

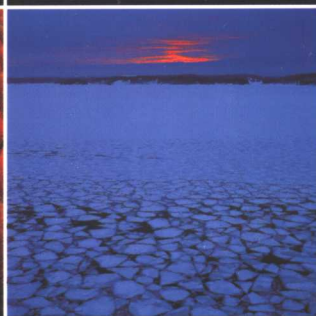
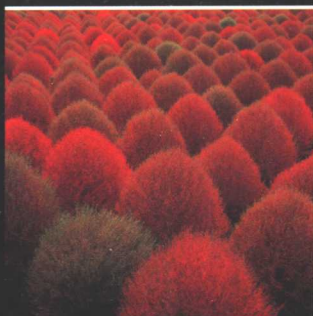
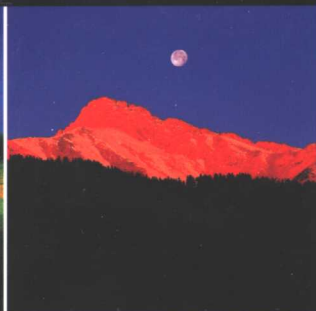


SHIJUEGONGSHUYING

浙江摄影出版社

四季风光摄影

姜平著



责任编辑：任 力
任惠安
文字编辑：王文元
装帧设计：任惠安
责任校对：程翠华

图书在版编目(CIP)数据

四季风光摄影 / 姜平著. — 杭州：浙江摄影出版社，
2003.8 (2005.3.重印)
ISBN 7-80686-152-1

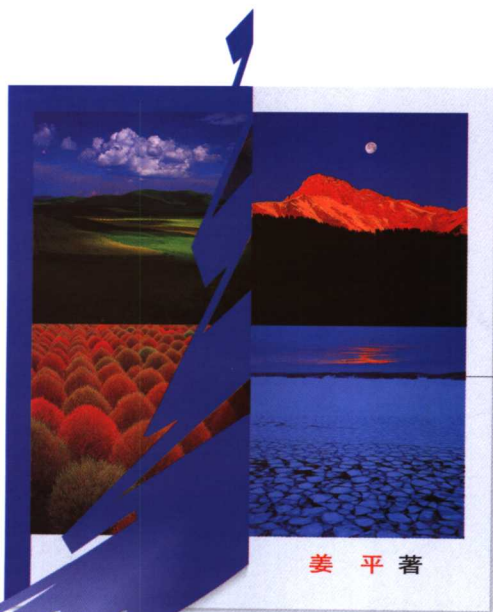
I. 四... II. 姜... III. 风光摄影—摄影艺术
IV. J414

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 057371 号

四季风光摄影

姜 平 著

出版：浙江摄影出版社
发行：浙江摄影出版社发行部
(杭州市体育场路 347 号 邮编：310006)
网址：www.zjpub.org
电话：0571-85170300-61009
传真：0571-85159574
经销：全国新华书店
制版：浙江新华图文制作有限公司
印刷：浙江新华彩色印刷有限公司
开本：900 × 1320 1/32
印张：5.5
印数：9000-11000
2003 年 8 月第 1 版 2005 年 3 月第 4 次印刷
ISBN 7-80686-152-1/J·017
定价：38.00 元
(如有印、装质量问题，请寄承印单位调换)



四季风光摄影

浙江摄影出版社

四季风光摄影

塞罕坝	6/7
克什克腾旗草原 ..	8/9
济州岛	10/11
米亚罗	12/13
黄山	14/15
羊卓雍错	16/17
青藏高原	18/19
札达土林	20/21
央麦勇雪山	22/23
鸟岛	24/25
天池	26/27
雾凇岛	28/29
四姑娘山	30/31
黄山	32/33
米亚罗	34/35
塞罕坝	36/37
雾凇岛	38/39
稻城	40/41
松花江	42/43
黄山	44/45
黄山	46/47
燕山山脉	48/49
九寨沟	50/51
轮台	52/53
九寨沟	54/55
剑扣长城	56/57
红柳树	58/59
井冈山	60/61
金山岭长城	62/63
长白山	64/65
黄山	66/67
香格里拉	68/69
四姑娘山	70/71
稻城	72/73
米亚罗	74/75
米亚罗	76/77
札达土林	78/79
油菜田	80/81
稻城	82/83
珠穆朗玛峰	84/85
拉萨河	86/87
阿里	88/89



