

德国2010~2012年人像摄影类畅销书

Die Fotoschule in Bildern, Porträtfotografie

中文简体字版·独家授权引进

我的第一本 人像摄影书

[德]拉尔斯·伊林, [德]米歇尔·帕蓬迪克, [德]凯西·亨尼格◎著 张勤◎译



详细解析163幅精美人像照的拍摄技术和过程

78张用光/构图示意图+62张对比图, 全面领悟人像摄影

我的第一本 人像摄影书

Die Fotoschule in Bildern, Porträtfotografie

[德] 拉尔斯·伊林, [德] 米歇尔·帕蓬迪克, [德] 凯西·亨尼格◎著
张勤◎译

©2009 by Galileo Press

Galileo Design is an imprint of Galileo Press,

Bonn (Germany), Boston (USA).

German Edition first published 2009 by Galileo Press.

All rights reserved. Neither this publication

nor any part of it may be copied or reproduced in any form or by any means or translated

into another language, without the prior

consent of Galileo Press, Rheinwerkallee 4,

53227 Bonn, Germany.

Galileo Press makes no warranties or representations with respect to the content hereof

and specifically disclaims any implied warranties of merchantability or fitness for any particular

purpose. Galileo Press assumes no responsibility for any errors that may appear in this publication.

Simplified Chinese translation copyright ©2012 by Beijing Science and Technology Press

著作权合同登记号 图字：01-2010-7188

图书在版编目 (CIP) 数据

我的第一本人像摄影书 / (德) 亨尼格, (德) 伊林, (德) 帕蓬迪克著;

张勤译. —北京: 北京科学技术出版社, 2012.9

ISBN 978-7-5304-6021-4

I. ①我… II. ①亨…②伊…③帕…④张… III. ①人像摄影—摄影技术. IV. ①J413

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第163205号

我的第一本人像摄影书

作 者: [德] 凯西·亨尼格 [德] 拉尔斯·伊林 [德] 米歇尔·帕蓬迪克

译 者: 张 勤

策 划: 王 辉

责任编辑: 邵 勇

责任印制: 张 良

出 版 人: 张敬德

出版发行: 北京科学技术出版社

社 址: 北京西直门南大街16号

邮政编码: 100035

电话传真: 0086-10-66161951 (总编室)

0086-10-66113227 (发行部)

0086-10-66161952 (发行部传真)

电子信箱: bjkjpress@163.com

网 址: www.bkjpress.com

经 销: 新华书店

印 刷: 北京印匠彩色印刷有限公司

开 本: 787mm×980mm 1/16

印 张: 19.5

版 次: 2012年9月第1版

印 次: 2012年9月第1次印刷

ISBN 978-7-5304-6021-4/T·646

定价: 85.00元



京科版图书, 版权所有, 侵权必究。
京科版图书, 印装差错, 负责退换。

亲爱的读者朋友们：

这本书是围绕照片来写的！它的特别之处在于，既能帮助摄影爱好者多了解一些关于人像摄影的知识，还能让他们在实践中有所进步。在阅读这本书的时候，你不必为理解那些冗长而繁琐的摄影理论感到头疼，所有关于人像摄影的知识都可以直接从照片中获得。

以“人物”为主题的摄影对摄影者的要求很高。因此，这本书中不仅讲述了摄影方面的技术知识，更主要的是，它还介绍了关于选取合适的主题，以及如何同模特建立正确而恰当的交流等内容。希望本书中的照片能够激发你的个人灵感，同时也能让你看到作者是如何将自己的灵感付诸照片的。此外，本书中不仅有很多灯光布置示意图，还有各种各样的实用性建议和一些基础知识的附录。附录对人像摄影中最重要的信息做出了条理清楚的总结，这些对摄影爱好者是很有帮助的。

我希望，阅读完这本书以后，你也能像我一样受到启发，从而在人像摄影上尝试一些新颖、充满个性和创意的想法。在此，我祝愿你在阅读本书，欣赏照片，以及搜寻信息的过程中感到愉快。

