆小技巧之后变得越来越漂亮了，通过与她们的接触，我逐渐感觉“自己好像写出了点儿东西”，这才慢慢地鼓起了出书的勇气。

很多朋友很好奇我是怎么开始写博客的，我的博客又是怎么成为Power Blog（人气博客）的。其实，我最初开始写博客的时候，正是刚刚彻底告别了昏天黑地的职场生活、在互联网的海洋里畅游的时候。那时，我对化妆品产生了兴趣，开始网购化妆品，我发

现参考他人的评论买来的东西往往不适合自己。

所以，为了避免朋友们像我当初那样在化妆品的购买和使用时走弯路，我打算和大家分享详细的产品评论，于是，我开设了“浪漫少女的美容沙龙”这一博客，希望博客中的化妆小技巧和化妆品产品评论可以在大家选购化妆品时起到引导作用。后来，随着朋友们的关注度越来越高，我的博客也被冠上了“Power Blog”的称谓。

有太多太多的朋友想知道怎样才能写出Power Blog，每每遇到这个问题，我都会说一句话：“请放弃正在从事的工作，做个无业游民吧！”

其他博主的情况我不清楚，但就我自己来说，为了上传一篇文章，我基本要花上7个小时。如果把每日更新一次博客作为标准，那每天最少要投入7个小时，我想这很难与要坐班的工作同时进行吧。而在7个小时以外的时间里也要绞尽脑汁，思考上传什么文章，所以说，我每天从早到晚都在想着博客的事情，这真是

一点儿也不夸张。另外，管理博客也并非易事，不努力不勤奋是做不好的。

我在我的博客中投入了大量的时间，然而，把博客文字重新整理成书的工作却让我无从下手，“压力山大”。不过，整理到最后，问题却成了原稿太多，要担心一本书是不是装得下，我不得不删除了部分内容。写作过程中，我想和大家说的东西实在太多了，我现在都无法想象自己写了这么多文字，拍了这么多照片。

未来也许还会有其他的知识，但到现在为止，我所知道的化妆技巧全都融入到这本书里了。书中不仅有化妆术，还有按照不同T.P.O.^①提供的适合各种脸形的变身造型术，希望可以帮助大家展现有品位的个人形象。

如果厌倦了自己一成不变的形象，不妨借助各种各样的彩妆来变身，可以清纯，可以性感，还可以领

① 指时间（Time）、地点（Place）和场合（Occasion）。——编者注

袖范儿十足！仅仅改变化妆方法，就可以打造出一个连自己都不敢认的自己，变身如同八色鸟一般的女子，不断获得重生！另外还有一点是我经常强调的，那就是单单靠化妆还远远不够，只有兼具适合妆容的发型和服饰，化妆才能散发出更加绚丽的光彩。

希望能有更多的朋友在读完这本书以后，不再畏惧化妆，而是享受化妆的过程，变得更加美丽动人。

这两年多的时间里，我用“浪漫少女”的网名写博客，每每筋疲力尽想偷懒的时候，博客上的朋友都会给予我力量。在这里，我要向大家以及陪伴我、鼓励我，让我不再为这本书孤军奋战的老公表示感谢！

“浪漫少女” 朴惠支

{ 最容易上手的
Makeup 1 }

让你 光彩四射的 化妆基本技巧

1. 牢牢支撑彩妆的皮肤护理 012
2. 收缩毛孔的妆前乳 016
3. 彩妆的内衣——隔离霜 018
4. 裸妆旋风——BB霜 020
5. 打造“美肌女”的核心——粉底 021
6. 肌肤瑕疵的橡皮擦——遮瑕 027
7. 国民化妆品——散粉 031
8. 打造红扑扑的小脸蛋儿——腮红 033
9. 打造小脸——修容粉 036
10. 光泽皮肤的秘密——高光粉 040
11. 营造深邃感——眼影 042
12. 画好眼线，效果百倍——眼线 044
13. 打造纤长浓密的睫毛——睫毛膏 048
14. 决定个人形象的眉笔 050
15. 是女人就爱的口红 052
16. 遮掩唇纹的唇蜜 054
17. 描绘唇部线条——唇线 056

