

用手机定格瞬间及审美

构图之美 | 线条之美 | 光影之美 | 层次之美
色彩之美 | 对比之美 | 瞬间之美 | 创意之美

中国通信摄影协会 倾力推荐

摄影，不止于技术，更重要的是拍摄者的美学修养与审美能力。作者通过系统的讲解，让读者更好地理解 and 运用影像美学，用手机也能拍出作品级摄影佳作。

手机摄影之美

毛社军 / 著



中国工信出版集团



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

手机摄影之美

毛社军 / 著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (C I P) 数据

手机摄影之美 / 毛社军著. — 北京 : 人民邮电出版社, 2017.6 (2017.8 重印)
ISBN 978-7-115-45803-2

I. ①手… II. ①毛… III. ①摄影集—中国—现代
IV. ①J421

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第102181号

内 容 提 要

众所周知,使用手机拍摄比使用数码单反相机要简单方便得多。然而,往往看似简单的拍摄功能,要获得理想的拍摄效果却会更难。因为手机摄影受到不少功能上的限制。它没有相机那样丰富的功能设置和镜头选择,因此,想要用手机拍摄出精彩的作品,更需要我们从选题创意、取景构图、光影搭配、后期处理等方面多下功夫。

本书从构图之美、线条之美、光影之美、层次之美、色彩色调之美、对比之美、瞬间之美、创意之美等几个不同角度,用大量精美的手机摄影作品教会大家,如何在平常的生活中发现美,并用手机记录美。书的最后,还为大家介绍了几个功能强大的手机APP软件以及使用方法,让大家可以通过后期软件为作品锦上添花。

本书适合所有对手机摄影有兴趣的朋友阅读、欣赏、学习。

◆ 著 毛社军

责任编辑 陈伟斯

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 1/32

印张: 8

2017年6月第1版

字数: 330千字

2017年8月北京第3次印刷

定价: 79.00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: 京东工商广登字 20170147号

目录

第1章 构图之美

The Arts of Composition

- 1.1 黄金分割法构图 / 8
- 1.2 三分法构图 / 14
- 1.3 对称构图 / 20
- 1.4 框架构图 / 24
- 1.5 对角线构图 / 30
- 1.6 汇聚线构图 / 34
- 1.7 曲线构图 / 38
- 1.8 多点棋盘式构图 / 42
- 本章小结 / 46

第2章 线条之美

The Arts of Curves

- 2.1 发现场景中真实存在的线条 / 50
- 2.2 发现场景中隐藏的线条 / 60

第3章 光影之美

The Arts of Light & Shadow

- 3.1 局部光让画面更有意境 / 70
- 3.2 逆光拍摄剪影 / 78
- 3.3 结合影子一起拍摄 / 84
- 3.4 影子也可以作为主体 / 88
- 3.5 拍摄水中倒影 / 90

第4章 层次之美

The Arts of Layers

- 4.1 添加前景增强画面层次 / 96
- 4.2 利用景物之间距离的变化展现画面层次 / 102
- 4.3 利用景深变化展现画面层次 / 104
- 4.4 利用线条透视展现画面层次 / 108
- 4.5 利用空气透视展现画面层次 / 110

第5章 色彩色调之美

The Arts of Colors & Tones

- 5.1 发现场景中浓郁的色彩 / 116
- 5.2 利用暖色调拍摄 / 128
- 5.3 利用冷色调 / 132
- 5.4 利用对比色增强视觉冲击力 / 136
- 5.5 利用协调色表达画面意境 / 140
- 5.6 简约的黑白 / 142

第6章 对比之美

The Arts of Contrasts

- 6.1 现代与古典对比 / 146
- 6.2 大小对比 / 148
- 6.3 色彩对比 / 152
- 6.4 虚实对比 / 156
- 6.5 动静对比 / 158

第7章 瞬间之美

The Arts of Moments

- 7.1 幽默的瞬间 / 162
- 7.2 难得的瞬间 / 164
- 7.3 温情的瞬间 / 170
- 7.4 动感瞬间 / 176
- 7.5 拟人化的瞬间 / 180

