



Rick Sammon人像摄影完全指南

面对面

face to face



O'REILLY



Rick Sammon 著

杨燕超 常征 等译

清华大学出版社

面对面

Rick Sammon人像摄影完全指南

Rick Sammon 著

杨燕超 常征 等译

O'REILLY®

BEIJING • CAMBRIDGE • FARNHAM • KÖLN • SEBASTOPOL • TAIPEI • TOKYO

O'Reilly Media, Inc. 授权清华大学出版社出版

清华大学出版社

Copyright ©2008 by O'Reilly Media, Inc.

Authorized Simplified Chinese translation edition, by O'Reilly Media, Inc., is published by Tsinghua University Press, 2008. Authorized translation of the original English edition, 2009 O'Reilly Media, Inc., the owner of all rights to publish and sell the same.

All rights reserved including the rights of reproduction in whole or in part in any form.

本书之英文原版由O'Reilly Media, Inc.于2008出版。

本中文简体翻译版由O'Reilly Media, Inc.授权清华大学出版社于2009年出版。此翻译版的出版和销售得到出版权和销售权的所有者——O'Reilly Media, Inc.的许可。

版权所有, 未经书面许可, 本书的任何部分和全部不得以任何形式复制。

北京市版权局著作权合同登记

图字: 01-2009-1357号

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签, 无标签者不得销售。

版权所有, 侵权必究。侵权举报电话: 010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

面对面: Rick Sammon人像摄影完全指南 / (美) 沙蒙 (Sammon, R.) 著; 杨燕超等译.

—北京: 清华大学出版社, 2009. 6

书名原文: Face to Face: Rick Sammon's Complete Guide to Photographing People

ISBN 978-7-302-19578-8

I. 面… II. ①沙… ②杨… III. 人像摄影—摄影艺术—指南 IV. J413-62

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第020741号

责任编辑: 冯志强

封面设计: Monica Kamsvaag, 张 健

责任校对: 徐俊伟

责任印制: 李红英

出版发行: 清华大学出版社

地 址: 北京清华大学学研大厦 A 座

<http://www.tup.com.cn>

邮 编: 100084

社 总 机: 010-62770175

邮 购: 010-62786544

投稿与读者服务: 010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质 量 反 馈: 010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印 装 者: 北京嘉实印刷有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 185×260 印 张: 18.5 字 数: 462 千字

版 次: 2009 年 6 月第 1 版 印 次: 2009 年 6 月第 1 次印刷

印 数: 1~4000 册

定 价: 75.00 元

本书如存在文字不清、漏印、缺页、倒页、脱页等印装质量问题, 请与清华大学出版社出版部联系调换。联系电话: (010)62770177 转 3103 产品编号: 030632-01

译者序

本书由著名的旅行和探险摄影师Rick Sammon编写，深入浅出地介绍了人像摄影的技术和方法。全书包括5部分，49个课程，内容涉及基本人像摄影概述、摄影哲学、室内摄影、室外摄影，以及Photoshop照片增强技术等。本书内容丰富、技术专业、图文并茂，是一本不可多得的人像摄影入门读物，适合各类摄影爱好者阅读。

作者在书中首先提出了人像摄影的哲学和创造性建议，相机是双向拍摄的，“在拍摄主题时，我们也在拍摄自己的一部分。”探讨了摄影师的态度和活力如何反映到主题的照片上，以及形成现场感的价值，还介绍了为文化背景不同的人们拍照的方法，以及一些照片幕后的小故事。

本书介绍的人像摄影技术也非常实用。书中提供了数百幅原始照片，连同解释技术和原理的注解；介绍了低光和亮光条件下的室外摄影技术，以及捕捉动作、拍摄侧影和拍摄团体照片等室外技术，还介绍了使用闪光灯和闪光灯装置的室内技术，以及拍摄剪影、使用镜子等其他室内技术。

本书作者Rick Sammon是一位著名的旅行和探险摄影师，他每年都会通过旅行来寻找新的图像和创作灵感，其足迹已经遍及100多个国家和地区，包括北极、南极洲、非洲、不丹、巴西、加拉帕哥斯群岛、印度、印度尼西亚、尼泊尔和巴布亚新几内亚。Rick还是一位多产的畅销书作家，他已经出版了27本书，其中包括《Rick Sammon旅行和自然摄影》、《图像的思想》和《Rick Sammon数字摄影完整指南2.0》。他每年都在世界各地举办工作室和展示会，还在网站上举办联机课堂。

