

摄影  圣典



掌握光线之道，拍出最牛大片，我能！



领略光
掌握用
之法！

艺术
与
创意

用
光
与
光
曝
光

第一视觉 编著



化学工业出版社

摄影 经典

艺术与创意

第一视觉 编著

用光与光
曝光



化学工业出版社

·北京·

本书针对广大影友的实际需求，从摄影光线的分类出发，解析了光线与色彩的关系、摄影曝光的技术要领、摄影用光的辅助器材等基础知识，然后以风光摄影、人像摄影、夜景摄影为例，深入讲解了常见摄影题材用光与曝光的实拍技法与创意手法，最后从创意用光及后期调整方面，提升大家在用光与曝光方面的创意与思维。

本书结合全国多位资深摄影师的实拍经验与精美照片，充分展现用光与曝光的艺术和创意，是一本从入门到精通的摄影用光与曝光技法书。

本书适合摄影爱好者，特别是希望提高用光、曝光摄影水平的影友阅读。

图书在版编目(CIP)数据

用光与曝光艺术与创意/第一视觉编著.

北京: 化学工业出版社, 2012. 11

(摄影圣典)

ISBN 978-7-122-15381-4

I. 用... II. 第... III. 摄影光学 IV. ①TB811

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第223983号

责任编辑: 周天闻 孙 炜

装帧设计: 尹琳琳

出版发行: 化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)

印 装: 北京瑞禾彩色印刷有限公司

787mm×1092mm 1/16 印张15³/₄ 字数400千字 2012年11月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888(传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 69.80元

版权所有 违者必究

如果说构图是明确画面元素布局的基础，那么用光与曝光，则是展现一幅摄影作品影调与氛围的关键技术。目前市面上有关用光与曝光的技法书并不算很多，很多影友呼吁：希望有一本实用的用光与曝光技法书，让大家全面了解用光与曝光的基础技术及实拍经验。而本书就是针对广大影友的需求策划推出的。

摄影是“用光线作画”的艺术，正因为有了不同的光线来源，才让我们的拍摄有了无穷的创意。本书从光线的不同来源及分类出发，先是解析了用光与曝光的关键技术基础：光线与色彩的关系、用光与曝光的技术要领、用光与曝光的辅助器材，然后结合风光、人像、夜景三大题材，剖析如何针对不同题材运用光线，达到准确或独到的曝光效果。最后，从案例出发，告诉大家创意用光的几种手法，以及如何利用后期技术调整曝光效果。

本书具有两大特色：

第一，从技法出发，但不是一味地停留在技法。本书并没有一味地停留在用光技法层面，而是在“艺术创意”“创作理念”方面进行了一定程度的延伸，希望大家能从中获得更多的拍摄思路。

第二，多位达人出面解决实拍难题。一些传统摄影技法书，做成了“图片说明”，一幅幅精美的照片固然养眼，但指导下的文字并不多，解决不了大家遇到不同场景的实际拍摄问题。所以，我们将影友实拍中遇到的多个用光及曝光问题总结出来，用“达人支招”的方式，请多位资深摄影师出面解决，使全书的实用性大大增加。

本书图片力求精美，文字追求实用，技术讲解力争深入浅出，可以说，这是一本为摄影爱好者精心打造的提升用光曝光技法与创意的摄影书。多位摄影师及文字编辑为本书的完成作出了贡献，他们是著名风光摄影家李元，著名人像摄影师赵晓进，摄影师王军、李立言、励军徽、王剑波、王嘉木、王诗武、张新民、杨卉卉、杨雯婷、李潇潇、时卫、王墨兰、何宇恒、赖琴、缪培昌、万文虎、孙洪兵、王瑜、张雷、赵永胜、张韬、董帅、何宇恒、贺成奎、徐华定、翟自广、王逸飞、敖延杰、朱斌、宋兆锦、谢刚、董萍、朱升洋、刘萍、杨涛、王林、唐辉、朱静、李威、吴涛、吴军、张华天行者、黄的河、迷人的元阳、AK47、糖僧、秋水等，在此一并感谢！

