

ЛОРРЭН МЭССИ при участии МИШЕЛЬ БЕНДЕР

# CURLY GIRL

## метод



Легендарная система ухода за волосами с характером

Красотека

Лоррэн Мэсси

**Curly Girl Метод.  
Легендарная система ухода  
за волосами с характером**

«ЭКСМО»

2010

УДК 646.72  
ББК 51.204.1

**Мэсси Л.**

Curly Girl Метод. Легендарная система ухода за волосами с характером / Л. Мэсси — «Эксмо», 2010 — (Красотека)

ISBN 978-5-04-109389-1

Эта книга — библия красоты для женщин с вьющимися волосами. В ней вы найдете массу полезной информации об уходе, стрижке, стайлинге, создании причесок из кудрявых волос. С ее помощью вы определите тип своих локонов, научитесь правильно за ними ухаживать, самостоятельно стричь волосы, окрашивать их и создавать прически на все случаи жизни. В формате PDF А4 сохранен издательский дизайн.

УДК 646.72  
ББК 51.204.1

ISBN 978-5-04-109389-1

© Мэсси Л., 2010  
© Эксмо, 2010

# Содержание

Введение	8
Глава 1	12
Глава 2	27
Кутикула – это важно	32
Почему они сухие	34
Это в генах	35
Глава 3	40
Конец ознакомительного фрагмента.	42

# **Лоррэн Мэсси, Мишель Бендер** **Curly Girl Метод. Легендарная система** **ухода за волосами с характером**

*Посвящается моей матери,  
Джемайме Рутерфорд Бэсгейт Мэсси Дэнс  
и Кейт, Шей, Дилану, Веронике и Венайе*





Lorraine Massey

CURLY GIRL: The Handbook

First published in the United States as CURLY GIRL: The Handbook, Expanded 2nd Edition.

Copyright © 2010 by Lorraine Massey and Michele Bender.

Design copyright © by Workman Publishing.

Photo copyright © by Gabrielle Revere.

Published by arrangement with Workman Publishing Company, Inc, New York.

© Крупичева И., перевод на русский язык, 2012

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2020

## Введение

### Поговорим о кудрях

Первое издание книги «Кудрявые волосы» увидело свет десять лет назад, и с тех пор в мире завитков многое изменилось. Очень долго кудряшки оставались гадкими утятами среди волос. Стоило оказаться в салоне, как звучала сакраментальная фраза: «Вам, конечно же, эти завитки не нужны». И стилист ждал от вас горячей благодарности за то, что выпрямил ваши волосы феном и щеткой. Несмотря на то что многие кудрявые девчонки любят свои локоны, такое заявление свидетельствует, что прямые волосы все еще «рулят». Приведу несколько фактов. Среди средств по уходу за волосами стайлеры для выпрямления – самый ходовой товар. Когда-то на трансатлантических рейсах пассажирам предлагали воспользоваться плойкой, чтобы выпрямить волосы перед посадкой.

Выпрямив кудрявые волосы, вы будете счастливы один день. Полюбив их – всю жизнь!

Наиболее востребованной услугой в салонах всего мира остается укладка волос с помощью фена (вытягивание/выпрямление). В год продается средств для выпрямления волос более чем на 9 миллиардов долларов. Недавно хорошо известная компания, выпускающая средства по уходу за волосами, заявила о создании таблетки, которая якобы меняет ДНК, чтобы выпрямить кудри. Последние десять лет в наши салоны Devachan каждый год приходили 30 000 новых клиенток, чтобы испытать на себе преображение кудрявых волос. Мы слушали их жалобы и изучали их локоны. Я очарована красотой и разнообразием натуральных завитков! Даже начала собирать коллекцию образцов (см. справа).



