

肖像摄影技巧





# 肖像摄影技巧

(美) 卡瑞·波恩斯汀

武 仲 译

人民美術出版社

## 肖像摄影技巧

编者：〔美〕卡瑞·波恩斯汀

译者：武仲

出版者：人民美术出版社

（北京北总布胡同32号）

责任编辑：张荣

美术设计：陆惠国

印刷者：北京胶印厂

发行者：新华书店北京发行所

ISBN7-102-00505-9/J·472

定价：3.65元

# 前 言

在我充满激情地投身于摄影艺术事业的前一年，也就是我十九岁的时候，我曾鼓足勇气去结识一位自己最崇拜的摄影家。那时，我常常潜入他的工作室，贪婪地欣赏着那些挂在墙壁上的彩色和黑白的人物肖像作品，希望他那独特的双维艺术造诣能够渗透到我的脑际中。我相信在他的作品中一定体现着艺术家的品格。我热切地盼望能从他那里得到一些知识。

终于，我向他提出了一些初学者的问题。可是，他用沉默回答了我。就象他所宣称的那样：他的摄影技巧是保密的。这次冷遇使我惆怅、痛苦。但是从他的态度中我也看到，他正在被一种极度的不安全感所困扰。从这一天起，我发誓，一旦有人希望从我的人物肖像中获得教益时，我绝不保守任何艺术秘密。

从那以后，我的一生就全部献给了摄影艺术。虽然至今我已作为一名专业摄影者搏击了二十年，然而我心中的激情依然炽烈。著书介绍我所献身的摄影艺术，是我的第二事业。又由于以前的经历，更使我以此为乐。

在我刚开始写这部书的时候，曾经打算将全书分为相机、快门、镜头、光圈、用光及滤色镜等章节来写。然而

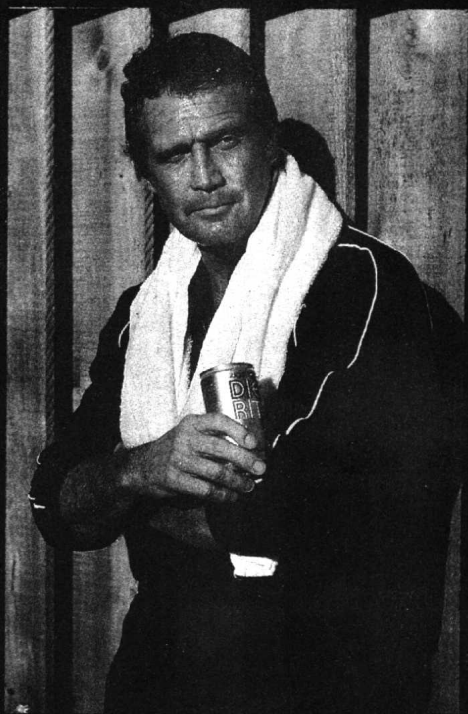
由于我是个实用主义者，对我来说，没有实例的指导等于空谈。真正的知识来自于实际操作。

