

◎尹增才 著◎

阴阳谐和摄影之道

摄影者以宇宙人生为具体对象，运用阴阳谐和之道去赏玩它的色相、秩序、节奏与和谐，便可窥见心灵的最深反应。天地一东篱、万古一重九，喻无尽于有限，一切生灭者便象征了永恒。虚空中便创现了生命的流行，也便有了“道”的体验。

云南大学出版社
Yunnan University Press

阴阳谐和摄影之道

尹增才 著

道

云南大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

阴阳谐和摄影之道 / 尹增才著. — 昆明: 云南大学出版社, 2007

ISBN 978-7-81112-396-8

I. 阴… II. 尹… III. 摄影艺术—艺术理论 IV. J40

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第120276号



阴阳谐和摄影之道

尹增才 著

策划编辑: 聂 滨

责任编辑: 纳文汇 唐志成

装帧设计: 刘 雨

出版发行: 云南大学出版社

印 装: 昆明富新春彩色印务有限公司

开 本: 850 × 1168 1/32

印 张: 5

字 数: 115千

版 次: 2007年8月第1版

印 次: 2007年8月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-81112-396-8

定 价: 38.00元

社 址: 云南大学英华园内 (邮编: 650091)

发行电话: (0871) 5033244 5031071

网 址: <http://www.ynup.com>

E-mail: market@ynup.com



尹增才 大理人，白族，职业，大学教师。专业，美术学。主要从事美术教育和中国画创作。多年来追求道与艺合。闲暇时，一段古曲，一壶清茶，闲书信手半页；节假日，一支画笔，一台相机，白云随风二片。

先后在核心期刊及专业期刊上发表《论中国画的本质属性》、《现代教师教育理念下大学美术课程的整合思路及范式》等学术论文十多篇，并获云南省第一届大学生艺术节教师科学论文一等奖、全国第一届大学生艺术节教师科学论文三等奖；教学成果获云南省高等教育教学成果奖学院三等奖。

曾在云南艺术学院，玉溪师范学院举办个人画展。创作的十多幅美术作品获国家、省级奖；数十幅作品入选各级各类大展；出版专著《简笔画表现与应用》。

策划编辑：聂 滨
责任编辑：纳文汇
唐志成
装帧设计：刘 雨



我与摄影（代序）

摄影于我既是工作又是乐趣。

说是工作，是因为多年来一直从事着摄影教学。说是乐趣，是因为我爱自然山川，爱春花秋月。还想把它们带回家来，留给自己一些更多的快乐和美好的享受。摄影也就成了自己的兴趣和爱好。

爱自然山川，那是本性使然。原本就是山里的孩子，城里待长了，总想着下河捞鱼、上山采蜜、在村口捕捉小虫子的事。于是，节假日里，便背着相机攀山登崖，走村串寨。

爱春花秋月，也是本性使然。灿烂的鲜花人人喜爱，自不用说。那亮堂堂的月亮，却是我的情有独钟。她俯临着动极而静的世界，能使心灵生出许多遥远的思想，似惆怅又似喜悦，似觉悟又似恍惚……似乎这微妙的心和那遥远的自然打通了一道深沉的神秘的通道，在绝对的静寂里获得最亲密的接触。因此，常常在月明之夜把自己带到山上，沐浴在清朗的月光中，接受一次次的洗礼。自己六根不净，贪、嗔、痴念时常困扰，唯有这月光能抖落尘世的纷扰，净化自己的灵魂，以求得短暂的安宁。

还有尘埃落定后的夜晚，是那样的美好。以至让我躺在香格里拉了无人烟的大草甸上，与伸手可摘的星星倾心交谈。在新平的磨盘山上，与可爱的儿子同躺一块大石板，瞭望着深邃的星空，聆听着此起彼伏的小虫的叫声。那多姿多彩的呼朋唤友的声音，宛如一曲天籁，倾诉着自然的美妙与神奇。也在青城山的农家乐，捉一些萤火虫，关灯就寝后再放飞那点点的荧光，也放飞着自己寻梦的

幽思。

我时常在工作之余徜徉于田边地头。一株不起眼的小草能让我感慨生命的顽强，一朵绽放的荷花便让我有洁身自好的观照。一泓静净的秋水，也能使我在恬淡虚静中寻求着自我陶养……

