

重新拥有  
往日的美丽

B  
BOOKLINK

# 神崎惠的 3分钟贴心眼妆术

(日) 神崎惠 著  
邱晓蓉 译

工作、家务、育儿，无论有多忙，都要让自己一如既往地美丽。

一本可以连续使用五年的化妆书

单眼皮、双眼皮、内双眼皮

针对不同眼型，教你最简单的眼妆化法



辽宁科学技术出版社  
LIAONING SCIENCE AND TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

TITLE: [神崎恵の3分からはじめる大人のアイメイク]

BY: [神崎 恵]

Copyright © Megumi Kanzaki 2010

Original Japanese language edition published by Shufunotomo Co., Ltd.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced in any form without the written permission of the publisher.

Chinese translation rights arranged with Shufunotomo Co., Ltd.

Tokyo through Nippon Shuppan Hanbai Inc.

© 2012, 简体中文版权归辽宁科学技术出版社所有。

本书由日本株式会社主婦之友社授权辽宁科学技术出版社在中国范围内独家出版简体中文版本。著作权合同登记号：06-2011第174号。

版权所有·翻印必究

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

神崎恵の3分钟贴心眼妆术 / (日) 神崎恵著; 邱晓蓉译. —沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2013.2

ISBN 978-7-5381-7710-7

I. ①神… II. ①神…②邱… III. ①眼—化妆—基本知识 IV. ①TS974.1

中国版本图书馆CIP数据核字 ( 2012 ) 第241033号



策划制作: 北京书锦缘咨询有限公司 ( www.booklink.com.cn )

总策划: 陈庆

策划: 清雅

设计制作: 王青

---

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路29号 邮编: 110003)

印刷者: 北京瑞禾彩色印刷有限公司

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 170mm × 240mm

印张: 7

字数: 100千字

出版时间: 2013年2月第1版

印刷时间: 2013年2月第1次印刷

责任编辑: 卢山秀 谨 严

责任校对: 合力

---

书号: ISBN 978-7-5381-7710-7

定价: 29.80元

联系电话: 024-23284376

邮购热线: 024-23284502

E-mail: lnkj@126.com

http://www.lnkj.com.cn

本书网址: www.lnkj.cn/uri.sh/7710





神崎惠的

3分钟贴心  
眼妆术

(日) 神崎惠 著  
邱晓蓉 译

辽宁科学技术出版社

· 沈阳 ·

# 成熟女性的眼妆需要的 不是艳丽， 而是浓密度、长度和立体感

我作为两个孩子的母亲，又是上班族，每天都要和时间赛跑。在化妆上，用最少的步骤达到最佳效果，是我从开始做美容工作时就一直坚守的理念，这本书里所提出的眼妆画法，最大的特点是基本不使用色彩。为了使眼皮松弛、神情黯淡的成熟女性的眼睛看起来更鲜活，我认为最重要的是突出眼睛边缘和睫毛，灵活运用眼线和睫毛膏，眼影只不过是配角。因为下决心不运用色彩，所以化妆时间也能缩短。每天都很忙碌的女性，请一定要试一试这几款眼妆的画法。









为得到别人的表扬而化妆，  
那就错了。

打扮漂亮是为了自己

我认识的很多女性朋友，她们在单身时，特别喜欢打扮和化妆，但是结婚之后，就不这么做了。好像是因为“既没有时间，也不用给别人看了”的缘故，就放弃了追逐美丽。但是我认为，打扮漂亮不是为了别人，而是为了让自己有一个好心情。虽然每天因为家务和照顾孩子而忙得团团转，自己的事情也一推再推，但是，真的连每天挤出三五分钟给自己，花点工夫变漂亮的时间都没有吗？我曾经有好几次感到心情郁闷，找不到发泄的出口。于是，索性坐下来化妆或者去做皮肤护理，结果却收到了意想不到的效果——心情随着自己变漂亮也变得积极起来。让自己的形象光鲜亮丽，不仅能改变周围人对自己的态度，更重要的是让自己充满活力。

