



Профессионал — это не тот человек, который владеет техниками нанесения макияжа, пользуется определенными инструментами для нанесения косметики. Профессионал — это тот человек, который может подобрать косметику и сделать макияж, подходящий только вам. При выполнении макияжа нужно учитывать абсолютно все: овал лица, разрез глаз, форму носа и губ, цвет и тип кожи и т. д. То, что подходит одному человеку, абсолютно не подходит другому. Кроме того, следует учитывать, что с помощью макияжа можно скрыть многие недостатки внешности и даже изменить черты лица.

Требует ли красота жертв?

Многие представительницы прекрасного пола постоянно говорят о том, что красота требует жертв. Так ли это на самом деле?

Что такое красота? Красота, конечно же, понятие очень абстрактное. В разные времена существовали свои критерии красоты. Пожалуй, в наш век стала цениться не искусственная, а здоровая красота: кто красив внутри, тот красив и снаружи. Все эмоции, переживания — как бы глубоко они ни были заперты внутри — все равно видны на лице, чувствуются во взгляде, угадываются в голосе. Если вы напряжены или чем-то расстроены, то сколько косметики ни накладывайте, все равно не будете красивой на 100 %.

Если вы решили изменить свой образ, стать лучше и привлекательнее, то начать нужно с внутренней красоты. Подумайте: сколько часов в сутки вы спите, как часто подвергаетесь стрессам на работе или дома, когда вы в последний раз чувствовали себя счастливой от того, что просто живете на этой земле? Если ваша жизнь полна стрессов и напряжений, голова забита мыслями о каких-то проблемах, если единственным сильным желанием является желание просто выспаться, то вам еще рано приступать к изменению своего лица с помощью косметики. Самое время подумать об изменении образа жизни! И сделать это проще, чем кажется на первый взгляд. Главное — не переносить начало новой жизни на завтра и ни в коем случае — на понедельник.

Хотите измениться — начните сегодня!

А теперь подойдите к зеркалу и ответьте честно на один вопрос: нравитесь ли вы себе? Если да, то переходите к следующему разделу книги. Если нет, то подумайте, что вы хотели бы изменить в своей внешности. Возможно, вам не нравится цвет волос, форма губ, а может, вы просто чувствуете, что не выражаете себя так, как вам этого хочется. Посмотрите на себя внимательно, изучите лицо, кожу, глаза. Оцените, насколько уставшей вы выглядите.

Отдых — это лучшее оружие красоты.



Если у вас нет возможности тратить больше времени на отдых и сон, делайте простые дыхательные упражнения. С дыханием в организм поступает не только кислород, но и энергия, сила, которая разливается по всему организму, питая и укрепляя его. Улучшается обмен веществ, что не может не отразиться на состоянии кожи. Кроме того, с помощью спокойного и равномерного дыхания очень легко привести в порядок свои чувства и эмоции.



СОВЕТЫ ПРОФЕССИОНАЛОВ

Совет Сергея Зверева, всемирно известного парикмахера: «Чтобы великолепно выглядеть, нужно хорошо выспаться, сделать волосы шелковистыми, немного подрумяниться, слегка подчеркнуть ресницы, на губы наложить блеск. Всего понемногу, чтобы было впечатление здорового и роскошного образа. Главное — блеск в глазах!»

Набор визажиста

Теперь, когда вы внутренне готовы измениться и выглядеть лучше, чем когда-либо, позаботьтесь о том, чтобы под рукой всегда были нужные «инструменты».

Средства по уходу за кожей. Такими средствами вы должны пользоваться до нанесения макияжа, а также для его удаления. Это могут быть разного рода очищающие средства, тонирующие гели и тоники, увлажняющие и регенерирующие кремы.

Средства декоративной косметики. Они используются непосредственно для выполнения макияжа. Это маскирующие средства (грунтовки, корректоры), тональные кремы, пудра, румяна, контурные карандаши, тушь для ресниц, губная помада.

