现代北京 2021.11 / 总第74期

BEIJING PHOTOGRAPHY 北京摄影

内部资料性出版物准印证：京内资准字1121--L0071号

编印单位： 北京摄影爱好者协会
发行对象： 北京摄影爱好者协会会员
印刷日期： 2021年11月
印刷数量： 2000份 (内部资料 免费交流)

11月7日，恰逢立冬，京城普降瑞雪，喜迎即将开幕的2022年北京冬奥会。（**陈冲/摄**）

雪后的北京不只是北平

今年，北京的雪下得特别早。刚进入11月，便迎来了一场大雪。片片雪花从天而降，似乎为北京穿上了一件宽厚的白色绒衣。相比平常视角，北京城顿时多了一份童话色彩和冬的乐趣。

冬季虽冷，但人们喜欢雪，因为雪是好兆头，常言“瑞雪兆丰年”。孩子们也喜欢雪，因为雪意味着打雪仗、堆雪人，这份快乐是电子游戏无法取代的。有情趣的人说，雪后的北京变成了北平，话语中蕴含着对这座城市的无限深情。

北平到底什么样，只有亲身经历过的人才能说得清楚，后人只能在影视作品或摄影作品中去体会。未必全面，但下雪的北平一定有胡同里深深浅浅的脚印、四合院里若隐若现的灰瓦屋顶，也一定有被白雪映衬得更加耀眼的紫禁城、好似一望无边的天坛。也许，还有铜锅上热气腾腾的东来顺、沿街叫卖的烤红薯，甚至码放得整整齐齐的蜂窝煤。

但，北平已经是历史。如今，我们在雪中看到的是北京，是一座历尽沧桑岁月、飞速发展的现代化之城。雪中的景象，虽然少了几分宁静的文气，却多了太多繁华与鲜活。从前雪中街上的行人寥寥、雪后的扫帚印、灰袄中紧缩的双手，变成了如今雪中更加繁忙的城市交通、现代化的除雪设备、各处拍照的人们，甚至是踏雪寻梅的情趣。可能，北京就是一座这样的城市：放之历史，足够威严和厚重；放之当下，总是不断地给人新的认知和感受。这也是北京这座城市的魅力。

我们今天盼望着雪落北京，在很大程度上也是盼望着2022年北京冬奥会的到来。继2008年北京成功举办夏季奥运会之后，创建全球首座“双奥之城”不仅是北京的梦想，也是北京市民的骄傲。但在北京即将举办冬奥会的背后，我们却可以通过两个重要的细节，来感受北京的现代化发展思维与成果。首先，是苛刻的自然条件，尤其是高山滑雪等项目对山体海拔落差的要求。关于这一点，京津冀协同发展提供了完美的答案，而这一发展战略正是北京构建发展新格局的智慧体现；其次，冰上项目要求人工造冰和适量的场所，这等于提出了财力方面的要求，而北京完全具备这个能力，一座座崭新的体育场馆已经准备就绪。另外，自北京携手张家口获得2022年冬奥会举办权之后，三亿人上冰雪不断成为现实，北京市民展现出了极大的热情，反映出了北京建设新时代中国特色社会主义现代化的精神力量。

一场雪，是北平的再现，也是北京现代化发展的放大镜。我们从中看到和感受到的，有北京的历史，也有北京蓬勃发展的现状和丰硕成果，更有中华民族伟大复兴的中国梦不断成真的美好未来！

顾问：张西林 / 责任主编：齐闯 / 责任编辑：周山杉 / 美编：段芳 / 电话：64172387

活 动

“最美共青”主题摄影作品征集活动圆满结束

由北京市共青林场管理处、北京摄影爱好者协会、北京绿化基金会共同举办的“北京市共青林场‘最美共青’主题摄影作品征集活动”于2021年11月19日正式落下帷幕。本次活动共征集3500余件作品，经过评委的多轮评选，最终选拔出200件优秀作品。入选作品兼具美观性、实用性与代表性，从林场建设、林场风貌、全民义务植树，到人与自然和谐共生等，利用摄影语言和技巧充分表现和诠释了共青林场的阶段性发展成果，描绘了林场诗画般的意境与生动的人文环境，展示了林场的生态文明内涵与绿色发展理念。

