

中国民族摄影艺术出版社
(英) 约翰·弗里曼 著 刘欣、吴凯翔 译

约翰·弗里曼摄影构图教程



图书在版编目 (C I P) 数据

约翰·弗里曼摄影构图教程 / (英) 弗里曼
(Freeman, J.) 著; 刘欣, 吴凯翔译. -- 北京: 中国民族摄影艺术出版社, 2011.1

书名原文: The Photographer's Guide to
Composition

ISBN 978-7-5122-0108-8

I. ①约… II. ①弗… ②刘… ③吴… III. ①摄影构图—教材 IV. ①J406

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第254037号

著作权合同登记章图字 01-2010-656

约翰·弗里曼摄影构图教程

作者: (英) 约翰·弗里曼

翻译: 刘欣 吴凯翔

责任编辑: 周彧 李雅然

出版: 中国民族摄影艺术出版社

地址: 北京市东城区和平里北街14号 (邮编100013)

网址: www.chinamzsy.com

印制: 北京杰诚雅创文化传播有限公司

版次: 2011年1月第1版

印次: 2011年1月第1次印刷

开本: 889毫米×1194毫米 1/16

印张: 9.5

印数: 1-4000

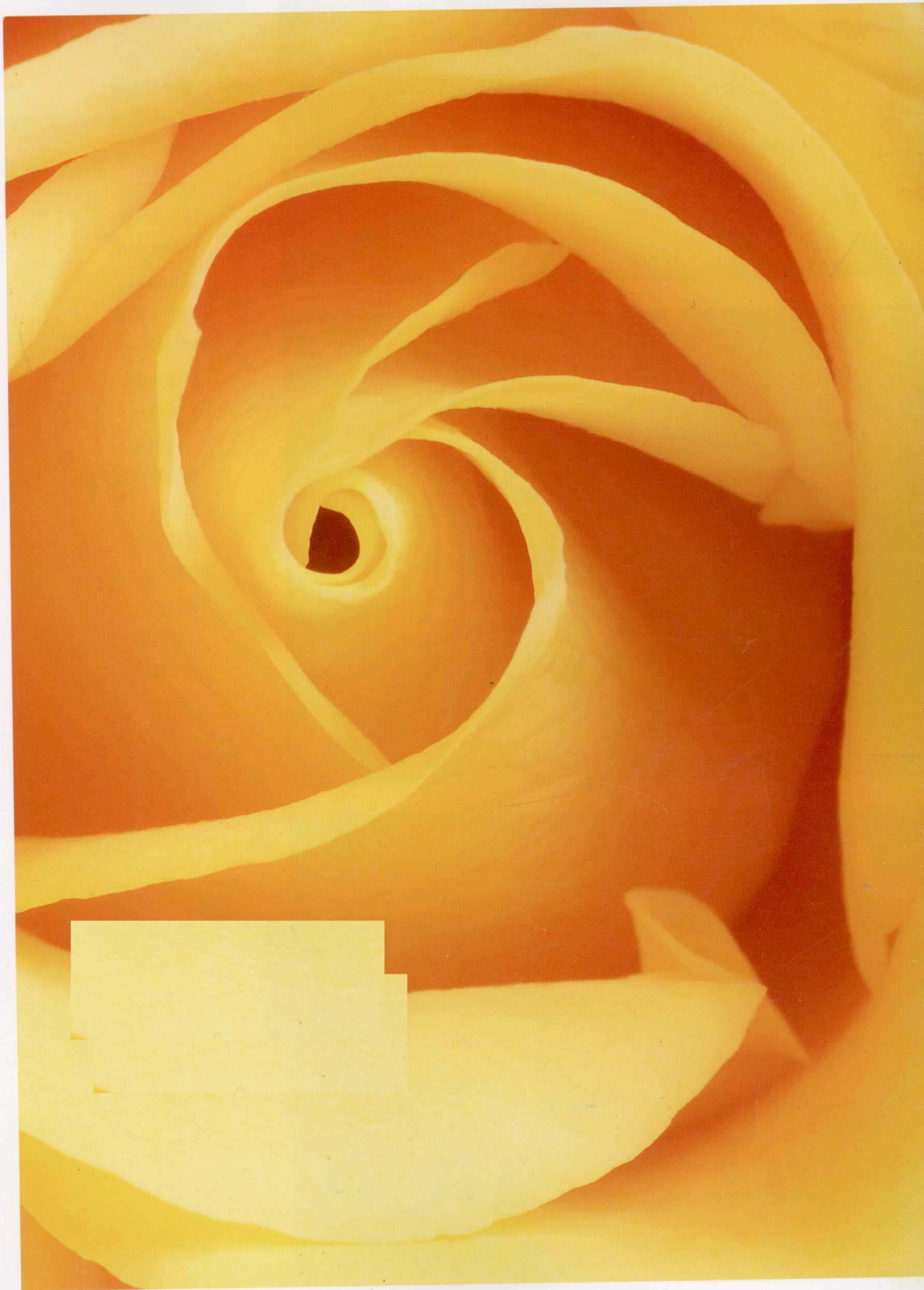
书号: ISBN 978-7-5122-0108-8

定价: 88.00元

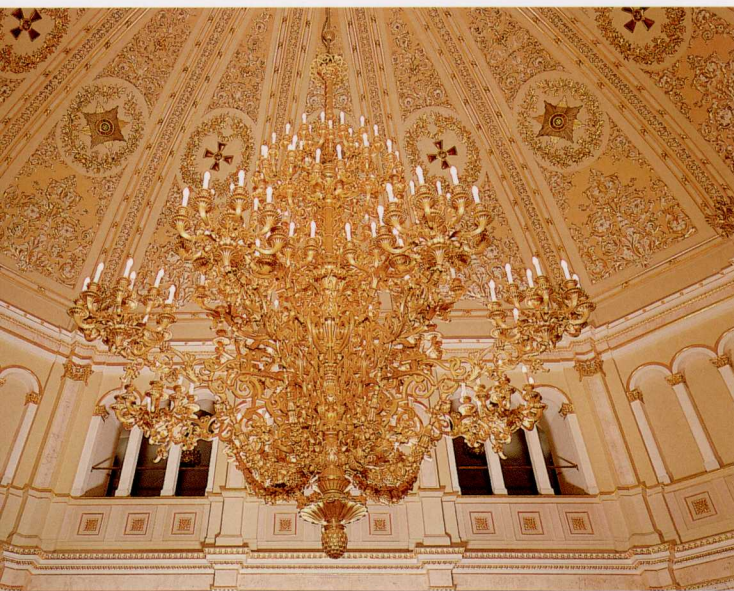
版权所有 违者必究

约翰·弗里曼摄影构图教程

(英) 约翰·弗里曼
刘欣、吴凯翔 译



