

《美化生活大师》C
MEI HUA SHENG HUO

美化生活大师 ©

陕西旅游出版社

彩妆技巧

Caizhuangjiqiao

陕西旅游出版社

(陕) 新登字012号

责任编辑: 赵乐宁

封面设计: 周文波

责任监制: 刘青海

美化生活大师(六册)

作 者	云蕾/编
出版发行	陕西旅游出版社(西安长安路32号 邮编710061)
经 销	新华书店
印 刷	深圳兰天印刷有限公司
开 本	787x1092毫米 1/16
印 张	5
字 数	140千字
版 次	2001年4月第1版 2001年4月第1次印刷
印 数	1~1000册
书 号	ISBN 7-5418-1387-J/K · 118
定 价	(六册)148.8元 (本册)24.80元

HOW TO MAKEUP

《彩妆技巧教科书》 (上下篇)

目 录

I·上 篇

(一) 花钱少水啁啁的完美缺点克服技法。

眉毛——如何找出适合自己的眉型、如何修正眉型？	(2)
粉底——完美妆容不脱妆的秘密	(7)
盖斑膏——面疱、疤痕、雀斑、粉刺如何上妆？	(9)
基础粉底妆——让皮肤变得粉嫩及消除黑眼圈的方法	(13)
眼影——怎样画才能成熟而不老气？	(15)
腮红——由大变小绝招	(16)
鼻影——怎样才能让大鼻子不显眼？	(17)
口红——如何改变苦瓜脸？怎样才能更性感？	(18)
眼部彩妆——小眼变大、双眼皮有神、单眼皮可爱的秘诀	(21)

(二) 彻底治好恼人的青春痘！

青春痘是如何来的？	(26)
预防与对策	(29)

(三) 适合各类指甲的彩妆指甲。

又圆又短的指甲怎么办？	(31)
扁平又易断的指甲？	(33)
不够秀气的大指甲怎么办？	(34)

(四) 修长又笔直——窈窕美腿变身出击。

怎样的走姿影响双腿？	(36)
如何保养才能塑造完美的双腿？	(37)

(五) 三分钟化妆技巧。

上班淡妆的化法	(39)
舞会妆的化法	(40)
新娘妆及宴会妆的化法	(41)
戴眼镜的化妆法	(42)
长脸型化妆法	(43)
菱形脸化妆法	(44)
瓜子脸、圆脸型的化妆法	(45)
长脸型的化妆法	(46)
卸妆程序	(47)
眼影设计	(48)





II·下 篇

(一) 粉底与蜜粉

粉底的涂抹法	(53)
粉底的漂亮涂抹法·基础讲座	
个别肌肤粉底选用方法	(61)
选择适当的粉底, 解决您皮肤方面的困扰	
肌肤恼人处的掩盖法	(65)
利用小秘诀来掩盖个别部位的困扰	
打底化妆品选择法	(70)
根据不同的目的选择, 是现今化妆的基础	
粉底的 Q&A	(72)
有关粉底的简单疑问和常识	
基本的蜜粉技巧	(76)
粉底液上妆后的粉饼保养基础讲座	
蜜粉化妆	(79)
不使用粉底的蜜粉化妆	
蜜粉的选择法	(81)
最后决定胜负在于蜜粉	
透明感展现取决于粉的力量	
彩妆粉的使用方法	(84)
使用彩妆粉便可将皮肤调整得更漂亮	
加入腮红的方法	(86)
使用腮红如能让脸部从内侧发出色泽	
那么就算成功了	
蜜粉及腮红的 Q&A	(89)
有关蜜粉与腮红的简单疑问及常识	
补妆	(93)
对于已走样的底妆	
教你如何不费事地重新补妆法	

(二) 眼部与眉部彩妆

美的眼部彩妆	(98)
●认识眼睛	
以流行的眼部彩妆表现出自我的风格	(100)
●紫色眼妆●银色眼妆●黄色眼妆●绿色眼妆	
教你几个凸显眼部彩妆的秘诀	
眼部彩妆的基本技巧	(110)
●上眼影的基本技巧●描绘眼线的基本技巧	
●为您解答眼部彩妆的疑难杂症	
时髦的眉形	(120)
●流行眉形的基本画法	
●克服烦恼! 创造出属于自己的眉形	
●让你的眉毛在一瞬间改变!	
灵活运用眼部彩妆用具的图鉴	(122)
●睫毛夹●睫毛膏●眉刷与眉梳●假睫毛●	
眼线●画眉的用具	

