

80/90 都在偷偷看的美妆书

小枝
编著

3 分钟搞定完美妆容

化妆

百变妆容

总有一款适合你

清纯甜美、古典冷艳

妩媚惹火、高贵名媛

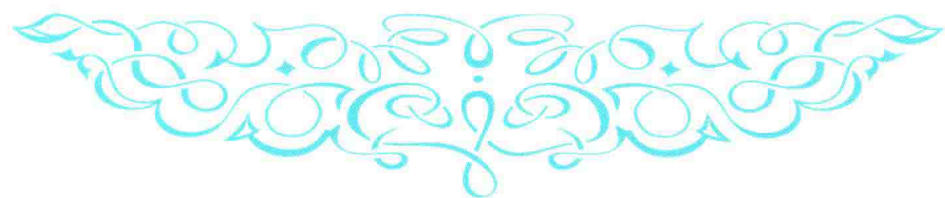
随心所欲，遇见不一样的自己

中国华侨出版社



3 分钟搞定完美妆容

化妆



小枝 编著

中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

3 分钟搞定完美妆容：化妆 / 小枝编著. —北京：
中国华侨出版社，2017.8

ISBN 978-7-5113-6974-1

I . ① 3… II . ① 小… III . ① 化妆—基本知识 IV .
① TS974.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 171848 号

3 分钟搞定完美妆容：化妆

编 著：小 枝

出 版 人：刘凤珍

责任编辑：章 璋

封面设计：李艾红

文字编辑：张爱萍

美术编辑：盛小云

封面用图：www.quanjing.com

部分图片提供：©微图

摄 影 师：孙京培

经 销：新华书店

开 本：850mm × 1000mm 1/16 印张：12 字数：280 千

印 刷：北京市松源印刷有限公司

版 次：2017 年 8 月第 1 版 2017 年 8 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 978-7-5113-6974-1

