



世界顶级摄影大师
World's Top Photographers

拓展构图思路 全方位提高摄影技艺

MICHAEL FREEMAN'S 迈克尔·弗里曼
PHOTO SCHOOL 摄影大师班

COMPOSITION

构图

EDITOR IN CHIEF MICHAEL FREEMAN WITH DANIELA BOWKER

[英] 迈克尔·弗里曼 达妮埃拉·鲍克 编著 梅菲 译



ILEX



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

图书在版编目 (C I P) 数据

迈克尔·弗里曼摄影大师班. 构图 / (英) 弗里曼,
(英) 鲍克编著; 梅菲译. — 北京: 人民邮电出版社,
2013. 1

ISBN 978-7-115-28779-3

I. ①迈… II. ①弗… ②鲍… ③梅… III. ①摄影构
图 IV. ①J4

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第137825号

迈克尔·弗里曼摄影大师班——构图

- ◆ 编 著 [英] 迈克尔·弗里曼 达妮埃拉·鲍克
译 梅 菲
责任编辑 李 际
执行编辑 陈伟斯
- ◆ 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 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京华联印刷有限公司印刷
- ◆ 开本: 787×1092 1/16
印张: 10
字数: 312 千字 2013 年 1 月第 1 版
印数: 1—6 000 册 2013 年 1 月北京第 1 次印刷

著作权合同登记号 图字: 01-2012-4464 号

ISBN 978-7-115-28779-3

定价: 69.00 元

读者服务热线: (010) 67132786 印装质量热线: (010) 67129223

反盗版热线: (010) 67171154

广告经营许可证: 京崇工商广字第 0021 号

迈克尔·弗里曼 **MICHAEL FREEMAN'S**
摄影大师班 **PHOTO SCHOOL**
构图 **COMPOSITION**



迈克尔·弗里曼 MICHAEL FREEMAN'S 摄影大师班 PHOTO SCHOOL 构图 COMPOSITION

[英] 迈克尔·弗里曼 达妮埃拉·鲍克 编著 梅菲 译

EDITOR IN CHIEF MICHAEL FREEMAN
WITH DANIELA BOWKER

人 民 邮 电 出 版 社
北 京

试读结束，需要全本PDF请购买 www.ertongbook.com

内容提要

这是一本由国际著名摄影大师迈克尔·弗里曼主编的摄影构图宝典。它是“迈克尔·弗里曼摄影大师班”系列中的一本。在平易近人的讲解和演示中，作者向读者传达各种可能存在的构图思路，帮助读者理解构图所蕴含的视觉元素，并掌握实用的摄影构图技巧。作者在讲解完一个重要知识点后，还会给读者提出课后作业，让读者挑战高难度拍摄。书中引用大量精心挑选的案例，邀请不同的摄影师从多种角度进行分析与讲解，力求使读者认识不同的构图理念。

通过这些知识、实例与讲解，读者将会感悟到，构图是一切视觉表达的基础，掌握构图，就掌握了视觉表达的工具。

无论是刚刚起步的摄影新手，还是对于摄影有着诸多思考的职业摄影师，在阅读本书之后，都将在不同层次的摄影构图意识上获得新的力量。

版权声明

Michael Freeman's Photo School: Composition by Michael Freeman, ISBN: 978-1908150301

