

정보통신

手机摄影的表达

个性写真摄影的 **100** 个秘诀

[韩]李暻珉 著

李春吉 译 钱亚光 审校

人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

全摄影的表述

中国美术学院美术考级教材



手机摄影的表达

个性写真摄影的100个秘诀

[韩] 李璟珉 著 李春吉 译 钱亚光 审校



人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (C I P) 数据

私摄影的表达：个性写真摄影的100个秘诀 / (韩)
李璟珉著；李春吉译. — 北京：人民邮电出版社，
2010.7

ISBN 978-7-115-22940-3

I. ①私… II. ①李… ②李… III. ①数字照相机：
单镜头反光照相机—人像摄影—摄影技术 IV. ①
TB86②J413

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第086888号

版 权 声 明

101 Secrets of DSLR Shooting & Retouching By Lee, Kyoung Min, 李璟珉

Copyright 2008 © Lee, Kyoung Min, 李璟珉

ALL rights reserved

Simplified Chinese copyright © 2010 by Post and Telecom Press

Simplified Chinese language edition arranged with INFORMATION PUBLISHING GROUP through
Eric Yang Agency Inc.

本书中文简体字版由韩国INFORMATION PUBLISHING出版有限公司授权人民邮电出版社出版。
未经出版者书面许可，对本书任何部分不得以任何方式复制或抄袭。

版权所有，侵权必究。

私摄影的表达——个性写真摄影的 100 个秘诀

- ◆ 著 [韩] 李璟珉
- 译 李春吉
- 审 校 钱亚光
- 责任编辑 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>
北京盛通印刷股份有限公司印刷
- ◆ 开本：889×1194 1/24
印张：14.4
字数：583 千字 2010 年 7 月第 1 版
印数：1—4 000 册 2010 年 7 月北京第 1 次印刷

著作权合同登记号 图字：01-2009-6659 号

ISBN 978-7-115-22940-3

定价：69.00 元（附光盘）

读者服务热线：(010)67132705 印装质量热线：(010)67129223

反盗版热线：(010)67171154

内容提要

私摄影——不只是自恋那么简单，它是十分私人化的生活纪实，表达自我的态度和情绪。本书将为你解开私摄影的面纱，指导读者充分利用影像代替文字和声音去记录生活，表达心声。本书共分2部分，Part 01介绍了60个拍出独特而颇具艺术气息作品的摄影秘诀，包括怎样表现不同的视角，怎样进行创造性构图，怎样用光、曝光，怎样捕捉到肉眼无法看到的景象，等等。Part 02介绍了40个Photoshop后期创作秘诀，包括怎样挽救曝光过度的照片，如何利用曲线、图层修饰出好照片，以及如何通过影调调整和再创作使作品充分体现个性，传递情感和态度。受篇幅所限Part 02中的秘诀81~秘诀100将以PDF文件形式呈现在随书附带光盘中，光盘中同时提供Part 02部分所使用的原始图片及最终完成图片。