亚历山德拉·劳赫

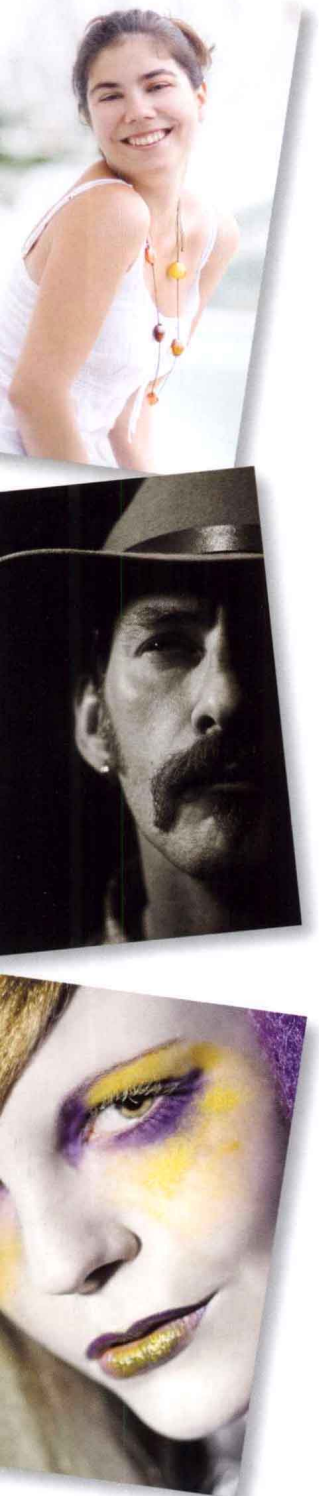
伽利略出版社

邮箱：alexandra.rauhut@galileo-press.de

网址：www.galileodesign.de

地址：德国波恩莱茵韦尔克大街4号

邮编：53227



目录

经典的人像摄影

“笑一个！”	12
定型人像摄影	14
线条，线条，线条！	16
你没看到的，我看到了！	18
路边的美女	20
经典的高调人像	22

自然的人像摄影

真实的生活	28
富有情趣的照片	30
大街上的模特	32
旅途中	34
自然而快速地抓拍	36
米雨	38
你到底要拍什么？	40
大胆去定格	42
自己上吧！	44
擦肩而过	46

个性人像

人物的吸引力	56
在特定的场所	58

纯粹的纯粹主义	60
一个人，两副面孔.....	62
看第二眼	64
穿着男士黑色礼服的女人.....	66
展示特质	68
与市长有约.....	70
没有观察到.....	72

艺术照

“我漂亮吗？”	78
当个老画家.....	80
自然美.....	82
好莱坞式布光.....	84
五颜六色	86
复古风格	88
姑娘！姑娘！	90
逆光	92
男人的地盘.....	94
魅力四射	96

小装饰

简单的配饰.....	100
服装与配饰的搭配.....	102
纯装饰性的配饰	104
放松点儿！	106
吸引力.....	108
作为礼物的照片	110
用光线作装饰.....	112
适应	114





大车站.....	116
把空间作为装饰.....	118

双人&合影

分开还是一起?	126
三角关系.....	128
长久二重奏.....	130
小两口.....	132
来吧!	134
这是一只小瓢虫.....	136
对话.....	138
亲密的一家.....	140
欢乐七人组.....	142
乐队合影.....	144
我们还可以是别的样子.....	146

儿童摄影

摄影师扮小丑.....	156
期待预料之外的事情.....	158
组合.....	160
看起来要难得多.....	162
用孩子的眼光.....	164
安静的小东西.....	166
永远小巧可爱?	168
学吹蜡烛.....	170

系列人像

永远都是一样的.....	180
小圆圈, 小圆圈.....	182

编排剧情	184
以挑衅为理念	186
你仍然记得	188
向百水先生致敬	190

捕捉运动中的人

将运动定格	200
跳吧!	202
极限运动	204
太快了?	206
忽明忽暗	208
正确的瞬间	210
引导和被引导	212
飞跃着闪过镜头	214
动感照片	216
两个层面	218

