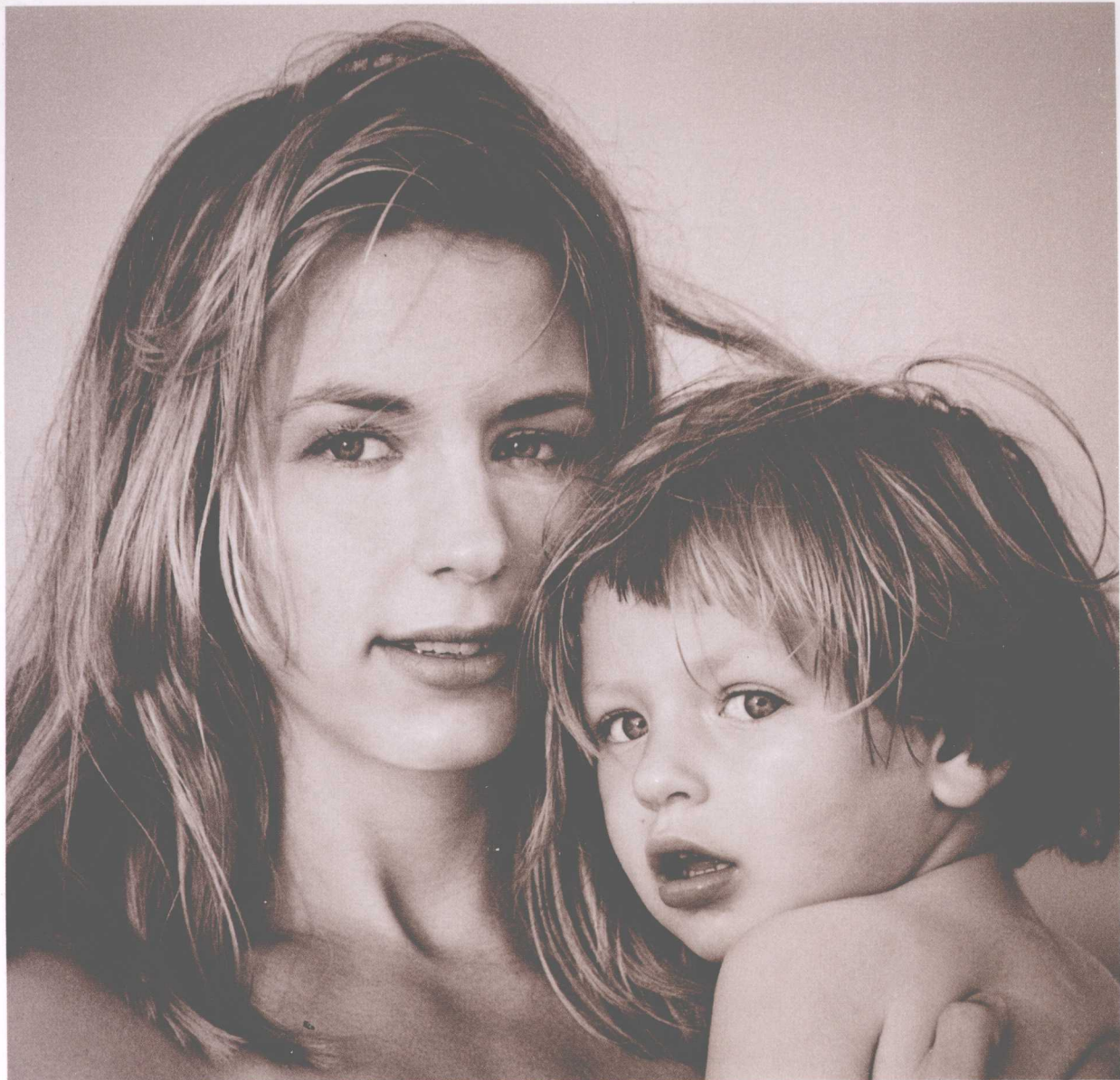




D&C
David and Charles

数字人像创作艺术

PHOTOGRAPHING PEOPLE LIKE A PRO

A guide to digital portrait photography

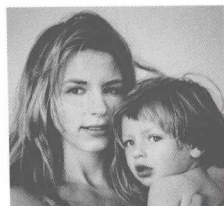
[英] Rod Edwards 著
张匡匡 译

 人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

PHOTOGRAPHING PEOPLE
LIKE A PRO

数字人像创作艺术

[英] Rod Edwards 著
张匡匡 译



人民邮电出版社
北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

数字人像创作艺术 / (英) 爱德华兹 (Edwards, R.)
著; 张匡匡译. —北京: 人民邮电出版社, 2009.8
ISBN 978-7-115-19783-2

I. 数… II. ①爱…②张… III. 数字照相机—人像摄影—
摄影艺术 IV. TB86 J413

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第020112号

版权声明

Copyright © David & Charles Limited 2008

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted, in any form or by any means, electronic or mechanical, by photocopying, recording or otherwise, without prior permission in writing from the publisher.

本书由 David & Charles 公司授权人民邮电出版社独家出版。

版权所有, 侵权必究。未经出版者书面许可, 书中任何部分不得以电子和机械等任意形式, 通过翻拍、记录等手段复制、伪造、传播。

内容提要

本书全面讲解了人像数码照片的拍摄方法、拍摄技巧和使用 Photoshop 软件处理数码照片的 10 个特效及操作步骤。书中展示了很多非常完美的照片, 并介绍了拍摄这些照片时所使用的器材装备和相关参数。无论是业余摄影爱好者还是有一定经验的摄影师, 阅读本书后均可提升自己的专业水准。为使读者更清楚地看清照片细节, 全书采用彩色印刷。

本书可作为读者的人像摄影指南手册。

数字人像创作艺术

-
- ◆ 著 [英] Rod Edwards
译 张匡匡
责任编辑 李 际
执行编辑 王 琳
- ◆ 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 电子函件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京利丰雅高长城印刷有限公司印刷
- ◆ 开本: 787×1092 1/16
印张: 8.75
字数: 356 千字 2009 年 8 月第 1 版
印数: 1—4 000 册 2009 年 8 月北京第 1 次印刷

