

日常生活摄影



崔永洪 编著

辽宁美术出版社



彩图1 婚礼嬉戏 用闪光灯直接投射，色温较高，新人面部青白



彩图2 巧梳妆 用闪光灯拍照，灯前加层纱布，降低了色温，面部红润



彩图 3 野炊 阴天，色温较高，整个基调偏青蓝

彩图 4 野游合影





彩图 5 圣洁瑰丽 两底合成：月亮用300毫米长焦，光圈8，1/120秒；亭子为水中倒影，倒拍正用

彩图 6 夜景 用前置广角镜头，景物稍有变形；由于用慢速快门，活动的人物影像虚幻





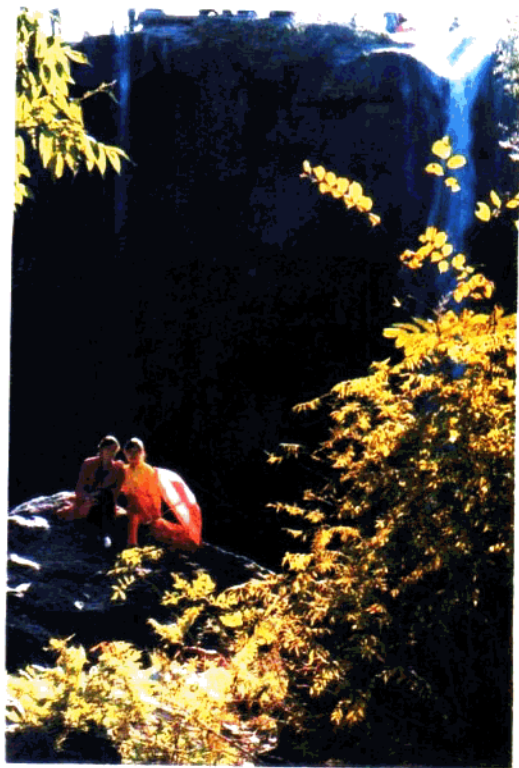
彩图7 拿红伞的少女 相机镜头前加UV镜并在周围涂抹少量凡士林，出现虚幻效果

彩图8 欢乐的朝鲜族儿童 尚土 摄

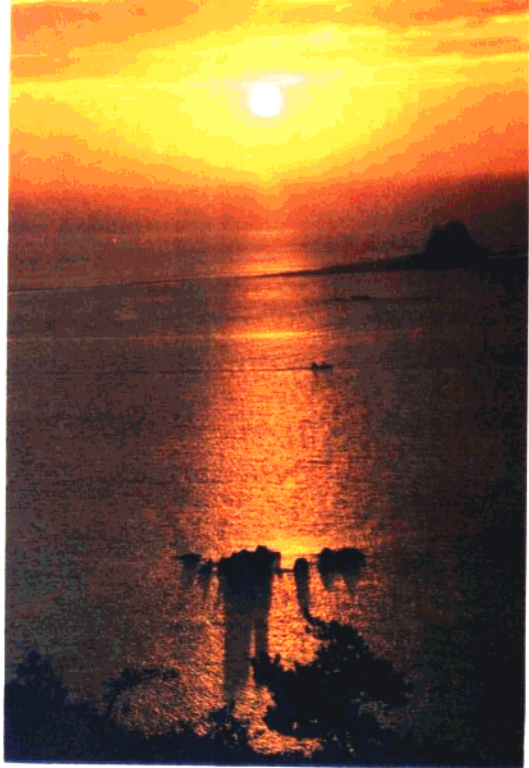




彩图9 舞龙
·光辉 摄·



彩图10 装点秋色
·高原 摄·



彩图11 晨曲
尚土 摄

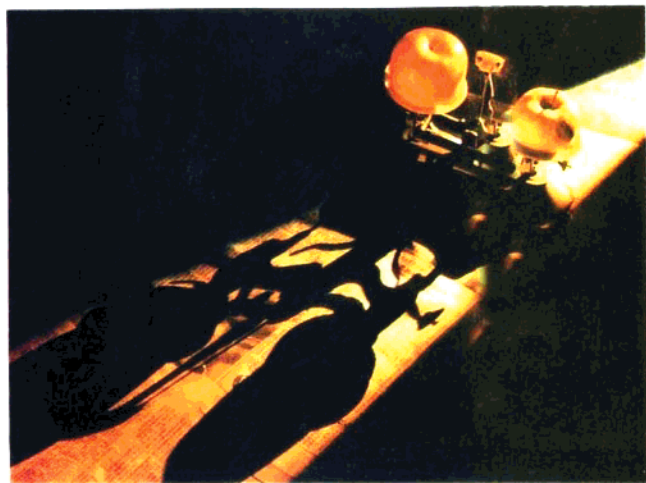
彩图12 日与山光
弄秋色 秋天的早
晨气温较低，景物
呈金黄色，突出了
秋天的气氛。





