



一本可以学会lightroom所有操作技巧  
全面掌握数码图片管理和后期处理的一本通

刘彩霞 编著

# Lightroom

15 个经典案例  
103 个动手操练  
65 分钟视频教学

DVD

## 完全自学一本通

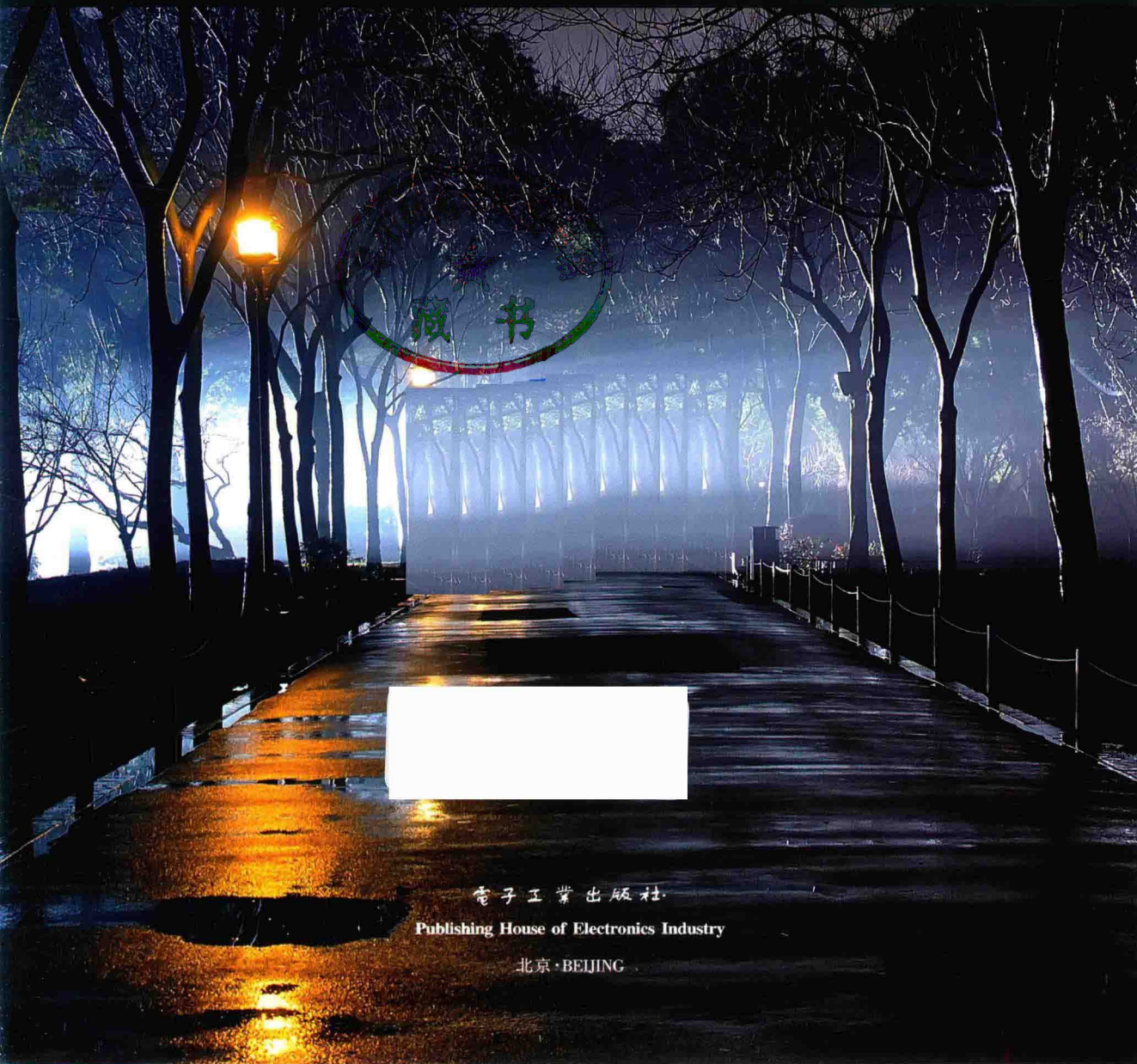




# Lightroom

刘彩霞 编著

## 完全自学一本通



藏书

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

## 内容简介

本书主要讲解Lightroom软件对图片的精确管理以及完美修饰，具有较强的实践性与操作性，使读者可以快速掌握Lightroom软件必备的知识点与操作技能。

本书采用理论知识与案例相结合的讲解方式，在案例的讲解中通过对照片存在的问题进行具体分析，为读者理清基本的修调思路，进行有针对性的调整。除此之外，对于Photoshop软件的应用，也是通过一个个具有代表性的案例解读来实现的。

随书光盘中附赠书中案例的素材及后期处理教学视频。

本书适合零基础的读者阅读，即使之前并未接触过Lightroom软件，通过本书的学习也可以轻松地掌握该软件的基本操作技能，实现快速精确地修调照片。

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有，侵权必究。

图书在版编目（CIP）数据

Lightroom完全自学一本通 / 刘彩霞编著. -- 北京：电子工业出版社，2016.9

ISBN 978-7-121-29800-4

I. ①L… II. ①刘… III. ①图像处理软件 IV. ①TP391.41

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第203263号

责任编辑：姜 伟

文字编辑：赵英华

印 刷：北京捷讯佳彩印刷有限公司

装 订：北京捷讯佳彩印刷有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编：100036

开 本：787×1092 1/16 印 张：24.25 字 数：620.8千字

版 次：2016年9月第1版

印 次：2016年9月第1次印刷

定 价：99.00元（含光盘1张）

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888，88258888。

质量投诉请发邮件至 zts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线：（010）88254161～88254167转1897。



# 目录

## CONTENT

### CHAPTER 1 Lightroom 的初步认知 ..... 1

- 1.1 Adobe Photoshop Lightroom 5 是什么? ... 2
- 1.2 选择 Lightroom 的理由 ..... 6
  - 1.2.1 流程的完整性..... 6
  - 1.2.2 操作的简便性..... 6
  - 1.2.3 处理的高效性..... 7
  - 1.2.4 步骤的可逆性..... 7
  - 1.2.5 质量的优越性..... 7

