

第 1 篇

修饰的要领



1.眉毛决定脸部左右的平衡

一般人的脸部，左右两边的形状并不尽相同。有些女明星甚至不让摄影师拍摄较丑的一边。所以，在修脸的时候有必要想法使较丑的一面尽量相像好看的一面。这时能加利用而具有决定性的就是眉毛的形状了。在左右两边脸上，眉毛形状的差异很大，但只要将左右眉毛的形状整好，其余的化妆便比较容易了。方法是利用眉墨铅笔把好看的眉形描绘在不好看的眉毛那边上面，而将描线以外的眉毛剃掉。有^字眉的人即把^字弯角保留，并以它为中心来画眉。

2.肿胀的眼皮用眉毛形状掩盖

眉毛的形状可改变别人对您的印象，同时能掩盖肿胀的眼睛。欲用眉毛来掩盖肿胀的眼睛时，应避免圆而粗的眉线，而采用有折角的、有眉头的眉线。眉毛的下半段到眉尾用褐色或灰色作阴影。自眉头到鼻骨作成线状的阴影，可使鼻梁看起来挺直，而眼睛的肿胀看起来也不那么显眼了。

另外在上眼皮的眼头到眼中央方向画上不等边三角形形状的、合于衣服颜色的“眼影”再用黑色眼线笔画粗线到眼尾。最后再装上一具自然感的很睫毛，肿胀的眼睛就会变得活泼传神。

3. 剃眉毛的方法

整修眉毛最感困难的是如何把它修成山形、弓形或各种不同的曲线，因为剃刀不好着手。这时，如果把眼皮适度向下拉，使眉毛成为横一直线，则用剃刀可一次修成自己所希望的眉形。若想整修眉毛下侧，即靠眼皮一边的眉毛，可先以铅笔决定线形，然后把线外的全部剃掉。

如此一来，眉毛显得清晰，同时眼睛的轮廓也比较突出，与众不同。

4. 眉毛尽可能修成细线

想享受各种大胆的打扮，眉毛的变化是关键之一。

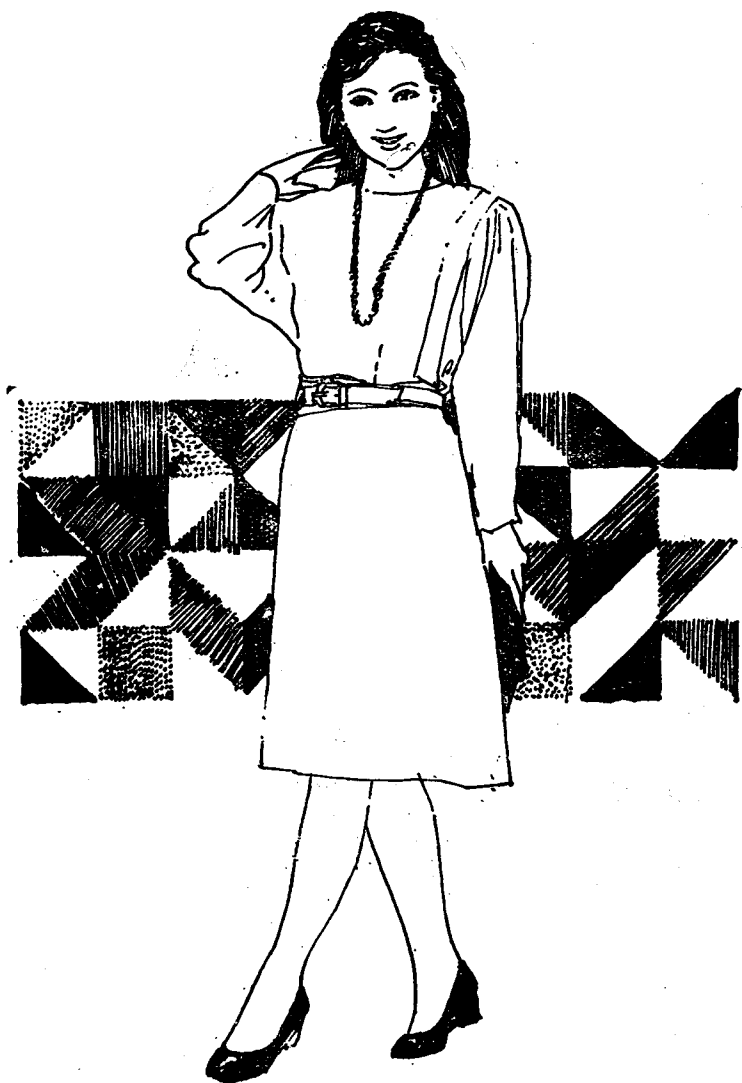
只要你改变一下眉毛线的方向或粗细，容貌会改变得连自己也会吃惊。那么，眉毛应修到什么程度最恰当呢？最好把它修成细线，以便产生不同的变化。另外一种方法是，利用消除眉毛的化妆品将眼皮上的，眉头上的不必要的眉毛除去一根或几根。

