

Lightroom Classic CC

数码摄影后期处理 实战宝典

顾明 编著

- 专业摄影师解密后期处理核心技法，助您快速提升修图水平
- 书中案例提供二维码教学视频，读者可以随时扫码学习
- 免费赠送素材文件、预设文件和扩展教学视频，助您全方位提高学习效率

清华大学出版社





Lightroom Classic CC

数码摄影后期处理 **实战宝典**

顾明 编著

清华大学出版社
北京

内 容 简 介

本书以 Lightroom Classic CC 为操作平台, 将后期图像处理的实际操作贯穿全书, 是学习 Lightroom 软件的入门级用书。本书案例均从后期涉及的实际问题出发, 以通俗易懂的语言、翔实生动的案例, 全面介绍了使用 Lightroom Classic CC 进行后期处理的相关知识。

全书共 10 章, 内容涵盖了 Lightroom 与后期处理基础、轻松管理数码照片、快速修片与问题校正处理、照片基础编修、摄影师喜爱的色调处理、照片细节的后期处理、设计制作照片画册、幻灯片制作与放映、制作印刷品, 以及打造 Web 画廊等, 力求为读者带来良好的学习体验。

书中同步的案例操作二维码教学视频可供读者随时扫码学习。本书具有很强的实用性和可操作性, 既适合于零基础并且想快速提高数码后期处理水平的读者阅读参考, 又适合于摄影工作人员、从事影楼后期处理的工作人员、平面设计师、网店店主以及电脑美术爱好者学习使用, 另外, 还可用作各类社会培训学校或大中专院校的教学参考书。

本书对应的配套资源可以到 <http://www.tupwk.com.cn> 网站下载, 也可以通过扫描前言中的二维码下载。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签, 无标签者不得销售。

版权所有, 侵权必究。侵权举报电话: 010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

Lightroom Classic CC 数码摄影后期处理实战宝典 / 顾明 编著. —北京: 清华大学出版社, 2019
ISBN 978-7-302-52886-9

I. ①L… II. ①顾… III. ①图像处理软件 IV. ①TP391.413

中国版本图书馆CIP数据核字(2019)第083642号

责任编辑: 胡辰浩

封面设计: 孔祥峰

版式设计: 妙思品位

责任校对: 牛艳敏

责任印制: 李红英

出版发行: 清华大学出版社

网 址: <http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址: 北京清华大学学研大厦A座 邮 编: 100084

社 总 机: 010-62770175 邮 购: 010-62786544

投稿与读者服务: 010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质 量 反 馈: 010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印 装 者: 北京博海升彩色印刷有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 170mm×235mm 印 张: 19.25 彩 插: 1 字 数: 399千字

版 次: 2019年6月第1版 印 次: 2019年6月第1次印刷

印 数: 1~2500

定 价: 98.00元

产品编号: 078259-01



书中精彩实例欣赏



前言

Lightroom 是一款为数码摄影后期而设计的专业软件，它提供了一套完整的数码后期处理的解决方案。Lightroom 非常适合专业摄影师，因为他们只需花费较少的时间就可以输入、筛选、编辑修饰和展示大量的数码照片；也非常适合初学者和摄影爱好者，因为他们能快速掌握后期处理的方法，轻松完善照片效果。

本书主要内容

本书是在经过大量调研后，根据大多数用户的实际需求编写的。书中内容的讲解非常细致，带给读者更加直观的学习体验和感受。本书由局部到整体、从易到难，系统而全面地讲解了使用 Lightroom 处理和修饰数码照片的方法，解决了从照片导入、组织、管理、编辑修饰到输出、分享的所有问题。本书共分为 10 章。

第 1 章介绍了 Lightroom 的工作界面，以及导入照片、预览照片的方法，使读者在使用 Lightroom 进行后期处理之前有一个简单的了解。

第 2 章讲解了使用 Lightroom 的目录、文件夹、收藏夹、堆叠等功能管理、组织导入照片的方法，以及进一步通过重命名、元数据编辑、添加关键字、添加标记等方法来分类筛选所需照片的方法。通过学习，读者能够综合运用图库模块更加方便、快捷地管理照片。

第 3 章介绍了使用 Lightroom 快速修饰照片，重新二次构图，校正照片各种拍摄问题的解决方法，以及操作后的图像存储方法，使读者初步了解照片后期处理的基础。