第8章 创意之美

The Arts of Creativity

- 8.1 赋予景物强烈的主观意识 / 184
- 8.2 独特的视角 / 186
- 8.3 有意识地构建 / 190
- 8.4 求新求变 / 194

第9章 怎样拍出好照片

How to Take a Great Shot

- 9.1 主题要选好 / 202
- 9.2 构图要巧妙 / 203
- 9.3 捕捉精彩瞬间 / 204
- 9.4 独特的光线与色彩 / 205
- 9.5 多用对比 / 207
- 9.6 保留想象空间 / 209
- 9.7 记录标志性时刻 / 211
- 9.8 选择不同角度拍摄 / 212
- 9.9 用图片说故事 / 213
- 9.10 用细节展现独特文化内涵 / 214

第10章 后期让照片更完美

Post Editing Makes Perfect

- 10.1 对照片进行最基本的调整 / 218
- 10.2 具有超强细节处理功能的两款软件介绍 / 226
- 10.3 滤镜效果出众的几款后期软件 / 248

手机摄影之美

毛社军 / 著

人民邮电出版社
北京

前言

《手机摄影之美》这本书，在朋友们的不断催促下，终于呈现在了大家面前！

手机摄影在当今已经成为人们的一种生活方式，从专业摄影师到普通老百姓，都在拿着手机进行拍摄，几乎人人都有手机拍摄的经历。之所以出现这种大众文化现象，主要有以下几个原因。

手机摄影可以提高美学修养。手机摄影是一个寻找美、发现美、记录美、欣赏美、传播美的快乐过程。“生活中并不缺少美，而是缺少发现美的眼睛”，通过手机摄影提高美学修养，发现我们生活中处处存在的小美好，我们的生活便会更加美好！

手机摄影有不可比拟的特点和优势。手机摄影具有大众性，由于拍摄功能已成了手机的标准配置功能，亿万手机用户均可成为手机摄影者；手机摄影具有便捷性，我们大多数人不会每天都把相机带在身边，但手机是一定会每天随身携带的，可随时进行拍摄；手机摄影具有亲和性和不打扰性，使拍摄过程更加放松，更加令人享受，拍得更加真实、自然；手机摄影具有及时传播性，手机的即拍即传功能，使拍摄的影像能通过互联网及时传送到亲友、同事、朋友之中，使一个人的快乐变成大家的快乐。

手机拍摄的照片大量充斥在我们的生活中，然而大多数照片太过随意，不够专业，缺乏美感，缺少欣赏价值。如何提高拍摄水平，成为众多手机用户的迫切需求，这从我的手机摄影讲座过程中可深切感受到，每当举办手机摄影讲座便听者盈门，座无虚席，反响热烈。不少听众朋友听后意犹未尽，建议将讲座内容编写成书，以便多次学习欣赏。

——于是便有了这本书。

本书从手机摄影的基础知识，构图、线条、光影、层次到摄影的色彩、对比、瞬间、创意，从怎样才能拍出好的手机摄影作品到手机摄影照片的后期制作，均做了全面通俗的介绍，且主要用实例讲解，易学易懂。

本书从自己这几年拍摄的几万幅作品中，精选了二百多幅优秀作品，不少作品在国际国内和网络获过奖，有相当高的欣赏价值。

本书还记录了不少拍摄中的故事，不同场景拍摄的思考 and 技巧方法，读来轻松、有趣，不但可提高拍摄水平，还可感受到我在拍摄过程中的兴奋和快乐。

愿您在这本书的阅读过程中，不仅能学到手机摄影的知识和技巧，更是一次美的欣赏和享受！

目录

第1章 构图之美

The Arts of Composition

- 1.1 黄金分割法构图 / 8
- 1.2 三分法构图 / 14
- 1.3 对称构图 / 20
- 1.4 框架构图 / 24
- 1.5 对角线构图 / 30
- 1.6 汇聚线构图 / 34
- 1.7 曲线构图 / 38
- 1.8 多点棋盘式构图 / 42
- 本章小结 / 46