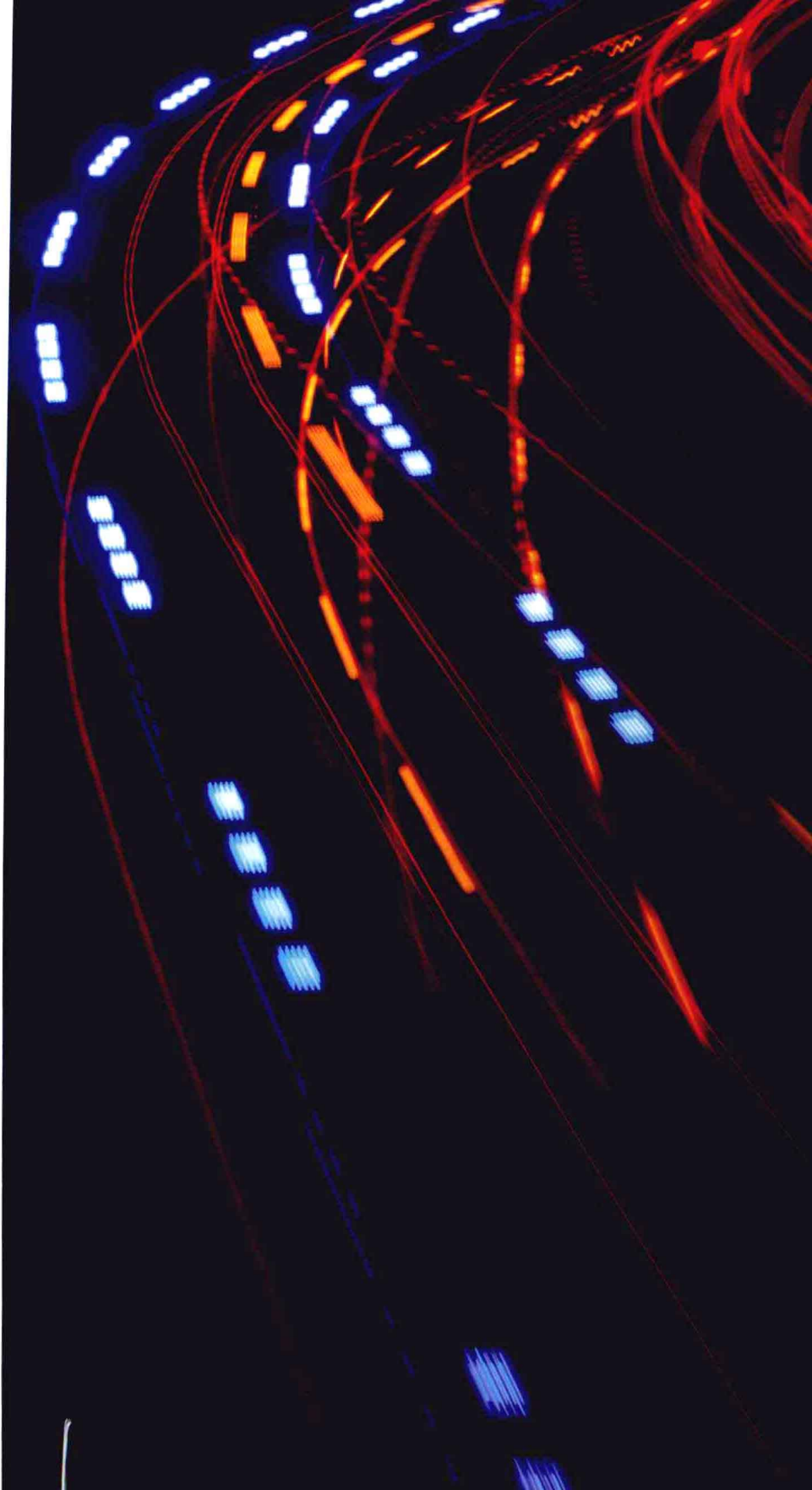
Copyright © The Ilex Press Limited 2012

Michael Freeman's Photo School: Composition is published in China by POSTS & TELECOM PRESS under special arrangement with THE ILEX PRESS LIMITED.

All rights reserved.