于是我决定来完成这样一部我认为是真正的摄影著作，其基点是我所欣赏的人物肖像作品，介绍每一次拍摄时所采用的器材、技法，以及为达到其多姿多彩的表现效果所进行的构思。

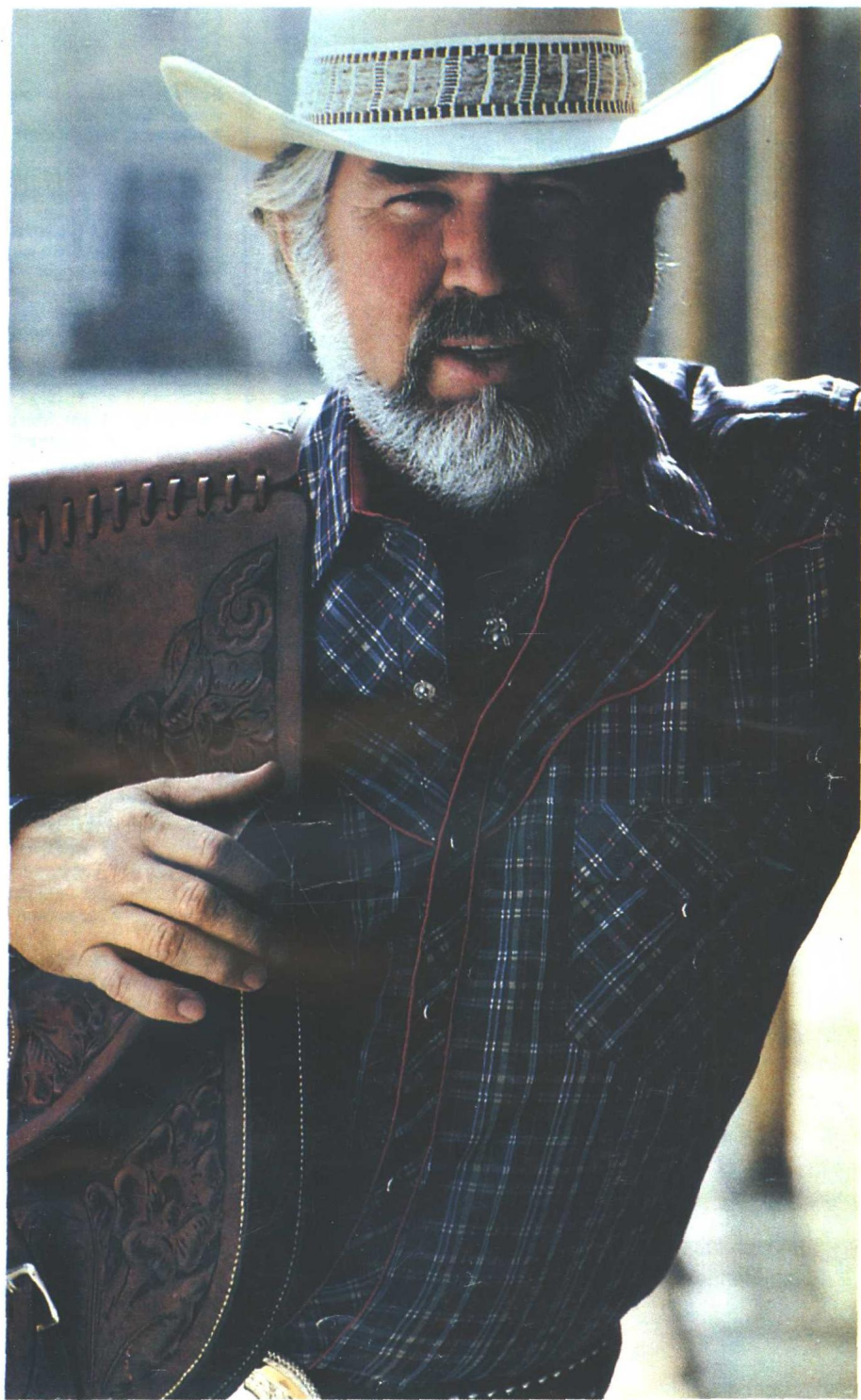
为了避免过于深奥难懂，我在此书中有意避开有关摄影理论的问题，而采用短文着重对实际操作的应用手段进行系统的论述。在短文之后是丰富的样片，并配有技法指导和摄制该样片的构思过程。在这其中会出现一些不可避免的重复，因为摄影技法之间都是互相联系的。

在拍摄时，不存在绝对的正确和绝对的死路。我认为，判定作品的权力在于你自己，就是你怎样做才能使自己的作品具有最好的表现力。

能创作出最好的作品是我们共同的愿望。这部书就是以这个愿望为目的的。但是对我个人而言，最重要的是要满足读者的要求，因为这是我多少年以前希望从一位神秘的摄影大师那里获取而未能得到的。

