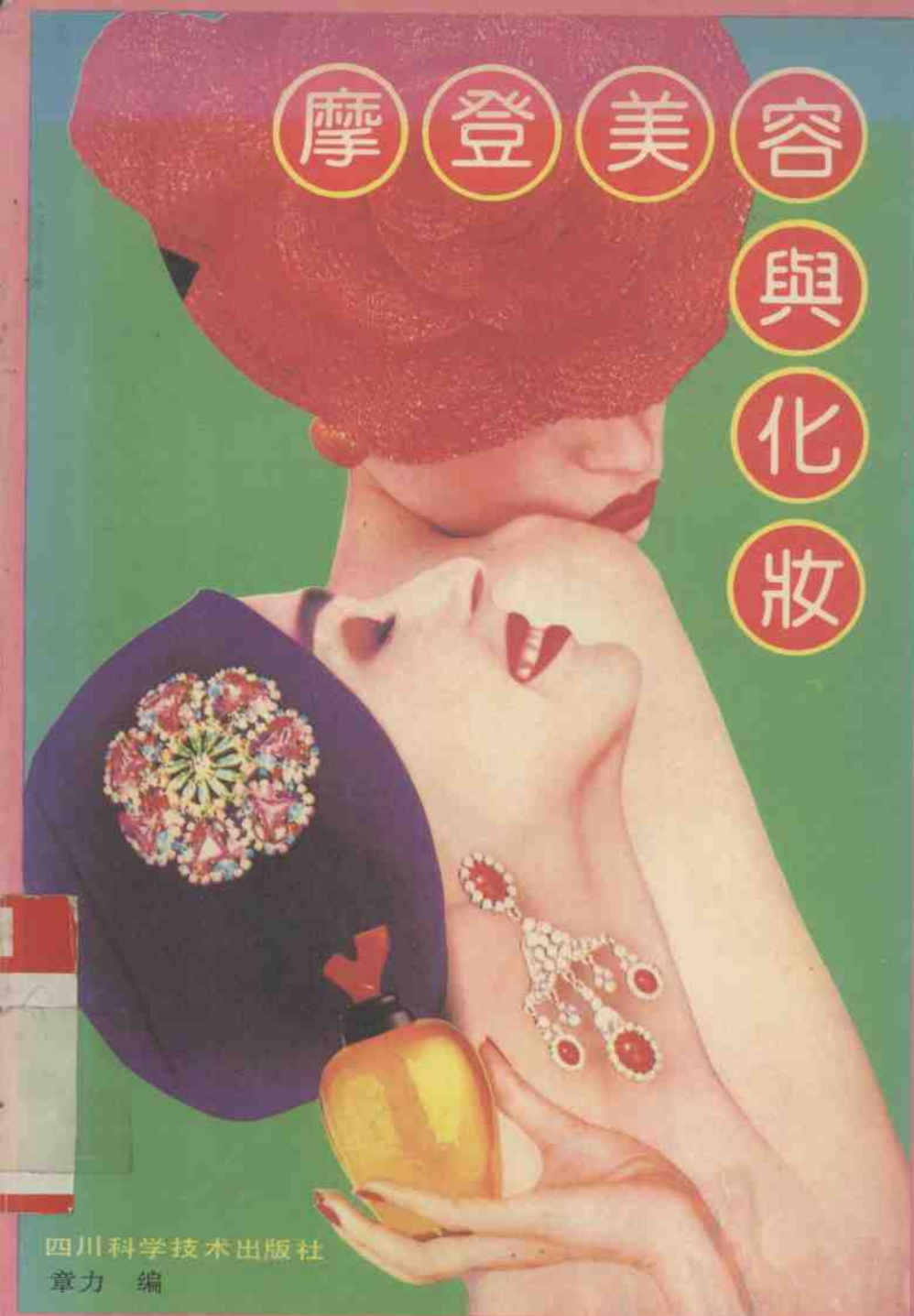


容  
與  
化  
妝  
美  
登  
摩



四川科学技术出版社  
章力 编

# 美容與化妝



章力編

四川科学技术出版社

(川)新登字 004 号

书 名 摩登美容与化妆

编 者 章 力

责任编辑 宋 齐

封面设计 邹小工

版面设计 刘 江

出版发行 四川科学技术出版社  
成都盐道街 3 号 邮编: 610012

印 刷 四川绵阳新华印刷厂

版 次 1994 年 2 月成都第一版

1994 年 2 月第一次印刷

规 格 850×1180

印 张 3

印 数 1—10000 册

定 价 12.00 元

ISBN7-5364-2693-3/R·580

## □□前言

爱美之心人皆有之。随着生活水平的不断提高,追求美已成为当今的时尚。而目前流行的美容化妆书籍往往偏重于专业性和系列化,选编内容都较为巨细,使一般女士面对纷繁的美容化妆方法无所适从,难以掌握。为此,特选编了这本书。

《摩登美容与化妆》主要选摘了港台地区和日本、欧美等国家的最新资料,依据东方人的形体特征,拨冗就简,切中时弊的对流行美容化妆理论和方法进行归纳和择要,针对女士在美容化妆中带共同性和实用性的问题予以真切解答和演示。

## 目 录

|                 |      |                 |      |
|-----------------|------|-----------------|------|
| 美容美容 .....      | (1)  | 冬日化妆 .....      | (29) |
| 娇艳美容皮肤的护理 ..... | (5)  | 新娘化妆技巧 .....    | (30) |
| 粉底可以美化脸型 .....  | (6)  | 少女妆 .....       | (31) |
| 红唇轻透的诱惑 .....   | (7)  | 假日化妆 .....      | (32) |
| 怎样美化你的嘴唇 .....  | (9)  | 一分钟快速化妆 .....   | (33) |
| 一支唇膏改变唇型 .....  | (10) | 即将流行的化妆色彩 ..... | (34) |
| 腮红的自然化妆 .....   | (12) | 肌肤较粗补救法 .....   | (35) |
| 爱美要选择 .....     | (13) | 面膜护肤添神采 .....   | (36) |
| 眼影化妆 .....      | (14) | 苏菲亚罗兰的化妆术 ..... | (37) |
| 化妆的诀窍 .....     | (15) | 风格多姿的化妆 .....   | (38) |
| 美化睫毛八诀 .....    | (16) | 白领丽人化妆要诀 .....  | (39) |
| 增添美丽的修眉毛 .....  | (18) | 休闲装的化妆法 .....   | (40) |
| 缺陷眉的修整法 .....   | (19) | 围巾的装饰 .....     | (41) |
| 美化眼睛的技巧 .....   | (20) | 方巾的妙用 .....     | (42) |
| 深色眼影的妙用法 .....  | (21) | 善用色彩掩瑕疵 .....   | (43) |
| 留住青春的脚步 .....   | (22) | 美好形象从头开始 .....  | (44) |
