



风光摄影的
Knowledge and Skills
behind the Lens

技术与思维

董冬 著



浙江摄影出版社

策 划 人 高振杰

责任编辑 郑幼幼

文字编辑 高振杰

装帧设计 小 欣

责任校对 朱晓波

图书在版编目 (CIP) 数据

风光摄影的技术与思维 / 董冬著. — 杭州 : 浙江摄影出版社, 2012. 1

ISBN 978-7-80686-968-0

I. ①风… II. ①董… III. ①风光摄影-摄影技术
IV. ①J414

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第161832号

风光摄影的技术与思维

董冬 著

全国百佳图书出版单位

浙江摄影出版社出版发行

(杭州体育场路347号 邮编: 310006)

电 话 0571-85159646 85159574 85170614

网 址 <http://www.photo.zjcb.com>

经 销 全国新华书店

制 版 绍剑影像工作室

印 刷 浙江影天印业有限公司

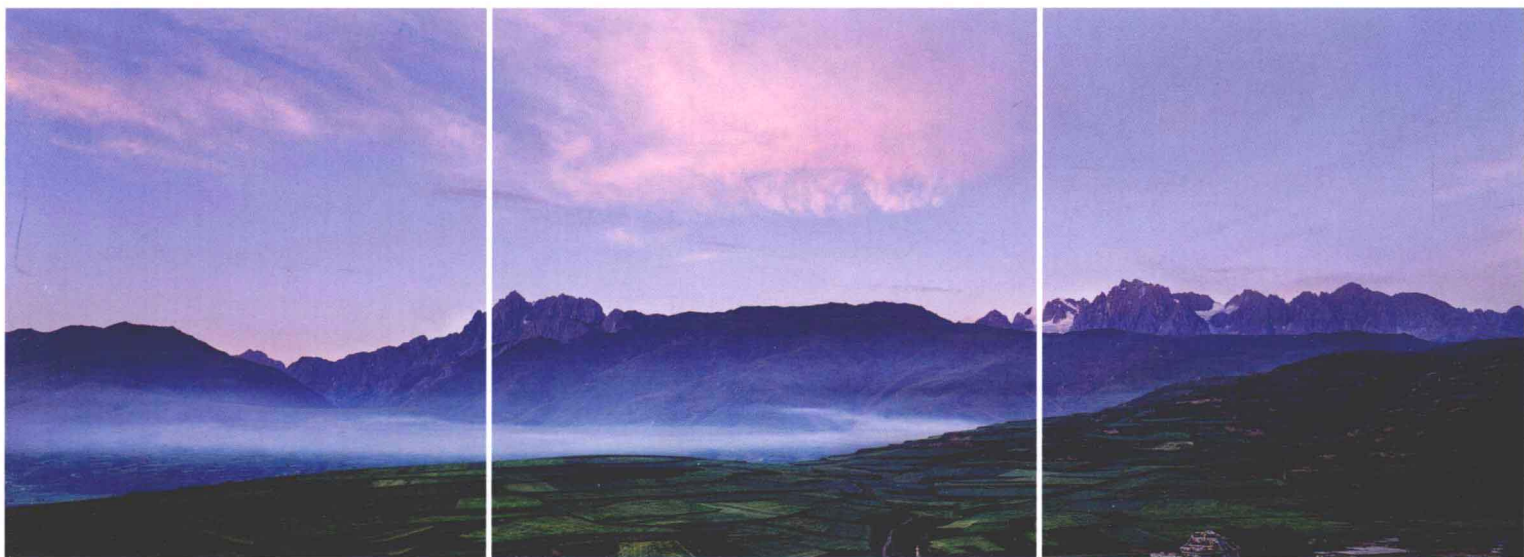
开 本 965×1270 1/16

印 张 12.25

2012年1月第1版 2012年1月第1次印刷

ISBN 978-7-80686-968-0

定 价 78.00元

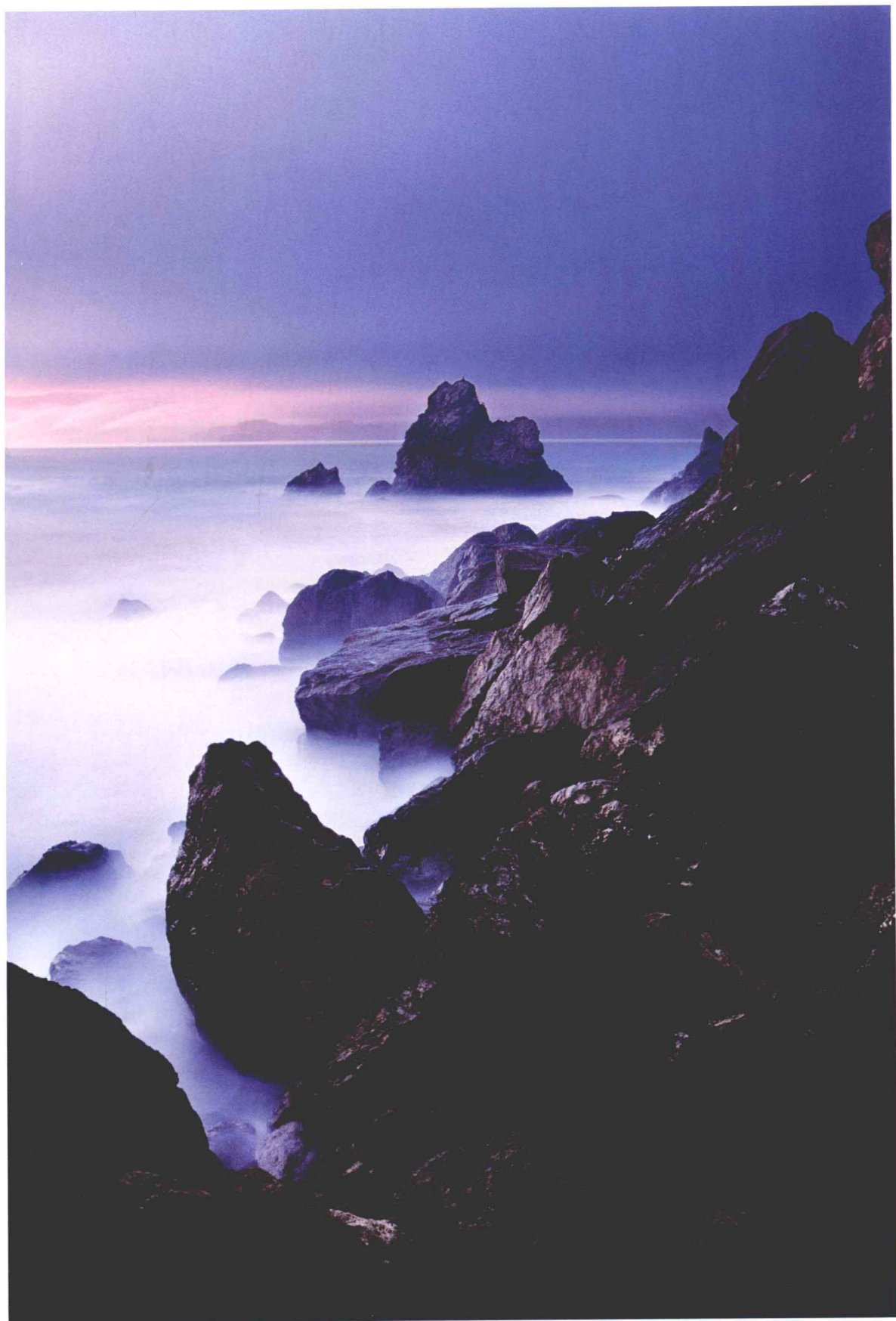


风光摄影的技术与思维

Knowledge and Skills behind the Lens

董冬 著

 浙江摄影出版社



编辑手记

董冬是一位勤奋的摄影人，他年轻、真诚、执著、严谨且富有创造力。此次有幸出版他的著作，让我着实激动了一番。自从“西部”的海洋给予他拍摄的灵感，他在风光摄影的道路上已走过十多个年头，承载着他无数的梦想和回忆。风光摄影是美的艺术，通过它我们寻找到心灵的慰藉。书中所谈的风光摄影，凝结了作者珍贵的摄影经验和心得，他的慷慨让我们有幸得知他成功拍摄的秘密。有人或许会以为技术是何等的重要，但它却永远成不了首要。董冬会告诉我们，只有在成熟的思维下，技术才能够发挥它的光芒。可期待的是，本书不仅盛满了技术，更贯彻了某种成功拍摄的思维方式。