第 4 章讲解了如何使用 Lightroom 调整图像影调的处理技法，使读者掌握白平衡校正、曝光处理、调整清晰度、增强色彩效果、增强对比度等照片基础编修的技能。

第 5 章讲解了使用 Lightroom 调整照片色彩的各种方法。通过学习，读者能够了解摄影师常用的色调处理方法。

第 6 章详细讲解了使用 Lightroom 对画面细节进行修饰的操作方法。通过学习，读者能够进一步完善画面细节，获得更加完美的后期处理效果。

第 7 章讲解了使用 Lightroom 制作照片画册，并将其存储和导出的方法。

第 8 章讲解了使用 Lightroom 制作不同类型的幻灯片，以及将其分享给他人的方法。

第 9 章讲解了使用 Lightroom 制作、美化印刷品，并将照片打印、保存的方法。

第 10 章讲解了使用 Lightroom 提供的画廊模块，读者可以根据自己的喜好，将作品上传至网络，让更多的人欣赏自己的作品。



本书主要特色

结构合理, 内容精练实用, 即学即用

本书主要以 Lightroom 为操作平台, 系统讲解了 Lightroom 基础知识, 导入、管理与查看照片, 使用模块快速编修照片的技法, 照片问题的校正技法, 照片影调的处理技法, 照片色调的处理技法, 黑白照片的转换技法, 以及照片局部的精修技法等内容。本书编排思路由浅入深, 循序渐进, 让读者在掌握基本数码照片处理技巧的同时, 通过与练习实例的结合, 掌握使用该软件的核心技能, 提升综合运用能力。

图文并茂, 案例操作视频演示, 一扫就看

本书选用上百张优质图片, 从对软件技术、实例的讲解, 到完成效果的展示, 都进行了全程式的图解, 让知识内容变得更通俗易懂, 使读者一目了然, 快速领会。除了阅读本书的内容外, 本书还针对后期处理实例录制了多媒体演示视频, 读者可以使用手机扫描书中每个案例的二维码进行观看, 提高学习效率。

免费提供优质配套资源, 全方位扩展应用能力

本书提供与案例配套的素材文件、丰富的 Lightroom 预设文件, 以及与本书内容相关的扩展教学视频。读者可以扫描下方的二维码或通过登录本书信息支持网站 (<http://www.tupwk.com.cn>) 下载相关资料。

如果您在阅读本书或使用计算机的过程中有疑惑或需要帮助, 可以登录本书的信息支持网站 (<http://www.tupwk.com.cn>) 或通过 E-mail(wkservice@vip.163.com) 联系, 本书的作者或技术人员会提供相应的技术支持。

本书由阜新高等专科学校的顾明老师编著。除封面署名的作者外, 参加本书编写的人员还有陈笑、孔祥亮、杜思明、高娟妮、熊晓磊、曹汉鸣、何美英、陈宏波、潘洪荣、王燕、谢李君、李珍珍、王华健、柳松洋、陈彬、刘芸、高维杰、张素英、洪妍、方峻、邱培强、顾永湘、王璐、管兆昶、颜灵佳、曹晓松等。由于作者水平所限, 书中难免有不足之处, 欢迎广大读者批评指正。我们的邮箱是 huchenhao@263.net, 电话是 010-62796045。



编者

2019年2月



目录

第 1 章

Lightroom 与后期处理基础

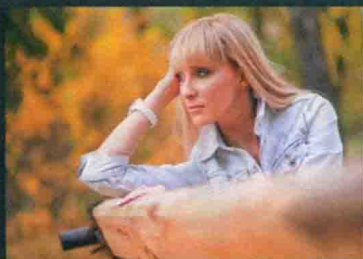
- 1.1 选择拍摄格式:
 - RAW 还是 JPEG 2
 - 1.1.1 RAW 和 JPEG 的区别 2
 - 1.1.2 如何选择存储格式 2
- 1.2 选择 Lightroom 的理由 3
- 1.3 了解 Lightroom 的工作界面 3
 - 1.3.1 Lightroom 界面 3
 - 1.3.2 Lightroom 中的模块 5
- 1.4 工作界面的基本操作 7
- 1.5 后期处理前必要的选项设置 8
 - 1.5.1 设置导入首选项 9
 - 1.5.2 缓存设置 9
 - 1.5.3 “目录设置”对话框的设置 10
- 1.6 导入照片 13
 - 1.6.1 导入照片的常规操作 13
 - 1.6.2 从相机中导入照片 17
 - 1.6.3 使用 DNG 格式 18
- 1.7 使用“构建智能预览”功能 21
- 1.8 预览照片 22
 - 1.8.1 更改屏幕模式 22
 - 1.8.2 视图模式的应用 23
 - 1.8.3 视图背景的设置 30

