

Adobe 专家团队编写的权威教程
更快、更轻松地全面掌握 Lightroom 4



Photoshop
Lightroom 4
经典教程



附赠光盘
包含本书所有素材



[美] Adobe 公司 著
苏宝龙 邵书旺 译



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS



Lr

Photoshop
Lightroom 4
经典教程



[美] Adobe 公司 著
苏宝龙 邵书旺 译

人 民 邮 电 出 版 社
北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

Photoshop Lightroom4经典教程 / 美国奥多比公司
著; 苏宝龙, 邵书旺译. — 北京: 人民邮电出版社,
2013. 1

ISBN 978-7-115-29568-2

I. ①P… II. ①美… ②苏… ③邵… III. ①图象处
理软件—教材 IV. ①TP391.41

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第235414号

版 权 声 明

Adobe Photoshop Lightroom 4 Classroom in a Book

ISBN: 9780321819574

Copyright © 2012 by Adobe Creative Team

Authorized translation from the English language edition published by Adobe Press.

All rights reserved.

本书中文简体字版由美国 Adobe Press 出版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。

内 容 提 要

本书由 Adobe 公司权威团队编写, 是学习 Lightroom4 软件的入门用书。本书分为 11 课, 包括 Lightroom4 软件概述、工作区简介、导入照片的方法、复查照片、组织和选择照片、照片编辑与修改、创建照片书、创建幻灯片放映、打印图像、发布照片, 以及备份和导出照片等内容。

本书语言通俗易懂并配以大量的图示, 特别适合 Lightroom4 软件新手阅读; 有一定软件使用经验的摄影师、摄影爱好者以及设计人员也可从中学习和掌握大量实用的功能和 Lightroom4 新增的功能。

Photoshop Lightroom 4 经典教程

- ◆ 著 [美] Adobe 公司
- 译 苏宝龙 邵书旺
- 责任编辑 赵 轩
- ◆ 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>
北京精彩雅恒印刷有限公司印刷
- ◆ 开本: 800 × 1000 1/16
印张: 21.75
字数: 429 千字 2013 年 1 月第 1 版
印数: 1-3 000 册 2013 年 1 月北京第 1 次印刷
著作权合同登记号 图字: 01-2012-4885 号
ISBN 978-7-115-29568-2

定价: 79.00 元 (附光盘)

读者服务热线: (010) 67132692 印装质量热线: (010) 67129223

反盗版热线: (010) 67171154

前言

Adobe Photoshop Lightroom（后文将简称为“Lightroom”）为数码摄影师提供了一个完整的工作流程解决方案——从导入、检查、组织和润饰数字图像到发布照片、创建客户演示文档、创建照片书籍和网上画廊以及高品质的打印输出。Lightroom的用户界面非常直观并且易于学习，而且Lightroom像有Adobe应用程序一样，具有强大和丰富的功能，它使用最先进的技术管理大量的数码照片和执行精细的图像处理任务。不论您是个人用户、职业摄影师、摄影爱好者还是商务用户，Lightroom都可以使您能够控制不断增长的数码照片库，而且可以让您轻松地制作用于网页或打印的漂亮照片和优美的演示文档。

如果使用过Lightroom较早前的版本，您会发现本书可以教会您高级技巧和Lightroom 4中的新功能。如果是初学者，您会学到帮助您掌握Lightroom的基本概念和技术。

先决条件

在开始学习本书前，应确保您和计算机满足下面列出的条件。

计算机要求

计算机硬盘上需要有500MB的可用空间，以存储课程文件和通过练习创建的其他作品文件。

技巧要求

本书中的课程假设您已经掌握使用计算机和操作系统进行工作的知识，知道如何使用鼠标、标准菜单和命令，以及打开、保存和关闭文件的方法。您是否可以在窗口中通过滚动（垂直方向和水平方向）查看没有在屏幕上显示出来的区域？当右键单击（Windows）/按住Control键不放并单击（Mac OS）某个项目时出现上下文菜单，您知道使用该菜单的方法吗？

安装 Lightroom

在阅读本书前，应确保正确地设置了您的系统并且安装了要求的软件和硬件。

您必须单独购买Adobe Photoshop Lightroom 4软件，并按照系统要求和完整的说明安装该软件，请参阅安装光盘上Adobe Photoshop Lightroom 4的自述文件