*Кудри Боттичелли*





*Волны, S-образные локоны и завитки*



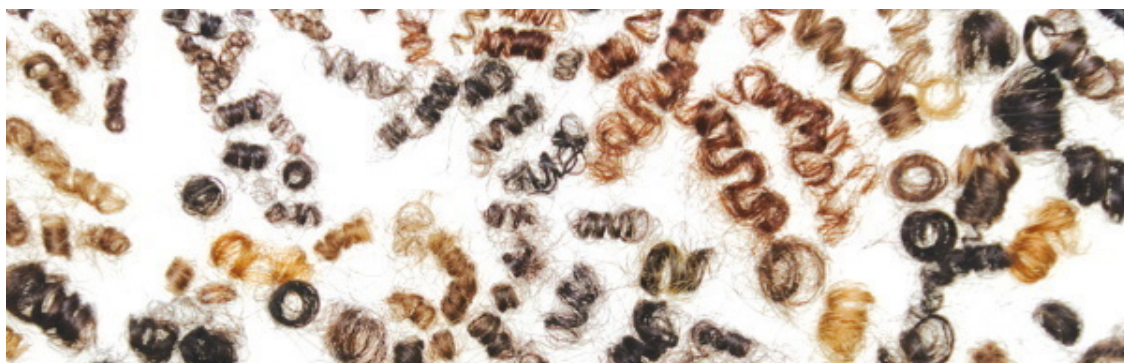
*Рыжие кудри*



*«Пробковые» кудри*



*Кудри «штопором»*



*Фрактальные и кудри-зигзаг*



*Серебристые сирены*

*Коллекция локонов, собранная Лоррэн.*

После выхода в свет первого издания произошло еще кое-что: появилась линия средств по уходу за волосами DevaCurl. До этого я и мой партнер Дэнис ДаСильва использовали в наших салонах средства разных марок, но не смогли найти те, которые помогали бы кудрявым волосам выглядеть наилучшим образом. Мы пробовали применять свои «домашние разработки», например, лавандовый спрей (позже он превратился в DevaCurl Mist-er Right) или моеющее средство без сульфатов (под названием No-Poo). Нашим клиенткам понравилось. Поэтому мы начали переговоры с несколькими химиками и наконец нашли того, кто согласился разработать составы. В течение года он создал образцы, которые мы тестировали в салоне, а наши клиентки – дома. После дополнительных исследований в лаборатории мы запустили собственную линию натуральных растительных средств для ухода за вьющимися волосами DevaCurl.

Все, что я узнала за последние десять лет, вы найдете на страницах этой книги.

Примите себя такой, какая вы есть. Мой девиз: «Хватит выпрямлять! Дайте локонам свободу, и вы узнаете силу их красоты!» Поверьте, это действительно так.





## Глава 1

### Вы и ваши кудри

Если вы купили эту книгу, есть вероятность, что вы принадлежите к числу женщин, которые большую часть своей жизни провели в борьбе со своими выющимися волосами, распрямляя любым доступным способом, пряча под шапкой или стягивая в «конский» хвост на затылке. Вы, возможно, успели попробовать химические средства, распрямляли волосы феном или плойкой. Я все об этом знаю.









*Выпрямить нужно сознание, а не волосы.*

Когда я родилась, в Лестере (Англия) над кудрявыми смеялись. Я ненавидела свои волосы с того момента, как увидела себя в зеркале и поняла, насколько они отличаются от гладких «приличных» волос моих шестерых братьев и сестер. Кудряшки «штопором» покрывали всю мою голову. На третий день рождения я попросила у мамы в подарок парик с прямыми волосами. В четыре я смотрела по телевизору на рок-певиц и актрис и натягивала на голову свитер, чтобы он свисал на спину. Смотрите, у меня тоже прямые волосы!

Теперь я понимаю, что страдала не одна. В этой книге вы прочтете истории кудрявых девчонок, которые прошли через тот же период отрицания и отчаяния. Мы все с тревогой ждали влажной погоды, нас дразнили в школе, мы почти верили, что из-за своих волос хуже других.



*Мои братья и сестры смеялись над моими волосами.*

Став старше, я целые дни напролет обдумывала, как сделать волосы гладкими. Стандарты красоты были жесткими: детям позволялось иметь золотистые кудри, взрослым их следовало выпрямить.

Так я решила стать парикмахером. Я столько времени провела, сражаясь с собственными волосами, что стоило попробовать зарабатывать на жизнь, укладывая волосы других людей. В течение трех лет я работала ученицей в Англии, затем переехала в Гонконг, где прожила четыре года. Затем отправилась в Японию. Самым первым словом, которое я выучила, было слово *masuga* – «прямой». Однажды мастер сделал мне туннельную стрижку (см. стр. 110), но мои волосы все равно выглядели объемными. В тот вечер я отправилась на вечеринку. Парень, который мне нравился, посмотрев на меня, сказал: «Твоя голова похожа на задницу павиана».



*Мои кудри в Гонконге при 100 %-ной влажности*

Это стало последней каплей! Я вдруг поняла, что больше не могу сражаться со своими кудрями. И начала отращивать волосы. Пока они отрастали, я пыталась найти хоть какую-нибудь информацию о кудрявых волосах. Спрашивала преподавателей парикмахерского искусства, но получала один и тот же ответ: «Мы работаем с кудрявыми волосами так же, как и с прямыми».