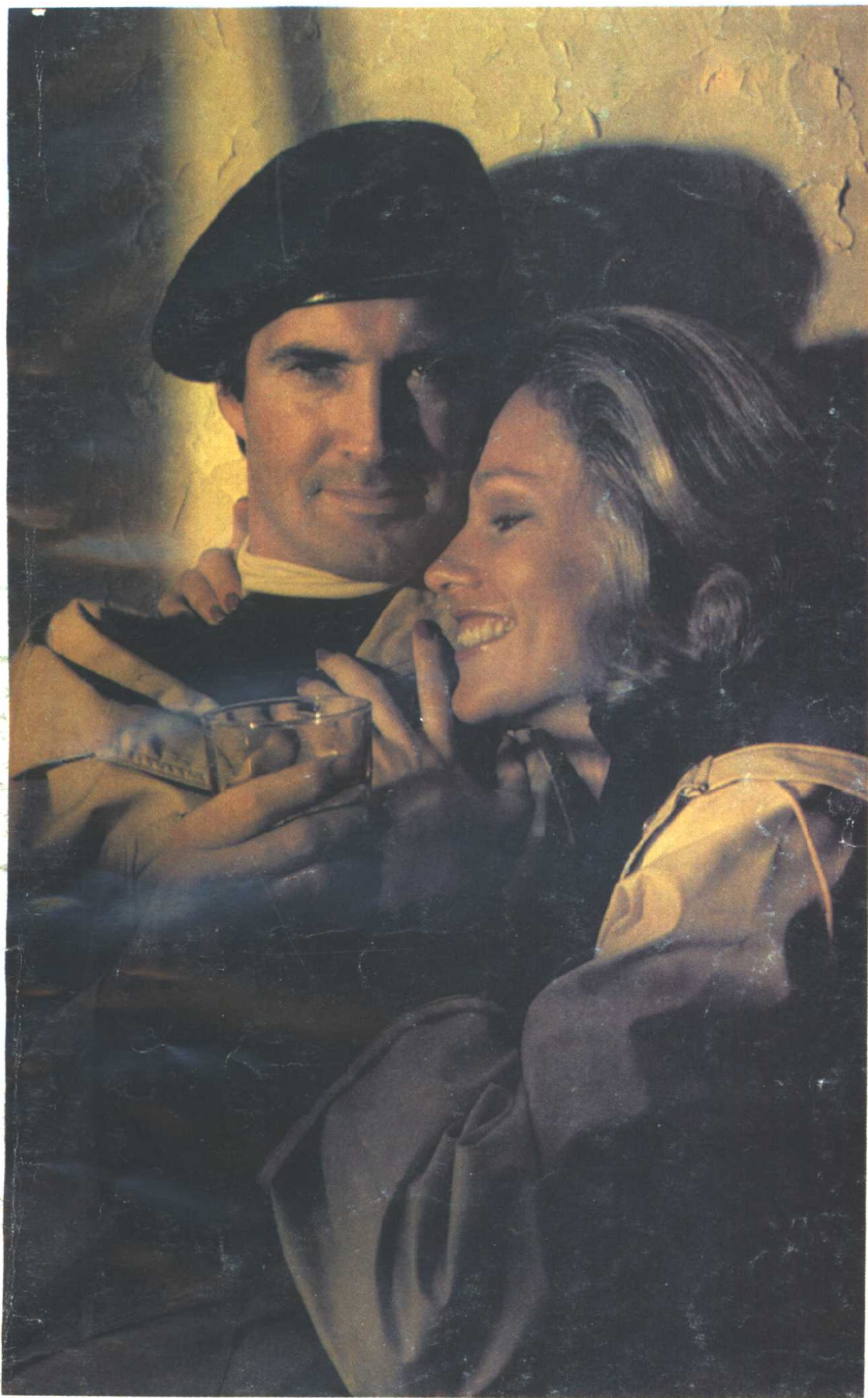


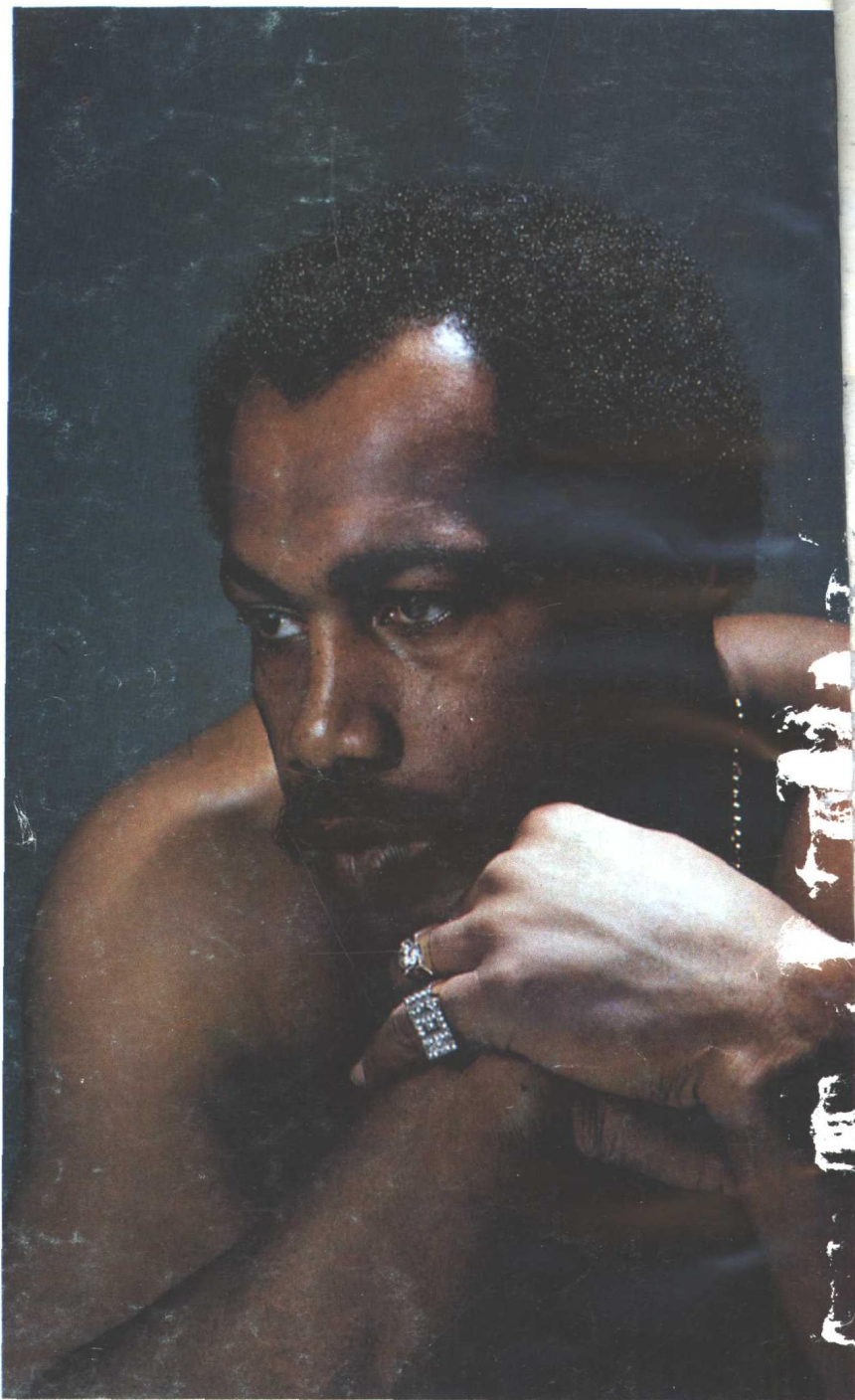












# 目 录

前 言	1
第一节 光	4
第二节 测光表	10
第三节 光与测光	16
一. 测光	16
二. 自然光	19
三. 人造光	29
第四节 相机、镜头、胶片	37
第五节 作品选介	46
1. 被摄主体: 职业模特儿	46
2. 被摄主体: 职业模特儿	47
3. 被摄主体: 职业模特儿	48
4. 被摄主体: 儿童 (六岁生日纪念照)	49
5. 被摄主体: 肯尼·罗杰斯	50
6. 被摄主体: 两个职业模特儿	52
7. 被摄主体: 艾丽·麦克格罗	
8. 被摄主体: 李·美查斯	55
9. 被摄主体: 职业模特儿	56
10. 被摄主体: 两个职业模特儿	
11. 被摄主体: 父亲	58
12. 被摄主体: 职业模特儿	
13. 被摄主体: 职业模特儿	
14. 被摄主体: 职业模特儿	
15. 被摄主体: 职业模特儿	64

17. 拍摄主体:	达德立·摩尔	65
18. 被摄主体:	琳达·格蕾	67