Дополнительные материалы. Это средства, без которых вам просто не обойтись при нанесении макияжа: косметические салфетки, ватные тампоны и палочки, зажимы для волос и т. д.

Технология выполнения макияжа

Несмотря на то что нанесение макияжа — это сугубо индивидуальный процесс, здесь все-таки существуют основные этапы и правила. Знание этих правил позволит вам грамотно подойти к созданию макияжа, а все остальное — дело времени и опыта!

Этап 1. Подготовка кожи к макияжу. Очень важно помнить, что, прежде чем нанести макияж, кожу надо очистить. Это можно сделать с помощью привычных очищающих средств. Кроме того, рекомендуется освежить кожу, чтобы она не выгляде-



ла уставшей. Можно сделать короткий косметический массаж. Это стимулирует кровообращение и нагревает верхний слой кожи, благодаря чему основа для макияжа распространяется легче, создавая прозрачный эффект. Чтобы быстро освежить кожу, помажьте ее лимонным соком — он тонизирует и укрепляет.

Этап 2. Маскировка кожи и нанесение тона. Пожалуй, самым важным в макияже является «создание» идеальной кожи. Сначала следует скрыть с помощью корректирующего карандаша пигментные пятна и морщинки. Затем нанести тональный крем. Тональный крем наносится очень тонким слоем на всю поверхность лица (в том числе на веки) и верхнюю часть шеи. Очень важно, чтобы покрытие из тонального крема не обрывалось неожиданно, поэтому растушуйте крем по краям, сводя на нет. После этого закрепите тональный крем с помощью пудры, которую рекомендуется наносить широкой кистью на лобно-височную часть лица и область скул.

Теперь настало время румян, с помощью которых можно придать коже более здоровый вид.



СОВЕТЫ ПРОФЕССИОНАЛОВ

Совет Екатерины Моногаровой, визажиста и арт-директора компании SM Michel: «Первый удар кистью сделайте по ладони, стряхнув таким образом излишки румян, — гарантия, что пятна от румян не будет. Для придания большей свежести лицу чуть троньте румянами крылья носа, мочки ушей и подбородок».

Этап 3. Оформление бровей. Говорят, что взгляд начинается с бровей. Поэтому очень важно грамотно их оформить. Первое, что надо сделать, — это придать форму бровям. Форма может быть абсолютно разной в зависимости от типа лица (об этом мы поговорим немного позже). Придать форму бровям можно с помощью карандаша, цвет которого должен быть немного темнее, чем естественный цвет. Мелкими штрихами подрисуйте брови от центра к внешнему их краю, а затем немного растушуйте карандаш.

Этап 4. Оформление глаз. Макияж глаз способен творить чудеса. Именно он может сделать взгляд выразительным и безумно притягательным. Существует очень много техник оформления глаз в зависимости от цели макияжа. Чтобы сделать взгляд более выразительным, обведите глаза белым или бежевым карандашом: это визуально расширит белок.

Очертить контур — дело нелегкое, требующее практики и опыта. Оттяните верхнее веко левой рукой и правой проведите тонкую линию по ободку глаза. Старайтесь нарисовать линию как можно ближе к основанию ресниц. Она должна немного расширяться от внутреннего уголка глаза к внешнему.

После использования карандаша или жидкой подводки оформите глаза с помощью туши и теней. Наиболее темный оттенок тени должен быть у внешнего угла глаза, немного светлее — в складке за веком, самый светлый — под бровью. Такое распределение теней позволяет подчеркнуть форму глаз и сделать их более выразительными.



Чтобы избежать «паутины» на глазах из-за склеивания ресниц, просто нанесите тушь на основание ресниц, не распространяя ее к кончикам. Кроме того, такой вариант нанесения туши создает черное пятно, подчеркивающее глаза.



