



世界顶级摄影大师
World's Top Photographers

[美] 彼得·赫利 著 梁波 译

肖像摄影之美

拍出杰出人像作品的诀窍

“肖像摄影，最重要的就是要把拍摄主体的生命力表现出来。”

本书作者 彼得·赫利

职业摄影师，技艺高超的肖像摄影奇才。他在 Google、Apple、Microsoft 以及 TEDx 大会上做过演讲，在诸如 Photoshop 世界大会暨展览会和 WPPI 之类的大会上讲过课。



New
Riders

THE HEADSHOT

THE SECRETS TO CREATING
AMAZING HEADSHOT PORTRAITS



中国工信出版集团



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS



世界顶级摄影大师
World's Top Photographers

[美] 彼得·赫利 著
梁波 译

肖像摄影之美
拍出杰出人像作品的诀窍

New
Riders

THE HEADSHOT

THE SECRETS TO CREATING
AMAZING HEADSHOT PORTRAITS

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (C I P) 数据

肖像摄影之美：拍出杰出人像作品的诀窍 / (美)
彼得·赫利著；梁波译. — 北京：人民邮电出版社，
2016.7

(世界顶级摄影大师)

ISBN 978-7-115-42251-4

I. ①肖… II. ①彼… ②梁… III. ①人像摄影—摄
影艺术 IV. ①J413

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第124756号

版权声明

The Headshot: The Secrets to Creating Amazing Headshot Portraits (ISBN: 978-0133928518)

Copyright © 2015 New Riders

Authorized translation from the English language edition published by New Riders.

All rights reserved.

本书中文简体字版由美国 New Riders 授权人民邮电出版社出版。未经出版者书面许可，对本书任何部分不得以任何方式复制或抄袭。
版权所有，侵权必究。

◆ 著 [美] 彼得·赫利

译 梁 波

责任编辑 陈伟斯

责任印制 周昇亮

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路 11 号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京方嘉彩色印刷有限责任公司印刷

◆ 开本：889×1194 1/20

印张：11.4

2016 年 7 月第 1 版

字数：348 千字

2016 年 7 月北京第 1 次印刷

著作权合同登记号 图字：01-2014-5614 号

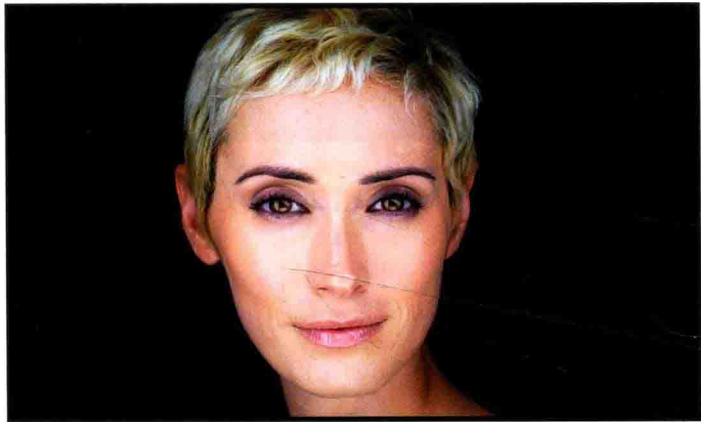
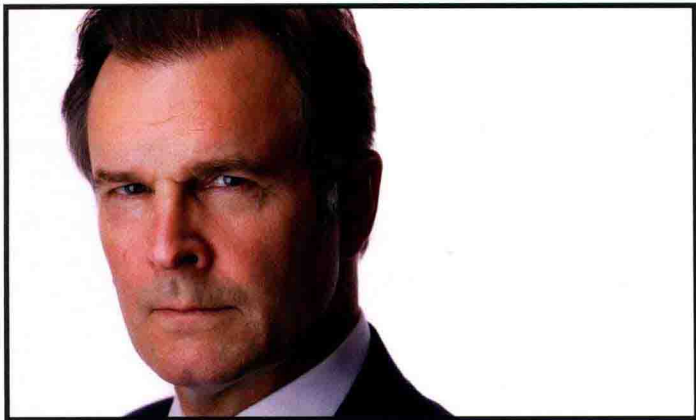
定价：89.00 元

