

# 摄影征稿的拍摄技巧与主题创意的交流（图）

文/大陆大法弟子

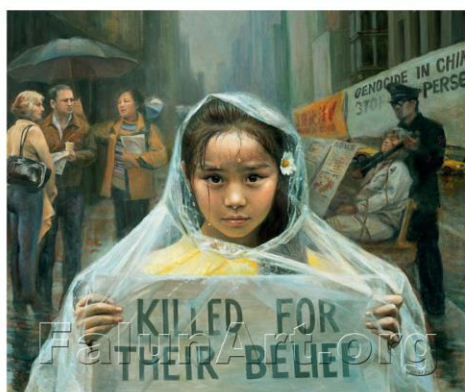
## 一、明确主题

首先，不建议大陆同修为参加摄影征稿专门去买高档相机，利用手里的相机或手机拍摄即可，纯净的用心加上一些摄影技巧，即使普通相机甚至手机也能拍出杰作。

拍摄很重要的是主题、创意、构图、色彩搭配和对比等画面表现与拍摄技术，要带领观众以怎样的视角来了解大法弟子无私无我证实大法、慈悲救人，世人明真相本性回归、善言善行的这个过程，记录好这些珍贵的历史镜头，留给未来感人的瞬间。多看一下购买相机时赠送的说明书与教程，学会基本的校正、剪切图像的方法，及光圈、快门、曝光的设置，多看专业摄影作品并亲身实践，会很快提升技术，展现专业水平。

拍摄前要先明确所表现的主题是什么，围绕这个主题去构思场景、光线、构图、动作、对比、色彩搭配及一些道具等。比如《我们告诉未来》中大陆大法弟子炼功、生活与包装真相资料的片段，表现了大法弟子在艰难环境下救人的坚忍、质朴和用心救人的无私与勇气，朴实感人。我们也可以表现不同阶层不同环境下的救人场景。

摄影是一门艺术，源于生活，也要高于生活，可以善用一些摄影技巧，多做一些构思和准备，使主题明确，使光影色的画面呈现更成熟、完美，使观者如身临其境，受到触动或启迪。摄影与绘画有相通的地方，可以看看真善忍美展和一些中国画如何表现主题。真善忍国际美展的绘画具有强大的正的能量，可以穿透人的内心。下面对几幅画的一点粗浅的个人理解，不一定对，仅供参考。



《雨中 (纯真的呼唤)》



《抄家》



《为什么》



《忍》



《横幅》



《摆位图》

美展有些画面内和画面外的交互，使画面延伸，富有张力，比如《摆位图》中穿黄袈裟向内挥手、向外看的佛的神态，及《为什么》中被铐伤带锁链的双腿，会让人联想画面外的内容。《为什么》中小男孩的神情、动作让人心碎、落泪，无声胜有声，具有很强的感染力，真实再现了邪党迫害法轮功学员的残酷成度。《摆位图》打破人固守表面空间的狭隘、僵化的观念，扩展人的思维，使人明白信仰的力量与内涵，相信善恶有报，升起对神佛的敬仰。

《横幅》中，对角线放置的编筐与针线筐的大小、明暗的对比，增加画面的韵律与节奏美。简洁、质朴的场景，明快、温暖的色调，使画面舒适和谐。大人与孩子造型的呼应及动势捕捉，使画面生动，让人联想画面背后的故事。

《忍》中，人物表情坚毅，望向远方，黄色帽遮的帽子，从色彩上使画面更暖，构图上更美观舒适，增加立体感，人物的帽子、面部、围巾的暖色，与背景的冷色形成对比，突出主体。酷刑图是单色调，简化色彩，“STOP”用暗红色突出，将观众视线从人物面部引导到展板文字上。人物垂直，展板与背景的栏杆反向倾斜交叉，使画面稳定平衡，又富有动感，凸显海外大法弟子顶风冒雪、慈悲救人的坚忍、岿然不动。

