

[西班牙] 亚历山大·瓜亚尔多·瑞萨◎主编

林冠每◎翻译

一本你必须读的教科书
化妆圣经

湖南美术出版社

早晨彩妆
×
中午彩妆
×
晚间彩妆

国际名师
全程!
解读彩妆

一本你必读的教科书

化妆圣经

[西班牙] 亚历山大·瓜亚尔多·瑞萨 © 主编
林冠每 © 翻译



图书在版编目(CIP)数据

化妆圣经:一本你必读的教科书 / (西)瑞萨
(Reza, A. G.) 主编;林冠每译. — 长沙:湖南美术出版社, 2010

ISBN 978-7-5356-3857-1

I. ①化… II. ①瑞… ②林… III. ①化妆—基本知识 IV. ①TS974.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第164625号

MÉTODO LOCCOCO.MANUAL PRÁCTICO DE MAQUILLAJE

©2009 Alejandro Guajardo Reza

©2009 EDITORIAL OCEANO S.L.
Barcelona(Spain)

一本你必读的教科书

化妆圣经

主 编: [西班牙]亚历山大·瓜亚尔多·瑞萨

译 者: 林冠每

责任编辑: 李 松

封面设计: 汤长城

出版发行: 湖南美术出版社

(长沙市东二环一段622号)

经 销: 湖南省新华书店

印 刷: 深圳市鹰达印刷包装有限公司

(深圳市龙岗区横岗镇红棉三路鹰达工业大厦)

开 本: 720×1016 1/24

印 张: 24

版 次: 2010年10月第1版 2010年10月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5356-3857-1

定 价: 98.00元

【版权所有, 请勿翻印、转载】

邮购联系: 0755-83476130 邮编: 518000

网 址: <http://www.ch-jinban.com/>

电子邮箱: szjinban@163.com

如有倒装、破损、少页等印装质量问题, 请与印刷厂联系调换。

联系电话: 0755-28630168



我在生活里追求美的事物，在我找到它之前，绝不放弃。

作者序

彩妆是一个人借着另一个人的眼睛，展现自己魅力的方式。伴随着数学家毕达哥拉斯的理论萌芽，一种以数学比例来表现美感的审美观也跟着出现。毕氏强调一个定理，他认为，万物皆存有一个代表自己的特定数字。他积极找寻这种能规范一切、使一切井然有序、和谐、使美感存在的数学准则，也寻求着那个能让所有事物精彩、精确呈现的“完美比例”。

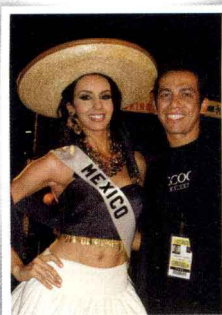
当然，能用来说明何谓“美感”的说法还有许多种，某些被人们描述是一种美的呈现。我们所认知的“美感”，多半表现在艺术、宗教、雕刻、音乐、建筑、舞蹈、诗歌、绘画、摄影、及装饰艺术上。

不过，美是什么？意大利作家翁贝托·埃可在他的书《论美》中提到：“‘美’这个词几乎等同于高雅、漂亮、时尚、华丽、惊艳等等其他相似的形容词。”我们只能说，“美”，就是一个形容词，多半用来表达、描述我们所喜好的事物。就这个意义上来说，从埃可角度来看，一个人变“美”了，似乎也代表人的心地是善良的。然而，随着不同的时代、历史背景发展，“善”跟“美”之间的联系相当紧密。埃可肯定地表示：“若我们从日常生活经验中多加观察，我们其实有种倾向，对美好事物的认定，往往不只是因为我们喜欢，更进一步的原因是我们也想拥有它。”让人向往的美好事物是数不尽的——两情相悦的爱情、实至名归的财富、精致美食等等，这些其实都是我们所希望拥有的，是激起我们欲望的利益诱因。

就彩妆而言，它不能被视为是种奇迹，换言之，成功的彩妆是按部就班、配合着必要的工具来完成的。在妆扮完成后，你不需要对它所呈现出的美艳而惊讶不已。

2007年，跟往年一样，世界环球小姐比赛开始进行，这次比赛主办单位总部位于墨西哥市，而我很幸运地被选中，成为能在比赛中服务的彩妆师——带着我的团队，为这71个来自世界各地、为争夺后冠而造访墨西哥的佳丽们设计最亮眼的造型。我还记得，第一次那么靠近佳丽们的感觉。那是在准决赛的前一天，我在旅馆的休息厅等人，突然看到一排排队列前进的佳丽，有如从天堂下凡的天使，穿着glamour衣物、佩带珠宝，造型绚丽又引人注目，个个都是各国最出色的代表。那时候，我只想好好地让我的双眼欣赏这上天给予的恩赐——人类之美。