或者网上的Adobe Photoshop Lightroom技术支持中心 (www.adobe.com/support/photoshoplightroom) 。

复制本书的文件

● **注意：** 附带光盘中的文件是实践操作文件，它们可用于在阅读课程时您个人使用。在没有Adobe公司和照片的个人摄影师以及其他版权所有者的书面许可的情况下，您不能将它们以商业用途出版或传播。

本书封底附带的光盘中有一个Lessons文件夹，该文件夹包含了本书课程所需的所有图像文件。您要把这些图像导入Lightroom的图库并学习使用目录组织它们，这是本书中许多项目的核心。在完成所有练习前，应将课程文件保存在计算机上。

从光盘复制课程文件

1. 在您的计算机上username/My Documents (Windows) 或username/Documents (Mac OS) 文件夹中新建名为LR4CIB的文件夹。
2. 将本书附带光盘插入光驱中。
3. 找到光盘中的Lessons文件夹，并将其复制到您在步骤1中创建的LR4CIB文件夹中。
4. 当计算机完成Lessons文件夹的复制后，将光盘从光驱中取出。

为本书创建一个目录文件

目录文件夹存储了图库中的所有照片，它包括主文件的位置、在组织图像过程中添加的任何元数据和所有调整和编辑记录。大多数用户会将所有照片保存在一个目录中，这样就可以轻松地管理数千个文件。有些用户可能想要为不同的用途创建单独的目录，如家庭照片和工作照片。尽管您可以创建多个目录，但在Lightroom中同一时刻只能打开一个目录。

为了完成本书的练习，您将创建一个新目录以管理您将使用的课程图像文件。这样就可以在做课程练习时保留默认目录的不改动状态，并将课程文件保存在便于寻找的位置。

创建库文件夹

首先创建一个文件夹以保存新建的目录文件和用于完成本书练习而创建的文件。

1. 在计算机上找到刚才创建的LR4CIB文件夹。
2. 在该文件夹中创建一个名为LR4CIB Library的新文件夹。这个新建的文件夹位于从光盘中复制的Lessons文件夹旁边。

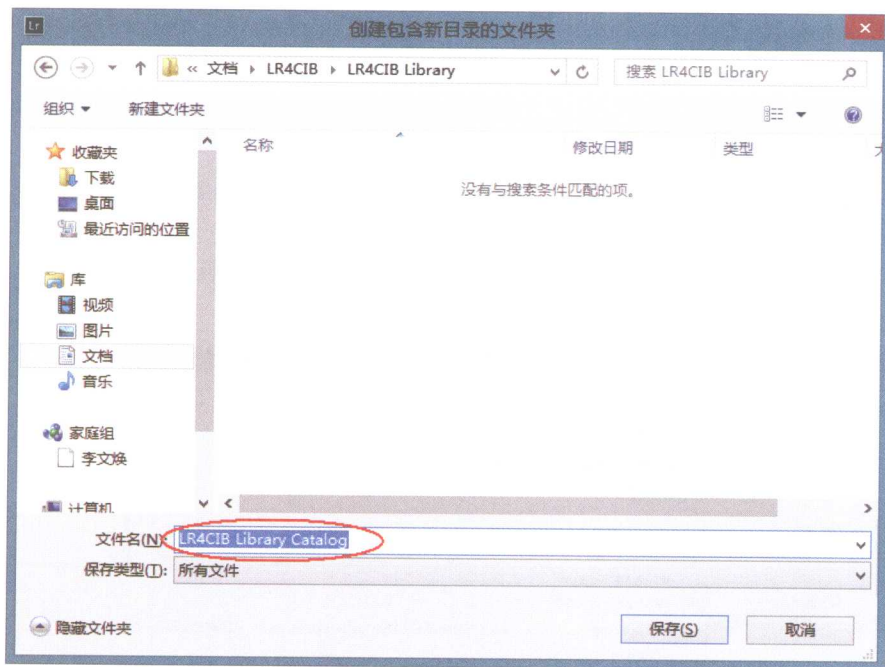
创建新的目录文件

当您第一次启动Lightroom时，会在您的计算机硬盘上自动创建一个名为Lightroom 4 Catalog.lrcat的目录文件。这个默认的Lightroom目录文件会创建在username/My Documents/My Pictures/Lightroom (Windows) 或username/Pictures/Lightroom (Mac OS) 文件夹中。

