

若扬其 著

拍 出 自 我 风 格

曝光×构图

一切，都从“改变”开始

总觉得拍出的照片缺乏个人风格？
为什么别人拍出的照片总是比我的有特色？
为什么大师总有用不完的拍摄手法和技巧？
换个角度拍摄，效果会不会更好？
让画面亮一点还是暗一点？
没有焦点的画面会不会也很漂亮？
本书将为你揭开个性照片的秘密，
从今天开始“改变”，拍出自我风格！



posure control and framing



中国青年出版社
CHINA YOUTH PRESS



中青雄狮

· 磐峯 ·

www.gotop.com.tw

若扬其著

拍出自我风格

曝光×构图



中国青年出版社
CHINA YOUTH PRESS



中青雄狮

· 磨 肇

www.gotop.com.tw

著作权声明

本书为经台湾碁峰资讯股份有限公司独家授权发行的中文简体版。本书中文简体字版在中国大陆之专有出版权属中国青年出版社所有。没有得到本书原版出版者和本书出版者书面许可时,任何单位和个人不得擅自摘抄、复制本书的一部分或全部以任何方式包括(资料和出版物)进行传播。本书原版版权属碁峰资讯股份有限公司。版权所有,侵权必究。

律师声明

北京市中友律师事务所李苗苗律师代表中国青年出版社郑重声明:本书由台湾碁峰资讯股份有限公司授权中国青年出版社独家出版发行。未经版权所有人和中国青年出版社书面许可,任何组织机构、个人不得以任何形式擅自复制、改编或传播本书全部或部分内容。凡有侵权行为,必须承担法律责任。中国青年出版社将配合版权执法机关大力打击盗印、盗版等任何形式的侵权行为。敬请广大读者协助举报,对经查实的侵权案件给予举报人重奖。

侵权举报电话:

全国“扫黄打非”工作小组办公室
010-65233456 65212870
<http://www.shdf.gov.cn>

中国青年出版社
010-59521012
E-mail: editor@cypmedia.com

版权登记号:01-2010-4578

图书在版编目(CIP)数据

曝光与构图:拍出自我风格/若扬其著.

—2版.—北京:中国青年出版社,2014.10

ISBN 978-7-5153-2744-0

I. ①曝… II. ①若… III. ①数字照相机—摄影构图 ②数字照相机—曝光—摄影技术 IV. ①TB8 ②J4

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第213566号

曝光与构图:拍出自我风格

若扬其 著

出版发行:中国青年出版社

地 址:北京市东四十二条21号

邮政编码:100708

电 话:(010)59521188/59521189

传 真:(010)59521111

企 划:北京中青雄狮数码传媒科技有限公司

责任编辑:林 杉

封面设计:六面体书籍设计 穆珊娜

印 刷:北京九天众诚印刷有限公司

开 本:880×1230 1/32

印 张:17.25

版 次:2014年12月北京第2版

印 次:2014年12月第1次印刷

书 号:ISBN 978-7-5153-2744-0

定 价:55.00元

本书如有印装质量等问题,请与本社联系

电话:(010)59521188/59521189

读者来信:reader@cypmedia.com

投稿邮箱:author@cypmedia.com

如有其他问题请访问我们的网站:<http://www.cypmedia.com>

“北大方正公司电子有限公司”授权本书使用如下方正字体。

封面用字包括:方正兰亭黑系列、方正美黑系列

目录

Chapter 0 对于照片你能改变什么

- 13 对于一张照片，你能改变些什么？
- 14 在胶片时代，遵循规则能让你省大钱！
- 16 摄影自由了，人也要开始思考自由
- 18 许多可以改变的东西，就在你的手上

Chapter 1 基础摄影概念与技巧

- 22 数码摄影曝光基本原理
- 38 焦距的迷思

Chapter 2 用曝光决定照片的气氛

- 50 选择合适的拍摄模式
- 52 手动模式（M，Manual）
- 54 光圈优先模式（A，Aperture Priority，或称为Av，Aperture Value）
- 56 快门优先模式（S，Shutter Priority，或称为Tv，Time Value）
- 60 程序自动曝光模式（P，Program）
- 63 掌握曝光的第一步：善用曝光补偿功能
- 65 自动包围曝光





Chapter 3 构图

- 71 你曾听过的黄金分割构图规则
- 74 打破规则吧!
- 76 平视、仰视以及俯视
- 78 简单的构图
- 82 观察的重要性
- 84 普通的场景也能拍出个性

Chapter 4 暗一点，亮一点

- 94 正常的曝光看起来比较平淡
- 98 暗一点点的照片也可以很好看
- 102 亮到极端又是另一种世界
- 104 曝光补偿+包围曝光=双重保险

Chapter 5 角度的利用

- 118 广角镜头的透视变化最强烈
- 120 广角镜头的变形问题
- 124 要善于利用长焦镜头的特点
- 128 使用长焦镜头拍摄需要更强的观察力
- 130 非常规的构图
- 132 非常规的拍摄位置