第二天，我带着团队来到了化妆室，准备开始替佳丽们上妆。但我不得不承认，一开始，我很紧张也很害怕会搞砸。慢慢地，佳丽们在妆扮结束后，一个又一个展现她们本身的美艳，仿佛仙女般展开着翅膀。她们各自代表着不同的国家、文化习俗、不一样的思维与追求。





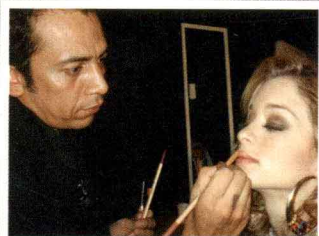
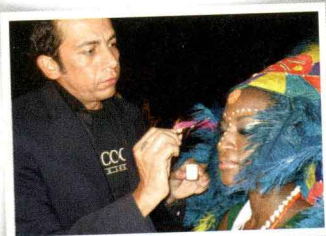
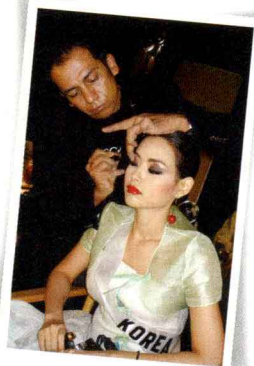
终于，到了最后也最令人期待的一天：决赛。这一天，也是我生命中最奇妙的经验之一。早在决赛前，我跟各国的佳丽有机会好好聊聊，了解不同的文化背景与习俗。当时我替许多个国家的代表上妆，例如，坦桑尼亚、希腊、西班牙、葡萄牙、萨尔瓦多、哥斯达黎加、委内瑞拉、美国、加拿大、泰国、挪威、巴西、墨西哥、海地、中国、日本、危地马拉、智利、阿根廷、法国、德国等等，这样的经验也让我懂得更尊重每个人，不是因为他做了什么，而是要尊重这个人本身的价值。也就是那个时候，我有了想写与彩妆相关的书籍，好让成功的彩妆更衬托一个人本身的美。这是一本具有历史因素、实例、技术、教育思考、社会观感的书，综合我个人经验及专业彩妆经验，帮助有心想在彩妆专业这条路上获得成就的人。

现在，你手边的这本书是我精心写作出来的，为的是让你跟朋友或客户能够相当专业地在彩妆的世界里发展自己专属的一条路。彩妆这件事，它既是种艺术，也跟其他专业一样是种技术，需要依靠一套方式，尝试再尝试好找出最适当的上妆方法，最后才能有成功的彩妆。

也因为如此，没有什么事是比先了解它的起源、如何发展到今天这个样子还来得重要。许多年来，人们尝试许多种方式表现自己，其中一种方式就是通过彩妆。这本书的内容，不仅能使你成为一位优秀的化妆师（某些地区称造型师），只要你一步步按内容学习，最后必然会是专业级的彩妆师。即使你已经是位化妆师，这本书也能更加丰富你的专业知识、提供你不同的上妆技巧。

另外，为了能使读者学会彩妆界大师的经验，本书内容按不同的上妆技术排版，以方便读者学习。

最后，我将本书敬献给我要感谢的人们：首先，感谢Glamour公司的赞助与支持；感谢我的父亲，用他特别的方式来看待这个世界；感谢我的兄弟安格，他教导我如何一天比一天进步；感谢易可纳西欧·C及卡洛斯；感谢贺也艾楠迪斯，他的支持与耐心；感谢卡洛思·德·西斯柏德；感谢希维雅，也感谢巩思坦萨，他们在我于巴塞隆纳期间写作此书时提供了不可或缺的协助；感谢诺耶、萨梧及萨宜德，他们卓越的才能与专业。感谢上述所有人，以及那些教导我“敬业就是回馈客户”的人们。