参与本书翻译的除了封面署名人员之外，还有杨继萍、兰星、陈一婧、孙江玮、王泽波、祁凯、李海庆、王树兴、苏静、朱俊成、王敏、赵元庆、张瑞萍、高孝峰、杨光琳、王黎、李乃文、安征、孙岩、吴俊海、康显丽、邵立新、辛爱军、王立新、郝相林、刘万军、王健等人。由于时间仓促，水平有限，疏漏之处在所难免，敬请读者朋友批评指正，可以登录清华大学出版社网站www.tup.com.cn与我们联系。

致谢

如果你在阅读这些致谢辞，可能会寻找你的名字以及某些我可能说过的与你有关趣事，也可能有兴趣了解是哪些人因帮助我完成此书而出现在“感谢”列表上。事实上，在这部作品以及我的摄影生涯中，曾经帮助过我的人很多很多。如果你是其中之一，希望在本“致谢”部分我能记得向你致以恰当的感谢。如果你在本节没有看到自己的名字，请闲时发电子邮件给我，以提醒我暂时的失忆。我保证会记着在下一本书中把你加上！

使本书面世的人是Steve Weiss——O Reilly公司的策划编辑。从事任何创造性的工作都绝非易事，而Steve的掌舵使本书制作过程得以平稳度过。

O Reilly公司为我工作的编辑Audrey Doyle，不仅要发现我所有的打字错误，而且要理解所有的文字和照片，并将它们塑造成本书这样易于理解的课程。这当然不是一项简单的任务。

James Duncan是本书的技术编辑。我从未见过此人，但他发现我遗漏了某些技术要素，这

使我免于在博客上再向读者写“致歉信”。

在本书制作过程中，O Reilly公司其他一些人员也扮演了重要角色：Dennis Fitzgerald，总编；Ron Bilodeau，版式设计；还有Steve Fehler，封面设计。他们帮助我将此作品以最吸引人的方式呈现给读者，所以都应得到我深深的谢意。我还要感谢Derrick Story——他虽未直接参与本书，但对本书提供了道义上的支持和建议。

我不是唯一参与本书的Sammon家族成员。我的父亲Robert M. Sammon——曾经教我如何用Linhof牌4×5英寸观测照相机拍照，在我将本书寄给Audrey之前阅读了全部课程并提出了建议。我的儿子Marco，帮助我处理了某些照片。我的妻子苏珊，在我宣布要飞往蒙古、非洲、南极或纳米比亚等地为本书拍照时从未有过任何抱怨。

深深感谢Adobe公司的产品推广员Julianne Kost，他在1999年激励我进入Photoshop的世界。Adobe公司的Addy Roff也应得到我的感谢，她给予我在全国的行业展示会上展示自己的Photoshop技术的机会。

就职于苹果公司的一些朋友也在本书创作过程中对我提供了帮助，他们使我熟练掌握了Aperture软件，这加速了我的数字成像工作流程。因此，更多谢辞要送给Don Henderson、Fritz Ogden、Kirk Paulsen和Ann Townsager。

在数字成像行业以各种方式帮助过我的其他朋友包括：MacSimply and Rickspixelmagic.com网站的Devid Leveen、onOne软件公司的Mike Wong和Craig Keudell、《室外摄影》和《PC照片》杂志的编辑Rob Sheppard和Wes Pitts、Nik软件公司的Ed Sanchez和Mike Slater、Shutterbug杂志的编辑主任George Schaub、F.J. Westcott公司的Kelly Mondora、Bogen Imaging公司的Kriss Brunngraber、《Photoshop用户》杂志的编辑Scott Kelby以及《图层》杂志的编辑Chris Main。

对于我的在线数字成像实验室Mpic.com网站而言，我要感谢Joe Dellasega、John Rank、Dick Coleman和Richard Miller，感谢他们对我工作的持续支持。

就职于佳能（美国）公司的Rick Booth、Steve Inglima、Peter Tvarkunas、Chuck Westfall和Rudy Winston，是我的工作和摄影讲座的热情支持者。在佳能专业服务公司（Canon Professional Service, CPS）的朋友同样如此。我要感谢这些杰出的人！我使用的佳能数码单反相机、镜头以及附件，都曾帮助我为本书捕捉尽可能最佳的照片。

