

● QING CHUN

# 青春美容问答

MEI RONG WEN DA

● 李恩德 礼 遇

● 陕西人民美術出版社



# 青春美容问答

李恩德  
礼 遇

陕西人民美術出版社



## 青春美容问答

李恩德 礼遇

陕西人民美术出版社出版、发行

(西安北大街131号)

新华书店经销

汉中地区印刷厂印刷

787×1092毫米 32开本 3.625印张 50千字

1987年3月第1版 1987年3月第1次印刷

印数：1—12,200

统一书号：8199·1256 定价：1.20元

# 目 录

|     |                              |      |
|-----|------------------------------|------|
| 1.  | 你知道生活美容的由来吗? .....           | (1)  |
| 2.  | 什么是现代美容? .....               | (2)  |
| 3.  | 生活化妆为什么要熟悉面部结构? .....        | (3)  |
| 4.  | “三庭”“五眼”指的是什么? ...           | (4)  |
| 5.  | 你知道色彩是从哪里来的? .....           | (5)  |
| 6.  | 美容化妆如何运用色彩? .....            | (6)  |
| 7.  | 如何为自己设计生气勃勃和富有魅力的妆面? .....   | (7)  |
| 8.  | 皮肤有哪几种性质? 怎样判定自己皮肤的性质? ..... | (8)  |
| 9.  | 如何选择适合不同性质皮肤的化妆品? .....      | (9)  |
| 10. | 怎样做化妆品对皮肤的过敏测验? .....        | (9)  |
| 11. | 为什么皮肤会有过敏反应? .....           | (10) |
| 12. | 化妆的类型和手法是什么? .....           | (10) |
| 13. | 化妆的程序和方法是什么? .....           | (11) |



## 录 目

|      |                        |      |
|------|------------------------|------|
| (1)  | 14. 生活化妆需要的化妆品有哪些?     |      |
| (2)  |                        | (13) |
| (3)  | 15. 你熟悉美容化妆的工具吗? ..... | (15) |
| (4)  | 16. 如何涂施粉底才有良好的效果?     |      |
| (5)  |                        | (17) |
| (6)  | 17. 化妆一定要施粉吗? 怎样施粉才    |      |
| (7)  | 是正确的方法? .....          | (18) |
| (8)  | 18. 脸上易患粉刺的人怎样化妆?      |      |
| (9)  |                        | (20) |
| (10) | 19. 脸上有雀斑的人应怎样化妆? ...  | (20) |
| (11) | 20. 有色素斑的人怎样化妆? .....  | (21) |
| (12) | 21. 怎样遮盖脸上出现的细小皱纹?     |      |
| (13) |                        | (21) |
| (14) | 22. 对化妆品过敏的人怎样化妆?      |      |
| (15) |                        | (22) |
| (16) | 23. 戴眼镜的人怎样化妆? .....   | (23) |
| (17) | 24. 怎样使扁平的脸呈现出立体感?     |      |
| (18) |                        | (23) |

- 
25. 如何抵消面部呈现的阴暗肤色? (24)
26. 什么是“眼妆色”，它起什么作用? (25)
27. 为什么要涂眼影？如何涂眼影? (26)
28. 眼妆色的使用效果有哪些? (27)
29. 为什么要画眼线？怎样画眼线? (30)
30. 怎样把隆眼睑化妆得美一些? (31)
31. 怎样将迷缝眼化妆得大一些? (32)
32. 单眼皮可以画成双眼皮吗? (33)
33. 两只眼睛，一只双眼皮一只单眼皮，怎样改变那只单眼皮? (35)
34. 怎样使用双眼皮胶带? (36)
35. 怎样使用双眼皮的粘胶剂——美目灵? (38)

36. 描画眼线往往画得左右不一致，  
(18) ..... 有什么窍门才能画得一样？ ..... (39)
37. 眼尾往下搭拉有没有办法修饰？  
(23) ..... (40)
38. 眼尾向上吊，怎样修饰？ ..... (41)
39. 怎样修饰过于长和过于圆的眼睛？  
(25) ..... (42)
40. 能将眼睑松弛而无神的眼睛改变  
(26) ..... 一下感觉吗？ ..... (43)
41. 双眼间隔较宽的人如何化妆？  
(14) ..... (43)
42. 双眼间隔过于狭窄的人如何化妆？  
(32) ..... (44)
43. 眼窝凹陷的人如何化妆？ ..... (45)
44. 怎样消除黑眼圈？ ..... (46)
45. 用什么工具晕染眼影效果好？  
(28) ..... (47)
46. 买了数色一盒的眼妆色总剩下白  
(28) .....