19. 被摄主体:	维多丽尔·普希甫尔	68
20. 拍摄主体:	职业模特儿	69
21. 被摄主体:	职业模特儿	70
22. 被摄主体:	职业模特儿	71
23. 被摄主体:	两姐妹	72
24. 被摄主体:	母子 (我的妻子和女儿)	74
25. 被摄主体:	婴儿	75
26. 被摄主体:	詹姆斯·称本	76
27. 被摄主体:	杰瑞·马瑟斯	77
28. 被摄主体:	职业模特儿	78
29. 被摄主体:	我的大女儿	79
30. 被摄主体:	职业模特儿	80
31. 被摄主体:	母亲和两个女儿	81
32. 被摄主体:	职业模特儿	82
33. 被摄主体:	约翰·施耐德	83
34. 被摄主体:	凯瑟琳·巴茨	84
35. 被摄主体:	职业模特儿	85
36. 被摄主体:	职业模特儿	86
37. 被摄主体:	肯·诺顿	87
38. 被摄主体:	职业模特儿	88

摄影作品质量的好坏，取决于摄影者对光的分析和控制能力。这一点无论是利用人造光，还是借助于自然光拍摄都是如此。光对摄影师来说就象原油对内燃机一样，只有将前者进行适当的处理后，后者才可能真正受益。所以学会用光是你从事摄影工作的关键一课。

