

演绎富有个性的自我

Make up Academy 韩国化妆艺术

只有了解自己皮肤类型和脸型
的色彩，才能成功装扮出生动、
靓丽的自我。从非常容易的基
础化妆，到令人吃惊的高超的
化妆技巧，迷人的时装与化妆
并举的指南。

韩国化妆艺术家 申丹珠/著
任晓丽/主译

宁画报出版社

〔韩〕申丹珠 / 著
任晓丽 / 主译



Make up Academy

演绎富有个性的自我!

韩国化妆艺术

辽宁画报出版社

Makeup Academy©1995 Woongjin.com Co., Ltd.

All rights reserved.

Chinese language (simplified characters only) © 200X Morning Star Publishing Inc.

Chinese language rights arranged with Woongjin.com Co., Ltd. for sale in main land China only

and not for export therefrom.

原书由韩国熊津出版社出版

© 申丹珠 2003

著作权合同登记号：06-2002 年第 236 号

图书在版编目 (CIP) 数据

韩国化妆艺术 / 申丹珠著; 任晓丽主译. —沈阳: 辽宁画报出版社, 2002. 12

ISBN 7-80601-488-8

I. 韩… II. 申… III. 化妆—基本知识
IV. TS974. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 106283 号

出 版 者: 辽宁画报出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 25 号 邮编: 110003)

印 刷 者 沈阳市第三印刷厂

发 行 者: 各地新华书店

幅面尺寸: 210mm × 285mm

印 张: 11.5

字 数: 120 千字

印 数: 1~3 000 册

出版时间: 2003 年 2 月第 1 版

印刷时间: 2003 年 2 月第 1 次印刷

责任编辑: 刘红焰

封面设计: 绿 路

版式设计: 绿 路

责任校对: 孙明慧

定 价: 75.00 元

联系电话: 024-23284442

邮购咨询电话: 024-23284448

E-mail: hzbbs@mail. lnpgc.com.cn

http://www.lnkj.com.cn

韩国化妆艺术



演绎富有个性化的自我!



第一章 化妆品

第二章 化妆基础

第三章 时尚与化妆

第四章 高超技巧

1-00927
fd

Makeup Academy © 1993 Woongjin.com Co., Ltd.

All rights reserved

Chinese language (simplified characters only) © 2003 Morning Star Publishing Inc.

Chinese language rights acquired from Woongjin.com Co., Ltd. for sale in main land China only

and not for export therefrom.

讀者由韓國新津出版社出版

木芝如外國韓

© 1993 2003

著作權登記證：06-200

圖書在版編目 (CIP) 數據

韓國化妝藝術 / 申昌興主

編. 出版：2002.1

ISBN 7-80601-4

1. 韓. 化...

IV. TS974.1

中國版本圖書館 CIP 數據

編者：申昌興

編者：申昌興

編者：申昌興

編者：申昌興

編者：申昌興

編者：申昌興

編者：申昌興

編者：申昌興

編者：申昌興

編者：申昌興

編者：申昌興

編者：申昌興

編者：申昌興

編者：申昌興

編者：申昌興

編者：申昌興

編者：申昌興

編者：申昌興

編者：申昌興

編者：申昌興

編者：申昌興





演绎富有个性的自我!

韩国化妆艺术

CONTENTS



全力打造美	8
美只在勤劳的人那里生长	

第一章

化妆品

化妆品

具有药性的化妆品, 带有毒性的化妆品	12
1 了解自己的皮肤类型	13
2 基础化妆品是化妆的关键	15
3 购买化妆品的诀窍	15
晚上11点到凌晨2点是皮肤苏醒的时刻	19
拥有化妆品才能化妆	20
基础护理品	22
彩色化妆品	25
让我们也成为化妆艺术家	29