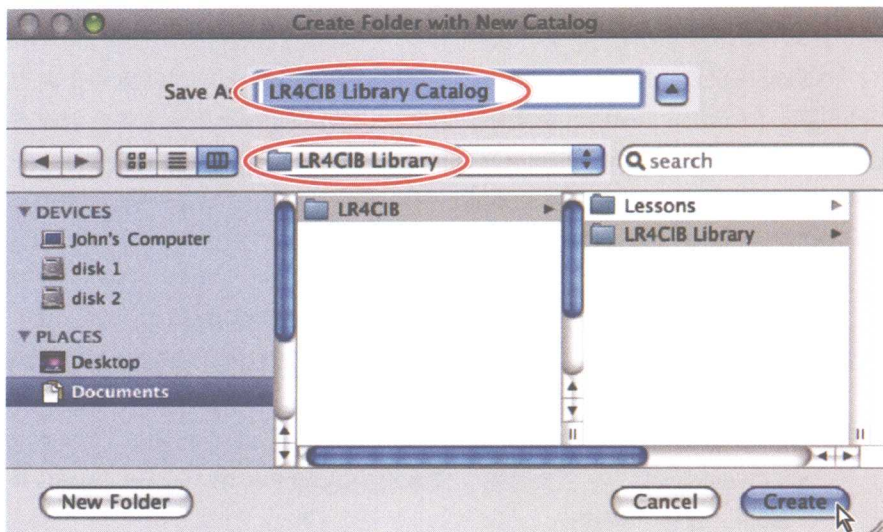
您将在LR4CIB Library文件夹中创建新的目录文件。

1. 启动 Lightroom 4。
2. 在Lightroom的菜单栏中选择“文件”>“新建目录”命令。
3. 在“创建包含新目录的文件夹”对话框中，找到您刚才在硬盘上创建的LR4CIB文件夹中的LR4CIB Library文件夹。
4. 使用下列方法之一新建目录：
 - 在Windows中，在“文件名”文本框中输入LR4CIB Library Catalog并单击“保存”按钮；

●注意：在本书中，大于号(>)用于表示工作区顶部的菜单栏或者上下文菜单中的子菜单和命令。例如，菜单>子菜单>命令。



- 在Mac OS中，在“另存为”文本框中输入LR4CIB Library Catalog并单击“创建”按钮。

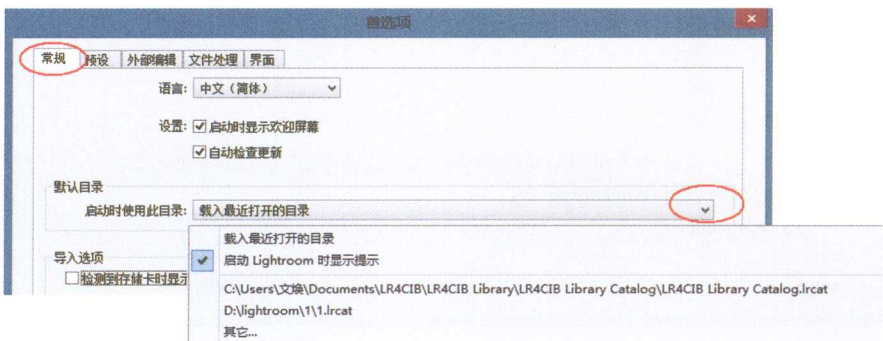


Lightroom会打开新建的图库目录，在没有导入任何照片前它是空的。

为了确保在完成本书课程学习时总是可以处理正确的目录，可以在首选项中设置每次启动Lightroom时提示您指定LR4CIB目录。我们建议您在完成本书的课程学习前保留这个首选项设置。

●注意：在本书的约定中，使用下面的格式表示Mac OSX和Windows之间的命令差异；斜杆用于以Windows/Mac OSX系统分隔等效的条件和命令。

5. 选择“编辑”>“首选项”命令 (Windows)/Lightroom>“首选项”命令 (Mac OS)。
6. 在“首选项”对话框中，单击“常规”选项卡。在默认目录”菜单中选择“启动Lightroom时显示提示”选项。



