

Восстанавливающий эффект ласточкиного гнезда

10-ступенчатый ритуал ухода за кожей

Альгинатная моделирующая маска

Змеиный яд на страже молодости

Волшебная слизь улитки

Гидрофильные масла

Макияж

> красота <  
> здоровье <  
> молодость <

Юри Ким

# КОРЕЙСКАЯ

## КРАСОТА

Звезда YouTube

Юри Ким

# **Корейская красота**

«Издательство АСТ»

2020

УДК 613.4  
ББК 51.204.1

**Ким Ю.**

Корейская красота / Ю. Ким — «Издательство АСТ»,  
2020 — (Звезда YouTube)

ISBN 978-5-17-119285-3

Кореянки славятся своей красотой и ухоженностью не только благодаря пластическим операциям, но и потому, что особым образом ухаживают за кожей. Ритуалы красоты для них – это не просто рутина, а отличный способ снятия стресса, еще один способ получить крепкий сон или настроиться на бодрый долгий день, в течение которого хочется хорошо выглядеть. Занимаясь своей внешностью, кореянки словно немного медитируют. Четкая и продуманная последовательность действий умиротворяет, а аккуратные движения расслабляют. Прекрасная Ким Юри расскажет о тех самых ритуалах красоты и режиме ухода за кожей, которые помогают кореянкам, несмотря на стрессы, выглядеть как улыбчивые фарфоровые богини.

УДК 613.4  
ББК 51.204.1

ISBN 978-5-17-119285-3

© Ким Ю., 2020  
© Издательство АСТ, 2020

# Содержание

Введение	6
Моя вторая родина	8
Корейская волна	10
Главные принципы Кей-бьюти	12
Часть культуры и экономики	13
Инновации и разработки	14
Не судите по упаковке	15
Предупрежден – значит вооружен	17
Главный ритуал	24
Цели Кей-бьюти	26
Корейские ноу-хау в косметике	27
Уникальные рецепты	27
Эта волшебная слизь улитки	28
Конец ознакомительного фрагмента.	32

# **Ким Юри**

## **Корейская красота**

© Ким Юри, текст

© ООО «Издательство АСТ»

\* \* \*

## Введение

*Наверное, вас это удивит, но забота о коже, косметика, макияж и миллион баночек на полочках в ванной или на туалетном столике – для меня вовсе не самое главное в жизни. Думаю, что для вас это точно так же. Мы все хотим быть красивыми, но живем не ради блеска волос или пушистости ресниц. Как говорит моя бабушка (я называю ее по-корейски «хальмони»): «Красота – это еще не все».*

Мою бабушку зовут Лиен, что означает «лотос». У нее красивы не только имя и ее длинные, до сих пор густые серебристо-платиновые локоны, которые она каждый день укладывает в скромный пучок. У моей хальмони красивая душа, как у всякого доброго и мудрого человека. Именно ей я обязана тем, что познакомилась с Сеулом, культурой своих предков и тем, что сейчас называют красотой по-корейски.



Кажется, весь мир сошел с ума от этой корейской красоты, но я довольно долго оставалась в стороне от модного бума. Интерес у меня появился, когда я решила взглянуть на страну моих предков. Трудно не побывать в Сеуле, где расположены сотни косметических магазинов, и пройти мимо них стороной. Но важнее даже не красочные витрины, россыпи завлекающих огней и мириады очаровательных баночек с косметикой, которые буквально верещат на все голоса: «Купи меня, купи!». Помните флакончик из «Алисы в Стране чудес», на котором была надпись: «Выпей меня»? Флакончики, баночки и коробочки из сеульских косметических магазинов точно так же неотразимы! Но дело, как я сказала, не в них. И красота по-корейски тоже заключена не в баночках, это нечто большее: культура, философия, даже религия красоты.

Почему это так? Почему в сознании западных людей корейский уход за кожей связан с какими-то ритуалами и секретами? Ответ прост: традиции. Они затрагивают все стороны жизни. Западная жизнь очень быстрая не только по своему ритму. Поверьте, этого и в Корее хватает, как и в любой другой стране света. Везде надо побывать, все нужно успеть, интернет каждый день обрушивает на нас потоки информации, и от этого очень устаешь. Корейцы к тому же – народ работающий, для них в порядке вещей задерживаться допоздна на работе и тратить на нее массу энергии и сил. Многие иностранцы удивляются: спят ли корейцы вообще? Часто люди переутомляются, а показывать дурное настроение или нервозность в Корее не принято. Поэтому ритуалы красоты для корейянок – это еще и способ снятия стресса, возможность успокоиться, настроиться на крепкий сон или долгий день, в течение которого ты хочешь хорошо выглядеть. Занимаясь своей внешностью, корейянки словно немного медитируют. Четкая и продуманная последовательность действий умиротворяет. Аккуратные движения расслабляют. Регулярный уход за собой благотворно действует на психику.

На традиции и уклад Кореи немалое влияние оказало конфуцианство. А это значит, что люди в стране всегда стремятся к гармонии и порядку. Не менее сильно повлиял на Корею и буддизм – мирная религия, которая призывает к избавлению от агрессии и злости, философскому отношению к жизни и к личности человека, к глубокому познанию себя.

С этого и начинается красота. А не с миллиона баночек в вашей ванной, хотя и они тоже важны.

В своей книге мне хотелось бы рассказать вам о тех самых ритуалах красоты и режиме ухода за кожей, которые помогают корейянкам, несмотря на стрессы повседневной жизни, выглядеть, как улыбчивые фарфоровые богини.

Но, читая о процедурах очищения и способах нанесения макияжа, пожалуйста, помните, с чего начинается красота. Как гласит старинная корейская пословица: «Не важно, в чем человек пришел, важно, что принес он в душе».



