



MOOK No.3

英特发股份有限公司 编著

彩妆 我最大

彩妆总顾问 Kevin 老师

上海文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

彩妆我最大 / 英特发股份有限公司编. — 上海: 上海文艺出版社,
2011.5

ISBN 978-7-5321-4159-3/TS · 35

I. ①彩… II. ①英… III. ①化妆—女性读物 IV. ① TS974.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 082316 号

特约策划: 许文婷

责任编辑: 毛静彦

彩妆我最大

英特发股份有限公司 编

上海文艺出版社出版、发行

地址: 上海市绍兴路 74 号

电子邮箱: cslem@publiclsta.net.cn

网址: www.slem.com

新华书店经销 利丰雅高印刷(深圳)有限公司印刷

开本: 787mm*1092mm 1/16 印张: 11 插页 2 字数 120,000

2011 年 6 月第 1 版 2011 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5321-4159-3/TS · 35 定价: 42.00 元

彩妆 我最大

英特发股份有限公司 编著

上海文艺出版社

目录 Contents



恣意挥洒

004 小 S 麻辣问

SUPER STAR



010 蓝心湄

迎接更棒的改变

012 KEVIN

美丽的瞬间

MAKE UP 基本功



014 自拍不修片的高画质底妆

022 微整型后轻柔底妆 完全攻略

026 超实用! 多色眼影盘

变换日夜眼妆一盒搞定



034 4 达人严选

换季必攻 上乘底妆品

042 冬の雾感美肌

048 绝美雾唇 冬日完全诱惑

054 缤纷色彩的“超强目力”

062 DAY & NIGHT 妆扮纯真 & 性感



070 盛夏 8 小时

不脱妆秘技

078 彻底遮瑕 才能打造透明妆

MAKE UP 进阶篇

084 眉型与眼镜 玩美配搭法

090 眼影 × 眼线 × 假睫毛
纵横 4 主题眼妆

098 假睫毛轻松贴 双眸电力大放送

106 SOS！决战艳阳 美妆不 NG
不脱妆，KEVIN 老师有绝招！

114 注目度 UP！时尚感 UP！亲和力 UP！
自我好感度彩妆 让你的彩色人生大跃进

120 四款 PARTY 亮感妆

128 最 in 春装 vs 最 match 妆容

136 漫游夏日彩色梦境

144 睫毛膏 Vs. 假睫毛
妆出好女孩 LOOK，关键在于“清爽感”的大眼妆

150 好美白皙肌 打造百变日夜妆

154 扮妆 百变
冷 vs 艳 甜 vs 酷

162 改变眼妆的假睫毛
想要改变形象就从选对假睫毛开始！

168 肉食女 VS. 草食女 恋爱致胜彩妆大 PK



恣意挥洒 小 S 麻辣问

身兼多重身份的徐熙娣，角色切换淋漓尽致。

属于观众的她，在节目里、大型典礼上，无论是巨星官纶或是贩夫走卒，小 S 的麻辣问，总是刺激观众的肾上腺素，也让受访者急转出一股难以招架却不得不服的诙谐幽默。打破礼仪式的问话，受访者与观众的距离，人称这是小 S 的绝招，但那拿捏得恰好的小妹姿态，恐怕是与生俱来，谁也学不走的魅力。这种表演方式真实得令人惊叹，让发问的吊着观众胃口的极限边缘，接招的也得练就一笑天下无难事的本领了。而随时随地，冷不防恣意挥洒性感肢体，随着来宾的音乐无视破音高歌一曲，那股认真勇敢又俏皮的魅力，的确慑服了观众，再怎么说，那就是在屏幕里陪伴我们的小 S，令人会心一笑的可爱。好像鼓舞着人们 don't be shy！活出自己，自然就能扮演每个属于自己的角色。

文 / 陈莉莉 摄影 / 林柏诚 彩妆 / 贻亭
发型 / Miki 配件提供 / Rauge



我是女儿，也是人妻、姐妹、妈咪

Q: 真实的小 S 是什么样的女生

A: 真实的我是个非常无聊的人，一点也不像屏幕上如此戏剧化，也许是经历不少事情，所以我总是过着非常抽离的生活，或者去观察一些无关主轴的各种细节，抽离能带来比较轻松的生活感受，因为不喜欢太过度投入某一种伟大情结，所以也不爱去讲什么大道理，也没有什么非做不可的紧张感，也不走什么深刻的心灵路线，我只追求一直线的平静，不断满足于一些微小的细节，在小地方寻找小快乐，吃点好的、喝点小酒，时而跟姐妹大大抱怨一番宣泄一下心情，再回归直线平静的情绪、工作与家庭中的角色也都有很多愉快的体验，总而言之我是很容易被小快乐满足，一直以来都觉得自己相当幸福的人。