第一篇 肌肤、脸型、彩妆的基本知识

入门介绍	2
第一章 皮肤的基本知识	3
为何要了解皮肤	5
皮肤的组成	5
颜面肌肉	7
各种不同肤质	9
第二章 皮肤问题	11
粉刺	13
黑斑、黄褐斑	14
雀斑、痣	15
白斑	15
第三章 认识美肤产品	17
美肤产品的分类	19
彩妆品的成分与用途	20
妆底保养品介绍	21
美肤产品成分介绍	22
美肤产品酸碱值说明	24
第四章 脸型	25
不同脸型的特征	27
脸部主要骨骼架构	29
脸部各区域	30
第五章 彩妆定义与彩妆工具	33
何谓彩妆	34
彩妆工具	35
第六章 彩妆用化妆品	39
隔离霜	41
粉饼	42
粉底	42
眼线彩妆品	43
眼影	44
眉笔	44
睫毛膏	45

目录





唇线笔	45
口红	46
腮红	46
第七章 彩妆用品及上妆工具	47
彩妆用溶液	48
妆用粘贴胶	49
上妆用笔刷	50
第八章 彩妆工作室	55
彩妆工作室的采光要求	57
彩妆工作室的用品配置	58
彩妆工作室的装饰	61
彩妆工作室的卫生	62
第九章 彩妆师工作前的准备	63
保持良好的自我形象	65
采用正确的姿势	65
保持工作室与个人卫生	66
清洁、保护好双手	66
熟悉各种上妆工具，注意运用力道	68
第十章 上妆前的肌肤清洁	69
燕麦敷脸清洁法（上妆前敷）	71
黄瓜敷脸清洁法（上妆前敷）	72
水果捣泥敷脸清洁法（上妆前敷）	72
干性肌肤清洁液清洁法（上妆前清洁）	73
油性肌肤清洁液清洁法（上妆前清洁）	73
酵母粉泥敷脸清洁法（男女性皆适用，上妆前敷）	74
水蒸气清洁法（使用时机为脸部清洁后，上妆前）	75
干性肌肤去角质乳去角质法（用于上妆前）	76
油性肌肤去角质乳去角质法（用于上妆前）	76
第十一章 彩妆前的按摩放松方式	77
对倍感困倦的客户的按摩方式	79
对易紧张的客户的按摩方式	80
配合保养品的脸部按摩方式	81
有助提神的按摩方式	82
舒缓疲劳双眼的按摩方式（上妆前）	83
有助肌肤光亮的按摩方式	84
梳洗后的按摩方式	86

第二篇 妆前修饰、准备及上妆

入门介绍	88
第一章 彩妆师需要了解的色彩学知识	89
第二章 色彩样式	95
色彩样式图1	97
色彩样式图2	97
色彩样式图3	98
色彩样式图4	98
第三章 色彩和谐及颜色编码	99
色彩和谐与对比色	102
冷色系、暖色系	104
配合客户的色系选择	121
第四章 脸部修饰	123
第五章 眉毛修饰	129
认识眉线	131
不同眉型处理方法	132
掩饰眉毛技巧（用于特殊彩妆）	134
东方凤眼的呈现（暂时性彩妆效果）	137
第六章 鼻子修饰	139
宽鼻	141
窄鼻	141
弯形鼻	142
长鼻	142
短鼻	143
上窄下宽鼻	143
鹰勾鼻、尖鼻	144
翘鼻、高耸鼻	144
第七章 额头修饰	145
宽额头	147
窄、短额头	148
高额头	148