粉扑与粉刷

必备的化妆用具, 粉扑与粉刷	30
----------------------	----

第二章

化妆基础

基础化妆

让我们成为皮肤白皙、晶莹剔透的美人! ...	36
遮瑕霜	37
粉底霜	39
控制底色妆	42
粉	45
色彩斑斓的眼影	48



眼部化妆

引人注目的眼睛	50
眼影	51
眼线	59
睫毛膏	68
人造睫毛	74
眉毛	77

唇部化妆

用色彩说话	84
口红	85
眼睛和嘴唇，哪个更具魅力	92

脸颊化妆

拥有健康的气色	94
腮红	95

指甲护理

手指间流泻出来的美	98
指甲的色彩	99
打造光滑柔美的双手	102
倾倒异性魔力无限的香水	104
香水	105
另一种诱惑——女性选用的男士香水	109

第三章

时尚与化妆

知识女性妆	112
高雅妆	114
晚会妆	116
性感妆	118
古典妆	120
婚礼妆	122
休闲妆	124
韩服妆	126



第四章

高超技巧

全套眼部化妆技巧 130

实现从单眼皮到双眼皮质的飞跃

20 岁的女子为何会有像 30 岁一样的皮肤 133

脸部修正化妆技巧 134

不管是怎样的脸型都可以变得更加完美

不再惧怕炎炎夏日 137

最佳色彩搭配 138

彩色睫毛膏与眼影的搭配使用

颜色的调和 140

寻找全新色彩，塑造完美自我

肌肤上的点缀——魅力的焦点 143

少女化妆技巧 144

青春永驻的秘诀

卸妆和洁面比化妆更重要 147

眼睛与化妆 148

女人的第三大装饰品——眼镜与太阳镜

不同时间、地点、场合下的唇部化妆技巧 152

与恋人兜风，涂红色 + 淡棕色唇膏

化出润泽双唇 155

保持脸部匀称的方程式 156

脸型完美应具备的条件

弥补眼睛缺陷的神奇化妆技巧 160

消除障碍

画眼妆之前应注意的几点 163

增强眼部效果的化妆技巧 164

拥有迷人双目的 8 种技巧和小工具

唇部修正化妆技巧 166

令双唇秀美的 4 种化妆法

整容手术与化妆技巧 170

摆脱外貌的缺陷

如此清洗化妆用具 175

眼部修正化妆技巧 176

时装和眼线、眼眉

用香皂细致地洁面，您的皮肤美容

已获得了百分之九十的成功 181

书后寄语 182

找寻蕴藏着的宝石 / 申丹珠

鸣谢 184



全力打造美

美只在
勤劳的人
那里生长

在不断的努力下，美就像花草一样，一点点地成长起来。美妙而闪动的化妆、发式以及服务的完美结合，不仅是送给自己也是送给周围朋友们的一份愉悦。

俗话说，爱美之心，人皆有之。在某个战场中发现的珍藏品中最多的是自己心爱的人的照片，其次便是小镜子。由此可见，人类对美的追求是执著的，即使在面临生死存亡的关键时刻也不会放弃。在生死存亡的紧急时刻人类都如此爱美，那么在展现“自我”的现代社会中美的价值又有多大呢？

俗话说“同价红裳”，意思是说同样价钱的衣服，人们当然选择红色。毫无疑问，美也是我们的祖先所追求的。当遇到互不认识的人时，如果对方拥有欢快明朗的表情、扑朔迷离的双眸，那么你当然也会不由自主地投以欣赏的表情。

令人遗憾的是，内在美不能轻而易举地看出来，而充满生气的、带着欢快表情的外表则是反映一个人内心世界的一面镜子。特别是在现代社会中好好装扮自己的外貌，不仅成为反映社会生活的条件，同时也部分地反映了一个人对自己负责的程度。

当我们走在大街上的时候，偶尔会看见低垂着头走路的女孩。从我们崇尚儒教这一点来看，爱害羞的韩国女孩，确实很具有女孩子的味道。但在女人也撑起半边天的现代社会，对于女人害羞，我们可能不能持肯定的态度了吧？

虽然是件有意思的小事，但是首先过往的行人会担心她们是否会撞到电线杆子上。这也许是她们对人恐惧的流露。对于不能勇敢地向前看，充满自信地向前走的女孩子们也许有着为人所不知的苦恼。自己的缺点，特别是外貌上的缺陷，即使别人根本毫无察觉，但一般在自己看来可能却是极大的苦恼。这种不断滋长的苦恼，本能地使自己回避他人，自己对自己的那份自信也就渐渐消失殆尽。更有甚者，由于巨大的矛盾意识，而导致对社会的不适应。

