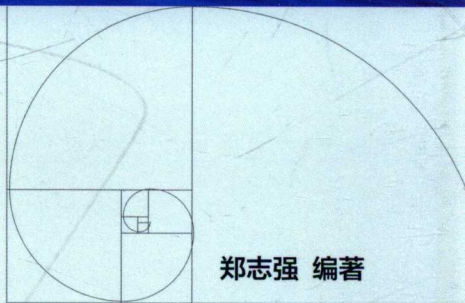




摄影美学

构图、用光、色彩
三大摄影语言实战精解



郑志强 编著

理解摄影美学的意义
玩转摄影构图 掌控摄影光线
驾驭摄影配色 提升审美能力



中国工信出版集团



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS



摄影美学

构图、用光、色彩
三大摄影语言实战精解

郑志强 编著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (C I P) 数据

摄影美学：构图、用光、色彩三大摄影语言实战精解 / 郑志强编著. — 北京：人民邮电出版社，2019.1
ISBN 978-7-115-49728-4

I. ①摄… II. ①郑… III. ①摄影美学 IV.
①J401

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第241208号

内 容 提 要

摄影美学是学习摄影的基础，也是决定摄影作品成败的关键性因素。通俗地说，一张照片为什么好看、耐看，它是遵循了传统意义的摄影美学规律。本书从摄影美学的意义开始讲解，详细介绍了构图、用光与配色的美学知识。其中，构图方面，主要介绍构图的艺术，驾驭点、线、面等经典构图法则，简单构图出好片，人像摄影画面设计与美姿技巧，真正的构图能力等内容；用光方面，主要介绍曝光与影调，驾驭摄影光线，光影的魅力，室内人像布光与实拍等内容；关于配色，介绍了色彩控制基础、摄影配色艺术、风光与人像配色技巧等内容。

本书可以帮助摄影新手从入门开始循序渐进地学习摄影美学知识，培养美学能力；也可以帮助有一定基础的摄影者提高自己的摄影及审美水平；还可以作为摄影培训机构的教材来使用。

◆ 编 著 郑志强

责任编辑 胡 岩

责任印制 周昇亮

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路 11 号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京东方宝隆印刷有限公司印刷

◆ 开本：690×970 1/16

印张：19.75

2019年1月第1版

字数：567千字

2019年1月北京第1次印刷

定价：99.00 元

读者服务热线：(010)81055296 印装质量热线：(010)81055316

反盗版热线：(010)81055315

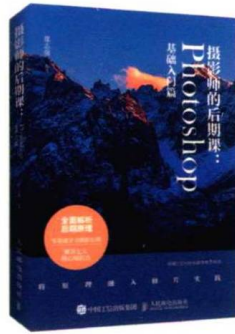
广告经营许可证：京东工商广登字 20170147 号

郑志强

高级摄影师、畅销摄影书作家、豆瓣阅读专栏作家、百度阅读知名作者、公众号“深度行摄”创始人，北京新闻千知文化传播有限公司总经理。

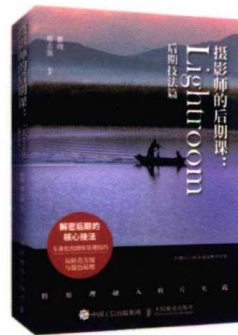
出版了大量摄影拍摄及数码后期类图书，深受广大读者的好评。著有《数码单反摄影宝典》、《简单摄影课》和“摄影师的后期课”系列等多本图书。

封面摄影：谢松汕（桂林大河）



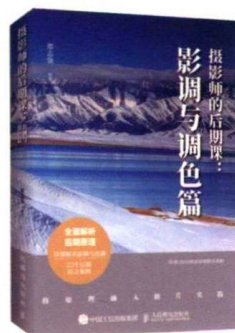
978-7-115-47262-5

— 89元 —



978-7-115-47906-8

— 89元 —



978-7-115-47019-5

— 89元 —

前言

决定照片成败的真正因素，在于摄影美学。相机与人眼是不同的，它只会忠实记录下眼前的场景，而没有像眼睛那样过滤掉纷繁杂乱的干扰元素，只将注意力关注到最精彩的部分，即人眼具有提炼的功能，具有天生的构图能力。

