

主题：致旅途中最美的你

时间：2016年9月24日

主讲人：刘雯

主持人：尊敬的各位领导，各位来宾，女士们，先生们，欢迎参加中国国家地理大讲堂，兴业全球基金专场，2016年9月场的活动。今天我们能够再次聚到这里，要特别感谢中国国家地理杂志社会员俱乐部的相关同事，感谢他们把地理大讲堂从北京搬到上海，同时也感谢上海戏剧学院为我们提供的场地支持。

兴业全球基金从2012年1月起携手中国国家地理杂志社推出中国国家地理大讲堂兴业全球基金专场系列讲座已经很多年了。这么多年来，我们以推开自然之门，昭示人文精华为主旨，举办了同地理相关的考古、摄影、探险等主题讲座近百场，每一场的主讲嘉宾都在各自的领域里享誉权威，同时拥有众多的粉丝，这使我们的讲座一直以来都精彩纷呈。

今天我们请到了美女摄影师刘雯。我们现在正值秋高气爽的季节，大家都想出去看一看美景，留下一些美好的照片，可是，每次你们走到景区，是否都觉得留下的只是一张穿着冲锋衣，牛仔裤，然后这样的照片呢？为了解决大家这样的疑虑，我们请到了美女摄影师，来为大家解读如何在旅行中捕捉每一个有趣的摄影创意，如何在人山人海当中拍出一张干净的人像照片。如何处理旅行当中极端的光线，以及请她为我们介绍女性的摄影视角，解读每一张照片背后的故事。

刘雯又名刘顺儿姐，她从小四起拥有了第一台单反相机，到现在已经是小有名气。在这里我也为大家揭秘一下大家很好奇的旅行摄影师的生活。没错，正如你们想的一样，她一般的生活是四处走走，然后旅行拍摄，剩下一半就宅在家里整理自己拍的照片，以及自己拍出的很多人像的作品。每次挣够了钱就想四处走走，去走走看看，然后花光了钱又想回来继续努力工作，这就是我们今天中国国家地理大讲堂兴业全球基金专场的主讲嘉宾。她是旅行摄影师，曾经获得网易摄影年度最受欢迎的女摄影师的称号。佳能大棚摄影讲师称号。作品登载于摄影旅游、大众摄影、中国摄影画报等多种杂志和书刊。曾经出版畅销书《小单反，大创意》。现在就让我们以最热烈的掌声请出最受欢迎女摄影师刘雯，告诉我们如何创造出只属于我们自己的旅行摄影。大家掌声欢迎。

刘雯：各位上海的朋友，大家下午好，非常非常荣幸在这儿见到大家。我也是很久很久没来上海讲座了，所以有这个机会过来是非常开心的。马上大家都知道要到十一的假期了，我相信不少朋友都有趁着这个机会去旅行，去拍照的这样一些计划，那我们今天这个题目就是致旅途当中最美的你。然后来跟大家分享一些不管是在旅行当中拍风景也好，拍人像也好这样的一些比较有意思的拍法。你有没有发现这样一种现象，传说中有一种照片叫做别人家的照片，你会发现你发到朋友圈，你的朋友给你拍的照片可能是那样的，但是为什么别人的朋友圈里发的照片都特别特别好看，特别特别漂亮，比如说，妹子们她们觉得她们自己眼里自己是这个非常可爱的样子，非常软萌的样子，其实她的男朋友，她的朋友给她拍出的照片却是这样的。我相信大家可能都有过这种体会，为什么别人给自己拍的照片拍成了那样。前一段时间微博有很多帖子也是女生们去吐槽自己男朋友给自己拍的照片非常的奇怪，有很多很多吐槽帖，所以我也选择了一些跟大家分享一下。比如说这个妹子，她想去拍这种自己吹蒲公英非常萌的照片，她男朋友给她拍成了鼓着腮帮子的土肥圆。而这个妹子她想拍一头飘逸的秀发，她男朋友是这么理解飘逸的。这个妹子想跟教堂合影，她在这儿，这是她男朋友给她拍的她和教堂的合影。我不知道大家有没有类似的体会，你朋友给你在旅行中拍摄的照片非常奇形怪状。所以我们都希望有这么漂亮的照片是怎么去拍呢？这些技巧会让你的人像更出彩。

首先我们就来聊聊人像，怎么样的技巧能让你的人像更出彩。首先第一个技巧，让光进入画面。光对照片到底有多重要？我们有时候旅行的时候，如果不自助游，选择跟团旅游，你会发现旅行团给你安排的旅行时间通常是早上8点出发，中午12点吃饭，下午2点钟再出发，到5点钟吃晚饭这样的时间。这个时间你看到的这种风景都是蓝天白云的风景，很少能看到光线，但是你会发现，如果你选择在有光的时候拍真的会很不一样。所以光线到底对照片有多重要？这张照片是我白天拍的一张照片，在武汉的佛寺，我拍完之后我觉得大部分旅行团可能只能感受到这样的这个白天的这样的一个光线很平淡的场景。但是我一直以来拍摄的原则是人无我有，我不想跟别人拍一样的照片，所以我选择在时段上做一些文章。我在日落的时候，当夕阳的光线透过圆窗投射在地面的时候，我再去这个佛寺拍照，同样一个寺庙我就拍出了这种光影的一个对比，包括地上会勾勒出这种光的形状。这张照片在大理拍了一个婚纱照，拍完之后我感觉好像还不错，下着雨，有水墨画一样的感觉，远处的这个山有水墨画的感觉。好像还不错，但是可不可以更好？于是第二天当天非常非常好的时候，我又来到了同一个场景再去拍摄，然后就会发现真的有光真的很不一样。包括其实看风景也是一样，不止是人像。比如这个地方是我们国家最北的小镇漠河的九曲十八弯，但是这个地方我一看就觉得它是一个出大片的场景，非常非常壮观的大环境，但是一般大家只能跟旅行团看到这样的环境，但是我也是不想拍的一样。所以我正好在夕阳的时候来到了这儿，非常幸运的是，那天遇到了九曲十八弯的一个双彩虹，就发现有了光线的确很不一样。包括拍完这张照片之后，我又回宾馆去抱了被子和帐篷再回到这个地方拍摄这个地方的日落，日落之后的这个星空，这个地方就是刚刚我们拍那张照片的观景台，这里可以看到观景台其实白天特别不起眼，觉得只是一个非常非常非常普通的一个建筑，一个场景，晚上我说我又来到这个地方拍摄这片星空，可以看到晚上当有了星空的装点，同一个场景就变得很不一样。这是我把30分钟之内的星空运行做成了一个动态图，然后我们说相机的长曝光功能是记录一个物体在一段时间的运行轨迹，所以当我用相机的长曝光把这个照片定格下来的时候，我就获得了这样一张星空的这样的一个非常有童话星夜一样的效果的照片。你会发现这个地方的晚上看起来好像不得了的古建筑，其实它白天就是非常不起眼的观景台，所以选择不同的光线装点你的照片会让你的照片更出彩。

比如一般我自己拍照的话，会习惯早上三点半起床拍日出，然后一直拍到九点半，因为九点半之后光线会变得比较强，脸上的阴影对比会非常的强烈，比如很容易带出阴阳脸的这种感觉，宁可九点半之后我回去睡觉，到下午三点半再出来拍日落，这时候光

线又变得比较柔和，一直拍到天黑为止，这是一个捕捉光影比较好的拍摄时段。如果是拍人像呢？人像当中用了光会让它更通透。比如你拍大逆光的话，这是一张比较典型的大逆光的照片，它的一个特点是，第一，人脸的曝光是正确的，比较清晰的。第二，光线像一个小光团一样在女孩的头发后面，这样的一张照片就是大逆光的照片，这张照片也是。有多少人说，我拍逆光的时候，为什么整个照片一片惨白呢？光线这时候就有点太强烈了。怎么回避这样的现象呢？你可以用一些东西把它遮住，比如刚刚的照片我们用女孩的头发遮住了光线。这张照片我们用了马的背把光线遮住了。光线的位置是一定的，我们可以上移一点，下移一点，左移一点，右移一点，让光线从最合适的位置投射出来。比如这张照片也是符合大逆光的特点，第一，光线是一个小光团，第二，人脸的曝光是正确的。所以，为了保证人脸的曝光正确，我们给大家分享一个参数，上来一点干货，你可以使用相对比较大一点的光圈，比如 F1.4, F2.8 等等，然后再适当地增加三分之一档到一档的曝光补偿来保证这个人脸的正确曝光。相反，如果人脸曝光不正确，如果人脸很暗，这就是剪影的照片。当拍摄剪影的时候，我们表现的不是这个人长什么样，我们不需要看到他的五官，人物，我们这时候表现的更多的是姿态，轮廓，动作，肢体语言，比如这样在海边吃薯片的一个老人，还有这样在水中拎起裙摆的女孩，他们都是有一个比较大幅度的明显轮廓的动作，所以剪影的关键是找到一个清晰，有美感的这样一个动作去表现，而且最好能选择在日出日落的时间，因为有非常漂亮的天空的色彩。也是一个参数，你需要使用相对较小的光圈，比如 5.6 或者 F8 这样比较小一点的光圈，让画面（12:52），让人变得看不清楚，成为一个剪影。尽量降低一到两档的曝光补偿来完成。这样的参数基本是比较靠谱的参数，如果大家想去拍摄的话，可以直接尝试这个参数。

刚才说剪影最主要表现人的姿态，轮廓，动作，所以说我拍摄剪影的时候一般会跟模特喊话，我说你的动作幅度尽量大一点，比如像这样的一个比较跳芭蕾舞的女孩，脸尽量侧，我要看到她侧脸的弧线线条。第二个关键点就是你会发现她的背景是非常干净的，是整片天空，我让她站在天台上跳舞，其实这是拍剪影非常重要的一个点，如果你没有非常干净的背景。这是我朋友帮我拍的一张剪影，她把我和这个建筑已经完全融为一体了。我可能不说你不知道这边有个人，她已经和建筑完全重合了，是没有明显的姿态轮廓的。但是没关系，这张照片最后还是被我救了。我怎么把它救过来的？我把它经过两次裁剪，做成了这样多重曝光的照片。其实如果你去拍剪影的话，你可以把剪影和多重曝光结合起来来制造出很多画一样的感觉。比如这张照片，这张海报就是一张多重曝光的照片，我们把人物、飞鸟、云彩把这种不同的元素重曝在同一张照片里，然后有了这样的多重曝光的照片，包括这张照片也是把人物和不同的素材层的人物、天空重合在一起，获得了这张照片。如果你有有些相机，你的相机里直接有多重曝光功能拍摄起来非常方便，比如我自己用的佳能 5D3, 5DSR 里面就有简单的设置，它有加法、平均、明亮、黑暗等等不同的选项，直接帮你完成比较精准的多重曝光功能。怎么来完成呢？比如说这样的一张照片，它其实是由这样的两张照片把它重曝在一起的，你会发现在新郎的黑色的西装的部分是能够反映出更多素材层的细节的，而在这种天空的亮度是没有重叠的影像的。所以你了解了这个特点之后，就知道要把你想表现的部分尽量放在画面的暗部来表现。比如你把这样的两个情侣亲吻的侧脸放在他们拉着的手这样一个部分来进行表现，手的这样的一个暗部。

