

CFPA
中国民俗摄影协会

CHIP
FOTO VIDEO
数码摄影

Tuke.

PHOTO TIME
时代图片

联合推荐

中国必拍的 20 个 人文摄影圣地



电子工业出版社

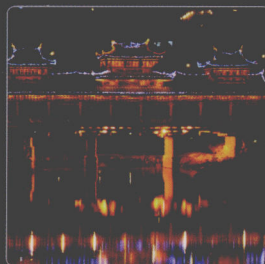
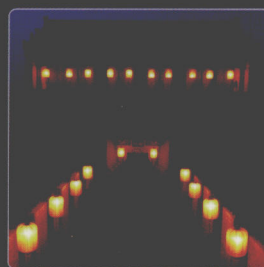
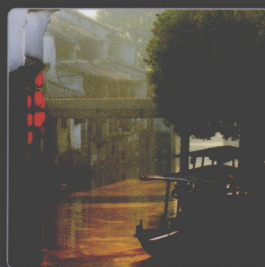
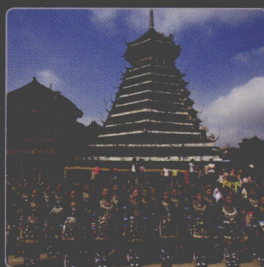
Publishing House of Electronics Industry
<http://www.phei.com.cn>



广角势力

编著

飞思数字创意出版中心 监制





中国必拍的 20 个 人文摄影圣地

广角势力 编著

飞思数字创意出版中心 监制

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

内 容 简 介

这是国内第一本全面讲述和指导影友拍摄人文题材的旅游摄影指南。

中国是一个文化与旅游大国，丰富的人文旅游资源与多样化的拍摄题材，成为吸引国内乃至世界各地众多影友纷至沓来的重要原因。本书从国内众多知名的人文旅游摄影目的地中，精选出最值得影友前往的20个地方，并结合来自全国各地数十位优秀摄影师的精美图片与拍摄经验，不仅对20大人文圣地的文化风貌与摄影资源进行了深入介绍，更为重要的是，对如何拍好这些人文题材进行了详尽的剖析，再配以一手的衣食住行信息与拍摄地图，是一本观赏性与实用性兼得的旅游摄影图书。

本书图片精美，文字实用，对于广大摄影爱好者来说，不仅可以作为学习人文摄影技法的实用参考书，也是一本可以陪伴你拍遍20大人文圣地的贴心工具书。

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

中国必拍的20个人文摄影圣地 / 广角势力编著. --北京: 电子工业出版社, 2011.1
ISBN 978-7-121-12466-2

I. ①中… II. ①广… III. ①摄影艺术 IV. ①J4

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第236458号

责任编辑: 姜 伟

文字编辑: 杨 源

印 刷:

装 订: 北京外文印务有限公司

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: 18.25 字 数: 467千字

印 次: 2011年1月第1次印刷

印 数: 4000册

定 价: 75.00元

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。

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

服务热线：(010) 88258888。

前言

摄影与旅游，似乎是一对双胞胎。所有的摄影爱好者，必定都是喜爱旅游的，而所有的旅游爱好者，必定会手持一台数码相机。

无论是摄影者，还是旅游者，记录一个地方的风土人情，是我们每一次外出最大的乐趣。那些令人惊叹的古代建筑，那些游走于不同文化之间的陌生面孔，那些乐天知命的少数民族独特的生活方式，激发着我们一次又一次地踏上旅程，举起相机，捕捉让我们激动与温暖的生活细节。

这正是人文摄影的魅力所在。

中国有着众多民族，悠久的历史，广袤的地域，深厚的底蕴，到底什么样的人文旅行地点，更适合大多数摄影爱好者前往呢？

这本图书，便是为广大摄影爱好者量身定制的“人文摄影志”。

要从成百上千的人文摄影地点中，挑选“中国20个必拍的人文摄影圣地”，的确是一件费时费力却又充满乐趣的事情。我们为此，征求了国内知名的人文摄影师的专业意见；我们也为此，求教了知名摄影媒体与旅游媒体的编辑思路；我们还为此，参考了数十本已经出版的优秀的旅游书籍与摄影画册。另外，数十位热衷于人文摄影创作的发烧友，也提供了很多有价值的参考意见。所以这是一本集合众人智慧与心血的人文旅游摄影图书，地点选择用心，图片使用精心，文字搭配贴心。希望大家阅读起来不仅悦目，而且赏心。

从表现手法上，人文摄影的照片，应该通过我们的生存环境、文化生活、衣食住行甚至精神信仰，来表现人类创造的文化财富，以及我们的生存状况。与风光摄影不同的是，人文摄影的很多拍摄对象跟“人”有关，所以应该尽量自然、朴实、亲近而生动地表现，让拍摄对象呈现其本色，而不是刻意地摆拍，以获得更养眼的视觉效果。当然这并不是说人文摄影就全靠运气，我们依然可以加入自己的思考与审美取向，从摄影语言的表现上，让照片呈现出更多的美感。