我因为要使用存储卡（我拍摄RAW文件，因此要使用4GB和8GB存储卡）和读卡器而经常与Lexar公司的Jeff Cable会面，帮助我带回旅途中拍摄的大量照片。

对我而言，我的摄影工作室的学生曾经而且总能给予我奇妙的灵感。许多学生为我展示了新的数码暗室技术，其中某些已被我用于此书。在我的工作室开办期间，我发现一条古老的佛教格言的确是真理：“老师向学生学习。”

因此，我要感谢大家，没有你们我不能完成此书！

序言

Rick Sammon已经创作了27本关于摄影和照片保存的书籍，但他告诉我这是他特别喜爱的一本。他的照片清楚地揭示了原因所在。他真地是一位热爱用相机来连接人们（不同文化背景的人、年轻和年老的人）的摄影师。他以卓越的敏感、强烈的自尊和巨大的热情来拍摄人像。

我认为Rick对人着迷源于他的父亲，后者曾与Edward R. Morrow一起是早期著名电视节目“人对人”的导播。Rick与父亲非常相似，也有创造性头脑、强烈的职业道德以及友善有礼的待人方式。Rick的父亲现在仍对他有巨大影响，即使在视力有问题的情况下，仍继续辅助Rick著书、写文章、录制电视节目。有什么样的父亲，就有什么样的儿子；Rick已经将这些品质传递给他15岁的儿子马可——该名字取自著名意大利探险家马可·波罗。

为文化背景与你相同的人们拍照要比为其他文化背景的人拍照容易得多。你必须对其他文化有一定理解，并对文化差异保持敏感。身体语言可以扮演重要角色，但你必须非常谨慎。例如，竖起拇指在某些文化中是接受或赞成的信号，但在其他文化中可能有非常

不同的意义。身体语言可能变为下流语言。个人空间是另一项要考虑的因素。有些文化要求在摄影师与被拍摄者之间有较大距离才能感觉自在。对Rick而言，首先花些时间与被拍摄者建立友好关系和信任乃是惯例。有时候，他会以魔术技巧来取悦他们，在不丹拍摄一群僧侣时他就是这么做的。

如果花时间看他的照片，你会注意到：大部分照片都是主题与Rick之间继而是主题与你——即观看者之间直接的目光接触。他照片中的人们都有真实的举止，你能体验到被拍摄者坦率和信任的感情。Minor White强调了友好关系和信任的重要性，他写道：“人像拍摄的创造性涉及到在两人之间只有照相机时如何调动友善、互不设防和互信的情绪。”

正如谚语所说，眼睛是“心灵的窗户”。但眼睛位于脸部背景当中。脸上大约有50块肌肉，它的很多可能的表情都使你意识到立即按下快门是多么重要。能够理解那些细微而快速的表情变化并迅速做出响应是基本要求。对我而言，Rick的照片不只是“面对面”，还是“眼对眼”。

观看他的照片的有趣之处在于，作为观看者的你可以花费任意多的时间，眼对眼地盯着一张照片观看，其间不用中断目光的接触。在人对人的情况下，如此目不转睛会使人感觉不舒服。

当观看Rick的照片时，你会注意到：他已经仔细地使主题位于能够为被拍摄者提供背景的位置。以出现于本书“简介”部分的照片为例，照片中是一位年轻美丽的古巴女孩，身着蓝色服装（蓝色上衣和蓝色牛仔裤），坐在一辆蓝色旧汽车（这样的汽车在古巴很普通）的引擎罩上，两腿交叉，面带自然的微笑，表情轻松。蓝色旧汽车和车后古老的石墙提供了背景。

如果必须从本书中选择特别喜爱的照片，我会很大的难度。不过，有一张照片已经完全使我着迷。该照片也出现在“简介”中，还出现在封面上，是三名年轻美丽女孩的特写镜头，她们的笑脸充满了画面。目光接触是直接、开放和信任的，你能够感受到强烈的现场感。对我来说，这三个女孩简直就是“三位女神”的象征。我已经很多次地欣赏这张照片，而且还会继续这么做。它是如此迷人。我知道，它是Rick非常喜爱的人像之一，因此被Rick选作了本书的封面。

