





е л е н а  
к р ы г и н а

М а к и я Ж



ОДРИ  
МОСКВА  
2018

УДК 687.553.2  
ББК 38.937  
К85

*Фотографии Натали Арефьева  
Дизайн и верстка Мария Канер  
Литературное редактирование Юлия Краснова  
Ретушь Елена Попова и Данил Попов*

**Крыгина, Елена Александровна.**

К85 Макияж / Елена Крыгина; — Москва: Издательство «Э», 2018. — 336 с.: ил.

ISBN 978-5-699-83648-2

Эта книга — свод приемов, техник и практических знаний о макияже «для себя». Она представляет собой понятный и доступный гид по созданию личного алгоритма макияжа с учетом типа кожи, особенностей черт лица, идеи, цели и задачи конкретного макияжа.

Автор книги Елена Крыгина — топ-визажист и beauty-эксперт, создатель одноименного популярного видеоблога о красоте на русскоязычном YouTube. К ее советам по макияжу и уходу за собой прислушиваются сотни тысяч девушек по всей России и за ее пределами. Работа над книгой заняла более трех лет, большая часть съемок проходили в студии Елены, а моделями стали обычные девушки.

«Макияж» — это одновременно книга-вдохновение и практическое руководство. Ее можно просто листать в свое удовольствие, а можно осваивать как настоящий учебник, шаг за шагом повторяя на своем лице поэтапные схемы отдельных аспектов макияжа.

УДК 687.553.2  
ББК 38.937

ISBN 978-5-699-83648-2

© Крыгина, 2016  
© Оформление  
ООО «Издательство «Э», 2018



*Посвящается моей маме Татьяне Крыгиной*

*Я до сих пор не знаю, где ты тогда нашла деньги на курсы визажистов для меня, но это определенно было лучшим твоим вкладом в индустрию красоты. Ты всегда верила и веришь в меня, несмотря ни на что. И это великое счастье — быть дочерью такой мамы, как ты.*

*Люблю.*



# СОДЕРЖАНИЕ

11 ОТ АВТОРА

## ДЛЯ НАЧАЛА

- 15 ИДЕЯ
- 17 МЕСТО
- 17 СВЕТ
- 17 НАСТРОЕНИЕ
- 19 ЧЕРТЫ ЛИЦА
- 20 НЕОБХОДИМАЯ КОСМЕТИКА

## ИНСТРУМЕНТЫ

- 26 КИСТИ
- 27 ВЫБОР КИСТЕЙ
- 28 КЛАССИФИКАЦИЯ КИСТЕЙ
- 31 СПОНЖИ ДЛЯ ТОНАЛЬНОГО КРЕМА
- 32 КИСТИ ДЛЯ ТОНАЛЬНОГО КРЕМА
- 33 КИСТИ ДЛЯ ПУДРЫ
- 34 КИСТИ ДЛЯ РУМЯН
- 34 КИСТИ ДЛЯ КОНСИЛЕРА
- 35 КИСТИ ДЛЯ КОРРЕКЦИИ ЛИЦА
- 36 КИСТИ ДЛЯ БРОВЕЙ
- 36 КИСТИ ДЛЯ ПОДВОДКИ
- 36 КИСТИ ДЛЯ ГУБ
- 37 ХУДОЖЕСТВЕННЫЕ КИСТИ
- 38 КИСТИ ДЛЯ ТЕНЕЙ
- 40 ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ КИСТИ
- 42 ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ
- 46 УХОД ЗА ИНСТРУМЕНТАМИ

## ПОДГОТОВКА КОЖИ

- 53 ПОДГОТОВКА К МАКИЯЖУ
- 54 РАСОВЫЕ ОСОБЕННОСТИ
- 56 ОЧИЩЕНИЕ И ДЕМАКИЯЖ
- 57 ТОНИЗИРОВАНИЕ
- 57 УВЛАЖНЕНИЕ И ПИТАНИЕ
- 58 ПОДГОТОВКА ГУБ
- 59 ПОДГОТОВКА ЗОНЫ ВОКРУГ ГЛАЗ
- 60 ОТТЕНОК КОЖИ И АВТОБРОНЗАНТЫ
- 62 ПРАЙМЕРЫ