本书的20个地点，以及丰富的照片，就像多幅画卷，将你我带到远方，通过一个个精彩的瞬间，讲述一个个难忘的故事。参与本书图文采编的有张韬、董帅、张博晓，感谢时代图片库（<http://pt.tuku.com>）众多摄影师提供精美的图片。

而你的镜头，将是下一段精彩故事的开始。

编著者

中国必拍的 20个 人文摄影圣地



Contents 目录

01 平遥.....3

平遥之美 4

晋商博物馆..... 4

中国北方保存最完好的古城..... 5

摄在平遥 8

平遥国际摄影大展..... 8

平遥的大院与民居..... 8

王家大院与乔家大院..... 10

建筑摄影最需要注意的地方..... 11

衣食住行在平遥 15

02 碛口.....17

碛口之美 18

“水旱码头小都会” 18

晋商的发祥地之一..... 19

碛口建筑..... 19

摄在碛口 20

碛口的拍摄地点..... 20

怎么拍好碛口..... 26

衣食住行在碛口 27



03 五台山.....29

五台山之美..... 30

文殊的道场..... 30

五台山建寺传说..... 31

五台山的自然与人文..... 34

摄在五台山..... 35

五台山拍摄地点指南..... 35

寺庙摄影最需要注意的地方..... 39

衣食住行在五台山..... 41

04 敦煌.....43

敦煌之美..... 44

黄沙掩盖的辉煌..... 44

丝路重关..... 44

小人物王圆禄..... 45

摄在敦煌..... 47

敦煌摄影路线指南..... 47

怎么拍好敦煌..... 54

衣食住行在敦煌..... 55

05 甘南.....57

甘南之美..... 58

从甘南到川西..... 58

六大黄教寺庙之一：拉卜楞寺..... 59

甘南的习俗..... 59

摄在甘南..... 62

甘南拍摄地点指南..... 62

怎么拍好人文纪实..... 64

衣食住行在甘南..... 67

06 喀什.....69

喀什之美..... 70

中国最具风情的西部城市..... 70

喀什的街道与清真寺..... 70

大巴扎的繁华光影..... 71

刀郎人的弹唱..... 71

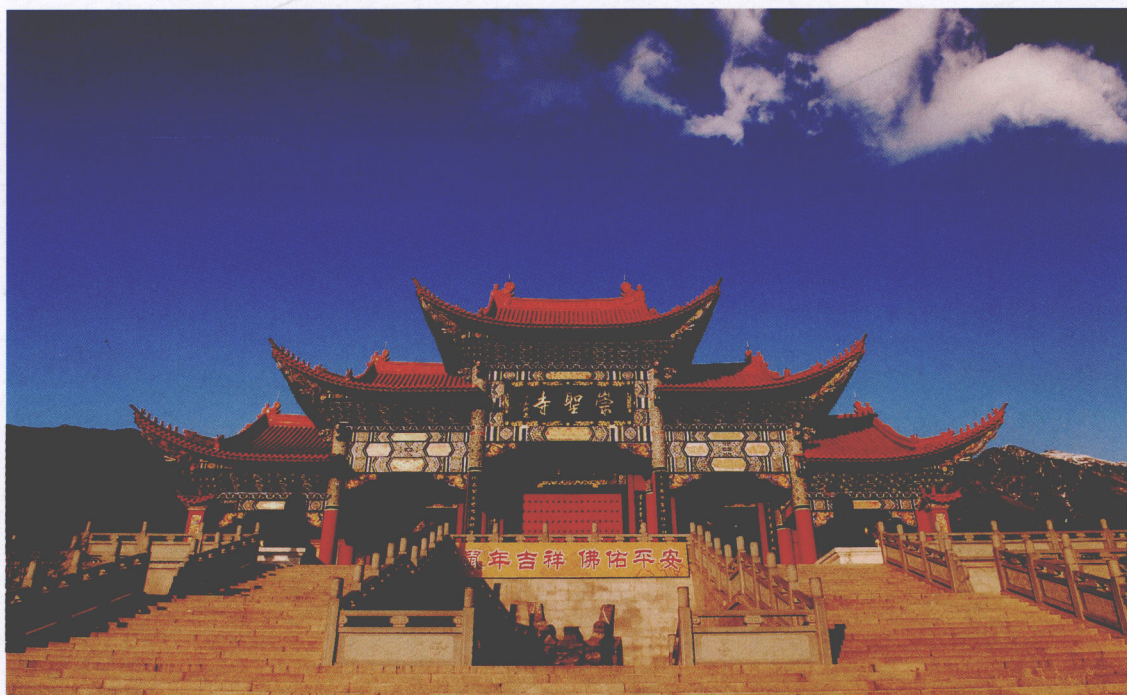
摄在喀什..... 74

喀什主要拍摄点..... 74

少数民族摄影最需要注意的地方..... 78

喀什周边拍摄指南..... 79

衣食住行在喀什..... 81



07 丹巴.....83

丹巴之美 84

丹巴民居..... 84

丹巴的自然与习俗..... 85

摄在丹巴 89

丹巴主要拍摄地点..... 89

丹巴拍摄注意事项..... 94

衣食住行在丹巴 97

08 大理.....99

大理之美 100

南诏遗梦..... 100

白族人的习俗..... 101

摄在大理 104

在大理拍什么..... 104

民俗摄影最需要注意的地方..... 108

衣食住行在大理 109

09 丽江.....111

丽江之美 112

纳西族的故乡..... 112

聊天、发呆、做梦..... 113

摄在丽江 114

在丽江古城拍什么..... 114

夜景摄影最需要注意的地方..... 116

丽江周边拍摄指南..... 118

衣食住行在丽江 121

10 和顺.....123

和顺之美 124

滇西的神秘侨乡..... 124

和顺的自然风光..... 124

摄在和顺 128

和顺拍摄地点推荐..... 128

和顺周边拍摄指南..... 133

