



江之源
飞思数字创意出版中心
监制 编著

摄影师大江多年后
期经验的完全奉献，
提升照片品质的完
全秘笈。



摄影师后期手记——

LIGHTROOM 4

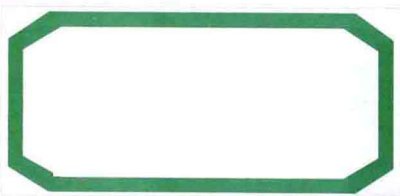
提升照片品质全攻略



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

CD-ROM

江之源
飞思数字创意出版中心
编著
监制



摄影师后期手记——

LIGHTROOM 4

提升照片品质全攻略



电子工业出版社
Publishing House of Electronics Industry
北京·BEIJING

内容简介

Lightroom是面向数码摄影、图形设计等专业人士的一款软件,为用户提供高效、稳定地导入、管理、修改及导出数码图像等功能。借助它摄影师只需花费较少的时间分类排列和组织图像,从而有更多的时间编辑图像或者投入到无限的前期创作事业当中去。

本书在系统地阐述使用Lightroom软件对数码照片进行导入、管理、修正、编辑、导出、打印等一整套的基本操作方法的同时,通过大量的实例着重分享了一些调色、特效等后期技法以及一个摄影师可能想知道的Lightroom的综合运用。

随书光盘精选80个风光预设、80个人像预设和80个特殊功能预设,并包括实例素材及源文件、效果文件。

本书适合摄影爱好者、修图爱好者、专业摄影师以及专业修图师等相关行业多个技术层次的读者阅读。

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

摄影师后期手记:Lightroom 4提升照片品质全攻略/江之源编著.

北京:电子工业出版社,2012.6

ISBN 978-7-121-16934-2

I. ①摄… II. ①江… III. ①图形软件 IV. ①TP391.41

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第085309号

责任编辑:何郑燕

文字编辑:赵英华

印刷:北京天宇星印刷厂

装订:三河市皇庄路通装订厂

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:19.75 字数:512千字 彩插:2

印次:2012年6月第1次印刷

印数:4 000册 定价:79.00元(含光盘1张)

参与本书编写的人员有:江之源、陈芋宏、王小龙、康宁、陈磊、胡兴、郭长刚、林宝贝、赵尹航、洪志思、李自力、方若平。

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。

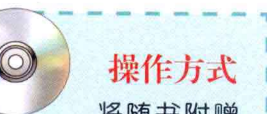
服务热线:(010)88258888。







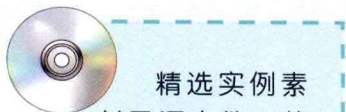
光盘说明



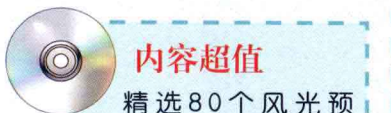
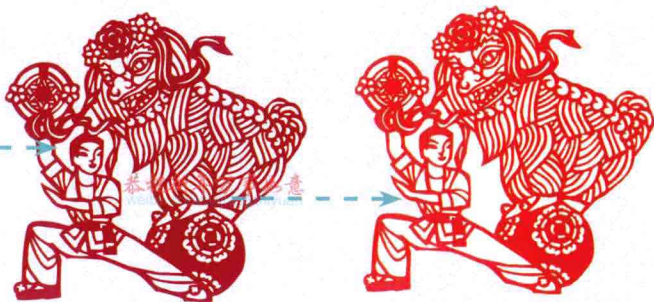
操作方式
将随书附赠

将随书附赠

的CD光盘放入光驱中，几秒钟后，在桌面上双击“我的电脑”图标，在打开的窗口中右击光盘所在的盘符，在弹出的快捷菜单中选择“打开”命令，即可进入光盘内容界面。



精选实例素材及源文件、效果文件



 **内容超值**
精选80个风光预

精选80个风光预设、80个人像预设和80个特殊功能预设

风光预设

人像预设

特殊功能预设

- [illegible]