## ТОНИРОВАНИЕ

- 69 ТОНАЛЬНЫЙ КРЕМ
- 71 ПЛОТНОСТЬ ПОКРЫТИЯ
- 76 ОТТЕНОК
- 78 РЕАКЦИЯ С КОЖЕЙ И КОМФОРТ
- 80 СПОСОБЫ НАНЕСЕНИЯ
- 84 МАСКИРОВКА ПРОБЛЕМНЫХ ЗОН
- 93 ПУДРЫ

## БРОВИ

- 97 САМАЯ ВАЖНАЯ ЧЕРТА ЛИЦА
- 99 ВАША ИДЕАЛЬНАЯ БРОВЬ
- 100 КОРРЕКЦИЯ БРОВЕЙ
- 105 МАКИЯЖ БРОВЕЙ
- 106 ПРОДУКТЫ ДЛЯ МАКИЯЖА БРОВЕЙ
- 112 ПРОБЛЕМНЫЕ БРОВИ
- 116 О ПЕРМАНЕНТНОМ МАКИЯЖЕ

## КОРРЕКЦИЯ

- 121 КОРРЕКЦИЯ ЛИЦА
- 122 ПРОДУКТЫ ДЛЯ КОРРЕКЦИИ ЛИЦА
- 124 В ЧЕМ СУТЬ КОРРЕКЦИИ
- 126 СТРОБИНГ (STROBING)
- 129 БРОНЗИНГ (BRONZING)
- 130 КОНТУРИНГ (CONTOURING)
- 137 ЧТО БУДЕМ КОРРЕКТИРОВАТЬ?
- 139 ОВАЛ ЛИЦА
- 140 ЛОБ
- 144 НОС
- 152 СКУЛЫ
- 156 ПОДБОРОДОК

# СОДЕРЖАНИЕ

## ГЛАЗА

- 161 **МАКИЯЖ ГЛАЗ**
- 163 **ОБВОДКА**
- 173 **СТРЕЛКИ**
- 181 **ТЕНИ**
- 199 **ТУШЬ**
- 207 **НАКЛАДНЫЕ РЕСНИЦЫ**
- 215 **КОРРЕКЦИЯ ФОРМЫ ГЛАЗ  
И РАССТОЯНИЯ МЕЖДУ НИМИ**

## ГУБЫ

- 225 **МАКИЯЖ ГУБ**
- 226 **ПРОДУКТЫ ДЛЯ МАКИЯЖА ГУБ**
- 228 **БАЗОВЫЙ МАКИЯЖ ГУБ**
- 229 **ПОМАДА НАТУРАЛЬНЫХ ОТТЕНКОВ**
- 233 **КРАСНАЯ ПОМАДА**
- 238 **СУПЕРГУБЫ**
- 240 **КОРРЕКЦИЯ ФОРМЫ ГУБ**

## РУМЯНА

- 245 **РУМЯНА — ГЕНИАЛЬНЫЙ ПРОДУКТ!**
- 246 **ПОДБОР ЕСТЕСТВЕННЫХ РУМЯН**
- 247 **СОЧЕТАНИЕ РУМЯН С ПОМАДОЙ**
- 248 **НАНЕСЕНИЕ**
- 249 **РУМЯНЕЦ РАЗЛИЧНОЙ ФОРМЫ**





## ЦВЕТ

- 253 **ЛЮБОМУ ЧЕЛОВЕКУ ИДЕТ  
ЛЮБОЙ ЦВЕТ. ЭТО ЗАКОН!**
- 254 **СТЕРЕОТИПЫ**
- 256 **ЦВЕТОВОЙ КРУГ**
- 260 **РАСПОЛОЖЕНИЕ ОТТЕНКОВ НА ЛИЦЕ**

## ВОЗРАСТ

- 265 **КРАСОТА В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ**
- 266 **ПОДГОТОВКА КОЖИ К МАКИЯЖУ**
- 268 **КОНСИЛЕРЫ И КОРРЕКТОРЫ**
- 270 **ТОНИРОВАНИЕ**
- 272 **БРОВИ**
- 273 **ГЛАЗА**
- 275 **ГУБЫ**
- 276 **СКУЛЬПТУРА ЛИЦА**