第2章 线条之美

The Arts of Lines

- 2.1 发现场景中真实存在的线条 / 50
- 2.2 发现场景中隐藏的线条 / 60

第3章 光影之美

The Arts of Light & Shadow

- 3.1 局部光让画面更有意境 / 70
- 3.2 逆光拍摄剪影 / 78
- 3.3 结合影子一起拍摄 / 84
- 3.4 影子也可以作为主体 / 88
- 3.5 拍摄水中倒影 / 90

第4章 层次之美

The Arts of Layers

- 4.1 添加前景增强画面层次 / 96
- 4.2 利用景物之间距离的变化展现画面层次 / 102
- 4.3 利用景深变化展现画面层次 / 104
- 4.4 利用线条透视展现画面层次 / 108
- 4.5 利用空气透视展现画面层次 / 110

第5章 色彩色调之美

The Arts of Colors & Tones

- 5.1 发现场景中浓郁的色彩 / 116
- 5.2 利用暖色调拍摄 / 128
- 5.3 利用冷色调 / 132
- 5.4 利用对比色增强视觉冲击力 / 136
- 5.5 利用协调色表达画面意境 / 140
- 5.6 简约的黑白 / 142

第6章 对比之美

The Arts of Contrasts

- 6.1 现代与古典对比 / 146
- 6.2 大小对比 / 148
- 6.3 色彩对比 / 152
- 6.4 虚实对比 / 156
- 6.5 动静对比 / 158

第7章 瞬间之美

The Arts of Moments

- 7.1 幽默的瞬间 / 162
- 7.2 难得的瞬间 / 164
- 7.3 温情的瞬间 / 170
- 7.4 动感瞬间 / 176
- 7.5 拟人化的瞬间 / 180