# CONTENTS

## 目 录

# Part 1

## 眼妆的基本步骤

双眼皮眼妆的基本要点 / 10

眼线 / 12

夹睫毛 / 16

涂睫毛膏 / 18

内双眼皮眼妆的基本要点 / 22

眼线 / 24

夹睫毛 / 26

涂睫毛膏 / 28

单眼皮眼妆的基本要点 / 31

眼线 / 34

夹睫毛 / 35

涂睫毛膏 / 36

基本化妆工具 / 40

# Part 2

## 3大场合的眼妆效果

双眼皮眼妆3种场合的化妆要点 / 44

双眼皮3分钟简便妆 / 47

双眼皮正式妆 / 51

●专栏 戴眼镜时的眼妆 / 55

双眼皮宴会妆 / 57

内双眼皮眼妆3种场合的化妆要点 / 62

内双眼皮3分钟简便妆 / 65

内双眼皮正式妆 / 69

内双眼皮宴会妆 / 73

●专栏 眼睛的烦恼系列 一点建议① / 77

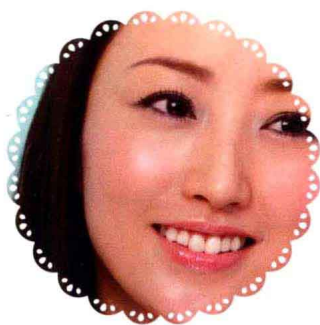
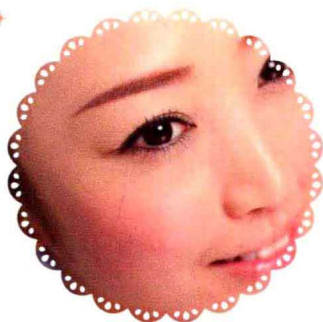
单眼皮眼妆3种场合的化妆要点 / 78

单眼皮3分钟简便妆 / 81

单眼皮正式妆 / 85

单眼皮宴会妆 / 89

●专栏 眼睛的烦恼系列 一点建议② / 93





# Part 3

## 眼妆技巧问与答

- 眼窝的位置在哪里? / 96
- 眼皮凹陷, 眼窝看起来很黯淡怎么办? / 96
- 可以在上眼皮抹粉底吗? / 96
- 黑眼圈和眼险黯沉怎么办? / 97
- 多色眼影的使用方法是怎样的? / 97
- 怎样才能把颜色鲜艳的眼影运用得恰到好处? / 98
- 到了下午, 眼影都掉光了, 怎么办? / 98
- 眼影堆在双眼皮的缝隙里怎么办? / 98
- 上眼皮太松, 画不了眼线怎么办? / 99
- 好不容易画的眼线, 为什么要晕染一下呢? 明明不晕染的话, 眼线也会看起来更分明。 / 99
- 眼线笔也有很多种, 到底使用哪一种呢? / 99
- 睫毛膏涂得太多怎么办? / 100
- 睫毛的卷曲效果不能持续到晚上怎么办? 怎么样才能长久保持呢? / 100
- 睫毛膏蹭到上眼皮了! 没有时间弄干净怎么办? / 101
- 睫毛膏和眼线晕掉了, 变成熊猫眼怎么办? / 101
- 睫毛又短又少, 即使涂睫毛膏也没用吗? / 101



# Part 4

## 恼人的化妆问题全解答

- 防晒霜和粉底液先涂哪个比较好呢? / 104
- 粉底不知道什么时候都掉光了, 看起来就像没化妆一样, 怎么办? / 104
- 十分在意鼻翼两侧红红的地方。即使用粉底也盖不住, 怎么才好呢? / 104
- 不是很了解染眉膏的使用方法, 有时候虽然涂了染眉膏, 但是看起来没有什么效果。 / 105
- 关于眉毛的化妆品怎么选呢? 是和眉毛配合还是和头发的颜色配合? / 105
- 明明很用心地化妆了, 可是周围的人却问我: “今天素颜呀?” / 106
- 和孩子朋友的家人一起去温泉旅行。泡完温泉之后, 不想看起来好像素颜一样, 怎么办? / 106
- 像去超市或者遛狗这样只出去一会儿的时候, 要怎么化妆呢? / 107
- 到了晚上, 腮红都掉光了, 肌肤看起来比较黯淡。怎么办? / 107

神崎惠的故事 / 108

后记 / 111







# Part 1

“让眼睛看起来水汪汪的”

