



邢亚辉

/ 编著

飞思数字创意出版中心 / 监制

PORTRAIT PHOTOGRAPHY

全方位解读
人像摄影
用光技巧



经典的用光模式

神奇美化的大包围光

变幻莫测的混合光 室内实景的模拟光

主题风格的光线

创意用光 外景控光

人像摄影用光 完全攻略



电子工业出版社

PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

邢亚辉

/ 编著

飞思数字创意出版中心 / 监制

人像摄影用 完全攻略

光

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

本书既是一本实用的人像摄影用光的教材，更是用光实例的积累。在光线的剖析上，重点列举了大量的图片做示例，并且使用了分解测试的构成方法，让读者更能细腻、系统地理解光线的基础作用与光效的种种可能。从光线的基础构成到经典的用光模式、从大包围光到时尚的混合光、从室内实景的模拟光到主题风格的光线运用技巧，以及创意用光、外景人像的用光等都有详细的实例讲解，力求全面、细致、明了，是一本不可多得的用光秘籍！

本书适合广大摄影爱好者阅读。

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目（CIP）数据

人像摄影用光完全攻略 / 邢亚辉编著. —北京：电子工业出版社，2012.9
ISBN 978-7-121-17172-7

I. ①人… II. ①邢… III. ①人像摄影—摄影光学 IV. ①J413

中国版本图书馆CIP数据核字（2012）第106613号

责任编辑：姜 伟

特约编辑：赵树刚

印 刷：北京画中画印刷有限公司

装 订：

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编：100036

开 本：787×1092 1/16 印张：19.5 字数：499.2千字

印 次：2012年9月第1次印刷

印 数：5000册 定 价：79.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888。

质量投诉请发邮件至zlts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：（010）88258888。



想编写一个系列摄影教材的想法久矣，这是呈献给大家的第一本。唯恐本人才疏学浅，难免有些惶恐，呵呵。在亲朋好友及我的学生的支持下，还是完成了这个任务，这也是我从事人像摄影十几年的一个积累。

在从事摄影教学以来，总是有学员问我类似的问题，“光线应该怎么打”、“老师！我有四盏影室灯，应该怎么布光”。我往往无言以对，因为你都不知道你想要拍什么，我哪里知道你的灯应该如何布！郁闷，这就像你去一个餐馆吃饭，你问服务员：“我今天要吃什么呢？”服务员哪里知道你要吃什么！你首先要明确你想要吃什么，然后才能点菜。这和人像摄影的用光一样，你首先要明确你想要拍什么主题，然后你才能“点菜”：是用软光还是硬光、用包围光还是三角光，其实用光就是这么简单。

本书既是一本实用的人像摄影用光的教材，更是本人长期教学经验的积累，在我办的邢氏影像学堂的教学中也取得了良好的实效。本书在光线的剖析上，重点使用了大量的图片做示例，并且使用了解析测试的构成方法，让读者更能细腻、系统地理解光线的基础作用与光效的种种可能。从光线的基础构成到经典的用光模式、从大包围光到混合光、从室内实景的模拟光到主题风格的光线运用技巧，以及创意用光、外景人像的用光等都有详细的实例讲解，力求全面、细致、明了，我想这也是全攻略应该具有的特点吧！

说了这么多，还是请各位读者直接阅读本书，它将会带您进入一个光线的世界！

文无第一、武无第二，书中难免有争议的地方，希望读者多提宝贵意见。

邢亚辉

2012年6月 于北京亿海园





目录 contents

第1章 光线的五大构成

- 2 主光
- 4 辅助光
- 6 轮廓光
- 9 背景光
- 11 修饰光

第2章 光线的五大特性

- 18 光位
- 18 顺光
- 19 前侧光
- 19 侧光
- 20 侧逆光
- 20 逆光
- 21 顶光
- 21 前顶光
- 23 低脚光
- 23 地脚光
- 24 光质
- 24 硬光 (直射光)



