



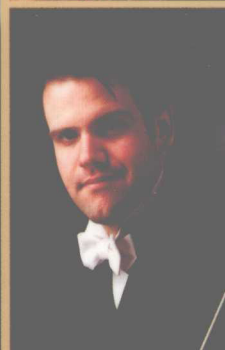
大师经典

布光有道，缔造杰作

跟随大师脚步 感悟摄影艺术

经典人像布光50例

[美] 史蒂夫·伯格莱特 著 王彬 译



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

▶ 跟随大师脚步 感悟摄影艺术

经典人像布光50例

[美] 史蒂夫·伯格莱特 著 王彬 译

人民邮电出版社

北京

图书在版编目 (C I P) 数据

经典人像布光50例 / (美) 伯格莱特著 ; 王彬译
— 北京 : 人民邮电出版社, 2010. 7
ISBN 978-7-115-23010-2

I. ①经… II. ①伯… ②王… III. ①人像摄影—摄影照明 IV. ①J413②TB811

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第096162号

版 权 声 明

50 Lighting Setups for Portrait Photographers: Easy-to-Follow Lighting Designs and Diagrams, 1st Edition

Copyright © 2008 by Steven H. Begleiter

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted, in any form or by any means, electronic, mechanical, by photocopying, recording or otherwise, without the prior permission in writing from Amherst Media, Inc. CHINESE SIMPLIFIED language edition published by POSTS & TELECOMMUNICATIONS PRESS Copyright © 2010.

本书中文简体版由美国芝加哥评论社独立出版集团 (IPG) 授权人民邮电出版社独家出版。

未经出版者书面许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书内容。

版权所有, 侵权必究。

经典人像布光 50 例

-
- ◆ 著 [美] 史蒂夫·伯格莱特
译 王 彬
责任编辑 王 琳
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街 14 号
邮编 100061 电子函件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京盛通印刷股份有限公司印刷
 - ◆ 开本: 889×1194 1/20
印张: 6.2
字数: 213 千字 2010 年 8 月第 1 版
印数: 1-4 000 册 2010 年 8 月北京第 1 次印刷

著作权合同登记号 图字: 01-2009-4424 号

ISBN 978-7-115-23010-2

定价: 45.00 元

读者服务热线: (010)67132705 印装质量热线: (010)67129223

反盗版热线: (010)67171154

内容提要

人像摄影大师史蒂文·伯格莱特将在本书中揭秘最佳人像布光方案。本书共分两部分，第一部分是用光基础，将介绍简单的常见布光方法、提升布光效果的技巧及闪光灯的知识。第二部分将通过 50 个真实案例，介绍如何提前为预期拍摄效果做好准备，如何选择器材，人像美姿技巧及从简单的单灯到复杂的多灯，以及自然光和人工光混合使用的各种不同布光方法和技巧。每个案例都配有光位图，让你直观了解如何实现布光。

通过学习本书，读者可以按照布光套路，快速应对不同情况进行拍摄。本书适合从事人像摄影的职业摄影师阅读参考。

前言

我撰写这本书的目的是为了和大家分享我作为职业摄影师 20 多年来的各种拍摄经验，以及从早期使用威达机顶闪光灯到后来使用 12 支闪光灯、5 个电源箱这样复杂的拍摄任务所采用的不同布光技巧。

我相信美食烹饪艺术和拍摄出精美的人像照片之间有着一定的联系。摄影布光就像烹饪时用的调味品一样。如果细心地进行控制，最终你就能够获得你所希望的效果；如果增加一些特殊的调料（经验和灵感），并用自己独特的味蕾（审美眼光）尝试，你就能创造出杰作来。

这本书主要针对那些使用人工光拍摄人像的摄影师。无论你是位婚礼摄影师，还是拍摄名人的摄影师，这本书都能够教会你真正的布光方案，同时本书也包括了真实的摄影拍摄案例背后的一些秘诀和提示。

我为不同的学校教授摄影已经有十几年了，现在算是桃李满天下了。在教学过程中我都会认真地听取学生的问题，并且因材施教，有时甚至会采用一些打破常规的方法去教授他们。你可能会发现，我的方法有些与传统相背离，但我还是鼓励你们去尝试。

本书的第一部分介绍了人像摄影布光的基本知识，比如简单的布光方法，一些难得的布光改进技巧的诀

窍，以及使用闪光灯拍摄照片的技术。第二部分为 50 个真实的摄影拍摄案例。每个案例包括了预期拍摄视觉效果细节、所使用的器材、摆姿势的技巧和针对某些特殊照片拍摄的一些秘诀等内容。每个案例中还附有布光图，这样可以让你很清楚地了解某种布光效果是如何实现的。

