

摄影
之友

汇集百位摄影名家的绝世力作
一生必拍的60个风光人文圣地

60 ↑ 一生必拍之地

《摄影之友》杂志社 编著



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

104



摄影
之友

60

个

《摄影之友》杂志社 编著

一生必拍之地



人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (C I P) 数据

60个一生必拍之地 / 《摄影之友》杂志社编著. --
北京: 人民邮电出版社, 2012.6
ISBN 978-7-115-27844-9

I. ①6… II. ①摄… III. ①摄影集—中国—现代
IV. ①J421

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第064135号

内 容 提 要

本书以详尽的资料和精美的图片向读者展现了中国最美的最值得拍摄的 60 个地方, 读者不仅可以欣赏到美轮美奂的奇景, 还可以得知这些照片的拍摄地以及如何拍摄到如此美妙的图片。

本书适合爱好摄影、旅游的读者学习参考。

60 个一生必拍之地

-
- ◆ 编 著 《摄影之友》杂志社
责任编辑 胡 岩
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街 14 号
邮编 100061 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京顺诚彩色印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本: 889×1194 1/16
印张: 21
字数: 978 千字 2012 年 6 月第 1 版
印数: 1-5 000 册 2012 年 6 月北京第 1 次印刷

ISBN 978-7-115-27844-9

定价: 128.00 元

读者服务热线: (010) 67132705 印装质量热线: (010) 67129223
反盗版热线: (010) 67171154

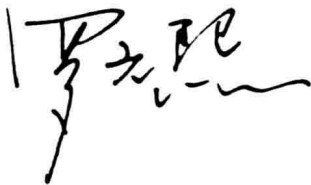
“一生必拍”的精神

人活一生，有些事一定要做，有些地方一定要去，如果你喜爱摄影，那么这句话套用过来，就是有些风景一定要拍。

搞摄影，大多都是有些性情，别人拍过的，我不一定拍，但我们在本书漫长的制作过程中、反复研讨中发现，中国有一些地方，是每个摄影爱好者都要去经历的，或者，即使没去过，他们至今仍魂牵梦绕，比如喀纳斯、比如雪乡、比如霞浦、比如坝上。听到名字，你或许已经烂熟，但亲临其地，相信你仍会为当地瑰丽的美景倾倒。

我有一个朋友，今年48岁，摄影圈里已有名，但仍在不停地奔跑、不停地拍摄，他看了我们《60个一生必拍之地》的列表，告诉我他已去了48个。48岁，48个美景地，他说，现在看来，他并没有完成功课，他要继续拍下去。

因此“一生必拍之地”，并不只是个数字，我们收集的60个，也不是一个限定，或许，每个人都有他自己的心目中的“必拍”，因此“一生必拍”，也不是一个噱头，它更应是一种精神，这才是本书编纂者的终极期望，希望每位读者，每个人，追求“美的境地”，永远不会停歇。



备注

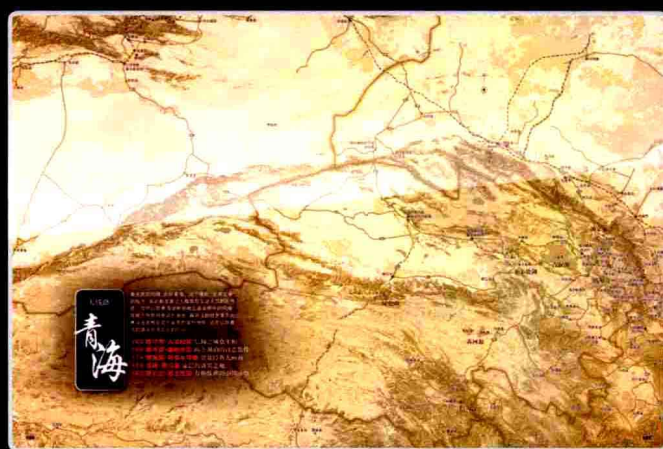
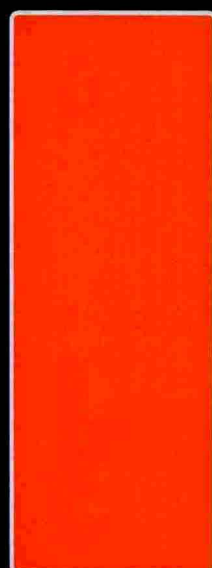
由于篇幅的限制，我们不能把中国的大好河山全部收录于此，这也是我们图书编辑者的遗憾，因此期望您在购买、阅读之余，能反馈您的需求、建议给我们，使我们能更坚定再版或出版更丰富内容的信心。反馈意见的信箱地址为：huyan@ptpress.com.cn。请您注明您来自哪里，姓名和手机电话，以便联系。我会亲自关注您的反馈。

