

摄影  
PHOTOGRAPHY STARTED  
起步

PHOTOGRAPHING  
STILL-LIFE

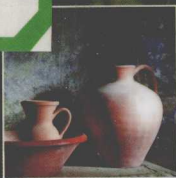


此时无声胜有声

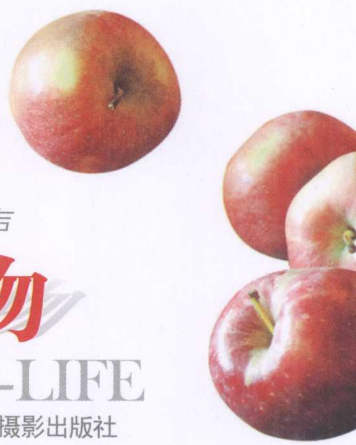
# 拍静物

李慧文 著

浙江摄影出版社



“摄影起步”丛书编写组策划



此·时·无·声·胜·有·声

摄影起步 拍静物

PHOTOGRAPHING STILL-LIFE

“摄影起步”丛书编写组策划 李慧文 著

浙江摄影出版社



NLIC2970919154

责任编辑 余 谦 高振杰  
装帧设计 薛 蔚 花 树  
责任校对 王 莉  
责任印制 朱圣学

#### 图书在版编目(CIP)数据

此时无声胜有声：拍静物 / 李慧文著. —杭州：  
浙江摄影出版社，2013.7  
(摄影起步)

ISBN 978-7-5514-0358-0

I. ①此… II. ①李… III. ①静物摄影—摄影艺术  
IV. ① J412

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第135766号

#### 摄影起步

### 此时无声胜有声：拍静物

“摄影起步”丛书编写组策划 李慧文 著

全国百佳图书出版单位

浙江摄影出版社出版发行

地址：杭州市体育场路347号

邮编：310006

电话：0571-85159646 85159574 85170614

网址：www.photo.zjcb.com

经销：全国新华书店

制版：浙江时代出版服务有限公司

印刷：浙江星辰印务有限公司

开本：710×1000 1/16

印张：7

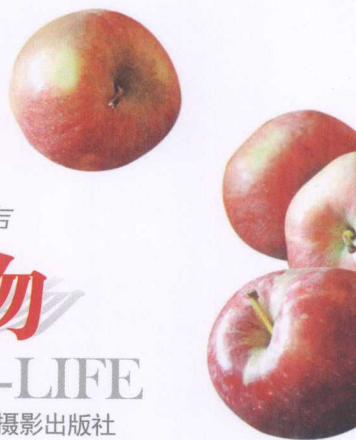
2013年7月第1版 2013年7月第1次印刷

ISBN 978-7-5514-0358-0

定价：20.00元

---

图片支持：shutterstock.com



此·时·无·声·胜·有·声

摄影起步 拍静物

PHOTOGRAPHING STILL-LIFE

“摄影起步”丛书编写组策划 李慧文 著

浙江摄影出版社



NLIC2970919164





# 序

## 为了更自由的表达

傅拥军

拍照片的人越来越多，好照片也越来越多。如何才能让你的照片脱颖而出？这个问题摆在每个摄影者面前。

平时与影友交流的时候，我常常鼓励大家：“有点意思，先拍下来再说。”因为世界再大，也是由微小世界构成，每个人都可以为这个时代留下更多的小世界。这既是对我们所处的时代记录，也是对现实的个人评价。

可以是街头的一个小小橱窗；  
可以是路边的一棵小小桃树；  
可以是阳台的一朵小小花朵；  
可以是父母穿过的一双旧鞋；  
可以是上班路上的一个背影；  
可以是旅行中的一个表情……

这些都可以拍！摄影貌似一下子容易起来。于是有人就跟我探讨：全民摄影时代，技术还重要吗？

通常会以自己的例子来回答这个问题。世界新闻摄影比赛（荷赛）获奖作品《我好想爸爸妈妈》，当初我只是想给孩子和老师拍张照片，送给他们留作纪念。21个孩子，每人拍两张，半个小时便拍好了。后来照片在电脑上按百分之百比例打开，发现每张都

