



让光线与色调都呈现出理想的效果!

曝光与白平衡

100 法
系列丛书

100 法

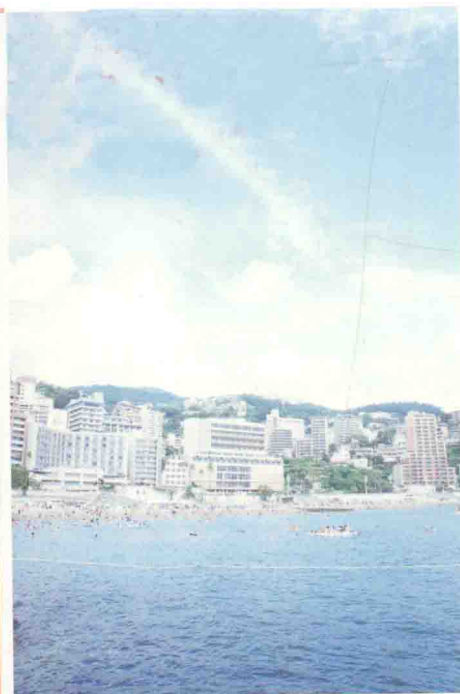
- 专业摄影师们学习用光技巧
- 创作理念
- 以化整为零的方式分解曝光与白平衡的难点
- 四位摄影名师的独门拍摄绝技和盘托出

【日】玄光社 编著 贾勃阳 译

中国摄影出版社
China Photographic Publishing House

曝光与 白平衡 100 法

【日】玄光社 编著
贾勃阳 译



中国摄影出版社
China Photographic Publishing House

TB811

84

图书在版编目 (C I P) 数据

曝光与白平衡100法 / 日本玄光社编著 ; 贾勃阳译

— 北京 : 中国摄影出版社, 2015. 1

ISBN 978-7-5179-0243-0

I. ①曝… II. ①日… ②贾… III. ①曝光②白平衡
IV. ①TB811②TB877

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第001898号

北京市版权局著作权合同登记章图字: 01-2014-5270

Rosyutsu & White Balance Technique 100

Copyright ©2012 GENKOSHA CO.,LTD

曝光与白平衡 100 法

编 著: 玄光社

译 者: 贾勃阳

出 品 人: 赵迎新

责任编辑: 常爱平 谢建

装帧设计: 衣 钊

出 版: 中国摄影出版社

地址: 北京市东城区东四十二条 48 号 邮编: 100007

发行部: 010-65136125 65280977

网址: www.cpph.com

邮箱: distribution@cpph.com

印 刷: 北京市雅迪彩色印刷有限公司

开 本: 16 开

印 张: 9

字 数: 150 千字

版 次: 2015 年 1 月第 1 版

印 次: 2015 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5179-0243-0

定 价: 58.00 元



版权所有 侵权必究

目 录 | CONTENTS

Gallery

跟专业摄影师学习用光技巧

各类专业样片展示

河野铁平	6
鹤卷育子	10
萩原史郎	14
萩原和幸	18

Basic

了解曝光与白平衡控制相关的基础知识

只有掌握了基础知识才能拍出理想的效果

Technique 1	曝光的含义	22
Technique 2	白平衡的含义	32
Technique 3	曝光与色调补偿	36
Technique 4	RAW 文件处理	38

Techniques

曝光与白平衡 100 法

针对不同题材向四位专业摄影师学习

photographer No. 1 河野铁平

01	对各种补偿功能作轻微的调整再现明快的天空	44
02	与预设模式并用强调海滩上欢快的氛围	46
03	减光补偿让夕阳西下的街景与喧闹的车流分割开来	47
04	对户外广告牌进行加光补偿时应该防止曝光过度	48
05	适当地提高暗部亮度有助于表现建筑物的张力	48
06	加光补偿与对比度调整并用适合营造居家的感觉	49
07	在夕阳的余晖照耀下摩天轮呈现出十分迷人的色调	49
08	选择高感光度虽然会增加噪点但并不会影响夜景的表现	50
09	夜景题材中天空的色调与细节会大大丰富画面的内涵	52
10	夜景抓拍务必注意防止曝光过度	53
11	彩灯点闪的场景用加光补偿更容易营造梦幻般的效果	54
12	错综复杂的彩灯造型正是表现局部层次的绝佳时机	54
13	单发的礼花弹更容易记录下完整的烟花轨迹	55
14	多发组合烟花虽看起来亮但曝光仍然按标准执行	55
15	树荫中的场景宜采用暖色系白平衡微调及加光补偿	56
16	强调冬季冰清玉洁的通透感应偏白偏青并增加对比度	58

