

带 你 轻 松 迈 进 摄 影 殿 堂

光线决定一切

— LIGHTING IS EVERYTHING —

【实战加强版】

10大用光基础概念，轻松掌握常规用光技巧 25种光线色彩运用技法，打造自己的个性色彩

360° 完全解析风光 / 人文写真 / 静物 4 大题材用光秘诀

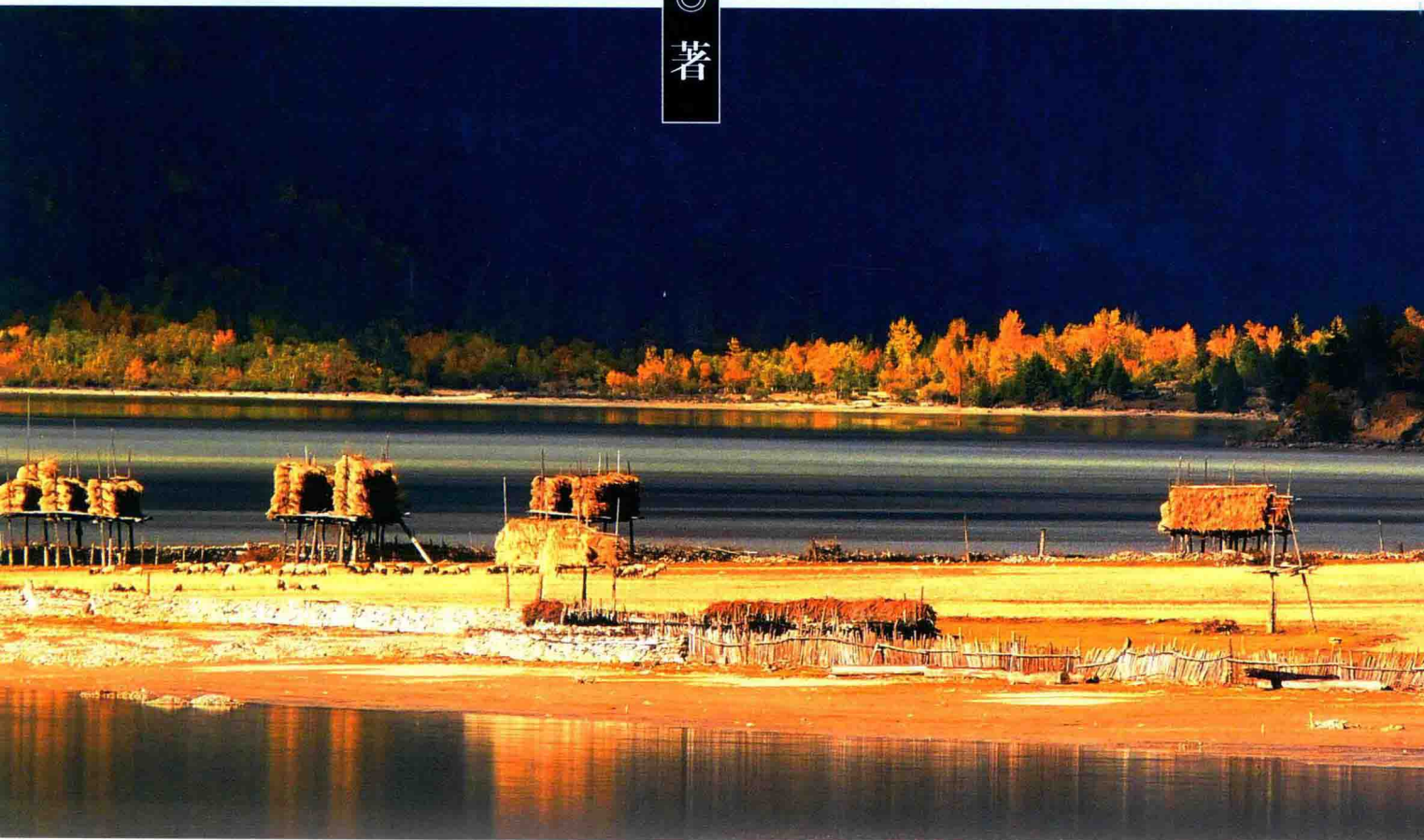


中国工信出版集团



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

郑伟刚
◎
著



光线决定一切

— LIGHTING IS EVERYTHING —

【实战加强版】

人民邮电出版社

北京

图书在版编目 (C I P) 数据

光线决定一切 : 实战加强版 / 郑玮刚著. -- 北京 :
人民邮电出版社, 2016. 3
ISBN 978-7-115-41642-1

I. ①光… II. ①郑… III. ①摄影光学 IV.
①TB811

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第015758号

内 容 提 要

摄影是光影的艺术,用光与曝光是摄影最重要的实战技法之一。本书对用光与曝光的技术技巧进行了全面细致地梳理和阐述。本书采用多名知名摄影家的经典作品,作品涵盖了风光、人像、建筑、人文、静物广告等多个摄影题材。本书分为七章,分别详细论述了光影的基础概念、光线与影调的关系,光线的色彩表现,风光摄影用光,人文、都市题材用光,人像写真摄影用光以及商业静物摄影用光等方面。

本书非常适合摄影爱好者,特别是初学者学习参考。

-
- ◆ 著 郑玮刚
责任编辑 胡 岩
责任印制 周昇亮
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路 11 号
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京顺诚彩色印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本: 889×1194 1/20