读者服务热线：(010)81055296 印装质量热线：(010)81055316

反盗版热线：(010)81055315

广告经营许可证：京东工商广字第 8052 号

目录



第1章	
让一切成为可能的肖像摄影秘诀	011
让一切成为可能的肖像摄影秘诀	012
打平光的白色背景	014
头部的剪裁	015
推销我的风格	017
第2章	
将摄影技术运用自如	023
闪光灯	024
背景	025
窗户光	027
长明灯	028
为背景打光	030
方形窗户光	033
为主体打光	035
镜头信息	041
相机设置	043
第3章	
福尔摩斯般的观察艺术	045
福尔摩斯般的观察?	046
哪一侧更好看?	051
找到较好的一侧会增强信心	054
发现瑕疵	055
制作一份心理的检查单	056
欲扬先抑	057
结言	058
第4章	
我的制胜组合	061
将自信注入个人品牌	063
把自信置于亲和力之前	067

似乎就是无法拍出C&A	069
从一无是处到精彩绝伦!	069
拍他们不老实的一面!	071

第5章

灯光、相机、动作……或者都不要	075
该做什么动作?	076
隐形相机	077
建立友好关系	079
四种主体类型	080
让死气沉沉的人变得有生气	084
有意vs.无意的表情	085
培养自己的风格	090
指挥客户	091

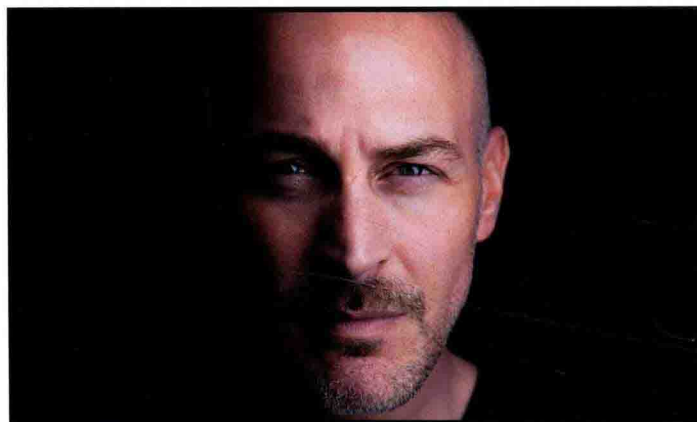
第6章

你的指挥工具箱里都有什么?	099
把房间清空	100
正强化	101
找到共同点	102
说反话	105
镜像法与模仿	107
拿出你的Squinch本	107
跟电脑连接起来!	109
直接指挥	112
使用误导法	113

第7章

一切从下巴开始	117
前额往镜头探	118
往镜头方向前倾	120
让主体倾斜以及用相机进行倾斜校正	121





吊钩法	122
永远要拉长身体	123

第8章

笑容之美	127
跃入笑容的世界	128
说“茄子”	128
从极浅的笑容到杜乡的微笑	129
余笑	130
如何应对牙齿问题?	132
解决牙龈问题	135
虚假、但看起来很真实的笑容	137

第9章

让他们做出Squinch动作	141
模特/名人的Squinch	142
是Squinch, 不是眯眼!	144
向他们展示Squinch	145
Squinch的教学	146
要信赖Squinch	149
小眼症	151

第10章

赫尔利体系	155
从头开始酝酿拍摄	156
步骤1: 让身体动起来!	156
步骤2: 让头部独立做动作!	158
步骤3: 把头发和衣着装饰一下!	158
步骤4: 做好构图!	169
步骤5: 让脸动起来!	173
步骤6: 随时拍摄!	177
步骤7: 重新让他们充满活力!	177

第11章

招牌做法：来点直接指挥	179
对脸部使用的吸盘法	180
对脸部使用的手刀法	180
鼻子跟着手指走	180
把下巴摆放在需要的位置上	181
往镜头方向前倾	182
吊钩法	182
倾斜/倾斜校正	182
还是看不到下颚线？试试这招	183
让双手置于需要的位置	183
让他们手捧潜艇三明治	184
极浅的微笑	184
Squinch	184
翼龙颈	185
肩这边，脸那边	185
眉毛、眉毛、眉毛！	187