|      |                              |      |
|------|------------------------------|------|
| (23) | 色和棕色是什么原因? .....             | (48) |
| (10) | 47. 使用假睫毛怎样才能真实自然? .....     | (49) |
| (10) | 48. 粘贴假睫毛, 卸妆时应注意哪些问题? ..... | (50) |
| (10) | 49. 怎样用睫毛油膏能使睫毛变长? .....     | (50) |
| (20) | 50. 怎样使用睫毛油膏? .....          | (51) |
| (20) | 51. 怎样使用“黛怡”助长睫毛霜? .....     | (52) |
| (20) | 52. 如何选购睫毛油膏? .....          | (53) |
| (20) | 53. 怎样使用分组装戴的假睫毛? .....      | (54) |
| (20) | 54. 如何认识标准眉形? .....          | (55) |
| (20) | 55. 怎样修饰眉毛才显得自然? .....       | (57) |
| (20) | 56. 怎样画弧线形的眉形? .....         | (58) |
| (20) | 57. 如何修饰过于浓黑的眉毛? .....       | (59) |
| (20) | 58. 怎样按照自己的脸形去修饰眉形? .....    |      |

|       |                          |      |
|-------|--------------------------|------|
| (84)  | .....                    | (59) |
| ？眉目   | 59. 眉毛的颜色应该怎样去涂画？        |      |
| (93)  | .....                    | (61) |
| ？留意   | 60. 鼻形不理想怎样化妆？           | (61) |
| (94)  | .....                    | (63) |
| ？注意   | 61. 额部应该怎样化妆？            | (63) |
| (95)  | .....                    | (64) |
| ？注意   | 62. 你会涂颊红吗？              | (64) |
| (96)  | .....                    | (66) |
| ？注意   | 63. 颊红的种类有哪些？颊红用色的效果有哪些？ | (66) |
| (97)  | .....                    | (66) |
| ？注意   | 64. 怎样处理脸颊不自然的红色？        | (66) |
| (98)  | .....                    | (67) |
| ？注意   | 65. 对于不同的脸型，如何处理腮红？      | (67) |
| (99)  | .....                    | (68) |
| ？注意   | 66. 是不是脂型颊红比粉型颊红好？       | (68) |
| (100) | .....                    | (68) |
| ？注意   | 67. 口红是否可以当作颊红使用？        | (68) |
| (101) | .....                    | (69) |
| ？注意   | 68. 唇膏有多少种类？选择什么样的唇膏好？   | (69) |
| (102) | .....                    | (70) |
| ？注意   | 69. 怎样涂染口红？              | (70) |

- 
70. 怎样修饰不理想的唇形? ..... (71)
- (91) ..... 71. 口红色彩的不同与运用会产生不  
(87) ..... 同印象的唇形吗? ..... (72)
- (08) ..... 72. 为什么口红用多了, 会使唇色变  
(18) ..... 得晦暗? ..... (72)
- (12) ..... 73. 为什么不能直接擦用带有红色素  
(38) ..... 的化妆品? ..... (73)
- (38) ..... 74. 为什么有的人化妆以后, 妆面色  
(28) ..... 彩容易脱落? ..... (74)
75. 化妆之后, 妆面很快弄脏了是什  
(48) ..... 么原因? 有什么办法解决? ..... (75)
76. 什么叫“点化妆”它的范围是哪  
(88) ..... 些? ..... (75)
77. 怎样掌握“浓妆淡抹”总相宜中  
(78) ..... 的淡抹? ..... (76)
- (86) ..... 78. 怎样化“艳妆”它适用于什么场  
(88) ..... 合? ..... (77)
- (08) ..... 79. 怎样为新娘化妆? ..... (78)

|      |                      |      |
|------|----------------------|------|
| (17) | 80. 中年妇女的化妆应该注意哪些问题  | (79) |
| (27) | 81. 难上妆怎么办?          | (79) |
|      | 82. 怎样护理粗而硬的头发?      | (80) |
| (37) | 83. 烫发之后便染发为什么不好?    | (81) |
|      | 84. 怎样保持发型?          | (81) |
| (37) | 85. 怎样作头发的自我保健?      | (82) |
|      | 86. 怎样洗头发才好?         | (82) |
| (47) | 87. 你知道梳理头发的方法吗?     | (83) |
|      | 88. 怎样利用梳发技艺、改变脸型?   |      |
| (57) |                      | (84) |
|      | 89. 甲型有哪些? 怎样使指甲秀美?  |      |
| (57) |                      | (86) |
|      | 90. 修指甲、涂指甲油应当注意些什么? | (87) |
| (67) |                      | (88) |
|      | 91. 如何清除手指上的烟迹?      | (88) |
| (77) | 92. 什么是面膜美容? 怎样使用?   | (88) |
| (87) | 93. 怎样去掉牙齿上的黄斑?      | (89) |

- 
94. 你会使用香水吗? ..... (89)
- (80) ..... 95. 长期在恒温室工作的人怎样化妆?  
..... (90)
1. 你知道使用化妆品的这些常识吗?  
..... (91)
1. 经常换用新牌子的化妆品好不好?
  2. 用手直接在化妆盒里取化妆品对吗?
  3. 撕掉化妆盒里遮盖的玻璃纸对吗?
  4. 超过两年以上的化妆品还能使用吗?
97. 药用化妆品绝对安全吗? ..... (92)
98. 预防面部生皱纹、还有些什么方法? ..... (93)
99. 使你容颜青春焕发面部运动八法。 ..... (95)