衣食住行在和顺 135



11 凤凰.....137

凤凰之美 138

沱江风情..... 138

苗族风情..... 139

名人故里..... 139

摄在凤凰 142

凤凰拍摄地点推荐..... 142

凤凰必拍题材..... 144

衣食住行在凤凰 147

12 西江.....149

西江之美 150

西江的苗寨..... 150

鼓藏头和活路头..... 150

苗族的习俗..... 151

摄在西江 152

在西江拍什么..... 152

怎么拍好苗家风情..... 154

西江周边苗族拍摄点推荐..... 158

衣食住行在西江 159



13 镇远.....161

镇远之美 162

南方丝绸之路要津..... 162

太极古镇..... 163

民族风俗..... 163

摄在镇远 165

在镇远拍什么..... 165

怎么拍好镇远..... 168

衣食住行在镇远 171

14 宏村.....173

宏村之美 174

古徽州的韵味..... 174

牛形水系的风水..... 175

宏村与西递..... 176

摄在宏村 177

宏村拍摄路线指南..... 177

怎么拍好宏村..... 183

衣食住行在宏村 187



15 乌镇.....189

乌镇之美 190

江南水乡古镇..... 190

人家尽枕河..... 191

四门八坊数十巷..... 192

摄在乌镇 193

乌镇主要拍摄题材..... 193

江南其他古镇介绍..... 195

怎么拍好江南水乡..... 198

衣食住行在乌镇 201

16 丽水.....203

丽水之美 204

瓯江之美..... 204

畲族之乡..... 205

中国摄影博物馆..... 205

摄影之乡..... 205

摄在丽水 206

丽水摄影创作基地介绍..... 206

怎么拍好丽水..... 211

衣食住行在丽水 213



17 登封.....215

登封之美 216

何谓登封..... 216

少林寺..... 217

摄在登封 218

登封主要拍摄点..... 218

寺庙摄影需要注意的几点..... 222

衣食住行在登封 227

18 三江.....229

三江之美 230

侗族之乡..... 230

侗族风俗..... 231

摄在三江 232

三江拍摄指南..... 232

如何拍摄节庆活动..... 237

三江周边的侗族村寨——黎平肇兴..... 238

衣食住行在三江 239





19 开平.....241

开平之美 242

开平碉楼的兴起..... 242

开平碉楼的建筑艺术..... 246

摄在开平 247

在哪里拍碉楼..... 247

怎么拍好碉楼..... 249

衣食住行在开平 251

20 永定.....253

永定之美 254

永定土楼建筑艺术..... 255

土楼的形成..... 255

客家人的习俗..... 256

摄在永定 257

永定土楼拍摄指南..... 257

福建其他地方的土楼..... 261

拍摄土楼最需要注意的几点..... 263

衣食住行在永定 267







01 平遥

平遥，这座具有2700多年历史的文化名城，是我国保存最为完好的古城，也是目前我国唯一以整座古城申报世界文化遗产获得成功的古县城。

在日新月异的今天，很多古建筑都被夷为平地，像平遥古城这样能够整座古城都完整保存下来的更是微乎其微。走进古城，仿佛时空穿越回到了古时候。不禁想象满城的人都穿着古装闲游的情形。日升昌、王家大院、乔家大院，还显现着昔日的辉煌，诉说着这座北方城池的过去。