本书适合那些将相机看作生活必需品、年轻而渴望通过影像表达自身情感的摄影爱好者阅读参考。

前言

又有一本书问世了。书中的故事不会因为离开书本身就会立刻消失，作为永恒的记录保留下来是非常具有意义的事情。

摄影已不只是单纯的科学与艺术的手段，已作为“文化符号”融入我们的生活当中。

照相机作为拍摄照片的工具或展现自我的一个方式，与以往不同的姿态存在于我们的生活当中。

如果对所有的照片都从艺术的意义或从专业和记录的价值来评价的话，必定会出现不同的流派。现时代的照片在不经意之间已成为了与语言一样沟通感情的工具。

可以肯定的是，不管是什么样的照片，不存在本身是“不好”或“好”的，只是在同样的状况下会存在“效果比较好”的照片和“效果不理想”的照片，还有决定这些因素的人。

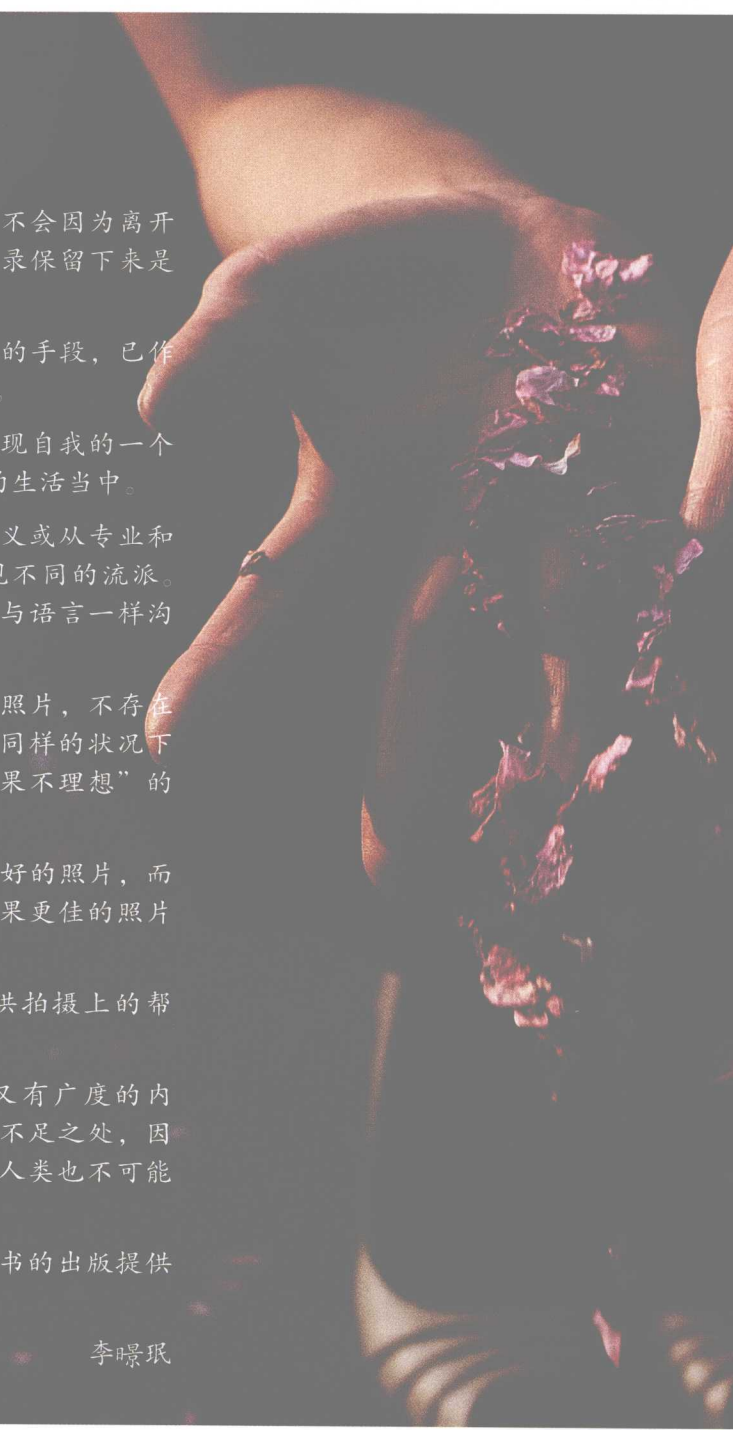
此书的目的不只是为了让你拍出好的照片，而是为了帮助你在同样的状况下拍出效果更佳的照片打下基础。

确切地说，本书可以为读者提供拍摄上的帮助，但无法起到指引和引导的作用。

虽然每次都希望写出既有深度又有广度的内容，但经常是结束工作之后才能看到不足之处，因此时常后悔。没有后悔与自我反省，人类也不可能会有发展，这也是人类存在的理由。

最后，再一次在这里向所有为本书的出版提供过帮助的人们表示感谢。

李璟珉



关于本书的结构

PART 01

拍出好照片的 60 个秘诀

Part 01 由 60 章构成。章前配有照片预览，之后说明具体的拍摄方法，并且用通俗易懂的插图帮助读者理解。此外，运用以每章中讲述的内容为基础拍摄的照片及拍摄信息来帮助读者更快地理解。

PART 02

修饰出好照片的 40 个秘诀

Part 02 由 40 章构成。先观赏原始图像（Before）和修饰后的完成图像（After），再介绍在后期调图中用到的 Photoshop 功能，以便在正式开始学之前迅速地了解文中的内容。此外，为了帮助完全不懂 Photoshop 的使用者通过学习掌握 Photoshop 功能，提供了 Plus Note 内容。