定 价：29.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编：100028

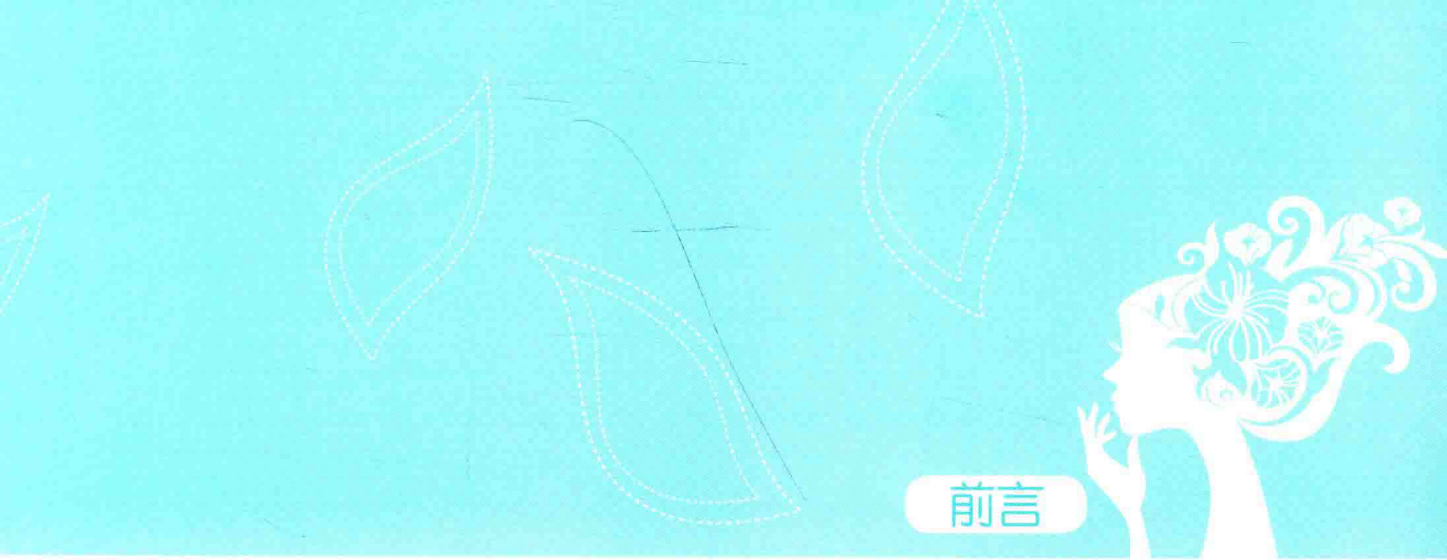
法律顾问：陈鹰律师事务所

发 行 部：(010) 58815874 传 真：(010) 58815857

网 址：www.oveaschin.com

E-mail：oveaschin@sina.com

如果发现印装质量问题，影响阅读，请与印刷厂联系调换。



前言

爱美是女人的天性，而化妆就是女人追寻美丽的好方法。化妆能提高你的颜值，愉悦你的心情，提升你的自信。学会化妆，你便不用再羡慕别人深邃的眼眸，透亮的肌肤，通过化妆你也可以拥有吹弹可破的无暇肌肤，元气满满的粉嫩气色，轻松成为众人的焦点。不管是聚会、上班、约会还是面试，都能让你美美地闪亮登场。



女性只要肯用心、敢尝试，都是美丽的缔造者，都能够打造出专属于自己的美丽。化妆技能值得每个女人去学习和掌握，它不单单是简单的涂涂抹抹，成功妆容是女人用智慧和修养精雕细刻出来的。那份与身体的和谐，那份洋溢于周身的风采和丰韵，那份内心世界精彩的描述和渴求，是可以用心去表现的。通常好的妆容所表达的美，是可以超越本体的。相反，不良的妆容会损坏女性的美感。可以说，爱化妆的女人是积极的女人，会化妆的女人是智慧的女人。女人化妆不仅是为了体现自身之美更是尊重别人的一种表现。化妆的分类方法有很多，如根据时间不同可以划分为工作妆和晚宴妆；根据角色的不同可以分为学生妆、新娘妆和明星妆。根据比如浓与淡的处理、眉形的处理、眼影色彩的处理和唇形色调的处理等这些不同的化妆技术，可以让人产生不一样的视觉效果。如果你是一位上班族，你在平

时除了要开会、谈公事，还需要参加一些正式的大型庆典活动或者节假日参观一些博物馆之类的，那么你就需要选择端庄的妆容，这样才会符合你的身份凸显你气质；如果你是一个家庭主妇，在平时基本足不出户，你可以选择一些自然淡雅的妆容，这样显得可爱动人。根据不同的场合选择不同的妆型来打扮自己，让你在不同的生活空间里实现角色变换，使自己时时处处都显得美丽得体，从而展示自己多姿多彩的美的风貌。

琳琅满目的化妆品、化妆工具和色彩，常常让人感觉无从下手。其实皮肤保养和清洁才是化妆需要做好的第一步，也是良好妆容的重要基础，否则会让妆面看起来飘浮在不洁净或粗糙的皮肤表层，从而大大降低妆容美感。本书用浅显易懂的语言深入讲解化妆的步骤和技巧，同时附上超多细致入微的步骤讲解和真人照片。从底妆、画眉、眼妆、涂腮红、抹唇彩、卸妆的处理，到不同场合的妆容设计，都做了详细的介绍和指导。只要掌握了这些美妆技巧，每一个平凡的女孩都能如明星般闪亮。不要觉得只有专业化妆师才能创造奇迹，看完这本书，你也能成为扮靓高手。想从丑小鸭变身白天鹅，看这本就够了。