- 1.8.4 旋转照片 31
- 1.8.5 使用“导航器”面板 32
- 1.8.6 使用“胶片显示窗格” 33

第 2 章

轻松管理数码照片

- 2.1 创建与管理目录 38
 - 2.1.1 新建目录 38
 - 2.1.2 使用多个目录 38
 - 2.1.3 优化目录 40
 - 2.1.4 导入目录 40
 - 2.1.5 打开目录 41
 - 2.1.6 备份目录 41
- 2.2 将照片导出为目录 42
- 2.3 使用文件夹 43
 - 2.3.1 添加文件夹 43
 - 2.3.2 同步文件夹 45
- 2.4 使用收藏夹 45
 - 2.4.1 使用“收藏夹”面板组织照片 45
 - 2.4.2 快捷收藏夹 47
 - 2.4.3 智能收藏夹 49
- 2.5 应用堆叠管理照片 50
- 2.6 重命名照片 53
 - 2.6.1 导入照片时更改文件名 53
 - 2.6.2 导入照片后更改文件名 54
- 2.7 元数据的编辑 55



2.7.1	更改照片的拍摄时间	56
2.7.2	添加和编辑元数据	57
2.7.3	将相同的元数据应用到多张照片	58
2.8	添加关键字	59
2.9	标记照片	63
2.9.1	设置旗标	63
2.9.2	设置星级	64
2.9.3	设置色标	65
2.10	分类筛选照片	66
2.11	设置自定义身份标识	67

第 3 章

快速修片与问题校正处理

3.1	快速修饰照片	72
3.2	裁剪照片构图	74
3.2.1	使用裁剪比例	74
3.2.2	使用“裁剪叠加”工具	75
3.3	使用配置文件校正	81
3.4	色差的校正	83
3.5	自由调整画面视角	85
3.6	Lightroom 内的基本相机校准	93
3.7	使用 Lightroom 预设快速调修照片	94
3.7.1	预设选项的应用	95
3.7.2	保存预设	95
3.7.3	导出与导入预设	97

3.7.4	更新预设	99
3.7.5	删除预设	99
3.8	自动同步功能的应用	99
3.8.1	“复制”和“粘贴”操作	100
3.8.2	“同步”操作	102
3.9	将照片保存为 JPEG 格式	103
3.9.1	导出位置	104
3.9.2	文件命名	105
3.9.3	文件设置	106
3.9.4	调整图像大小	106
3.9.5	向照片添加水印	107
3.10	使用历史记录与快照	108

第 4 章

照片基础编修

4.1	从分析照片开始	110
4.1.1	认识 Lightroom 中的直方图	110
4.1.2	看懂直方图	111
4.1.3	通过直方图调整照片曝光	113
4.2	精准白平衡校正	114
4.2.1	预设白平衡应用	114
4.2.2	白平衡选择器	114
4.2.3	色温与色调的调整	116
4.3	调整照片曝光	119
4.3.1	使用“曝光度”滑块	119
4.3.2	自动统一曝光度	119



4.4 精确调整照片色调	120	6.1.1 锐化图像细节	188
4.4.1 自动调整色调	121	6.1.2 消除图像画面噪点	191
4.4.2 解决高光问题	121	6.2 使用局部修饰工具	195
4.4.3 为阴影区域补光	123	6.2.1 “污点去除”工具	195
4.4.4 设置白点和黑点	123	6.2.2 “红眼校正”工具	199
4.5 调整清晰度	136	6.2.3 “渐变滤镜”工具	200
4.6 增强对比度	137	6.2.4 “径向滤镜”工具	204
4.6.1 使用“对比度”滑块	137	6.2.5 “调整画笔”工具	209
4.6.2 认识“色调曲线”	137	6.3 设置暗角效果	222
4.7 增强色彩效果	144	6.4 添加颗粒效果	226

