

ALEX ● 著

ALEX

Photographers

解构人像摄影

用光 · 构图 · 主题创作技巧



- ◎ **用光线绘画** 突破思维定势 × 光源模拟 × 光的质感与反差
- ◎ **透过摄影眼构图** 线的延伸 × 结构的组合与变化 × 色彩的冲击
- ◎ **主题情境的打造与渲染** 人景合一 × 形与意的转换 × 力量与对比
- ◎ **模特的摆姿与情绪引导** 肢体语言的张力 × 心有所感的交织
- ◎ **新奇手法拍出不一样的作品** 以水做衣 × 潜水效果 × 壁画风格

络人气摄影师 Alex 最完整人像摄影技法代表作
Cview / 侯俊耀
AMERA 摄影志 / 骆志青
hotonet / 黄荣正

倾力推荐



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

图书在版编目 (C I P) 数据

ALEX解构人像摄影：用光·构图·主题创作技巧 /
ALEX著. -- 北京：人民邮电出版社，2011.8
ISBN 978-7-115-25678-2

I. ①A… II. ①A… III. ①人像摄影—摄影艺术
IV. ①J413

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第115998号

版权声明

本书经城邦文化股份有限公司流行风出版事业部授权，同意由人民邮电出版社出版中文简体字版本。
非经书面同意，不得以任何形式任意重制、转载。本书不得在香港、澳门特别行政区及台湾地区发行
及销售。

ALEX 解构人像摄影——用光·构图·主题创作技巧

- ◆ 著 ALEX
责任编辑 翟 磊
- ◆ 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 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京顺诚彩色印刷有限公司印刷
- ◆ 开本：787×1092 1/16
印张：13
字数：380千字 2011年8月第1版
印数：1-4000册 2011年8月北京第1次印刷
著作权合同登记号 图字：01-2010-8071号

ISBN 978-7-115-25678-2

定价：59.00元

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

反盗版热线：(010)67171154

广告经营许可证：京崇工商广字第0021号

ALEX

Photographers

解构人像摄影

用光·构图·主题创作技巧



ALEX◎著

人民邮电出版社

北京

内 容 提 要

在本书中，网络摄影家Alex将与您分享人像摄影的新思路，结合对众多出色摄影作品的解读，讲解如何培养一双发现美的摄影眼，打破自己的思维定势，引导模特的动作与情绪表达，在抓拍瞬间中渲染氛围，并点拨多种风格（如日系写真、高反差等）作品的拍摄要点。

本书巧妙地将人像摄影解构为构图、用光、模特引导和主题情境营造等关键点，采用构图框线示意、布光效果对比、模特引导口令等直观的方式将关键点各个击破。作者还在书中揭秘了拍摄众多创意作品的“新奇”手法，如高速快门拍摄“以水做衣”、巧妙布光模拟“潜水效果”、布景拍摄“壁画风格”等。

本书适合喜欢思考，在拍摄手法上标新立异的人像摄影师及人像摄影爱好者阅读。



满足你对摄影的不满

摄影，在数字化后似乎变得简单了，智能的数码相机加上众多的先进功能，让你几乎可以不用思考就能拍出一张照片。或许很多人认为，买了一台昂贵的相机，再加上顶级镜头，就能迈向成功的摄影之路，但真的是这样吗？

摄影可以快乐地玩、快乐地拍，并与好友交流，如果你觉得这样就够了，恭喜你！请继续享受乐趣，这是最幸福的事。偏偏有些人就是不满足，不满足自己的照片，不满足自己的作品，非要挑战自己的极限；相信我，如果你拿起了这本书，很不幸，你就是这种人。

我认识Alex有很多年了，这个永远不满足的“怪客”，总是想尽办法让作品变得更好。更让人佩服的是Alex不吝分享的态度，总是能看到他又开课了！Alex对摄影的热情，认识他的人都能感受得到，现在这位怪客又不满足讲课，写了这本书。

市面上已经有非常多的摄影书籍，教大家拍照时重视相机、快门、闪灯的使用，却很少见到关于相机背后关于“眼”和“心”的讨论；大家都很细心地研究摄影器材，却很少花时间钻研对影像的想法，非常可惜。

我很开心看到Alex写了这本书，让大家能分享这位怪客对影像的理解，也能了解到Alex对于人像摄影的坚持与创作理念；我喜欢Alex对每张作品背景的讲解，浅显易懂的文字说明，能让读者了解拍摄过程；如果能花点时间细心体会，你将能看到Alex对于美学及影像创作上的执着，这又是一种摄影与影像创作的魅力。看完这本书，您能不满足吗？