17	调节亮度及彩度都是为了表现林海雪原壮观的场景	58
18	减光补偿让月亮及地平线变暗以加深画面幽静的效果	59
19	用高感光度拍摄夜空可以得到完美的星空照片	59
20	阴天的环境中最适合用柔和的光线来展现童话般的世界	60
21	黄昏时刻的光照下采用加光补偿有助于还原花朵的鲜艳	61
22	拍摄樱花花瓣时采用加光与虚化的方式来突出柔美的氛围	62
23	画面中包含樱花树枝与天空时以调低色温来加强清爽的感觉	62
24	想要突出红叶的娇艳时可在光线与亮度上做饱和处理	63
25	拍摄花卉小品时宜对画面作软调处理并突出花瓣的色调	63
26	为了突出鹤舞长空的大场景把整个画面都处理成单色调	64
27	通过浓重的色彩叠加使画面变成为一幅乡野风情画	64
28	适度的加光补偿有利于增强猫毛的质感	65
29	为了再现肉眼观察的效果特意对白色小狗做加光补偿	65
30	将画面处理成冷色系的效果有利于表现人物的清新感	66
31	在阴天拍摄人像时有必要进行暖色系修正	68
32	将镜头眩光一并摄入画面可以突出被强光所包围的效果	68
33	提高感光度等于最大限度地使现场亮度加强	69
34	在阴影中拍摄更适合营造富于怀旧意义的照片	69
35	对于色彩斑斓的场景来说暖色系有利于烘托欢愉的气氛	70
36	对夕阳余晖下的场景利用曝光补偿功能再现难忘的一刻	70
37	对明暗反差强的场景用加光补偿可减少反差增强厚重感	71
38	对背景部分做减光补偿有利于突出前景中人物的动态	71

photographer No.2 鹤卷育子

39	强调古建筑色调的同时还需要兼顾画面中丰富的色彩构成	74
40	逆光状态下拍摄采用加光补偿适合再现夕阳下的景象	76
41	在白炽灯模式下拍照可以得到非现实的色调	78
42	新枝嫩叶的题材适合用加光补偿来实现清新的氛围	79
43	减光补偿外加冷色系有助于控制画面的亮度与色彩对比	80
44	基于点测光的曝光处理最适合表现某些特定的主题	81
45	为了拍出怀旧风格的照片应将白平衡微调加些黄色调	82
46	将画面整体加亮有助于表现夕阳笼罩下的色彩特征	82
47	强调原本的青色调也会给画面带来复古怀旧的感觉	83
48	白平衡选择日光模式有利于前景与背景的色调分离	83
49	使用减光补偿可减弱玻璃的反光,以平衡画面的亮度	84
50	想要强调古旧建筑物的特征与质感应使用减光补偿	84
51	为防止剪影中的景物过暗应使用加光补偿	85
52	对于色彩丰富的场景加光补偿可为画面增添活力	85
53	将白平衡调至阴影模式可使色彩更加浓重且夸张	86
54	大胆对白平衡作出极端设定以追求夸张的色调表现	86
55	逆光条件下有意曝光不足反而有利于表现立体感	87
56	为了让画面的主体得到准确的曝光应使用点测光模式	87
57	曝光过度反而更适合表现出空气中湿潮的感觉	88
58	想还原黄昏时分的温暖阳光应在阴影模式下做加光补偿	90
59	为了烘托室内的温馨感受应将白平衡调至日光模式	91

