

УДК 687.553.2  
ББК 38.937  
К85

Фотографии *Натали Арефьевой*  
Дизайн и верстка *Марии Канер*  
Литературное редактирование *Юлии Красновой*  
Ретушь *Елены Поповой* и *Данила Попова*

**Крыгина, Елена Александровна.**  
К85      Макияж / Елена Крыгина. — Москва : Эксмо, 2020. — 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 проходила 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 «Эксмо», 2020

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Издание для досуга

**Елена Крыгина**

**МАКИЯЖ**

Главный редактор *ОДРИ Л. Ошеверова*  
Главный редактор *Р. Фасхутдинов*  
Ответственные редакторы *Н. Петухова и К. Дмитриева*  
Младший редактор *И. Стародубцева*  
Литературный редактор *Ю. Краснова*  
Дизайн и верстка *М. Канер*  
Фотографии *Н. Арефьева*  
Фотография на стр. 12—13 *А. Калабин*  
Ретушь *Е. Попова и Д. Попов*  
Цветокоррекция и препресс *М. Гудков*

**ООО «Издательство «Эксмо»**

123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)

Өндіруші: «ЭКСМО» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Ресей, Зорге көшесі, 1 үй.

Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru).

Тауар белгісі: «Эксмо»

**Интернет-магазин** : [www.book24.ru](http://www.book24.ru)

**Интернет-магазин** : [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

**Интернет-дуken** : [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Импортёр в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».

Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Дистрибьютор и представитель по приему претензий на продукцию,

в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»

Қазақстан Республикасында дистрибьютор және өнім бойынша арыз-талаптарды

қабылдаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС,

Алматы қ., Домбровский көш., 3«а», литер Б, офис 1.

Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92; E-mail: [RDC-Almaty@eksmo.kz](mailto:RDC-Almaty@eksmo.kz)

Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат сайты: [www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ

о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо»

[www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Өндірген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 22.01.2020. Формат 64x94<sup>1</sup>/<sub>8</sub>.

Печать офсетная. Усл. печ. л. 46,79.

Доп. тираж 4000 экз. Заказ

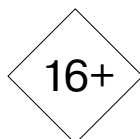
Отпечатано в типографии Интерпресс Форейн Трейд

1037, Будапешт, Бешчи ул., 67, Венгрия

ISBN 978-5-699-83648-2



9 785699 836482 >



В электронном виде книги издательства вы можете  
купить на [www.litres.ru](http://www.litres.ru)

**ЛитРес:**  
одна клика до книги







е л е н а  
к р ы г и н а

М а к и я Ж



ОДРИ  
МОСКВА  
2020



*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 CAT 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.

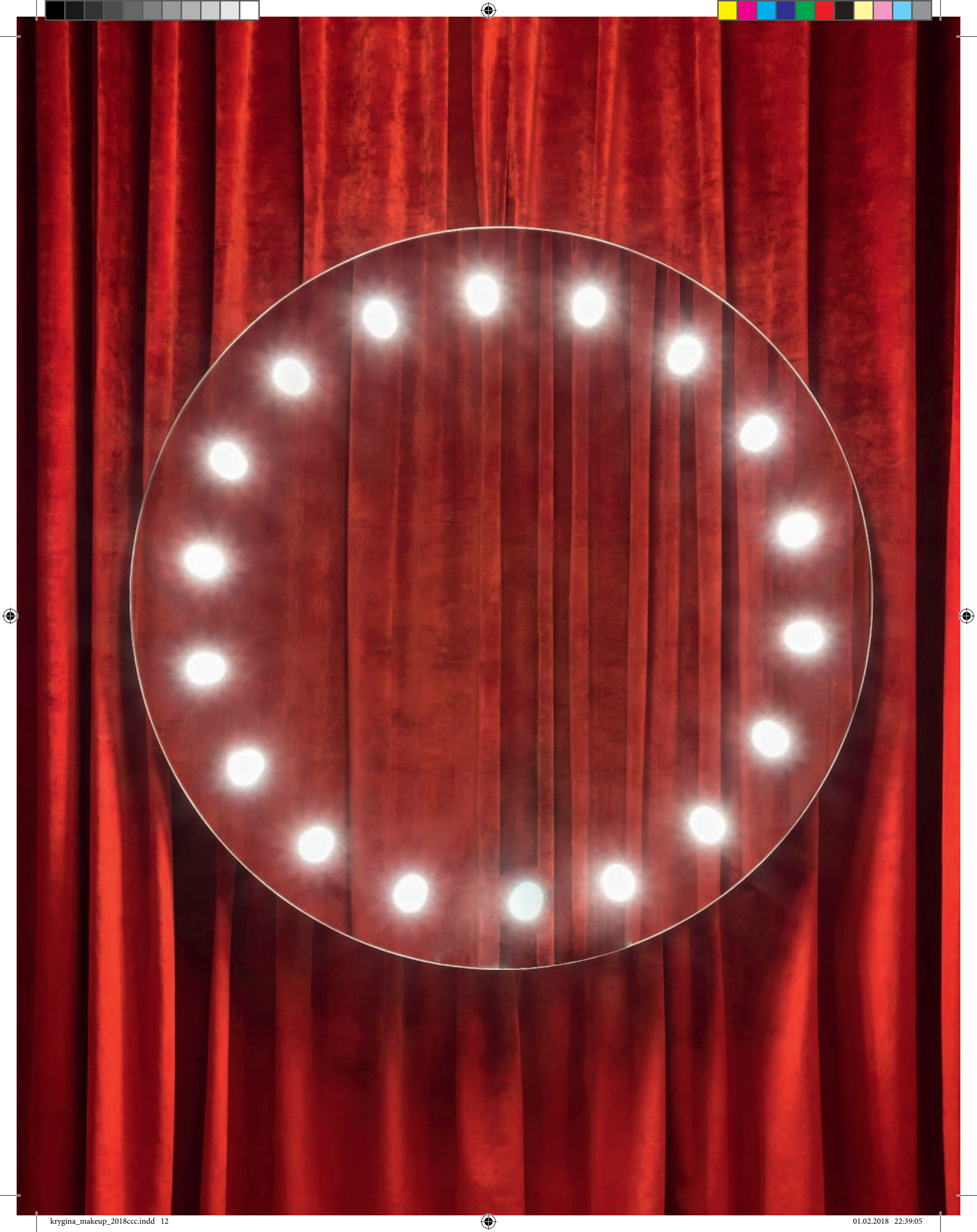
Но все равно я написала бы эту книгу, потому что нет в моей голове столько места, чтобы скрывать всю эту драгоценную информацию. Знания обретают смысл только тогда, когда передаются другим людям, и я надеюсь, что у меня получилось передать их максимально понятно.

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!





*глава 1*

## **ДЛЯ НАЧАЛА**

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