目录

第一章 美人必备化妆品

不可或缺的化妆品.....2

底妆类 2

眼妆类 3

其他类 3

常见又好用的化妆品.....4

眼影类 4

眼线笔、眼线液类..... 6

腮红类 6

睫毛膏类 7

唇膏、唇彩类 8

其他类 8

亦幻亦真的假睫毛.....10

假睫毛的功效 10

假睫毛的贴法 11

假睫毛的保养和收纳 13

9种亮色系平价彩妆用品.....14

眼妆类 14

唇妆类 15

腮红类 16

第二章 化妆工具&使用小技巧

化妆工具介绍.....18

底妆工具 18

眼妆工具 20

唇妆及其他工具 23

最独一无二的彩妆工具——手指..... 24

化妆工具的清洁与养护.....25

睫毛夹的清洁 25

眼影棒的清洁 26

睫毛梳的清洁 26

海绵的清洁..... 27

腮红刷的清洁	27
化妆刷的养护	28
化妆刷的清洁	28
化妆工具清洁剂介绍	29
各种化妆工具的使用技巧.....	30

轮廓刷	30
眉粉刷	31
眼影刷	31
腮红刷	32
睫毛夹	32

第三章 美人美妆课

底妆解析.....	34
鹅蛋形脸	34
圆脸	36
国字脸	38
长脸	40
修眉 & 画眉.....	42
修眉一点都不难	42
画眉的基本方法	45
根据发色来改变眉毛颜色.....	49
魔力眼妆.....	51
打造炯炯双眼皮	51
藏起浮肿金鱼眼	54
按摩法藏起浮肿金鱼眼	55
彩妆法藏起浮肿金鱼眼	56
掩饰熊猫黑眼圈	57
按摩法掩饰黑眼圈	58
彩妆法掩饰黑眼圈	59
淡化可怜泪沟	62
按摩法淡化泪沟	62
化妆法淡化泪沟	63
提亮眼周	64
收复惨笑鱼尾纹	65

按摩收复鱼尾纹	66
彩妆收复鱼尾纹	67
收起无神眼袋	68
按摩法收起无神眼袋	69
良好的彩妆习惯帮你远离眼袋	69
彩妆法收起无神眼袋	70
改变稀疏睫毛	72
眼线——让睫毛看起来更密	72
睫毛夹 + 睫毛膏——让睫毛翘起来.....	72
彩妆细节——改变稀疏睫毛	74
芭比娃娃眼妆	76
名媛晚宴眼妆	78
妩媚惹火眼妆	79



清纯甜美眼妆	80
日系漫画眼妆	82
高贵气场眼妆	84
韩系温柔眼妆	86
古典冷艳眼妆	88
职场、约会通吃的大地色知性眼妆	89
秀美鼻妆	90
挺拔鼻梁	90

缩小鼻翼	91
扫清鼻翼暗沉	92
完美丰唇	93
唇线的画法	93
丰满嘟嘟唇	94
炽烈红唇妆	95
粉色娃娃唇	97
初夏裸唇妆	98



第四章 立竿见影化妆术，遮盖脸部缺陷

遮盖面部缺陷的化妆原则	100
面部轮廓不分明	100
脸部过宽	102
脸部扁平	103
颧骨过高	104
双颊凹陷	105
下巴过宽	106

左右脸型不对称	107
雀斑脸	108
眼睛大小不一	109
两眼距离稍远	111
嘴唇厚大	112
唇色晦暗	113
唇过小，脸部显大	114



第五章 基础妆容 & 特色妆容

基础妆容	116
时尚经典妆	116
邻家女孩妆	118
都市丽人妆	119
轻松晚妆	121
魅力巧妆	123
特色妆容	125
甜美约会妆	125

简单逛街妆	128
冷艳桃花妆	131
优雅淑女妆	134
诱惑咬唇妆	137
活力运动妆	139
风情聚会妆	141
麦色健康妆	144

第六章 四季美妆物语

明媚自然春妆	148
春季彩妆之玩转色彩	148
春季彩妆之推荐妆容	150
清凉简洁夏妆	152
夏季彩妆之舞动色彩	152
夏季彩妆之四款清爽冰淇淋妆	155
华丽柔美秋妆	158
秋季彩妆之十款性感诱惑妆	158
秋季彩妆之推荐妆容	164
秋季彩妆之让色彩飞扬	165
美丽动人冬妆	167
冬季彩妆要领	167



