

Макияж — это украшение, а не маска.
Сю Уэмура

Неизбыточно желание прекрасной половины человечества краситься. Десятилетние девчонки щеголяют разноцветными ногтями: «Мама разрешила!» Восьмидесятилетние дамы придирчиво выбирают губную помаду: «Нет, нет, этот тон, пожалуй, старит!» В отделах декоративной косметики витрины ломаются от тюбиков, баночек, коробочек, кисточек и разных диковинных штучек, назначение которых непосвященному сразу и не угадать. Все это разноцветное великолепие, агрессивно-театрально подсвеченное, искушает и соблазняет, завораживает и манит, создает неподдающееся разумному объяснению желание подойти, посмотреть, купить. Чего женщина ждет от косметики? Только одного — выглядеть абсолютно естественно. Естественно, красиво. И косметика многое обещает: сотворить новый образ, подарить неповторимое ощущение стиля, элегантности. И... остаться незаметной (конечно, если речь не идет об эффектном вечернем макияже).

Прагматичные художники-визажисты называют декоративную косметику одеждой для лица. В этом есть некоторая доля правды: как теплые ботинки и пальто согревают в мороз так губная помада и пудра защищают лицо от холода, дождя, ветра и пыли. Редкая женщина, выходя из дома, не подкрасит губы и не попудрит нос. А для некоторых появиться на улице без макияжа — все равно что остаться голый. Не случайно во всех торговых залах всемирно известного концерна «Диор» висят рекламные плакаты: «И ваши губы могут быть одеты от Диора!» Ну что же, давайте одеваться!

Уроки хорошего тона

Что самое главное в макияже? Губная помада, подводка для глаз, тушь для ресниц? Нет, нет и нет. Краеугольный камень, на котором, как на прочном фундаменте, держится весь косметический декор, — это тональный крем или просто тон-основа. Нужный тон подобрать сразу под силу только опытным визажистам и гримерам. Если вам повезло и вы уже знаете, какой тон ваш, храните ему верность и не жалеете на него денег —

затраты окупятся сторицей. Тональный крем выравнивает цвет лица, маскирует бугорки и мелкие шрамы, прячет прыщички и веснушки, проступающие кровеносные сосуды и пигментные пятна, защищает от ультрафиолета, пыли и грязи. Как говорят косметологи, он становится второй кожей, которая в отличие от собственной — бледной, тусклой, свойственной жительницам больших городов — сияет, излучая здоровье. Тональный крем улучшает вид любой кожи, делает ее безупречно гладкой и младенчески нежной, обещает реклама, и это один из редких случаев, когда она говорит правду.

Необходимость и ценность тональной основы — ее раньше называли белилами — женщины осознали уже в древности. Египтянки покрывали лицо смесью из растительных масел, животных жиров и воска, отчего кожа приобретала теплый светло-бежевый оттенок. В Ассирии и Вавилоне на лицо наносили составы, которые, высыхая, образовывали блестящую твердую корочку, наподобие эмали. Лицо получалось белым и гладким, как у фарфоровой куклы. Наверное, это выглядело эффектно, но было ли приятно и полезно? На Ближнем Востоке кожу осветляли свинцовыми белилами с крахмалом и желтой охрой. Когда в конце XVI века в Европу пришла мода на «прозрачную кожу» и красивым стал считаться голубоватый оттенок, женщины синим карандашом слегка оттеняли мелкие вены на лице, а кожу смазывали смесью яичного белка, свинца и уксуса. Аристократки ставили на лицо пиявки, чтобы сделать его светлее. Женщин с гладкой, чистой кожей было не так много, потому что эпидемии оспы у выживших оставляли заметные рубцы. Их прятали под мушками — маленькими кусочками цветного шелка, которые приклеивали на проблемное место. Мушки придавали пикантность и оттеняли естественный цвет кожи.

Современные тональные средства бывают жидкими, кремообразными и компактными. Выбирают их с учетом типа кожи, ее состояния и цветового оттенка. Основные их составляющие — вода, жиры, масла, тальк для поглощения излишков кожного сала, диоксид титана, пигменты, небольшое количество силикона для скользкости, солнцезащитные фильтры, питательные и защитные вещества. Хороший тон-основа не должен содержать ланолина или минеральных масел — они забивают поры, а также спирта, раздражающего кожу и вызывающего шелушение и красноту.

