

罗伯·谢波德/著 邓坚 王黎/译



户外数码摄影指南

风光·花卉·动植物拍摄技巧



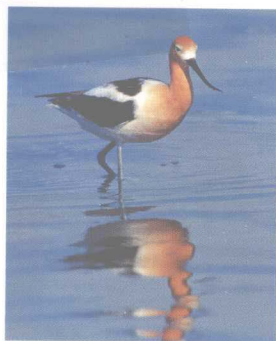
中国旅游出版社



时尚
TREND

户外数码摄影指南

——风光、花卉、动植物拍摄技巧





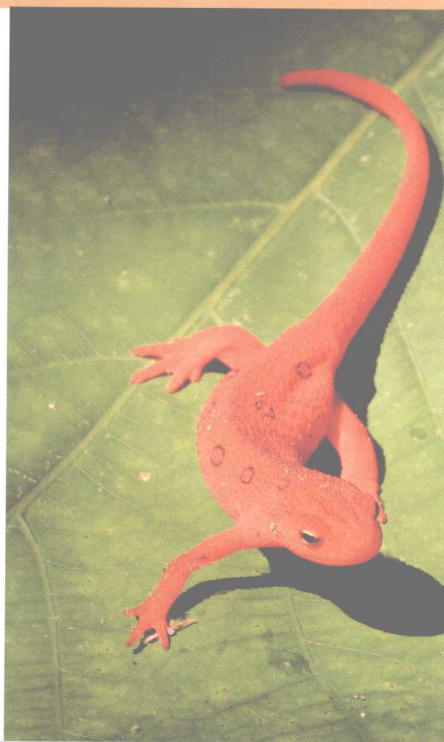


户外数码摄影指南

风光、花卉、动植物拍摄技巧

罗伯·谢波德 著

邓王 坚黎 译



Text copyright©2007 by Rob Sheppard
Photography©2007 by Rob Sheppard,unless otherwise specified
Originally published under the title THE MAGIC OF DIGITAL NATURE
PHOTOGRAPHY by Lark Books,a division of Sterling Publishing Co.,Inc.,
387 Park Avenue South,New York,NY 10016,USA

图书在版编目(CIP)数据

户外数码摄影指南/(美)谢波德著;邓坚、王黎译.-北京:中国旅游出版社,2009.1
ISBN 978-7-5032-3564-1
I.户… II.①谢…②邓…③王… III.风光摄影-摄影艺术-指南 IV.J414-62
中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第161889号

北京市版权局合同登记号:图字:01-2009-0169

书 名:户外数码摄影指南

责任编辑:潘笑竹 陶然

执行编辑:陈晓华

作 者:(美)罗伯·谢波德

译 者:邓坚 王黎

策划引进:北京时尚博闻图书有限公司

<http://www.book.trendsmag.com>

出版发行:中国旅游出版社

(北京建国门内大街甲9号 邮编:100005)

发行部电话:010-85166507/85166517

<http://www.cttp.net.cn> mail:cttp@cnta.gov.cn

书籍装帧:北京必拓毕电子商务有限公司

经 销:全国各地新华书店

印 刷:北京国彩印刷有限公司

版 次:2009年3月第1版 2009年3月第1次印刷

开 本:170毫米×230毫米 1/16

印 数:6000册

定 价:59.00元

目录

介绍	8	第3章 技术细节	40
第1章 投身自然, 共享自然之美	10	准确曝光的重要性	41
欣赏	12	正确曝光	43
保存记录, 珍藏记忆	14	直方图和数码相机	43
分享您的世界	15	光圈级数	44
创造性的表达	16	快门速度	46
了解	18	曝光模式快速指南	47
创造差异	20	全自动或程序曝光模式:	47
以此为乐	21	可调整程序曝光模式 (P模式):	48
联系——有关“联系”的解释	23	光圈优先曝光模式 (A或者Av模式):	48
第2章 装备	24	快门优先曝光模式 (S或者Av):	49
为户外摄影选择相机	26	手动曝光模式 (M):	49
相机的种类	26	ISO感光度 and 设置	50
自动相机 (傻瓜相机)	26	RAW格式对决JPEG格式	51
高级数码变焦相机	27	白平衡	54
数码单镜头反光相机 (数码单反相机)	27	学习使用白平衡	56
传感器的大小	28	户外摄影师使用的白平衡	56
数码对决胶片	28	特别段落: 户外数码摄影	58
图片的像素等同于图片的质量吗?	30	快速提示——如何得到更好的曝光	60
下载图片	30	联系——水	61
选择和使用镜头	31	第4章 光线	62
焦距	31	强光与柔光	65
超广角镜头	32	光照方向	66
广角镜头	32	逆光	66
全画幅鱼眼镜头	32	侧光	68
中焦镜头	33	顺光	68
短长焦镜头	33	顶光	69
中长焦镜头	33	色彩	69
长焦镜头	33	一天中的不同时段	70
超长焦镜头	33	主要装备	70
光通量、类别、大小和结构	34	遮光罩	70
选择三脚架和三脚架云台	36	渐变中灰密度滤光镜	70
联系——望远镜	39	有线外接闪光灯	71
		反光板	71
		漫射屏	71