清晰，眼睛里还有眼神光，留守儿童的孤寂和不安状态得到很好体现。事实上当时的光线和环境，在没有带三脚架的情况下想要拍踏实还是有一定难度的。因为平时我已经养成不拍虚照片（除非需要故意拍虚）的习惯，无论光线多差，也会要求自己技术一定要到位。

技术是很重要的，它是你拍好照片的保障。技术有了，才能更准确自如地表达你的想法。

这套“摄影起步”丛书一共12本——《拍春景》、《拍夏景》、《拍秋景》、《拍冬景》、《拍鸟儿》、《拍花卉》、《拍宠物》、《拍静物》、《拍儿童》、《拍女性》、《拍旅途》、《后期制作》，图书定位在摄影初学者所需要的技巧技法，内容简洁实用。

只要掌握并养成一些好习惯，你一定能

在摄影的路上走更远，并且更自由。

傅拥军：

两届世界新闻摄影比赛（荷赛）获奖者  
中国摄影金像奖获得者  
《都市快报》摄影部主任  
著作有《那么西湖》、《纪实摄影指导》等



# 目 录



## 第一章 生动静物照 60 技

- 01 静物与静物摄影 /006
- 02 拍摄静物所需要的器材 /007
- 03 选择的自由 /008
- 04 营造主题 /009
- 05 静物的摆放是关键 /010
- 06 密集式构图突出静物 /011
- 07 用虚实对比突出主体和空间感 /012
- 08 用三角形构图增加画面稳定感 /013
- 09 制造小景深突出主体特色 /014
- 10 善用斜线构图营造画面活力 /015
- 11 利用投影表现画面的立体感 /016
- 12 如何使用混合光 /017
- 13 如何在自然光下拍摄瓷器 /018
- 14 如何使用对比色突出主体 /019
- 15 如何使用消色表现主体 /020
- 16 如何拍摄静物中的吸光体 /021
- 17 如何表现静物中的反光体 /022
- 18 如何表现静物中的透明体 /023
- 19 如何拍摄钻戒 /024
- 20 如何拍摄酒类静物 /025
- 21 如何拍摄珍珠项链 /026
- 22 静物的质感表现 /027
- 23 利用质感对比表现静物 /028
- 24 利用大小对比表现静物 /029
- 25 多出去走动走动 /030
- 26 选择合适的静物背景 /031
- 27 利用明暗对比表现静物 /032
- 28 你需要更长时间的拍摄 /033
- 29 多多欣赏一些绘画名作吧 /034
- 30 使用三脚架的好处及注意事项 /035
- 31 利用动静对比表现静物 /036
- 32 拍摄高调静物照 /037
- 33 拍摄低调静物照 /038
- 34 拍摄单色静物照 /039
- 35 拍摄黑白静物照——观察 /040
- 36 拍黑白静物照——黑白灰处理 /041
- 37 拍黑白静物照——细节与品质 /042
- 38 拍摄黑白静物照——特殊效果 /043
- 39 拍摄黑白静物照——形式美感 /044
- 40 色调与静物 /045
- 41 寻找静物的有趣细节 /046
- 42 模糊前景 /047
- 43 框式构图表现静物 /048
- 44 为画面留点白吧 /049
- 45 利用曲线表现静物 /050
- 46 利用逆光表现静物的剪影效果 /051
- 47 利用顺光表现静物的色彩 /052
- 48 利用侧光表现静物的质感 /053
- 49 利用光影来构图 /054
- 50 选择有趣的拍摄角度——俯拍 /055
- 51 选择有趣的拍摄角度——平拍 /056
- 52 选择有趣的拍摄角度——仰拍 /057
- 53 选择有趣的拍摄角度——摆放 /058
- 54 拍家居静物——衣架 /059
- 55 拍家居静物——玻璃杯 /060
- 56 拍家居静物——刀叉 /061
- 57 拍家居静物——衣物 /062
- 58 拍家居静物——桌椅 /063
- 59 拍家居静物——小装饰品 /064
- 60 拍家居静物——蔬菜水果 /065