(三) 完美的口红彩妆

基本口红	(138)
选择适合自己肤色的口红	
口红基本涂法	(140)
把口红涂得漂亮是有秘诀的	
混色涂法	(148)
以混色的方式让双唇更具光泽与立体感	
Q&A	(162)
解决涂不好口红的烦恼	





II·下 篇

(一) 粉底与蜜粉

粉底的涂抹法	(53)
粉底的漂亮涂抹法·基础讲座	
个别肌肤粉底选用方法	(61)
选择适当的粉底, 解决您皮肤方面的困扰	
肌肤恼人处的掩盖法	(65)
利用小秘诀来掩盖个别部位的困扰	
打底化妆品选择法	(70)
根据不同的目的选择, 是现今化妆的基础	
粉底的 Q&A	(72)
有关粉底的简单疑问和常识	
基本的蜜粉技巧	(76)
粉底液上妆后的粉饼保养基础讲座	
蜜粉化妆	(79)
不使用粉底的蜜粉化妆	
蜜粉的选择法	(81)
最后决定胜负在于蜜粉	
透明感展现取决于粉的力量	
彩妆粉的使用方法	(84)
使用彩妆粉便可将皮肤调整得更漂亮	
加入腮红的方法	(86)
使用腮红如能让脸部从内侧发出色泽	
那么就算成功了	
蜜粉及腮红的 Q&A	(89)
有关蜜粉与腮红的简单疑问及常识	
补妆	(93)
对于已走样的底妆	
教你如何不费事地重新补妆法	

(二) 眼部与眉部彩妆

美的眼部彩妆	(98)
●认识眼睛	
以流行的眼部彩妆表现出自我的风格	(100)
●紫色眼妆●银色眼妆●黄色眼妆●绿色眼妆	
教你几个凸显眼部彩妆的秘诀	
眼部彩妆的基本技巧	(110)
●上眼影的基本技巧●描绘眼线的基本技巧	
●为您解答眼部彩妆的疑难杂症	
时髦的眉形	(120)
●流行眉形的基本画法	
●克服烦恼! 创造出属于自己的眉形	
●让你的眉毛在一瞬间改变!	
灵活运用眼部彩妆用具的图鉴	(122)
●睫毛夹●睫毛膏●眉刷与眉梳●假睫毛●眼线●画眉的用具	

(三) 完美的口红彩妆

基本口红	(138)
选择适合自己肤色的口红	
口红基本涂法	(140)
把口红涂得漂亮是有秘诀的	
混色涂法	(148)
以混色的方式让双唇更具光泽与立体感	
Q&A	(162)
解决涂不好口红的烦恼	



I · 上篇

(一) 花少钱水咘咘的 完美缺点克服技法

把缺点变成优点

你的缺点是什么？是单眼皮？塌鼻子？小眼睛？世上没有完美的美人，但是漂亮的人却很多。原因就在于运用化妆术，把缺点变成优点而已。即使是玛丽莲梦露这样的大美人，也会认为自己的鼻子不好看，照相时特地用手遮掩！



先找出自己「可爱」的地方

除了掩饰不美的地方，还要找出自己“可爱”的地方来凸显，让焦点集中在那里，就不会一直在意不美的地方了。不过，有些自认为是缺点的地方，一旦经过化妆的巧妙改变，还可能变成优点喔！



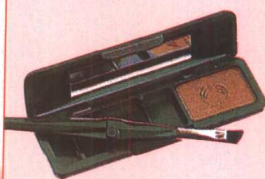
任何彩妆，都要讲究自然

掩饰缺点并不等于浓妆艳抹，首先要用盖斑膏把不美的地方遮起来，再涂上薄薄的粉底，营造透明感。而重点处的彩妆，如眼线、口红等，更在注意颜色的搭配。例如眼影色彩鲜艳时，就在搭配淡一点的口红。



这样一来就变成彩妆大师了

敏锐的观察力是彩妆高手的必要条件！好好研究自己上妆前后的脸，从正面、侧面、抬起下巴等各角度观察。还注意一些细微的地方，如眉毛、粉底等是否自然晕开、一气呵成等。此外，也要试着每天稍微改变一下造型。