鲜有人做过这样的统计，有多少大众喜爱的风景地是由摄影者发掘的；也鲜有人做过这样的研究，什么样的风景地更适合摄影者，更鲜有人做过这样的功课，集中编纂一本适合摄影者需求的“风景志”。

本书即是。本书历时半年而成。在编辑过程中，仅摄影师就联系了近300人，跨29个省、市、自治区，共收集了各类风光、人文作品近20000幅，并从中遴选了8000幅收入书内。

本书联系过40多位地理学者，范围遍及全国各省，形成了30页、5万余字的快查词典，介绍100个拍摄地的详细情况。

但本书也不仅仅是个“风景志”。编辑们对图片的筛选已经到了苛刻的地步，由于篇幅和要求的限制，许多优秀的风光作品依然落马。从这个角度说，《60个一生必拍之地》的编辑过程，就像一个风光、地理类精选画册的编辑过程，而最后留下入书的其中的许多作品，都是拍摄者从来没有发表过的。因此《摄影之友》的这本增刊，还应该定义为一本经典风光作品的收藏级画册。



这不是一本简单意义上的精美画册，更不是一本风光摄影教材，读好这本书从现在开始……

首先解决你想拍摄什么

在精美的图片背后，有独具匠心的内容安排！

你是否有过这样的行摄经历？精心选择了拍摄路线和目的地，在到达之后发现并没有很好的拍摄题材，拿着相机无所适从。本书想告诉你首先是在准备出行之前，你所面临的关键问题并不是“去哪里拍？”，而是“去拍什么？”当你确认对某一拍摄题材感兴趣之后，才能找出相应的拍摄地点和时间。

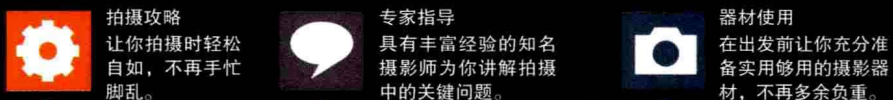
翻开本书，你就会发现九大板块分别拥有形色各异的拍摄题材。



色彩板块 或浓或淡、或鲜艳或纯净，满是色彩的拍摄画面。	地貌板块 满足你对祖国大地上奇妙地理影像的各种向往。	季节板块 四季中最适合拍摄，许是被你忽略的美景。	城市板块 身边的生活也有你想不到的动人影像。	新经典板块 告诉你被大家拍得烂熟的地方，也有不一样的画面。	天气板块 带你追逐风向，记录下稍纵即逝的大自然奇观。	新疆、西藏、青海 这三条摄影爱好者的朝圣之旅，我们也为你详细地盘梳理出绝对非同一般的拍摄题材与线路；深入地为你解析每一个动人画面背后的故事。
---------------------------------------	--------------------------------------	------------------------------------	----------------------------------	---	--------------------------------------	--

接下来解决你的拍摄难题

“实战单元”，将在出发前回答你关于拍摄的实际问题，我们邀请多个各地风光摄影名家出境指导，提前做好拍摄方案，行摄之旅不再留有遗憾。看到以下三个图标，名家们将为你解决实际拍摄过程中的各种难题。

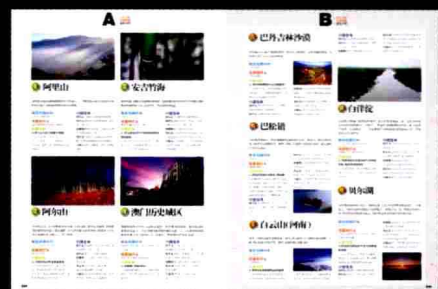


还有很多重要的小问题

“行摄单元”，我们为你充分想到了行摄旅途中有关于衣食住行的各种问题，其中关于摄影的小贴士、专业地图和经典拍摄线路，将对你帮助最大！还有“周边美景”一定让你不虚此行。