中国民族摄影艺术出版社



目录

前言	4
1 基础知识	
基本设备	12
基本设备续	14
眼睛如何看与相机如何观察	16
景深	20
曝光	24
ISO感光度	26
光线和色彩	28
黑白摄影	32
黄金分割法	36
对称性	40
标准镜头	44
广角镜头	46
远摄镜头	48
横竖画幅和取景	50
拍摄视角	52
前景	56
背景	58
透视	60
移轴镜头	64
数码透视校正	66

2 拍摄技巧

人像摄影：概述	70
人像摄影：日光	74
人像摄影：自然光	78
人体摄影	82
劳作场景摄影	86
建筑摄影：外景	90
建筑摄影：室内	94
建筑摄影：局部细节	98
风光摄影	102
河流、海洋和湖泊	106
气候	110
季节	114
静物摄影	118

3 技术进阶

全景照片	124
数码合成照片	128
抽象摄影	132
次曝光	136
高反差照片	140
微距摄影	144
展示照片	148

前言

对于很多影友来说，拍的照片最大的不足之处可能是对构图欠缺考虑。例如，很多时候你拍摄的风光照片中，毫无特色的天空会占据画面主要的部分，以至于前景被丢失或者变得很不显眼；或者在你拍的一张肖像照片中，主体人物只占画面很小的一部分，以至于需要花点时间去辨认究竟是谁在那里。

为什么这些错误一次又一次地反复出现？主要原因是大多数的照片拍摄得都很匆忙。在拍摄瞬间，摄影者往往花很少的心思来考虑视角、前景、背景、景深和画幅等。提起这些基本的技巧，大多数摄影师会表示吃惊，并且说他们根本记不住这么多需要考虑的因素，他们想要的只是一张好照片，而不是一件艺术品！但具有讽刺意味的是，实际上一张好照片就是一件艺术品。就像所有艺术门类一样，摄影需要训练和持续操作，