第8章 创意之美

The Arts of Creativity

- 8.1 赋予景物强烈的主观意识 / 184
- 8.2 独特的视角 / 186
- 8.3 有意识地构建 / 190
- 8.4 求新求变 / 194

第9章 怎样拍出好照片

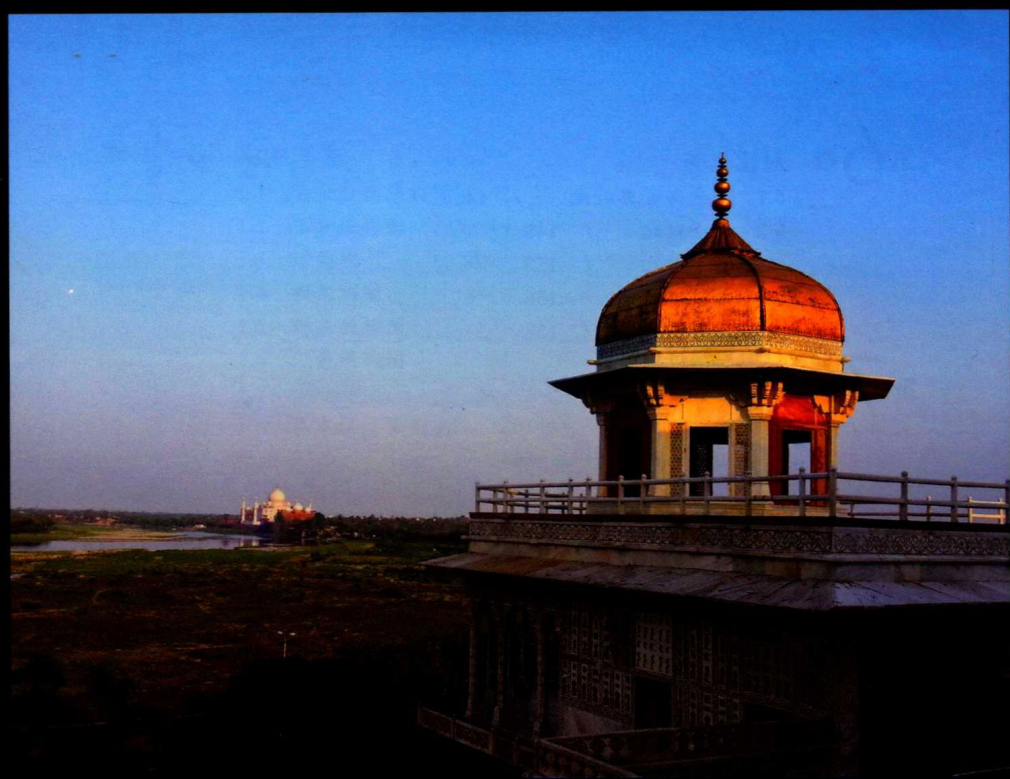
How to Take a Great Shot

- 9.1 主题要选好 / 202
- 9.2 构图要巧妙 / 203
- 9.3 捕捉精彩瞬间 / 204
- 9.4 独特的光线与色彩 / 205
- 9.5 多用对比 / 207
- 9.6 保留想象空间 / 209
- 9.7 记录标志性时刻 / 211
- 9.8 选择不同角度拍摄 / 212
- 9.9 用图片说故事 / 213
- 9.10 用细节展现独特文化内涵 / 214

第10章 后期让照片更完美

Post Editing Makes Perfect

- 10.1 对照片进行最基本的调整 / 218
- 10.2 具有超强细节处理功能的两款软件介绍 / 226
- 10.3 滤镜效果出众的几款后期软件 / 248



The Arts of Composition

构图之美

所谓构图美，就是要用审美的观念，把影像的结构合理地组织起来，使其能够形成视觉兴奋点和审美情趣。

在跟网友们的交流中，我发现有很多人拍摄的照片色彩和主题都很好，但是构图不好，或者说根本没有注意到构图，这样会导致照片缺乏魅力。国际摄影大师迈克尔·弗里曼先生曾经在中国国际照相机机械影像器材与技术博览会期间做了一个讲座，我也有幸去听了听，他讲座的主题就叫“构图使摄影更完美”，的确，在摄影中构图是非常重要的，所以我们学习摄影，首先要学习构图。

下面我为大家展示一些在构图方面比较有代表性的作品，并解说其中使用的构图方法。

1.1 黄金分割法构图

在摄影中我们会经常听到“黄金分割法”这个术语，它是摄影构图中最基本也是最重要的构图方式。“黄金分割法”又称黄金定律，其实不光是在摄影中用到，绘画美术、广告设计、建筑等方面都有涉及。

实际上“黄金分割法”是由古希腊人发明的一种数学方法，是指把整体一分为二，较大部分与整体之比等于较小部分与较大部分之比，其比值为0.618。由于按这个比例关系得到的画面十分完美，所以我们把这个比例关系称为黄金比例。