印张: 15.6 2016 年 3 月第 1 版
字数: 480 千字 2016 年 3 月北京第 1 次印刷
-

定价: 89.00 元

读者服务热线: (010)81055296 印装质量热线: (010)81055316

反盗版热线: (010)81055315

广告经营许可证: 京崇工商广字第 0021 号



目录

CHAPTER 01

光线——影像基础

没有光，就没有摄影 013

光学与摄影用光术 014

摄影中最重要的光学基础概念 016

向相机学习摄影 019

为什么看到的和拍下来的会不一样 019

曝光过度、曝光不足与正确的曝光 020

解读相机的测光系统 022

解读色温与白平衡 024

相机的反差与饱和度设定 026

后期处理的重要性 027

从哪里开始——数码相机的基础曝光技巧 029

适当的测光模式 + 曝光补偿 029

数码相机的曝光判断标准 030

各种拍摄情况的曝光补偿 032

摄影用光的3条终极忠告 035

CHAPTER 02

光与影——控制影调的艺术

光线的造型作用 043

软光与硬光 044

光线的硬度 046

硬光的表现力 048

直射光的质感和造型特点 050

直射光与投影 052





硬调人物拍摄	056
软光的韵味	058
漫射光下的影调层次和曝光控制	060
漫射光——人像摄影师偏爱的光线	062
专业人工布光的奥秘	064

明暗——反差—影调	067
全影调与影调压缩	068
黑白影像：银盐与数码	070
高精度数码黑白影像的技术要点	072
高调与低调	074
高调——单纯的魅力	076
低调——最强烈的影像语言	078
高反差激动人心的效果	080
控制反差的拍摄技巧	082
低反差传递平和沉静的情绪	084
光影游戏——训练自己的观察力	086



CHAPTER 03

光与色——色彩表现的艺术

色彩基础	091
色彩与光线	092
三原色	092
纯色与复色	093
饱和度与明度	093
固有色与环境色	094
色彩倾向与色调	094
认识 RGB	095
色彩空间与色域	095
数码相机的色彩设置	096
拍摄的色彩控制技巧	099