7. 单击“确定”按钮 (Windows)/“关闭”按钮 (Mac OS) 关闭“首选项”对话框。

下一次启动Lightroom时就会出现“选择目录”对话框，这让您可以在启动Lightroom前选中LR4CIB Library目录。

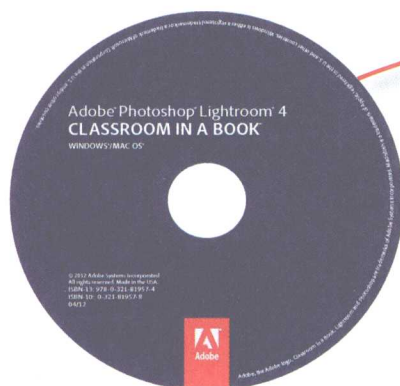


►提示：无论“默认目录”首选项设置如何，都可以在启动Lightroom后马上按Ctrl+Alt/Control+Option组合键打开“选择目录”对话框。

光盘内容

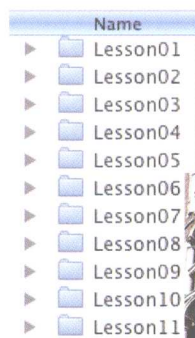
本书光盘内容简介

本书光盘内容包括完成本书练习所需的课程文件，以及其他一些可以帮助您进一步学习和高效且轻松地使用Adobe Photoshop Lightroom 4的内容。



课程文件

在Lessons文件夹中，每一课分别有一个对应的文件夹。在开始学习每一课前，您需要将这些课程的文件夹复制到硬盘上。



目 录

第1课 Photoshop Lightroom概述 14

- 1.1 了解Lightroom的工作方式 16
 - 1.1.1 目录文件 16
 - 1.1.2 在图库中管理照片 16
 - 1.1.3 非破坏性编辑 17
- 1.2 Lightroom的工作区 18
 - 1.2.1 顶部面板 18
 - 1.2.2 工作区域 19
 - 1.2.3 左侧和右侧的面板组 19
 - 1.2.4 工具栏 19
 - 1.2.5 胶片显示窗格 19
 - 1.2.6 自定义工作区 20
- 1.3 Lightroom的模块 20
 - 1.3.1 图库模块 20
 - 1.3.2 修改照片模块 21
 - 1.3.3 地图模块 23
 - 1.3.4 书籍模块 23
 - 1.3.5 幻灯片放映模块 24
 - 1.3.6 打印模块 25
 - 1.3.7 Web模块 26
- 1.4 Lightroom工作流程 27
 - 1.4.1 导入照片 28
 - 1.4.2 检查和组织 30
 - 1.4.3 使用幻灯片放映模式工作 32
 - 1.4.4 创建影集 34
 - 1.4.5 重新排列和删除收藏夹中的图像 35

- 1.4.6 并排对比照片 37
- 1.4.7 比较多张照片 38
- 1.5 修改和编辑照片 40
 - 1.5.1 在图库模块中使用快速修改照片面板 40
 - 1.5.2 使用修改照片模块工作 42
 - 1.5.3 校正和裁剪图像 44
 - 1.5.4 调整照明和色调平衡 44
 - 1.5.5 校正镜头失真 47
 - 1.5.6 使用其他应用程序编辑 48
- 1.6 通过电子邮件分享作品 50
- 复习题 53
- 复习题答案 53

第2课 工作区简介 54

- 2.1 入门 56
 - 将图像导入图库 56
- 2.2 切换屏幕模式 58
- 2.3 调整工作空间布局 60
 - 2.3.1 在Windows中使用应用程序窗口 60
 - 2.3.2 使用Mac OS中的应用程序窗口 61
 - 2.3.3 使用副显示窗口 61
 - 2.3.4 调整面板的尺寸 65
 - 2.3.5 显示和隐藏面板和面板组 67
- 2.4 使用左侧和右侧面板组 69
 - 2.4.1 展开和折叠面板 69

2.4.2	隐藏和显示面板	71
2.4.3	自定义面板组的外观	71
2.5	使用主显示区域	72
2.5.1	视图模式	72
2.5.2	网格视图和放大视图选项	75
2.5.3	降低背景光亮度	78
2.5.4	个性化身份标识	80
2.5.5	快捷键	82
	复习题	83
	复习题答案	83