第八章 下巴修饰149

长下巴151

缩下巴152

第九章 眼睛修饰153

双眼贴近155

双眼分离155

球形、外凸形眼睛156

圆形眼156

大眼睛156

小眼睛157

微下坠型157

微上扬、扁桃型158

趋水平型158

第十章 嘴唇修饰159

翘唇161

下垂唇型161

小嘴唇162

趋水平、拉长唇型162

细唇163

厚嘴唇163

唇鼻紧连164

唇鼻分离164

第十一章 颈部修饰165

窄短型颈167

长型颈168

第十二章 脸部打光169

打光点技巧一171

打光点技巧二172

打光点技巧三172

第十三章 妆前基本准备工作173

黑眼圈修饰技巧175

使用粉饼的技巧176

如何使用粉底177



如何描画眼线	178
眼线的呈现方式	179
外围眼线画法	180
内圈眼线画法（尾端）	180
泪腺区眼线画法	180
内围眼线画法	181
第十四章 卡玫系统眼影技巧	183
卡玫系统	184
第十五章 基本彩妆步骤与技巧	187
睫毛膏使用技巧	189
假睫毛的使用	190
假睫毛取下的方法	191
画眉、隐眉线的方式	191
涂眉方式	192
腮红的使用	192
唇线的画法	194
口红的使用	194
彩妆的完成	195
第十六章 彩妆师为客户做的上妆准备	197
适当的服饰及对话	199
适当的提问	199
专业资料卡准备	200
适当的上妆姿势	203
脸部分析	203
妆前放松按摩	204
妆毕须知	204
第十七章 整体性彩妆	205
彩妆设计	207
妆前的衡量及准备	209