## Моя вторая родина

Сейчас я вас точно удивлю. С тринадцати лет я работаю моделью. Не беспокойтесь об эксплуатации детского труда, в модельном бизнесе начинают рано, а я к тому же быстро выросла и уже в подростковом возрасте стала ростом почти с моего папу. Корейка я только по отцу, а моя бабушка Лиен – его мама, поэтому я и называю ее хальмони, так называют бабушек по отцу, для бабушек с материнской стороны, маминых мам, в корейском языке есть другое наименование «вэхальмони». В корейском вообще столько наименований для родственников, что если не учить язык с детства, то легко запутаться. Например, по-разному называют старших братьев для мужчин и для женщин.

Признаюсь честно, что папину культуру, которая наполовину и моя собственная, я знала плохо, и бабушка всегда расстраивалась из-за этого, даже больше самого папы. А я все думала, что когда-нибудь успею разузнать о традициях предков, пока времени нет, но как-нибудь обязательно...

Уходом за кожей и макияжем я тоже не слишком интересовалась. Принято считать, что модели только и думают, что о своих ногтях, волосах и макияже. На самом деле я была обычным подростком, и меня больше волновали мои оценки в школе, симпатичные мальчики (ничего серьезного, честное слово!) и моя собака Фаворитка, которую родители подарили мне на день рождения. Основные познания о том, как нужно краситься, я получила от своей подруги Лары. Она отличный визажист, мы с ней много работали на показах и модных съемках. Но шикарный макияж, который она мне делала, я всегда смывала, прежде чем вернуться домой. Макияж – своего рода рабочий инструмент для модели, а щеголять дома с накладными ресницами или с кроваво-красными губами мне бы никто не позволил (папа у меня вообще довольно строгий).

От Лары я узнала о тональном креме, маскирующем консилере и великой вещи, без которой не обойдется ни одна девушка азиатского происхождения: щипчиках для подкручивания ресниц. Обычно глаза у нас, что называется, сложные. Ресницы короткие и прямые, поэтому декоративным косметическим средством #1 по продажам в странах Азии остается и, наверное, всегда будет тушь. У многих азиаток, в том числе у меня, подвижное веко (часть века от линии роста ресниц до складки) исчезает, стоит открыть глаза. Лариса, которая всегда нахваливала форму моих губ, в шутку жаловалась на мои глаза:

– Тебе хоть десять оттенков теней наложи, создай произведение искусства, а ты откроешь глаза – и все мои труды насмарку.

Конечно, она знала, как покрасить мои глаза, чтобы они стали выразительными, но я сама не могла, да и не слишком-то хотела этому учиться. Так что макияж мой был проще простого: тон, маскирующий карандаш, пудра, тушь и блеск для губ или обычный бальзам. И такой же простой уход: пенка для умывания и нежирный увлажняющий крем. А иногда и без крема, если лень наносить или Фаворитка была плохой девочкой и сгрызла мой тапок! Нужно срочно бежать и разбираться, кто станет думать о кремах?

С кожей мне повезло. За весь период подросткового возраста вскочили от силы два-три противных прыща. В России, где я выросла, климат прохладный и несолнечный, поэтому солнцезащитными кремами я пользовалась только во время каникул, когда мы ездили всей семьей к морю. Покупали одну огромную бутылку на всех, и каждый наносил этот крем, но я всегда это делала с неохотой. Загар мне нравился, и только в Корее я узнала, что загорелая кожа – это настоящее кощунство и преступление против красоты!

Многие модели пробуют себя в других профессиях из фэшн-индустрии. Так и я заинтересовалась фотографированием. Поступив в институт, я не оставила полюбившееся занятие. Знакомых моделей и дизайнеров у меня было много, я фотографировала то одних, то других,



и к окончанию вуза набрала неплохое портфолио. Оно для меня было ценнее, чем диплом по профессии, которой мне не слишком-то хотелось заниматься. Сейчас я с трудом вспоминаю ее название, кажется, что-то связанное с менеджментом... Это больше не имеет значения. Я твердо решила стать новой Энни Лейбовиц и фотографировать новых Мерил Стрип, Деми Мур и Джона Леннона, если они найдутся. Если не найдутся – то другие таланты и модели.

И вот, когда я была уже готова к новой жизни с фотокамерой наперевес, моя хальмони вдруг взяла и осуждающе покачала головой.

– Ким, – сказала мне она, – внученька, сейчас ты окунешься в эту новую жизнь с головой и уже никогда не узнаешь о своей второй родине. Ты должна обязательно съездить в Корею, посмотреть страну, выучить язык, на котором ты сейчас едва говоришь. Там живет семья моего брата, твоего двоюродного дедушки. Поезжай, соннё, навести их. Обнимешь, помотришь на их лица. Я-то уже стара и не могу поехать. Я посмотрю на Корею твоим взглядом.

И я поехала. Рюкзак за спиной, фотокамера наперевес и загадочные бабушкины слова, сказанные мне на прощание:

– Может быть, в Сеуле отыщется твое сердце.

И оно отыскалось в этом невероятном городе – я полюбила его всей душой. Это город красоты, настоящая столица страны, которую называют Страной утренней свежести. Я встречала и фотографировала множество улыбчивых фарфоровых богинь с идеальной кожей и узнала, что это обычные девушки, которые просто тщательно за собой ухаживают. У них нет никаких секретов, спрятанных за семью замками, только традиции и ритуалы. Они не достались им от мам и бабушек, которые – если вообразить что-то фантастическое, – купались в росе, собранной с цветков бархатных камелий, персиков и сакуры. Корейки используют разработки новейшего времени, но инновационные средства верны традициям по своему духу и напоминают об особенностях национального менталитета: стремлении к гармонии и порядку, отношении к человеку как к чему-то уникальному и прекрасному. В этом ощущается забота о личности.

К тому же в Корее искренне наслаждаются уходом за кожей. На Западе принято считать, что красота по-корейски – это долго, дорого, сложно и настолько серьезно, что для постижения секретов красоты потребуются едва ли не сдавать экзамен. На самом деле уход за кожей может быть веселым, даже игровым процессом. Корейские бренды доступнее большинства западных и намного дешевле косметики класса «люкс» всемирно известных марок. Для совершения ритуала достаточно знать его принципы. Да и затраты времени зачастую преувеличивают.