推荐序

首先衷心地祝贺大江（江之源）将自己的心得体会集册成书并顺利出版！阅读过样章后，大江说希望我写个序，真是让我欣喜万分，又诚惶诚恐。欣喜的是，终于看到国内出现了Lightroom的专业中文书籍，迫不及待地想分享给更多的朋友们；惶恐的是，我只是业余爱好者，在专家面前实在是班门弄斧，这里仅谈谈我个人的一点点体会。

“桃李无言，下自成蹊”，Lightroom这款软件就是在这样的理念下悄悄在摄影师间普及开的。对于Lightroom，Adobe并没有做太多的广告投入，起码在中国是如此。然而在现如今，其知名度和口碑却是远超尼康NX或者佳能公司的DPP系列。

Lightroom主要是面向数码摄影、图形设计等专业人士的，主要是为了给这些用户提供一个高效、稳定地导入、管理、修改及导出数码图像的综合服务而设计的。它能让摄影师花费较少的时间分类排列和组织图像，从而有更多时间编辑图像或者投入到无限的前期创作事业当中去。此外，Lightroom完全使用高级脚本语言设计，具有更大的可扩展性，支持大量第三方插件，能让你的后期之路更加丰富。此次低价推出的Lightroom 4 更是创造性地增加了多项新特性，其中包括支持视频文件、支持谷歌地图地理信息标签和HDR制作等多项功能。

与Photoshop不同的是，Lightroom的定位更为精准，因为它是面向摄影师行业的。而Photoshop是面向设计类行业的，包容性更大一些，知名度也更高一些。以至于很多国内的朋友都会将“照片后期处理”跟“PS”画上等号——这一点从严格意义上来说是不准确的。

同为摄影爱好者，我个人就非常喜欢使用 Lightroom 来管理、处理我的照片。不过遗憾的是，国内对于 Photoshop 的书籍非常丰富，也涌现出一大批PS高手。但是对于Lightroom 的书籍却是少之又少，甚至只能从一些专业摄影论坛获取只字片语的心得跟技巧。在一次跟大江的偶然交流时听闻他也喜好这款软件并且颇有心得，那时应该就算是这本书的萌芽期了吧。

作为 Adobe 中国社区经理，同时也是大江的朋友，于公于私我都在时刻关注着这本书

的写作进程，同时也是饱含期待的。不仅是因为大江在摄影上取得的成就，更是因为他是一个踏实、宽厚、值得尊敬的人以及他一丝不苟的行事准则。

关于这本书适合的阅读人群，我个人的建议是：如果你初涉 Lightroom 或者刚接触摄影后期，那么你肯定能从这本书中了解到你想了解的一切非常详细的基础操作步骤；如果你以前就用过 Lightroom 4 之前的版本，那么这本书中详尽介绍新版功能与使用的地方一定也会让你获益匪浅。作为一个出色的摄影师，大江精致的照片和幽默的语言一定能为你的摄影后期之路送去一份力量、增加一份乐趣、提出一份建议。

最后，祝福那些一直在路上的专业摄影师或摄影爱好者们，希望通过Lightroom 的帮助可以创作出越来越多满意的作品！

段力博

Adobe中国社区经理

序：回归摄影本身

很多朋友觉得胶片摄影才是艺术的、严谨的。数码摄影的便捷性反而被诟病，恰如只需按快门一样轻描淡写、不值一提。同样，对数字暗房（后期软件）有一些抵触情绪也是可以理解的。很大范围的人都会传导着一个信息，就是用后期软件修改过的照片是低廉的、贬义的，是前期拍摄技巧不足、对自己照片吸引力不自信的一种体现。这种争论即便是在国内外专业摄影论坛上也屡见不鲜，答案是什么至今没有一个定数。不过在笔者看来，这类问题的答案应该跟“白马非马”一样复杂，唯一的区别就是后者在哲学史上争论了数千年，前者才争论十几年而已……不过，就辩证性跟哲理性而言二者却是完全可以画上一个等号的。

其实在漫长的胶片发展史上，暗房处理技巧也是发展到了极致而且是必不可少的。胶片与数码，恰如历史与未来一样——历史给我们的经验教训是必不可少的，然而时代的进步却让我们不得不展望未来，柯达的破产跟业务上的盲目守旧不无关系。