快速提示——充分利用光线	72
联系——光	74

第5章 色彩	76
色彩的艺术性	77
让艺术性色彩发挥作用	78
黑色也是美	78
色调对比	80
色彩也可以是细微的	81
曝光和色彩	82
获得好的曝光	84
色彩的问题	85
主要装备——滤光镜	86
快速提示——最充分地利用色彩	88
联系——色彩	89
理查德·汉密尔顿·史密斯	90

第6章 风景	94
真正富有的遗产	96
适于拍摄的风景	96
构图——风景永远不会动	99
看边线	99
三分之一规则	100
平衡	100
前景/背景	103
构图中分散注意力的成分	104
水平和垂直	104
纵深对决扁平	106
利用天空	108
景深	111
光圈级数	111
焦距	113

拍摄距离	113
拍摄风景照的主要装备	114
快速提示	116
联系——世界的骨骼	118
古典风景照的新手法, 杰克·迪金卡	119

第7章 花	122
为什么要拍摄花?	122
感受拍摄花朵的乐趣	124
花朵肖像	124
相机的高度	126
背景	126
服装和化妆	126
光线	127
闪光灯	127
表情	128
隔离花朵	128
拍摄花朵的基本技术——利用逆光	131
花朵和环境	132
拍摄花朵近照的主要装备	134
快速提示——为花朵拍摄精彩的照片	138
联系——植物和它们的世界	140
飞翔的花朵, 里克·萨蒙	141

第8章 野生动物	144
放大的需求	144
发现野生动物	146
容易拍摄的野生动物	146
适应人类的鸟	146
鸟类进食器	147
自然中心	147
国家公园	147



食物	148
水	148
边缘	148
有规律的活动线路	149
休息处	149
野生动物的行为101	150
逃离距离	150
主要感觉	150
主要的追踪技术	152
准备好	152
如何移动	153
注意您的影子	155
小心气味	155
保持安静	156
静止	156
乘船追踪	156
利用掩体	157
道德标准	157
拍摄野生动物的主要设备	158
快速提示——创造优秀的野生动物照片	160
联系——领地	161
对野生动物的好奇之心，希瑟·安格尔	162
 第9章 近距离摄影	166
探索新世界	167
规则发生改变	167
焦点	168
景深	169
光线	171
近距离摄影的拍摄对象	172
花朵的细节：激发美感的色彩	172
甲虫：戏剧、动作和好莱坞效果	172

