

化妆

美容专用教材

造型

亚洲化妆与发型大赛国际评委

徐家华著



974
32

南海出版公司

参加本书中化妆操作的有:赵宏伟

范丛博

徐燕华

参加本书中发型制作的有:洪贤平

汤锦年

王新明

徐有龙

摄影:沙光辉

本书由上海“巧帛”服饰公司提供部分服装

化妆造型

徐家华著

总 经 理 霍宝珍

责任编辑 原式溶

封面设计 顾华明

南海出版公司出版发行

新华书店经销

济南书刊印刷厂印刷

787×1092毫米16开 4.5印张90千字

1997年8月第1版 1997年8月第1次印刷

印数:1~10000

ISBN 7-5442-0368-9/G·189

定价:29.80元



徐家华

徐家华副教授毕业于上海戏剧学院人物造型专业。现任母校人物造型教研室主任、亚洲化妆与发型大赛国际评委。出版过9本专著，在各类报刊杂志上发表过几十篇论文。1991年在上海市首次中青年教师晋升职称评定时，被破格晋升为副教授。1992年评为“上海市三八红旗手。”1994年又被批准享受国务院特殊津贴。

化妆造型

徐家华 著

南海出版公司

目 录

第一章 化妆造型艺术的魅力

..... (2)

一、化妆——寻找属于自己的魅力

..... (3)

二、化妆——给自己增加几分自信

..... (4)

三、化妆——营造良好的情绪

..... (5)

四、化妆——生活的面具

..... (5)

第二章 化妆造型的操作过程

..... (6)

一、化妆前的皮肤整理

..... (7)

二、调整好皮肤的色调

..... (10)

三、增加一点健康的红晕

..... (11)

四、描出眉的神韵

..... (12)

五、让眼睛更美丽

..... (12)

六、秀唇增色

..... (13)

七、注重整体造型

..... (13)

第三章 化妆造型的良好基础

..... (14)

一、了解自己的皮肤性质

..... (15)

二、皮肤为何会衰老

..... (15)

三、阳光与皮肤

..... (16)

四、护肤与防晒

..... (16)

五、粉刺的形成与防护

..... (17)

六、护肤与营养的均衡

..... (17)

第四章 化妆造型的技术

..... (19)

一、化妆的工具及使用方法

..... (20)

二、粉底的类型及使用 (27)

三、涂粉底有哪些作用 (28)

四、如何使脸型有立体感 (29)

五、眼睛部位的化妆技巧 (31)

六、涂眼影起什么作用 (32)

七、怎样用一种颜色涂眼影 (33)

八、如何涂双色眼影 (34)

九、多色眼影的运用 (35)

十、强调眼睛的立体感 (36)

十一、眼影一般涂在哪些部位

..... (36)

十二、画眼线的工具和使用方法

..... (37)

十三、怎样画好眼线 (38)

十四、画眼线要因因人而异 (39)

十五、如何让眼睫毛卷翘 (40)

十六、刷睫毛液增色添彩 (41)

十七、怎样处理刷睫毛碰到的问题

..... (41)

十八、粘贴双眼皮 (42)

十九、粘一副漂亮的眼睫毛 (43)

二十、单眼皮怎样化妆 (43)

二十一、出现了眼袋怎么办 (44)

二十二、黑眼圈的防治与修饰

..... (44)

二十三、将眉毛整理成型 (45)

二十四、眉毛的几种修饰方法

..... (46)

二十五、眉毛的形态可以改变脸型

..... (47)

二十六、适合于圆脸的眉型 (48)

二十七、适合于长脸的眉型 (49)

二十八、适合于“由”字形脸的眉型

..... (49)

二十九、涂面红的作用 (50)

三十、涂面红的几种方法 (51)

三十一、面红色与皮肤色的协调

..... (51)

三十二、嘴唇的化妆技巧 (52)

三十三、找到自己的最佳眉型

..... (52)

三十四、唇膏色的选择 (53)

三十五、怎样涂好唇膏 (54)