Для сухой, чувствительной кожи подходят тональные кремы на жирной основе, с добавками витаминов А и Е и гиалуроновой кислоты. Для жирной кожи — на водной основе, когда составляющие суспензированы не в масле, а в воде. В качестве активных веществ в них вводят экстракты семян айвы и корня солодки. Зрелая, увядающая кожа нуждается в жидких тонированных увлажнителях, являющихся, по сути, лосьонами. Они не проникают в морщинки и не выделяют их, ложатся легким, почти неощутимым прозрачным слоем, сквозь который просвечивает естественный цвет кожи. Для укрепления тканей возрастной кожи и повышения ее упругости в них включают препараты с хитином и белками пшеницы. Густой тональный крем, или крем-пудра, — это дневной крем, обогащенный пигментом. Крем-пудра отлично маскирует мелкие дефекты, но подходит только для молодой, нормальной кожи с относительно ровным цветом. А вот морщинки, даже незначительные, крем-пудра сделает заметнее. Некоторые тональные средства содержат антибактериальные вещества, например экстракт филодендрона, способствующий заживлению угревой сыпи.

Давайте попробуем подобрать тональный крем по цвету. Берем с витрины несколько пробников и рисуем ими полоски прямо на щеке. Минут десять гуляем по магазину, затем подходим к окну, где нет люминесцентных ламп, и внимательно смотрим на себя в зеркало: если одна из полосок полностью исчезла, слилась с кожей, этот тон ваш. Не стоит по совету продавщицы покупать крем более темный, «чтобы выглядеть ярче», или более светлый — «бледность вам к лицу». Эффект

будет обратный — «вылезут» все пятнышки и неровности, а в глаза бросится солидный слой штукатурки.

Наносить тональное средство надо латексной губкой или пальцами, сначала пятнами на щеки, подбородок, нос и лоб. Растушевывать его можно только по массажным линиям движениями вверх и вбок, с особой тщательностью около ушей и шеи, чтобы не было заметно перехода. Главное, не перестараться, а то получится нечто вроде посмертной маски. Кожа должна свободно дышать и не чувствовать тяжести тонального крема.

Профессиональные визажисты тональными средствами корректируют несовершенные формы лица — зрительно удлинняют круглое, смягчают квадратное, скругляют худое, вытянутое. В их руках заурядные, невыразительные лица приобретают четко очерченный овал, красивую линию скул и подбородка, глубину взгляда. Чудес тут никаких нет, а есть общий принцип цветового восприятия, известный художникам: объекты, окрашенные в темные цвета, визуально удаляются, а в светлые — приближаются.

Длинный нос будет выглядеть короче, если на его переносицу и кончик положить темный тон, а на крылья более светлый. Низкий лоб, покрытый светлым тоном, будет казаться выше. Верхнюю часть слишком высокого лба надо затемнить. Так же можно замаскировать горбинку на носу и слишком выступающий «волевой» подбородок.

Единственное, с чем тональный крем может не справиться, — это темные круги под глазами. Здесь самая тонкая и нежная кожа, растягивать ее нельзя, поэтому лучше воспользоваться густым корректором в виде карандаша. Его легко наносить точно и растушевывать безымянным пальцем. Цвет корректора должен быть светлее тональной основы. Тогда глаза зрительно не уменьшатся, а область под нижними веками будет надежно укрыта. Корректором можно замаскировать одиночный прыщик или пигментное пятно. Основные составляющие корректора — ланолин, карнаубский воск, витамины А и Е. Антисептический корректор зеленого цвета применяется на местах воспалений — по принципу смешения цветов зеленый с красным дают ровный телесный оттенок. Им же можно убрать нежелательный естественный румянец.

Врассыпную

На тональную основу наносится пудра, второй по важности элемент декоративной косметики и первый, если надо поднять настроение. Достать красивую пудреницу из сумочки и на виду у всех припудрить носик так, чтобы невесомое облачко на миг зависло около лица, ощутить шелковое прикосновение, уловить тонкий аромат... Да, да, причесываться, подкрашивать глаза и губы надо только в дамской комнате, а вот пудриться на людях правила этикета не запрещают.

