

完美化妆

浓妆淡抹总相宜
beauty make up for you

〔日〕渡边雅江 著 张春玲 译

河南科学技术出版社



BI MAKE

© MASAE WATANABE 2002

Originally published in Japan in 2002 by SEITOSHA CO.,LTD.

Chinese translation rights arranged through

TOHAN CORPORATION, TOKYO.

版权所有，翻印必究

著作权合同登记号：图字 16-2004-11

图书在版编目 (CIP) 数据

完美化妆/[日]渡边雅江著；张春玲译.—郑州：河南科学技术出版社，2005.1(2006.9重印)

ISBN 7-5349-3218-1

I.完… II.①渡…②张… III.化妆—基本知识 IV.TS974.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 099880 号

出版发行：河南科学技术出版社出版

地址：郑州市经五路 66 号 邮编：450002

电话：(0371)65737028

责任编辑：刘欣

责任校对：李华

封面设计：高银燕

印刷：河南第二新华印刷厂

经销：全国新华书店

幅面尺寸：148mm × 210mm

印张：4

字数：150 千字

版次：2005 年 1 月第 1 版 2006 年 9 月第 3 次印刷

定价：22.00 元

如发现印、装质量问题，影响阅读，请与出版社联系。

完美化妆

浓 妆 淡 抹 总 相 宜

beauty make up for you

〔日〕渡边雅江 著

张春玲 译

河南科学技术出版社

· 郑州 ·

C o n t e n t s

目 录

4

前言

5

本书的使用方法

6 - 63

第1部分

化妆基础

8

化妆的基本工具

10

化妆品的基本种类

12

化妆的基本程序

14

掌握化妆的基本技巧

14

化妆前正确的洁面方法与肌肤保养

17

打底

18

巧施粉底

22

美眉

30

眼部化妆

48

唇部化妆

52

晕染腮红、提亮色

56

补妆的基本步骤

58

外出时携带的补妆用的化妆品

60

卸妆



64 - 95

第2部分

化妆技巧应用篇

66

展示个人风采的化妆

66

淑女型文静优雅的精致妆

68

健康型充满活力的俏丽妆

70

知识型典雅成熟的丽人妆

72

本色型透明纯洁的自然妆

74

少女型甜美、活泼的可爱妆



76

适合各种场合的化妆

- 76 愉快清新的每日妆
- 78 约会游玩的靓女妆
- 80 出席宴会的娇媚华丽妆
- 82 适合面试、毕业典礼的清爽亮丽妆

84

对不理想的部位进行遮盖

- 84 使眼睛显得大而明亮的化妆
- 86 掩饰粉刺的典雅妆
- 88 使脸庞显得玲珑精致的化妆
- 90 掩饰黑眼圈的晶莹化妆
- 92 掩饰红脸的巧妙个性化妆
- 94 掩饰皱纹、雀斑的化妆技巧

96 - 121

第3部分

助您一臂之力的化妆档案

98

色彩协调的化妆档案

- 99 橙色
- 101 粉红色
- 103 棕色
- 105 绿色
- 107 蓝色
- 109 紫色
- 111 金色
- 113 单色调



114

来自专业美容师的忠告

- 114 快速化妆的绝招
- 118 用普通化妆工具也能得到更好的化妆效果
- 120 化妆用品到哪里购买?

122

化妆术语解说

前言

由于工作关系，在给很多顾客化妆的时候常常不由自主地感觉到：“为什么在电视、电影、新闻媒体中抛头露面的人总是光彩照人呢？”我想她们是真正地找到了自己的魅力要点。正是能够对自己的面孔做出客观的判断与诚实的评价，才能充分地展示出其妩媚娇艳、绚丽多姿的美丽！

在打开这本书的时候，您是否已经找到自己面部特别惬意的地方、找到自己的魅力所在之处，并使之成为闪光点？把自己不太满意的部分进行巧妙地遮盖，有目的地巧施粉黛是通向美丽优雅的一条捷径。其实化妆并没有什么“必须要恪守的规律”。流行时尚的化妆技巧，各种各样的化妆用品，自己认为“真漂亮、真酷”的化妆品都可以尽情地尝试。在花样翻新的试妆过程中，您会不断地发现自己的特点，完善自己，这也是化妆的一大乐趣。即使化好了妆以后不满意，觉得没有完全展示出自己迷人的风采，没关系，洗掉重来就是了。重要的是如何找到并突出自己的个性魅力，运用独特的化妆手法，粉妆玉琢，创造出超凡脱俗的意境，焕发出活力的风采。