录

黄河	90/91
札果	92/93
亚丁	94/95
雅安	96/97
吐鲁番	98/99
仲巴	100/101
克什克腾旗 ...	102/103
中甸	104/105
稻城	106/107
玉树	108/109
桦木沟	110/111
坝上	112/113
坝上	114/115
围场	116/117
塞罕坝	118/119
坝上	120/121
塞罕坝	122/123
坝上草原	124/125
坝上草原	126/127
机械林场	128/129
坝上	130/131
坝上	132/133
塞罕坝	134/135
围场	136/137
塞罕坝	138/139
坝上	140/141
塞罕坝	142/143
塞罕坝	144/145
奇特旺	146/147
博克拉	148/149
鱼尾峰	150/151
讷加尔果德 ...	152/153
斯德哥尔摩 ...	154/155
梅里雪山	156/157
坝上	158/159
念青唐古拉山 .	160/161
岷江峡谷	162/163
博克拉谷地 ...	164/165
道拉吉里峰 ...	166/167
依瓦洛	168/169
塞罕坝	170/171
坝上野鸭湖 ...	172/173
坝上喇嘛山 ...	174/175

序

我又要上路了。

无论是春夏秋冬、风霜雨雪，我身背着心爱的相机，远离记挂着我的亲人，浪迹于天地之间，不停地走，不停地拍。十几年间，我感受了青藏高原的壮美辽阔，经历了长白山严冬的暴风雪，领略了江南柔情似水的美景，品尝了川西大地的美酒甘泉……我深深地感谢大自然，她是我创作不竭的源泉。我常常独自一人面对群峦、大海、银河，内心万分激动，无限幸福，所有的情感汇聚出一声大喊：“我爱大自然！”

道路越走越远，照片越拍越多，底片越拍越大，各种奖牌、奖杯也挤满了一柜子。荣誉过后，我常常一个人在深夜里，在喜多郎的神秘音乐中，审视着自己的风光作品，思考着什么是风光摄影的真正含义。我永远也忘不了在西藏定日绒布寺里，被高原反应折腾得无法入睡的我，早早起来，站在珠穆朗玛峰一号大本营企盼云开雾散的那一刻。我第一次看见了久藏于记忆深处的珠峰：奇伟的珠峰峰顶，傲然耸立于喜马拉雅山脉层层群峦之中，飞云迤迤，气吞山河。我从来没有见到这样的气魄，我激动了，激动得手在颤抖，心在颤抖，泪水模糊了视线。此情此景，使我感到天地之大、之壮美，与之相比，人世间的争斗、贪欲和自私是多么渺小、可怜、微不足道。我感到历史之久远、之永恒，无论是百岁长寿的人生，还是中途夭折的短命，与之相比，不过是转瞬即逝的一刹那。我感到自己的胸怀从来没有这样宽阔过，此时此刻，这“大自然的美好”不再是我的呼喊，我已完全融进了这“美好”之中。于是，当我站在原始旷野或高山之巅，我感受到了她的庄严、神秘和深邃，意识到了一种神圣和崇高；当我站在波涛汹涌的大海边，我想到了宽广的胸怀和融会百川的气魄；当我露宿旷野，凝望茫茫宇宙的星辰时，我似乎听到了飘逸天际的太空回响。于是，我用手中的相机记录下这种无法用语言准确表达的、大自然在我心中的映像。