Photonet摄影网络杂志社长 黄荣正



他的摄影伴我茁壮

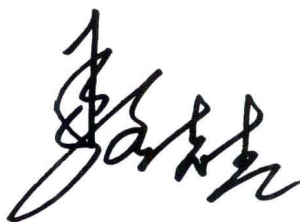
再过10分钟，就要登机了，在候机楼等待的一群伙伴，都是跟随着《网络摄影家》和《CAMERA摄影志》联合举办的人像创作与人文外拍活动的报名学员，这是我和Alex近期一起参与的拍照活动。看过、参加过Alex的人像外拍的人，都能亲身体验到整个过程，绝对是优秀创意与完美快门的飨宴，从想法到成果的呈现，总是伴随着惊艳与赞叹；每一次的影像张力，都是人像摄影的一大步。记得在飞机上，还有人跟我开玩笑说，万一飞机掉下去了，中国台湾地区的人像摄影绝对会退后好几年，当时在飞机上有Alex、我和Herman老师……

跟Alex结缘，始于年前的《Photonet摄影网络》杂志，我跟当时的社长黄荣正（Jerry）专程开车到新竹，为的就是一睹Alex的风采，当然也是想请他写个专栏。从那时候开始，每月的杂志总是会有人期待看到Alex的专栏，这个专栏也为杂志带来很多反馈，离开《Photonet摄影网络》，经过《绝色光影》，回到《DIGIPHOTO》，可以说我是看着Alex的文章和照片茁壮成长的。

2008年我离开《DIGIPHOTO》，自己成立了《CAMERA摄影志》，邀请人像摄影造诣很高的Alex担任杂志的艺术总监，众多读者反应热烈：每次看着他的文章和摄影作品展示都是一种享受。

本书集他近期精华作品于一身，照片与文字精雕细琢，阅读本书定能提升人像创作的功力。

我衷心推荐本书，本书展现了人像创作更高的水平，让我们好好翻阅、品味Alex这本呕心沥血之作吧！



《CAMERA摄影志》发行人兼社长 骆志青

引领「心」的人像摄影风潮

在人像摄影领域，Alex一向以勇于开拓创新、风格鲜明而著称。

在影像的构思、气氛的营造、计划的执行，乃至将整个大的题材萦回于心中情境，最后付诸于执行和实践，Alex更是杰出的代表人物。

其实，在影像的实践上，我们很难单纯地将Alex定位为摄影师或摄影老师；更贴切的定位应该是：Alex像是一位电影的导演、制作人，故事原著等多重角色，涵盖了主题的构思、细节的转折、道具的张罗、场景的选择、主角的确认、意境的表现、拍摄的执行、现场的调度指导、成果的后制作等，这一切都围绕在他想呈现的意念上，并有节奏地进行着。

这些方式和角色是刚开始进入人像拍摄领域，执着于器材、技巧、后期等层面的摄影师所无法了解的。更多的时候，大家很容易沉迷于器材、钻研技术层面，或依赖于后期处理。更好的器材及技巧，固然可能带来或鲜明或强烈的影像，却无法保证做出有意境、有故事、令人难忘而隽永的影像。影像的根本在于镜头后面的心灵与思考，不是单纯地停留在器材和技术层面。

我诚挚地向各位推荐本书！它是市场上少见的，从影像的构思到执行前的思考，以全方位的角度介绍如何完成心中影像的最佳参考书。在过去，这样的书常流于理论而且深奥，可以做到本书这样颇具启发性，但又不失实用，相当难得！

借助大量精彩的影像、发人深思的解说，Alex为大家打开了一扇窗，用不同的视野及角度，展现了影像创作的宽广天地。

我相信本书的诞生，会为人像创作注入新的力量，引领更多杰出的摄影师，开启“心”的人像摄影风潮！

侯俊耀

DCView数码视野站长 侯俊耀 (Herb)

轻松突破取景窗的局限， 拍出个人风格

自序

本书既然是以我的风格讲解人像摄影表现技法，那就从我自己的观点来解说一下人像摄影吧！有了风格，必然有个人的表现方式，因此，在拍摄技法和过程中或许没有固定的标准，但必然存在个人观念。本书的写作风格力求轻松、自然，就像我平常讲课一样，没有咬文嚼字的叙述，更没有深奥难解的术语，就是把我想、所拍一一道出来分享，希望各位读者能喜欢这种方式。

在我看来，器材对于摄影，只是一个表现的工具；能够活用这些工具，才能随心所欲地发挥想象和创意。我撰写本书的目的，就是希望帮助大家了解，充分掌握器材特性后，便可以变化出很多风格的表现方式，让拍摄不再受制于取景窗的局限，而在拍摄中注入自己的意象、情绪、故事、观点等，拍出自我的风格。器材就像笔，要写出什么文章、意见和故事，完全由您掌控。