本书简体中文字版由THE ILEX PRESS LIMITED 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。



目录

6	序
8	学员档案
12	前言

14 第1章 构图基础

16	选择拍摄主题
18	填充画面
20	挑战： 用背景来阐述上下文
24	横幅与竖幅
26	挑战： 寻找最好的画面方向
30	选择景深
32	挑战： 适合场景的光圈系数

36 第2章 几何学

38	拍摄主体的位置
40	黄金比例法
42	用线条来 吸引眼球
44	斜线、 曲线和虚线
46	挑战：让线条引导视线
50	寻找平衡
52	对称
54	用三角形 强化构图
56	挑战： 平衡你的构图

60 第3章 色彩、图案、空间与光线

62	色彩
64	强调色彩
66	挑战： 用色彩来构图
70	图案与重复
72	挑战：追逐图案
76	改变视角
78	天然画框
80	挑战： 画中画
84	负空间
86	挑战： 利用负空间
90	光与影
92	挑战： 用低调照片拥抱阴影
96	高调布光
98	挑战： 用高调摄影 接近高光
102	人像
104	双人像
106	挑战： 拍摄双人像

110 第4章 技术知识

112	焦距
114	广角镜头 与透视
116	挑战： 用广角镜头拓宽视野
120	长焦镜头
122	挑战： 用长焦镜头拉近距离
126	摇拍
128	挑战： 练习摇拍技术
132	动态模糊
134	挑战： 用模糊表现动感

138 第5章 后期处理

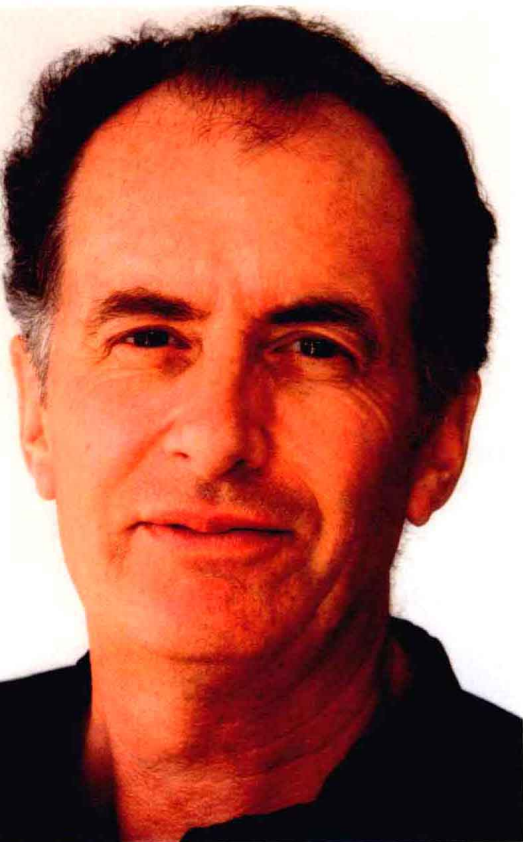
140	裁剪
142	修齐
144	挑战：裁掉多余的部分
148	反差和色彩
150	白平衡和饱和度
152	挑战： 试验后期处理
156	术语表

