

摄影的灵感·人像

Photo Inspiration

[瑞典] 1x.com 编著

姚瑶 刘建国 译

70位摄影达人
70幅极致佳作
70个灵感解读



浙江出版联合集团
浙江摄影出版社

J4
21
V4

[瑞典] 1x.com 编著
姚瑶 刘建国 译

摄影的灵感·人像

Photo Inspiration

70位摄影达人
70幅极致佳作
70个灵感解读

浙江出版联合集团
浙江摄影出版社



北航

C1701582

Fotografernas bästa bilder och hur de kom till: Porträtt

by lx.com

Swedish edition copyright © 2013 by Pagina Förlags AB and lx Innovations AB, Sweden.

Simplified Chinese edition copyright © 2014 Zhejiang Photographic Press

All rights reserved.

浙江摄影出版社拥有中文简体版专有出版权，盗版必究。

浙江省版权局
著作权合同登记章
图字：11-2013-251号

图书在版编目（CIP）数据

摄影的灵感·人像 / 瑞典lx.com编著；姚瑶，刘建国译。—杭州：浙江摄影出版社，2014.1

ISBN 978-7-5514-0526-3

I. ①摄… II. ①瑞… ②姚… ③刘… III. ①人像摄影—摄影艺术 IV. ①J4

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第288394号

责任编辑：程禾

责任校对：程翠华

封面设计：任惠安

责任印制：朱圣学

摄影的灵感·人像

[瑞典] lx.com 编著

姚瑶 刘建国 译

全国百佳图书出版单位

浙江摄影出版社出版发行

地址：杭州体育场路347号

邮编：310006

电话：0571-85159646 85159574 85170614

网址：www.photo.zjcb.com

经销：全国新华书店

制版：杭州美虹电脑设计有限公司

印刷：浙江影天印业有限公司

开本：889×1194 1/20

印张：7.2

2014年1月第1版 2014年1月第1次印刷

ISBN 978-7-5514-0526-3

定价：59.00元

目 录

引言	4
跟着感觉走	7
娜塔莉娅与麻雀	9
没戴耳环的小女孩	11
交流	13
沉思	15
文艺复兴	16
独自在家	19
尼罗河上的金子	21
姐妹	23
在水下	25
亚历桑德拉	27
可可·香奈儿	29
图书馆	31
曲线	32
明信片情调	35
如果上帝会派来天使	37
小鸟在我的耳边低语	39
飞翔	41
感觉忧伤	43
女祭司	45
思想家	47
秋天的挽歌	49
关于时间	51
和谐的乐章	53
雨天的歌	55
友情的阴影	57
粉饰我，宝贝	59
马泰·乔纳斯	61
马拉	62
我想要拥抱你	65
冬日里蒙眬的双眼	67
下雨时分	69
冬天来了	71
玛雅	73

室内飞行者	74
互动	77
“鸦片”	79
猎鹰	81
寒冷的夜晚	83
呼吸	85
她的黑色正好	87
发光的领子	88
潜水者	91
肖像	92
独自一人	95
茉莉	97
北方天空的天使	99
渔夫的肖像	101
留胡须的男人	103
鱼食	105
肖像与郁金香	107
宁静	109
梅兰妮	111
阴阳	113
小小旅行家	115
向老妇人致敬	116
雨天的布鲁斯	119
乌鸦女王	120
神圣的装扮	123
飞	125
幸福的空洞	127
厨艺课	129
无题肖像	131
泽萨的肖像	133
蓝	135
美丽的老妇人	137
海伦的肖像	139
苏菲	140
瓦莱丽娅	143

019019854

J4
21
V4

[瑞典] 1x.com 编著
姚瑶 刘建国 译

摄影的灵感·人像

Photo Inspiration

70位摄影达人
70幅极致佳作
70个灵感解读

浙江出版联合集团
浙江摄影出版社



北航

C1701582

Fotografernas bästa bilder och hur de kom till: Porträtt

by lx.com

Swedish edition copyright © 2013 by Pagina Förlags AB and lx Innovations AB, Sweden.