当然这两张照片都是相机直接拍出来的多重曝光，其实如果我们相机没有多重曝光功能的话，通过后期也可以完成很简单的多重曝光的操作。比如这样两张照片，首先第一点还是跟相机直接拍多重曝光的原则一样，把我们想要重叠的素材层都放在黑色的暗部，比如说女孩的头发上，女孩的衣服上黑色的暗部。怎么样通过后期完成呢？比如刚刚那张纸照片我就是用了这样两张素材全部重曝在一起的，在 PS 里面有这么一个选项叫做叠加模式，这个时候如果你想拍多重曝光，你的叠加模式需要选择绿色模式。然后你把这样两张图层拖到一起，然后选择叠加模式，选择绿色，然后拖动拖动，然后让你的素材层跟你的人物层的细节正好是融合到你最满意的那样一个角度就可以了。非常简单的一个操作，你也可以完成多重曝光的拍摄，尽量还是把你表现的部分放在画面的暗部去表现。

拍人像，很多人有这么一个习惯，我喜欢今天天气好，我带着一个模特，带着一个妹子就出门了。小树林好看我在小树林里拍两张，河边好看我在河边拍两张，然后花丛里好看我在花丛里拍两张，好，今天的拍摄结束了，可以回家了。这样的拍摄往往你会觉得有点散出来的照片，没有什么系列性，没有什么主题感，更多的像到此一游照，不像一个系列的摄影作品，一个系列的摄影组照。其实想拍摄这样的摄影组照你也需要灵感，我一直觉得好的人像是需要提前准备和策划的。那灵感从哪儿来？比如我是非常受场景驱动力的人，会根据我喜欢的场景设计跟这个场景有关的人像。比如说我会留意我每个路过的非常漂亮的场景或者网上的一些美景推荐，然后根据这个地方来设计一个我的拍摄主题，然后准备服装和道具。关于画面的灵感可以随时记录到本子上，这些灵感可以来自于电影、音乐等等带给你的想象。比如有这么一句话，我们不止是用相机在拍照，我们带到摄影当中去的是所有我们读过的书，看过的电影，听过的音乐和爱过的人。我相信照片它一定是一个感性的投射，你拍出来的照片一定不止是那一刻眼中看到的实景，一定是你所经过的所有故事在你身上的投射，它会影响到你的照片当中，所以说，如果你把你的这些感情去放在照片里，让你的照片拥有感性的力量，它一定会更打动人。比如说灵感可以来自于电影，比如说这部电影《飞屋环游记》可能大家都不陌生，里面有两个因素，氢气球，还有戴飞行帽这样的小朋友，我们就把这两个元素作为灵感来源创造了一组人像。我们选择了北京郊区的这样一片金色的旷野，然后让模特拿着这个氢气球，然后戴着飞行帽，同时我们为了增强旅行感，探险感，还给她准备了这样一个小小的道具行李箱，增强这种好像在旅行一样的感觉。就以这样的一些元素为我的灵感来源去创作这样一组照片。

还有，《白雪公主》，这里面的元素就是苹果、雪地和天鹅。在零下 20 度的沈阳我们拍了这组照片，为了防止照片中一片黑和白的单色调，我们在树上悬挂了一些红苹果，让画面多更多的色彩。在原著里面，白雪公主吃了一口苹果死掉的画面我们都用照片去还原，包括白雪公主和天鹅在一片冰原上对话的画面都用我们的照片去把它这个情节还原出来。

像我是一个记性非常不好的人，所以每次我拍照之前会有这么一个脚本，这个脚本就会写一下今天我大概要拍摄哪些动作什么的，以便在自己的拍摄中随时给自己一些提示。

灵感还可以来自于一些音乐，比如这张照片是在青海的茶卡盐湖，三年前我知道茶卡还不多，然后去茶卡拍风景的相对比较多，拍人像的很少，拍得少的更少。所以当时去茶卡拍照是我当时去青海旅行的 80% 的原动力。我就想怎么把这个地方拍得更特点呢？于是我花了三天时间去构思怎么拍得更有意思。正好在第三天的时候听到了范晓萱的这首《氧气》，我就觉得画面瞬间就来了，如果我在一片茶卡盐湖非常漂亮的盐湖上让模特跳芭蕾舞会不会有很好的画面。于是我就准备了芭蕾舞群。茶卡有一个特点，就是每年夏天的盐藻表面会有一层浅浅的积水，我就让模特站在这个积水上跳芭蕾舞，做出一些芭蕾舞的动作。茶卡盐湖非常平静的盐藻表面能反映出积水的这样一个倒影，就给我的画面带来了一种天人合一，很平静的画面感觉。这是来自于音乐的灵感。

灵感还可以来自于场景。比如像自己说过我是一个受场景驱动力的人，比如第一个场景是玛尼堆。我的青海旅拍茶卡是其中一站，其实大概有七个不同的场景，首先为什么选择青海？青海每年 7 月份，8 月份有着非常丰富的可以拍摄的元素，比如茶卡盐湖，比如油菜花，各种野花的花海，沙漠，青海湖，藏族寺庙等等不同的风格。我在旅行前大概花了一个星期时间查攻略，确定了七个目的地，根据每个目的地不同的风格我准备了服装和道具。比如说其中一个目的地就是这个地方叫玛尼堆，这个地方是非常有藏族信仰感的地方，所有看不见路的远方在青海湖边都会有这样的一些石堆堆起来，这是藏族的前人留下来为后人指路用的，在所有看不到路的地方都有这样的一些标志。所以说这个地方其实是非常有藏族的信仰感，而且正好这个地方遇到了非常极端的天气，我们说极端天气出好片，这个地方就是一个非常大气的天气，大气的场景，当然能拍一些比较大气的照片。首先我们去拍一些有藏族风情的照片，所以我们选的服装就是民族服装，呼应这样比较大气的场景。

既然是在玛尼堆这样一个有信仰感的地方，所以我们给模特设计的动作也是虔诚地在玛尼堆前祈祷的照片。第二个场景是一个复古的小站，这是北京秋天的一个小站，在八达岭附近，非常漂亮，是一个日式的小站。詹天佑的人字形铁路附近的一个车站。首先这个车站非常漂亮，它在秋天的时候，大概 10 月底，20 多号，有非常漂亮的黄叶，整个小站很有秋天的味道。在这个地方拍照，我想拍非常复古的照片，所以首先我的服装选择了一个卡其色的裙子增强复古感。第二个我在道具上也花了一些心思，一般人可能拍复古感的照片他会准备的道具是小花，小的胶片相机等等。我选的道具可能比别人用了更多的心思，比如为了呼应铁路的主题，我准备了行李箱，皮制的行李箱作为道具，然后准备了大画幅的古董相机作为道具。事实证明最后由于我的服装道具，然后整个的色调跟环境的色调感觉都非常融合，的确也是为这组照片增色了不少。

第三个场景是一个天台，我自己非常喜欢拍芭蕾舞，所以在拍茶卡盐湖芭蕾舞之后，我觉得如果把芭蕾舞这种很柔美的元素跟城市的钢筋水泥结合起来会不会有不一样的感觉？所以我选择了一个很高的天台，然后去让模特在这个地方跳芭蕾舞，除了拍摄全景之外，我还去拍摄了一些半身，一些特写去表现这个天台芭蕾舞的主题。既然是芭蕾舞，那当然服装就是芭蕾舞裙和舞鞋，我的拍摄时间选择了日落的时间，用逆光的柔和来烘托舞者非常柔美的舞姿。而且除了这样的一些仰拍之外，一组照片当中建议大家多尝试一些角度的变化，比如除了仰拍之外，我还去俯拍，用俯拍的角度来表现芭蕾舞者的打开的裙摆这样的一个状态。

第四个场景是《灌篮高手》的原画地。既然是《灌篮高手》的原画地，它的灵感当然来自于动漫《灌篮高手》。你会发现日本，日本有一个特点，它的很多动漫场景都是来自于现实中本来就有的场景，比如这张画面是这个《灌篮高手》的片尾曲《好想大声说爱你》里面的第一个画面，这个赤暮晴子在对面，他们俩在这个车站挥手告别。这个画面就是在日本有一个实际的场景，它是连仓的湘南海岸这边有一个（26：10）电车。所以在这个地方旅拍，我们当然要想办法还原电影里面原本的画面感觉。所以我的服装就选择了跟这个晴子她风格一致的一个制服去拍。这个地方有一个电车，电车是在不断运动的，所以我们在拍摄的时候可以把它也拍进来，我们可以用比较慢一点的慢速快门把电车走过的线条拉伸出来，比如这个照片就是用了 1/40 秒这样慢一点的快门，让车不是形成固定的状态，而是有一点弧线的感觉来定格它开动的这样一个瞬间。晚上的时候，这个列车更漂亮，因为会有不断的灯光，我也是用慢速的快门把车的开动的轨迹定格下来。我用了比较小一点的光圈，F8，然后用 1/13 秒的快门把这个画面手持定格下来。因为这个地方会有很多路人（27：22）不方便，所以手持把它定格下来。然后连续拍摄，选择了一张人正好处在两个不同颜色的车厢中间的照片来表现这样车辆的流动感，整个照片会更有漫画一样的感觉，然后符合我们想去还原原画场景的目的。

灵感还可以来自于脑海里面的画面，像我自己是一个非常没事脑子里会想一些画面的人，比如说前一段时间我听说，在 8 月份南京听说有，7 月底到 8 月初有非常漂亮的萤火虫，我就马上从北京开到南京往返 2400 公里就为了拍摄萤火虫的画面。我听说南京的萤火虫在一个寺庙中出现，既然是寺庙，我们就可以去拍摄一些古风的画面，所以我给模特选择的服装是汉服，提着灯笼让她出镜。这是我连续在南京拍了四个晚上，就为了实现脑海中的画面。连续拍了四个晚上，每天去同一个地方蹲点拍萤火虫，最后拍出了这样非常漂亮的萤火虫。而且，可以看到在这个寺庙当中，因为它是非常古风的，很古典的寺庙，所以我们也是给模特选择的服装跟这个画面搭调。

为什么拍摄这组照片？首先我在网上看到了有这么一个地方，我觉得很好看，但是我观察到大家一般去这儿拍的都是风景，所以我觉得想跟大家拍得不一样，其实你可以把风景变成人像来表现，所以我们就选择了一个模特，让人物跟风景结合，让你的照片比别人更特别一点。

还有一个画面也是，前一段时间去实践的。我第一年去盐湖拍芭蕾之后，想了想，我说我觉得茶卡除了拍白天的天空之静的感觉，其实晚上去拍星空，你会看到水里好像还倒映着另外一个星空，非常漂亮，所以去年我又去了茶卡，去年去了茶卡连续待了半个月，就一天晚上是晴的，而且晴了两个小时就（29：43）了，没有拍成，所以今年这个愿望依然没有放弃，为了脑海中的画面，从西宁往返开了1600公里到柴达木盆地的另外一个盐湖，那边天气会比茶卡好，因为今年茶卡的水非常深，到膝盖的位置，没有办法下水，所以我们到另外一个盐湖，就为了实现脑海中星空倒影的这样一个画面。同样，我把它和我最喜欢的芭蕾题材结合在一起，去拍摄这个银河下面的一个跳芭蕾舞的女孩。这个地方非常冷，当时已经，因为9月初，大概水温不到0度，我在水里面瑟瑟发抖，一边按快门，还要保持基本上5—10秒的快门时间里尽量保证自己不动。但是没有关系，我实现了我很想拍的一个主题，就是银河拱桥的主题，为什么选择在9月初去拍摄呢？首先它避开了青海的旺季，8月底的旺季人会稍微少一点，没有干扰你的拍摄。第二，因为9月初是拍摄银河尾巴的最好的时机，因为再往后可能银河就要下去了，就拍不到银河拱桥了，所以我正好在这个地方捕捉到了最后的银河拱桥的尾巴，在水里形成了非常非常漂亮的倒影，所以为了脑海中的画面，当你真的用心去实现的时候，你会觉得一切都非常值得，虽然真的很冷。现在腿上全部都是盐粒磨的那个伤口。

