

临摹摆拍

矫正教你

命题创作

摄影简史

照的拍摄与展示

24天成为摄影高手



收藏作品

户外实战拍摄
放大技巧
简易暗房

景摆拍·叙事摆拍·叙事摆拍

任务

COSPLAY摄影



了解照相机

声、光、电合影像

冲洗底片
放大照片
接触印相
曝光实验
特殊影像效果

影像的获取与表现·LOMO摄影

矫健著

浙江摄影出版社

三天掌握摄影技术——银盐胶片和银盐影像是这样玩的 三周学会摄影创作——摄影作为艺术创作语汇是这样的

矫健



教你24天成为摄影高手

矫健 著

责任编辑 任 力
文字编辑 许 锋
装帧设计 任惠安
责任校对 朱晓波

图书在版编目 (CIP) 数据

矫健教你24天成为摄影高手 / 矫健著. — 杭州:
浙江摄影出版社, 2012.1
ISBN 978-7-5514-0080-0

I. ①矫… II. ①矫… III. ①摄影技术 IV. ①J41

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第003212号

矫健教你24天成为摄影高手

矫 健 著

全国百佳图书出版单位

浙江摄影出版社出版发行

(杭州体育场路347 邮编: 310006)

电 话 0571-85151350

网 址 <http://www.photo.zjcb.com>

经 销 全国新华书店

制 版 浙江新华图文制作有限公司

印 刷 浙江印刷集团有限公司

开 本 787×1092 1/16

印 张 9

2012年1月第1版 2012年1月第1次印刷

ISBN 978-7-5514-0080-0

定 价 28.00元

目

第一章

三日初涉摄影技术

第一日

- 一、了解摄影的简要历史.....10
- 二、了解我们手中的机器14

第二日

- 一、在家里建立简易暗房.....24
- 二、暗房作业 曝光实验28
- 三、暗房作业 冲洗底片32
- 四、暗房作业 接触印相42
- 五、暗房作业 放大照片44
- 六、暗房作业 放大技巧47
- 七、暗房作业 特殊效果影像49

第三日

- 一、户外搜索拍摄训练.....52
- 二、临摹摆拍54
- 三、收藏作品58
- 四、作品装裱和展示60



录

第二章 三周摄影创作

第一周

第一部分 进入创作

- 74 一、影像的获取
90 二、影像的表现
94 三、LOMO 摄影

第二周

第二部分 造景与摆拍

- 98 一、造景与摆拍
98 二、叙事的摆拍
104 三、非叙事的摆拍

第三部分 封面女郎任务

- 107 一、人物摄影
111 二、COSPLAY 摄影

第三周

第四部分 组照计划与命题创作

- 114 一、组照与组照的展示
124 二、命题创作

第五部分 影像与拓展

- 130 一、声、光、电综合影像



临摹摆拍

矫正教你

命题创作

摄影简史

照的拍摄与展示

24天成为摄影高手



收藏作品

户外实战拍摄
放大技巧
简易暗房

景摆拍·叙事摆拍·叙事摆拍

任务

COSPLAY摄影

接触印相



了解照相机

声、光、电合影像

展示作品

特殊影像效果 曝光实验

影像的获取与表现·LOMO摄影

矫健著

浙江摄影出版社

三天掌握摄影技术——银盐胶片和银盐影像是这样玩的 三周学会摄影创作——摄影作为艺术创作语汇是这样的

还在玩数码相机？你已经OUT了，现在流行的是复古！如果你刚好有一点点时间，你对现成的泛滥的数字影像感到一丝乏味，或者你对你家庭传承的老照片怀着恭敬之心，希望以此方式延续家庭影像的脉络并保持其一贯性；如果你更喜欢玩味原始手工的乐趣，亲手制作可以留给将来的照片……那么，你，就是本书的读者——让我一道**进入银盐世界去神游吧！**

还在纠结于曝光的参数与构图的法则？现在你可以放开了！本书将提供给你一种与强调技术与规范的传统教学法完全不同的摄影学习方法。

通过大量的实例演示，你将了解摄影的基本技术；通过精心设计的、启发性的、具体感性的操作练习，你将学会摄影的表现手段。超越摄影的技术数据、拍摄规则与“审美”框架，通过影像传达你的个人经验，任何学习摄影的学生和爱好摄影艺术的影友都不能错过这本书。