本书不仅详细地讲解了真实的布光技巧，并且也向你展示了照片拍摄背后的故事和秘诀。

在每个拍摄案例中，我力争使讲解的内容简明扼要，因为摄影师都更趋向于视觉阅读，我们中的大多数人都不喜欢深奥复杂的解释（我也会放弃大量讨论什么才是成功的人像摄影，了解摄影史的重要性，商业摄影和艺术的区别的讨论，以及多大文件量的数字照片才能与胶片的分辨率相吻合等内容）。

本书的目标就是向大家示范专业摄影师是如何拍摄和构思的。我希望你能认真研读书中的布光图和最终的拍摄效果，模仿或者改进这些拍摄方法，或者即兴创作拍摄出具有你自己独特视觉风格的照片。

目 录

用光基础

- 人像用光····· 8
- 高级布光技术····· 10
- 闪光灯的使用····· 16

摄影用光案例学习

- 案例 1 魅力新娘····· 24
- 案例 2 回避暴风雨····· 26
- 案例 3 两只母鸡和一颗火热的心····· 28
- 案例 4 黑衣作家····· 30
- 案例 5 寒冷的费城之夜····· 32
- 案例 6 鲁道夫和欧文····· 34
- 案例 7 带我到球场····· 36
- 案例 8 海边的曲棍球员····· 38
- 案例 9 家庭合影····· 40
- 案例 10 “轻声！那边窗子里亮起来的是什么光？”····· 42
- 案例 11 魔幻威龙····· 44
- 案例 12 真正的法官····· 46
- 案例 13 光线、相机、动作····· 48
- 案例 14 第四回合····· 50
- 案例 15 作家····· 52
- 案例 16 后起之秀阿斯特罗·特夫····· 54
- 案例 17 五分钟间歇····· 56
- 案例 18 董事会主席····· 58
- 案例 19 商业大亨····· 60
- 案例 20 扎领结的认知疗法之父····· 62
- 案例 21 魅力卡迪····· 64
- 案例 22 鼓手的梦想····· 66
- 案例 23 枪械俱乐部····· 68
- 案例 24 海边的遮阳伞····· 70
- 案例 25 扬基队员····· 72
- 案例 26 美国先锋集团老板····· 74
- 案例 27 约翰之家····· 76
- 案例 28 当罗伯特·李·莫里斯遇到
杰克逊·波洛克····· 78
- 案例 29 温柔的硬汉····· 80
- 案例 30 演员和她们的艺术····· 82
- 案例 31 梦幻人像····· 84
- 案例 32 城里人乐队····· 86
- 案例 33 当乌迪遇上艾拉····· 88
- 案例 34 保护记者····· 90
- 案例 35 荒芜乐队····· 92
- 案例 36 头牌女作家····· 94
- 案例 37 近来你开过福特汽车没····· 96
- 案例 38 小巷温室····· 98
- 案例 39 设计师····· 100
- 案例 40 收藏家····· 102
- 案例 41 茱莉亚的厨房····· 104

案例 42	老板和滑板·····	106	案例 47	公司员工·····	116
案例 43	派珀和女儿·····	108	案例 48	佩恩金融集团·····	118
案例 44	母女·····	110	案例 49	下午茶·····	120
案例 45	收养之日·····	112	案例 50	电视导播·····	122
案例 46	指挥家·····	114	后记	·····	124

作者简介

史蒂文·伯格莱特是一位自由职业摄影师，现居住在美国蒙大拿州米苏拉市。在移居到米苏拉市之前，他是美国宾夕法尼亚州设计学院的讲师。他已经撰写出版了三本著作：《父与子》、《彩色红外摄影艺术》及人像摄影书《摄影师指南》。他同时也是《摄影技术》和《摄影世界》杂志的撰稿人，《影室摄影》杂志有他的专访。

他的职业生涯是1980年作为安妮·莱波维兹和玛丽·艾伦·马克的首席助手开始的。从那时起，他的作品频频出现在《时尚先生》、《摩登天空》、《福布斯》、《ELLE》、《商业周刊》、《时代》等杂志的封面上，以及《财富500强年度报告》和众多知名广告中。

