

2010~2012年，欧洲最畅销的自然摄影书  
德国专业摄影出版社 **GALILEO** 年度最畅销图书

我的第一本

# 自然摄影书

[德] 桑德拉·巴托查 [德] 马库斯·波采克◎著 高辉◎译

**Die fotoschule in bildern, naturfotografie**



巴托查 | 德国动物摄影家协会 (GDT) 副主席，德国《自然摄影论坛》杂志主编 获欧洲自然摄影年度奖  
国际自然摄影竞赛 (Asferico) 奖 德国摄影协会 (GfF) 年度百图全场总冠军 BBC野生动物摄影比赛冠军  
波采克 | 德国动物摄影家协会 (GDT) 主席，国际图片社Getty、Corbis合作摄影家

北京科学技术出版社

# 我的第一本 自然摄影书

Die fotoschule in bildern, naturfotografie

[德] 桑德拉·巴托查 [德] 马库斯·波采克◎著 高辉◎译

北京科学技术出版社

©2009 by Galileo Press  
Galileo Design is an imprint of Galileo Press,  
Bonn (Germany), Boston (USA).  
German Edition first published 2009 by Galileo Press.

All rights reserved. Neither this publication  
nor any part of it may be copied or reproduced in any form or by any means or translated  
into another language, without the prior  
consent of Galileo Press, Rheinwerkallee 4,  
53227 Bonn, Germany.

Galileo Press makes no warranties or representations with respect to the content hereof  
and specifically disclaims any implied warranties of merchantability or fitness for any particular  
purpose. Galileo Press assumes no responsibility for any errors that may appear in this publication.  
Simplified Chinese translation copyright ©2012 by Beijing Science and Technology Press

著作权合同登记号 图字：01-2010-7190

### 图书在版编目 ( CIP ) 数据

我的第一本自然摄影书 / (德) 巴托查, (德) 波采克著;  
高辉译. —北京: 北京科学技术出版社, 2012.9  
ISBN 978-7-5304-6014-6  
I. ①我… II. ①巴…②波…③高… III. ①风光摄影—摄影技术 IV. J414  
中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第156358号

### 在照片中学习自然摄影

作者: [德] 桑德拉·巴托查 [德] 马库斯·波采克	译者: 高辉
策划: 王辉	责任编辑: 邵勇
责任印制: 张良	图文制作: 博雅思企划
出版人: 张敬德	出版发行: 北京科学技术出版社
社址: 北京西直门南大街16号	邮政编码: 100035
电话传真: 0086-10-66161951 (总编室)	0086-10-66113227 (发行部)
0086-10-66161952 (发行部传真)	
电子信箱: bjkjpress@163.com	网 址: www.bkjpress.com
经 销: 新华书店	印 刷: 北京印匠彩色印刷有限公司
开 本: 787mm×980mm 1/16	印 张: 16.75
版 次: 2012年9月第1版	印 次: 2012年9月第1次印刷
ISBN 978-7-5304-6014-6/J·071	

定价: 86.00元

## 亲爱的读者朋友们：

这本书可谓令人赏心悦目，我无法再想象进入自然摄影更美丽的通道了！自然摄影家桑德拉·巴托查与马库斯·波采克通过一幅幅照片，向你展示了出色的自然摄影照片是如何产生的。他们所拍摄的照片使我们深刻地了解了一个古老的摄影智慧，即拍摄照片的不是相机，而是摄影者——当然前提是摄影者必须掌握足够多的摄影技术。

特别值得一提的是，在欣赏本书中的照片时，你还可以学到一些自然摄影的相关知识，这样不久之后你就可以在大自然中实现自己的拍摄理念了。让本书中丰富的照片来激发你的创意吧！这本书的照片是根据拍摄场景来划分的，比如第四部分的照片是在森林中拍摄的，这样你下次去森林中散步的时候就可以拍摄类似的题材。如果你准备去海边，那么第二部分的内容就是你拍摄海景的入门教程。如果你在拍摄前就已经深入研究了自己想要拍摄的首要主题，那么观赏者在欣赏你拍摄的照片时就会在仔细地端详这些照片同时，体验你拍摄这幅照片时的感觉。如果你还想查阅关于自然摄影其他方面的知识或重要信息，可以阅读附录部分的内容。

