



风靡全球的 女神韩妆

朴怡妮 编著



Korean makeup
秒变完美的神奇化妆教科书

新生代彩妆师的最简易化妆技术大公开

从新手到高手，化妆从此随心所欲

漂亮妆容取决于基础是否扎实
适合自己并适用于生活



吉林科学技术出版社



风靡全球的 女神韩妆

朴怡妮 编著

图书在版编目（CIP）数据

风靡全球的女神韩妆 / 朴怡妮编著. — 长春：吉林科学技术出版社，2014. 7
ISBN 978-7-5384-7932-4

I. ①风… II. ①朴… III. ①女性—化妆—基本知识
IV. ①TS974. 1
中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第149284号

风靡全球的女神韩妆

编 著 朴怡妮
编 委 张 旭 杨 柳 何 陆 张子璇 叶灵芳 崔 哲 杨 雨 赵 琳 安孟稼 李雅楠
党 燕 张信萍 韩杨子 李春燕 刘 丹 王 斌 王治平 黄铁政 高 甄 刘 波
刘辰阳 江理华 陈 晨 赵嘉怡 王超男 李 娟 杨 嘉 赵伟宁 王萃萍 何瑛琳
张 颖 刘思琪 汪小梅 吴雅静 许 佳 姜 毅 周 雨 郑伟娟 康占菊 宋 磊
程 峥 蔡聪颖 王 清 王 欣 王 杨 肖雅兰 张 健 高 原 尚 飞 宋 丹
王 钊 苑思琦 李 娟 李志滨

出 版 人 李 梁
选题策划 美型社•天顶矩图书工作室（Z.STUDIO）张 旭
策划责任编辑 冯 越
执行责任编辑 王聪慧
封面设计 美型社•天顶矩图书工作室（Z.STUDIO）
内文设计 美型社•天顶矩图书工作室（Z.STUDIO）
开 本 780mm×1460mm 1/24
字 数 280千字
印 张 7. 5
版 次 2016年1月第1版
印 次 2016年1月第1次印刷

出 版 吉林科学技术出版社
发 行 吉林科学技术出版社
地 址 长春市人民大街4646号
邮 编 130021
发行部电话/传真 0431-85600611 85651759 85635177
85651628 85635181 85635176
储运部电话 0431-86059116
编辑部电话 0431-85659498
网 址 www.jlstp.net
印 刷 长春新华印刷集团有限公司

书 号 ISBN 978-7-5384-7932-4
定 价 35. 00元
如有印装质量问题可寄出版社调换
版权所有 翻印必究 举报电话：0431-85635185



Preface

基础好，化韩妆不费力

每个女性都想通过化妆变得更美、更年轻，但是想要像专业化妆师、知名彩妆博主那样，化得又漂亮又顺手，一定要从基础开始学化妆。许多专业彩妆造型师习以为常的手法，对于没有系统学过化妆的人，还是不太了解的。所以如果基础知识不扎实，盲目追求高级的潮流妆，化了彩妆反而不如不化，甚至会导致肌肤老化等问题。

这本书介绍了化彩妆的基本技巧，包含了如何借助化妆修饰自己的不足，如何挑选化妆产品、彩妆工具，使化妆更得心应手。还包括如何张弛有度地化出适合自己的完美妆容，避免常见的错误手法，让化妆的方式简单起来。

彩妆潮流更替停不下脚步，妆容的绚丽多变离不开基础知识。韩系妆容也是如此，底妆的洁净、眼妆的利落，简练的化妆更需要扎实的基本功。想达到自己预想的效果，想快速掌握韩国化妆术，打开本书，很适合日常应用，而且初学者也很容易学会的化妆技巧，每一天都可以用到。

这本书不是一位化妆师的个人偏好，也并非追逐潮流华而不实，更不是专注地域特色而偏离中国女性气质的盲目追溯，而是凝集资深彩妆造型师、彩妆编辑，多年化妆指导的经验精髓而成，希望通过本书，帮助大家找到完美自我的捷径。