矫健 1962年生于上海。1980年考入浙江美术学院工艺美术系装潢专业（现中国美术学院视觉传达设计系），1984年毕业，留校任教。其后长期从事摄影教学和创作，参与国际国内摄影艺术展览及新媒体艺术展览、交流。先后在中央美术学院—澳大利亚昆士兰大学摄影研究生班进修、澳大利亚西悉尼大学摄影进修。

现任中国美术学院新媒体艺术系副教授、研究生导师。

ISBN 978-7-5514-0080-0



定价：28.00元

矫健



教你24天成为摄影高手

矫健 著

目

第一章

三日初涉摄影技术

第一日

- 一、了解摄影的简要历史.....10
- 二、了解我们手中的机器14

第二日

- 一、在家里建立简易暗房.....24
- 二、暗房作业 曝光实验28
- 三、暗房作业 冲洗底片32
- 四、暗房作业 接触印相42
- 五、暗房作业 放大照片44
- 六、暗房作业 放大技巧47
- 七、暗房作业 特殊效果影像49

第三日

- 一、户外搜索拍摄训练.....52
- 二、临摹摆拍54
- 三、收藏作品58
- 四、作品装裱和展示60



录

第二章 三周摄影创作

第一周

第一部分 进入创作

- 74 一、影像的获取
90 二、影像的表现
94 三、LOMO 摄影

第二周

第二部分 造景与摆拍

- 98 一、造景与摆拍
98 二、叙事的摆拍
104 三、非叙事的摆拍

第三部分 封面女郎任务

- 107 一、人物摄影
111 二、COSPLAY 摄影

第三周

第四部分 组照计划与命题创作

- 114 一、组照与组照的展示
124 二、命题创作

第五部分 影像与拓展

- 130 一、声、光、电综合影像





第一章 三日初涉摄影技术

第一章学习内容为简易传统黑白摄影前后期工艺基础和部分摄影基础训练课题,希望读者能在自己家中利用现有环境学习传统手工冲印技术。需要说明的是,第一章涉及的器材包括了从35毫米小型照相机到大画幅照相机的多种摄影专业器材及暗房设备。初学者及条件有限的读者不必为设备不足所困,仅仅使用一台35毫米照相机和家庭临时暗房,就可以完成本教程所设置的全部作业。

阅读指南

我在很多年前就在家中的壁橱里玩冲洗胶卷和放大照片了。呵呵，那时候是用一个不知道（也从来不关心）叫什么牌子的德国35毫米照相机来拍照，靠目测估计英尺距离来调节焦距，靠经验来判断环境的光线，确定光圈和快门。怀揣这样一个可以折叠的金属怪物面对熟悉和陌生的对象，我突然意识到我拥有了某种权力：决定权！我可以决定什么人以什么样子进入我的镜头，我似乎也可以选择想要保留的“记忆”和不想保留的“记忆”，而且通过我的取舍，似乎我可以编写我的视觉“历史”以及选择留给将来的视觉记忆。由于有了照相机，我在同学中的地位变得更加重要，当然还有更加重要的，因为我还因此找到了我最喜欢的游戏——拍照。它延续至今已经成为我的一部分，我正式觉得我有事可做了。

随着黑夜来临，壁橱里黑暗狭小的空间变得充满了魔力。我一遍遍检查着唯恐在黑暗中将定影液和显影液搞错。我战战兢兢地屏息操作，似乎在完成一件神圣的事情，因为无论拍照还是冲洗，我根本不知道会在什么环节出错，不得不指望奇迹的出现。当然，出现意外也是经常的事情，好在失败总是令人记忆深刻，有一朝觉悟永不再犯的功效。现在看来，那些失败的教训非但帮助我学习摄影，还淡化成了美好的记忆。如果没有失败的衬托和呼应，那成功几乎没有什么意思，乐趣也会大打折扣了。

现在，无论什么人，只要手里有一架数码照相机，就可以轻松拍到想要的画面，所谓“所见即所得”的理想已经实现了。科技的发展和普及之快使人们无暇品味，好像仅两三年时间，数码照相机已经普及到家家户户了。而且几乎是一夜之间，借助带拍照功能的移动电话、网络摄像头，影像的互动也都已经普及，通过网络实时互动和影像交流几乎已经成为当今人们最基本的影像交流沟通方式。可是，由于获得和存储影像以及流通过于轻松的缘故，拍摄本身失去了原本的变量和盼望影像出现的时间间隔以及影像与之相应的心理历程，还有最后获得影像的成就感，摄影本身的魅力渐渐淡化了。互联网资源的公共特性和影像泛滥趋势，也使“影像”的珍贵程度下降到了前所未有的低谷。