Я не превратилась в безумную фанатку ухода за кожей и макияжа, у которой косметическими средствами забита половина квартиры. Даже блог на выученном мной корейском языке, который я сейчас веду, не полностью посвящен красоте. Но она стала важной для меня как часть культуры, и с помощью косметологов я узнала о ней достаточно, чтобы систематизировать знания и поделиться ими, написав об этом книгу.

## Корейская волна

Вы никогда не задумывались, как вообще корейская косметика завоевала мир? Казалось бы, еще десять лет назад о ней почти никто не слышал. А появилась она вместе с «корейской волной», или, как ее называют, Халлю. Это китайский термин, впервые употребленный пекинскими журналистами еще в 1990-х годах, когда люди в Китае присмотрелись к южно-корейскому стилю жизни. В первую очередь это была корейская поп-музыка или К-пор: танцевальная, легкая и заводная. Клипы, которые снимают на эти песни, очень красочные, на исполнителей всегда приятно посмотреть. Потом в Азии началось повальное увлечение телесериалами – дорамами. Затем уже началось распространение видеоигр, национальной кухни, стиля одежды и даже языка. А дальше пришел черед корейской косметики.

В России тоже тепло принимают корейскую культуру. И не только острый салат из пекинской капусты кимчхи, «стеклянную» лапшу фунчоза и жизнерадостную ярко-оранжевую морковку с перцем и чесноком. Кстати, морковь по-корейски появилась на столе советских корейцев, которые заменили ею традиционную пекинскую капусту, в Южной Корее это блюдо не распространено. Еще советские корейцы, которых называют корё-сам, придумали суп пуктяй из овощей, мяса и всего-всего, что попадает под руку. Главное, добавить в эту «кашу из топора» пахучую приправу твенджан и листья красного перца. Суп отличается такой экстремальной остротой, что даже у жителей Южной Кореи, привыкших к острой пище, вылезут на лоб глаза. А советские корейцы и их потомки, к которым относится и моя семья, с удовольствием его едят. Справедливости ради, когда бабушка угощает меня этим супом, у меня тоже лезут на лоб глаза, а вот моя хальмони – железная женщина, она при поедании пуктяй и бровью не поведет.

Но корейская культура знакома России не по одной кухне. Половина моих российских подруг обожают дорамы. Хотя это изначально японское понятие, но постепенно оно распространилось на все азиатские сериалы любого жанра, и многие смотрят их буквально запоем. Не все корейские дорамы переведены на русский язык, но их достаточно для тех, кто интересуется качественными сериалами. Из проверенных могу порекомендовать детективы «Таинственный лес» и «Хилер», фэнтезийную драму «Гоблин» и закупленный каналом Netflix сериал «Мудрая жизнь в тюрьме», в котором нашлось место драме, криминалу и черному юмору. У «Мудрой жизни» есть отличный живой перевод на русский, хорошо передающий оригинальную речь персонажей.

Россияне давно любят жесткое, но поэтичное творчество режиссера Ким Ки Дука, больше всего – фильм «Весна, лето, осень, зима... и снова весна». Это почти народное кино! Еще больше любят Вонга Кар-Вая, про которого говорят, что он пишет кино светом и чей фильм «Любовное настроение» называют лучшей и самой трогательной мелодрамой в истории. Один из самых популярных корейских фильмов «Олдбой» считается у россиян настоящим шедевром, по нему многие узнают кинематограф Азии во всей его специфике.

Фанаты манги и аниме, которых немало в России, в 2017 году пережили большое событие. Поначалу в Японии, а затем в Южной Корее поставили мюзикл по культовой манге «Тетрадь смерти». Я ходила на премьеру в Сеуле, билеты на которую были раскуплены еще за полгода. И меня совсем не удивило, что многие зрители приехали из России.

А знаменитые корейские рок и поп? Вы наверняка слышали такие звездные группы, как Super Junior, Dig Bang, Girl's Generation. Не говоря уж об исполнителе Пак Чэ Сан, более известном как PSY. Этот парень заставил всю планету если не двигаться, то кивать головой под легендарную песню «Gangnam Style». Пропойте сейчас про себя: «Oppan gangnam style! Eh Sexy lady! Oppan gangnam style!» Покачивали головой в такт? Конечно, да! Все это – корейская культура, пестрая, разнообразная и волнующая воображение.

То, что когда-то считалось экзотикой, давно стало неотъемлемой частью жизни в России.

Я уверена, что скоро то же самое можно будет сказать о красоте из Страны утренней свежести.

## Главные принципы Кей-бьюти

*«Прекрасная, сексуальная  
Да, ты, эй, да, именно ты, эй!  
Красивая, любвеобильная  
Да, ты, эй, да, именно ты, эй!  
Поехали, зажигаем!»*

Вот о чем поет PSY в своей легендарной композиции, захватившей мир. «Каннам стайл», о котором говорится в песне, – это разговорное выражение в корейском языке, означающее роскошный образ жизни, которым славится престижный район Каннамгу. Его еще называют сеульским Беверли-Хиллз. Рядом с торговым центром там даже установлен памятник этой песне в виде танцующего человека. И «Gangnam Style» автоматически включается, когда к памятнику приближаются люди. У корейцев отличное чувство юмора.

Что ж, дорогие прекрасные и сексуальные – да, именно вы, – поехали, зажигаем!

Вначале поговорим об основных особенностях корейской красоты или в англоязычном варианте Кей-бьюти.

## **Часть культуры и экономики**

Одной из причин массовой популярности корейской косметики стало то, что корейцы просто-напросто хорошо выглядят, и мир, объединенный интернетом и соцсетями, с какого-то момента это заметил. Кто все эти ухоженные, идеальные, словно в графическом редакторе нарисованные люди, которых мы видим в Instagram? Это жители Южной Кореи. Кто нас учит новейшим трендам в макияже? Опять они. Кого мы видим на Youtube преображенными из просто милых созданий в каких-то инопланетных существ, чьи лица словно омыты звездным светом? Опять корейцы! А еще они умеют делать глаза огромными, в пол-лица, как у персонажей аниме. Чудеса, да и только!

