



摄影与“看”的艺术

传统与数字摄影的视觉感知宝典

(第4版)



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

【加拿大】 弗里曼·帕特森 著
田恬 译



影与“看”的艺术

传统与数字摄影的视觉感知宝典

(第4版)

【加拿大】 弗里曼·帕特森 著

田恬 译

電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

Photography and the Art of Seeing: A Visual Perception Workshop for Film and Digital Photography, Fourth Edition

978-1-55407-980-3

Freeman Patterson

Copyright © 2011 Firefly Books Ltd.

Text and photographs copyright © 2011 Freeman Patterson

All rights reserved. Published by agreement with Firefly Books through the Chinese Connection Agency, a division of The Yao Enterprises, LLC.

本书中文简体版专有版权由 Firefly Books 公司, 通过姚氏顾问社授予电子工业出版社。未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分。

版权贸易合同登记号 图字: 01-2013-5525

图书在版编目(CIP)数据

摄影与“看”的艺术: 传统与数字摄影的视觉感知宝典: 第4版/(加)帕特森(Patterson, F.)著;

田恬译. —北京: 电子工业出版社, 2014.10

书名原文: Photography and the Art of Seeing

ISBN 978-7-121-24371-4

I. ①摄… II. ①帕… ②田… III. ①摄影艺术 IV. ①J4

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第215627号

策划编辑: 胡先福

责任编辑: 但纯清

文字编辑: 孙梅戈

印刷: 北京盛通印刷股份有限公司

装订: 北京盛通印刷股份有限公司

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: 880×1230 1/24 印张: 6.25 字数: 150千字

版次: 2014年10月第1版

印次: 2014年10月第1次印刷

定价: 58.00元

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 zltz@phei.com.cn, 盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线: (010) 88258888。

目 录

前 言	5
视觉障碍	7
学会观察	23
多角度思维	25
多角度思维的实践	27
机 会	28
熟悉事物	30
变得灵活一点	31
放松注意力	35
学会想象	51
想象力	52
心灵之眼	52
想象力训练	54
抽象和挑选	57
学会表达	61
表达的考验	62
表现力	63
题材的表现力	65
题材和你	67
摄影特质	81

相机如何感知空间	84
有关视觉设计的思考	98
视觉设计元素：色调	100
光	100
光与线	101
光与形	103
光与纹理	104
光与透视	104
透视与其他变量	105
视觉设计元素：色彩	107
色彩和情感	107
色彩和时间	108
色彩自身	108
色彩和构图	109
视觉设计的原则	112
动态简洁	112
如何达到动态简洁	113
运用视觉设计	118
兴趣中心	118
基 底	119
填充图像空间	120
框架和窗口	120
缺乏透视	121
裁 剪	121
真 彩	121
正确曝光	122
象 征	123
摄影与“看”的艺术	137
鸣 谢	147
关于作者	148



影与“看”的艺术

传统与数字摄影的视觉感知宝典

(第4版)

【加拿大】 弗里曼·帕特森 著

田恬 译

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

Photography and the Art of Seeing: A Visual Perception Workshop for Film and Digital Photography, Fourth Edition

978-1-55407-980-3

Freeman Patterson

Copyright © 2011 Firefly Books Ltd.

Text and photographs copyright © 2011 Freeman Patterson

All rights reserved. Published by agreement with Firefly Books through the Chinese Connection Agency, a division of The Yao Enterprises, LLC.

本书中文简体版专有版权由 Firefly Books 公司, 通过姚氏顾问社授予电子工业出版社。未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分。

版权贸易合同登记号 图字: 01-2013-5525

图书在版编目 (CIP) 数据

摄影与“看”的艺术: 传统与数字摄影的视觉感知宝典: 第4版 / (加) 帕特森 (Patterson, F.) 著;

田恬 译. —北京: 电子工业出版社, 2014.10

书名原文: Photography and the Art of Seeing

ISBN 978-7-121-24371-4

I. ①摄… II. ①帕… ②田… III. ①摄影艺术 IV. ①J4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 215627 号

策划编辑: 胡先福

责任编辑: 但纯清

文字编辑: 孙梅戈

印刷: 北京盛通印刷股份有限公司

装订: 北京盛通印刷股份有限公司

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: 880×1230 1/24 印张: 6.25 字数: 150 千字