## МАКИЯЖ

- 281 **КРАСИМСЯ!**
- 282 **БЫСТРЫЕ ТЕМНЫЕ ГУБЫ**
- 284 **РАСТУШЕВАННЫЙ КОНТУР**
- 288 **МОРКОВНЫЕ ГУБЫ**
- 292 **ЛЕГКИЕ БРОНЗОВЫЕ SMOKY EYES**
- 296 **ЯРКИЕ СТРЕЛКИ**
- 300 **СУПЕРСТРЕЛКИ**
- 304 **SAT EYES**
- 308 **НЕЖНЫЙ ЗЕЛЕНый**
- 312 **ГОЛУБОЙ И ФИОЛЕТОВый**
- 316 **ГЛУБОКИЕ СИНИЕ SMOKY**
- 320 **ВЫТЯНУТЫЕ SMOKY EYES**
- 324 **АКЦЕНТ НА НИЖНЕЕ ВЕКО**
- 328 **ЗОЛОТЫЕ ГЛАЗА**
- 333 **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**



## ОТ АВТОРА

Эта книга является подробнейшим руководством по макияжу для всех ныне живущих девушек и женщин. И если бы я знала, что меня ждет, когда села за свой macbook ее писать, что работа над ней займет больше трех лет, что впереди тридцать съемочных дней, с десятков килограммов разбитой косметики, напряженные поиски моделей по всей стране и непрерывная работа над текстами и версткой, я бы наверняка сочла свою идею безумием и сто раз подумала бы.

Но все равно я написала бы эту книгу, потому что нет в моей голове столько места, чтобы скрывать всю эту драгоценную информацию. Знания обретают смысл только тогда, когда передаются другим людям, и я надеюсь, что у меня получилось передать их максимально понятно.

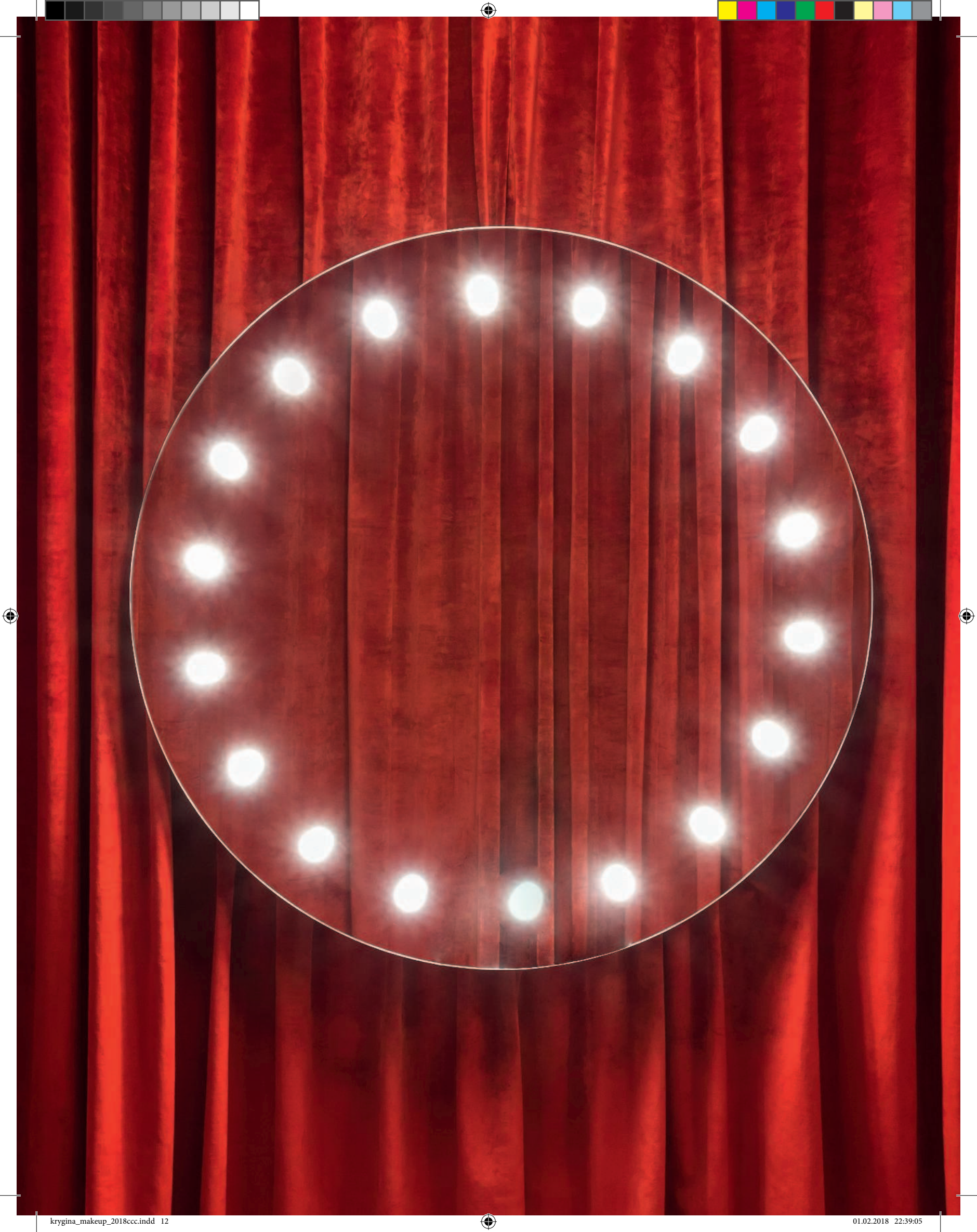
Я переписывала эту книгу несколько раз от начала до конца, и мне все время казалось, что чего-то не хватает. Этот вариант окончательный, хотя я все равно уверена, что еще не все вам рассказала. Как ее читать, вы решите сами: можно от корки до корки, можно отдельными главами или даже абзацами, а можно просто посмотреть картинки для вдохновения.