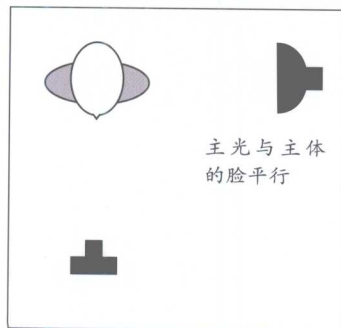
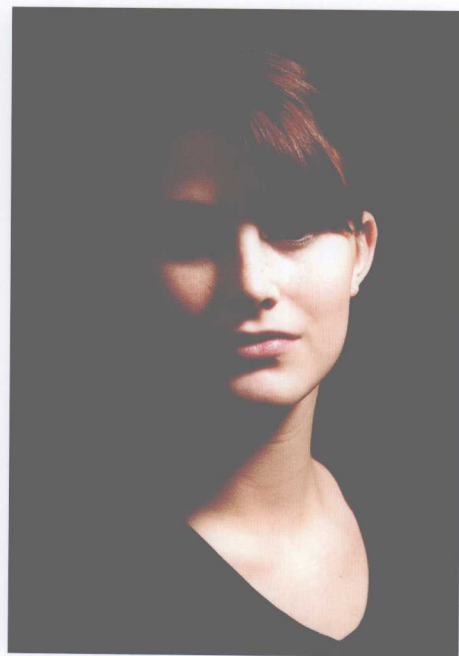
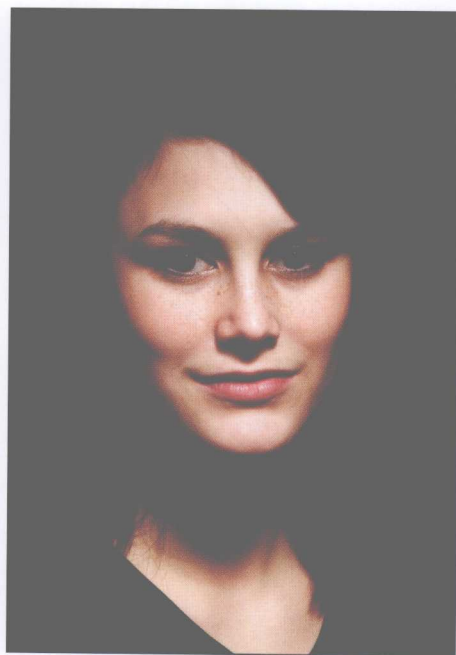
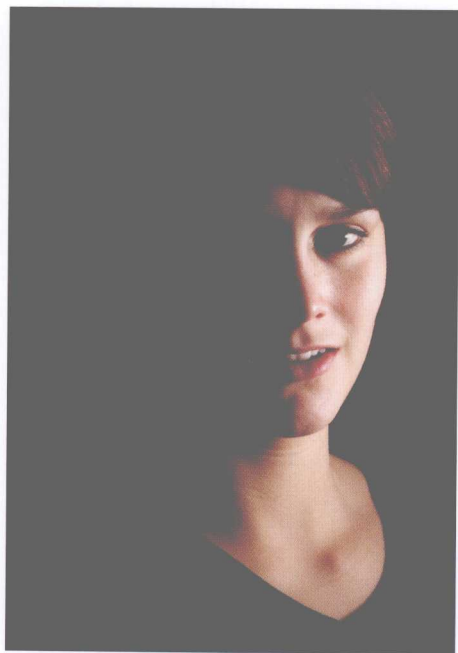
他曾获得美国费城文化基金的资助，是美国费城媒体摄影师协会董事会成员。除了是自由摄影师之外，他还在美国岩石山摄影学校教授摄影。



用光 基础

人像用光

通过观察光线在人物的鼻子、下巴、脸颊以及眼睛上的变化，你就能够了解到什么样的光线最适合你的拍摄主体。下面介绍一些常用的布光方法。



侧光



蝴蝶光



伦勃朗布光

侧光

这种布光方法是主光位于主体一侧的位置（与主体的脸平行，注意上页照片中主体眼睛中的眼神光）并朝向主体的鼻子照射。光线照亮了主体半边脸，而让另一半脸处于阴影之中。

派拉蒙式布光（蝴蝶光）

这种布光能够在主体的鼻子下面形成很明显的蝴蝶形状的阴影，主光在相机正上方高于主体脸部约半米的位置。20世纪30年代和40年代这种布光风格在

好莱坞非常流行。这种布光主要强调颧骨、脸颊以及鼻子的形状。

伦勃朗布光

伦勃朗布光的主要特征是在主体脸颊的位置会形成三角形的高光。要获得这种效果，主光要在主体一侧高于脸部约半米的位置并朝下照射。这种布光是非常经典的布光，但是并不适合所有的脸型。