photographer No. 3 萩原史郎

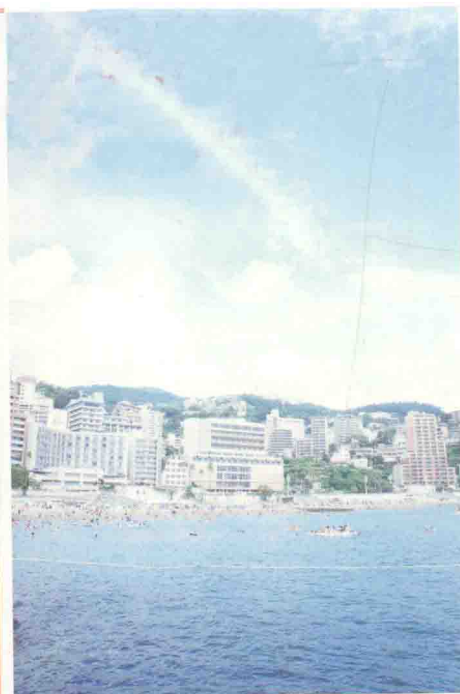
- | | | |
|----|---------------------------|-----|
| 60 | 使用阴天模式有利于再现黄昏时分柔和的光效 | 95 |
| 61 | 拍摄樱花应在测光值的基础上再做加光补偿 | 96 |
| 62 | 想要突出春天的氛围需要亮丽的画面效果 | 96 |
| 63 | 选择多区分割测光以应对不同季节的特性 | 97 |
| 64 | 加光补偿把夕阳的余晖提亮以突出花朵的本色 | 97 |
| 65 | 把画面处理成冷色调有利于营造童话般的意境 | 99 |
| 66 | 按白花所占画面的比例进行适度的加光补偿 | 100 |
| 67 | 为了如实再现夏季的大片浮云应对画面做加光处理 | 101 |
| 68 | 面对山间的浓雾调节曝光补偿量可以改变画面的印象 | 102 |
| 69 | 秋日即景的画面可通过加光处理来提高色彩饱和度 | 104 |
| 70 | 白平衡选择白炽灯模式适合表现富于幻想的画面 | 105 |
| 71 | 日光模式下溪流呈现出偏青的色调给画面增添了神秘感 | 106 |
| 72 | 对于画面整体被绿色环抱的场景无须调整色调就很美 | 109 |
| 73 | 景物中含有水面反光或在逆光状态下画面的通透感更强 | 110 |
| 74 | 开启曝光补偿包围功能后可有效抑制曝光过度 | 111 |
| 75 | 对于对比度大的场景使用减光补偿效果更佳 | 112 |
| 76 | 盛夏之际天空中大块云团的白色还原取决于曝光补偿量 | 113 |
| 77 | 阴影模式下拍摄被夕阳笼罩的海景应增加橙红色调 | 114 |
| 78 | 还原空气通透的场景日光模式比自动模式更好 | 114 |
| 79 | 明快通透的大场景采用加光补偿更加符合肉眼观察的感觉 | 115 |
| 80 | 通过光线与被摄对象的特性来判断曝光补偿量 | 115 |
| 81 | 选用日光模式更能突出冰天雪地里那种刺骨的寒意 | 116 |
| 82 | 想要细致地再现冰锥的晶莹剔透感冷色调最为适合 | 118 |
| 83 | 拍摄雪花飞舞的场景应先确定视角再决定曝光量 | 119 |