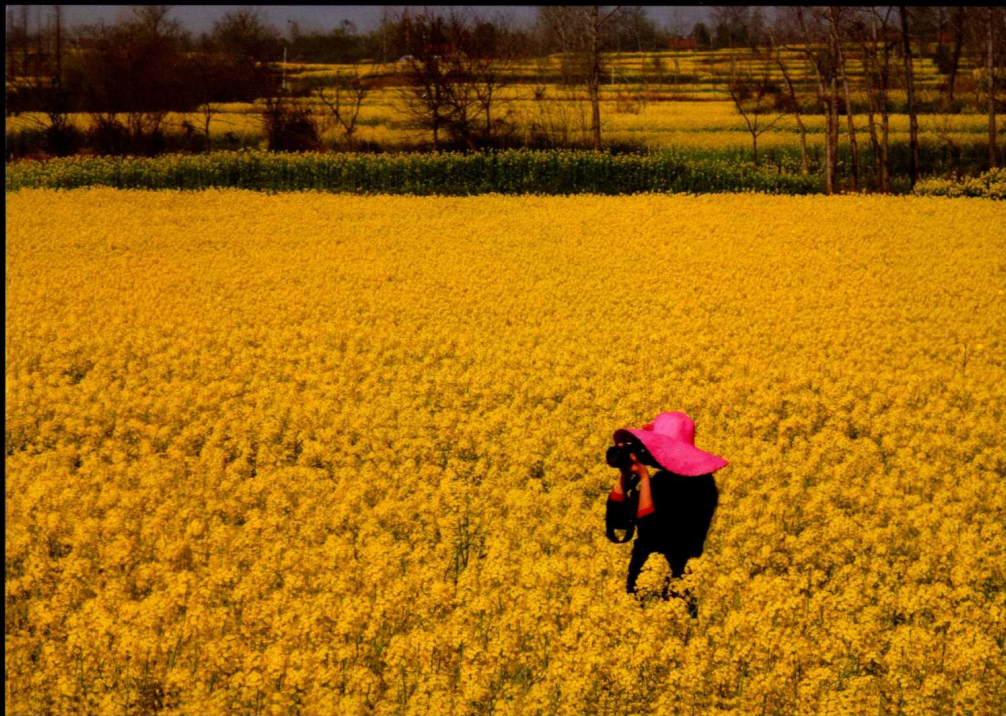
在摄影中，为了更简单方便地使用这一比例，我们将黄金分割比例做如下简化：将画面横向与纵向分别均分为三份，这样所得到的两条横向水平线条和两条纵向垂直线条即为黄金分割线，而这四条线两两相交的点即为黄金分割点。

无论何种题材的摄影作品，在拍摄时将被摄主体安排在黄金分割点及黄金分割线附近，都有利于被摄主体与周围景物的协调和联系，并且容易引起美感，产生出较好的视觉效果，同时还能使被摄主体在画面中显得更加鲜明、突出。

这种简化了的黄金分割构图方法也常被称为“井”字形构图或九宫格构图。使用手机拍摄照片时，由于手机都有网格线功能，这可以让我们更加方便、精准地完成黄金分割构图拍摄。



▲ 手机网格线截屏，主体在交叉点位置上



▲ 《花海丽人》

这张照片是我在湖北荆门拍摄的，那时正好是三月份，遍地的油菜花，我站在一个田埂上，恰好看到一个带红帽子的美女在那边拍照，就将这个画面拍摄了下来。画面中金黄的油菜花连成一片，里面有一个非常醒目的红色，这成为了一个视觉兴奋点。取景构图时，我将这个美女安排在了黄金分割点上，画面表现得很和谐、完美。



▲ 《胡同壁上的光影》

这张照片是我的一幅获奖作品，画面中，牵牛花所在的位置就是黄金分割点位置。

这是我在上班路上，大概是早上七点钟左右，在北京的一个胡同里拍到的，此时阳光打在墙壁上，恰好有一支牵牛花在那里，由于斜射的光线照射，把牵牛花叶子的影子打在了墙上，形成了一幅非常美的图画。画面有虚有实，有光有影，有冷有暖，而且构图很工整，有一点欧美的沙龙摄影风格。这就是手机可以随手拍的好处，随手将路边的一朵小花拍摄下来，也可以得到非常美丽的画面。所以，我们身边到处都有美的景色，关键是要善于去发现他们。

▶ 《千年古盐田》

这是海南的千年古盐田。是将海边的礁石打造成这种盐池，然后把海水灌进来，再把边稍微封一下，然后上面晒盐。我们可以看到画面中清晰的点、线、面元素，而且也将晒盐女放在了黄金分割点附近。

▶ 《云端上的祈祷》

这张照片是在海拔4000多米的藏区色达拍摄的。在这张照片里，我也是把主体放在黄金分割点位置上，并利用低角度的仰视拍摄，用漂亮的天空当背景，女主角的红色衣服和天空形成色彩对比关系，人物得到突出体现，画面非常美丽。