Simplified Chinese edition copyright © 2014 Zhejiang Photographic Press

All rights reserved.

浙江摄影出版社拥有中文简体版专有出版权，盗版必究。

浙江省版权局
著作权合同登记章
图字：11-2013-251号

图书在版编目（CIP）数据

摄影的灵感. 人像 / 瑞典lx.com编著；姚瑶，刘建国译. — 杭州：浙江摄影出版社，2014.1

ISBN 978-7-5514-0526-3

I. ①摄… II. ①瑞… ②姚… ③刘… III. ①人像摄影—摄影艺术 IV. ①J4

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第288394号

责任编辑：程 禾

责任校对：程翠华

封面设计：任惠安

责任印制：朱圣学

摄影的灵感·人像

[瑞典] lx.com 编著

姚瑶 刘建国 译

全国百佳图书出版单位

浙江摄影出版社出版发行

地址：杭州体育场路347号

邮编：310006

电话：0571-85159646 85159574 85170614

网址：www.photo.zjcb.com

经 销：全国新华书店

制 版：杭州美虹电脑设计有限公司

印 刷：浙江影天印业有限公司

开 本：889×1194 1/20

印 张：7.2

2014年1月第1版 2014年1月第1次印刷

ISBN 978-7-5514-0526-3

定 价：59.00元

目 录

引言	4
跟着感觉走	7
娜塔莉娅与麻雀	9
没戴耳环的小女孩	11
交流	13
沉思	15
文艺复兴	16
独自在家	19
尼罗河上的金子	21
姐妹	23
在水下	25
亚历桑德拉	27
可可·香奈儿	29
图书馆	31
曲线	32
明信片情调	35
如果上帝会派来天使	37
小鸟在我的耳边低语	39
飞翔	41
感觉忧伤	43
女祭司	45
思想家	47
秋天的挽歌	49
关于时间	51
和谐的乐章	53
雨天的歌	55
友情的阴影	57
粉饰我，宝贝	59
马泰·乔纳斯	61
马拉	62
我想要拥抱你	65
冬日里蒙眬的双眼	67
下雨时分	69
冬天来了	71
玛雅	73

室内飞行者	74
互动	77
“鸦片”	79
猎鹰	81
寒冷的夜晚	83
呼吸	85
她的黑色正好	87
发光的领子	88
潜水者	91
肖像	92
独自一人	95
茉莉	97
北方天空的天使	99
渔夫的肖像	101
留胡须的男人	103
鱼食	105
肖像与郁金香	107
宁静	109
梅兰妮	111
阴阳	113
小小旅行家	115
向老妇人致敬	116
雨天的布鲁斯	119
乌鸦女王	120
神圣的装扮	123
飞	125
幸福的空洞	127
厨艺课	129
无题肖像	131
泽萨的肖像	133
蓝	135
美丽的老妇人	137
海伦的肖像	139
苏菲	140
瓦莱丽娅	143

引言

1x.com网站的目的就是要将摄影弘扬为一种艺术形式,并使摄影艺术更容易为普通大众所接受。我们相信艺术和文化是人类的基本需求。在这个压力重重的社会,1x网站就像是一片和谐美好的绿洲。每天,我们被信息流和新鲜事物轰炸,生活的步伐节奏越来越快。但在其他摄影网站每天都在发表着数以百万计的照片时,1x网站每天只发表大约20幅照片。我们用冷静、放松的姿态呈现图像,每一幅极具品质的照片都经过悉心挑选,让看过的人流连忘返。在1x网站,你不需要为了未来要拍摄的摄影项目或照片再去寻找灵感,尽情欣赏吧,因为这里发表的每一幅照片都是艺术品。在一天的紧张工作后回到家里,坐下来访问1x网站,就可以放松下来,汲取摄影艺术的营养。

