

人生四格、拍报机、抽象打卡……

网友间流行拍照新玩法

自助人生四格、自助拍报机、原图直出抓拍、拍摄“抽象照片”、“预制生日照”……近来，年轻人群体间流行一些拍照新玩法。在数字影像随手可得、AI技术盛行的当下，他们愿意在线下认真拍一张实体相纸，接纳带有瑕疵、未经修饰的原生画面；从执着精修到偏爱松弛真实……这些拍照新选择，折射出数字浪潮下一代人对记忆、仪式感与自我表达的全新理解。

从“精致焦虑”
到“真实回归”

在采访中，多位年轻人不约而同地提到了一个变化——拍照的审美取向正在从追求完美转向接纳真实。

许子衿是《甄嬛传》的资深观众，这部剧是她每年都要重温的“背景音”和“治愈剧”。毕业季，好友随手按下快门，拍下了她和舍友倚靠在校园石头旁的照片。后来筛选照片时，她忽然发现画面与《甄嬛传》中流朱陪同甄嬛在圆明园游赏的镜头高度重合。“当时完全没有刻意模仿，是后来搜了同款镜头才发现角度几乎完全对上，觉得特别神奇。”

这张“撞款”毕业照成了许子衿最珍惜的毕业记忆之一。

硕士毕业那段时间，王卓颖迷上了拍“抽象视频”——仿拍《仙剑奇侠传3》的二创搞笑短片。“毕业本来就是一件挺伤感的事，大家都需要释放情绪。拍这种搞笑短片，反而能冲淡离别的难过，用一种特别的方式把毕业的瞬间记录下来。”深夜剪辑视频的时候，她全程特别愉悦，“拍的时候自己很放松，也希望能给看到视频的人带来快乐。”

方寸照片，收纳的是年轻人的热爱、成长与陪伴，更是一个关于“如何记住自己”的回答、一份“青春存档”：不是为了完美，而是为了真实；不是为了被看见，而是为了自己记得。

对于许子衿而言，拍照是记录生活的方式，因此真实感很重要。她对流水线写真的好感度很低：“全套妆造失真很严重，粉底厚得像在脸上刮腻子，拍出来完全不像自己。”她更喜欢那些“带着瑕疵”的照片。“构图有点奇怪、轻微过曝、画面模糊，我反而特别喜欢。它们有一种很自然、很抽象的氛围，比修得特别精致的照片更有意思。”

许子衿观察到，不少年轻人的拍照习惯正在发生相似的变化。“大家没有以前那么执着于拍一张零瑕疵的照片了，愿意用原相机、Live图分享生活里的真实细节，比如雀斑、乱发等。以前朋友圈都是精致自拍，现在大家更愿意发真实、不完美的当下。”

这种审美转变与成长经历密切相关。许子衿回顾自己的拍照史：高中时特别在意别人的看法，喜欢用夸张滤镜，不敢用原相机；大学时流行胶片、Ins风，靠拍照风格给自己贴标签；到了二十六岁工作以后，基本不用滤镜了，“因为生活重心慢慢回到了自己身上，没有那么在意别人的看法”。

许子衿说：“工作和人际关系里有很多事情无法掌控，而拍照反而是一件完全属于自己的事。你可以决定怎么记录，也可以按照喜好记录当下的状态。”

社交平台上很多人说自己拍出了人生照片，但许子衿至今没有找到一张可以称之为“人生照片”的作品。“我没有固定的一张。生活一直在往前走，每个阶段都会有新的照片值得收藏。现阶段没必要挑一张代表人生，未来还会有很多值得记录的瞬间。”

据《中国青年报》



“即时成像”的不可替代感

00后姑娘李洋拍摄“人生四格”的动机中，追星应援占了六成。2024年，刚结束考研的她参加偶像的线下生日应援活动，使用专属的爱豆联名边框，完成了人生中第一次人生四格拍摄。“旅游、跟朋友一起玩、纪念日、追星应援的时候都会去拍。”对李洋而言，人生四格总是与值得记住的时刻绑定在一起。