第 5 章

摄影师喜爱的色调处理

5.1 无风险的虚拟副本试验法	148
5.2 使用 RGB 曲线调整颜色	149
5.3 优化照片色彩	153
5.3.1 使用 HSL 调整颜色	153
5.3.2 使用“颜色”按钮 调整颜色	155
5.4 黑白图像的后期处理	162
5.5 使用分离色调打造特殊色调	165

第 6 章

照片细节的后期处理

6.1 改善图像画面品质	188
--------------------	-----

第 7 章

设计制作照片画册

7.1 认识“画册”模块	230
7.2 画册的基本设置	230
7.3 不同视图模式的预览	231
7.4 从零开始创建画册	232
7.4.1 画册的设置	232
7.4.2 布局的设置	233
7.4.3 参考线与 单元格的设置	237
7.4.4 背景的设置	240
7.5 添加画册文本	241
7.6 添加画册页码	245
7.7 存储和导出画册	247
7.7.1 存储画册	247
7.7.2 导出画册	247



第 8 章

幻灯片制作与放映

- 8.1 认识“幻灯片放映”模块 250
- 8.2 快速创建幻灯片放映 250
- 8.3 创建自定幻灯片放映效果 253
 - 8.3.1 设置图像单元格 253
 - 8.3.2 为照片添加边框
或投影 255
 - 8.3.3 设置幻灯片背景 256
 - 8.3.4 添加文字与水印 257
- 8.4 制作幻灯片片头与片尾 260
- 8.5 添加背景音乐 261
- 8.6 选择幻灯片和渐隐时长 261
- 8.7 播放幻灯片 263
- 8.8 创建幻灯片放映预设 263
- 8.9 分享幻灯片 263
 - 8.9.1 将幻灯片放映
导出为 PDF 263
 - 8.9.2 将幻灯片放映
导出为 JPEG 265
 - 8.9.3 将幻灯片放映
导出为视频 266

第 9 章

制作印刷品

- 9.1 认识“打印”模块 268

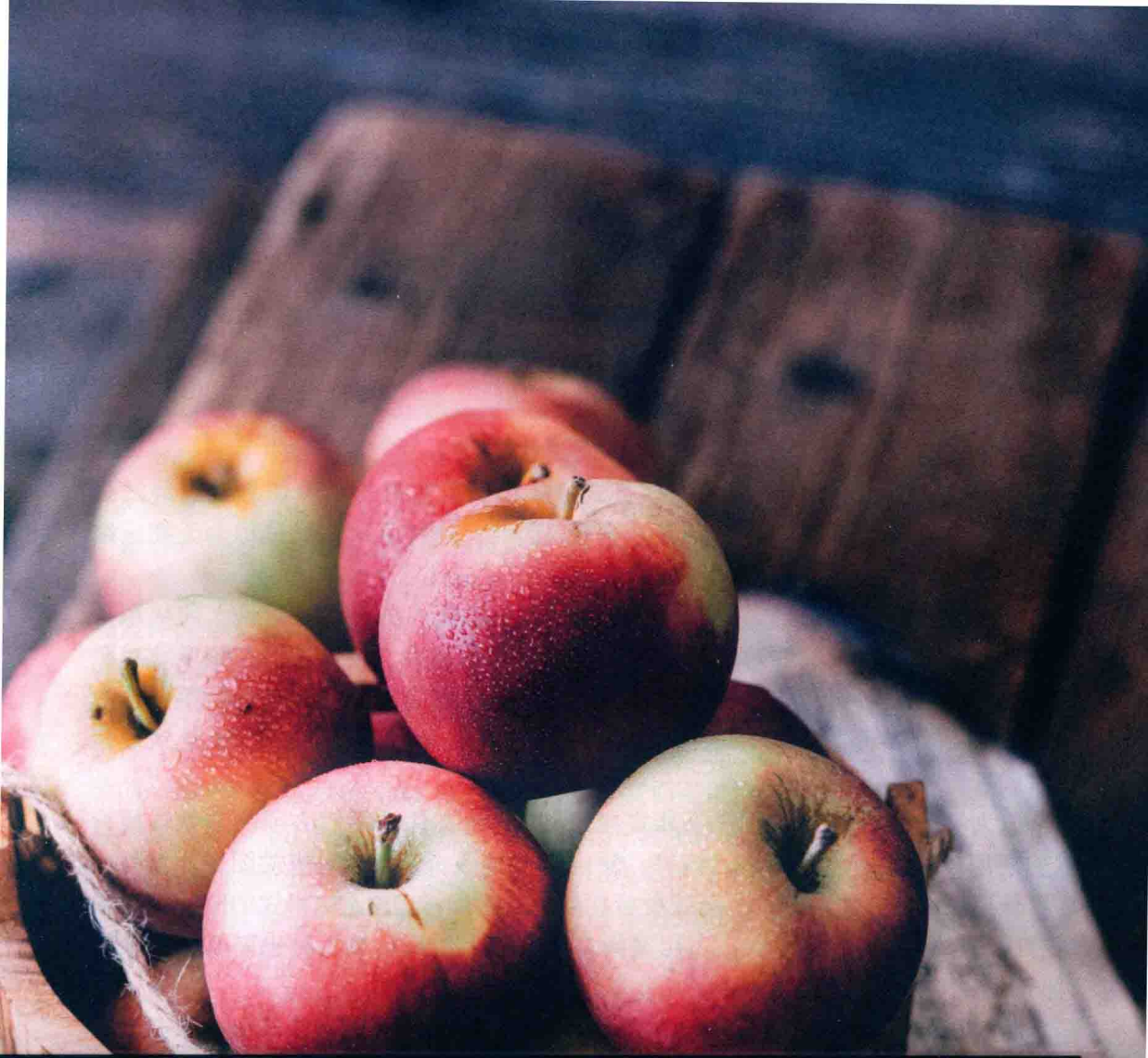
- 9.2 快速打印单张照片 268
- 9.3 打印多照片小样 272
- 9.4 创建自定布局 276
- 9.5 向打印布局添加文本 280
- 9.6 为打印照片添加边框 281
- 9.7 记住上一次的打印布局 284
- 9.8 将自定布局保存为模板 285
- 9.9 以草稿模式打印 286
- 9.10 将页面布局保存为
JPEG 格式 286

