

Beyond
the
Vision

超越平凡的视界

摄影大师的技术与灵性思考

Master Class of Photographic Inspiration
and Technique

【美】路易斯·卡斯特涅达 著



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

Beyond
the
Vision

超越平凡的视界

摄影大师的技术与灵性思考

Master Class of Photographic Inspiration
and Technique

【美】路易斯·卡斯特涅达 著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (C I P) 数据

超越平凡的视界 : 摄影大师的技术与灵性思考 /
(美) 卡斯特涅达著. -- 北京 : 人民邮电出版社,
2011.8
ISBN 978-7-115-25793-2

I. ①超… II. ①卡… III. ①摄影技术—教材 IV.
①J41

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第131269号

内 容 提 要

本书是美国著名职业摄影师路易斯·卡斯特涅达根据自己数十年的摄影经验, 为中国摄影爱好者度身打造的一本摄影图书。本书从摄影的用光、构图、曝光等基本技法出发, 并且对摄影爱好者经常遇到的摄影题材, 如人像、风光、旅游、舞台、动物、近摄、黑白、红外以及创意等进行了翔实的讲解, 并讲述了他从胶片到数码摄影的转变过程。路易斯在本书中还告诉读者, 真正使摄影作品大放异彩的是相机后面摄影师的思想。

本书适合具有一定摄影基础的爱好者阅读参考。

超越平凡的视界——摄影大师的技术与灵性思考

- ◆ 著 [美] 路易斯·卡斯特涅达
责任编辑 胡 岩
- ◆ 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>
北京顺诚彩色印刷有限公司印刷
- ◆ 开本: 787×1092 1/16
印张: 14
字数: 387 千字 2011 年 8 月第 1 版
印数: 1—4 000 册 2011 年 8 月北京第 1 次印刷
著作权合同登记号 图字: 01-2011-3717 号

ISBN 978-7-115-25793-2

定价: 69.00 元

读者服务热线: (010) 67132705 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

序

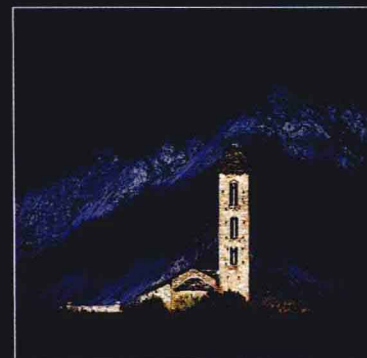
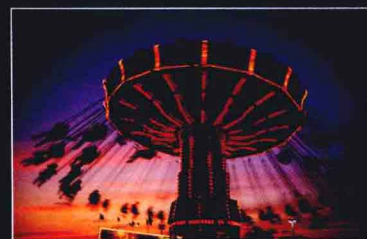
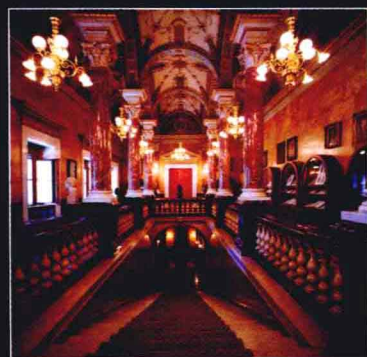
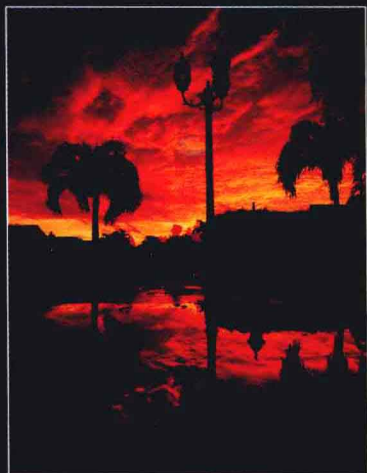
我记得是在2000年的夏季，当时徕卡代理公司的金俊先生给我打来电话，说有一位为徕卡公司拍摄样片的美国摄影师希望拜访《大众摄影》，我欣然同意，就这样我们结识了路易斯·卡斯特涅达先生。那就是被我们称作“老路”的这个人第一次来到中国。在一个星期的时间里，老路在北京拍摄了大量的照片，我们还陪他去了河北的金山岭长城。在这之后的几年里，《大众摄影》发表了老路的许多摄影作品，甚至还为他的文章开设了专栏。精美的照片似乎来自不经意的拍摄，通过老路的通俗讲解，颇受读者的欢迎。