- 25 软光 (散射光)
- 26 光亮
- 26 强光
- 27 弱光

28 光比

30 光色

第3章 光线的四大基础组合

36 单灯

36 表现被摄者的个性

36 特定环境使用单灯

37 突出质感

38 双灯

38 平光

39 主辅光

41 主光、轮廓光的双灯布光

43 主光、背景光的双灯布光

46 主光、修饰光的双灯布光

47 三灯

47 三灯平光布光

48 主辅光加地光组合

48 主辅光加轮廓光组合

49 主辅光加背景光组合

49 主光、地光加反光板组合

50 主光加双轮廓光组合

50 鳄鱼光主光加背景光组合

50 鳄鱼光主光加轮廓光组合

51 主光加双背景光

52 主光、轮廓光加背景光组合

53 四灯

53 平光布光

57 立体光布光

58 主辅灯加地灯加轮廓灯

58 上下夹光加双侧逆灯

59 主辅灯加双背景灯

第4章 光线的曝光与测光

64 正确理解曝光



64	光圈
64	快门速度
64	感光度
65	准确曝光
66	曝光与测光之区域曝光理论
70	直方图在摄影上的应用
71	典型的直方图形状与对应的曝光状况
71	平滑型——曝光正确照片的直方图
71	左坡型——曝光不足照片的直方图
71	中凸型——灰蒙蒙照片的直方图
71	右坡型——曝光过曝照片的直方图
72	中凹型——高反差照片的直方图
72	特殊型——高调与低调照片
72	高光警告
73	曝光与测光之向右曝光
74	测光模式
74	点测光
74	中央重点测光
75	矩阵测光

第5章 经典布光之三角光

80	不同光源
81	光比
83	不同角度
85	三角光在时尚人像中的运用
86	三角光在男士人像中的运用
87	三角光在古典画意拍摄中的运用



第6章 经典布光之蝴蝶光

92	不同光源
93	投影位置
94	补光
97	不同角度的蝴蝶光运用
99	蝴蝶光在时尚人像中的运用
100	蝴蝶光在古典人像中的运用
101	蝴蝶光在男士人像拍摄中的运用