还有，既然在这儿拍照，就想玩出更多的花样，玩了一个光绘，也是甩动这个钢丝棉在水中形成非常漂亮的光绘线条，也是在出发之前提前想好了你脑海中画面，提前准备好了道具，去那里再去完成你的拍摄。

既然说要拍星空，今天可能没有太多时间跟大家讲完整的星空专题，先跟大家简单分享一个拍星空的参数。首先建议大家使用广角大光圈镜头，比如我自己一般拍星空用的镜头是1635F2.8的镜头，你会发现使用大光圈去拍星星，拍出来的星星比你肉眼所见的多得多，星星会更亮，你见不到的星星都能拍得到。如果你去拍摄点状星空，比如一个银河面一点一点的星星的话，尽量使用1600—2000的打光度，甚至可以更高，尽量保证快门在60秒以内，因为如果快门时间太长，它会移动成星轨。如果你想拍星轨，你尽量使用100的感光度加上30分钟的快门时间。但是一个前提是，这样的参数适合光污染不严重的野外，比如说青海、云南、西藏这样一些没有城市光污染的地方，这个参数是我实验过一个比较靠谱的参数，如果你想在城市拍星空会有另外一到参数，如果大家感兴趣结束的时候大家可以过来私下跟我讨论。

再跟大家推荐一个APP叫做星图，它是手机寻星的一个软件，你可以拿着它对着天空找到星空的位置，比如银河在哪里升起，几点钟升起，非常方便的位置。这是银心，银河的轴心，它升起的时候是拍摄最好的时段，所以它可以帮你找到最好的一个拍摄角度和最好的时间点，非常方便。

那刚刚可以看到在我说到的服装场景怎么去拍摄不同的场景的时候都提到了一个共同的关键词，就是会准备相应的服装跟场景搭配，尤其你在旅行拍摄的时候，如果你结合当地的风情，准备一些入乡随俗的服装，会让你的照片更有地域特色，你会看起来更加融入当地的氛围里面，而不再是一个路人，一个游客，一个穿牛仔裤的游客。如果去日本的话，当然就是穿这个和服会比较合适，举个例子，像日本它有一个特点，挺好玩的，就是它去许愿的话，不像中国人一样喜欢烧香拜佛，它的习惯是喜欢去捐赠，比如它有一个山叫吉野山，每次有人去那边许愿的时候，他就会捐一棵樱花树，久而久之在吉野山就有三万株樱花树一起绽放，前人栽花，后人赏景，非常壮观，整个山都是粉红色的一个非常壮观的画面，一会儿我们也会看到。

还有一个地方叫做豪德寺（音），它是一个招财猫神社，它供奉的是招财猫。每次有人去许愿他就去请一个招财猫回家，然后请完了如果你的愿望实现，你再把这个招财猫供回去。所以招财猫神社你可以看到有几千个招财猫，非常壮观的一个画面，一会儿我们也会看到。

这个地方叫（34：52），它所收集的捐赠物是红色的建筑，叫做鸟居。你可以看到上面有很多某某（35：02）会社这样的一些标志，都是他们来捐的。所以久而久之，在福建道和大社（35：07）的后山上有这种延伸四公里的千本鸟居，非常非常壮观。所以在这种非常有日式特色的地方非常适合穿和服出镜。

这个地方是在京都的清水洩，它是柯南的剧场版迷宫的十字路口里面的一个原画场景。在原本的动画里，（35：30）的女朋友小荷叶就是穿着这个粉红色的和服出镜的，所以为了还原这个原画场景，我也是准备了粉色的和服出现在照片当中。

如果你去拍一些二次元的场景，比如这些车站，很日本的这样的场景，尤其是樱花，你其实可以准备一些JK制服这样的一些服装去呼应这个场景，会让你的照片更有一种二次元的动漫的感觉。

如果你的行李允许的话，你还可以准备一些道具和配饰。比如京都的樱花季非常多雨，赶上清明节了，你需要准备一把雨伞去挡雨的话，你不妨可以准备一把漂亮的雨伞，比如这把油纸伞，它可以出镜，也可以遮雨，一举多得。你还可以准备一些比如小的拿在手里的道具，比如在照片里这样的小扇子，为什么要准备这些道具？你们有时候拍模特或者女孩子背拍的时候，你会发现手和脚不知道往哪儿放，不知道做什么动作，傻站在这儿。比出一些剪刀手，你可以一些道具，你和道具去互动就可以让你的照片更丰富，也不会不知道摆什么动作。

这个是在奈良去跟小鹿互动，所以准备了这样的小鹿角的头饰戴在头上，会让你更融入这个场景当中，不是一个，我只是当游客的这样一个感觉。一个小小的道具就会让你的照片完全不一样。

如果去斯里兰卡，穿上当地风格的沙砾（音）会让你跟当地寺庙，建筑图腾这些元素非常融合。而且你会发现你上沙砾（音）之后会像当地的一个小明星一样，这种感觉可能跟我们在国内见到这种穿旗袍或者穿汉服的金发碧眼的美女一样，会感觉非常神奇，就会有当地很多斯里兰卡的大叔跑过来跟你合影，然后就说，我好想娶一个中国的太太，你愿不愿意嫁给我，就非常非常直白。但是你会发现准备这样的沙砾（音）会让你更融入当地的氛围中。

还有，如果你在小桥流水的古镇上穿，拍摄，准备一身旗袍会更让你融入当地的氛围当中，不像一个游客。其实拍摄的当天天下着雨，我们就是在当地购买了一把油纸伞，这是在乌镇，这是简单的一个准备，但是你就非常融入到这个画面里。

包括这张照片，可能远处的看不清楚，其实在这里有很多很多雨丝的线条，我们也是用前面说列车用比较慢一点的快门，15分钟一秒定格雨水划过的线条感，让雨水的动态凝固住，跟人物的静态形成动静的对比。如果大家拍下雨，下雪，其实1/15秒的快门是一个我尝试过比较靠谱的快门，基本都可以拍出雨水划线的感觉。

如果你去拍一些大气的场景可以尝试穿红裙子拍摄这样的场景。比如在这样一个很大气的香格里拉的大环境中穿红裙子入镜会非常融入氛围。包括这张照片也是一张红裙子，那天拍摄的时候我在香格里拉看到了非常漂亮的日晕，但是我不是一个天文学家，我不需要拍一张天上挂着一个日晕的照片，我觉得没什么意思，我既然去旅拍，拍人像，那我就想把把这个日晕跟人像和环境结合在一起，首先我选择了一个很漂亮的大树来作为我的环境，而且这个树上挂着很多藏族的（39：17），我就让人物坐在这个树杈上入镜，把人物和环境，这个光，很神奇的天象结合在一起，但是可以看到人物在画面当中占的比例其实是非常小的，我们让她穿上了红色的裙子。红色作为亮色就可以足够吸引观者的注意力，让他在看到照片的第一瞬间眼睛就被这个红色吸引住，成为画面的重心，用比较小的比例很容易平衡非常大的一个构图。

所以说有时候你去准备一些什么服装你需要提前做一个攻略，然后你大概需要预判你第二天的行程，准备一个最好的服装出境，尤其对于女孩子来说，如果十一想去旅行，还可以从现在就开始准备一些漂亮的服装出境，让你的旅行更有入乡随俗，融入当地的感觉。

灵感其实还可以来自旅行当中的每处风景。其实在旅行人像当中，它跟我们日常的人像有什么不一样？我们日常的人像基本就是把姑娘拍漂亮就可以了，你把她拍得怎么怎么美这样。但其实在旅行当中把姑娘拍漂亮其实是很浅的一个层次，人物在旅行人像当中出现的最重要的作用就是平衡环境的构图。比如你会在旅行当中经常见到一些非常大的风景，一片沙漠，一片草原，很大，很空旷，这样的照片会很没有重心感，其实这个时候你遇到这种大气的场景你可以通过加入一个人物，让整个环境变得有重心来平衡环境的结构。举个例子，这个照片是个沙漠，它其实这么一张照片，我按下快门它对我来说是一张无意义的照片，我觉得它没有什么重心感，没有什么主题感，就是记录下来而已。那怎么让它变成一张更好的照片呢？我们在照片里安排了一个人物，我们加了一个红裙子的人物，首先，我们通过人物的位置，把她安排在右边，让人物的位置和左边沙漠的位置形成一个平衡，一个呼应，左右的一个呼应，人物的位置就是画面的平衡点，同样我们让人穿上红裙子，来成为画面中的一个亮点，来点睛。其实这样大气的场景会经常出现，比如茶卡盐湖也是非常空旷的场景，没有什么重心，我们也是通过加入了一个人来平衡整个环境的结构，成为它的主体。所以结合环境和人物，有时候旅行中有那么漂亮的风景不要错过，最开始其实我刚接触摄影的时候，拍的是人像为主，后来我喜欢拍摄风景，而且久而久之，我觉得既然人像和风景我都喜欢，我可不可以把他们结合在一起，于是慢慢就有了现在的旅行人像的风格。我觉得旅行当中那么漂亮的风景，你可以用它点缀你的照片，让你的照片不是这种到此一游照，比如站在景区门口的那个大牌坊前面，比如华山的大牌坊前面，比出剪刀手，不是这样的照片。而是这种更有在路上的旅行范的这样的照片。比如说在这样的一些环境当中，你可以根据它的环境特点来创造构图，比如说在这张照片上，这里有一个门，很漂亮，一般可能大家看到这个门的时候就说，这个门好漂亮，我要站在这个门前跟它拍一张照，这就是一张到此一游照。怎么样拍得不那么到此一游呢？你可以观察一下环境的结构，我们强调的是结构感，你可以看到既然它这边还有一片空间，我们就左边一扇门，右边一个人，让右边的人物站在画面当中，跟左边的门形成平衡，而且，人物，门，它的位置都是画面的黄金分割点，然后用这样的位置，用门，树和人的位置把画面四等分，形成画面的三个分割点，这样画面的构图就非常非常平衡了。所以这就是典型的平衡式的构图。

这个照片也是，开始我想拍寺庙的道，然后我觉得没有什么意义，然后我也是让我的朋友站在留白的地方，然后我又找镜头拉出连廊的甬道的线条，然后让人物站在线条指向的末端，让人物的位置和整个环境的位置整个形成一个平衡。

包括这张照片，我想拍民国时候的楼梯，这个楼梯很有年头了，但是直接拍这个楼梯没有意思，我选择从上方去俯拍，让我的朋友坐在一截楼梯上，从上方俯拍之后，左边楼梯的线条就跟右边人物的位置形成了一个平衡，然后人物就是画面的平衡点所我，它也是用来平衡环境的结构的。包括这张照片也是，首先我要拍旋转楼梯一定要从上面拍才能拍出旋转的感觉。刚开始拍的时候最开始我把人安排在这儿，从上面俯拍，会出现一个什么现象呢？头特别大，腿特别短，看起来就很奇怪。所以我就用把人物安排在这样的一个位置，去躺着拉伸出这个旋转楼梯和人物的这样的一个位置关系的线条。在这些照片当中，人物都是用来平衡环境的。