## 第二章 后期制作

- 61 制作老照片 /066
- 62 胶片色彩效果 /070
- 63 调整曝光不足的照片 /074
- 64 调整曝光过度的照片 /077
- 65 加入文字及文字特效 /081
- 66 为静物照片调出怀旧效果 /084

## 附录：摄影入门基础

- 01 焦距 /090
- 02 光圈 /090
- 03 快门速度 /091
- 04 感光度 /091
- 05 景深 /092
- 06 色温 /092
- 07 曝光 /093
- 08 黄金分割 /093
- 09 三角形构图 /094
- 10 对称构图 /094
- 11 三分法构图 /094
- 12 对角线构图 /095
- 13 散点构图 /095
- 14 曲线构图 /095
- 15 散射光 /096
- 16 直射光 /096
- 17 侧光（前侧光） /096
- 18 逆光（侧逆光） /097
- 19 顶光 /097
- 20 顺光 /097
- 21 数码单反相机部件功能示意图（正面） /098
- 22 数码单反相机部件功能示意图（背面） /099
- 23 遮光罩 /100
- 24 滤光镜 /100
- 25 存储卡 /100
- 26 三脚架 /101
- 27 摄影包 /101
- 28 自动对焦模式 /102
- 29 手动对焦模式 /102
- 30 中央重点测光 /103
- 31 点测光 /103
- 32 评价测光 /104
- 33 局部测光 /104
- 34 全自动曝光模式 /104
- 35 程序曝光模式 /105
- 36 快门优先曝光模式 /105
- 37 光圈优先曝光模式 /106
- 38 手动曝光模式 /107
- 39 自动白平衡模式 /107
- 40 白炽灯白平衡模式 /107
- 41 荧光灯白平衡模式 /108
- 42 阴影白平衡模式 /108
- 43 人像模式 /108
- 44 运动模式 /109
- 45 风景模式 /109
- 46 儿童快照模式 /110
- 47 近摄（微距）模式 /110
- 48 自拍模式 /111
- 49 夜景人像模式 /111



# 第一章

## 生动静物照 60 技

### 01

## 静物与静物摄影



静物，简单理解就是自己无法改变、无法转移，只能够保持静止不动的景物。它们在我们的生活中广泛存在，如厨房用具、桌椅电视、书本杂志、花卉蔬菜、石块贝壳等。而静物摄影则是指与人物摄影、景观摄影相对的，以人为可自由移动或组合的物体为表现对象的摄影。在我们的日常拍摄中，多以手工艺品、自然存在的物体等为拍摄题材。我们在真实反映被摄体固有特征的基础上，通过我们的构思与创意，并结合构图、用光、影调、色彩等摄影手段进行艺术表现，使静物成为具有某种视觉欣赏性和艺术美感的摄影作品，这一创作过程即为静物摄影。