风光拍摄速查手册 字母排序快速查找目的地

我们用地名的首字母进行排序，将中国100个值得拍摄的地方整合成一本“摄影速查字典”，你可以迅速查到目的地的“拍摄攻略”、“前往线路”和“衣食住宿”的实用信息。



后期制作秘笈 快速提升图片质量

不必过多解释，在此为你准备的都是简单实用的后期图片调整好方法。



目录 Contents

第一章 色彩

- 13 东川红土地·五彩 苍穹下的千彩万花筒
- 18 霞浦·五彩 鸟瞰霞浦的五彩滩涂
- 26 宜宾竹海·绿色 淡淡的神奇光晕
- 31 陕北高原·黄色 质朴而苍茫的土地
- 35 壶口瀑布·黄色 浑厚而雄性的绝响
- 38 西沙群岛·蓝色 蔚蓝的流动绸缎
- 42 黄山·黑白 中国水墨画卷
- 46 雪乡·白色 纯净的童话王国

第二章 地貌

- 49 南太行·悬崖沟壑 俯拍大深邃仙境
- 56 三江平原·湿地景观 广角拍摄绿色之洲
- 63 内蒙古·腾格里沙漠 在磅礴沙海里寻找秀美湖泊
- 66 台湾东北角·海蚀地貌 拍摄奇幻的海岸礁岩
- 73 梵净山·侵蚀地貌 仰视苍穹的页岩图腾
- 76 阳朔·喀斯特 大视野下的“笋山玉带”
- 80 四姑娘山·雪山河谷 一座雪山的千般美景
- 82 涠洲岛·火山熔岩 霞光映照下的绚丽海岩

第三章 新疆

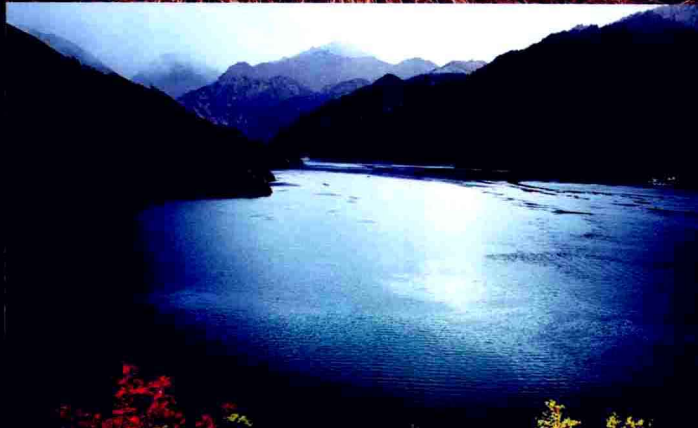
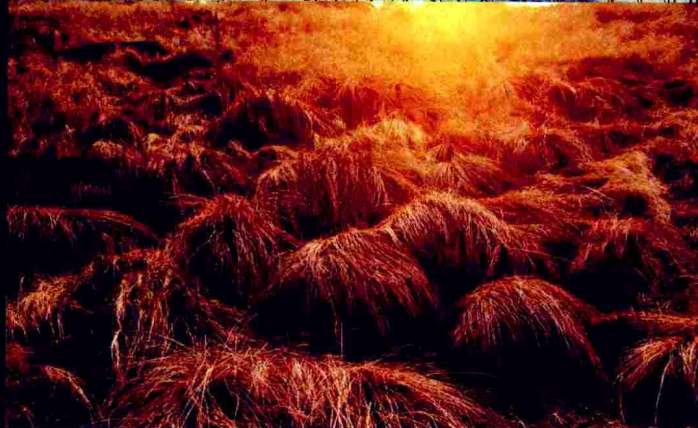
- 87 喀什·古巷 边陲古城的繁华与寂寞
- 93 魔鬼城·雅丹地貌 镜头中心的视觉天堂
- 99 塔什库尔干·帕米尔高原 男人最向往的豪迈疆土
- 107 喀纳斯·变色湖 密林深谷里的灵动净土
- 112 塔里木·胡杨 大漠之中的生之舞蹈
- 120 天池·高山湖泊 隐匿天山的蓝明珠