9 CHAPTER 1 底妆不费力

10 Basic1 速变谁都适合的自然肌

11 有张有弛的涂法见效快！

14 Basic2 粉调妆前乳与粉底加快亮肤

15 用粉色简单呈现明亮、立体肤色！

18 Basic3 按压 × 打磨即刻融合

18 借助粉扑与粉刷消除多粉感

20 Basic4 一支 BB 霜最快完成外出妆

21 缩短化妆时间，只要这样一支！

22 气垫 BB 霜打底、补妆两不误

22 揭开“魔瓶”，你选对了吗？

23 充分利用指腹缩短时间

24 Make-up Skills 1 上粉底前使用妆前乳



26 Foundation1 只用粉底液与少量蜜粉

27 选择接近肤色的粉底色！

30 Foundation2 直接打底的便捷粉凝霜

31 粉底 + 蜜粉二合一，快速打底！

33 Make-up Skills 2 粉底的选色

33 妆容基色与亮度！

34 Foundation3 15 秒定妆用粉饼

34 根据肤质选择粉饼与手法！

37 用大粉刷简单涂粉饼！

38 Application1 几近素颜的水肌

39 “乳液”底妆调整肌肤水润质感！

42 Application2 不使用粉底的 BABY 肌

43 底妆并非“不涂粉底不可”

46 Application3 光影速成酷感“化妆肌”

47 巧妙运用颜色与质感，轻松呈现立体妆感

50 Application4 有张有弛的“上妆感”

51 优质妆效有张弛感很必要

54 *Application5* 好底子节省 10 分钟

55 洗颜要适可而止

56 “滑动”与“画圈”为妆容加分

57 无需按摩乳的“美颜加压”