我希望这本书不但能带领你走进自然摄影，而且能成为你忠诚的朋友。欢迎你对本书提出自己的建议、意见或批评。最后，我祝愿你能快乐地漫步在此书中、漫步在大自然中！

亚历山德拉·劳赫  
伽利略出版社

邮箱：[alexandra.rauhut@galileo-press.de](mailto:alexandra.rauhut@galileo-press.de)

网址：[www.galileodesign.de](http://www.galileodesign.de)

地址：德国波恩莱茵韦尔克大街 4号

邮编：53227

# 目录

前言 .....	10
----------	----

## 山地

蓝色的平面 .....	14
感觉到的香气 .....	16
水平与垂直 .....	18
花影点点 .....	20
换一种方式 .....	22
信任 .....	24

## 海边

经典的海景 .....	34
处理对比度 .....	36
小旋转，大效果 .....	38
夏日、太阳、沙子和大风 .....	40
傍晚的回忆 .....	42
三维空间 .....	44
本源的观看 .....	46
阳光下的剪秋罗 .....	48
对照片内容的透视 .....	50
水中观景 .....	52
散景——溅落 .....	54

## 田野与牧场

主线 .....	64
三维 .....	66
孤树 .....	68
成行 .....	70
我看到了红色! .....	72

## 森林

幽灵森林 .....	80
让合适的光线通过 .....	82
变换视角 .....	84
一花一世界 .....	86
春天的信使 .....	88
多个太阳 .....	90
在阴影下绽放 .....	92
展现宽度 .....	94
有时只需抖一下 .....	96

## 湖泊与河流

曲流 .....	106
寂静的湖泊 .....	108
冰晶 .....	110
一切皆流淌 .....	112
色彩效果 .....	114
脑海中的照片 .....	116





一切都在计划之内.....	118
尝试着融入环境.....	120
全是粉色.....	122

## 湿地

晨光闪烁.....	130
变成蓝色吧!.....	132
晨雾.....	134
遭遇混沌.....	136
灯标.....	138
迷人的优雅.....	140

## 草原

晚起的家伙.....	144
凡事皆有其时.....	146
草甸之美.....	148
滴水中的世界.....	150
暮色中的蝴蝶.....	152
报春花.....	154
惊喜!.....	156
印象派摄影.....	158
360度处理.....	160
黑暗与神秘.....	162
站在正中间.....	164
无声胜有声.....	166

## 四季

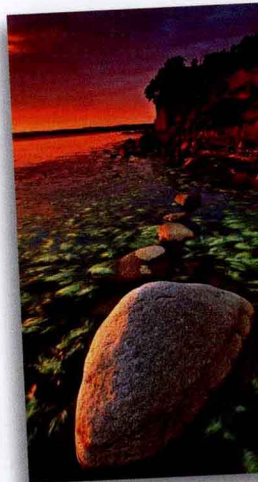
合适的契机.....	174
色彩的层次.....	176
紫色的梦.....	178
混乱的雪景.....	180
付出与收获.....	182
雪花.....	184
冰与火的结合.....	186

## 天气现象

风，风.....	190
湖中观雨.....	192
恶劣的天气.....	194
穿暖和点儿！.....	196
雪花.....	198
雾蒙蒙的天空.....	200

## 鸟类

有特征的头像.....	208
淡定的鸟.....	210
当两只动物打起来时.....	212
空间感与纵深感.....	214
这不是自然！.....	216
放下成见.....	218
树林中的猫头鹰.....	220







飞吧! .....	222
逆光 .....	224

## 哺乳动物

驱车逐鹿 .....	228
冬天的狼 .....	230
行动吧! .....	232
兔子拉力赛 .....	234
豺獠 .....	236
母子纷争 .....	238

## 黄昏与夜色

混光之境 .....	242
夜间的“海盗” .....	244
月亮升起来了 .....	246
一个寒冷的清晨 .....	248
绕一圈 .....	250

## 形态与纹理

水中鱼 .....	254
巴洛克式的形态 .....	256
水的试验 .....	258
冲到岸上的财宝 .....	260
冰花 .....	262

## 附录

你需要哪些摄影装备? .....	26
光圈与曝光时间 .....	56
寻找主题 .....	74
照片构图的基础 .....	98
自然摄影的光线 .....	124
自然摄影中的道德 .....	168
照片处理的基础知识 .....	202
除此之外.....	264
致谢 .....	266