Я позволила волосам отрасти, и моя голова покрылась завитками «штопором» длиной до плеч. Я стала относиться к моим волосам как к браку по расчету: сама бы такого не выбрала, но теперь это мое, «пока смерть не разлучит нас». Я поклялась, что никто больше не выпрямит ни мои волосы, ни мой разум.

Я изменилась, но, к сожалению, мир вокруг остался прежним. Прямые волосы по-прежнему оставались золотым стандартом, особенно в Беверли-Хиллз, где я работала в салоне. Правда, недолго – до того момента, пока из отпуска не вернулся владелец. Увидев меня, он



затрясся и рявкнул: «Кто-нибудь немедленно выпрямите ей волосы!» Спустя мгновение я вышла из салона, ни разу не оглянувшись.

Я переехала в Нью-Йорк, где впервые в жизни оказалась в окружении кудрявых людей разных национальностей. У евреев, итальянцев, латиноамериканцев и африканцев были такие же головы, как у меня! Я перестала чувствовать себя аутсайдером.



*Салон в Беверли-Хиллз, где мои кудри сочли «политически некорректными».*

Мои друзья в шутку говорят, что «кудри стали центром моего мира». Возможно, они правы, но правда и в том, что мы все еще живем в обществе, где стереотип стандарта красоты прямых волос владеет умами. Поэтому многие из нас продолжают отказываться от своих локонов, а парикмахеров учат стричь кудрявые волосы как прямые и выпрямлять их.



*Шей, моя кудрявая – в будущем – дочка.*

Многие мастера просто боятся кудрявых волос. Они не работают с естественной текстурой и натуральным завитком, а выпрямляют волосы феном, на что уходит до 30 минут (и примерно за 20 секунд волосы приобретают прежний вид на влажном воздухе или под дождем).

Почти у 65 % женщин волосы кудрявые или волнистые. (Ответьте на вопросы теста на стр. 16.) Но слишком многие из нас не умеют правильно ухаживать за своими локонами или, что еще хуже, делают вид, что у них прямые волосы и обращаются с ними соответственно. Кудрявые девушки должны отказаться от фенов, выпрямителей, глубоко очищающих шампуней, плетения кос. В книге вы найдете всю необходимую информацию о локонах, об их потенциале и потребностях. Вы научитесь правильно ухаживать именно за вашим типом волос и сможете вернуть им природную форму. Вы будете правильно очищать ваши волосы, пользоваться кондиционером, делать прически и узнаете, как правильно стричь вьющиеся волосы. Вы начнете гордиться вашими локонами. Я обещаю. И это изменит вашу жизнь.





### Тест

Все еще скрываете правду от мира или от самой себя? Ответив на вопросы, вы узнаете, относитесь ли вы к клану кудрявых.

1. Вы боитесь вспотеть или неожиданно заняться сексом, принять душ с вашим любовником?

2. Выпрямляете волосы феном в салоне, а потом неделю не моете голову (пользуетесь пудрой или сухим шампунем)?

3. Вы расстроены (или чуть не плачете) после каждой стрижки?
4. Ваши волосы приобретают нежелательный объем при влажной и сырой погоде?
5. На средства и инструменты для борьбы с пушистостью и для выпрямления волос вы тратите больше, чем на другую косметику?
6. Вы почти всегда недовольны своей прической?
7. Вы беспокоитесь о том, как выглядят ваши волосы перед любым важным событием?
8. Волосы почти всегда образуют ореол вокруг вашей головы?
9. Вы так часто выпрямляете волосы феном, что они стали сухими и ломкими?
10. Вы всегда так туго стягиваете волосы на затылке, что у вас болит голова?
11. Из-за локонов вы теряете контроль над ситуацией (вашей внешностью)?
12. Посмотрите на свое неудачное фото (где волосы лежат неважно). Прическа испортила вам настроение?

Если вы ответили «да» на один или более вопросов, поздравляю! Вы – кудрявая девчонка. Вашим локонам не терпится вырваться на свободу. Читайте дальше!





*Вы обычно стягиваете волосы в тугий «конский» хвост на затылке?*

### **10:0 в пользу кудрей**

Я могла бы привести вам тысячу убедительных причин в пользу кудрей!  
Но давайте начнем с десяти:

1. Вы будете чувствовать себя свободнее со своими волосами.
2. С кудрями вы выглядите моложе.

3. Кудрявые волосы – шаг к экологии. Очищающие вещества в шампуне (сульфаты) загрязняют воду, поэтому средства без сульфатов помогают сохранить запасы воды на нашей планете чистыми. Вы не пользуетесь феном и стайлером и тем самым экономите электроэнергию.