三十六、怎样可以使唇色保持长久

..... (54)

三十七、加强嘴唇的立体感 (55)

三十八、改变唇型的大小 (55)

三十九、妆面的修补 (56)

第五章 化妆造型的色彩运用

..... (57)

一、清新自然的浅色调 (58)

二、高雅稳重的深色调 (60)

三、冷色调的化妆方法 (61)

四、暖色调的化妆方法 (62)

五、艳色调的化妆方法 (63)

六、用色彩塑造个性 (64)

第六章 爱护自己的肌肤

..... (65)

一、皮肤的生理状况 (66)

二、认真的卸妆 (67)

三、按摩有什么作用 (70)

四、按摩的方法 (70)

五、按摩要注意哪些问题 (72)

第一章 化妆造型艺术的魅力



一、化妆——寻找属于自己的魅力

没有任何魅力的人是根本不存在的,但对自己的魅力过于无知,因而从未下功夫的却不乏其人。有的人总认为自己长相平平,在人群中很不起眼。要知道,那些很显眼的人都是经过精心打扮的。你只要对着镜子认真分析一下,看看自己哪些地方需要修饰,再动手化化妆、梳梳头,配上适合的衣服,结果会使你自己都感到吃惊。



化妆后

②



化妆前

③

照片中的李小姐,年青端庄、五官清秀,但皮肤的颜色偏黄、偏暗,而且肤色不均匀。化妆时,重点在肤色上作了调整,五官稍加修饰,便出现了一个楚楚动人的形象。

二、化妆——给自己 增加几分自信

几乎所有的人都会在镜子中找到自己不喜欢的地方，而这些不喜欢的地方又是最不愿意让别人注意到的。有一个姑娘平日里总用头发将脸的两侧挡住，只露出眼睛、鼻子、嘴这么一块窄窄的部位。她的解释是因为脸太宽，想用头发遮住一点。还有的女孩子眼睛小，于是，画上宽宽的眼线，重重的眼影，想让眼睛看起来大一些。的确，化妆品、化妆技术可以帮助我们弥补自己的缺憾。

在现代文明社会，人的相貌与才能同样的重要。因为人的外表相貌，在一定的程度上可以体现出其内在的素质与修养，同时，人的相貌，也会影响到在工作、生活中的自信程度。一个缺乏自信的人，他（她）的言谈举止、音容笑貌都不会打动人，更难以收到成功的效果。

化妆，作为设计自己形象的一个部分，许多人把它看得很难，很复杂。其实，在日常生活中，并不是所有的化妆步骤都要严格操作，也并不需要买很多或是很昂贵的化妆品，关键是以自己的基础条件为准，缺什么补什么。比如，我有洁白的皮肤，明亮的眼睛，形态很好的眉毛，只是嘴唇缺少一点红润色，那么，每天的化妆，你只需涂上合适的唇膏便可以了。每个人的条件都不一样，而且，在生活中还会有不同的环境以及不同的角色扮演，如何成功地在特定环境中扮演好自己的角色，就需要从发型、化妆、服装等仪表仪态上着手设计并体现，使自己以亮丽的形象，充满自信的良好感觉来体现自己的价值。





三、化妆——营造良好的情绪

美容化妆是满足精神需求的一部分，是一种美的享受，同时又反作用于心灵，使心灵经过美的陶冶能潜移默化地向更高、更美的境界升华。

⑥



如果你天天化妆，偶尔有一天没化妆，不管别人是否注意，你自己定会感觉很差，甚至会影响工作情绪。如果你从不化妆，那么，不妨试一试。也许，你会在镜子中发现自己比以前漂亮多了，甚至一整天的心情都会很灿烂。

⑦

四、化妆——生活的面具

基于一般传统美学的要求，对客体的修琢力求“自然”，就一般生活美容而言，亦都是在人本

身的生理特征上加以修饰和变化。随着社会的进步，人们的生活半径在不断扩大，对美的内涵的发现也日益丰富。它反映在创造精神的无数不同的表现中，和“自然”一样丰富多彩。化妆，应

