

瑰味图

狐狸先生的美食摄影详解

江德熙 著



中国工信出版集团



电子工业出版社
Publishing House of Electronics Industry
<http://www.phei.com.cn>

瑰 味 图

狐狸先生的美食摄影详解

江德熙 著



電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

内容简介

“瑰味图”——瑰：珍奇，贵重，华美；味：嗅觉、味觉、情趣、体会等各种“滋味”。“瑰味图”意为用华丽美妙的手法来创作出令人有美好体会、可以感受到各种美食的优质视觉效果漂亮照片。本书用大量的理论内容和案例解析，讲述作者在拍摄美食照片时进行各种操作的理由、目的，执行方法和注意事项，以亲身经历总结出各种值得思考和借鉴的经验，希望给对此有兴趣的朋友带来一点帮助。

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

瑰味图：狐狸先生的美食摄影详解 / 江德熙著. -- 北京：电子工业出版社，2018.7
ISBN 978-7-121-34710-8

I. ①瑰... II. ①江... III. ①饮食—艺术摄影—摄影艺术—教材 IV. ①J419.9

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第150205号

责任编辑：姜伟 文字编辑：杜永乐

印刷：北京捷迅佳彩印刷有限公司

装订：北京捷迅佳彩印刷有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编：100036

开本：787×1092 1/16 印张：15.75 字数：446.4千字

版次：2018年7月第1版

印次：2018年11月第2次印刷

定价：100.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：(010) 88254888, 88258888。

质量投诉请发邮件至 zltz@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

本书咨询联系方式：(010) 88254161~88254167转1897。

自序

我叫江德熙，网名“雪白的狐狸”。

如果您先知道这本书，找过来看，那应该是因为我现在的身份是“美食摄影师”。如果您碰巧翻到这本书，觉得看着顺眼，那我再向您郑重介绍一下：我目前是一个靠拍美食来糊口的人，这本书主要是讲我怎么干这种活儿的。以后会不会干别的还不知道，现在做这个还算喜欢。

虽然没有正规学过摄影，但是断断续续做了这么多年的与视觉相关的工作，到现在为止，也算有一点拍摄经验，拍的照片仅以效果来看，也能被一部分人所接受和喜欢。我也在网络发表了一些相关的文章，给一些新手朋友做分析解答，得到一些人的支持，由此，才有了这本书的出现。

我觉得，现在网络发达，信息传播和交流都非常方便，这是特别好的事儿。信息越丰富，需要了解的知识就越多，因此比以前信息相对闭塞的时候，更需要将正确的知识和经验传播给求知者。但实际上，信息交流方便了，也带来了不少不实、不对的内容出现，有些是失误，有些是恶意，有些是无知妄言，而普通大众对自己不了解的知识，在面对“看起来很正经的专业知识”面前，难以分辨对错，这个是很要命的。仅我所在的美食摄影领域，虽然我自己不算很成熟，但以我目前的经验来看，网上就有很多与此相关的错误知识，这让正义感还比较强的我看着很不顺眼。你说得不对，还说给别人听，那别人照着你这个错的学，就完蛋了。

我是一个有自知之明且要脸的人，我也讲东西给别人听，但我讲的都不是专业领域知识，因为我自己也没学过摄影专业知识，不敢乱讲。我讲的都是我的经验，这个没什么对错，我就是按照这些经验走过来的。如果喜欢我拍的照片，觉得我说的东西值得听、有道理，那么按照我总结的方法、理念来思考和实践，至少能了解大概情况。有些人讲的也是他的经验，但他拍都拍得不好，听他讲能讲出什么？

好几年前，就有朋友劝我写个微信订阅号什么的，让我分享一下拍照片的经验；我一直怕可更新的内容不够，一直没敢开始。后来有个朋友跟我说：“你都不开始，怎么知道能不能继续。”我觉得有道理，就弄了个订阅号，取名叫“江狐逸事”，我姓江，网名叫狐狸，写点自己的闲情逸事。发的美食摄影相关文章很多，很多人是冲着这点来关注的。

网上发的文章慢慢多了，喜欢我的照片和文字的人也多了起来。陆续有不同的机构找来合作，其中就有电子工业出版社的编辑来找我，想让我写一本美食摄影相关的书，我想了想，可以写，除了总结一些以前写过的文章，把自己的经验教训归纳整理一下，当作自己的阶段性总结，还能给支持、喜欢我的朋友一个可以拿在手上看的东西，这就是个事儿。