著作权合同登记号 图字: 01-2008-4534 号

ISBN 978-7-115-19783-2/TB

定价: 49.00 元

读者服务热线: (010) 67132705 印装质量热线: (010) 67129223
反盗版热线: (010) 67171154

前言

当我静下心来开始写这本书时，我一直在问自己，如何才能拍摄出趋于完美的人像照片呢？因为每一个人只要有相机就能够拍摄出人像照片（即便只拥有一些最基本的拍摄设备）。那么是什么因素导致照片之间的效果差异呢？这是一个很难回答的问题，并没有明确的答案，但是有各种各样的方法可以帮助摄影师来捕捉到人物生动的神态，拍摄出令人满意的照片。本书的目的不在于讲述一些先进的摄影棚或复杂的布光技术，而旨在向你展示各种简单而实用的方法，并且帮助你拍摄出具有专业水准的人像照片。

牛津英语辞典中将“人像”定义为“它与人相似，并且对脸部的表现比较注重。例如，画家或摄影师的人像作品”。然而，人像（portrait 源于法语的动词 *portraire*）

应该超越人类所具有的物理特征，它应该能够在没有任何语言说明的情况下，表现出该拍摄人物的个性。此外，人像还应该能够表现出该人物对象的情绪（高兴、悲伤、坚强或脆弱），同时它也应该能够与观赏者产生情绪共鸣，从而使观赏者对人物对象产生更多的兴趣：这个人是谁？他有什么故事吗？在拍摄这张照片时，他在想什么呢？

世间没有完全相同的两个人，我们都是独立的个体，并且都具有自身的特点、优点与缺点。即便看起来完全相同的双胞胎，他们之间也存在一定差异，虽然他们看上去相似，但是这样的相似性是非常肤浅的。其实，在人像摄影中，我们必须捕捉住人物独一无二的特点，完美的人像照片与糟糕的人像照片的区别在于是否真实地表现了人物本身。



车站站长

一张优秀的人像照片能够捕捉到人物的内在性格与自然外貌。如果想拍摄出与左图一样的人像照片，你就必须掌握人物摄影技巧，并且十分熟悉自己所使用的摄影器材

Canon 相机，24-105mm f/4 变焦镜头 65mm，ISO 100，快门速度 1/60s，光圈 f/5.6



Eva

当日出或日落时，你就可以利用一天中最温暖、柔和的自然光对被摄对象进行拍摄，这能够使照片呈现出十分真实的拍摄环境氛围

Nikon DX 相机，70-200mm f/2.8 变焦镜头
200mm，ISO 100，快门速度 1/250s，光圈 f/4

光线

在人像摄影中（事实上在任何形式的摄影中），光线的运用非常重要，而且是绝对不能忽略的。优秀的风光摄影师们都知道拍摄完美风光照的理想时间是在所谓的“魔幻时段”（大约在日出或日落时候）。这也是拍摄出优秀人像的奥妙之一。你可以将自然光线的变化作为传达自身拍摄意图的工具。像画家选择画笔与颜料一样，摄影师能够选择光线在被摄人脸部所产生的效果——从字面上讲，就是在使用光线作画。

专业摄影师能够有意识地对不同的光线条件做出反应，但是一些对光线及其特征了解甚少的人则更多依赖直观的感受来做出反应。然而，如果你能学着去解读光线照射在被摄人上的特征以及认识到光线的变化对人物情绪的影响的话，你就能够在短时间内成为掌握光线特征（无论是在

摄影棚，还是在其他地方进行拍摄）的摄影师。

日光或许是最美丽的，也是其他类型光线竞相模仿的。商业摄影师（影棚摄影师）通常会根据客户的要求花费大量的时间、精力以及金钱来尝试营造出一些变幻莫测的光线效果，所以他们能够不受天气好坏的影响，并在一个能够自己控制光线的环境中进行拍摄工作。但是自然光的最大优点就是廉价，此外，在相机以及计算机技术的帮助下，我们还可以通过多种方法对日光进行调整与控制来产生出非常完美的照片。当然，我们也可以在摄影棚里进行拍摄，并通过一些手段来实现与上述照片相同的效果。但是如果你不考虑摄影棚所需的各种器材、空间以及经营成本上过多的投入，你就应该记得充分利用日光的灵活性与便利性。

Lea

你并不需要使用昂贵的光照设备才能拍摄出吸引人们眼球的照片。由于自然光具有宽广柔和的色彩、对比度与色调，所以通常足以捕捉到吸引人的镜头

Nikon 相机, 85mmf /1.8 镜头, Fuji Reala 100 ASA 胶片 (采用 64 ASA 拍摄), 快门速度 1/500s, 光圈 f/4



可以说，摄影棚灯光器材也是摄影师展现才能的重要部分。影棚的光线十分可靠、稳定且可调节，但是要获得最好的效果就需要充分熟悉影棚器材，所以你要花费一些时间来测试不同类型的反光板与其他辅助器材，并且明确这些器材之间存在的细微差别。只有理解了它们之间的差异之后，你才能完全掌控它们。没有丰富的经验就进行影棚拍摄的话，只会拍摄出十分单调的照片。很多街头摄影棚的摄影师可能只会配备大尺寸的平面柔光箱或遮光伞，同时将它们布置在距离被摄人较远的位置，最终由于曝光过度拍摄出缺乏立体感、毫无生气的照片。需要记住一点，阴影也是拍摄出令人振奋的人像照片的重要部分，它可以“迷惑”住观赏者——它们就好比乐谱中的静音，就好比诗歌中欲说还休的言词；如果说，光线是“阳”，阴影就是“阴”。