Rick在外景地而非摄影室拍摄的许多人像，都属于“环境肖像”流派。当代伟大的人像摄影师之一Arnold Newman就曾是该流派早期的倡导者。Annie Liebowitz的某些照片继承了这一传统。Newman的人像多是名人，Liebowitz的照片同样如此；伟大人物的伟大照片。Rick踏上的是一条不同而且易走的

路——为各种生活方式中平凡的普通人拍摄伟大的照片。

当回头看肖像画的历史时，你会发现：在某个时期只有皇室成员和重要人物留下了他们的肖像。梵高和更早的荷兰画家破除了这样的传统，开始为普通人和朋友描画肖像。梵高的著名油画之一就是他的邮递员。

呈现人物内心世界的人像照片，确实是一种艺术形式。不是每一个伟大的摄影师都是伟大的人像摄影师。例如Ansel Adams，他擅长的艺术形式是风景摄影。根据John Szarkowski的说法，Adams曾经想把人像的头部拍成像，好象那是雕塑一样；遗憾的是，据Szarkowski所说他经常成功。个性在此扮演着重要角色。有些摄影师比其他人更善于与人面对。幸运的是，摄影包含多种不同形式。

Rick是个平凡人，他对人友善，精力充沛，开朗外向。仅需与他见面共处片刻，你就会意识到他喜爱用相机来连接人们。即使没有机会亲自与其会面，你也可以通过研究他的照片以另一种方式与其相识。像其他认真的摄影师那样，他欣然认为他的照片留着他本人的痕迹。

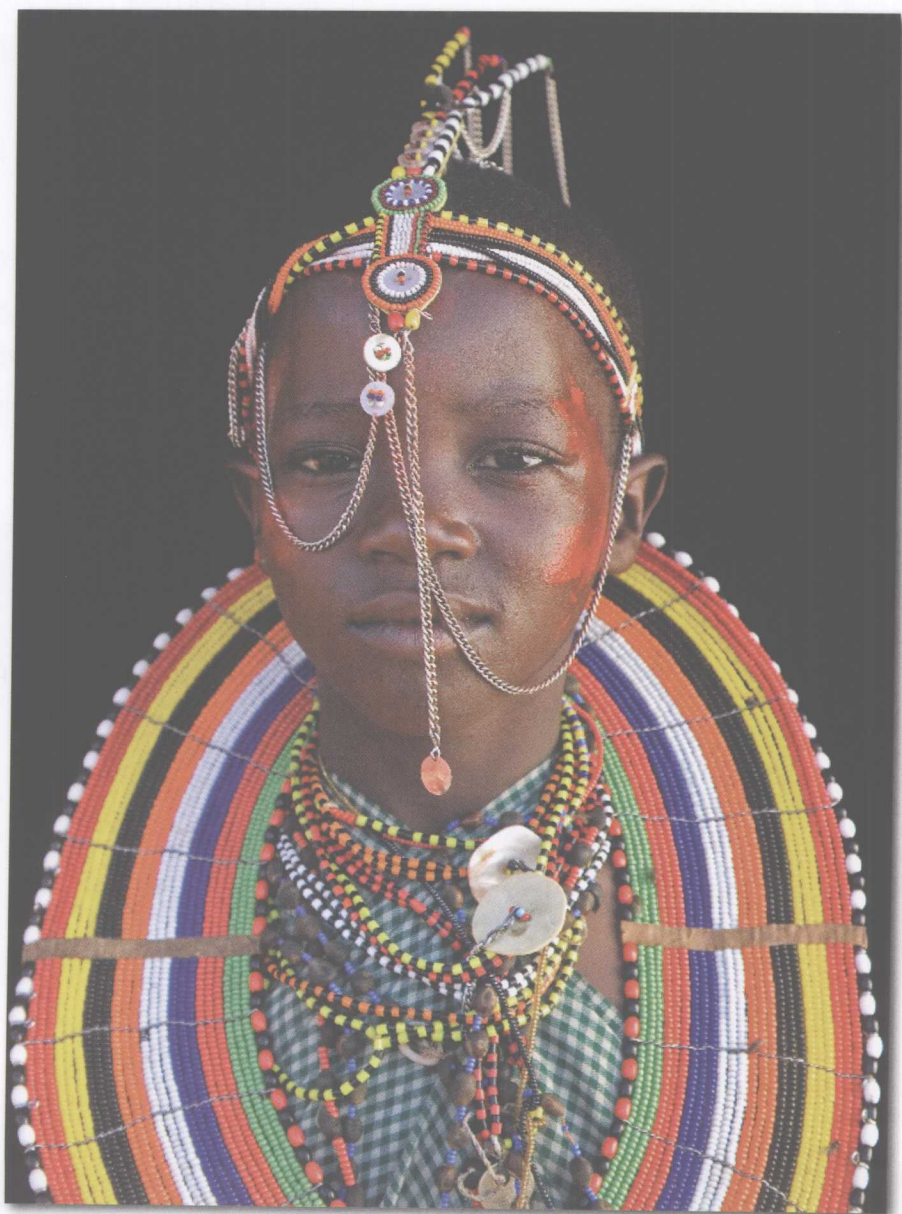
“苹果从来不会落到远离苹果树的地方”，这句古老的德国比喻的确不假。Rick的照片以及对普通大众的喜爱，还有他的职业道德，都与其父亲相仿。