本书经反复修改，力求严谨细致，但仍可能存在不足之处，恳请读者批评指正。

目录

第1章 摄影中光线的

1.1 光线的种类.....	14	1.6 光线运用的要点.....	51
自然光线.....	14	掌握光位.....	51
人造光线.....	16	讲求光比.....	53
1.2 光线的性质.....	18		
直射光.....	18		
散射光.....	20		
反射光.....	22		
1.3 光线的方位.....	24		
正面光.....	24		
前侧光.....	26		
侧光.....	28		
侧逆光.....	30		
逆光.....	32		
顶光.....	34		
1.4 光线的时段.....	36		
清晨光线.....	36		
上、下午光线.....	38		
正午光线.....	40		
黄昏的光线.....	42		
1.5 不同季节的光线.....	44		
春季的光线.....	44		
夏季的光线.....	46		
秋季的光线.....	47		
冬季的光线.....	49		





第3章 摄影曝光的技术要领

3.1 相机的曝光要素.....	70
光圈对曝光的影响.....	70
快门速度对曝光的影响.....	72
感光度对曝光的影响.....	74
3.2 相机的测光模式.....	76
了解测光原理.....	76
多分区测光模式的特点及拍摄实例.....	77
中央重点测光模式的特点及拍摄实例.....	78
局部测光模式的特点及拍摄实例.....	79
点测光模式的特点及拍摄实例.....	80
3.3 相机的曝光补偿.....	82
什么是曝光补偿.....	82
曝光补偿的原则.....	83
曝光补偿的操作步骤.....	84
自动包围曝光.....	85
3.4 判断曝光是否准确的方法.....	86
简单观察法.....	86
高光过曝警告.....	87
解读直方图.....	88

第2章 光线与色彩

2.1 色温与白平衡.....	56
色温的概念与作用.....	56
白平衡的概念和作用.....	57
正确设置白平衡 还原正常色彩.....	58
合理设置白平衡 烘托场景氛围.....	61
2.2 不同天气的色调和色彩情感.....	63
明媚阳光下的色彩表现.....	63
雨后散射光的色彩表现.....	64
阴霾天气里光线的色彩表现.....	65
晴朗天气里晨昏光线的色彩表现.....	66



第4章 摄影用光的辅助器材

4.1 反光板	92	4.3 滤镜	96
反光板的类型和作用	92	UV镜	96
反光板的使用技巧	92	偏振镜	97
4.2 闪光灯	94	渐变镜	98
闪光灯的 kind 和性能	94	减光镜	100
闪光灯的使用技巧	94	4.4 三脚架和快门线	101
柔光罩的应用	95	三脚架的功能和选购	101
		轻便实用的独脚架	101
		快门线与定时遥控器	101