4. Жизнь становится проще.

5. Ваше настроение и внешность не зависят от капризов погоды.

6. Путешествовать становится легче. Вы берете в дорогу меньше средств.

7. Вы более активны и не боитесь сауны и бассейна.

8. Дождь и снег вам не помеха.

9. Вы экономите время и деньги на походах в салон.

10. Вы любите свои кудри и любите себя.



## Признание кудрявой девчонки

**Джесси Риз**, *специалист по кадрам*

Большую часть жизни я мечтала о «конском» хвосте из прямых волос. Мои кудри меня не вдохновляли. Но в колледже я открыла для себя средства для кудрявых волос и нашла салон, в котором знали, как их подстричь так, чтобы при этом они оставались блестящими, здоровыми и полными жизни. Никогда раньше я не испытывала такого восторга от того, что мои волосы вьются.

На последнем курсе я проходила экспериментальное собеседование, после которого тот, кто его проводил, сделал мне замечание по поводу моего внешнего вида. «Для настоящего интервью выпрямите волосы, – сказал он. – Кудрявые волосы это – непрофессионально». Никогда еще я не чувствовала себя настолько оскорбленной. Я ответила, что мои волосы – это часть моей личности и я никогда не стану работать на того, кто отбирает сотрудников по прическе.

Я полюбила свои кудри, стала независимой. У меня появилась уверенность, которая помогает мне противостоять тем, кто считает, что женщина должна подходить под определенный стандарт. Я намерена бороться с этим. Мы женщины! Мы кудрявые! Привыкайте к этому!







## **Глава 2**

### **Уж такая структура волос**

Мне нравятся этикетки на одежде, где нарисовано, как ухаживать за тканью. Они дисциплинируют. Вот если бы к нашим волосам прилагалась такая инструкция! На самом деле нет большой разницы в химическом составе между нашими волосами и самой тонкой кашмирской шерстью – все те же углекислый газ, водород, азот, кислород и сера. Потому имеет смысл обращаться с ними так же бережно, как с самой дорогой тканью.



С младенчества к кудряшкам должна быть приложена инструкция по уходу: сильные шампуни, сушка феном, «утюжки» – запрещены.





### **Признание кудрявой девчонки**

*Дебора Чил, писательница*

В тот день, когда хоронили моего отца, мои волосы выглядели ужасно. Не сочтите меня бездушной, но я переживала наяву мой самый страшный ночной кошмар. Всю жизнь я страдала из-за моих кудрявых волос: плохая стрижка, неудачные попытки отрастить длинные волосы, часы, потраченные на выпрямление, свидания, испорченные волосами, превратившимися в гигантский пушистый шар.

Когда я была подростком, суббота была для меня самым ужасным днем. Утро я проводила в синагоге – мой отец был раввином. Я стояла перед зеркалом и громко рыдала, глядя на свои волосы. Но отец отказывался считать этот шар уважительной причиной для отсутствия на службе. И каждую неделю

я ненавидела свои волосы, себя и свою жизнь. После колледжа я обратилась к психотерапевту, которая сочла, что у моих страданий другой корень. Как она могла меня понять? Ведь у нее были абсолютно прямые волосы. Прошли годы. Я начала выбираться из своей раковины. Но вдруг отец умер. На похороны должны были собраться сотни людей. Я вновь запаниковала из-за волос. Двойной стресс оказал серьезное воздействие на мою психику. Но у моей истории счастливый конец. Я познакомилась с Лоррэн. Теперь я чувствую себя свободнее, сексуальнее, раскованнее. Мои кудри и реакция окружающих на них не перестают удивлять и восхищать меня.



Для стирки дорогих кашемировых вещей мы покупаем специальные средства, а вот голову можем вымыть тем, что первое под руку попало. И это серьезная ошибка! Многие шампуни содержат довольно агрессивные химические соединения – лаурилсульфат натрия, лауретсульфат аммония или лауретсульфат натрия. Это пенообразующие вещества, которые

великолепно удаляют жир и потому входят в состав средств для мытья посуды. Но вашим волосам нужен жир! Это их естественная защита и увлажнение. В том, что средства действительно агрессивные, я убедилась, когда работала младшим ассистентом в Лестере (Англия): я каждый день мыла десять-пятнадцать голов. И кожа начала облезать, мои руки кровоточили – и все это из-за шампуней.