构图

与光线和阴影具有相同重要性的另一个因素就是良好的构图。这一重要因素往往会被一些急于拍照的摄影爱好者忽略，但是这却恰恰是成就优秀照片（人像照片或其他类型的照片）的必要因素。尽管已有一些被大众普遍接受的构图原则，但在现实中构图方法无对错之分，因为完美设计涉及太多内容，并不是三言两语就能够讲清楚。但是当你对拍摄更加有信心时，你就会开始欣赏一些平衡感把握到位的照片，同时你也会基于一些基本法则之上来提高自己的拍摄水平。有时，你或许会渴望打破一些传统的构图法则来创造出具有大胆构图的照片，但是这需要较为丰富的拍摄经验以及分析被摄对象和其他照片。总之，你所要表达的想法都需要照片来传达，同时也需要你根据自己的直觉与个人独特的视角来发展出自己的创作风格。

捕捉人物的特点

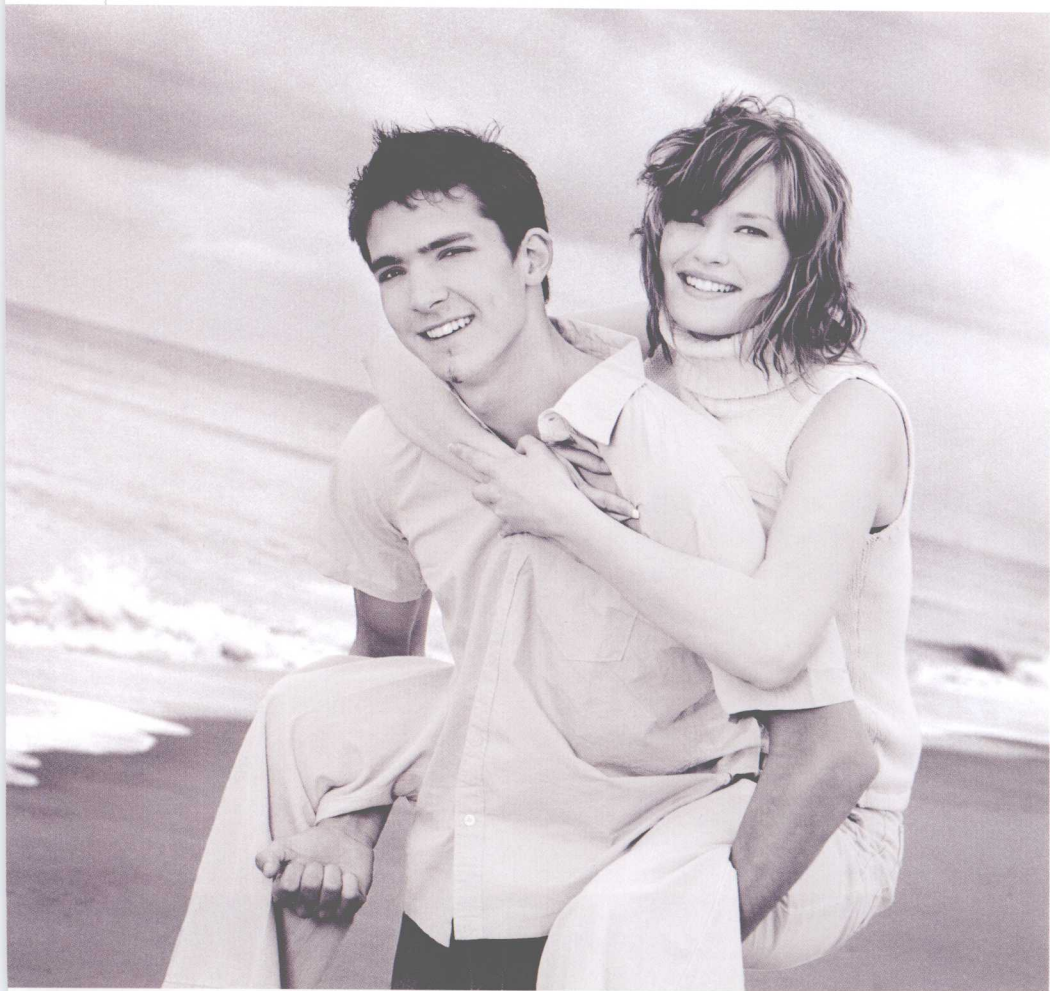
在拍摄人像照片时，你在尝试着将一个位于你面前的三维被摄对象拍摄成二维的形式，但同时，你也在努力呈现出一种四维感觉——即被摄人物的个性。为实现这一拍摄目的，首先需要明确自己对被摄人物的评价是什么。你希望捕捉妇女的美丽或温柔，反映男人的坚强或健壮，还是显示小孩的纯真与快乐？无论你希望表现出人物的何种特性，作为一个摄影师，你首先必须对被摄人物进行观察与判断——其穿衣的风格、癖好、表情、脸部特征、身体语言及面相。学着解读与释义这些人物信息，不久你就会发现自己站在一个更高的境界来拍摄人像照片。

最后，你自己的个性也同样重要，具体说来就是你的拍摄技巧和与被摄人沟通、交流的能力（它能够使你成为一位优秀的人像摄影师）。每个摄影师都有与被摄人进行接触的方式，有些人会运用自己的沟通技巧使被摄人物放

松下来，另一些人则会寻找到被摄人的内在心声来表现出其性格。此外，有些摄影师还喜欢他的模特能够微笑或大笑，有些则喜欢模特作出思考的状态或沉思的表情，以便体现出被摄人物的内心世界。

有时拍摄完成的第一张照片会成为最好的照片，有时设法拍摄下的最后一张照片才是最好的。伴随着实践与耐心，所有的拍摄技巧都会成为你直觉的一部分，你将忘记相机，而直接开始拍摄美妙的图片。

那么，怎样才能拍摄出优秀的人像照片呢？本书的目的就是为你提供大量的专业拍摄窍门，这都是我多年的实践心得，是我在众多的挫折以及大量的拍摄之后才觉悟出的成果。好好阅读这本书后，你将会明白如何拍摄出专业级别的优秀人像照片