暖色调与冷色调	100
曝光改变色彩	102
位置、比例与饱和度	104
中性色的重要作用	106
色彩中的黑白影调关系	108
黑色——色彩中的稳定元素	110
逆向思维——巧用黑与白	112
色彩运用的关键经验	115
风格化的色彩	117
HDR——奇幻的数字化色彩	118
CHAPTER 04	
追逐光线——风光、户外用光技巧	
一天中的光影变化	123
风光摄影师应对光线的三大法则	125
清晨——转瞬即逝的光效	126
晨雾的拍摄	128
上午——明亮的光线	130
云——千变万化的拍摄主体	132
云的拍摄技巧	134
云影效果与天空色调的控制	136
正午——强烈的直射阳光	138
转换思路	140
斜射的阳光	142
夕阳下——黄昏的动人时刻	144
风光大片的拍摄	147
日落之后——不要停止拍摄	148
风光中的夜景	150
天气、季节与光线	153
阴天里柔和的散射光	154





雨天的拍摄	156
雨后的彩虹	158
拍摄闪电	160
雪天的拍摄	162
捕捉风的线条	165
雾的表现	166
四季风光中的色彩问题	168

CHAPTER 05

场景与光线 ——人文、都市题材的光线把握技巧

场景、光线与人物	173
捕捉现场的气氛	174
理想的现场光效	176
发挥现场光最大的效用	178
细节的取舍	180
直射的强烈光线	182
极端条件下的曝光技巧（一）	184
极端条件下的曝光技巧（二）	186
极端条件下的曝光技巧（三）	188
把握现场光——抓住转瞬即逝的一刻	190
何时启动闪光灯	192
虚与实——闪光灯的特殊光效	194
离机闪光	196
都市风景照片中的光与影	199
光线——商业与人文	200
灯光拍摄（一）	
——灯光与自然光的平衡	202
灯光拍摄（二）——纯灯光照明	204
灯光拍摄（三）——动感灯光	206
灯光拍摄（四）——多色温光源	208





特殊的曝光经验——拍摄节日焰火	210
特殊的曝光——光绘摄影	212
街头——人文摄影师的训练场	214
避繁就简——拍摄入门的必经之路	216
动与静	218
色彩运用——学会节制	220
色彩运用——少就是多	222
更复杂的画面控制技巧	224
不同的时间、不同的方式	226
寻找新的视角（一）	228
寻找新的视角（二）	230

CHAPTER 06

光线与造型——写真人像用光技巧

灯位、光效与光比	235
单一光源的光位与光效	236
主光、辅光与光比	238
蝴蝶光与伦勃朗布光法	240
布光造型与人物形象刻画	242
业余条件下的人像用光	245
不同类型光线对人物造型的影响	246
充分发挥现场光的作用	248
现场光的潜力	250
柔和的光线	252
反光板的使用技巧	254
闪光灯与自然光的平衡	256
专业化的人像布光技巧	259
高调照片的用光法则	260
低调照片的用光法则	262





在现场光线中提升主体	264
点光源的运用	266
人为的高调	268
永远的核心	270
控制主次关系	
——后期处理时对于现场光的再控制	272
戏剧性的光效	274
它山之石	276
男性形象的经典用光	278
商务型人像的用光	280
时尚风格的男性布光	282

