



风光摄影

101 牛招

【美】卡尔·海尔曼二世 著 祝思黔 译



中国摄影出版社
China Photographic Publishing House

C14049036

J414
67

[美]卡尔·海尔曼二世 著
祝思黔 译



101 招牛

风光摄影



北航

C1736291

中国摄影出版社
China Photographic Publishing House

J414
67

图书在版编目（CIP）数据

101牛招风光摄影 / (美) 海尔曼二世
(Heilman II, C.) 著; 祝思黔译. -- 北京: 中国摄影
出版社, 2014.4

书名原文: 101 top tips for digital landscape
photography
ISBN 978-7-5179-0082-5

I. ①1… II. ①海… ②祝… III. ①风光摄影—摄影
艺术 IV. ①J414

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第045145号

北京市版权局著作权合同登记章图字:01-2013-6622号

Copyright © 2013 The Ilex Press Limited

101 牛招风光摄影

作者:【美】卡尔·海尔曼二世
译者:祝思黔
出品人:赵迎新
责任编辑:李亚坤 刘 婷
执行编辑:刘 婷
版权编辑:黎旭欢
封面设计:衣 钊
出 版:中国摄影出版社
地址:北京市东城区东四十二条 48 号
邮编:100007
发行部:010-65136125 65280977
网址:www.cpph.com
邮箱:distribution@cpph.com