Robert 与 Grace

优秀的人像照片能够传达出被摄人物的情绪。在拍摄时，要体现出被摄人物的心情，并及时捕捉特别的时刻

Mamiya 相机，150mm f/3.5 镜头，Kodak T-Max 400 ASA 胶片，快门速度 1/250s，光圈 f/8

数码相机

拍摄照片在现今已经变得十分简单，这是以前所无法想象的事情。在几年前，很多专业摄影师使用慢速反转胶片很难得能拍摄出令人难忘的照片。但现在，你可以依靠昂贵的拍摄设备、丰富的拍摄经验、少量的运气与不完全的判断就能够拍摄出不错的照片。还有，在那时不可能马上看到拍摄完成后的照片（例如，拍完灯光照射下的被摄人物后，马上在相机上看到拍摄效果），所以根本不能判断出拍摄的照片是否达到拍摄标准。然而，现在即使廉价的数码相机也具备先进的技术，上述不可能的事情全都变成了现实，你可以直接在相机的液晶显示屏上查看图像的效果。

与胶片相机相比，现今的数码相机提供更大的便利与丰富的功能，例如，快速自动对焦、自动曝光系统、内置闪光灯、精密复杂的程序模式、防抖以及高精度捕捉图像等功能可以使避免走很多弯路并拍摄出优秀的人像照片。现在，数码相机几乎完全取代了 35mm 胶片相机成为市场的新宠，所以有必要对其进行详细的讲述。此外，在释放快门后，拍摄完成的照片就可以传到计算机上进行修饰与打印输出，可用作家庭相册或通过网络与世界各地的朋友们一起分享拍摄成果。经过几年的迅速发展，数码摄影已经比较成熟，本书将教会你充分利用数码相机。

数码单反相机（DSLR）

对于人像摄影师来说，最重要的工具就是数码单反相机。如果你需要一部具有多功能灵活设置以及良好的透视与景深（对焦的区域）控制的相机，那肯定非数码单反相机莫属。虽然使用简易的微型数码相机也有可能拍摄出较好的人像照片，但你可能会一直与相机自带的自动功能进行“斗争”，同时还会限制你创作的自由与影响照片拍摄的完美性。

拥有一台数码单反相机并配备价格适中的镜头之后，你就能够较大幅度地控制相机拍摄出的最终图像效果。此外，你还可以搭配使用不同的镜头来拍摄出各种各样富有创造性的图像效果，例如使用超广角镜头拍摄出具有强烈透视变形的图像效果，或使用长焦镜头拍摄出被摄物特征不太明显且背景模糊的图像效果。你还可以使用数码单反相机结合正确的镜头、光圈、快门速度和曝光设置来实现你所希望的拍摄效果以及控制最终的图像效果。数码单反相机还可以使你通过镜头看到真实的拍摄场景（不存在视差），决定所需对焦的区域以及精确地看到你正在拍摄的情况。相反，使用微型数码相机进行拍摄的话，你或许会十分惊讶，因为它会产生不正确的对焦或出现视差，并且其镜头“看”到的场景与取景器中看到的场景是不同的。由于数码单反相机可用的镜头、配件等十分丰富，而且功能强大，所以说它是摄影师必备的相机。此外，只要具备一些拍摄技巧与知识，它就能够帮你实现自己的摄影视觉理念并拍摄出高质量的照片。

此外，数码单反相机还可以帮你实现视觉交流，并结合数码拍摄新的技巧与技术带给你全新的拍摄体验。数码单反相机具有的全部优点都可以为你的创作服务，并且让你体验到拍摄照片所产生的愉悦感。



Canon

左图中的相机是现今 Canon 的旗舰产品——EOS-1Ds Mark III。这台相机的性能十分可靠，但价格昂贵。这一产品主要是针对那些每天都需要它的职业摄影师推出的

献词

此书献给我的母亲、父亲以及姐姐，他们给予了我信任与支持，献给美丽善良的Eva，并感谢所有的人们

目录



数码相机	0
镜头	4
灯光设备与各种配件	8
计算机与软件	12
设计图片	16
光线的运用	49
不同人物的拍摄	80
Photoshop 十大实用技巧	111
致谢	132
关于作者	132

Nikon

右图中的相机为 Nikon D300，它是一台高于 1200 万像素的数码单反相机，可以说是一台介于专业数码相机与普通数码相机单反相机之间的数码单反相机



分辨率

很多摄影师会为高像素相机的产生而欣喜不已，但你其实并不需要为了实现完美的拍摄效果而支付大笔费用来购买高端的专业数码相机。你只要使用任何一款位于 800 万~1000 万像素之间的相机，配备质量较好的镜头，就能够拍摄出足够用于《时尚》封面或其他一些杂志印刷的图片。高端专业数码相机肯定具有很高的分辨率（高像素）并且还能够经受住专业摄影师每天的“摧残”，但这是高端专业数码相机与中等价位的数码相机之间的唯一区别。此外，数码相机的像素越高，拍摄出的图片就能够被放的更大——即便是采用 800 万~1000 万像素的数码相机拍摄出的图片，也能够将图像打印（300dpi）在一张 A4（29.7cm×21.0cm）纸上，那么你可以想一下，何时才需要将人像照片进行更大尺寸的输出呢（大于 A4 尺寸）？即便你希望将人像照片打印得更大一些，你也可以使用插值的方式进行处理，尽管会柔化人物的肤质，但高端专业数码相机拍摄出的效果由于过于清晰，反而会强调出人物本身存在的一些不完美的细节。如果你打算销售自己的照片，而且绝对像素对照片十分重要的话，那么具备一台高端专业数码相机