数码摄影的发展无可限量，我有幸能与各位一起经历从传统摄影迈向数码摄影的阶段，此间在观念上的取舍，以及摄影美学的坚持等，都影响了我们对影像之美的定义。站在影像创作的时代转折点上，我们以历史悠久的绘画为基础，加上先进的数字科技、软件和器材，能孕育出什么样的视觉爆发力？这正是我想要通过这本书与各位分享的新视界。









ALEX

解构人像摄影

用光、构图、主题创作技巧

CONTENTS

目 录

【第1章】人像摄影的心思维

14

形与意的转换

15

突破习惯领域

17

心是宽广的窗口

18

01 | 摄影眼的判断

20

点的形成

21

线的延伸

26

面的构成

35

色彩的冲击

40

窗口的框取

43

构图方向的选择

44

宾主的关系

46

02 | 感动的瞬间

50

欢乐喜悦的氛围

50

无穷张力的震撼

54

眼神交会的瞬间

59

心有所感的交织

64

光影投射的精彩

68

不经意的记录

74



【第2章】模特的引导与拍摄角度技巧

78

- 01 | 术语沟通 80
- 02 | 直接引导 94
- 03 | 间接引导 96
- 04 | 寻找角度 102
- 05 | 情绪掌控 106
- 06 | 高难动作 114
- ALEX摄影·辑 122

【第3章】拍摄手法与风格

134

- 01 | 日式写真风格 136
- 02 | 西式人像摄影风格 142
- 03 | 快速抓拍自由捕捉 148
- 04 | 主题摄影的创作 152
- 05 | 汽车旅馆内的风情 160
- 06 | 高反差的广角张力 166

【第4章】ALEX的摄影实践

172

- 01 | Amanda, 海山渔港 174
- 02 | 亮亮·写真 176
- 03 | Sara & 阿浚·婚纱摄影 178
- 04 | 溪流·泳装·双人之美 180
- 05 | 动感嬉皮风 182
- 06 | 自由不拘束的悠闲 184
- 07 | 实验作品：水衣 186
- 08 | 敦煌飞天 188

【第5章】常用器材介绍与建议

190

- 01 | 机身 191
- 02 | 镜头 193
- 03 | 闪光灯 194
- 04 | 离机无线引闪器 195

人像摄影的心思维

摄影基本心法

“一张好作品令人感动的关键，都必然来自于心。只有用心去看、去框选风景，才能跨越国界、时空，感动所有的人。”

“照片太漂亮，以至于看不到摄影者的心。懂得摄影技巧并不是学摄影的第一步，什么是你自己的眼光、自己的美感，那才是最重要的。”

——国际知名摄影大师 柯锡杰



正如旅行家所说，走在日本高山市的街头，真的看不到年轻人。这个村子老了，老得看不到前景，年轻人纷纷前往都市求发展，只留下很有味道的传统日式建筑，等着游子偶然返乡。

这样的光影与天空的气氛正是我想要的，突然走来的老太太虽然出乎预期，但我停下来，等着她进入我的画面中；不必抬头，就这样低调地让自己的镜头融入属于老人的村落。

形与意的转换

拍到你所看到的，大多数的人都会，而拍到你所想到的，影像才能表现出你的独特内心。

用心去拍摄，并不是空无依据，而是一种态度与方式。记得在某年大学摄影课堂上，有同学分享了他的摄影经验。他喜欢一早就背起相机、骑车外出，看到什么就拍什么，当然也拍到了许多光影交错的树影、宏伟的建筑、喧闹的集市、可爱的小孩、忙碌的上班族与街景等。摄影对他来说是一种释放与休闲，但也期望从影像中表现出什么。就摄影技巧而言，他已经非常优秀了，但是，他认为自己的瓶颈在于观察与按下快门之间的想法，往往只表现在形式上而意未到。我很高兴他有这样的直觉，而这种直觉往往就是摄影突破的关键。

形的表现，如前文所述，是看得见的、直接表述的；而意的表现，往往就在于经过思考和转换得到的结果。因此，形与意之间就会有一个隔阂，拍到“形”却可能失了“意”，而不知所云；或想表现“意”却也找不到“形”可以替代。

形与意之间哪个为先，并没有标准答案，而在于你自己的感受力。举例来说，有人喜欢猫，他可以将猫的行动用拟人化的方式表现出来，也就是用心去模拟猫的一举一动，将自己的想法投射在猫的眼神、动作、玩耍、神情上，其镜头下所呈现出来的便不只是猫的形体，而是摄影者自己的意念。



门、墙、老人的背影，
都比不过海报上精神抖擞的警察引人注目。