- (98) ..... 100. 保持体态窈窕的妙法——舞姿操。 (98)
- (99) ..... (99)
- (100) ..... (100)
- (101) ..... (101)
- (102) ..... (102)
- (103) ..... (103)
- (104) ..... (104)
- (105) ..... (105)
- (106) ..... (106)
- (107) ..... (107)
- (108) ..... (108)
- (109) ..... (109)
- (110) ..... (110)
- (111) ..... (111)
- (112) ..... (112)
- (113) ..... (113)
- (114) ..... (114)
- (115) ..... (115)
- (116) ..... (116)
- (117) ..... (117)
- (118) ..... (118)
- (119) ..... (119)
- (120) ..... (120)



## 1. 你知道生活美容的由来吗?

提起生活美容,有人认为它是从国外传来的。其实不然,它在我国源远流长,已成为中华民族文化艺术宝库的一部分。在原始社会,我们的祖先用大自然的矿物、有色的土壤和植物的花、叶子、以及动物的骨、毛、皮等装扮自己,用各种方法将五颜六色涂抹在脸上,这就是后来的纹身、图腾(原始社会用动物或植物作为区别种族或民族血统的标志,并把它当做祖先来崇拜,这种被崇拜的对象或符号叫“图腾”。)等形式,可以说这是比较原始的美容吧。

从史书记载来说,我国美容起源于先秦时代,《楚辞》记载说:“粉白黛黑、施芳泽”。《南齐书》一书说“毛嫱西施之美无益吾面,用脂泽粉黛

则倍其初”。这便是古代妇女已经懂得用青黑色来修饰自己的眉毛。又如胭脂一词，与古地名焉支山关系密切，焉支山或胭脂山，地处著名的丝绸古道河西走廊。（现在的甘肃省永昌和山丹县之间），焉支山盛产一种“红兰花”，无毒，有淡香颜色像胭脂，采其汁加油脂，便可用于妇女面容的化妆。古代人称化妆为“香妆”或“妆点”等，这都说明中国的美容是有着悠久的历史。

## 2. 什么是现代美容：

美容是一门科学，特别是发展到今日之现代美容，并不是象一般人所认为的美容就是脸部的化妆。今天的美容学已发展到包括生物学、药剂学、药理学、解剖学、心理学、营养学、化妆品学、健美体操等为内容的现代综合美容科学。美的概念已扩展到追求全面化、整体性的美的范围，美的标志不再停留在仅仅注意发式、或化妆的配合，更顾及到服装、饰物及鞋履的一系列陪衬，追求全面化，整体性的“美的系列”，这就更扩大了美容学的知识领域。越是文明的国家，对美的要求就越讲究。现在人们都在研究如何更好地保持外表的美观，以及创造美的独特的风格，都在钻研和扩展技术，把

最新科技成果用于美容领域，使美容技术日新月异，美容仪器和化妆品层出不穷。美容学的不断发展，将使人们生活更加美好。

### 3. 生活化妆为什么要熟悉面部结构？

你要想掌握生活化妆的技巧，必须科学地认识自己，了解一些人体解剖知识。人的头部由二十二

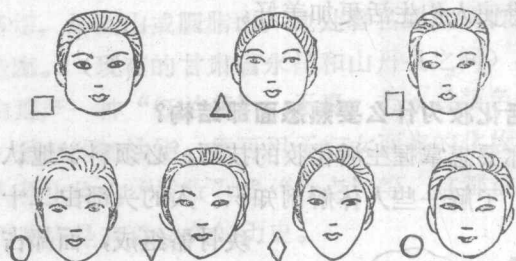


块骨骼组成，面部占去十四块骨骼。你用手轻轻抚摸自己的面部，体验一下五官依附于肌肉与骨骼的关系，就可表明前额骨的大小，是否

向前突出，它的形状决定了额型。额骨下面的弯月形骨，也叫眉骨。前额骨中下部延伸的鼻骨构成鼻梁，这块骨骼的形状决定人的鼻型，是高鼻梁还是塌鼻梁。两侧的颧骨也叫颊骨，它决定人的颊型。如果这块骨比较突起，就形成为高颧骨。上下颌骨固定牙床的位置以及口唇的形状，如果牙齿脱落，口腔没有支撑，于是腮就凹进去，下巴前隆，出现了老人面孔的样子。

因此，当我们了解到人的颜面是附着在头部和

肌肉上的这一基本概念，进一步知道了脸型是由骨骼的结构组织不同造就的。



人们的脸型归纳起来，基本上有以下几种类型，即“田”字形的正方脸型，“由”字形的上小下大脸型，国字型的长方脸型，目字形的长条脸型，甲字形的上大下小脸型，申字形的中部宽上下小的脸型以及比较圆的脸型。也有人习惯把男性脸分为“开”字，“国”字、“日”字形；把女性脸型分为“甲”、“申”、“由”字形，认为这几种造形比较切合实际，也较为美观。

#### 4. “三庭” “五眼”指的是什么？

为了以形象语言概括人的面部比例关系，我国古代绘画创造了“三庭”、“五眼”这一术语。在化妆上为了便利，也借用这种术语。