版次: 2014 年 10 月第 1 版

印次: 2014 年 10 月第 1 次印刷

定价: 58.00 元

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 zltts@phei.com.cn, 盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线: (010) 88258888。

目 录

前 言	5
视觉障碍	7
学会观察	23
多角度思维	25
多角度思维的实践	27
机 会	28
熟悉事物	30
变得灵活一点	31
放松注意力	35
学会想象	51
想象力	52
心灵之眼	52
想象力训练	54
抽象和挑选	57
学会表达	61
表达的考验	62
表现力	63
题材的表现力	65
题材和你	67
摄影特质	81

相机如何感知空间	84
有关视觉设计的思考	98
视觉设计元素：色调	100
光	100
光与线	101
光与形	103
光与纹理	104
光与透视	104
透视与其他变量	105
视觉设计元素：色彩	107
色彩和情感	107
色彩和时间	108
色彩自身	108
色彩和构图	109
视觉设计的原则	112
动态简洁	112
如何达到动态简洁	113
运用视觉设计	118
兴趣中心	118
基 底	119
填充图像空间	120
框架和窗口	120
缺乏透视	121
裁 剪	121
真 彩	121
正确曝光	122
象 征	123
摄影与“看”的艺术	137
鸣 谢	147
关于作者	148

前 言

视觉，按照最详细的定义，从广义上来讲，是一种利用感官感受、逻辑思维及情感加工所得到的产物；是一种主观对待主体的过程；是超越事物原本属性加以观察并发掘周身众多值得注意之物的一种手段。不论是摄影师还是非摄影师，不论储备知识的多寡，本书都适合希望去“看”的人们阅读，从而开始发现之旅。

如果所观察的事物如沙坑一样毫无内涵，我们脑海中首先浮现的只可能是最为普遍的想法：破败，荒凉，孤寂，一成不变；通过表述主体功能方式来表达此种信息或主旨。只有在随后观察包括形状、纹理及颜色后，才能形成对其设计的独有观念。

摄影师最好可以通过优秀的构图或精心设计的视觉传达方式来表现主体独有设计的主旨。但当摄影师希望总结视觉传达的原则，或跟随构图原则亦步亦趋时，他也扼杀了自发产生的特性及创造性。了解视觉传达设计原则、遵循表达先于技艺的摄影师，将逐渐形成对优秀设计、感知及反馈主体表现质量的直觉。

本书旨在帮助你提高视觉思维能力，能够更深入地进行观察，开发你的想象力，更好地服务于完美展现摄影图片的主旨或主题。“无目的”实践可以帮助你去除杂念，学会如何将注意力从自身转移，以便更好地集中精力，

将注意力转移到主体当中去。摆脱主观思想的束缚，是得到客观所见的重要前提。“多角度思维”可令你打破陈旧的思维惯势，摆脱旧有观察角度、摄影观念的束缚。想象可以帮助你发现思维中的潜在意向。由此可打破你的惯常思维定势，进而探究脑海中的新生观念。你大可忘记现在正在拍摄的照片，思考尚未触及的上百种可能。

在写作本书第1版的那几年里，这些活动帮助我使用全新的方法思考相似的事物，令我使用全新的概念对主体或事件进行拍摄，而这是我近20年里从未尝试过的事情。我众多的影友们也已获得类似的提高，丰富了他们的影像生活。其中的一位，长期以来一直醉心于宣传此类实践，毅然决定在86岁高龄时“放弃”拍摄自己在老旧面包机镀铬面板倒影的主题，利用曝光及其他技巧，拍摄出一系列以外空间星系观测者角度观看自己的照片。在我工作室中实习的一位学生，利用欠曝技巧，将一个木制梯子改造成为夜空中航行的飞船；梯子所在草丛的高光部分被处理成夜空中导航的星光。另有学生将随机摆放于床上的床单视作起伏的沙漠及山地。通过训练观察和想象的能力，你也会找到以前从未发现过的那一面！