要让摄影艺术更容易为普通大众所接受,一项非常重要的工作就是帮助摄影师提高自己。许多摄影师有很好的器材,想要将自己的摄影技术提高一个档次,让自己的摄影作品真正令人难忘,而不仅仅是一个单纯的影像记录。实际上,摄影器材是成功拍摄精彩照片最次要的因素。很多世界知名的照片都是用非常基础的器材拍摄的。好相机能够帮助我们实现好的想法,但却不能替代好的想法。要想真正成为摄影师最好的方法不是购买昂贵的装备,而是从成功的摄影师那里获取建议,并积极为新的构思寻找灵感。

你不需要像再发明一次轮子一样做重复的工作,也不需要重蹈其他摄影师的覆辙。这本书集中了近

70位才华横溢的人像摄影师的集体智慧和学识,是探索人像摄影奥秘的一条非常有用的捷径。本书中的照片是从数千幅照片中精选出来的,给你提供深入而丰富的知识与灵感。

人像摄影史几乎就是摄影艺术本身的历史。第一幅有人物的照片是罗伯特·科尔内利乌斯在1839年拍摄的自拍照。描绘和观看人像作品一直令人着迷。但比起用画笔绘画,摄影更直接、更节省时间。

人像摄影有很多种类,从影棚人像到街头人像再到纪实人像。纪实类照片,最好不要进行任何的后期处理,但其他的类型就可以在后期处理阶段最大限度地发挥创意。数码暗房让很多早年的摄影师们想都不敢想的事情变为了现实。尽管在传统暗房里,摄影师也可以很有创意,但这会花费相当多的时间。使用新的数码技术,照片与其他形式的艺术更靠近了,能够限制它的,也就只有想象力了。照片再也不仅仅只是精确描绘现实的工具了。

本书涵盖了在室内与室外拍摄的,关于男女老少的记录性的、即兴的或精心策划的摄影作品。可以反复浏览,直到找到你想要更多地了解的照片,读一读它是如何拍出来的,拍摄者又是如何获得灵感的。无论你对哪一种人像摄影最感兴趣,这里有一些普遍性的建议:

无论是影棚人像还是纪实人像,与照片中人物的交流至关重要。正像本书中的一位摄影师所说,人像

往往至少是摄影师与模特两个人合作的作品。去了解人物在照片背后的故事，能切实加强对人物的特殊品质、情感和未来梦想的塑造。如果你想表达某种观念，那么与模特针对你想要表达出的气氛进行清晰的交流就十分重要。即便一开始你就有很明晰的设想，但你可以通过与模特一起打磨这个设想，让它变得更有趣，用模特独特的人格魅力为你的照片增色。

如果不与模特交流，最终的画面将会是沉闷而无趣的。模特的笑容应该看上去自然而不做作。交流的另一个很重要的方面是它能让模特放松下来，感到不那么紧张，从而看上去更加自然。如果一位顶尖模特的照片是僵硬、不自在、令人讨厌的，那就远远不如一幅捕捉到了平凡人特质的照片更具感染力。真诚的笑容往往会成为赢家。

摄影常常被比作“光线的绘画”。和所有其他摄影类型一样，无论是在室内使用自然光，在摄影棚使用闪光灯，还是在户外拍摄，光线都是至关重要的。当你的摄影需要强调模特脸部的阴影时，反光板是很棒的工具。即便是在户外，闪光灯也是非常有用的，特别是模特在背光的情况下。而在使用闪光灯时，要注意避免模特脸上不必要的阴影，还要确保模特的眼睛里有小面积的高光形成眼神光。

在拍摄人物时常用小景深，可以明确区分模特与背景。实现的方法是使用大光圈，也就是较小的光圈值。如果拍摄全身人像，脸部锐利就足够了，多去尝

试看哪种效果最好，重要的是保持眼睛的清晰。模糊的眼睛一定会毁掉本来很完美的照片。

最后一个，也许也是最重要的一个建议，是人们为什么要从事摄影创作。当我们向摄影师提出这个问题时，他们回答说是因为热爱。业余摄影师拍摄的照片常常和专业摄影师的一样出色，因为他们有时间去关注自己喜欢的摄影类型，而不用靠完成某种拍摄任务来谋生。尝试不同的主题，看看最令自己享受的是哪一种。当你在享受乐趣，或者发现了最能触动心灵的主题时，你就会拍出最好的照片。