不停地思考、观察，使我有了解悟的感觉，那是从枷锁到自由的体验。在不断探索中，我读懂了日本摄影家秋山庄太郎用一生写的“四季之歌”；我感悟了美国摄影家亚当斯作品中光与影的对白。

超越了单纯热衷追求光影、色彩、线条的原始记录，我渐渐体会出在这千变万化的形式中，大自然蕴涵着丰富的情感。这种情感包括大自然自身的情感和摄影者内心的情感，然而我最终追求的是我与大自然之间交流的情感。为了实现这遥远的目标，我不停地奔走，不停地感受，用心去触摸这个世界。

远离城市的喧嚣，投身于大自然的怀抱，脚踩高原大地，头顶蓝天白云，深深呼吸着原野清新的空气，静听阵阵风声从身边远去，遥望太阳东升西落，感受四季冷暖更替。此时此刻，我怎能不深爱这给予我强健体魄、纯净心灵的大自然！这美妙的情感无以言状。我只能用手中的相机将这种情感告诉所有的人，我更想用对风光摄影一生的追求，将这种情感回报给大自然。

我对大自然的感谢是我要用一生的时间去完成的一个梦想。我忘不了在我风雨兼程的寻梦路上，有那么多老师、同仁、影友提携、关怀和帮助过我。没有他们的鼓励和厚爱，我可能早就半途而废了。

我还要将此书献给我的父母，报答他们的养育之恩。我不会忘记1982年我花400元购买的第一台国产孔雀DF单反相机，是他们给予我全部的资助……

最后，我将此书献给我的爱妻——刘宝杰。在我往日漫游世界的日子里，是她给予了我最大的理解、支持和欣赏，是她默默地独自承受着生活的艰辛，固守着我们的家园。这本书同样也凝聚了她辛勤的劳动。

再见了，我的亲人，我的朋友们。我又要上路了。



七月的塞罕坝草原到处是金黄色的油菜花，此时是去那儿专门从事摄影或单纯旅游的最佳时间。拍摄以油菜花为主体的照片时，可以利用早晚光线，也可以选择中午这段最难表现的光线进行拍摄。用什么样的光线进行拍摄，完全取决于当时的天气情况和拍摄地景物的具体特点。这张照片就是在中午11点左右拍摄的，当时天空很晴朗，风很大，天空中的云朵被风吹得不断地变换着形态。我提前选好了拍摄场景，静静地等候，终于等到了这张云彩造型张牙舞爪且极具表现力的画面。

拍摄数据：哈苏相机 80毫米镜头 速度1/125秒 光圈f/8.5



重点提示

- ◆ 由于风力很大，所以拍摄时三脚架要固定好，减少外力对摄影的影响。
- ◆ 拍摄蓝天占画面2/3的照片时，如果阳光照射方向与相机拍摄方向呈45°角时，相机镜头前可使用偏振镜，同时应根据偏振镜的不同型号，适当增加曝光量。
- ◆ 坝上油菜田多集中在红山军马场、桦木沟、三拐子沟等地，此片拍摄于三拐子沟的油菜田。



辽阔美丽的大草原让许多热爱摄影的人无数次来这里进行创作，但一般记录性的拍摄很难使图片感动别人。而许多看上去十分令人激动的场景，真正拍摄起来却又很难把握。选择好拍摄的角度、准确地把握和利用光线，是摄影成败的关键。在空旷的草原上，要尽量选择比较高的视点（山坡、屋顶），高角度可以表现草原的辽阔；在取景时，一定要选择景物色彩有变化的场景，加上傍晚光线明暗的变化、羊群漫不经心的游移，共同构成了宁静、安详、富有感染力的画面。