第四章 西藏

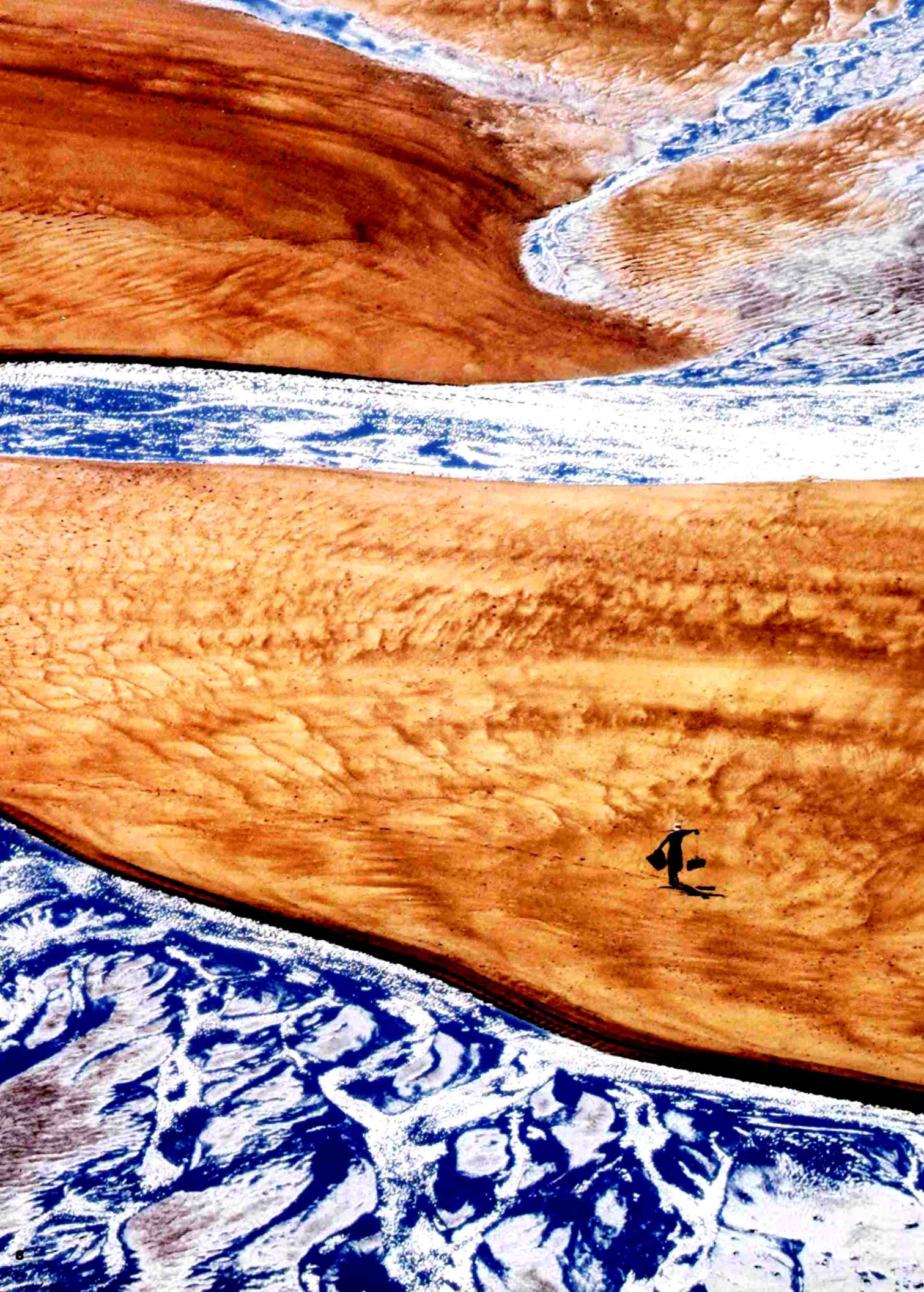
- 126 拉萨·孩子 透过镜头看天真的脸
- 132 纳木错·百变湖 神奇的人间仙境
- 139 阿里·荒野 离天空最近的地方
- 147 林芝·大峡谷 不只是高原江南
- 152 日喀则·饱和度 不打折扣的色彩
- 154 林周·黑颈鹤 冬日里萧然肃立的高原精灵
- 155 那曲·牧区 风吹草低见牛羊