## 拍摄静物所需要的器材

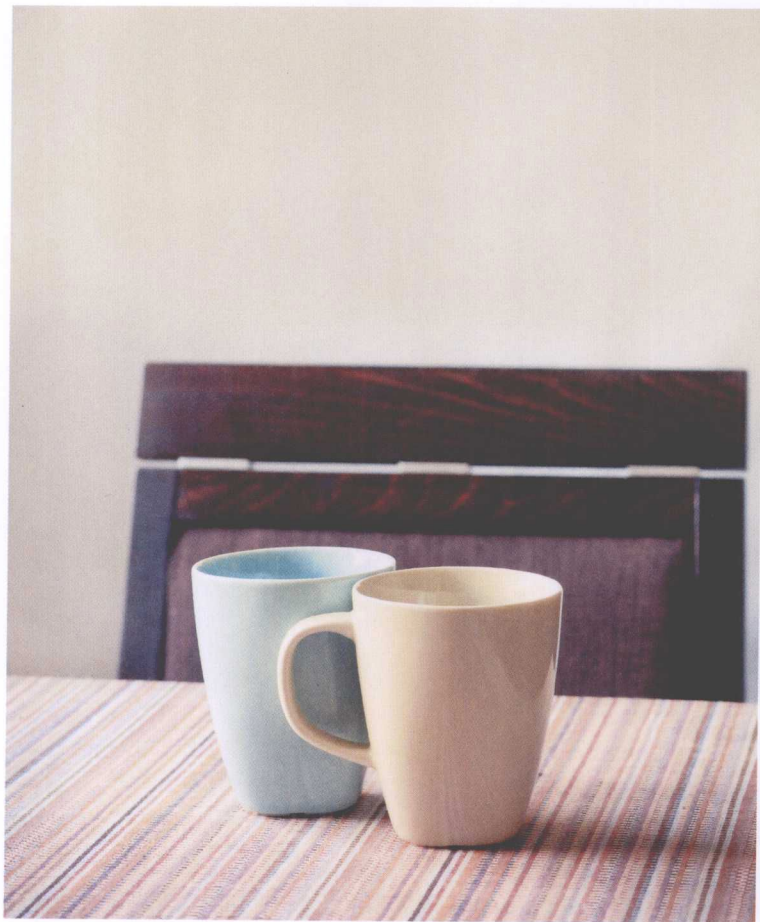


针对静物本身具有体积大小多变，以及存在环境和光线的多样性的特点，在拍摄器材的选择上，主要是对镜头的一种考虑。一般来讲，一款从广角跨越到中焦焦距段的变焦镜头基本就可以满足各种静物的拍摄需要，比如被称为镜头大三元之一的适用于全画幅相机的 24—70mm 镜头，或适用于 APS-C 画幅相机的 18—70mm 镜头和 16—85mm 镜头等，当然，如果你有能力配置一款中长焦变焦镜头，那是最为理想的了，比如镜头大三元之一的 70—200mm 镜头。如果你要拍摄高质量和高要求的静物照片，可能普通的自然光、台灯等光源不能够满足你的要求，此时你要用到较专业的影室闪光灯，通常功率在 300 瓦左右就能满足拍摄需要。为了保证拍摄的便利性以及画面的清晰度，你还可以准备一个静物台、三脚架，以及一些闪光灯的附件设备，比如柔光罩、束光筒等，来制造你所需要的各种光效。