改良的布光方法

改良的侧光

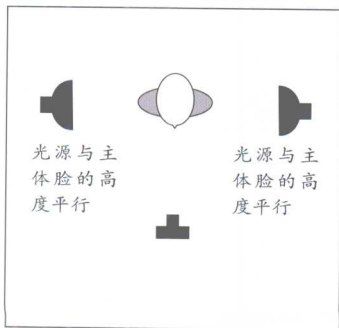
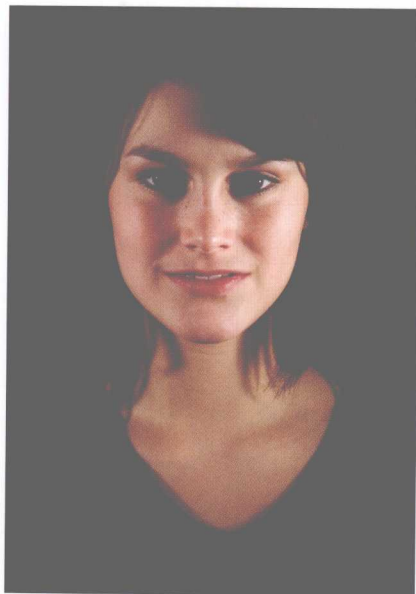
在主光相对的位置安排第二个光源来照亮阴影，这样能够在鼻子和两只眼睛的外边缘形成两个高光。这种布光比较适合低调摄影，这种布光可以忽略主体转向，各个方向光线的效果基本类似。

改良的伦勃朗布光

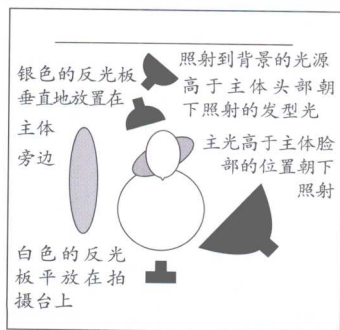
在观察一系列的不同光线效果之后，我发现伦勃朗式布光适合布伦达的脸型。为了让光线更柔和，我使用了Prophoto约1m大的八角柔光箱作为主光。我在主光相对的位置放置了一块银色反光板来提亮阴影部分，同时在拍摄台上放置了一块圆形的反光板将光线反射回去，这样可以使布伦达的脸颊更洁白。为了获得更好的立体效果，我还使用了一支闪光灯照亮背景。这支灯安装在落地灯架上并在30°蜂巢上使用一些玻璃纤维柔和光线。

反光板

对于任何形式的布光，主光对面使用一块反光板能够提亮阴影，能减少反差从而拍摄下更多的细节。反光板能够明显地改变人像的效果。



改良的侧光



改良的伦勃朗布光

高级布光技术

我们应该都知道反光伞、蜂巢、长方形柔光箱如何使用。在实际拍摄过程中，除了我们日常使用的这些摄影附件之外，还有一些能够创造出特殊品质的光线的附件，对于人物的塑造，这些附件往往是你最渴望的。下面的内容介绍了一些我比较偏爱的摄影附件（在此感谢 Prophoto 提供的支持）。

八角形柔光箱

约 1m 大的八角形柔光箱是常用的矩形柔光箱的很好替代产品。使用伦勃朗式布光时，八角形柔光箱能够让光线更均匀地照射主体脸部，从而能制作出更加柔和、反差更小的光线效果（上页的布兰达的照片就是采用八角形柔光箱拍摄的）

长变焦反光罩

上页布兰达的照片我使用了 Prophoto 长变焦反光罩和蜂巢作为背景光。长变焦反光罩外形比一般的反光罩大，它与蜂巢一起使用能够产生出比通常的反光罩和蜂巢更柔和的光线。你也可以通过将反光罩从闪光灯上取下来而控制光线的照射面积，这样就会形成非常窄的一束光。

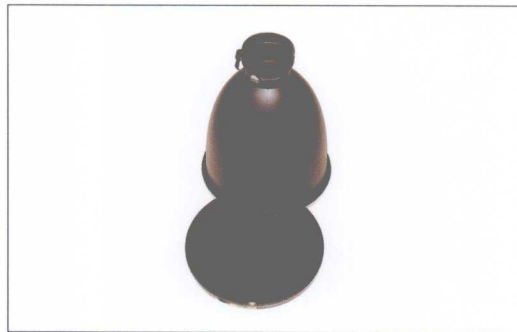
这种改良形的灯光附件对于塑造发型光或者背景光非常有用。像迈克尔和盖伊在对页的照片中，大面积扩散的背景光能将穿着黑色衣服并且在黑色背景前拍摄的主体和背景分离。放置在主体的左边的银色反光板用来将光线反射回脸部的阴影区域。

球形柔光灯罩

Prophoto 公司生产的球形柔光灯罩能够产生品质改良过的非常柔和的光线。由于体积比较小（大概直径为 0.38m），圆形的外形，以及蒙砂的树脂玻璃表面这些因素造成了球形柔光灯罩没有 0.9m 大的八角柔光箱那么大的照射面积，但是他们产生的柔和品质的光线效果却比较接近。