Q 兼具人妻与明星的立场要如何拿捏

A: 我把在家庭中的角色与在舞台上的角色分得很开，就像私下的我与舞台上的我展现出的性格是不同的，跟先生在一起也很享受自在轻松的相处时光。

Q 家人如何看待屏幕上的破格演出

A: 大家都担心我婆婆不满我在舞台上跟男艺人的互动，偏偏我婆婆爱死了我这些夸张的表演！总是逗得她好开心，而老公的那一方面，如果演唱会上我跟男艺人有谐趣的肢体互动，他觉得 OK，因为演唱会有种集体催眠的作用，老公会很明确那是一场秀一场表演，但如果是跟他一起躺在沙发上看节目，我就会巧妙的转转台避开那些画面，毕竟偎在他身边的我，在电视上有夸张的表演，还是会引起一点小醋劲的。



Q 多重角色之外最想探索的还有什么

A: 我希望接下来能当一个古典乐演奏家。这阵子女儿学习钢琴，老师来教琴，小朋友坐不住的结果就是我自己练起琴来，这让我发现我对古典音乐好有兴趣，完全投入地享受学习另一种东西，希望学成，能跟我最爱的朗朗一起办个演奏会！（哈·哈·哈）

Q: 心中最想停留在哪个角色多些？

A: 以前不爱工作，常常放空，但有了小孩之后，我发现每个角色的快乐程度都是有比较级的。前阵子工作有个假期，能跟孩子好好腻在一起，但连续几天过着全职妈妈的生活后，心里又迫不及待地想工作了，收假后的第一个通告简直是抱着满心珍惜又激动的心情，连中午发放的便当都要一粒粒的米慢慢品味，超不想收工呢！

我是个有个性 爱自己的时髦女生

Q 以前开过服装店的小 S 谈谈对时尚的看法

A: 那个时候是唱片卖到很吃力的瓶颈期了，所以跟姐姐开了一间服装店当逃生计划，不过我很喜欢时髦的东西，小时候喜欢日系，这些年来喜欢欧美系一派休闲宽松与个性感。我享受翻阅时尚杂志看设计大师们新的设计，但不一定会去买，也能透过杂志知道谁买了什么东西，得到品头论足的乐趣。不过男生好像不太懂我热爱的宽松欧美风，像我老公就爱超贴超挺拔的服装，连睡衣都贴到可以看出肌理线条，所以有关现在热爱的时尚风格，是只跟姐妹讨论不过问男生意见的话题。

Q 身材好的女生很好穿衣服吧？如何维持呢？

A: 变瘦了可以穿的衣服风格变得好宽，能享受更多不同类型与剪裁的衣服，可说是打扮的乐趣增加了。至于身材的维持，我长年累月把胃养得很小了，除了餐餐不过六七分饱之外，我什么都吃，麻辣锅、淀粉、炸鸡腿，但前提是什么只吃一点点、小分量、吃个几口，然后少量多餐，像一块鸡排可以当作餐与餐之间的两次点心。然后正餐也不能暴食，喝点汤、吃小半碗饭、配点菜或肉。还有一个很棒的减肥方式，就是带着轻微的空腹感入眠，这样第二天醒来特别清爽，会发现自己脸庞清瘦一些，即见的效果也能够鼓励自己再接再厉每天坚持。

Q 变得更美之后 人生是否完全不同了

A: 不得不说，这是真的！不过我指的不是去整形，而是把身材变得更 fit 这不是很漂亮讨喜吗？肌肤状况弄好，该整齐的牙齿要去整一整，只要让自己看起来清爽、干净，就能展现属于自己的美，也不用自我设限要走美艳、清纯或哪类型的风格，做个变美的自己就会不同。像我经历戴牙套的过度期，

在那之前，大部分的人认为我是一个俏皮带点可爱怪气的女生，谁也没想到我能走美丽女星的路线，但变美之后，人生完全不同了，路变得好宽阔，可以尝试的事情变得好多，只能说真的很棒！

Q: 每天不可缺少食物或举动

A: 早晚我会喝一大杯温偏热的水，然后每天不做些拉筋动作我就感觉全身不对劲。

Q: 保养哲学

A: 以前真的是不保养的。现在帝宝的家中连化妆台都不需要，只在更衣间的大镜子旁有个抽屉，放些基本的保养品，洗完澡就蹲在镜子前，拍个化妆水、乳液，不过现在我一定会擦的保养品就是眼霜，至于品牌也不大需要顶级，成分不导致过敏就好，尽量让保养变得很单纯，擦太多不同成分的保养品，皮肤也挺负担的。