Вы не обязаны верить мне на слово. Проведите свой эксперимент на кухне. Нанесите немного средства для мытья посуды на влажную губку и слегка сожмите ее, чтобы выступила пена. А теперь держите губку под струей воды и посмотрите, как она целую вечность будет ее вымывать. Таким способом я тестировала различные марки шампуня, с ужасом убеждаясь, что в некоторых случаях пена оставалась в губке и десять часов спустя. Точно так же вам не удастся полностью смыть моющее средство с ваших волос.

Шампунь плохо действует на любые волосы, но для кудрявых девушек это просто катастрофа. Честно говоря, пена вообще ничего не моет. Пенообразующие вещества добавляют для удовольствия покупателей. Вы же видели рекламу на ТВ: модели, стоя в душе, со стоном восторга пенят шампунь на голове, а спустя секунды появляются с великолепно уложенными волосами, которые сияют здоровьем. Итак, забудьте о пене, которая означает чистоту, красоту и сексуальность только в рекламе.

Я не устаю повторять: не нужно пользоваться шампунем. Конечно, вы не должны ходить с грязными волосами. Но очищайте их и кожу головы натуральными средствами без сульфатов. Забудьте о пене! Я так поступила, и это сработало. В недобрые старые времена я подвергала волосы и кожу головы беспощадному намыливанию несколько раз в неделю.

После такого мытья в течение двух дней мои волосы как будто парили в пространстве, бросая вызов законам гравитации и стараясь дотянуться до небес. Должно было пройти еще три дня, чтобы они оправились от травмы. Потом мы счастливо сосуществовали вместе пару дней – до следующего мытья, – и все начиналось сначала.

Я послушно придерживалась этого распорядка, поскольку мне ни разу не встретились инструкции по уходу именно за вьющимися волосами. Как-то утром я посмотрела на себя в зеркало и поняла, что волосы не пушатся, а чудесно вьются. Согласно моему графику мне следовало вымыть голову, но я не была готова отказаться от такой красоты и осмелилась подождать один день. Потом еще один и еще. В конце концов я продержалась почти три недели. Я лишь очищала кожу головы с помощью лавандового спрея, наносила на волосы разбавленный водой кондиционер и жамкала их пальцами. Никогда раньше мои волосы не выглядели лучше! Я решила провести эксперимент и проверить, сколько времени мои волосы продержатся без напичканного моющими средствами шампуня, если я заменю его средством «без пузырей». И знаете что? Как только я перестала пользоваться шампунем, я полюбила свои волосы!

Теперь в моем доме нет «пузырей». Я совсем не пользуюсь моющими средствами. Каждое утро занимаюсь спортом в разных погодных условиях, плаваю в океане и в бассейне, но кожа головы все равно пахнет свежестью, а волосы выглядят просто потрясающе.

## **Жесткая вода и кудри**

В жесткой воде присутствуют растворенные соли кальция и магния. Когда они соединяются с сульфатами из шампуня, происходит химическая реакция, вследствие которой смыть шампунь становится еще труднее. И волосы становятся еще суше. А вот средства без сульфатов жесткой водой смыть намного легче, чем мягкой.

## Кутикула – это важно

Если посмотреть на срез волоса под микроскопом, можно обнаружить, что вокруг стержня расположены крохотные чешуйки, похожие на черепицу. Когда они лежат гладко, то отражают свет и ваши волосы блестят. Если чешуйки подняты, то волосы блестеть не будут, потому что свет отражается только от гладкой поверхности. Химические моющие средства, тепло от фена или плойки и щетки повреждают волосы, поднимая кутикулу. Вместо того чтобы лежать ровно, чешуйки топорщатся, поэтому волосы цепляются друг за друга и путаются.