表现情感

将面孔作为舞台	226
情绪可以设定吗?	228
闭上眼睛	230
情绪意味着运动	232
思念	234
爱哭的人	236
信赖	238
技术上还是情感上的完美?	240

黑白摄影

纠结的问题	244
-------------	-----





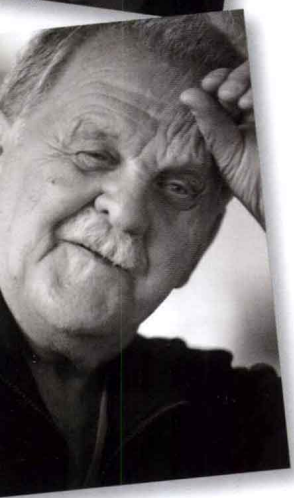
熟悉的陌生与似曾相识	246
车夫	248
用光来描绘	250
户外的黑白照	252
黑与白	254
黑暗中的男人	256
时尚外表	258
彩色与黑白之间	260

拍摄老人

瓦尔科维亚克先生	268
经验很重要	270
解放我的心灵	272
老人与书	274
真的是1934年吗?	276
对弈	278
照片效果与现实	280

情欲摄影

观赏者的眼睛	284
看不见的奇妙	286
沙发的召唤	288
酒店房间的氛围	290
冰冷的情欲	292
最大的情欲区	294
到底什么是情欲?	296
挑逗的眼神	298
无声的引诱	300



附录

人像摄影的表现形式	24
摄影基础：曝光时间、光圈和感光度	48
人像摄影的焦距	74
培养拍摄理念	120
工作室中的光线	148
人像摄影的构图	172
计划并实施拍摄	192
交流与摆姿势	220
外景拍摄 & 现场光	262
图像处理	302
致谢	310



小提示：

你会在本书的内文中看到标示不同的塑光设备和影室灯布置的示意图，它们大致描绘了拍摄时的布光情况。

在正文旁的“技术”部分，分别列出了拍摄照片时的焦距、光圈值、曝光时间、感光度和照片的存储格式，以及拍摄会用到的其他装备和相关技术。

50mm	焦距
f6.3	光圈值
1/125s	曝光时间
ISO 100	感光度
RAW	存储格式（原始图像编码数据）





经典的人像摄影

经典的人像摄影其实很简单：被拍摄者要占满整个画面，而且要被积极地表现出来。但是，这样真的就够了吗？

- “笑一个！” 12
- 定型人像摄影 14
- 线条，线条，线条！ 16
- 你没看到的，我看到了！ 18
- 路边的美女 20
- 经典的高调人像 22
- 人像摄影的表现形式 24

“笑一个！”

对镜头前的模特来说，让他们两眼直勾勾地盯着镜头可能有些难为情。

所以，摄影师的任务就是把模特逗笑，因为充满快乐和幸福感的照片总是会受到人们的欢迎。

从传统意义上来说，蒙娜丽莎式的微笑适合作为人像摄影照的标准表情。而且几乎所有的人像摄影照——就连证件照上的照片——看起来似乎都在对观赏者讲述着些什么。这其中最重要的一句话就是：“这就是我！”而一些其他形式的人像摄影照（请参考章节“个人像”、“艺术照”、“表现情感”）也许还会传达这样的信息：一个人想要怎样和可以怎样。如果有一个性格如阳光般开朗的人站在你的面前，并且友好地冲你微笑，那么他无疑是你最好的模特，你不必强迫他故作严肃。

这幅以吕克为模特的人像摄影照片与传统的人像摄影照片的准则稍有不同：模特的头部上方被剪切掉了，而且他在照片中所处的位置也稍稍偏离了中心（请参考附录“人像摄影的构图”）。同时，摄影师对用光的设置也进行了调整：主光（通常是由柔光灯箱发出的。所谓柔光灯箱，其实就是把一只或数只灯泡放入一个箱体内，使光线通过具有散射作用的蜂巢罩。）是从模特正前上方照射下来的，既不偏左，也不偏右。这样，主光所产生的阴影刚好能完美地勾勒出模特面部的轮廓。但是，模特的眼睛是微微向里凹的，如果就这样拍摄，模特的眼睛在照片中就会显得较暗。为了给模特的眼睛补光，拍摄时就需要有人在模特齐胸的高度，也就是下巴下方举一个反光板，让光线投射到较暗的区域。另外，拍摄这幅照片是不需要顶光和头发光的，但需要有一束光从模特身后照向背景，这样可以增强整幅照片的纵深感。

