

Scenery Photography

风景摄影

Light With Composition

用光与构图

引进自日本クレオ出版公司

风景摄影的完美指导手册

Scenery photography perfect instruction manual

江口慎一（日）著

贾勃阳 译



中国摄影出版社

China Photographic Publishing House

图书在版编目 (CIP) 数据

风景摄影用光与构图 / (日) 江口慎一著. ——北京: 中国摄影出版社, 2010. 8
ISBN 978-7-80236-462-2

I. ①风… II. ①江… III. ①风光摄影—摄影艺术
IV. ①J414

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第160740号

出版境外图书合同登记号: 01-2010-2690
Suteki ni Shashinjutsu!/How To
Take Beautiful Photographs!
Copyright(C)2003 Shinichi Eguchi&CREO CORPORATION
All rights reserved.
Originally published in Japan in
by CREO CORPORATION

书 名: 风景摄影用光与构图
作 者: 江口慎一 (日)
译 者: 贾勃阳
责任编辑: 魏长水
装帧设计: 王 彪
出 版: 中国摄影出版社
地址: 北京东单红星胡同61号 邮编: 100005
发行部: 010-65136125 65280977
网址: www.cpphbook.com
邮箱: office@cpphbook.com
印 制: 北京杰诚雅创文化传播有限公司
开 本: 16开
纸张规格: 787mm×1092mm
印 张: 9
字 数: 60千字
版 次: 2010年9月第1版
印 次: 2010年9月第1次印刷
印 数: 1—5000册
I S B N 978-7-80236-462-2
定 价: 52.00元

版权所有 侵权必究

风景摄影

用光与构图

江口慎一(日)

中国摄影出版社

China Photographic Publishing House

目录

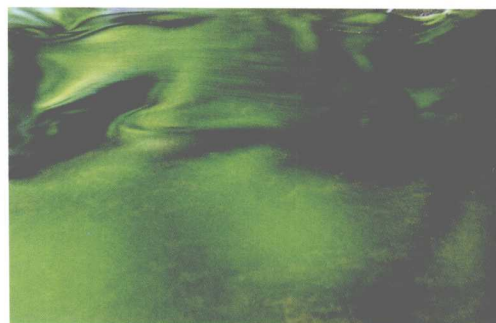
摄影家的自白	4
拍摄现场实录	6

基础摄影知识 9

拍摄前的准备工作	10
相机的持握方法	12
三脚架	14
配件	16

基本拍摄方法 17

曝光的技巧（光圈）	18
曝光的技巧（快门速度）	20
构图的技巧	22
构图的技巧（花卉）	23
取景的角度	24
画面的构成	26
从不同的方向来拍摄	27
焦点的位置	28
光的效果（光线的变化）	30
光的效果（光线的强弱）	31
光线的控制	32
一日内的光线变化	33
曝光补偿（亮度）	34
曝光补偿（色彩）	35
色彩的效果	36
风景摄影中的色彩效果	38
滤色镜的效果（PL）	40
滤色镜的效果（ND,CC）	41
镜头的变化（广角变焦镜头系列17-35mm）	42
广角变焦镜头系列17-35mm的作品实例	44
镜头的变化（标准变焦镜头系列28-70mm）	46
标准变焦镜头系列28-70mm的作品实例	48
镜头的变化（望远变焦镜头系列70-200mm）	50
和广角镜头的比较	51
望远变焦镜头系列70-200mm的作品实例	52
镜头的变化（超望远镜头系列300-600mm）	54
超望远镜头400mm的作品实例	56
镜头的变化（使用微距镜头拍摄）	58
微距镜头的作品实例	60
作品展示	63



各种题材的拍摄技巧 71

花卉	72
花卉 (突出重点)	74
花卉 (突出特征)	75
光 (各种各样的光)	76
光 (捕捉特殊的光)	78
水 (不同的表现方式)	80
水 (水面的倒影)	81
水 (拍摄角度)	82
天空	84
山脉	85
海水·波浪	86
树木·森林	88
树木·森林 (不同的表现方法)	90
小小的自然界	92
红叶 (取景及构图)	96
红叶 (拍摄角度·曝光补偿)	98
冬天的景色	99
作品展示	101



实践中的拍摄技巧 109

花卉 (尝试不同视角)	110
花卉 (构图与对焦点)	111
花卉 (如何控制光线)	112
水滴	114
水的表情I	115
水的表情II	116
瀑布	117
绿色 (风景)	118
绿色 (特写)	119
树木	120
森林	121
海水	122
波浪	123
夕阳	124
红叶	126
秋天的色彩	128
冬天的景色	130
作品展示	133