迈克尔·弗里曼 摄影大师班



MICHAEL FREEMAN'S PHOTO SCHOOL

序 关于“迈克尔·弗里曼摄影大师班”系列



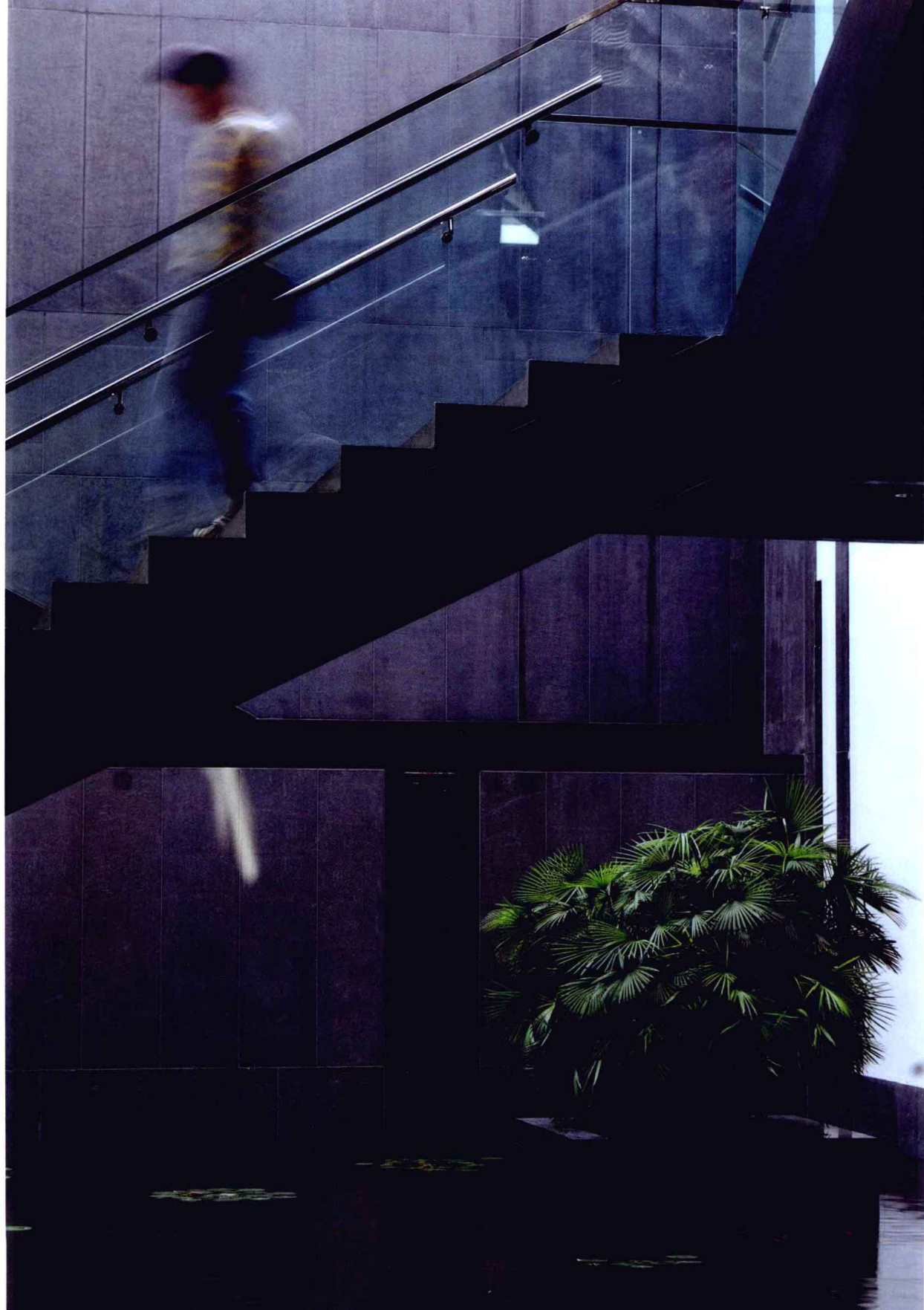
摄影是我从事的工作，也是我做了大半辈子的事。与所有专业人员一样，我努力钻研，不断完善自己的技术和思想。我真的很乐意把它们分享给大家，因为我热爱摄影，也希望有尽量多的人会爱上拍照——但是要拍得好。这就需要理解好的照片为什么好，以及它们在摄影史中的定位是什么。

“迈克尔·弗里曼摄影大师班”系列的灵感来自一门大学课程的框架，并得益于其共同参与的学习环境。现在，我们准备在这个入门课程中向大家讲授摄影的基础，以便大家进一步学习各个专业摄影领域的技能——就像学生必须上一系列一年级课程才能上自己选择的主修课程一样。

这本书的目标不仅在于传授和教育，更在于激励和启发。为此，我们会在多个话题中加插一些挑战，读者需要走到外面去，在特定的场景中拍摄，验证和练习前面章节所介绍的技巧。而且，我们专门选登了一些真正的摄影学生的作品，看看他