photographer No. 4 萩原和幸

- | | | |
|-----|-----------------------------|-----|
| 84 | 人物肖像中理想的肤色应包含面部较暗的色调 | 122 |
| 85 | 逆光下的人物肖像应以面部曝光为准以防出现曝光不足 | 124 |
| 86 | 在混合光源下拍人像时以主光源的性质来确定白平衡模式 | 126 |
| 87 | 日光模式下生成的暖色调最适合渲染柔美的情调 | 127 |
| 88 | 自然光下拍人像时采用自动或日光模式均可展现出完美的肤色 | 128 |
| 89 | 室内人像选择日光模式有利于还原模特的肤色及服装的质感 | 129 |
| 90 | 在平光条件下无须曝光补偿即可捕捉到模特自然的神态 | 130 |
| 91 | 选择在窗户边拍人像时应尽量减少室内外曝光量的差异 | 131 |
| 92 | 在钨丝灯照明下选择白炽灯模式让肤色还原更加自然 | 132 |
| 93 | 当画面中有色彩干扰时应手动调整白平衡来校正肤色还原 | 134 |
| 94 | 为了突出顶光形成的轮廓光效果宜对画面做暗调处理 | 136 |
| 95 | 夜晚拍摄环境人像时应以模特面部的主光作为曝光基准 | 137 |
| 96 | 在狭窄的地段拍人像时可以让面部暗些以配合环境特征 | 138 |
| 97 | 将白平衡手动设置成极端状态可以营造出梦幻般的色调 | 139 |
| 98 | 荧光灯模式配合黄色的散景有助于衬托肌肤的柔美 | 140 |
| 99 | 加光补偿对于小清新人像风格起到了决定性的作用 | 142 |
| 100 | 减光补偿形成的暗调影像能表现出悠闲慵懒的感觉 | 143 |

曝光与 白平衡 100 法

【日】玄光社 编著
贾勃阳 译



中国摄影出版社
China Photographic Publishing House

TB811

84

目 录 | CONTENTS

Gallery

跟专业摄影师学习用光技巧

各类专业样片展示

河野铁平	6
鹤卷育子	10
萩原史郎	14
萩原和幸	18

Basic

了解曝光与白平衡控制相关的基础知识

只有掌握了基础知识才能拍出理想的效果

Technique 1	曝光的含义	22
Technique 2	白平衡的含义	32
Technique 3	曝光与色调补偿	36
Technique 4	RAW 文件处理	38

Techniques

曝光与白平衡 100 法

针对不同题材向四位专业摄影师学习

photographer No. 1 河野铁平

01	对各种补偿功能作轻微的调整再现明快的天空	44
02	与预设模式并用强调海滩上欢快的氛围	46
03	减光补偿让夕阳西下的街景与喧闹的车流分割开来	47
04	对户外广告牌进行加光补偿时应该防止曝光过度	48
05	适当地提高暗部亮度有助于表现建筑物的张力	48
06	加光补偿与对比度调整并用适合营造居家的感觉	49
07	在夕阳的余晖照耀下摩天轮呈现出十分迷人的色调	49
08	选择高感光度虽然会增加噪点但并不会影响夜景的表现	50
09	夜景题材中天空的色调与细节会大大丰富画面的内涵	52
10	夜景抓拍务必注意防止曝光过度	53
11	彩灯点闪的场景用加光补偿更容易营造梦幻般的效果	54
12	错综复杂的彩灯造型正是表现局部层次的绝佳时机	54
13	单发的礼花弹更容易记录下完整的烟花轨迹	55
14	多发组合烟花虽看起来亮但曝光仍然按标准执行	55
15	树荫中的场景宜采用暖色系白平衡微调及加光补偿	56
16	强调冬季冰清玉洁的通透感应偏白偏青并增加对比度	58

17	调节亮度及彩度都是为了表现林海雪原壮观的场景	58
18	减光补偿让月亮及地平线变暗以加深画面幽静的效果	59
19	用高感光度拍摄夜空可以得到完美的星空照片	59
20	阴天的环境中最适合用柔和的光线来展现童话般的世界	60
21	黄昏时刻的光照下采用加光补偿有助于还原花朵的鲜艳	61
22	拍摄樱花花瓣时采用加光与虚化的方式来突出柔美的氛围	62
23	画面中包含樱花树枝与天空时以调低色温来加强清爽的感觉	62
24	想要突出红叶的娇艳时可在光线与亮度上做饱和处理	63
25	拍摄花卉小品时宜对画面作软调处理并突出花瓣的色调	63
26	为了突出鹤舞长空的大场景把整个画面都处理成单色调	64
27	通过浓重的色彩叠加使画面变成为一幅乡野风情画	64
28	适度的加光补偿有利于增强猫毛的质感	65
29	为了再现肉眼观察的效果特意对白色小狗做加光补偿	65
30	将画面处理成冷色系的效果有利于表现人物的清新感	66
31	在阴天拍摄人像时有必要进行暖色系修正	68
32	将镜头眩光一并摄入画面可以突出被强光所包围的效果	68
33	提高感光度等于最大限度地使现场亮度加强	69
34	在阴影中拍摄更适合营造富于怀旧意义的照片	69
35	对于色彩斑斓的场景来说暖色系有利于烘托欢愉的气氛	70
36	对夕阳余晖下的场景利用曝光补偿功能再现难忘的一刻	70
37	对明暗反差强的场景用加光补偿可减少反差增强厚重感	71
38	对背景部分做减光补偿有利于突出前景中人物的动态	71