——Richard D. Zakia

罗彻斯特理工学院退休教授

前言

拍摄的进展

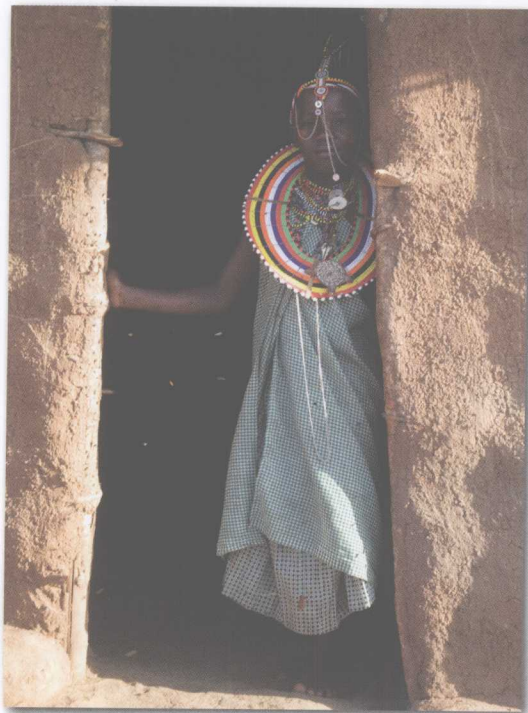


本书许多图片都是正式拍摄或至少持续数分钟的拍摄过程的结果。只有很少的情况是眨眼间完成的快照或抓拍。

理解拍摄过程的重要性，并理解为准确拍到想要的东西而需要做哪些工作，有助于你得到完美的照片。

下面，我将从无数次拍摄过程中挑出两个示例来讨论：一次来自我在肯尼亚主持的一个摄影工作室，另一次来自在蒙古的探险。

本“前言”的起始照片是我在肯尼亚一个马赛人村庄看到这位年轻女孩时所想象的照片。当我看到想拍摄的主题时，想象过程有助于我获得想要的照片。我问自己：“如果存储卡上仅剩容纳一张照片的空间，它应是什么样子？”在此情形中，我希望拍摄背对黑色背景的女孩，使她在其茅屋门口摆好姿势即可轻易获得这样的背景。

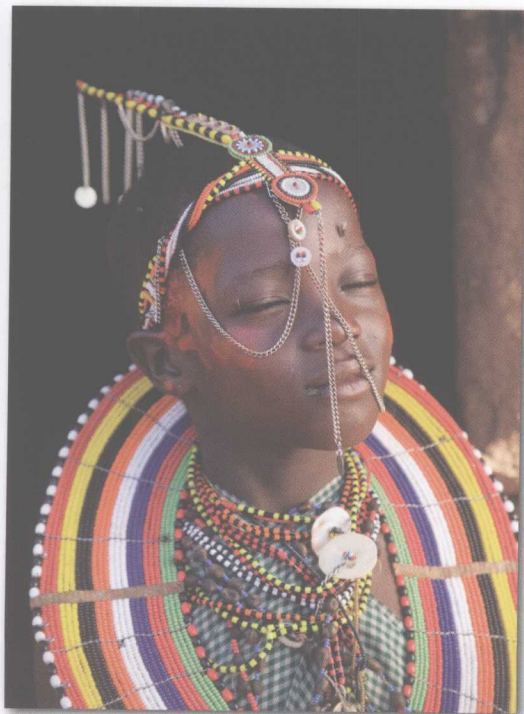


但她和我是陌生人，而且讲着不同的语言。我不能径直走向她问道：“我可以拍你的照片吗？”那样将非常令人尴尬，尤其因为我想在几英尺距离内工作，以拍到头肩照片。因此，与向导合作——通过他我询问了这个女孩的日常生活，我开始在一定距离之外拍照——我知道这些照片将被遗弃。我向这个女孩展示她的照片，从而发展同她的关系。