Пудра — это окрашенная порошкообразная смесь минеральных и органических составляющих. В ее состав входят масла, тальк, коллоидный каолин, диоксид титана, окись цинка, карбонат магния, рисовый, кукурузный или пшеничный крахмал,

углекислый кальций, полимерные частицы и силикаты, кусочки целлюлозы, цветные и светокорректирующие пигменты, парфюмерные отдушки, солнцезащитные вещества и активные добавки. Красящие компоненты пудры — это минеральные красители (охра, умбра) или животные (кармин), а также синтетические (родамин, розамин, эозин, флоксин, эритрозин и другие).

Для вечерних выходов выпускается пудра с золотистыми и серебристыми вкраплениями, которые при искусственном освещении и при свете свечей создают загадочный мерцающий блеск. Антисептическая лечебная пудра, снимающая раздражения и покраснения, предназначена для проблемной кожи. Наносить ее надо только на чисто вымытое лицо без тональной основы.

Хорошая пудра не осыпается, ложится тонким слоем, не просвечивает, маскирует незначительные дефекты, оставляет видимой естественную фактуру кожи, улучшает ее цвет и защищает от ультрафиолета. Она выравнивает поверхность лица, убирает жирный блеск, сужает поры. Кожа становится шелковистой. Качество пудры зависит и от размера порошковых частиц смеси. Если все они будут одинаковыми, пудра ляжет на лицо театральной маской. Поэтому в нее обязательно включают и более крупные частицы. Они по-разному отражают свет, и напудренная кожа по фактуре становится объемной, напоминает пушок на шкурке спелого персика.

Пудра, так же, как и тональный крем, должна подходить по цвету к коже лица. Иначе оно будет казаться оплывшим или рыхлым. Так называемая терракотовая или летняя пудра цвета загара годится только для загорелой кожи. Она хорошо подчеркивает контуры лица и делает коричневый оттенок более интенсивным. Ей пользуются осенью, чтобы визуально сохранить летний загар. На бледной коже лица терракотовая пудра выглядит нелепо и неуместно.

Соревнуемся с морозом

Скорая помощь уставшей коже лица и самое верное средство, призванное мгновенно улучшить внешний вид, — это румяна. Они сразу сделают лицо радостным, молодым и свежим. Румяна идут всем. Ах, какие муки терпели модницы древности: чтобы выглядеть красавицей «кровь с молоком», они натирали щеки едкими, жгучими соками растений, например ириса. В течение нескольких часов воспаленная кожа сияла, как маков цвет. Отлично румянит щеки и мороз, но, к сожалению, вместе с носом и подбородком.

Палитра современных румян огромна: мягкие приглушенные розовые, оранжевые и персиковые оттенки, нежно-коричневые, светло-терракотовые, теплые бежевые тона. В состав румян входят микронизированный тальк, каолин, стеарат магния, крахмал, оксиды титана и хрома, жировые связующие компоненты, красящие пигменты и отдушки. Самые удобные в пользовании — рассыпные румяна или сухие компактные. Кремообразные, содержащие много масел и жиров, предназначены для сухой и зрелой кожи. Они дополнительно увлажняют кожу.

Румяна визуально подтягивают и успокаивают лицо, согревают его. Но есть и обратный эффект — они в прямом смысле нагреваются сами под воздействием тепла кожи, отчего цвет может стать ярче. Поэтому пользоваться ими надо в небольших количествах и крайне осторожно. Чтобы румянец выглядел натурально, они должны создавать «эффект вуали», то есть быть почти прозрачными и незаметными. Накладывают румяна большой пушистой кисточкой движениями, направленными к уху, только на скулы и верхнюю часть щек, так называемое яблочко, и обязательно при хорошем естественном освещении, а не под люминесцентной лампой или в полутемной ванной. Если ошибетесь с цветом, придется уподобиться цирковому клоуну или расписной матрешке. Чтобы румяна легли гладко, наносить их надо на тонкий слой пудры.

«Сделав щечки», обязательно проконтролируйте себя: встаньте около окна и улыбайтесь, улыбайтесь в зеркало. Смотрите, где округляются щеки, как падает на них солнечный цвет, не забились ли румяна в мелкие морщинки около глаз. А то потом придется на людях краснеть.