笔者是个俗人，一直觉得人活着不外乎是情义志趣四个字儿。对我自己乃至绝大多数读者而言，喜好不同，方向也不一样。胶片也好数码也罢，前期也好后期也罢，选择自己喜欢的就好，不必纠结于对错好坏，尤其这种本就说不清对错好坏的事情。

总之，胶片与数码、前期与后期这些个辩证来矛盾去的问题我们就不纠结了，让我们回归摄影本身，基于尊重事实不扭曲图片本身内容的前提，使用一些后期技巧使得我们的照片色彩更加有特色、构图更加有个性、内容更容易吸引别人、更有利于传达我们的思想又有何不可呢？

致谢

我的第一本书《一定学得会！数码单反DSLR达人手册》自2010年在电子工业出版社出版以来，我就和电子社飞思数字创意团队的工作人员建立了很好的合作关系，飞思人严谨的工作精神深深感染了我，我们经常一起讨论市场情况，讨论读者需要哪些内容。今天这本新书《摄影师后期手记——Lightroom 4提升照片品质全攻略》能够在官方发布lightroom 4新版本后的第一时间上世，要感谢电子社飞思团队的全力支持与鼓励，使这本书能在最快时间内与读者见面。

感谢Adobe公司的段少婷、杨立川，你们无私的帮助向我展示了国际知名公司的企业文化。

感谢我在奥林巴斯公司的朋友谢瑞东的信任，总是在我有器材需求的时候尽量满足我；每次见到彬彬有礼的颜鹤林总是很亲切；崔丽萍、刘沛也给予我不少的帮助；还有邵刚、沈佳骅，我想说的是你们这些朋友太给力啦！

感谢佳能公司的张海佩，总是给我意外的惊喜，有好事情老想着我。

感谢尼康公司的梁艇，器材维护上给予我很多指导。

感谢灵思传播机构的严建荣，你对工作一贯始终的热情以及耐心都是我要效仿的。

感谢《大众摄影》杂志的李晓晨，一直在跟我约稿，还细心地帮我改错。

感谢《咔嚓》杂志的史燕尧，耐心指导我怎么购买中画幅老胶片相机的知识。

感谢《影像视觉》杂志的林曦，仗义借给我相机GPS模块，使我顺利完成本书地图模块的写作。

感谢《摄影之友》杂志的刘念，共同八卦最新潮的电子设备，吐槽最神奇的相机功能。

感谢《旅行摄影》杂志的王帅，总是给我很多新鲜器材资讯，并一起出游。

感谢网易数码频道的滕飞、郭子辉，你们开创的微摄影活动给了我很多灵感。

感谢搜狐数码公社的刘鹏，沉稳的外表下面藏着火热的心；四海会议室的最后一次讲课记忆犹新。

感谢色影无忌网的梁爽，天天一起不亦乐乎地谈论最新摄影资讯，跟你学到了很多。

感谢数字尾巴社区的庞彦卓，你的勤奋摄影实践是对我的鞭策。

感谢聚乐网的侯双全，指引我最初的摄影之路，并一直帮助我。

感谢12580生活播报的李翔，这么些年来，总能在我需要帮助之时伸出援手。

感谢我的好朋友旅美摄影师李仕鹏，他拍的照片总是我学习的榜样，还帮我购买了大量超值的摄影相关器材。

感谢昆虫专家、微距摄影天才康宁，在摄影路上的一直相伴。

还有我最喜欢的摄影师“源形毕露”，低调的他不让说真名，也不让写公司。好吧，我们是“双源”，希望那些谈过的摄影梦想能够实现，快乐地摄影。

当然还要感谢本书所有出现照片的模特们，你们的敬业以及专业表现才能让我拍摄到美好的照片。

特别感谢我的助理王小龙帮我整理文稿，让我摆脱枯燥的案头，减轻压力去拍更多的美图。

特别感谢周震天、卞大中、陈晓孝、于晓冬、王勤、谢凯、李建文、黄恒、刘炜、熊北刚、孟为、陈大志、朱灿、金静、魏兴隆等各位老师对我的支持。

还有一直陪伴我的兄弟姐妹们，刘卫、李宪均、陈疆丽、王蕊、马洁、宋莹、李明、李岩、李里、梁志昆、张博文、王琪、王璐、黎冉、陈芋宏、郁洪鑫、杜东霞、李勤、林宝贝、蓝磊、洪志思、方若平、李自力、胡兴、刘旭、王辉、陈磊，你们一直陪伴在我的身边，是我最坚定的后盾。