第 10 章

打造 Web 画廊

- 10.1 认识 Web 模块 290
- 10.2 快速创建 Web 画廊 290
- 10.3 自定 Web 画廊 292
- 10.4 保存 Web 画廊模板 295
- 10.5 预览、导出或上载照片 296
 - 10.5.1 预览 Web 画廊 296
 - 10.5.2 导出 Web 画廊 297
 - 10.5.3 上载 Web 画廊 297





第1章

Lightroom 与后期处理基础



1.1 选择拍摄格式：RAW 还是 JPEG

RAW 和 JPEG 是目前绝大多数数码相机所能记录的两种主要的数码照片文件格式。在拍摄时，我们是应该选择 RAW 格式还是 JPEG 格式来存储照片呢？哪种格式更适合后期处理呢？

1.1.1 RAW 和 JPEG 的区别

RAW 格式是一种原始图像文件格式，从相机所获得的图像信息没有经过任何处理，画面的细节很好地被保留了下来。因此，这种照片格式又称为无损压缩格式。

RAW 格式是专业摄影师常用的文件格式，其优点在于成像质量上的优越、编辑功能的灵活以及能够对照片进行各种个性化的调整。使用者能大幅度地对照片进行后期处理，如调整白平衡、曝光度和颜色设置等，也特别适合新手补救拍摄失败的照片，而且无论在后期处理上怎么改动，照片也能无损地恢复到最初状态。

但大部分软件和计算机都不能直接识别 RAW 文件，我们必须将文件转换为更加通用的格式，才能使用、编辑、输出和与他人分享 RAW 格式图像。另外，尽管使用 RAW 格式拍摄时，会减少后期处理的时间，但 RAW 格式的照片保留了所有细节，所以文件尺寸大，占用空间多，将其上传到计算机时也需要花更多的时间。

而 JPEG 格式是一种很常用的图像存储压缩格式，这种照片格式会去除多余的照片数据，从而让文件变得更小，在通过网络以及电子邮件传送时所用的时间会更短。由于图像在压缩过程中丢失的数据是无法再恢复的，因此 JPEG 格式被大家称为有损压缩格式。与 RAW 格式不同，JPEG 格式是最终的照片成品格式，也是目前最通用的照片格式，所有计算机、打印机以及我们见过的图像软件都能够自动识别、读取、编辑、使用和输出 JPEG 图像文件。使用者也可以调整压缩程度来保留画质，这是一种十分方便的格式，但因为 JPEG 格式的照片是被处理过的，其照片的信息数据不是最原始的，所以后期操作空间会很小。