通常人们所说的好光或是坏光，对摄影来说毫无意义。相反，则应该说是如何运用光线来塑造出成功或是不成功的作品——这个区别就是要在应用过程中根据自己的审美观进行确定。作为人物肖像的摄制者来说，必须时常问问自己是否完美地表现出了所看到的和所感受到的一切。

在摄制的过程中，光的条件可能会发生变化，特别是在借助自然光工作时。所以能否在不同条件下正确地控制光，会直接反应出你具有什么样的摄影能力。

## 艺术光的处理

今日的照相机、胶片、测光表以及其它辅助设备，使我们能在不同的光照条件下精确分析和灵活控制光照。这些完备的摄影器材，为感情丰富的摄影师提供出理想创作的条件。

摄影，就其最基本的特性而言，是一种科学，你可以重复用一种工作程序，得出许多完全相同的摄影效果。但是，要想使摄影技巧达到炉火纯青的境界，那就要象学习使用语言一样，准确，灵活地运用各种技巧向人们表达丰富的感情。也就是说，运用技巧的本领，决定着人们在感情交流上的不同水平。

当你步入到一个新的摄影环境中，你必须使自己的头脑保持在灵活思维状态。就象一位画家走向一张洁白的画布那样。这是区别一般摄影者和杰出摄影师的关键所在。你应当象画家那样，把每一个人物都看作是拍摄的特殊对象，对其所有细微的变化都做认真地分析。