photographer No.2 鹤卷育子

39	强调古建筑色调的同时还需要兼顾画面中丰富的色彩构成	74
40	逆光状态下拍摄采用加光补偿适合再现夕阳下的景象	76
41	在白炽灯模式下拍照可以得到非现实的色调	78
42	新枝嫩叶的题材适合用加光补偿来实现清新的氛围	79
43	减光补偿外加冷色系有助于控制画面的亮度与色彩对比	80
44	基于点测光的曝光处理最适合表现某些特定的主题	81
45	为了拍出怀旧风格的照片应将白平衡微调加些黄色调	82
46	将画面整体加亮有助于表现夕阳笼罩下的色彩特征	82
47	强调原本的青色调也会给画面带来复古怀旧的感觉	83
48	白平衡选择日光模式有利于前景与背景的色调分离	83
49	使用减光补偿可减弱玻璃的反光,以平衡画面的亮度	84
50	想要强调古旧建筑物的特征与质感应使用减光补偿	84
51	为防止剪影中的景物过暗应使用加光补偿	85
52	对于色彩丰富的场景加光补偿可为画面增添活力	85
53	将白平衡调至阴影模式可使色彩更加浓重且夸张	86
54	大胆对白平衡作出极端设定以追求夸张的色调表现	86
55	逆光条件下有意曝光不足反而有利于表现立体感	87
56	为了让画面的主体得到准确的曝光应使用点测光模式	87
57	曝光过度反而更适合表现出空气中湿潮的感觉	88
58	想还原黄昏时分的温暖阳光应在阴影模式下做加光补偿	90
59	为了烘托室内的温馨感受应将白平衡调至日光模式	91

photographer No. 3 萩原史郎

- | | | |
|----|---------------------------|-----|
| 60 | 使用阴天模式有利于再现黄昏时分柔和的光效 | 95 |
| 61 | 拍摄樱花应在测光值的基础上再做加光补偿 | 96 |
| 62 | 想要突出春天的氛围需要亮丽的画面效果 | 96 |
| 63 | 选择多区分割测光以应对不同季节的特性 | 97 |
| 64 | 加光补偿把夕阳的余晖提亮以突出花朵的本色 | 97 |
| 65 | 把画面处理成冷色调有利于营造童话般的意境 | 99 |
| 66 | 按白花所占画面的比例进行适度的加光补偿 | 100 |
| 67 | 为了如实再现夏季的大片浮云应对画面做加光处理 | 101 |
| 68 | 面对山间的浓雾调节曝光补偿量可以改变画面的印象 | 102 |
| 69 | 秋日即景的画面可通过加光处理来提高色彩饱和度 | 104 |
| 70 | 白平衡选择白炽灯模式适合表现富于幻想的画面 | 105 |
| 71 | 日光模式下溪流呈现出偏青的色调给画面增添了神秘感 | 106 |
| 72 | 对于画面整体被绿色环抱的场景无须调整色调就很美 | 109 |
| 73 | 景物中含有水面反光或在逆光状态下画面的通透感更强 | 110 |
| 74 | 开启曝光补偿包围功能后可有效抑制曝光过度 | 111 |
| 75 | 对于对比度大的场景使用减光补偿效果更佳 | 112 |
| 76 | 盛夏之际天空中大块云团的白色还原取决于曝光补偿量 | 113 |
| 77 | 阴影模式下拍摄被夕阳笼罩的海景应增加橙红色调 | 114 |
| 78 | 还原空气通透的场景日光模式比自动模式更好 | 114 |
| 79 | 明快通透的大场景采用加光补偿更加符合肉眼观察的感觉 | 115 |
| 80 | 通过光线与被摄对象的特性来判断曝光补偿量 | 115 |
| 81 | 选用日光模式更能突出冰天雪地里那种刺骨的寒意 | 116 |
| 82 | 想要细致地再现冰锥的晶莹剔透感冷色调最为适合 | 118 |
| 83 | 拍摄雪花飞舞的场景应先确定视角再决定曝光量 | 119 |