灵感还可以来自于模特，有时候我们说人像的三要素，我们习惯去拍摄一些比较温柔的，可爱的，萌萌的这些模特，其实有时候你去拍一些气质比较颠覆的模特，比如特别帅气的一面也很有意思，去尝试一些有趣的颠覆。当然，有的时候，包括这张照片也是刚刚说到的多重曝光的方式，把人物和建筑去重曝在一起，你们可以看到，也是在人物的帽子和衣服这些暗部，头发这些暗部反映出了更多建筑物的细节。当然有的时候，有些妹子就吐槽，说为什么我的朋友用单反相机跟我拍出来的照片肤色很黄，很黑，还不如我的手机自拍来的白呢。怎么办？怎么解决这个问题？其实如果你相机用得好，你用单反相机可以达到一个美颜的效果，拍出非常白皙的肤色。可能有些人你没有发现，你的相机里面有这样的模式，叫做照片风格模式，我用的是佳能相机，它里面有这样一个模式。一般人，至少 60%的人他的照片风格模式是停留在标准模式，其实它里面细分了很多菜单，比如人像、风光。如果你选择对应的菜单，它会帮你的照片达到更好的效果。比如你拍人像的时候，选择人像模式，它直接就能拍出更白的肤色，更柔和的皮肤质感。首先你可以在选择人像模式之后，适当降低一到两档的反差，反差低了以后，皮肤会显得更柔和。其次，你可以适当增加一到两档的饱和度，让颜色看起来更饱满。通过这么简单的设置，配上一个大光圈的镜头，比如 501.4，501.8，比较大的光圈，就直接可以拍出特别白皙，特别好的肤色的状态。大家可以尝试一下。

当然有时候如果旅拍你带模特成本会非常高，因为毕竟要负责人家的旅费，所以其实自己就是最好的模特。但是有些妹子说，我怎么去指导男朋友给我拍出好看的照片呢？首先如果是我的话，我会替我的朋友，家人，或者是男朋友等等，闺蜜等等，让他们先帮他们调好曝光和构图，首先教他们拍片我自己要首先学会拍摄。调好曝光和构图之后拍一张风景，因为你自己最明白你要什么，拍一张风景以后跟他说，照着我拍的拍一张一样的。然后你就跑到对面，你告诉他你要站在画面当中的什么什么位置，跑到那个位置站定，让他对着你，按照你要的构图拍就好了。这个时候，他的功能就是一个人肉三脚架，你只要让他多拍几张，尽量把焦点对准在你身上，避免这个水平歪掉等等的情况就可以得到一张好照片了。就多拍几张就一定没问题。

但是有些人又说，我如果在旅行当中没化妆我还拍吗？当然拍，比如说很多时候遇到了一个情况是，我早上拍日出，我三点就得起床，我早上根本来不及化妆，其实背影也是一种美。比如这张照片也是，在越南（48：05），我早上三点半起来骑了 50 公里的摩托车到这个地方拍摄日出，然后我站在太阳升起的地方，用特别小的光圈，F22 这样非常小的光圈，让太阳变成这样的一个星芒从我的身上透射而出，形成这样一个很神圣，很美的画面。其实我就用这样的一个大环境，小人物的这样的一个构图加上背影出镜，然后来回避了这个早上没有化妆带来的一些问题，也是非常好的一个照片，但是也不会受到没化妆的影响。包括这些照片都是利用背影来拍出不一样的美感，也是大环境，小人物。

比如像这张照片是当时我在新疆的喀纳斯拍摄，我想拍这个两个结了雾凇的树，我觉得特别漂亮，但是你会发现直接拍这两棵树，没有人，没有主题感，没有重心，怎么办？我们就让人物站在这个画面当中去出镜，用一个红色的裙子，甩动裙摆去出镜。其实甩裙摆是旅拍当中常用的一个动作，会显得比较大气。这个时候，我们拍人物就不是为了表现她长得好不好看，而是让她平衡环境的结构，成为环境当中的一个点缀。而且，这样拍摄有一个好处，就是有些人会问我，如果我的模特，我的家人，我想拍的人她有点胖怎么办？有办法解决吗？当然，可以用广角镜头加上大环境小人物的构图，比如像这张照片，我们用一个大环境，小人物的构图，你可能都看不出来，因为零下 25 度拍，非常冷，所以你可能看不出来在我的裙子里其实藏了两件衣服和五条裤子的，所以这是一个非常好的一个解决方法，可以回避掉臃肿的身材。

双人像，我们有时候还要在旅途过程中拍摄一些风景，当然我跟大家说我喜欢的拍摄方式是人无我有，我想拍摄一些特别的画面，所以去创造人无我有的照片。比如我常说的一句话是好照片永远在 1/1000 秒以外，什么意思？我们按下快门只是短短的一瞬间，1/8000 秒，1/4000 秒，1/1250 秒，1/1000 秒，很快的一个瞬间，不到 1 秒。但是你想把它拍好更多的功夫一定是花在这 1/1000 秒以外的。怎么解释？来看一些例子，首先，我们想让照片有创意的一个方法，比如你可以找一些有趣的对称，比如有湖水来作为对称，用园林的池水作为对称，这是在苏州的留园。还有雨后的积水其实也是很好的对称的方式。但是拍摄这样的对称其实是很有讲究的。比如这张照片就是一个雨后的积水，但是我离它很远去拍摄的，你可以看到水中反映的倒影是非常非常有限的，但是同一滩水，我离它很近，蹲下来把相机放在大概平齐于水面的位置，离它很近很近的时候拍摄同一滩积水，你可以看到反映出来的倒影就更加完整，所以角度找好很重要。

比如这张照片，我自从发现了这个拍摄点之后，我就形成了一个强迫症，只要下点雨我就老盯着地上看，看有没有什么值得拍摄的东西。这个地方是斯里兰卡的一个地标性的灯塔，大家基本去了都会拍，我想拍得更有特点，我就观察，发现这有一滩水，我就放低机位拍出了水中的倒影和实景对称的这样一个画面，我常说的一句话是一入影门深似海，从此淑女是路人。基本搞了摄影之后，淑女这回事就跟我没什么关系了，所以为了拍这个照片，其实我整个人是这么一个状态，然后趴在地上去完成拍摄，当时还有外国的老爷爷问我我在干嘛，我说我在拍影子，然后安慰自己没关系，他们都不认识我。但是没关系，因为你肯拼，所以这个照片，这个角度只有你能获得，你的照片就比别人更获得。

这张照片其实也是，当时有人问这个照片是怎么拍的，它其实是单独拍摄水中的倒影去翻转而成的。这个整个照片其实是一个倒影。这个拍的一个好处是什么？它可以把水中的雨，锦鲤，经过翻转之后，有一种好像跟实景重叠在一起，多重曝光的感觉，感觉鱼在天上游一样，非常非常有意思，其实只是通过拍倒影简单的一个翻转就可以完成。

其实除了水面之外，镜子也可以做这样的有意思的空间对峙的感觉。包括这张照片也是，墙上挂了一个镜子，我们把相机贴在墙上，像贴在睡眠一样贴在墙上，完成了这个实景和倒影对称的画面。这样一来去拍摄一个对称的感觉肯定比你直接拍摄实景来得更有创意，来得更让人深刻。

这张照片是在云南拍婚纱，然后当时新娘问我说，我好像不记得我们什么时候拍过一张对称的照片了，我说你们不记得了吧，我说我给你们看看实景还原。它这个实景其实就是通过这样的一个非常小的玻璃珠拍摄的这样一个对称，所以我为什么说好照片永远在 1/1000 秒以外，因为它更多的需要你发现一些角度，比起按快门的一瞬间更多的精力花在按快门之前，可以先花个三五分钟时间观察一下环境，看看环境当中有哪些元素可以被你利用来拍摄这样的一个对称，倒影。包括这张照片，前一个星期在新加坡拍的，也是一个对称的画面，让整个画面有这么一个蓝色之后颜色更丰富。它其实也是，下完雨之后，桌子上有一滩水，利用它来拍摄一个倒影。所以很多有意思的角度需要你去发现。

除了倒影之外，还有一个方式就是用画框让你的照片来变得更有画意，变成画一样的美感。所以像这张照片就是利用到窗户作为画框。我们不是直接拍女孩的脸，而是把她放在一个窗户的画框之后，大光圈镜头把这个窗户虚化成了这样的一些木质的纹理形成的花纹，很有意思的花纹。把它变得好像一个中国古代仕女图一样，其实它就是通过这样的一个古床，搭配一个小窗户完成一个拍摄。所以说拍摄之前可以也是像这个拍倒影一样，先观察环境，看有哪些元素可以被你利用作为画框，比如长城的纹洞可以作为画框，比如说岩石的缝隙可以作为画框，然后这个镜子可以作为画框，古董相机的屏幕，还有这个画框也是比较特别的一个画框，用玻璃球放在地上，然后玻璃球反映出来的影子是倒着的，所以这个地方才是地面。通过一个翻转，这样用玻璃球表现女孩和大树要比直接拍摄这个女孩和大树来得更有创意，更让人印象深刻。

包括除了人像之外，其实（55：35）也可以利用画框。比如这张照片，我们不是直接表现这个一家四口脸上的表情，而是把他们放在车窗的画框里，包括拍到了这个车厢号，用这样的一个方式用它作为画框来交代这个故事发生的环境，来讲述这样的一个个依依惜别的车站告别的这样一个故事。

包括这也是一个画框，当时很多人问，这个好像时空隧道一样的感觉，它是拍的什么呢？它其实是用输水渠的桥洞来做画框。我们用长焦镜头拍摄，它的空间压缩的感觉把这个照片，把这个景深压缩掉形成这样一个平面化一样的感觉，但这个必须长焦才能拍完，如果你不用长焦镜头你可能只能得到这样的画面。所以表现画框镜头的选择也是特别重要的。

我们有时候旅拍除了这些创意之外，我们最关键可能遇到一些非常常见的问题，最直接的一个问题，比如你十一去旅游，你遇到最可怕的一个问题就是人山人海，景区人会非常多，尤其是热门景点全是人。解决这样的问题我们有没有什么很好的方法呢？当然有，比如说我们有时候听这样一句话，叫照片等于照骗，真的是这样。下面是景点卸妆时间。比如这是茶卡盐湖，我们看到的茶卡盐湖是非常梦幻的场景，我们在人家的旅游攻略里在人家的网站宣传里看到的都是这样纯净浪漫的茶卡盐湖。当你实际去到这个地方的时候，你会发现你实际看到的景象是这样的。这是我当天拍的茶卡盐湖，非常非常多的人，而且水踩得很脏，像泥巴塘一样。然后你想拍个日出吧，你拍到的日出是这样的，你想象你能拍出的日出是这样的，然后你实际到这个日出的地方你会发现全部都是垃圾，人山人海。刚刚这个日出就是在这个环境里拍摄的。怎么样在这些环境里拍出干净，唯美的画面，有方法吗？当然有。摄影师他会利用一些镜头的语言来解决，不同焦段的组合解决这些问题。举个例子，首先，如果你的画面冲击力不够怎么办？你可以试着转变视角。比如说这张照片是斯里兰卡的海钓，我是在岸上用手机拍的。手机的等效焦距大概 35mm，拍出这样的画面。我觉得它看起来很像一张到此一游照，但是我想拍摄摄影师的作品。怎么办？我就观察环境，我发现这里有一堆小石头，我就站在这个石头上，离它近一点，再近一点，转换一下我的视角。然后我换上了 1635 这支镜头，用了 16mm 端的广角端去拍摄。当我把这个焦段调得最短，16mm 的时候，水花四溅朝我涌来的瞬间我按下了快门，同样的画面，但是因为我的角度，镜头，焦段转换了，就可以拍出更有冲击力的画面。当时我的拍摄机位是这样的，我站在这个地方，但是因为这个水边的石头非常湿滑，所以拍完这张照片之后我整个人就倒在地上了。大概瘸了一个月的时间没法走路，但没关系，因为有刚刚那张照片，我觉得非常值得，那张照片也是对我意义非常重大的照片。