第5章

风光摄影用光与曝光实战

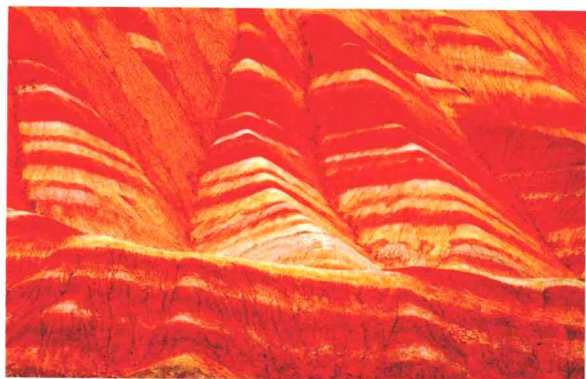
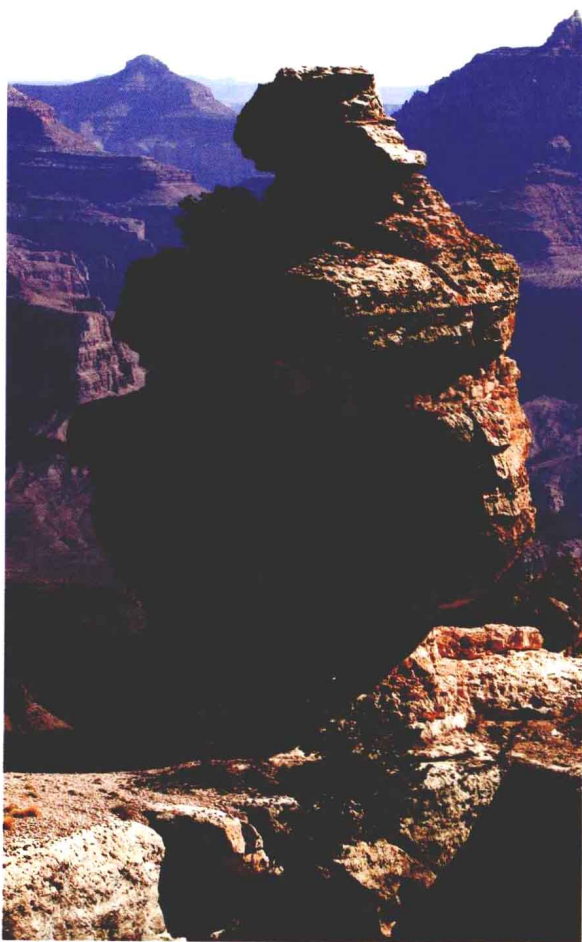
5.1 拍摄山景的用光与曝光	104
正面光表现山峦色彩纹理	104
前侧光突显山峰造型特征	106
侧光勾勒山川线条	108
5.2 拍摄草原、沙漠的用光与曝光	110
顶光下表现草原的云影斑驳	110
侧逆光表现沙漠的轮廓与质感	112
侧光表现沙漠的节奏感	114
5.3 拍摄水景的用光与曝光	115
用散射光表现溪流如纱细腻	115
用晨昏光线表现闪耀的水面光路	117
用晴天光线表现水面倒影	119
5.4 冰雪摄影的用光与曝光	121
用逆光或侧逆光刻画冰雪质感	121
用晨昏光线为冰雪增添温暖色彩	123
用曝光补偿增添冰雪洁白程度	124
5.5 拍摄树林的用光与曝光	126
用柔和的阳光还原树林色彩	126
在逆光或侧逆光下表现树林剪影效果	128
用前侧光表现树木表皮裂纹质感	129
5.6 建筑摄影的用光与曝光	130
用前侧光表现城市建筑轮廓造型	130
在雨后用散射光表现古镇自然清新	132
5.7 花朵摄影的用光与曝光	134
散射光表现花朵真实色彩	134
用正面光表现花朵大场景	136
用前侧光刻画花朵形态	138

用侧光表现花朵立体感

140

用逆光突显花瓣纹路

142





第6章 人像摄影用光与曝光实战

- 6.1 户外人像的用光与曝光 146
 - 用正面光表现人物外形特征 146
 - 用前侧光表现人物立体效果 148
 - 用侧逆光营造朦胧光雾 150
 - 用散射光突显人物细腻肤质 152
 - 用逆光制造人像剪影 154
 - 避开强烈直射光与正午顶光 156
 - 用逆光加闪光灯为人物面部补光 158
 - 用侧光加反光板缩小人物面部光比 160
- 6.2 室内人像的用光与曝光 162
 - 用单灯表现人物的鲜明个性 162
 - 用单灯加反光板增添画面层次 164
 - 用双灯表现人物的自然明丽 166
 - 高调人像布光方法 168
 - 低调人像布光方法 170
 - 用窗户光凸显人物气质 172
 - 用室内灯光表现居家氛围 174
- 6.3 主题人像摄影用光与曝光实战 176
 - 用柔和的正面光表现少女的甜美可人 176
 - 用散射光表现女性的自然唯美 178
 - 用侧逆光表现闪闪发丝 180
 - 用晴朗光线表现儿童的活泼可爱 182
 - 利用多彩光源拍摄夜景人像 184



第7章 夜景摄影用光与曝光实战

第8章 用光与曝光的创意与实践

7.1 拍摄夜景曝光技巧（一）	188
夜景拍摄最佳时间和题材选择	188
夜景拍摄的测光依据和曝光技巧	190
7.2 拍摄夜景曝光技巧（二）	192
白平衡设置	192
相机稳定技巧	194
降噪技巧	196
避开杂光	198
7.3 选择合适的夜景题材	200
霓虹灯下的城市夜景	200
宁静美丽的月色	202
五彩缤纷的烟花	204
流光溢彩的车流	206