最后我要深深感谢我的父母！谢谢你们对我永远包容，持续不断的鼓励！没有你们我什么都做不到！

江之源于北京

2012年夏

学习前的准备

这是一本讲后期的书，那么什么才是后期最重要的？前期要拍得到？后期软件技巧？可能大家都说到了……不过笔者想提醒大家的就是——这一切都是建立在一个良好的硬件基础上的！具体说就是要有一个颜色准的显示器才是后期处理最重要的。

首先让我们聊聊色彩。色彩这个词，是光的各种现象（例如红色、棕色、桃红色、灰色、绿色、蓝色、紫色和白色等），是使人们得以区分在大小、形状或结构等方面完全相同的物体的视觉或知觉现象。

在现今的数码时代，说到色彩，那就要涉及很多的定义，比如相机的色彩空间、优化校准，显示器的色数、色域、亮度、对比度、可视角度，甚或显示器所处的环境光都会影响色彩的表现。还有后期软件的色彩空间、色彩模式、色域等设置，即便是相同的一张照片，同一个显示器，不同的软件打开时颜色都会不一样。

数码后期调色时必须以眼睛看到的为准，所以有一个好的显示器很重要。有很多朋友买了昂贵的显示器色彩校正仪器，但是却发现有些自己显示器上美轮美奂的图到了别人的显示器上却是灰突突的。所以还是别走弯路了，直接买个比较好些的显示器就不必折腾了。因为硬件技术突飞猛进一日千里，这里我就不推荐具体的型号了。大致差不多的就可以，大家可以搜索相关显示器评测来选择。

毕竟数码时代共享才是第一的。

目录

开篇语/1

第1章

入门指南/3

- 1.Lightroom的介绍4
- 2.Lightroom的下载6
- 3.Lightroom的安装 10

第2章

照片导入/15

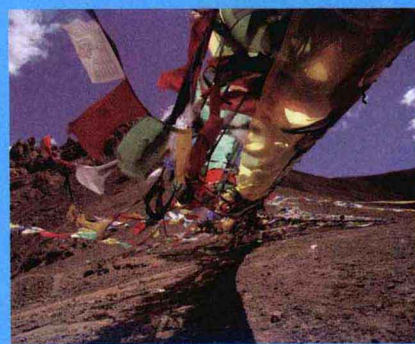
- 1.导入前的设置 16
- 2.导入具体操作 18
 - 2.1 导入源选择 19
 - 2.2 导入方式 20
 - 2.3 导入照片预览区 22
 - 2.4 文件处理模块 23
 - 2.5 文件重命名 24
 - 2.6 在导入时应用 25
 - 2.7 目标位置 25
 - 2.8 导入预设 26
- 3.简化导入界面 27



第3章

图库管理/29

1. 图库模块界面	30
2. 网格视图 (包含缩略图大小调整)	32
3. 放大视图	32
4. 比较视图	33
5. 筛选视图	34
6. 图库过滤器	34
7. 排序	36
8. 旗标	36
9. 星级	36
10. 色标	37
11. 旋转	37
12. 幻灯片放映	37
13. 导航器	38
14. 目录	38
15. 文件夹	38
16. 收藏夹	39
16.1 普通收藏夹	39
16.2 智能收藏夹	39
17. 图库模块中简单处理视频	42