58 配合护肤品的妆前 SPA

59 敷面调节疲劳肌

60 *Concealer1* 遮瑕！粉底薄涂瞬间 OK

61 遮瑕品质地与特点

62 “改变命运”的一个颜色



62 消除暗影——“提亮”好过生硬遮盖！

62 应用部位 1：嘴角

63 应用部位 2：法令纹

64 应用部位 3：下眼睑

64 应用部位 4：眼周

65 *Concealer2* 各类瑕疵立即隐形

66 黑眼圈——从中部开始遮盖

67 遮盖色斑——涂后不要拍按

68 *Make-up Skills 3* 毛孔应用指腹抚平

69 CHAPTER 2 眼妆不费力

70 *Eyesh1* 3 秒 × 3 段打造不塌落的 3D 睫毛

71 涂睫毛膏前夹弯、涂后加固！

72 根部 3 秒→中部 2 秒→梢部 1 秒

73 用睫毛膏仔细涂刷睫毛根部

77 *Eyesh2* 短时间 OK 的 MINI 假睫毛

80 *Eyeline1* 几笔填入描线更简单！

81 一条线决定美人印象！

83 重叠描液体眼线提升光泽



84 *Eyeline2* 柔滑，画眼线一笔成型

85 *Eyeline3* 加粗一圈，新手也能挑战

86 *Eyeline4* 眼线画不平滑的快速修整

86 画点状印记后衔接

87 用眼影粉重叠描画

88 用棉棒描眼线很简便！

88 眼线长度由“下眼睑”决定

89 *Eyeline5* 单眼皮、内双眼皮的眼线

89 内双眼皮——眼角粗、眼尾细

90 单眼皮——适当加粗

91 *Eyeline6* 修饰眼形的眼线应用

91 “黑白线条”美瞳效果加倍

92 拉长眼形的上扬眼线

93 下垂眼线柔化印象

94 修饰大双眼皮的弧形眼线

95 强调内眼角缩短眼距

96 *Eyeline7* 微调眼尾角度，拯救眼形

97 水平眼线拉长眼尾

98 *Eyeshadow1* 淡→浓的顺序

99 混合颜色更多变换！

100 “层次感”是涂好眼影的基础

101 薄→浓→中间是基本涂法



104 *Eyeshadow2* 3秒美瞳！圆形高光强调圆度

106 *Eyeshadow3* 暖心的下眼尾 1/3 深度

108 *Eyeshadow4* 一个颜色也漂亮

109 中性色强调立体轮廓

111 指腹涂抹最简单

112 细微光泽点亮眼神

113 *Application1* 单眼皮不费力放大 1.5 倍

113 简单一抹更惊鸿

115 单眼皮——纵向阴影 × 横向线条

117 延伸：吊眼梢

118 延伸：眼尾内双

119 *Application2* 内双变大眼就这么简单

119 要细、不要浓重

121 内双眼皮——内眼线 × 淡色眼影

123 延伸：重眼皮内双

124 延伸：小目内双

125 *Application3* 双眼皮也有“小心事”

125 接近“杏仁”形适当修饰是捷径

127 平行宽双眼皮——粗眼线 × 深浅眼影

129 延伸：左右双眼皮幅度不同

131 延伸：眼尾平缓

132 延伸：黑眼球小

133 *Make-up Skills 1* 只需要一支遮瑕笔

134 *Make-up Skills 1* 毫不费力补眼妆

135 CHAPTER 3 眉妆不费力

136 *Eyeblow1* 30 秒眉妆，第一眼美女

- 137 眉色以“头发的颜色”为准
- 138 3 点决定眉形
- 139 从眉峰与眉下入手更便捷
- 140 每周修整一次，保持眉形
- 141 刚柔并用，打造谁都适合的自然眉

144 *Eyeblow2* 简单几步拯救眉形不足

- 145 “下轮廓”与“深浅色”修饰淡眉
- 147 “绒毛感”打造柔和眉
- 149 “自然”与“清晰”兼顾的清爽眉
- 150 *Make-up Skills* 眉形修饰脸型



151 CHAPTER 4 唇妆不费力

152 *Basic1* 5 秒打造微笑嘴角

154 *Basic2* 直接涂唇膏，下唇提亮

- 155 唇部水嫩，才能画得漂亮
- 156 只要掌握“顺序、方向”就能驾轻就熟

157 *Application1* “彩度、明度”是大事

- 158 “低彩度、低明度”更衬肤色
- 158 如何涂鲜艳的唇膏不突兀？
- 159 “中间明”“两侧暗”打造立体红唇
- 160 “内深、外浅”自然与肤色衔接



-
-
- 162 *Application2* 亮色眼线与双色咬唇
- 164 *Application3* 暗紫色眼影与烟粉色雾面唇
- 166 *Application4* 一步，秒杀唇妆烦恼
- 166 加一步：面巾纸轻按
- 167 加一步：叠加润唇膏
- 167 加一步：同色唇彩笔打底
- 168 加一步：棉棒补妆
- 168 就一步：唇彩！一涂就漂亮



169 CHAPTER 5 颊妆不费力

- 170 *Application1* 好气色，随手拈来
- 172 睿智挑色与颊妆，一通百通
- 173 顾及侧面的“三向”涂法，秒收脸颊
- 174 *Application2* 立体小脸，唾手可得
- 174 阴影只要一带而过
- 175 三角光影——小脸轻易上手
- 175 钻石光影——减龄只需点到为止
- 176 *Application3* 形色俱佳，幸福感一步之遥
- 177 双椭圆与珊瑚色——两步创造自然印象
- 178 横宽的橘色——健康感一跃眼前
- 178 点圆的粉色腮红膏——用手指简便涂
- 179 *Appendix* 变下顺序，避免喧宾夺主



