

美妆魔法影音全记录

Beauty 103

李倩蓉 著

Beauty Tube

李倩蓉亲自示范

最IN彩妆

首创美妆影音

DVD

随书
附赠

就是要白回来

PJ美白31天全记录

性感浪漫卷自己来

长·中·短发卷发DIY

彩绘美人

超简单的指甲彩绘

大眼正妹 最迷人

有色隐形眼镜·假睫毛
电眼妆技法大公开

你也可以跟我一样瘦

李倩蓉首度公开58KG→43KG的**创意节食法**

中国友谊出版公司

美妆魔法影音全记录

Beauty 103

李倩蓉 著

Beauty Tube

李倩蓉亲自示范

最IN彩妆

首创美妆影音

DVD

随书
附赠

就是要白回来

PJ美白31天全记录

性感浪漫卷自己来

长·中·短发卷发DIY

彩绘美人

超简单的指甲彩绘

大眼正妹 最迷人

有色隐形眼镜·假睫毛
电眼妆技法大公开

你也可以跟我一样瘦

李倩蓉首度公开58KG→43KG的**创意节食法**

中国友谊出版公司

图书在版编目(CIP)数据

Beauty 103: 美妆魔法影音全记录 / 李倩蓉著. - 北京:
中国友谊出版公司, 2008. 11
ISBN 978-7-5057-2483-9
I. B... II. 李... III. 美容 - 基本知识 IV. TS974.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 166741 号

本书经台湾柠檬树国际书版有限公司及作者经纪公司: 腾龙国际有限公司 (www.jsclub.com.tw/dragon, 886-2-27336010) 独家授权中国友谊出版公司, 限在中国大陆地区出版发行。

书名 **Beauty 103: 美妆魔法影音全记录**

著者 李倩蓉

出版 中国友谊出版公司

发行 中国友谊出版公司

经销 新华书店

印刷 天津市光明印务有限公司

规格 787 × 1092 毫米 16 开本

9 印张 150 千字

版次 2009 年 1 月第 1 版

印次 2009 年 1 月北京第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5057-2483-9

定价 32.00 元

地址 北京市朝阳区西坝河南里 17 号楼

邮编 100028 电话 (010) 64668676

合同登记号: 图字 01-2008-4853

Beauty 103

美妆魔法影音全记录

李倩蓉 著

中国友谊出版公司

读者会跑来问我“如何让眼睛画得更漂亮?”“肤质怎么样可以更好?”等等的问题,不过倩蓉要说的是,现在的年轻美眉往往看到自己喜欢的偶像所诠释出的美感定义,或是最近流行画什么样的妆、穿什么风格的衣服,他们就完全照单全收地套用在自己身上,盲目模仿下,完全不知道这些元素到底是不是适合自己,这样的结果往往造成满街的美眉妆化得怪,或是衣服穿得差强人意。每当看到这样的情形,倩蓉就会反思,虽然现在的流行杂志很多、美容保养节目也很普遍,教了大家很多化妆的技巧、流行的事物,却好像忘了回归到自我本质,教大家如何找出自

己的特色及个人特质。所以,在《Beauty103》里,倩蓉就要带大家找到适合自己的色彩,并延续《Beauty101》《Beauty102》丰富实用的精神,融入杂志的时尚资讯,以季刊型的杂志书呈现稳扎稳打的内容。我不会说它是一本美容圣经,而是一本美化自己的实战守则,加上附赠物超所值的光盘,绝对让你学会化妆技巧。是的!人靠衣装,佛靠金装,偶像不是神,我们也会脸上冒痘、晒出黑斑、长出肥肉,但是这些我都克服了,相信大家也可以,倩蓉保证,你一定可以在这本书里,发现属于自己的美丽天空。