但在现代社会中，解脱这种烦恼并不难，也不复杂。“天生的容貌”虽不是自己能够选择的，但是后天对生活的改善却是自己能够做得到的。即使是同一个人，化妆与不化妆的差异也是非常大的，甚至有时会让我们感到是截然不同的两个人。巧妙地装扮自己，会让自己也会令他人大吃一惊。

“四棱脸”总是招来别人的注视，令人不敢外出。其实这种脸型通过整形手术可以变得端正，“金鱼眼”可以通过做双眼皮手术，使其恢复。这些对我们来说可能会像给生活赋予了新的生命一样快乐无比。由于对生活有了新的自信便会积极地参与到社会中去，由回避别人到心潮澎湃地急切期待着与他人会面，使我们的生活更加精彩充实。

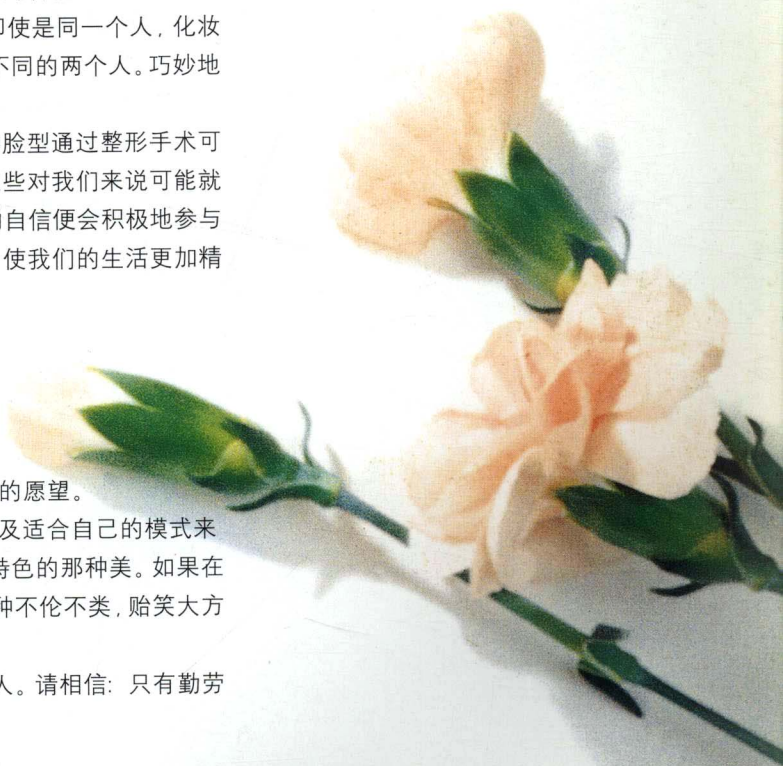
当我们穿上自己喜欢的衣服和穿上又破又旧的衣服时，从脸部表情到走路的姿势连我们自己都能感觉到不同。尤其是如果把自己曾经想极力掩饰的脸颊变幻成自己满意的那一种，那么每天的生活就会其乐无穷。吃尽人间美味，穿尽绫罗绸缎，是我们人类的自然心理，让自己变得更漂亮，是人类共同的愿望。

即使不做整形手术，如果寻觅到适合自己的妆容、发式以及适合自己的模式来掩饰自己的缺陷，展现自己的优势，我们也能够演绎自己独具特色的那种美。如果在这一点上你漫不经心，很容易会出现戴着乌纱帽骑摩托车的那种不伦不类，贻笑大方的效果。在不断的努力下，美就像花草一样一点点成长起来。

现在各种美容方法随处可见。世上没有丑女人，只有懒女人。请相信：只有勤劳的人才能拥有美，只有勤劳的人才能创造出充满自信的生活！



毕业于京畿高中，汉城医科大学，在东大学院获得整形外科博士学位。作为为数不多的著名整形外科专家之一的他，虽已过不惑之年，但仍对青春之美不懈追求。多次作为“韩国美女评选大赛”的评审委员，对“女性美”具有独到的见解。



整形外科专家 医学博士金寿信

1995年夏初

金寿信

化妆

我们为初涉化妆领域的人提供了各种适合自己皮肤的化妆品和使化妆大放异彩的化妆工具。好，现在就让我们打开书！当然，化妆中最重要的首推化妆品！



化妆品
粉扑与粉刷

Portfolio 1

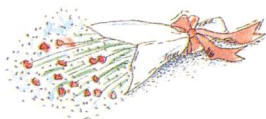


具有药性的化妆品，带有毒性的化妆品

化妆品并不是医治百病的良药。患有疾病的皮肤，无论使用何种化妆品也都无法渗透到肌肤中去。解决这个问题的最好办法就是“找到适合自己的化妆品。”