本书编辑 高振杰



目 录

1st Week 关于构图

Day 1	构图的逻辑	12
Day 2	黄金分割	15
Day 3	景物的细节和线条	19
Day 4	前景的运用	23
Day 5	理解景深	26
Day 6	学习大画幅的构图方式	28
Day 7	平衡与规则	32

2nd Week 学习曝光

Day 1	曝光原理	37
Day 2	测光模式	40
Day 3	正确曝光	43
Day 4	曝光技巧	46
Day 5	曝光补偿	48
Day 6	光域的控制	51
Day 7	曝光与创意	52



◀ 2009 | 冬给措纳湖，青海

3rd Week 理解光线

Day 1	识别光线	58
Day 2	光的色彩	61
Day 3	了解光线的变化	62
Day 4	光线的把握（一）	64
Day 5	光线的把握（二）	67
Day 6	闪光的魔力	71
Day 7	追逐光线	72

4th Week 一年四季

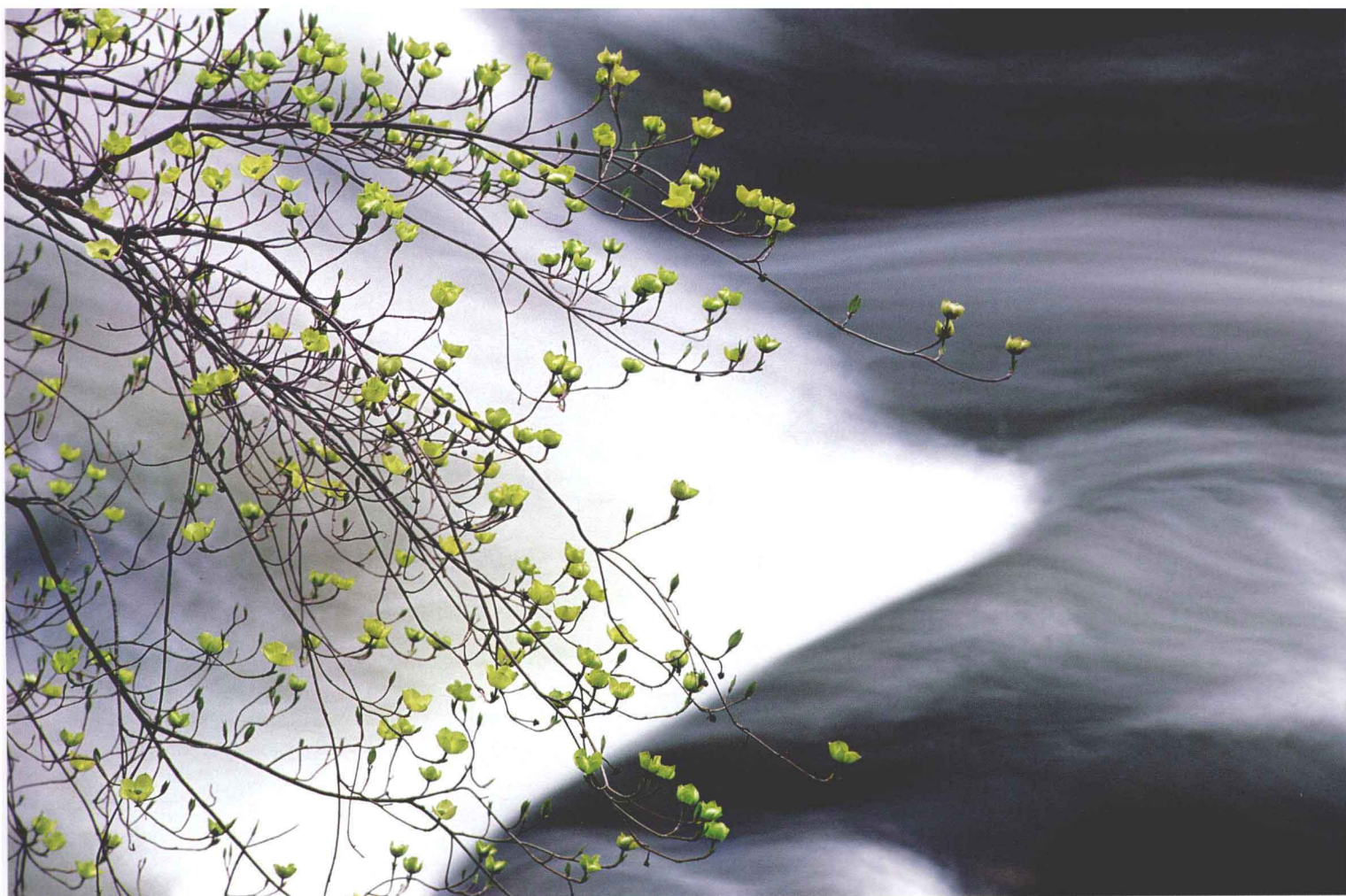
Day 1	季节与摄影	76
Day 2	季节与主题	78
Day 3	春季的拍摄	80
Day 4	夏季的拍摄	84
Day 5	秋季的拍摄	86
Day 6	冬季的拍摄	90
Day 7	四季拍摄的五个要素	93