翻开倩蓉的出版史，话说当年造成市场轰动、狂销热卖十多万册的《Beauty101》，天啊！那已经是2002年6月的事了，在当时，不但是美眉人手一本的必读宝典，还开启了日后女艺人出美容书的风潮，不过公主我可不是要提那些当年勇，或是吹嘘自己是美容书的开山始祖，因为这样的说法好像我是个千年老妖精似的。

2006年，倩蓉创办了《公主志》，当时很多人很好奇我为什么要作杂志，而不延续之前美容书的好成绩继续出下去，反而又转换了另一项完全不同领域与做法的杂志呢？我想这和我天生叛逆的个性有关，如果现在还跟着大家一样，一窝蜂地出美容书，那倩蓉岂不是太没特色了！更何况经过这几年的锤炼，倩蓉不只在美容保养上更有想法，在其他方面可也是成长了许多。像以前都是挑灯夜



战写到手软的方式写完一本书的内容，现在可是迈向全方向E化，虽然打字还停留在ㄅㄆㄇㄏ的阶段，可也总算是从电脑白痴进阶到电脑小魔女，连photoshop都会用了！有这样的成果也是经过了一番学习与努力，当然要谢谢

很多Mac user的大力相助，想想以前的文人要会写毛笔字，现在的人要会电脑软件，公主我都快变成了百分百宅女，可以不出门，只要靠着一台小白，就可以连接全世界啦！

网络的便利与及时性，让我可以同步接收到世界各地的讯息，看得越多、越广的同时，让倩蓉越有一股神圣的使命，要传递给大家更正确的美容资讯及美的讯息，这也是《Beauty103》诞生的原因。尤其我觉得艺人被赋予很大的责任，因为一举一动都会被大家模仿、追随，倩蓉走在路上，时常遇到很多

PART 1

SO | 大眼正妹最迷人 SO CHARMING SO BIG EYES CHARMING SO BIG EYES

Look at me!一双水汪汪的大眼，是许多女孩儿梦寐以求的眼型，话说在咱们妈妈年轻时的年代，潘迎紫姐姐洋娃娃般的无辜大眼最为经典。可能很多七、八年级生对潘姐姐没啥印象，不过说出来不怕被大家笑，倩蓉在国小二、三年级的时候，可是潘姐姐的忠实粉丝，每天准时盯着八点档，一边看着电视，身上还会披着白浴巾，跟着《神雕侠侣》里的潘姐姐飞来飞去！

好了，言归正传，说到大眼正妹，像是日本流行教主滨崎步；台湾的歌手张韶涵；名媛挂的蔡依珊、蔡依伦等人，都是漂亮大眼女孩的代表。这些大眼女孩能特别引人注目是有原因的，因为会放电的大眼睛，让你不用说话就能展露出眼神语言，任谁看了都会被电到，而且是不分男女，无一幸免喔！

彩妆技巧的个中学问不少，但是眼妆不但是最具效果，同时也是最重要的彩妆部位，女孩儿们如果还不会打理自己的眼妆，那可就真的是眼睛脱窗啦！

所以，不管是简易的眼妆，还是一些高难度的眼妆技巧，大家平常都要试着画画看，多练习就会熟能生巧，可以适应各种场合与需求，得心应手地画出最适合自己的眼妆。



隐形眼镜不隐形!

COLORFUL CONTACT LENSES

讲到彩色的隐形镜片，其实倩蓉早在《Beauty 102》的时候已经玩过了，戴上这些蓝蓝绿绿的隐形眼镜，仿佛会让整体彩妆更具有视觉效果。

现在愈来愈多的女生开始佩戴彩色的隐形眼镜，无非是希望能让眼妆更水汪汪、更有特色，不过倩蓉真心建议大家，太怪的隐形眼镜颜色或是搞怪的图案，平时千万不要随性地尝试佩戴。倩蓉曾经看过有位女生戴的是星星图案的隐形眼镜，我的妈妈呀！再漂亮的美女，看起来还是会像个吸血鬼在逛大街，别以为天天都在过万圣节，弄巧成拙的反效果，不但戴不出预期的效果，还会被众人投以异样的眼光。