如此一来，就可随时在方向和粗细方面随意加以调节。

5. 眉毛的画法

有些人画过眉毛后，给人一种“画了眉”的加工感觉。但是，从给人的印象而言，画眉毛应力求自然才好。

首先，应设法将几支高耸杂乱的眉毛埋藏好，同时为使眉毛上方整齐成一条线而向长毛的方向画细线。



眉毛要画得好并不容易。不太熟练的人，不要用粉状的，而应用铅笔状的眉笔来画，这样在技术上容易得多。

另外应注意的是，眉毛是脸中最容易随表情的变化而变化的部位。所以，当您静静面对镜中觉得娇美的眉毛，一旦发笑或挤脸时，便不一定美了。欲在任何表情时都能表现出眉毛的美，则应依表情最坏时的眉毛为基本来画眉。把镜子摆在脸部的前后左右。这样，只需移动眼睛即能看到眉毛的变化了。这时，选定眉毛最崩歪而形状看起来很好，同时恢复原来表情时眉毛不会呈现奇形怪状的样子，选好之后照样画出就行了。

6. 眉毛的整理应订好日期

常有人问，眉毛或杂毛的整修几天作一次较适当？当然，这要看个人情况而定，不能一概而论。如果能预先订出一周中的周几、或一月中的第几日是整修的日子，就不会有纷乱的感觉，同时平常都能保持容貌漂亮。用这种方法是相当方便的。

这种日程必须自己来预定，无论如何，应避免繁忙的日子，而选择心情轻松时来进行较好。

在生活日程中安排好自己修饰打扮的日子，从中享乐，这是妆扮最重要的秘诀。

7. 拔除眉毛的要领

拔除眉毛或腿毛时会不会感到疼痛？如果是的话，这是拔出的方向和毛发生长的方向不一致的缘故。

仔细观察可以发觉，毛发都是斜向生长的，所以拔除时

应顺着毛根到毛尾端的方向一气拔掉，如果皮肤也一起被拉高，毛发就不容易拔掉，所以，应以另一只手把毛根部分的皮肤按压下来。

使用‘毛拔’时应尽量靠近毛根的位置，这样，拔除时不会有太大的痛楚。

8. 灰色眉墨的作用

如欲使眼睛看起来较大，而不使其有突出之感，最好使用灰色的眉墨。如果使用褐色或黑色的，会使眉毛看起来刺眼，反而减低其效果。想强调某部位时，原则上应将其周围消色，这是打扮的要领。

同时，灰色是最容易使用的颜色，和任何颜色的“眼影膏”搭配都不会有不和谐的感觉。所以，初购眉墨时，务必选购灰色为宜。这样，不但合乎经济原则，同时又可以享受有效果的打扮。

9. 眼线的画法

不见得人人均适合画眼线，有人的眼睛，尤其是深陷型或一般型的眼睛，若画上眼线，会使眼睛变小。然而，我们可以用指头擦掉一些用眉笔画上去的眼线，而造成阴影，使眼睛看起来较为深邃。此外，深陷型与一般型的眼睛，也可以用眉笔在上眼皮眼梢的三分之一处画线。

突出型的眼睛需要描画眼线，其颜色应该选择接近自然肤色为宜，描画时应该沿着上眼盖画，且紧靠睫毛，如此能使眼睛显得深邃、明亮。

眼线应该根据眼色来选择中性或较浅的色彩——千万避免鲜艳的色彩。唯一的例外是，眼睛十分深陷，以致于眼盖完全看不见者，则可以选择较鲜艳的色彩。眼线一般的画法是：轻轻地画在睫毛根部，再用指头将之推匀，使之与其他部分的眼影互相融合。当眼睛张开时，几乎看不见眼线，但是它却能使眼睛深邃、明亮。