| 纤纤玉手藏美姿 .....   | (23) | 头饰的选用 .....     | (45) |
| 亮丽指甲添新裳 .....   | (24) | 发型剪法 .....      | (46) |
| 春日情怀 .....      | (25) | 流行首饰款款风雅 .....  | (48) |
| 夏日化妆技巧 .....    | (26) | 首饰的收藏 .....     | (50) |
| 风情万种要妳好看 .....  | (28) | 首饰的清洁 .....     | (51) |

|                    |      |                  |      |
|--------------------|------|------------------|------|
| 香水可洒在十六个部位 .....   | (53) | 减肥药到底是怎么回事 ..... | (77) |
| 如何选择太阳镜 .....      | (54) | 素食减肥法 .....      | (78) |
| 新潮太阳镜 .....        | (55) | 牙齿变黄怎么办 .....    | (78) |
| 戴眼镜的眼部化妆(一) .....  | (56) | 别了忽视足下美容 .....   | (79) |
| 戴眼镜的眼部化妆(二) .....  | (57) | 更年期女性美容自助餐 ..... | (81) |
| 职业妇女十分钟化妆 .....    | (58) | 短发好处理 .....      | (82) |
| 手袋为妳添姿采 .....      | (59) | 洗发的学问 .....      | (83) |
| 服装与化妆的配合组成表 .....  | (61) | 谈隆胸 .....        | (83) |
| 脸上卸装必须彻底 .....     | (62) | 话纹眉 .....        | (84) |
| 哪些食品能健身美容 .....    | (62) | 衡量健美的十条标准 .....  | (85) |
| 苗条的窍门 .....        | (64) | 美妙站姿 .....       | (86) |
| 不良美容习惯带来后患 .....   | (66) | 标准体重 .....       | (86) |
| 保养皮肤七大禁忌 .....     | (68) | 狐臭的治疗 .....      | (87) |
| 洗脸勿用含碱质多的洗衣皂 ..... | (69) | 春日皮肤的护理 .....    | (87) |
| 化妆品也要换季 .....      | (70) | 夏日体臭的处理 .....    | (88) |
| 瓜果敷面长保青春 .....     | (71) | 夏日皮肤的护理 .....    | (88) |
| 延缓老化有要诀 .....      | (72) | 秋日皮肤的护理 .....    | (89) |
| 怎样消除黑眼圈 .....      | (73) | 冬日皮肤的护理 .....    | (90) |
| 如何防止脸部面疱 .....     | (74) | 日光浴后的皮肤护理 .....  | (90) |
| 如何防治雀斑 .....       | (75) | 畅泳后护肤步骤 .....    | (91) |
| 产后如何恢复健美的体形 .....  | (76) |                  |      |