路易斯·卡斯特涅达先生的青年时代在古巴度过，后来去了西班牙，再后来定居美国，成为一名职业摄影家。路易斯先生真的是具有摄影家的天赋，利用照相机的功能以及摄影的技巧，无论走到哪里，他都能拍摄出令人惊奇的照片。您可以在徕卡公司的书籍上看到老路的作品，也能在哈苏的镜头样本中找到他的名字。在进入到数码影像的时代里，老路仍然使用松下的数码照相机为大家带来具有说服力的摄影样片。2009年的《大众摄影》再一次为老路开设专栏，曰“名家绝技”，希望老路先生能够再一次为大家带来数码影像的若干惊喜。

在征得路易斯·卡斯特涅达先生的同意之后，我们将他的部分专栏内容结集成册，并将他的拍摄经验以及理念补充进本书，以期为各位的摄影生活提供一些有益的借鉴。

《大众摄影》杂志主编

陈仲元



第一章 完美的曝光

8

优势和挑战

控制曝光

测光与运用

包围曝光的重要性

完善自己 谋求进步

存储格式的选择

我的数码转换

第二章 构图——摄影师的语法

18

三等分构图

中心对称式构图

对角线构图

S形构图

散点构图

超越传统的构图

第三章 学会用现场光拍摄

30

用好现场光很难

应对不同的现场光

了解现场光的方向

城市夜景的魅力

璀璨的星光

第四章 风光摄影

42

灵活的摄影构图

S形构图

倒三角构图

用光的学问

创意和奇想

气势的表现

内省和外向

表现出动感

运气的把握

按感觉曝光

耐心的等待

镜头的选择

测光的方法

把握最佳的拍摄瞬间

电脑制作
敢于打破常规

第五章 人像摄影

赋予人像以个性
赢得模特的信任
肖像摄影中的眼睛
眼神中富有故事
去伪存真
抓住“个人商标”
确立和“眼睛”的关系
眼神的力量
释放被摄者的个性
儿童摄影的秘诀
让孩子参与进来
低下身拍摄孩子
引起孩子的兴趣
不放过每一个变化的瞬间

第六章 旅游摄影

旅游摄影是我谋生的手段
旅游摄影的挑战
信息是摄影的前提
轻装上阵
旅游摄影器材的选择
胶片要随身携带
保持新鲜感

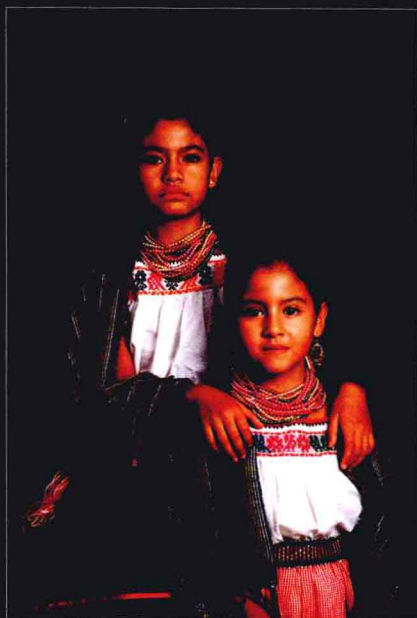
第七章 奇妙的近距离摄影

大小更重要
近距离摄影和微距摄影
微距摄影应注意的问题
近摄镜片
使用伸缩皮腔
概述

第八章 动物摄影

动物摄影就是拍摄活的生命
制定拍摄计划非常必要

58



82



105



116



CONTENTS

目录

只带最需要的器材
小相机也同样精彩
感受捕猎般的激情
拍摄方式各有不同
早起晚归会有惊喜
隔着栅栏拍动物, 仔细处理背景
时刻准备着“意外”发生, 耐心是必须具备的美德
倒数法则确保清晰
合理选择镜头
如果你还使用胶片
宁愿使用手动对焦
与动物保持安全距离
动物摄影有了更多的可能性