化妆品





1

了解自己的皮肤类型

皮肤测试要点

选择化妆品，最重要的还是要正确掌握自己的皮肤类型。当然皮肤类型也会随着季节的变化而有轻微的变化，还会由于周围环境、心理或生理状态而受到影响，因此皮肤类型也就不能完全信赖。但是，只有基本上正确掌握了自己的皮肤类型，我们才能对皮肤随着季节会发生怎样的变化以及周围环境会对其产生何种影响作出准确判断。

那么你属于什么类型的皮肤呢？这里就有个简便易行的测试方法。

首先，傍晚时分把脸清洗干净，然后在不使用任何化妆品的前提下等15~20分钟。这时如果整个脸上出现油脂并有一种油腻的感觉，就属于油性皮肤；如果感觉脸部没有弹性，并有紧绷的感觉，那就是干性皮肤；脸部既没有紧绷的感觉，也没有什么其他异常现象的，就是中性皮肤。

根据油脂的分泌量，我们可以把皮肤分为油性、干性和中性，这里对混合性皮肤和敏感性皮肤也作一下补充说明。

下面我们就来看一下各类皮肤的特征。

油性皮肤

油脂分泌量过多的油性皮肤，由于极易使脏物质附着在上面，因此经常会产生痤疮和粉刺等皮肤疾病。由于脸上油性物质较多，因此看上去也总是油腻腻的。

我们知道，痤疮多生在青春早期。过了青春期，便会慢慢消失。油性皮肤也是如此，过了青春期，随



洁面15~20分钟后，再测试自己的皮肤类型。

着油脂的分泌渐渐趋于正常化而变成中性皮肤。而那时你的皮肤是否还是油性的呢？

如果你的皮肤还具有以下特征，那么答案是肯定的。

首先，洗完脸后也没有紧绷的感觉，不久又泛起油光。即使经过精心的化妆也不是很容易能遮盖

住，而且整个脸油腻腻的。油脂分泌过多的额头、鼻子、下巴部位很爱长小痘痘，皮肤的纹理也较粗糙，鼻子周围长着许多污垢似的、细小的黑色斑点。

干性皮肤

干性皮肤与油性皮肤比起来油脂的分泌量明显减少，从油脂保护皮肤、阻止水分蒸发这一点来看，油脂分泌过少会导致皮肤紧绷，没有弹性，没有光泽，给人一种松弛的感觉。特别是秋冬两季，由于年龄的不同，皮脂腺和汗腺的活动也在减弱，这更使皮肤变得干燥、粗糙。

干性皮肤一般会呈现以下特征。

洗完脸后，如果不搽任何化妆品，皮肤就会非常紧绷。嘴唇爱裂，唇部周围干燥且非常紧绷，即使经过精心化妆也不能很好地吸收任何化妆品。用手抚摸皮肤，没有光滑的感觉，多少还会感到粗糙。皮肤易裂，还会产生许多肉眼难以看到的皱纹，毛孔较小，皮肤纹理比较细致。



油性皮肤用的爽肤水

调节皮脂腺的分泌，预防小痘痘。



干性皮肤用的爽肤水

补充肌肤所失去的水分。

中性皮肤●●●●●●●●●●●●●●

中性皮肤由于油脂的分泌量比较正常，因此可以说是各种皮肤类型中最理想的皮肤。但是正如前面所提到的，皮肤会随着季节、周围环境以及心理状态的变化而随时发生变化。即使你现在的皮肤是中性的，到了秋天和冬天也可能会变成干性的。受健康状况的影响，也可能变成油性的。