是必要的。但是你每天都需进行拍摄的话，一台价格相对便宜的中型数码单反相机会比较合适。

数码相机制造商与机型

所有主流数码相机的生产商都具有一定的消费群体。就我个人而言，我比较喜欢 Nikon 与 Canon 生产的数码单反相机，在它们确立了市场主导地位之后，还继续改进其产品的质量与性能，这一点在每次新机型的推出时十分明显。此外，其他的一些制造商，例如 Olympus、Fuji 以及 Sony 也生产出了非常完美的数码相机。不论选择何种品牌，现今可用的数码相机质量已经可以与几年前价格超级昂贵的高端专业数码相机相媲美了。

需要承认的是，跟上现今技术更新的步伐并不是一件容易的事情，因为新型数码相机推出太快，所以千万不要陷入相机制造商们精心策划的营销策略之中。此外，制造商会通过少量的技术更新，吹嘘可以保证你拍摄出效果更好的照片等系列方式来诱使你购买他们的新产品。即使只有一台入门级的数码单反相机，但加上本书所讲述的拍摄技巧与读后的启发，你将会发现自己也可以拍摄出优秀的照片。有这样一句话“不要在意你所拥有的，重点在



Sony

Sony 也进入了高端专业数码单反相机的市场，质量过硬，价格相对便宜，可以说是人们买得起的数码相机。这台 Sony α200 配备了 1 000 万有效像素 CCD 影像传感器与 18-70mm 的变焦镜头

于你如何去做”，基于这一理念与本书的内在含义，我们必须抵抗住相机生产商与新机型的诱惑，因为那真的不重要。只要享受所拥有的相机给你带来的快乐，理解它的各项工作原理，不要产生设备问题就可以了。

数码相机影像传感器的尺寸

以下，我们需要讨论数码单反相机的全幅式影像传感器与裁切式影像传感器对数码人像拍摄的影响。有些摄影师深信全幅影像传感器能够产生出更加严谨的景深，但这种理解明显存在着偏见。从某一角度讲，需要背景处于模糊状态时，（对于人像摄影来说）阴影的景深是实现完美效果的关键。但从另一角度讲，裁切式影像传感器的数码单反相机（需要说明的是，在国内将裁切式影像传感器的数码单反相机称之为“入门级数码单反相机”。具有全幅式影像传感器的数码单反相机称之为“全幅数码单反相机”。下文中使用“入门级数码单反相机”替代裁切式影像传感器的数码单反相机）只要配以稍长的镜头与一定的拍摄距离，就能够实现与全幅数码单反相机几乎相同的景深。基于这一原理，有时就没有必要使用较小的光圈来实现一定的景深，因为这两种方式所产生的景深差异并没有像学术中所讲的那么大。入门级数码单反相机与镜头（相比全幅数码单反相机价格低廉）的配合能够产生出较完美的拍摄效果，所以不需要将时间用于担忧拍摄设备之上，而应该将时间用于照片拍摄与拍摄技巧的提升。此外，现今的数码相机几乎都可以使你拍摄出优秀的照片，真正重要的是需要将自己的想象力应用到每次拍摄之中，这才是区别你与别人的照片的关键，也是突出自己人像照片的关键。

最后一点：由于镜头、光圈以及快门速度是拍摄照片过程中的一个整体，所以我在本书中的示例图片下标注了这些技术信息。此举有助于讲述不同相机与镜头配合使用所能产生的最终图像效果。

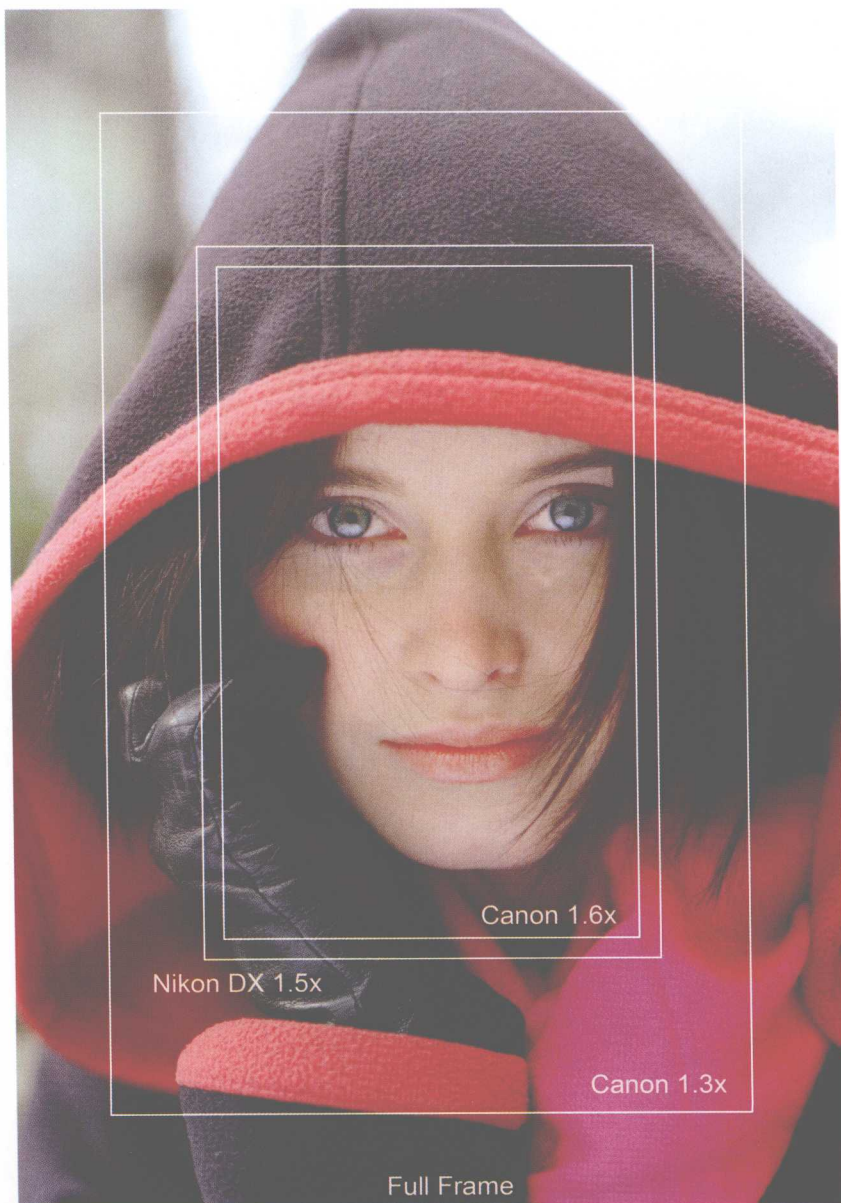
Tori 与 Richard

无论采用何种数码相机进行拍摄，真正的人像摄影并不关注相机的分辨率，而是注重拍摄者的拍摄技巧、创造性与想象力

Mamiya 相机，150mm 镜头，叶式快门 f/3.5 镜头，Fuji Reala 100 ASA 胶片
（采用 64 ASA 拍摄），快门速度 1/500s，光圈 f/5.6