我是一个好整齐且考虑周全的人。编写内容的时候，本来想做正常的图文混排，但是后来想想，图文混排看着容易乱，美编排着也费劲，不如直接分开好，需要看文字就专心

看文字，需要看图就看整张的清晰大图。所以最后把书设计成了前面理论部分完全无图，并且也不需要配合图片来理解，后面的案例分析部分做成一页图片配一页文字的形式，在看图、读解析文字时，可以感受到前面理论内容的应用。这种节奏和顺序，我认为比较有利于真正用心去读内容，是一种引导阅读的设计，包括把图放在右页，这样更符合中式图书这种左手翻书，先看到右页图片的感受。每一张照片为了保留原本拍摄的尺寸，都按照图片原始比例展示，没有因为迁就开本而裁图，这样不会破坏原本拍摄时的构图，能让读者看明白我构图的范围和意图。一个图片工作者如果把图文都直接扔给编辑和美编处理而自己不去管的话，是对自己和对方的不尊重。

图片解析时，我分了不少类别，讲了各种操作手法，但其实很多图可能都同时运用了几种不同的表现手法，在看图读解析时，细心的读者会自己感悟出“原来这张图在讲这个特点时，还应用了前面讲过的某种手法”，我觉得能这样看文章、看图的话，就会很有趣，所以算是给读者提供了一些寻找乐趣的点。不仅看我书里的图可以这样，还可以看看你自己拍的图，看看别人拍的图，也都能发现，原来大家都在刻意或者非刻意地应用各种技巧，只不过有人可能因为没有总结过而没发现罢了。

手熟的摄影师，不会在拍摄过程中做过多的思考再去执行，但是拍完回来，都能合理地解释自己当时为什么要做那些操作。这并不是拍完看图编故事，而是因为经验丰富，在需要处理问题时，会根据以往的经验直接确定方案，这些东西流动在身体里，不需要大脑来提醒，但都是有依据的行动，所以拍完回来可以解释自己当初的行为。当然了，看图编故事的人也是有的，就看他能不能先骗过自己了。

我觉得这本书会是一本很好读的书，无论美食摄影爱好者、初级的美食摄影工作者，还是普通围观群众，看着都能觉得有用。我用最通俗易懂且清晰严谨的文字，来阐明我的观点，描述我的操作，诉说我行动的意图，这是最简洁有力的做法。如果能静心地看下去，其实里面的很多内容都可以反复思考理解，并代入到自己的操作想象中去。如果你的拍摄遇到了瓶颈，换成我的话，我会怎么解决？翻翻我的解析，也许就能找到答案。这本书不算全面，但说了很多行之有效的操作方法，我不敢说可以教人育人，不过提供点帮助还是可以的。

能踏实做点事，在现在来说似乎很难得。我踏实写了这本书，希望有人能好好看。不然您买了不看白花钱，我写了白写也会伤心。

江德熙



微信公众号：江德熙

目录

00 / 极其重要的阅前注意事项	01
这不是一本讲技法的书	01
为什么看这本书	02
怎么阅读这本书	03
01 / 我是如何成为美食摄影师的	04
02 / 关于美食摄影，首先你要知道这些	06
2.1 器材的选择和应用	06
2.2 光线的分类和特点	08
2.3 构图的判断和处理	10
2.4 色彩的风格和要点	12
2.5 造型的观察和改善	13
2.6 创意的概念和操作	14
2.7 后期的重点和实现方式	14
2.8 分享生活：如何记录生活美食	15
2.9 商业工作：如何跟客户合作，以及如何根据客户的需求创作	16
2.10 美食摄影的分类和常规操作方式	17
2.11 创作及观看美食摄影作品应该有怎样的概念	19

03 / 100 幅作品解析	22
01 常规的桌面搭配	22
02 餐厅 LOGO 的体现及杂志压字空间预留	60
03 创造桌面景致	72
04 非常规的背景道具及器皿选择	86
05 对菜品进行人为操作的表现方式	102
06 极简的处理方式	110
07 同一道菜品的不同表现形式	120
08 组合物品的表现	136
09 借用室内环境特点的表现方式	148
10 借用室外环境特点的表现方式	158
11 细节的处理，画龙点睛	166
12 酒吧酒水的拍摄	176
13 白底照片的拍摄处理	182
14 前期与后期结合的构图处理方式	188
15 火焰和烟的表现	196
16 人物	202
04 / 美食摄影 Q&A	227
后记	232
感谢	234

这不是一本讲技法的书

美食摄影师那么多，教美食摄影的人也不少，为什么要看我写的？为什么要看一本不讲摄影技法的书？

因为我觉得技术是最简单的东西，哪儿都能学，网上一搜一大把，甚至看图都能分析出来。技术这种东西不是学的，而是练的。买一支便宜的手动热靴闪光灯，买一套无线引闪器，用一台有热靴接口的相机，离机引闪拍个小静物，用灯架控制一下灯的高低、俯仰、前后、远近，再加一把几十块钱的柔光伞，看看硬光和柔光的区别，这足够练好一阵了，灯光附件成本还不到一千块钱。