СОВЕТЫ ПРОФЕССИОНАЛОВ

Совет Андрея Шилкова, арт-директора марки Bourgeois: «Если под рукой не оказалось туши, придающей объем, можно воспользоваться обыкновенной рассыпчатой пудрой. Присыпаем ресницы пудрой, затем наносим тушь — ресницы будут казаться более густыми и пушистыми. А чтобы сделать взгляд более открытым, воспользуйтесь белыми перламутровыми тенями, которые наносятся на внутренний уголок глаза, верхнее и нижнее веко, в виде лежащей буквы V».

Этап 5. Оформление губ. Для начала нужно очертить форму губ контурным карандашом, а затем кисточкой нанести губную помаду. Чтобы визуально увеличить объем губ, используйте блеск. Считается, что при выполнении макияжа особое внимание нужно уделять либо глазам, либо губам. Поэтому если вы выделили глаза, то губы стоит покрасить помадой естественного цвета. Если вы хотите выделить именно губы, то тут подойдет яркая помада, которая придаст образу торжественность и шик.

Вы можете использовать приведенные рекомендации по выполнению макияжа, но помните, что основная задача — научиться делать макияж, подходящий именно вам. А для этого изучите свою внешность и воспользуйтесь советами, приведенными в следующих разделах.



СОВЕТЫ ПРОФЕССИОНАЛОВ

Совет Сергея Зверева: «Раньше было модно просто выделить пятно на лице. Примитивно яркими делали или глаза, или губы. Теперь все иначе: если у вас красивые глаза и губы — подчеркните это, не старайтесь скрыть свою красоту и индивидуальность. Много красивого не бывает!»

Косметологический тип внешности

Условно существует деление внешности человека на несколько типов: «летний», «весенний», «осенний» и «зимний». Для каждого типа внешности рекомендуется использовать определенные цветовые оттенки макияжа, которые гармонично будут сочетаться с типом вашей кожи, цветом глаз, волос и т. д.

«Весенний» цветотип

Люди, принадлежащие к весеннему типу, могут гордиться своей внешностью. Светлая с золотисто-желтым оттенком кожа кажется прозрачной и придает образу хрупкость и нежность. Волосы у таких людей светлые с золотистой желтизной.



Многие пытаются добиться такого цвета волос, часами просиживая в парикмахерской, и они могут только позавидовать «весенним» людям (рис. 1.1). Глаза у них, как правило, голубого, светло-зеленого или золотисто-карего цвета.

Макияж, подобранный для «весенних» людей, должен соответствовать типу внешности и быть легким и прозрачным, так как все, что густо покрывает и расставляет сильные акценты, им абсолютно не подходит.

Подчеркните природные оттенки, и тогда вы будете выглядеть идеально! Воспользуйтесь следующими советами по выбору декоративной косметики, подходящей именно вашему типу внешности.

- Грунтовка — оттенка слоновой кости или слегка желтоватого (зависит от природного цвета кожи), жидкая и максимально прозрачная. В теплый летний период лучше использовать грунтовку на полтона темнее, так как кожа «весеннего» типа часто имеет свойство хорошо загорать.
- Румяна — теплых красноватых тонов (цвета «лососья»). В летний период можно также отдать предпочтение бронзовым оттенкам.
- Губная помада — здесь также фигурируют теплые красные оттенки (омаровый, кораллово-красный, розовый лососевый). Профессионалы макияжа рекомендуют наносить их очень легко, придавая губам лишь оттенок, или вовсе ограничиться прозрачным бесцветным блеском.
- Карандаш для век — самое главное правило — никакого черного. Наиболее темным цветом должен быть серый или коричневый. Самый оптимальный вариант — голубой, зеленый, белый, а также смешанный. Например, на верхнее веко наносится цветной карандаш, на нижнее — белый.
- Косметические средства для ресниц и бровей — как и в случае с веками, черное категорически запрещено и здесь. Брови можно обозначить нежным коричневым цветом, а украсить, придав сияния, золотистым, прочертив среди волосков штрихи. Что касается туши, то больше всего украшают глаза теплый голубой или зеленый тона.
- Тени для век — следует учитывать, что у такого типа людей преимущественно светлые глаза, а цветовая гамма варьируется от голубого до бирюзового или от



Рис. 1.1. «Весенний» тип внешности



серо-зеленого до золотисто-карего («медового»). Исходя из этих показателей, предпочтительнее выбирать тени пастельных оттенков, которые, в свою очередь, можно приглушить бесцветной пудрой или светло-серыми тонами.

