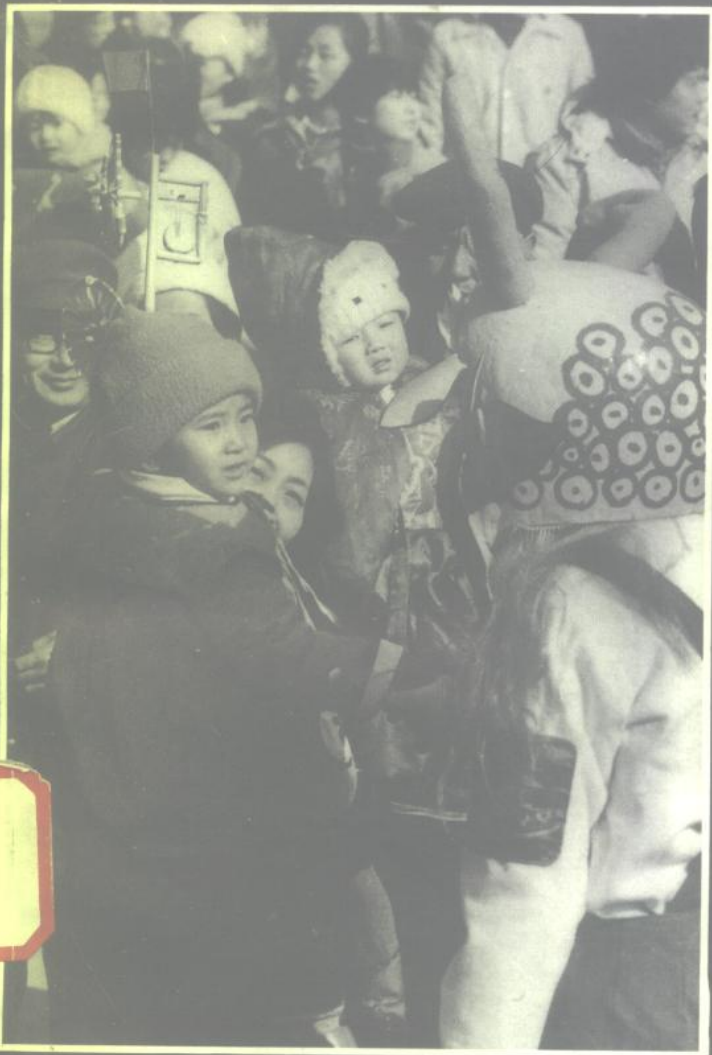


蒋铎 著

抓拍

——
纪实摄影新闻摄影的基本方法



北京工艺美术出版社

抓拍

——纪实摄影新闻摄影的方法

蒋铎 著

北京工艺美术出版社

(京)新登字(210)号

责任编辑:元

版式设计:宋朝晖

抓拍

——纪实摄影新闻摄影的基本方法 蒋铎 著

北京工艺美术出版社出版发行

(北京市东城区沙滩后街30号 邮政编码:100009)

北京市美通印刷厂制版印刷

全国新华书店经销

787×1092 1/32 5.25 111千字

1994年7月第1版第1次印刷

ISBN7-80526-125-3/J·74 定价:10元

图书在版编目 (CIP) 数据

抓拍: 纪实摄影、新闻摄影的基本方法/蒋铎著. —北京:
北京工艺美术出版社, 1994. 4
ISBN 7-80526-125-3

I. 抓… I. 蒋… III. 新闻摄影-摄影技术 IV. J419

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (94) 第 02126 号

序

一本有助于提高我国新闻摄影记者素质及新闻照片质量的书——蒋铎同志著的《抓拍——纪实摄影、新闻摄影的基本方法》，在北京出版了，我们大家都应热烈地对此表示祝贺。

这本书讲的当然首先是有关抓拍的各种实践的经验及其理论认识。实际上这本书所探讨的课题，是新闻摄影采访学的基本问题。

1928年，世界新闻摄影的伟大先驱萨乐蒙在德国首创了抓拍。很快，抓拍就流行于世界各国，使世界纪实摄影及新闻摄影大放光彩，从30年代开始，逐渐成为世界摄影的主潮。

抓拍增进了摄影反映社会生活的深度、广度与力度，密切了与最广大的人民群众及社会生活的联系，扩大了摄影的使用价值。抓拍造就了一大批真正的摄影艺术家、纪实摄影名家及新闻摄影名家。他们以慕卡西、萨乐蒙、卡蒂埃·布勒松、罗伯特·卡帕、沙飞、郑景康、尤金·史密斯等为代表，把纪实摄影与新闻摄影推上了一个新的艺术高峰，并且使拍摄照片的活动本身成为一种艺术。抓拍使摄影成了社会生活的真实写照、人类历史的自然留影，成了人民群众认识世界、改造世界的锐利工具和武器。