从这本书里的配图可以看出来，我大部分时候的打光方式都是做了柔光处理的左侧高灯位逆光，对位补个反光板，可能是柔光伞也可能是柔光箱，补光的东西就是一个银面的硬纸板或者白卡纸。这种打光方式基本上拍出了我 90% 以上的作品，无非就是微小的差别而已。镜头焦距如果是 70mm 以内，基本都是 24-70mm F2.8 镜头拍的，这支镜头拍了我 80% 以上的作品；100mm 焦距的话，就是 100mm 微距镜头拍的；70mm~105mm 范围内，和部分 70mm 以内的，是 24-105mm F4 镜头拍的，机身是佳能 5D3。加上几张等效 24-80mm 的 M4/3 相机拍的照片。基本上全部手持，需要定点合成或者严谨构图时才会使用三脚架。不联机拍摄，只看相机取景器和液晶屏，设备和操作都很简单。

我通常用中等焦距变焦镜头，有闪光灯就用闪光灯拍，没闪光灯就用现场光线拍，光线不够就不拍，这没什么特殊技巧。新手如果肯练，技巧方面练个一两年都能练得差不多。如果说要我分享打光方式和设备选择，就这么简单。

虽然这不是一本以讲技法为主的书，但是在图片分析时会讲解一些我拍摄时的操作方式及理由、目的，仔细阅读理解的话，是可以学到拍摄技巧的。

为什么看这本书

因为这是我的拍摄思路解析，拍摄的思路和概念是影响作品最大的因素，技法只是表现的途径。技法是手熟的摄影师都会的，但光有技术没有想法，怎么拍都是流水线产品。

而且，我会讲。

很多摄影师技法和想法都很棒，但是不一定讲得出来他的思路和概念，就算讲了，也未必能让听众全都听懂，而我能用很浅显的表达方式让每一个新手都看懂我在说什么，能根据我说的去应用，这是很重要的。

我没正规学过摄影，都是自己一点点摸索出来的，我用我的亲身经历总结出来的这些野路子知识，虽然不正统，但是很有效。而且我不胡说，很讲道理，不会瞎编乱讲，所以我讲的东西不会有严重的专业方向错误。因为都是经验总结，不涉及专业系统知识。

所以，这就是一个比你提前拍了几年美食摄影的人，写的一本阶段性工作回顾总结似的书，你可以参考一下，看看这个人是怎么干活的，他干活时都想了些什么，做了些什么，这些东西你是否能用得上。

其实除了美食摄影，在分析照片时可能还掺杂着一些杂七杂八的东西，但也都是值得花一些时间去思考的内容。

怎么阅读这本书

翻看菜单：粗略翻一下所有照片，先看看图。

前 菜：章节 01 可看可不看，从章节 02 开始看，先了解这些理论知识，对后面图片分析内容的理解有帮助。

主 菜：看章节 03 的文字内容，结合前面讲的理论知识，对照图片，可以明白我的拍摄意图和操作方式。

甜 品：最后的 Q&A 答疑，以及我的一些小想法。

再次光顾：重新看图、读注解，带着之前的理解尝试分析。

本来最开始也想在前面的理论内容中放上一些配图，但是那样感觉书看起来会不整齐，有些乱，而且我认为，把技巧类的内容融入在图片分析中，会更容易让读者理解，所以最后选择了现在的这种方式。

章节 03 挑了 100 幅作品，分了一些类型，这种类型分类并不完全，只是一些比较常用的表现形式。各个类型的配图，除了标题中讲到的知识点，也会掺杂一些其他的知识点，我希望读者朋友在看图片分析的时候，可以自己研究一下，每张图片中除了点题的特性外，还包含了其他什么类型的特点。这种让读者参与到图片分析中的做法，我认为是一种实践。当读者把 100 张照片的图片分析全看完，记住了其中的部分内容，再重新看前面的图片时，应该能发现很多我在之前的分析文字中没有说出来的东西，这算是我给这本书埋下的很多伏笔，需要读者自己去寻觅、解谜。