拍摄意识只能逐渐形成，它取决于你的学习、练习、试验和信



心。只有在象眨眼睛一样灵巧地掌握了所有拍摄手段之后，你才能够自由地遨游于创作的空间。

摄影家们通过奇妙的发现和遐想表现出各自独特的激情，他们具有要征服一切人的强烈愿望。所以我们说，摄影语言也是独特的，它的表现力和感染力是万能的。

作为摄影者，我们可以将一个变化的独立的瞬间真实地记录下来，并将其长久地保存起来。单单这一点收获就已经是对我们所做出的奉献的特别奖赏了。

## 拍摄人物肖像

我前面说过，在摄影事业中的成就，有赖于个人的审美观。只有你自己才清楚自己的作品是否符合你对被摄者的独到观察，商业摄影者是很不幸的，因为他们要服务于不同的外行人。然而不论是将人物肖像摄影视作艺术形式还是将其服务于商业，都遵守着这样一个法则，即：最终的完美和成功取决于观赏者。

静物摄影师的工作特点较为个别，他们的被摄对象不会回眸相盼。他们工作的基本技法是运用各种光效和相机的不同角度来进行拍摄。如果你愿意的话也可以试一试。你很难将一只苹果或者法国白兰地酒瓶拍得非常难看。除非你有意在上面乱涂乱画。这样说并不是要贬低静物摄影师所做出的努力，因为他们的作品也常常唤起人们热情的赞誉。

人物肖像摄影师所受到的限制比其它摄影师所受到的限制要多得多。他们必须更认真地选择光效和相机的角度，才能记录下人物的细微感情流露。无论观赏者对你的作品喜欢还是不喜欢，你都必须在拍摄时对被摄者有一个最完整的认识。

当你把镜头对准了一位朋友时，就要做好各种思想准备，你要准备听他们对照片的各种评价。因为人们只有在看自己的肖像照片时才是最挑剔的。可以说，被摄者们就是宣判你的创作是否成功的法官。

# 光的物理性质

摄影是基于物理学和化学之上的一种艺术形式，所以你必须遵守光的法则。其中有两点是最突出的。一是光的运动是直线的；二是光线可以通过反射加以导向。

## 自然光和人造光

你是否能鉴别自然光和人造光的区别呢？在使用人造光拍摄时，可以将人造光完全置于你的控制之下，你能够决定发光的方向，当你感到照在人体上的光不满意时，就可以轻易地将其改变。

但是，一旦你跨出房门，进入大自然的“摄影厅”拍摄时，你将发现，自己成了光的奴隶了，必须服从任何一个微小变化。如果不加修饰，一天中能够适合于拍摄人像的正面光只是很短暂的，而你又不能象摆布人造光那样摆布太阳，于是，就只好经常摆布自己的被摄对象了。

## 光的照射角度是至关重要的

为了烘托出人物，必须准确地对脸部打光，不论你拍摄的是半身像还是集体合影，脸部的光线决定着整个画面的好坏。在确定脸部光照角度是否准确方面，你可以利用观察人物眼睛的方法：主光源应该在人物的眼球上产生出反光点，这种反光点被称为眼神光，它在人物肖像作品中具有极其重要的作用，如果你想使自己的人像作品具有活力和真实感，就要特别注意这种眼睛中的反光。

对人物及其光源进行摆布，以求达到人物脸部的光与光照角度都是特别精确的。一般来说，人物脸部的受光应来自于高于眼睛的位置上。光源应大约在人眼睛上方  $45^\circ$  角处（如图 1-1），但是最理想的光照则应该是因人而异，光源的具体位置应当由你根据具体情况自己确定。这也是造成你的作品具有独特表现力的一个因素。