所以这样的效果的达成需要配合超广角镜头，比如我自己最常用的超广角镜头是 1635F2.8 这支镜头。它这种特别的冲击力的效果来自于近一点，再近一点才能对你需要强调的地方进行夸张。比如像这个照片，其实我都不好意思说它是用非常好的器材，5D3+1635 去拍摄的，看起来非常普通，跟手机拍的到此一游照没什么区别。但是这种效果是因为我离它还不够近，有时候你拍得不够好是因为你离它还不够近。我们说近一点，再近一点，所以我还是用同样的器材，但是使用的是 16mm 的超广角端，我们离大象近一点，当象鼻子在我镜头前甩来甩去的时候，我按下了快门。同样的相机，同样的器材，但是角度不一样了之后，就会得到这样的完全不一样的更有冲击力的照片，只是一个视角的转变。当时我的机位是这样子，所以女摄影师真的挺不容易的，一方面你要穿得很漂亮，因为有时候你要自己当模特出镜拍照。一方面，你遇到想拍的场景的时候，你又要很拼的满地打滚。但是女生也是她对光线，对色彩有着先天的敏感，会非常有细腻的捕捉力和洞察力。

这个照片是泰国的（01：00：33），我注意到一般人拍的照片都是这样的角度，两个寺庙平行的角度，但是我也是人无我有，不想拍得一样，所以我就观察，这两个佛塔很近，所以当我站在两个佛塔中间的时候，我往上仰拍依然是用超广角镜头，16mm 足够广

的焦距能把两个佛塔塔尖收入同一个画面当中，然后我就得到了这样一个通天塔一样的感觉。这样的照片马上就跟刚刚那种到此一游照立刻区别开来了，更有创意。

人山人海怎么办？这是我们十一旅游的时候，或者日常旺季旅游最容易遇到的问题，其实有时候局部是更唯美的。比如这张照片是在苏州的园林，当时因为是假期，所以说整个苏州园林已经被北京人占领了，全部都跑来江南玩，当时非常非常多的人在这个环境当中用广角肯定是拍不了的，比如说用这个定焦也是拍不了的，因为太多了。怎么办？我们用长焦镜头，我们选局部来拍摄，在整个画面当中，只有这一个小小的角落可以看到是没有用的，好，我们就用长焦把这个角落选取出来，用长焦对大场景进行一个重新的构图。我们选择保留了画面当中原本的这个假山、屋檐、水池，用柳叶来作为前景遮住旁边的路人，这样用了长焦对大场景重新构图，在非常繁杂的环境当中拍出了一张很干净的，没有人的画面。这样的效果需要长焦镜头来完成，比如我自己最常用的一个长焦镜头是（01：02：13）F2.8 这支镜头。它可以有效截取视野当中你最感兴趣的部分突出重点。比如这张照片是斯里兰卡的尼干布，这个地方是一个海滩，是一个渔市场，所以这个地方很多卖鱼的小贩，这个地方弄得很脏很脏。这么一个海滩，很脏的地方，远处有一个小棚子。有没有可能拍出干净的画面？既然海滩非常脏，我们依然用选取局部的方式，海滩脏，我们就给海滩在构图的时候留的比例非常少，天空很干净，我们把大部分的比例留给了天空。同样的一个小棚子，但是我们因为这个构图的转变就回避掉了跟脏的部分，拍出了很唯美的画面。而且由于这个地方是渔市场，所以鱼腥味吸引到了很多乌鸦来偷腥，所以它也成为了画面非常好的点缀，就成为了这样的很脏的差的环境当中很干净的一张照片。

其实拍局面是很好的，但是局部有时候也是会骗人的。比如这张照片我当时发在网上之后，发在微博上之后，就有人问我，哇，这个雾气好梦幻。这个雾气是什么呢？是早上的水雾还是农家的炊烟，还是什么雾气？看起来特别唯美，梦幻，我说，揭示真相的时候到了，其实这个雾气它是汽车的尾气。但其实你只是选取了这么一个局部，它反而成为了帮助你照片变得更梦幻的很好的一个点。

这个地方是日本的一个紫藤园，你会发现它肉眼看着很漂亮，但是拍出来就感觉像挂在架子上的串茄子瓢一样，看着很不好看。也是，我们依然用拍局部的方法解决，既然这个全景不够唯美，我们选取的这样一个局部，我们用长焦镜头把焦点对准在前景的白藤上，背景的紫藤虚化成彩色的色块，就完成了很干净的一个局部的画面，更唯美。而且你会发现这个地方它其实夜景很出名，但是你看的夜景特好看，你一拍出来就发现，第一，特别杂乱，因为有很多很多这种杆子影响你的视野，而且近处看起来有突兀。第二，手机拍得曝光不够明亮，可以看到这个地方黑一点，我们依然用长焦加上单反相机来解决。比如说我们选取了一个局部，把焦点对准在其中的某几串紫藤上，然后后面虚化成这样彩色的色块，包括这张照片就是捕捉的刚刚那样的小小的流光异彩的局部。来把它完成了这样一个小的局部，让它变得更梦幻，回避掉了那些杂乱的线条。包括这张照片也是，你全景拍摄的时候直接拍摄一个广角的画面，你可以看到这边很乱，但是我们发现这有一个很漂亮的小细节，也是用长焦去表现，让整个细节变得更唯美，更梦幻。所以有时候选取局部比直接拍摄全景来得更唯美，更梦幻。

环境杂乱怎么办？我们可以用前景带来一些层次感。比如这张照片是在马来西亚槟城的一个街道，有一个地标性的白塔，基本来这边一定会拍这个白塔。但是，你可以看到这直接拍一般我们也会遇到这种情况，很乱很乱，怎么办？也是观察环境，看这儿有一个夹竹桃的花，我们就走到这个花前面，用它作为前景来遮住旁边乱七八糟的杂物。这样一来整个画面用它遮住杂物看着更干净，让整个画面也更有层次感，色彩更丰富，但是这个还是用手机拍的，还不够梦幻，没关系，我们有相机，我们用 501.4 这个镜头把它调到 1.8 的这样的比较大的光圈，然后夹竹桃的花就虚化成这样的彩色的色块装点画面周围，就变得非常有层次感，也更加梦幻，色彩也更加丰富。这种方式其实它可以用来解决很多旅行当中的问题。比如前一段时间我去新加坡旅游，遇到了这样的一个地方，就是鱼尾狮，鱼尾狮也是大家旺季肯定会遇到的情况，人山人海，非常多的人，这样直接拍肯定没办法拍，你只能获得这样的一个画面，很多人的画面。怎么办呢？观察之后我发现正好在这个地方有一个三角梅的花，我们就可以用它来做前景。我们把相机放低放低再放低，把它放在三角梅里面，用它作为前景，遮住旁边乱七八糟的人。然后我们再用相机去定格，就可以获得干净的画面。类似的还有一个视频，这是一个摩天轮，你可以看到直接拍摄摩天轮的地景很不好看，很乱很乱，不好看。观察发现这边也一束花，用花作为前景来拍出了这样一个用花作为前景表现摩天轮的照片。再观察还能拍出什么不一样的角度呢？有一滩水，我们就用刚才说的方法，放低机位，把相机放在平齐于水面的位置，有非常高难度的拍摄角度来把这个摩天轮拍出一个倒影的这样的一个感觉。就获得了跟刚刚不一样的画面，解决了这样的问题。所以说旅行当中这样的效果的完成需要配合大光圈镜头，比如一般我用的镜头是 501.4 的镜头，它也是拍人像最好用的一支镜头。它会让构图层次更丰富，其实这种方式在人像当中也是经常用到的，比如说春天的时候你可以用花作为前景来拍摄这个模特，秋天来了，你可以用黄色的叶子来作为前景去拍摄模特，就这样有一种透过花再看模特的一个表现，其实你只要把镜头放在花的里面去表现就可以了。

看了这么多镜头，旅行中我们究竟应该选择怎么样的镜头组合呢？我的建议是，如果你拍比较大气，小镇风情这样的一些，或者一些城市的建筑，比如在上海、北京拍摄，广角镜头是最好的选择。如果你拍自然风光，比如到云南、青海、内蒙，广角镜头和长焦镜头结合起来最好。如果拍人像，定焦镜头，比如 501.4，501.8，501.2，851.8，851.2 这些镜头是最好的选择。当然，我自己旅行的时候会比较不怕麻烦，我自己一般会带三支镜头，1635，501.4，（01：09：37）这三支镜头。所以说常年我基本上背着

15—20 斤的器材，我去过零上 40 度的沙漠，也去过 30 度的（01：09：47），久而久之，在扛器材的过程中练就了非常发达的肱二头肌。我每次去按摩的时候，按摩师就捏着我的胳膊肌肉说，哇，你胳膊上的肌肉真是又发达，又匀称，又紧实。我说，这个好像不是一个夸女孩子的话。然后她会捏着我的背肌说，很少有女孩子能练成你这样的背肌。我说我是体力劳动的。无图无真相，究竟肌肉练成什么样，非常发达的一个肌肉。扛器材扛的。那为什么宁愿练成这么发达的肌肉也要去扛器材呢？因为我不太喜欢 18135，18200 这种一镜走天下的镜头，我喜欢把不同的焦段结合起来，让每一个焦段在固定的焦段上达到极致的表现，来更充分挖掘一个场景的美。比如大家一般在遇到这种非常大气的场景，这是新疆的（01：10：45），一般遇到大气的场景要广角拍一张，好漂亮，走了。但是你静下心来观察，你会发现在这样一些大气的场景里，其实是有很多很漂亮，小细节的。比如说这样的一张照片，它其实就是这样的一个很小的细节。还有这样的一张照片其实都是这些画面当中的小细节，你去把它提炼出来。包括这些照片都是你用长焦镜头不但的发觉这些照片当中非常美好的细节把它表现出来。尤其是太阳慢慢升起，可以看到远处的这些山已经被照成了红色，暖色调，而近处的树还是冷色调，全部都是雪覆盖的时候，其实可以用这种冷暖对比制造一个色彩分割的构图，表现这种一半海水，一半火焰这样的冷暖色调的对比美。所以说我觉得挖掘环境元素，快门永远是你思考和观察之后的一个定格。

今天既然是说旅行，就跟大家分享一下怎么样去策划一条属于你的旅行线路。我们不再跟团，我们让你的旅行线路更加个性化。首先跟大家分享三个网站，是海外帝皇网站，分别是（01：12：10）。它的好处是可以直接先用支付宝付款，订房的时候可以直先付款，就会非常方便你旅行的时候不用带大量的现金。但是不好的一点是如果你需要退房，比如你的行程改变了，你不去住了，可能会非常麻烦，因为房款已经付过了。（01：12：33）可以先用信用卡预付，类似于用信用卡抵押的形式。如果你临时更改行程的话，它会很方便取消，因为它不是直接扣钱，它会取消非常方便。但是可能它需要你有一张信用卡。（01：12：53）是现在比较新兴的一个民宿型的网站，如果你在一个地方待的时间比较长，比如十天半个月都在同一个地方，它会非常适合你，因为你可以住到当地的民宿里面，住到当地人家里面，可以充分融入到当地，体验当地更地道的风景。