印 刷:北京华联印刷有限公司

开 本:16 开

印 张:11

版 次:2014 年 4 月第 1 版

印 次:2014 年 4 月第 1 次印刷

I S B N 978-7-5179-0082-5

定 价:69.00 元

版权所有 侵权必究

目 录

前 言	6
-----	---

第一章 器材与附件	8
-----------	---

01 基本控制	10
---------	----

02 四种基本设置	12
-----------	----

03 选择适合自己的相机	14
--------------	----

04 玩转数码摄影	15
-----------	----

05 充分利用相机功能	16
-------------	----

06 即时取景的优点和缺点	17
---------------	----

07 回放菜单	18
---------	----

08 我的菜单	19
---------	----

09 相机内置选项	20
-----------	----

10 自定义菜单	22
----------	----

11 感光度设置	24
----------	----

12 反光镜预升	26
----------	----

13 图像传感器清洁	27
------------	----

14 建立RAW格式	28
------------	----

15 尝试不同的镜头	30
------------	----

16 微距摄影	32
---------	----

17 滤镜效果	33
---------	----

18 三脚架的使用技巧	34
-------------	----

19 相机保护	36
---------	----

20 请谨小慎微	37
----------	----

21 附加装备	38
---------	----

22 轻装上阵	39
---------	----

第二章 完美曝光与色彩	40
-------------	----

23 如何捕捉所见画面	42
-------------	----

图书在版编目（CIP）数据

101牛招风光摄影 / (美) 海尔曼二世
(Heilman II, C.) 著; 祝思黔译. -- 北京: 中国摄影
出版社, 2014.4

书名原文: 101 top tips for digital landscape
photography

ISBN 978-7-5179-0082-5

I. ①1… II. ①海… ②祝… III. ①风光摄影—摄影
艺术 IV. ①J414

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第045145号

北京市版权局著作权合同登记章图字:01-2013-6622号

Copyright © 2013 The Ilex Press Limited

101 牛招风光摄影

作者:【美】卡尔·海尔曼二世

译者:祝思黔

出品人:赵迎新

责任编辑:李亚坤 刘 婷

执行编辑:刘 婷

版权编辑:黎旭欢

封面设计:衣 钊

出 版:中国摄影出版社

地址:北京市东城区东四十二条 48 号

邮编:100007

发行部:010-65136125 65280977

网址:www.cpph.com

邮箱:distribution@cpph.com

印 刷:北京华联印刷有限公司

开 本:16 开

印 张:11

版 次:2014 年 4 月第 1 版

印 次:2014 年 4 月第 1 次印刷

I S B N 978-7-5179-0082-5

定 价:69.00 元

目 录

前 言	6
-----	---

第一章 器材与附件	8
-----------	---

01 基本控制	10
---------	----

02 四种基本设置	12
-----------	----

03 选择适合自己的相机	14
--------------	----

04 玩转数码摄影	15
-----------	----

05 充分利用相机功能	16
-------------	----

06 即时取景的优点和缺点	17
---------------	----

07 回放菜单	18
---------	----

08 我的菜单	19
---------	----

09 相机内置选项	20
-----------	----

10 自定义菜单	22
----------	----

11 感光度设置	24
----------	----

12 反光镜预升	26
----------	----

13 图像传感器清洁	27
------------	----

14 建立RAW格式	28
------------	----

15 尝试不同的镜头	30
------------	----

16 微距摄影	32
---------	----

17 滤镜效果	33
---------	----

18 三脚架的使用技巧	34
-------------	----

19 相机保护	36
---------	----

20 请谨小慎微	37
----------	----

21 附加装备	38
---------	----

22 轻装上阵	39
---------	----

第二章 完美曝光与色彩	40
-------------	----

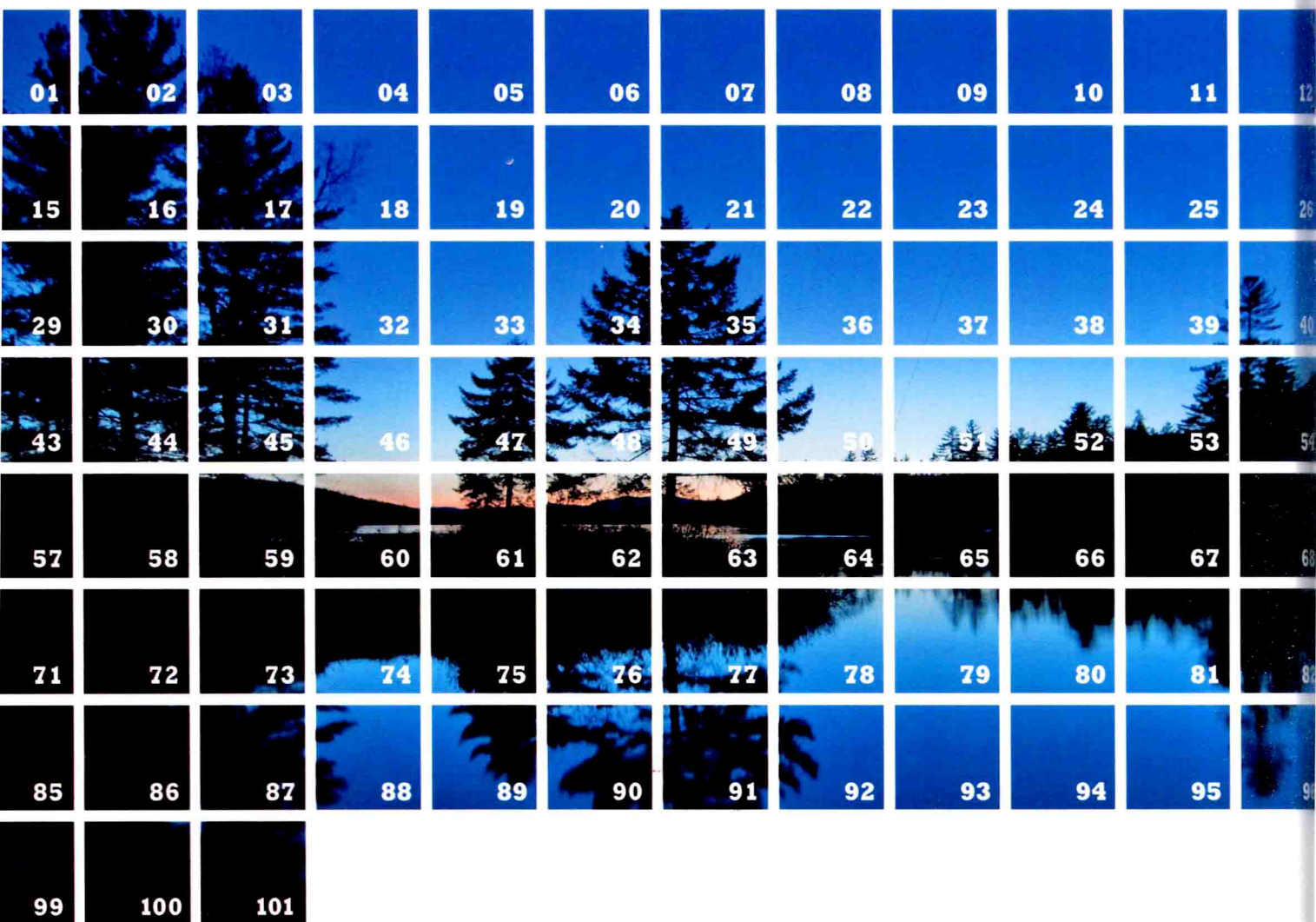
23 如何捕捉所见画面	42
-------------	----

[美]卡尔·海尔曼二世 著

祝思黔 译

101招

风光摄影



C14049036

J414

67

[美]卡尔·海尔曼二世 著
祝思黔 译



101 招牛

风光摄影



北航

C1736291

中国摄影出版社
China Photographic Publishing House

J414

67

图书在版编目（CIP）数据

101牛招风光摄影 / (美) 海尔曼二世