The basic foundation

Chapter



1

即刻变无暇肌

底妆不费力

变美的化妆秘诀是什么？其实就是底妆。

每个女性都想变得更美丽、更年轻，

但即使比较熟悉化妆的人，

也会遇到化好妆要半天、

不尽人意还要卸了重画等境况。



打圈、拍按、晕开…
加速完妆

特别是对于很多经常赶时间的女性，

如何自己对着镜子轻松化完妆、

如何高效地画出漂亮的妆是最重要的。



变换手法、产品、顺序…
时间尽在掌控

精致的妆容并非一秒就能完成，

也不是昂贵化妆品就能“堆”出来的，

而是根据期望获得的效果调整基本步骤、

根据想要达到的遮瑕效果而选择合适的产品。

张弛有度，让化妆变得更便捷、更轻松，

化出的效果也会出人意料的好！



巧妙利用色调、质地，
快速提升肌肤魅力

The basic foundation

Basic



1

MAKEUP POINT

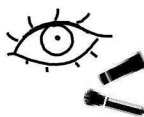
- 1 用黄色基调的自然色妆前乳与粉状粉底，重点修饰视觉焦点的眼下部位，可以缩短化底妆的时间。
- 2 从眼下→脸周，强→弱过渡，要注意避免涂满整个脸部，有张有弛地打底才是最快捷有效的。

BASE FOUNDATION

速变谁都适合的自然肌

“修饰眼部下方”是提升底妆效果的关键；但很多女性往往疏于眼下打底。妆前乳、粉底、遮瑕膏要张弛有度地使用，只使用粉底，甚至整张脸都均匀涂抹的方法是错误的。

好好地修饰眼部下方瑕疵，
其他部位则薄薄的一带而过，



强调重点部位的修饰，可以大大缩短上妆时间，
效果也是最自然的。

Foundation

► 这个妆容使用了接近肤色的自然色妆前乳，适用于整个脸部，以改善肤色不均或者是毛孔凹凸不平、有细纹等皮肤状态。



妆前乳



粉状粉底



遮瑕棒



蜜粉

！有张有弛的涂法见效快！

妆前打底是化底妆的第一个环节，而在这一过程中提升完美印象的秘密，就是“眼部下方关键部位的修饰”。眼部下方是视觉焦点范围，但却是泛黑眼圈等问题的集中区域，将眼部下方作为打底重点，是最快呈现理想效果的技法。

在眼部下方涂妆前乳，轻柔地用指腹呈圆形涂抹是要点（见图1）。另一个需要注意的地方是：用粉底好好地矫正眼部下方瑕疵，适度修饰T区瑕疵，脸周粉底薄薄涂抹即可，同时通过改变化妆海绵与粉底刷的走向等手法，调整修饰力度，从眼下→脸周，强→弱过渡（见图2），避免整张脸都使用同一力度与手法，有张有弛地打底才是最快捷有效的。

points



1



2

STEP 1 妆前乳

How to



5处点涂上妆前乳，控制用量

两侧脸颊→额头→鼻部→下巴点涂妆前乳，在重点部位先涂上再抹开，要避免涂多。脸颊面积较大，可以多涂一些。



妆前乳：填补肌肤凹凸不平处，均匀肤色并提升明亮度。



从内侧向外侧涂抹，瑕疵处打圈涂

用指腹从内向外将妆前乳延展开，眼部下方容易出现黯沉的地方、鼻部周围毛孔明显的地方，以画圈圈的手法使霜体与肌肤充分融合，遮瑕效果更好。

STEP 2 粉状粉底



眼部下方用粉底刷涂粉底

从容易出现黯沉的眼部下方开始涂粉底。用刷头蘸取粉状粉底，以“轻扣”的手法自然地修饰眼部下方，和使用海绵时手法一样。



粉状粉底：超细粉末修饰粗大毛孔及暗疮印。



T区画小圈，轮廓线滑动薄涂

T区用力涂粉底易花妆，用粉底刷蘸取少量粉底，以画小圈的方式转动刷头涂更贴服。脸周轮廓处粉底涂厚易浮粉，用粉底刷上剩余粉底就足够了，滑动刷头涂至融合。

STEP3 遮瑕棒



调整固体遮瑕膏用量

直接使用遮瑕棒容易涂厚，涂时要用指腹在手背上调整用量；也可以用小号粉刷蘸取膏体涂抹，可以更好地控制用量。



遮瑕棒：填补肌肤凹凸不平，均匀肤色并提升明亮度。



修饰眼角下方、鼻翼、嘴角的阴影

眼角下方轻轻地小幅度转动刷头，像画小圆圈一样涂抹遮瑕膏。鼻翼、嘴角要扫匀。

point 鼻周毛孔较明显的部位，可以用粉刷再蘸取少量遮瑕膏，将刷头竖起与肌肤呈90度点涂毛孔处，填补凹凸不平的地方。

STEP 4 重叠涂蜜粉



用蜜粉固定遮瑕处

为了巩固遮瑕部位，用蜜粉在涂抹遮瑕膏的地方重叠涂抹，使用中号粉刷轻薄扫上蜜粉即可。

透明蜜粉：细腻粉质使定妆效果自然通透



大号蜜粉刷“抛光”