裁切系数

下图是采用 85mm 全幅数码单反相机（零裁切）拍摄而成的，它展示出了不同类型数码相机的有效裁切系数。图中的白框分别展示了 Canon1.3X、Nikon DX1.5X 与 Canon1.6X 搭配相同焦距的镜头所呈现出的视野





镜头

讲完有关相机的内容之后，我们继续讲述拍摄人像所需的镜头。幸好镜头的使用无对错之分，只能说镜头是否符合实际拍摄工作的需要。在人像摄影中，镜头的选择与使用没有一种硬性或快速的指导，但要实现预想效果的话，选择正确的镜头是十分重要的。在拍摄工作中，我通常会根据每一次拍摄的不同对象、背景、拍摄情况以及透视效果，使用全幅 35mm 数码相机配备 16mm~300mm 的变焦镜头（大约为 1.5X 转换系数的非全幅影像传感器上 10.5mm~200mm 的变焦范围）进行拍摄。

广角镜头与短镜头

位于 16mm~35mm 的镜头（大约为非全幅影像传感器 10.5mm~24mm 的变焦范围）能够拍摄出戏剧化的透视效果，也能用于拍摄处于某种环境（特别是需要将背景纳入照片之中的时候）中的人像照片。

摄影记者通常使用上述范围的镜头来赋予被摄对象某种戏剧化的效果，并且照片中的背景环境还可以向观者讲述图片的故事与摄影师渴望表达出的视觉语言，实现与观者的良好交流。此外，广角镜头天生具有较大的景深，也就是说，它能够对焦的范围较广，较短的焦距可以配合慢速快门进行拍摄，而且不用担心相机的抖动对效果的影响。

由于广角镜头会扩大透视关系，所以它能够拍摄出让人感觉异样的图像效果。有时，如果实际场景并不是首要考虑因素的话，使用广角镜头拍摄，甚至还能够实现超现实效果。

此外，广角镜头所具有的光学特征可能不适合拍摄传统风格的人像照片，因为它们产生的透视效果可能并不能令人满意。由于使用广角镜头常常需要凑近被摄对象来进行取景，所以最终的照片效果就容易出现透视变形，例如：被摄人物的脸部可能会过于突出。如果采用广角镜头对被摄人进行近距离拍摄，其鼻子很可能被夸张扩大，当其看到最终照片的效果时，被摄人会比较苦恼，而且你很快就会发现，他再也没有寄圣诞卡给你了。所以除非是应用后期处理故意实现大鼻子效果，不然的话，在使用一些角度较大的广角镜头进行拍摄时，需要小心处理。

Bargoed

广角镜头可以用来扩大透视并营造出戏剧化的图像效果。此外，采用广角镜头拍摄环境中的人物也是十分合适的，例如下图的威尔士竖琴师

Kodak 相机，17-35mm f/2.8 数码变焦镜头（采用 19mm 焦距拍摄），ISO 160，快门速度 1/125s，光圈 f/13





Sam

采用 50mm 标准镜头拍摄出的人像照片具有与人眼相似的视角效果，而且透视变形的幅度也很小

Canon 相机，50mm f/1.2 镜头，ISO 100，快门速度 1/400s，光圈 f/5.6

标准镜头

位于 35mm~75mm 范围的镜头（大约为 1.5X 转换系数的非全幅影像传感器上 24mm~50mm 的变焦范围）能够拍摄出比较自然的效果（与广角镜头和长焦镜头所产生的效果相比，详见本书第 6 页的内容讲述）。标准镜头既不会扩大透视关系，也不会压缩透视，而且产生的视角与人眼视角十分相似，也就是说，通过取景器看到的景象与最终的图片效果基本相同。

通常，专业人像摄影师采用位于上述焦距范围之内镜头或标准 50mm 镜头拍摄人像照片，因为标准镜头可以让摄影师在相对较近的拍摄距离对人像进行全身拍摄，并不需要到空间很大的摄影棚进行拍摄，这也是使用标准镜头的优点之一。就我个人而言，我喜欢使用 50mm 标准镜头进行拍摄，因为它可以使我拍摄出既没有脸部变形，又不会令我感到糟糕的人像照片。



Catherine

短距长焦镜头的焦距范围位于 85mm~105mm 之间，通常被称为人像镜头，因为它能够拍摄出良好的透视效果与景深

Nikon 相机，85mm f/1.8 镜头，Kodak T-Max ASA 胶片，快门速度 1/500s，光圈 f/4

短距长焦镜头

位于 75mm~135mm 的镜头（大约为 1.5X 转换系数非全幅影像传感器上 50mm~90mm 的变焦范围）被认为是拍摄人像的理想焦距镜头，因为它可以使摄影师在合理的拍摄距离对被摄人进行拍摄（不需要摄影师与被摄人进行大声的沟通），并且长焦镜头的光学特征只能实现较浅的景深，所以刚好可以借此缺陷来模糊背景，将观者的注意力引导到被摄人上。短距长焦镜头还可以在无脸部变形的情况下，对被摄人的头部或肩部进行取景拍摄，其效果肯定可以使被摄人满意。位于这一焦距范围内的镜头轻便，易于进行快速拍摄，最重要的是拍摄出的图像效果也很好。