(Heilman II, C.) 著; 祝思黔译. -- 北京: 中国摄影
出版社, 2014.4

书名原文: 101 top tips for digital landscape
photography

ISBN 978-7-5179-0082-5

I. ①1… II. ①海… ②祝… III. ①风光摄影—摄影
艺术 IV. ①J414

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第045145号

北京市版权局著作权合同登记章图字:01-2013-6622号

Copyright © 2013 The Ilex Press Limited

101 牛招风光摄影

作者:【美】卡尔·海尔曼二世

译者:祝思黔

出品人:赵迎新

责任编辑:李亚坤 刘 婷

执行编辑:刘 婷

版权编辑:黎旭欢

封面设计:衣 钊

出版:中国摄影出版社

地址:北京市东城区东四十二条 48 号

邮编:100007

发行部:010-65136125 65280977

网址:www.cpph.com

邮箱:distribution@cpph.com

印刷:北京华联印刷有限公司

开本:16 开

印张:11

版次:2014 年 4 月第 1 版

印次:2014 年 4 月第 1 次印刷

I S B N 978-7-5179-0082-5

定价:69.00 元

目 录

前 言	6
-----	---

第一章 器材与附件	8
-----------	---

01 基本控制	10
---------	----

02 四种基本设置	12
-----------	----

03 选择适合自己的相机	14
--------------	----

04 玩转数码摄影	15
-----------	----

05 充分利用相机功能	16
-------------	----

06 即时取景的优点和缺点	17
---------------	----

07 回放菜单	18
---------	----

08 我的菜单	19
---------	----

09 相机内置选项	20
-----------	----

10 自定义菜单	22
----------	----

11 感光度设置	24
----------	----

12 反光镜预升	26
----------	----

13 图像传感器清洁	27
------------	----

14 建立RAW格式	28
------------	----

15 尝试不同的镜头	30
------------	----

16 微距摄影	32
---------	----

17 滤镜效果	33
---------	----

18 三脚架的使用技巧	34
-------------	----

19 相机保护	36
---------	----

20 请谨小慎微	37
----------	----

21 附加装备	38
---------	----

22 轻装上阵	39
---------	----

第二章 完美曝光与色彩	40
-------------	----

23 如何捕捉所见画面	42
-------------	----

24	了解曝光的基本原理	43	51	摄影任务	89	81	抓住瞬间	138
25	像相机一样“思考”	44	52	三分构图法	90	82	动物	140
26	不同场景的测光模式	46	53	对比评价法	92	83	带上一把雨伞	141
27	查看直方图	48	54	单眼取景	93			
28	曝光补偿	50	55	用三脚架构图	94			
29	拿不准时，用包围曝光	51	56	100%取景器	96	第六章	实践	142
30	了解动态范围	52	57	细节还是故事？	97	84	跳出思维局限	144
31	避免镜头眩光	53	58	相似的地点不一样的面貌	98	85	追随拍摄	145
32	HDR拍摄技巧	54	59	留意身后的美景	100	86	多拍	146
33	色彩变化	56	60	以被摄主体的角度来拍摄	102	87	拍摄运动瞬间	147
34	感光度设置与影像质量	58	61	利用所有光线条件	103	88	无中生有	148
			62	如何选择光线	104	89	到得晚点待得久点	150
			63	拍摄预测	106	90	焦距和焦点的运用	152
第三章	摄影创作原则	60	64	是什么让它如此特别？	107	91	闪光灯的妙用	153
35	好照片来自计划而非偶然	62	65	引人注目的细节	108	92	即时取景的视角	154
36	景深的调整	64	66	立体感	110			
37	怎样设置超焦距	66	67	让作品与众不同	112			
38	控制动态效果	68	68	用不同角度拍摄	114	第七章	加工、存储与优化	156
39	使用自动模式	69	69	标准规格还是全景拍摄？	116	93	归档系统	158
40	使用手动模式	70	70	讲述完整的故事	117	94	照片的编辑加工	160
41	焦距设置	72	71	细节拍摄	118	95	由相机生成JPEG格式	162
42	手持拍摄技巧	74	72	一切尽在视角中	120	96	双重保险	164
43	如何拍摄完美照片	76	73	唤起情感反应	122	97	校正你的显示器	165
44	熟能生巧	78	74	做自己最严厉的观者	124	98	数字降噪	166
						99	HDR增强	167
						100	不要过度锐化	168
第四章	拍出最好的作品	80	第五章	拍摄场景	126	101	清楚自己想要的效果	170
45	你的拍摄风格	82	75	你要置身其中	128			
46	去拍摄	83	76	坚持不懈才能拍出好照片	130			
47	把握时机	84	77	月光下的拍摄	131			
48	避免中央构图	85	78	风景中的人	132	摄影术语表		172
49	在混乱中寻找秩序	86	79	变幻莫测的天空	134	索引		174
50	这是艺术而不是科学	88	80	迷雾魔法	136	后记		176