第3课 导入照片 84

3.1	入门	86
3.2	导入过程	86
3.3	从数码相机导入照片	87
3.3.1	在文件夹中组织导入的照片	90
3.3.2	备份策略	94
3.3.3	在导入时重命名文件	94
3.4	从硬盘导入图像	96
3.5	通过拖放操作导入照片	100
3.6	在导入前评价照片	101
3.7	导入到特定文件夹	103
3.8	从其他目录导入	104
3.9	从监视文件夹导入照片	108
3.10	联机拍摄	110
3.10.1	使用支持联机拍摄功能的相机	110
3.10.2	使用其他相机联机拍摄	111
	复习题	113
	复习题答案	113

第4课 复查 114

4.1	入门	116
-----	----	-----

4.2	查看和管理图像	118
4.3	切换视图	119
4.3.1	网格视图	119
4.3.2	在放大视图中使用导航器缩放视图	122
4.3.3	比较照片	124
4.3.4	使用筛选视图缩小选择范围	125
4.4	为图像添加旗标和删除图像	127
4.5	在快捷收藏夹中为图像分组	128
4.5.1	将图像移入或移出快捷收藏夹	128
4.5.2	转移和清除快捷收藏夹	129
4.5.3	指定目标收藏夹	130
4.6	使用胶片显示窗格	131
4.6.1	隐藏胶片显示窗格和调整其尺寸	132
4.6.2	使用胶片显示窗格中的过滤器	132
4.6.3	更改缩览图的排序	133
	复习题	135
	复习题答案	135

第5课 组织和选择照片 136

5.1	入门	138
5.2	组织文件夹	140
5.2.1	创建子文件夹	140
5.2.2	更改文件夹的内容	141
5.2.3	同步文件夹	142
5.3	使用收藏夹组织图像	143
5.3.1	快捷收藏夹	143
5.3.2	收藏夹	144
5.3.3	智能收藏夹	145
5.3.4	应用关键字标记	147
5.3.5	查看关键字标记	147

5.3.6	添加关键字标记	148
5.3.7	使用关键字集和嵌套关键字	148
5.3.8	根据关键字搜索	150
5.4	使用旗标和星级	152
5.4.1	为图像添加旗标	152
5.4.2	分配星级	154
5.5	添加元数据	156
5.6	根据拍摄地点组织照片	158
5.6.1	使用地图模块	158
5.6.2	为没有GPS数据的图像添加地理标记	160
5.6.3	使用GPS跟踪日志添加位置信息	161
5.6.4	保存地图位置	162
5.6.5	使用喷涂工具	164
5.7	查找和过滤文件	165
5.7.1	用过滤器栏查找图像	165
5.7.2	使用元数据过滤器	167
5.7.3	在胶片显示窗格中使用过滤器	167
5.8	重新连接丢失的文件和文件夹	168
	复习题	171
	复习题答案	171

第6课 修改照片和编辑..... 172

6.1	入门	174
6.2	在图库模块中快速修改照片	176
6.3	快速、轻松地进行视频编辑	178
6.3.1	修剪视频剪辑	179
6.3.2	设置视频缩览图和获取静态帧	179
6.3.3	将修改照片预设应用到视频	179
6.4	关于处理版本	180

6.4.1	更新处理版本	181
6.4.2	修改照片模块	184
6.5	裁剪和旋转图像	186
6.6	去除污点	188
6.7	调整照片的色调范围	190
6.7.1	撤消、重做和记忆更改	192
6.7.2	历史记录面板	192
6.7.3	创建快照	192
6.7.4	更改“修改前”图像	192
6.7.5	使用“色调”控件	194
6.8	创建自己的修改照片预设	195
6.9	处理虚拟副本	197
6.10	超越“基本”面板	199
6.10.1	使用色调曲线调整对比度	200
6.10.2	锐化细节和减少杂色	202
6.10.3	校正镜头效果	205
6.10.4	添加效果	205
6.11	进行离散颜色调整	206
6.11.1	了解色相、饱和度和明亮度	206
6.11.2	有选择地调整颜色	207
6.11.3	将图像转换为黑白图像	208
6.11.4	分离色调	209
6.12	同步设置	211
6.13	局部校正	211
6.13.1	使用“渐变滤镜”工具	211
6.13.2	使用“调整画笔”工具	213
	复习题	215
	复习题答案	215