《抄家》中，布娃娃、幼童、女学员及墙上的“真善忍”条幅形成对角线构图，引导视线，富有动感，色彩明亮，饱和度高，与抄家的恶警（即配角）形成对比。恶警的眼神、动作，刻画出其内心的贪婪、愚蠢、暴虐，翻到真相光盘的恶警象发现新大陆般向上级汇报，而其上级完全沉浸在掠夺现金、首饰、手表的贪婪的兴奋中。拽住女学员的两个恶警分别看向两边，引导视线，也使观众的目光聚焦在女学员身上，女学员与恶警的神态动作形成鲜明的对比，她没有被抄家的恶警带动，没有任何怨恨、气愤或恐惧的表情，而是用慈悲祥和、温柔平静的目光看向孩子，孩子在恶警的无视中，奋力抱住一本《转法轮》抬脚迈向观众，其天真无邪的神态、动作透视出孩子纯净的内心，惹人怜爱，吸引住人的目光，净化人的心灵，也带给人希望。《转法轮》书与孩子周围的能力场很大，寓意着在神佛的护佑下，虽然历经磨难，但正义终将消毁邪恶，布娃娃一个倒着，一个立着，也是对此的呼应。

《雨中（纯真的呼唤）》很受大陆同修喜欢，小女孩是稳定的三角形构图，她的眼神和表情、头上的雨滴亦或夹杂汗水、前景背景的交互呼应等，都非常吸引人，给人呼之欲出的感觉，能引起人心底的共鸣。她头上的雏菊不仅装饰和丰富画面，使画面灵动，又和她左下侧大块的黄色衣服形成色彩呼应和面积对比，增加韵律，平衡画面，也使寓意更明显，是对被邪党迫害致死的大法弟子的悼念，也象征孩子坚定而纯洁的内心世界，花也带给人希望。

## 二、海外拍摄

人们都喜欢看小孩子，天真烂漫、纯洁无暇，不经意的一些表情和动作非常稚嫩、有趣、可爱，平时可以抓拍一些小同修炼功或随大人讲真相时很自然的可爱画面。青年人青春活泼，朝气蓬勃，让人羡慕；常人熟悉的名人，人们会觉的亲切；年龄特别大的老年人，慈眉善目的很慈爱，让人有踏实感、信任感，这些都可以拍摄记录并附加故事。





上图中，男士的炼功图也可以多拍一些，下图第一排第一张海边打坐那张挺好，看着很放松，场景让人心胸宽广，只是个人觉的裤子看着不那么舒适，衣服还可以再稍正式一点，可能更好。第二排第一张就很好，色彩搭配和谐，服装看着既舒适，又不随意。她右边那两张，年轻人会很喜欢。类似第二排最后那张，是大陆人，可能不少人认识，形象上又给人稳重可信的感觉，若拍炼功照也很好吧。

第一排第二张，本来挺好的，只是光线有点暗，曝光没有调，最主要还是打坐的台阶太窄，给人不安全感，不象第一张的对面岩石很开阔，很稳定。

第一排第三张，天空留白太少，背景有点乱，不够简洁，而且这种俯拍给人感觉不太好，象第一张那样类似平拍比较好。

第一排第四张，海面起伏给人不平静的感觉，沙滩也可以平整些，才更符合打坐的宁静、祥和的气氛。沙滩和海面色彩搭配挺好的。

现在大陆小孩很少，都喜欢看小孩子。第三排第一张拍的很好，文字应用“法轮大法好”吧。第二张小会员图，看起来是手机放在地上仰拍的，可以提升拍摄对象。

烛光静坐时，蜡烛柔和的橙黄色暖光源离面部近一点，会照亮脸部，效果会很好，还可以从侧面打一点蓝色的冷光，形成冷暖对比。若逢有雨水的地方或仰拍时，可以用透明塑料膜或玻璃片罩在镜头上保护镜头。地面有水的地方，可以善用水中的倒影，或利用环境背景中灯光的光影效果，使色彩斑斓绚丽，增加画面空间感和层次感。还可以