前言

与传统胶片相机相比，数码相机拥有更先进的技术和更加智能化的设计，因此它也更容易操作，功能也更加丰富。但有时这些全新的功能反而会让人眼花缭乱、不知所措。

谈起我购买相机的历史，就不得不从1975年9月说起。当时我买了一台二手的美能达SRT 101相机和一卷柯达64胶卷，除了知道可以把快门速度调高以防止画面模糊之外，其他摄影原理和拍摄技巧我都一概不知。这台相机上有一个调节按钮可以设置感光度和快门速度，镜头上的圆环可以调整光圈大小。通常，我会先设置快门速度以防止画面模糊，然后调整光圈大小直到它与曝光表的指针数字相吻合。这基本上相当于手动相机的程序模式。

后来我逐步丰富了自己的摄影器材，又购置了各种不同的广角镜头和长焦镜头，并开始深入了解照片拍摄的动态效果和景深控制，此外我还开始使用三脚架。最终我终于掌握了光线的运用和超焦距的使用，一切都开始变得得心应手。

我使用胶片相机达30年之久，最终由尼



康D200带着我进入了数码摄影世界。尽管这台相机和我的胶片相机尼康F100的操作非常相似，但我还是花了一整天的时间来阅读使用说明书，直到这台新相机变得顺手。然而，这仅仅是个开始！

其实所有相机的基本操作原理都是一样的。如果你熟练使用过胶片相机，那么你也可以轻松掌握数码相机，因为它们的基本操作很相似，只是数码相机的功能更多一些，不过曝光还是通过快门速度和光圈来控制。光圈的大小直接影响着景深，而快门速度的高低决定着被摄主体的清晰度。

1对曝光、自动包围曝光、景深及高动态范围影像的理解，帮助我创作了这张照片。

尼康D300，焦距12mm，ISO250，快门速度1/60秒，光圈值f/22

在使用数码相机拍摄时，我也结合使用了光圈和快门速度的手动设置。比如，在不同的光线和拍摄环境下调整相机设置时，我会选择评价测光模式，而忽略曝光补偿的设置，这与我使用尼康F100时一样。此外，数码相机还有一个好处就是能够调节感光度的数值，以实现不同的曝光强度。