下面就让我们来看一下中性皮肤的特征。

中性皮肤在化妆时,化妆品能够被很好地渗透吸收,并且不容易掉妆;皮肤表面光滑,有弹性,有光泽,气色好;皮肤纹理细腻,具有一定的抵抗力。



中性皮肤用的爽肤水

在皮肤上形成一层保护膜,可以抵御外部刺激,从而保护皮肤。



中性皮肤
对化妆品极易
渗透、吸收，不
易掉妆，可以
说是最理想的
皮肤。

油脂的分泌量暂且不说，根据皮肤状态可以把皮肤分为混合性皮肤和敏感性皮肤。如果你的皮肤不属于我们上面所说的油性、干性和中性中的任何一种，那么你有可能是混合性皮肤或是敏感性皮肤。

混合性皮肤●●●●●●●●●●

额头和鼻子部位油脂分泌量很多，脸颊两侧无论何时总是给人一种浮肿的感觉，这正是大多数人的皮肤所具有的特征，即混合性皮肤。由于油脂的分泌比例失调，皮肤具有两种及两种以上的特征，即油性+干性。根据额头和鼻子部位的皮肤，我们可以判断自己的脸部皮肤属于油性。在紧绷、没有弹性的脸颊两侧即使涂上油脂丰富的乳液，整张脸也会呈现出明显的差别。

把脸洗干净以后，用指尖抚摸一遍脸颊。把T形区和脸颊互相比

较，如果油脂差别明显，就应该考虑你的皮肤是否是混合性的了。

敏感性皮肤●●●●●●●●●●●●

敏感性皮肤根据每个人具体情况的不同，其形成的原因和呈现的反应也有所不同。一般敏感性皮肤的人，对于平时使用的化妆品也会出现发痒症状。从冷的地方进到温暖的室内，皮肤发痒，脸部有时还发红。敏感性皮肤极易受到季节、周围环境以及心理状态的影响。一般说来，尤其引起的皮肤变化要比皮肤本身的变化快得多。



敏感性皮肤用的爽肤水

不含刺激皮肤的酒精成分，可以减少皮肤疾病。

迷你小贴士

清晨，轻轻松松化个淡妆就可以

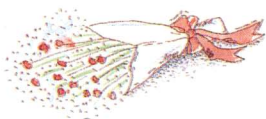
经过一晚上的充足睡眠，怀着愉快的心情从睡梦中醒来。早晨的皮肤护理只要轻轻松松化个基础淡妆就可以了。化妆前用过多的爽肤水和乳液会给化妆彩带来麻烦，因此化妆品适量，是非常关键的。

早上起来是为了把夜间分泌的油脂以及其他脏物质清除掉。因此最好使用泡沫丰富的洁面乳或美容香皂在清水中彻底洁面。然后涂上柔软的爽肤水，

使皮肤柔软、润泽，再涂上营养化妆水，使其均匀渗透，以供应皮肤所需要的油脂和水分，防止皮肤干燥。为了收缩毛孔，修护皮肤纹理，可以把化妆棉蘸上紧肤水，在脸上轻轻拍打。

营养面霜可以保护皮肤免受外部刺激,使皮肤更有光泽。用完紧肤水后,再薄薄地涂上一层营养霜。如果是油性皮肤,不妨用遮瑕霜代替营养面霜。





2

基础化妆品是化妆的关键

适合自己皮肤的基础化妆品

了解自己的皮肤类型，就会给选购化妆品带来这样那样的帮助。事实上，平时我们都使用同一品牌的化妆品，并不经常更换。如果你认为非常适合你朋友的化妆品有可能也适合你的话，那就太荒谬了，这就如你认为适合朋友的28寸裙子也可能适合你的腰围一样。在选购适合自己皮肤类型的新化妆品之前，还是先检查一下我们正在使用的化妆品！

现在我们所使用的化妆品中，对皮肤影响最大的就是基础化妆品类。不久前对我们的皮肤还不会产生影响的化妆品，逐渐地由于季节的变化或皮肤类型的变化，也必须仔细地分着使用。特别是随着按摩膏、洁面乳以及面膜种类的多样化，使人们可以根据自己的皮肤类型简单地处理一些皮肤疾病。而面霜可以先通过样品测试一下油脂的含有量，再看是适合油性皮肤，还是适合干性皮肤用，这样是最好不过的了。



3

购买化妆品的诀窍

谨慎是当务之急

了解自己的皮肤类型，在购买化妆品时一定要先问一下销售人员自己所要购买的化妆品中油脂的含有量以及使用期限，这样才可能购买到合适的化妆品。根据皮肤类型选购化妆品是最基本的，也是具有概括性的。不过在选购和使用化妆品时只根据这一点是远远不够的。