第九章 轻舞飞扬

目的决定技法

熟悉设备

偏好徕卡旁轴

熟悉拍摄内容

现场胜于排练场

最佳站位

对焦技术

保持安静

“准确”曝光

快门速度

熟悉细节

138



第十章 黑白世界的魔力

黑白的独特语言

传统黑白犹如品酒

数码黑白 同样精彩

黑白消失了吗?

不一样的感觉

用拍胶片的方法对待数码黑白

选择数码相机的黑白模式吗?

RAW和JPEG格式的差别

黑白转换方式

154

第十一章 “看不见”的红外摄影

红外摄影的前世今生

用红外胶片拍摄

常见的数码红外相机

选用相机的考虑

从预想到立拍立现

电脑处理红外摄影图像

168



第十二章 摄影“特技”让照片与众不同 182

妙想出新招

巧用叠加技巧

思维陷阱

善用“电脑滤镜”

没有“窍门”的特技

数码技术只是让一切变得简单



第十三章 从胶片到数码 196

困难的抉择

随波而行

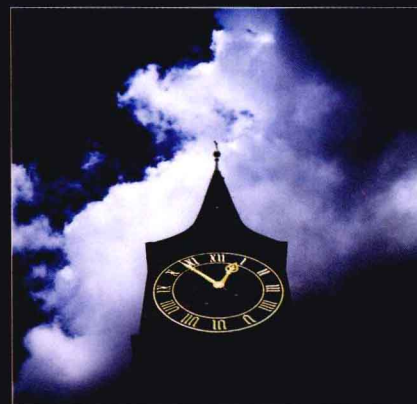
增加机遇 提高竞争力

不能不数码

数码的优势

处理掉胶片相机 摆脱噩梦的侵扰

一切努力都是值得的



第十四章 数字底片——RAW 206

RAW让你成为主宰者

RAW和处理软件

JPEG的损失

无损的调整

RAW的麻烦

其他功能



第十五章 最好的相机是思想 214

摄影家让相机伟大

摄影家是相机的主人

发挥相机潜能

提高眼力和摄影练习

让相机成为身体的一部分





完美的曝光 1

实现准确曝光, 对于照片的完美有着至关重要的作用。

悉尼歌剧院

强烈的逆光造就了美丽的剪影, 以背景作为曝光测光的依据是剪影作品成功的关键, 当然充满线条的大剧院和动感的人形是必不可少的



▲海螺 浅色背景加之水珠的反光会使你的测光系统“误入圈套”而导致曝光不足，在这种情况下增加1~2EV曝光，高调会使画面更加清新干净。

生活中没有绝对的完美之事，尽善尽美是不存在的，那只是一个哲学的概念，是一个奋斗的目标。然而，对于照片来说，尽可能地达到“完美”却是必须的，从技术上讲，实现准确曝光，可以让照片的亮部和暗部达到平衡，对于照片的完美有着至关重要的作用。

优势和挑战

那些熟悉并至今还在使用胶片的人懂得曝光的重要性，因为胶片乳剂曝光宽容度的限制，特别是使用彩色反转片时更是如此，一张曝光不足的图片，在记录影像暗部时缺乏足够的细节，整个图片的反差相对高一些。另一方面，曝光过度的图片细节也比正常的情况少，色彩褪色，高光部分常有光晕，整个图像的反差异常地降低。