第7课 创建照片书..... 216

7.1	入门	218
7.1.1	将图像导入到图库	218
7.1.2	为书籍选择照片	219

7.2	在书籍模块中工作	220
7.2.1	设置照片书	221
7.2.2	更改页面布局	222
7.2.3	向书籍布局添加照片	224
7.2.4	更改照片书中的图像	225
7.2.5	处理照片单元格	225
7.2.6	设置页面背景	227
7.3	向照片书籍添加文本	229
7.3.1	处理文本单元格	229
7.3.2	调整类型	231
7.3.3	处理题注	232
7.3.4	创建自定义文本预设	233
7.3.5	重用自定义书籍页面布局	233
7.4	创建存储的书籍	234
7.5	导出照片书	235
	复习题	237
	复习题答案	237

第8课 创建幻灯片放映..... 238

8.1	入门	240
8.1.1	将图像导入到图库	240
8.1.2	向幻灯片放映中添加照片	242
8.2	在幻灯片放映模块中工作	243
8.3	自定义幻灯片模板	245
8.3.1	调整幻灯片布局	245
8.3.2	设置幻灯片背景	246
8.3.3	调整绘制边框和投影	247
8.3.4	添加文本叠加	248
8.4	创建存储的幻灯片放映	251
8.5	优化幻灯片放映	252
8.6	调整播放设置	253
8.7	存储自定义幻灯片放映模板	254
8.8	导出幻灯片放映	257

8.9	播放即席幻灯片放映	258
	复习题	259
	复习题答案	259

第9课 打印图像..... 260

9.1	入门	262
9.2	关于Lightroom中的打印模块	264
9.3	关于布局样式和打印模板	265
9.4	选择打印模板	267
9.5	自定义打印模板	268
9.5.1	更改单元格数	268
9.5.2	重新排列打印布局中的照片	272
9.5.3	创建绘制和照片边框	273
9.5.4	自定义身份标识	275
9.5.5	打印题注和元数据信息	276
9.6	存储自定义打印模板	278
9.7	创建“自定义图片包”打印布局	279
9.8	配置输出设置	284
9.9	使用色彩管理	285
9.9.1	由打印机管理颜色	285
9.9.2	由Lightroom控制的色彩管理	286
9.9.3	手动调整打印颜色	287
9.10	将打印设置存储为输出收藏夹	287
	复习题	290
	复习题答案	290

第10课 发布照片..... 292

10.1	入门	294
------	----	-----

10.2	从“图库”发布照片	296
10.2.1	设置Flickr帐户	296
10.2.2	将照片发布到 Flickr	297
10.2.3	发布照片注释	299
10.2.4	重新发布照片	300
10.2.5	在 Flickr 中创建新的照片集	301
10.2.6	将照片导出到Adobe Revel ..	302
10.2.7	将照片发布到硬盘	302
10.3	Lightroom 的 Web 模块	304
10.3.1	为联机画廊装配照片	305
10.3.2	在 Web 模块中选择模板	305
10.3.3	重新排列图像的顺序	308
10.4	自定 Web 画廊	309
10.4.1	替换文本	309
10.4.2	更改颜色	310
10.4.3	调整 Web 画廊的布局	311
10.4.4	个性化 Web 画廊	314
10.4.5	提供更多信息	316
10.5	指定输出设置	317
10.6	预览画廊	319
10.7	存储自定模板	320
10.8	创建存储 Web 画廊	321
10.9	导出画廊	322

10.10	将画廊上载到 Web 服务器	322
	复习题	325
	复习题答案	325

第11课 备份和导出照片..... 326

11.1	入门	328
11.2	防止数据丢失	330
11.3	备份目录文件	330
11.4	备份图库	333
11.4.1	将图像导出为目录	333
11.4.2	增量备份	335
11.5	导出照片	337
11.5.1	导出JPEG文件供显示器查看使用	337
11.5.2	导出为PSD或TIFF格式以便进一步编辑	340
11.5.3	导出为原始图像或DNG格式图像以便归档	342
11.5.4	使用导出预设	343
11.5.5	设置后期处理操作	344
11.5.6	创建用户预设	345
	复习题	347
	复习题答案	347