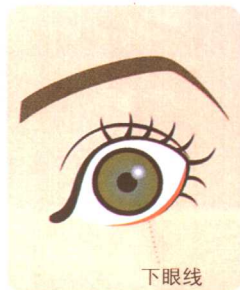
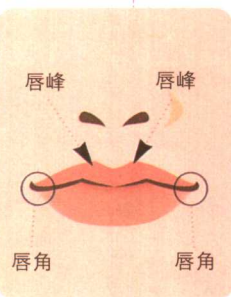
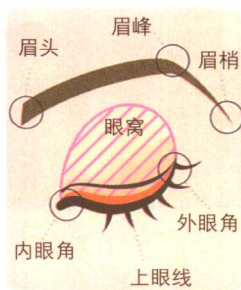
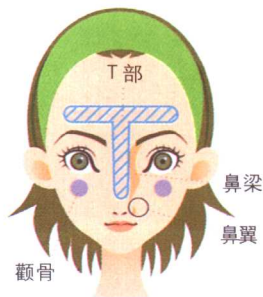
本书的使用方法

本书是专为想开始化妆或初学化妆的人们编写的。全书共分三个部分，从化妆的基础，到适合各种场合的化妆，都进行了简要的讲解。第1部分介绍了化妆的基础知识和技巧；第2部分、第3部分是实际应用部分，以详尽的解说和操作实例介绍了各种场合所需要的化妆，相信它一定会助您一臂之力。

- 第1部分：掌握化妆的基本技巧。对化妆的基本步骤进行了翔实的解说。
- 第2部分：根据个人的长相特点，不同场合的需要，对化妆的要点进行详细具体的解说。
- 第3部分：多姿多彩、风格迥异、光彩照人的快速简捷的化妆实例及实际应用篇。

本书中描述面部部位使用的语言

在讲解化妆的过程时，使用面部、眼睛、唇部等语言来表达。若出现自己不明白的词语时，请参照下列的图示，仔细确认所指的部分。



Part.

第1部分

化妆基础



也许您从未涉猎过令人心旷神怡的化妆，

根本不知粉底의 涂抹方法和描眉的窍门，



不知如何做出千姿百态、光彩夺目的化妆，

可能您对化妆品都一无所知！



没关系，莫慌张，请您立刻行动，

跟我们一同陶醉于化妆的奇妙海洋。

1

索 引

化妆的基本工具	8
化妆品的基本种类	10
化妆的基本程序	12
掌握化妆的基本技巧	14
化妆前正确的洁面方法与肌肤保养	14
打底	17
巧施粉底	18
美眉	22
眼部化妆	30
唇部化妆	48
晕染腮红、提亮色	52
补妆的基本步骤	56
外出时携带的补妆用的化妆品	58
卸妆	60



化妆的基本工具

如果想从现在开始化妆，首先请把以下这些化妆品准备齐全。建议您挑选刷子时，选择把刷子头垂直放在手脖上也感觉不到疼痛的柔软刷子。

化妆套刷



●面刷

涂粉时可适用于整个面部较宽大的范围。



●胭脂刷

晕染腮红时使用。也可以代替面刷使用。



●眉毛刷

用来蘸眉粉，画眉毛时使用。



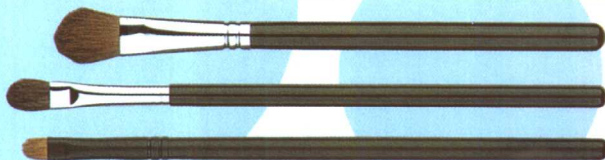
●螺旋刷

用于卷曲睫毛、梳理晕染眉毛。



●眉刷眉梳

梳理部分用于睫毛，刷子部分涂刷眉毛时使用。



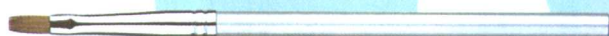
●眼影刷(大、中、小)