化妆的艺术要根据简单这个原则，要有窍门，也要有即兴化妆的技术。为此需要学会一些本领，需要有熟练的基本技巧以及对色调的良好感觉。

化妆有三个步骤和十种关键手法。我们的化妆师 Sabine 在此提出一些化妆专业方面的技巧和化妆的姿势和手法，

# 美容 美容

照着去做一定能获得专业化的效果，使你具有珠光的底色、妖媚的眼睛、甜蜜的嘴唇以及魅力动人的容貌。

化妆的步骤如下：

## 第一步：施粉底霜

开始化妆时，必须准备上好的工具，包括能使底色均匀的橡胶海绵，天鹅绒粉扑，柔软的胭脂刷。施粉底霜打底最为重要。这是施一切化妆品的基础，而且能使施上的化妆品增彩添色。首先，应选择上好的粉底霜打底，使脸部肌肤富有光泽；另一方面，还可以掩盖脸部容貌的缺陷。要选好的颜色，可先在颈部试色，那样才能更明确的决定粉底霜。而且可较少受到脸部润色的影响。最后用手轻轻均匀地扑打。



首先把粉底霜在手中暖和一下，然后用略微有些潮湿的海绵扑，把粉底霜顺着脸部肌肤抹在脸上和颈部。

为了使肌肤增加透明感，应选择一种比底色色调更明亮些的香粉，用棉花球粉扑不惜工本地尽量多扑一些。扑粉时对眼皮、耳垂、脖子都要扑上。

用软毛刷或粉刷轻轻地扑压，将过多的粉



粒扫去，扑压时特别注意鼻翼和眼睛周围的皱纹。扑压的目的是使香粉和肌肤融为一体，不能留下一丝一毫的痕迹。



## 第二步：定妆

重点应放在眼睛、眉毛、画嘴型。最好的工具是削尖的眉笔和剪成斜面的眉笔，用来精确地画线条；高级的粉刷，用以拍打。

眉毛具有保持脸部平衡的作用。因此对眉毛的化妆品应该仔细又仔细！最好的做法是：先用黑色铅笔轻轻画出眉毛线，再用深棕色眉毛刷加深线条。

眼睛的化妆是最细致的工作。先把小镜子放在膝盖或桌子上，这样眼睑就向下了。然后用粗黑铅笔沿着睫毛根处轻轻向上描。

完美的嘴唇化妆技能不是一朝一夕即能成功的。先用与妳

使用的口红颜色相符的唇线笔描出妳认为理想的嘴唇形状。描时要注意描出双唇连合处。为了使描笔在描画时较润滑，可先用唇线笔在手背上试划几下，然后描出嘴唇的形状，最后用唇笔使双唇连接好。

要使面颊轮廓分明，就要使鼻梁挺直，使内陷的下巴更突出，这就要用土色香粉，抹在需要修饰处，然后用长柄粉刷轻轻拍打出理想的面型来。

## 第三步：涂色

利用亮面和暗面的衬托，选择好的化妆品能使脸型更完美而使脸部容光焕发。

因此，要记住几条基本规则。

明亮的珠光色是为了使脸要凸出的部分更明显。为了避免搞错颜色，先在手背上调色，这样可看出颜色的正确性；还可利用另一种办法，即用铜色与金褐色调和或用紫红色和玫瑰色进行调和，这样能显出紫水晶的色彩。