祝你好运并开心愉快！

——拉尔夫·斯特兰德 (Ralf Stelander)

lx.com网站创始人



尼康D700相机, 尼克尔24-70mm f/2.8镜头, 52mm焦距, 1/1600秒, f/2.8, ISO200, SB900闪光灯

跟着感觉走



阿里·拉希特
Ali Rasit

黄金时刻的最后几分钟，我、我的模特和一位朋友正努力为我们的摄影集拍几幅好照片。

太阳正在落山。尽管整整一下午我们拍摄了上百幅照片，但几乎一幅好照片也没有。有几幅可以接受，但没有一幅是完美的。拍摄地是迪拜一个荒废的工业区。发电塔和高压线总是出现在镜头里，这也让我很紧张，因为它们实在是太危险了。于是我打算和“敌人”交朋友，把它们放到构图里。

为避免出现过多的阴影，我在模特的右上方，用了一个带40×40英寸柔光箱的SB900闪光灯。在布光和相机设置上，我通常遵循一些基本规则。我拍摄的大部分照片都像这幅照片一样，用自然光作背景。当我在户外拍摄时，我一般不会遮住逆光，而是尽可能地让逆光黯淡，突出我的模特。因此，第一步是调整相机设置以适应环境光。我把模特放到一个绝佳的位置，尝试多种角度寻找最佳构图。试拍时没有使用闪光灯——只看到模特的剪

影，这样更便于研究构图。

第二步是寻找闪光灯摆放的最佳位置，并设置合适的输出功率。接着我试拍了几幅来检查、校正模特的阴影。如果你需要通过改变闪光灯的位置来避免阴影的干扰，闪光灯的输出功率也要相应调整。

下一步是相机的摆放。为了得到大景深，我把相机放到了最低的位置。

最后是考虑太阳的位置。正如你所看到的，我把太阳放进了一个由模特的手臂组成的美丽三角形中。太阳的位置是照片中至关重要的因素之一。我常常告诉我的朋友和学生要格外注意构图。在按快门之前，快速查看照片的边缘，看看有没有错误或者改进的可能性。我发现太阳刚好在模特手臂的后面，所以就稍微调整相机的位置，把太阳囊括进来，让这幅照片增趣不少。

我1980年出生在土耳其。从电子工程专业毕业后，我发现了摄影，并决定多花些时间来练习拍照，提高摄影技术。我目前是一名专业摄影师，在伊斯坦布尔、迪拜和马斯喀特工作过。除了摄影，我还喜欢摄像、旅行和航空。



索尼α550相机, 适马50mm f/1.4镜头, 1/320秒, f/1.4, ISO200

娜塔莉娅与麻雀

我拍摄这幅照片的灵感来自一个在冬天用来喂鸟的木质小鸟喂食站。

冬天下雪的时候，我选择位于斯洛伐克西南部的树林作为拍摄地。照片表现对于不可能和未知的期待与梦想。

最初的设想是拍到一只飞得离喂食站很近的麻雀，但这太难了，因为模特会把鸟吓走。所以我们只好采用蒙太奇手法，通过后期制作把鸟加到画面中。我选了一位有着棕色长发的模特，她能很好地融入照片的意境与色调。

我更喜欢自然光，这幅照片就是用自然光拍摄的。雪是照片中很重要的因素之一。在拍摄时，这里正下着大雪。外面非常冷，模特的穿着并不保暖，因此我拍得相当快。整个拍摄过程大约持续了一小时。模特的衣服是我从家里的衣柜里挑选的，皮草背心和长裙很适合这幅照片的构想。女孩叫娜塔莉娅，并不是一个专业模特，但