北京市共青林场始建于1959年，现森林面积1.6万亩，森林蓄积11.3万立方米，森林覆盖率达85.5%，主要分布于潮白河两岸，是北京市最大的国有平原型生态公益林场。共青林场的成立与发展，为潮白河流域的风沙治理和生态环境改善起到了至关重要的作用。未来，共青林场将举办更多具有影响力的活动，宣传首都绿化成果，推广全民义务植树，为新时代首都绿化工作增光添彩。

掩映（龚跃贤/摄）

京郊大氧吧（吴超英/摄）

林中秋色（裴桐年/摄）

林中小路（徐文辉/摄）

林地秋色（安湘庭/摄）

除草作业（柏恩惠/摄）

人工护林（池淳/摄）

秋的美容师（张莲花/摄）

专 题

见证新丰台火车站

文/摄 张齐

一丝不苟

我，一个出生、成长、生活、工作都在丰台区的六零后，从小到大见证了丰台区的发展变化。特别是丰台区的交通，在北京有着不一样的重要地位。全国多条高速公路的起点就在丰台区，两大火车客运站北京西站和北京南站也坐落在丰台区，另外还有一座具有百余年历史的车站——丰台火车站。丰台站曾经是一个集客、货、运、装为一体的综合性车站，也是通往京山、京沪、京广、丰沙、京原、京九等主要干线的咽喉要道。

印象中，老丰台站坐落在正阳大街，道路狭窄，拥堵不堪，公交车只有一趟335路到达。为了适应城市发展，满足市民日益增长的需求，2010年6月丰台站停止办理客运业务。2018年6月，新丰台火车站开始建设，位于老车站东约1.5公里位置，设计方案采用车场分层高架布置，首开世界铁路车站设计的先河，共有17台32线，将形成“顶层有高铁、地面有普速、地下有地铁”的立体交通运营模式。

历经三年多的时间，如今丰台火车站改建工程联调联试已经正式开始，车站开通运营指日可待。新丰台站的建设，预示着百年丰台车站进入了一个新的时代，首都北京的现代化发展也增加了一项新成果！

最后冲刺

高铁站台厅

烈日下

军人情怀

浇筑

紧张有序

防疫不放松

捆扎

视 角

敬畏生命 医者仁心

文/摄 王红卫

2019年底，新冠肺炎疫情的突如其来，打乱了人们平静的生活。在近两年的时间里，疫情不断反复，给国家、社会、医生，甚至是每一个人都带来了的挑战。钟南山院士曾说："选择医学可能是偶然的，但你一旦选择了，就必须用一生的忠诚和热情去对待它"。在疫情反复的这段时间里，我拍摄了很多新作品，并重温了往日留下的诸多瞬间。透过这些影像，我再次深刻地感受到了医护人员对生命的敬畏和医者仁心。

急诊科的号令

来急诊的大部分病人都是急的，有头出血的、心脏不舒服的，还有呼吸不顺畅的、发高烧的、外伤严重的等等。他们的到来，对医护人员来说就是号令。说是冲锋，也不为过。快速处理、迅速抢救，一切都离不开一个"快"字，拼的也是一个"快"字。在我的镜头里，急诊护士有"四忙"，分别是手忙、眼忙、腿忙、嘴忙。在急救的过程中，那种令人紧张的气氛常让人觉得透不过气来，可是在医护人员的眼中，只有抓紧每一秒。

ICU的陪伴

ICU，即重症医学监护室。这里的病人，大部分都是生命垂危的患者，病情严重到需要每一分钟的监测。在ICU里，是没有家属陪护的，只有护士们在患者的身边。每当监测仪发出不同寻常的声音，护士就会马上冲过去，针对血氧饱和度、血压、呼吸、脉搏等给予药物的调整，或者相应的治疗。在监护室里，他们从早到晚不停地摆药、输液、吸痰、抽血、翻身、换尿布。如果重症患者需要抢救，更是一片无法想象的繁忙景象。在很多双手的通力合作中，是对生命的尊重和敬畏，也是只要还有一线希望，就决不放弃。