10. 白色眼线的作用

脸部肿胀并有双层眼皮的人，可用纯白的画眼笔或白色粉底将两层眼皮隐蔽部分的三分之一或二分之一的宽度涂成白色。如果这样显得太极端，可改用黄色粉底，然后在这上面再画上“眼影”这样眼睛会显得比较大。如果顺便在下眼皮的睫毛际以细笔加画白色的粉底线更有效果。

11. 画眼线时镜子要拿在胸前

女子一旦步入社会，就想打扮成大人的样子。这里首先要做的，是眼睛的修饰。

眼睛修饰的要领是把镜子拿在胸前，细看镜中的自己。先用眼线膏在睫毛际画一条细线，画线应自眼首向眼尾画为正确，但是未习惯之前可从眼尾向眼首画，这样可画出自己理想的眼形来。

如果再抹一点睫毛墨，不但使睫毛看起来较长，又能使眼线保持较久的时间不脱落。

12. 睫毛抹油看起来又黑又浓

又黑又浓的睫毛使女性看起来妩媚可爱。有些人为了达到此目的，便时常刺激睫毛发际，以促进其生长。可是睫毛和头发的整理方法不同，上述刺激的方法难有预期效果。

有人说抹橄榄油，我不敢苟同。

最好的方法是抹油脂，抹油脂时以手指腹部向上推按睫毛发际，以免油脂渗入眼睛内。

13. 假睫毛的贴法

戏剧性型或罗曼蒂克型的女性较适合装假睫毛。为了使假睫毛看起来自然，最好将不同长短的每一撮，分别安装上去，例如先在左右眼黏上五六根一时长的假睫毛，再将较短的黏于眼梢，中等长度的假睫毛黏于中央。装假睫毛的技术熟能生巧，并不困难；不过也有许多美容院，或你向之买假睫毛的专柜，她们有专业人员为你代装。可以戴着假睫毛淋雨，约可维持数周。

无论你选择何种假睫毛，其黏贴的原则均相同：末端较短，中央较长。如在末端装上较长的假睫毛，会使眼睛显得下垂无神。

14. 着睫毛墨时要向鼻子方向刷

眼睛修饰当中上睫毛墨可说占有重要的地位，睫毛墨上得巧拙足以影响脸部的化妆。

上睫毛墨时，眼睛应向下看镜子，刷子放在睫毛发际，然后配合眨眼的动作上墨，每眨一次眼，刷子即稍向鼻子的方向移动，这是要诀。

这时眼睛不要直视刷子，而应看着十公分前方。

15. 假睫毛可用指甲油抹顺

假睫毛的弧度大都能适合一般人的眼睛，间有少许人眼睛肿胀得比较厉害而不合假睫毛的弧度的。

这时，先比一下眼睛和假睫毛的长度，如果假睫毛较长即予剪短。先用指甲撑住要剪的毛，将长度预留一、二公厘后剪下。如此可避免假睫毛散开脱落。调整弧度最简单而有效的方法是，拇指指甲按在假睫毛弧度内侧，用指甲油把它擦压二、三次。这样一来，假睫毛的弧度和眼睛就可适合了。

16. 先画眼线后装置假睫毛

常常听到有人说眼睛太小不好看，希望能显得大一些。欲达到这一点，不一定要经过整形手术抽取脂肪，试试在上眼皮上画出二、三公厘宽的纯黑眼眶线，并且在这条线上贴上假睫毛。这样，眼皮的宽度无形中变小，眼睛显得大一些。由于眼珠和眼皮之间被黑线所遮盖，难以看出这是经过化妆的。

假睫毛的方向，务必和原来的睫毛方向一致，如在假睫毛上端画一条浓色的、细细的眼影线，更能使效果倍增。

17. 显现大眼睛的一种方法

眼睛本身是在眼窝里，如果欲使眼睛显得大一点，应将眼窝先画大些，这是要领。用灰色或褐色的眼影膏把眉毛以下的眼皮全部涂画起来。尤其位于眉毛中央的骨头附近应细心加影。如果改用绿色或蓝色的眼影膏，则画到离眼球一半的位置就好，同时下眼皮的浓度要比上眼皮为重。