APPENDIX

附录

附录中包含 3 章内容。内容包括相机镜头以及附件保管方法，拍摄信息的制作和利用等。



章节标题

将每章中要学习的内容特征用一个词语概括。

插图

关于拍摄方法的说明或只看照片很难理解的部分用插图说明，以帮助读者理解。

低角度与高角度拍摄

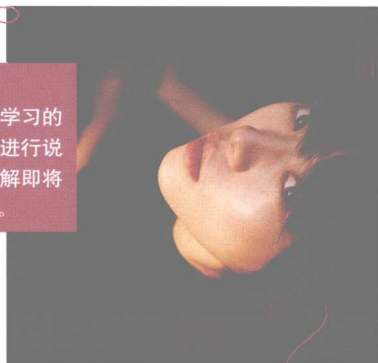
45

不同的角度产生不同的照片感觉

拍摄者位于比被摄体高的位置拍摄叫做高角度拍摄。相反拍摄者位置比被摄体低的位置拍摄叫做低角度拍摄。即使同样高的物体拍摄同样的被摄体，根据拍摄角度的不同其照片效果会有很大的不同。

章节说明

对每章节中将要学习的内容简明扼要地进行说明，起到预先了解即将学习内容的作用。



PHOTOGRAPH INFORMATION ISO 160 | F3.3 | 1/320s | 28mm

预览照片

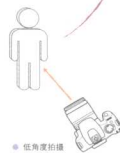
预先给出用各章中学到的内容拍摄的照片，可以帮助读者更快地理解正文中的内容。

拍摄信息

提供预览照片的详细拍摄信息。可以很方便地了解到拍摄状态，在实际拍摄中可以作为参考。

低角度与高角度拍摄是指以被摄体作为标准时说明拍摄者位置的说法。在运用高、低角度拍摄时标准镜头和广角镜头更容易显现效果。

低角度是指相机位于比被摄体低的位置，向上拍摄被摄体的拍摄方法。用低角度拍摄能比实际更夸张地表现被摄体大小，可拍出雄伟的感觉。用低角度拍摄人像可以使人物的腿显得更长。



※ 低角度拍摄



※ 拍摄建筑物时利用低角度拍摄会有很好的效果。用低角度拍出来的建筑物下方变宽，越往上会越变窄，呈三角形失真，显得比实际的大小更大。

ISO 200 | F7.1 | 1/160s | 18mm



※ 用低角度拍摄人像，会使人物的腿显得更长。但是用低角度拍摄时由于人物的视线从下往上看，所以有时人的表情会变得很不自然。

ISO 200 | F5.3 | 1/320s | 50mm

ISO 100 | F9 | 1/500s | 18mm

拍摄信息以及照片说明可在实际拍摄中灵活运用。

阅读本书的方法

预览 Before, After 图像

通过预览用 Photoshop 进行调图之前的原始图像调整完成的图像，可以预先了解到本章节中即将学到的内容。

完成文件

完成每章内容所需素材都收录在附带光盘中。

原始文件

为了跟着操作每章节中学到的内容，提供了原始图像。

秘诀

94 制作苗条的芭比娃娃身形

拍摄人像照片时悉心听取模特的要求是拍摄者的义务。如果模特要求照片中自己看起来更好看一点时，自然地，满足模特的要求也是拍摄者的义务。但是单纯为了追求美加入过多的效果会使照片变得不自然。因此只要对必要的部分进行调整。本节中要了解到如何提高照片成功率



● HOW TO PHOTOSHOP 图形透视图工具、液化

01...

打开原始文件。具有美丽笑容的人物出现在眼前。她本身就已经很美了，但是有必要对宽松的连衣裙和手臂内侧进行微调。用 $\text{Ctrl} + \text{J}$ 复制图层。

原始文件 光盘 \Sample\原始文件\Before94.jpg



02...

在工具栏中选择矩形选框工具 M 。将选项栏中的 [羽化] 设为 "0px" 后，像下面一样选择将要微调的人物部分。



03...