不仅如此，抓拍启示、推动了摄影术及摄影器材的日益轻便化、现代化、自动化，以适应抓拍为社会、历史、艺术服务的需要。

可是长期以来，除了卡蒂埃·布勒松1952年发表的《〈决定性瞬间〉序言》以外，没有论述抓拍的专门著作问世。蒋铎这本书的学术价值及历史价值之一，就在于在补足这个

缺陷上作出重要的贡献。

蒋铎的书以自己亲身的长期而丰富的新闻摄影记者采访经历及亲身体会分析为基础，写来自然、生动、实在，并且像他的为人一样：谦虚、亲切、诚实可信，但却决不是单纯的经验汇报，而是体系完整、逻辑分明、思想深刻、分析透彻、有高度理论色彩而又通俗易懂的著作。它实在是我国新闻摄影改革经验及中国新闻摄影学会理论研究成果的结晶，它的出版标志着中国新闻摄影学基础理论研究达到了一个新水平，对于我国广大的专业及业余的新闻摄影工作者实现他们面临的两个提高（一个记者素质的提高，一个新闻照片质量的提高），必将发挥积极的促进、推动作用。当然，这作用的实现，必须以我们大家对这本书的认真而仔细的学习及像蒋铎一样“立志”和“自觉实践”为必要条件。

如上所述，抓拍在改变世界摄影的走向及促进纪实摄影与新闻摄影的发展与提高上发生了巨大的历史性作用，但是在我们中国，由于种种人为的原因，却命运多舛。30年代，当沙飞踏上新闻摄影之途的时候，他一开始就毫无疑问地运用萨乐蒙的新闻摄影技法，他1936年10月8日拍摄的鲁迅生前最后一组新闻照片——包括鲁迅参观全国木刻展览会、休息时与木刻家及新闻记者谈话等镜头，运用的是地道的萨乐蒙抓拍。当沙飞参加革命并作为八路军第一位专职新闻摄影记者在敌后以摄影为武器对日寇作战时，他运用的仍然是地道的萨乐蒙式的抓拍。因为只有抓拍，才能使摄影成为武器。可是全国解放后，抓拍却被冷落、怀疑，沙飞的遗著被当作“文物”锁进文件柜。直到80年代党的改革开放政策促进了中国解放区摄影史的研究，才使这些“文物”脱离“文件

柜”的牢笼而被人们所认识、所学习和实践。由于“左”的思潮，在从50年代到70年代的将近30年里，抓拍被曲解、批判，还被中庸家的折中主义废话搞得思想混乱，极少有人认真地在新闻摄影采访中实践抓拍，以致脱离生活、主观想象、导演摆布、弄虚作假败坏了新闻摄影的名声。

蒋铎认为实践抓拍，记者“需要责任心、正义感和勇气”。他非常诚实地讲了他1979年5月改变采访旧习“立志捕捉活生生的形象”，即实践抓拍的过程。1978年他花大力气预先构思，选择模特，临场导演拍摄了一组反映儿童生活的照片。登报后，某些读者来信评为“多年不见的好照片”；也有一封海外读者来信，批评“照片还是老面孔”。他受到震动，良心不安了，坐不住了，于是有了1979年5月的“立志捕捉活生生的形象”，把自己锻炼成一位抓拍家。