### CHAPTER 2 Lightroom 的功能简介 ..... 9

- 2.1 了解操作界面 ..... 10
  - 2.1.1 知识点: LR5 功能区展示 ..... 10
  - 2.1.2 知识点: 功能面板的显示和隐藏..... 10
  - 2.1.3 知识点: 显示副窗口..... 11
  - 2.1.4 知识点: 工作界面的设置方法..... 12
  - 2.1.5 手动操练: LR5 身份标识的设计方法 ..... 15
- 2.2 LR5 的完整后期 ..... 16
  - 2.2.1 图库..... 16
  - 2.2.2 修改照片..... 16
  - 2.2.3 地图..... 17
  - 2.2.4 画册..... 17
  - 2.2.5 幻灯片放映..... 18
  - 2.2.6 打印..... 18
  - 2.2.7 Web ..... 19

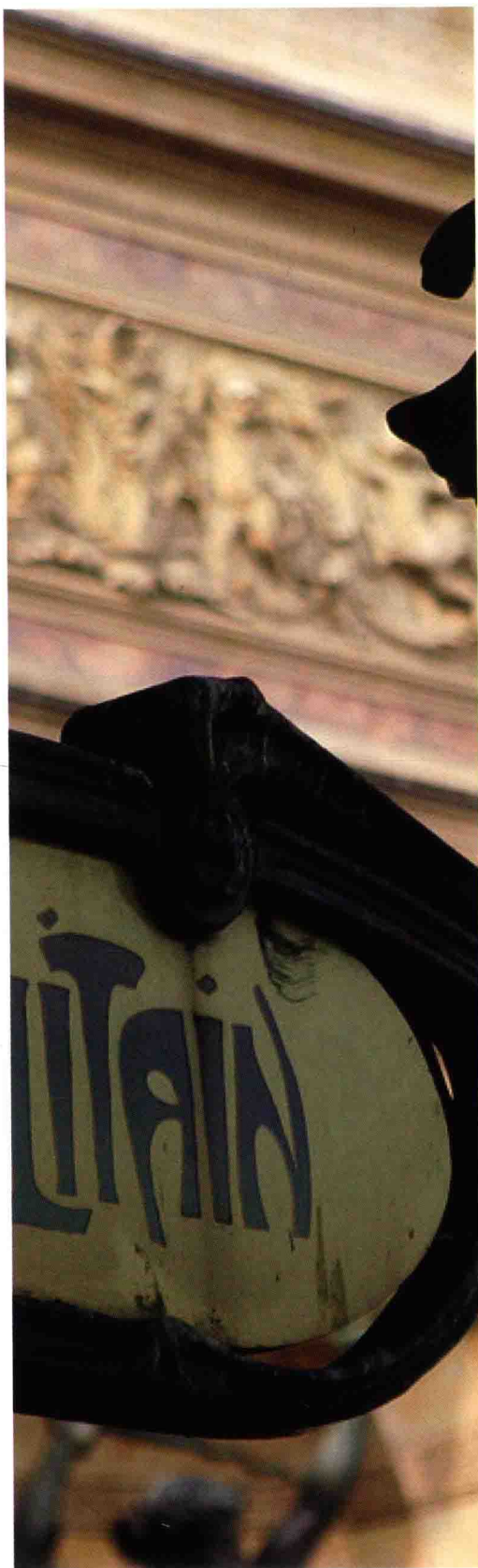
### CHAPTER 3 Lightroom 中照片的导入 .....21

- 3.1 导入照片时的相关设置 ..... 22
  - 3.1.1 知识点: 导入预设设置..... 22
  - 3.1.2 知识点: 选择导入源..... 23

3.1.3	手动操练：选择导入方式	24
3.1.4	知识点：存储照片的位置	28
3.1.5	知识点：文件处理选项的设置	29
3.1.6	手动操练：导入时给照片命名并添加信息	29
3.2	自动导入的设置	31
3.2.1	手动操练：监视的文件夹设置方式	31
3.2.2	手动操练：目标文件夹设置方式	32
3.3	联机拍摄	32
3.3.1	手动操练：用佳能相机联机拍摄	32
3.3.2	手动操练：其他相机联机拍摄	33
3.4	关于导入设置	35
3.4.1	知识点：LR5 的文件预览选项	35
3.4.2	知识点：定义标准预览质量	36
3.4.3	知识点：文件重命名	36
3.4.4	知识点：在导入时应用	37

## CHAPTER 4 用图库管理照片.....39

4.1	“图库”模块概述	40
4.1.1	知识点：“图库”界面	40
4.1.2	知识点：功能面板的显示或隐藏	40
4.1.3	知识点：图库过滤器选项的显示或关闭	41
4.1.4	知识点：图库工具栏中选项的显示或隐藏	42
4.2	在不同的视图模式下查看图片	42
4.2.1	知识点：四种不同的视图模式	42
4.2.2	知识点：转换不同的视图模式	47
4.3	标记你的照片	47
4.3.1	知识点：胶片窗格的基本操作	47
4.3.2	知识点：旗标、星标与色标的标注方式	49
4.3.3	知识点：旗标的作用	50
4.3.4	知识点：添加标记的快速方法	51
4.3.5	知识点：添加关键字	52
4.4	用堆叠方式整理照片	53
4.4.1	手动操练：照片堆叠的创建	53
4.4.2	手动操练：照片堆叠的使用	54