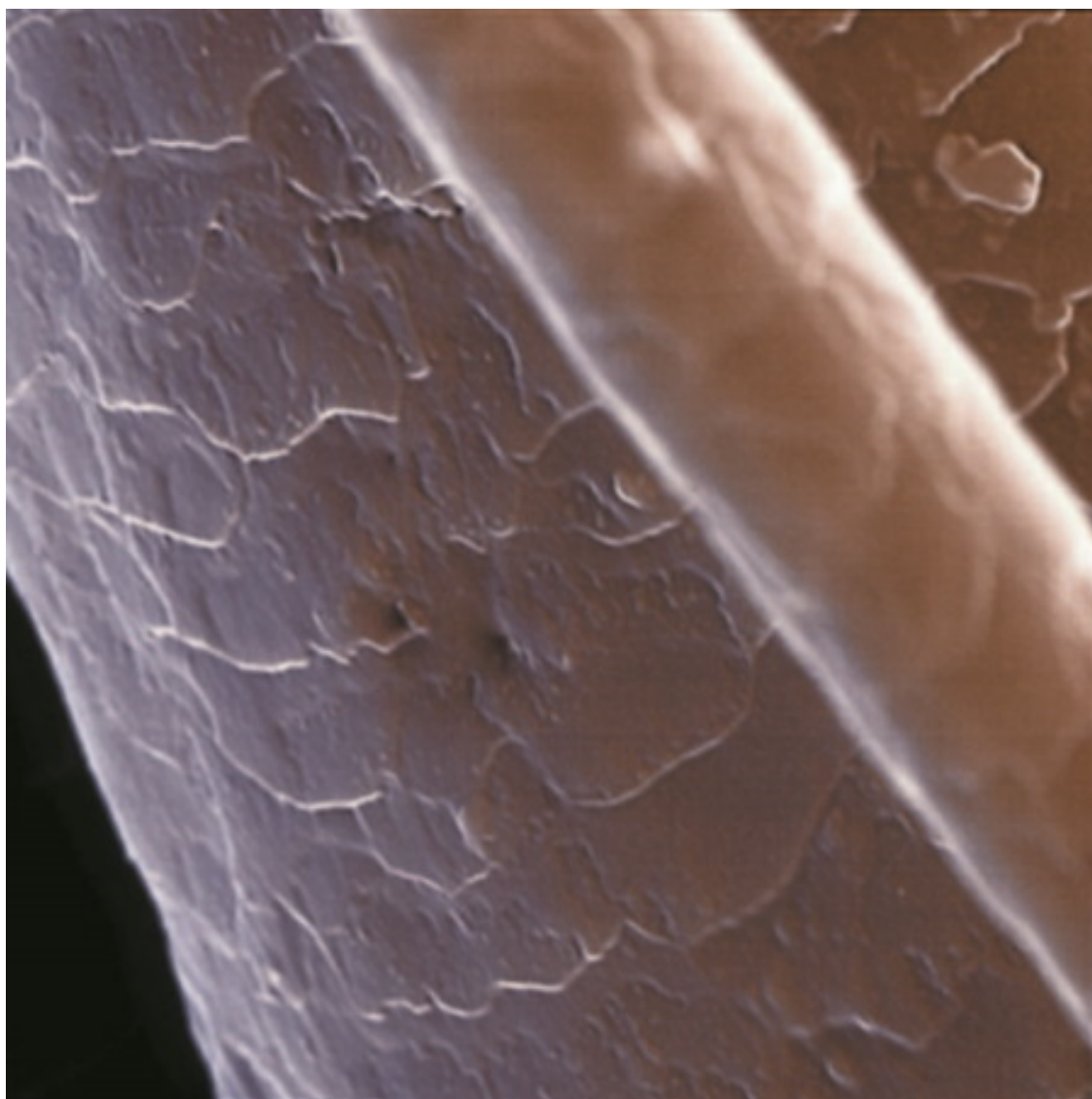


*Кутикула похожа на ишику.*

*Гладкая = увлажненная кутикула.*

*Открытая = сухая кутикула.*





*Здоровый волос в хорошем состоянии: чешуйки кутикулы лежат ровно.*

## **Почему они сухие**

Многие из нас относятся к волосам и коже головы как к единому целому. Но кожа очень сильно отличается от волос. С ней надо работать так же, как и с кожей лица: мягко очищать и поддерживать увлажненной. А волосы – это придаток к коже. Они состоят в основном из белка, называемого кератином. В каждом волосяном фолликуле, из которого растет волос, расположены сальные железы, вырабатывающие кожное сало, увлажняющее волосы. Эксперты считают, что одна из причин большей сухости кудрявых волос по сравнению с прямыми – меньшее количество таких волос на голове (100 000 против 150 000). Меньше волос – меньше и фолликулов, и сальных желез. Но у вас могут быть сухие волосы и жирная кожа головы (особенно если у вас жирная или комбинированная кожа лица).

## **Кудри беременных**

Когда моя любимая клиентка и подруга Джейми села в кресло для очередной стрижки, я посмотрела на ее волосы и сразу поняла, что она беременна. Когда я спросила ее, она ответила отрицательно и посмеялась над моим «ясновидением». А на следующий день позвонила и сказала, что сделала тест и я оказалась права.

Даже на самой ранней стадии беременности волосы становятся гуще и толще от корней до кончиков. Все дело в гормональных изменениях. В этот период волосы дольше остаются в фазе роста и не выпадают, поэтому шевелюра выглядит более объемной. К сожалению, спустя несколько дней после рождения малыша волосы начинают выпадать сильнее.