第12章

我的最大发现：使用误导法进行指挥	191
窘境	192
我的发现是如何开始的	193
使用误导法进行指挥	195
我的疯狂方式	199



第13章

赫尔利主义	203
丝线阶段	204
细绳阶段	206
绳索阶段	208
赫尔利主义与我的疯狂方式	222





世界顶级摄影大师
World's Top Photographers

[美] 彼得·赫利 著
梁波 译

肖像摄影之美
拍出杰出人像作品的诀窍

New
Riders

THE HEADSHOT

THE SECRETS TO CREATING
AMAZING HEADSHOT PORTRAITS

人民邮电出版社
北京

内容提要

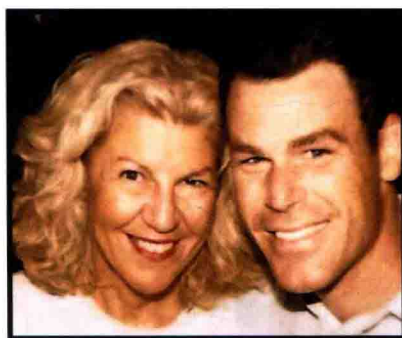
肖像拍摄是每个摄影师的必备项目，然而，想要拍出杰出的肖像作品却并不容易。考验摄影师的不仅是用光、构图等基本功。学会引导被拍摄者，与被拍摄者交流，捕捉转瞬即逝的神态，才是摄影师的功力所在。只有掌握得更全面，才能更快速地提升肖像摄影的技能。

本书是针对肖像摄影师及商业摄影工作室的拍摄指南。本书作者是有着丰富摄影及摄影培训经验的美国知名摄影师。除了经营自己的工作室，他还经常受邀前往Photo Plus、WPPI以及Photoshop World等多个大型摄影盛会，开设肖像摄影方面的讲座。在本书中，作者将其丰富的摄影经验总结为三大部分共十章的内容，使读者能够通过掌握摄影技术、主题构思以及布光技巧，大幅提升肖像摄影水平。

本书适合摄影爱好者、人像摄影师、摄影工作室、摄影专业师生阅读。

致母亲：

感谢你对定影剂在你地下室地板上留下的斑斑点点
视而不见，以及在你走后我才开始明白的你所教会
我的一切。谨以本书献给你。



致谢

在此我要感谢：

Yelitza Hurley，感谢你一直支持你那疯狂的丈夫所做的每一个决定。你是我的亲密战友，同时也是众所周知的幕后老板。爱你，孩子他妈！

Mia 和 Oriana Hurley，感谢你们的降生，让爸爸充满斗志。

父亲，感谢你在我小时候把我扔进了鸭子船里并与我分享你对航行的热爱，还要感谢你在我怀着自己的奥运梦去追随你的脚步，最终引导我掌控相机的成长过程中对我的支持。

Skip Hurley，感谢你一直以来都是支持我的，有问题随时可以向你求助的大哥。感谢你在让我摔了跟头后，有办法在我需要重整旗鼓的时候把我踢出家门，迫使我开始我的事业。