Q: 宠爱自己的方法

A: 我好喜欢跟姐妹一起去喜欢的日本料理店，坐在台前，吃点美味的日本料理，喝点清酒，然后聊天，那种感觉好棒，好有新时代女性的氛围，那就是让自己很舒服的方式了。

我是个喜欢自由挥洒的艺人

Q: 敢言不讳的风格，用在位高权重的来宾身上，是一种策略，还是突发奇想

A: 其实大部分都是一种计算过的想法，用态度去包装一个问题，就能让问题的尖锐度降低，但有趣的效果能提高。

Q: 发问前一刻内心的决胜点是什么

A: 常常提出的问题，并不是真的在挖掘一个答案，而是在提问的过程中，与受访者的一种趣味的互动，所以一切以能让观众感到有趣有气氛为主，判断让观众觉得开心好笑就是我的决胜点。

Q: 有没有哪一次的发言让你非常后悔

A: 在节目上的效果，或者曾经发生的新闻事件，我都不会再去感觉后悔，过去了，也不需要再去多感困扰或后悔。倒是有一次，跟家人朋友一起聚餐，席间大家就起哄要我说个笑话，但我自认展现笑点的方式不是来自于一个一个笑话，所以一开始婉拒，不过一阵怂恿后，我讲了一个笑话，笑话讲完现场竟然冷到不行，那个当下我一点潇洒都没有，整个认真了起来，直逼问席间宾客“哪里不好笑了？俩不好笑了？”超丢脸超糗，挺后悔的。

Q: 保持着什么样的想法跟受访者互动

A: 想法实际很简单，就是能让观众觉得有刺激点或笑点的问题我就问，但也不能认真地去挖探受访来宾，适用一种有趣的态度，让问答之间的有趣味的情绪放大，确实或态度认真地挖掘受访者隐私反而并不是我要的。

Q: 下了节目或舞台的说话方式

A: 私底下的我真的好抽离，也不是动不动就很 HIGH 开玩笑的，应该说情绪保持在一条平静的直线上，说话的方式自然与舞台上的我不同，就是我的常态。不过我不喜欢去说一些不讨喜的话，批评、自居、大道理都让我怕怕，我是个俗辣，听到旁人讲这类的话都会觉得你好勇敢好敢讲啊！

你们要说我什么就说吧

Q: 女生耳朵软要如何杜绝恶意言论或流言蜚语呢？

A: 不可能杜绝，但要学习只在乎自己在乎的人所说的话，我只在意心爱的人对我的评价，在乎自己在他们心里的模样，其他的我就不太去投入担忧，因为很多网络，或不相干的人说的话，你实在很难去判断他的心态是什么，所以太在意，反而太多干扰，影响了自己也不见得对人生或事业有真正的帮助，与其如此，不如眼不见为净，充耳不闻那些永远停不了的流言蜚语吧。

Q: 如何面对演艺人员过度被注视也过度曝光的生活

A: 就是演艺工作的一部分，艺人名人本来就容易受到比较多的关注，总之就是让生活回归平静的那条直线，抽离一些，就能比较平常心的去面对这些。



迎接更棒的改变

一切的辛苦、不开心，都是为了迎接将会变得更棒的自己。而你已经列好这些要改变的清单了吗？

采访·撰文 / 叶小波



新的一年，我总会许下“改变”的心愿。而且我的改变计划执行得很彻底，从元旦第一天，我的改变就开始了。

新的一年，我的改变，就是要多留一点时间给自己，而我也决定这一年的跨年，要把工作抛在脑后，和家人一起去旅行。

连续主持了六七年的跨年节目，每一年跨年，我都是在工作中度过。我当然知道，爸妈很想要陪我一起跨年。每一年，他们总会弄一锅麻辣锅到后台，给我和工作人员吃。但是，跨年晚会人太多，长辈毕竟无法久留，转播的电视节目都是歌手的镜头多，他们也无法一直看到我在屏幕上出现。因此，这六七年来，跨年就逐渐变成爸妈出国玩，而我在工作中度过。每次在凌晨两三点，拖着疲惫的身躯回家。我的心中总有一点遗憾。因为跨年的倒数时刻，早就在工作中度过了。