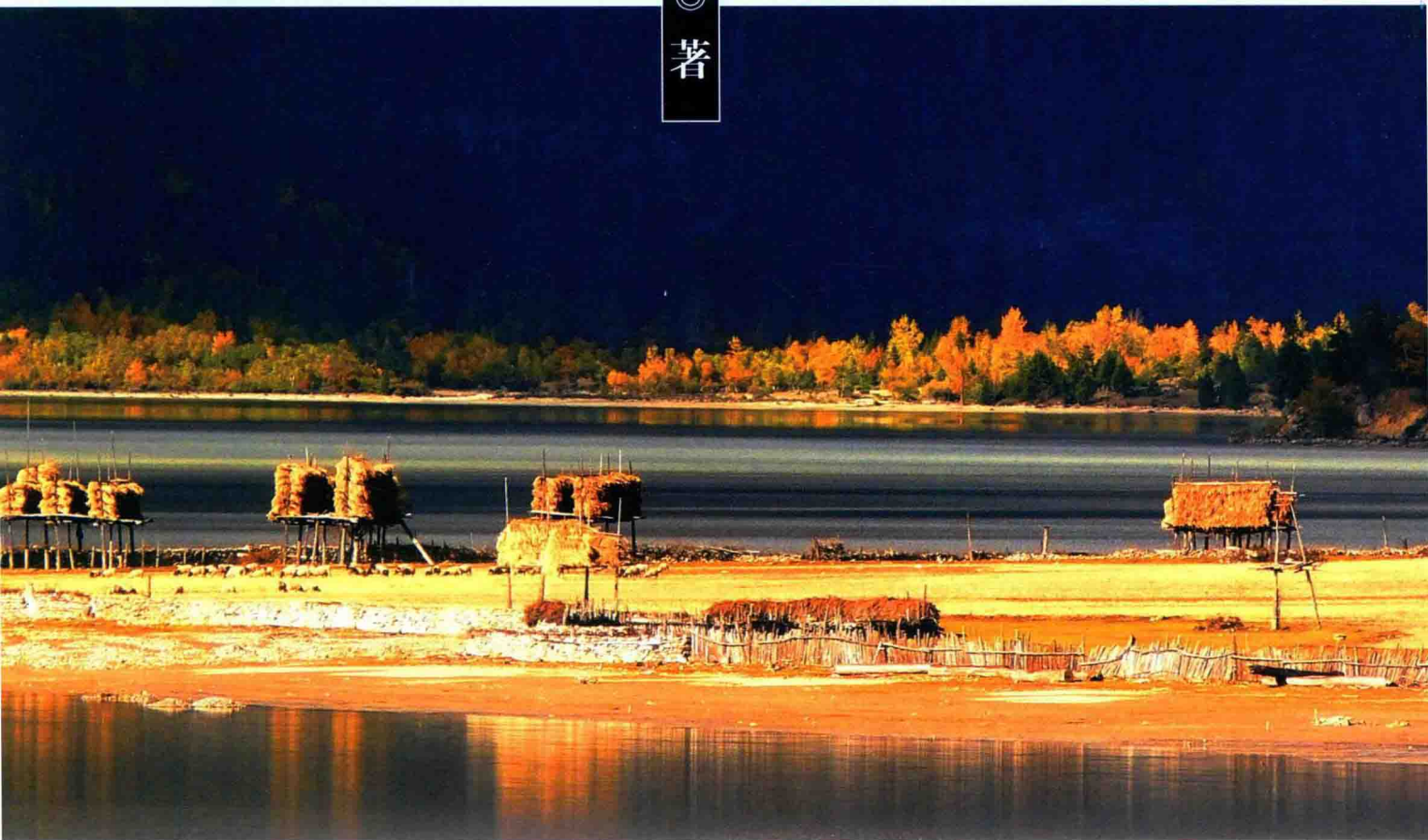
CHAPTER 07

光线与静物——产品与广告用光基础



更精确地控制光线	287
硬件与软件	288
从哪里开始	289
灯光设备	290
数码暗房基础	291
什么能拍，什么不能拍	292
布光的思路	294
均匀地布光	296
准确的色彩还原	298
去掉多余的光	300
质感刻画	302
营造氛围	304
精雕细刻	306
拍摄透明物体	308
凝固看不见的瞬间	310
特殊的用光手段	311

郑伟刚
◎
著



光线决定一切

— LIGHTING IS EVERYTHING —

【实战加强版】

人民邮电出版社

北京

图书在版编目(CIP)数据

光线决定一切：实战加强版 / 郑玮刚著. -- 北京：
人民邮电出版社，2016.3
ISBN 978-7-115-41642-1

I. ①光… II. ①郑… III. ①摄影光学 IV.
①TB811

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第015758号

内 容 提 要

摄影是光影的艺术，用光与曝光是摄影最重要的实战技法之一。本书对用光与曝光的技术技巧进行了全面细致地梳理和阐述。本书采用多名知名摄影家的经典作品，作品涵盖了风光、人像、建筑、人文、静物广告等多个摄影题材。本书分为七章，分别详细论述了光影的基础概念、光线与影调的关系，光线的色彩表现，风光摄影用光，人文、都市题材用光，人像写真摄影用光以及商业静物摄影用光等方面。