好的观察角度未必会产生优秀的照片，但优秀的摄影作品全然离不开好的观察角度。“看”的艺术亦即摄影的艺术。

弗里曼·帕特森

于 Shamber's Bluff

新不伦瑞克省

www.freemanpatterson.com

视觉障碍

在严寒的清晨，我拿起相机和三脚架，直奔房后的草地。很快，我就忘记了自我。我不再思考我将怎样处理照片，或怎样令自己满意。在草地上，我陶醉在彩虹的纯粹魅力中，陶醉在水晶逆光映射出的斑斓棱镜中，陶醉在这个灯火璀璨、色彩舞动的世界里。我通过我的所见体验自我，并从中获得了丰沛的情感。这种情感让我能更好地摄影，并且这种情感能在冰霜融化后得以长久持续。

只有放下自我才能得到真实的观察。当你放下自我，你就不会被对主体的某种摄影先验的偏见所束缚。如果你担心是否能拍出一张好照片，或者关注于自我享受，那么你可能无法拍出最好的照片，或尽情地享受摄影的乐趣。但是当你放下了自我，你对主体的直接体验会让你萌生出新的构思。在拍摄时，这些新的想法和感受将给你指引。

对自我的专注是视觉的最大障碍，也是最难突破的障碍。或许是担心你的工作、孩子、以及其他责任，又或者对自己把握新镜头或曝光能力的担忧。似乎总是有某些东西让你无法获得真正的自由。弗雷德里克·弗兰克（Frederick Franck）在《视觉之禅》（The Zen of Seeing）中将这称为“自我束缚”；太多的自我关注会妨碍对身外之物的直接体验。有时，练习是克服束缚的唯一方式。你无法独立放松你的心灵和身体，因为它们彼此相通。

所以，为了能让你的身体得到放松，必须清空你的思绪。这就像风和水的关系。只要大风吹过，海浪就无法平息。而思维的涌动一旦停止，身体就会变得平静。

视觉的另一个障碍就是围绕在我们身边的大量刺激。视觉和其他刺激随处可见，为了应对这些刺激，我们必须排除大部分的刺激。我们并不能看到一切事物，我们会选择一些刺激并将它们组织起来。然后，一旦我们找到生活的规则，我们就会坚持我们所建立的现实。我们很少会尝试重新寻找那些被我们忽略的刺激可能具有的价值，只要旧的规则仍然适用，我们就不愿做这样的尝试。我们所形成的狭隘视野，让我们清楚地看见面前的规则，但是看不见其他的事物。

第三大视觉障碍则是因熟悉而导致的标签化认识。画家莫奈说过，为了能够看见最真实的事物我们必须忘记所见事物的名称。童年时，我们看图而非通过阅读来思考。但当我们踏进学校后，这种方式逐渐消失了。我们牢记那些基本分析技能（阅读、写作和算术），因为它们比直接的感官经验更为重要。所以我们越来越少依赖于鼓励视觉思考的那部分头脑。在三年级或四年级时，我们大多数都不再看重绘画；我们不再自由观察。我们停止视觉探索，很少发现事物的多面性。如同弗雷德里克·弗兰克所言：“由于我们通过标签认识事物，这让我们再也看不到任何事物。就像我们知道瓶底的标签，但是我们从不真正地品尝这瓶酒。”

如果你看着一株蕨草，然后仅仅是说，“噢，那是蕨草”，那你的观察就可能不会超越它的名字，它那众所周知的标签。但如果你是真正地观察一株蕨草，那你会注意到它呈三角形的独特叶纤维、各种深浅的绿色、风吹来之前的摇摆和舞动。如果你凑近了看这株蕨草，近得你根本无法专注于这株植物，只能关注到它之外的事物时，这株蕨草将变成一层漂浮在背景中的朦胧绿色薄雾。你会发现在蕨草的一般定义中没有的维度和隐藏之美。然而观看和观察之间的区别还需要你自己去体会。