5th Week 不同景色的表现（一）

Day 1	太阳的拍摄	98
Day 2	日出日落的拍摄	100
Day 3	天空的表现	102
Day 4	日月交替的拍摄	105
Day 5	夜景的拍摄	106
Day 6	偏振镜与风光摄影	109
Day 7	色彩的把握	110

6th Week 不同景色的表现（二）

Day 1	土地的拍摄	116
Day 2	植物的拍摄	118
Day 3	雷雨天气的拍摄	123
Day 4	雾中景物的拍摄	126
Day 5	雪景的拍摄	129
Day 6	海的拍摄	132
Day 7	水的多样表现	137

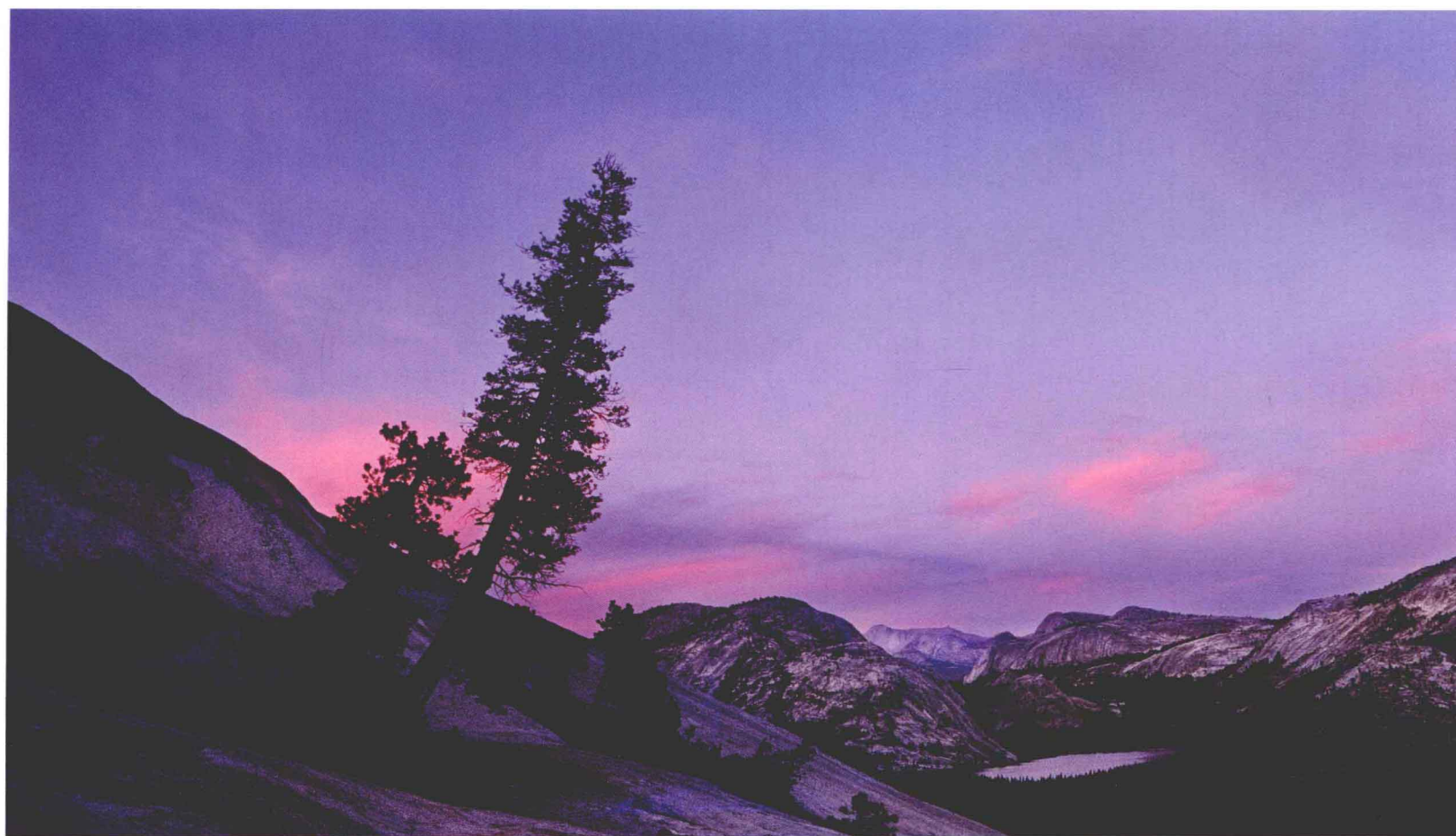


7th Week 不同景色的表现 (三)

Day 1	人物与风光摄影	142
Day 2	利用人为景物	146
Day 3	动物与风光摄影	148
Day 4	把握自然的格局	152
Day 5	加强画面张力	156
Day 6	微距拍摄的运用	161
Day 7	动态风光摄影	163