旅行的攻略哪儿找呢？给大家推荐两个网站，穷游和马蜂窝，基本上我一般旅行的时候是在这两个网站上构图我的旅行信息。但是这两个网站一般都是比较大众的旅行信息，就是比较热门的景点，怎样发现一些更个性的目的地呢？有的时候其实微博上会有美景，景点的推荐，如果你没准看到了，它可以给你提供一个新的思路。比如去年 4 月份的时候，我去日本拍樱花，我就发现全部都是人，而且基本都是中国人去看，到处都是说中文的，特别多的人，基本上地面上没法拍，因为到处都是人走来走去。我就想有没有基本没人知道的私密的场景，正好我去刷微博，刷一个（01：14：09）微博会有一些美景推荐，我就刷到了这个微博，它说有一个山，是风尘秀气，带着五百个大城市（01：14：15）的山，有三万株樱花一起盛放，就是我前面大家讲的每次去捐赠一个樱花树的地方。我抱着半信半疑的态度真的去看了，结果真的如这个微博所说，漫山遍野的粉色的樱花非常非常漂亮，整个山都是粉红色，非常非常美。这里是非常标致的一个景点了，所以我用了中焦镜头，50mm 拍摄了标致性的场景。但是也是跟大家说过的，细心发现你会发现这里有一个很漂亮的小细节，我用长焦镜头 200mm 端表现，就可以看到它有这样一个也是很漂亮的一个画面，给充分挖掘了场景的美。这种长焦的方式其实可以充分挖掘这些大场景，比如这张照片，我们就是用长焦选取了一个颜色非常丰富的局部，有山的蓝色，树的绿色，叶子的黄色，樱花的粉色，天空的白色这样几种不同的色彩用它来作为一个分割构图的依据拍出色彩对比的感觉。包括这张照片也是用树的绿色和樱花的粉色作为不同的色彩来分割构图，来达到一个色彩对比的这样的一个构图感，也是用长焦选取了小小的局部完成的。但是有些人说，如果你看了这些地方，你可能会发现普通游客他没有看到的一面，你会发现它更特别的一面。比如说这个地方，秋天马上 12 月份，11 月底，12 月初它是最美的一个季节，是在京都的琉璃光院，非常漂亮，有金色的，红色的树叶，当时我在这儿旅拍半个月，每天拍园林里面的秋景，拍完之后，我就发现最后走的时候我看到我的膝盖一块青，一块紫，我想怎么回事，这膝盖怎么受伤这么严重，后来一想，天天在园林里面拍摄，其他都很好，就是你要全程跪着拍，跪着移动的，所以说一拍一个小时，基本跪一个小时拍摄，所以基本上膝盖会很受伤，但是这个琉璃光院的风光特别美，窗外有非常漂亮的秋景，它每年只有很短的时间开放，所以如果能遇到这样的风景是很难得的。

这个地方也是京都很有禅意的地方，叫做（01：16：50）。这两个窗是动物之窗和迷惘之窗。动物之窗象征着一个动物的这样的一个圆绒的感觉，圆形的窗户。迷惘之窗就是方形的窗户，它象征着人生（01：17：01）。这样的一个非常有禅意的地方其实日本的摄影师会拍摄它的四季，比如春天刚发芽，窗外是一片嫩绿色，到夏天是一片深绿色，秋天是这个样子，画面当中这个样子，冬天的时候外面是一片白雪，拍摄它的不同的四季也是一个非常有意思的主题。

然后你可能看到这些攻略以后你会发现更特别的地方，比如说像这个地方也是刷微博的时候看到的一个地方，普通游客根本不会去，它是（01：17：35）念佛寺，这个地方有 1200 个罗汉雕像，每个罗汉都有不同的表情，或者是（01：17：40），或者是卖萌，非常可爱的一些雕像。然后在这个地方配合着小寺庙的灯光会有很宫崎峻动漫一样的感觉。包括这个地方是我跟大家说过的，招财猫神社，有很多很多招财猫去供在这里，也是一些特别的场景。你发现这些特别场景之后，你可能会看到别人没有看到的，比如春天的火车开过樱花海，或者是富士山下的天鹅湖，别人都不知道，还有这种 144 岁的非常漂亮的紫藤瀑布，你会遇到更特别的场景，让你的拍摄题材跟别人区别开来。但是这些场景季节性是非常重要的，你只有在对的季节才能遇到最美的风景。比如我是旅行摄影师，我每年会有这样的旅拍计划，比如 1—2 月的时候特别适合拍雪景，比如今年去（01：18：37）拍雪，4 月的时候适合去

(01: 18: 39) 拍桃花或者去日本拍樱花, 还有6月的时候云南的杜鹃花很漂亮, 7月的时候是青海最美的季节。马上9月份, 现在在大兴安岭呼伦贝尔草原上是最美的景色, 整个山林都是暖色调, 全部都是金黄色的树和草, 如果大家有兴趣可以去看。10月份和11月份的时候是北国的秋天, 包括11月底各个地方开始有红叶出现, 也是非常适合拍秋景的时候。季节到底有多重要呢, 对于旅行摄影师来说。举个例子, 像这个地方是北京的一个八达岭的隧道, 前面出现过的一个复古的小站。我觉得这个地方特别好看, 秋天的时候, 这是一个废弃铁路, 两边有非常漂亮的黄叶, 我拍完之后我觉得这个地方太好看了, 第二年春天我想来看看, 我说这个春天会不会有什么不一样的景色? 春天第二年3月的时候我来了, 它长这个样子, 季节的确是非常重要的。当天, 左边这张照片拍摄的时候北京是重度雾霾, 我就觉得重度雾霾没有办法拍好片, 结果发现反而是那天的重度雾霾帮了我, 为什么呢? 因为它遮住了后面一些乱七八糟的山和一些非常杂乱的环境, 反而让环境看起来非常通透, 而且有非常朦胧的感觉, 看起来更梦幻一样的质感。很多人去奈良会去拍小鹿, 但是如果这样拍一张照片跟直接在家门口的动物园去拍没什么区别, 没有拍出特色来。奈良的特色是什么? 春天的樱花, 秋天的红叶, 所以我们在对的季节再去拍摄同样一群小鹿, 春天当樱花, 在樱花季的尾巴, 地上落满了樱花花瓣, 你再去拍摄这些小鹿就会有童话世界的感觉。包括秋天, 马上11月底, 12月初的时候的奈良跟红叶结合在一起是非常有很梦幻的的感觉的。

如果是这种季节性的计划, 它可以提前在各种网站上了解相关的信息。比如说泰国的水灯节每年在11月的下旬, 15—30号的这样一个区间去变动, 泰国的旅游局会提前在官方的网站上公布当年的日期和会场, 如果你去对了季节时间, 你就会看到万人齐放水灯的场景, 依然全部是中国人到泰国看水灯节。我当时地我爸妈去水灯节参观, 参观完了之后, 我问我爸我妈, 你们参观这个泰国水灯节有什么感觉? 我爸说, 我感觉来到了一个中国人的传统节日, 有少量泰国人参加, 就已经到这种地步了。但是非常漂亮。

日本的樱花季每年只有短短7—10天的时间, 非常短, 所以你卡准时间非常重要, 早去晚去都看不到。所以你可以提前在日本的这些气象网站上会有这样的一些樱花前线图(音), 它会根据不同的地方标明每个地方开花大概的时间, 帮你了解这样的花开的时间, 让你达到最好的一个拍摄的状态。但是一般樱花季都是这样的, 当时我去发樱花季的照片很多人问我, 为什么你拍的樱花都没有人, 我说因为我有特别的躲人技巧, 这个技巧也非常适合大家十一出行的时候拍摄没有人的画面。首先最重要的一点就是早起。比如这个地方是日本赏樱最出名的一个地方之一, (01: 22: 40) 延伸有一公里的铁路, 都是樱花, 非常漂亮。我第一次去的时候是早上七点半去的, 已经人山人海了。第二次没办法, 我就是5点多钟起来, 七点以前来到这个地方才拍到了这样空无一人的画面。第二, 既然地上有非常非常多的人走来走去, 那你就不要拍地面, 其实有时候仰拍这个屋檐, 比如像这样的屋檐和樱花放在一起也是很有意思的一些画面。包括拍这些天空中樱花的枝条。第三, 大场景人非常多, 你一定会拍到人, 所以不要拍大场景, 你可以拍一些比如落花这样的一些很小的细节它其实也是非常有美感, 而且可以回避掉路人。看了这些旅行的秘籍, 我们就有点跃跃欲试想去看照片了。在我们的朋友圈里, 一般大家发的这种旅行的照片都是这种, 今天我去旅行了, 我的飞机餐吃了什么什么, 宾馆长这样。这种照片的话题。我相信你的朋友如果刷你的朋友圈晒旅行的时候, 他们会更希望看到你旅行的故事, 他们会通过你的照片感受你旅途当中的点点滴滴, 好像跟你一起在经历这个旅程一样看到这个故事。你会发现旅行的故事感通过照片表现出来非常重要, 有时候在一些比较发达的国家, 比如说日本、美国你会感受到更多的是它的经济非常发达, 然后生活细节非常精致, 很纸醉金迷这种感觉。但是相反, 反而有时候在一些经济没有那么发达的国家反而更能感受到人们发自内心的这样的一个幸福指数, 这样一个非常高的幸福指数, 非常开心的一个状态。比如我觉得斯里兰卡就是这样的一个国家。怎么样拍出旅行故事感? 接下来用斯里兰卡的一些照片跟大家简单分享一下。

首先你要找一个有戏剧感的主体, 找到一个当地的人去拍摄, 这个人他需要有戏剧感, 所谓戏剧感就是他跟周围所有的人都不一样。比如这个老爷爷, 他在渔市场里, 周围都是比较邋遢的卖鱼的小贩, 他穿着非常文艺的一个粉色的条纹衬衫, 拿着一个非常文艺的彩虹伞, 开着他的古董老爷车来了。你可以看到他跟别人都不一样, 首先他的眼神就非常有一种海神波塞冬的威严感, 看起来非常酷的老爷爷。所以通过这个眼神就可以传达出人物的很多故事。包括这张照片也是, 当时在斯里兰卡的红皮小卡车上, 当时很多人都在坐火车的时候玩, 吃东西, 发呆, 睡觉等等, 只有这样一个小朋友, 你会发现他跟所有人都不一样, 他很安静地望着窗外, 沉浸在他自己的世界里, 想着他自己的心事, 他的眼神传递出了他自己的故事。你既然有这么有故事的人, 有故事的这样一些场景, 那你接下来需要定格他最有戏感, 最有故事性的瞬间。比如采茶女扬起茶叶往筐里甩的这样一个瞬间, 阳光正好透云, 非常棒的一个光线。还有, 双手合十在当地人的传统婚礼上, 新郎在向他的新娘表达感情的这样一个最有代表性的瞬间。还有小朋友挥手告别的瞬间, 一个小朋友在樱花隧道上跟他的小伙伴挥手告别, 这样一个挥手的动作其实就能交代出很多照片的故事, 让你的照片更有故事感。

有了最有特色的人物, 还有这样的一个瞬间, 我们还可以把它跟你的环境结合起来讲述一个旅行的故事。比如说很多地方都有红皮小火车, 怎么能看出你的红皮小火车是在斯里兰卡呢? 国内也有。所以我们就捕捉到这么一个黑皮肤的小男孩, 让当地特色的人物跟当地特色的环境结合起来, 讲述一个斯里兰卡红皮小火车的故事。而且你们知道当地人, 斯里兰卡人有一个特点就是火车不关门, 他们喜欢挂在火车上, 所以我整个人是这样一边手拉火车一边按快门拍了这个照片。

提到日本很多人会想到《艺妓回忆录》, 在京都有一条小巷叫花剑小路(音), 这个地方有非常漂亮的日式的传统建筑, 有时候

我们得到一张好照片靠等待，等待三五分钟，等待一个合适的目标，路人走到你镜头当中成为你的点缀，有的时候是靠偶得，比如这张照片就是偶得的照片，正好是我走到这儿，突然一个盛装打扮得艺妓迎面朝我走来，走到我的镜头当中，这个时候不要犹豫，立刻按下快门，而且因为你在日本没有电灯，所以这个艺妓为了在烛光下显得更美，她会把脸涂得更白。包括这张照片也是把有日本特色的人物跟有日本特色的和风的建筑结合在一起，艺妓画着很白的脖子，讲述最京都的这样的画面的故事。