倩蓉建议戴上彩色隐形眼镜，一定也要画上适当的眼部彩妆，大家可以试着想象，如果以我们东方人黄皮肤、深色头发的脸孔，戴上了蓝或绿的浅色隐形眼镜，可是如果完全没有加强眼线、睫毛膏、眉毛方面的彩妆，看起来应该会感觉像是得了青光眼吧！女孩们啊，除了要选择场合佩戴彩色的隐形眼镜之外，还要搭配上眼妆颜色，才能让五官更具有协调性，毕竟我们不是金发碧眼的“阿豆仔”，所以没事还是不要随便戴着一副彩色隐形眼镜出门去吓人，OK?!

时下最IN、最好搭配的隐形眼镜三色

今天倩蓉就要针对棕色、蓝色、灰色这三种市面上常见的隐形镜片，来教大家如何画出一个可以相互呼应的眼妆，大家参加PARTY时不妨尝试一下彩色镜片带来的新鲜视觉效果。







Hazel Brown

Hazel Brown

铜棕色隐形眼镜

最适合东方人的黄色肌肤

铜棕色的隐形眼镜，最适合我们东方人的黄肌肤，和我们较黑的发色也最能搭配，

在视觉上看起来比较不会突兀，是使用起来最安全、最不会出错的镜片颜色。铜棕色的隐形眼镜戴起来有淡化原本较深咖啡色瞳孔的效果，所以眼神会让人觉得变柔和。如果你今天想走的是温柔小女人路线，或是原本眼神看起来比较凶的人想要让自己更娇媚的话，铜棕色的隐形眼镜会是很好的选择。



在炎热的夏天，戴上铜棕色的隐形眼镜，画上一点金色的眼妆，再用古铜色的修容粉饼轻扫两颊，最后配上油油亮亮的驼色唇彩，就是夏季必备的焦糖妆，酷热的太阳底下，黑得发亮的焦糖甜心非你莫属！

☆最速配！铜棕色亮眼皮眼妆

佩戴上铜棕色的隐形眼镜后，倩蓉会推荐大家搭配暖暖的大地色系眼妆，铜棕色的隐形眼镜，眼妆搭配的可塑性很高，如果要呈现较年轻的淡妆，可以用很简单的“一枝独秀画法”，使用雾感咖啡色、珠光古铜色或是今夏最流行的金属质感咖啡色系的眼线笔就能画出；如果要呈现较狂野奔放的妆感，可以用较深咖啡色系的颜色多层次画在眼皮上，搭点珠光色泽的Hi-light就会很好看，而且也很适合加上亮片、亮



粉的点缀来增添闪亮感，所以不管是淡妆或浓妆，铜棕色的隐形眼镜画上深浅不同的眼妆，都能营造出两眼奔放的妆感。

倩蓉要示范的是现在国外MODEL最流行的亮眼皮眼妆，妆的重点在于画出眼皮浅、眼窝深的妆感。而且，谁说眼妆一定要用眼影盒呢，倩蓉今天就利用不同颜色的眼线笔类彩妆品来示范，告诉大家，只用眼线笔其实也可以画出很好看的古铜眼喔！

铜棕色隐形眼镜的佩戴条件

哪种发色最适合？

黑色或棕色系的头发，或是带有一点浅色系的金色挑染，还有红色系及偏橘色系的头发，都很适合佩戴铜棕色的隐形眼镜。

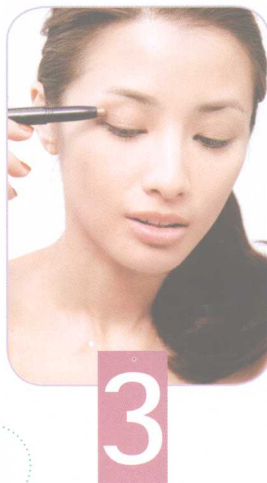
哪种肤色最适合？

不管是白皙美眉，或是黑肉底的黑妞，都适合佩戴铜棕色的隐形眼镜。





☆ 步骤大公开 Step by Step



1. 迷蒙下眼线

使用产品：stila勾影恒色眼墨笔#咖啡色

利用咖啡色眼线笔画在下眼线，淡淡的咖啡色带有金属感，可以制造出明亮带点迷蒙的效果。

2. 闪闪动人上眼线

使用产品：LA SPLASH光彩夺目金色眼线液(购买于莎莎美妆店)