“抓拍活生生的动态”是郑景康1942年参加延安文艺座谈会，举办个展，受到毛泽东“他能抓住动态”的评价鼓励之后，在他的文章《摄影初步》上写的，直到他临终前，他还坚持“我的传统是抓拍”。但直到80年代，当抓拍在中国大地开始活跃的时候，某个摆布家却从郑景康的故纸中抓到他说“抓抓摆摆、摆摆抓抓”一句俏皮话大做文章，并奉这八个字为郑景康的“摄影经典”，再次进行诡辩。可是，毕竟时代有变，人的水平也有变，即使有重奖悬赏，也未能为摆布起死回生，向前发展的还是广大新闻摄影记者的抓拍意识的树立和增强，最后出现了像蒋铎这样为人民高度负责的“立志”及其辉煌的成果——《抓拍——纪实摄影、新闻摄影的基本方法》这本书的出版。蒋铎在他的书中还公布了一则消息：人民日报1992年6月30日通过的人民日报“组版原

则（试行）”提出“优先选用抓拍照片，杜绝明显摆布的照片”。这个决定将促使我国报纸版面上摆布照片的消失。这条消息加上蒋铎这本书的发行，是我国新闻摄影发生质的变化的迹象。这使我对我国新闻摄影事业的未来增强了信心。

抓与摆的争论在中国进行了几十年，虽然直到80年代中期仍然有人在鼓吹摆，并牵强而毫无根据地把它和我们国家的社会主义性质及新闻摄影要宣传党的政策挂在一起，说抓和摆都是拍摄方法，似乎没有什么原则分歧，不是什么大问题。似乎责怪我在提倡抓拍问题上咬住不放，有些多事与无聊。而我坚信，抓拍对于新闻摄影事业来说，决不是可这可那的一个技术性拍摄方法问题。没有抓拍，就没有真正意义上的新闻照片，也不会有真正意义上的新闻摄影记者。对纪实摄影及新闻摄影来说，抓拍是一项原则，一种风格，一种摄影观念，一种摄影哲学，一种摄影美学立场的体现。

这一点，在蒋铎的书中也得到印证。他从抓拍作为一种拍摄方法的研究开始，但是经过对自己的采访经验及思想感受的深入分析与理论概括，他也得出了抓拍不仅仅是一种技术和方法的结论。

因此我郑重向我的同行朋友推荐蒋铎的这本书。

蒋齐生

前言

关于抓拍，至少有两点是没有多少异议了。第一，无论是拍新闻照片，还是拍纪实照片，或搞摄影艺术创作，抓拍都是一种常用的拍摄方法；第二，新闻照片、纪实照片，主要应该抓拍，或者说，新闻照片、纪实照片的基本拍摄方法应该是抓拍。那么，抓拍就应该是摄影记者的一项基本功。既然如此，对于“什么是抓拍”、“怎样抓拍”、“抓拍应注意些什么”……这样一些问题，就应该结合实践——包括成功的经验和失败的教训，进行比较系统的探讨和研究。在这方面，我想做一点尝试。

我是个专业的摄影记者。在多年的新闻摄影实践中，我喜欢抓拍，近十几年来更是自觉地使用这种拍摄方法。这条路走起来确实不容易。我为此付出不少心血和汗水，当然也从中得到过收获的乐趣。重要的是，我从实践中得出了结论：从事新闻摄影，抓拍之路行得通。

在这里，我想起了理解我、支持我的读者、版面编辑和有关领导，没有他们的理解和支持，我就一事无成。

1986年，我曾应谷威同志（当时摄影报的负责人）之约，为摄影报（人民摄影报的前身）写过关于抓拍实践的连载短文。后又应约为湖南美术出版社出版的《摄影家经验谈》一书重写。在石油系统、冶金系统、林业系统等的摄影培训班上，我讲过抓拍。有意思的是，在一些讲座上，如果我谈的不是抓拍，竟然有朋友写条子，要我谈抓拍。1990年，我曾在中国新闻学院的新闻摄影专业证书班讲授过新闻摄影采访学，其中一个重要内容也是谈抓拍。之后，著名新闻摄影理

论家、中国新闻摄影学会会长蒋齐生同志给我出了个题目：写新闻摄影采访学。我感到力量不够。我毕竟是个记者，主要的精力还在为报纸的采访上。为不辜负大家对我的期望，我把讲稿中有关抓拍的部分整理出来，加以充实，成了现在这本小册子。不当之处，欢迎大家指正。