在影像工作者和摄影爱好者们兴高采烈地纷纷从传统暗室里走出来“弃暗投明”的时候，他们也似乎失去了点什么。显然，现在大量的后期工作可以在电脑前完成，不用在黑暗中摸索了，可是那期待的心情和手工劳动才能体验的快乐感觉却再也不能回来了。要说还有什么遗憾，就是那种偶然的、随机发生和采用随机控制的影像的变化和惊喜在电子技术发达的

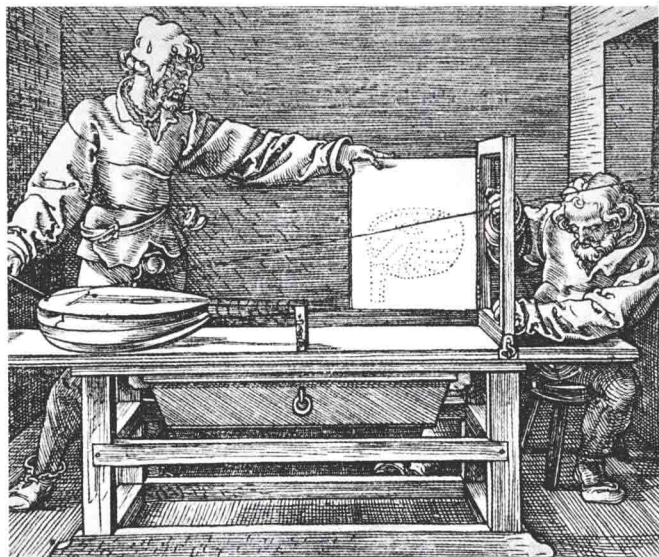
今天变得难得一见了。因为先进的照相机根据程序计算和控制曝光、自动调节焦距、自动进 / 退胶片，更先进的数码照相机甚至简单到只要按一下按钮就一切完成了，取景 LCD 上显示的实时活动影像可以马上被记录下来。后期的工作也是同样轻松的，甚至我们基于互联网的沟通方式不需要把图片转变成物质载体——照片了。另一种主动的方式当然是借助打印机立刻输出中意的图像。可是，当罗列了这么多项科技给生活和图像工作带来优势的时候，我有意忽略了将人的主观意志可以参与的程度作为考量标准。也就是说，自动化、程序化虽然简化了我们的工作和有效地减少了我们的工作失误，提高了我们的工作效率，但是它们也渐渐将我们从现实中架空出来，使我们被预先设计的模式禁锢了。不管我们是很聪明还是很外行，这都无所谓，因为机器程序为你设计安排了一切，你只要像傻瓜一样举起照相机拍摄就行了。即便你比较聪明，你想好好了解你的机器，却还是不能确定它究竟是怎么“想”的。因此你考虑再三，最后拍摄的结果与由相机程序化的结果仍然几乎没有什么区别。事实上，传统手工操作的摄影方式调动我们的身体和心智，手工制作的照片因为伴随了各种可能的变量而存在很大的不确定性，因此，手工操作的摄影和摄影后期加工，都不仅仅是机械的过程，而是混合了个人情绪的有生命的东西。它会给你各种悬念，会因为你的一个哪怕微小的行动而改变，每次重复都会有误差……也许这样的方式更容易使我们返回本源的观察和思考。

对摄影以及摄影创作持续的热情使我有机会接触和拥有过各种各样的摄影“玩具”，我同样也为当今数字技术带来的便捷而欢呼，但是我仍然顽固执着于采用传统摄影技术来实现我的观念和计划。对我来说，这种执着除了对传统手工操作拥有浓厚兴趣和对直觉控制影像十分喜爱以外，还因为不满足于数字影像的精度损失和数字化记录方式特有的对对象的“翻译”带来的失真。我需要寄情于一件看得见摸得着的物件——银盐胶片和银盐影像。

如果你刚好有一点点时间，你对现成的泛滥的数字影像感到一丝乏味，或者你对你家庭传承的老照片怀着恭敬之心，希望以此方式延续家庭影像的脉络并保持其一贯性；如果你更喜欢玩味原始手工的乐趣，亲手制作可以留给将来的照片……那我就恭恭敬敬地向你奉上这本书！你，就是本书的读者，你就是我的同路人——让我们一道进入银盐世界去神游吧！

第一日

学习摄影，第一天要做的事情就是了解摄影的简要历史，还要熟悉照相器材，同时要依照自己的能力采购摄影器材和材料。



通过装置绘制实物的技术。(1471~1528年)