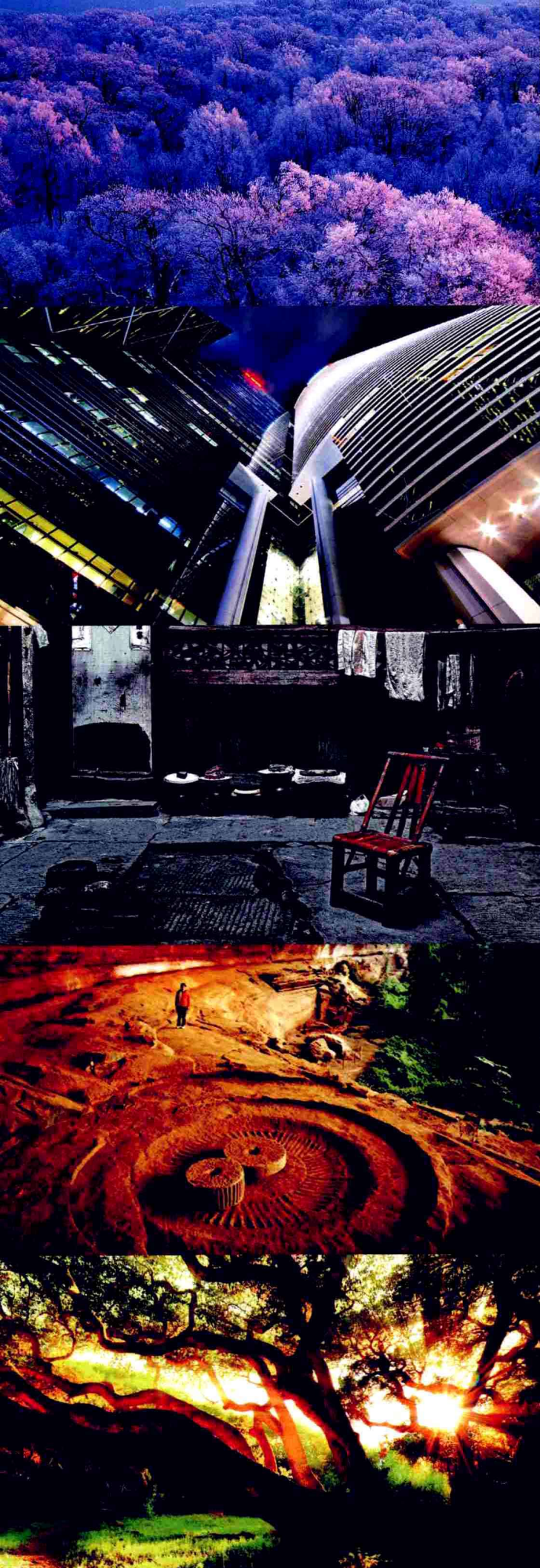
第五章 青海

- 159 塔尔寺·人文纪实 信仰之城众生相
- 164 黄河源·湿地生态 两个湖泊的诗意影像
- 171 青海湖·花海与鸟岛 处处经典大画面
- 174 玉树·赛马会 康巴的盛装之地
- 178 昆仑山·冻土荒漠 万壑纵横的山川脉络









目录 *Contents*

第六章 季节

- 180 盘锦·春季 记录打鸟的瞬间
- 184 哈巴雪山·春季 高山杜鹃花开成海
- 188 西双版纳·夏季 到热带雨林寻觅奇异昆虫
- 194 坝上·夏季 光影曼妙的盛夏草原
- 203 克什克腾旗地质公园·秋季 色彩浓郁的石林风景
- 207 九寨沟·秋季 在潋滟秋水里释放快门
- 211 箭扣长城·冬季 白雪覆盖的险峻长城
- 216 长白山·冬季 冷酷仙境里的梦幻色调
- 222 雾凇岛·冬季 银丝飞舞的朦胧仙境