根据眼部化妆的范围、部位要求，分别使用大、中、小号刷子。大刷子也可在晕染、提亮色时使用。



●眼影棒

突出眼影色彩，推匀较深眼影时很方便。



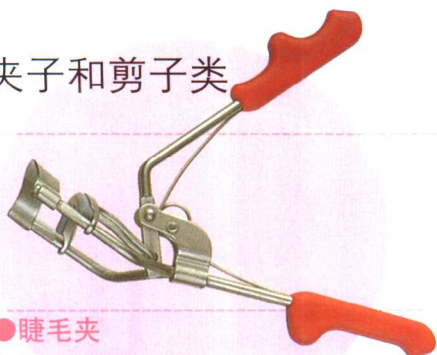
●唇刷

涂抹唇膏时使用。用唇刷蘸唇膏涂抹唇部。

夹子和剪子类

●睫毛夹

卷曲睫毛时使用。



●局部睫毛夹

眼角等狭窄细小的范围内卷曲睫毛时使用。



●眉钳

拔掉多余的眉毛，整理眉形时使用。

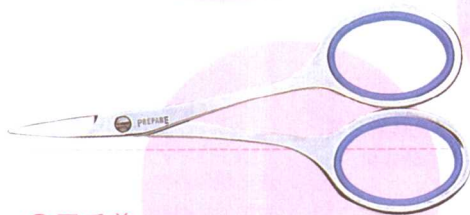
●削笔刀

用于削尖铅笔型的眉笔、眼线笔、唇线笔。



●眉毛剪

修剪长眉毛、整理眉形时使用。



海绵扑与纤维类

●粉扑

面部涂蜜粉时使用。



●擦掉油脂的面巾纸

擦掉或吸收多余的油脂。修妆时的必需品。



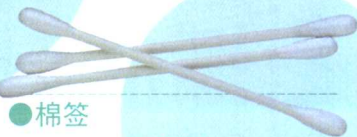
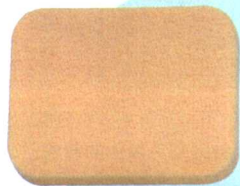
●棉扑

