

美妆显心机 探寻完美抢眼的妆容秘笈
最诱人心的“开眼角”气质大眼妆
极致眼妆打造眶周美雕效果

金雨歆 主编



Shengguo Weizhengxing
de Huazhuangshu

胜过微整形的 化妆书



掌握上妆技巧 获得微整形般妆容的实用必修范本
媲美微整形，不动针的变美化妆书

化妆达人亲历示范 演绎百变造型

自然美丽的双赢美妆术



吉林出版集团 | 吉林科学技术出版社

胜过微整形的 化妆书

金雨歆 主编



YZLI0890124768

图书在版编目 (C I P) 数据

胜过微整形的化妆书 / 金雨歆主编. — 长春: 吉林科学技术出版社, 2011. 12
ISBN 978-7-5384-5582-3

I. ①胜… II. ①金… III. ①化妆—基本知识 IV.
① TS974. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 253886 号

胜过微整形的化妆书

SHENGGUO WEIZHENGXING DE HUAZHUANGSHU

主 编 金雨歆
出 版 人 张瑛琳
责任编辑 晋 欣 李晓磊
封面设计 长春市一行平面设计有限公司
制 版 长春市一行平面设计有限公司
开 本 880mm×1230mm 1/20
字 数 300千字
印 张 13
印 数 1—10000册
版 次 2012年1月第1版
印 次 2012年1月第1次印刷

出 版 吉林出版集团
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 0431-85635177 85651759 85651628
85677817 85600611 85670016

储运部电话 0431-84612872

编辑部电话 0431-85619083

网 址 www.jlstp.net

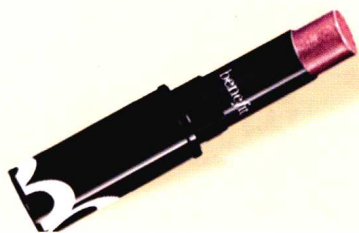
印 刷 延边新华印刷有限公司

书 号 ISBN 978-7-5384-5582-3

定 价 29.90元

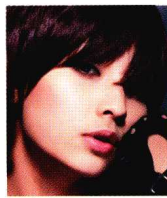
如有印装质量问题 可寄出版社调换

版权所有 翻印必究 举报电话: 0431-85635185



注射肉毒素、玻尿酸、填充剂注射……虽然微整形能短期内获得明显的效果，但仍存在不可预知的风险：皮肤过敏，表情僵化、面孔左右不对称……甚至因整形致死的事件也屡见不鲜。

前言QIANYAN



巧妙地利用具有微整形般效果的彩妆术，全方位解决不同部位的烦恼，同样能获得惊喜效果：利用“消脂”化妆法收紧面部，让国字脸戏剧化变身为小V脸；纵向拉长眼线营造开眼角效果；巧取粉底打造无龄美白肌，轻松实现紧致细滑的肌肤；克服不理想唇形，心机唇妆获得完美丰唇……抛开微整形，掌握本书中各种实用彩妆技法，让印象彻底改变。