挑选一支感光度高的亮片眼线液，将线条画粗一点，亮片就会有闪闪动人的效果。

3. 深邃立体眼窝

ESTEE LAUDER 无瑕妍彩持久眼影笔

如果只画金色的眼线液，眼睛看起来会浮浮泡泡的，所以可以加强眼窝处的颜色，制造出淡淡的深邃感。

4. 金色亮光眉骨

benefit 抢镜头金光笔#gilded

利用金色眼线笔画在眉骨的地方，打出眼妆的金色亮光感。

脸颊与双唇该用哪些颜色搭配呢?

古铜腮红

使用产品: stila夏日恋曲三色眼影派#古铜棕

对!你没有看错,倩蓉也没有写错,我们腮红用的就是眼影的彩妆品,其实彩妆是变化无穷的,你可以发挥想象力和创意,大胆地尝试与运用,不用因为厂商的设定而局限住产品的使用,其实彩妆是可以自由发挥的作品,倩蓉就觉得此款古铜偏红的眼影,很适合用在这个妆容的腮红,将中间较深的颜色打在两颊作修容,再用浅色刷在笑肌,就会有润肤的效果。

丝绒粉雾双唇

使用产品: BOBBI BROWN 纯彩润泽唇线笔#chocolate

MAC 晶亮魔唇#HONEY MOON

当我们打造好完美的铜棕色迷蒙眼妆,唇彩不但要呼应同色系的颜色,而且还不能抢过眼妆的风头,所以我们可以画一个粉雾不抢戏的双唇。先用画出来会有丝绒粉雾感的唇线笔,将唇线勾勒出来后涂满,再用浅色系的唇笔涂上后抵一抵或用手推匀,就会有外深内浅的立体感与光泽感。

☆铜棕眼妆推荐品



Paul & Joe
玩色眼影彩饼#16

又绿又有点咖啡棕的眼影,适合大跟小范围的两种画法。



laura mercier
瞳莎眼影彩粉#金星橘

咖啡色系带有橘色红光的眼影粉,是在所有眼影、眼线笔之后的最后点缀步骤。

BOBBI BROWN 流云持久眼
影霜#BEACH HONEY

海滩甜心,取这个名字真是太好了!适合浅咖啡色或是金色眼妆的打底,有帮助眼影、眼线笔显色和持久的功能。



REVLON 晶钻星光闪眼影
#香槟柔钻

美丽的香槟色还带有闪闪亮粉,适合眉骨跟颧骨的Hi light。



Stila 勾影恒色眼墨笔#咖啡色

搭配第四个laura mercier金色的眼影粉,效果超美!



Laura mercier
眼线笔#孔雀笔

搭配第一个Paul & Joe眼影饼#16,一个画眼线,一个做晕染。

Princess Janet Tips

很多人在戴了铜棕色的隐形眼镜,画上了咖啡色或金色系的眼妆后,就在想是不是也要刷上咖啡色的睫毛膏让整个妆容更能一体成形呢?倩蓉在这里建议大家不要白做工了,因为我们不像白人拥有浅色的睫毛,咖啡色、绿色睫毛膏刷在我们东方人较黑的睫毛上,通常是看不出来颜色的,所以大家无须再多花钱买咖啡色睫毛膏,还是刷上传统的黑色睫毛膏,不但可以让眼妆更为深邃,也可以突显咖啡色系的眼影。





OCEAN BLUE