冬季彩妆技巧	168
抵挡寒流的暖色冬妆	169
高贵沉静的冷色冬妆	170

第七章 化妆常见问题 Q & A

关于化妆品的选择	172	化妆误区解答	177
关于化妆品的使用	174	败笔妆容的问题	179



第一章

美人必备化妆品

“巧妇难为无米之炊”，即便是彩妆大师，如果没有好的化妆品，也不可能化出美艳绝伦的彩妆。反之，即便自己是化妆新手，选对适合自己的化妆品也能助你为自己打造一款精致的靓丽妆容。





不可或缺的化妆品

琳琅满目的美容化妆品，种类虽多，但不管你是要化浓妆还是淡抹，都离不开下面我们将要介绍的十种化妆品，只要你对这些化妆品的特性和使用方法技巧有很深的了解，那么化起妆来将得心应手。无论你是初学化妆的女性还是成熟的化妆者，这十种化妆品都是你不可缺少的。

底妆类



乳液

洗脸后按摩时或上妆时，补充皮肤的营养。也兼有保护皮肤不受化妆品中矿物质侵袭的功效。



化妆棉

与化妆水配合使用，可以节约化妆水的用量，使化妆水更容易被皮肤吸收。



化妆水

化妆水分弱碱性化妆水和弱酸性化妆水两种，前者使皮肤柔软，缓和表皮呼吸，亦可做卸妆用。后者可供油性皮肤于化妆前使用，有防止妆容脱落之效。



蜜粉

分粉底及干粉两种。粉底可改变肤色，修正脸型。

眼妆类



眼影

眼影分油质和粉质两种，油质效果较硬，粉质有使眼部生动灵活之效。



眼线液

眼线液的作用是加强眼睛的轮廓，使眼睛增大。



眉笔

黄种人在使用眉笔时建议选用暗灰或咖啡色为佳，以笔芯软硬适中的为最好。

其他类



腮红

腮红有粉质修容饼和油质胭脂膏两种，使用起来效果不甚相同，前者用于化妆完成后修容用，后者打粉底时即可掺入。



唇膏

唇膏除具有美化唇部色泽功效外，还兼具修正唇形的作用，可于打粉底时顺便将唇部外廓遮住，然后以唇笔沾唇膏绘出一个适当大小的唇形，最后才涂满双唇，要诀是薄而匀，才能生动而自然。



清洁乳

洗脸或卸妆时使用，用来清洁皮肤上的污垢和化妆品的，但须以化妆纸拭净，然后用清水洗净。

常见又好用的化妆品

不同的彩妆化妆品具有不同的功效，不同品牌的彩妆化妆品画出来的妆容效果也大不相同，下面为大家介绍一些我们身边常见的彩妆化妆品，希望能给女性朋友们在选择化妆品的时候提供参考。