产科的啼哭声

产科是我最喜欢拍摄的一个科室，因为这里是迎接新生命的地方，声声啼哭给人希望。一个个新生儿从这里出生，开始迈出人生的第一步。每当我下班后，总会跑到产房去拍摄我亲爱的产科护士们，记录她们的工作状态。她们中大部分都是80后、90后的独生子女。褪去了被宠爱和娇惯，取而代之的是专注的眼神、扶助产妇的小心翼翼，还有对疼痛产妇的温柔抚慰。其实，在迎接新生儿的过程中，她们的内心都是高度紧张的。因为每个新生儿，都涉及到两家人的快乐，不能有任何闪失。当一个新生儿出生后，护士会及时记录时间、包裹、对姓名、清理口鼻中的羊水和皮肤上的油脂。包裹好后，称体重、印上新生儿人生中的第一个脚印。面对新生儿，她们的脸上都是喜悦。

发热门诊的坚守

2019年底，疫情爆发后，发热门诊成了医院的重中之重。当时正值春节，医护人员们放下了对节日的期待，每个人都坚守在自己的岗位上，一边紧张地工作，一边自我调节着心理压力。他们的心中只有一个意念：严格防护，控制疫情！在那段时间里，厚厚的防护服、憋闷的口罩、充满哈气的防护镜，是他们每天的标配。因为当时防护用品缺乏，他们不能更换，甚至使用上了纸尿裤。晚上，很多人就睡在椅子上，一身的疲惫。但当他们睁开眼睛，又像战友一样互相鼓励、互相加油！随着疫情的缓解，越来越多的手术患者要求住院了，医院开展了大规模的核酸检测和一人一室一消杀，负责的医生越来越忙。在摘下口罩的一瞬间，深深的勒痕是她们最美的印记。

著名思想家爱默生曾说："只要生命还可珍贵，医生这个职业就永远倍受崇拜"。在医生和护士的世界里，崇拜从来与他们无关，只有"仁心"才是永恒的存在。

视 角

以竟为床

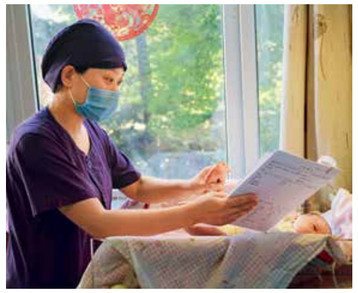
一丝不苟

悉心照顾

快乐团队

齐心协力

生命之托


幸福足迹

最美身影

战友加油

无所畏惧

通力合作

每人必消

勒痕之下

温馨一刻

影 人

胡利明：退休后我爱上摄影

文/摄 胡利明

吃苦耐劳和目标明确是军人的精神品质，作为一名职业军人，退休后的我想继续为社会做一些贡献，同时也想丰富一下平淡的生活。于是，我选择了摄影，用相机发现美、记录美、宣传美，弘扬社会主旋律，传递正能量！

“小白”启蒙

我刚拿起相机学习摄影时很茫然，没有具体的拍摄题材和思路，见什么拍什么，拍出的照片没有层次感，缺乏意境。外出拍摄时，大部分时间也是跟在有经验的摄影老师身后学习，遇到不懂的问题就虚心请教，晚上回到家再看书研究。就这样一段时间过后，我从摄影“小白”，到对摄影有了初步的了解，明白了摄影和照相的区别，从而迷上了摄影，正式开启了我的摄影生涯。摄影让我既锻炼了身体，又结交了朋友，愉悦了身心，也有了一些自己满意的作品。有时在拍摄中，担心错过精彩瞬间，经常是到了饭点儿在拍摄现场随便吃点零食垫肚，为的就是能出几张好片，这就是我们摄影人的乐趣，累并快乐着。

“选题”确定

拍摄水平有了一定提高后，我把拍摄方向主要定在了身边老百姓的生活碎片上。背着相机扫街成了我的日常，在公园、胡同、商场、工地等拍下了一幅幅动人的画面，用相机记录了世间百态。