这本书就是要解决从人眼观感到相机呈现照片的转变问题，培养你将看到的美景转化为摄影作品的的能力。

本书循序渐进地介绍了摄影美学的意义、构图的艺术、驾驭点/线/面、经典构图法则、简单构图出好片、人像摄影画面设计与美姿技巧、真正的构图能力、曝光与影调、驾驭摄影光线、光影的魅力、室内人像布光与实拍、色彩控制基础、摄影配色艺术、风光与人像配色技巧等内容。

本书的优点在于建立了非常完整的摄影美学知识体系。相信读者在学习过本书之后，可以让自己的摄影水平实现一个质的飞跃！

鉴于笔者水平，书中难免存在疏漏和不妥之处，敬请广大读者和同行批评指正！

读者在学习本书的过程中如果遇到疑难问题，可以加入本书编者及读者交流群“千知摄影”（群号 242489291）。另外，建议读者关注公众号“深度行摄”，不断学习一些关于摄影、数码后期和行摄采风的精彩内容。在微信中查找公众号（ID：shenduxingshe）进行关注即可。

——郑志强

目 录

第一章

摄影美学的意义

构图决定成败	008
有光影才有魅力	010
色彩的蜕变	012
总结：摄影美学的重要性	014
成为好照片的关键因素	015
提升审美能力	023

第二章

构图的艺术

构图结构艺术	028
主体与主题的关系	036
画幅比例的学问	041
照片横与竖的选择	045
开放和封闭式构图	046
机位高低与视角大小	047
透视关乎自然	052

第三章

驾驭点、线、面

点	060
线	065
面与图案	071

第四章

经典构图法则

黄金法则及演化形式	078
对比法则	086
减法法则	092
加法法则	094
平衡法则	096

第五章

简单构图出好片

水平线与竖直线构图	102
对角线构图的动感与活力	104
S形构图的两个用途	105
两种三角形构图的心理暗示	107
善于表现水面的C形构图	109
山体的V形与W形构图	110
L形构图	111
放射式构图的冲击力	112
框景的临场感	112

第六章

人像摄影画面设计与美姿技巧

人像特写美姿摄影技巧	116
人像站姿摄影技巧	122
人像坐姿摄影技巧	127
躺与趴的美姿摄影技巧	131

第七章

真正的构图能力

有法而无定法	136
构图的想法	137
完整与不完整的构图	140
线条的重叠与展示	141
平面的重合与错位	144
用前景去创作	145
二次构图的重要性	146
从无序到有序	148
从无形到有形	149
取能融入情感的场景	152
选择！选择！选择！	153