不论眼影用什么颜色或画成什么样式，眼线的画法应该是，上眼皮黑色稍宽些，下眼皮和眼影膏同色略细一些。最后安上假睫毛和涂上睫毛墨就完成了。

18. 表现单眼皮优点的修饰方法

有人认为单眼皮比双眼皮看起来差多了，我认为绝不。单眼皮有其优点，修饰时把它强调出来就好了。

单眼皮有两种，一种是真正的单眼皮，另一种叫做“深双眼皮”。真正单眼皮可在睫毛发际二、三公厘上方用眉墨铅笔画一条线就行了。有“深双眼皮”的人应试带较长的假睫毛。假睫毛愈长，眼皮的厚度就不会引人注目了。这样，较之画成双眼皮更能给人好感。

19. 双面胶带作成自然的眼皮

利用双面胶带可轻易将单眼皮作成极其自然的双眼皮。先将胶带的一面剥开，切成一公厘以内的细条，把它贴在眼尾容易产生双眼皮的部位。贴好后把表面的纸剥掉，先用白粉打底，再以灰色眉墨铅笔画上双眼皮的细线就行了。

如需画‘眼影’时应使用和‘眼影’同色的眉墨铅笔。线稍微画重一点，而以此线为界划分眼影的浓淡，这样看起来

更加自然。

20. 选择适合自己的眼影

眼影依质料可分粉状、油质、液状及腊状。你可按照个人的习惯选择一种最得心应手的。其中粉状最容易控制，但是画在干燥或呈老化的皮肤上会更强调皱纹；而若使用油质的眼影，将更容易推匀。

大凡眼睛可分三种类型：深陷型（仅露出一点点眼盖或根本看不到眼盖），普通型（露出些许眼皮）及突出型（眼皮几乎全部露出）。眼影可使眼睛的某部分更突出，或凹陷。

21. 凹进去的眼睛宜在眼皮上作深度眼影

有些人有一双澄澈而凹进的眼睛，却在人前感到自卑。其实，这种人只要在凹进去的眼窝上使用眼影膏就能解决问题了。

凹得较深的人，宜于全部眼皮上画上灰色或褐色的眼影膏借以加深阴影。眼球上方凹进较深的地方，则先以蓝色或灰色眼线墨画一条眼眶线作成双眼皮。把假睫毛长出的部分留在眼尾。假睫毛上方发际则用含有珍珠色彩的眼影膏画出细线。

22. 眼睛和鼻子的立体修饰方法

作眼影和鼻影的目的无非使眼睛看起来晶亮、鼻子高

挺。不过，这两样阴影如果各自为政，就显得不自然而招致反效果。

眼睛和鼻子的修饰应着重其连贯性，强调其立体感。

修饰之前，将上眼皮和小鼻上方的骨摸出，用褐色或灰色墨笔勾出 V 字形的阴影线，然后将包围在里面的部分用几分明亮的底膏涂画起来，这样，眼鼻便能呈现立体感了。

23. 不刻意修饰的修饰方法

脸部的修饰重点是眼睛和嘴唇。只要考虑这两个地方的平衡来化妆，就能获得修饰的良好效果。譬如说，想强调其中一方时，应设法使其他的一方消退。相反的，想使一方不显眼时，应加强另一方的突出。

利用这种原理的化妆不致被人讥以浓妆艳抹。化妆的浓淡通常以眼睛部位的修饰来判断。所以眼睛宜以灰色系统作不太宽的眼影。眼眶线和睫毛墨也仅止于点缀的程度，而嘴唇则涂以鲜艳的颜色加以强调。

24. 口红能改变衣着的印象

设法使一件洋装作几样不同的穿法，这是女性最感兴趣的作法，相信谁都试过用领巾或项链等饰品来改变别人对同一件洋装的印象的。同样，口红也是改变印象的功臣。当您使用不同的口红时会发觉，擦和衣着属同系色的口红显得沉着；擦属补色的口红则显得不太高贵，给人以俗气的感觉。

应用这个原理，如果买回来的洋装穿相不好，试用同系色的口红来相配，这样它大致上还是可以穿的。

25. 嘴唇内侧也涂上口红

为了配合衣着的颜色，有时可在嘴唇上涂以粉红色或玫瑰红色的口红。如果静坐在那里，这种颜色的口红能使您看起来很美，但是一旦您在讲话或发笑而露出牙齿时，由于和略带黄色的牙齿是相反色之故，牙齿的黄色就被强调了出来，给人以不洁的感觉。