她做得很好，也非常耐心。我们化了一个简简单单的妆，看上去很自然，与环境十分契合。我认为这样能让人感到真实，呈现出可信的画面。

大光圈让背景完美失焦，营造出非常美的虚化效果。

很多人都看不出来这是蒙太奇，这让我挺高兴的。对照片的后期处理要适可而止。我只会处理一些能展现我内心视野的小细节，不喜欢过多地加工照片。我能给的最好建议是采用大光圈拍摄，以获得小景深和虚化的背景。与模特沟通照片背后的想法和摄影师追求的效果很重要。同时，摄影师要注意营造适合照片的气氛和意境，确保有故事可讲。照片需要有灵魂，这样它就能延续自己的生命了。在我们身边，平常事物、大自然和人们自己身上，艺术灵感随处可寻。



阿蕊娅·芭拉
Aria Baró

我的真名叫玛丽娅·斯沃拉波娃，但在艺术圈里我是阿蕊娅·芭拉。我1988年出生于斯洛伐克。2010年，还在大学学习考古学的我开始在课余时间投身于艺术摄影。我的摄影作品很重要的一方面就是捕捉人物独特的个性。



照片使用RAW格式拍摄，通过Lightroom 4和Photoshop CS6进行处理。最重要的后期加工作是加上麻雀。我把照片裁剪成正方形，采用中央构图。使用图层蒙版，将有模特的原始照片和从另一幅照片上裁剪下来的鸟组合在一起。我需要格外注意鸟的大小来保证比例的正确，让照片看起来真实。使用修复画笔对模特的皮肤进行润色加工，优化了颜色、色阶、对比度，锐化了模特的脸部。最后，加上暗角和黄色滤镜。尽管照片是在冬天拍摄的，我依然想营造出温暖、乐观的气氛。



没戴耳环的小女孩

在看了维米尔的传世画作《戴珍珠耳环的少女》之后，我有了拍摄这幅照片的想法。我想在不偏离原作构思太远的情况下，用这幅照片表现我自己的新解。

我总是被看到、听到或者仅仅是碰巧遇到的事情所启发，所以在按下快门那一刻的很早之前，这些想法就已经浮现在我眼前了。在我的脑海中有了设想之后，剩下的就只是拍摄的布置工作了。我的大部分作品都是摆拍的，我的主业是一名商业摄影师，因为我更喜欢能一手掌控灯光等环境因素。

在拍摄肩部以上的照片时，让画面中为数不多的元素完美无缺地组合在一起就显得尤为重要，因为没有其他关键元素能为它们做弥补了。

服装只是从布店买到的很便宜的零碎布料。我打了几个简单的结，用安全别针把布料固定好，让看的人感觉看到了一套完整的服装和头巾。比起寻找根本不存在的完美道具或服装来说，让步，并且充分利用手头的资源更为重要。

我用一块棕色的布作背景。在相机的左侧，使用一支带40度格栅的闪

光灯作为背景光源。第二支闪光灯是主光源，带28英寸柔光箱，放在相机左侧与相机成45度角，即经典的伦勃朗式布光。在被摄对象的背面，我用一块白色的圆形反光板来照亮一些较暗的阴影。

建议

- 预先设想！在按快门前，先用大脑拍照。对于摆拍摄影来说，准备工作占90%，拍摄只占10%。准备工作做得越好，结果就越好。
- 妥协！你可能永远也找不到完美的道具或服装，但摄影更多的往往是解决问题，而不是美术指导和很酷的玩具。
- 请一位助手。任何人都能当助手。当需要吸引小孩子的注意力几分钟，扶灯架或帮模特整理头发时，助手是极为宝贵的。这些小事能决定拍摄的成败。



比尔·格卡斯
Bill Gekas

我出生并生活在澳大利亚墨尔本。我是一名自学成才的摄影师，从上世纪90年代开始使用35毫米胶片单反相机学习摄影技术，2005年换成数码相机。我一直从事艺术摄影，并不断丰富创作风格。