要使眼睛增大，用深色（这里用深紫色）香粉，从眼睑稍角仔细地轻轻拍打；眉弯才显出光彩夺目的明亮色（这里是淡紫水晶色）。

面颊要显出水果色，面颊化妆最重要，先用橘红色化妆品施在两颌、眉弯和下颌处。

嘴唇：玫瑰红光泽。要正确抹口红，必须使用唇笔，主要是先描出嘴唇的自然圆形。为了使口红能保持较长时间，用软纸巾盖在嘴唇上轻轻压一下。最后，为了使嘴唇更显出柔软感，可在双唇中心抹一下珠光色唇膏。



# 娇艳美容皮肤的护理



## 干性皮肤的保护

干性皮肤的最大缺点就是缺乏水份。

必须多喝开水，切忌用热水洗面。而对付雀斑，则可每晚涂上防敏感的去雀斑膏，或者做些适合干性皮肤的面膜。

至于平日清洁面部时，可用温和的高脂性肥皂及温水洗面，并以柔软的毛巾抹干。晚上，切记涂上含脂量及营养素高的晚霜才睡觉。

## 油性皮肤的保护

油性皮肤的致命伤就是粉刺、暗疮。

防止恶剧产生，多洗脸非常重要，但可以用硫磺皂或暗疮洗面奶来辅助，涂在额头、面颊、下巴处向上打圈，先用温

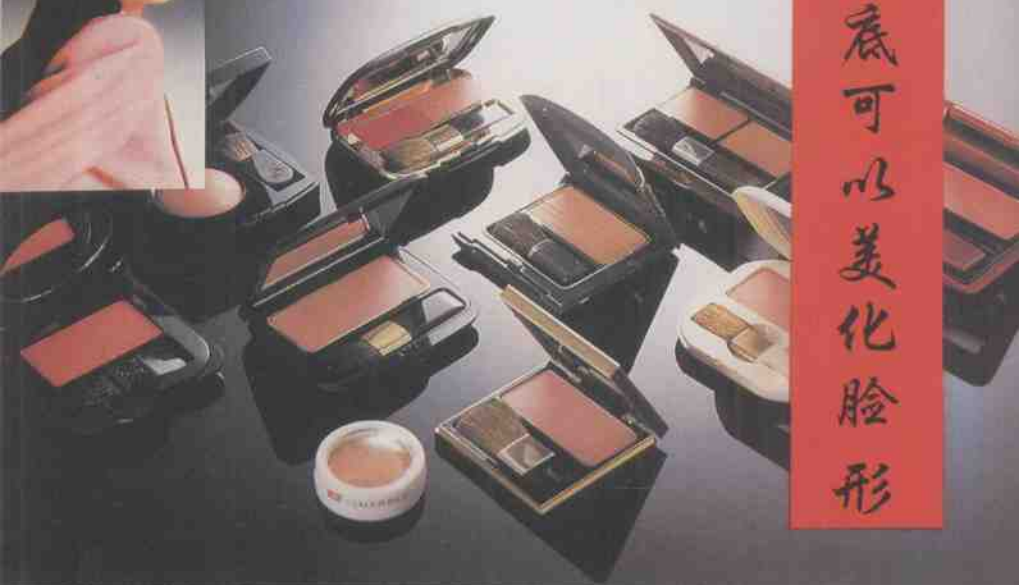
水冲洗，再用冷水洗净抹干，并抹上油性皮肤的收缩水。

## 中性皮肤

中性皮肤的人是最少烦恼的，只需注重平日的清洁和护理工作，便可收到满意的成果。但中性皮肤它只宜用温和滋润的肥皂及温水洗面，若抹干后皮肤有绷紧的感觉，可涂上些润肤膏，并以指尖作打圈式的局部按摩，大约做一分钟。睡前亦要抹上温和润膏霜使皮肤更柔软，及保持滋润。