## 眼妆的 基本步骤

化眼妆有很多步骤，但是神崎小姐想让大家最先掌握的是“画眼线→夹睫毛→涂睫毛膏”3个步骤。只要记住这些，就能掌握眼妆画法的八成。对此神崎小姐提出了一种既不显得过分刻意又不显得偷懒的方案。

过分地化眼妆  
就会显得花哨

## 双眼皮眼妆 的基本要点

双眼皮，如果画得重些就会显得花哨，如果不化妆，眼神又会显得呆呆的……哪里应该多下工夫，哪里不需要下工夫，掌握两者间的平衡是很重要的。



双眼皮：

上眼皮有一条线

闭眼时，上眼皮会微微显出一条线。如果睁开眼睛，会很清楚看到那条线从眼头延伸到眼尾。

从正面可以看到睫毛根

因为眼皮没有遮住睫毛，所以睁开眼睛的时候，可以看到睫毛的根部。



## 双眼皮化妆的要点

想象着杏仁的形状，  
尽量贴近自己的眼睛形状

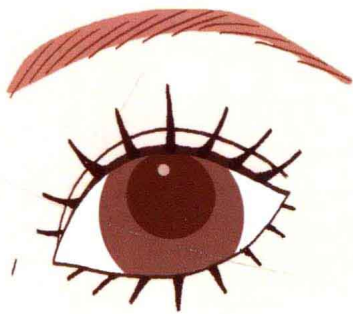
### 根据眼睛的弧度，来调整化妆步骤

神崎小姐认为双眼皮化眼妆时，追求的理想形状是杏仁形。杏仁的中间部分是流畅的弧线形。脑中想着杏仁的流畅线条，把眼睛轮廓比较模糊的地方用眼线补足，然后用睫毛夹或者睫毛膏等来突出睫毛的存在感，从而突出眼部轮廓。相反，如果眼睛是圆的，想以杏仁状来突出眼睛的话，可以按照“画眼线→夹睫毛→涂睫毛膏”的一般化妆步骤来化妆，但是这样看起来会有些幼稚。要想使妆容看起来比较成熟的话，可以简化眼妆的步骤，比如，大胆地省略夹睫毛的步骤或者不画下眼线。

不足的地方用眼  
线、睫毛膏来补足

以杏仁的形状为  
原型，把超出的  
部分忽略掉

根据年龄，把模  
糊的部分补足



# Eyeline 眼线



使模糊的眼睛轮廓变鲜明，  
提升其存在感



化眼妆的第一步就是画眼线，目的是使眼睛的轮廓变得鲜明。眼线的位置位于睫毛根部。这里用的是基本的眼线笔。

## 化妆前：

**眼睛比较狭窄，轮廓不清楚**

神崎小姐的眼睛与理想的杏仁形状相比，稍微有点狭窄，而且轮廓比较模糊，给人的印象不深。



## 化妆后：

**眼睛轮廓比较鲜明，眼睛魅力提升**

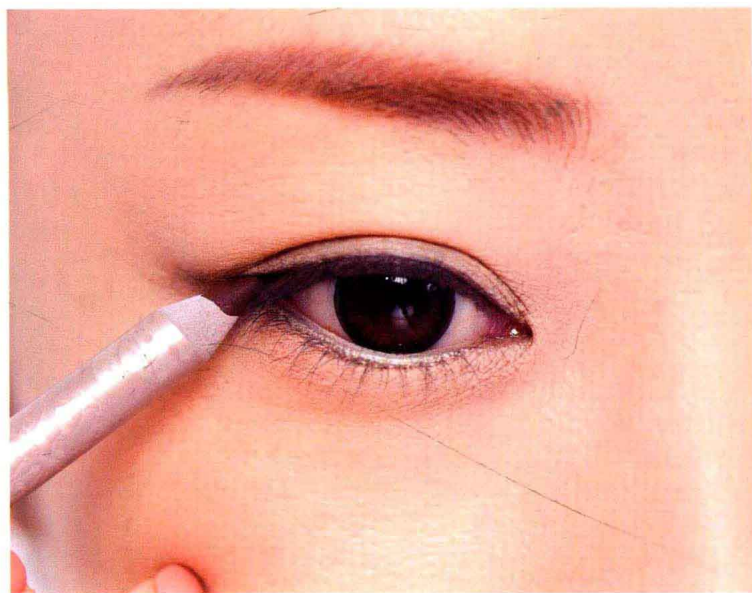
在上下睫毛根部画眼线，这样不仅使眼睛轮廓变得鲜明，而且眼睛变得有宽度，黑眼珠也显得更大了。