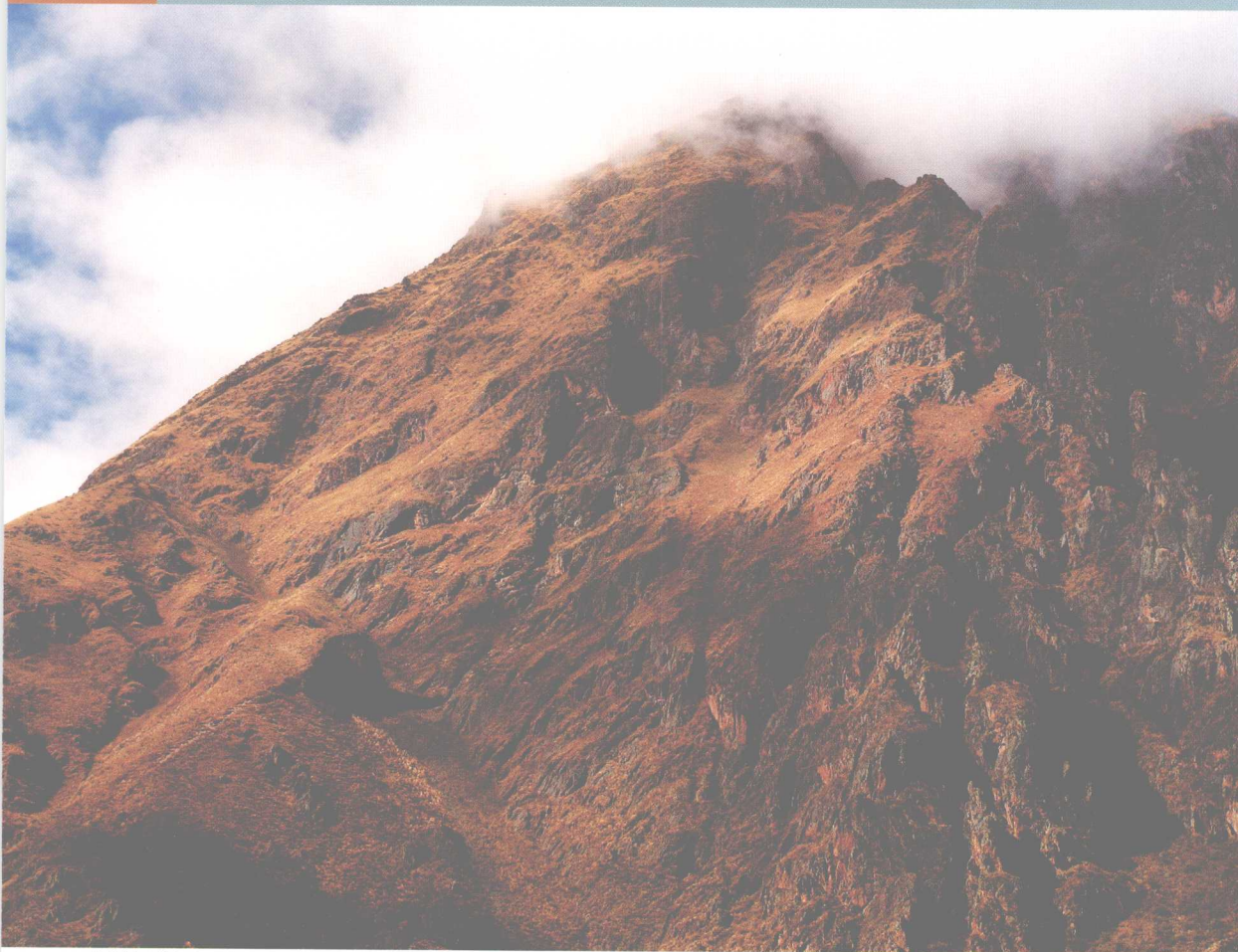
拍摄昆虫及其近缘物种	175
苔藓和地衣	175
岩石、贝壳和其他坚硬的自然物体	177
近距离摄影的主要装备	178
快速提示——拍摄更好的近摄照片	180
联系——小生命	181

 第10章 特殊技巧	182
黑白摄影	184
色调之中的黑白摄影	185
黑白摄影中的天空	186
黑白摄影的专用滤光镜	186
采用数码技术将彩色照片转变成黑白照片	187
快速提示——从彩色照片到黑白照片的转换	189
真正的大场景——全景照片	190
全景照片构图	192
拍摄多图全景照片	192
快速提示——从全景照片中得到最大的收益	195
红外线数码摄影	195
拍摄红外线照片	196
快速提示——从红外线照片中得到最大的收益	196
联系——看得到的和看不到的	197
构图全景照片：竭尽全力，乔治·莱普	198
莱普的技术	199
如何处理最终得到的全景照片	201

 第11章 信息	202
来自我们发起者的信息	202
联系——生命与环境息息相关	204

 附录	206
--------	-----

介绍



秘鲁神圣峡谷坚硬的山坡。



当摄影师们被问及自己喜爱哪类拍摄主体时，排在前列的总是户外摄影，它涵盖了从自然风景到花卉，再到野生动物的自然界的方方面面。不过从另一方面讲，您可能会对此表示怀疑。