Но почему же они так хороши собой, а их безупречная кожа буквально светится? Неужели это только гены или только макияж, или только Photoshop? Или тут скрыта какая-то другая правда?

Правда в том, что корейцы не просто увлечены красотой, они преданы ей, как рыцари прекрасной даме. Согласно статистике, корейские женщины тратят вдвое больше средств на уход за собой, чем, например, американки. На Мёндон, центральной торговой улице Сеула, магазины одной косметической марки могут быть расположены в трехстах метрах друг от друга, и это не кажется корейцам избыточным.

Уход за собой воспринимается как часть утонченной городской культуры. «Корейская волна» с ее дорамами, кинематографом, звездами шоу-бизнеса и модой приносит большой доход государству, обеспечивая приток туристов и миллиардные обороты бюджета. Страна всерьез занимается экспортом своей культуры, которому эксперты пророчат все новый рост. Поэтому хорошо выглядеть для корейцев действительно важно, это не просто вопрос личного тщеславия, но и национального престижа.

Халлю на подъеме, значит, корейцы и дальше будут стремиться к безупречности, призывая весь мир следовать их примеру.

## **Инновации и разработки**

В постоянном улучшении и обновлении косметического ассортимента в Корее заинтересовано само государство. Долгое время Франция и Япония были ключевыми игроками на рынке красоты. Но все изменилось, и теперь будущее за Кореей, создавшей за короткие сроки мощную индустрию, в которой работают настоящие ученые. Корея активно развивает косметическую химию, где применяются знания физики, химии природных и синтетических соединений, биохимии, медицины и других смежных наук. На подхвате стоят маркетологи, дающие советы, как грамотно продвигать, соблазнительно оформлять и эффективно рекламировать косметику.

То, с какой серьезностью корейцы относятся к своей косметической промышленности, подтверждает хотя бы ежегодная конференция *in-cosmetics Korea*, на которую в Сеуле собираются все значительные производители косметики. Там они обсуждают последние достижения, новые эффективные формулы, компоненты и ароматы. Например, недавно был представлен аналог силикона без его негативных свойств, кремово-гелевая текстура средств минеральной косметики, обеспечивающая мгновенный матирующий эффект, и уникальная формула гиалуроновой кислоты: вещество проникает в кожу в два раза глубже и заполняет морщинки на время от одного до шести часов. На основе этой формулы могут быть созданы подкожные филлеры следующего поколения, которые заменят нынешние.

Готовьтесь и к появлению самых необычных новинок – неоновых блесков для губ, мицеллярных шампуней, бьюти-гаджетов и других креативных разработок. Корейцы очень падки на все модное и трендовое, они мгновенно сметают средства с полок, стоит им появиться, вот бренды и соревнуются на скорость: кто быстрее выпустит что-нибудь удивительное.

## Не судите по упаковке

Пудра в виде панды, гель для рук в мармеладных медвежатах, отшелушивающий скраб в сочно-красном пластиковом яблоке... Чаше всего корейская косметика упакована во что-то яркое и пестрое, с изображением мультипликационных персонажей и смешных животных. Косметика выглядит ужасно мило и... несерьезно.



Одна из создательниц косметического бренда Glow Recipe **Кристина Чанг** называет это «skin-ertainment» – производное от двух слов: skin (кожа) и entertainment (развлечение). Покупатели становятся с каждым годом все разборчивее и пресыщеннее, их уже трудно удивить, поэтому и приходится «развлекать» забавным оформлением. Глядя на этих медвежат, коро-



бочки в форме сладостей и фруктов или консистенцию пастельной расцветки, можно решить, что от самих косметических средств не стоит ждать эффективного воздействия и они хороши лишь для любования. Но это в прямом смысле поверхностное впечатление: в большинстве легкомысленных упаковок находится вполне серьезное содержимое, будь то кремы, гели, тонеры или очищающие средства.

Корейские покупатели прекрасно разбираются в косметике и очень придирчивы, поэтому одними упаковками их не возьмешь. Они ждут результата, и, если его не получают, производителю марки не поможет прикольное оформление. Средство будут критиковать в соцсетях, и это скажется на уровне продаж.

Развлечение? Да! Но и эффект быть обязан. Так что не судите книгу по обложке, а косметику – по упаковке.

## **Предупрежден – значит вооружен**

Корейцы ухаживают за кожей постоянно, а не периодически в ожидании мгновенного результата. Это означает, что они наносят увлажняющие и солнцезащитные средства до того, как появятся морщинки и пигментация, а не просто прикрывают их толстым слоем макияжа и надеются, что никто не заметит недостатков. Как вы знаете, предотвратить проблему намного проще, чем от нее потом избавиться. В конечном итоге такой подход экономит время и деньги, сохраняя кожу красивой и здоровой.



## **Начинаем смолоду**

Чем раньше вы начнете предотвращать проблемы, тем позднее они возникнут или, может быть, не возникнут вовсе. В Корее принято приучать к уходу за кожей с самого юного возраста. Конечно, это не означает использование крема против морщин в пятнадцать лет. Скорее, это означает выработку привычки. Подростков учат тщательно очищать кожу от загрязнений, которые во влажном климате страны оседают на лице невидимыми, но вредными слоями, провоцируя появление угрей, повышенное салоотделение и ненавистные «черные точки». Та защита от солнца, которая менее актуальна в холодных странах, в Корее – насущная необходимость и напрямую связана с состоянием здоровья, поэтому корейские школьники привыкают к обязательному использованию средств с SPF высокого уровня, не меньше 30.