## 1

上眼线从眼头开始画



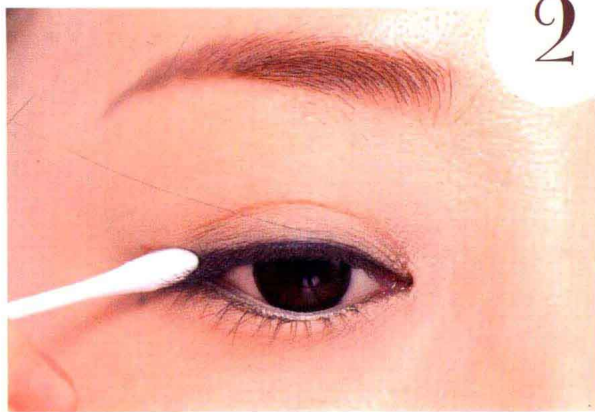
把睫毛缝隙也一点一点填满

用眼线笔尖把睫毛根部的缝隙填满。首先把眼线笔抵在睫毛的根部，然后来回移动画眼线。眼线要从眼角涂到眼尾，千万不要遗漏。

## 2

用棉签把眼线擦一下，让睫毛根部看起来更浓密

只画眼线会显得很突兀，要用棉签把眼线稍微擦一下。只要稍微把下巴抬起一点，就能很容易看到睫毛根部。也有些人能看到睫毛内侧的黏膜，如果用眼线笔画内眼线的话，就更能突出眼睛的轮廓。



# 3

下眼线从黑眼珠靠近眼尾的一侧的位置开始画



下眼线要画到眼尾，而且与上眼线相连

和画上眼线一样，也要把睫毛根部的缝隙填满。要从黑眼珠靠近眼尾的一侧的位置开始，一点一点向眼尾画。



这里是重点！

## 画好眼线的重点

要想很容易地看到睫毛根部，镜子的位置是关键

要想画好眼线，必要条件是要很容易看到睫毛根部。镜子要稍微拿得低一点，尽量和画眼线的手接近。画眼线的那只手的小手指要按住脸部，起到固定作用。





## 4

下眼线开始的位置到眼角处，用棉签擦一下

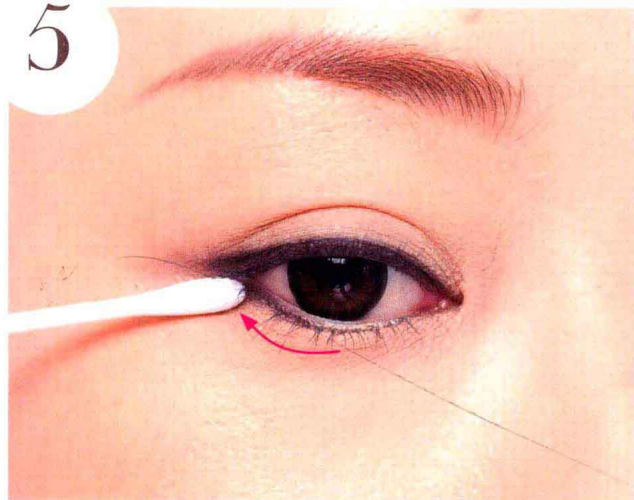
眼头处如果画下眼线的话，会显得很强势，所以用棉签稍微擦一下眼线，然后画到眼角，使眼头处稍微有点颜色就足够了。记住，从眼线开始的位置开始向眼角用棉签稍微擦一下即可。



轻轻地用棉签来描一下眼线使其融合

还是从下眼线开始的位置处开始，这次向眼尾方向，轻轻地用棉签擦一下眼线。这样，会使眼线和皮肤融合，给人一种自然的感觉。

## 5



## 画眼线的秘诀

画眼线不是单纯地画一条线就行了，而是要填满睫毛的缝隙

虽然说是眼线，但是也不是简单地画一条线就行了。好好照镜子看一下的话，就会发现睫毛的根部有很多的缝隙，把这些缝隙填满，才叫“画眼线”。