### 小提示:

在正文旁的“技术”部分，分别列出了拍摄照片时的焦距、光圈值、曝光时间、感光度和照片的存储格式，以及拍摄会用到的其他装备和相关技术。

50mm	焦距
f6.3	光圈值
1/125s	曝光时间
ISO 100	感光度
RAW	存储格式（原始图像编码数据）

# 前言

如果你选择拿起这本书，就说明你可能与我们一样热爱大自然，并且很想通过镜头捕捉你在大自然中看到的景物。自然摄影意味着拍摄者经常需要风雨兼程，要知道这可不是什么甜美的回忆。很多时候为了拍出一幅理想的照片，摄影者必须吃苦受累。对很多自然摄影者而言，只要处于“拍摄状态”，身体所受到的损害往往是次要的。当拍摄者站在齐膝深的、寒冷的水中拍摄时，经常是在拍摄完的返程途中才会注意到自己的脚几乎已经冻僵了。其实这倒是个很好的信号，说明摄影者在拍摄时将注意力完全集中在了首要主题上，丝毫没有注意任何外在干扰因素。

在我现在看来，我第一次尝试在拍摄中有意识地构图并没有成功。此外，我也曾专注于拍摄一些具有写实性的照片（类似绘画中的临摹），可是对我来说这就如同将自己塞进僵硬的紧身衣中，而不是拍摄出属于我的照片——不是通过我的视角再现主题。过了一段时间之后，我才热衷于拍摄自己在主题中所见到的以及通过观察所感受到的东西。然而，拍摄一幅优秀照片的前提条件是，摄影者为所见之物而感到兴奋，从而将热情注入自己的作品。

现在，能唤起我的拍摄欲的往往是那些微不足道的小东西。它可能是一片晶莹剔透的雪花，也可能是我在回家路上看到的那些摇摇欲坠的悬铃木的果实。一双善于发现的眼睛、强烈的好奇心、不断地追问以及高度的专注力，这些都是帮助你找到拍摄主题所必需的。再加上你通过照片捕捉到的视觉表象（色彩、形状等），这些因素是构成一幅非同寻常的、极具试验性的作品的前提。

自然摄影可谓千头万绪，本书无意也无法将所有的幼苗都修剪成参天大树，我们只想向摄影爱好者介绍一些自然摄影方面有价值的知识。对我们来说，重要的是让摄影爱好者将自己的爱好付诸行动，创造属于你的图像语言。

桑德拉·巴托查

当我和桑德拉知道要与对方合作创作这本书时，我们也曾犹豫过——我们拍摄的照片风格是否一致，如何让这本书展现一致的风格。很长一段时间内我们都不能确定要不要出这本书，但是有一天我们突然明白了：我们确实是两位风格不同的摄影者，而且我们也没必要让这本书的风格完全一致。举个例子来说，我大力颂扬三脚架的功用（这当然要视情况而定），而桑德拉却希望摄影者能从三脚架的束缚中解放出来——至少在许多微距摄影的情况下如此。

在照片的选择上我们也有一些不可避免的争执，但是随着时间的推移，我们的观点发生了变化：与刚开始的时候不同，我们不再将某些差异看做问题。恰恰相反，尽管我们已经认识一段时间了，但是我们还是能够发现对方在摄影上创新的一面，而且我们还确信创新的一面正是我们彼此可以相互学习的。但是，这种过于和谐的合作方式并不能为我们带来更多新的东西，反倒是其他人的观念和思维方式能够带给我们新的冲动。在生活中，我们并不是总能找出和自己立场相同的人或事，并从中得到对自身的肯定，而是要通过自己与他人的比较、交流而得以发展。交流与接触越是不同、越是多样，最后的收获也就越丰厚。对自然摄影而言，这一点也同样适用。