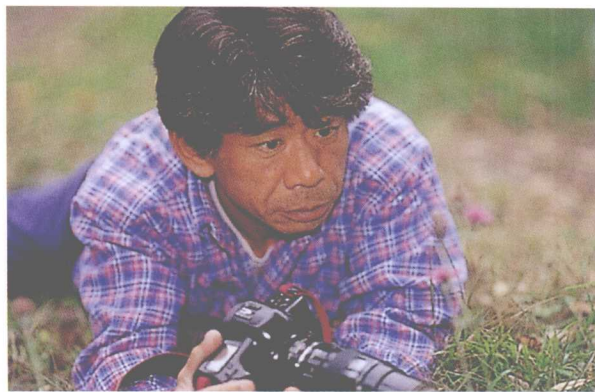


作品的保存及装裱 140

数码相机照片文档整理	140
作品的装裱及后期制作	141

前言

近年来，喜欢上摄影的人士是越来越多，有年轻的朋友，也有很多中老年朋友，其中女性的比例也是逐渐增加，这些摄影发烧友、女发烧友们的创作激情很高，踊跃地参加各地摄影组织所发起的举办的各种摄影活动，积极投稿参加影展、影赛的更是不在少数。



大家喜欢摄影的初衷不外乎是想拍摄出好看的、自己喜欢的照片，同时能留下好的作品。通过摄影表达自己的想法，也想结交有共同爱好的影友等等。现在随着摄影器材的日益发展，曝光、调焦等都可以自动控制，使大家能更容易就拍出好的照片。但是，拿过相机来只顾按快门，根本不考虑拍什么好及怎么拍好，这种情况下摄影也就失去了意义。

在大多数业余摄影发烧友看来，想拍出好照片必须要掌握很高深的摄影技术才行。其实很多情况下照片拍得好坏并不完全在于摄影技术，更重要的是在掌握了基本技法的基础上要通过一定的经验积累去审视摄影对象，所以培养视觉感受更重要。换言之，在多次失败的前提下要想再上一个台阶就必须用心去分析、用心去观察，这样才能有所提高。

本书并不单是专门为提高摄影技法所做的讲解，而

是旨在告诉大家如何发掘照片里更深的内涵，如何能用简单通俗的语言来传达给大家风景摄影的拍摄心得。

我的摄影方式

我喜欢把摄影与旅行结合在一起，在旅途中亲近大自然的同时将美景摄入画面，也就是说并不是为摄影而摄影，而是将在旅途的所见所闻，包括其中有感而发的想法都通过摄影来表现出来。假如只为了摄影的话，旅行的心情将会受到影响的。比如经常会有人为了拍摄而住在车内，我却觉得那样很无奈。我不认为专门为了拍摄而驱车前往再加上住宿车内就是最佳方案，那样的话只会乐趣全无。我倒是觉得有时为多一些拍摄乐趣可以考虑搭起帐篷，安营扎寨可能更能增添乐趣。

这样就可以考虑在做其他事情的同时去拍照，对我而言并没有事先想好要去哪里及拍摄什么内容，这样所表现的题材内容就都是由我内心而发的。所以无论各种风景或题材，我都不是为了单纯的拍摄去拍摄，而都是由感而生再结合画面去表现的。我希望我拍摄的每一幅作品都包含着个人的情感。



摄影器材

每当外出摄影时，为了应对各种场景，通常要全副武装。从超广角镜头到超望远镜头，还有微距镜头一应俱全。从14mm定焦镜头到600mm定焦镜头以及变焦镜头都要带着，最常用的是17-35mm广角变焦镜头、28-70mm标准变焦镜头、70-200mm望远变焦镜头，还有就是100mm和180mm的微距镜头，基本上有了这5支镜头，便可应对大多数的拍摄题材。120相机的话，我主要使用6×4.5和6×6这两种中画幅相机。

在参加有组织的摄影活动时，常常有参加者前来询问，带哪支镜头好。依照我的经验，我会告诉他们，拍摄题材应该是摄影者本人事前能够决定的，并不是要针对所有的题材都拍摄，并不是非要带上所有的器材才行。而且带上全部家当势必会影响你的行动。其实带上一支广角变焦镜头、一支望远变焦镜头、再加上一套近摄镜片或一支微距镜头，就完全可以胜任大部分题材的拍摄了。