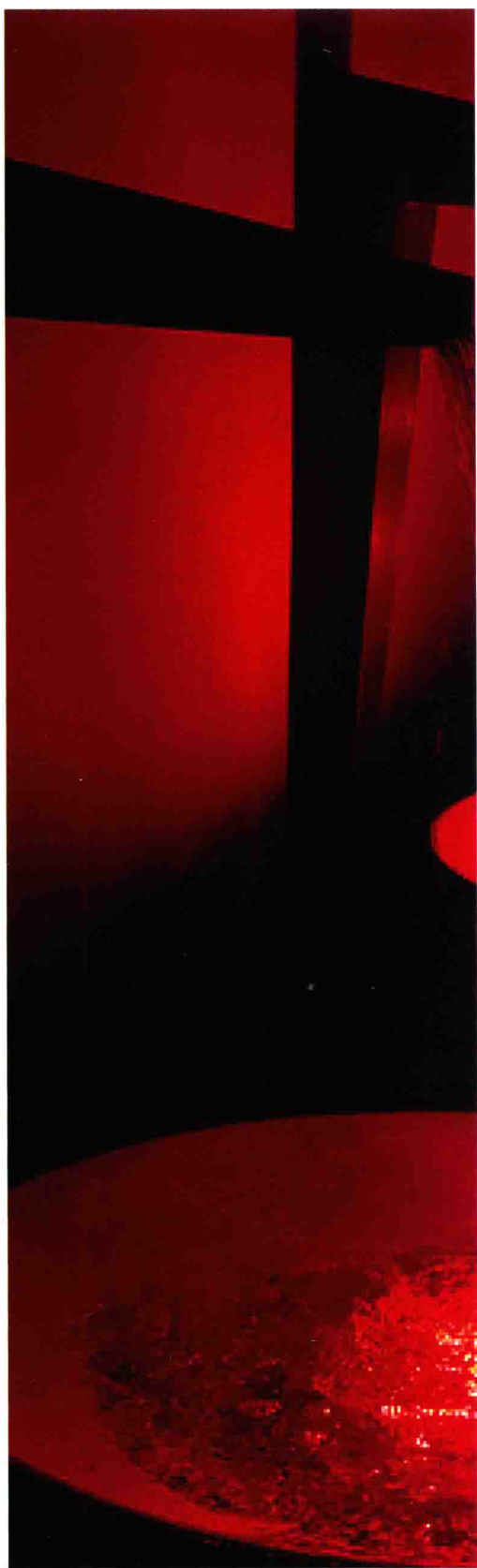


4.5	照片元数据的查看和添加 .....	57
4.5.1	手动操练: 查看元数据的方法.....	57
4.5.2	手动操练: 照片拍摄日期的更改.....	57
4.5.3	知识点: 添加照片的关键字.....	58
4.5.4	手动操练: 为多张照片添加相同的IPTC 元数据.....	61
4.5.5	手动操练: 查找照片.....	63
4.6	多个目录的创建和使用 .....	65
4.6.1	知识点: 创建多目录的好处.....	65
4.6.2	手动操练: 多个目录的创建.....	65
4.6.3	手动操练: 多个目录的使用.....	66
4.7	目录的备份 .....	68
4.7.1	手动操练: 备份目录的基本做法.....	68
4.7.2	手动操练: 损坏的目录怎么恢复.....	69
4.8	照片丢失后重新链接 .....	70
4.8.1	知识点: 照片链接丢失的判断方法.....	70
4.8.2	手动操练: 照片链接怎样重新建立.....	71

## CHAPTER 5

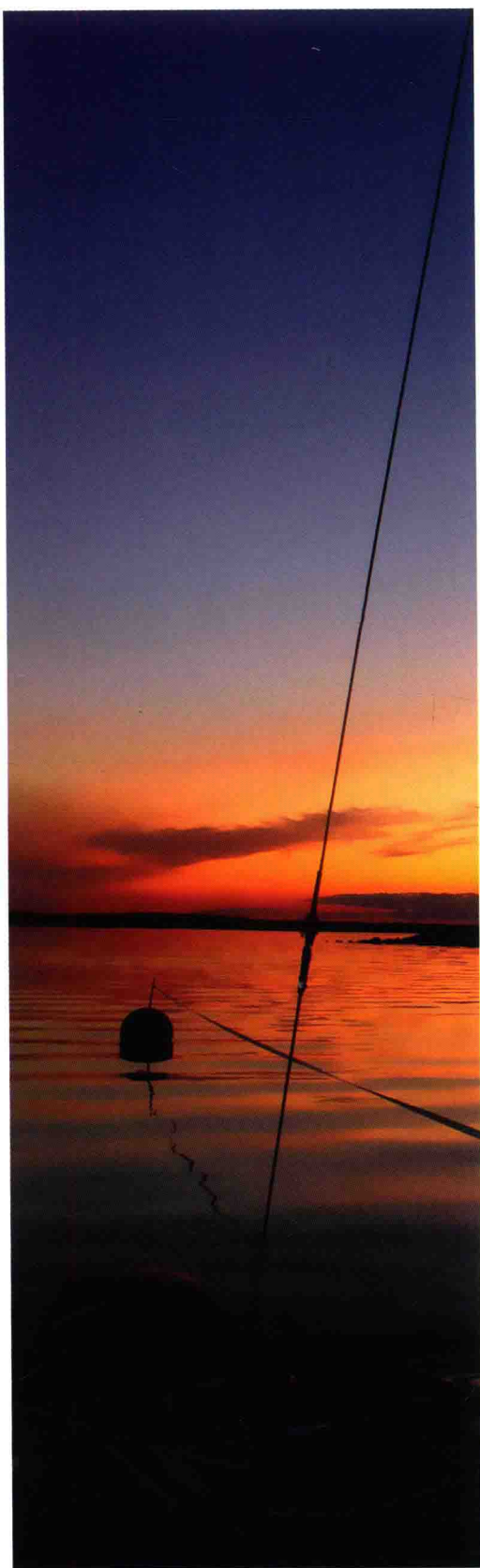
### 照片的完美修饰.....73

5.1	照片的快速调整法 .....	74
5.1.1	手动操练: 照片风格的转换.....	74
5.1.2	手动操练: 色调的快速调整法.....	75
5.1.3	手动操练: 如何快速修改照片.....	76
5.2	裁剪照片 .....	78
5.2.1	手动操练: 裁剪方法.....	78
5.2.2	知识点: 裁剪网格.....	79
5.2.3	手动操练: 裁剪照片突出主体.....	81
5.3	校正工具 .....	83
5.3.1	手动操练: 校正方法.....	83
5.3.2	手动操练: 调整画面色调.....	86
5.4	照片本色还原法 .....	89
5.4.1	手动操练: 用采点工具设置白平衡.....	89
5.4.2	知识点: 用色温和色调设置白平衡.....	91
5.4.3	手动操练: 还原画面的真实色彩.....	92