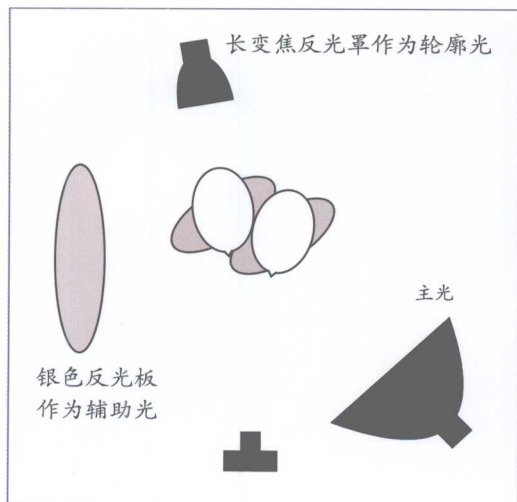
八角柔光箱



长变焦反光罩



球形柔光灯罩



这张迈克尔和盖伊的合影采用了最基本的布光方法，这样可以让我很容易地调整光线以适合主体的脸型。如果主体的脸有些圆，你可能希望将他拍得瘦一些，可以将反光板移动得离主体更远些，这样照片中就会有更多的阴影（或者你可以完全移开反光板，这样就能够产生更夸张的效果）。这张照片中，我是在拍摄一对夫妇，如果你预先准备不足的话，姿势很难控制。我喜欢尽可能让主体靠近而创造出一种比较紧凑的简洁的构图。在这个例子中，我在钢琴后面朝向相机 45° 的角放了一只姿势椅。我让迈克尔坐在椅子上，盖伊坐在长凳上靠在迈克尔的怀里。为了尽量缩小人物之间的空间感，我让这对夫妇脸贴着脸，手臂互相环绕。我发现这种方法也能让主体放松，最终的照片效果非常不错



决定人像摄影中主光类型和位置最好的方法就是检查拍摄主体的眼睛。眼神光的形状和位置（主光的反射光）能够告诉你摄影师在什么位置使用了什么样的灯光。你可以在右侧朱莉的照片中眼睛的瞳孔上看到圆形的反光。这就可以告诉你主光源是圆形的（类似球形柔光灯罩），并且光源在人物的右侧高于头约 0.5m 的距离。

在右上方灯光图中，你可以看到我在很局促的空间拍摄。因为没有足够的空间使用大的柔光箱，这样的环境球形柔光灯罩就非常适合。在这里请注意灯光的位置与伦勃朗布光法的位置非常相似。因为外形、大小和球形柔光灯罩的柔和程度，使用球形柔光灯罩后，主体脸上的三角形的高光会呈现圆形。

这张照片的主光采用了 Prophoto 球形柔光灯罩制作出了非常柔和的效果。我也使用了长变焦反光罩来照亮朱莉的头发。与主光相对的位置使用白色反光板来补充阴影并且能够防止墙上的蓝色反射到模特的脸上。为了去掉下巴和鼻子下面的阴影，我使用白色的磨砂纤维板作为桌面，这也可以给朱莉的手臂一定的支撑，从而让她能够更轻松地拍摄