彩图13 万事如意——以孩子为题材，将老左与右的摄影结合在一张照片中拍摄。

彩图14 轻与重——用与不用闪光灯拍摄，在一张照片中，将光反对向苹果，使其得到相反的效果。





彩图 15~17
儿童的千姿百态



·书中插图照片除署名者外均为崔永洪摄

目 录

第一章 生活摄影心理学（代前言）	1
第一节 生活摄影的范围和意义	2
第二节 如何拍好生活照	3
第三节 还是从认识谈起	5
第二章 四季摄影	9
第一节 春季摄影	9
第二节 夏季摄影	16
第三节 秋季摄影	20
第四节 冬季摄影	27
第三章 坏天气里的生活摄影	37
第一节 风	37
第二节 阴、雨、雾天的拍摄	39
第三节 雪和冷	41
第四节 强光和热	42
第五节 夜与黑暗	43
第四章 黄金时间以外的摄影	48
第一节 早晨的摄影	48
第二节 中午的摄影	50
第三节 晚间摄影	52

第四节	夜间摄影	56
第五章	家庭生活小照	58
第一节	夫妻合影	58
第二节	父母与子女的生活照	60
第三节	青年合影	61
第四节	老年生活照	63
第五节	儿童摄影	65
第六节	全家福	75
第六章	婚礼摄影	80
第一节	基本设备	80
第二节	拍照计划	82
第三节	如何把新娘拍得更漂亮	83
第四节	系列照	84
第五节	旅游结婚摄影	85
第七章	花卉、盆景、静物摄影	90
第一节	花卉摄影的基本设备	90
第二节	构图与取景	93
第三节	盆景的拍摄	96
第四节	静物	97
第八章	了解你手中的照相机	100
第一节	照相机性能的基本分类	100
第二节	如何正确使用照相机	112
第三节	光圈与快门的关系	123
第九章	对胶片应有的认识	126
第一节	胶片的种类	126

第二节	使用胶片的常识	133
第十章	正确曝光	135
第一节	影响曝光的因素	135
第二节	测光表与自动曝光	143
第三节	倒易律与倒易律失效	146
第十一章	滤色镜的应用	148
第一节	使用滤色镜的目的	148
第二节	各种颜色滤色镜的性能	150
第三节	滤色镜与曝光	154
第十二章	取景与构图	156
第一节	生活摄影构图的基本原则	156
第二节	取景器中的抉择	166
第三节	取景与构图禁忌	168
第十三章	生活摄影的用光	172
第一节	自然光在生活摄影中的应用	172
第二节	在生活摄影中的人造光	178
第十四章	要爱护相机和“作品”	183
第一节	照相机的保护	183
第二节	底片与照片的保存	184

第一章 生活摄影心理学

(代前言)

生活摄影的关键是如何认识生活和如何反映生活。

什么是生活，专家们已经讨论了多少年，现在似乎冷下来了，不再有人打笔墨官司了，原本应该如此。生活本身是极其复杂多样的，怎么能用一种概念囊括呢？但在既往的生活摄影中所看到的，生活就太简单和单一了，似乎又有微笑。

生活是美好的，美好的生活应该永远留在生活中，它总是在不断地自我超越中获得愉快和幸福感。如果我们回忆一下，从自己有记忆时起，以那时的生活与现在生活作一个对比，你就会发现，我们是在跨度很大的自我超越中度过的。但我们许多人没有认识到这一点，而是朦朦胧胧的，只有拿出当时的生活照，才能使自己清楚地看到这一点。尽管有些人在生活的旅途中有许多坎坷，尽管有时陷入困境，但当你跨越了艰险之后，会倍感生活的美好，更加热爱生活。我们有许多人珍藏着“牛棚”生活的照片，并不是出于留恋，而是觉得今天的生活更加美好。

第一节 生活摄影的范围与意义

生活摄影是一个广阔的领域,可以说除了梦境之外,都是它拍摄的对象。如果一定要划一个范围的话,可以分六个方面:

一、学习 人类从呱呱坠地之后就开始了学习,学习生活,学习做事,学习游戏……。第一个教师就是母亲。

二、劳动 这是人类与其它动物的根本区别。劳动,有简单劳动和复杂劳动,生活摄影主要反映简单劳动。

三、娱乐、游戏 它在日常生活中占很重要位置。人类没有娱乐和游戏,生活是不堪设想的。

四、社交往来 这也是人类生活的需要,不仅亲属,朋友有生活往来,还有交易往来等等。

五、吃喝穿戴行走坐卧 一切饮食起居,结婚恋爱,抚育子女,赡养老人,等等……

六、拚搏与斗争 与自然斗,有时不得不梳风沐雨,有时不得不在炽热的阳光下;与人斗,谁也无法摆脱,人类为什么不能和睦相处,但这毕竟是生活。

上述六项内容,不管你愿意不愿意都无法回避,要生存就要活动,这就是生活。生活摄影就是拍照人类自身的生活。

生活是复杂的,不仅有春天鲜花的芳香和秋天丰收的歌声,也有冬天的暴风雪和夏天的电闪雷鸣。但我们要永远以乐观的态度对待生活。

生活摄影就是乐观态度的反应,不仅拍下受奖披红,

也要拍下卧雨餐风：不仅拍下灯红酒绿、欢歌笑语，也要拍下清风明月、苦辣辛酸，这样你就永远不会忘记过去而催你奋进。

生活摄影具有增进友谊加强团结的凝聚力，在生活中，无论你多么精明强干，友谊都是不可缺少的。友谊可以来自各个方面的吸引，群体合影就是最好的例证。如果说，在通常情况下，友谊来自“人以群分”，那么群体会使不同爱好的人结成友谊。

第二节 如何拍好生活照

一、生活摄影的特点

要想拍好生活摄影，首先要弄清生活的特点：

（一）题材广泛，正如前文所述，除作梦外都可以列入生活摄影范畴。

（二）它不同于新闻摄影真实，要求真人真事真场景，也不同于艺术摄影的夸张虚构，而是要具有艺术性的真实。

（三）较容易反映出时代精神。因为生活摄影拍的是现实生活，既不是过去，也不是未来，而且均是以人物活动为中心，而人总是时代的人。

（四）生活气息浓重，情绪多是乐观的，容易表现出精神世界。

（五）生活摄影的摄影者与被摄者容易作到相互协作。因为他们之间或原来就是熟人，或由被摄者主动邀请，这样就有利于抓取瞬间。

（六）生活摄影的作品，多数是不供发表的，大多被

收集在影集中。

在我们的影集中收藏着自己的或朋友、同学、亲属的各个时期的照片，每当翻阅这些照片，总会给我们以精神上的享受，能够引起黄金时代的回忆，或者唤起故地重游之感，要么就是激起友谊的怀念。’

影集，可以称作纪念性的艺术，或艺术性的纪念，它像日记一样，是不供发表的，但它的每一张照片都会拨弄你的心弦，构成个人生活中的交响乐的一章，它反映出不同时代的自我意识。因为每个人的影集都是按着各自的审美趣味或艺术趣味来决定的。这种趣味反映出本人的素质，反应出摄影者和被摄者对自然、对社会生活中某些事物和现象的理解、评价以及所持的态度。

摄影者在生活实践中，形成了关于美与丑、善与恶的看法，按着他的审美趣味加给被摄者，被摄者再用自己的审美趣味进行评价。这种审美趣味，在一定的历史条件下产生，通过一定的社会实践又不断改变。

从摄影者或被摄者的不同角度，审视同一幅照片，往往会不一致，摄影者首先从“像”或艺术上下功夫，而被摄者首先希望照片比本人更漂亮，否则就不会满意。我想，这就是生活摄影的最突出的特点。

这里又提出一个观念问题——什么是漂亮，什么是被摄者需要的漂亮：

前文提到，生活摄影的摄影者与被摄者容易作到相互协作，但协作的基础是摄影者对被摄者的了解，了解他的欣赏趣味。

艺术与生活是互相借鉴，互相渗透，互相影响的，在社

会发展过程中,具有审美意义的事物不断在扩大其领域,审美价值观念也在不断改变,审美标准也在不断的进行修正。

由于人是社会的人,时代的人,各样的人,他们的审美观也必然受到上述因素的制约,从某种意义上来讲,尽管个人差距很大,但在一定的历史条件下,必然有一种共同的社会的审美趣味占优势,统治着时代的人的审美观。但也不能否认低级趣味的存在,追求外表变态的甚至是庸俗的腐朽的观点。有时候一张小小的照片,它会像魔镜一样反映出人的品德、学识、修养、志趣、风度、格调乃至素质。

鉴于上述特点,我们拍摄生活照,有些问题要引起注意。

二、生活摄影注意事项

(一) 生活摄影必须保持生活的真实性,不管生活多么不如人意,也应面对事实。我们说生活是美好的,并不是每件事都是美好的,恰是“不如意事常八九”。但这并不影响我们对待生活的乐观态度。因而要真实地反映现实。

(二) 生活摄影尽可能利用自然光,即使用灯光也应尽量使其类似自然光。尤其在多灯照明时,防止多影出现。

(三) 不要强加干预硬性摆布,拍得死板生硬。了解了生活摄影的特点,也知道了该注意什么问题,并不等于就能拍好生活照,还要树立正确的观念。

第三节 还是从认识谈起

就生活摄影来讲,有时观念比技术更重要。首先,我