找出适合自己脸形的「彩妆技巧」

以眼线而言，粗细、长短、弧度等都会影响脸部表情，每个人脸形不同，适合的眉形也不同。不要一成不变，每天试着做一点变化，不仅乐在其中，还能够帮你找出最适合的造型喔！



找出适合自己的眉形

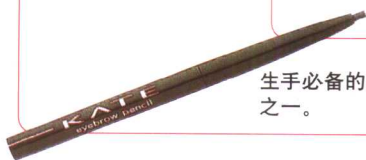
修饰前



因为眉尾稀疏，所以不化妆的日子里，也得画眉毛。现在正尝试找出适合自己的眉形。



MIA眼影组，容易控制用量，即使是生手，也可以熟练使用。



生手必备的入门的武器之一。

修饰后



CHECK

眼睛小的人 不适合细眉

眼睛小的人画上细细的眉毛，会显得太寒酸了。应该要用眉粉或眉笔，适量加深眉毛的浓度，才有健康的感觉。

脸颊宽大的人 不可强调眉峰

脸颊宽大的人，要避免眉峰过高，否则会更加强调宽大的脸颊。应该要让眉峰愈平缓愈好。

圆脸不适合短眉形 眉毛应该稍长一点

短眉形会让脸显得更圆，应该把眉毛画长一点，超过鼻翼及眼尾的连接线比较理想。

► 眉形应该要配合时间、地点、场合以及脸形

温柔的脸、倔强的脸、神采奕奕的脸……

眉毛决定脸蛋的表情！



温柔的眉形

眉峰到眉尾处平缓的弯度给人温柔的印象这是一般人最容易接受、不受潮流影响的眉形。



意志坚定的眉形

明显的眉峰强调坚定的意志力，眉形要沿着眉骨，否则就会很怪异。



知性的一字眉

没有眉峰的一字眉感觉简洁有力，眉尾要稍微向下收。



微粗而有神的眉形

微粗的眉形正在开始流行。深黑色不适合稍粗的眉形，应该谨慎选择颜色，利用晕开的技巧来画眉。



自然的眉形

相对于用眉笔画出清晰的眉线，以咖啡色眉粉淡淡地晕开在眉毛上的画法更自然、更方便。



前卫的眉色

用眼影为眉毛上色，可以呈现不同的风貌。



稍短的眉形

稍短的眉形感觉比较活泼，但是图中这款却太短了，此要注意的是圆脸的人也不适合短眉形，这会显得脸更大。



两眉间距离太近

即使只差了几公厘，但只是在两眉间靠得太近，就会感觉失去平衡。



眉峰与眉骨不合

很多人的眉峰就像图中的模特儿一样，高于自身的眉骨。这样的感觉是不是不太自然呢？

眉毛

什么地方怪怪的呢…?

你的眉毛就是这里不对

修饰后



修饰前



眉头的高度不对称，可是又不敢自己修整，只好用眉刷刷一刷。



眼影可以创造立体的眉形。



ORIGINS BROWFIX可以将眉尾垂下的八字眉修饰为上扬的效果。

用眉笔将左右眉毛对齐画好。图中右侧的眉毛画低一点，左侧眉毛则画高一点。并注意调整眉头的位置。



CHECK!