第八章

曝光与影调

影调层次与曝光	158
曝光的变化与控制	160
测光控制影调	163
包围曝光的两个目的	170
影调层次的创意拓展	172

第九章

驾驭摄影光线

光比的实际应用	180
光线的属性与照片效果	182
光线的方向与照片效果	186
一天四时的创作	196

第十章

光影的魅力

无光不成影	206
光影与质感	208
那些迷人的光影效果	213

第十一章

室内人像布光与实拍

一般室内人像用光	220
棚拍入门	224
棚拍用光技巧	230

第十二章

色彩控制基础

白平衡与色温	236
风格设定（优化校准） 对照片的影响	251
色彩空间	253
曝光值与色彩变化	255

第十三章

摄影配色艺术

色彩的由来与识别	260
色彩之间的关系	263
色彩三要素与配色	284
简单配色规律	289

第十四章

风光与人像配色技巧

风光色彩	296
人像摄影的画面色调	307



摄影美学

构图、用光、色彩
三大摄影语言实战精解

郑志强 编著

9 555 12000
人民邮电出版社
北京

图书在版编目（CIP）数据

摄影美学：构图、用光、色彩三大摄影语言实战精解 / 郑志强编著. — 北京：人民邮电出版社，2019.1
ISBN 978-7-115-49728-4

I. ①摄… II. ①郑… III. ①摄影美学 IV.
①J401

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第241208号

内 容 提 要

摄影美学是学习摄影的基础，也是决定摄影作品成败的关键性因素。通俗地说，一张照片为什么好看、耐看，它是遵循了传统意义的摄影美学规律。本书从摄影美学的意义开始讲解，详细介绍了构图、用光与配色的美学知识。其中，构图方面，主要介绍构图的艺术，驾驭点、线、面等经典构图法则，简单构图出好片，人像摄影画面设计与美姿技巧，真正的构图能力等内容；用光方面，主要介绍曝光与影调，驾驭摄影光线，光影的魅力，室内人像布光与实拍等内容；关于配色，介绍了色彩控制基础、摄影配色艺术、风光与人像配色技巧等内容。

本书可以帮助摄影新手从入门开始循序渐进地学习摄影美学知识，培养美学能力；也可以帮助有一定基础的摄影者提高自己的摄影及审美水平；还可以作为摄影培训机构的教材来使用。

◆ 编 著 郑志强

责任编辑 胡 岩

责任印制 周昇亮

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京东方宝隆印刷有限公司印刷

◆ 开本：690×970 1/16

印张：19.75

2019年1月第1版

字数：567千字

2019年1月北京第1次印刷

定价：99.00元

读者服务热线：(010)81055296 印装质量热线：(010)81055316

反盗版热线：(010)81055315

广告经营许可证：京东工商广登字 20170147号

前言

决定照片成败的真正因素，在于摄影美学。相机与人眼是不同的，它只会忠实记录下眼前的场景，而没有像眼睛那样过滤掉纷繁杂乱的干扰元素，只将注意力关注到最精彩的部分，即人眼具有提炼的功能，具有天生的构图能力。

这本书就是要解决从人眼观感到相机呈现照片的转变问题，培养你将看到的美景转化为摄影作品的的能力。

本书循序渐进地介绍了摄影美学的意义、构图的艺术、驾驭点/线/面、经典构图法则、简单构图出好片、人像摄影画面设计与美姿技巧、真正的构图能力、曝光与影调、驾驭摄影光线、光影的魅力、室内人像布光与实拍、色彩控制基础、摄影配色艺术、风光与人像配色技巧等内容。

本书的优点在于建立了非常完整的摄影美学知识体系。相信读者在学习过本书之后，可以让自己的摄影水平实现一个质的飞跃！

鉴于笔者水平，书中难免存在疏漏和不妥之处，敬请广大读者和同行批评指正！

读者在学习本书的过程中如果遇到疑难问题，可以加入本书编者及读者交流群“千知摄影”（群号 242489291）。另外，建议读者关注公众号“深度行摄”，不断学习一些关于摄影、数码后期和行摄采风的精彩内容。在微信中查找公众号（ID：shenduxingshe）进行关注即可。

——郑志强

目 录

第一章

摄影美学的意义

构图决定成败	008
有光影才有魅力	010
色彩的蜕变	012
总结：摄影美学的重要性	014
成为好照片的关键因素	015
提升审美能力	023

第二章

构图的艺术

构图结构艺术	028
主体与主题的关系	036
画幅比例的学问	041
照片横与竖的选择	045
开放和封闭式构图	046
机位高低与视角大小	047
透视关乎自然	052

第三章

驾驭点、线、面

点	060
线	065
面与图案	071

第四章

经典构图法则

黄金法则及演化形式	078
对比法则	086
减法法则	092
加法法则	094
平衡法则	096

第五章

简单构图出好片

水平线与竖直线构图	102
对角线构图的动感与活力	104
S形构图的两个用途	105
两种三角形构图的心理暗示	107
善于表现水面的C形构图	109
山体的V形与W形构图	110
L形构图	111
放射式构图的冲击力	112
框景的临场感	112

第六章

人像摄影画面设计与美姿技巧

人像特写美姿摄影技巧	116
人像站姿摄影技巧	122
人像坐姿摄影技巧	127
躺与趴的美姿摄影技巧	131

第七章

真正的构图能力

有法而无定法	136
构图的想法	137
完整与不完整的构图	140
线条的重叠与展示	141
平面的重合与错位	144
用前景去创作	145
二次构图的重要性	146
从无序到有序	148
从无形到有形	149
取能融入情感的场景	152
选择！选择！选择！	153