如果再了解一些应该知道的细枝末节等问题，就可以拥有一套属于自己的选购化妆品的秘诀。

购买化妆品之前应该试用一下样品

花了很多钱买回来的化妆品，没过几天就发现它不适合自己的皮肤。如果你知道在构成美的各种要素中皮肤有多重要的话，相信你马上就会停止使用此产品。不过，无

论你是一个多么有勇气，多么有决断力的人，一想到白白花了那么多钱，还是会忍不住心酸流泪的。

那么在发生这种令人难过的事情之前，让我们在选购化妆品的时候，先试用一下样品吧。正如前面所说的，即使朋友向你推荐的化妆品再好、再安全，对于你来说都有可能是定时炸弹，随时都有爆炸的危险。在试用样品期间，如果感觉皮肤状态在

变好,而且没有出现什么皮肤疾病,这样就可以认为它是“属于自己的化妆品”。如果想要适用一下各种化妆品,你不妨选择一个经常去的打折卖场或与来推销的销售人员建立良好关系,这些都不失为一个良策。



仔细阅读化妆品使用说明书,并在
使用期间妥善保管

即使买到了适合自己的化妆品,在使用过程中,如果突然出现问题也是令我们无可奈何的事。这时别忘了,还有产品说明书,产品说明书大显身手的时候到了。产品



说明书上除了介绍化妆品的使用方法和注意事项外,还详细、具体地介绍了化妆品在使用中必须注意的事项。此外,上面还记录了此品牌商品的顾客咨询处的电话号码。如果在使用过程中出现了问题,可以随时咨询。因为在产品的价格中已经包含了这项服务所需要的费用。作为消费者,你有权利享受这一待遇,所以应充分利用这张说明书。上面对于如何才能够在预防疾病的最大范围内收到最佳效果,以及产品使用期间如何存放、保管等问题也都有所介绍。如果我们把产品说明书都装订在一起妥善保管,以后查找就会十分方便。

生活节奏被打乱时更换化妆品是要
不得的

我们在给大家介绍皮肤类型的时候,不让大家断言“我的皮肤是油性的”也是有道理的。随着季节

的变化,油性皮肤也会有可能变成干性的,周围环境的变化,精神上的压力以及外部的某种刺激都会使皮肤产生很强的敏感反应。

由于生活的变化,身体节奏被打乱时,不更换经常使用的化妆品也是有益的

特别是女孩子在高三期间,一般只使用基础化妆品,毕业后参加了工作,突然一下子改用成人使用的色彩较浓的彩色化妆品并非是一件好事。脆弱的皮肤很容易受到伤害,当时就会引起各种皮肤疾病。

即使有一点副作用,也要果断地中止使用

在使用化妆品时,皮肤偶尔也有发痒或火辣辣的感觉,特别是用洁面乳或爽肤水这类常用化妆品,只高枕无忧地使用是不行的。即使脸部有一点发痒刺痛的感觉,也应

迷你小贴士

当你想消灭鼻子周围的小黑头时

假如你对着镜子仔细观察鼻子周围,就会发现有许多又小又黑的斑点聚集在那里。即使涂很厚的粉,鼻子周围的小黑头也会让人觉得你的肌肤不够干净。有些女性想消除这些小黑头就用手指挤压,其实这种方法只会使毛孔变大,甚至形成令人讨厌的红



鼻头,而这对于那些精明能干的上班族女性来说,简直是大煞风景。事实上,只要了解了小黑头的形成原因,消灭它简直易如反掌。

这些小黑头是皮肤中分泌出来的油脂与空气中的氧气相遇而发生的一种氧化现象。血液循环的失调也是其形成的原因之一。要清除这些小黑头,应该使暂时堵住汗毛孔的油脂块儿分解并溶化。晚上做按摩时应该使用润肤霜、营养液,或者橄榄油。接下来用纱布沾上一点儿性质温和的盐,放在鼻梁上轻轻揉搓。

为了促进血液循环,最重要的就是要消除心理上的紧张及各种精神压力。经常做按摩可以有效地加快脸部的血液循环。但对脸部过多的刺激会起到相反的效果,因此还要注意自己在洗脸中是否也存在着问题。