用蜜粉刷由内向外轻刷几下整个脸部，去除多余的浮粉，可以避免妆感厚重，使底妆更为清透。



The basic foundation

Basic

 2

MAKEUP POINT

- 1 粉色与米黄色是基色，适合所有肤色。
- 2 利用底妆颜色的微妙变化调整肌肤的基底色，掌握局部使用调控色的诀窍，挑对颜色，妆感就不会显得厚重，如用黄色修整泛红的两颊，用粉色调整红润感。

BASE FOUNDATION

粉调妆前乳与粉底加快亮肤

只需在粉底前后加入粉色，就可以增加富有女性魅力的肌肤品质！

用偏红的色调为肌肤营造白里透红的自然红润效果。

(全脸)

(眼部下方)

明亮的粉调妆前乳 + 粉调粉底

粉色调的叠加让肤色快速亮白，

为肌肤带来意想不到的柔美、红润印象。

Foundation

► 在基础底妆中，选择具有隔离、调色作用的粉调妆前乳（不用再涂抹饰底乳，以避免底妆显厚重），并在粉底液后局部使用粉调粉底。



妆前乳



粉底液（肤色）



遮瑕棒



粉底液（粉色）



蜜粉

I 用粉色简单呈现明亮、立体肤色！

想让肤色显得亮白，使用统一色阶的明亮色，不如在肤色上添加粉红色调显得更自然。在黄褐色调中加入一些粉红色调的话，就可以让肤色看起来更健康。涂粉调底乳、自然色粉底液后，只在眼部下方涂抹薄薄一层比粉底液亮一阶色号的粉红黄褐色粉底（Pinkochre）（见图1），富有立体感的、张弛有度的底妆立刻呈现！一般自然健康色的粉底中红色与黄色的比例各半，而粉红黄褐色粉底中红色大过于黄色。在深色粉底后使用明亮粉色粉底，可以调控粉色，避免膨胀感。

由于眼下部位重叠使用了粉底液，所以，第一层粉底要尽可能薄（见图2）。

points

自然色



►1

明亮粉色



►2

STEP 1 妆前乳

How to



粉色系妆前乳点涂后画小圈涂开

分别在两颊、额头、鼻部、下巴点涂妆前乳，并从内侧向外侧涂抹开，眼下、鼻翼、嘴角以画小圈的手法使妆前乳与肌肤紧密贴合。



粉色妆前乳：修正暗沉肤色，使肌肤显红润，提升华丽色泽。

STEP 2 粉底液



粉底液薄薄涂在眼部下方与T区

眼部下方慢慢滑动粉扑，像抚摸肌肤般涂抹粉底液。由于之后要重叠涂不同颜色的粉底液，所以第一层要尽量轻薄。T区用粉扑画小圈涂匀。



修护粉底液（肤色）：微粒因子使肌肤更细滑。有效缩小毛孔，淡化痘印，均匀肤色。

遮瑕膏：超细粉末修饰粗大毛孔及暗疮印



STEP 3 遮瑕膏



“拍按”“画小圈”“滑动”

毛孔等瑕疵处“拍按”；眼下、鼻翼、唇周细节部位“画小圈”；脸周轮廓线“滑动晕开”，和使用粉刷一样分别运用不同的手法涂抹粉底液。



修饰眼角下方、鼻翼、嘴角

用小号眼影刷以轻抚的方式一处处分别将遮瑕膏薄薄地延展开，使遮瑕部位与周围肤色融合。