Ryan Hurley，感谢你督促着我做到最好并以只有兄弟才能做到的方式指出了我能改进的所有细节。

Caggie Simonelli Bradford，感谢你的远见为我带来了人生的转折点，让我在这条疯狂的道路中得以腾飞。

Bruce Weber，感谢你鼓励我拿起相机，并在我拿着相机的每一天都鼓舞着我。

Ramiro Montoya 先生，感谢你向我解释了相机的方方面面，并让我走进了马德里的那间店买到了让这一切得以启动的那一台相机。

Bob Proctor，感谢你指导我做出了一个彻底改变我的人生轨道的重大决定。

Josette Lata，感谢你自一开始就信任我的工作。

Joe Barna，感谢你成为我这一路上的知己，以及从第一天开始你为了让我的作品闪光而做出的努力。

Joe Pelosi，感谢你一点一滴地创建了我的品牌，并且这么多年来对我的每个疯狂想法都是那么支持。

Anna Rowley，感谢你把我的一切都安排得妥妥当当，让我可以随心所欲。

Lee Morris 和 Patrick Hall，不光要感谢你们支持我们一起所做的每件事情，还要感谢第一次你们走进我的大门并为我摄像。

Zack Arias，感谢你那天抽时间与我共进午餐并给了我开始教学的动力。

Damian Battinelli，感谢你像台货车一般

闯进了我的生命，对我们无数的 FaceTime 通话以及我在完善本书所有图片时的优柔寡断百般容忍。

Pedro Jorge，感谢你在本书的最后冲刺阶段充当了我深夜里的另一双眼睛。

Cindy Snyder，感谢你对本书的出版从未间断的支持，以及在我需要帮助的时候随时伸出援手。无论是我在半夜给你发信息或是一些吓人的邮件，还是那些你劝我悬崖勒马的电话，你都没有过半秒犹豫。我的每一步都有你的支持，我很幸运这一路能与你同行。我对我们一起完成的作品感到自豪，没有你的话，这本书也就不会是这个样子。

Jessica Maldonado，感谢你为本书创造了最精彩的一个表情，我对它感到很自豪，从一开始就绝对对它爱不释手。

Kim Doty，感谢你在整个过程中对我的坚持不懈，帮助我把这本书变得抢手。

Dave Moser，感谢你让我有了写一本书的想法，并在我有需要的时候倾听我的想法并给我依靠。

KelbyOne 团队的其他人，感谢你们接纳我成为你们当中的一员。

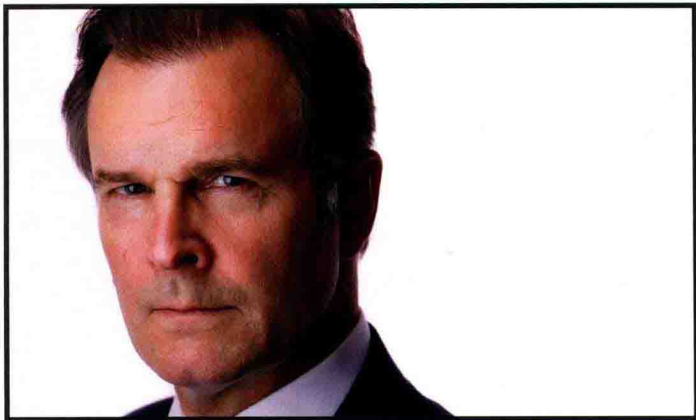
作者简介

最后我要特别感谢的是，Scott Kelby。首先，感谢你让一个默默无闻的肖像摄影师颤颤巍巍地站上了Google+的舞台，而现在又给了我机会称自己为一名作家。这本书的诞生完全得归功于你的慷慨，以及坐在我旁边听我把那些玩笑话全盘托出的无数时间，正是这些记录成为了整本书的核心内容。真的很感激有这么一个人，既能投心于教导他人成为更好的摄影师，又有能力推动有教学欲望的人从事教学。真的非常感谢你，Scott，没有你，我根本就不会有这些精彩的时刻！

Peter Hurley 算是个稀有品种。随性的生活方式让他既在帆船上乘风破浪周游过世界，也为Polo和Abercrombie & Fitch等公司当过模特把自己的脸印在了各大杂志上，还让超过10000张脸站在了他的镜头面前。高超的摄影技术令他产生了教学的欲望，在Google、Apple、Microsoft以及TEDx大会上做过演讲。在诸如Photoshop世界大会暨展览会和WPPI之类的大会上他都有讲过课，做过许多培训，也在KelbyOne.com网站上进行网络教学。他为摄影师开设的辅导和参考平台，Headshot Crew，涵盖了最多的世界各地的肖像摄影专家。同时他也把商业的一面发挥得淋漓尽致，创办了自己的摄影器材公司HURLEYPRO，并与人共同创建了一个新的学科PsyPhotology（摄影心理学），这是将心理学与摄影结合的一项独特概念。在出版深受瞩目的本书后，他又可以自豪地给自己增添作家这一殊荣。他把纽约称为自己的家，与他漂亮的妻子和心爱的双胞胎女儿生活在这里。