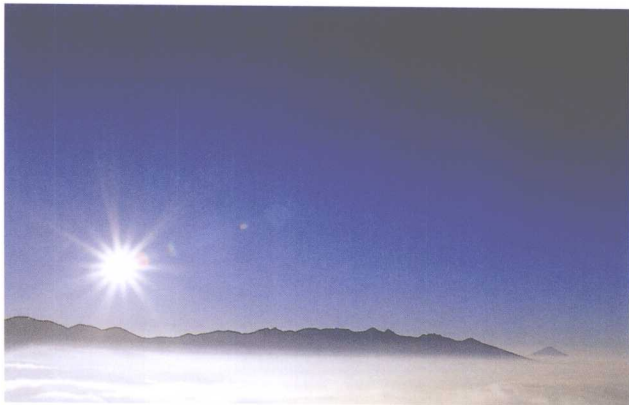
Time	Activity	Location
0		
1		
2		
3		
4	起床	
5	日出	
6	早晨摄影	花立峠
7	朝食	朝霞池の周辺
8		
9		
10	七条峠	
11	摄影	ハツ森七条
12		
1	昼食	
2		
3	下山	
4		田代川溪谷
5	黄昏摄影	国見峠
6		
7	夕食	国見峠
8		
9		八ッ巻首
10		
11	22:00 就寝	
12		



一天的拍摄记录

4:00 am

为了早晨的拍摄，一般从凌晨天黑的时候开始行动，最迟在日出前30分钟就要到达拍摄地点准备就绪，好能在黎明时赶上最佳拍摄时刻。



7:00 am

日出的题材并不仅仅是拍摄太阳升起的画面，同时还应该仔细观察并捕捉日出后周围景致发生的变化，有时在你身后或是脚下都可能出现美丽的光影。



10:00 am

斜射的光线逐渐加强，所有被阳光照射的物体都呈现出很强的立体感。此时正是表现侧逆光的绝佳时刻，有光照的地方就会有阴影，拍摄时尤其要注意对阴影表现。





2:00 pm

和早晚的斜射光线比，中午直射的光线不容易拍出味道，在这个时间段里最适合带上一支微距镜头拍些近景以及小品。



5:00 pm

夕阳的余晖是最容易拍出效果的，取景时不应只盯住天空，被暖暖的落日染红的云霞及树景也都是绝佳的被摄体。



7:00 pm

拍摄完夕阳落日也就结束了一天的工作，之后应该去好好冲个澡，洗去一身的疲劳，食用晚饭之后应该尽早休息。



野外生活的感受

回顾一整年的摄影之行，几乎都是在野外住帐篷中度过的。这期间令我感受最深的是我真正地生活在了大自然的环抱中，有种人与自然融为一体的感受，这是最令我激动的事情。当你身处真正的大自然之中，你才能更加敏感地体会到气温的变化及湿度的变化，对风的变化以及各种气候的变迁，只有在身临其境时才能体会到的。同时，可以自由地计划及支配时间，对我来讲也是很惬意的事情。偶尔间一些小动物们的来访也为我的旅程增添不少乐趣。



摄影日志

我并不是把所有的拍摄过程都记录下来，总觉得没必要去为每次拍摄做详细的记录，即使挤出那些用于记录的时间，还不如再去多拍一两张照片呢！这样可以集中精力去拍摄，而不是非得记录下拍摄的过程。我觉得摄影日志就像一本简单的备忘录，可以简要地记述一下当日的摄影行程，以及遇到了何种事情和都拍了些何种题材的照片。

在业余发烧友中有些人甚至把每一张照片的拍摄数据全都记录下来，他们错误地认为专业摄影家们一定都是每张都记录的。其实这也并不都是没有意义的工作。比如在曝光补偿值不好确定的时候，我通常会变换不同的数值多拍几张，以求得理想的曝光，但我不觉得非要把这些照片的数据全都记录下来。



基础摄影知识



在拍照之前，我们首先学会的和注意的有以下几点，检查及清洁照相机与镜头，还有照相机正确的持握方法及三脚架的使用方法，本章节我们将集中讲述这些基础知识。

拍摄前的准备工作

检查

在摄影的前一天，务必要对器材做个彻底的清查。如果准备的不充分，等到实拍时就会发现这样或那样的问题，比如拍摄过程中发现电池不足了，三脚架的螺丝松了，快门线忘带了……诸如此类的小问题都有可能在实际拍摄中造成很大的影响，甚至导致拍摄的失败。