数码摄影中的曝光问题有时远超过传统胶片摄影，虽然数码摄影的主要优势是拍摄后马上能看到结果，不像胶片那样，要等到冲洗加工后才能看到结果，才能检查到曝光的“失误”或“成功”。但同时也给专业摄影师带来了巨大的挑战，现场就要拍出曝光适当的照片，客户等着取走。

控制曝光

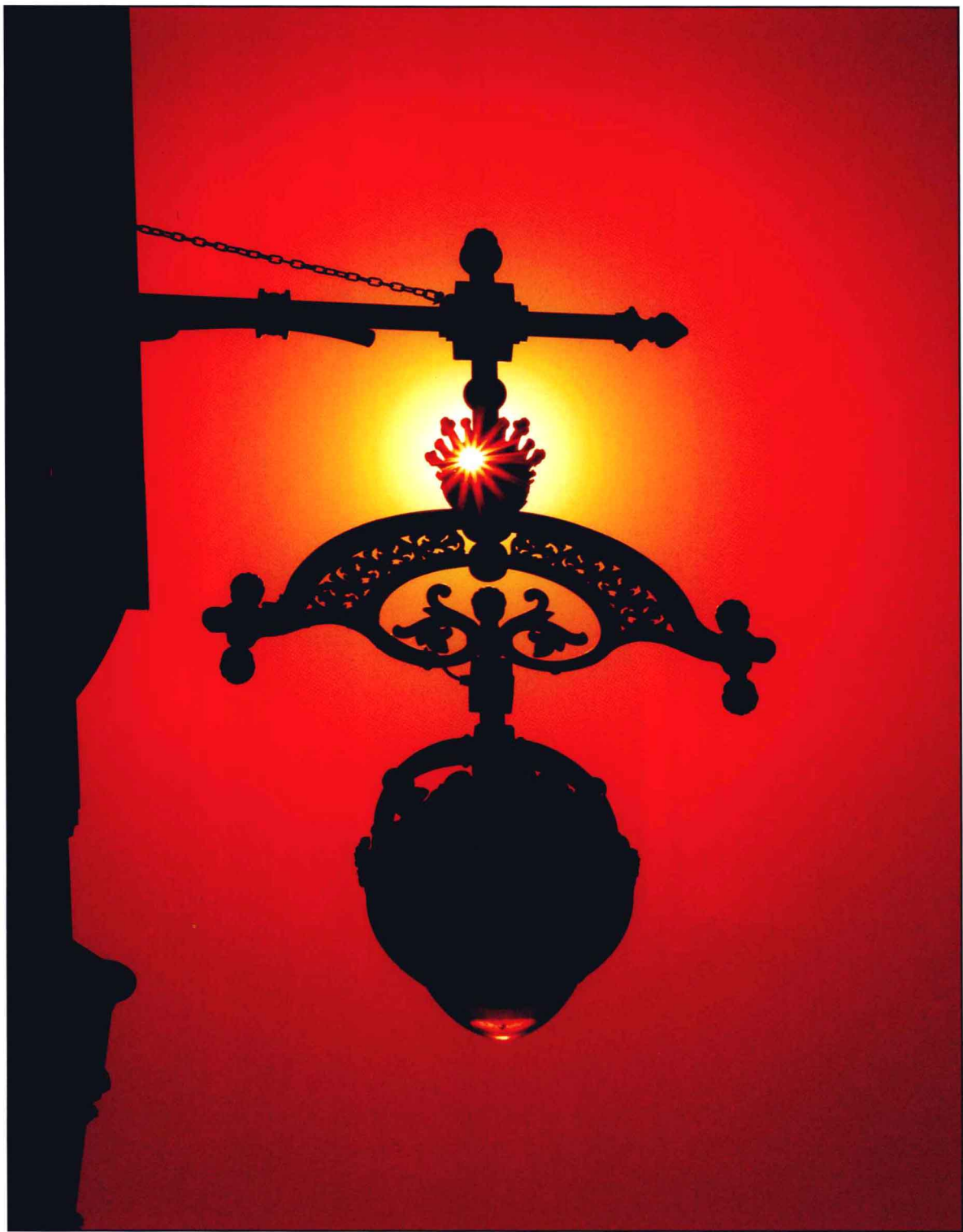
摄影器材中有两个装置控制着曝光，一个是光圈；一个是快门。光圈控制进光量和景深范围；快门控制时间，控制着进光量和被摄物的动感程度。制作优秀的照片，就必须善于使光圈和快门的运用达到完美的组合。同时，还要能够综合运用曝光的技术，实现非常准确的曝光效果。