左右若不对称

对称地补齐

仔细观察左右两边的眉，包括眉头、眉峰、眉尾、宽度、弯度及浓度等、不对称的地方用眉笔补齐，再用眉刷刷匀。

眉毛要配合发色

以发色来选购眉笔。发色黑的人比较适合使用灰、深咖啡色、深茶色的眉笔，至于浅咖啡色则要慎重考虑。

向上梳理眉毛

自眉头眉尾，以向上的方向梳理。即使不修眉，只要这样梳理一下，也可以改变原来的面貌。如果能刷上透明的睫毛膏会让眉形更持久。



修正眉形让你更漂亮。



染眉膏，浅茶色搭配相同的发色更自然迷人

配合左右眉毛的高度画出眉峰他的眉峰太接近眉毛中心点，稍微往眉尾移会比较自然。弯弯的眉形适合可爱的表情。啊，左右眉毛好像有点不一样！



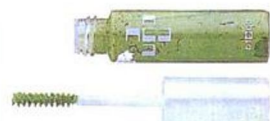
咖啡色系眉笔，笔心稍带橄榄绿的咖啡色，附眉刷。

延长眉尾让脸蛋更修长眉毛较短，所以要从眉峰处开始把眉毛画长一点，注意眉形要自然，与发色相衬的眉毛是绝佳组合，配上淡紫色眼影更好。



持久型眉笔3号，带橄榄绿的咖啡色，可以维持一整天。

受欢迎的一字眉要注意眉尾的高度露出美丽的额头时，眉毛更受注目。眉尾应该稍稍自然下垂，涂上蓝色眼线更迷人。



染眉膏，一边梳理眉毛一边上色。

由眉骨决定眉峰的高度眉毛与眉骨不太合，只要眉峰别画得这么高就好了。与刘海分开一点更加清爽。双眉的眉头太靠近了。



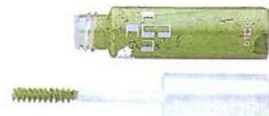
防水眉笔，深黑色，可以防汗、防潮。

眉尾轻轻晕开的眉形更自然眉尾欠缺自然，应该用眉刷梳开，发色、口红、及透明的睫毛膏搭配得不错。



眉笔触感 柔软可以画出自然的眉形。

选用与发色相衬颜色眉毛画得漂亮，可是有点不自然，应该要浅浅地晕开较好。另外，配合发色最好选用淡一点的色系。



透明染眉膏，可以让眉毛显得立体而与众不同。

眉尾上扬就可以改变脸部表情他的眉形很自然，即使不化妆也很可爱，透明染眉膏及口红也很自然。



定型染眉液，液状适合调整眉毛的方向。

眉头稍细一点会更自然整体的眉形线太平缓，眉头稍微修细一点试试看。口红还不错，可以凸显肌色。另外，眉峰的位置太靠近眉尾，应该往中间一点。

粉底

白皙肌肤与小麦色肌肤

修饰前

涂了粉底后遮盖了原本的肤色，反而显得不自然。可是也找不到更适合的颜色了。



皮肤白皙的人

修饰后



CHECK!

凸显肌肤的优点!

抹少许雀斑膏在雀斑上，再擦上一层薄薄的粉状粉底调理肌肤的纹路。平时只要抹一点乳液就好了。

抹上少许雀斑膏

慎选粉红色系

肤色偏黄时，粉红色会使肤色看起来更深，请听听专家的意见，避免使用粉红色。

检视自然光线下的肌肤

试粉底时不只要在室内涂一些在手背上，还要实际涂在脸颊上，到自然光线下看看是否适合。

扩散性佳，可以减少对肌肤的伤害。



试不出最适合的粉底时，就抹2、3种在头部试试看。最下面的颜色最适合图中的女孩。



柔润粉底，可遮盖毛孔，使肌肤变得更透明。



防晒粉底，带些微红润的粉红色，细致的粉粒宛如没有上妆的舒适。



防晒粉底，含峰王浆等保湿成分能深层滋润肌肤。



防晒粉底乳，给于肌肤透明感并防止晒伤脱皮。



透明粉底液，可使肌肤变得光滑细嫩，适合敏感肌肤。



修饰前

修饰后



炎热的夏天。肌肤即使已经涂了防晒化妆品。仍然会晒伤。

小麦色肌肤的人



CHECK!

如何预防脱妆

粉底要配合脖子的肤色

注意一致性

很多女孩没有注意粉底的色调必须与脖子肤色一致，以至于白白的一张脸下面是黄黄的脖子。上粉底时，也要考虑到脖子的肤色。

注意彩妆的色调

脸色可是会大受影响哩!

闪亮的金沙或珍珠白与小麦色的肌肤十分相配，可是这样会更强调肤色的深度，不喜欢小麦色肌肤的人避免使用。

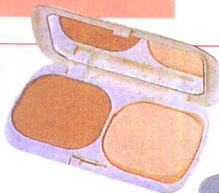
试粉底时，一定要用粉底扑涂抹脸部，以便确认粉粒的粗细及触感。



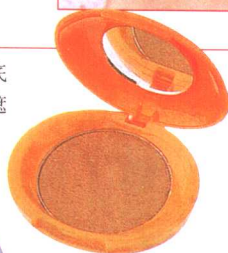
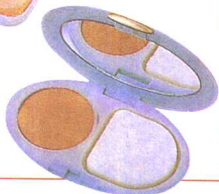
清爽粉底液，颜色十分均匀。