В любом случае я надеюсь, что она поможет каждой девушке найти свою собственную красоту. Если хотя бы один совет из этой книги окажется вам полезным, значит, работа проделана не зря.

Благодарю вас за то, что держите эту книгу в руках. Скорее переворачивайте страницу, самое интересное впереди!



Крыгина



*глава 1*

## **ДЛЯ НАЧАЛА**

- 15 **ИДЕЯ**
- 17 **МЕСТО**
- 17 **СВЕТ**
- 17 **НАСТРОЕНИЕ**
- 19 **ЧЕРТЫ ЛИЦА**
- 20 **НЕОБХОДИМАЯ КОСМЕТИКА**



## ИДЕЯ

---

**ПЕРЕД ТЕМ КАК ПРИСТУПИТЬ К МАКИЯЖУ, НЕОБХОДИМО ПОНЯТЬ, КАКОГО РЕЗУЛЬТАТА ВЫ ХОТИТЕ ДОБИТЬСЯ. КОСМЕТИКУ ИМЕЕТ СМЫСЛ БРАТЬ В РУКИ ТОЛЬКО С КОНКРЕТНОЙ ЦЕЛЬЮ.**

---

Профессиональный визажист еще до того, как в первый раз коснется кистью лица, уже заранее знает, каким будет конечный результат: какого цвета будут губы, какую форму глаз он будет создавать, будет ли он использовать накладные ресницы, что в лице требует коррекции, что он постарается скрыть, а что подчеркнет как достоинство.

Самая большая ошибка женщин в макияже — в том, что они садятся краситься без цели. В итоге часто получается размазня. Важно заранее понимать, что будет центральным звеном в макияже: губы, акцент на глаза или просто красивая кожа. Отсутствие концепта макияжа, как правило, влечет за собой лишние поправки и слои.

Необходимо выработать личный алгоритм повседневного макияжа от первого до последнего пункта — только так родится ваш индивидуальный стиль. А для того, чтобы сделать правильный выбор, потребуется перепробовать все.