«Летний» цветотип

Людей, принадлежащих к «летнему» типу внешности, отличает цвет кожи, который варьируется от светлого до оливкового, но обязательно с голубоватым «подкожным свечением». В отличие о «весенних» людей, у которых после загара кожа приобретает красноватый оттенок, кожа «летних» под солнечными лучами приобретает ореховый оттенок. Что касается волос, то их цвет может быть как светлым, так и коричневатым, но всегда с пепельным оттенком. Многим представительницам такого типа внешности кажется, что цвет волос абсолютно не подходит им именно из-за пепельного оттенка, и они постоянно экспериментируют с красками. Цвет глаз у «летнего» типа может быть светло-голубым, серым, серо-голубым или светло-зеленым (рис 1.2).



Рис. 1.2. «Летний» тип внешности

Несмотря на характерные приметы, определить, что внешность принадлежит именно к «летнему» типу, иногда довольно сложно, так как признаки могут быть противоречивыми. При возникновении подобных трудностей вам поможет специалист, который без труда установит типовую принадлежность.

Людям данного типа подходят довольно яркие краски в макияже. Единственное условие — цвета должны быть холодных оттенков. С помощью макияжа «летнему» типу можно создать образ естественной красоты (небольшое количество косметики) или элегантности (яркий макияж).

Если вы являетесь представительницей «летнего» типа внешности, прислушайтесь к следующим советам по выбору декоративной косметики.

- Грунтовка — выбор цвета зависит от типа кожи. Если кожа светлая, то подойдут светлые бежевые тона — нейтральные или с розовым оттенком. Во втором случае тон грунтовки должен быть более темным.



- Румяна — самый удачный цвет — приглушенно-розовый или светло-серый.
- Губная помада — розовые тона, которые не обязательно должны быть чистыми, а вполне могут обладать голубоватым или фиолетовым оттенками. Для «летнего» типа подходит также помада арбузного цвета или едко-розовая, однако не очень агрессивная. Необходимо помнить об особенностях внешности, когда сильный цвет помады производит впечатление избыточно накрашенного рта.
- Карандаш для век — как и в случае с «весенним» типом — никакого черного. Допускаются светло- и темно-серый, холодный синий, зеленый и бирюзовый.
- Косметические средства для ресниц и бровей — серые или, если глазам необходимы более четкие контуры, черные цвета. Будьте осторожны с цветной тушью — у «летнего» типа она смотрится беспокойно. Для бровей — холодные, матово-коричневые тона, однако не черные.
- Тени для век — гамма подбирается в холодных, дымчатых пастельных тонах, однако можно и в коричневых, если их оттенок вместо красного больше склоняется к серому. Оригинальные фосфорически-желтые и холодно-розовые оттенки ничуть не испортят внешний вид. «Летнему» типу больше, чем всем остальным, подходит перламутровый блеск.

«Осенний» цветотип

Данный тип определяется очень легко. У обладательниц «осенней» внешности, как правило, светлая, прозрачная кожа золотисто-голубого цвета с веснушками и светящиеся рыжие волосы либо бежевая, смуглая, теплого насыщено-персикового (как вариант — золотисто-бежевого) оттенка кожа с ровным цветом, без пятен и покраснений, светлые или коричневые волосы с «рыжиной» или «золотинкой» (рис. 1.3). Цвет глаз, как правило, интенсивный. Палитра простирается от прозрачно-голубого через керосиновый, оливковый и тростниково-зеленый до светящегося янтарного и карего.