В подростковом возрасте нужны увлажняющие средства – флюиды, гели, нежирные кремы. Те, у кого кожа от природы сухая, вообще очень рано почувствуют необходимость в увлажнении. Нет никакой необходимости ходить с вечно шелушащимся носом или стянутыми от сухости щеками только потому, что вы еще не получили паспорт. Правильно подобранный по возрасту уход должен стать такой же частью ежедневной заботы о себе и соблюдения гигиены, как и чистка зубов.

В Америке существует традиция, которая может показаться вам шокирующей. По достижении шестнадцатилетия девушкам дарят сертификаты на уколы ботокса, или мамы сами отводят их к специалистам в клинику эстетической медицины. Уколы делаются только в области лба. Эффект от препарата проходит примерно через полгода-год, иногда за полтора, у всех это бывает по-разному. За это время большинство девчонок отучаются морщить лоб и сурово хмурить брови. Они вступают во взрослую жизнь с гладкой кожей. Вот зачем это делают: чтобы как можно дольше предотвращать появление морщинок и в следующий раз прибегнуть к уколам ботокса уже ближе к пенсии, не раньше.

Говорят, что привычка это вторая натура. Полезные привычки стоит приобретать смолоду, и Кей-бьюти призывает помнить об этом золотом правиле.

## **Дорого? Нет!**

Очень привлекательной стороной Кей-бьюти являются демократичные цены. Иногда средства настолько доступные по цене, что это даже настораживает: чего хорошего можно ожидать, например, от тканевой маски, которая стоит пару долларов?

Но в Корее уход за кожей – вовсе не роскошь, которую могут позволить себе одни богачи. Существует множество марок и огромное количество средств, из которых люди выбирают то, что им больше нравится, в том числе по цене. Они знают, чего хотят от своего ухода за кожей, и не собираются платить за это целое состояние. Компании предлагают отличные средства по самой разумной цене именно по этой причине. Поэтому пусть вас не смущает доступность. Она означает лишь то, что у вас есть больше возможностей выбора, а не то, что косметика неэффективная. Эти недорогие средства отлично работают.

## **Придерживаться одного бренда? Нет!**

На рынке такой огромный выбор марок, что никому в Корее не приходит в голову держаться лишь одного бренда. Это, в конце концов, неинтересно! Поэтому в ванной комнате на полочках у корейцев вы не обнаружите косметику с единственным логотипом. Они выбирают из европейских, американских и отечественных брендов и всегда отдадут предпочтение

новинке перед классикой. Обилие инноваций в корейской косметике тоже связано с требовательностью покупателей: компаниям нужно очень стараться, чтобы угнаться за их запросами. Если бренд не успеет создать новое более эффективное и оригинальное средство, покупатель мигом прощается и уйдет к тому производителю, который успел.

### **Не вредно ли пользоваться средствами разных марок? Нет!**

Не бойтесь пользоваться косметикой разных марок, даже произведенной в разных частях света. Конечно, хитрые производители хотят, чтобы мы покупали все именно у них: от очищающего средства до крема для век и блеска для губ. Так и появился старый миф о несовместимости косметики, которую выпускают разные бренды. Но это именно миф. Важно лишь то, чтобы компоненты не вступали в конфликт друг с другом. Например, абсолютно несовместимы средства, содержащие в чистом виде витамин С и витамин А. Если вы используете косметику с фруктовыми кислотами (альфа-гидроксикислоты), дающими отшелушивающий эффект, не вздумайте загорать – обязательно появятся пигментные пятна, потому что кожа под воздействием кислот становится очень чувствительной к ультрафиолету. Но это касается именно активных компонентов самих средств, а не марок или брендов: они могут быть самыми разными. Корейцы, хорошо подкованные в вопросах красоты, это знают, поэтому не боятся изменять одному бренду с другим.

### **Исключения из правил**

Смело используйте средства разных марок, но помните о ряде исключений:

- Очищающие средства (кремы, гели и пенки для умывания, молочко для снятия макияжа, гидрофильные масла) и тоники лучше использовать одной марки. После использования очищающих средств на коже остаются омыляющие раздражающие вещества, которые необходимо нейтрализовать тоником. Очищающий эффект будет глубже, если молочко, пенка и тоник выпущены одним производителем.
- Сыворотки эффективнее работают в паре с кремами одного производителя.
- Если вы стремитесь в первую очередь к накопительному эффекту средств, усиливающих работу друг друга, им тоже желательно относиться к одному производителю и принадлежать к одной линии. Особенно это касается косметики по борьбе с акне, содержащей высокие проценты фруктовых кислот.



### Какую косметику разных марок всегда можно использовать?

- Солнцезащитные кремы, которые сочетаются с косметикой любых фирм.
- Кремы и гели для контура глаз, которые могут относиться к отдельной марке косметики вне зависимости от марки средств для лица. Помните принцип «сыворотка + крем»: если вы используете сыворотку для век, крем для контура глаз желательно выбрать той же марки.
- Скрабы, пилинги, гоммажи и отшелушивающие маски, не содержащие активных компонентов (фруктовых кислот и ферментов), сочетаются с любой косметикой.

- Увлажняющие, питательные, укрепляющие и очищающие маски, нанесенные на лицо на небольшой промежуток времени, а затем смытые, не вступают в конфликт с другой косметикой. Но крем, произведенный родственной фирмой, продлевает и усиливает действие маски. В этом случае срабатывает накопительный эффект.

- Увлажняющие спреи (мисты) и термальная вода могут быть любой марки.
- Совершенно любой марки может быть декоративная косметика.

### **Упаковки корейской косметики предназначены только для подростков? Нет!**

Мы уже говорили об упаковках корейских марок, благодаря которым косметика похожа на игрушки: панды, цветочки, звездочки, радуги, единороги и прочей миловидности. Как бы симпатично они не выглядели, это подростковый стиль, который не всем придется по вкусу, а некоторые его переросли просто по возрасту. Кому-то и в юном возрасте больше нравится классическая элегантность и простота.