第七章 城市

- 227 北京·胡同 原汁原味的市井生活
- 233 香港·夜色 捕捉通透的维多利亚港
- 236 上海·细节 “东方巴黎”的摩登与优雅
- 242 台北·盆地 海岛之北的城市景观
- 246 成都·茶馆 一座城池的逍遥派头

第八章 新经典

- 248 凤凰·民居 锁定“原生态”老宅
- 253 开平·移轴 横平竖直拍碉楼
- 257 同里·倒影 低下头来拍江南
- 261 西湖·剪影 光影中的轮廓
- 264 元阳·面孔 捕捉哈尼人的表情
- 268 婺源·朦胧色 晕染开来的淡墨乡村
- 270 亚丁·雪松 不为人知的秘境美景

第九章 天气

- 272 大兴安岭·晨雾 捉摸不透的五彩森林
- 277 梅里雪山·霞光 光线穿过云层的节奏
- 282 洞头·台风 台风将至的奇炫海景
- 284 德天瀑布·彩虹 最标准的中国装饰画
- 286 峨眉山·云海 流动于高山之间

第十章 中国风光拍摄

第十一章 风光拍摄后期制作秘笈

第十二章 专家顾问团



60个一生必拍之地

COLORS

色彩

土壤、滩涂、江河、林海、山石、岛屿……这些自然界常见的景色，到头说来都是被色彩涂抹的载体。当土壤有了万花筒的千般面孔，滩涂被光线照射出不同的景象，江河变成浑厚的绝响有了男人的生命，林海中到处散发着神奇的绿色光晕，山石被塑造成国画之大成，岛屿宛若流动的蓝色绸缎，色彩就成了取景框里无法抗拒的诱惑力。