Chapter 6 层次的利用

- 146 焦距能强烈影响照片的层次感
- 149 还是老话一句：注意身边的景物
- 152 看到重复的景物，要立刻想到长焦镜头
- 155 景深决定层次的表现
- 161 近拍手法可加强浅景深效果

Chapter 7 光线的利用

- 176 不同的光线角度可以改变照片气氛
- 180 逆光 = 剪影效果
- 184 不该打闪光灯时，就偏要打闪光灯
- 185 不要正对着阳光拍摄？再想想吧！
- 188 闪光灯妙招一：谁说不能遮挡闪光灯！
- 190 闪光灯妙招二：自制滤色片

Chapter 8 其他手法

- 210 慢速快门制造晃动感
- 215 三脚架结合慢速快门制造流动感
- 218 快门和闪光灯的同步手法
- 224 失焦手法





- 230 将相机倒过来拍摄（把照片倒着放）
- 234 注意反光的表面

Chapter 9 色温

- 246 白平衡设定决定色温效果
- 250 善用白平衡包围曝光功能

Chapter 10 拍出个人风格从“改变”开始

- 262 改变：角度
- 265 改变：松或紧
- 267 改变：前景衬托
- 268 改变：开始用广角镜头拍人像
- 270 改变：观察力
- 271 改变：失焦
- 272 改变：焦点
- 273 改变：颜色
- 274 改变：明暗



若扬其著

拍出自我风格

曝光×构图



中国青年出版社
CHINA YOUTH PRESS



中青雄狮

· 碁峯 ·

www.gotop.com.tw

著作权声明

本书为经台湾碁峰资讯股份有限公司独家授权发行的中文简体版。本书中文简体字版在中国大陆之专有出版权属中国青年出版社所有。没有得到本书原版出版者和本书出版者书面许可时,任何单位和个人不得擅自摘抄、复制本书的一部分或全部以任何方式包括(资料和出版物)进行传播。本书原版版权属碁峰资讯股份有限公司。版权所有,侵权必究。

律师声明

北京市中友律师事务所李苗苗律师代表中国青年出版社郑重声明:本书由台湾碁峰资讯股份有限公司授权中国青年出版社独家出版发行。未经版权所有人和中国青年出版社书面许可,任何组织机构、个人不得以任何形式擅自复制、改编或传播本书全部或部分内容。凡有侵权行为,必须承担法律责任。中国青年出版社将配合版权执法机关大力打击盗印、盗版等任何形式的侵权行为。敬请广大读者协助举报,对经查实的侵权案件给予举报人重奖。

侵权举报电话:

全国“扫黄打非”工作小组办公室
010-65233456 65212870
<http://www.shdf.gov.cn>

中国青年出版社
010-59521012
E-mail: editor@cypmedia.com

版权登记号:01-2010-4578

图书在版编目(CIP)数据

曝光与构图:拍出自我风格/若扬其著.

—2版.—北京:中国青年出版社,2014.10

ISBN 978-7-5153-2744-0

I. ①曝… II. ①若… III. ①数字照相机—摄影构图 ②数字照相机—曝光—摄影技术 IV. ①TB8 ②J4

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第213566号

曝光与构图:拍出自我风格

若扬其 著

出版发行:中国青年出版社

地 址:北京市东四十二条21号

邮政编码:100708

电 话:(010)59521188/59521189

传 真:(010)59521111

企 划:北京中青雄狮数码传媒科技有限公司

责任编辑:林 杉

封面设计:六面体书籍设计 穆珊娜

印 刷:北京九天众诚印刷有限公司

开 本:880×1230 1/32

印 张:17.25

版 次:2014年12月北京第2版

印 次:2014年12月第1次印刷

书 号:ISBN 978-7-5153-2744-0

定 价:55.00元

本书如有印装质量问题,请与本社联系

电话:(010)59521188/59521189

读者来信:reader@cypmedia.com

投稿邮箱:author@cypmedia.com

如有其他问题请访问我们的网站:<http://www.cypmedia.com>

“北大方正公司电子有限公司”授权本书使用如下方正字体。

封面用字包括:方正兰亭黑系列、方正美黑系列

这是一本关于“改变”的摄影书

事情的起源是这样的……

之所以会想要构思这样一本关于“改变”的摄影书，灵感来自于一次偶然的机缘巧合。我一向不是认真的摄影爱好者，称得上爱好摄影，但永远都懒得拍照。我的借口很多，在胶片时代，最常用的借口就是“胶片很贵”，而在数码时代，因为拍摄照片太容易了，所以借口变成“这场景怎么拍都差不多，你们去玩就好了！”虽然如此，由于对摄影仍然热爱，也就在这漫长的摸索过程中，自学了不少关于摄影以及相机操作的基本知识，因此，当身边好友对摄影有疑问时，常会先咨询我的意见和想法。