改动一点，美丽全局——做自然、健康、最美的自己。



目录 MULU



第一篇 神奇不复杂 明星范儿不必“整”出来

第一章 新3D妆容 磨骨级明星小V脸“妆”出来

消除余白立体收敛技巧

7:3立体收敛妆 塑造极致小V脸 12

舒缓肌肉按摩面部

按摩表情肌 变身小脸美人 14

有效预防面部下垂

塑造上扬轮廓 紧致美容术 18

对称左右脸打造极致小脸

平衡脸部 骨骼按摩术 22

第二章 激光护肤 不如零负担完美底妆

自然好肤色制胜法宝

选对粉底打造减龄底妆 完胜“神奇不老针” 28

打造清透肤质

基础底妆小问答 31

轻薄打底基础技巧

妆前底乳提亮肤色 神采焕肤 32



根据部位持久遮瑕

不同部位的自然遮瑕 打造完美无瑕肌 34

调整出纯净健康肤色

利用光感心机底妆 实现陶瓷般肌肤效果 40

第三章 拒绝“假眉假眼” 悦享眼周“睛”彩

魅惑迷人大眼妆

轻松搞定大眼睛 48

让眉妆提升整体妆容

扬眉吐气 手把手教你画出开运眉 56

平衡眉形为明亮眼妆加分

理想眉形的基本法则 58

让眼睛生动有神

睫毛弯弯 翘动神采生动眼妆 64

明亮光泽双眸闪烁

利用光影错觉 打造有形无边的立体眼影 68

强调眼部的立体感

眼影的立体晕染法 71

修饰眼袋小技巧

改善眼袋 还原柔嫩眼周肌肤 74

美眼遮瑕秘诀

遮盖眼部瑕疵 决胜完美妆容 76

黑眼圈隐藏要点

提亮眼周肌肤 对抗不同类型黑眼圈 78

开架眼霜成分集锦 82



CARSLAN

目录 MULU

成功遮盖眼部瑕疵

美眸遮瑕小问答

84

掌握要点完美眼妆

不用开眼角 大眼妆另辟蹊跷

86

奢华烟熏映衬白皙美肤

圆圆下垂眼 打造魅力眼妆

88

可爱系珠光眼影

清透花样少女萌动感眼妆

92

甜酷渐变夸张眼妆

全包围式亮棕小烟熏 打造醒目迷人双眸

96

强调眼部轮廓

高调眼妆张扬个性 “整”出洋气欧式眼

100

第四章 玩转百变腮红 拥有3D苹果肌

大人气魅惑腮红

甩掉黄脸 超模最爱的心机腮红惊艳术

106

极致收敛立体小颜

用腮红瘦脸 提升气色修饰脸型

110

容易出错的修饰技巧

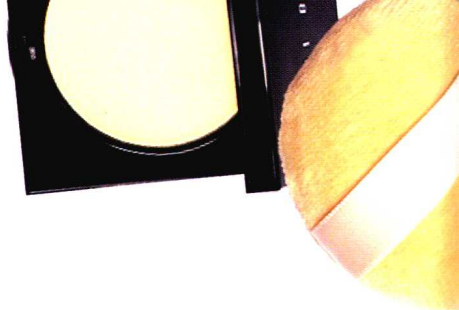
基础腮红修容纠错

116

自然甜美桃花面

无死角减龄腮红 扫出立体感娇俏面容

118



第五章 唇情蜜意 打造理想性感娇唇

大人气丰润饱满性感双唇

美唇轻启 性感到让人想亲吻的立体丰唇 124

各色唇妆打造百变造型

水当当娇唇 提升面容好气色 132

呵护唇部练习法

提升面部肌肉 唇部小瑜珈 136

O区地带同样关键

养护O区 塑造完美笑容 140



第二篇 案例分析 打造媲美微整形的超美明星脸

第一章 我也是大明星 化妆达人美丽秀场

修整眉形拉长眼形

舒展紧凑感五官 微整形般效果变妆术 146

利用腮红修饰面部轮廓

遮盖黑眼圈 瞬间点亮迷人眼神 152

均匀肤色营造清透感

苍白肤色紧急“救护” 腮红改善不对称脸型 158

重塑整体轮廓的精致感

内收唇线拉长小下巴 “妆”出完美小尖脸 164



目录 MULU

修饰不对称内双眼皮

眼睑“吸脂”术 解决水肿大小眼 170

淡化眉头加厚下唇

拉开眉眼间距离 调整脸部视觉比例 176

强调眼部立体感

用黑、白眼线 放大眼部轮廓 182

调整眼部与唇部的比例

调整泪沟型黑眼圈 强调眉形与眼部轮廓 188

消除不对称的脸型

重塑理想唇形 巧画一字眉 194

加宽下眼影重塑眼形

修饰脸型 利用双修粉的童颜紧肤术 200

有效遮盖压力痘

提升成熟女人味 填补睫毛间隙植入睫毛术 206

利用咖啡色眼影修正眼形提升好感度

段式眼影整形术 强力鼻梁高光消除扁鼻梁 212

第二章 重磅打造 终极百变星光秀场