03

## 选择的自由

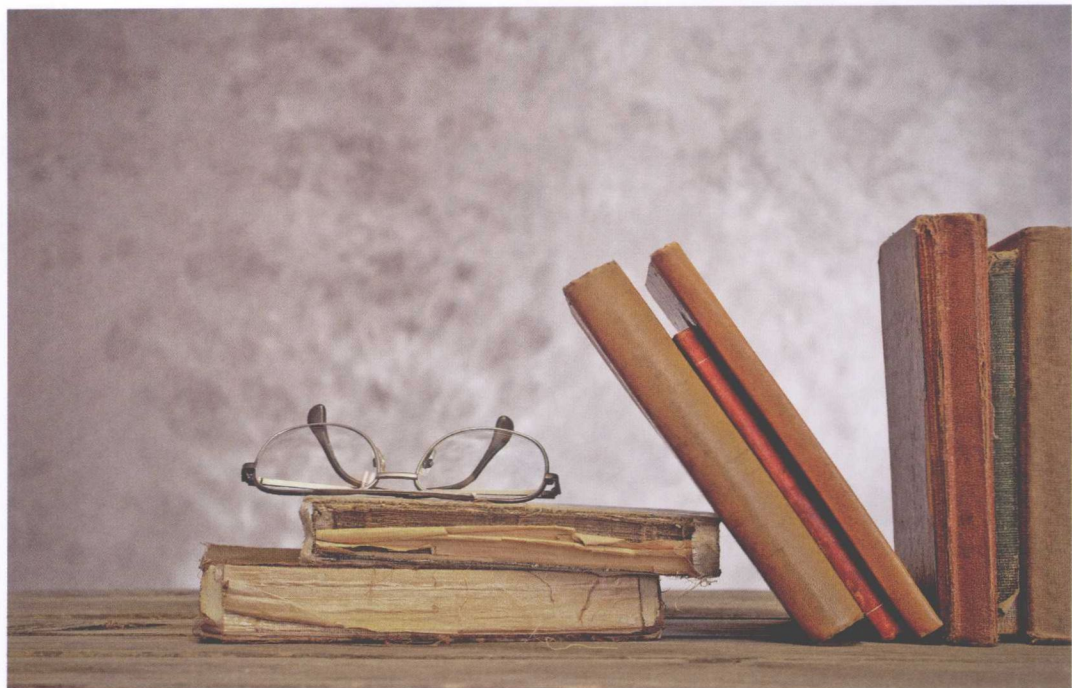


拍摄静物，你拥有最大程度的创作自由度，你可以选择你的拍摄主题，按照自己的想法决定物品的排列、多少、背景、光线，以及拍摄所用的镜头、视角和画幅等，它们都为你的创作提供着无限的可能。在这些自由性的可能中，最大的桎梏和对手可能就是你自己了。在其他的摄影领域，怕是再也找不到像静物拍摄这样具有如此多可能性的工作了。它没有固定模式可供遵循，每一幅画面都是一个独特的存在，都代表着你独特的眼光和审美。



04

# 营造主题



如何通过各种构图手段来营造画面的主题是静物摄影的第一步。画面的主题是画面表现的主题思想，只有明确主题，才能使画面具有清晰的指向性，也只能使观者明白画面的表达意图。要营造主题，首先要确定拍摄主体，而后依靠选择陪体来衬托主体，即处理好主体与陪体间的关系，这就大致确定了画面的主题；其次要处理好色彩、光线、影调等对画面和主体的渲染和刻画，使画面主题更富美感和个性；第三要选择合适的拍摄角度和被摄体的形态特征，并合理运用构图元素，表现静物的独特美感，进一步凸显主题思想。

05

## 静物的摆放是关键



因为静物摄影具有极强的能动性和自由度，这虽然是优点，但同时也对拍摄者提出了挑战。你若没有一套自己独特的审美理论和控制画面的能力，就容易让你的拍摄变得毫无头绪，从而使拍出的画面变得平庸无奇。如何将普通的静物拍摄成富有艺术个性的摄影作品，关键的一点就在于你如何摆放被摄体。不同的被摄体都有自己的独特魅力，不同的位置摆放和组合方式会产生截然不同的画面效果。所以在拍摄前，不妨先花些时间充分研究被摄体的特征，用不同的角度和摆放方式寻找其美感所在，并试着用合适的光线来加以表现，这样做会为你的画面表现带来益处。



## 密集式构图突出静物



密集式构图是指形态特征相近的拍摄体在画面中密集呈现，以几乎完全充满画面的方式来取景构图。此种构图方式所带来的视觉感具有某种强迫性，它可以极好地表现特征相似的静物美感，从而吸引观者注意力。但是在密集式构图中需要注意的是静物个体的变化性，因为它们形态特征相似，所以如果缺少变化和一个鲜明的视觉中心，画面就会散、就会平、就会乱，这正是密集式构图的危险所在。因此，我们一定要在其中寻找一个最具特点的个体作为画面的视觉中心来集中表现，比如颜色不同，或者个体较大，或者形态倒立等，防止散、平、乱情况的发生。



07

## 用虚实对比突出主体和空间感



运用得当的虚实对比可以有效地突出主体，简化画面，吸引观者视线。在很多时候，如果对画面的主次缺乏控制力，前后全清晰的静物就会一起过来抢夺观者视线，它们的力量彼此抵消，也就都没有了视觉吸引力。而若采用虚实对比的手法，将要表现的静物主体清晰化，其他陪体模糊化、边缘化，就可以将力量集中起来，画面中也就具有了力量中心，自然成为吸引观者视线的目标。同时，虚实对比能够制造强烈的空间深度感，为二维平面的照片带来丰富的空间联想，强化画面的意境。要制造虚实对比效果，你可以通过增大光圈、拉近拍摄距离，或者增长焦距的手法来获得。