5.5	污点去除工具 .....	94
5.5.1	手动操练: 查找污点.....	94
5.5.2	手动操练: 去除污点.....	95
5.5.3	手动操练: 多张照片上相同的污点同时 去除.....	96
5.5.4	手动操练: 修复画面中的污点.....	97
5.6	手动操练: 红眼校正 .....	98
5.7	局部调整照片 .....	99
5.7.1	手动操练: 渐变滤镜.....	99
5.7.2	手动操练: “调整画笔”工具.....	107
5.7.3	手动操练: 给天空增加层次.....	110
5.8	调整影调 .....	113
5.8.1	知识点: 直方图.....	113
5.8.2	手动操练: 调整曝光.....	114
5.8.3	手动操练: 调整曲线.....	115
5.8.4	手动操练: “腾龙黄”消除法.....	118
5.8.5	手动操练: HDR 效果的实现 .....	120
5.8.6	手动操练: 调整光线.....	122
5.9	调整单个颜色 .....	125
5.9.1	手动操练: 用“HSL”调整颜色.....	125
5.9.2	手动操练: 在“颜色”面板中调整颜色.....	125
5.9.3	手动操练: 调整出画面的自然色调.....	126
5.10	黑白世界的魅力.....	128
5.10.1	知识点: 黑白摄影适用的题材 .....	128
5.10.2	知识点: 更适合转为黑白效果的彩色 原片 .....	131
5.10.3	知识点: 黑白转换的简易方法 .....	132
5.10.4	手动操练: 黑白转换的进阶方法 .....	133
5.10.5	手动操练: 分离色调效果 .....	135
5.10.6	手动操练: 将荷花照片转换为黑白效果 ..	136
5.11	锐化与噪点的降低.....	140
5.11.1	知识点: 图像的锐化 .....	140
5.11.2	知识点: 噪点的降低 .....	146
5.11.3	手动操练: 降低画面中的噪点 .....	148
5.12	镜头校正.....	150
5.12.1	手动操练: 启用配置文件校正 .....	150
5.12.2	手动操练: 手动修复镜头变形 .....	151





5.12.3	手动操练：消除照片的倾斜变形 .....	151
5.13	暗角和收光效果 .....	153
5.13.1	手动操练：镜头暗角的消除方法 .....	153
5.13.2	手动操练：收光效果的实现 .....	155
5.13.3	手动操练：消除画面中的暗角 .....	156
5.14	相机校准 .....	157
5.14.1	手动操练：自动校准 .....	157
5.14.2	手动操练：颜色的调校 .....	158
5.14.3	手动操练：保存为预设 .....	158

## CHAPTER 6

### 关于照片的导出..... 159

6.1	设置导出的相关选项 .....	160
6.1.1	知识点：导出对话框的打开方式 .....	160
6.1.2	手动操练：确定存放导出照片的位置 .....	160
6.1.3	手动操练：重命名导出的照片 .....	161
6.1.4	手动操练：导出照片格式的设置方法 .....	162
6.1.5	手动操练：导出照片大小的调整 .....	163
6.1.6	手动操练：导出照片锐化值的设置 .....	164
6.1.7	手动操练：管理导出照片的元数据 .....	164
6.1.8	手动操练：版权水印的添加方法 .....	165
6.1.9	知识点：后期处理导出的照片 .....	167
6.1.10	手动操练：利用增效插件导出照片的方法 .....	168
6.1.11	手动操练：使用上次设置导出照片 .....	169
6.2	导出照片时使用预设的方法 .....	169
6.2.1	手动操练：使用系统预设导出照片 .....	169
6.2.2	手动操练：导出照片时使用自定预设 .....	170
6.3	导出照片时使用“发布服务” .....	171
6.3.1	手动操练：发布链接的建立方式 .....	172
6.3.2	手动操练：上传照片时使用发布链接 .....	174
6.3.3	手动操练：发布链接和文件夹的管理 .....	175



## CHAPTER 7

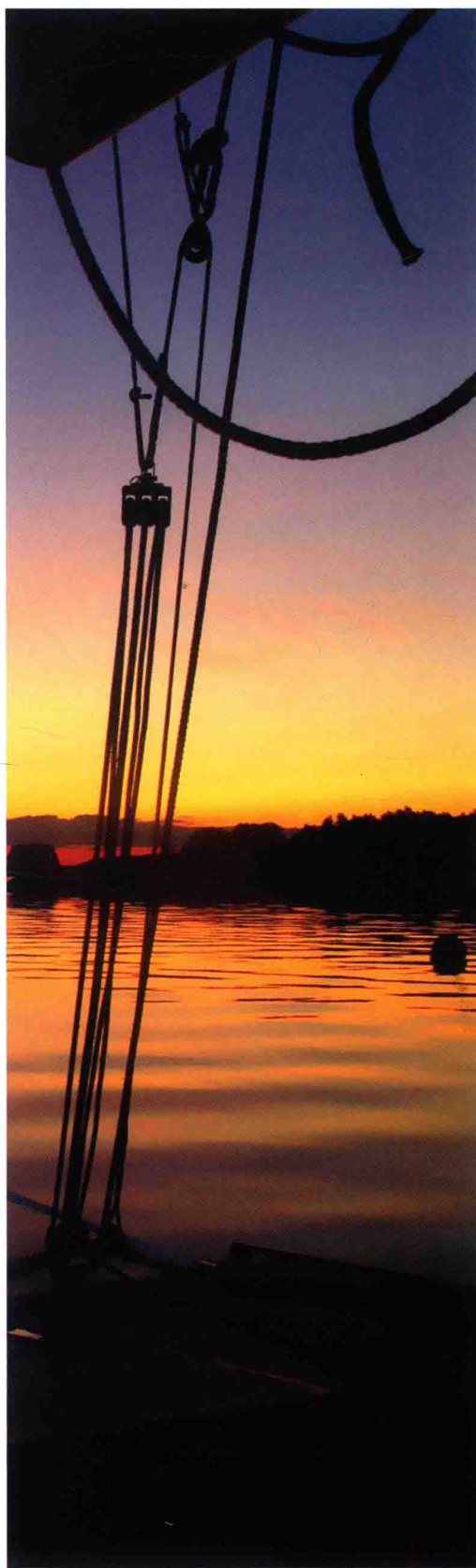
### 幻灯片的神奇魅力…………… 177

- 7.1 “幻灯片放映”的独特魅力 …………… 178
  - 7.1.1 知识点：“幻灯片放映”模块的面板和工具…………… 178
  - 7.1.2 手动操练：幻灯片制作的基本流程…………… 178
- 7.2 打造更具个性的幻灯片 …………… 183
  - 7.2.1 手动操练：幻灯片版面的调整…………… 183
  - 7.2.2 手动操练：给照片添加边框…………… 184
  - 7.2.3 手动操练：给幻灯片设置背景并添加投影… 185
  - 7.2.4 手动操练：幻灯片的“身份标识” …………… 187
  - 7.2.5 手动操练：添加其他文字到幻灯片中…………… 189
  - 7.2.6 手动操练：将版面设计保存为模板…………… 192
  - 7.2.7 手动操练：幻灯片换片和持续时间的设置… 192
  - 7.2.8 手动操练：添加幻灯片的片头和片尾…………… 193
  - 7.2.9 手动操练：在幻灯片中添加背景音乐…………… 194
- 7.3 通用格式文件如何导出 …………… 195
  - 7.3.1 手动操练：在收藏夹中存储幻灯片…………… 195
  - 7.3.2 手动操练：将幻灯片导出为PDF文件 …… 196
  - 7.3.3 手动操练：将幻灯片导出为MP4视频文件…………… 197
  - 7.3.4 手动操练：将幻灯片导出为JPEG文件 …… 197