13 东川红土地·五彩 苍穹下的千彩万花筒

18 霞浦·五彩 鸟瞰霞浦的五彩滩涂

26 宜宾竹海·绿色 淡淡的神奇光晕

31 陕北高原·黄色 质朴而苍茫的土地

35 壶口瀑布·黄色 浑厚而雄性的绝响

38 西沙群岛·蓝色 蔚蓝的流动绸缎

42 黄山·黑白 中国水墨画卷

46 雪乡·白色 纯净的童话王国

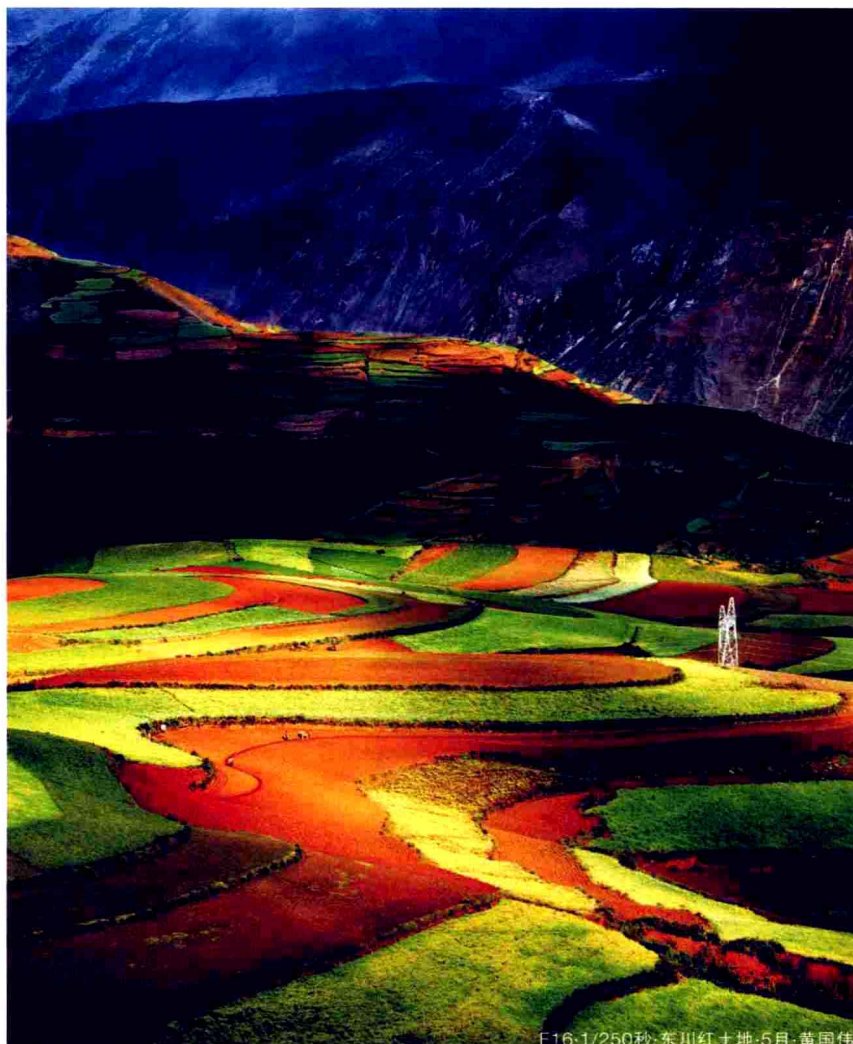


潘石屹

SOHO中国董事长，出生于甘肃天水。2003年出版摄影集《西行25°》

摄影就是一个工具，你不能陶醉于工具，关键是你的眼中要有画面。对于色彩这个主题来说，丰富才是美，不一样才是美。可以发现，在特殊的光影中色彩起了微妙的变化。因此，相机要时常带在身边，不要错过任何值得流连的景色。文中的陕北高原和壶口瀑布，除了黄色，其实还有许多惊喜。将镜头多注视生活在西北土地上的一个个鲜活的人吧！纯朴善良的人们会猛烈地撞击着影友们的眼睛，那边的人一听说要给他们照相，就会很紧张，可能马上把帽子扒下来，把头发弄整齐，还立正站好，表情很严肃的样子。他们觉得照相就一定要端端正正的。多多感受他们的质朴、坚忍和隐忍，还有那些坚定却未被察觉的幸福感。





F16·1/250秒·东川红土地·5月·黄国伟

60个一生必拍之地

色彩 COLORS No.1

东川红土地·五彩 苍穹下的千彩万花筒

文/李斌 图/黄国伟 吴惠英 杨诚 罗震

云南东北角这块土地似乎被历史感染了，呈现出一片赤诚的红。淳朴的人们在这片土地上世代生活，日耕夜息，把庄稼种植在每一片山坡之上。正是这种不经意的劳作，为这片赤诚的土地装点了丰富而生动的色块。

我们对于万花筒的印象似乎很久远，心中那份记忆却在不断提醒着色彩带来的感动。在云南东北角的这块神奇的红土地上，变幻莫测的色彩让我们找回了那份似曾相识的感觉。

每年5月中旬左右，是麦子收割的季节。在半径范围为20公里的高低山坡之上，大地平缓起伏的线条有着绚丽广阔的色彩，衬以蓝天、白云和高原上瞬息万变的光线，构成了红土地上独有的景观。每一分钟你所看到的景色都会有所不同：前一分钟还是灿

烂高阳，整个场景一片壮阔；后一分钟某块云团不期而至，挡住了部分光线，使得红土地光影交加，呈现出另一番景象。雨后彩虹也是红土地的常客之一，高原气候多阵雨，雨过天晴，你会在通透的蓝天上发现高挂着一道令人激动的彩虹。如果遇到云团厚实的日子，时不时会有一条难得的光柱从云雾缝隙之间穿梭而下，那束富有力量的光芒，打亮某块土地，鲜艳的色彩更是成为了画面中极具震撼力的焦点。

到11月中旬左右,一部分红土地翻耕待种,另一部分红土地上则已经种上了绿油油的青稞、小麦与其他农作物。远远看去,就像浑然天成的一块地毯,温柔地覆盖着大地。而此时也是红土地呈现出绚丽秋景之时,油菜、土豆、荞麦正在陆续收获,金黄色的成熟农作物,暗红色的待耕作红土,以及绿油油的冬农作物,构成一幅幅让人炫目的画作。这时候,秋天的云彩也会格外出色,可以为你的作品加分。