我从童年起就已经对户外摄影产生了浓厚的兴趣。我在读高中的时候，就以一张表现美国明尼苏达州北部鹅莓瀑布下游自然风光的黑白照片参加了当地报纸的摄影大赛。我为那张照片感到十分骄傲，虽然它并没有在比赛中获奖，不过这无关紧要，因为带着一台相机置身于自然之中已经是件令人感到非常愉快的事情了。

而事实一直是这样的。我从秘鲁拍到加拿大的纽芬兰省，从美国的佛罗里达州拍到华盛顿，我一直深爱着自然摄影。置身于户外美丽的环境中，拍摄身边的自然景象，我会感到其中蕴含着无穷的魅力。

通过这本书，我将和您共同领略这其中的魅力，并且希望能够借助这本书让您也学到通过照片体现自然魅力的方法。我在书中阐述了拍摄自然主体的技巧和方法。据我所知，它们都会在摄影中发挥作用，因为我和我的很多学生在实践中已经用到了它们。您会发现一些适用于特定范围的观点，其中有些是初学者需要掌握的基础知识，还有些可能会鼓励专家们去做一些新的尝试。

您还会看到很多我喜爱的被摄主体。对于我来说，户外摄影是一种方法，使我可以同更多的人共同分享我非常关注的那部分世界。我想让观看照片的人能够重新发现自然界的巧妙之处。从大部分人只去过一次的引人注目的地方，到您家门外不起眼的小地方，它们无处不在。

当然，我并不想仅仅和您分享我的这些被摄主体，我还想借此激起您的兴趣，让您找到自己喜爱的被摄主体，并把它们拍摄下来。我们都有自己特别

喜爱的东西。您不必为了表达自己的看法而像安塞尔·亚当斯（Ansel Adams）或者杰克·迪金卡（Jack Dykinga）那样拍摄。关键的是你要走出家门，走进自然，亲身去实践。

数码摄影技术改变了摄影师们对待户外摄影的方法。我并不是仅仅从一个欣赏这种新技术的摄影师的角度这样说的，而是在与美国各地的摄影师们经过了一次又一次地交流后得出的结论。

数码相机鼓励您去拍摄照片。我的妻子不像我这样热衷于摄影，但是就连她都说自己爱上了数码摄影，因为她不会再有坏照片了。她把那些坏照片删除了！一旦您拥有了一部数码相机，拍摄照片就不会再有实际的额外开销。另外，如果您拍摄了很多照片，只需要把最好的照片留下来就可以了。通过液晶显示屏的重新显示，您可以知道现在是否已经拥有了自己想要的照片。

如果您更喜欢胶片，那么就走出去，用胶片摄影。我相信，无论您采取什么样的技术，走出家门，通过摄影融入自然，都会为您带来一种力量，帮助您获得更多的生机和活力。拍摄自然照片，您必须走进自然，将自己同这个世界联系起来。这种方式无论是通过自然纪录片、国际互联网还是现实游戏都无法做到。我相信在今天的世界上，这种联系对于我们所有的人都是非常重要的。

因此，无论您在摄影上的爱好是什么，好好享受一下这本书，然后走出家门，拍摄您自己的照片吧。无论在哪里，都去充分体验探索自然的乐趣吧！

Rob Sheppard

www.robsheppardphoto.com

投身自然， 共享自然之美

谁

没有被迷人的落日感动而想拍摄一张照片的经历呢？面对宏大的风景，谁又不曾想和更多的人一起分享呢？

几乎每一个拥有照相机的人都曾经拍摄过自然。自从摄影开始的那一天起，自然就成为了摄影师们的拍摄主题。

自然以其美丽、宏伟、粗犷和自身的魅力吸引着人们，并为我们在繁忙工作之外的休闲养身提供了僻静之所。有时候，自然世界在人们的眼中的确是精彩纷呈、魅力无限，让很多人目瞪口呆。而户外摄影则给了我们一个机会，去体验和感受另外一种魅力的能力：在现实中将世界的一瞬间定格在一个画面上的能力。