一、了解摄影的简要历史

1. 摄影术的发展简史

摄影术这个伟大的发明虽然只有 160 多年时间，但已成为现代社会文明的一个重要部分。在此期间，摄影术发展所经历的几个比较有代表性的阶段是：

① 1839 年法国人路易·雅克·芒代·达盖尔 (1787~1851 年, Daquerre, Louis Jacques Mande) 发明了摄影术；

② 19 世纪 90 年代，美国人乔治·伊斯曼 (George Eastman) 通过的“伊斯曼—柯达公司”使照相机和摄影工艺实现了量产，以商品形式把“摄影”传播开来；

③ 20 世纪初，德国人奥斯卡·巴纳克 (Oskar Barnack) 设计制作了小型 35 毫米照相机并进行批量生产，为摄影的普及奠定了基础；

④ 20 世纪 50 年代，日本人将电子和计算机技术运用于照相机和光学设计中，制造出了自动化程度很高的各种照相器材，使摄影的门槛越来越低，获得高质量照片变得越来越方便。直到当今数字照相机普及，真正实现了“所见即所得”的理想。

1839 年，达盖尔发明的银版摄影术“达盖尔摄影法”，正式宣告了摄影术的诞生。达盖尔摄影术是银版成像技术，其完美的无颗粒的银色影调是其他任何工艺无法获得的。这种银版摄影法在后来不断得到改进，其基础是使用铜版，在铜版上通过特殊的工艺敷银，再经过长时间曝光后使用汞蒸气显影，并在海波溶液中洗去银盐定影。这种银版摄影术是直接获得正像而不是经由底片放制照片，所以不能通过复制来获得相同的照片，其图像是唯一的。

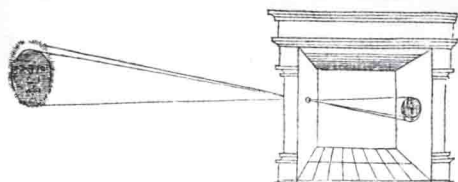
1880 年，伊斯曼干版公司诞生。1884~1885 年间，乔治·伊斯曼建立的伊斯曼—

柯达公司出品的伊斯曼胶卷开始在市场上出售。到 1889 年以后，伊斯曼胶片采用安斯科公司（AnSCO）的赛璐珞片基技术生产卷片，使摄影术真正开始了商业化生产和销售。1899 年，爱迪生活动电影公司开始使用柯达生产的电影胶片。

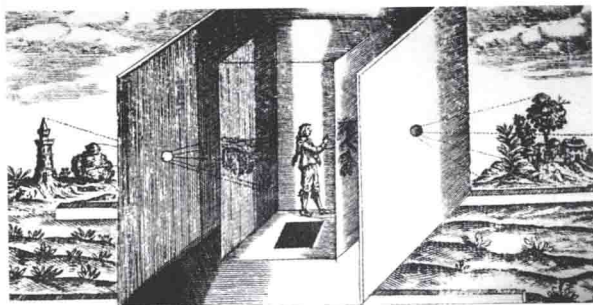
奥斯卡·巴纳克曾经是一个制造机械仪器的学徒，这样的经历改变了他想当画家的初衷，转而对精密机械仪器、天文学和摄影感兴趣。1911 年，巴纳克加入徕茨公司，从事科学仪器的制造，他的实验室专门负责制造精密的机械。工作期间，出于兴趣爱好，设计和手工制作了可以拍摄标准 35 毫米电影胶片的原形照相机：“巴纳克照相机、Ur—徕卡”。这种原形照相机全部由金属制造，只有一个快门速度。由于战争爆发，他的设计直到 1942 年才由徕茨公司投入批量生产。1943 年，这种批量生产的小型照相机正式发布与销售。奥斯卡·巴纳克的设计使得摄影的普及真正得以展开。