photographer No. 4 萩原和幸

- | | | |
|-----|-----------------------------|-----|
| 84 | 人物肖像中理想的肤色应包含面部较暗的色调 | 122 |
| 85 | 逆光下的人物肖像应以面部曝光为准以防出现曝光不足 | 124 |
| 86 | 在混合光源下拍人像时以主光源的性质来确定白平衡模式 | 126 |
| 87 | 日光模式下生成的暖色调最适合渲染柔美的情调 | 127 |
| 88 | 自然光下拍人像时采用自动或日光模式均可展现出完美的肤色 | 128 |
| 89 | 室内人像选择日光模式有利于还原模特的肤色及服装的质感 | 129 |
| 90 | 在平光条件下无须曝光补偿即可捕捉到模特自然的神态 | 130 |
| 91 | 选择在窗户边拍人像时应尽量减少室内外曝光量的差异 | 131 |
| 92 | 在钨丝灯照明下选择白炽灯模式让肤色还原更加自然 | 132 |
| 93 | 当画面中有色彩干扰时应手动调整白平衡来校正肤色还原 | 134 |
| 94 | 为了突出顶光形成的轮廓光效果宜对画面做暗调处理 | 136 |
| 95 | 夜晚拍摄环境人像时应以模特面部的主光作为曝光基准 | 137 |
| 96 | 在狭窄的地段拍人像时可以让面部暗些以配合环境特征 | 138 |
| 97 | 将白平衡手动设置成极端状态可以营造出梦幻般的色调 | 139 |
| 98 | 荧光灯模式配合黄色的散景有助于衬托肌肤的柔美 | 140 |
| 99 | 加光补偿对于小清新人像风格起到了决定性的作用 | 142 |
| 100 | 减光补偿形成的暗调影像能表现出悠闲慵懒的感觉 | 143 |