测光与运用

光线强度的正确信息通过测光表就能得到，今天的大多数相机都有内置的测光

表，而且能根据曝光值，实现相机的自动曝光，捕捉到影像。在绝大多数情况下，极大地提高了影像拍摄的速度。然而，尽管测光表是一件非常了不起的设备，但是它不会思想，不管怎样自动，不管影像测量和选取的重点点有许多不同，我们必须谨记，所有的测光表测得的曝光值都是“平均值”，这就是为什么大多数高级数码相机要设置不同测光模式（平均测光、中央重点测光和点测光）的原因。

在整个读取模式中，大多数相机都是运用中央重点测光模式，把重点锁定在画面中心的物体上而得到一个屏幕中的平均曝光值。点测光模式只针对极小的范围内读取光线的量度值，测量点通常设置在屏幕的中央，至于哪种测光模式更适合你，还要由你来选定。



▲街灯

古典造型的街灯吸引了我的目光，平淡不是我所要表现的，用镜头直接对准太阳，但是在曝光值上稍作增加，使路灯的细节也有所展现，半剪影比剪影具有更多的图像信息。



▲街景

夜景曝光是摄影师的噩梦，因为各种不同的灯光、天空的曝光、由于长时间曝光造成的倒易率失效等不确定的元素往往决定一幅作品的成败，我的经验是，在天还没有黑透，华灯初上的时候拍摄，这样就会使几方面都得到兼顾，从而拍摄到流光溢彩，而且细节兼顾的作品。



包围曝光的重要性

不管你能得到的平均测光值还是点测光值, 实现精确曝光, 都不能解决所有的问题。其中的任何一种方法都会有一定的缺憾。有的画面可能比“正常的”曝光过曝1/3EV, 或欠曝1/3EV。除此以外, 有的照片在一个摄影师眼里是正常曝光的, 而另一个摄影师却认为是曝光不足或曝光过度, 让人无所适从。解决这个困难的方案也许只有使用包围曝光。因为摄影是一门个性化很强的艺术, 每人都有自己的观点。

在这个数码摄影越来越兴盛的时代, 摄影人常常变得越来越懒惰, 很大程度上都依赖自动相机, 希望简单地按一下按钮, 相机就能为他们做好所有的事情。然而, 对于每个标准来说, 都有例外, 也正由于此, 相机设计师设计出自动化程度更高的相机, 例如相机的包围曝光控制功能越来越强, 这个功能通常允许摄影师连续拍摄3张不同曝光值的照片, 差别可以1/3EV、1/2EV、1EV上自主调整。

要想解决正确曝光的问题, 包围曝光提供了一个最好的保证, 它给摄影师提供了多个选定最好图片的机会, 摄影师可以在相同的拍摄物体中找到一个曝光量、色彩表现最好的影像。事实上, 现在许多成功的摄影师都是这么做的, 他们认为这样做可以让保险代替遗憾, 在后期有更好的选片余地。千万不要忘记最重要的事情是: 拥有照片。在胶片摄影的“旧日时光”中, 我们通常说摄影中最便宜的东西就是胶卷, 我说这些话, 主要是针对那些认为包围曝光是无用的浪费之举的人所说的。现在, 我们必须纠正这种认识, 而且, 数码照片使用存储器和存储卡, 它是一个完全可以循环使用的物质, 更节约、更环保, 那么使用包围曝光更应该没有问题了。