本书非常适合摄影爱好者，特别是初学者学习参考。

-
- ◆ 著 郑玮刚
责任编辑 胡 岩
责任印制 周昇亮
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京顺诚彩色印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本：889×1194 1/20
印张：15.6 2016年3月第1版
字数：480千字 2016年3月北京第1次印刷
-

定价：89.00 元

读者服务热线：(010)81055296 印装质量热线：(010)81055316

反盗版热线：(010)81055315

广告经营许可证：京崇工商广字第0021号

序（第一版序）

170多年前，许多人都在尝试着一件事情，那就是把因光而产生的影像记录下来，这就是摄影——19世纪最伟大的发明之一。

光影，光影，有光就有影，记录光影便是摄影。

这样的定义似乎有点儿牵强吧？但细一想来，摄影就是记录光影的技术呀！摄影靠光影起家，摄影依光影而变化。有了光影就有了反差，有了光影，照片也就有了多一些变化的可能。若能在摄影中得当地运用光影，或许您的照片就可以多一些内容，多一份遐想。

细致地观察光影的变化，有的时候会给人们一种电影般的感受。太阳在照，地球在转，光影随着时间在变。抓住光影变化的瞬间，找到合适的角度，就能够拍摄下不易被发现的光影场景，就可以记录下难以再现的瞬间。

其实，光影随时间的“轮回”会在一个地方重复出现，但我们却不一定机械地重复自己，适时按下照相机的快门按钮，给自己，给别人带来一个似乎陌生的画面。

光影是摄影诞生的基础，光影也是进行摄影创作可以利用的资财，没有恰当的光影，照片就有可能流于“记录”，有了适合的光影，拍照片就有可能被称为“创作”。

有了光影还不够，其他的技术技巧也一定要融入其中。一个优秀的摄影师必然要熟识光线的特性，对不同光照环境下的拍摄效果了然于心，善于运用光线的特性强化作品的表现力。所有这些都是摄影的基本功，也是摄影师的必修课。系统地了解光线，进而通过摄影的技术手段掌控和运用光线，是学习摄影的必经阶段。

本书作者郑玮刚先生曾在摄影媒体供职多年，与此同时也一直保持着摄影师的身份，这让他能够以一个实践者的立场，通过大量精彩的实例照片与生动鲜活的语言，对光线在摄影中的作用做出简洁明了且极具指导性的实用型描述。初入摄影之门的爱好者，通过这些宝贵的经验可以更快地提高自己的技术水平，更轻松地运用影调进行表达。我相信，无论初学者还是资深的发烧友，都能从中找到自己所需，看到自己所想，最终拍到自己所愿。如是，乃作者读者之共幸。

利用光影创作出别人不容易看到的照片，也会让大家感受到光影带给我们的各种美丽图案。光影可以成为拍摄创意照片重要的素材，也可以由此锻炼我们利用光影拍摄照片的把控能力。