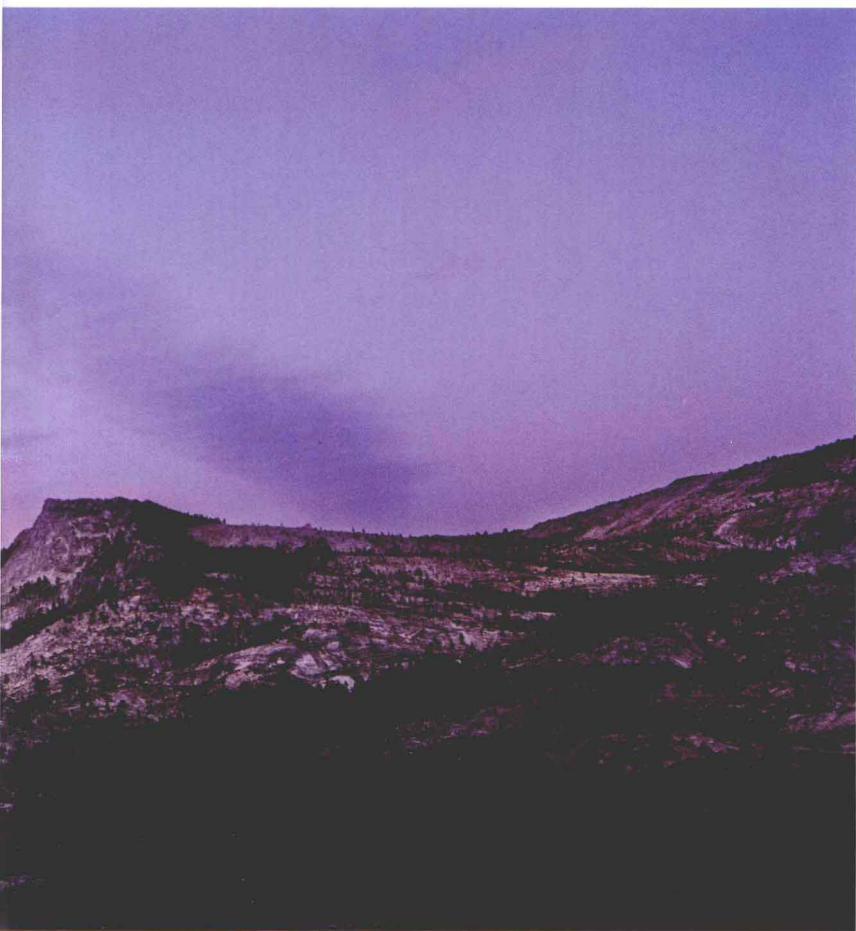
8th Week 深化风光摄影

Day 1	风光摄影	166
Day 2	再谈用光	168
Day 3	“Zone System” 和 “预想法”	170
Day 4	抽象画面的展现	174
Day 5	黑白影调	178
Day 6	练习再练习	184
Day 7	作品的展示与保存	186



