



ЦИФРОВОЙ  
БЕСТСЕЛЛЕР

# КОГДА ХОЧЕШЬ ВЫГЛЯДЕТЬ МОЛОДО

НО НЕТ ДЕНЕГ  
НА КОСМЕТОЛОГИЮ



УВЛАЖНЕНИЕ  
И ЗАЩИТА



SPF — ВАШ ЛУЧШИЙ  
АНТИВОЗРАСТНОЙ  
КРЕМ



ДОРОГОЙ КРЕМ —  
НЕ ВСЕГДА ЛУЧШИЙ



МИФЫ, ТРЕНДЫ  
И ПРАВДА  
О КОСМЕТИКЕ

КРАСОТА —  
ЭТО ПРИВЫЧКА,  
А НЕ РАСХОДЫ

*Уход без иллюзий.  
Результат без переплат.*

Маркетолог Безумный

**Как сделать кожу молодой  
и красивой бесплатно**

«Автор»

2026

## **Безумный М.**

Как сделать кожу молодой и красивой бесплатно / М. Безумный —  
«Автор», 2026

Почему мы верим в чудодейственные кремы? Действительно ли улиточный муцин способен творить чудеса? Стоит ли переплачивать за дорогую косметику? Автор с юмором, личными наблюдениями и опорой на здравый смысл разбирает самые популярные обещания индустрии красоты, отделяя реальные факты от маркетинговых легенд. На страницах книги читатель познакомится с корейскими ритуалами ухода, необычными ингредиентами, вирусными интернет-советами и секретами красивой кожи, которые зачастую оказываются гораздо проще, чем нам хотелось бы. Для всех, кто интересуется уходом за собой, любит корейскую косметику или просто хочет научиться смотреть на бьюти-индустрию без иллюзий

© Безумный М., 2026

© Автор, 2026

# Содержание

Глава	5
Конец ознакомительного фрагмента.	8

# Как сделать кожу молодой и красивой бесплатно

## Глава

Введение

Или почему я поверила улиткам

Почему мы покупаем те или иные средства?

Почему верим рекламе?

Почему готовы поверить, что крем способен повернуть время вспять?

Почему нас так цепляет обещание мгновенного результата?

Ответ оказался неожиданно простым.

Потому что всем хочется чудо.

Когда речь идет о внешности.

Тысячи новых обещаний.

Десятки новых ингредиентов.

И миллионы новых надежд.

Многие популярные советы — полная ерунда.

Причем иногда очень убедительная ерунда.

Я читала на корейских форумах красоты про красный перец для увеличения губ.

Про зубную пасту для очищения пор.

Про лёд против морщин.

Про волшебные пластыри от целлюлита.

Про чудодейственные кремы с коллагеном.

Про способность некоторых средств «открывать поры».

И каждый раз задавалась одним и тем же вопросом:

Кто всё это придумывает?

Иногда мне кажется, что интернет работает как гигантская фабрика легенд.

Кто-то однажды что-то попробовал.

Увидел временный эффект.

Рассказал знакомым.

Знакомые пересказали дальше.

Потом появился блогер.

Потом TikTok.

Потом миллион просмотров.

И вот уже очередной миф начинает жить собственной жизнью.

Эта книга не будет энциклопедией косметики.

И не будет учебником по дерматологии.

Скорее это путешествие.

По корейским бьюти-привычкам.

По интернет-легендам.

По маркетинговым трюкам.

По личным экспериментам.  
По ошибкам.  
По открытиям.  
И по вопросам, которые хотя бы раз задавал себе каждый человек перед полкой с косметикой.  
Работает ли это вообще?  
Стоит ли переплачивать?  
Нужны ли десять этапов ухода?  
Можно ли уменьшить поры?  
Зачем нужен тонер?  
Почему все помешались на SPF?  
И действительно ли улитки знают какой-то секрет молодости, который пока не раскрыли остальные?

Чок-Чок  
Увлажнение и больше ничего не надо

Вода.  
Ещё вода.  
И ещё немного воды.  
Тонеры.  
Мисты.  
Эссенции.  
Сыворотки.  
Маски.  
Гидрогель.  
Всё крутится вокруг одной задачи.  
Сохранить влагу.  
В Корее даже существует специальное понятие — «чок-чок».  
Так называют кожу, которая выглядит влажной, свежей и словно светится изнутри.  
Не жирной.  
Не блестящей от себума.  
А именно увлажнённой.  
Когда я впервые увидела фотографии девушек с таким эффектом, мне показалось, что они просто переборщили с хайлайтером.  
Но потом я поняла, что речь идёт не только о декоративной косметике.  
Большая часть эффекта создаётся именно состоянием кожи.  
Чем лучше увлажнён кожный барьер, тем более гладкой выглядит поверхность лица.  
Тем лучше ложится макияж.  
Тем менее заметны мелкие морщины.  
Тем свежее общий вид.  
Отсюда и любовь кореянок к мистам.  
Помню, когда я впервые услышала про спреи для лица, мне показалось, что это очередная маркетинговая выдумка.  
Ну серьёзно.  
Зачем носить с собой воду в баллончике?  
Но потом я стала замечать, что многие девушки действительно пользуются ими в течение дня.  
В самолёте.

В офисе.

После тренировки.

После долгого пребывания под кондиционером.

Сегодня подобный формат снова переживает всплеск популярности благодаря социальным сетям.

В TikTok регулярно появляются ролики, где девушки буквально каждые несколько часов распыляют на лицо мист, обещая эффект стеклянной кожи — glass skin.

## **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.