## CHAPTER 8

### 打印知识我知道…………… 199

- 8.1 “打印”模块简介 …………… 200
  - 8.1.1 知识点：“打印”模块界面展示…………… 200
  - 8.1.2 手动操练：可以实现快速打印的预设模板… 200
- 8.2 打印的版面布局调整 …………… 202
  - 8.2.1 知识点：两个面板调控版面布局…………… 203
  - 8.2.2 手动操练：辅助设计面板…………… 206
  - 8.2.3 手动操练：给打印版面中添加照片…………… 208
  - 8.2.4 手动操练：调整照片尺寸并旋转…………… 210
  - 8.2.5 手动操练：在打印版面中删除照片…………… 211





8.3	给需要打印的照片添加文字 .....	212
8.3.1	手动操练：在打印版面中添加 “身份标识” .....	212
8.3.2	手动操练：页面信息和元数据文字的 添加方法 .....	213
8.4	打印设置 .....	214
8.4.1	手动操练：打印分辨率和打印锐化的设置 .....	214
8.4.2	知识点：打印面板中色彩管理的设置 .....	215
8.4.3	手动操练：当前打印页面的存储 .....	217

## CHAPTER 9

### Web 画廊知多少 .....

219

9.1	几分钟创建出自己的 Web 画廊 .....	220
9.1.1	知识点：“Web”模块界面 .....	220
9.1.2	手动操练：Web 画廊的快速创建流程 .....	220
9.2	Web 画廊的布局调整 .....	225
9.2.1	手动操练：Flash 画廊的布局调整 .....	225
9.2.2	手动操练：HTML 画廊的布局调整 .....	226
9.2.3	手动操练：Airtight 的 Web 画廊布局 .....	227
9.3	更改 Web 画廊的颜色 .....	228
9.3.1	手动操练：HTML 画廊颜色的更改 .....	228
9.3.2	手动操练：更改 Flash 画廊的颜色 .....	229
9.4	自定画廊模板的存储和使用 .....	230
9.4.1	手动操练：存储修改后的 Web 画廊 .....	230
9.4.2	手动操练：模板的更新和删除 .....	230
9.5	Web 画廊的导出和上传 .....	232
9.5.1	手动操练：Web 画廊的导出 .....	232
9.5.2	手动操练：Web 画廊的上传 .....	233

## CHAPTER 10

### 使用 Lightroom 处理自然景观

#### 照片..... 235

- 10.1 金色的原野 ..... 237
- 10.2 湛蓝天空..... 245
- 10.3 阴雨天画面 ..... 251
- 10.4 夜幕下的河流 ..... 254
- 10.5 光线不足时拍摄的照片 ..... 262

## CHAPTER 11

### 使用 Lightroom 处理城市风情

#### 照片..... 267

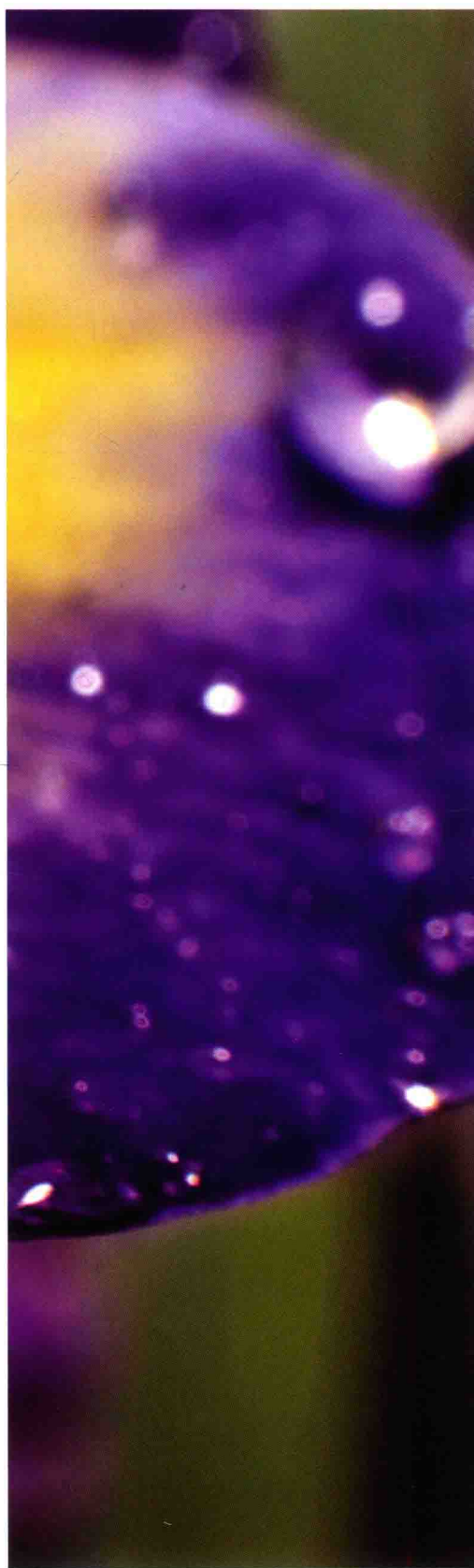
- 11.1 简单明快的罗马建筑 ..... 269
  - 一、地面部分的调整..... 271
  - 二、天空部分的调整..... 278
  - 三、图像合成处理..... 284
- 11.2 浓雾下的大桥 ..... 286
- 11.3 经典欧式古建筑 ..... 295
  - 一、建筑部分的调整..... 297
  - 二、天空部分的调整..... 300
- 11.4 历史的轨迹 ..... 303