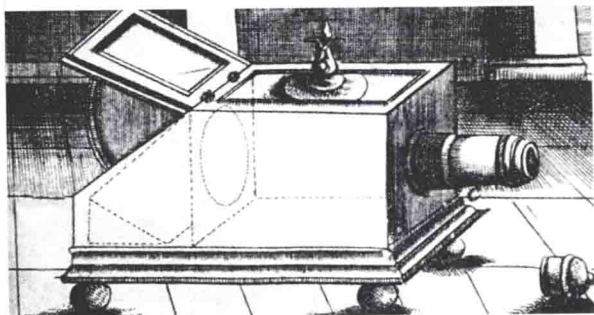
1870 年火棉胶技术时代的外拍摄影设备。



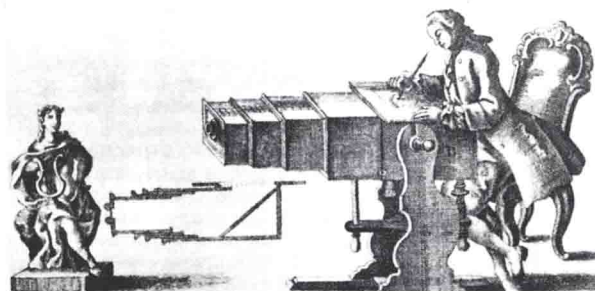
世界最早暗箱的图解，1544 年。



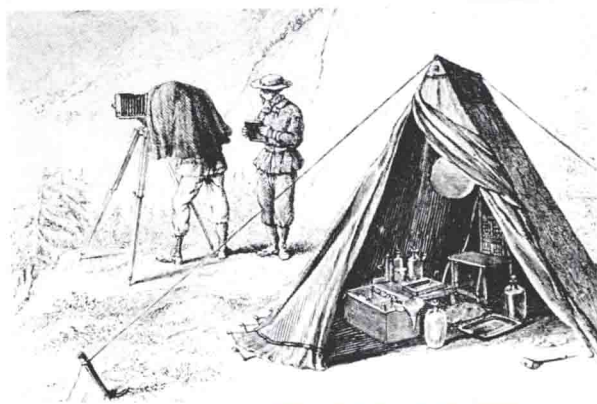
1646 年，Kiacher 的手提式暗箱示意图。



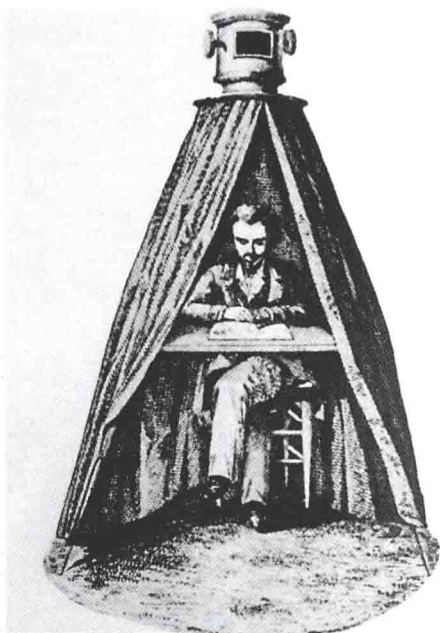
反光镜式暗箱，1685 年。



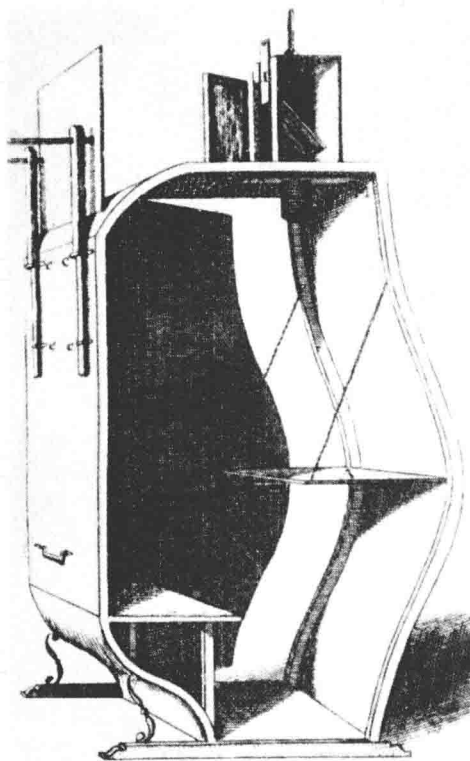
布兰德尔桌型暗箱，1769 年。



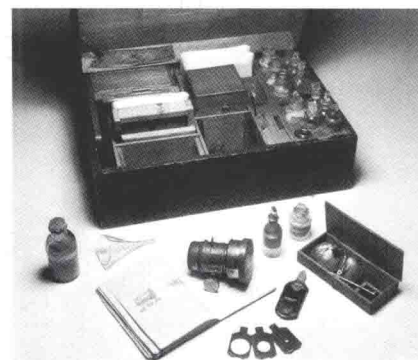
1870 年火棉胶技术时代的外拍摄影设备重量大约 70~120 磅。



开普勒在1920年所使用的帐篷型暗箱。



sedan-chair 写生用暗箱，1711年。



传统干版摄影便携套件。

