

摄影沙龙

心有光影
目皆风景

梁铭文图



对于摄影爱好者来说,摄影的真谛并不是一味奔赴远方追逐奇景,而是学会以全新的视角在生活中发现光影、提炼故事,让一个个瞬间成为承载情感与记忆的永恒。

摄影真正的核心,是在烟火日常里寻找“会发光”“有温度”的故事。同一条老巷、同一棵古树,在不同的光影时段、不同的天气条件下,画面环境气质会截然不同;人物的出现与否,也会让画面从呆板变得生动,从平淡变得有温度。光影的明暗反差、方向变化,会为平凡场景赋予独特的立体感和情绪张力,这正是我们需要用心体会的魅力。

注重微小细节的观察与捕捉,往往能定格动人情节、折射感人故事。一双布满老茧的手、斜阳下忙碌的身影、街头相互搀扶的老伴,或是青石路面在光影里留下的岁月纹理,这些极易被忽略的片段,恰恰是最真实、最有力量的“生活注脚”。对我们来说,与其刻意追求宏大场面,不如沉下心留意身边细微之处,用镜头记录岁月沉淀的气息与温情。

在摄影中,人物情感的表达尤为重要。有人说,摄影是内心感受的视觉翻译,这句话十分贴切。画面色调的冷暖、光影的强弱、构图的松紧,都在无声传递情绪。人物的喜怒哀乐,最直白、也最易引发共鸣。拍摄时不妨多与被摄者交流,捕捉其自然流露的神情与动作,让作品“形神兼备、情影同框”。

想走出摄影拍摄的俗套,首先要打破刻板视角。常规平视多显平淡,稍换机位,便可能找到全新的视觉体验。拍一棵大树,平

视角度拍摄看到的只是一棵树;贴近树根仰拍,树干向上延伸,画面便充满力量与象征;若使用无人机俯拍,大树则化作大地间简洁抽象的符号。多角度尝试,是提升作品表现力的重要途径。

其次,要善于捕捉精彩瞬间。对人物摄影也是如此:一个突然的笑容、一个不经意的手势、一次短暂对视,都可能成为点睛之笔。这需要我们做到“相机不离手,心中有预判”,就像等待一只即将起飞的鸟,如果没有提前构图、对焦和预判,很难捕捉到那一瞬间的动感与神韵。

将“平常”拍出“不凡”,往往要学会做减法。初学摄影时,很多人习惯把所有元素塞进画面,以为越多越好,结果导致主体不突出、画面杂乱。真正成熟的拍摄,贵在取舍。可以尝试用长焦虚化背景,删繁就简,也可用黑白影调弱化色彩,强化光影与结构。在纷繁中提炼关键,于寻常里看见不凡,这便是摄影的灵魂。

同一场景,拍出的作品为何天差地别?根源在于每个人的眼光、心境与审美各不相同。摄影最终教会我们的,是放慢脚步、用心感受生活,在普通中发现美、记录美。对喜爱摄影的人而言,最重要的是在观察与创作中享受乐趣,让镜头里的每一帧,都成为藏着岁月温情的珍贵回忆。

从身边点滴开始,拆解光影、捕捉瞬间、感悟生活。你终会懂得:光影的真谛,从来不在远方,就藏在日常的每一个角落。

诗词课堂

沁园春·观太原徐显秀墓壁画

郭丽媛

三晋名都,古墓深藏,壁画惊鸿。忆北齐岁月,繁华如梦;徐公显秀,气势如虹。骏马嘶风,佳人舞袖,仪仗威严映碧空。凝眸处,似时光倒转,穿越千重。
丹青妙笔神工,绘尘世、斑斓彩卷中。看衣飘色带,韵流远古;眸含秋水,情动今翁。历史烟云,沧桑变幻,瑰宝传承意万融。心沉醉,愿文明永继,璀璨无穷。