蒋 铎



作者简介

蒋铎，1937年生。青少年时期曾在中央美院附中及中央美院接受将近五年严格的美术教育。1959年到人民日报工作。1961年开始从事新闻摄影，现为主任记者、中国新闻摄影学会副会长。在多年的摄影实践中，他执著地追求朴素与自然之美，坚持在平凡的生活中抓拍照片，反映普通人的喜怒哀乐。代表作品有“技术讲座”、“同志情”、“开学典礼上的新教师”、“母亲的悲痛”等。他还结合实践写了不少有关纪实摄影、新闻摄影的文章，发表在有关的报刊上。

目 录

序
前言

蒋齐生
蒋 铎

一、抓拍的基本特征	1
1. 抓拍是不干涉拍摄对象活动情况下的拍摄	1
2. 抓拍的对象处于自然运动状态	2
3. 抓拍的本质特征是从实际出发	3
二、抓拍有什么好处	11
1. 抓拍的照片中人物神态真实、生动、自然	11
2. 抓拍的照片现场感强	15
3. 抓拍有利于克服新闻照片的公式化、概念化	16
4. 抓拍的照片有一种朴素自然的美	19
5. 抓拍给被采访单位或个人带来的麻烦少	20
6. 抓拍的照片有证实作用	21
7. 抓拍的照片历史价值高	22
三、抓拍的种种忌讳	22
1. 忌讳摄影者的衣着穿戴与当地、当场人群反差大	23
2. 忌讳兴师动众、声势浩大	23
3. 忌讳在抓拍现场毛手毛脚、情绪外露	25
4. 忌讳急躁	26
四、抓拍的具体方法	26
1. 关于抓拍对象	27
2. 以隐蔽为好或需严格隐蔽的抓拍	32

3. 不需隐蔽或不需严格隐蔽的抓拍	52
五、抓拍与器材	68
1. 长焦镜头与标准、广角镜头的比较	68
2. 傻瓜相机	72
六、几个关键环节	73
1. 注意选材	73
2. 追求创意	92
3. 捕捉瞬间	103
4. 表现心声	111
5. 讲究用光	120
6. 反复推敲	130
七、抓拍与调查研究	136
1. 摄影记者为什么必须重视调查研究	136
2. 调查研究要注意什么	138
3. 抓拍新闻照片的调查研究有什么特殊性	143
4. 调查研究的方式方法	147
后记	155

一、抓拍的基本特征

抓拍是摄影中经常用的一种方法，许多流传于世的优秀新闻摄影或纪实摄影作品，如吴印咸的“白求恩大夫”、沙飞的“鲁迅与青年木刻家”、齐观山的“斗地主”、李仲魁的“在结婚登记处”、陈勃的“雨越大干劲越大”、刘立宾的“重逢”、李晓斌的“上访者”等等，都是抓拍的。外国的，反映事变、灾祸、战争的照片，如道格拉斯·马丁（美）的“小石城黑人学生”、多尔夫·克鲁格（荷）的“单枪匹马”、黄功吾（美联社驻西贡记者）的“村子被烧了”、珍妮特·诺特（美）的“挑战者号航天飞机爆炸”等等，也都是抓拍的。这些作品真实地纪录了人类社会的足迹，起到了绘画、故事片起不到的作用。抓拍作为一种拍摄方法，确实有巨大的生命力。

抓拍并不神秘，也没有什么诀窍。但作为一种拍摄方法，它有自己的特点和规律，我们应该正视它、研究它、认识它。这对于掌握和运用这种方法，无疑是有益的。

在我们见到的文章中，有“抓拍”的说法，还有“偷拍”的说法。这二者有区别，也有联系。抓拍是个大范畴，包括偷拍。偷拍是抓拍的一种，属于抓拍。所以，在这里，我们统称为抓拍。

什么是抓拍？或者说，抓拍的特征是什么？它的基本特征可概括为三个方面：

1. 抓拍是不干涉拍摄对象活动情况下的拍摄

这是抓拍与其它拍摄方法的基本区别之一，也是这种方法的明显特征。与抓拍相区别的是摆拍。摆拍也是一种常用的拍摄方法。如拍广告、人像、挂历……包括某种特定题材的新闻照片。摆拍要求被摄者按摄影者的设想、意图为拍照片而组成某种画面，做出某种动作、神情。还有一种拍摄方法叫“摆摆抓抓，抓抓摆摆”、“摆中抓，抓中摆”，实际上属于摆拍。与摆拍不同，抓拍的对象的活动、情绪、神态全是客观的、自在的。摄影者的智慧、精力不是用在组织、摆布、导演上，而是用在认真观察被摄者的活动和情绪上，用在选择理想的画面上。长期这样做，就会养成拍照时不干涉拍摄对象活动的习惯。拍新闻照片或纪实照片的基本方法应该是抓拍。