这幅照片的特别之处在于：模特的皮肤是黑色的。尽管没有明确规定给黑色皮肤的人摄影时必须设定一个什么值，但是，可以确定的是，你必须把曝光度调低一档，或者在布光时增强一些对比度，这样拍摄出来的照片就比较合适了。总之，摄影师在拍摄时必须考虑模特的肤色，如果模特的肤色较暗，就要尽量保持他那种较暗的肤色。这样，当他笑起来的时候，人们就会感觉他的笑容像非洲的太阳一样炙热灿烂，富有感染力。

技术

50mm | f6.3 |
1/125s | ISO 100 |
RAW

模特

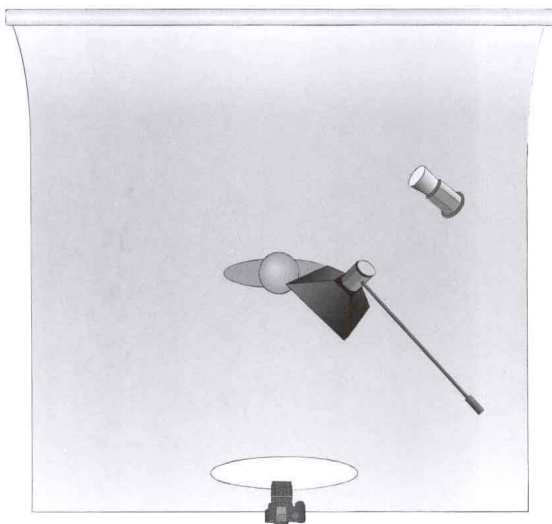
吕克·德格拉

图像处理

色调，对比度

摄影师

米歇尔·帕蓬迪克



吕克·德格拉是一位来自贝宁的作家，他创作的作品极具批判性，同时又富有幽默感。

定型人像摄影

这种事先让模特摆好姿势再拍摄出来的照片常常为人所诟病，其实这种看法有失公平。要知道，“定型”并不意味着只是“僵直地站立”。

日常生活中经常会用到传统的定型人像摄影照，而这绝不仅仅局限于用在驾驶证或者简历上的照片。其实，让模特事先摆好姿势拍出来的照片同样能和那些未加修饰的生活照一样精彩、一样触动人心。尽管如此，人们还是对定型人像摄影照抱有偏见。在很多人看来，定型就意味着虚构和伪造，照片中的模特展现的并不是真正的自己。

正是因为大多数人都有这样的偏见，所以拍摄定型人像摄影照对摄影师和模特来说才更具挑战性。在拍摄之前，摄影师心中要有一个清楚明确的设想，即拍出来的照片应该是什么样子的。你（即使你没有什么经验）的模特必须可以信赖，因为在拍摄的时候，模特的每一个动作都必须很到位。在进行拍摄之前，你最好已经打好了灯光并且已经试拍了几幅照片。尤其是给像私人银行的董事这样的大忙人拍摄以他们的工作环境为背景的照片时，他们可能很难体谅摄影师的难处，所以作为摄影师，你必须提前布置好灯光场景。因此，在进行定型人像照片的拍摄过程中，摄影师和模特往往都会觉得时间紧迫。

同时，摄影师和模特的交流也至关重要。比如在给某公司的董事拍照时，他心里或许还想着待会儿的公司年度结算新闻发布会，而这时，摄影师或许只需要讲一个小故事，就能让他紧绷的脸部肌肉放松，从而缓解当时的紧张气氛。再比如，拿他们公司的竞争对手开一个无关痛痒的玩笑，也能消除模特的紧张感。