根据不同的场合、时间、需要以及具体特点而变化，才能达到美化的目的。同一副面容，化妆变化不同，给予人的外观感受也不相同。



⑧



⑨



⑩

第二章 化妆造型的操作过程





⑫



⑬

一、化妆前的皮肤整理

理

面部的表皮是由最外层的死细胞和数层活细胞组成。大约三周左右,表皮底部便长出一层新

细胞,新细胞层会将死细胞层向外推移。这些死细胞和沾染的污垢要及时清洗,才能使肌肤保持青春的活力。

(1)用清洁霜或洗面奶去除表面污垢。将清洁霜或洗面奶涂于额头、鼻梁、面颊、下颌处,然后用手指在脸上各部位向上打圈按摩。这样做的目的,是用清洁霜来溶解面上的油污及死细胞,以便于清洗。

额部的打圈按摩可以从眉毛至额的发际线上下来回。见图(12)。

(2)面颊部从鼻翼两侧向耳际斜着向上打圈按摩。见图(13)。

(3)嘴和下巴用手指沿着上下唇作环状打圈。先从上唇的人中向两个嘴角处按摩清洁,再从下唇的颏沟向两个嘴角处按摩。见图(14)。

(4)眼睛周围的皮肤很薄很敏感,按摩清洁要轻柔。方法也是作环状打圈。见图(15)。



⑭



⑮

(5)打圈按摩结束以后,用干净的面巾纸轻轻地擦去脸上的清洁霜或者洗面奶。一天的工作和环境污染,加上皮肤本身的分泌物,经过清洁霜的溶解和清理,此时擦过的纸巾一定很脏。不要一张面巾纸反复擦,而是擦脏一块换一块,直到把脸上每一部位的清洁霜都擦干净。见图(16)。



(6)清洁霜和洗面奶的特点是,既能溶解面部的油污,又能溶于水。擦掉脸上的清洁霜以后,用温水冲洗。水温过高过低都不合适,水温高会伤及皮肤的微细血管;太凉的水则会使毛孔收缩,减低洁净污垢的功效。见图(17)。



(7)用温水清洗之后,用干净柔软的毛巾轻轻地吸去脸上的水分。不要用力擦拭,避免使已经张开的毛孔受损。见图(18)。





(8) 用干毛巾吸去脸上的水分之后,用紧肤化妆水对皮肤进行调理。见图(19)。



(9) 拍化妆水不要性急,先从前额开始,一点一点地拍打,使每一个部位都能均匀地拍到。见图(20)。



(10) 面颊、眼部、嘴部等,都按照打圈按摩的方法拍打化妆水。见图(21)。



(11) 全部拍打完毕之后,用手在脸上各个部位轻柔地拍打几下,使各部分的化妆水均匀,增加皮肤的舒适感。见图(22)。



(12) 润肤霜的作用是使皮肤保持一定的湿度和油分,防止皮肤干裂粗糙。润肤霜分油包水和油包油两大类。见图(23)。



(13) 如果天气比较冷,可用双手的温度使润肤霜温热,这样一不会刺激皮肤,二可以使润肤霜与皮肤溶和快。见图(24)。



(14) 用双手将润肤霜均匀地涂在脸上的各个部位。见图(25)。



(15) 眼部、鼻翼、嘴角等处也要仔细地涂抹,不要漏掉。见图(26)。



(16) 全部涂完之后,用双手的手掌放在脸上的各个部位轻轻地按抚,加强润肤霜与皮肤的亲和力。见图(27)。

二、调整好皮肤的色调

(1) 分析自己的肤色问题。

每个人的皮肤色调都不同,有的偏深一点,有的偏红一点,有的人因遗传或健康等方面的原因而呈现偏黄、偏灰的色调。即使在同一张脸上,每个局部的颜色也是有差异的。比如,额头偏黄,面颊偏微红,眼睛周围、嘴唇周围偏黄,下眼皮有的偏青等等。一个人的相貌、精神,有时在很大程度上取决于皮肤的色调。中国有句俗语,叫做“一白遮三丑”,干净、细嫩、白晰的皮肤不仅使人看起来年轻,而且能很好地衬托五官。见图(28)。