一年一届的平遥国际摄影节，更是把平遥推向了世界，让平遥成为了摄影人和摄影作品汇集的地方。





平遥之美

平遥是山西省晋中市下辖的一个县，平遥古城就在县城内，占据了县城的大部分面积。古城内明清时代的建筑依旧保持着它们本来的面貌，街道两旁布满商铺，各种小吃、古玩、旅馆应有尽有。平遥古城是因为摄影节而名声大噪的，所以其大街小巷都贴满了摄影展览宣传海报。

晋商博物馆

几百年前，是晋商最为辉煌的时代。平遥曾是晋商的发源地，中国第一家现代银行的雏形“日升昌”票号就在这里诞生。走在平遥古街上，到处都是那个时代留下的痕迹，俨然成为了一个晋商文化的博物馆，在平遥寻找晋商往昔的辉煌是一定要做的事。

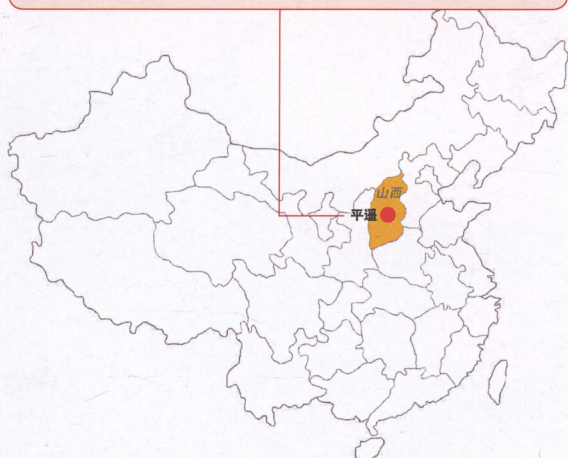
晋商文化中，最著名的就是票号。在票号产生以前，商人外出贸易全靠现银支

平遥必拍理由：

1. 我国北方保存完好的古城。
2. 我国唯一以整座古城申报世界文化遗产并成功的古城。
3. 摄影人和摄影作品汇集的平遥国际摄影大展。

平遥最佳创作时间：

四季皆可。



付，现银运输也要依靠专门的镖局运送，开支大，而且经常发生差错。在平遥县的西玉



▲ 平遥城墙雪景，几座相同的城楼规律排列极富透视感，让人感受到了城墙的巨大规模，飞舞的雪花和积雪，加上城楼金色的光影，使整个画面显得苍凉、孤寂，突出了北方古城的质朴、豪迈

光圈F20 曝光时间1/15s
焦距18mm 感光度200



▲ 平遥的市楼夜景，使用慢速快门拍摄，可以使市楼得到正确曝光，又能虚化来往的人群，构图上避开下面的人群，画面不会显得杂乱

「光圈F20 曝光时间5s
焦距16mm 感光度100」

成颜料庄，在北京、天津、四川等地设有分庄。平遥商人在北京把现金交给西玉成，西玉成北京分庄就写信给平遥西玉成总号，让汇款人在平遥领取现金。这种异地拨兑，开始只限于在亲朋好友之间进行，并不收费。后来要求拨兑的人越来越多，在双方同意的原则下，支出一定手续费就可办理。雷履泰发现这是一个生财之道，于是改设日升昌，兼营汇兑业务，果然生意旺。接着，他就放弃了颜料生意，专门经营汇兑业务，这就是中国历史上第一家票号。其他山西商人也学习日升昌的经验，投资票号，从而形成了著名的山西票号。

晋商也为中国留下了丰富的建筑遗产，如著名的乔家大院、王家大院、常家庄园、曹家三多堂等。

中国北方保存最完好的古城——

平遥古城与同为第二批国家历史文化

名城的四川阆中、云南丽江、安徽歙县并称为“保存最为完好的四大古城”。平遥旧称“古陶”，城墙内街道、铺面、市楼均保留了明清的形制，四大街、八小街、七十二条蚰蜒巷交错纵横，街道两旁老字号与传统店铺林立。

平遥城墙始建于西周宣王时期，为夯土城垣。明洪武三年（1370年）重筑，由原“九里十八步”扩为“十二里八分四厘”（6.4公里），变夯土城垣为砖石城墙。城墙平面呈方形，周长6162.7米，高10米，垛堞高2米，顶宽3~5（米）。现存有6座城门瓮城、4座角楼和72座敌楼。其中南门城墙段于2004年倒塌，除此以外的其余大部分至今都保存完好。

平遥的建筑依然保留着本来面貌，丝毫没有翻新的痕迹。不像其他地方的古建筑几乎无一幸免地被刷上了新的油漆，让人分不清孰新孰旧，丝毫没有历史的痕迹。平遥的一砖一瓦、一石一木都散发着浓郁的古朴气息，满是岁月雕刻的痕迹。