《中国摄影》杂志主编 陈仲元





目录

CHAPTER 01

光线——影像基础

没有光，就没有摄影 013

光学与摄影用光术 014

摄影中最重要的光学基础概念 016

向相机学习摄影 019

为什么看到的和拍下来的会不一样 019

曝光过度、曝光不足与正确的曝光 020

解读相机的测光系统 022

解读色温与白平衡 024

相机的反差与饱和度设定 026

后期处理的重要性 027

从哪里开始——数码相机的基础曝光技巧 029

适当的测光模式 + 曝光补偿 029

数码相机的曝光判断标准 030

各种拍摄情况的曝光补偿 032

摄影用光的3条终极忠告 035

CHAPTER 02

光与影——控制影调的艺术

光线的造型作用 043

软光与硬光 044

光线的硬度 046

硬光的表现力 048

直射光的质感和造型特点 050

直射光与投影 052





硬调人物拍摄	056
软光的韵味	058
漫射光下的影调层次和曝光控制	060
漫射光——人像摄影师偏爱的光线	062
专业人工布光的奥秘	064

明暗——反差—影调	067
全影调与影调压缩	068
黑白影像：银盐与数码	070
高精度数码黑白影像的技术要点	072
高调与低调	074
高调——单纯的魅力	076
低调——最强烈的影像语言	078
高反差激动人心的效果	080
控制反差的拍摄技巧	082
低反差传递平和沉静的情绪	084
光影游戏——训练自己的观察力	086



CHAPTER 03

光与色——色彩表现的艺术

色彩基础	091
色彩与光线	092
三原色	092
纯色与复色	093
饱和度与明度	093
固有色与环境色	094
色彩倾向与色调	094
认识 RGB	095
色彩空间与色域	095
数码相机的色彩设置	096
拍摄的色彩控制技巧	099



暖色调与冷色调	100
曝光改变色彩	102
位置、比例与饱和度	104
中性色的重要作用	106
色彩中的黑白影调关系	108
黑色——色彩中的稳定元素	110
逆向思维——巧用黑与白	112
色彩运用的关键经验	115
风格化的色彩	117
HDR——奇幻的数字化色彩	118
CHAPTER 04	
追逐光线——风光、户外用光技巧	
一天中的光影变化	123
风光摄影师应对光线的三大法则	125
清晨——转瞬即逝的光效	126
晨雾的拍摄	128
上午——明亮的光线	130
云——千变万化的拍摄主体	132
云的拍摄技巧	134
云影效果与天空色调的控制	136
正午——强烈的直射阳光	138
转换思路	140
斜射的阳光	142
夕阳下——黄昏的动人时刻	144
风光大片的拍摄	147
日落之后——不要停止拍摄	148
风光中的夜景	150
天气、季节与光线	153
阴天里柔和的散射光	154





雨天的拍摄	156
雨后的彩虹	158
拍摄闪电	160
雪天的拍摄	162
捕捉风的线条	165
雾的表现	166
四季风光中的色彩问题	168

CHAPTER 05

场景与光线 ——人文、都市题材的光线把握技巧

场景、光线与人物	173
捕捉现场的气氛	174
理想的现场光效	176
发挥现场光最大的效用	178
细节的取舍	180
直射的强烈光线	182
极端条件下的曝光技巧（一）	184
极端条件下的曝光技巧（二）	186
极端条件下的曝光技巧（三）	188
把握现场光——抓住转瞬即逝的一刻	190
何时启动闪光灯	192
虚与实——闪光灯的特殊光效	194
离机闪光	196
都市风景照片中的光与影	199
光线——商业与人文	200
灯光拍摄（一）	
——灯光与自然光的平衡	202
灯光拍摄（二）——纯灯光照明	204
灯光拍摄（三）——动感灯光	206
灯光拍摄（四）——多色温光源	208



特殊的曝光经验——拍摄节日焰火	210
特殊的曝光——光绘摄影	212
街头——人文摄影师的训练场	214
避繁就简——拍摄入门的必经之路	216
动与静	218
色彩运用——学会节制	220
色彩运用——少就是多	222
更复杂的画面控制技巧	224
不同的时间、不同的方式	226
寻找新的视角（一）	228
寻找新的视角（二）	230

CHAPTER 06

光线与造型——写真人像用光技巧

灯位、光效与光比	235
单一光源的光位与光效	236
主光、辅光与光比	238
蝴蝶光与伦勃朗布光法	240
布光造型与人物形象刻画	242
业余条件下的人像用光	245
不同类型光线对人物造型的影响	246
充分发挥现场光的作用	248
现场光的潜力	250
柔和的光线	252
反光板的使用技巧	254
闪光灯与自然光的平衡	256
专业化的人像布光技巧	259
高调照片的用光法则	260
低调照片的用光法则	262