Взгляд из тени

Ничто не украшает лицо так, как широко распахнутые глаза в обрамлении густых пушистых ресниц с загадочной игрой светотеней на веках. Малыми средствами одни и те же глаза можно сделать сияющими, игривыми, выразительными, драматическими.

Египтянки, законодательницы мод древности, густо красили брови галенитом (сульфидом свинца), позже углем, веки обводили зеленой краской из углекислой меди. Чтобы глаза блестели, в них капали ядовитый сок белладонны — «сонную одурь». Японки черной тушью подчеркивали край роста волос по всему лбу, брови сбрасывали и на их месте рисовали две широкие линии «вразлет». Веки украшали порошком из толченой бирюзы или малахита.

А мы начнем со здоровья нежной и тонкой кожи вокруг глаз. В ней мало сальных желез, и поэтому она особенно быстро сохнет, покрывается мелкими морщинками, истончается, становится похожей на папиросную бумагу. Не красят лицо и глаза с покрасневшими веками и лопнувшими сосудиками после бессонной ночи. Надо высыпаться, пить больше воды, регулярно увлажнять кожу вокруг глаз укрепляющими и подтягивающими гелями. Никакая декоративная косметика не справится с уставшими глазами и сморщенной кожей век.

Для макияжа глаз используют цветные тени и контур в виде жидкой подводки или твердого карандаша. Жидкая подводка наносится одним движением от внутреннего угла верхнего века по линии роста ресниц. Она выглядит красиво и эффектно, но требует хорошего навыка и твердой руки. Карандашом пользоваться проще, толщину линии можно регулировать степенью заточки грифеля. Он должен быть мягким и жирным, чтобы не царапать нежную кожу.

Экспериментировать с цветом теней надо осторожно. Ярко-голубые, густо-зеленые, иссиня-черные, пурпурные, медные, золотые подойдут для сцены или карнавала. Блестки допустимы только вечером. Тени должны соответствовать вашему цветовому типу и подчеркивать, но не заглушать цвет глаз. Чтобы не получился вульгарный, грубый вид, достаточно лишь малой толики теней, намека на цвет, причем темные тона надо наносить ближе к ресницам, — они придадут глубину взгляду, а светлые к бровям, и глаза будут выглядеть широко распахнутыми. Тенями и подводкой глаза можно визуально сделать больше, круглее, исправить «падающий глаз» — форму, при которой наружный угол оказывается ниже внутреннего, близко посаженные глаза раздвинуть, а широко поставленные — собрать.

Чтобы подчеркнуть собственный цвет глаз, надо выбирать тени не в тон — зеленые к зеленым, синие к голубым, а контрастирующие. Радужная оболочка голубых глаз станет ярче, а белки белее, если воспользоваться светло-коричневыми, рыже-желтыми, бежевыми, персиковыми, песочными или розово-сиренево-фиолетовыми оттенками.

К серым глазам подходят почти все цвета, причем некоторые создают удивительный эффект «хамелеона». Так, теплые коричневые и бежевые оттенки теней превращают серые глаза в голубые, а розовые и фиолетовые — в зеленые. С розовым цветом надо обращаться особенно аккуратно, чтобы не появился эффект заплаканных глаз. Светло-карим глазам хорошо подходят оливково-коричневые, синие, бирюзовые тона. А к темно-карим можно смело пробовать любые цвета. Зеленые глаза засияют ярким изумрудом от светло-коричневых, терракотовых и вишневых тонов теней.

Тени бывают сухими, жидкими, в виде геля, крема или твердыми — в карандаше. По составу они похожи на пудру. В них входят тальк, каолин, слюда, окись цинка, воски, минеральные масла, ланолин, цветные пигменты, церезин, парафин, спирт, глицерин, вода. В качественных тенях синтетические пигменты обволакиваются жировой пленкой, так что сам пигмент не касается кожи. Они не вызывают раздражения, не меняют цвет, не забиваются в складку века. Самые стойкие — жидкие тени, содержащие растительные воски. Работать с ними надо быстро и умело. Если они успеют подсохнуть, а вы еще не закончили, придется начинать сначала. Самые удобные — сухие тени. Они хорошо хранятся, легко накладываются и так же легко смываются водой. Наносить тени надо нежно, не вдавливать, не втирать и обязательно тщательно растушевывать. Тогда они будут выглядеть мягко, приглушенно, естественно.