Кожное сало и пот, выделяемые кожей головы, стерильные, но они притягивают грязь и бактерии. Именно их вы должны регулярно смывать. Но не до конца! Для защиты кожи головы необходим тонкий слой кожного сала – кислотная мантия.

Мое решение – интенсивный массаж кожи головы и ополаскивание водой с последующим нанесением кондиционера или сбрызгивание волос лавандовым спреем (см. стр. 93).

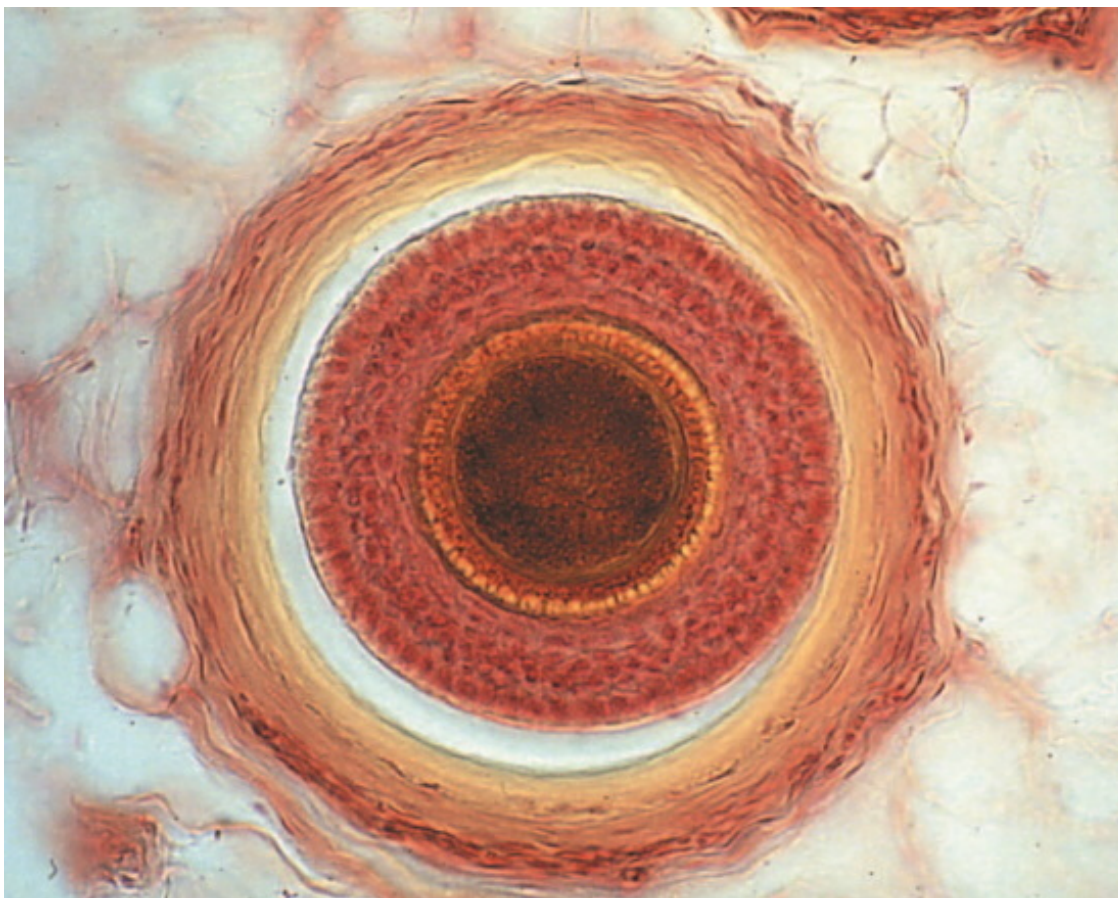
## **Как они растут**

Волосы отрастают примерно на 1,25 см в месяц. Они развиваются под кожей в крошечном мешочке – фолликуле. Когда волос поднимается над поверхностью кожи, он отвердевает и продолжает расти в течение трех-пяти лет. После этого наступает период отдыха, который длится несколько недель. В это время корень освобождается из фолликула, и волос выпадает. Вместо него тут же начинает расти другой. Каждый день вы теряете около сотни волос. Это нормально.

## Это в генах

Кудрявые у вас волосы или прямые, зависит от генов. Посмотрите на срез прямого волоса, и вы увидите, что он круглый. Кудрявый волос на срезе похож на овал с небольшим изгибом в центре. Этот изгиб и заставляет волос расти по спирали. Если локоны в виде зигзага или фрактальные, то эллипс будет более плоским, чем у «пробковых» кудрей. У них самая тонкая текстура, и они сильнее всего вьются. Как правило, кудрявые волосы очень тонкие, прямые – значительно толще.