«Осенний» тип находится в очень выгодном положении, потому что даже без косметики эти люди, как правило, выглядят потрясающе, особенно те, у кого смуглая кожа. Если природа наделила вас более светлой кожей, вы можете достаточно сильно изменить свою внешность, используя лишь незначительное количество косметических



Рис. 1.3. «Осенний» тип внешности



средств. «Осенним» людям подходят многие оттенки, особенно теплые. Однако лучше всего использовать натуральные природные цвета.

- Грунтовка — предпочтительно использовать прозрачную и только теплых бежевых тонов. Если на коже веснушки, то закрашивать их вовсе не нужно (они добавляют необычности лицу), а лучше припудрить. Лучше всего использовать светлый жидкий тональный крем.
- Румяна — никакого голубого оттенка. Как альтернатива — терракотовая пудра.
- Губная помада — подойдут все теплые оттенки: красный, ржавый, оранжевый, медный. Если используются пастельные, то преобладающим должен быть насыщенный цвет «лососья». Совсем сотрут и сделают унылым «осенний» тип светлые тона, а перламутровую косметику нужно заменить средствами с эффектом золотого мерцания.
- Карандаш для век — теплый зеленый, насыщенный синий (как вариант — лиловый), коричневый, но не черный.
- Косметические средства для ресниц и бровей — ресницы допускаются черные. Для украшения и выделения их кончики лучше всего затонировать зеленой, синей или лиловой тушью. Оптимальный цвет для бровей — коричневый.
- Тени для век — очень легко и нежно нанесенные теплые, землистые и темные тона. Допустимы также не переходящие в голубовато-бирюзовые, ржаво-красные, оранжевые, яично-желтые, голубые с красноватым оттенком, зеленые тона. Цвета, имеющие эффект ледяного мерцания, не годятся совершенно.

«Зимний» цветотип

У представительниц данного типа зачастую очень выдающаяся внешность. Главной ее особенностью является контрастность: светлая кожа — темные волосы. «Зимний» образ, как правило, драматично-нежный. Таких людей отличает интенсивный холодный цвет радужек глаз и яркий белок, фарфорово-светлая кожа (иногда встречается легкий оливковый оттенок), с обязательным голубоватым «подкожным свечением» (рис. 1.4). Цвет глаз у них может быть любой, чаще всего — светло-голубой, синий, серый или зеленый.

Женщины «зимнего» типа могут использовать цветовые контрасты, которые другим только вредят. Большое количество косметики не делает их более привлекательными: наоборот, «зимние» личности теряют свою уникальность. В косметике рекомендуется отдавать предпочтение холодным тонам.

- Грунтовка — учитывая особенности внешности, по возможности тонкая и прозрачная, очень светлая, почти белая бежевая. Использование же темных оттенков все испортит и нужный эффект не будет достигнут.
- Румяна — наносятся очень легко, без отчетливых границ, как дуновение ветерка. Предпочтительный цвет — холодно-розовый.



- Губная помада — подойдут все красные тона без примеси желтого. Помимо этого — розовые (от агрессивного едко-розового до серебристо-мерцающего) и фиолетовые.
- Карандаш для век — «зимнему» типу больше всего подходит черный. Тем не менее, комбинирование цветов приветствуется и выглядит очень даже неплохо.
- Косметические средства для ресниц и бровей — самый подходящий вариант — классическая тушь, то есть черная. Однако не нужно пренебрегать и другими цветами, хотя тут есть нюанс — оттенки должны быть холодными и комбинироваться с голубоватыми тонами губной помады. Брови у «зимнего» типа, как правило, настолько темные, что не нуждаются в подкраске.
- Тени для век — наиболее подходящие дымчато-серые, серо-коричневые или светлые, едва заметные ледяные тона, они достаточно сдержанные, чтобы не отвлекать взгляд от ярких губ. Голубой, зеленый и фиолетовый в холодных, темных тонах хоть и соответствуют типу, но наносятся экономно и могут комбинироваться только с розовым или фиолетовым. Ярко-красный не стоит использовать вообще.