中性惊艳反串少年妆

粗眉当道 黄金比例惊艳小脸 220

华美风格对比色混搭

丰润红唇摩登女郎 怀旧感复古唯美妆 224



眼线新画法透明感彩妆

白色内眼线 闪亮美眸娇俏妆 228

温婉乖乖兔女郎

下垂感眼线打造无辜眼神 突显减龄小鹅蛋脸 232

立体小脸姬系唇妆

消除双唇晦暗 杏色肌肤甜美奶茶妆 236

粉润色童话般甜腻味道

零修饰透明妆感 横向拉伸美瞳法 240

甜美紫色妆容小鹿斑比瞳

“切”开眼梢大眼术 梦幻混搭色唯美素肌妆 244

浮夸上扬眼线尽显性感妩媚

小野猫上扬眼线 俏皮眼妆打造诱惑眼神 248

古典华美的复古装扮

清透雪白肌月牙形腮红 打造微笑上扬嘴角 252

抢眼欧美街拍风

利用阴影收紧脸颊 打造欧美街头酷感女孩妆 256





Di yi pian

第一篇

神奇不复杂
明星范儿不必“整”出来

第一章

新3D妆容 磨骨级
明星小V脸“妆”出来



消除余白
立体收敛技巧

7:3 立体收敛妆 塑造极致小V脸

脸部中央使用与肤色相同的粉底，凹陷部位使用暗色粉底，按照7:3的黄金比例涂抹。通过妆容消除余白部位，实现立体小V脸。

HuaZhuangShu

按比例涂抹底妆



↑ 矿物质散粉



1
↑ 用指腹将黄色饰底乳均匀涂抹全脸，遮盖黑眼圈、暗哑、毛孔、粉刺等瑕疵。



2
↑ 脸部中央部位，由内向外涂抹与肤色接近的粉底。



3
↑ 脸部外侧与颧骨下方，由外向内涂抹暗色粉底，收敛轮廓。



4
↑ 鼻翼两侧及黑眼圈处薄薄地涂抹一层遮瑕膏遮盖。

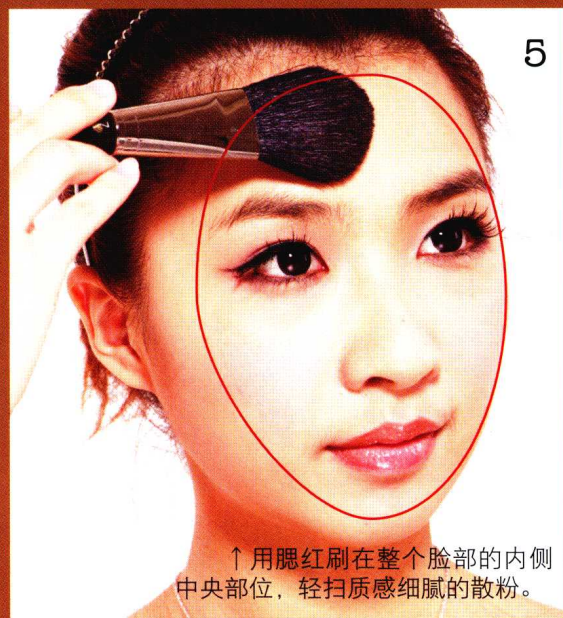


← 肤色粉底液

← 遮瑕膏

小叮咛

特干燥的肌肤，早上只用冷水冲洗即可，热水易破坏皮脂膜，使肌肤变得更干，令妆容不服贴。



5
↑ 用腮红刷在整个脸部的内侧中央部位，轻扫质感细腻的散粉。

HuaZhuangShu

强调光线集中的部位



1
↑ 在额头、鼻梁、眼部下方、下颌处，涂抹白色透明高光粉。



2
↑ 在下眼睑着重涂抹亮度更高的闪粉，营造出光泽立体妆效。



舒缓肌肉
按摩面部

按摩表情肌 变身小脸美人

想赶走恼人的嘟嘟脸吗？每天只需抽出5分钟，为面部表层肌肉和深层肌肉做一次舒缓按摩，促进面部的血液循环，有效改善面部的新陈代谢，变身小脸美人。

HuaZhuangShu

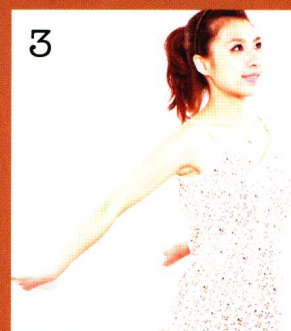
整体伸展



↑ 将右手臂向一侧伸出，将颈部慢慢向右倾斜，伸展颈部肌群。肩颈部的酸痛或造成脸部血液循环不畅，容易带来肌肤问题。



↑ 双手交叉抱头，慢慢将下巴收起，再慢慢抬起，伸展颈部后侧肌肉。



↑ 双手握住一条毛巾，尽量向身后伸展，不要弯曲手臂。挺胸，在身后上下活动手臂，呼气，保持5秒，收拢肩胛骨。

HuaZhuangShu

舒缓眼部肌群



↑ 双手握拳，以第一指关节和第二指关节为接触点，在额头画圈按摩，放松前头肌。



↑ 以双手示指指腹沿着眼眶边缘，从眼角到眼尾滑动按摩，放松眼眶肌。



↑ 以双手拇指与示指指腹自眉头至眉梢轻轻挟捏眉毛，放松皱眉肌。

HuaZhuangShu

舒展脸部肌群



↑ 以双手除拇指以外的4指指腹轻轻按揉侧头肌。



↑ 双手握拳，以第一指关节和第二指关节为接触点，边移动边按摩咬肌。



← 示指弯曲，以第一指关节和第二指关节之间的部位，向上画圈按摩法令纹，以放松大颊骨肌。



↑ 将拇指放入嘴内，按压连接下方的骨骼缝隙处，从嘴部内侧对翼突肌进行放松按摩。



← 颈部后仰，将舌头尽量向前伸出，依次将舌头伸向下巴，然后向左、向右，放松嘴部深层表情肌。



← 以右手拇指与示指指腹沿着下巴的边缘自下而上按摩，左手4指指腹沿着锁骨自内而外，轻轻滑动按摩，以刺激舌骨肌群。