Давайте прямо сейчас с помощью теней и подводки создадим иллюзию больших глаз. Отправляем всех домашних гулять, берем зеркало и удобно усаживаемся около окна. Сначала наносим на веки тени светлого нейтрального оттенка — цвета слоновой кости, белого шоколада, ванильного, серо-коричневого, мальвового, бледно-голубого, нежно-оливкового. Добавляем темный штрих, например каштаново-коричневый, в складку века и вдоль верхних и нижних ресниц. Чтобы «распахнуть глаза», надо расширить пространство между глазами и бровями. Для этого под самый изгиб брови «сажаем» светлый блик — пятнышко перламутровых или просто белых теней. Для усиления глубины взгляда нужен темный матовый блик — коричневых, темно-синих, сливовых теней. Его место — середина века, прямо над зрачком. Подводкой или темным, не остро заточенным карандашом — черным, темно-синим, фиолетовым — рисуем тонкие полоски или ставим точки на верхнем и нижнем веках вдоль линии роста ресниц от середины к внешнему краю. Для смягчения цвета чуть-чуть растушевываем их пальцем или ватной плотной палочкой. Тогда глаза станут еще выразительнее. Осталось посмотреть на себя в зеркало и восхититься: это я!

Поднимаем бровь

Чтобы брови «разлетались крылато», им надо придать красивую форму. В разные времена модными были и тонкие ниточки, и удлинненные четкие линии, и высоко изогнутые дуги. Сейчас визажисты советуют не отходить далеко от формы, данной природой. Ее можно лишь чуть подкорректировать — уменьшить длину бровей, убрать волоски на переносице, приподнять опущенные внешние края. Брови способны изменить выражение лица: высоко поднятые делают его удивленным, с опущенными внешними краями — печальным и унылым, а низко нависающие над глазами — мрачным. Лицо с широкими бровями выглядит моложе, а с тонкими — старше.

Оптимальную длину бровей определяют так: надо мысленно провести две прямые линии от основания крыла носа: первую — вверх к внутреннему краю глаза, а вторую — к наружному. Точки пересечения этих линий с бровью отметят ее края. Все остальные волоски, набравшись терпения, нужно безжалостно удалить пинцетом с заостренными или изогнутыми кончиками. Выщипывают их в направлении роста, то есть к уху, начиная с нижней части брови вдоль ее естественного изгиба.

Ухаживать за оформленными бровями просто: достаточно смазывать их жирным кремом и расчесывать щеточкой. Красить брови или не красить — вопрос вкуса. Но слишком темные брови старят, взгляд из-под них становится резким и суровым. Осветлить их можно, используя серые или светло-коричневые тени для век. Если вы хотите подрисовать брови карандашом, делайте это не единой сплошной линией, а прерывистыми мелкими штрихами, имитирующими отдельные

волоски. Так они будут выглядеть естественно. Желательно, чтобы цвет карандаша сочетался с цветом волос. Для черных выбирайте темно-коричневый. Для волос с рыжеватым отливом подойдет более светлый тон.

Шелк твоих ресниц

Какими бы ни были тенденции в модном макияже, тушь уверенно сохраняет свое лидирующее положение среди средств декоративной косметики. Это необходимый элемент и самого простого, спокойного макияжа, и сложного, многослойного, яркого вечернего. До появления современной туши женщины наносили на кончики ресниц шарики горячего воска или густо смазывали их вазелином и расчесывали старыми зубными щетками. Первая промышленная тушь выпускалась в виде прессованных брусков, упакованных в коробочку с зеркальцем на внутренней стенке. К ней прилагалась щеточка с жесткой синтетической щетиной. Достаточно поскрести намоченной в воде щеточкой по бруску, и можно смело красить ресницы. Этой же щеточкой удобно расчесывать накрашенные ресницы. Сейчас такая тушь встречается только в сериях ретро-косметики.

Современная тушь выпускается преимущественно жидкой, в узких пластмассовых футлярах-стаканчиках с щеточкой в крышке. Хорошая тушь обволакивает каждую ресничку, увеличивая ее объем и длину. Она не осыпается, не образует комков, не склеивает ресницы, не щиплет глаза и не имеет резкого запаха. Кроме того, она защищает ресницы от сухости и ломкости. В состав туши входят вода, жиры и масла, чаще всего касторовое, ланолин, воски, красители, консерванты, витамины, активные добавки, УФ-блокаторы. Тушь бывает питательная — с повышенным содержанием жиров и масел, объемная — с микрогранулами воска, удлиняющая — с волокнами шелка, утолщающая — с добавками угольной пыли, смол и полимеров.