四季用粉，可防水、防汗，持久不脱妆。



套装粉底，粉底盒不伤肌肤，遮盖力强。



粉底01含椰子配方，持久自然，能凸显彩妆的立体感。



04粉底（娜丽丝化妆品）微细的粉粒，颜色十分自然。



粉底胶，修护日晒后肌肤，重显素肌之美。

不想再抹一层厚厚的粉底



用厚重的粉底遮盖雀斑，会让肤色不透明。



1 特别明显的雀斑，要用盖斑膏遮盖。



2 在用眉笔或棉花沾些盖斑膏点在雀斑上，再用手指推匀。



整脸涂好粉底后，遮盖不完全的地方再涂一次，最后用棉花棒点上盖斑膏。



盖斑膏，清爽不含油性配方，容易长面疱的地方可以安心使用。

3号盖斑笔，除了有盖斑膏的效果，还可当作妆容修饰笔。



盖斑膏，遮盖力强，敏感肤质也不会感到负担。



药用盖斑乳，可遮盖斑点并预防面疱。



粉底液，可平衡肌肤的皮脂分泌。

口红状盖斑膏，自然的上色效果可均匀遮盖深色的疤痕。





长了面疱如何上妆

修饰前



皮肤白皙的人只要长一颗面疱就很显眼，这时候最好不要化妆，可是……

修饰后



快要好的面疱要用笔涂上抑制油脂分泌的抗痘盖斑膏。



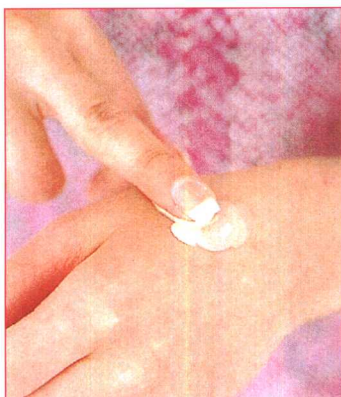
盖斑膏与底粉的交接处用手指推匀，尽量少直接接触到面疱。



整张脸打好粉底，容易长面疱的人要选择控油粉底。



想要遮盖橘皮状的肌肤



1 饰底乳可以与粉底液混合使用，也可以单独使用。



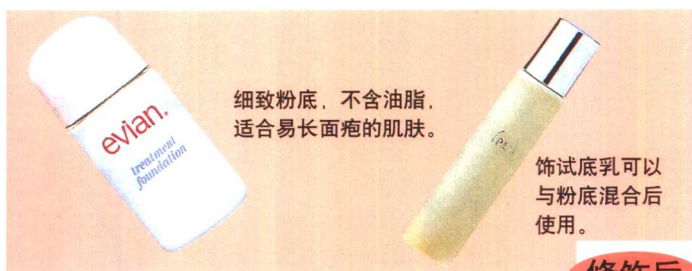
2 饰底乳与粉底混合均匀后，涂抹在凹凸不平的地方。



鼻子上粗大的毛孔及面疱疤痕真讨厌，如果能够自然遮盖起来多好。



3 用手指由内往外推开，晕开到周围的肌肤，填补凹凸不平的地方。



细致粉底，不含油脂，
适合易长面疱的肌肤。

饰底乳可以与粉底混合后使用。

修饰后



隔离遮瑕膏如果配合使用控油粉底的话，效果更好。



饰底乳，涂在粗大毛细孔上，肌肤看起来更光滑。



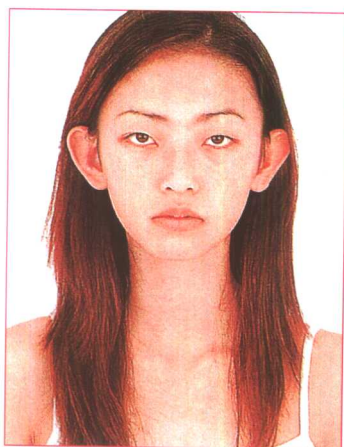
2号饰底粉，推散后可以均匀遮盖凹凸不平的毛孔及疤痕。



修饰前

修饰后

救救红脸颊



脸颊总是红通通的，医生说只是皮肤薄了一点，没什么问题，可是真的很不好看。



1 稍带黄色的饰底乳适合特别严重的红脸颊，而小范围的泛红只要用盖斑膏即可。



2 在红红的脸颊上涂上饰底乳，以手指由内往外推散开来，务必与四周的肌肤混合均匀。



3 饰底乳涂匀后再薄薄的涂上一层层的粉底。



饰底乳，淡黄色，可以遮盖大范围的红脸颊。



盖斑膏，象牙白与黄褐色的组合，



具有适度的遮盖力，也可保湿。

暗沉肌肤也能变得粉嫩透明



修饰后

修饰前

日晒后的肌肤会产生色素沉淀，即使做了保养，还是会变得暗沉。



1 额头、脸颊及下巴等地，涂上明亮的微红或浅咖啡色饰底乳。



2 整体上完成粉底后，脸颊涂上明亮的橘色或水蜜桃色蜜粉。



3 刷去多余的粉，就完成了基础的粉底妆。暗沉不见了，肌肤变得透明自然。



饰底乳与肤色接近的橘色系，给予肌肤健康明亮的色泽。



饰底乳，扩散性最佳，可以与其他颜色混合后使用。



5号饰底粉，细粉不外露，方便携带。



饰底霜涂好粉底后再涂上这个美丽的颜色，就完成了基础粉底妆。



饰底乳，透明无色也可以当作粉底使用。