第八章

曝光与影调

影调层次与曝光	158
曝光的变化与控制	160
测光控制影调	163
包围曝光的两个目的	170
影调层次的创意拓展	172

第九章

驾驭摄影光线

光比的实际应用	180
光线的属性与照片效果	182
光线的方向与照片效果	186
一天四时的创作	196

第十章

光影的魅力

无光不成影	206
光影与质感	208
那些迷人的光影效果	213

第十一章

室内人像布光与实拍

一般室内人像用光	220
棚拍入门	224
棚拍用光技巧	230

第十二章

色彩控制基础

白平衡与色温	236
风格设定（优化校准） 对照片的影响	251
色彩空间	253
曝光值与色彩变化	255

第十三章

摄影配色艺术

色彩的由来与识别	260
色彩之间的关系	263
色彩三要素与配色	284
简单配色规律	289

第十四章

风光与人像配色技巧

风光色彩	296
人像摄影的画面色调	307



照片画质清晰、明暗合理、色彩准确，只是摄影创作的最基本要求，而真正决定照片是否好看的，在于照片是否符合人的审美观感，即是否符合摄影美学。掌握基本摄影技巧，完成摄影的入门之后，要对各种不同的题材进行实拍，以及后续形成自己的个人风格，都需要有摄影美学的指引。

本章将介绍摄影美学的一些基本概念，以及怎样提升自己的审美能力。另外，还要注意一点，从学习角度来讲，主要侧重于构图、用光与色彩三个方面。本章将从这三个方面来介绍怎样学习摄影美学知识，提升审美能力。

第一章

摄影美学的
意义

构图决定成败

对于摄影作品，构图是最重要的。构图是否合理，几乎就决定了照片的成败。下面通过几个案例来介绍构图对于摄影作品所起到的决定性作用。



光圈 $f/6.3$ ，快门速度 $1/40s$ ，焦距 $16mm$ ，感光度 $ISO1000$

看这张照片，无论云海、被积雪覆盖的山花，还是远处的长城敌楼，表现力都是非常好的。但如果不假思索盲目拍摄，结果就是如图这样，主体比例太小，并且位置太偏，左侧大片的云海显得比较乏味。



光圈 $f/6.3$ ，
快门速度 $1/40s$ ，
焦距 $32mm$ ，
感光度 $ISO1600$

改变构图方式，最终让主体更加居中一些，并放大了作为主体的敌楼的比例，缩减了云海区域的比例。最终，照片就显得主体比较突出，有秩序感，画面也就成功了。这种主体位置的变化就是从美学的角度来考量的。

一般来说，在表现主体时要尽量突出和强化主体，这可以通过削弱背景景物的表现力进行反衬，比如虚化背景、寻找简洁干净的背景等，最终让主体显得比较突出和醒目。



光圈 $f/3.5$ ，快门速度 $1/320s$ ，
焦距 $400mm$ ，感光度 $ISO200$

这张照片当中，摄影者找到了色彩比较纯净的一个角度，并且开大光圈进行拍摄，让主体清晰而背景虚化，这样主体就会显得比较突出和醒目了。这看似是技术手段的运用，但实际上也是一种构图的技巧，即通过技术手段实现艺术的效果，让背景得到虚化。

进行构图时，各种景物位置的安排是非常重要的。这也需要遵从一定的美学规律，才能选择出更理想的位置，让画面有更好的表现力。



光圈 $f/11$ ，快门速度 $1/500s$ ，焦距 $16mm$ ，感光度 $ISO100$

这张照片当中有两个视觉中心点，一个是左侧的树木，另一个是右上方的太阳。可以设想一下，如果这两个视觉点位置过于靠近或是重叠起来，那么画面给人的感觉一定是很难受的。而在取景时让两个点分别位于画面的两侧，起到了均衡画面的作用，照片就比较好看了。这种景物的位置安排其实也是摄影美学的一种直观体现。只有摄影者具有良好的审美能力，有一些基本的美学常识，才能合理地对这些景物进行布局 and 安排，得到比较好的效果。