我的爸妈，是个很懂得享受生活的人。他们几乎每个月都出国。尤其我爸爸常常出国参加高尔夫球比赛，每每看爸妈背着高尔夫球袋出门，我的心情都很复杂。一方面羡慕他们可以无忧无虑出国玩；一方面希望自己能多陪陪爸妈；一方面也很高兴：自己努力工作，能换来爸妈悠闲的生活，这，不也是很值得吗？

但有时想想，爸妈在我这个年纪，早就已经开始享福了，而我过去一直以来，都为工作而忙碌，其实，也到了该放下工作，多为自己而活的时候。所以我在新的一年，将工作与生活的比重，调整到一半一半。我希望自己在明年可以多多去旅行，或就算是无所事事地得在家里，也是一种幸福。

这是关于我自己的改变。至于周遭的朋友们，我也期许能有更棒的改变。过去一年，许多朋友的生活都有了变化：有人分手、有人结婚生小孩，不管这些是好或不好的改变，我都希望这些改变，可以让大家在新的一年里获得成长。我总是叮咛女人们，要多爱自己、Keep住自己的工作、生活、健康。新的一年，我希望我和我的朋友们，都能变得比之前更好、更快乐。

其实《女人我最大》节目，也会在新的一年里有很大的变化喔！《女人我最大》即将到内地开播！对于这个新变化，我其实是有点紧张的。因为我的主持风格很随兴，主持节目就是要玩得起来，才会开心！我很怕自己到陌生的环境，跟当地的艺人、观众互动，会变得战战兢兢。

但这个挑战是好的！我除了很期待接受这个新刺激之外，也很希望，可以借此多了解内地与台湾在时尚、化妆保养上，有什么异同，迫不及待想要把这些心得与《女人我最大》的读者分享。改变前，需要做许多准备。而那些辛苦的、不开心的鸟事，都是在为新的一年更好的改变做准备。就让我们迎接一个更棒的未来吧！

KEVIN' TALK

美丽的瞬间

文·图片提供 /KEVIN



我非常喜欢拍照，有时候都让身旁的人不解，怎么这么爱拍照？这件事很难说得清楚，我长年累月在外工作，家人与朋友经常不在身边，但想要分享心情的念头不曾改变过，这些照片就是我与大家分享心情悸动最好的方法，当然也经常遇到初次见面的朋友，对我非常热情友善，也一一用镜头纪录下来，有时候自己一个人时，就会不停地翻看，让我感到不孤单。

不只是家人，常看我的博客、Facebook 的人就知道，我经常利用照片、影片来分享我的生活；透过网络的传播，无论在世界哪个角落，就算是素未谋面的朋友，透过照片的分享，就能够引起大家的共鸣。如果是美食的照片，大家会分享彼此吃过的心得；如果是风景照片，大家会讨论是在哪个地方、自己是否去过；如果是穿搭、妆容照片，大家也会问是否适合自己。很有意思

不是吗？透过照片、透过画面，可以把“当下”分享给每个人知道。

当你拍照的时候，什么事物最吸引你呢？有些人喜欢拍自己、有些人喜欢拍风景，有些人只喜欢拍别人不爱被拍，有些人喜欢从生活中细节的捕捉特写……每种喜好各自代表着不同的个性。喜欢自拍的人，对自己很有自信，很享受生活，也很乐于与人相处。喜欢拍风景的人，在理性中带着易感的心，无法抗拒只有当下才能展现的美。喜欢拍别人却不爱被拍，是个带点害羞、却又忠实的分享者，记录着身边所发生的一切美好。喜欢从生活中细节捕捉特写的人，是个好奇心旺盛的人，观看的角度与平常人不同，充满着艺术特质。很有趣吧！从照片中也可以看得出一个人的个性与特质呢。

对摄影，我非常有兴趣，也经常在偷学摄影师的小技巧。每次在摄影棚拍照时，我总是会很主动的担任摄影助理，或拿反光板营造勾边的光线，让模特儿轮廓更突出；或用吹风机替模特儿制造飞扬的发丝效果，还会借与摄影师聊天，得到更多拍照的小诀窍。

照片的好看与否，有很大的一部分是取决于光。还记得有一次拍摄彩妆的时候，摄影师使用了白色的灯，用由下往上的角度，在模特儿脸上打光，当下模特儿的脸变得惨白，而且彩妆的妆感就是不出来；后来才发现，就是因为光线的不同，造成了色彩与妆感的变化。无论是拍人或是自拍，一定要在充分明亮的地方拍摄，效果才会好。