检查项目一览

摄影器材	要检查的项目	结果
机身	取景器是否起雾	
	反光镜处有无灰尘	
	机身内部的除尘	
	电池的容量	
	机身操作状态	
镜头	镜片有无起雾或灰尘	
	滤色镜有无起雾或灰尘	
	操作状态 对焦环 操作状态 光圈环	
三脚架	云台操作是否灵活	
	螺丝是否拧紧 中轴的操作状态	
滤色镜	是否起雾或落灰	



打开相机的后盖，检查里面是否藏有灰尘或其它脏东西，但千万不要用手指去清理，一般需用气吹来完成。



检查光圈的变化是否正常，通常是先设定较慢速的快门，然后调节光圈后按动快门，检查光圈页片的变化是否连动。



检查拍摄所用的所有器材，包括机身、镜头、滤色镜、存储卡或胶卷，确保能够随时进入拍摄状态。



在所有器材检查完毕之后，像备用电池、擦镜头用的鹿皮之类的小东西也不要忘记带上。

准备工作

不光是拍摄前一天这样做，平日里也应该养成经常检查器材的好习惯。例如：可以空按几下快门，手持相机的稳定性练习，练习手动调焦的精度与速度。总之，器材不要总放在包里，要经常拿出来摸一摸。



镜头在起雾或有污点时，应该涂上专用的镜头清洁剂，一般是沿着镜片外沿向中心的顺序画圈的方法来擦拭，防护镜片及偏振镜也不要忘记擦拭。另外，相机的镜头接口位置也应轻轻擦拭。但千万别擦反光镜，记得反光镜一定要用气吹来完成。



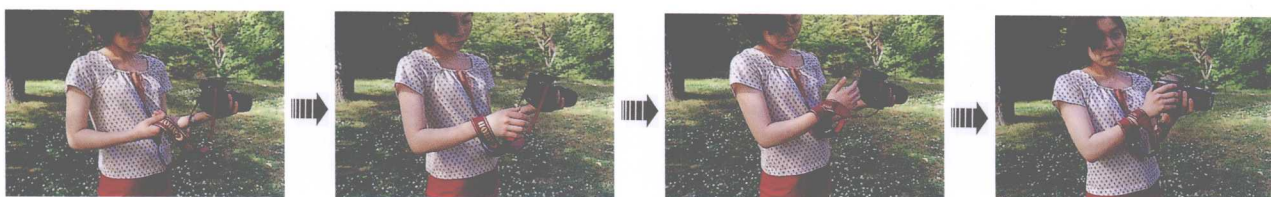
准备工作一览

		内容	检查	准备	备注
机身			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
镜头	超广角	mm F	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	遮光罩 <input type="checkbox"/>
		mm F	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	遮光罩 <input type="checkbox"/>
	广角	mm F	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	遮光罩 <input type="checkbox"/>
		mm -- mm F	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	遮光罩 <input type="checkbox"/>
	标准	mm F	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	遮光罩 <input type="checkbox"/>
		mm -- mm F	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	遮光罩 <input type="checkbox"/>
	望远	mm F	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	遮光罩 <input type="checkbox"/>
		mm -- mm F	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	遮光罩 <input type="checkbox"/>
	超望远	mm F	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	遮光罩 <input type="checkbox"/>
		mm F	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	遮光罩 <input type="checkbox"/>
微距	mm F	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	遮光罩 <input type="checkbox"/>	
	mm F	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	遮光罩 <input type="checkbox"/>	
滤色镜	偏振镜	口径 mm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		口径 mm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	减光镜	口径 mm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		口径 mm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
其它		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
配件	增距镜	2 ×	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	增距镜	1.4 ×	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	近摄接圈	mm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	近摄接圈	mm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	微调伸缩架		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
反光镜			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
三脚架	三脚架主体		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	云台		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	快装板		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
存储卡/胶片		/ 张	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	ISO() /	个	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
其它	备用电池		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	快门线		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	气吹		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	毛巾		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	手电筒		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	记事本		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	雨具		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
折叠椅		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		