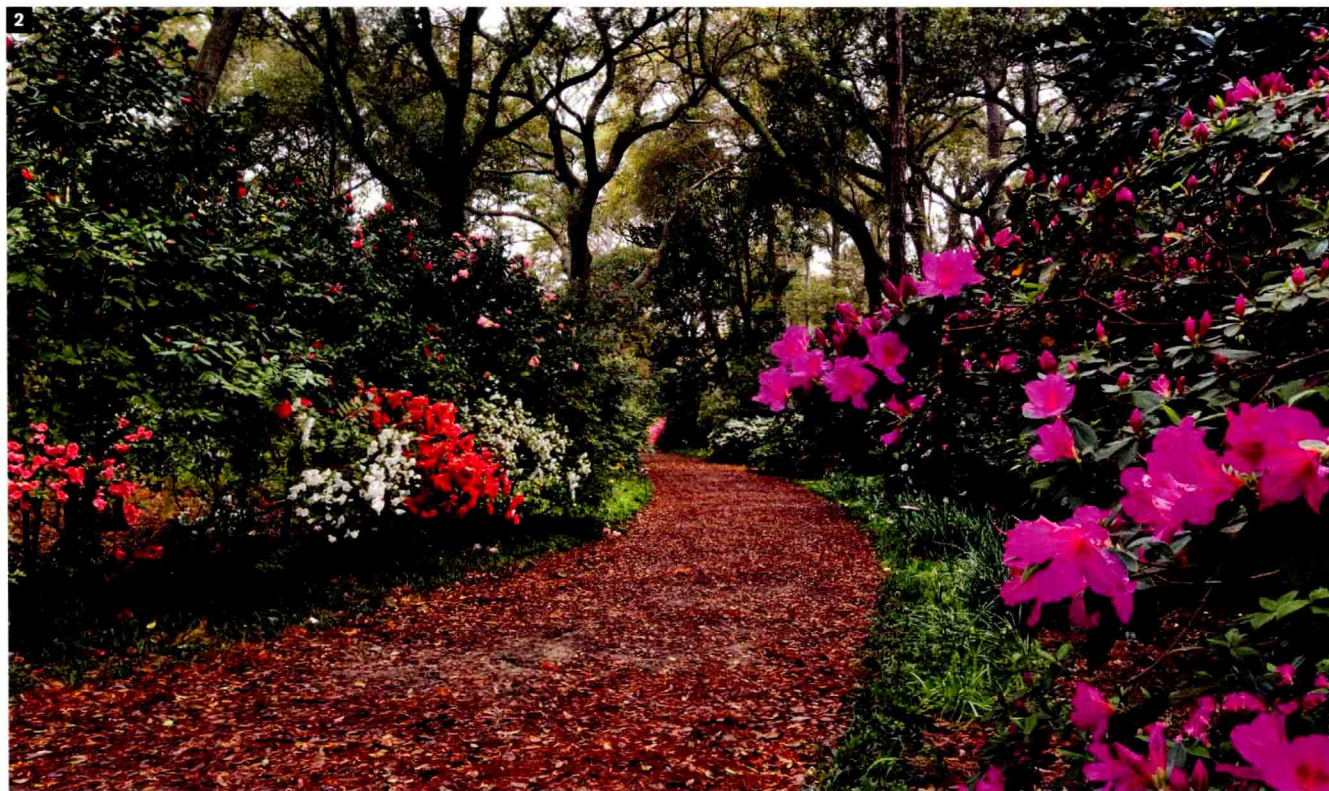
通常，胶片的动态范围是有限的，但可以通过其他方式来弥补这个缺憾。同样，数码相机也存在类似问题，但是技术上的进步使风光摄影的创作变得比较容易，我们可以用相机捕捉到肉眼所看不到的光线。

我使用数码相机的目的，就是利用当今先进的摄影技术，用最简单的方式尽我所能

去创作最好的作品。尽管我不需要去了解景深和光圈背后的物理原理，但是我需要掌握它们的操作技巧；我需要读懂示意图，并知道在拍摄中如何应用，以做参考。这样，在透过取景器时，我只需要知道怎样构图、怎样突出主体和虚化背景，以及怎样把握整张照片的清晰度。为了实现这一目标，我制定了一套工作流程，以便顺利拍摄，而且这也使我有更多的时间去尝试、实验，使拍出的作品更具新意。在本书中，我会将这些切身体验告诉你。虽然我们很容易被那些设置菜单和按钮吓倒，但是只要掌握了适当的拍摄技巧和相机的基本操作原理，你就会得心应手，拍出预期的好照片。