К тому же есть наряды и ситуации, когда косметика забавного вида не подходит. Например, вы находитесь на официальном мероприятии в строгом деловом костюме и вам нужно незаметно припудрить нос, не выходя из зала. Вокруг солидные люди в белых рубашках, пиджаках и очках, перед которыми лежат кипы документов с отчетностью. На огромной панели мелькают данные об объемах продаж, графики роста, статистика и другие важные данные. А в вашей косметичке – розовая пудреница, на которой среди блесков улыбается доброжелательный динозавр. Такой пудрой точно не получится воспользоваться незаметно! Ваш розовый динозавр запомнится солидным людям надолго, вот только оценит ли это ваше начальство? У меня была знакомая, которая выглядела в двадцать пять лет от силы на пятнадцать. Многие бы радовались на ее месте, но только не она. Наоборот, она ужасно переживала, что ее часто не воспринимают всерьез на работе, считая не компетентным специалистом, а наивной маленькой девочкой, которой только в куклы играть. Если бы она засветилась среди старших коллег-мужчин с блеском для губ в форме мороженого или пирожного, ее деловая репутация вполне могла бы пострадать.

Что же получается, корейская косметика может не подойти вам из-за своего оформления?

Совсем необязательно. Некоторые средства действительно могут не подойти, но не вся корейская косметика выглядит, как подростковая мечта. Выбор очень большой. Существуют и намного более «взрослые» средства, которые не повредят вашему имиджу бизнес-леди, подойдут к женственно-романтическому стилю и понравятся вам, если вы предпочитаете классику. Многие корейские марки нацелены на покупательниц постарше и выпускают косметику в изысканном оформлении. Она не уступает роскошным западным брендам по красоте дизайна и при этом, по счастью, намного дешевле.

Многие средства упакованы в первую очередь практично. Например, тканевые маски и кушоны удобно брать с собой. Упаковки всех средств обычно прочные, надежные, сделанные из качественных материалов. Не придется волноваться, что, случайно уронив сумку, вы разбили вдребезги свою новую пудру с тем самым динозавром.

### **Хороший эффект от корейской косметики можно ожидать всегда? Почти**

При выборе косметических средств по уходу в самую первую очередь необходимо ориентироваться на собственный тип кожи и решение тех проблем, которые у вас есть. Иначе самое прекрасное и дорогое средство окажется для вас в лучшем случае бесполезным. И поверьте,



многие жалобы на неэффективность косметики связаны с тем, что она просто не подходит конкретному человеку.

Конечно, нельзя утверждать, что именно корейская косметика окажется для вас идеальной. Как и с любой другой косметикой, придется поискать подходящий уход.

Хорошие новости в том, что у корейцев обычно чувствительная кожа, поэтому производители стараются использовать самые эффективные и нежные компоненты, которые подходят большинству людей. Помимо исследований и постоянной разработки новых технологий компании прислушиваются к отзывам покупателей и снимают с продажи средства, которые себя не оправдали.

Стопроцентных гарантий тут быть не может, но есть все основания надеяться на лучшее.

### **И мальчики тоже!**

Одна из особенностей Кей-бьюти заключается в том, что мужская половина привержена красоте не менее чем женская. Мужчины в Южной Корее тратят больше денег на уход за кожей, чем в любой другой стране мира. Многие производители напрямую нацелены на мужскую аудиторию, так что, девушки, отходим в сторону.

Этот тренд расходится с западными представлениями о мужественности и гендерных ролях. Но корейских мужчин не страшит ярлык «метросексуала». Они покупают не только традиционные пены для бритья и кремы после бритья, но и средства по борьбе со старением, маски и мисты. Некоторые прибегают к нейтральному макияжу, используя ВВ-кремы и маскирующие средства перед важным мероприятием, не видя в этом ничего зазорного.

Особенно хорошо корейцы стараются выглядеть... нет, не перед романтическим свиданием, как можно было бы подумать, а перед собеседованием на работу. Дело в том, что южно-корейское общество построено на принципе соревновательности. Все стремятся не только прекрасно выглядеть, но и нанимать самых красивых сотрудников, если, конечно, от этого не пострадает уровень работы. Есть такая корейская поговорка: «Если хочешь что-то купить, то покупай то, что красиво выглядит». Это касается и будущих работников, хотя звучит немного цинично. Кадровые специалисты советуют приходить на собеседование во всей красе, не только в лучшем костюме с галстуком, но и без покраснений на коже и синяков под глазами. Почему бы не воспользоваться для этого тонирующим средством, автозагаром или маскирующим карандашом?

Почти все мужчины, проходящие службу в армии, пользуются косметическими средствами. Из-за того, что во время службы они много времени проводят на природе, им требуется постоянная защита от сильного солнца. Косметический бренд AmorePacific даже запустил специальную линию для военных. В нее входят охлаждающие кожу маски, которые пригодятся после интенсивных тренировок, отбеливающие маски от пигментации, вызванной ультрафиолетовыми лучами, и легчайший камуфлирующий макияж, поскольку в период службы проще простого получить повреждения на коже.

Одна из причин, почему в Корее распространен макияж среди мужчин, – **айдолы**, звезды шоу-бизнеса. Парни-айдолы пользуются декоративной косметикой, как и девушки. И макияж им делают такой, что вам захочется немедленно его скопировать!

## Главный ритуал

Основа основ Кей-бьюти – знаменитая система ухода за кожей, состоящая из 10 этапов.

Когда люди в России или на Западе слышат о ней, чаще всего они приходят в ужас: «Что? Десять этапов? Откуда же я возьму на это время? А моя кожа не отвалится от такого количества средств? Неужели обязательно использовать все десять?»

Задают и другие вопросы, например: «А это не выдумка корейских марок, которые хотят, чтобы мы покупали только их косметику?»

Во-первых, не волнуйтесь: кожа не отвалится. Наоборот, она станет намного лучше.