目录



第1章	
让一切成为可能的肖像摄影秘诀	011
让一切成为可能的肖像摄影秘诀	012
打平光的白色背景	014
头部的剪裁	015
推销我的风格	017
第2章	
将摄影技术运用自如	023
闪光灯	024
背景	025
窗户光	027
长明灯	028
为背景打光	030
方形窗户光	033
为主体打光	035
镜头信息	041
相机设置	043
第3章	
福尔摩斯般的观察艺术	045
福尔摩斯般的观察?	046
哪一侧更好看?	051
找到较好的一侧会增强信心	054
发现瑕疵	055
制作一份心理的检查单	056
欲扬先抑	057
结言	058
第4章	
我的制胜组合	061
将自信注入个人品牌	063
把自信置于亲和力之前	067

似乎就是无法拍出C&A 069
从一无是处到精彩绝伦! 069
拍他们不老实的一面! 071

第5章

灯光、相机、动作……或者都不要 075
该做什么动作? 076
隐形相机 077
建立友好关系 079
四种主体类型 080
让死气沉沉的人变得有生气 084
有意vs.无意的表情 085
培养自己的风格 090
指挥客户 091

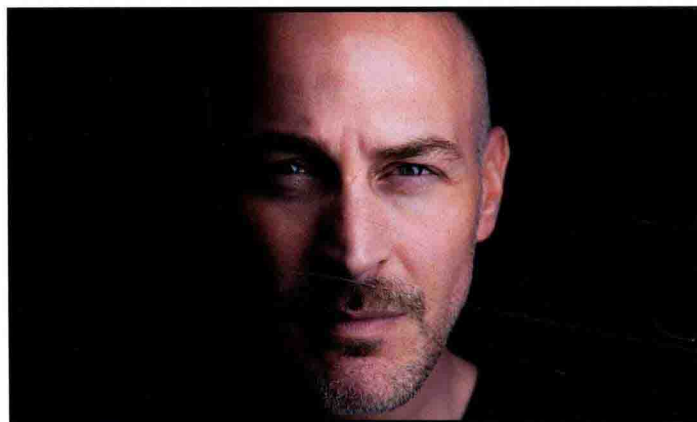
第6章

你的指挥工具箱里都有什么? 099
把房间清空 100
正强化 101
找到共同点 102
说反话 105
镜像法与模仿 107
拿出你的Squinch本 107
跟电脑连接起来! 109
直接指挥 112
使用误导法 113

第7章

一切从下巴开始 117
前额往镜头探 118
往镜头方向前倾 120
让主体倾斜以及用相机进行倾斜校正 121





吊钩法	122
永远要拉长身体	123

第8章

笑容之美	127
跃入笑容的世界	128
说“茄子”	128
从极浅的笑容到杜乡的微笑	129
余笑	130
如何应对牙齿问题?	132
解决牙龈问题	135
虚假、但看起来很真实的笑容	137

第9章

让他们做出Squinch动作	141
模特/名人的Squinch	142
是Squinch, 不是眯眼!	144
向他们展示Squinch	145
Squinch的教学	146
要信赖Squinch	149
小眼症	151

第10章

赫尔利体系	155
从头开始酝酿拍摄	156
步骤1: 让身体动起来!	156
步骤2: 让头部独立做动作!	158
步骤3: 把头发和衣着装饰一下!	158
步骤4: 做好构图!	169
步骤5: 让脸动起来!	173
步骤6: 随时拍摄!	177
步骤7: 重新让他们充满活力!	177

第11章

招牌做法：来点直接指挥	179
对脸部使用的吸盘法	180
对脸部使用的手刀法	180
鼻子跟着手指走	180
把下巴摆放在需要的位置上	181
往镜头方向前倾	182
吊钩法	182
倾斜/倾斜校正	182
还是看不到下颚线？试试这招	183
让双手置于需要的位置	183
让他们手捧潜艇三明治	184
极浅的微笑	184
Squinch	184
翼龙颈	185
肩这边，脸那边	185
眉毛、眉毛、眉毛！	187



第12章

我的最大发现：使用误导法进行指挥	191
窘境	192
我的发现是如何开始的	193
使用误导法进行指挥	195
我的疯狂方式	199



第13章

赫尔利主义	203
丝线阶段	204
细绳阶段	206
绳索阶段	208
赫尔利主义与我的疯狂方式	222