我必须让您知道某些有关户外摄影的事情，而这些事情并非每个人都会谈及。户外摄影会改变您。这不是神经兮兮，也不是喋喋不休。虽然户外摄影的确影响了我，但是这并不足以证明它就会改变每一个人。我之所以这么说，是因为我一次又一次地目睹这种变化成为现实。作为《户外摄影师》（Outdoor Photographer）的主编，我了解了很多我们这个时代的伟大的户外摄影师。对于他们来说，拍摄自然不仅仅是简单地拍摄一个主体，而是要同周围的生命联

系，继而影响到摄影师和照片的欣赏者。

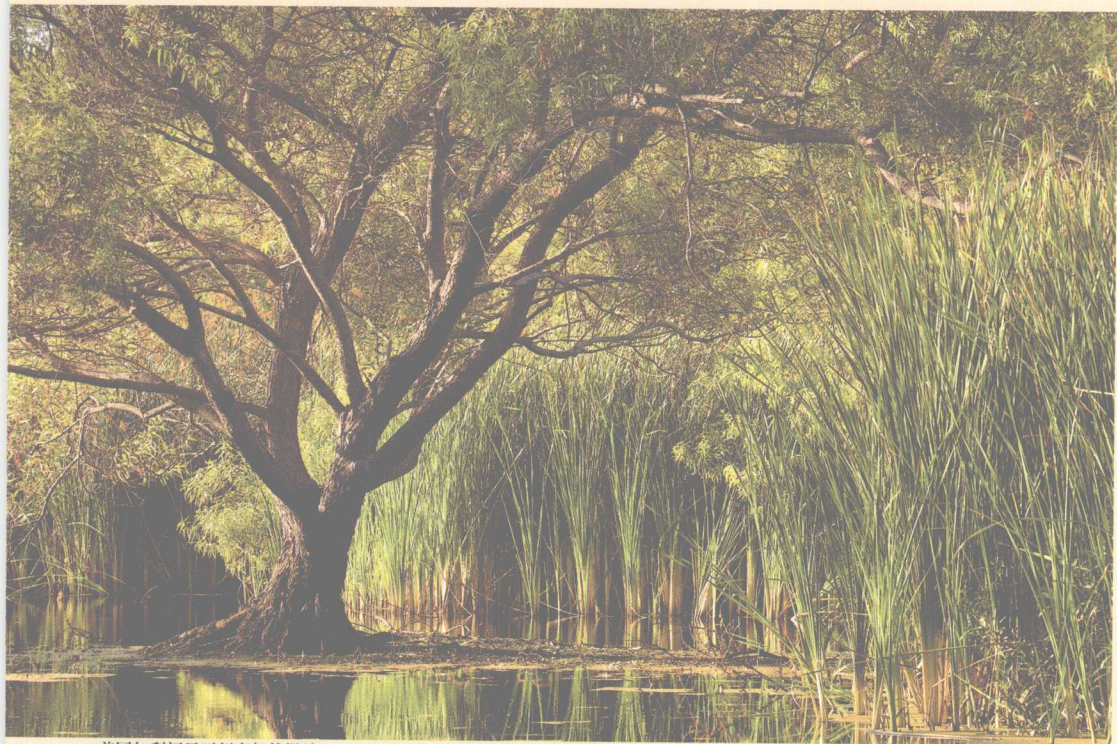
户外摄影让我们逃离了这个世界的挑战，并且给了我们在自然世界中分享特别经历的机会。不论仅仅是出于喜欢某种特殊花朵的颜色或是某个山脉的景色，还是想提醒别人有关环境的问题，户外摄影都是一种表达感情的重要方式。无论拍摄的水平如何，将自然记录在照片上就是一种特殊的体验，而这种体验的意义远远高于摄影本身。

《一只鸟又一只鸟：写作和生活的指导》（Bird by Bird）是一本有关写作的书，它的作者安妮·拉蒙特（Anne Lamont）也表达了某些有关户外摄影的意见。她回答了为什么要写作的问题。我相信，她的回答也非常适合户外摄影。她说：“为了灵魂……为了心灵。写作和阅读……深化、拓展和扩大了我们对生命的感觉：它们丰富了我们的精神。”

户外摄影的确深化、拓展和扩大了我们对生命的感觉。而通过与那么多的户外摄影师的合作，我感觉到它实实在在地丰富了我们的精神。户外摄影最终回到了您自己那里，回到了摄影者那里。您喜爱自然界中的什么？怎么样把那些记录在胶片上？对于您心目中的自然界来说，生命证实的是什么呢，而精神扩展的又是什么呢？