相机的持握方法

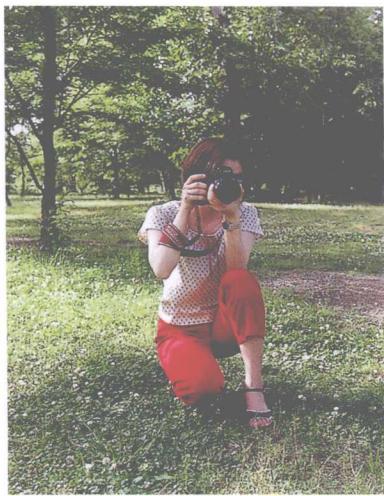
手持相机应尽量贴近自己的身体

有很多人都觉得相机只有架在三脚架上才稳当，的确，将相机固定在三脚架上是保证清晰成像的重要保障之一，特别是进行微距拍摄时更是如此。其实只要方法得当，手持相机也可以拍出清晰的照片，此时就一定要注意控制身体不能有晃动，即使是用几分之一秒的速度也可以拍得很好。



把相机背带取下，如图所示，缠绕在手腕上，这样可以固定背带，以便更加稳定地持握。同时也能防止相机不经意间从手上脱落。

用左手持握镜头，使持握相机的两臂尽量贴向前胸。在手动调焦时应利用拇指和中指夹住调焦环来调焦，右手则可以紧握相机以控制取景和拍摄。



在低角度取景拍照时可采用单膝蹲地的姿势，左手托住相机支撑在左膝上，这样的姿势有利于稳定地持握相机，保证左臂不抖动就可以拍出清晰的照片。



在拍摄竖幅照片时基本上有两种持握方法。即右手在上或右手在下的区别。右手在上时可以更方便地按动快门，可是由于右臂抬高容易造成持握不稳定，这样左手在调焦的同时就必须紧托住相机保证其不晃动。反过来，右手在下方持握时虽然更稳地持握机相，但按快门时或许会带来不便，可是左手在调焦时能更轻松一些。不过在装配了电池手柄后，由于手柄上多配有竖拍快门按钮，这样在竖拍时右手的持握感和按快门等都会和横幅拍摄时有同样的感觉。



在用远镜头手持拍摄时，因为镜头的长度和重量都有所增加，所以左手要加大持握的力度。如果按左侧画面中的方法两手都紧握机身的话，势必会造成重心前移，而不利于稳定拍摄，应该如右图所示，左手位置适当向前移，托住镜头的中心部分以便于稳定地端住相机。



在极低的角度下拍摄花卉的时候，应当采用趴下的姿势，腹部紧贴地面，双肘同时支撑在地面上，这样能有效防止手抖，并且能很自如地调焦，即使是极其细微的调焦也可以做到。有时稍微前后移动一下身体的位置，就能取代手指来回转动调焦环，从而得到准确的焦点。



三脚架在使用时，应该尽量先放出较粗的一节，如果只从下面把细的一节放出的话会影响其稳定性。放置时还要尽量保持其水平，如果几节延长腿都拉出来的话，中间的锁扣务必要拧紧。虽然现在轻型材质越来越流行，但使用途中万一出现架倒机摔的事情可就得不偿失了，所以重一些更可靠。



三脚架的正确使用方法

三脚架对于操作不熟练的人来说可能达不到得心应手，很多时候可能会因为操作不当而错失拍摄机会。所以大家一定要掌握正确的方法，把相机固定住，平日可以多在家中反复练习直到熟练为止。最近市场上出现了很多轻型材质的三脚架，虽携带方便，但过轻的自重对于使用者来说心里不免有些不放心，一旦遇上强风，肯定会影响其稳定性。所以选择三脚架还是应该尽量选择自重大些的，操作简易的为好。



在云台的使用上，基本上是右手控制横竖摇把，左手控制俯仰摇把，首先将横竖摇把调到水平后再调俯仰摇把，以方便控制取景的角度。



如果确实要用到中间的升降杆时，最好适量地升高并且尽量不要把中轴完全升上来，如左图所示，把中轴完全升上去的话会影响到整个三脚架的稳定性。所以不是万不得已都不推荐这样操作。这种时候不要嫌麻烦，应当优先考虑把几节延长腿都拉出来。



我们经常看到这样的情景，那就是不收三脚架，只是把三根腿并在一起扛在肩上。如果是所拍景物距离很近，走不了几步的话，这样做问题不大。如果长距离这样扛着走，还是有风险的。因为很有可能会不小心碰到照相机或三脚架，万一照相机被碰掉了，那将会损失惨重。