们是怎样应对这些挑战的。在他们介绍自己的作品和我检查他们的作品时，我们都希望让素材更可接近和更易完成。

对于读者们，我希望这个系列能够为你们提供完整的摄影教育，它不仅能让你们可以拍摄出更好的照片，更可以像高校学生和专业摄影师一样，了解一些深入的摄影知识，而且所有这些知识都是从娱乐性和教育性共存的练习中取得的。

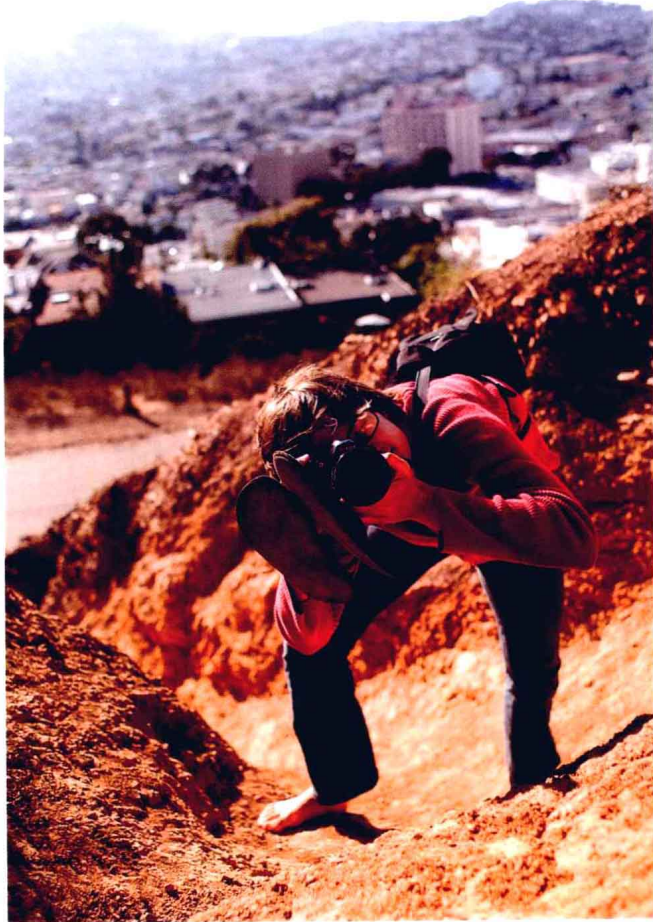


学员档案

Gillian Bolsover

Gillian之所以学习摄影，是因为她想观察这个世界，不仅仅是看到地球遥远的角落，还希望通过自己的努力更深入地了解整个世界。相机就是一个了解其他人生活的好借口。Gillian带着她的相机来到了波纳罗音乐节的后台、海军训练营，穿过了上海的传统民居。