拍摄数据：哈苏相机 80毫米镜头 速度1/30秒 光圈f/8

内蒙古
克什克腾旗草原
KESHENKETENGOICAORYUAN



6/8

重 点 提 示

- ◆ 选择高视点是拍摄大场景题材的关键。视点越高，场面越大，所谓“远取其势”，说的就是这个道理。
- ◆ 利用早晚光线的变化使画面层次更加丰富。



2000年韩国冬季的第一场大雪。拍摄雪景有很多种方法，这张照片选取了济州岛火山地貌的原野里一棵挂满冰雪的小树作为拍摄主体，远处的旷野作为画面的背景。利用侧光进行拍摄，以表现小树在严酷的生存环境中顽强不屈的精神。

拍摄数据：哈苏相机 50毫米镜头 速度 1/30 秒 光圈 f/16

韩国
济州岛
JIZHOUDAO



10/11

重 点 提 示

- ◆ 在国外旅行时，为了方便，不宜带大型相机，应以带135或120相机为主。胶卷在机场最好不要过X光安检，应与机场工作人员协商，手工检验。
- ◆ 周围有许多这样的小树。在选择拍摄主体时，尽可能找到有一定肢体造型且周边没有其他杂物的场景进入画面。
- ◆ 大胆地让小树充满画面，给人以强烈的视觉感受。



四川米亚罗红叶风景区是一个拍摄秋景的好地方,每年的11月上旬又是拍摄的最佳时节。沿河流两岸十几公里长的景区内,到处是五彩斑斓的秋天的景色。这张照片是在山坡下的小河边拍摄的。黄色的枫叶点缀在画面中,作为背景的河水缓缓流过。画面中枫叶的暖色调和流动着的河水的冷色调形成了强烈的对比,给人以清新、宁静的视觉享受。

拍摄数据: 哈苏相机 50毫米镜头 速度1/4秒 光圈f/11.5

四川
米 亚 罗
M I Y A L U O



12/13

重 点 提 示

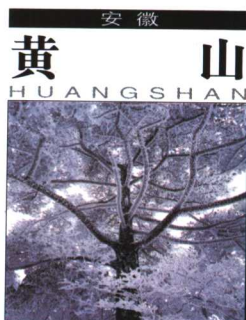
- ◆ 到米亚罗非常方便,成都每天都有旅游专车,半天的时间就可以到达。
- ◆ 决定将树枝、树叶作为拍摄主体时,要注意树枝的形态和树叶的色彩。选择那些树枝枝条整齐、树叶色彩鲜明的景物作为拍摄对象,可使画面的组合明快、有序。
- ◆ 用较慢的快门速度拍摄,可以使作为背景的河流虚化,提升画面的意境。



每年春节前后的一个星期里，黄山上都有一场雪，这已形成了规律。雪后的黄山更增添了几分妩媚。来自全国各地的摄影人齐聚于黄山，来分享这个摄影的丰收季节。

一夜的雨夹雪，让黄山银装素裹。黄山的峰、黄山的石、黄山的松，都是摄影的极好素材。这张照片是在雪后的清晨拍摄的。当时天空中的云雾很大，能见度比较差，远处的山峰全部笼罩在云海里。此时，大的场景虽无法拍摄，但近景还是可以拍到的。我选取了黄山的松树，大胆地用镜头剪裁了松树的局部作为画面的主体，用松树枝杈的线条贯穿整个画面，从而使画面紧凑饱满。

拍摄数据：哈苏相机 80毫米镜头 速度1/4秒 光圈f/22



安徽
黄山
HUANGSHAN

14/15

重点提示

- ◆ 黄山的冬季现也成了旅游旺季，尤其是从大年初二开始，上山旅游的人会非常多，所以你最好在春节前上山，食宿交通会方便很多。
- ◆ 拍摄雪景时，应根据当时拍摄的场景适当增加曝光量。拍摄大场面的雪景照片时，一般增加1.5~2级曝光量，拍摄近景的雪景照片时，增加1级曝光量。
- ◆ 拍摄此类照片时，应选用小光圈，以获得最大的景深效果。