▲ 2006

约塞米蒂国家森林公园，美国加利福尼亚州



嗨！朋友：

每当我站在旷野中拍摄，
我总相信自己可以把美传递给每一个人。
也许我一生都不会看到你的面孔、你的双眼，
但我知道你在那里审视着我的内心。

一种交流，
这种交流让我真实地快乐着。
当你看到我的作品，当你进入到我的世界，
我可以感受到，
就如同我们并肩而站手拉手，也许是相拥而笑。

多年来从没有停止过拍摄，
也许永远都不会停止。

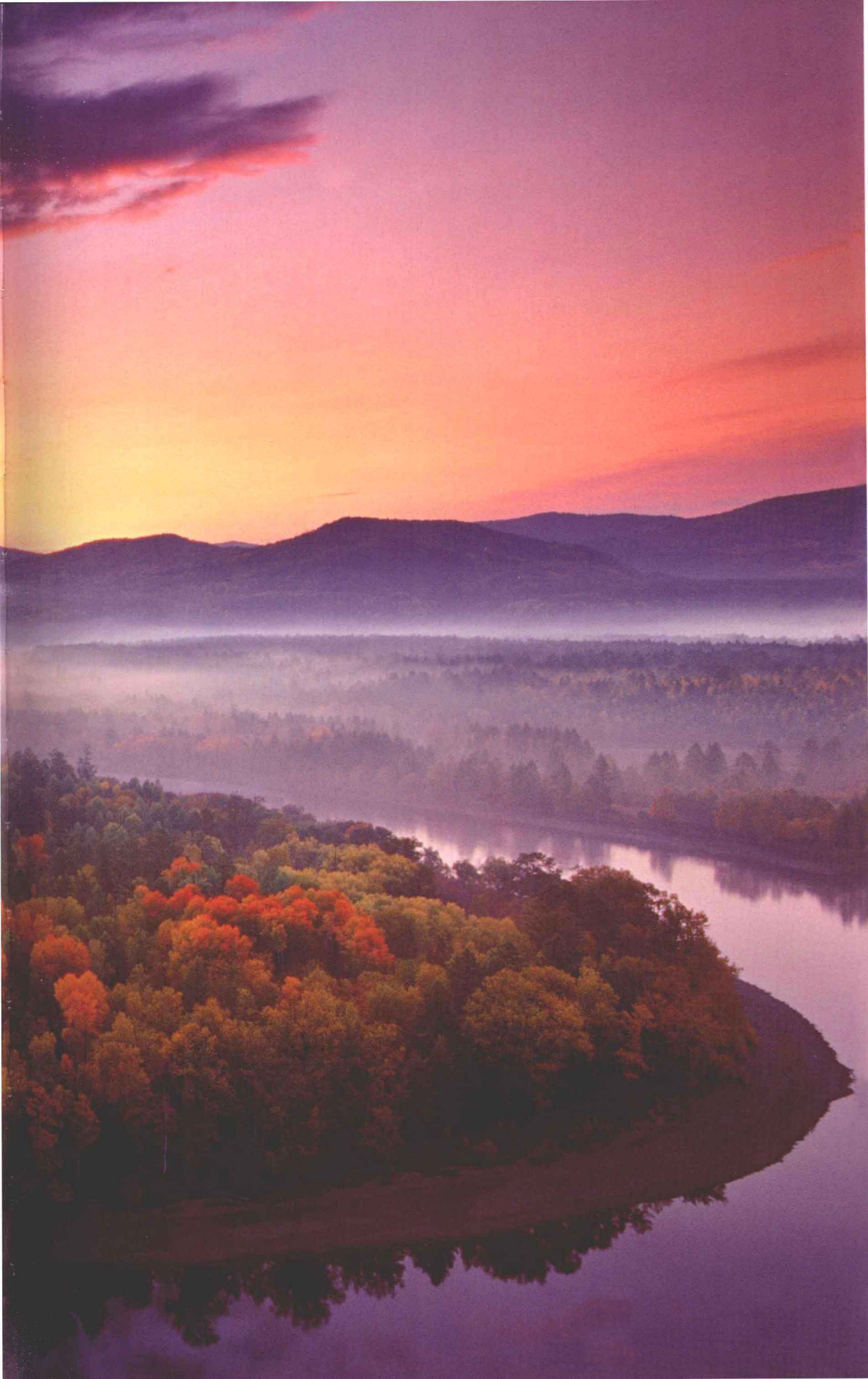
我知道没有更多的方式可以让我去表达自己，
所以希望用图像传递我的声音。
如同各个生活的片段，有高，有低，
品尝其中种种……

拍摄生命的存在，
见证经历的色彩，
保留感受的瞬间，
与你分享所有，
这也许是可以找到的最自然的方式。

希望这一切瞬间能使你感受到生命的欢喜，
当然这也同样让我快乐，因为这是我爱的事情。

董冬（绍剑）





1st Week
关于构图

Day 1

构图的逻辑 “利用摄影语言赋予画面生命”