若想避免这一点，可在接近牙齿的嘴唇内侧重复涂以橘红色或深红色的口红，这种颜色可在牙齿和嘴唇口红之间产生协和作用，打消别人对您的牙齿不洁的感觉。

26. 口红的擦法

口红如能同时使用二、三色，自然能表现您的独特唇色，但是若能在轮廓和中间以不同颜色来涂擦，当更能显出魅力来。首先轮廓应选用清晰的颜色来擦，所谓“清晰”并非“明亮”而是对稳重的褐色或玫瑰红等颜色而言。尤其嘴角部分，嘴形下垂的人用这种颜色在下唇中央加以调配，看起来嘴唇略向上翘，下唇显得厚重而可爱。上面再以同系明亮的颜色或异色来擦，两色境界以混色来处理

27. 餐食前应除去多余口红

有些食器或木筷子一旦沾上口红很难除去，饼糕上的奶油也很容易染上口红。东西一沾染口红令人有不洁之感。为了避免这种事情发生，应在吃东西前先用棉纸含在嘴唇上，



把多余的口红吸去。尤其用筷子时，应将嘴巴张开一点，将食物直接送入嘴里，避免筷子碰到嘴唇。

28. 嘴唇发紫的人宜先涂底膏后擦口红

常常看见有些人的嘴唇呈浓紫色，这些人对无法反映明色口红一定伤透脑筋。最好的办法是用覆盖力较强的底膏在嘴唇周围涂擦一遍，然后再涂上口红。这时，即使透明的口红看起来也像是粉状的。如果想发出透明感，可用浓玫瑰色或红砖色为宜。

29. 双颊和嘴唇的关系

一般说来，双颊丰满的人唇部比较小。相反地，唇部大，颊部就不显眼了。但是，不必为表示唇部的大而把整个唇部描大，只须将嘴角上下方多画一、二公厘宽就行了，这样，看起来就够宽厚了。同时，双颊也会显得宽厚一点。

另外，从耳朵下方到下颚之间轻轻涂一点胭脂，也可以解除双颊太宽阔的烦恼。

30. 粉底的选择

购买粉底时，应在天然的光线下选择。大多数的百货公司，光线均不太适合，在那种光线底下，你所看见的，不如在白天的光线底下来得真切。为了分辨粉底霜的色调，请试擦于下巴处，如果粉底的颜色能和脖子的颜色谐和，则可以选择这种粉底霜。千万不要让粉底来迁就脸颊的颜色，因为脸颊

处比脸部其余部分较多色彩；配合脸颊的色彩，却往往无法与脖子的肤色一致，这样会在下巴四周，形成明显的分界线。

擦粉底时，可先擦上一层保养油，再薄薄地涂上一层粉底，干性皮肤会将粉底完全吸收，脸上的妆会显得较浓；脸上若有缺陷，应该使用盖斑膏来修饰，而不要猛涂上一层厚厚的粉。

不要将粉底一路涂至脖子，脖子的肤色绝对与脸色不同，无人乐于在一位可爱的女士的脖子上，发现斑斑的指痕。因此只要您所选择的粉底，能与下巴以下的脖子处的皮肤颜色配合，则可达到使脸色平顺光滑的目的。

一旦找到合适的粉底，它便永远适合您、适合您的服装。如果皮肤受到夏季太阳的烤晒，则应该购买与皮肤同色调，但是较深的粉底。当然，也有一些女人，喜欢在夏季不擦粉底。

31. 涂擦腮红的方法

腮红使青春长驻脸上，它能为你带来自然、健康的气色。

油质的腮红最适合干性的皮肤，用刷子刷的粉质腮红则适合油性皮肤；胶质的腮红，较不容易涂擦，但有一种胶状腮红膏颇易处理，使用之后的效果也自然，唯一的缺点是，每隔一段时间便需要补妆，因为它们很容易脱妆。

· 刷或涂擦腮红的方法是，从眼睛底下往发际轻轻地抹匀，再顺着发际往下刷一点点，再回到起点，形成一个三角形。涂腮红的范围，千万不要低于鼻孔，也不要擦到眼圈的地区，再仔细地将颜色擦匀，使之自然。您应视自己的脸为西瓜，而非抽象画布，脸上所有的颜色，均应匀称地分布着，彼此互相融合在一起，莫要显得东一块、西一块，象画