也许对一本画册或是一场展览而言，完全的协调一致不失为明智之举。但是对一本想要尽可能丰富、多样地讲述自然摄影的书籍而言，论调是否一致其实并没有那么重要。在我看来，正是因为有分歧，我们才不会将那些所谓的常用拍摄法则直接摆在读者面前，而是会为他们的拍摄提供一些意见。书中不同的观点能够打开读者的眼界，让他们用自己阅读得出的结论，拍摄出属于自己的照片。我和桑德拉既有共同点，也有差异。我希望，你在拍摄时可以充分运用书中显现出来的那些共同点和不同点。如果你之前没有想过拍摄自然摄影照，而看过此书后你有了拍摄自然风光的热情和冲动，那我们就成功了——这可是件大快人心的事。

马库斯·波采克





## 山地

山间草甸——那是一个充满梦幻的动物世界，也是一幅引人入胜的全景图。连绵不断的山脉为我们提供了丰富的拍摄素材，但同时也要求我们在拍摄时采用多样化的切入方式。

蓝色的平面 14

感觉到的香气 16

水平与垂直 18

花影点点 20

换一种方式 22

信任 24

你需要哪些摄影装备？ 26

# 蓝色的平面

没有什么场景是不能拍摄的。即使是那些“被判死刑”的主题也不应该妨碍你拍摄出自己想要的照片。

所有人都应该学会借助别人的眼睛来看待自己周围的环境。比如，对生活在海边的人而言，他们对自己眼前的这片大海太熟悉了，以至于看不出其中发生的细微变化。同样，我们每个人的生活经历也决定了我们会如何构思照片、拍摄照片，以及对其他摄影师的照片会作何评价。

我生长在德国东北部——作为动感海滩的典型，吕根岛上的卵石海滩人尽皆知——那里离大海不远。与欧洲其他国家相比，德国的海岸线并不算长，我的生活离不开自由的土地和自由的视野。在拍摄自然景观时，最先吸引我的是延绵的山脉，因为在拍摄这个主题时我可以一边拍摄一边环顾四周不断变化的景物。戏剧化的天气变化以及由对角线和水平线所组成的各种各样的构图都可能让我着迷。

当我到达拍摄地点的时候，太阳已经落山了。山谷中弥漫着浓重的雾气，这就使呈波状起伏的山脉之间呈现出美妙的变化。我想类似的照片会以百万种形式存在于全世界的硬盘中，因为这是一幅典型的以山景为题材的照片。然而这种场景对我却有着特殊的吸引力，吸引我去拍摄属于我的版本。拍摄时我运用了长焦镜头取景，在镜头内寻找出尽可能多的线条，同时尽量减少画面中会分散观赏者注意力的因素。