{ 最容易
上手的
Makeup 2 }

18. 固定妆容、补充水分——定妆喷雾 058

19. 化妆刷的种类与使用方法 059

20. 毛茸茸的粉扑 070

21. 展现均匀肤质的头等功臣——海绵 073

22. 睫毛夹用得对，不再羡慕假睫毛 074

不同场合不同地点， 感觉百分百 T.P.O.化妆

1. 生机勃勃的新生妆 078

2. 再过10年也不会老土的毕业照妆 083

3. 给人留下良好第一印象的面试妆 089

4. 比新娘更靓丽的婚礼宾客妆 094

5. “逆生长”的童颜妆 098

6. 忙碌的上班族避免迟到的快速妆 104

7. 闪耀在灯光下的夜店妆 109

8. 成功告别单身的相亲妆 114

9. 不用修片也让你满意的证件照妆 121

10. 中了魔法的生理期少不了的遮掩妆 127

11. 抵御骄阳的妙招——太阳镜妆 131

12. 让自己备受瞩目的派对妆 136

{ 最容易上手的 Makeup 3 }

各个季节 华丽变身的 四季彩妆

1. **春季** 比樱花更美丽的**粉红妆** 142
2. **春季** 生机盎然的**绿色妆** 147
3. **夏季** 海洋少女的**蓝色妆** 151
4. **夏季** 彰显健康美的**性感美黑妆** 156
5. **秋季** 卡布奇诺般柔和的**棕色妆** 162
6. **秋季** 神秘梦幻的**紫色妆** 166
7. **冬季** 做时髦的冰美人——**灰色妆** 170
8. **冬季** 闪耀夺目的**白色妆** 175

{ 最容易上手的 Makeup 4 }

像明星般 华丽动人的 时尚彩妆

1. 眼线妖媚上扬的**猫眼妆** 182
2. 明星的“家常便饭”——**黑色烟熏妆** 188
3. 彰显个性的**撞色眼妆** 194
4. 鲜亮的单一重点**眼线妆** 199
5. 可爱无敌的**草莓牛奶唇妆** 204
6. 性感强势的**红唇妆** 210
7. 把视线吸引到双唇**渐变唇妆** 218

5

1. 寻找适合自己的颜色 238
2. 简单的色彩搭配法则 246
3. 营造理想感觉的彩色隐形眼镜妆 252
4. 成为眼线达人 256
5. 画精致眼影的技巧 261
6. 根据脸型画眉 267
7. 搭配凉鞋的趾甲颜色 271
8. 实用的化妆包整理法 276
9. 实用的化妆品购买技巧 280

1. 寻找适合自己的颜色 238
2. 简单的色彩搭配法则 246
3. 营造理想感觉的彩色隐形眼镜妆 252
4. 成为眼线达人 256
5. 画精致眼影的技巧 261
6. 根据脸型画眉 267
7. 搭配凉鞋的趾甲颜色 271
8. 实用的化妆包整理法 276
9. 实用的化妆品购买技巧 280



언니의 메이크업은
언제나 옳다



最容易上手的 化妆书



[韩] 朴惠支 著
韩美玲 译



序言

享受化妆!

我一边整理这本书厚厚的文稿，一边写着序言，心中暗想：自己既不是畅销书作者，也不是专业彩妆师，还缺少一张美艳动人的面孔，只不过是大家身边随处可见的那种30岁的女人——这样的我，能写出化妆书吗？

先不说文字逻辑要严谨，单单是把我脑袋里边堆着的那些庞杂的信息全部释放并整理出来就已经够我吃不消了。不过，幸亏有这两年的博客内容打底，我才能开始写书，才有东西可写。同时，一些朋友在使用了我在博客中介绍的化妆小技巧之后变得越来越漂亮了，通过与她们的接触，我逐渐感觉“自己好像写出了点儿东西”，这才慢慢地鼓起了出书的勇气。