Во-вторых, вам не придется наносить на лицо сразу все десять косметических средств. Некоторые нужно использовать каждый день, а другие – не чаще раза в неделю. Какую-то косметику наносят в зависимости от времени года. Суть в том, что каждое средство служит конкретной цели, удовлетворяя различные потребности кожи. Таких потребностей довольно много, и пока не придумали одного продукта, который сможет удовлетворить все одновременно. Я уверена, что, если однажды такую волшебную палочку изобретут, это случится в Корее.



Пока же этого чуда не произошло, нам приходится пользоваться разной косметикой. Она не обязательно должна быть корейской. Главное – наносить средства в правильном порядке, а относиться они могут к тем маркам, которые вы уже знаете, любите и использовали раньше. Так что будьте уверены: 10-ступенчатый ритуал – это не выдумка корейских брендов, которые хотят коварно заманить вас в свои сети.

Занимает вся процедура совсем не страшные 5–10, максимум 15 минут.

Для самых занятых и ленивых (да, да, нередко вы просто ленитесь ухаживать за кожей!) существует сокращенный ритуал.

Если же вы все еще волнуетесь, то помните, что при подборе косметики всегда приходится действовать методом проб и ошибок. Очень редко удастся сразу отыскать то, что подойдет твоей коже. К корейскому ритуалу красоты это тоже относится. Но система зарекомендовала себя очень хорошо (подробнее о священном ритуале читайте в отдельной главе).

## Цели Кей-бьюти

Покупая косметику, корейцы неизменно держат в голове цели, которых хотят добиться с помощью ее использования.

У Кей-бьюти есть свои приоритеты:

**Самое важное – то, как выглядит и чувствует себя кожа. А это подразумевает комплексный подход!**

### Сияние предпочтительнее всего

В России и на Западе принято бояться жирной кожи, и большинство средств направлено на то, чтобы сохранить ее матовой. Но в Корее все наоборот! Самое желанное в Кей-бьюти – это обладание упругой сияющей кожей. Но есть разница между жирной кожей и сияющей. Жирная кожа некрасиво блестит. А сияние означает, что кожа светится, словно ее освещает что-то изнутри. Это достигается за счет комплексного увлажнения: увлажняющие кремы, гели, флюиды, сыворотки, маски, а также, что немаловажно, защищающие кожу от пересыхания увлажнители воздуха каждый день сутки напролет, плюс мисты в течение дня.

### Осветление, а не отбеливание

Повторю еще раз, что сияние – это главная цель. Кожа должна быть гладкой, ровного тона, свежего и цветущего вида, с минимальными несовершенствами. Очень многие средства Кей-бьюти помечены как «отбеливающие» (whitening), но на самом деле это означает «осветляющие» (brightening). Обычно они безопасны для всех тонов кожи, от смуглой до бело-снежной, и не содержат отбеливающих ингредиентов, особенно таких вредных, как гидрохинон, признанный вредным, токсичным и запрещенный в большинстве цивилизованных стран. Правда, некоторые корейские средства содержат арбутин – вещество, добываемое из таких растений, как толокнянка, шелковица, брусника и бадан. Обычно для косметики применяется экстракт толокнянки, который сочетают в кремах с кислотами, ферментами ананаса и папайи, увлажнителями и витаминами. Арбутин подавляет синтез меланина и борется с появлением пигментных пятен. Его считают безопасной альтернативой токсичному гидрохинону, в том числе за счет натурального происхождения. Некоторые косметологи все же относятся к нему скептически и не рекомендуют использовать, например, беременным женщинам. Но большинство специалистов сходятся на том, что 2–4 % арбутина, содержащиеся в креме, безвредны. В корейской косметике обычно процент содержания арбутина невелик, но, если вы беспокоитесь, лучше выяснить точно.

### Макияж на последнем месте

Корейцы любят и ценят декоративную косметику, но на первом месте для них стоит уход за кожей. Многие кореянки совершенно спокойно выходят из дома без макияжа либо делают его настолько минимальным и естественным, что лицо кажется не тронутым косметикой. Серьезный, тяжелый мэйк-ап – лишь для торжественных случаев или в качестве средства временной помощи при долгоиграющих проблемах, которые невозможно решить быстро, например тяжелая форма акне. Какое бы разнообразие декоративных средств ни предлагали бренды, для кореянок важнее всего иметь гладкую чистую кожу, на которой уже при желании или по необходимости можно нарисовать что-нибудь интересное в последних трендах.

## Корейские ноу-хау косметике

*За последние годы не осталось сомнений в том, что Южная Корея стала главным трендсеттером на косметическом рынке. Она начинает – другие подхватывают. И это связано не только с «корейской волной» и модой на все азиатское, а в первую очередь с достижениями корейских ученых.*

### Уникальные рецепты

Кристина Чанг, основавшая в 2014 году одну из самых известных корейских марок косметики Glow Recipe, говорит:

*«Успех Кей-бьюти основан на нашем большом опыте. Помимо мощных ингредиентов, благодаря которым косметика дает хорошие результаты, мы разрабатываем уникальные текстуры средств, которыми приятно, удобно и легко пользоваться».*

Корейцы первыми предложили использовать вместо воды **экстракт алоэ**. Такие средства активнее питают кожу, чем те, что сделаны на водяной основе. Еще одной серьезной разработкой, появившейся в Корее, стало использование экстракта **зеленого чая**, очень богатого антиоксидантами. Самый известный звездный продукт, созданный на основе зеленого чая, Watermelon Glow Sleeping Mask предлагает Glow Recipe. Это увлажняющая маска для лица с экстрактом арбуза и гиалуроновой кислотой, которая наносится на ночь и подходит для любого типа кожи. Маска не содержит сульфатов, парабенов, фталатов и закупоривающих поры масел. Нежно-розовую гелевую субстанцию очень приятно наносить.

Профессор дерматологии Сеульского Национального Университета доктор Сун Чо отмечает, что производители косметики в Южной Корее чаще, чем в других странах, прибегают к использованию натуральных компонентов: **традиционных для корейской медицины трав и растений**. Некоторые из них встречаются только в Корее. Так, марка Innisfree использует специально выращиваемый для своей продукции органический зеленый чай и лепестки камелии, которая цветет только на корейском острове Чеджудо.