对于喜欢自拍的女生，怎样才能拍得美美的？我的建议是，尽量采取高角度，由上往下俯拍，就可以有小脸的效果。我常说，眼睛是灵魂之窗，而睫毛则是灵魂之窗的窗帘！利用小小的烟熏眼妆，搭配假睫毛与单撮下睫毛，打造像娃娃般的迷人大眼。大眼小颜的自拍照，每个女生都变得可爱又无辜。

如果自拍时，想要肌肤呈现白暂无瑕的质感，可以在阴天光线下自拍；我发现阴天的光线是从四面八方而来，非常的柔和，打亮脸部的美肌效果最好；或是利用大面积的正面光线，打亮脸庞。这时候可以搭配腮红，不但能衬托肌色，对的腮红位置与形状，还能决定脸部的立体感！想要自然感，就使用橘色系的粉雾腮红，在笑肌处画出开口笑的曲线，再使用同色系的珠光腮红，在笑肌的顶点轻点，点出脸颊的立体感；想要可爱甜美的感觉，就可以使用粉红色系腮红来打造。

自拍的角度，也是一门学问；有些人觉得自己的左脸特别上镜，有些人则是右脸。像我自己最喜欢的角度是左脸，大部分的自拍照就都是左脸；了解自己哪一脸比较上相，是很重要的。可以根据角度，修饰脸型，如果是肉肉脸的人，找对角度后，利用修容的方式，可以用7字形的修容法，修饰脸部边缘与颧骨轮廓；如果是比较阳刚的长方形或正方形脸的话，可以使用海鸥形的修容，将发际线、鬓角往鼻翼、鬓角往脸缘下方修饰，就能调整轮廓，拍照时会更上相、效果更好。

我觉得每个人都可以在忙碌的生活中，找到空档留住每个珍贵的回忆，当每次再看到照片时，当时的回忆、氛围、气味、感受，又会再度涌上心头，利用照片珍惜每个当下吧！

自拍不修片的 高画质底妆

撰文 / Avril 摄影 / 王鸿骏 化妆 / KEVIN 发型 / Ivy



想登上首页成为自拍美人吗？除了自拍技巧还有极重要的关键：“底妆”，本篇 Kevin 老师教你如何偷偷遮盖脸上小瑕疵，快速打造白皙无暇美肌，让你在任何灯光下都能拍出高画质底妆！

「利用妆前保养+饰底乳+眼周修饰敏感肌肤，

打造泛红的轻透底妆质感」



Before

自拍美人 1 号：芝玮
肤质：敏感泛红肌
目标：轻透水润肌

Kevin 老师的重点提示

1. 敏感肌肤是由于缺水造成的泛红发炎，造成吃妆能力弱，保湿绝对是打底第一步。
2. 眼下肌肤是泛红开始的部位，所有的底妆步骤都由眼下开始着手。
3. 一味将肤色修饰到死白会让自拍看起来像假人，利用些许珠光创造轻透的底妆效果，并以腮红打造可爱婴儿双颊。

start

Step1 保湿乳液

在脸颊先涂抹保湿乳液，当肌肤充满水分后才能吃妆。



Step2 绿色饰底乳

选择绿色的饰底乳先涂抹于两颊修饰泛红的肤色。





Step3 创造轻透感

将隔离霜与珠光饰底乳以1:1的比例调和涂抹全脸，就能减缓绿色饰底乳的厚重感。

Plus用腮红打底

若没有饰底乳或不善用饰底乳的人，则可用棕色调的膏状腮红，先轻刷于两颊再推均匀后就可上粉底。

Kevin老师叮咛：不可用粉红色，因为无法修饰，也不可粉状，腮红会卡粉。



Step5 黑眼圈遮瑕

使用遮瑕膏从眼下推到腮红的位置，脸部的底妆才不会有色差。



Step4 上粉底液

从黑眼圈下方开始涂抹粉底液，以向外轻拍的方式薄薄打上一层。

COFFRET DIOR 盈透美肌粉霜 25ml KANEBO



Step6 局部定妆

用小刷子沾取蜜粉后，大范围在眼周肌肤轻刷定妆。

COFFRET D'OR 晶莹亮肌蜜粉（晶透粉） KANEBO



Step7 轻拍腮红

以“轻拍”方式打上腮红，颜色不用太均匀，创造如婴儿般不均匀的红咚咚双颊。



Step8 画眼影

刷上大地色系带有晶钻珠光的眼影，呈现立体有轮廓的眼眸。



双色眼影霜 (10) 3.4g NARS

Step9 涂抹唇蜜

最后直接涂抹上粉嫩裸色的唇蜜即可。

淡雅新印象亮晶晶唇蜜（自然光 48）6ml GIVENCHY



搞定泛红水润底妆
Finish!