1.1.2 如何选择存储格式

清楚了 RAW 和 JPEG 格式的优缺点后，究竟是使用 RAW 格式还是 JPEG 格式可以取决于个人的喜好，但是更大程度上取决于你如何处理自己的数码照片。

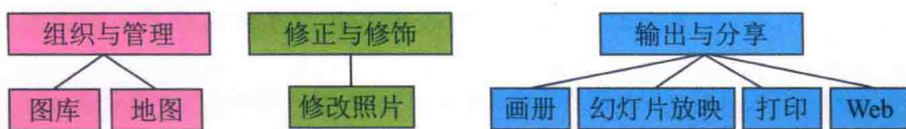
如果你的相机存储空间小，你又不擅长后期，对画质的要求不高，或者你只是用于家庭拍照，进行一般日常生活的记录，没有后期需求，那么选用 JPEG 格式即可。

如果你有明确的后期需求，比如婚纱摄影、商业摄影等这种必须进行后期处理的照片，那么使用 RAW 格式是不二的选择。如果是旅行摄影，你也可以考虑使用 RAW 或 RAW+JPEG 格式，因为旅行的地方可能不会经常去，一旦拍摄失败使用 RAW 格式也有较大的后期空间进行补救。

1.2 选择 Lightroom 的理由

说到后期处理不得不提到 Adobe 公司推出的 Photoshop 和 Lightroom 两大软件。Photoshop 作为 Adobe 公司最为经典的图像处理软件，在早期的图像后期处理软件中是不二的选择。但随着数码相机的普及，摄影技术的不断完善，使用数码后期处理的需求也不断扩大。人们渐渐意识到 Photoshop 实际上并不是最佳的照片后期处理软件，对于拍摄的大量照片使用时会有诸多的不便。对于初学摄影后期的用户来说，也难以轻易上手。

基于 Photoshop 在摄影后期处理上的不足，Adobe 公司又推出了照片后期处理的专业级软件 Lightroom。时至今日，Lightroom 是当今数字拍摄工作流程中不可或缺的一部分。使用 Lightroom 中的不同模块，我们可以快速导入、管理、后期处理、展示和分享照片，将整个数码后期处理流程完整地串联起来。使用其增强的修正工具、强大的组织整理功能，以及灵活的打印选项可以协助我们提高工作效率，使我们大大缩短计算机处理照片的时间，享受更多的拍摄时光。并且 Lightroom 软件是一款非破坏性的应用程序，无论原始图像文件是 RAW、JPEG 还是 TIFF 格式，它都不会破坏图像原始信息，随时可以恢复到初始状态。