当我得到她的信任，而且她变得更自在、放松之后，拍摄距离变得越来越近。我不停地拍摄，并在相机LCD显示屏上向她展示这些照片。仅在拍摄数秒之后就能看到这些照片使她颇为激动。

下面是这次拍摄过程中数十幅遗弃的照片当中的两幅。一幅是光线和姿势均不好的全身照，另一张照片上女孩的眼睛是闭着的，说明我没有抓住合适的拍摄时机。

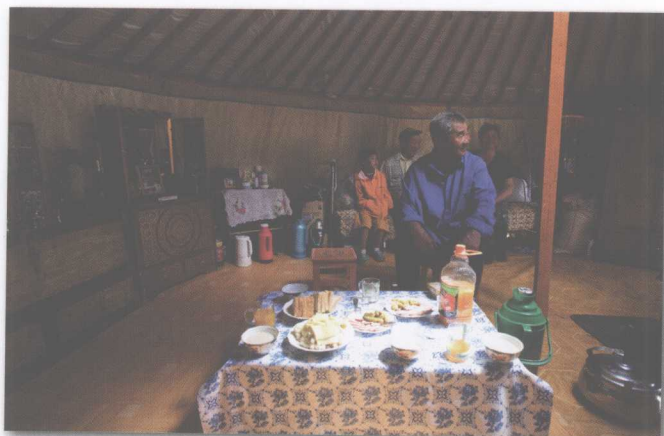
让我们前往蒙古。





这张牧民照片是我在蒙古的第一
天于蒙古包中拍摄的，是这次探
险活动中我特别喜爱的牧民照片
之一。如同前面的肯尼亚人像一
样，这也是拍摄进展过程中最后
一张照片。与之后的照片不同，
这张照片的拍摄使用了闪光灯
（我将光线散射到蒙古包的天花
板上，以获得柔和均衡的照明）
——因为我不喜欢从蒙古包
天窗和门口进来的光线所造成的
高对比度范围。

接着看这次拍摄过程是如何开始
的。



这是我拍摄的第一张照片。我和
朋友杰克被这个牧民家庭迎进蒙
古包，并被邀请饮用发酵的骆驼
奶（这是你不能拒绝的当地风
俗）。我想到一幅可能的照片，
但来自蒙古包天窗的光线使桌子
曝光过度。总之我拍下了这张测
试照。

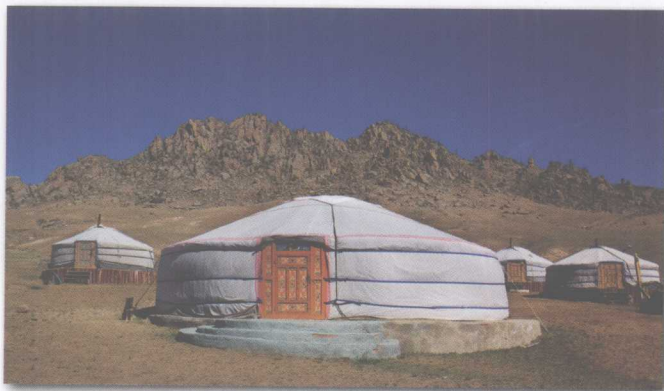


我从不喜欢作客时逗留过久，因
为那样可能使主人感觉不适。因
此，没有直接开始拍摄那名牧
民，我改为请向导就位拍摄测试
照。我喜欢这次照片的构成——
特别是照片中的钟表，但你可以
看出这次对比度范围仍然太大。