## CHAPTER 12

### 使用 Lightroom 处理人文

#### 照片..... 313

- 12.1 勾出馋虫的开胃菜 ..... 315
- 12.2 玻璃建筑的透明世界 ..... 323
- 12.3 怀旧色调的港湾 ..... 331
- 12.4 清晨的古镇 ..... 335



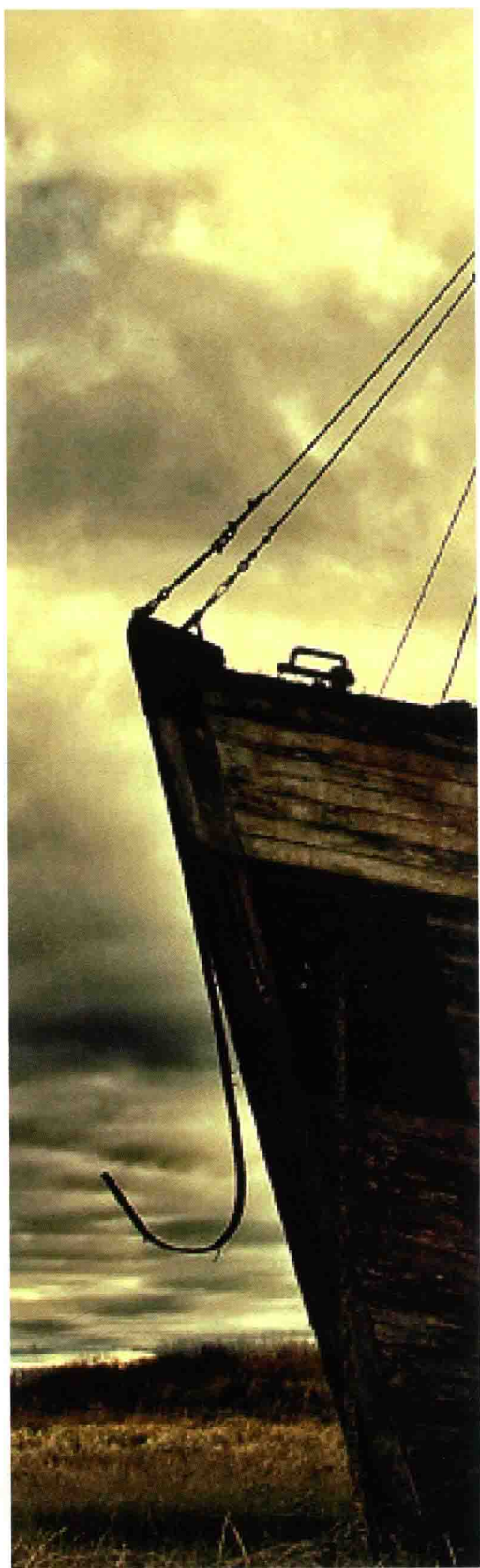
一、建筑部分的调整.....	337
二、天空部分的调整.....	343

## CHAPTER 13

### 使用 Lightroom 处理人物照片... 351

13.1 凝望 .....	353
---------------	-----

13.2 沙滩上的童趣 .....	362
-------------------	-----



# CHAPTER 1

## Lightroom 的初步认知

**目的：**从 Lightroom 的来龙去脉讲起，使读者初步了解 Lightroom 的概念和存在的意义。

**功能：**在使用 Lightroom 软件之前，可以更好地了解软件的相关知识。

**讲解思路：**概念→作用→使用范围

**主要内容：**什么是 Lightroom、为何使用 Lightroom

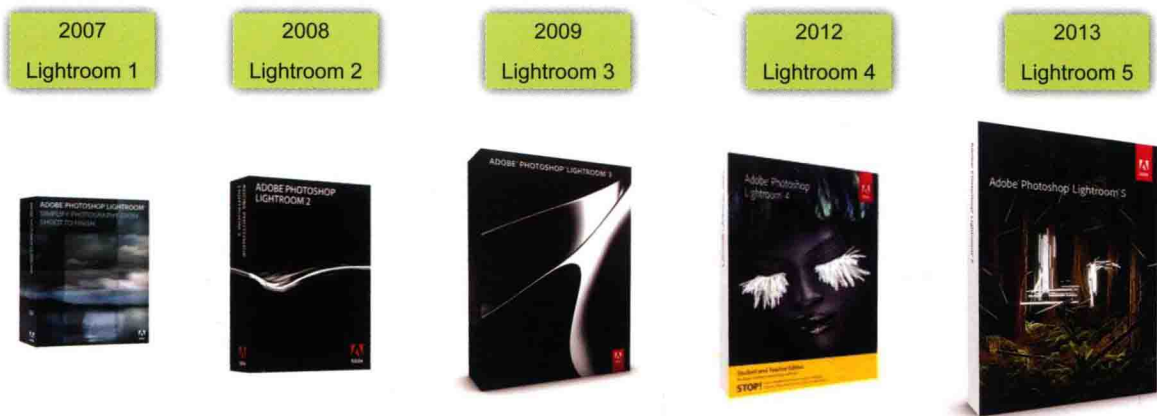


本章旨在让更多的人了解 Lightroom，知道它的来历和作用，才能更好地使用它。Lightroom 是一款真正为数码摄影而设计的软件。它强大的地方并不仅仅在于它优秀的图像处理引擎，更是因为它为整个数码后期处理提供了一套完整的解决方案，尽善尽美又细心周到。

## 1.1 Adobe Photoshop Lightroom 5 是什么?

Adobe Photoshop Lightroom 5 是 Adobe 公司推出的一款图像应用软件, 专为数码照片后期处理服务。它具备强大而易用的自动调整功能以及各种最先进的工具, 可让处理的图像达到最佳品质。

Photoshop Lightroom——这款全新的图像处理软件是由 Adobe 公司在 2007 年首次推出的。时至今日, Lightroom 的主要版本已经更新到了第 5 个——Lightroom 5。