但是我相信，比起这些故事感，更重要的是你照片里的感情，尤其是你去旅行当中，你的朋友感受到的你的旅行中的故事感，感情是最重要的，你需要拍你眼里最有感情的画面。比如当时我看到这个画面的时候，我就觉得这就是我眼里理想生活的样子，两个人，两只狗在海边散步，非常有感情。但是我拍摄这些画面我不会像有些人，我不太喜欢的方式就是把那个镜头恨不得凑到人脸前去拍，我觉得不太礼貌。所以我一般会先 Say Hi，用一个比较友好的方式，让人家知道我没有不友好的意思，我只是想记录下来而已。而且有一个比较好的优势，对于他们来说，我是一个年轻的外国女孩子，所以他们不会对我有太多的戒心，就会比较放松，对我的态度也会比较友好。但是如果这样的方式你觉得比较麻烦的话，还有一种方式就是用长焦拍摄，不干扰被摄者的状态。比如说这边，斯里兰卡海边的父与子我就是用 200mm 的长焦拍摄的这样的画面，也是很有感情的。包括樱花树下的子孙俩也是用 150mm 的长焦拍摄的。你不可能跟他沟通，你说，这样就变成了他肯定会不自然，所以你需要用长焦去抓拍到这样最好的一个瞬间。但是抓拍有时候会出现一些问题，怎么抓拍到最好的瞬间？你需要预判，怎么是预判？比如说这个小朋友他看到我作出鬼脸，这个怪阿姨在拍我，作出这个表情。我不是他作出这个表情再去拍的，我是预判到他大概有这么一个趋势的时候，开启相机的连拍功能，大概拍了这么多张，然后捕捉到他表情最好的瞬间。但是这个抓拍一定会有一些不完美的地方，比如第一个就是，因为当地人皮肤特别黑，有时候经常看不清楚这儿竟然坐了人，首先就是肤色的曝光问题。第二就是我开始想用车窗作为一个画框可能觉得更有结构感，后来我发现这个车窗作为画框反而构图太繁杂，其实两个简单的后期步骤就能完全解决这个问题。第一，既然人物的曝光有问题，就用黑白的色调来矫正肤色的曝光。第二，既然构图比较冗余，比较多余繁杂，你就用裁剪的方式让构图变得更简单，把一张废片拯救出来变成一张还不错的照片，因为这个小朋友的表情实在是太打动人，非常有感染力。

说了这么多，怎么去拍照片？最后来聊聊我自己，我觉得自己想拍的片，跪着也要拍完。今天给大家分享了照片，一张好照片的背后是怎么样的呢？每一张好照片的背后都有一个非常拼搏的我。比如这张照片，当时为了拍摄这样一个角度，我是站在这个船尖上，一个手扶着树，一个手（01:31:10）拍摄的这样一个角度，比较高的角度。这张照片，当时在青海旅拍，拍油菜花，我观察到一般的人都是平着拍一片油菜花，我不想跟别人拍得一样，我就想怎么办，我就想，那个油菜花躺着拍，在周围的这一个画面会很有意思，于是我就有了这么个工作照，很拼，有一种单身狗被虐的感觉。这张照片也是为了拍摄阳光划过金帆的感觉，我把它定格下来，为了让我的焦段足够广，所以我只有躺下来，这是一张找找我在哪儿的工作照，我躺在这儿才能拍摄出这样的角度。这张照片是为了把新娘的腿拍得最长，把逆光的角度拍得最好，也是找找我在哪儿的照片，才能把她的角度拍得最好。

但是因为拍出好照片的地点都是在青海、西藏、云南比较高原的地方，所以晒伤对我来说是家常便饭，你可以看到现在我的胳膊，刚从云南和青海拍了快半个月回来，拍这个星空芭蕾去了，基本上就成了现在这样一个对比比较惨的情况，我早上刚从北京飞过来，安检的姑娘还问我说，你这晒得有点儿惨，我说嗯，我说没有办法，为了好风景都值得。

还有，你会发现有一些特别的角度，有的时候有人会我说，我觉得我周围可以拍的已经拍遍了，我没有什么东西可以拍。其实周围当你善于发现的时候，会有一些很细节的美感，比如当时很多人说，这个画面好漂亮，它拍的是透过樱花花瓣水中反映出的一个樱花的枝条，它其实就是水沟里这么一个非常小的细节，看你能不能善于把这些细节用你的眼睛去把它发现出来。所以那句话说得很有道理，不是缺少美，而是缺少发现美的人，关键在于你是不是善于发现这些细节。包括这张照片也是，它其实来自于这样的一个很小的一个视觉，但是看你有没有去观察到，有一个善于发现的眼睛。所以我很喜欢的一句话是，有花草树木的视角，透过万物的眼睛去看世界，这个世界有很多很多细节的美，它安静地存在着，我需要用我们的镜头把它发觉出来。

这个地方是新疆喀纳斯的和睦村，我叫它肉眼宇宙，因为只用肉眼就可以看到满天非常漂亮的星斗。这个地方当时拍摄的时候是零下 25 度，我拍了 6 个小时连续。然后非常非常冷，但是我穿得像熊，还好，比身上冷的是脚，冷到贴了两层暖宝宝都完全没有办法发热的程度。比脚更冷的是三脚架，已经冻成一个冰块，就手贴上去直接被撕掉了好几块皮，已经到这种程度了。连续拍摄了 6 个小时之后，我获得了一些画面。然后我当时其实出去要拍摄的时候，我开始不想出去了，在温暖的屋里睡觉算了。但是之后我告诉自己，如果今天不拍，回去一定会后悔，绝对是一直在后悔，我当时为什么没有出去。所以我觉得对于自己想要的事情，抵死执着，当你想放弃的时候，你就告诉自己，如果今天不去，你以后一定会后悔，就会鼓起勇气。其实像我们拍照的时候特别辛苦，因为其实看照片的人他只是看到照片非常美，说，照片好美，我也要去这里。但是其实只有拍照的人他自己懂得个中的辛苦，懂得个中的不容易，所以你需要发自内心地问自己一句你现在做的事情是自己真正发自内心喜欢的吗？有太多的人为他们不喜欢的事情活着，所以如果这件事情是你真正喜欢的，那一切都值得。

这个是当时拍的六个小时之后冻得已经完全打霜的相机。每天早上那个时候我起来看日出，头上结了冰，就感觉自己是一个痴迷摄影的七旬老妇，天天拿着相机在村里走来走去的状态。所以如果我用一张图形容自己，我会选这张张毛美少女战士，我作为一个女孩子，可能有一些女性视角，但是可能比起一般女生来会更有一些霸气，比较大气的元素在里面。所以我非常喜欢无所畏惧的

自己，就像这个，虽然是一个汉子的外表，但是有一个非常柔软的少女心呈现在我的照片里。

最后送给大家一句话，旅行不能让麻烦消失，回来以后依旧是这个麻烦的世界。但，旅行能改变你的想法。很有可能在旅行之前你觉得非常烦恼的一些问题，当你见到了更大的世界，更广阔的天地之后，它会改变你的想法，让你觉得那些事不再那么重要了。所以旅行不改变你的世界，但改变你。我的微博是（01：36：43），如果大家有什么关于摄影的问题，可以在微博上跟我交流。非常谢谢大家今天耐心的聆听，谢谢大家。

主持人：好，谢谢，也谢谢刘雯老师。今天刘雯老师为我们平时以来的长期的困惑如何将美景和美人结合在一起提出了娓娓道来的详细讲述。从中我们知道，要拍出好的照片，首先要读万卷书，这样你才能在自己读过的书，看过的电影，听过的音乐里找到拍摄的灵感。同时，你还要行万里路，不管是严寒还是酷暑，要发现最美的景，都要在最好的季节里。同时你走的路还不能是别人都走烂的路，因此，你要独具匠心地去寻找那个独特的拍摄角度，不管是躺在地上还是蹲在水里，跪着都要把它拍完。最后你还要能扛得了20斤的器材，还要受太多的伤，被太阳晒得再黑也无所畏惧。说到这里，我也想特别提一下，从2015—2016年，我来主持这个中国国家地理大讲堂已经有接近10次以上了，但是刘雯老师是我见过的第一位女性嘉宾，因此，我在这里，同时我也作为一个女性，想非常赞赏她在摄影这个领域里面开创了自己的一番天地。因为作为女性，既给了她一个独特的，清新的摄影视角，同时，在体力上，还有各方面的一些劣势，也让她在这个地方吃了非常多的苦，因此，我们看到的这些美景，这些美片都是由无数的辛苦凝结在里面的。也许我们没有像刘雯老师这么专业的器材，还有这么多时间或者这样多的资源来拍摄这些专业的照片，但是我们在为我们所爱的人，我们身边的人拍一张好的照片的时候，我相信，除了那些技巧，我们还有爱可以添加，我们可以为了他们，哪怕用自己的手机也拍出一张非常独特，非常有意思的照片。

那么接下来，我们就进入大家也很期待的户环节，听完这么精彩的讲座，相信大家还是意犹未尽。如果有什么想向刘雯老师请教的问题，那请大家举起你的手，我们会有五个问题留给大家，同时，我们会为提问的人送出掌柜钱包的旅行包一份。现在就将时间交给场内的各位嘉宾了。

提问：非常感谢你的讲座。我想问一下，你觉得因为像你的话可能单反用得更多一点，如果我们经常出去旅游的话，手机照完照片以后，你是当时就用现在很流行的一些APP，它有一些很梦幻的效果把它做出来，还是说照完照片以后回来再处理？

回答：当时或回来吗？

提问：对，因为用单反我知道，有一些照片你当时会去用一些标准的模式来拍出来，然后你回来再慢慢调整它的光影一些，可能一开始处理的就是把构图做好，把你要处理的这种场景要拍得比较好看。你是怎样选择，你当时去做一个什么样的，比如像你选一些模式，一些风光或者说是人像模式。

回答：你的意思就是说直接在前期的把它做到最好还是更多靠后期吗？

提问：对。

回答：我如果用单反拍摄的时候，我前期的一些机内设置，比如说光圈，快门调整，不同的人像模式，风光模式，或者白平衡，比较高的白平衡让它偏向暖色调或者比较低的白平衡数值让它偏向冷色调这样的方式，原片其实就有最好的色彩。包括构图，前期已经是把构图调到最准了，所以我后期会大大减少后期不必要的一些麻烦，可能前期直接拍好之后，后期直接稍微提亮一点，或者提高对比度就好了。基本前期把它已经定型了的，后期把它简单调整，而不是把它变成另外一个样子。因为我觉得前期才是最重要的。如果平时用手机拍摄的话，像我开始没有单反相机之前，我也是有大概两年的时间，那时候手机还不适合拍照，用的是比较小的普通的卡片相机拍摄，其实很多功能也没有，但是它不妨碍你创造一些视角，一些有意思的构图，所以比起器材我觉得更重要的是器材背后的摄影人的头脑，哪怕器材很普通，你也可以在前期做一些创意，尽量把光影和构图都在前期完善出来，而不是后期用APP调这种效果，我觉得前期更重要，不仅是照片好看，它对于你来说更是一个，如果你亲自拍到的，我觉得成就感会比后期处理来得更高。

提问：老师你好，我的问题是，有时候我们出去拍照的时候，相片的设置，比如说3×4，或者16×9，你可以建议一下哪一个设置比较好？比如拍自然，拍人像。或者是因为有时候我们是横着拍，或者竖着拍，您可以建议一下哪个比例比较好？

回答：我平时用的是3：2，因为4：3的话有时候可能会稍微有点接近方形，会少一点意境感。但是16：9很有意境，因为有点像电影截图的幅面，但是有时候会漏掉上下的细节，所以我一般习惯的比例是3：2这个比例。