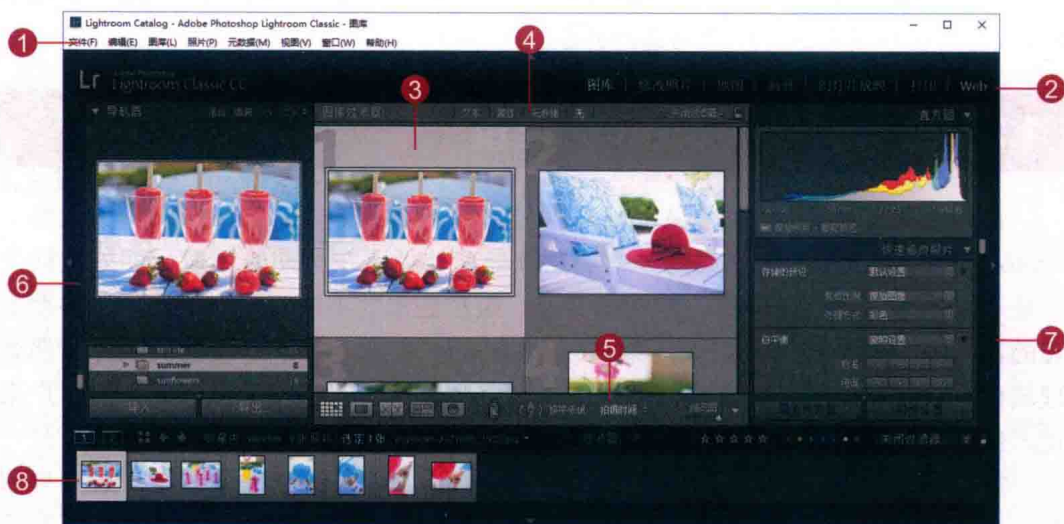
1.3 了解 Lightroom 的工作界面

在对拍摄出来的数码照片进行处理之前，先来认识一下 Lightroom 的工作界面。Lightroom 的工作界面干净整洁、功能分配清晰，它通过多个模块对照片的整理、修饰和展示进行分类。用户可以在多个模块之间进行切换，并使用面板中的选项和功能对照片进行有目的的编辑。

1.3.1 Lightroom 界面

Lightroom 是一款供专业摄影师使用的完整工具，包含多个模块，每个模块都

分别针对摄影工作流程中的特定环节。各个模块都包含若干面板，其中含有用于处理照片的各种选项和工具。运行 Lightroom 应用程序后，其界面如下图所示。



- 1 菜单栏
- 2 模块选取器
- 3 图像预览窗格
- 4 过滤器栏
- 5 工具栏
- 6 左侧模块面板
- 7 右侧模块面板
- 8 胶片显示窗格

- **菜单栏:** 在 Lightroom 中，用户可以通过菜单栏中的命令执行管理和编辑操作。在模块选取器中选择的模块不同，菜单栏上显示的项目数量与内容也会不同。
- **模块选取器:** 模块选取器位于 Lightroom 窗口的右上方，其中包括“图库”“修改照片”“地图”“画廊”“幻灯片放映”“打印”和 Web 7 个模块。选择相应模块，即可显示相应的设置面板或工具。在数码照片的后期处理过程中，最常用到的是“图库”和“修改照片”模块。“图库”模块主要用于浏览、管理以及快速编辑照片，而“修改照片”模块可以对照片进行深入的编辑处理。
- **图像预览窗格:** 用于显示当前所选文件夹中的照片，用户可以配合左右两侧的面板，对选中的照片进行设置和调整。
- **过滤器栏:** 过滤器栏位于图像预览窗格的上方，可以根据照片包含的文本、属性或元数据等信息，对照片进行过滤浏览。
- **工具栏:** 工具栏位于“图像预览窗格”的下方，可以设置照片的浏览方式、识别人脸以及设置照片的排序方式等。
- **左侧模块面板:** 主要用于导入、浏览和发布照片。
- **右侧模块面板:** 主要用于调整照片、设置关键字及查看元数据等。当选择其他模块时，将显示与其相关的参数。

- 胶片显示窗格：可以预览导入的文件夹中的所有照片，用户可以在其中选择要查看或编辑的照片。

提示：

我们可以通过快捷键快速选取所需的模块。按 Ctrl+Alt+1 组合键选择“图库”模块，按 Ctrl+Alt+2 组合键选择“修改照片”模块，按 Ctrl+Alt+3 组合键选择“地图”模块，按 Ctrl+Alt+4 组合键选择“画册”模块，按 Ctrl+Alt+5 组合键选择“幻灯片放映”模块，按 Ctrl+Alt+6 组合键选择“打印”模块，按 Ctrl+Alt+7 组合键选择 Web 模块。

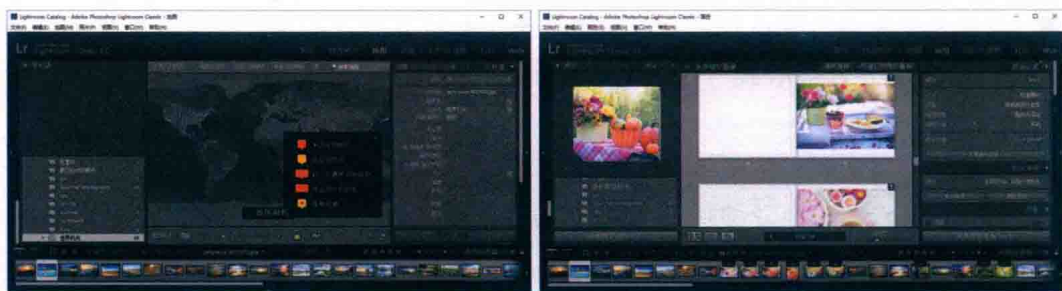
1.3.2 Lightroom 中的模块

Lightroom 软件的编辑操作都是基于模块的。这些模块排列在工作区右上角的“模块选取器”中。在“模块选取器”中单击一个模块的名称，或使用相应的快捷键，即可进入相应的模块。