第三篇 彩妆之晨妆技巧

入门介绍	216
------------	-----

第一章 少女（15~19岁）晨妆	217
------------------------	-----

少女晨妆设计范例1	219
-----------------	-----

少女晨妆设计范例2	223
-----------------	-----

第二章 职业女性（20~30岁）晨妆	227
--------------------------	-----

职业女性晨妆设计范例1	229
-------------------	-----

职业女性晨妆设计范例2	233
-------------------	-----

职业女性晨妆设计范例3	237
-------------------	-----

职业女性晨妆设计范例4	241
-------------------	-----

职业女性晨妆设计范例5	245
-------------------	-----

第三章 成熟女性（31~45岁）晨妆	249
--------------------------	-----

成熟女性晨妆设计范例1	251
-------------------	-----

成熟女性晨妆设计范例2	255
-------------------	-----

成熟女性晨妆设计范例3	259
-------------------	-----

成熟女性晨妆设计范例4	263
-------------------	-----

成熟女性晨妆设计范例5	267
-------------------	-----

第四章 年长女性（46岁以上）晨妆	271
-------------------------	-----

年长女性晨妆设计范例1	273
-------------------	-----

年长女性晨妆设计范例2	277
-------------------	-----

年长女性晨妆设计范例3	281
-------------------	-----

第五章 新娘晨妆	285
----------------	-----

新娘晨妆设计范例1	287
-----------------	-----

新娘晨妆设计范例2	291
-----------------	-----

新娘晨妆设计范例3	295
-----------------	-----

第六章 认识各时代的彩妆	299
--------------------	-----

不同时代的彩妆介绍	300
-----------------	-----

20世纪20年代彩妆	303
------------------	-----

20世纪30年代彩妆	307
------------------	-----

20世纪40年代彩妆	311
------------------	-----

20世纪50年代彩妆	315
------------------	-----

20世纪60年代彩妆	319
------------------	-----

20世纪70年代彩妆	323
------------------	-----

20世纪80年代彩妆	327
------------------	-----

20世纪90年代彩妆	331
------------------	-----



第四篇 彩妆之午妆技巧

入门介绍	336
------------	-----

第一章 少女（15~19岁）午妆	337
------------------------	-----

少女午妆设计范例1	339
-----------------	-----

少女午妆设计范例2	343
-----------------	-----

少女午妆设计范例3	347
-----------------	-----

第二章 职业女性（20~30岁）午妆	351
--------------------------	-----

职业女性午妆设计范例1	353
-------------------	-----

职业女性午妆设计范例2	357
-------------------	-----

职业女性午妆设计范例3	361
-------------------	-----

职业女性午妆设计范例4	365
-------------------	-----

职业女性午妆设计范例5	369
-------------------	-----

第三章 成熟女性（31~45岁）午妆	373
--------------------------	-----

成熟女性午妆设计范例1	375
-------------------	-----

成熟女性午妆设计范例2	379
-------------------	-----

成熟女性午妆设计范例3	383
-------------------	-----

成熟女性午妆设计范例4	387
-------------------	-----

成熟女性午妆设计范例5	391
-------------------	-----

第四章 年长女性（46岁以上）午妆	395
-------------------------	-----

年长女性午妆设计范例1	397
-------------------	-----

年长女性午妆设计范例2	401
-------------------	-----

年长女性午妆设计范例3	405
-------------------	-----

第五章 新娘午妆	409
----------------	-----

新娘午妆设计范例1	411
-----------------	-----

新娘午妆设计范例2	415
-----------------	-----

新娘午妆设计范例3	419
-----------------	-----

新娘午妆设计范例4	423
-----------------	-----

第六章 男性彩妆	427
----------------	-----

青年男性彩妆	431
--------------	-----

成年男性彩妆	435
--------------	-----

壮年男性彩妆	439
--------------	-----

年长男性彩妆	443
--------------	-----



第五篇 彩妆之晚妆技巧

入门介绍448

第一章 少女（15~19岁）晚妆449

少女晚妆设计范例1451

少女晚妆设计范例2455

少女晚妆设计范例3459

第二章 职业女性（20~30岁）晚妆463

职业女性晚妆设计范例1465

职业女性晚妆设计范例2469

职业女性晚妆设计范例3473

职业女性晚妆设计范例4477

职业女性晚妆设计范例5481

职业女性晚妆设计范例6485

第三章 成熟女性（31~45岁）晚妆489

成熟女性晚妆设计范例1491

成熟女性晚妆设计范例2495

成熟女性晚妆设计范例3499

成熟女性晚妆设计范例4503

成熟女性晚妆设计范例5507

成熟女性晚妆设计范例6511

第四章 年长女性（46岁以上）晚妆515

年长女性晚妆设计范例1517

年长女性晚妆设计范例2521

年长女性晚妆设计范例3525

年长女性晚妆设计范例4529

第五章 新娘晚妆533

新娘晚妆设计范例1535

新娘晚妆设计范例2539

新娘晚妆设计范例3543

第六章 彩妆设计练习547

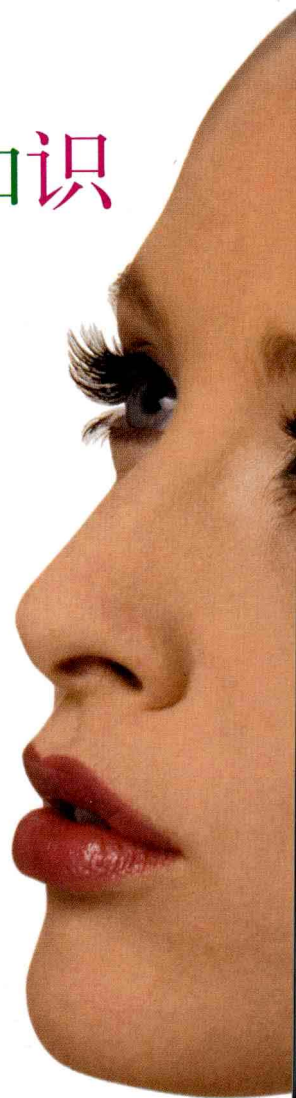


第一篇

肌肤、脸型、彩妆的基本知识

你若有所追求，不应该是财富、荣誉或权势，而应是对一切的热忱。你的眼光要炯炯有神，看见一切可能。

——索伦·齐克果（丹麦哲学家）



入门介绍

对心理学家弗洛伊德来说，肌肤是引起情欲的最佳诱因；对彩妆师而言，肌肤则是达到成功彩妆几个目的的起点。

大部分人都具备一项能力，能够区分所谓的美感，都希望自己外表好看一点。一个彩妆师修饰美化客户的脸部很重要，但指导客户一些保养肌肤的基本方法更重要。因为没有保养完善、健康的肌肤，就没办法成就完美的彩妆。

每个人天生拥有的肤质皆不相同，肤质是无法改变的事实，但我们可以通过保养使肌肤能够健康，保持水嫩。不过，不因肌肤问题烦恼的人极少，据统计显示，每个人都会有一段时期饱受各种肌肤问题的困扰。

现在提供读者一套全方面的护肤方法。一般而言，身体用的乳液成分来自花朵或果实，都是天然萃取物，避免使用会引起过敏、刺激性或毒性的成分。德国诗人歌德用他的色彩学论述引导我们看待心灵与美的呈现。以下是歌德色彩学的首段论述：

“我们对人类皮肤颜色的讨论相当少……对人们丰富内在的讨论相当多……人的皮肤在保养完善的情况下是相当光滑、洁净的……人类的肌肤，由于肤质的多变性，不会完全保持固定的色泽，而是随生理机能有不同的转变……也许正因为这种美中不足，人们一直找寻着不同的染色剂，好增添肌肤色泽。”

现在，就从这段话开始，我将带读者了解肌肤、彩妆的基本知识，为肌肤的认识与保养作准备。



第一章 皮肤的基本知识