Если волосы вьются очень сильно, то могут казаться толстыми из-за большого объема, но, к сожалению, это всего лишь иллюзия. Эффект объема и объем – не одно и то же. На самом деле каждый волос очень тонкий.





*Прямой волос на срезе круглый (вверху); срез волнистого волоса представляет собой овал (внизу).*

### **Спасение от пушистости**

Мы, кудрявые девчонки, часто недовольны своими волосами из-за их пушистости, которую я называю «нимбом». Я знаю, как с этим справиться.

Итак, начинаем. Многие из нас годами обезвоживают и без того сухие волосы шампунями, фенами и химическим воздействием. Поэтому мелкие волоски инстинктивно поднимаются вверх, чтобы впитать влагу из воздуха. И ваша голова превращается в шар. (У меня есть барометр XVI века, в котором волос используется для предсказания перемены погоды! Звучит дико, но не лишено смысла).

Есть простое решение: увлажняйте волосы. Тогда им не понадобится влага из атмосферы, и вы избавитесь от пушистости. Используйте кондиционер – он заполнит пористую структуру кудрявых волос, сделав их более гладкими и тяжелыми.





*Гигрометр XVIII века измеряет влажность с помощью волоса.*



### **Признание кудрявой девчонки**

*Карен Ферлегер, мама и домохозяйка*

Детство с кудрявыми волосами я могу назвать только одним словом: УЖАС! До четырнадцати лет я выглядела как маленькая сиротка Энни, пока волосы почти сбривали по бокам, оставляя несколько завитков на макушке. Когда я поступила в колледж, начала отращивать волосы, ожидая, что завитки расправятся. Друзья моего парня называли меня Рональдом Макдональдом и спрашивали, как он может встречаться с девушкой с ТАКИМИ волосами. (Теперь мы с ним женаты).

Мое самое жуткое воспоминание – торжественный вечер на последнем курсе. Ради особого случая я решила выпрямить волосы: отправилась в салон модного отеля и... вышла оттуда с головой похожей на одуванчик!

После колледжа я переехала в Нью-Йорк и вновь решила распрямить волосы. Дело было зимой, обещали хорошую погоду. На процедуру ушло два часа, часть волос сожгли, а результат не продержался и двух дней!

Потратив не одну тысячу долларов на средства по уходу, я нашла те, которые работают, и все-таки научилась любить свои волосы. Но раз в месяц

мне по-прежнему снится кошмар: я в салоне, и мастер срезает мои волосы под корень, как в детстве.





## Глава 3

### Определяем тип локонов



Кудри можно сравнить со снежинками или отпечатками пальцев. Вы не найдете двух одинаковых, поэтому делать какие-то общие выводы относительно кудрявых волос сложно. Некоторые из нас родились с тугими кудрями «штопором», такими неукротимыми, что их не



распрямит даже Супермен. У некоторых из нас мягкие локоны Боттичелли, благодаря которым мы похожи на ангелов с картин эпохи Возрождения. И половина из нас даже не подозревает, какой потенциал скрывают их собственные волосы. Как только вы научитесь правильно ухаживать за ними, вы в этом убедитесь: волны превратятся в спирали, локоны в «штопор», а фрактальные завитки в хорошо увлажненные блестящие локоны.



*Кудри – как начинка шоколадных конфет. Вариантов – не счесть.*

Форм завитков и кудряшек – миллион! (См. стр. 40.) Но я разделяю их на семь основных категорий: кудри «штопором», кудри Боттичелли, «пробковые» кудри, кудри херувима, волнистые волосы, S-образные локоны, кудри-зигзаг (фрактальные). Чтобы помочь вам определить тип ваших локонов, я использовала фото звезд и перечислила основные признаки каждого типа. Решите, какая знаменитость и какие характеристики лучше всего подходят к вашим волосам. Затем переходите к правилам ухода за определенным типом волос в главах 4–6.

Важно: фактор прыгучести

Крутизна завитков (или фактор прыгучести) – простой способ определить тип ваших кудрей. (Об этом должен знать и ваш парикмахер, чтобы понимать, сколько отрезать.) Фактор прыгучести – это разница между длиной локона в естественном состоянии и максимально вытянутом. Вот так вы можете проверить свои завитки: потяните прядь сухих волос вниз до плеча или до шеи. Приставьте палец к тому месту, где прядь закончится. Теперь отпустите волосы. Линейкой измерьте расстояние между вашим пальцем и кончиком волос в естественном состоянии.

## **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.