魅力反光罩

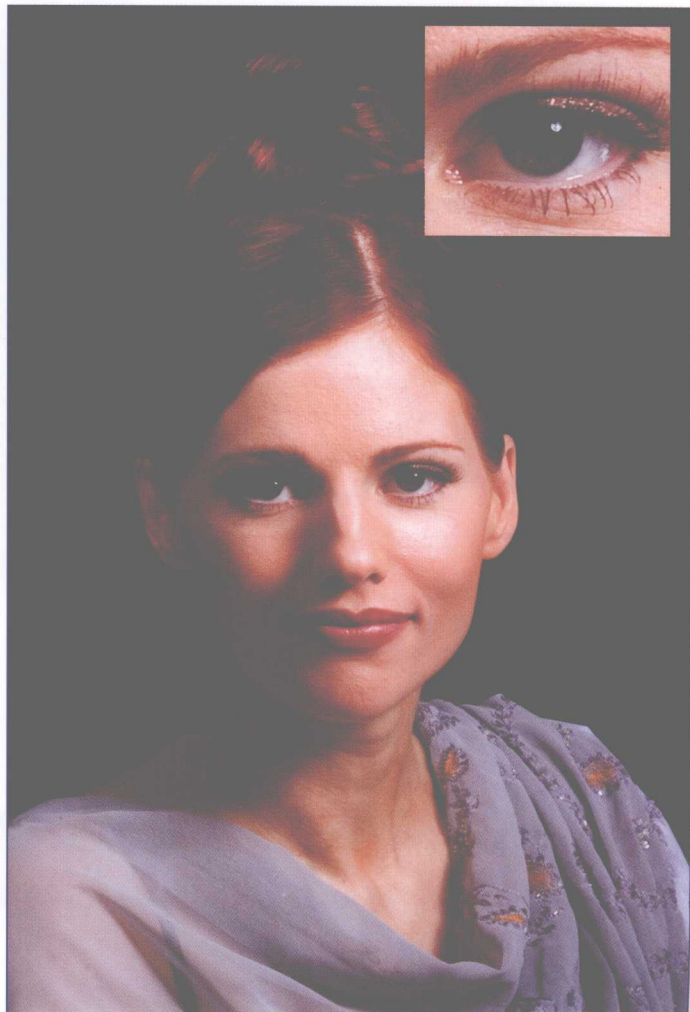
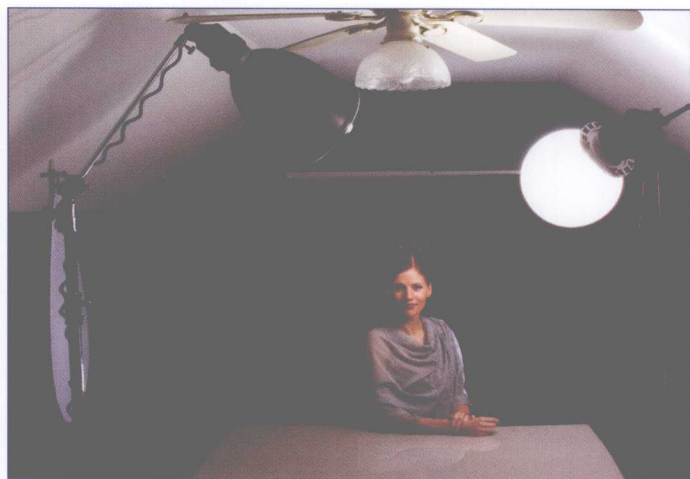
魅力反光罩是一种比较大的广角反光罩（直径约 0.4m），这种反光罩在闪光灯管中间有一个挡光板，这样可以将光线反射回反光罩。如果靠近主体使用能够减少主体脸上的阴影。使用这种反光罩照射出的光线品质要比柔光箱和球形柔光灯罩更干净，因此商业效果更佳。如果你的客户是商业公司，这将是一个很好的选择。

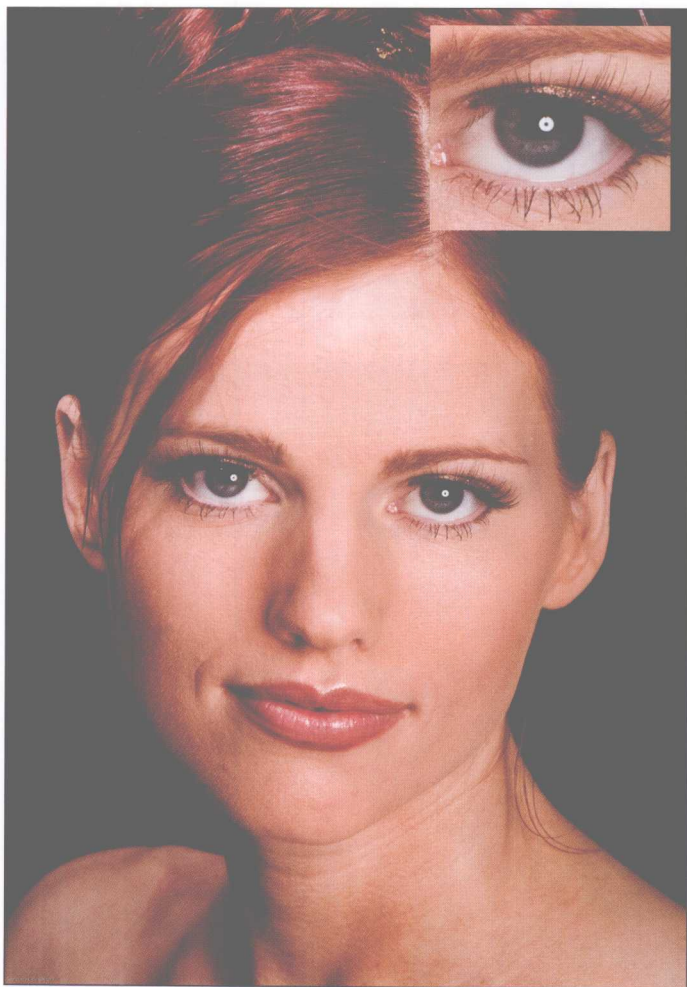
像球形柔光灯罩一样，魅力反光罩能够制造出圆形的眼神光，你可以在对页插图照片中观察到，然而由于反光罩中央有挡光板，眼神光的中央会有一个黑色斑点。