## 敏感性皮肤

敏感性皮肤只需悉心的爱护。美容品以防敏感及不含香料成份的为准则，并且在洁面时，可用化妆棉在冷水中湿透，拧干后才在面上抹拭。



## 粉底可以美化脸型

想要使脸显得立体,基本上除了粉底主色不能缺少之外,还要另外准备深浅不同的两种粉底,配合着使用。

而在主色粉底的选择上,多数人都都会犯一个共同的错误,就是“选择与自己肤色相同的粉底”,结果仍旧是一张苍白或蜡黄的面孔。主色粉底必须是白里带红的颜色,才是最理想的粉底。

将浅色的粉底,均匀地抹在额头、鼻梁及下巴部位;而在脸颊两边,抹上较深色的粉底。

粉底深浅之间不可有界线,原则上越靠近脸的中央越浅,越靠近脸的边缘越深。

天一热,粉底就不持久,容易脱妆,主要原因是在于粉底质地的选择错误。

以常见的五种粉底的特性来分析:“粉霜”太薄,“粉膏”太浓厚,“水粉饼”太干燥,“油彩”太油了,唯有“粉条”不干不油,既能持久,又能掩瑕疵,可以说是最理想的粉底。

使用粉底可用海绵,也可用手指。用海绵时,是将微湿的海绵,先从额头开始,轻揉地向左右揉动。如果是用手指,就得先将粉底抹匀,然后再轻轻拍打,这样才会光泽均匀。最后,按上一层透明蜜粉,使粉底固定,就算大功告成了。

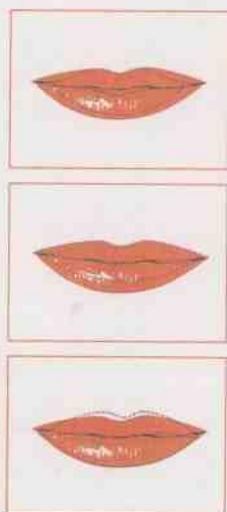


## 紅唇輕透的誘惑





66

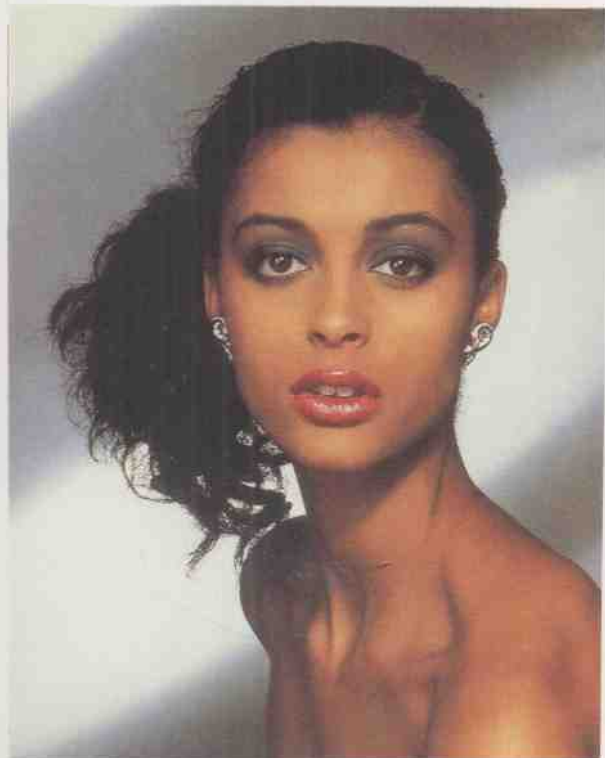


先在唇上平均地扑上少许底粉，然后使用唇笔勾划出唇型，以避免在涂唇膏时会涂出唇外。选用的唇笔宜采用与肤色相同之系列或配合唇膏的颜色为佳。妳在涂唇膏时，最好是利用唇扫。

如何令口唇阔大的使之看来较细呢？方法是先使用粉底涂满整个口唇，然后划上唇线，但唇线要较原本的唇型细小和嘴角要画得明显一些。

如果妳拥有一张较薄的嘴唇？可扑上淡色的底粉于唇上（连口唇边也是），再涂上较淡色的唇膏于唇线内，唇线外则采用较深色但同系列颜色的唇膏，这样就可以刻划出唇型了。

我们经常碰到的是上下唇不相配。补救方法是利用多于一种颜色的唇膏。例如：上唇较下唇薄，则要在下唇涂上较浅的唇膏颜色，而较深的颜色在上唇，这样可使较薄的上唇看来丰满一些。无论是上唇大，还是下唇大，只要用浅颜色的唇膏在较大的唇上，而深颜色在较小的唇片上，再在唇中央涂一些浅的颜色，使大小之唇片的分别不致太明显便可。