当我们使用包围曝光时,有许多特殊的情况是要做特殊的处理,如夜晚的街景、焰火、日出日落、星星轨迹等,按照测光表的数值拍摄,通常不能得到准确的曝光,摄影师必须要依靠经验和包围曝光来解决曝光的问题。遇到这些场合有一个惯用的“魔法方案”可以保证拍摄的成功,人们称作“B.L.H.”(意思为拼命地包围曝光)。

完善自己 谋求进步

为了达到完美图片的效果,我们不敢说仅靠按动按钮,释放快门就解决一切,像变魔法一样神奇地达到目的。相机不单单是拍摄照片的,它还能帮助摄影师使图片变得更好。如果我们的目标是追求最终的高品质,那么有几个事实和元素需要留意。就像生活中某些事一样,取决于你是如何要求的,你的期望值是什么,如何



做才能达到你的满意。

如果你已完全满足于你已有的一切，那么，你已达到你的目标，再没有任何可以改变的空间。然而，我们人类所做的肯定会有不足，摄影也不例外！许多人都对自己这样说：我只是一个普通的摄影爱好者，不必要像专业摄影师那样，刻意追求曝光的准确性，努力地实现最完美的拍摄结果。那么，他们就会永远裹足不前。我不敢称你可能成为一个摄影大腕（尽管我衷心地期望你将会是），但是我渴望帮助你成为优秀的摄影师，我会告诉你方法，但道路是你自己走的。要找到准确的曝光方法，不是一件特别容易的事情。

存储格式的选择

当你用JPEG或TIFF格式拍摄，你会按照相机制定的标准预设程序，数码相机都有一个影像感应器，它们代替胶片，将图像转换成电子信号存到存储卡中，其影像的曝光值、感光度设定、锐度选择、压缩品质和其他事先设定的信息都会经过相机软件的加工和转换，换句话说，您得到的文件已经受到影响。每个厂商都有自己的标准，但我们知道，每件事都可以按照个性化选择和改变，你必须意识到哪些影像信息已经受到损害，哪些损害将直接影响最终的成像质量。

如果你试图做一些后期的调整，如果你非常希望

信息不受损失,那么,唯一的方式是选择RAW格式,从相机感应器上得到的信息将直接送入存储卡中,没有任何改变。从根本上说,每个像素的亮度值都被完整地记录下来。基本上,一个RAW影像是一个灰度值图像,RAW转换器的工作就是要从这个文件中得到一个彩色的图像。

为什么要用RAW格式呢?回答很简单:为了全面控制影像的品质。今天,绝大多数的数码相机都能捕捉到至少12位的图像,但是JPEG格式只能得到8位的图像。当你使用JPEG格式拍摄时,锐度和降噪功能都会被启动,本来你相信的相机内置转换功能,却丢掉了相当一部分影像信息。当你使用RAW格式拍摄时,你能得到相机给予你的一切,使用RAW格式能有效地控制锐度和噪点,还能让你根据个人爱好对色彩进行选择,你可以随后在电脑中对色温进行调节。使用RAW格式还能有效地

控制曝光的问题,通过软件,曝光不当的影像层次可以在相当程度上得到挽救,从而变成优质的影像。

我的数码转换

在过去的五年里,我几乎已经全部完成数码摄影的转换工作,我给我的客户提供的图片都是数码照片或扫描图片后的数码文件,把成本问题放在一边不说,使用数码相机,得到最终影像的速度、操作的方式、效果,已经让我们感到没有理由再用传统胶片相机了,摄影师控制数码相机的能力远胜于控制胶片相机,成功的几率极大地提高。在控制曝光方面,数码相机更有很强的直观性,我将传统胶片摄影的曝光控制经验运用于数码摄影中,即使运用普通的袖珍数码相机,同样能得到质量非常优异的图像。