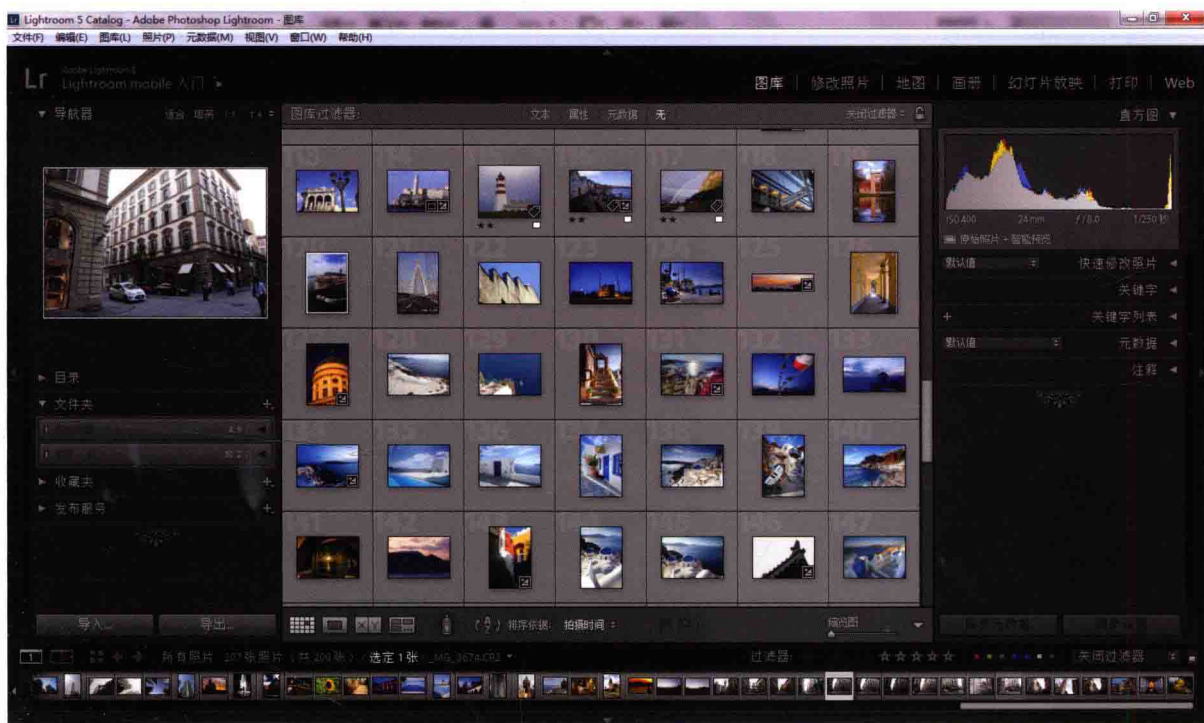


Lightroom 不仅仅是一款图像处理软件, 更是一套数码摄影后期处理的完整解决方案。

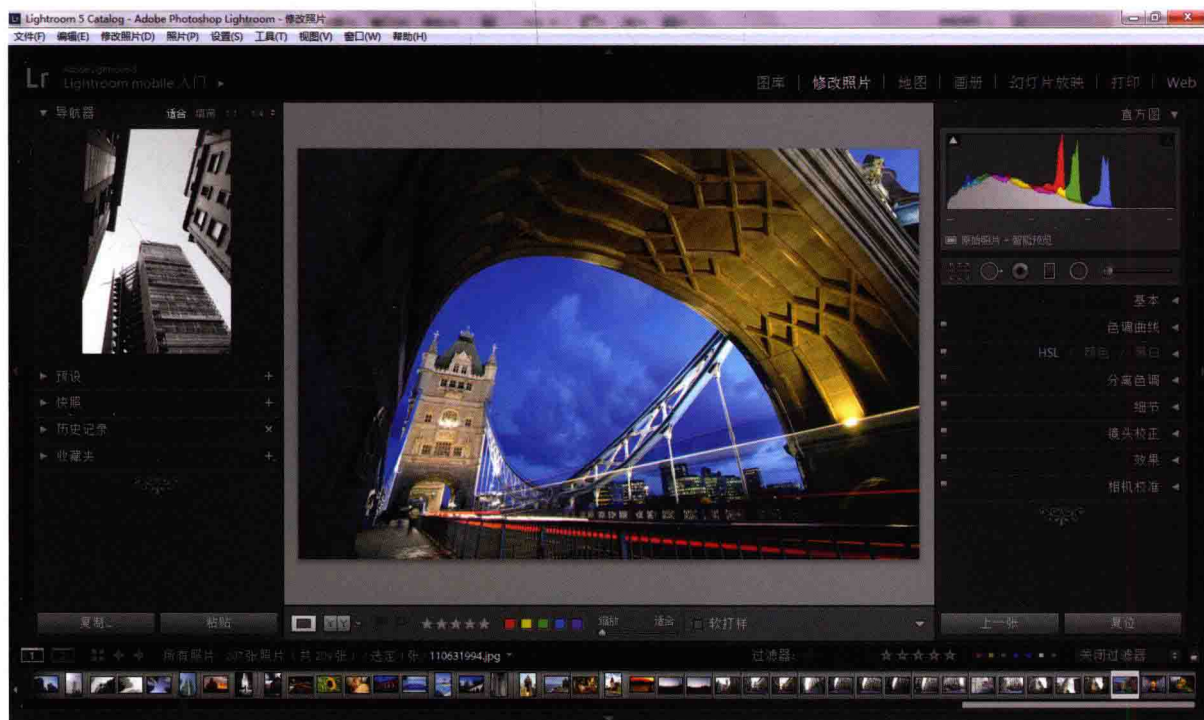
Lightroom 可以解决从照片导入、组织、管理、修饰到输出的所有数码的后期处理问题。这一套非常完善的数码后期处理流程, 是由不同的模块组合而成的, 每一个模块都可以完成各自独有的功能。



Lightroom 提供的图库模块是一个可以浏览和组织管理图像的模块, 同样的工作, 在这里你可以更轻松高效地完成。为了便于更好地浏览照片, Lightroom 提供了不同的视图模式。在图库模块中, 还可以利用各种工具方便地标记照片、比较照片、组织和整理照片。如果掌握了旗标、色标、星标、关键字、元数据、收藏夹、智能收藏夹等功能, 照片的组织工作会变得前所未有的方便和快捷, 即使在数以万计的照片中, 也能以难以置信的速度找到需要的那一张。