## 用三角形构图增加画面稳定感

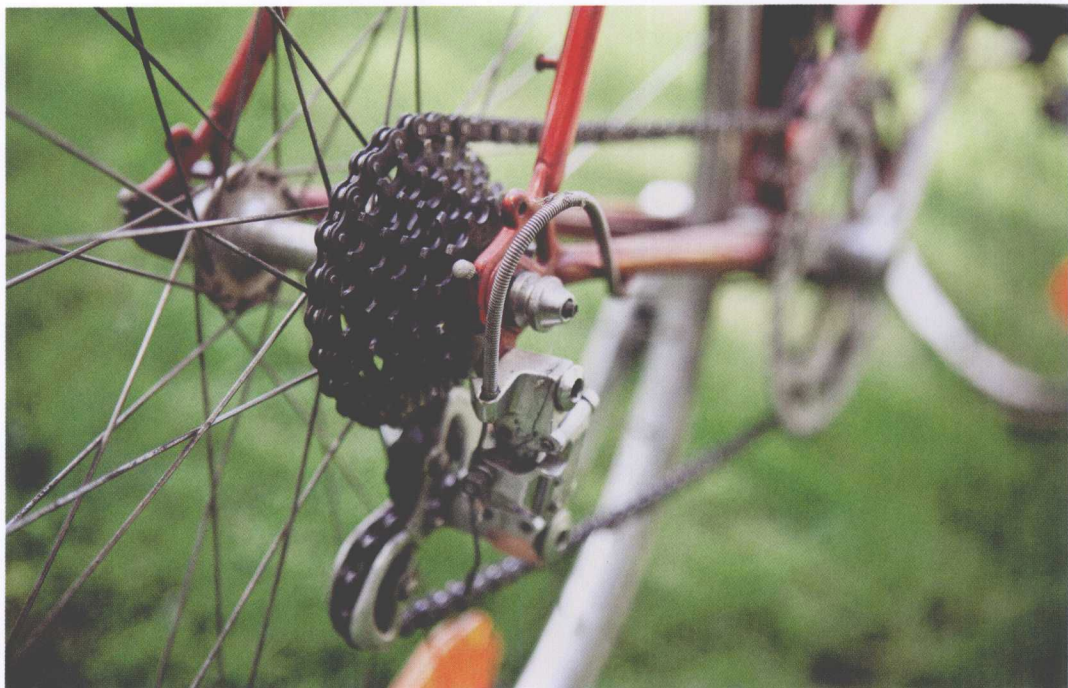


三角形具有鲜明的稳定特性，被广泛地运用在摄影构图中。三角形构图具有多种形式，如等边三角形、直角三角形、倒三角形等，在拍摄小品静物时，要在画面中充分发现和运用三角形结构来构造画面，使画面富有秩序性和稳定感。构成三角形的元素可以是主体自身的线条轮廓，也可以是不同静物个体在空间上的视觉连线，还可以是光线阴影所形成的三角形态，不拘一格。重点是摄影者要善于观察和发现，并立足三角形构造，合理安排画面的主体位置和陪体关系，做到主体突出，富有联系。



09

## 制造小景深突出主体特色



小景深较小的清晰范围可以用来表现主体的某一个特征，将之放大、凸显。尤其是在拍摄单个被摄体时，若经过仔细观察，发现被摄体具有独特的局部细节，就可以使用小景深对之聚焦，使之清晰成像，其他部分则虚化，带来简洁、干净、主体突出的画面效果。不过拍摄这种画面往往需要靠近拍摄，且较小的清晰范围也要求你在选择对焦点时必须准确，所以，难以自控的自动对焦系统此时并不是最佳选择，使用主观控制性较高的手动对焦模式，可以为你在准确寻找对焦点时带来便利。