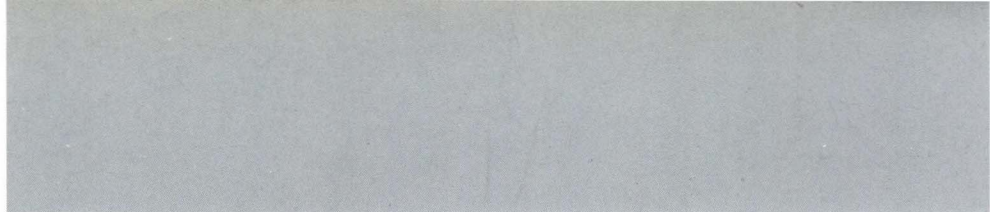
在一次闲谈间，朋友谈到了一个问题：“为什么我拍不出很特别的照片？”当时我很随意地回答：“把相机放在一般人不会放的地方就好啦！”这样简单的一句话，换来朋友再一次的疑问：“对啊！怎么没有人或书会这么教我？”

就这样，灵感乍现！在我接触过的所有有关摄影基础理论的信息里，的确缺乏对这样简单的拍摄方法的描述——没有人会教这样的东西，因为大家一谈到摄影，一定会说：“曝光要准确，构图要精准，黄金比例不能忘！”

但是，这样真的就能拍出好照片吗？

从胶片到数码

我有幸经历了摄影从胶片到数码这翻天覆地的改变过程（这背后的含义是，我已不再年轻），最深刻的体会是“数码底片不用钱”！是的，仅是“不用钱”三个字就让人又重新爱上了摄影。当数码摄影狂潮在 1996 年前后惊天动地地席卷台湾消费电子产品市场后，自认为是摄影爱好者的我当然二话不说，冲着“底片不用钱”这样的优点，跑到日本东京秋叶原买了一台最新上市、率先突破“百万像素”的傻瓜数码相机，从此进入了数码摄影时代。但说实在的，当年百万像素数码相机的画质实在难以入目，所以我后来又买了胶片单反相机，告诉自己要好好体验一下拍照的乐趣。但认真拍起负片、反转片之后，负担可不小，金钱的影响力仍深深控制着我这穷酸玩家的手指，能不按快门就别按了，场景看起来都一样，那就别拍了！



那真是段不上不下、尴尬又狼狈的拍摄生涯。时代继续前进，当数码相机向高像素、高画质推进到一定程度后，我终于买了数码单反相机，才真正开始大量积累一些照片。

以上这段无聊又荒唐的个人经历，其实是要告诉各位读者一个重点，那就是：数码相机对摄影最大的改变，在于大幅度降低了拍摄的花费。当按快门的瞬间没有金钱压力时，我们就真正自由了！

在胶片时代，遵循规则能帮你省钱

本书书名顾名思义，就是要教会大家破除规则，拍出与众不同的照片。但我一定要在此声明一下，这些所谓的规则并不是用来害人的，相反，在“张张底片张张钱”的时代，我们这种没钱还想跟人家玩摄影的人，只有“遵循规则”才能保证底片不会被浪费掉。我们不是职业摄影师，背包里没有三四十卷胶片可以无限制拍摄，所以我们只能安全地拍，拍得安全，五天四夜的旅程只能拍两卷，不能再多了！

所以大师和专业摄影师们当然可以拍出令人惊讶的杰作；反过来说，这些杰作大部分是用金钱堆起来的。

数码时代，免费真好，用力将快门按下去

这就是数码摄影革命风潮势不可挡的原因了。业余爱好者发现不再需要冲洗底片了，便开始狂拍；大师、专家们虽然财力雄厚，但对免费的东西自然来者不拒，于是创作起来更加挥洒自如。至此，虽然看似业余爱好者和专家们终于站在平等的平台上了，但问题又来了：为什么大师们的作品仍然这么好看，这样令人震撼，而我们这样普普通通的业余爱好者，却总是拍不出个性鲜明又有独特风格的作品呢？

当大家开启每秒 10 张高速连拍，将场景的每一个角度都完整地捕捉到时，几百张照片串连起来都快可以成为一部完整的电影片段了，但这些照片总是欠缺了一点个性和特色。就差这一点，我们就永远达不到更高的层次吗？