我喜欢使用这一焦距范围内的镜头，也用它拍摄了很多人像照片，最让我感到高兴的是，在相对复杂的拍摄环境中，用它拍摄依然能够产生出令人欣喜的图像效果。

中距与长距长焦镜头

位于 135mm~300mm 的镜头（大约为 1.5X 转换系数非全幅影像传感器上 90mm~200mm 的变焦范围）能够压缩透视，所以也能够拍摄出令人满意的人像照片。使用中距与长距长焦镜头进行拍摄，能够产生出与短焦或广角镜头相反的变形效果，也就是说它们能够将被摄人的鼻子缩小，这是一个值得我们记住的小技巧。此外，长焦镜头还是用来拍摄距离较远的被摄人或进行偷拍的理想工具。

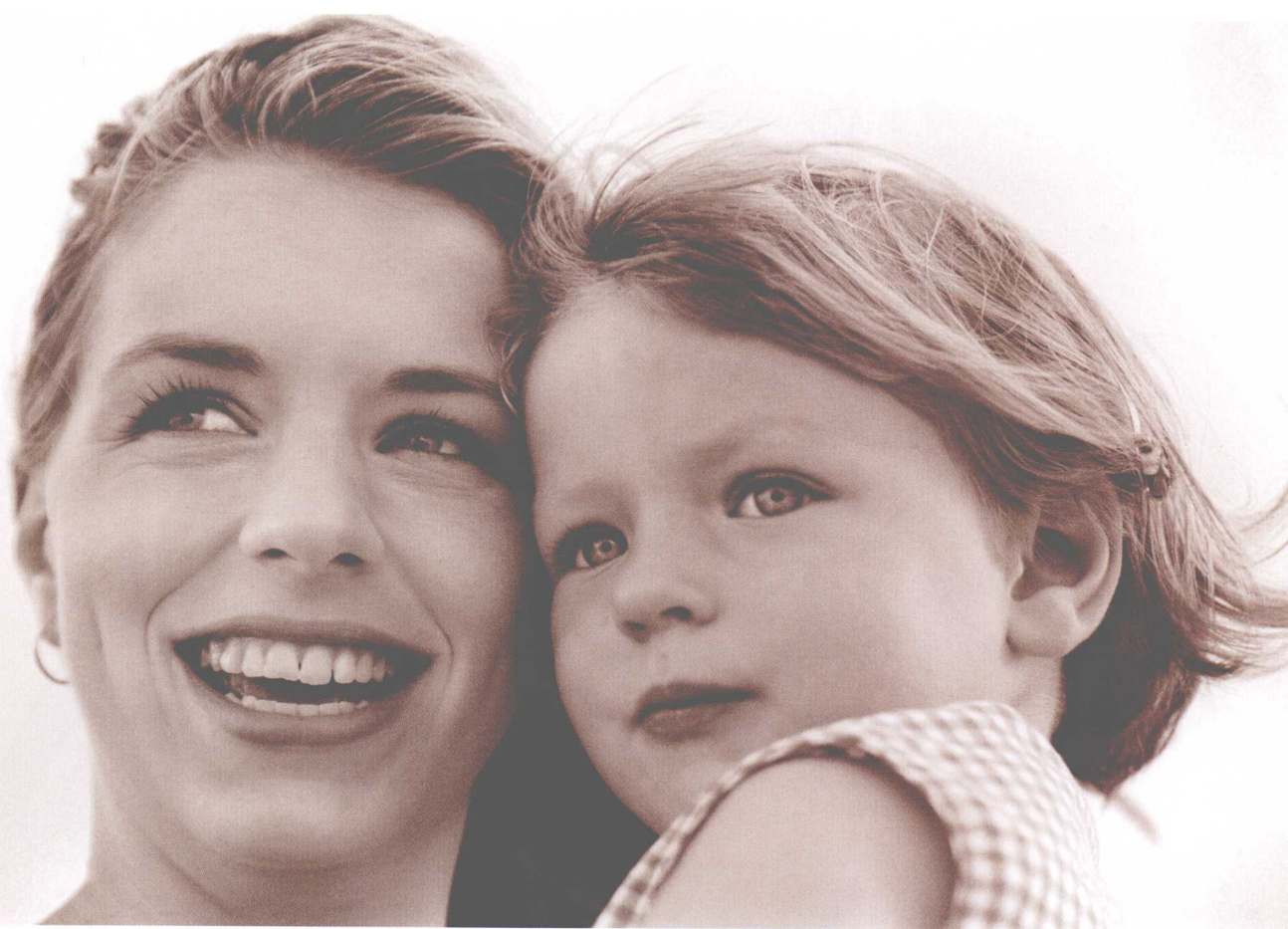
由于长焦镜头固有光学特征的限制（即使使用较小的光圈，也会使背景处于模糊状态），300mm 镜头配合 f/5.6 进行半身像拍摄，就会使引人注意的背景处于跑焦状态。然而，在使用长焦镜头时，切记一定使用较高的快门速度来避免相机的抖动对图像效果的影响（不过，使用图像稳定与防抖长焦镜头拍摄就可以避免上述情况的发生）。如果不能承受这种昂贵的镜头，需要记住的最实用原则就是，应使用与所使用的镜头焦距数值相同（或大于该数值）的快门速度进行拍摄，例如：当使用一个 300mm 镜头进行拍摄时，试着将快门速度调节为 1/300s 或更高的快门速度，相信可以拍摄出清晰的照片。还需要记住的就是，使用变焦镜头拍摄时，需要将快门速度设定为其最大焦距数值（而不是你正在使用的焦距数值）来拍摄，例如：当使用 70~300mm 变焦镜头拍摄时，一直将快门速度设定为 1/300s 或更高的速度拍摄，如果需要的话，还可以增加 ISO 数值（使用胶片的话，增加 ASA 数值）。