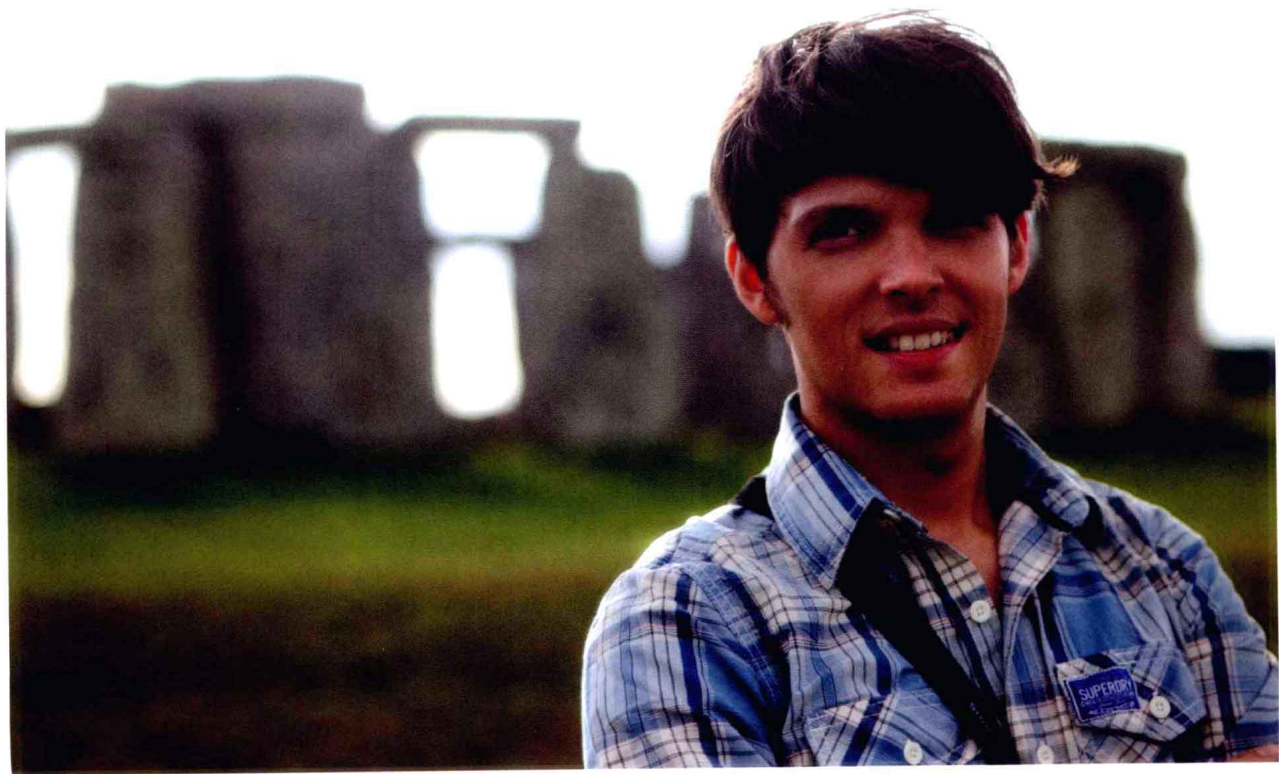
大学期间，Gillian学习了报道摄影，毕业后，她在美国一家报社从事了几年摄影师和多媒体制作人的工作，后来，她选择了离开，为了去寻找更广阔的人生。现在，她来到了中国上海，做一名自由撰稿人、摄影师和多媒体制作人。她利用自己对中国语言和文化的了解向那些没机会亲身经历的人们介绍这个国家，她喜欢这种独特的角色。



Sven Thierie

Sven Thierie 是一位生活在比利时鲁汶市的平面设计师。他在哈瑟尔特的林堡省级高等专业大学学习平面设计，随后在根特皇家美术学院取得了互动设计的硕士学位。他热衷于自己的广告工作，但摄影却一直是他的业余爱好。在欧洲和北非的多次旅行中，他的相机都是他的“最佳拍档”，同时也是他的旅行体验中不可缺少的元素。

这位富有激情的文化观察者认为“住在欧洲中部能给人带来很多个人和专业方面的灵感，因为各种各样的文化都在这里紧密地共存和互动。”未来，他打算去更遥远的地方冒险，当然，他还会带上他的相机。



Jennifer Laughlin

Jennifer Laughlin 参加黑白摄影课程只是为了好玩，但上完课程之后，她对摄影的热情就被点燃了，然后她进入了阿什伯勒的伦道夫社区学院，并以一批精选的“生物信息交流”摄影作品完成了学业。她供职于北卡罗来纳州的考古部门和TTW摄影社。Jennifer 既拍摄胶片也拍摄数码照片，她使用的相机是尼康 D300 和玛米亚 C330。她擅长微距摄影，喜欢表现拍摄对象的细节。Jennifer 现在和男朋友 Chris Badger 一起住在北卡州夏洛特市，对了，还有两只狗 Buster 和 Griswald。