技术

130mm | f16 |
1/160s | ISO 200 |
RAW

模特

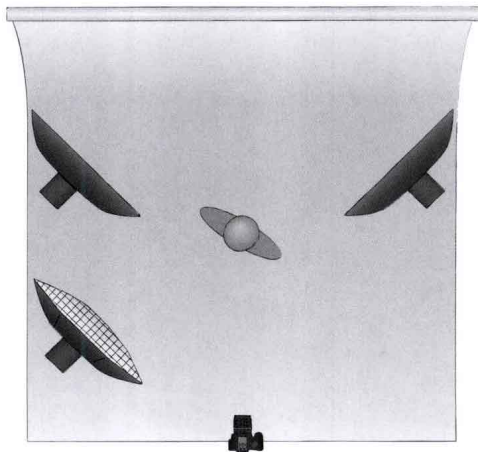
弗兰克

图像处理

提高背景亮度，
对比度

摄影师

凯西·亨尼格





◀ 这幅照片是在背景为灰色的摄影棚里拍摄的。拍摄的时候，用模特斜前方的八角柔光箱打出的主光以及布置在背景两侧的两盏长条形柔光箱来使模特显得光亮。在对照片进行后期处理的时候，我将背景改为了亮白色。在柔和的背景下，模特显得非常自然，因而这幅照片无论是被做成拼贴图、海报或是插图都没有任何问题。

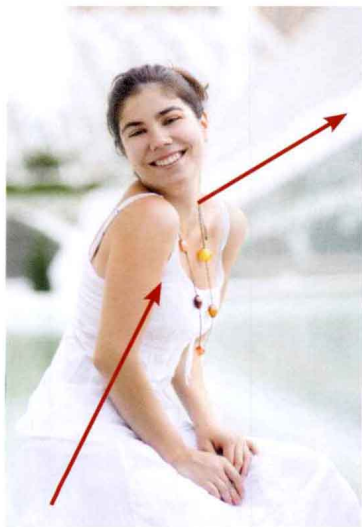
线条，线条，线条！

线条无处不在。千万不要忽视线条，因为照片的构图离不开线条。特别是在拍摄经典人像摄影照的时候，巧妙运用线条是非常重要的。

有时候，我们会与爱人携手漫步在异国他乡或是一个环境优美的地方。说不定在某个时候或者某个地方，我们会兴致勃勃地想要拍一些照片，那就请你拿出相机吧！不过，很多人在拍摄人像的时候，总是忘记把周围的环境也尽可能“恰当”地拍摄下来。于是当我们回到家，拿出照片欣赏的时候就会发现，照片中的一些线条影响了预期的成像效果，因为照片中人物周围的环境与照片想要表达的主题根本毫不相关。所以，在拍摄时对周围的环境进行有意识的观察是极为重要的，这能帮助我们拍出高质量的照片（请参考附录“人像摄影的构图”）。

在右边的照片中，模特都处在照片的前景部分。摄影师将光圈值调到f2.2，把模特从背景中分离出来，但是又没有把背景进行完全模糊化处理，而是让它较为清晰地呈现在照片中。颜色极浅的背景搭配上浅色的连衣裙，构成了这幅照片的理想前提条件，它们共同烘托出了照片的高调特性（请参考第23页）和轻松、柔和、亲切的氛围。

大照片中的模特双眼望向左边，像是陷入了沉思。而照片左侧的部分刚好给她远望的目光留足了空间。在照片中，从右上角向左下角延伸的线条渐渐消失在模特的身后，然后又借助她远望的目光重新出现，这样，线条就被刻意地延长了。这种将线条借助眼神延伸处理的技法有助于突出照片的主题。而在小照片中，背景的线条延伸了模特身体所呈现的斜向上的对角线，促成了整幅照片的平衡感和协调感。照片中向上延展的对角线被摄影师积极地保留了下来，而线条的走向又将人物愉悦的心情完全展现了出来。



技术

136mm | f2.2 |
1/160s | ISO 200 |
RAW

模特

卡拉梅尔彻

图像处理

色阶，对比度

摄影师

拉尔斯·伊林