2 色调、线条、色彩以及吸引你的被摄主体，都决定着你是否能拍出好的照片。

尼康D300，焦距20mm，ISO200，快门速度1/2秒，光圈值f/22



Chapter_

01



1



2



3



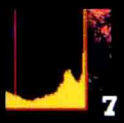
4



5



6



7

器材与附件



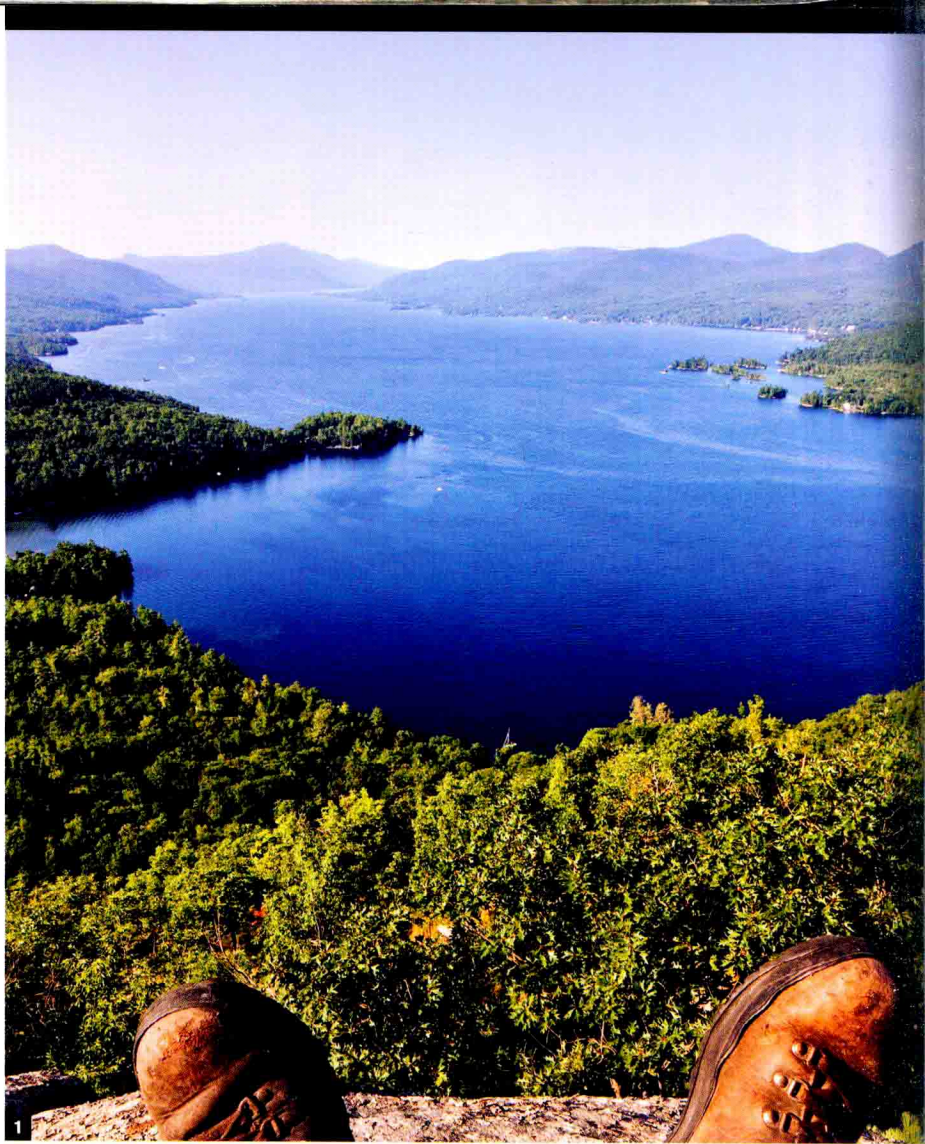
01

基本控制

无论你的相机有多么先进，就拍摄而言，它和其他任何相机一样，都是基于光圈和快门速度的设置。它们通过控制镜头的进光量来调节曝光，从而最终影响成像效果。光圈的大小直接影响着景深范围（焦点前后一段能够清晰成像的区域），而快门速度的高低则决定着影像动态效果的呈现，即运动中的物体是静止清晰的，还是动态模糊的。

如果选择全自动模式或场景模式，拍摄时基本上就是由相机自动控制曝光、景深和动态成像效果的，但这无疑限制了个人创作的空间。为了能够最大限度地使用相机，我们还是需要了解并掌握光圈和快门速度的原理，通过光圈优先模式、快门优先模式或手动模式来拍摄每张照片。

选用手动模式时，每次曝光都是通过对光圈大小和快门速度的调节来实现的，并要求和相机的测光表相一致。我曾经尝试在不同拍摄环境下以测光表为基础，来决定是否增加或减少曝光量，以测试曝光不足或曝光过度。刚开始时，虽然有些照片效果不错，但我并不清楚其中的原因，直到最后我才知道怎样通过控制景深范围和动态效果来控制最终画面。



