

Spis treści

Przedmowa • 9

1. Psychologia makijażu • 11

Antropologicznie • 14

Upiększanie • 15

Tuszowanie / maskowanie • 16

Profilaktyka • 18

Trucizna • 19

Magia • 20

Wolność wyboru • 21

Moc makijażu potwierdzona
naukowo • 22

2. Wizerunek odzwierciedleniem osobowości • 27

Tajemnice osobowości • 28

Osobowość dominująca • 30

Osobowość inspirująca • 31

Osobowość stabilna • 32

Osobowość rozważna • 33

Rzut oka • 35

W poszukiwaniu stylu • 38

Styl klasyczny • 40

Styl glamour • 42

Styl romantyczny • 45

Styl artystyczny • 47

Styl sportowy • 50

Styl casual • 52

Styl unisex • 54

Styl wojowniczy • 56

Test stylu • 58

Klucz do testu • 64

3. Diagnostyka piękna • 69

Punkt wyjścia – skóra • 70

Cera normalna • 70

Cera sucha • 72

Cera tłusta • 74

Cera mieszana • 77

Cera dojrzała • 78

Cera wrażliwa/naczyniowa • 80

Symetria, proporcje
oraz kształty twarzy • 82

Symetria i proporcje twarzy • 83

Kształty twarzy • 85

Indywidualny typ urody • 93

Cztery pory roku • 95

12 typów kolorystycznych • 101

4. Magia świata barw • 123

Kolor i jego moc
oddziaływania • 124

Psychologiczne

znaczenie barw • 126

Żółty • 128

Pomarańczowy • 129

Czerwony • 130

Różowy • 130

Fioletowy • 131

Niebieski • 132

Zielony • 132

Brązowy • 133

Biały • 134

Szary • 134

Czarny • 135

Kompozycje barwne • 137

Akordyka barw • 138

Harmonie i kontrasty • 140

Kolorystyka makijażu

a typ urody • 142

Ciepła wiosna • 143

Jasna wiosna • 144

Czysta wiosna • 146

Chłodne lato • 147

Jasne lato • 148

Zgaszone lato • 149

Ciepła jesień • 150

Ciemna jesień • 151

Zgaszona jesień • 152

Chłodna zima • 153

Ciemna zima • 155

Czysta zima • 156

5. Interpretacja trendów, czyli zabawa makijażem • 159

Make-up typu no make-up • 160

Wet / glow look • 162

Makijaż w stylu boho • 173

Makijaż w stylu retro glamour • 175

Smoky eye • 178

Spotlight / halo eye • 179

Cat eye / foxy eye • 180

Cut crease • 180

6. Kosmetyczka na detoksie • 183

Zabawa w detektywa • 186

Podział na kategorie • 186

Selekcja • 187

Aranżowanie przestrzeni • 192

Czystość i higiena • 194

7. Zakupowy masterclass • 197

**Przewodnik po kosmetykach
do makijażu** • 198

Kosmetyki do makijażu twarzy • 198

Kosmetyki do makijażu oczu • 214

Kosmetyki do makijażu ust • 227

**Efektywnie i efektownie,
czyli jak zrobić mistrzowskie
zakupy i nie wydać
oszczędności życia** • 230

Kochać albo kochać inaczej ;) • 230

Solo czy w towarzystwie? • 231

Lista zakupów • 232

**Perfumerya, drogeria
czy firmowy salon?** • 234

Shopping w wersji on-line • 235

Zakupowe typy • 236

**Zanim wybierzesz się na zakupy,
upewnij się, że znasz odpowiedzi
na te pytania** • 240

Najczęstsze makijażowe zagwozдки • 244

Podkład niezbyt ładnie wygląda na skórze • 244

Kłopot z doбором odcienia podkładu • 245

Raz jaśniejsza, raz ciemniejsza karnacja • 246

Podkład z opisu kryjący, a efektu krycia brak • 247

Pomimo użycia korektora, cienie pod oczami nie znikają • 247

Plamy podczas konturowania twarzy • 248

Uniwersalna technika konturowania twarzy • 249

Skóra nieustannie się błyszczy, a makijaż szybko spływa • 250

Makijaż wygląda ciężko • 251

Chcesz ukryć niedoskonałości, ale boisz się efektu Fiony • 251

Idealne brwi – czyli jakie? • 252

Ratunku, cień mi się osypał • 253

Asymetryczne kreski na powiekach • 254

Kreski bez eyelinera? Czy to możliwe? • 255

Pieczałki z kresek na powiece górnej • 255

Testujesz różne tusze, a rzęsy jak nie było, tak nie ma • 256

Po pomalowaniu rzęs tusz odciska się na powiekach • 256

Unikasz malowania ust, bo twoje zęby nie są idealnie białe? • 257

Efekt powiększonych ust bez igły i skalpela • 257

Makijaż a ciąża • 258

Makijaż a choroba nowotworowa • 259

Makijaż a dermatozy • 261

8. Po drugiej stronie lustra • 263

Makijażoterapia • 264

Makijaż jako rytuał • 266

Lustrzany dialog mocy • 268

9. Coaching kobiecości • 279

Wizerunkowa mapa marzeń • 290

Energetyczna playlista • 291

List gratulacyjny do samej siebie • 292

Kobiety krąg mocy • 293

Postłowie • 295

Piśmiennictwo • 299