在众多相纸中，有一组对李洋而言格外特别——那是和母亲一起拍摄的亲子合照。旅游途中，母女二人偶遇一间人生四格自助拍照店。“妈妈没有听说过人生四格，带她体验年轻人喜欢的东西，她也觉得很新奇。”私密的拍摄隔间让不

善面对镜头的母亲卸下了拘谨，两人在社交媒体上搜索双人合照姿势，“像闺蜜一样摆动作，最后拍出来两个人都很漂亮、很可爱”。

李洋坦言，母女二人都不热衷拍照，连电子版的双人合照都非常少，更不要提实体照片。“大概10年前，妈妈带我出去旅游，我当时还是小孩。现在故地重游，我有能力独自规划行程、与人沟通。对我来说，这是成长性的瞬间。”那张即时显影的实体相纸，记录了她生命中“非常重要的一天”。

王娜则把人生四格看作“可回溯的锚点”。

她与相识两年的网友第一次线下见面时，坐错地铁、走错路、换餐厅，一番波折后才终于碰面。“我很喜欢那张照片，回来之后还经常看。”王娜会将相纸装入附赠的卡膜中，再放入专用卡册细心收纳，方便随时翻看。

“对于非必要不拍照的我来说，人生四格就是记住当下我正在做什么，像‘那年今日’。”王娜觉得，电子照片更像是“一串存在手机里的代码”，即便可自行打印，也复刻不了“在小小的拍摄隔间里，等待相纸打印的期待感”。这种期待感，恰恰是数字影像无法替代的。



当拍照成为一种“仪式感出口”

如果说人生四格满足的是即时成像的实体感，其他新兴的拍照形式，则在回应年轻人对“仪式感”的另一种诉求。

去年11月，王卓颖在山东淄博第一次体验了自助拍报机。那天晚上，她和男友参加完朋友婚礼，顺路参观海岱楼。“在看到这个机器之前，我完全不了解，第一次见到觉得特别新奇。一张价格是19.9元，拍完我们俩都特别开心。”最巧的是刚拍完景区就关门了，“有一种赶上‘末班车’的惊喜感”。

这种对仪式感的追求，也体现在王卓颖为家人策划的拍照中。在外公外婆金婚时，她筹备了很久，原本打算带长辈去照相馆拍全家福，后来担心老年人面对流水线写真会拘束，就自己网购道具、

预定酒店包房，买了金婚领花，借了专业相机亲自拍摄。筹备的过程让她感觉“很幸福”。

但王卓颖强调，仪式感并不等同于精致。“我完全不修图，也不会因为别人把自己拍得不好看生气。我的小红书都是原图直出，不会刻意把腿修细、眼睛放大。”她会在社交平台发布自己“普通甚至不好看的生活碎片”。

王卓颖分享了自己最喜欢的两张照片：一张是和男友牵手走在江苏黄姑塘湿地草坪，另一张是“五一”假期结束返京时在虹桥火车站牵手的背影。两张都是母亲抓拍的，画面里还有家里的小狗。“有人调侃画面里的男朋友看着像我外公，就因为他有点驼背、身形敦实，把

他郁闷坏了。”

王卓颖笑着说，这两张照片，一张是学生时期赶路的匆忙，一张是关系稳定后逛公园的悠闲，刚好见证感情不同阶段的变化。“虽没有那么精致，却更凸显生活的意义。”

今年6月，王卓颖和朋友在上海体验了一次融合AI技术的人生四格。店里拍完原图后，系统会自动生成复古CCD、胶片等不同风格的滤镜，顾客可以在小程序里挑选14张照片，由店家排版，当场拿到纸质小卡。“价格200元，觉得性价比不错。”从自助拍报机到AI四格照相馆，王卓颖体验的不仅是拍照本身，更是一种不断迭代的“仪式感出口”。