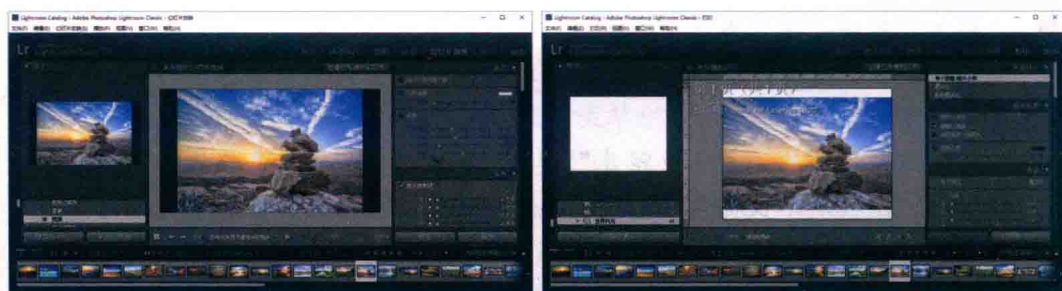
- “图库”模块：在“图库”模块中，可以利用关键字对对象执行导入、输出、整理、排序、星级评定和标记，还可以对任意数量的选中图像进行一些简单的图像处理。
- “修改照片”模块：“修改照片”模块包含了 Lightroom 中非常强大的图像处理功能。该模块不仅提供了出色的 RAW 转换器，而且其中的所有控件都能够处理 JPEG 或 TIFF 图像。在“修改照片”模块中对图像所做的任何处理都是非破坏性的。



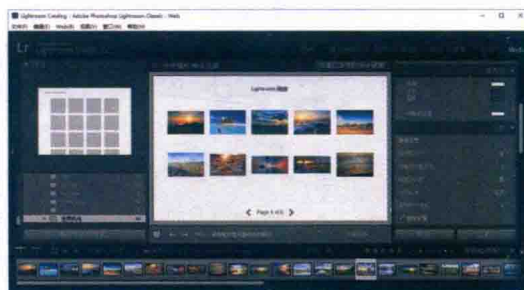
- “地图”模块：如果拍摄设备带有 GPS 功能，那么将照片导入 Lightroom 后，拍摄照片的位置数据就会自动显示；如果拍摄设备没有 GPS 功能，可将 GPS 坐标添加到地图模块中，或从 GPS 设备导入跟踪日志。
- “画册”模块：可以将图片制作成精美的电子画册。如果想打印画册，可以先将画册导出为 PDF 格式的电子画册，然后再手动打印。另外，还可以支付一定的费用，将画册上传到指定的在线服务商店并打印。




- “幻灯片放映”模块：在“图库”模块中对图像进行组织、编辑和排序，并在“修改照片”模块中进行处理后，也许需要共享这些图像。利用“幻灯片放映”模块可以简单有效地制作幻灯片。可以利用自定义面板对每个幻灯片进行个性化的处理，基于 EXIF 数据添加文本，或者根据个人爱好添加自定义文本。另外，还可以添加声音，把幻灯片转换成可以脱机浏览的 PDF 格式。
- “打印”模块：和 Lightroom 的其他模块一样，“打印”模块也同样适用于处理单个或多个图像。通过对“打印”模块进行自定义设置，可以利用一些比较流行的尺寸和打印配置来打印图像。



- Web 模块：Web 模块可以方便快捷地创建 Web 画廊，其中包含了几种预置，也可以轻松地创建自己的预置。可以添加基于文本的元数据或图像数据，也可以输入自己的文本内容。



在编辑图像的过程中，根据屏幕尺寸以及定制工作区的方法，我们也可以取消选择“窗口”|“面板”|“显示模块选取器”命令，或按快捷键 F5 隐藏“模块选取器”；再次选择则可以重新显示“模块选取器”。如果“模块选取器”处于隐藏状态，单击“图像预览窗格”上方中间的三角形图标，即可随时显示它们。