加入北京摄影爱好者协会后，通过参加协会组织的摄影活动，我对摄影选题也有了进一步的认识：一是要坚持文艺“为人民服务、为社会主义服务”的方向，关注社会的发展变化和时代的变迁；二是要注重思想的表达。摄影技巧赋予了作品良好的视觉感，但作品的思想性更为重要。摄影反映着人们的人生观、价值观和世界观，一幅作品之所以能够流传于世，一定是对当下社会发挥了非常重要的思考作用；三是要关注自己身边的生活。生活是摄影创作的源泉，也是优秀作品最好的胚胎；四是寻找独特的视角，就是我们常说的“摄影眼”。莎士比亚说，一千个人眼中有一千个哈姆雷特。换个角度看世界，就会看见新的世界。

“成绩”汇报

回首自己短短的摄影经历，从一个摄影“小白”开始，刻苦学习，努力实战，一直坚持着对摄影的追求，相机成了我形影不离的好朋友。身边有趣的人和事，日常的人文和自然风光等，时时刻刻带给我创作的灵感。随着拍摄水平不断提高，我的作品也开始陆续见报并荣获了诸多摄影比赛的奖项。其中，“金色列车 世界名片”和“火红的年代”分别在“爱北京 照北京”群众摄影比赛中荣获了三等奖和优秀奖，在首都博物馆展出。成绩虽然不是很突出，但对于退休后才开始摄影的我来说是莫大的鼓励，让我有了更大的创作动力，也更加感觉到摄影给我退休生活带来的快乐是何其珍贵。

摄影最显著的功能和作用是记录当下发生的事件，定格时代的特征。拍一张照片看似简单，按下快门即可，但背后却需要很大的耐心，所以孤独和坚持都是摄影人的常态。同时，照片也是摄影人感情的表达，是观点的呈现，只有这样才会引起读者的共鸣。

苍鹭起舞

快乐的环卫工人

丰收的果实

父爱如山

迎着霞光起飞

国庆之夜

没有共产党就没有新中国

图 说

以“触及”为主题的2021秋冬中国国际时装周在北京751D·PARK拉开帷幕，为市民带来了一场视觉盛宴。（任兴立/摄）

由平谷村民兴办的华东乐器厂，年产提琴数量占全球份额的1/3，远销世界多个国家和地区，奏响了种田人的致富音。（任振朝/摄）

亦庄经济开发区的一家书店里，市民从寒冷室外走进温暖书香，在各自喜爱的区域里阅读、选购，享受周末时光。（覃世明/摄）

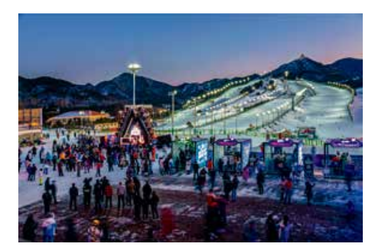
为庆祝建党百年，东城区举办了“奋进新时代”胡同音乐会。通过国家级专业院团对经典红色歌曲的精彩演绎，讴歌党的百年奋进历程。（张传东/摄）

中国科学院院士、中国月球探测工程首任首席科学家欧阳自远走进北京二中为师生作《向太阳系的星辰大海挺进》主题演讲，并观摩学生的人工智能机器人科技作品。（周良/摄）

王府井商街李宁体育用品专卖店，有一支粉丝自发组织的长跑队，每天围着王府井周边跑一圈儿，成为了商街一道靓丽的风景线！（楼华娟/摄）

朝阳区第三届邻里节上，工作人员装扮成古代铜人和垃圾分类人偶，通过这种方式提醒市民“垃圾分类人人有责”。（康书旺/摄）

冬月里，身穿旗袍的模特队来到大观园秀起了猫步，引来众多游客的围观和喝彩！（樊功厚/摄）



周末时光，市民纷纷前往滑雪场，体验夜场冰雪的乐趣，提前点燃了北京冬奥会的热情。（陈振海/摄）

综　合

风光摄影的九大技巧

大景深　多数情况下，摄影者希望照片中近景到远景的各个元素都是清晰的，但现在的数码相机由于取景的需要，光圈会一直处于全开状态，只有在曝光瞬间光圈才会收缩至设定光圈。好在很多数码相机具有景深预测功能，可以在取景器中观察景深效果。

体现意境　成功的摄影作品往往很有意境或气氛，甚至带有一些戏剧色彩。所以，拍摄可以尽量选择在天气多变的时候进行。例如，雾气缭绕、暴雨将至时都可以赋予景色无限生机，这也是我们拍摄风光作品的绝佳时机。