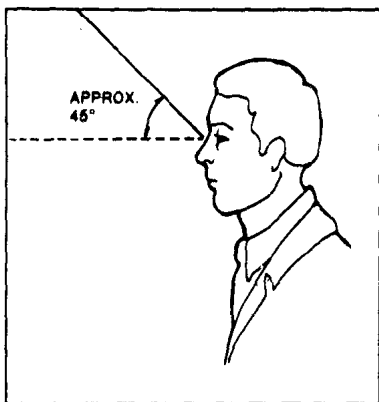


图 1-1

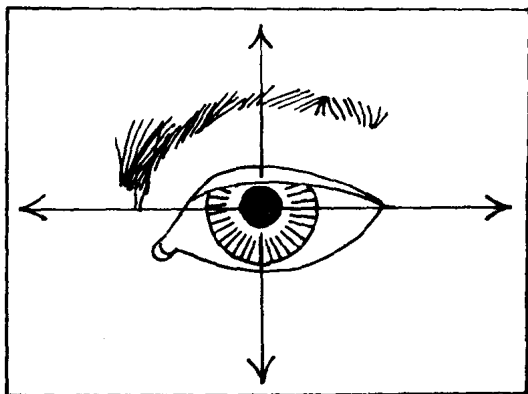


图 1-2

## 眼睛—“钟表的作用”

假如你把被摄者的眼睛看作一个“座钟”，那么瞳孔就是“表盘”的中心（如图 1-2）

如果主要光源是在你的左侧，那么正确的布光应是在“座钟”的九点和十二点之间产生出眼神光。如果主光源在你的右侧，那么它打出的眼神光则应是在十二点至三点之间。

主光源处于人物正面时，虽然也以  $45^\circ$  角向下直射，但这时的眼神光则只可能处在表盘中心（圆点）到十二点之间。当主光源变换到人眼的下方时，所突出的则是眼睛下眼眶的线条和颧骨，一般来说，这种光是最缺乏表现力的。

## 光照角度与人脸结构

在确定光照角度时，切不可随随便便。因为每个人的脸部面积和特征都不同，比如鼻子的宽度和长度，以及鼻子、颧骨和眼睛的距离，以至嘴唇的长度都各有所异。

但是，如果将人的脸部解剖开来看，他们则又是那么的相似，人类头骨的结构都是由一组相同的骨头所组成，它们拼在一起形成眼眶、面部等部分。眼眶对眼睛起着保护作用，拍摄时，如果布光过高或过低，光线则会照在眼眶的周围，根本不会产生出眼神光。

为了确定打光的最佳角度，我对人的面部进行了两个方面的研

究，一是眼神光的位置，二是鼻子和上嘴唇之间阴影的长度。

主光，在人的脸部产生出高光和阴影，人们称之为立体造型。由于人们脸型各异，所以主光在不同脸部所造成的效果就不一样。必须进行非常细致的观察和有效的调节，才可能取得理想的画面效果。

## 鼻下的阴影

当主光从眼睛的上方射来时，鼻子的下部和侧面会出现阴影。如果主光过高，鼻下的投影将会伸向或超过人的上嘴唇，这种延长的阴影对肌肉丰满的面孔是允许的。原因是阴影会被局限在本来由于有胡须而呈现出的暗色区域中。但是，对女性的脸来说，这种延长的影子，会产生出使人感到人物嘴唇轮廓不清，甚至不干净的效果。如果在这时你能降低灯光位置，或是提高人物的位置，就能够很好地表现出清晰的嘴唇线条。

在摄影中特别讲究平衡，在高光和阴影的分布上同样要注意这一点。

## 偏低的主光

将主光置于人眼水平线的下方，能否获得特殊的效果呢？回答是肯定的。但是在操作时要特别仔细，如果打光过低，就会出现鬼怪型光效。要是你从来没看过这种光效的话，你可以在一个黑房子里，对着镜子，用闪光灯在你的脸下朝上闪一下，你就会产生出一个清楚的认识，并且你将会很难忘却这一印象。

一般说来，偏低角度光照对男人、年轻女性和儿童都适用。理由如下：成年男子的面孔有许多倾斜的面，用这种特殊打光可以突出它们。小孩子没有形成成人那样的斜面，但是，面孔起伏较大，也适用于这种光照。

视感效果最强的是对年轻女性的脸部用这种光照。具体作法是：采持相机的高度，降低光源位置，让人脸向下收，眼睛抬起凝视镜头。这样瞳孔就会接近上眼皮，其效果是使眼睛放大，产生出非常富于戏剧性的效果。

403292