在红土地拍摄,打马坎、锦绣园、七彩坡都是非常好的拍摄地点,视野开阔,景色优美,可以拍摄红土地的色彩、线条和云彩。另外,由于锦绣园、七彩坡地势较高,拍摄日出日落也是很好的选择,而打马坎则更适合拍摄日出。



F11 · 1/125秒 · 东川红土地 · 3月 · 黄国伟

► 上榜理由

红色的土地,像原野上燃烧着的火焰。绿色的农田相间其中,成为美丽的点缀。这里的景象,比著名的巴西里约热内卢红土地更显壮美与丰富。

► 地理地貌

东川红土地指东川区新田乡花沟村花石头社方圆20公里左右的地域,这里地处乌蒙山区,海拔2000~3000米,属高原山区地貌,山岭纵横交错,红土丘陵一望无际。由于季节气候分明,在不同季节里村民会种植各种不同的农作物,洋麦花、荞子花、洋芋花、油菜花、萝卜花等。因此,在各个季节所拍摄到的画面色彩丰富。在高原变化不定的天气下,连绵起伏、大小不一的彩色山坡展示出一种天人合一的壮美景观。

► 最佳拍摄时间

5月中旬,主要拍摄红土地夏色,这时相对来说雨水天气比较多,遇上云海、厚云团的机会也相对较多,可以拍摄到光影不断变化的场景。并且这个时节色彩也十分清新丰富,整个红土地上呈现出非常优美的线条。

11月中旬,周边环境变成浓浓的秋色,天空的云彩也比夏季时变化有所不同,这时的红土地给我们的又是另一种温暖的感觉。





专家教你解决摄影难题

完美安排红土地丰富的视觉元素



拍摄攻略

红土地视觉元素十分丰富，地势起伏不平，在构图时怎样避免画面的杂乱？

由于红土地地处海拔2000多米的山地，因此景致起伏比较大。另外，红土地被各种农作物分割成色彩丰富的区域，形成很多线条和色块，以及农民的房屋、小片的树林、周边绵延的群山，这些丰富的视觉元素常常会让你的画面太过饱满而显得杂乱。此时，除了选择能避免构图杂乱的拍摄点外，镜头的选择也很重要。



1 用广角拍摄大场面，丰富的色彩与起伏的地势恰恰能够塑造出层次丰富、震撼人心的画面。若在拍摄时能够遇上阴云密布、雨后初晴等非正常天气，所得片子将会更具有视觉震撼力。



2 用中焦甚至长焦拍摄则可以避免画面分散的情形。因为中长焦镜头可以有效压缩画面，突出画面之中的视觉中心。例如弧形、波浪形、平形等地表线条都是不错的选择，如果在画面之中出现一所房子、人、动物，就会增加画面的生机。记得线条不能太多，否则会破坏整个画面的协调性，失去了焦点，那么你的照片也会失去灵魂。



专家提示

黄国伟：拍出红土地色彩的饱和度

红土地在自然的光影变幻下呈现出美丽的色块，想要把肉眼所见的漂亮色彩很好表现出来，可以在曝光上进行欠曝调节来获得比较满意的效果。在拍摄时，如果光线特别强烈，你可以欠曝1~2挡，这样拍出的片子就不会因为光线过强而使色彩变浅；如果是在阴天的情况下拍摄，则可以加曝光1/2至1挡，就能获得色彩饱和的片子。



器材使用

使用偏振镜缓解强光



1 首先必须用上遮光罩和偏振镜。可以有效减少强光对地面环境造成的影响，这样就不会因为错过某个瞬间的美景而懊恼不已。

2 选择合理的位置。在强光场景下，顺光的位置更有利于体现景物的色彩和细节。要充分利用自然光的条件来为我们服务，镜头之前的景色将会光线充足，色彩优美。如果我们处于一个逆光的位置，那么所得的片子将会由于太阳光直接入射镜头造成画面中明暗部分的光比过大，甚至还会产生光斑。