直到你获得一件成功的作品。

一旦你决定想让照片拍得更好，并且开始思考以上提到的一些摄影技术规律，你会惊奇地发现自己很快就会习惯成自然地在拍照中采用这些基本的方法，而不需有意识地来操作。就像驾驶汽车，当你正在学习或者驾驶时间很短时，通常在换挡时你会低头看一下变速杆。但是，当驾驶几个月后，有了丰富的驾驶经验，你还会再去看变速杆吗？我想你再也不会去看了，同理也适用于摄影的学习。如果你常常有意让自己遵循一些摄影的基本规律来拍照，不久你就会把这些拍出好照片的方法变成自己下意识的习惯。于是，你就会在以后的拍摄中采用各种不同的观察方法，从而有机会拍到真正的好照片。





自从古埃及人建造金字塔和古希腊人按照精美的建筑比例建造令人难以置信的雅典卫城以来，艺术家一直遵循着一个视觉规律，那就是黄金分割法。按照黄金分割的定律，在摄影的构图中，应先想象将整个画面用直线纵横均分为三等份，得出四个交叉点，然后把拍摄主体放在某一个交叉点上。当然，有一些照片会完全不按照这个定律构图，但是依然是构图完美的作品。一幅构图完美的照片应该是有效地把拍摄主体突出在观赏者的眼里。例如，你可以通过使用强烈

的透视效果、利用明显的背景反差效果、采用排列鲜艳的色彩等技巧，或者混合采用以上的这些效果来达到目的。

许多专业照相机可以更换对焦屏，其中有一种带网格的对焦屏是很方便的（许多数码相机也都能显示这种“三分线”对焦屏的功能，以辅助构图）。使用这种对焦屏取景时，你可以在取景器中看到水平和垂直的细线，它们能够很好地辅助你的取景和构图。





当你使用自己的摄影器材更加得心应手时，你就会有更多的时间研究拍摄的可能性，而不会再去笨手笨脚地操控相机。这个时候你就会花时间仔细观看拍摄的影像，然后开始质疑自己，问自己：这张照片从更低的视点拍摄是不是看上去会更好？我是不是需要去找一个更高更好的拍摄点？我需要采用更大的景深范围吗？或者画面中的背景处于焦点外是不是会更好看？是不是有什么东西可以让我拿来作为前景，以增加画面趣味，从而引导观众的眼睛进入拍摄的景物？我在取景时是不是需要把一颗树或者一个建筑的拱门纳入拍摄画面？如果我换一天中别的时间再回来拍，这时太阳会在一个不同的位置上，是不是能够把这张照片拍得更好？如果你已经考虑了以上这些问题，你的摄影构图技能会获得巨大提高，并且拍摄的照片也会看起来显得更加专业。

这本书的设计目的是用来指导你如何提高摄影构图能力的。它通过对构图的各个关键的技术要点的讲解，教你如何从相机的视点来观看景物。通过对眼睛观看和镜头观看方式不同之处的全面体验和阐释，让你不会因为眼睛看不到满意的视觉效果而止步于摄影创作，从而增强你的摄影创作信心。





1 基础知识





基本设备

虽然，没有任何一个设备能够保证你每次都能拍出完美无缺的照片，但是通过一定的方法和技巧，你可以利用手中的相机和镜头拍出更好的照片。你应该始终牢记，即使使用最昂贵的相机、最高级的镜头和最先进的数码技术，你最多只可能拍出和你眼睛看到的画面一样漂亮的照片，而绝不可能更好，因为你只是利用手中的设备将眼睛看到的画面进行了一次“复印”。

数字时代的摄影器材最大的有利之处是LCD液晶显示屏。通过这个屏幕，你可以观看和对照片进行构图。液晶屏上显示的画面将会出现在你最终输出的照片中。这与传统通过取景器来观看的拍摄方式相比具有明显的优势，而且大多传统光学取景器始终无法避免取景的视差问题。视差问题是由于相机取景器显示的画面范围与镜头传递的被摄画面范围总有一定程度轻微的差别。当相机在距离拍摄景物较近时，视差会显得更加明显。于是在一些时候，摄影师在拍摄时需要对此种视差进行调节，这就是视差校正。如果没有这种校正，你就不能有效地把看到的景物拍入最终的画面。

只有这几类结构的相机不会有视差的问题，那就是单镜头反光相机和叠影测距式相机。这些相机能够让你在取景时尽可能获得精确的物像，它对于你拍摄出更好的照片具有重要意义。

当前市场上的照相机，不管是数码的还是胶片的，性能都很了不起。单反相机是适应性最广、性能最为强大的机型，并且最适合进行摄影创作。因此你也最可能购买一部单反相机，越来越多的附带各种新功能的数码相机正在推向市场。