徐显秀墓壁画

孙爱晶

徐显秀墓位于山西省太原市迎泽区郝庄乡王家峰村东“王墓坡”。2002年10月由省、市文物考古研究所组成王家峰北朝壁画墓考古队实施发掘。墓主徐显秀(502-571),名颖,字显秀,忠义郡人,生前为北齐太尉、武安王,北齐武平二年(571)正月卒于晋阳。壁画是这次考古发掘最重要的收获之一。遍布全墓的彩绘壁画保存基本完整,壁画共330余平方米,气势恢宏壮观,形象生动写实,色彩斑斓如新。该墓葬壁画彩绘各类人物、马匹、牛车、神兽,各色仪仗、兵器、乐器、生活什物和装饰图案应有尽有。画面人物与现实同大且栩栩如生,内容纷繁且布局和谐,人物复杂而脉络清楚。

赏析

此词以雄浑笔墨再现北齐风华,全词通过时空交叠的艺术手法,将千年壁画转化为流

动的文化记忆。

上阕以“三晋名都”开篇,引人层层深入,用“惊鸿”点睛壁画之妙。紧接着以“忆”字领起历史想象,徐显秀形象与时代风貌在“骏马嘶风”“佳人舞袖”的对仗中形成张力,最终凝结为“穿越千重”的凝视时刻,完成从物理空间到历史维度的飞跃。

下阕聚焦丹青技法,“衣飘色带”与“眸含秋水”构成视觉通感,使沉寂千年的壁画颜料获得情感温度。末段升华处未见匠心,“沧桑变幻”与“瑰宝传承”形成历史辩证,最终在“文明永继”的祈愿中,将个人观展体验融入民族文化长河。

全词语言密度值得称道:“气势如虹”喻雄健,“韵流远古”显幽深,“情动今翁”通古今。结构上遵循沁园春词牌双调传统,上阕重铺陈,下阕转沉思,结尾三字句收束如钟磬余音。

生活频道

蒜蓉菜心

王瑞庆 文/图



我把这盘蒜蓉菜心发到微博里时,有位网友看得格外仔细,她说:“你用的是真正的菜心。”每一株菜最顶尖的花冠和旁边几片最嫩的叶子,才是真正的菜心。

她说得没错。当天去买菜时看到一捆一捆的菜心,水灵灵的,让人满心喜欢。价钱便宜,就买两大捆,只取了最顶端的花冠和周围几片最嫩的叶子,洗净沥干;再备几瓣新鲜大蒜,压成细腻的蒜蓉。大火烧热油锅,加几粒花椒,下蒜蓉、菜心,再加一点点糖、少许细盐翻炒均匀,待到菜心软糯、颜色油亮,即可出锅。

正如一位美食博主所说:菜心本是寻常素菜,可只取顶尖那一点点来炒,味道就不一般了。剩下的菜茎也不舍弃,仔细削掉菜茎的外皮,刀切成2mm厚薄的片,可以和菜心叶子一起炒,也可以做配菜。

材料:

- 1.菜心适量,去皮菜茎斜切成片。
- 2.新鲜大蒜切细末或压成蒜蓉。

3.植物油、细盐和糖适量,花椒几粒。

做法:

- 1.热锅冷油。
- 2.放入花椒、蒜蓉,小火炒出香味。
- 3.先下菜茎翻炒片刻,加少许糖(提鲜)、盐,再放入菜叶,大火快炒,软嫩入味,即可出锅。

素菜清炒看似简单,其实也有讲究。很多人问“热锅冷油”是什么意思?就是先把空锅烧烫,再倒油,最后下菜。这样不易粘锅,青菜受热快,能锁住水分,口感更脆嫩。但油也不能太凉,否则蒜蓉的香味出不来。可以等油微微发热,再转小火,把蒜蓉炒香,立刻下菜,火候刚刚好。

再说花椒。我虽喜欢花椒的香气,但也不是每道菜都放。这道菜只加几粒,提香不抢味,凡事都讲究适量。

若是偏爱蒜香,还可以留一半生蒜蓉,出锅前撒入,翻拌均匀,蒜香会更浓更鲜。