上：美国佛蒙特州的红水螈（水螈的陆地形式）。下左：美国缅因州阿卡迪亚国家公园中的紫苑属植物。下中：美国佛罗里达州的一只像螃蟹一样的多刺球状蜘蛛。下右：美国田纳西州大烟山国家公园中艳丽的延龄草。



美国加利福尼亚州南部的湿地。

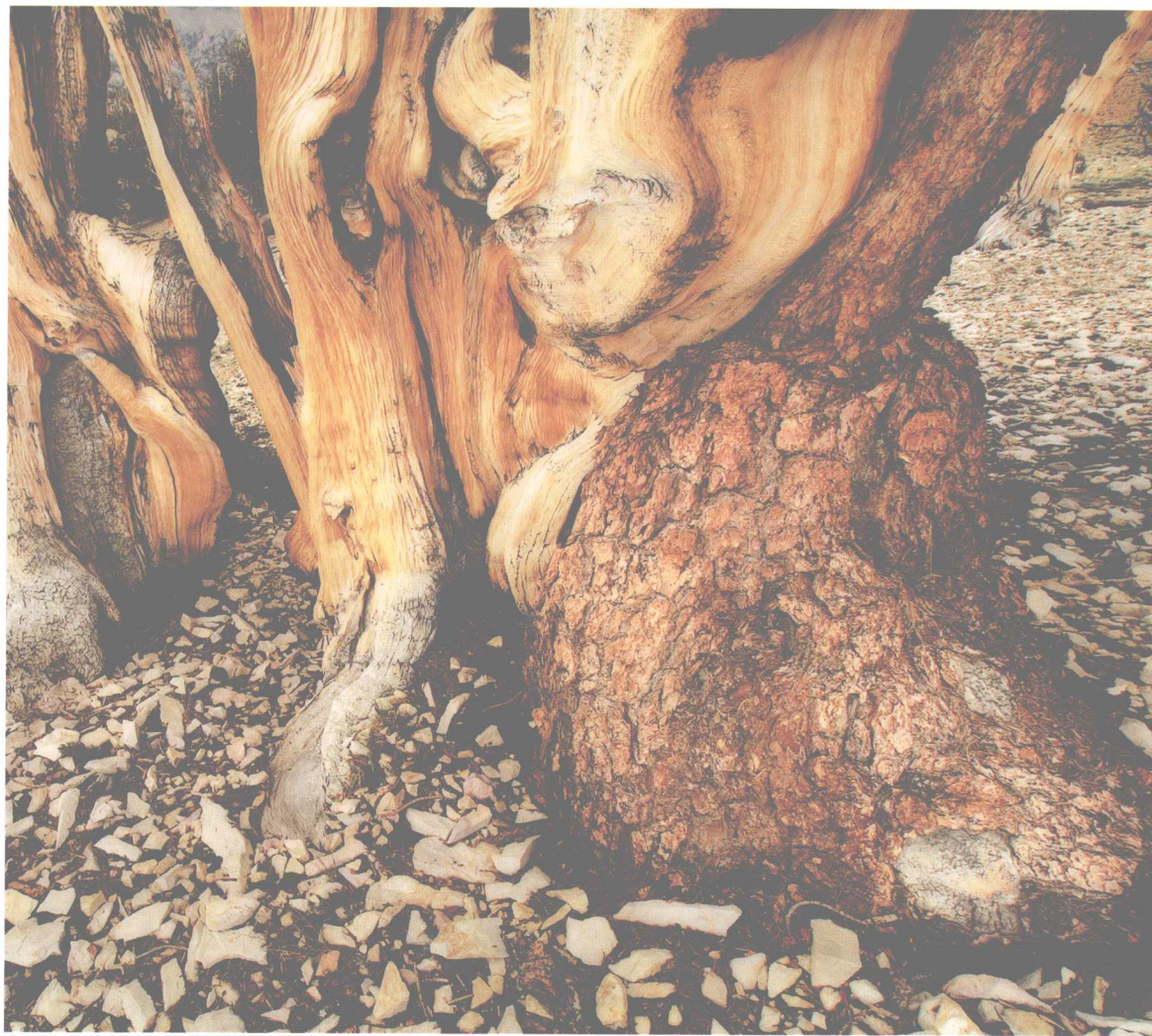
欣赏

从海上的落日蜘蛛网上的小水滴，自然世界可谓精彩纷呈。尽管您与别人所喜爱的不一定相同，但是这里有很多可以欣赏的元素。而这正是户外摄影那么令人兴奋的原因。您可以拍摄自己喜爱的主题，从而使自己创造出的照片与爱好不同的人拍摄出的作品大相径庭。