眼影类

1. 雅芳彩盘



雅芳彩盘是一套组合，包括眼影、腮红和唇彩，功能全面、外观也很精致。

美中不足是唇彩不好用，比较干。

腮红有两种颜色，一种是粉嫩色，一种是橘色，其橘色明快艳丽，很能突显个性。

这款彩盘是彩妆新手不错的选择。

2. 卡姿兰 3D 眼影



这款眼影有高光色、蓝色和粉嫩色，颜色都比较清新，不是很浓，粉嫩色最适合日常妆，淡淡的颜色不会很夸张，价格也很便宜。

3. 美宝莲真彩造型眼影



推荐这款的单色系列——绿色。这个绿色非常漂亮，淡淡的加上一些珠光的感觉，在白天自然光下看，会有亮亮的感觉，也不会很夸张，任何场合都很适用。

4. 色彩地带超炫亮彩粉 —— 粉嫩色



色彩地带超炫亮彩粉是圆球形的，有很多色可供选择。

这款彩粉因为带了很多珠光粉，所以涂上去感觉很亮，但又不会很夸张，比较适合日常妆，只要涂薄薄的一层就会非常漂亮。

5.VOV 花色眼影 —— 黑色



这款是黑色，可以化黑色小烟熏妆，适合逛街购物和聚会场合使用。VOV 花色眼影带珠光，平日里只要一点点就可以营造大眼效果，很漂亮。

6. 卡姿兰闪粉



白色的闪粉，可以做定妆蜜粉用，也可以做高光修饰脸型。但是千万不要涂的太多，否则会很亮。

眼线笔、眼线液类

1. 卡姿兰眼线笔

价格便宜，很容易上色，但是会晕，也不防水，效果一般。



2. VOV 绿茶眼线液

非常好用，不晕染，很容易就卸掉，效果不错，刷头也很细很柔软。

3. MISSHA 眼线液

不晕染，也很容易卸掉，速干程度有点差，刷头有点粗，总体来说还不错。

腮红类

1. 雅芳腮红

色彩鲜亮，粉色质感均匀，外观也很精致，带有腮红刷和镜子，用起来比较方便。只要在苹果肌的位置刷一下，就会带来好气色。

2. 美宝莲慕丝胭脂

这款胭脂不同于其他腮红的地方在于它是膏体状，只要用指腹轻轻沾取，然后在苹果肌的位置慢慢晕开，就会呈现很自然的好气色，而且非常耐用。

3. 色彩地带腮红

这款腮红是球状颗粒的，非常可爱，颜色也很均匀，质地柔和，修颜效果也很好。



睫毛膏类

1. 安姬娜卷翘拉长双效睫毛膏

是一款在网上炒的比较火的睫毛膏，拉长效果明显，不易结块，根根分明，但不浓密，防水效果一般。

2. 卡姿兰双头睫毛膏

一头白色，做基础滋养；一头黑色加长加密，纤长浓密睫毛。不会晕染，防水效果一般，适合日常妆。

3. 欧莱雅双刷头睫毛膏

也是一头白色，做基础滋养；一头黑色加长加密，纤长浓密睫毛。这款比卡姿兰的效果要好些，的确很浓密纤长，而且防水效果更好，不会晕染。

4. 查明一猫旋翘立体睫毛膏

是一款在网上炒的比较火的睫毛膏，根根分明，不易结块，但没有纤长浓密的效果，也不防水，容易晕染，优势在于价格非常低廉。

5. 娥佩兰调量睫毛膏

是一款在网上炒的比较火的睫毛膏，睫毛膏的瓶身有1~10级的刻度，可以根据自己的需要调整级数，级数越高越浓密，级数低的偏自然，随心所欲变化睫毛。娥佩兰调量睫毛膏不会晕染，防水效果也不错。

6. 火烈鸟极致柔顺嫁接液+纤长天然纤维

这也是一款在网上炒的比较火的睫毛膏，但效果真的很不错，可以使睫毛变的很长，还很浓密，不晕染，但是不怎么防水。总的来说，便宜好用。

7. 日本原创睫毛膏

很防水，也很容易卸掉，浓密纤长，不晕染，但在国内很难购买到。

8. MIKA 纤长浓密睫毛膏

浓密纤长效果都有，而且刷几遍都是根根分明不会出现苍蝇腿，也防水，不晕染，温水就可以卸掉，非常好用。

唇膏、唇彩类

1. 雅芳唇膏 —— 粉色

粉色系的，搽上去觉得嘴唇太粉了，有点假。

2. 美宝莲唇彩 —— 橘色

橘色的，3D 闪亮，效果不错，可以淡化唇纹，嘴唇显得嫩嫩的。

3. 美宝莲 3D 唇彩 —— 米粉色

米粉色，颜色很淡，但是也是 3D 闪亮的，适合日常妆。很自然，嘴唇看起来也很饱满。



4. 色彩地带果冻唇彩

味道很香，有果冻的味道，嘴唇很水嫩，跟娃娃一样。

5. 屈臣氏草莓保湿润唇膏

有点猪油的感觉，太过油腻了，但适合冬天嘴唇干裂的女性。

其他类

1. 雅芳柔肤止汗香体露



夏天总是爱出汗，可以干爽腋下，味道也很香，而且是淡淡的香味。

2. 保美雅人参珍珠膏



用来搽脸太白，而且很干，可以用来搽手或者其他部位。

3. 美宝莲卸妆液



很受欢迎，性价比很高。卸的很干净。会出现上下分层的现象。