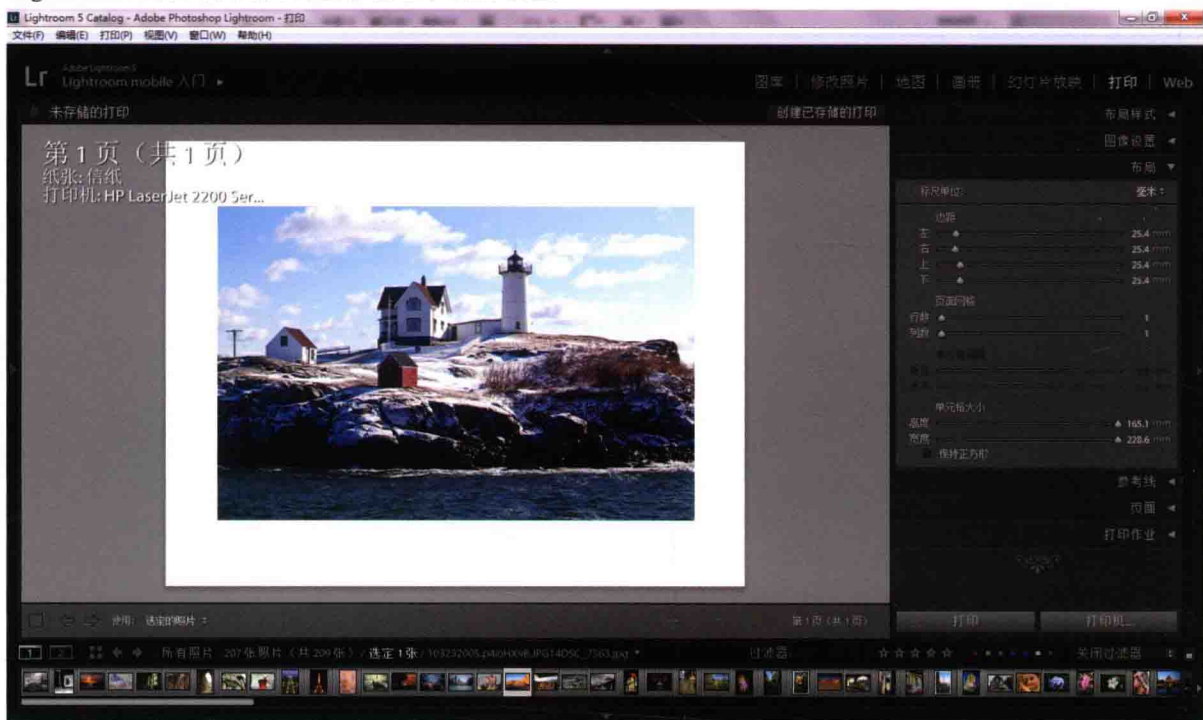


在图库模式中组织好照片以后，可以进入 Lightroom 的修改照片模块。这是一个最让人感觉兴奋的模块。因为 Lightroom 在这个模块中提供了非常强大的照片修饰工具，只需要简单地拖曳几个命令滑块，就可以通过各种调整修饰让照片变得更美观、更出色。



在修饰完照片之后，如何输出照片就是下一步需要考虑的事情。各种不同的可能 Lightroom 都考虑到了，还为此提供了许多不同的模块。

在 Lightroom 的打印模块中，可以在不同的版面布局中挑选自己喜欢的来打印照片。同时 Lightroom 还提供了完善的色彩管理和校样设置。

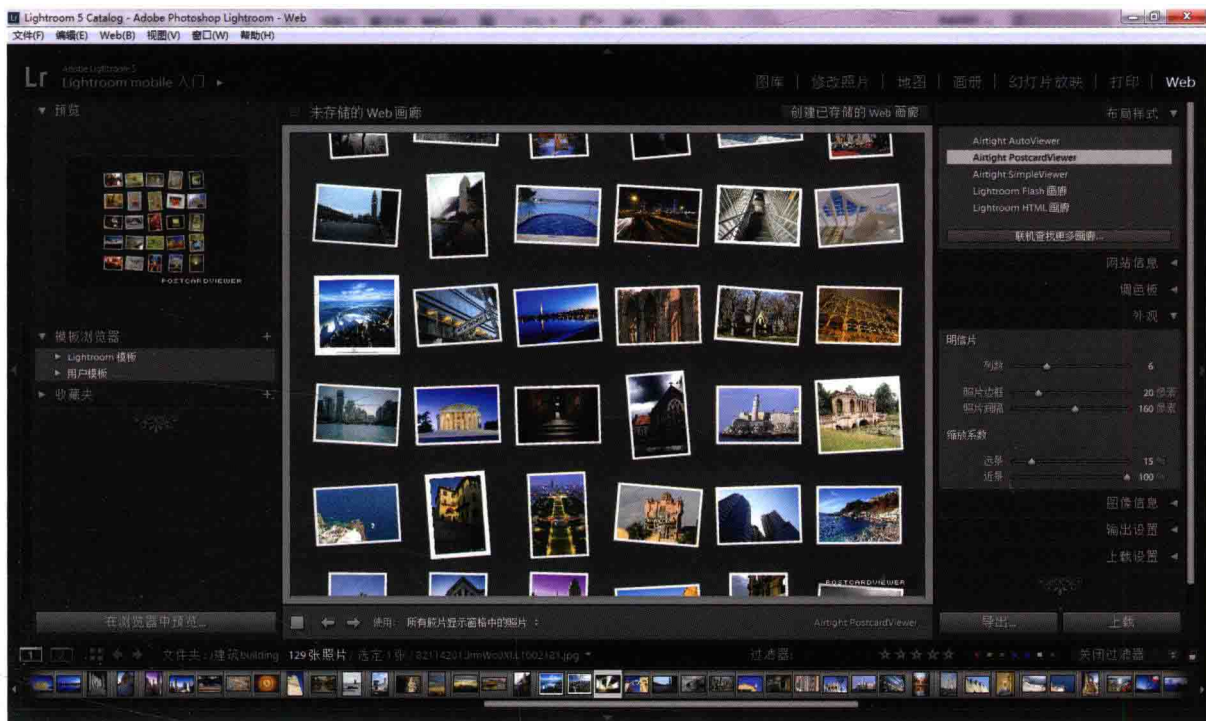


在 Lightroom 的幻灯片放映模块中，可以选择特定的照片制作成幻灯片，放映给朋友们观看。





在 Lightroom 的 Web 模块中，可以制作属于自己的网络相册。



即使不懂得任何代码和语言，不知道 HTML，不了解 JavaScript，不清楚 Flash，这一切都没有关系，因为 Lightroom 可以轻松解决一切问题。

在 Lightroom 的画册模块中，可以制作自己的画册。