作家比尔·麦克奇本 (Bill McKibbin) 曾经写过一篇在国际上知名的文章，很可惜这篇文章产生了误导。他在文章中指出，我们不再需要什么野生动物的照片，因此摄影师们可以不再打扰动物了。这个观点

忽略了户外摄影中美丽的部分——摄影的实际过程是欣赏和陶醉，而这个过程则让我们在欣赏自然时的感觉变得更加浓郁。（作为一名自然主义者，我同时还要指出，尽管户外摄影也可能会打扰野生动物，但是一名小心翼翼的摄影师对动物的影响同自然界对它造成的威胁相比，要小得多。）

您不一定非要像一名美国《国家地理》杂志的摄影师那样通过相机欣赏自然。无论是在附近的公园里，还是在科罗拉多大峡谷中，您可以通过体验自然，让爱和欢乐引导自己拍摄那些激发灵感的美丽照片！



这是美国加利福尼亚州古老的狐尾松森林中的一棵狐尾松。

保存记录，珍藏记忆

摄影的一个非常基本和重要的作用就是可以为后代记录下一些东西。当您到了像黄石国家公园这样伟大的地方，或者目睹了阿卡迪亚国家公园里的秋色之后，就会产生记录下它们的欲望。可以说，照片正好可以让您梦想成真。

如今的相机在保存记录方面做得非常好。我们到达一个地方后，在现代的曝光系统、自动对焦、变焦镜头等摄影设备的帮助下，至少可以记录下对象的样子。虽然这些照片还没有好到可以挂到墙上，或者让您骄傲地向众人展示，以炫耀自己摄影技术的程度，但是如果您没有拍摄这些照片，回到家后，您就会为此而感到遗憾。

即便是好莱坞最好的电影中，也包含着这类镜头。对事件发生地背景的全面拍摄可以帮助观众更好地了解场景的内容。对于您自己的照片，也是同样的道理。全面拍摄背景，也就是全面记录背景，可以给您其他的照片增添一些相关信息。至少，这样做可以更好地记住当地的情况，为今后的幻灯片展示提供内容。

现代文化面临的一个严峻挑战就是它脱离了同自



美国加利福尼亚州的罂粟花。

然世界的联系。纵然我们住在城市之中，自然仍以很多方式影响着我们。一般来说，大部分人仍然需要来自他们周围自然界的一些东西。我们认为那些没有植物的建筑空间是枯燥无味和缺乏创造性的。

我们同自然世界有着千丝万缕的联系，尽管其中的一些联系并非总能被认识到。春天万物的复苏以及那些动人的绿色几乎对每个人都产生了正面的影响和激励。我们住所附近的植物也时刻影响着我们身边的气候，例如，在夏天，生长在附近的树木使我们的家变得更凉快。对于很多人来说，同自然相联系的感觉有着精神上的内涵——非常直率地说，谁没有曾经为一片烂漫的花朵而感到心旷神怡呢？

摄影是人类同自然联系的一种高级手段，它主要通过以下三种途径实现：

1. 拍摄照片时，您同被摄主体相联系。当您在自然界中为某种主体拍摄照片的时候，您会在这个世界中发现自己喜爱的东西。通过取景器观察不仅是一种探究它的方式，而且还可以集中自己的精力。
2. 观看照片的时候，您与照片中被摄主体可以再一次联系。当您打印照片，或者通过电脑观看照片的时候，您可以再一次体验和欣赏那些在室外观看到的宏大的景象。这种方法有助于您重温在自然中同某种东西在一起的整个经历。
3. 同其他人分享照片的时候，您可以帮助他们同被摄主体相联系。摄影的一个重要部分就是使我们有机会同其他人一起分享我们所看到的和我们所喜爱的东西。一旦其他人看到了您的照片，他们也会有机会同那些被摄主体相联系，并且在联系中有所得。