环形闪光灯（微距闪光灯）

设计环形闪光灯是为了能够在镜头外围制造出环形的闪光，这样能够获得均匀的光线照亮昆虫或者其他微距拍摄主体（因此，我有时称这种灯光为昆虫光）。由于这种灯光的品质具有唯一性，并且也能快速地安装好，因此在人像摄影时尚摄影中也广泛使用。

使用三脚架支架环可以将环形闪光灯直接安装在相机的机身上。这样你的镜头可以穿过闪光灯的中央，因此可以让你腾出手来。手持相机使用环形闪光灯拍摄时，为了获得精确的曝光，保证模特和你之间的距离固定这一点非常重要。相机稍微朝向或者远离主体都会改变灯光到主体的距离，这样曝光也需要相应改变。（注意：环形闪光灯也可以安装在三脚架上，但根据我的经验，这样会限制你的移动。）





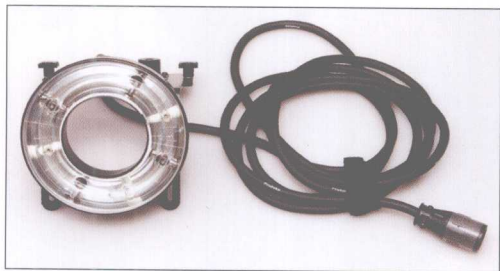
右上图的照片你可以看到模特看到的情况。左上图的照片你可以看到这种灯光拍摄出来的效果：商业摄影中没有阴影的最流行的灯光。注意照片中朱莉的前额稍微前倾，下巴向内微倾，眼睛向前看。这样会让脖子更滑顺（如果是男士，如果喉结很突出，这种方法能够让它不明显），并且让她的眼睛看起来更大



魅力反光罩

环形闪光灯与使用机顶闪光灯形成的眼神光（见朱莉人像照右上方放大照）比较相似。其最大的差别是，环形闪光灯形成的眼神光是圆形的，并且在瞳孔中会有黑色的斑点。同时也要注意瞳孔放大现象。

像魅力反光罩一样，环形闪光灯也是一种没有阴影的灯光，然而这种灯光形成的光线也比较硬。请注意这种灯光对朱莉脸型的塑造。因为使用这种灯瞳孔会放大，因此模特的眼睛也会更暗。



环形闪光灯



使用中的环形闪光灯
(摄影 Pam Voth)

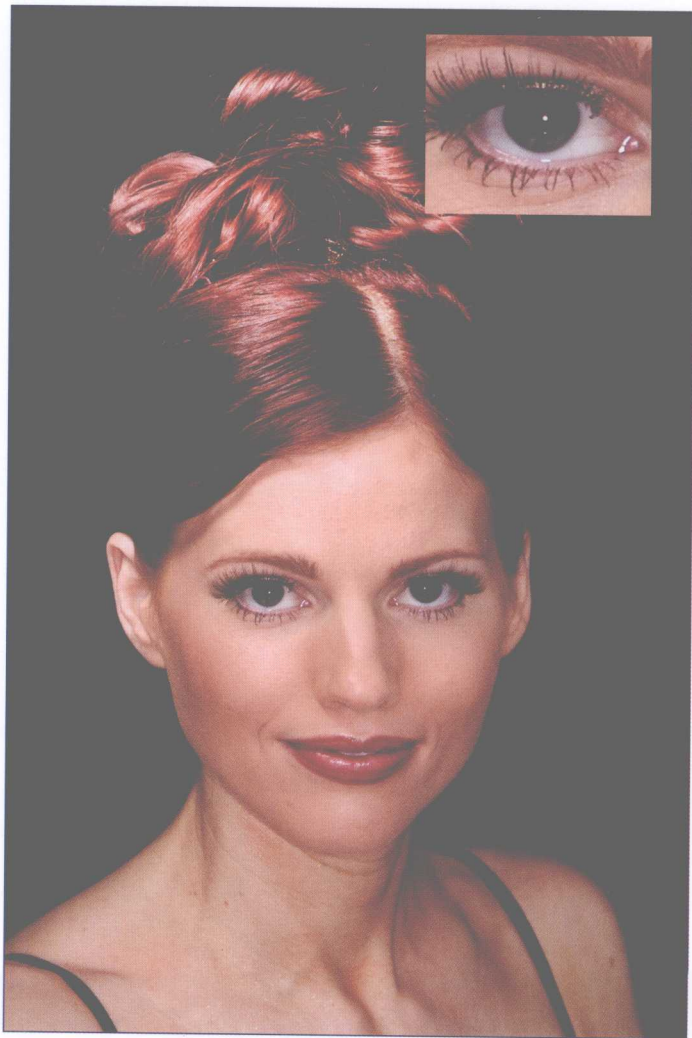
最后，因为环形闪光灯的光线品质和效果具有唯一性，因此非常适合特殊人像和时尚摄影。然而，你也要注意，环形闪光灯瞬间发射出的光线非常强。如果拍摄主体坐在环境比较暗的摄影室并且直接看着灯光，这样会让眼睛不舒服。当你准备好拍摄照片时，一定确保提前告诉主体，也可以给他们数数表示开始。因为主体离镜头非常近，环形闪光灯也会产生红眼现象，幸运的是，这种现象在大多数的影像修饰软件中可以非常容易地去掉。