第7章 经典布光之夹光

106	上下夹光（鳄鱼光）
106	主光硬光+柔光补光

- 107 主光硬光+反光板
- 107 主光柔光+柔光补光
- 108 主光柔光+反光板
- 109 左右夹光
- 111 十字夹光
- 113 对角夹光

第8章 经典布光之环形光与球形光

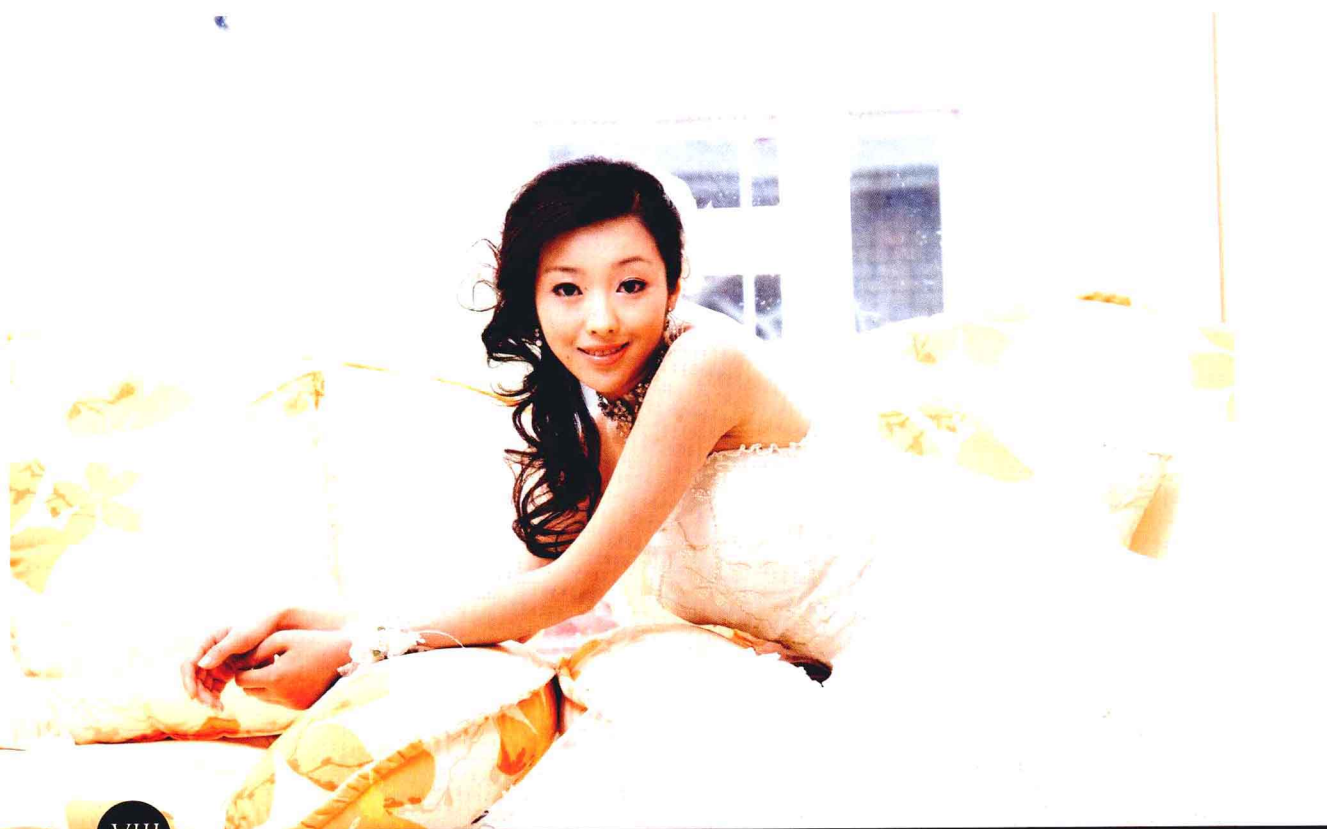
- 120 不同光质的环形光效
- 120 柔光
- 121 反光伞
- 121 硬光
- 124 球形光
- 125 球形光的布光

第9章 神奇美化的大包围光

- 132 一灯先行
- 133 两面双灯
- 137 三灯鼎力
- 140 四面埋伏
- 143 五灯俱全

第10章 变幻莫测的混合光

- 150 不同光源的混合光
- 150 闪光灯+室外太阳光
- 152 人工持续光+室外太阳光
- 153 不同色温的混合光
- 154 不同光质的混合光
- 156 软硬光质混合，适合抓拍
- 157 硬光（主光）+反射光



第11章 独特灯光的巧妙运用

- 162 顶光
- 162 阳光一般强烈的顶光
- 163 云朵遮挡般的柔化顶光
- 165 阴天一样细腻的顶光
- 166 神秘逆光
- 166 强调轮廓增强立体
- 167 空间的塑造
- 168 渲染气氛
- 169 眼神光
- 170 影室灯



第13章 典型主题风格的独家布光

第12章 室内实景拍摄的模拟布光

- 176 实景影棚拍摄的技术要点
- 176 模拟自然光照
- 176 合理搭配道具和对画面细节的掌控
- 177 科学的透视和正确的比例
- 179 恰当的景深营造
- 179 情绪刻画情景交融
- 182 简洁半实景的布光
- 183 选择合理的背景比例与尺寸
- 183 合理的搭配道具
- 184 模拟场景使用光线
- 186 三维立体实景布光

- 198 私房照
- 199 准备
- 199 用光
- 200 单灯
- 201 软硬光
- 202 双侧逆包围光
- 204 中国风主题用光
- 204 古典唯美
- 206 工笔重彩主题风格
- 207 时尚国风
- 210 经典传统
- 212 水墨主题风格
- 218 小清新主题
- 218 逆光加反光板
- 220 哥特风格
- 222 动漫主题