第1课 Photoshop Lightroom概述

课程概述

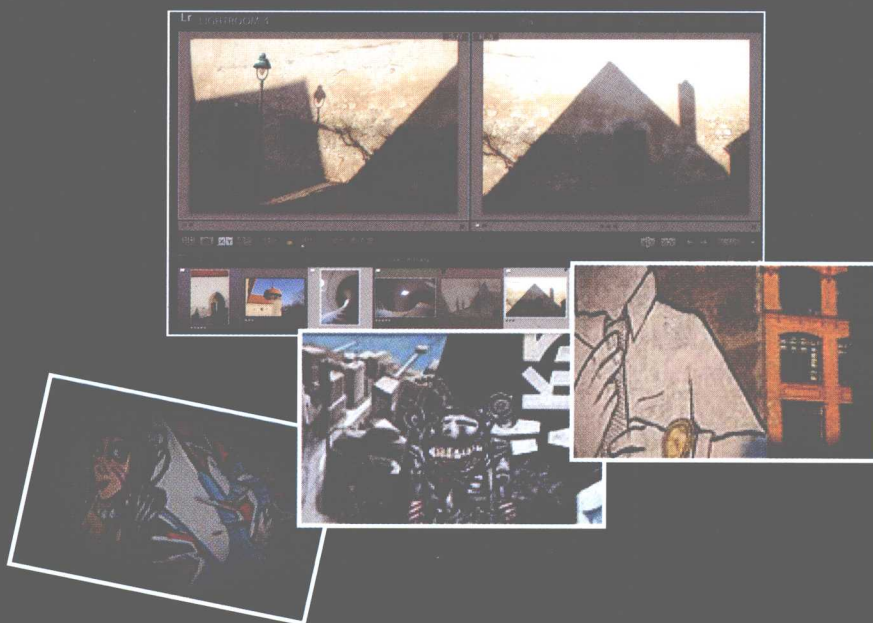
本课程首先将介绍Lightroom的工作方式，并帮助您了解其下个工作区域。模块。

- 图库模块：在该模块中可以导入、检查和组织图像，这样就可以简单快速地对图像进行查看。
- 地图模块：在该模块中可以利用相机记录的GPS信息管理照片
- 修改照片模块：该模块是一个数码暗房，在该模块中可以校正、调整、修饰照片还可以增强照片的效果。
- 书籍模块：在该模块中可以简单方便地创作时髦的照片书籍
- 幻灯片放映模块：在该模块中可以快速创建动态且富于表现力的演示文档，以展示您的作品。
- 打印模块：在该模块中可以快速设置专业的打印布局并轻松管理输出设置
- Web模块：在该模块中可以找到用于在交互式网上画廊分享照片所需要的任何事物

本课程中的练习将会引导您完成一个典型的工作流程：导入、检查、组织并编辑图像，然后将其作为电子邮件的附件分享它们。

您可能需要花1至2小时完成本课。





在本课程里，您将对Lightroom的工作方式有一个大致的了解。随着对图库、修改照片、地图、书籍、幻灯片放映、打印和Web模块探索的深入，您也将会越来越熟悉工作区、面板、工具和控件。

1.1 了解Lightroom的工作方式

在大致了解了Lightroom的工作方式及其在处理数字图像方面与其他图像处理应用程序有哪些不同之处后,可以更容易和更高效地使用Lightroom进行工作。

1.1.1 目录文件

Lightroom将图像信息存储在目录文件中。目录文件是Lightroom工作方式的核心:当将照片放入图库中时,实际上Lightroom并没有导入图像文件本身,而仅在图库目录中创建了一条新记录,用以记录这个文件的位置。一旦以这种方式将某个图像注册到Lightroom图库中,在Lightroom中对这张照片的任何操作都会被记录到这张照片的目录记录中。当向图像分配星级、色标或旗标,将其放入其他影集或者将其发布到网上时,这些操作都会记录到目录文件中。

Lightroom图库中的图像可以存储在计算机硬盘的任何位置,也可以存储在外部存储设备上,目录文件存储了它们的位置信息。如果您想要重命名或移动已经导入图库中的图像文件,只需在Lightroom中执行这些操作,这样目录文件就会记录下这些更改;否则,Lightroom会报告重命名或移动的文件丢失并且请您重新建立链接,以便更新目录文件中的信息。



1.1.2 在图库中管理照片

要在Lightroom中处理照片,首先需要将照片添加到图库目录中,通过将照片从计算机的硬盘或者外部存储设备导入Lightroom,或者从数码相机或读卡器