欣赏摄影师的作品，若欣赏她所拍摄的美丽风景，就不要让类似于“她是个肖像摄影师”这样的标签影响到你。你必须去理解照片的象征性符号或者该照片主体所蕴含的意义。

度假归来时，你是否曾注意到你对家里的细节变得更加敏感？走进家门，你环顾四周，有那么几分钟，你会觉得房里的一些事物似乎真的有些陌生。你注意到客厅的墙壁更像奶白色而非乳白色，在西窗下英国常青藤也显得那样壮观。你甚至还注意到暮色洒落在了楼梯脚下的小地毯上。这些都是之前你不曾注意的。但是这些瞬间很快就会消失，你会重新感受到那一阵阵的熟悉。一切都没有改变；你停止了继续的观察。

我们不能用壮丽的英国常青藤来回报美妙的每一天，这是多么遗憾的事情啊。我们看不到每晚洒落在小地毯上的暮色，这又是多么令人伤心。由于我们对它们是如此的熟悉，所以这些景象被我们的意识和双眼所屏蔽，同时我们也无法欣赏到它们自在之物的价值。

摄影师若想要获得真实的观察并拍摄好照片，就必须意识到那些熟悉事物的价值。观察的能力并不是通过拉开自己和房屋的距离来提高。如果你没有观察每天都在你周围的事物，那你即使到了丹吉尔又能看见什么呢？它们的主体可能并不相同，但是如果你不能通过敏锐观察领悟到主体的本质，并通过你的照片将它表现出来，那么再异国他乡的情调也无法改变什么。

甚至相机本身也是视觉的一道障碍。至少从某两个方面来说是这样的。苏珊·桑塔格（Susan Sontag）在《论摄影》中这样描述第一个方面：“摄影是验证经验正确性的方式，同时又通过有限经验去寻找摄影对象、将经验转变为能够追忆的图像，以拒绝对经验的验证。”摄影能够代替观察和参与。观察的人能够融入其中，而看的人则不能。

相机并不能如人眼一样观察，这是它成为视觉障碍的另一个原因。我们人类同时从感官和经验两个方面来观察景象和环境。当我们欣赏风景时，我们只观察并记住一小部分的主要特征，这些特征就是我们所需的，它足以让

我们对这处风景印象深刻。但是，由于相机并没有经验，不能进行选择，所以它记录下它视野范围内的所有事物。当然相机的记忆是极佳的。对于我们来说，人和相机的主要区别在于人会抽象，而相机不会。

人类时常会抽象，他们总是不假思索。所以当他们使用相机时，他们会惊讶于相机拍摄的景象和他们所看见的景象并不相同，更确切地说，是不同于与他们认为自己所看见的景象。要想拍出你所感知到的景象，主要的挑战就是学会控制相机（以及其他工具和技术）。

最后，在这个数字抓图的时代，电脑也可能会成为视觉的巨大障碍。人们普遍认为可以使用 Photoshop（或者 Light Room）进行“修正”，这通常是不正确的。它显示出人们的视觉惰性。你并不能在电脑上修正或改良那些你没有观察到和记录下来的。你应该关注的是你最初的工具——双眼和相机。

除了相机和人眼之间的光学区别，所有视觉的障碍都与第一点相关：对自我的关注。我们大多数的自我关注都是家庭抚养、身体照顾、账单支付这些自然而然的责任。但是，这所有的自我关注，都能在你睁着双眼面对我们这个不可思议的世界时进行。

从最好且最广泛的意义上来说，观察意味着要使用你的感官、思维和情感。它意味着让摄影的主体与你全身相通。敏锐的观察并不一定能拍摄出好的照片，但是没有敏锐的观察力一定不能拍摄出好照片。

优秀的观察始于对身边事物的细致观察。这个山楂树丛生长在我那条长长车道的尽头附近，我通常一天路过好几次。因为我对它再熟悉不过了，所以我通常根本不会注意到它。但是，在一个下雨天，我决定沿着车道缓缓步行，并不时停下来看看车道两边的灌木和草丛。当我走到山楂树丛，我瞬间意识到，简单而直接的结构最能展现它那出众的美丽。



一天清晨，我沿着车道走着，我发现一个被露水打湿的蜘蛛网附在一株羽扇豆花上。我调整相机位置让花和蜘蛛网形成一个三角形，并使用浅景深让背景变得模糊，让这幅照片简单并有条理。