第14章 巧妙的创意用光

- 230 摇曳光斑
- 233 炫影多彩
- 235 慢速闪光
- 236 光的轨迹

第15章 大自然中的外景控光

- 244 补光工具
- 244 反光板
- 247 多个反光板组合使用
- 250 人工光源
- 254 利用光线
- 272 控制光线
- 282 特殊环境——夜景
- 288 特殊环境——城铁





第

①

章

光线的五大构成

摄影是用光线来作画，我们摄影师离不开光线。人像摄影中光线更是摄影师的必修课，那么本章就从用光的基础构成部分讲起。人像摄影用光的基础构成包括主光、辅光、轮廓光、背景光和修饰光。

主光

在人像摄影中布光中占支配地位的光，主要塑造人物形象、形体的光线。在画面中主光起决定性作用，其他光线起陪衬作用。作为主光照明的光源性质并不是单一的，我们可以根据主题要求变换选择不同的灯具来做主光照明。



使用裸灯硬光做主光照明，被摄者受光面积较大，反差大、立体感强。

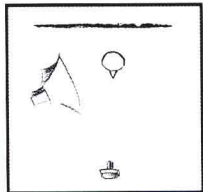


使用裸灯加蜂巢硬光做主光照明，被摄者受光面积较小，反差较大、立体感强、重点突出。





使用裸灯加聚光筒做主光照明，被摄者受光面积非常小，反差很大、立体感强、强调被摄者的局部。



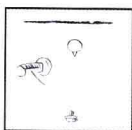
使用柔光箱做主光照明，被摄者受光面积较大，反差较小、立体感较强，随着柔光箱面积大小的变换光效也会有所变化。这里列举了一些常用为主光的照明工具，我们在具体运用中，要根据主体特征、主题要求，灵活选择使用。



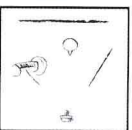
使用柔光伞做主光照明，被摄者受光面积大，反差过渡较柔和、立体感较强、整体人物较为明亮。

辅助光

与主光源相对的就是辅助光也叫补光，主要针对由于主光照明所形成的暗部，起到平衡亮部与暗部的明暗之比的作用。显示人物阴影部分的质感，帮助主光完成形象塑造，我们也可以选择多种辅助灯具或工具来进行补光。



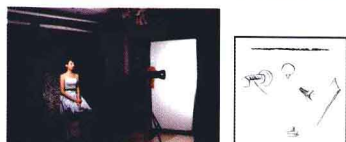
这是使用了硬光源做主光照明，而没有使用任何辅助光补光的光效。被摄者反差大、过渡生硬。



这是使用了反光板做暗部的辅助补光，人物暗部略有提亮和层次。随着调整反光板的距离，补光效果不同。



辅助光可以是在自然环境中的反射光，也可以是闪光灯，一般都会在光位、角度和投射距离，选择与控制光照的强弱、光质的软硬等方面，以有效地发挥主、副光的造型作用。一般情况下辅助光的亮度，应该低于主光，根据画面的主题及拍摄对象的不同，选择辅助光也会不同。



使用了闪光灯照明反光板的反射光做暗部的辅助补光，人物暗部层次丰富、明暗反差较小。



使用柔光箱做暗部的辅助补光，人物暗部层次丰富、明暗反差较小，这是我们常用的辅助照明工具。

轮廓光

轮廓光是来自被摄体后方或侧后方的一种光线，具有很强的造型效果。它能有效地突出被摄体的形态和线条，区别被摄体与被摄体、被摄体与环境背景的关系，特别是被摄体的影调或色调同背景混为一体时，轮廓光能够像画家手中的笔一样，清晰地勾画出被摄体引人注目的轮廓，主要是为了使被摄体突出，拉开与背景的空间距离，既使被摄体“跳”出来，又增加画面深度。



使用轮廓光，使女孩产生晶莹剔透的感觉。对鼻梁的塑造挺拔的作用。