8.1 巧用光影构图	210
利用光影呼应构图	210
利用光线的强弱对比构图	212
8.2 阴影的妙用	214
阴影的表现力	214
阴影的拍摄要点	216
8.3 局部光的妙用	218
局部光的表现力	218
局部光的拍摄要点	220
8.4 弱光的妙用	222
弱光表现力	222
弱光的拍摄要点	224
8.5 特殊的夜景光影	226
夜景的虚焦拍摄技巧	226
夜景的变焦拍摄技巧	228

第9章

用光与曝光的后期优化

9.1 修正光影效果的不足.....	232	去除照片的噪点.....	242
校正照片的曝光过度.....	232	去除照片中的光斑.....	244
校正照片的曝光不足.....	234	去除人像照片中的红眼.....	246
修复反差过小的照片.....	236	制作优质的黑白照片.....	247
修复缺少细节的照片.....	238	9.3 后期合成的光影效果.....	248
9.2 处理照片中色彩与画质的缺陷.....	240	HDR影像合成.....	248
修复画面色彩平淡.....	240	多重曝光的运用.....	250
调整照片的色偏.....	241		







第 1 章
摄影中的光线



光是一种人眼能感受到的电磁波，没有光世界将一片漆黑，摄影也就无从说起。所以，认识和了解光线，是学习摄影的必经之路。本章我们就以光线的不同分类向影友们介绍和分析光线的种类以及表现效果，让热爱摄影的您能在拍摄中自如地运用光线，使摄影作品能更生动自然。

1.1 光线的种类

如果按照来源划分，世界上的光线可分为自然光线和人造光线。本节将为大家介绍什么是自然光线和人造光线，以及它们在摄影中所能表达的不同效果。

» 自然光线

自然界中的光源以太阳光线为主，当然也包括夜晚的月光和星光。自然光线能真实再现拍摄场景的内容，不论炎炎烈日还是阴云密布，自然光线都会存在于我们周围。可以说自然光线具有最广泛的使用价值，也是一种最为稳定、最具特点的光线。

自然光线的优点让它成为拍摄风光的最好光线，而对于户外人像摄影来说，自然光也是非常适合的选择，它能表现出人物最真实的状态和最自然的美感。

由于自然光线的强度、色彩、角度等属性会随着自然规律而变化，而这种变化总是让人难以预料，所以在拍摄时它总是显得难于掌握。不过各位影友在拍

摄前要先了解拍摄时的天气，做到有备无患，更好地利用自然光线拍摄。

📷 焦距70mm 📷 光圈F4 📷 快门速度1/160s 📷 感光度100

→ 处在自然光照射下的人物。阴天的散射光线柔和，让人物得以细腻表现，尽显女性的柔美

📷 焦距135mm 📷 光圈F11 📷 快门速度1/500s 📷 感光度100

↓ 晴朗天空下的绿色草地。明媚的自然光照射下的风景，让人产生身临其境、心旷神怡的感受







» 人造光线

人造光线是由人为控制的光源所产生的光线。古时候的火种，现代的照明灯具都能产生人造光线。人造光线在拍摄中能起到辅助自然光完成拍摄或是达到某种造型效果的作用。摄影中常用的几种人造光有：闪光灯、泛光灯和聚光灯。

人造光线的作用大致可分为两类：一是在室外或是室内拍摄时用来辅助自然光，补充和修饰被摄体；二是拍摄者在室内外或是夜晚拍摄时，有意识地把人造光作为拍摄的主要光源，后期得到想要的效果。

在拍摄中，拍摄者要根据不同的画面要求和气氛表达来选择所使用的人造光线。闪光灯是摄影中最常用的人造光源，而泛光灯和聚光灯是室内摄影师的必备器材。

● 焦距90mm ● 光圈F11 ● 快门速度1/200s ● 感光度100

↑ 较强的灯光将桌上丰盛的美食照亮，画面色彩与细节的完全展现，让人垂涎欲滴

● 焦距50mm ● 光圈F1.6 ● 快门速度1/100s ● 感光度100

↓ 在室内以人造光拍摄人物，拍摄者可以根据画面需要改变光线的角度和强度，方便塑造理想的人物形象