对照片几乎满意之后，我请主人进入拍摄位置，他欣然接受了我的请求。我尝试了各种曝光度，但还是不能使这名牧民和桌子均匀曝光。因此，我知道需要使用闪光灯来获取均衡照明。这次拍摄过程（从墙上的钟表可以看出，这次拍摄大约持续了15分钟）的结果就是在本页开始展示给你的“保留照”。你可能已经注意到，“保留照”中这名男人身着传统的牧民衣服和皮靴。换衣服是他的主意。据我们的向导（她同时还担任翻译）所说，他对这次拍摄过程十分满意。



如果你想知道蒙古包从外面看是什么样子，这里有一幅照片。如果你想知道发酵的骆驼奶的味道和气味如何，请试着这么做：将一杯牛奶在阳光下晒上两天，然后强迫自己微笑着将其喝下。



我向你分享这些照片的目的不仅是为了说明某次拍摄过程的进展，而且是为了鼓励你不断拍摄——即使你认为自己已经拍到不错的照片。

如果你牢记拍摄是一个渐进的过程，那么就有更好的机会拍到想要的照片，而且不会因未能一蹴而就而沮丧。

简介

相机是在双向拍摄



“在拍摄主题时，我们也在拍摄自己的一部分。”

谈到拍摄人像，这句话无疑是我能与你分享的最重要的拍摄技巧。“每幅照片都是自画像”是表达该观点的另一种方式。让我来解释一下。

当你从相机取景器向外看，观察并框住主题的时候，如果能意识到你所表现出来的感情、情绪、态度和精力都将反映在主题的脸上和眼中，那么就会拍出更高百分比的令人喜欢的照片。这是因为你通过自己的动作，下意识地“指引着”主题来反映你的感受。

因此，看着上一页的照片，我敢肯定你完全知道我在印尼龙目岛一所学校外拍摄这张照片时的感受。对！我在高声尖叫。

对于本书中所有照片，我都会提供位置信息，以便你知道它们的拍摄地点。有人可能认为，在陌生岛上拍摄陌生人是终极的摄影体验。对于作为旅游摄影师的我本人而言，在遥远的地方使人们在数秒之间喜欢或起码接受我，乃是我的首要目标；而拍照则相对容易得多——如果你遵照本书技巧的话。

退一步讲，即使你不是全球旅行者，也会发现这些拍摄人像的技巧和技术在极大程度上是相同的，而无论你在什么地方。

在这本我数年来一直梦想着要编写的书中，我还将与读者分享某些幕后的故事。以那张在龙目岛拍摄的照片为例，当时我刚刚在那所学校的一间教室内表演过大约1小时的魔术。我喜爱在旅行时表演魔术，因为这项伟大的技艺可以打破坚冰，使人们允许我短

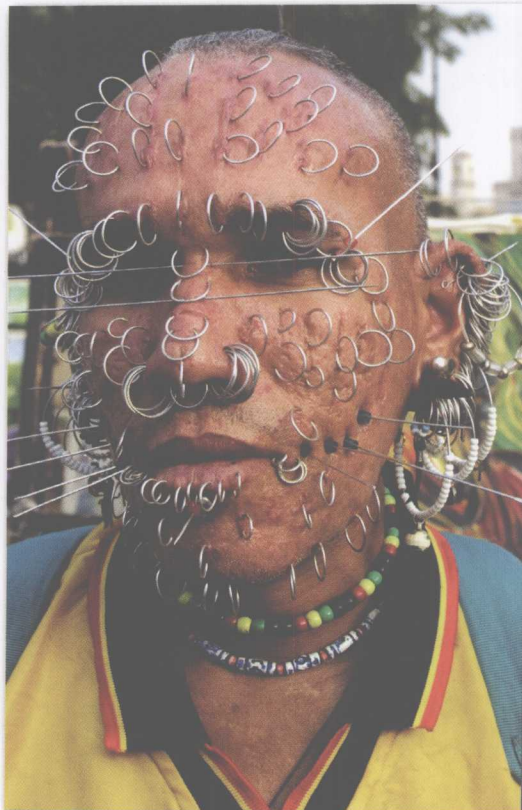
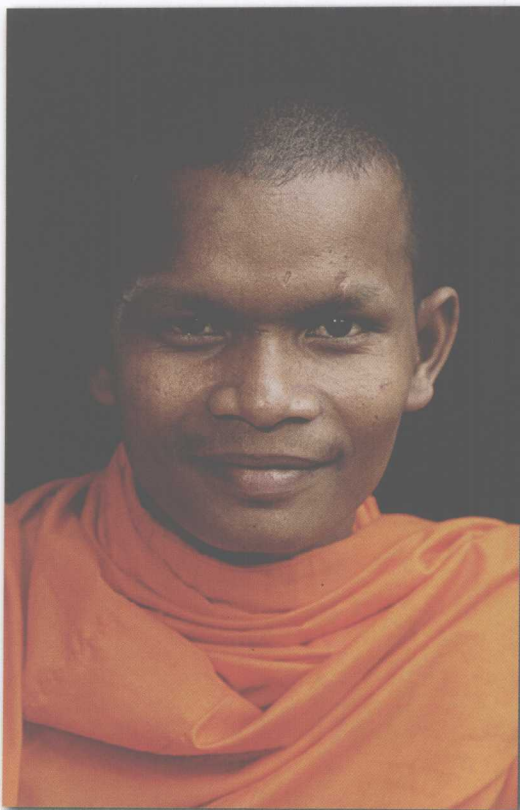
暂进入他们的生活。魔术是一种通用语言。我努力表演的结果是得到了这幅我特别喜爱的团体照片——该照片捕捉到了学生们的热情。