经验交流

到此我们已经讲了很多关于摄影器材的内容，我打算以一个“我是如何来学会让拍摄更简单，有时却是最好的开始”的故事来结束这部分内容。我的经验是，善于倾听客户的建议能够节省你的宝贵时间。

我曾经为约翰·R·霍华德画廊工作，给他们拍摄艺术作品和建筑，有一次曾被要求去给约翰拍摄一张用在他们网站上的照片。在我思考如何来拍摄照片时，我突然想到了阿诺德·纽曼和他经典的艺术家在工作室环境的人像照片。因此，我在画廊中选定了位置并设计了复杂的灯光，我甚至带了4×5英寸相机，希望获得纽曼风格照片的感觉。

整个拍摄进展很顺利，我很喜欢这张人像，但是我的客户对最终的照片效果并不是很激动。他感觉照片中的他看起来非常僵硬，他希望拍摄出的照片中他是一个比较开朗、和蔼的老板，而不是让我的自我意念流露在



照片中，因此我决定听取客户的建议尝试再拍摄一次，最后我打算改在室外拍摄。他答应了，一个月之后（在这期间他也长了胡子）我再次给他拍摄了照片。这次我只带了闪光灯和 35mm 数码相机。我环顾室外的场景，发现太阳在一个小时左右就会移动 to 小松树林的后面，这样的场景将是很好的背景。最终拍摄的布光很简单，我只利用了背景光将主体和背景分离，使用闪光灯给主体补光。我大概只花了两分钟就设置好灯光，最终的照片客户非常满意。

这个故事告诉我们，摄影师往往可能会太在意使用器材而忽略了客户的需要。

下图室内拍摄的照片是我最初的想法，使用了复杂的摄影室灯光。我感觉这张照片构图和视觉效果很强，姿势也很经典，但是这张照片并不适合这位客户。右图的照片非常适合他。这张照片只是用了相机机顶闪光灯补充逆光下的阴影。我将佳能 D30 相机设置为程序快门模式，佳能 590EX 闪光灯设置为 E TTL 模式，并且将闪光灯的输出亮度增加为 +1



闪光灯的使用

尽管太阳光是我最青睐的光线，但是它常常并不理想。太阳要么在天空的位置不合适，要么躲在云层的后面。自然界的这种特性要求我们必须有效地使用闪光灯。如果使用恰当，并且采用一些创意技巧的话，这种经济的光源会产生非常不错的效果。

机身内置闪光灯

在极端环境拍摄时，我会使用相机机身内置的闪光灯。因为在这些环境下光线很难控制，通常只能获得还

算说得过去的效果。但是在这种情况下，如果使用一些小技巧，比如使用机身内置弹出式闪光灯，拍摄出来的效果还是要比没有闪光灯好很多。

闪光灯补光

不管是消费级还是专业的相机都可以让你增加或者减少闪光灯的输出亮度。你当然也可以增加或者减少相机的曝光。通过增加或者减少闪光灯的输出光亮，你可以找到闪光灯亮度与环境光亮度的最佳组合。



这张照片是在室外逆光环境拍摄。曝光数值为1/180s，光圈为f/6.7，没有使用闪光灯。我将相机设置为程序快门，让相机决定曝光。最终的效果非常不错，但是照片中的背景明亮的影调让主体人物的吸引力降低



这张照片采用了f/5.6 光圈，1/250s 快门速度。我将相机设置为程序快门模式，将内置闪光灯的输出亮度设置为+1。这就表示闪光灯的输出亮度要比相机的曝光亮度高出1挡光圈。最终的效果虽然比没有使用闪光灯好，但是在我看来这种效果有些太假，不自然



这张照片采用f/5.6 的光圈，1/250s 快门速度程序快门模式拍摄，闪光灯的亮度输出设置为-1。闪光灯的亮度要比相机的曝光低1挡。在我看来，这种效果更自然