# 怎样美化你的嘴唇?

## 点点朱唇

事实上,不论何种肤色发色,黑及红两个色系的化妆最安全妥当。不过,红色也有深浅,更有紫红、粉红、枣红种种分别。故此,妳应就自己的肤色选购适合的红色。我们粗略的将肤色分为五大类,并挑选出最配合妳的唇膏色泽:

| 肤色 | 唇膏色泽  |
|----|-------|
| 白晰 | 火红    |
| 浅蜜 | 橙红    |
| 深褐 | 紫红    |
| 蜡黄 | 褐红、紫红 |
| 黝黑 | 橙红、紫红 |

以上的指南虽然有助妳选择适宜的色泽,但万全之策,还是在购买唇膏时,当场涂些在皮肤上,凭肉眼决定跟肤色相符与否。在一般情况下,口红以浅红色为宜,但比腮红应深些,口红化妆好后,再用化妆笔沿上下唇边处描画一圈。



## 一支唇膏改变唇型

一般的唇部化妆都趋于清淡自然。年轻的女性往往喜欢涂橙色或浅豆沙色的唇膏；成熟的女性则流行涂深豆沙色唇膏。

白天的唇部化妆以淡雅自然为主。如果要参加宴会，则可选用含有金底或银底的唇膏，使妳的唇部更加明艳动人。

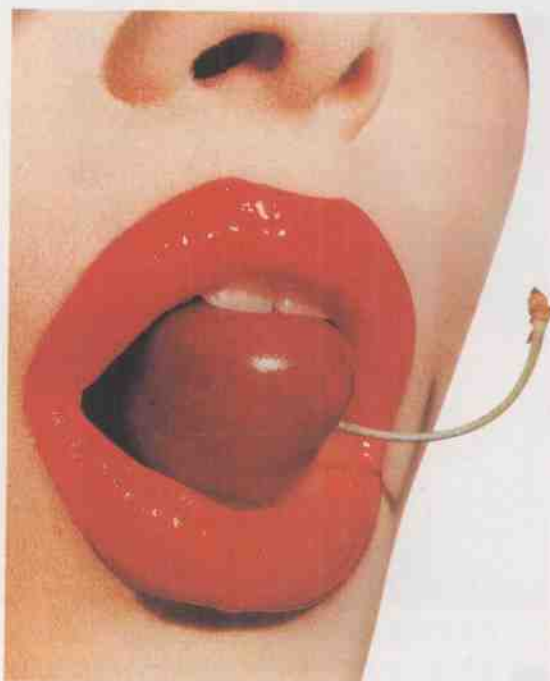
描画唇型时，唇角往上翘会显得年轻活泼，使人看起来象带着笑意，也使人乐于接近妳。可是唇型是天生的，并不是每个人都能拥有理想的唇型，现在为大家介绍几个唇型化妆的方法，让女士参考。

嘴唇过厚型的人，涂唇膏时不可涂满整个嘴唇；而要先用粉底掩饰唇部，然后根据唇型再作修薄。

嘴唇过薄的人，应以较鲜明的唇膏来突出唇部。画唇线时，上下唇应比原来的唇大。涂唇膏时，要淡淡地涂唇线的轮廓，这样就会使嘴唇显得丰厚。

上下唇厚薄不均者，若是上唇太薄，画唇线时，上唇线应要超出原有的唇线；若是下唇太薄，则应加宽下唇线。

唇型不理想，是不必担心的；而修正不理想的唇型也不困难，只要在搽粉底时，把不理想的唇型用粉底掩盖住，然后用唇笔勾出理想的唇形。





Fair ladies  
fare beautifully  
with Revlon's glorious  
colors for lips and nails.  
60 shades of SUPER LUSTROUS LIPSTICK...  
85 tones of REVLON NAIL ENAMEL...  
each one divine, each one created to  
last and last and last.



Revlon Nail Enamel  
Super Lustrous™ Lipstick

REVLON