蘸化妆水、乳液时使用。



●海绵扑

涂抹液状粉底、粉状粉底时使用。



●棉签

眼部化妆时浸蘸眼影，晕染色彩，修妆补妆时的必需品。

化妆品的基本种类

作基础化妆时，如果拥有以下化妆品会很方便。要想亲自尝试一下中意的化妆效果，请把适合自己品位的化妆品做个预算，准备齐全。

底妆化妆品、打底 17~21 页



- **防紫外线美容粉底液**
具有防晒效果的化妆打底乳液。
在涂粉底前使用。



- **普通润肤霜、美容液**
特指不含防晒效果的美容液等。
粉底自身若具有防晒效果，也
可以使用本品。



- **液状粉底**
液体状的粉底。可呈现出柔
滑细嫩的肌肤。

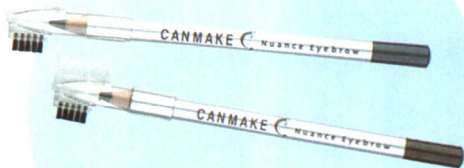


- **粉状蜜粉**
涂过液状粉底后使用，能维持
粉底的颜色，使妆面持久。

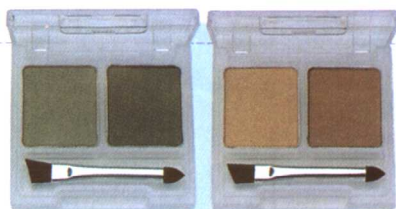


- **粉饼式粉底**
固体粉饼。操作简单、快捷，令
肌肤明亮且有光泽。

描眉 22~29 页



- **眉笔**
一根一根地描眉时使用。颜色从灰色到棕
色系列，可选择适合自己眉毛的颜色。



- **眉粉**
大面积涂刷眉毛时使用。颜色从灰色到棕
色系列，请选择适合自己眉毛颜色的眉粉。

眼部化妆 ▶ 30~47 页



● 双色眼影

眼皮上呈现自然的阴影，强调眼部的立体感。浅棕、深棕双色很方便。



● 眼线笔

画眼线时使用。基本色调有黑色或与化妆协调的棕色。

● 眼影液

画眼线时使用。想强调眼部轮廓、眼神时使用。



● 睫毛膏

左边是含纤维的睫毛膏。中间是普通的黑色睫毛膏。右边是下眼睫毛膏，可维持睫毛的卷曲程度与弹性。

唇部化妆 ▶ 48~51 页



● 唇膏

涂唇膏后，面部表情会显得开朗明亮。初学化妆的人，建议您使用自然的粉红色系列。



● 细长的唇膏

直接涂抹在嘴唇上。在没有太多的时间或需要补妆的情况下用起来很方便。



● 唇线笔

想清楚地描绘出唇部的轮廓时使用。不容易掉色，可保持唇部形状。

面部上妆 ▶ 52~54 页



● 晕染腮红

在面颊的最高部分涂抹腮红，使脸色明亮、妆面亮丽。



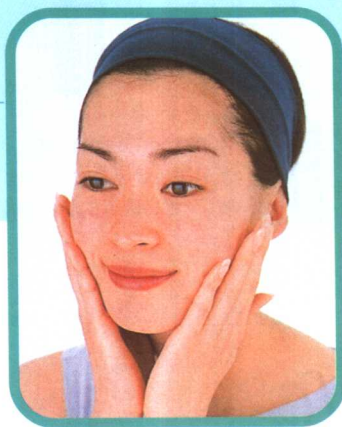
● 提亮色

涂于面部较突出的地方，显示出自然的立体效果。

化妆的基本程序

主要指从化妆前的皮肤护理到晕染腮红、提亮色的过程。首先请记住化妆大概的基本步骤和流程。

1



洗面、皮肤护理、打底的基本步骤

漂亮的化妆应来自于洁净的皮肤。仔细清洗面部后，涂上化妆水、乳液，再打粉底。

▶ 参见 14~17 页

2

打粉底

肌肤护理准备好后，打粉底。可以选用液状粉底或固体粉底涂抹。

▶ 参见 18~21 页



3



整理眉形、描眉

眉毛对面部有很大的影响。刚开始化妆的人可用眉剪或眉钳把多余的眉毛剪掉或拔掉，整理眉毛的形状。

▶ 参见 22~29 页

4



眼部化妆

涂完眼影后,画好眼线,用睫毛夹把睫毛夹住使之向上卷曲,涂上睫毛膏。

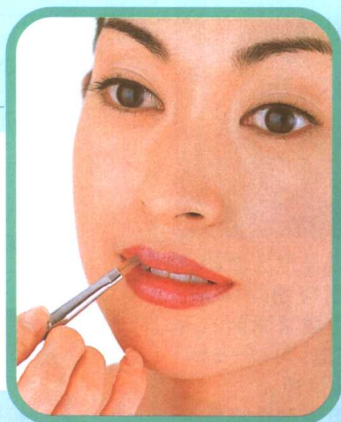
▶ 参见 30~47 页

5

涂抹唇膏

先用唇刷或唇线笔勾勒出嘴唇的轮廓,再涂抹唇膏。没有时间时,也可用细长唇膏直接涂抹唇部。

▶ 参见 48~51 页



6



晕染腮红、提亮色

在脸颊的最高处涂抹腮红,再进行晕染。提上亮色后,使面部显得更具立体感,产生强烈的视觉效果。

▶ 参见 52~54 页

7

完成!

给人自然、和谐、恰到好处的感觉的化妆已完成。最后再对着镜子仔细地检查一遍。

▶ 参见 55 页



掌握化妆的基本技巧

化妆前正确的洁面方法与肌肤保养

早晨洗脸的目的是把睡眠期间分泌的油脂或污垢去除掉。在化妆前如果进行了正确的肌肤保养，当天化妆的肌肤“弹性”会截然不同。

正确的洁面方法

* 诀窍是把洗面奶放在手里打出泡沫来。泡沫包裹着面部的污垢、死皮，可以一起干净地脱落掉。

* 不要使劲地揉搓面部，用手指推着泡沫滚动似地洗面。使劲揉搓会损伤面部皮肤，请多加注意。



●洗面奶

洗面奶的种类繁多，有固体、液体、膏状等各种类型。基本要求是选择适合自己皮肤并能打出许多泡沫的洗面奶。

1

把洗面奶用手打出丰富的泡沫，敷在脸颊、额头等面积较宽大的地方，旋转式地按摩轻洗。



2

接着轻轻地洗T部及鼻翼等细小部位。出油多的地方用指腹反复仔细地洗。



3

用凉水或温水清洗。请不要忘记下巴及额头的发际处。若是用温水清洗，最后再用冷水冲洗一下。

从早晨洗脸到晚上的洁面，
按照化妆的基本步骤一项一项
正确地把握好。

涂抹化妆水

* 化妆以前尽量不要刺激皮肤，把化妆水轻轻地拍洒在脸上。

* 使用化妆棉时，应多浸上一些化妆水。移动涂抹时，化妆水的量如果太少，化妆棉会过于干燥、粗糙，可能会擦伤肌肤。



●化妆水

化妆水的作用是补充洗脸后失去的水分。与其考虑比较价格，不如注重选择适合自己肤质，使用起来很舒服的化妆水，使肌肤得到充分地滋润、保护。

用手涂抹化妆水

1

取出化妆水，用手指啪嗒啪嗒、轻柔地拍在整个面部。感觉干燥的地方，可以多涂抹一些。



2

脸上涂过化妆水后，脖子上也应仔细地涂抹均匀。涂完后，用手捂住轻柔地按压，令肌肤吸收营养成分，使化妆水充分渗透，起到滋润保湿、恢复弹性的作用。

使用化妆棉

1

把蘸满化妆水的化妆棉用食指和小指夹好，轻柔地拍于面部。



2

颈部也用蘸满化妆水的化妆棉仔细地涂上。若化妆棉已干，可更换新的化妆棉。