摄影是一种语言。好的风光摄影作品通过构图来对景物主体完成这种摄影语言的表达，使观看者产生交流并引起共鸣，也就是所谓的“感觉”。摄影者或多或少都会了解并掌握一些构图的技巧和规则，但在同一时间同一地点，每个人拍摄到的影像会不相同，甚至完全不同。原因很简单，构图是个人主观世界的产物，思考的逻辑不同，表达景物的逻辑亦不相同。在现实中我们经常看到不同的优秀构图可以发生在同一个主体上，成功只说明了拍摄逻辑的通顺。

画面简洁这四个字是很多摄影人的构图法宝。但简洁两字不仅仅是简单的“减法”，或从画面中尽量删掉某些景物，而是有关选择。清晰简明地表达画面中各视觉元素之间的逻辑，每个元素有了存在于画面的合理性，也就做到了成功运用摄影语言来表达画面意蕴。同时，在很多情况下，失败的构图也可以通过重新调整画面中的元素来补救，调整机位，改变主体和其他景物之间的距离关系，使之产生良好的逻辑关系。

对于摄影的初学者，应该有意识地思考如何利用各种规则、不规则的线条、色彩、形状、影调、细节、轮廓等可见元素之间的逻辑关系，赋予其“生命”，使画面生动鲜活起来。对此，提高的最好办法是更多地通过取景器来练习构图，换句话说，就是学会像相机一样“看世界”，并每次问自己两个问题：