选择 [滤镜] > [液化] 或用快捷键 $\text{Ctrl} + \text{Shift} + \text{X}$ 调出 [液化] 对话框。在工具栏中选择向前变形工具 W 并将 [工具选项] 中的 [画笔大小] 设为 "240"，[画笔密度] 设为 "23"，[画笔压力] 设为 "100" 左右。



● 选择 [显示背景] 就可以与原始图像进行比较的同时操作。

【重键】与【恢复全部】的区别

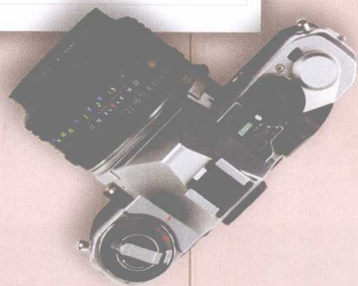
想要撤回所做的操作时需要利用 [重键] 命令。恢复原状的阶段性操作利用到 [重键] 或重建工具栏。每单击一次就能返回到阶段性的操作。恢复到刚进行的操作之前时用 $\text{Ctrl} + \text{Z}$ 或 $\text{Ctrl} + \text{Alt} + \text{Z}$ 也可以。或者，撤回所有的操作时单击 [重键] 或 [恢复全部] 按钮。

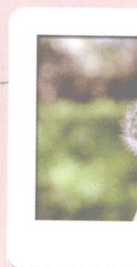
HOW TO PHOTOSHOP

提前列出各章中要学习和熟练掌握的 Photoshop 功能。

Plus Note

将学到的内容总结，整理或提供更深入、更详细的说明。





目 录

Part 01 拍出好照片的 60 个秘诀

秘诀 01 | 选择适合自己的相机 •17

Plus Note 单镜头反光相机

秘诀 02 | 用相机拍摄照片 •20

秘诀 03 | 通过镜头调节进光量，光圈 •24

秘诀 04 | 用肉眼无法看到的瞬间 •28

秘诀 05 | 对光的敏感度 ISO •33

秘诀 06 | 根据构成曝光的因素而不同的拍摄模式 •36

秘诀 07 | 相机识别的白色标准 •40

Plus Note 何谓色温？

秘诀 08 | 用相机正式开始创作照片 •44

秘诀 09 | 通过相机看世界的各种眼睛 •49

秘诀 10 | 通过相机能看到多宽、多远呢？ •52

Plus Note 镜头的焦距

秘诀 11 | 如同肉眼所见 •56

Plus Note 根据焦距不一样的视角

秘诀 12 | 将远处的物体拉至眼前 •61

秘诀 13 | 视野更广阔的镜头 •64

秘诀 14 | 用鱼的眼睛观看 •67



- 秘诀 15 | 用放大镜看照片 •70
- 秘诀 16 | 用光表现摄影艺术 •73
- 秘诀 17 | 制造光线的两种方法 •77
- 秘诀 18 | 单凭主光不足时的照明 •80
- 秘诀 19 | 拍出色彩丰富的照片 •84
- 秘诀 20 | 将人物表现得最美的光线 •89
- 秘诀 21 | 利用高对比度拍出具有紧迫感的照片 •93
- 秘诀 22 | 背向灿烂阳光的照片 •96
- 秘诀 23 | 表现出具有独特感觉的照片 •101
- 秘诀 24 | 光的冷与暖 •104
- 秘诀 25 | 掌握好白色的标准 •107
- 秘诀 26 | 利用白平衡强调色调 •110
- 秘诀 27 | 光的明与暗 •112
- Plus Note** 灰卡
- 秘诀 28 | 适合自己的照片曝光 •115
- Plus Note** 反比现象
- 秘诀 29 | 通过光圈值调节景深 •118
- 秘诀 30 | 快门速度对照片产生的影响 •122
- 秘诀 31 | 计算光 •127
- 秘诀 32 | 自动计算曝光量 •128
- 秘诀 33 | 只对指定区域进行测光 •130