寻找线条　风光摄影中线条的使用非常必要，因为线条能够吸引读者的注意力，增强画面的纵深感。尤其是对角线的线条，更能起到带入作用。而影子或波纹等元素构成的不规则线条，则能很好地增强画面的艺术效果。

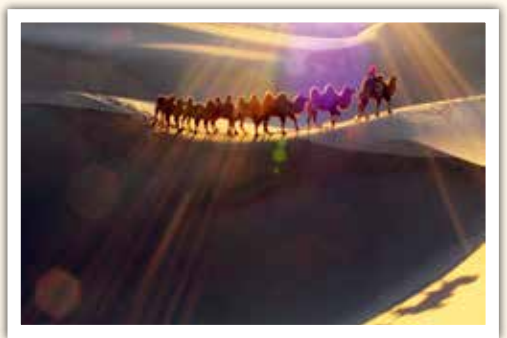
突出前景　风光摄影中，突出前景是常用的一种拍摄技巧，它有助于表现画面的纵深感。在照片中突出前景，也有助于吸引读者的视线，把读者带到画面中去，能有效增强照片的艺术效果和视觉冲击力。构图时，各种自然元素和人为元素都可以用作前景，例如岩石、花草、树木、墙壁、栅栏等。如果要尽可能大地突出前景，就需要使用广角镜头，例如28毫米焦距以下的镜头。需要注意的是，在拍摄这类照片时光圈一定要收小，以获取较大景深。

剪影效果　剪影效果能给人耳目一新的感觉，而且拍摄起来也相对简单，非透明物在明亮背景墙前拍摄，就可以呈现出物体的轮廓。拍摄时，可以选择外形有特点的树木、桥梁、建筑、人物，在日出或日落时以太阳光为背景进行拍摄。当水面有很强的反光时，也可以作为背景拍摄水面的小船、岸边的垂钓者，都可以形成很好的剪影效果。拍摄剪影照片，曝光控制比较简单，将拍摄模式设置为光圈优先，以想获取的景深为依据，设置光圈值就可以进行拍摄。

增强动感　流动的溪水、风中的树木等动态元素，可以用慢速快门拍出肉眼无法看到的视觉效果。如果拍摄瀑布，曝光时间可以尝试1秒至4秒；如果是黎明时拍摄水流或树木，曝光时间可以设为十几秒至几十秒不等；甚至可以在夜晚拍摄星辰运行的轨迹，曝光时间需要设为几个小时。在设置曝光时间的同时，请一定注意要有合适的光圈值与其匹配，以获得准确的曝光。有时，为了增加曝光的时间，我们需要一只合适的中性灰滤镜（ND滤镜）配合拍摄。

侧逆光拍摄　摄影是用二维的形式来表现三维空间，为了增强画面的立体感，利用侧逆光拍摄是个很好的办法，可以增强画面的空间感。使用“寻找线条”和“突出前景”的方式虽然很有效，但光线的运用也一样重要。相比顺光拍摄，侧逆光拍摄出的照片三维效果更强，阴影的出现有助于展现物体的质感和形状。特别是清晨或黄昏时，效果尤为突出。

在黎明或黄昏时拍摄　黎明和黄昏是拍摄风光的最佳时机。日出之前的景色非常迷人，橘红色的光辉从地平线向上射出，使天空和水面都有了不一样的效果；黄昏时分，微弱的夕阳光会从云朵间穿出，让天空绚烂无比。无论在日出前还是黄昏时拍摄，都要提前架好相机，因为可以拍摄的时间非常短暂。拍摄时，可以通过曝光补偿，减弱两档左右的曝光，以达到更佳的效果。



创造性利用眩光　一般我们拍摄时会避免眩光的出现，但有时眩光反倒可以增强画面效果，特别是拍摄沙漠或雪景时。获得最佳眩光效果，有五点要注意：一，镜头和滤光镜的干净清洁；二，将镜头光圈调小以获取最佳造型的眩光；三，广角镜头拍出的眩光效果会更好；四，摘下遮光罩；五，尽量不要在强光下正对太阳拍摄，防止灼伤眼睛和损坏相机感光元件。