很多朋友很好奇我是怎么开始写博客的，我的博客又是怎么成为Power Blog（人气博客）的。其实，我最初开始写博客的时候，正是刚刚彻底告别了昏天黑地的职场生活、在互联网的海洋里畅游的时候。那时，我对化妆品产生了兴趣，开始网购化妆品，我发

现参考他人的评论买来的东西往往不适合自己的。

所以，为了避免朋友们像我当初那样在化妆品的购买和使用时走弯路，我打算和大家分享详细的产品评论，于是，我开设了“浪漫少女的美容沙龙”这一博客，希望博客中的化妆小技巧和化妆品产品评论可以在大家选购化妆品时起到引导作用。后来，随着朋友们的关注度越来越高，我的博客也被冠上了“Power Blog”的称谓。

有太多太多的朋友想知道怎样才能写出Power Blog，每每遇到这个问题，我都会说一句话：“请放弃正在从事的工作，做个无业游民吧！”

其他博主的情况我不清楚，但就我自己来说，为了上传一篇文章，我基本要花上7个小时。如果把每日更新一次博客作为标准，那每天最少要投入7个小时，我想这很难与要坐班的工作同时进行吧。而在7个小时以外的时间里也要绞尽脑汁，思考上传什么文章，所以说，我每天从早到晚都在想着博客的事情，这真是

一点儿也不夸张。另外，管理博客也并非易事，不努力不勤奋是做不好的。

我在我的博客中投入了大量的时间，然而，把博客文字重新整理成书的工作却让我无从下手，“压力山大”。不过，整理到最后，问题却成了原稿太多，要担心一本书是不是装得下，我不得不删除了部分内容。写作过程中，我想和大家说的东西实在太多了，我现在都无法想象自己写了这么多文字，拍了这么多照片。

未来也许还会有其他的知识，但到现在为止，我所知道的化妆技巧全都融入到这本书里了。书中不仅有化妆术，还有按照不同T.P.O.^①提供的适合各种脸形的变身造型术，希望可以帮助大家展现有品位的个人形象。

如果厌倦了自己一成不变的形象，不妨借助各种各样的彩妆来变身，可以清纯，可以性感，还可以领

^① 指时间（Time）、地点（Place）和场合（Occasion）。——编者注

袖范儿十足！仅仅改变化妆方法，就可以打造出一个连自己都不敢认的自己，变身如同八色鸟一般的女子，不断获得重生！另外还有一点是我经常强调的，那就是单单靠化妆还远远不够，只有兼具适合妆容的发型和服饰，化妆才能散发出更加绚丽的光彩。

希望能有更多的朋友在读完这本书以后，不再畏惧化妆，而是享受化妆的过程，变得更加美丽动人。

这两年多的时间里，我用“浪漫少女”的网名写博客，每每筋疲力尽想偷懒的时候，博客上的朋友都会给予我力量。在这里，我要向大家以及陪伴我、鼓励我，让我不再为这本书孤军奋战的老公表示感谢！

“浪漫少女” 朴惠支

{ 最容易上手的 Makeup 1 }

让你光彩四射的化妆基本技巧

1. 牢牢支撑彩妆的皮肤护理 012
2. 收缩毛孔的妆前乳 016
3. 彩妆的内衣——隔离霜 018
4. 裸妆旋风——BB霜 020
5. 打造“美肌女”的核心——粉底 021
6. 肌肤瑕疵的橡皮擦——遮瑕 027
7. 国民化妆品——散粉 031
8. 打造红扑扑的小脸蛋儿——腮红 033
9. 打造小脸——修容粉 036
10. 光泽皮肤的秘密——高光粉 040
11. 营造深邃感——眼影 042
12. 画好眼线，效果百倍——眼线 044
13. 打造纤长浓密的睫毛——睫毛膏 048
14. 决定个人形象的眉笔 050
15. 是女人就爱的口红 052
16. 遮掩唇纹的唇蜜 054
17. 描绘唇部线条——唇线 056