这是美国犹他州的峡谷地国家公园。

分享您的世界

让我们探究一下分享的理念和它的重要性。毕竟，这是像美国《国家地理》和《Audubon》这样的杂志的整体目标，他们在全世界分享有关自然事物的照片和理念。

您也可以这样做，我认为这是摄影的精髓。当您在自然中拍摄的时候，您一定感受到了被摄主体给您带来的某种感觉。旅游的过程中，我们经常照相，只是为了留下一些记录。尽管如此，透过树林照射过来的晨曦、色彩丰富的花朵或者贴着水面飞过的鹈鹕，都会向我们传达更多的信息。在被这些景象触动的那一刻，我们按下了快门，拍摄下了它们的照片。无论是把照片通过Email传递，还是配着音乐或者其他特殊的效果播放幻灯片，我们都在与其他人一起分享照



蒲公英。



美国田纳西州东部的瀑布。



白鹅。

片的同时，分享着照片本身带来的兴奋。无论您的摄影水平如何，这都值得做。我有时候听到一些业余摄影爱好者为不愿意展示自己拍摄的照片作辩解。我想说的是，拿出照片，让我们共同分享！自然界非常特别，通过照片展示你们同自然的特殊联系，可能会向其他人提供一种新的发展方向 and 洞察世界的新方法。因为每个人都在用不同的方法去观察世界。

创造性的表达

自然界中充满了创造力。想一想被绚烂的秋色装点的山坡，北美鸳鸯美丽的色彩，或者是扑蝇草捕捉昆虫战利品的那种聪明的方法。真是太鼓舞人心了，您当然要把这些拍摄下来。但是，对于大部分摄影师来说，创造性的表达具有更多的含义。我们想把某些东西拍摄得更加漂亮、更加独特，创造出一张别人没有的照片，从而使自己足以为之骄傲，并且可以把它放大后挂在墙上向众人展示。

这里有相当多的发展前途。这本书将向您充分地阐述，并且为您的图片拍摄提供理念和鼓励。但是，这其中同时存在着挑战。有时候，自然只是看起来很好，但是拍出来的照片却与之大相径庭。比如，一朵鲜花看起来是那样地完美，好像任何一个人只要把它对到相机的取景器中就能够拍出很好的照片。很不走运，拍出来的照片所表达的感情并不总能与您自己对被摄主体的感觉相吻合。问题就在于，相机并不能以我们的方式来看世界。因此我们必须通过对光线、焦点和背景等的控制创造出能够正确表达我们对花朵的那种感觉的照片，而这

就是创造性的表达。

通过户外摄影唤醒您的创造力的一个办法就是，为照片拍摄选择一个轻松的和试验性的方法。相对于传统相机来说，现代的数码相机在正确曝光和准确对焦方面要先进得多。此外，还可以通过数码相机的液晶显示屏立即检查自己拍摄的任何一张照片，看看是否喜欢。这个过程的技术部分已经经过了非常好的简化和调整，因此我们可以把精力集中到其他环节上。现在，您所需要做的就是通过取景器为那些有趣的自然景象作构图。

拍摄了第一张照片，看到并且确认以后，再拍摄第二张。脱离开前面的照片，继续寻找被摄主体还有什么有趣的地方。利用液晶显示器回顾一下，将有助于您对那些照片做出对比。总还是有一些其他的東西可以拍摄。试一试更高或者更低的视角，靠近一点或者离远一些，通过一些树叶的空隙或者利用自然形成的画框进行拍摄。与您的被摄主体和摄影一起游戏吧。

您当然可以利用胶片相机做这些工作，但是胶片相机的一大缺点就在于，您无法在拍摄的同时看到拍摄的效果，只能等到胶卷冲洗出来之后才能检验那些实践——那些新的拍摄方法——的效果。而利用数码相机，则可以在拍摄的同时看到照片。另外，利用数码相机拍摄，在寻找其他新的、具有创造力的镜头的时候就不必再有其他的花费了。而使用胶片相机，总是会面临“废片”、胶片用完，或者至少是胶卷和冲洗费用上的问题。在摄影的创作方面，数码相机使我们获得了更大的解放。