<http://billgekas.com>



精细的布光使相机捕捉到了我想要的那种氛围，因此照片只进行了一些微小的处理。首先，去除传感器上灰尘的痕迹和明显的瑕疵，对整体进行色相/饱和度/曲线的优化，给画面营造出立体感和暖色调。接着进行眼部的优化和磨皮，让被摄对象看起来更柔和。背景是一块棕色的布，添加了低透明度的纹理进行优化，使用图层蒙版将被摄对象上的纹理去除，小心地只保留在背景上。最后，加上细微的暗角，更能让大家把视线集中在有趣的地方。



尼康D3相机, 尼克尔AF-D 85mm f/1.8镜头, 85mm焦距, ISO400, f/2.2, 1/250秒, 曝光补偿0.7EV

交流

我想要去捕捉那种只有在母亲和新生儿之间才会有的特殊纽带的美感。同样，我对另外一层涵义也很感兴趣，那就是不需要语言的交流。

为了拍出柔和、微妙的焦外成像和锐利的前景，我使用了一支高速镜头。我总是使用ISO400-640的设置，即便可用的光线很充足也是一样，因为我认为动态范围和色彩深度在这个设置下的表现最好。我决定用一间有温暖而明亮的自然光从前方照进来的房间进行拍摄，强调意境，把环境的因素降到最低，以此来强调妈妈和女儿之间的纽带。

房间有两扇窗户，都在我的前方。一扇窗户在画面左侧，一扇在右侧。我站在距被摄对象大概2米远的地方，没有用任何附加的光源，等到没有阳光直射时，光线会从左边的窗户落进来，营造出一种柔和的效果和合适的动态范围。

通常在拍摄人像时，摄影师和模特之间会密切交流。但这次我打算完全颠覆。我安静地待着，让我完美的模特玛瑞（我的妻子）和安妮（三个月大）不受任何干扰地交流。拍摄时我

通过iPad进行无线预览来控制对焦。

鉴于我了解自己想要拍的是什
么，因此我没有改变我的视角，也没有做很多角度上的尝试。我把这个画面拍了8到10幅。从一开始就很明确的是，这幅照片一定是微微调和的黑白色调。房间带着一丝明亮的暖色，如果我不将其转换成黑白的话，照片的寓意就会有很大改变。

通常来说，拍摄人像时，与模特的交流对摄影师很重要。人像照片中我们所能表达的最重要的一面就是情感。我也坚信，每幅人像照片都体现了摄影师对于当时环境和照片中的人的感受。我们和照片中的人，或者整个画面有关系吗？我们是沉浸其中，还是只是个置身事外的旁观者？模特情愿让我们挖掘他们的情感深处吗？

以上是在我看来很重要的一些方面。想拍出深刻的照片，如果没有交流，哪怕是在拍摄前的交流，对于我来说，就是不可能的。

 克里斯托弗·赫塞尔
Christoph Hessel

我48岁，是一名律师。摄影是我最喜欢的消遣之一，因为在日常工作中，我无法创造出永恒的事物或价值。摄影让我释放压力，但愿看我照片的人们也能有这种感觉。

<http://christographics.de>

 我使用了Photoshop CS5。通过Adobe Camera Raw处理RAW格式文件，增加了一些清晰度。我将照片的左右两边稍微做了裁剪，引导观众将视线集中在两个人物身上。接着使用Nik Color Efex Pro插件增加了色彩对比度，让图像在被转换成黑白后能多保留一些对比度和细节。我使用Nik Silver Efex插件的默认设置进行了黑白转换。在Photoshop中，使用色阶和曲线调整，同样增加对比度和一点黑色调。通过使用柔和边缘的套索工具进行选择，修正画面的某些部分，尤其是玛瑞头发很暗的区域。最后，我复制最上面的图层，新建颜色为柔和双倍深褐色的图层，减少不透明度，让它隐约可见。