秘诀 34 | 以中央为中心进行测光 •132

秘诀 35 | 合理安排被摄体与空间 •134

秘诀 36 | 稳定的结构，最舒服的视觉效果 •138

秘诀 37 | 在画面的中央放置被摄体 •142

秘诀 38 | 具有方向性的构图 •145

秘诀 39 | 更宽或更高 •148

秘诀 40 | 时而优美，时而动感 •152

秘诀 41 | 用正确的姿势才能拍出好照片 •157

Plus Note 肩带与腕带

秘诀 42 | 面对被摄体时的正确姿势 •159

秘诀 43 | 确定拍摄主体 •162

秘诀 44 | 通过背景虚化强调被摄体 •164

Plus Note 景深的条件

秘诀 45 | 不同的角度产生不同的照片感觉 •168

秘诀 46 | 黑和白描绘出的魅力 •171

秘诀 47 | 将运动的被摄体表现得更具动感 •175

秘诀 48 | 捕获容易错过的瞬间 •179

秘诀 49 | 有重点就能赋予照片活力 •183

秘诀 50 | 用剪影表现摄影艺术 •186

秘诀 51 | 崭新的影像世界 •188

秘诀 52 | 拍出用肉眼无法看到的照片 •192

Plus Note 具有代表性的滤镜种类与作用 | 长时间曝光的不规则反比例关系

秘诀 53 | 在人像照片中起到配角作用的小道具 •197



秘诀 54 | 裁剪也有法则 •199

秘诀 55 | 像玩玩具一样愉快地拍摄 •203

Plus Note 具有代表性的傻瓜相机的种类 | 眩光现象

秘诀 56 | 用组照拍出故事情节 •206

秘诀 57 | 根据影调区域系统补偿曝光 •210

秘诀 58 | 摄影是用心体会的技术 •215

秘诀 59 | 陷入模拟的魅力中 •218

秘诀 60 | 分享摄影的乐趣 •221

Part 02 修饰出好照片的 40 个秘诀

秘诀 61 | 挽救因曝光过度而失败的照片 •224

Plus Note 何谓 RAW 图像 | 设置 Camera Raw 默认值 | 何谓图层混合模式

秘诀 62 | 使曝光不足的照片变得光彩照人 •229

Plus Note 了解曲线选项

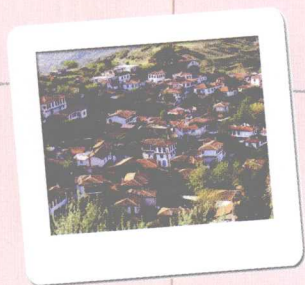
秘诀 63 | 对曝光过度的局部进行调节 •232

Plus Note 图像的放大与缩小 | 用仿制图章工具复制图像

秘诀 64 | 用 Camera Raw 处理得更干净、更清晰 •235

Plus Note 提高清晰度的锐化 | 用减少杂色功能制作干净的图像

秘诀 65 | 裁剪与对准水平线 •238



Plus Note 了解裁剪工具的使用方法

秘诀 66 | 用曲线润色图像 •241

Plus Note 用曲线功能调节亮度

秘诀 67 | 用色调均化制作特别的照片 •244

Plus Note 复制图层

秘诀 68 | 饱和度与亮度，明暗的调节 •247

Plus Note 管理图层组

秘诀 69 | 用图层混合模式提高对比度 •250

Plus Note 使图像产生惊人的变化，图层混合模式

秘诀 70 | 用干练的黑白和温馨的双色调营造氛围 •253

秘诀 71 | 把平淡的彩色照片制作成拥有独特氛围的黑白照片 •256

Plus Note 向黑白图像添加色调

秘诀 72 | 将黑白照片变成色彩斑斓的彩色照片！ •260

Plus Note 用“快速选择工具”快速选择 | 用套索工具选择指定的区域

秘诀 73 | 将照片色调调节成凌晨般的冷色调 •265

Plus Note 利用[图层]面板的纯色功能

秘诀 74 | 让照片拥有春日阳光般温馨的感觉 •268

Plus Note 用照片滤镜添加色调

秘诀 75 | 白璧微瑕！消除瑕疵运动 •271

Plus Note 了解修补工具栏 | 犹如鬼斧神工的污点修复画笔工具

秘诀 76 | 修正偏红的照片色调 •275

Plus Note 用色彩平衡调准色调的平衡 | 利用“变化”命令改变色调



秘诀 77 | 表现出像刀刃一样锐利的画质 •278

Plus Note 利用“锐化滤镜”提高清晰度

秘诀 78 | 用朦胧的照片表现出感性 •281

Plus Note 用图层蒙版在指定的区域产生效果

秘诀 79 | 营造出如梦幻般柔和的氛围 •284

Plus Note 了解“扩散亮光”选项

秘诀 80 | 制造出自然的朦胧效果 •287

Plus Note 了解各混合模式的效果



光盘内容



“Sample”文件夹



原始文件（原始素材图）



完成文件（最终效果图）



“秘诀 81~ 秘诀 100”文件夹（请安装 Adobe Reader 阅读软件打开文件并浏览内容）



拍出好照片的 60 个秘诀

用插图和照片讲述基本拍摄原理和各种拍摄技巧

PART 01