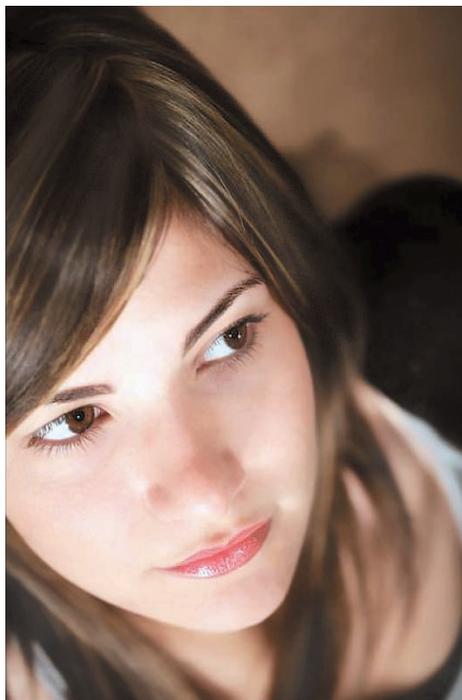


Рис. 1.4. «Зимний» тип внешности

Черное, белое, красное — «зимнему» типу требуется лишь несколько, но зато очень сильных акцентов.

Итак, когда тип внешности определен, а приоритеты расставлены, можно задуматься над устранением недостатков и превращением их в достоинства.

Изменение черт лица

Если цель художника-портретиста — максимально точно передать на бумаге черты лица человека, то задача визажиста — скрыть недостатки внешности и подчеркнуть достоинства. С помощью косметических средств можно изменить некоторые черты лица и придать гармонию образу.



Идеальным считается овальное лицо с правильными, пропорциональными очертаниями лба, скул, нижней челюсти и подбородка. На самом деле людей с идеальным лицом можно встретить очень редко. В основном красота — это не только дар природы, но и грамотный рукотворный труд. Поэтому, зная недостатки внешности, можно легко скрыть их с помощью умелой коррекции косметическими средствами. Мы рассмотрим способы коррекции как формы лица в целом, так и отдельных его элементов — бровей, губ, носа и разреза глаз.

Однако прежде чем говорить о форме и переходить к деталям, стоит напомнить основные законы правильной коррекции.

Рекомендации по выполнению правильной коррекции

- В повседневной жизни коррекция должна быть незаметной, так как при близком рассмотрении видны границы темных и светлых тонов. Жесткий переход допускается, только если предстоит сделать черно-белую фотографию или работать на сцене, где предел досягаемости не менее десяти шагов.
- Чтобы улучшить вид кожи, до того как нанесен основной макияж, рекомендуется использовать базовую косметику или корректоры. Они позволяют скрыть серовато-зеленый цвет лица, покраснения, мелкие морщинки, круги под глазами и могут использоваться как самостоятельно, так и с последующим нанесением тонального крема. При этом создается эффект «святящейся» кожи.
 - База белого цвета придает лицу ровный фарфоровый оттенок и подчеркивает вечерний макияж.
 - Базы естественных тонов — бежевого, абрикосового или розоватого — прекрасно подходят для дневного макияжа и рекомендуются светлокотким женщинам.
 - База необычного голубого или зеленоватого оттенка предназначена для обладательниц покрасневшей и склонной к раздражениям кожи: она маскирует эти недостатки и успокаивает кожу.
 - Базы темных тонов создают эффект загара.



ВНИМАНИЕ

Нельзя наносить на лицо косметику, предварительно не подготовив кожу (не очистив и не нанеся крем).

- Не забывайте, что корректировочный тон наносится только после основного. В качестве корректировочного можно использовать сухую или крем-пудру либо румяна, которые наносятся губкой или кисточкой. В процессе работы нужно быть очень осторожными, чтобы не размазать косметическое средство и не нарушить чистоту цвета.



ВНИМАНИЕ

Границы растушевки должны быть максимально плавными, как бы проникающими друг в друга.