这些心灵的体验促使我不停地走动。于是，巧夺天工的苏州园林，情调浪漫的周庄水乡，柳浪流莺的西子湖畔，如诗如画的宏村西递，悠情千古的白帝城头，美妙绝伦的桂林山水，还有那傣家的竹楼、哈尼的梯田、丽江的四方街、东川的红土地……都成了我镜头捕捉的对象。

因为相信一切美的灵光都来自于心灵的源泉，也相信对生命产生的无尽思考源于对自然现象的观照。所以，总想着在摄影中运用阴阳谐和之道寻求屈原的缠绵悱恻、庄子的超旷空灵。缠绵悱恻能一往情深，深入万物的核心，“得其环中”；超旷空灵，能如境中花、水中月，“超以象外”。

摄影若以宇宙人生为具体对象，运用阴阳谐和之道去赏玩它的色相、秩序、节奏与和谐，便可窥见心灵的最深反应。天地一东篱、万古一重九，寓无尽于有限，一切生灭者便象征了永恒，虚空中便创现了生命的流行，也便有了“道”的体验。

歌德曾用思想把握那全态的活的生命及活的生命中的定律，然后以艺术的手段表现于伟大纯净的风格中。他那种在生命价值的热烈追求中所实践的对于自然的礼拜以及对生命之“动”的体验，能深深打动我的心灵。

不知谁说过，我们的世界已经老了，在这世界中，任重道远的人类已经风霜满面，他们疲乏的眼睛所看到的一切，只是罪恶、欺

诈、苦痛、空虚。

然而，只有视觉的多彩才会有世界的缤纷，只有人性的多元才会有人生的多姿。人生的可爱处就在于它的矛盾和渺小，就同我们欣赏小孩子天真烂漫的自私，使人心花开放、不以为忤一样。尽管个体生命在宇宙大生命面前是那样的渺小，但能通过阴阳观照投身于生命海洋中体验人生的一切，不管苦与乐，这便是生命本身。

我以为，人生的境界只有在艺术的心理价值结构里才真正获得它的本体。生命创造现象与艺术创造现象，在创造的过程上其实是一致的。所以，可以通过阴阳谐和的审美静观而暂时摆脱生活的羁绊，把自己陶醉于摄影乐趣之中，可以成为暂时的人生解脱的超世方式。

若能在摄影过程中，用阴阳谐和之道体会在伟大处发现渺小，渺小处看到深厚，圆满里发现缺憾，缺憾里找出意义，以一种拈花微笑的态度同情一切，以一种超然的笑、了解的笑包涵一切与超脱一切，便能使人生罩上一层柔和的金光。

这能让人从中体会到一切生命追求和人生活动的真谛，无非是从生活的无尽流动里获得生命谐和的形式。

由是，我愿意背着摄影包，日夜兼程，赶往某一奇景。或守望初升的旭日，或等待落日的余晖。把山河的壮美，把自然的奇观通通摄入镜头、摄入心里。再置身于大自然的神奇之中，慢慢体会自己也融入其中的感觉。也愿意静观自己周围那些不起眼的小景致，个中玩味，感知那“一沙一世界，一花一天国”的神妙境界。

“一叶知秋”的愉快解读，“拈花一笑”的顿悟思考，何尝不是一种人类智慧的审美享受！这让我想起宗白华先生的诗句：

心中的宇宙，
明月镜中的山河影。

也让我想起这么几句不知是谁作的诗：

世界的花，
我怎忍心采撷你？
世界的花，
我又忍不住想采得你！
想想我怎能舍得你，
我不如一个灵魂化作你！

.....

尹增才
2007年新春

我与摄影（代序）/ 1~4

一. 一阴一阳之道 / 1~12

（一）无极而太极，太极生阴阳 / 2

（二）阴阳之辩证关系 / 5

1. 阴阳的对立制约 / 6
2. 阴阳的互根互用 / 7
3. 阴阳的消长平衡 / 7
4. 阴阳的相互转化 / 8

（三）阴阳之广泛应用 / 9

二. 阴阳谐和摄影之道 / 13~32

（一）明“道”与执“技” / 13

1. 何为“道” / 13
2. 技进乎道 / 14

（二）阴阳文化与摄影之道 / 15

1. “人”与摄影之道 / 16
2. 阴阳反照与摄影之道 / 18
3. 阴阳表里与摄影之道 / 19
4. 阴阳平衡与摄影之道 / 20
5. 写意传神与摄影之道 / 22
6. 宇宙一体与摄影之道 / 23