单反相机性能这么出众是因为它具有庞大的镜头和附件资源可以利用，这极大地拓展了相机的性能。因此，单反相机在某些时候被当作一个系统来看待。依靠制造商的研发支持，单反相机系统，拥有从超广角镜头到超远摄镜头的庞大镜头群，还包括了微距镜头、移轴镜头、增倍镜和大量的变焦镜头。而近摄接环与皮腔、专用闪光触发器、直角取景器、各种类型的取景屏和遥控器等，是一部分比较常用的摄影附件。



如果你使用的单反相机或者LCD取景式数码相机，习惯把一个变焦镜头作为标准配置，你能更加方便地按照自己的意愿选择合适的镜头焦距。但是有一点对于摄影师来说是很重要的，使用LCD液晶屏作为主要的取景方式会加快电池的消耗，而这有时真的会给你带来麻烦，尤其在拍摄至关重要的大事时。即使你带了备用电池，在你换电池的瞬间，往往会错过关键的拍摄瞬间，从而造成永久的遗憾。当前，越来越多的新款数码相机带有LCD取景功能，但是如果你在使用这类数码单反相机时不用LCD屏来取景的话，就可以避免这个问题。当然，如果你拍摄的题材具有可重复性，那么你完全可以享受LCD屏取景拍摄的惬意。数码相机的LCD屏是你对照片进行查验的好帮手，你不但可以放大检查焦点与清晰度，而且可以查看曝光和构图。你也可以在这里编辑和删除不要的照片，腾出相机存储卡中的空间。

1. 可更换数码或胶片后背的中画幅相机
2. 三脚架
3. 一组影室闪光灯单元



基本设备续

单反相机的另外一个好处是它们具有景深预览功能，这能够让你在拍摄前准确看到照片能够达到怎样一个清晰度范围。这一功能将帮助你拍摄出更好的照片。

你拥有的镜头的种类越多、变焦镜头的变焦范围越强大，你对最终成像的操控力也越强大。

通常，对于一个摄影师来说，有以下一套镜头是非常完美的：一个17-35毫米、一个28-70毫米和一个70-200毫米变焦镜头。这三个镜头提供的焦距范围涵盖了几乎所有常见的拍摄环境。如果你同时购买一个2倍的增倍镜，你的镜头组中最远的200毫米将变成400毫米，这样你可能不会再需要其他任何镜头了。

当你购买镜头时，在经济允许的条件下，总是应该想办法购买能提供光圈最大（快速光圈）的镜头。例如，28-70毫米的变焦镜头。如果它是一支在全部焦段恒定光圈f 2.8的镜头，会比一个在28毫米端为f 3.5，变焦到70毫米端可能是f 5.6的非恒定光圈镜头要更有用，它能让你在低光照下获得更好的拍摄性能。同时，其镜头本身的光学品质也会更好。然而，不同的光学技术要求导致这两种镜头在画质上的差距，也带来了价格

上的差距，这成为你购买镜头时需要仔细衡量的因素。

另外在购买轻便型数码相机时，关于其变焦镜头范围需要你认真考虑的因素是“数码变焦”和“光学变焦”的差别。一些轻便型数码相机具有数码变焦功能，它通过把成像的数码照片中的一部分画面放大的办法，给人以放大的假象，但是这完全可以拍摄后在计算机上做。因此，如果你使用数码变焦来放大画面，随后将会带来照片清晰度大幅下降。一个光学变焦镜头会实实在在地让你拍到更大更近的物体，而不会有这种画质下降。因此，在比较选购不同类型数码相机时，你只需要考虑其光学变焦的性能，而完全不要管数码变焦。更大变焦比的轻便型数码相机会带来更高的价格，但并不一定会带来最好的画质，所以你可以考虑购买广角和增距附加镜。这类附加镜适合装在轻便型数码相机的镜头前边，从而带来更大的变焦范围。

对于任何摄影器材，终极的选用目标是，它要好用，让你在摄影时能随心所欲地操控它。摄影的构图操作是关于观看和阐释的过程，你越熟练操作自己的相机，越能全神贯注地观看景物。

1. 渐变中密度滤光片
2. 能拧在镜头前的滤光镜
3. CF存储卡
4. 可互换的单反镜头
5. 闪光灯
6. 近摄接圈
7. 移轴镜头