变焦镜头与定焦镜头之间的对决

在过去的几年中，定焦镜头已经几乎被价格低廉、使用方便的标准变焦镜头所替代。需要承认的是，新兴光学技术已经使变焦镜头符合或甚至超越了一些定焦镜头（例如：Dx50mm 或 Dx85mm 镜头）所能拍摄出的图像效果。如果你会选择镜头的话，就会发现定焦镜头也完全可以拍摄出效果很好的照片。此外，另一个选择定焦镜头的理由为，它们能为拍摄增加一定的乐趣。

由于定焦镜头设计简单，所以通常都需要配合超大光圈（例如 $f/1.2 \sim f/2$ ）拍摄。也就是说，用它拍摄出的效果与具有相同焦距的标准变焦镜头配合 $f/4 \sim f/5.6$ 光圈所拍摄出的效果同样出色。尽管在使用定焦镜头时，很少使用其最大光圈进行拍摄（特别是对焦要求很高的时

候）。此外，其景深也会很浅。甚至你会觉得，如果将光圈调整到 $f/4$ 或更小的话，拍摄出的图像会比较朦胧，仿佛感觉镜头需要用皮手套进行擦拭。除非对使用超大光圈拍摄情有独钟，不然就没有必要花费大笔费用购买高质量的定焦镜头。此外，50mm 或 80mm 的定焦镜头配合 $f/8$ （最大光圈）进行拍摄能够提升拍摄效果（这一效果是没有用它拍摄之前所无法想象到的）。基于这一事实需要说明的是，很多定焦镜头具有圆圈式光圈叶，这一光圈装置能够产生出柔美、模糊的背景效果（我们将这称之为“焦外成像效果”）。定焦镜头唯一的缺点就是，必须通过向前或向后移动来调整取景器中被摄对象的尺寸。使用变焦镜头则不需要移动，但使用定焦镜头也许对你的腰部有一定的好处。



Jenny 与 Mackenzie

位于 135mm~300mm 焦距范围内的中长距长焦镜头能够极大地压缩透视效果，将被摄对象与背景进行分离，并可以让你在较为舒适的距离进行拍摄

Nikon 相机，70-300mm $f/4-5.6$ 数码变焦镜头（采用 300mm 焦距拍摄），Kodak T-Max400 ASA 胶片，快门速度 $1/500s$ ，光圈 $f/5.6$

灯光设备与各种配件

少量设备与自然光进行配合几乎不可能拍摄出优秀的人像照片。然而，如果你希望在宽松灵活的环境下进行拍摄的话，就需要考虑购买一些可承受的灯光设备与简单的配件。虽然，在摄影工作室中，你可以在任何环境中进行拍摄（即便室外很热或很冷），但你也没有必要花费大笔经费来建立自己的摄影工作室。如果真的需要较大的空间进行拍摄，就必须配备另外一些使用设备……很快你就会意识到，如果没有这些设备的话，拍摄工作该如何进行呢？

摄影工作室内

在过去几年中，大型室内照明设备生产商（例如 Elinchrom 与 Bowens）已经决定生产高质量的入门级设备，其价格比一些高级数码单反相机要更便宜。这些设备对你绝对有吸引力并且可以进行试用，最终你会觉得该升级设备了而购买它们。

这些家庭式摄影棚入门级设备足以与专业级别的光照配件（例如柔光箱、遮光伞与反光板）相媲美。

尽管单独讲述有关摄影棚灯光设备与各种配件方面的内容足以写出一本书（需要的话，可以在书店找到很多这方面的内容），但在本书中，我们只列出每个家庭式摄影工作室所必须考虑购买的设备：

- **柔光箱**——能够柔化光线，使光线的质量与窗户入射光相似。柔光箱的形状尺寸各异，但简单的四方形柔光箱会比较适合拍摄，而且尺寸越大，柔光效果越好（当然在合理的范围之内）。
- **遮光伞**——能够漫射并产生柔和的光线。此外，穿透式遮光伞与伞体内部具有金色或银色材质的遮光伞（主要用它改变光线的强度与色彩）也都属于遮光伞。
- **闪光灯头反射板与反光罩**——能够产生出不同的光线效果。刚开始拍摄时，你或许会努力尝试使用标准的反光板拍摄，因为闪光灯头反射板与反光罩的面积较小，易于掌控（特别是对被摄人进行闪光拍摄的时候）。此外，还需要记住的是，阴影也非常重要。
- **挡光板 / 蜂巢罩与聚光灯**——这些设备具有各种拍摄用途，对光线的作用也各不相同。如果你已经决定使用这些设备的话，先要谨慎地使用，直到对它们各自所能够产生的效果十分了解之后，再进行自由发挥。
- **高质量光线 / 闪光灯测光表**——如果你使用棚内闪光设备进行室内拍摄的话，就必须具有一个高质量光线 / 闪光灯测光表。现今很多测光表不仅能够测量环境光（例如日光），而且还能够对闪光进行测量，有些测光表甚至还能测出闪光与日光之间的比率。
- **背景布**——就我个人而言，并不喜欢那些街边人像摄影店经常使用的背景布。尽管使用窗帘或颜色单一的布料也能够拍摄出效果优良的照片，但从整体上讲，我还是比较喜欢白色、黑色或灰色的背景布，并且还可以根据实际效果需要进行光照处理（灯光照射或不照射到背景布上）。



Elinchrom D-Lite 2

这一闪光组的价格相对便宜，大多数摄影工作室能够承受，并且其功能足以与 Elinchrom 的其他设备相媲美



闪光灯

Canon 580EXII 高端闪光灯是一种高强度闪光灯，它可以装入相机的热靴之中进行闪光拍摄。这一设备的特点就是便携，而且光线质量也很高



Lastolite Tri-Grip 系列与反光板

Lastolite 一直在生产各种能够提高拍摄效果的灯光配件。Tri-Grip 系列与标准反光板十分相似，但其最大的特点就是摄影师能够在拍摄的同时握着它进行操作