(三) 摄影的中国特色 / 24

(四) 窥西方摄影一斑 / 28

(五) 摄影之道 / 30

三. 氤氲相得，和同而化 / 33 ~ 42

(一) 天人之蕴，一气而已 / 33

(二) 气氛浑融，万物化醇 / 36

1. 营造氤氲之气 / 36

2. 云雾的意象 / 39

四. 始率若环，抱气完神 / 43 ~ 52

(一) 天道圆 / 43

(二) 无所稽留之气 / 48

五. 取形造势，勃发生机 / 53 ~ 73

(一) 气韵生动 / 53

(二) 有气则有势 / 57

(三) 纯化与造势 / 59

(四) 生机为美 / 69

六. 节奏韵律，感人动物 / 74 ~ 90

(一) 节奏韵律之美 / 74

(二) 线之韵 / 77

(三) 点之韵 / 85

七. 静而与阴同德，动而与阳同波 / 91 ~ 108

(一) 一动一静，互为共根 / 91

(二) 风姿爽动，灿烂精神 / 100

1. 中国艺术之“动” / 100

2. 追光摄影之“动” / 104

八. 有之以为利，无之以为用 / 109 ~ 144

(一) 有、无相生相成 / 109

1. 有、无合而为太极 / 109

2. 中国艺术中的有无观 / 112

(二) 化景物为情思 / 119

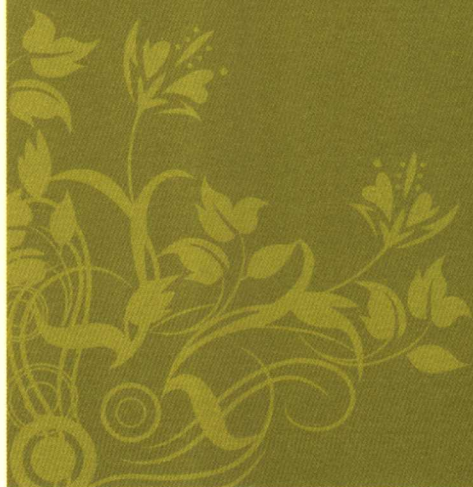
(三) 不全不粹不足以谓之美 / 126

(四) 神光离合，乍阴乍阳 / 135

1. 阴阳开阖，游心太玄 / 135
2. 幽明玄妙，澄怀味象 / 137

参考文献 / 145

后 记 / 146



一. 一阴一阳之道

中国的传统文化博大精深，神秘莫测，引人入胜。究其原因，盖以阴阳思维为本。

特别是在文学艺术中，都十分强调阴阳的谐和之道。我们可以从阴阳思维的角度来看艺术创作中的“真、善、美”。

(1) 宇宙间的一切事物，包括自然界及人类社会的所有事物，都是阴阳对立转化的产物。这是永恒不变的真理。过去是这样，现在是这样，将来也必然是这样。从自然科学和社会科学的角度都可证明这一点，故曰“真”。

(2) 一切事物都存在着相互对立的阴阳两个方面，这两个方面既对立又统一，有时以相互排斥的形式出现，有时又以相互补充的形式出现。其中，阴阳两个方面相互补充的形式是事物的最佳结果，故曰“善”。

(3) 事物所包含的阴阳两个方面，千变万化，呈现出繁多的组合形式，如果这两个方面表现出和谐统一的组合形式，则给人以愉悦的感受，是美好的象征，故曰“美”。

从西方传入中国的摄影术，也必定在这一文化背景中衍生。本书论述的阴阳谐和摄影之道，便是这一精深文化在摄影艺术中的尝试应用。因此，有必要在这里对阴阳之道作一番简单的梳理。

（一）无极而太极 太极生阴阳

阴阳源于太极图。太极，始见于《易传》和《庄子》，后来其含义不断发展，意指天地万物之本源。

《周易·系辞上传》的第十一章说得很清楚：“是故，易有太极，是生两仪，两仪生四象，四象生八卦，八卦定吉凶，吉凶生大业。”太极生两仪，即如我们今天看到的“太极图”，它由两条黑白的“阴阳鱼”组成。白鱼表示阳，黑鱼表示阴。白鱼之中一黑眼睛，黑鱼之中一白眼睛，表示阳中有阴、阴中有阳之理。