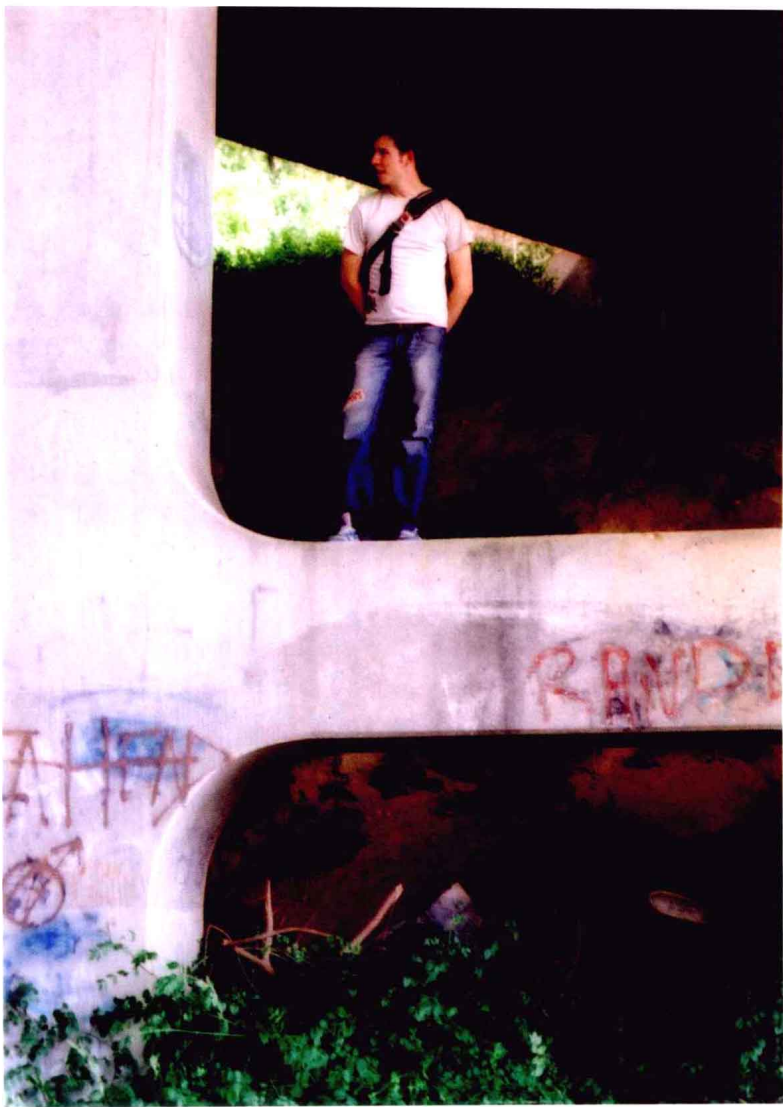


Adam Graetz

Adam Graetz的灵感主要来自他从小长大的城市及其市郊的风景。他是一位喜好对称和几何图形的完美主义者。2003年，当他的姐姐决定放弃摄影课程后，Adam得到了他的第一部单反相机（尼康N6006），并从此迷上了摄影。现在，他主要用尼康D7000拍摄数码照片，但也用尼康FM-2拍摄胶片作品，他喜欢用富士Superia胶片拍彩色，用柯达Trichrome胶片拍黑白。他偶尔也会用Holga或玛米亚645拍中画幅。旅行对他的创作很重要，在探索新领域时，他总是让相机保持在预备状态。

Adam毕业于北卡罗莱纳大学的媒体制作和国际关系专业，他喜欢设计、电影拍摄、音频制作以及任何他擅长的数字媒体项目。此外，他已经在自己开设的课堂上从事了4年Adobe Creative Suite和Final Cut Studio软件教学。

“我的作品经常表现人与自然的关系。有时候，我会把人类文明的迹象和自然发生的事物并置在一起；有时候，我又会把一切文明的痕迹从我的照片中剔除，使它们成为纯粹的自然摄影。”