Водостойкую тушь лучше использовать пореже, только перед купанием в бассейне или если вы собираетесь вечером красиво поплакать. Она не растечется и не размажется. Но удалять ее надо специальными средствами. К тому же она содержит большое количество смол, раздражающих нежную кожу вокруг глаз.

В основном женщины пользуются тушью черного цвета, она подходит всем. Только светловолосым днем лучше краситься коричневой тушью. Если вы хотите, чтобы тушь была совсем незаметна, а ресницы — густыми и пушистыми, попробуйте прозрачную бесцветную тушь, ее иногда называют лечебной. Она содержит касторовое масло и витамины. Бесцветная тушь увеличивает объем ресниц, «приподнимает» их, не меняя цвета. Перед окраской ресницы можно подкрутить прибором, предназначенным для их завивки и напоминающим сложные ножницы. Уже накрашенные ресницы завивать нельзя, они могут сломаться по линии подкрутки.

Наносить тушь на ресницы верхнего века надо короткими движениями, направленными вверх, начиная с середины, постепенно смещаясь к краям. Щеточку выбирайте потоньше и покороче, ею легче прокрасить ресницы в уголках глаз. И

обязательно от души поморгайте так, чтобы ресницы «покатались» по кисточке. Тогда лишняя тушь останется на ней, и ни одна ресничка не склеится со своей соседкой. Ресницы нижнего века можно вообще не красить. Они очень любят растекаться в самый неподходящий момент.

Пользоваться одним флакончиком туши можно не более двух-трех месяцев после его открытия, так как она быстро становится рассадником микробов, которые могут вызвать раздражение и даже заболевание глаз.

Красной нитью

Завершает макияж губная помада. Она защищает губы от сухости, шелушения и растрескивания. В 20-е годы прошлого века помаду выпускали всего трех оттенков — светлого, среднего и темного. Теперь каждый год появляется до сотни новых оттенков, которым и названия подобрать трудно. В состав губных помад входят твердые жиры, растительные масла и воски, парафин, церезин, глицерин, ланолин, спермацет, высокомолекулярные спирты, красящие пигменты, отдушки, витамины, увлажняющие вещества, экстракты растений. Эффект блестящих перламутровых губ достигается введением размолотой слюды или пасты на основе оксихлорида висмута. Раньше использовали и рыбью чешую.

Чтобы помада не расплывалась, губы надо обвести карандашом, и она никогда не выйдет «за флажки». К тому же так можно моделировать губы: узкие сделать толще, слишком полные мягче, приподнять опущенные уголки рта. Если в середину нижней губы поверх помады нанести чуть-чуть блеска или перламутра, губы визуально станут пухлее и полнее, как бы раскроются.

Губной помадой иногда румянят щеки. Однако на губы нельзя наносить ни румяна, ни тональные кремы. Содержащиеся в них красители обычно имеют ограниченное применение «только для наружного использования». Попав с губ внутрь организма, они могут нанести ощутимый вред.

По текстуре помады бывают матовые, содержащие много непрозрачных пигментов, кремообразные — увлажняющие и влагосодержащие, не создающие ощущения тяжести на губах, и прозрачные или блески, почти не содержащие пигмента, придающие губам мягкое сияние. Устойчивые помады дают глубокий насыщенный цвет и могут держаться на губах целые сутки. Если никак нельзя обойтись без такой «долгоиграющей» красоты, надо хотя бы несколько раз в течение дня увлажнить губы, смазав их маслом дерева ши или витамином Е.

На языке цвета

Как же все-таки выбрать лучший цвет помады или теней среди огромного многообразия оттенков, предлагаемых косметическими фирмами? Как правило, мы полагаемся на интуицию и знаем или думаем, что знаем, какой цвет подходит: «Этот — гармонирует с моими глазами, он меня освежает и молодит, а другой — давит, на его фоне я теряюсь и выгляжу уставшей». На самом деле здесь есть маленький секрет: ориентироваться надо не на глаза или волосы, а на цвет собственной кожи, точнее, на ее полутон — оттенок, просвечивающий из-под поверхности. Вам подойдут только те цвета, которые дополняют полутон кожи, не контрастируют с ним.