(2) 用粉底霜来改变肤色。

涂粉底第一要注意适量,太少不容易在整个脸上都均匀地涂到,太多了会使粉底过厚,同时也造成浪费。

涂粉底可以用专门的海绵拍,也可以用手指的指腹。不管是用海绵还是用手指,都要用拍打的方式将粉底打匀,不要在脸上拖。拍打的方式容易使粉底和皮肤自然溶和,显得很真实,皮肤质感极佳。

在拍打粉底时,要把发际、鼻翼两侧、嘴角、脸脖相接处都仔细地打匀,不要形成虚假或是让局部露出黄色的底子色。见图(29)、(30)。



红晕

红润光滑的面颊,自古以来就是人们衡量貌美的重要标志之一。面颊,亦称颊辅,是流露真情实感的部位。随着外界刺激和情绪的起伏,会产生明显的颜色变化。所谓“把酒偿春颊生红”,就是这种变化的生动写照。

人的面颊部位,毛细血管极为丰富,由毛细血管充血而使得颊部呈现出微红色。当身体不适或营养不良、过度疲劳时,生理机能的正常运转受到一定影响,反映在脸上,其特征之一就是颊部无红色,因此,在生活化妆中,常常借助于胭脂来使面颊生红,显示出健康的美。

在生活化妆中,涂胭脂也被称作涂面红。“面红”是借用舞台化妆中的一个名词,指涂敷在脸颊部位的一片红色。在舞台化妆中,由于舞台灯光的亮度与色彩对化妆的影响,以及舞台与观众席之间的距离,需要用比较夸张的色彩和造型为演员化妆。而在生活中的化妆,面红的处理要注意的是:

(1)胭脂的颜色不能太红太艳。朱红、大红、玫红都不适用于生活淡妆。砖红、浅棕红、粉红等较合适。

(2)胭脂的粉质要细,不能有浮在脸上的感觉,而应感觉是从皮肤的血管里透出来的“血色”。

(3)涂面红时,要注意与周围皮肤的自然衔接与融和,避免在面颊上形成一块孤立的红色。见图(33)。

(3)拍粉定妆。涂完粉底之后,脸上会呈现出白净而富有油亮光泽的肤质。如果你的皮肤本身很干,而且所化的妆只需维持较短的时间,那么,不用干粉定妆也可以,反而会十分自然真实。但是,在大多数情况下,涂完粉底之后还需要用干粉来定妆。定妆的作用一是可以使妆面保持长久,二是可以吸去过多的油脂,第三个作用是方便涂刷胭脂和眼影。

香粉的主要成分是滑石粉、碳酸钙、碳酸镁、氧化锌、陶土粉、色料、香精等。

选择干粉要注意两点,一是粉质要细,二是颜色要和粉底霜相近。因为颗粒粗不透明的劣质粉刷在脸上会形成明显的“粉气”,皮肤的质感就差了,而粉的颜色和粉底霜的颜色相差太大,会改变已涂上粉底的皮肤色调。

粉要扑得少,拍得轻。用粉拍蘸上粉以后,用手轻轻地搓一搓,抖掉多余的粉,只用残留在粉拍上的一点粉轻轻拍打在脸上就行了。拍打完之后,记住用一只干净的大刷子将脸上的浮粉刷去,使皮肤透明。见图(31)、(32)。



四、描出眉的神韵

眉毛除了具有防止汗水和雨水滴进眼睛的功用之外,更重要的是与面容和表情有关。眉毛的形状会跟着面部表情改变,眉毛的颜色与形态,又影响着人的脸型相貌。因此,长期以来,人们用刮眉、拔眉、画眉、染眉等各种手段来修饰眉毛,刻意增进容貌的美。