2. 抓拍的对象处于自然运动状态

这是抓拍的又一特征。“抓”者，“捕捉”也。静止的对象是无需抓的。拍天安门前的石头狮子就用不着抓。

所谓的运动状态，包括跑、跳这样明显的、剧烈的肢体运动，也包括心理活动引起的面部及肢体的微妙变化，如眼神、手势。心理活动虽然表面看起来不是那么激烈，实际上有时也是汹涌澎湃的。在文学作品、戏剧、绘画、音乐中，这类心理活动的描写，往往更能打动人心。

动，还包括进入画面的、瞬息万变的各种要素的相互配置与照应。两人交谈，需要考虑交谈者动作眼神的呼应；匆匆的人流中，需要等到从空隙中拍到主体的刹那；光线、黑白……也在不停的变动中。

用“稍纵即逝”来形容抓拍对象的动，是很恰当的，对抓拍来说，最满意的底片在一次拍摄里往往只有一张，要不就是“一失时机成千古恨”。

运动越是快，越是难抓。而越是难抓，就越能激发起摄影者的拍摄欲望。这种体验，抓拍实践多些的人都有过——对方越是动，越是动得快，越是想抓住。一旦对方静了下来，任你去拍摄，拍摄的兴趣反而索然了。

3. 抓拍的本质特征是从实际出发

作为新闻摄影或纪实摄影，抓拍不是先在屋子里想好点子，然后到生活里去套，让生活里的人物当演员，去装样子，让客观适应主观。抓拍是深入生活，深入实际，尊重生活，尊重实际，在客观实际中发现新闻，发现美。我实践抓拍多年，这是最深切的体会。

深入生活，是抓拍的灵魂和真谛。

那么，到生活里去要不要有个想法呢？是盲目地去碰、去等，还是应该有个目的呢？盲目当然不可取，大体的想法不但应该有，而且必须有。这个想法必须是来自客观实际的，并非凭空乱想；第二，这个大体的想法是否正确，是否行得通，还要在深入生活的实践中予以检验，并视情况调整。

1987年10月1日，天安门城楼对老百姓开放了。我设想：在当年毛主席检阅游行群众的地方，今天站着来自各行各业、年龄不同、心态各异的普通人……我如愿以偿。这幅照片题目叫“又逢国庆”（图1）。

更多的情况是不顺利。在虎年即将来临的时候，我打算



图1 又逢国庆

为版面拍一幅有虎形象的照片。我首先想到的是挂历。我骑着自行车在街上荡来荡去。我想的不错，摊儿上挂历果然有虎，但与想的出入甚大——没有什么人买，虎的形象也不够突出。于是，我骑上车继续转，转到百货大楼，看看没什么动静。从百货大楼出来，我奔了儿童用品商店，一进门，眼前大放光彩——这里正在卖“虎”！这是一种吹气塑料薄膜“虎”，一尺来长，圆头圆脑，做工并不精细，但身上的斑纹已足以表明虎的身份。购买者争先恐后，气氛相当热烈。我选好角度，等待时机，连续按动快门。照片很快在一版刊用（图2）。



图2 喜迎虎年

这个过程说明了抓拍是从实际出发的这个本质特征，也说明了抓拍中主观与客观的辩证统一关系——要拍“虎”的想法是来自实际的，但拍挂历“虎”的具体设想在实践中又不能完全实现，最终是客观实际纠正了原先的想法。

构想不合实际，或构想虽然大体符合实际，但由于种种原因，在采访实践中未出现预想的情节、动作、神态，因而空手而归的情况，相当多，那怕是千里迢迢，耗费了时光。这种现象看来不正常，其实是正常的。主观设想怎么可能百分之百地实现呢？在这种情况下，或者继续等待、寻觅、观察一番，或者改变原来的想法，或者放弃原来的想法。如果是抓拍，千万不要以“构想符合实际”为由，无中生有，硬去