20世纪80年代，相机开始有了程序自动模式、光圈优先模式和快门优先模式。拍摄时，我可以通过光圈优先模式或快门优先模式，来分别控制景深范围和动态效果，这两点对最终画面的形成是最基础也是最关键的。此外，相机的评价测光模式也可以自动设置相应的光圈值和快门速度以实现最优曝光。当我认为自己可以不再依靠测光表时，我才开始使用曝光补偿功能来取代。

即使有了先进的相机，我的拍摄方式还是一样的。新相机虽然添加了各种各样的按钮和

1 这张照片是手持相机拍摄的。拍摄时，你需要了解基本的相机操作原理，包括景深、动态效果和曝光。

尼康D200，焦距16mm，ISO200，快门速度1/50秒，光圈值f/16



2

3



功能，但还是可以通过菜单选项来设置，但两个基本功能要保持一致：光圈和快门速度，即相机是通过这两个物理构件来控制进光量并最终影响成像效果的。真的就是这么简单！只要能够完全掌握光圈值和快门速度，我们就可以控制所拍摄的每张照片的效果，并且尽可能使它变得精彩。

2 这张照片我参照了拍摄烟花的技巧，而且还使用了辅助反光灯以呈现船只的细节部分。

尼康D200，焦距18mm，ISO200，快门速度30秒，光圈值f/11

3 通过超焦距来实现最大的景深范围，使从近处到无穷远间的被摄体在照片上都是清晰的。

尼康D300，焦距17mm，ISO200，快门速度1/5秒，光圈值f/29

02

四种基本设置



光圈优先模式、快门优先模式、感光度设置及曝光补偿，是使用数码相机拍摄时最常用的四种基本设置。光圈优先模式或快门优先模式与相机的评价测光模式相结合，会给拍摄带来很大的自由度，且不用太关注曝光设置。我只有在使用B门拍摄、并要求快门速度超过最大值30秒时，或者在需要特别设置时，才会使用手动模式。使用B门拍摄，只要按下快门且不松手，快门就可以一直保持打开状态进行曝光，从而使曝光时间持续几分钟甚至几小时。

在拍摄风光照片时，大多数时候我还是会选用光圈优先模式以控制景深范围，因为景深是风光摄影作品中最需要考虑的因素，它决定了远处或近处的被摄主体和背景是否清晰。在光圈优先模式下，相机会根据已定光圈值来自动配置快门速度，以使照片获得准确的曝光。其中，快门速度从30秒到1/8000秒，一共19个挡位可供调节。

快门优先模式则多用于拍摄运动的被摄主体，如体育摄影、新闻摄影、野生动物摄影，或者是需要故意模糊被摄主体的动作时。但是

这一模式相比光圈优先模式局限性较大，因为即使光圈值的范围可以从f/2.8到f/22，但相机的可选挡位也只有7个。如果曝光需求超过了这一范围，取景器也许会发出警告。

感光度是指相机的图像传感器对光线的敏感度。拍摄时，它可以在不同光线条件下，根据需要使用相匹配的光圈和快门速度。在光圈优先模式或快门优先模式中，可以对其进行设置，数值取决于拍摄场景的光线强度。相同条件下，感光度越高，画面亮度越强，画质越差。

在全自动拍摄模式下，曝光补偿是一种快速的曝光控制方式。如果拍摄场景光线太暗，可以增加曝光量，进行曝光补偿；如果画面色彩泛白，说明光线太亮，可以减少曝光量。在光圈优先模式中，相机会根据选定的快门速度来自动控制曝光量。而在快门优先模式下，相机则会通过已确定的光圈大小来自动控制曝光量。

1 这台20世纪80年代的胶片相机和如今的数码相机的基本操作一样，如光圈、快门速度、曝光补偿及感光度设置等。

2 通过光圈优先模式可以很好地控制景深。这张照片就是通过该模式才获得了被摄主体清晰而背景虚化的效果。



尼康D200，焦距190mm，ISO200，快门速度1/200秒，光圈值f/11

3 这张照片成功地运用了快门优先模式，且设置的快门速度既保证了画面的清晰度，又模糊了船尾水花营造出的动感。使用曝光补偿是为了保证照片的整体亮度。



尼康D300，焦距170mm，ISO250，快门速度1/80秒，光圈值f/16

4 快门速度、景深和感光度设置都影响着这张照片的最终效果。



尼康D200，焦距400mm，ISO400，快门速度1/30秒，光圈值f/11