Полутон кожи любого человека, не важно, европеец он, африканец или китаец, можно отнести к одному из двух типов, условно названных теплым и холодным. Полутон кожи «холодной» тяготеет к розовому цвету, а «теплой» — к желтому. У обладательниц кожи холодного типа или очень светлые, бледно-розовые лица, или, наоборот, темные, смугло-оливковые. Им идеально подходят цвета, имеющие в основе розово-голубой тон. Это могут быть бледные пастельные или насыщенные ис-

синя-красный, бордовый, темно-синий, розово-коричневый, фиолетовый, малиновый, вишневый. Самые неудачные цвета для «холодных» — из желто-оранжевой гаммы.

Теплому типу кожи соответствуют не очень светлые, но и не слишком смуглые лица, находящиеся как бы в промежутке между крайними точками холодного типа. Теплые цвета косметики тяготеют к желтому: абрикосовый, персиковый, мягкий бежевый, желто-красный, кирпично-красный, цвет ржавчины, а также любые яркие негустые цвета, несущие в себе солнечную нотку, — красная киноварь, оливковая зелень, фисташковый. «Теплым» не подходит розовая гамма — розово-голубой, бледно-розовый, розово-синий. Сразу отметим, что соответствие холодному или теплому типу не имеет прямого отношения к психологическим особенностям, характеру или темпераменту.

Как определить свою принадлежность к «холодным» или «теплым»? Согните руку в локте: здесь легко увидеть полутон кожи, розовый он или желтый. Посмотрите при дневном освещении, какого цвета вены, например, на запястье: у «холодных» они синие, чисто «голубая кровь», а у «теплых» — сине-зеленоватые. Цвет волос может быть одинаковым, но он обязательно отличается оттенком, который хорошо заметен на только что вымытой голове: рыжевато-золотистый у «теплых» и пепельный или голубовато-серебристый у «холодных». «Холодные» глаза — миндально-зеленые (цвета внутренней шкурки сырого ореха), жемчужно-серые, небесно-голубые, темно-синие, серо-карие, черно-фиолетовые. «Теплые» глаза — золотисто-зеленые, бирюзовые, карие и темно-карие, янтарно-карамельные, коричневые. И цвет волос, и цвет глаз могут быть практически одинаковыми у «теплых» и «холодных» — например, и у тех, и у других бывают синие глаза и каштановые волосы. Но главное — оттенок кожи, именно на него следует ориентироваться.

Если вам нравится определенный цвет, ищите в его гамме такой оттенок, который будет содержать в себе хотя бы крошечную толику полутона вашей кожи. И тогда он ответит взаимностью и действительно будет к лицу. Например, любимый многими синий — цвет покоя, строгости, консерватизма и уверенности — могут использовать и «холодные», и «теплые». Насыщенно-синий, глубокий индиго, фиалковый, лазурно-голубой подойдут холодному типу, а зеленовато-синий, сине-бирюзовый — теплому.

Вы считаете, что природа вас обделила и все дары достались другим, а на вашу долю выпали одни недостатки — прыщички, веснушки, пятнышки? Не расстраивайтесь, вы не одиноки. Подавляющее большинство женщин думает точно так же. Всегда старайтесь привлечь внимание к лучшим, ярким, присущим только вам черточкам, а все остальное можно замаскировать. Ищите собственный стиль, развивайте свой вкус и индивидуальность во внешнем виде и манерах поведения, самовыражайтесь, никому не подражая. Если вы краситесь, не рисуйте чужое лицо на своем, не становитесь еще одной жертвой моды.

Декоративная косметика — ваша помощница, и все же не стоит относиться к ней чересчур серьезно. Как сказал известный художник-гример, устраивающий косметические спектакли: «Для чего и нужна косметика, как не для забавы?» Она волшебная иллюзия, ваше собственное желание и удовольствие, а не обязанность. Если накрашенные глаза вас утомляют, красьте только губы и чувствуйте себя королевой. Тогда глаза заблестят и без краски. Пробуйте, экспериментируйте. Если что-то не получилось сегодня, получится завтра, а неудачный опыт можно просто смыть.