在后面几页，我还将谈及拍摄人像的技术方面。你将学习如何在暗光和亮光、在有闪光灯和没有闪光灯等条件下拍摄人像，了解反射镜和散射屏是如何把快照变为伟大照片的，理解环境肖像（处在环境当中的人物照片）和肖像之间的区别以及拍摄照片和创作照片之间的区别。相机设置和镜头也会被讲到。

你将发现关于室外摄影和室内摄影的两部分。在有些情况下，你可以互换地使用这两项技术，比如要使一群人摆好姿势或者要在照片中产生深度感时。

事实上，我将与你分享我所知道的关于拍摄人像的一切，同时设法使学习过程有趣而快乐。





在继续之前，我想再与你分享3幅照片——它们说明了“相机是在双向拍摄”的哲学。仔细看上页这幅年轻女士的照片，她是我在古巴拍摄的；再仔细看看本页的两幅照片，一幅是我在柬埔寨拍摄的佛教僧侣，另一位满脸穿孔的男士是我在古巴拍摄的。

在拍摄第一个主题时，我眉飞色舞。至于另一个，我试图表现出真诚的恭敬感情。对于第三个主题，我表达出的感受是“男人，你看上去好可怕”。我没有特意使照片与你的感受相匹配。明白吗？相机确实是在双向拍摄的。

谈及摄影哲学，如果你仔细查看目录的话，将看到“第2部分 摄影哲学”是本书最长的部分。这是因为，好人像照片来自技术之外。在拍摄人像时，你确实需要在拍摄之前思考，第Ⅱ部分提供了大量供思考的材料。

那么，Photoshop和Aperture又有何用途呢？本书所有照片都在某种程度上经过了增强——即使只是锐化、裁剪，或调整亮度、对比度和颜色。

这不是一本关于Photoshop或Aperture的书籍。但是，因为Photoshop可以帮助你获得更有戏剧性、更生气勃勃和更有艺术感的照片，所以我在本书最后一部分给出了我所喜爱的Photoshop人像增强技术。



现在，前、后这两幅落日下马与骑手的照片是我在俄勒冈州Ponderosa Ranch拍摄的，它们表明只需简单的裁剪和少量的颜色、对比度和亮度增强，即可把快照转变成为伟大的照片。





现在观察这幅照片。这位女士是我在迈阿密南部海滩我的工作室之一开办期间拍摄的。通过简单地裁剪图像、降低饱和度并添加数字相框，我制作出了一幅更具美感的图像。

你准备好开始学习一些实用的技巧和技术了吗？我已经准备好了。事实上，我不能等你读完本书其余部分，因为我确实喜欢教授并分享我的摄影经验。自然，我还喜欢对某些特别喜爱的主题进行所谓的“重访”。

如果你参加过我的工作室和讲座，或者在 xTrain.com 上看过我的网络电视节目，应该还知道我喜欢与人面对面。对那些初次接触我的人来说，希望你们能够喜欢在此与我“面对面”。如果你有什么问题或者想与我分享低分辨率的 JPEG 文件，可以通过我的网站 <http://www.ricksammon.com> 找到我。盼望在那里与你相见！