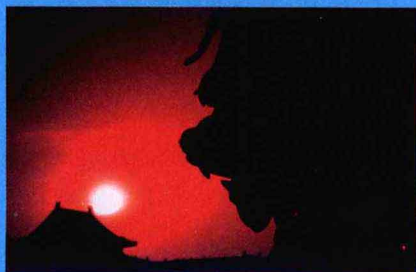
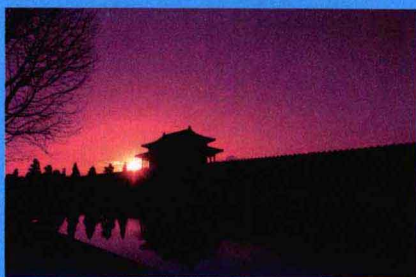
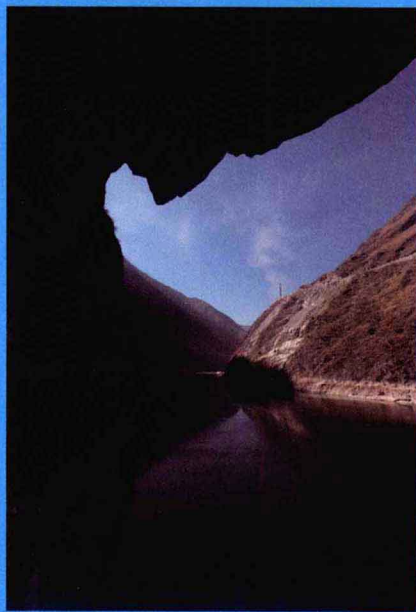
第4章

照片修改/45

照片后期修正 (基础篇)	47
1. 直方图	47
2. 五大工具	49
2.1 照片水平校准与后期重新构图	49
2.2 污点快速去除	56
2.3 红眼校正去除	61



2.4 渐变滤镜的应用	62
2.5 调整画笔与自动蒙版	66
3.基本	71
3.1 快速校准白平衡	71
3.2 色调菜单	76
3.3 降低清晰度反而有意外的效果	83
3.4 鲜艳度、饱和度的调整	84
3.5 黑白	87
4.色调曲线	87
4.1 打开隐藏的区域菜单	87
4.2 快速自动调整	88
4.3 区域菜单的应用	90
5.HSL/颜色/黑白	92
5.1 快速拖动调整	92
5.2 具体颜色调整	94
5.3 黑白	96
6.分离色调	98
7.细节	102
7.1 锐化	102
7.2 降噪	107
8.镜头校正	110
8.1 启用配置文件校正	111
8.2 手动镜头校正	113
9.效果	114
9.1 裁剪后暗角的修正与添加	114
9.2 增加颗粒	118
10.相机校准	119
11.巧用预设	121
11.1 Lightroom 自带预设风格	121
11.2 自定义预设风格	122
11.3 导入下载的预设风格	123
12.软打样	124
12.1 进入软打样面板	125
12.2 面板介绍	126
12.3 创建打样副本	127
照片后期修正（进阶篇）	128
1.曝光奇迹——基本面板与RAW结合下的HDR·····	128
2.“废品”也是宝贝——巧用色调曲线变废为宝·····	133
3.穿越百年的目光——分离色调跟效果的结合运用·····	136



4.你让世界黯然失色——HSL局部上色	138
5.省下一个偏振镜——HSL局部明暗调节	140
6.铜狮吞日——综合工具调节实例	141
7.超方便校准白平衡——用同步快速批处理照片	146
8.局部调整白平衡——画笔工具的新增功能 (Lightroom 4 新增功能)	149
9.去除摩尔纹 (Lightroom 4 新增功能)	151
10.用Lightroom去除图片水印	153
11.创建虚拟副本	158
12.人像褪色印刷风格——色调调整案例	158

第5章

照片导出/167

1.进入导出面板	168
1.1 在“修改照片”模块中导出	168
1.2 在“图库”模块中导出	170
2.导出设置面板功能介绍	171
2.1 导出位置	171
2.2 文件命名	173
2.3 视频	174
2.4 文件设置	174
2.5 调整图像大小	175
2.6 输出锐化	176
2.7 元数据	176
2.8 添加水印	177
2.9 导入到其他软件中进行后期处理	178
3.自定义导出预设	179
4.使用Lightroom预设导出	180
4.1 作为电子邮件附件发送照片	181
4.2 配置 Lightroom 的电子邮件账户设置	182
5.Lightroom特殊导出	184
5.1 从 Lightroom 导出到 Facebook	184
5.2 从 Lightroom 导出到 Flickr	184
5.3 从 Lightroom 导出到 Adobe Revel	185