В известном интернет-магазине корейской косметики Soko Glam предлагается линия средств марки E Nature, в которых воду полностью заменили на **березовый сок**. Хорошо знакомому в России березовому соку пророчат большое будущее! Говорят, что скоро он заменит кокосовую воду и другие популярные напитки, потому что содержит множество антиоксидантов и электролитов. А для кожи он хорош тем, что успокаивает ее и обеспечивает глубокое увлажнение.

Другая известная корейская марка SkinFood, специализируется на «съедобной» косметике. Специалисты этой марки активно экспериментируют с **пищевыми ингредиентами**, которые обогащают рецептуру антиоксидантами, витаминами и минералами. В ход идет оливковое масло, гранат, черная икра, какао и сахар. В SkinFood стараются максимально заменить натурпродуктом химические составы и консерванты. Корейские бьюти-блогеры обожают маску-скраб с содержанием бразильского черного сахара SkinFood Black Sugar Mask Wash Off. Маска великолепно очищает кожу, но есть одна проблема: она до того соблазнительно выглядит и сладко пахнет, что ее немедленно хочется съесть!

Кей-бьюти – это не только натуральные компоненты, но и заботливое отношение к экологии планеты. Например, марка E Nature использует упаковки только из тех материалов, которые можно переработать. Хотелось бы, чтобы появилось как можно больше таких ответственных производителей.

## **Эта волшебная слизь улитки**

Не поспоришь: не все полезные компоненты в косметике так очаровательны, как лепестки камелии или экстракт ванили. Некоторые ингредиенты, скорее, напоминают средневековый уход за кожей, для которого вечно использовали что-то ужасное и противное, больше подходящее для ведьминского шабаша, чем для красоты, например голубиную кровь, которой приписывали омолаживающие свойства.

Когда в 2010 году корейские производители выпустили на рынок косметику со слизью улиток, также называемую «муцин», многие были шокированы и откровенно кривили губы: «Фу, какая гадость!». Но постепенно преодолели первую неприязнь, прислушавшись к рекламным посылам. А обещали нам прямо чудодейственный эффект. Мол, улиточная слизь обладает такими сильнейшими антиоксидантными и регенерирующими свойствами, что едва ли не останавливает процессы старения. Утверждали, что это настоящая панацея не только от морщин, но вообще от всего: пятен постакне, воспалений, высыпаний, пигментации, растяжек и даже ожогов.

С тех пор выяснилось, что улиточная косметика, конечно, не является универсальной, но обладает множеством плюсов, и во многом производители не были так уж неправы.



### Что такое улиточный экстракт?

Как это нередко бывает в науке, регенерирующие свойства улиточной слизи были обнаружены негуманным путем по отношению к животным. В 60-х годах прошлого века испанский онколог Рафаэль Абад подверг нескольких улиток воздействию радиации, которую применяют в терапии. При этом он обнаружил, что улитки начали выделять нехарактерную слизь, отличную от той, которую они используют для перемещения по поверхностям. А затем он заметил, что благодаря этой слизи быстро заживают повреждения, причиненные улиткам радиацией. После этого Абад решил протестировать действие экстракта на человеческой коже.



Сегодня экстракт улитки официально зарегистрирован в международном списке косметических ингредиентов под названием Snail Secretion Filtrate.

### **Не страдают ли улитки в наши дни?**

Если вы любите животных и избегаете косметики, которая предварительно тестировалась на них, то можете вздохнуть спокойно. Для создания средств с улиточной слизью улиток не убивают. Экстракт получают от того же вида улиток, что человек использует в пищу. Слизь собирается на тех же фермах, где выращиваются улитки для самых изысканных ресторанов, разница только в том, что при сборе слизи, улитки не страдают. Они живут в специальных условиях, где о них заботятся. Косметика стала теперь гуманнее, чем гастрономия.

Для получения слизи улиток стимулируют физически – их либо немного трясут, либо осуществляют другие действия, которые заставляют их выделять слизь, которую потом собирают, фильтруют и отправляют в разные точки планеты. Основные поставщики улиточного секрета это фермы в Колумбии и Чили.

### **Из чего состоит экстракт?**

Состав улиточной слизи просто поражает! В него входит аллантоин (отвечает за регенерацию), коллаген и эластин (обеспечивает тонус и эластичность), гликолевая кислота (способствует обновлению), гиалуроновая кислота (увлажнение) и пептиды. А еще хитозан, коллаген, витамины А, Е и С и другие вещества.

Кроме того, муцин обладает еще одним уникальным свойством – он создает защитную пленку на коже, которая пропускает кислород, но удерживает влагу.

### **Чем полезна улиточная косметика?**

Средства, обогащенные улиточным экстрактом, обладают многими преимуществами. Они улучшают внешний вид кожи, выравнивают и осветляют тон лица. Повышается эластичность и упругость кожи, уменьшается видимость и глубина морщин, также уходят покраснения, ускоряется заживление воспалений и ранок. С регенерацией кожи улиточная косметика справляется лучше всего и может помочь при незначительных растяжках и неглубоких ожогах, а также при последствиях стресса и жестких погодных условий (мороза, сильного ветра, сухого воздуха).

А вот увлажняющие свойства улиточного экстракта оказались довольно слабые, несмотря на содержание гиалуроновой кислоты. Поэтому при сухой коже нужно выбирать кремы, в которых помимо муцина содержатся другие увлажняющие компоненты.

### **Топ-5**

#### **корейских «улиточных» кремов**

##### **Jaminkyung Crema Caracol**

Хит продаж многих интернет-магазинов косметики. Содержит 90 % филтраты слизи улитки, а также пептиды, экстракт черной икры и ланолин.

### **Mizon All in One Snail Repair Cream**

Кроме фильтрата слизи улитки, которого в креме 92 %, в креме присутствуют экстракт зеленого чая, пептиды, экстракт малины и гиалуроновая кислота.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.