李小姐原先的眉毛很浓,而且比较散乱,这样的眉型与她清秀的脸型和五官很不协调,因而先用拔眉钳拔掉多余的散眉,又用小剪刀修剪了几根过长的眉。



修出理想的形以后,用眉笔在需要添画的地方画上几根。为了使眉毛自然,画完后用小刷子将整条眉毛刷理一下,这样,画上去的线条和自己的眉毛就自然地相接了,不会留下画眉的痕迹。见图(34)、(35)。

五、让眼睛更美丽

我国古典诗歌中早就有“巧笑倩兮,美目盼兮”这样的名句。俗话说:“眼睛是心灵的窗户”,可见眼睛在容貌美当中占有多么重要的位置。在古今中外的美容史上,为使眼睛美丽动人而不断发明的化妆品与化妆术,永远具有不可抗拒的吸引力。眼睛的美,是有灵魂的美。

眼睛的修饰有三个方面:

(1)刷眼影。眼影色是指化妆时涂于眼睛周围的颜色,有阴影色、亮色、强调色、装饰色等。涂眼影有修饰眼型、丰富眼部的色彩、与脸部整体色调相和谐的作用。但生活淡妆的颜色不能太鲜艳,以接近肤色的棕色系比较合适。李小姐的眼影色是由两种颜色组成的,在外眼角部位刷上紫棕色,在眼球最鼓的中间部位刷浅棕红。这样,既可使眼睛立体,又不会使眼影色太跳。见图(36)。

(2)画眼线。眼线的描画地位通常是在眼睑缘上长出睫毛的部位。画眼线的目的是为了眼睑边缘清晰,并由于眼睑的加深而形成与眼部巩膜的黑白对比分明,增加眼睛的光彩和亮度。见图(37)。

(3)美化睫毛。用睫毛夹卷压睫毛,可以使睫毛翘立高于眼睑,扩大上眼睑的弧度,使眼睛更多地受到光线照射。反射光与黑眼珠形成对比和闪动亮光,以使眼睛更为有神。

睫毛卷压之后,用睫毛液刷染,会使翘起来的睫毛又黑又密又长,十分美丽动人。见图(38)。





六、秀唇增色

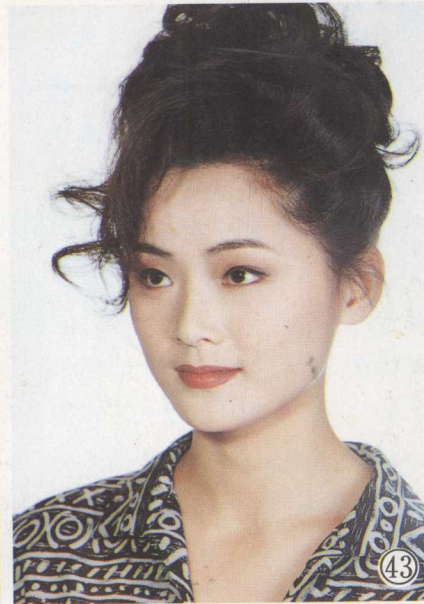
(1) 涂唇膏之前先用唇线笔勾出理想的唇廓线。嘴唇自然放松,这样可以很好地观察唇形线的形状。见图(39)。

(2) 画完唇线之后,选择和眼影、胭脂同色系或相近色彩的唇膏,用笔涂在嘴唇上。如果嘴唇干裂,也可先涂一层润唇油再涂唇膏。见图(40)。

七、注重整体造型

有人说化妆是“给脸穿衣服”。这是因为,粉底霜、眼影色、面颊红、唇膏等颜色是以未化过妆的皮肤颜色为条件而添加上去的。在人的整体形象设计中,化妆固然是很重要的部分,但离开了发型和服装,化妆就难以发挥其最佳效果。

李小姐化过妆之后,梳不同的发型,配不同的服装,给人的外观感觉和气质变化是不一样的。但愿我们每个人在为自己装扮时,都能找到最佳的设计定位。这种定位也许要在多次实践中才能找到或确定。见图(41)、(42)、(43)、(44)、(45)。



第三章 化妆造型的良好基础



46