在没有经济负担的拍摄背后，业余爱好者们要开始反思，是什么因素让照片变得特别呢？

当大家都一样时，“改变”也许会赢

大家看完前面这些文字，就会落入我设下的“陷阱”里，那就是唯有改变，才能拍出“不一样”的照片！“改变”是本书的宗旨，是最高指导原则。这里我要介绍的是“可以控制的改变”，这也就是为何当你拿到本书时，仍会在一开始的章节中看到关于摄影基本概念的介绍。年轻时由于兴趣使然，我对摄影原理和所谓的“原则”了解不少，这对我日后的拍摄有相当大的帮助，因为我很清楚当我拍照时，要的是什么样的“改变”！有了这样的经验，自然希望能够和各位读者分享，而且还能帮助大家少走许多冤枉路！

本书结构

因此，我忍不住一定要先介绍摄影基础原理，因为只有了解了基础原理，才能在拍摄中事半功倍，完全掌握“摄影”！不过各位请放心，本书会以最简明易懂的图标、范例以及文字，让大家花最少的时间将摄影的大道理融会贯通。当大家发现原理是这么简单时，本书就要进入正题，告诉各位拍摄时可以做什么样的变化组合，以及变化后应该、可能、好像、也许会有效果。只要能掌握原理，你就可以预期“改变”后可能出现的结果，以及“改变”是否在朝你理想中的方向前进！

书中大部分的章节，提出了一个又一个让大家可以加以思考、做出改变的拍摄想法。也许这么拍是不错的，也许再“换”一下方法会更好，也许……别听我的建议会更好？

本书和其他摄影书一个极大的不同点是，只有需要时才会在范例照片上标示出拍摄参数。原因很简单：各位面对的拍摄环境不可能和我完全一样，这些光圈、快门数值基本上只对拍摄该张照片的人有参考价值。与其放上对读者完全无用的内容，不如给读者留下一个自由挥洒的空间吧！

这就是这本书，也许内容天马行空，也许想法光怪陆离，让摄影老师气得跳脚，但这才是数码摄影时代的真正价值：底片“无价”，我们更有机会拍出“无价”的作品！

所以，诚如本书最后一章所言，大家一起来“改变”吧！

目录

Chapter 0 对于照片你能改变什么

- 13 对于一张照片，你能改变些什么？
- 14 在胶片时代，遵循规则能让你省大钱！
- 16 摄影自由了，人也要开始思考自由
- 18 许多可以改变的东西，就在你的手上

Chapter 1 基础摄影概念与技巧

- 22 数码摄影曝光基本原理
- 38 焦距的迷思

Chapter 2 用曝光决定照片的气氛

- 50 选择合适的拍摄模式
- 52 手动模式（M，Manual）
- 54 光圈优先模式（A，Aperture Priority，或称为Av，Aperture Value）
- 56 快门优先模式（S，Shutter Priority，或称为Tv，Time Value）
- 60 程序自动曝光模式（P，Program）
- 63 掌握曝光的第一步：善用曝光补偿功能
- 65 自动包围曝光





Chapter 3 构图

- 71 你曾听过的黄金分割构图规则
- 74 打破规则吧！
- 76 平视、仰视以及俯视
- 78 简单的构图
- 82 观察的重要性
- 84 普通的场景也能拍出个性

Chapter 4 暗一点，亮一点

- 94 正常的曝光看起来比较平淡
- 98 暗一点点的照片也可以很好看
- 102 亮到极端又是另一种世界
- 104 曝光补偿+包围曝光=双重保险

Chapter 5 角度的利用

- 118 广角镜头的透视变化最强烈
- 120 广角镜头的变形问题
- 124 要善于利用长焦镜头的特点
- 128 使用长焦镜头拍摄需要更强的观察力
- 130 非常规的构图
- 132 非常规的拍摄位置





Chapter 6 层次的利用

- 146 焦距能强烈影响照片的层次感
- 149 还是老话一句：注意身边的景物
- 152 看到重复的景物，要立刻想到长焦镜头
- 155 景深决定层次的表现
- 161 近拍手法可加强浅景深效果

Chapter 7 光线的利用

- 176 不同的光线角度可以改变照片气氛
- 180 逆光 = 剪影效果
- 184 不该打闪光灯时，就偏要打闪光灯
- 185 不要正对着阳光拍摄？再想想吧！
- 188 闪光灯妙招一：谁说不能遮挡闪光灯！
- 190 闪光灯妙招二：自制滤色片

Chapter 8 其他手法

- 210 慢速快门制造晃动感
- 215 三脚架结合慢速快门制造流动感
- 218 快门和闪光灯的同步手法
- 224 失焦手法





230 将相机倒过来拍摄（把照片倒着放）

234 注意反光的表面

Chapter 9 色温

246 白平衡设定决定色温效果

250 善用白平衡包围曝光功能

Chapter 10 拍出个人风格从“改变”开始

262 改变：角度

265 改变：松或紧

267 改变：前景衬托

268 改变：开始用广角镜头拍人像

270 改变：观察力

271 改变：失焦

272 改变：焦点

273 改变：颜色

274 改变：明暗