利用镜面反射，利用轮滑鞋等来拍摄游行。如果拍小孩或鸽子，手机可以立放在地上。注意抓拍一些精彩、感人的表情动作，或有气势的镜头。

人物离背景稍远，镜头离人物近一些，对人物聚焦，可以做浅景深，合理取景并控制景深，利用近、中、远景别打造空间层次。注意构图稳定、平衡，大小、色彩、亮度、冷暖、虚实的对比与平衡，营造秩序感与节奏感。善用汇聚线的聚焦效果，尝试不同机位和拍摄角度，注意色调的统一和谐。

### 三、大陆拍摄

同修在室内制作书籍、资料、条幅等场景，资料与用具摆放保持干净、美观、大方，资料搭配错落有致，配色和谐，比如色彩冷暖倾向多数一致，画面有一主色调，或按赤橙黄绿蓝青紫次序排列，明度上按白灰黑次序排列；也可利用“减法”处理，从画面中挑出不和谐的干扰元素，或减小对比色面积，“万绿丛中一点红”等。还可拍摄室外的真相粘贴、悬挂的小条幅、小纸贴、小挂件等。

大陆同修要注意安全问题，避免摄入人的面部和背影，注意遮挡设备编码型号等信息，包括整叠的钱币的正面编号，还要避免反光材料泄露个人信息。避免摄入一些个性化的家具图案和装饰、本地特有的设计花纹、图案、手工艺品，尽量用普遍的大众化的元素和网上发表的材料。若拍摄一些自制的设备，比如做台历、书籍、条幅等所用的工具，可以在拍摄后将自制设备换喷其它颜色的自喷漆。背景可以用普通的布帘、白纸、地革遮挡、铺垫。

如果穿着日常不穿的普通服饰，可以拍手臂在配合打印、分拣、装订、裁切、装箱或制作条幅等的动感瞬间（手上可以戴薄手套），增加带入感，让观众有切深体会。有时受条件所限，找不到合适的拍摄角度，可以在对面加一面镜子，利用镜面反射拍摄，或同时拍摄实物与镜子或玻璃里的成像，增加空间感（避免人物映进去）。如果戴发套或帽子，并注意服饰，有的场面拍背影也行。手机或相机拍摄使用的储存卡，过后要用天地行论坛的 TC 擦除工具等擦除一下。

也可以尝试逆光拍摄，色调柔和温馨。尽量避免在中午的强光直射下拍摄。如果光影平淡，可制造投影，增加画面艺术感染力。当弱光拍摄时，增加射入室内的几缕光线，会别有意境和寓意，可以利用树枝、镂空的纱帘、做成百叶窗似的纸板等来遮挡光线，用强光照射，增加光影效果。还可以透过某物体的边框拍摄，或透过树枝等做为前景造型，此时可对焦主体，虚化前景和背景。还可局部特写拍摄、剪影拍摄，利用前景的高光点做白色光斑效果等。若晚上只用台灯或蜡烛打光，对前景打光后背景会暗下来，形成明暗对比。

尽量弱化并简化背景，使主体突出，成为观众视线的焦点。主体选择也不宜多和杂，设计讲究的分组、对齐、重复、对比，可以参考。还要注意构图、色彩对比与搭配、光影对比、空间层次还原、色调和谐等。

以上个人看法抛砖引玉，同修们会想到更多更好的办法和创意。

关于摄影征稿的尺寸，A4 大小是 210mm×297mm，长宽比例要比 2：3 更方正一点，比较美观，分辨率 300ppi，像素大小就是 3508×2480。不少相机的最大尺寸是 3840×2160 或 4096×2160，即 800 万像素，应该都是可以的。期刊上所用的图片，有些是 A4 的一半或更小，那么若为构图需要，或手机拍摄时，图像尺寸小一些，或为规定尺寸的一半，若拍的好应该也可以。

下面从一些同修的摄影中挑选几张做演示，大多都是合成图，只是演示构图与光线。



摄影是不能修图的，拍不好只能从新拍，但可以在相机里调曝光、白平衡、镜头畸变等。









最后这张下方留白太少了。