提问：那是不是自然景观，大场景一般是16：9比较好，要是人的话3：2。

回答：其实我一般也是用3：2，但是看吧，如果你想去拍摄一些比如说，你觉得这个照片它非常小清新，你很想用它做手机的屏保，那16：9是更符合屏保的这样的一个比例。或者你觉得这个画面非常有故事感，很像电影的画面，你也可以用16：9让它直接原图就有一种电影感，因为16：9和电影截图是一样的尺寸。

主持人：所以也是根据自己的需求来取景。下一个问题我们交给前排这位年长的女士吧。

提问：刘老师，您好，我非常敬佩您的精神和勇气。我也刚从新疆回来，我也到了（01：44：27），你拍的比我们的更好看。我看到你在（01：44：34）有一个（听不清）的照片，还有你说在那边待了6个小时，零下25度拍了6个小时。我接下来有一个计

划，我想拍雪乡，也有一个零下 20 度，30 度的问题，我看你回到了小木屋以后，相机上都挂满了霜，那它在那边待工吗，不是很冷的时候相机就不工作了，他们告诫我们，我们如果去雪乡的话，把相机一定要贴暖宝宝，然后还要放在大衣里面，我想讨教你这个是怎么弄的。

回答：我不知道您用的相机是什么型号，我自从前几年开始特别喜欢拍雪，第一年去了内蒙拍雪，第二年去了雪乡，第三年去了新疆，连续好几年，基本都是零下 25，零下 30 度的情况。我也像您一样，说一定要准备相机羽绒服，还有防冻的手套，只露出一个指关节，方便按快门的手套，也是买了相机暖宝宝，充了好多好多电，还专门买了防寒电池这些准备。但是我当时发现，其实没有受任何影响，我觉得唯一最多你相机羽绒服我觉得换镜头麻烦，影响成像，最后我干脆完全没有用，但是完全没有受到影响。而且相机电池的使用时间也不太受影响，我基本就拍了 6 个小时，最多用了两块电池，而且没有用完，所以我觉得没有太大问题，我自己用的是佳能的 5DSR，5D3 我都试过，没有太大问题。

提问：我那个也是 5D3 的。

回答：那应该没有什么问题，您可以大胆尝试。但是建议您如果担心这个问题的话，可以尽量多准备几块电池，没事的时候，没有拍的时候不要把它开机，就尽量我们，其实也有一些保护，比如说拍摄的时候，不要把这个相机，就是没有拍的时候，不要把电池直接放在电池里，就放在兜里捂着，在拍的时候再把它装进去。我觉得最主要的问题就是打霜的问题，比如您在屋里有暖气，一出来特别冷，马上就会结一层霜，镜头前面结一层冰花，我觉得比起那个更需要注意一点，因为冰花会伤到镜头。

提问：您最开始的那张挺漂亮的那个星轨照片是怎么拍的？

回答：这张照片稍微有一点复杂，我跟你细说一下。这张星轨是跟我普通其实一般我拍星轨都是直接长曝光，一直长曝光，一般长曝光半个小时，100 感光度长曝半个小时就行了。但是这张星轨想拍出一点花样来，哪几个花样呢？第一，你可以看到这个星轨跟普通星轨不太一样，普通星轨就是白白的，因为我们为了防止光远的影响，想拍出蓝色的天空，我们会把色温白平衡数值调得很低，比如 3000 调到 4000，让这个原片就有蓝色的天空，但是这个星星就会变成白色。但我想拍出一张彩色的星空，首先其实在宇宙当中所有的星星都有不同的色温，有冷色星，有暖色星，有不同颜色的星空，每个星空都有不同的颜色，但是你直接用比较低的白平衡数值拍不出星球的颜色，都会变成白色，我就用自动白平衡，首先用自动白平衡拍摄了这张照片去拍摄了这样的长曝光，但是自动白平衡可以带给星星不同的颜色，但是也会带来不好的效果，就是所有的星空都会变得黄黄的。怎么办？我拍完了我需要拍摄的星空之后，然后用自动白平衡拍完所有带颜色的星空以后，我再用比较低的白平衡数值再拍一张蓝色的星空，然后把它们重叠在一起，这样就可以既保证天空的颜色是蓝色的，又保证星空是彩色的。

第二，其实这张照片我不知道你们远处看不看得到，首先它近处每个星星的尖端有彩色的星芒，这个怎么拍的呢？首先这个照片我不是直接长曝光 30 分钟拍的，而是大概在 30 分钟之内连续拍了 50 多张照片把它叠合成星轨。叠合的目的是，第一，我可以在拍第一张的时候，在镜头前面装一个 20 多块钱的滤镜，叫做星光镜，让所有的星星的尖端变成彩色的星芒。然后拍了第一张以后火速拆下来继续曝光。第二，你们会发现其实这个星星有点像流星雨的感觉，不是前面后面一边粗，而是前面是粗的，后面是细的。这个怎么完成的？我为什么要去拍 50 多张把它合成呢？这是我通过一个特别后期的处理方式让它从尖端变得越来越细。怎么拍呢？我们每一张去拍摄的，比如每一张拍 30 秒，每一张 30 秒拍了 50 多张之后，你们要把它在 PS 里合成一个完整的星轨，怎么样制造出这种由粗到细的变化呢？它在叠合的时候，模式选的是变量模式，它有一个不透明度的选择，我们的不透明度就由高向低，比如不透明度是百分之百，我有 50 张，所以每一张的不透明度就要低 2，比如第一张是百分之百，第二张是 98%，第三张是 96%，一直到最后一张是 0%，这样就能由亮变暗，好像流星雨划过的感觉，利用这样的方式完成，所以它也是经过了好多不同的步骤，最后得到这样一张感觉童话星夜一样的照片。

提问：谢谢刘老师这么无私，完全教给我们。

回答：没事。

主持人：也是借着这个问题我们又获得了一次非常好的干货的分享。下面还有哪些听众。

提问：平时在旅行中抓拍怎么抓拍？

回答：不要吝啬快门，多拍，总有那么一张是好的。抓拍之后，像我刚刚说到的有些问题，比如构图不太准，您需要后期去裁剪，让你的构图达到最精准。最关键的是，其实你抓拍的时候，你自己也不是盲目的抓拍，你自己要有一个大概的想法，你要大概先想一下你想表达的目的是什么，你想表达的主体是什么，有这样的思路在。我觉得抓拍最容易犯的问题是，你有的时候光圈快门来不及调到最准确，有时候过曝或者欠曝，可以先用 P 档，一般我自己平常拍照是 M 档，因为可以更精准地达到我要的饱光，但是抓拍建议用 P 档，可以抓拍得更精准，让你不会出太大的问题。

提问：谢谢。

回答：不客气。

主持人：最后一个问题给中间这位女生。

提问：摄影师，你好，是这样的。刚刚听了您的分享以后，觉得确实收获挺多的，我就是一名普通的摄影爱好者，我想请教一

下，您刚刚提到很多在摄影过程当中的构图问题，照片的话，如果是人像摄影的话，其实人本身也是很重要的一部分，像我们如果平常出去旅游的话，很大程度上模特就是自己，其实你刚刚在讲座过程中也提到了人像摄影如果，比如模特有各种各样的（01:53:40），你可以采取大场景，小人物的方法。另外那样拍人的话，对模特本身，不知道该摆什么姿势，或者不知道采取什么样的方法能够拍得更好的时候，对于模特本身您会有哪些好的意见呢？

回答：我来找一找。

主持人：这也是很多女生的困惑，因为我们不是专业的，在面对镜头的时候就会双倍紧张。接下来我们看一下刘雯老师在我们大家都会面临的问题面前有什么好的建议。

回答：首先我觉得需要选择跟这个场景和情绪符合的模特，比如说先要预判你想拍的场景是喜悦的，悲伤的。如果选择喜悦的就选择萌一点的。如果选择悲伤，可能选择气质温柔一点的模特，这个模特的气质一定要跟你想拍的主题是对应的。你作为摄影师需要多看一些好的图片，然后对模特的动作设计自己有一个大概的概念，就是自己知道有哪些动作，当模特不知道怎么摆的时候，如果你能亲自上阵给她示范，因为你最知道自己想要的画面，如果能自己亲自上阵是最好的。每个女孩我觉得，哪怕是再平凡的女孩子，她一定有最漂亮的一面，像我的很多模特最开始都是我身边的好朋友，并不是专业的模特，你作为摄影师需要发觉她最好看的一面，用你的镜头表现出来，比如45度角等等，多表现她这一面。最重要的是，一般你拍一组人像的时候，前面一百张拍废是一定的，因为模特需要一个状态，一个过程去进入状态，她可能会非常紧张，前面可能会拍废，但是你需要鼓励她，需要告诉她，你这个角度特别好看，多给我点这个角度，这个过程中你夸奖模特，首先她会更有自信，她也会知道自己哪面最好，然后更放松，在你的镜头里给你更多的这样一些角度的表现，这个照片是我朋友帮我拍的，我说这个酒店特别好看，能不能帮我拍一个比较唯美的照片，她拿手机拍了这张照片，拍成这样。手机的等效焦距是35mm，她拍完之后我说你拍得太写实了，把我这个短粗感拍得太一览无余，我说你就不能把我拍得白富美一点吗？她说好，然后她在原地换上了1635这支镜头，用了16mm的广角端再拍摄。然后两张照片没有身材上的任何PS，但是因为换了一个镜头就可以看到从这个霍比特人到长腿女神的转变，瞬间变长腿。就是因为超广角镜头它有一个特性，除了可以把鼻子拍长，它还可以把腿拍长，因为它有把这个画面拉伸的这样一个效果，所以越往边缘摆就会显得越长。所以女生自己当模特其实都是有一些小心机的。比如拍坐姿，一般我们都是正襟危坐，看起来比较正常，有没有在这种情况下把腿拍得长一点？镜头没有任何变化，但是我们的坐姿可以稍微调整一下。广角镜头是画面把边缘拉伸，所以你就可以尽量把腿往旁边伸长，就是这样小的动作的改变，你可以拍到更长的腿。包括站姿也是一样的，这张照片我朋友把我拍得像1.4，因为首先我的站姿非常正常，就是直接站的，其次，她是俯拍的，把腿拍短了。怎么办？同样的镜头，但是首先我让她蹲低一点，这样去仰拍。仰拍之后就立刻变成了一米八，就把腿拉长了。第二，有一个动作的变化，你可以把腿尽量向镜头边缘去伸长。所以女生们这样的小动作，如果里拍照的时候这样一个小动作非常帮助你。向边缘伸长之后，广角镜头把你拉伸就会有这么一个长腿的效果。其实也是一个小小的心机，所以，大海啊，全是水，这样拍出来的妹子全是腿。还有，如果你的模特会一些舞蹈动作她也是拍照非常好的一个利器。包括如果你的模特非常可爱，你可以拍一些表情特写，比如忧郁的表情特写或者很萌的表情特写。包括有时候你不一定要拍全景，有时候可以拍一些模特的细节，比如腿的细节，包括这个嘴唇和背上的纹身这样的一些呼应，局部优时候反而能带来更多的诱惑力，所以这些是一些思路，你需要多看一些好的照片，然后给自己积累灵感，然后在你的照片当中把它用到。

提问：谢谢，受益匪浅。

回答：不客气。

主持人：感谢刘雯老师带来的既非常专业，又很接地气，让每个人都可以借鉴的这样一场讲座。我们现在已经是关于摄影主题近期的第二场讲座了，今年我们一共有29场讲座，其中六场在上海举办，大家也可以看一看手中的折页，扫描一下上边的二维码，关注公司的微信号，就可以持续关注今后跟地理有关的考古、摄影、探险等相关的主题讲座。再次感谢刘雯老师今天的到来，也感谢在座听众的积极参与。我们今天的讲座就到此结束。希望我们下期再会。

刘雯：谢谢。