- (1) 画面要传递出的信息是什么？
- (2) 其包含元素的逻辑关系是否正确？

好的作品会清晰地传递信息，得当的表达更可以迫使观看者把目光停留在画面上，并沉浸于视觉外的想象空间里。在讨论各种构图规则前先谈到逻辑的原因是，解放我们的思想，不被各种条条框框束缚，技巧是用来实现我们的主观创作逻辑的。

► 2005 | 美国西海岸风光

在构图中，我们选择与众不同的景物。当看到这个枯木的场景时，我希望结合阳光来构图。阳光是生命之源，这样的画面就产生了反差与相互依存的逻辑关系。尼康相机，17-35mm镜头，快门速度 1/10秒，光圈 F/22







Day 2

黄金分割 “巧妙地学习视觉的最佳角度，设计构图”

三分法提供了一个在构图中安排主体位置的参考线。从取景器中看出去，把画面按井字划分，寻找主体在哪个横竖交叉点上最为合适。在以下几种情况下思考如何使用三分法：

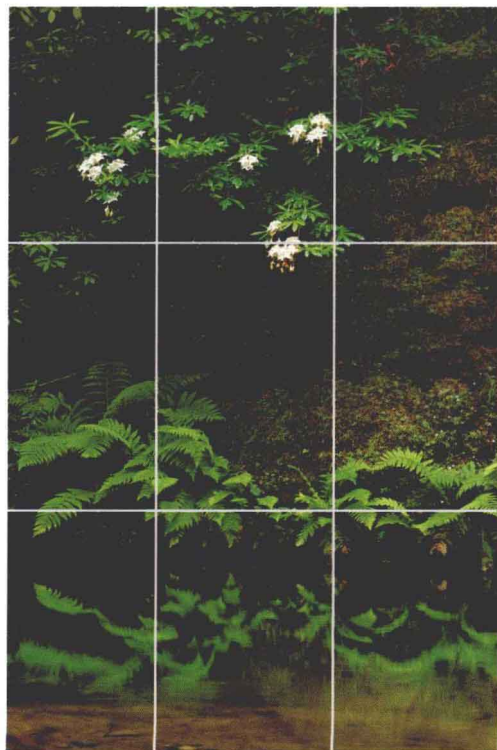
(1) 左到右：如同我们读书。当我们读图时一般也习惯从左到右观看。所以，在拍摄中注意把主体放置在贴近左边的分割线上来迎合视觉的习惯。

(2) 移动的方向：给移动的景物留出足够的空间来继续伸展。比如，风中的植物、运动的人或动物，通常我们可以把主体安排在三分之一处，留出三分之二的画面来向主体运动的方向延伸，从而给观看者以足够的想象空间。

(3) 充满画面：当拍摄较大主体或微距时，思考利用“井”字上部的两个交叉点，避免使画面出现过多的空白。

(4) 主体过小：如果拍摄主体过小，画面中通常会有大面积的空白产生，可以尝试在较远的画面中安排第二主体。第一主体和第二主体的位置安排可以参照三分法为基本点来调整。

(5) 天空的拍摄：当天空有云彩，或色彩值得表现时，把地平线安排在下面三分之一处。相反，如果天空空洞无物，依据图片中的情况可以移动地平线到上三分之二处。



我在小图上画上了三分交叉线，你可以按照相同的办法来检验你有多少图片的构图是按照“三分构图法”来完成的。图片中兴趣点的交界恰好在横竖线的交叉点上。在平时的拍摄中，我通常没有刻意去运用三分法构图，但我发现很多构图都会自然遵循这一规则，因为这样的画面看起来更舒服。

如同所有的艺术门类一样，任何规则都不可能是唯一的最好选择。三分法同样也只是设定了一个基本的合理构图点，摄影者可以根据不同的情况再进行调整以得到最佳效果。

◀ 2007 塞罕坝国家森林公园，内蒙古

我在构图时利用了夕阳和鲜花的相互呼应关系来表现这种自然中的大美，空旷广大的画面让人感到温暖平静。尼康相机，17-35mm镜头，快门速度 1.5秒，光圈 f/22

▲ 2005 美国加利福尼亚州景色