宋代周敦颐的《太极图说》全面而深刻地阐述了太极阴阳之道，是一个言简意赅的宇宙产生、发展论纲。其全文仅两百余字。后来被奉为

“理学之宗祖”。

它是中国思想史上第一次系统、完整地论述宇宙产生、发展的著作，对而后中国文化艺术的发展产生了极其重大的推动作用。其

全文为：

自无极而太极。
太极动而生阳，动



图1 阴阳鱼太极图

悠悠千古昭著于世，像朝日那样辉煌壮美，又像明月那样清亮宏丽。它是我们华夏先祖的智慧结晶，它是中国传统文化的骄傲象征，它更是中华民族献给人类文明的无价之宝。

极而静；静而生阴，静极复动。一动一静，互为其根；分阴分阳，两仪立焉。阳变阴合，而生水、火、木、金、土，五气顺布，四时运焉。五行，一阴阳也；阴阳，一太极也；太极，本无极也。五行之生也，各一其性。无极之真，二五之精，妙合而凝，乾道成男，坤道成女。二气交感，化生万物，万物生生而变化无穷焉。唯人也得其秀而为灵。形既生矣，神发知矣，五性感动而善恶分，万事出矣。圣人定之以中正仁义而主静，立人极焉。故圣人与天地合其德，日月合其明，四时合其序，鬼神合其吉凶。君子修之吉，小人悖之凶。故曰：立天之道曰阴与阳；立地之道曰柔与刚；立人之道曰仁与义。又曰，原始反终，故知死生之说。大哉易也，斯其至矣！

《太极图说》认为，作为天地万物总根源的“无极”，是宇宙的胚胎，是尚未分化成形的一种混沌状态。宇宙的生成发展大致经过了如下几个阶段：

第一阶段：“自无极而太极”。“无极”不是绝对的“无”，它是宇宙最初的原始状态，是具有物质性的、处于混沌状态的天、地未分的万物之胚胎，是老子所说的“朴”或“无”。老子的“无”也不是绝对的空无，它是未散为“器”的“朴”，是宇宙未分为具体物象时的混沌状态。“太极则是由不具任何物象的物质“无极”演化而来的，是一种有了最初时空界限和含有分化机能的、具有运动和静止性能的有形物质。这就是《太极图说》讲的“太极……动极而静”、“静极复动，一动一静，互为其根”。

第二阶段：从“太极”到阴阳。“太极”之中蕴涵的动静机能，使之分化为阴阳。《太极图说》云：“太极动而生

阳，动极而静，静而生阴。”这就是说，“太极”在运动中产生了阳气，静止中产生了阴气。宇宙的原初物质发展到阴阳的阶段，不但有动有静，而且动、静相互依存、相互转化、互为其根，于是便出现了天地之判分。

第三阶段：从阴阳到五行。由阴、阳二气相互作用而演化为“五行”（指构成天地万物的五种基本物质元素，即水、火、木、金、土）。《太极图说》说：“阳变阴合，而生水、火、木、金、土。”周敦颐认为，“五行”就是五气，因为它们和阴阳一样，也是气的一种形态。但这是比阴阳更为高级的物质形态，它们各自具有比阴阳更为具体的形态和性质。“五行之生也，各一其性”，说的就是这个意思。物质发展到“五行”阶段，出现了四季的变化，即《太极图说》中的“五气顺布，四时行焉”。

第四阶段：从“五行”的运动到万物化生。《太极图说》云：“无极之真，二五之精，妙合而凝，乾道成男，坤道成女。二气交感，化生万物，万物生生而变化无穷焉。”由“无极”之精髓同阴阳五行中的精细成分巧妙凝合，就产生了天地之间的男女、牝牡、雌雄，由阴阳二气的交感和五行的不同特性相互作用，才出现了天地万物，而万物的变化和发展又是生生无穷的。

周敦颐的《太极图说》认为，人类的化生同万物化生一样，也是由“无极之真，二五之精，妙合而凝”所成。人与万物的不同之处，在于人所禀受的是“无极之真，二五之精”中最精华部分。他说：“唯人也得其秀而为灵。形既生焉，神发