Gallery

跟专业摄影师 学习用光技巧

各类专业样片展示

曝光与白平衡是控制光影效果的两大要素。通过这些调整可以使摄影画面呈现出各种细致入微的光影表现。通过本篇的介绍，我们要向专业摄影师们学习用光技巧以及各种创作理念。

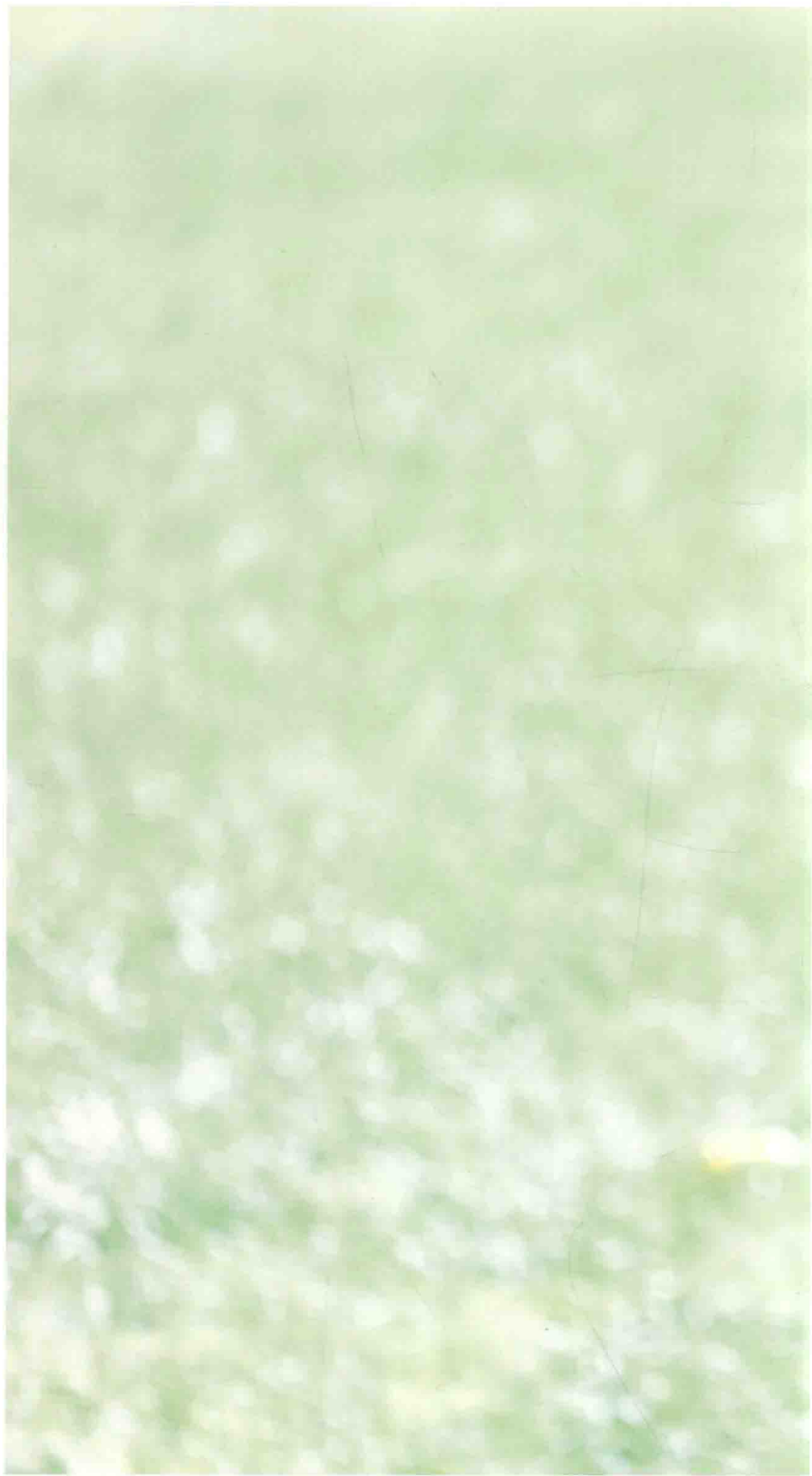
各项拍摄数据的含义：

8-16mm (12.8mm) 光圈优先曝光 (F11, 1/2 秒) ISO: 100 WB: 日光 WB 微调 (B3、G2) -0.1EV 模特: 0000

拍摄用镜头	曝光模式	快门速度值	白平衡模式	曝光补偿值
35mm 全画幅等效焦距	光圈值	感光度	白平衡微调值	模特姓名

河野铁平

Photographer-1



100mm (100mm), 手动曝光 (F2.8, 1/500 秒), ISO: 200,
WB: 自动, WB 微调 (A3, G2)



为了增强画面的通透性，特意处理成曝光过度的感觉，同时让画面中多些暖色系。



17-40mm (17mm), 光圈优先 AE (F10, 1/250 秒), ISO: 400, WB: 4500K, WB 微调 (B3, G3), +1.7EV
将画面处理成曝光过度的感觉, 把白平衡调整为泛青的色调, 有助于表现开阔的视角。



17-40mm (30mm), 程序式AE (F10, 1/400 秒), ISO: 400, WB: 自动, +0.3EV

对于明暗差异较大的画面来说, 适度的增加曝光可以将暗部提亮, 避免出现“死黑”的情况。



21mm (42mm), 光圈优先AE (F11, 1/200 秒), ISO: 200, WB: 日光, WB 微调 (B5, G3), +1EV
雨后的机场上空仍残留着灰色的云层, 为了突出雨云的质感, 特意调成了偏绿及偏青的色调。



鹤卷育子

Photographer-2