前言

就像许多其他具有创新性的工作一样，摄影也要将创造性的思维和技巧融为一体才能拍出美丽的作品。两者缺一可能会创造出不错的作品，但要成为杰作的概率就不大。很多人清楚地知道相机是如何工作的，知道如何设定一个最佳的曝光，但却想象不出风景在他们眼里的样子，或是捕捉不到一个很有意义的瞬间。同样，能想象出完美的摄影作品固然好，但是没有过硬的技能来把它转化为现实的话，还是拍不出好照片。

对很多摄影师来说，把摄影的这两方面结合起来也正是这种媒介的吸引力之一。创造出完美摄影作品的挑战一直在继

续，它包括不断地寻找更理想的主题，不断地获得、丰富摄影技巧和知识。摄影是鼓舞人心的，但对人的要求也高；摄影是有趣的，但同时也能令人很沮丧。但有一点是可以肯定的，摄影能让人扩大眼界。

随便问一位摄影师有没有拍摄过完美的作品，回答可能都是“没有”。完美的日落照片总是在太阳刚刚高过地平线时拍摄的，但是人们却一直在努力争取这样的机会。这就说明，任何照片后面的关键因素都是人而非相机。人们能够轻易赶上高像素、传感器尺寸、处理能力的发展，但是如果没有按快门的那个人，这些统统都没有意义。如果你正在看这本书，那这句话

就是对你而说的。你的照片由你的专业技巧和创造性思维转化而来的。

尽管你已经拥有了自己的第一部数码单反相机，也许还有一个50mm标准镜头，这时你肯定迫不及待的想大干一番，但是对任何一位摄影师来说，无论用什么相机都要把握好构图。这本书的目的就是教会你如何构图。不论你是用手机拍照功能拍摄（因为它是随身携带的），还是已经升级到用中画幅相机的高度，构图的理论都是一样的，而且这也是拍出极好的、有意义的照片的基础。

照片是你对一个事件或一处风景的演绎，你是在表达一个故事。因此，好照片



← 橘黄色的布料

除了形状、线条、框架之外，构图还包括如何捕捉颜色和质感

的基础在于构图，或者在于你作为摄影师如何把想表达的事物有关联性地集中起来。如果照片是叙事性的，那就必须依靠强有力的构图才能把它的内容表达出来。

就像摄影本身，构图也是技术和创意的融合。通过几何学和艺术学的碰撞，爆发出令人赞叹的效果。如果你高中之后都没有学过数学，或是你非常害怕几何，不用担心，当你从摄影的角度看待它，并知道它如何能让你的照片从平庸变得独特，它就会变得没那么可怕。

这本书编排得非常连贯，从你还在考虑你想要拍摄什么东西，到最后你通过后期制作把照片处理完善，这些内容本书都有涉及，当然还包括一些几何学的内容。每个章节都以前面所学的理论、方法以及技巧为基础，并提供让你实践的机会。当然，如果你只是想查看某一个理论或方法，也未尝不可。总之，这本书的目的是希望你可以更好地构图，拍出更漂亮的作品。



© Daniel Johnston

↑ 水鸟滴漏

只是简单地记录自己所见的东西有时并不够，你还需要扩大自己的视力范围，发掘一些其他元素来加强场景的表现力



第1章

构图基础

说到构图，先建立一些知识基础非常有必要，这无论对于以后学习更深层次的内容还是改变一些先入之见都非常重要。有些内容这章就会讲到，而且你可能会觉得它们是很明显的道理，但你应该保持开放的心态，认识那些被认为是理所当然而没有引起足够重视的基本概念。

为此，这一章会综合讲述创意和技术问题，包括拍摄主题、画面方向以及景深。从本质上来说，构图与拍摄主体密不可分，这体现在你把拍摄主体放在哪里，以及你如何使它成为注意力中心。

但你得先学会走才能学会跑。这就是说你必须先学会选择拍摄主体，并设置参数以确保拍摄主体能在画面中起到它的作用。这本书中其他章节讨论到的话题未必都适用于你的每一张照片，但这一章却肯定都适用。

每次你按下快门，就需要考虑如何将这些基础原理应用到你的照片中。