## 技术

370mm | f18 |  
0.3s | ISO 200 |  
RAW | 三脚架

## 图像处理

色阶

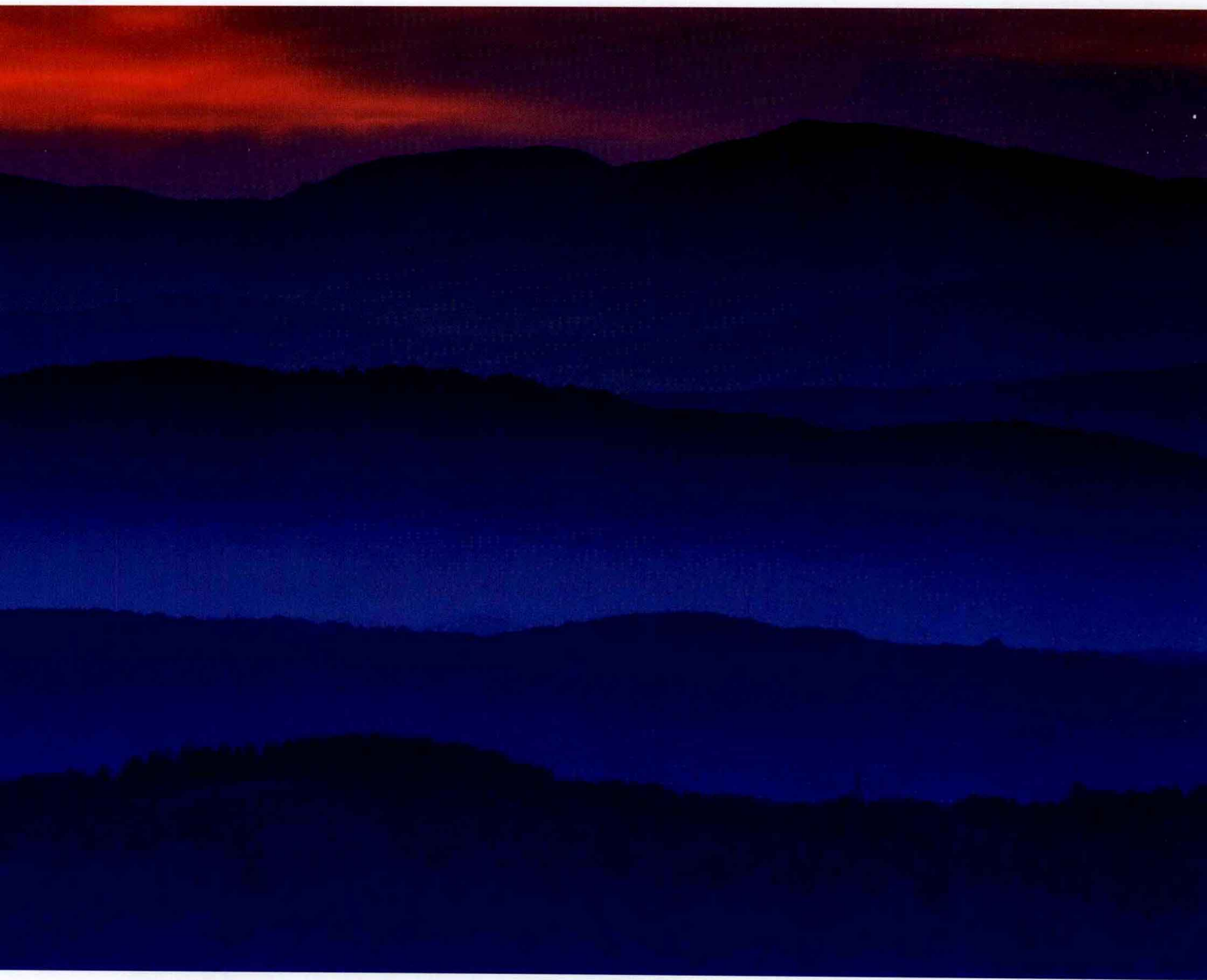
## 拍摄地点

意大利波利诺国家公园

## 摄影师

桑德拉·巴托查





在峰峦起伏的山谷中，蓝色的光线与殷红的落日余晖形成了鲜明的对比。



# 感觉到的香气

想要捕捉景物的本质，需要快速分析场景中最重要的元素。

想要拍摄出能在情感上触及和感动观赏者的照片，你就必须将自己在拍摄情景中的情感转移到最终的照片中。

要实现这一点，首先要明确：在这个场景中你最感兴趣的东西是什么。是主题的形式与结构本身，还是颜色的布局，或者是拍摄场景周围的光线，还有可能是光线对主题的表现方式？这些听起来似乎冗长的分析过程，在实际拍摄时只会发生在短短的一瞬间，也许只要几分之一秒你就可以做出决定：要将最重要的元素完美地摄入照片中，哪些镜头和技术是必须运用的。

拍摄这幅照片时，我先是拍摄了好一会儿夕阳下的兰花，之后才将全部的注意力集中在选择细微的片段——开放的单株植物上。这时我注意到了夕照如何在草丛和衰败的花束上重现自己，前景中的野竹兰在静谧的紫色中绽放。对我来说，拍摄的关键是抓住夏天的感觉：日落前的最后一束光照射在美丽的山间草甸上。为了使这幅照片“带有”芳香的气味，我选择用中长焦距和大光圈进行拍摄。拍摄时将焦点放在了草丛上，这是为了将眼前的野竹兰简化为模糊的色块，强烈的逆光则充分发挥了它的力量。尽管太阳周围的那块模糊区域没有包含多少颜色信息，但它并非是无要紧要的，这种耀眼的明亮反倒为照片的氛围增色不少。



## 技术

70mm | f2.8 |  
1/125s | ISO 200 |  
RAW | 灰度渐变  
滤镜

## 图像处理

阴影/高光

## 拍摄地点

意大利波利诺国家  
公园

## 摄影师

桑德拉·巴托查