在不少内容的后面，我附上了可以扫描的二维码，都是我在网上发布的与所讲内容相关的文章，大部分出自于我的订阅号“江狐逸事”。

我相信，如果你认真看了我的每一篇图片详解，那你再重新观察我的这些照片，以及其他人的照片时，都能发现很多以前没注意过的问题。

01

我是如何成为 美食摄影师的

这章是被编辑要求写的，也是经常被人问到的，可看可不看。

大学毕业之后，确切地说，应该是在交完毕业设计之后，我找到了我的第一份工作，在一家摄影公司做摄影助理，那时我虽然工作很认真，工作质量也不错，但并没有想成为摄影师，而是想往管理方向发展，也就没有趁那个机会多练习拍摄，但对摄影还是有兴趣的。后来做过一阵子电视节目的美术指导，主要工作是负责商品静物的造型工作，就是把需要拍摄的商品通过其他道具的搭配摆放，来做成展示台，设计好摄像机镜头的拍摄角度和走位，让被摄商品有一个漂亮的展示环境。这两个工作经验对我都很有帮助，摄影助理是做商业摄影师的学前班，让你能接触到一些人像、静物的专业拍摄，简单地了解摄影基础知识和灯光的操作运用，有心学的话，请教前辈摄影师，可以学到很多经验。做商品造型师则对拍摄静物有非常大的帮助，毕竟商品静物摄影往往不能只拍摄一个主体单品，做一个漂亮的环境搭配来帮助表现主体，才能得到一张更有格调的照片。

后来，我与在摄影公司时的同事一起合伙，做美食摄影，我负责前期联系客户时的沟通工作，以及拍摄时的商品造型，这时就完全运用到了我之前做商品造型师的经验，把要拍的食物通过其他道具的摆放配合，让画面整体显得更美。

因为客户的不稳定，同事的拍摄未能达到我的置景预期，以及我想拍摄更多内容等多方面的问题，在与朋友合作了一阵子美食摄影之后，我们各自分开，我去找了一家奢侈品电商平台，做摄影师，拍摄其售卖的各种中高档商品的静物照片，其中最多的项目是珠宝和手表。拍摄商品静物让我对色彩还原、产品外观造型及质感表现的把控更为熟练，有一个好的静物基础，对美食摄影有很大的帮助。

这样上了两年班，一方面对工作有些不满，另一方面感觉也攒了足够多的静物作品了，所以辞职，选择做回自由摄影师。因为仍旧喜欢美食摄影，所以联系了认识的美食编辑，发了一些自己拍的作品，开始了各类杂志的美食专题拍摄。一开始底气并不足，每次拍摄之前都担心自己拍不好怎么办，直到端起相机，开始拍摄之前，心里都有些忐忑。有意思的是，一旦开始拍摄，进入工作状态，这些想法就没有了，专心的工作态度带来了平稳的心态，

让我没有时间去想那些没用的东西。投入到工作中的我，将出片质量放在第一位，自己能拍满意，才能交付工作成果。这样一做，就做到了现在。其他都没变，只是拍摄前不再那么担心了。

现在写这本书，把自己做美食摄影的一些阶段性经验分享给大家。虽然我自己还不够成熟，但如果现在能利用自己总结的一些经验教训来帮助需要的人少走一些弯路，我想这还是一件不错的事情。就像我对自己的微信群和订阅号的读者说的一样，我并不是比你们有更多的天赋和能力，我只是比你们有更多的实操经验，和因此犯过的很多错误的总结。我把我犯过的错误和解决办法告诉你们，你们就会在自己的拍摄中注意到这些问题。因此，这本书并不是我成功的总结，我还远没有成功，知道我的人很少，我也没有拍出什么可以传世的作品，这只是我目前阶段的经历总结，我想把这些东西告诉大家，希望能给你们的实践提供一点帮助。我没有正规学过摄影，完全是自己练出来的野路子，对摄影专业知识知道得很少，文中可能会提到一些与摄影或其他专业相关的问题，可能会描述不准确，但我想，以普通人对普通人传递经验这个层面来说，应该大致方向不会偏差太远。所以希望各位能以交流的心态来看，毕竟不是专业作者，还请勿强求。感谢。

02

关于美食摄影， 首先你要知道这些

2.1 器材的选择和应用

经常有人问我，拍美食该用什么样的相机和镜头？要不要买全画幅相机？是不是定焦镜头比较好？等等。其实抛开菜品本身卖相和环境搭配不说，对于拍摄器材的要求并不苛刻。

感光元件尺寸越大，带来的画质和输出效果当然越好，但一张好照片的画质真的是最重要的吗？并不见得。画面内容选择、被摄体的状态、合适的物距和焦距带来的选景和构图、光线的处理等各方面，这些跟画面表现力相关的东西才是重点。一张画质尚可、画面优秀的照片，远比一张画质极优的烂片要好得多。

说到镜头，更应该关注的是焦段的选择，毕竟在日常摄影中，牵扯到镜头对画面的影响，无非是光圈大小的效果、焦段的选择、锐度表现等，最多再有些像焦外光斑的二线性表现，被摄体出现紫边等情况，再复杂的因素对大众甚至大部分职业用户来说根本无所谓。而需要关注那些高深技术及效果的人，根本不会看到这里。

焦段是比较重要的因素，与焦段配合最密切的是物距，也就是相机和被摄体之间的距离。该用多少毫米的焦距来拍，这个关系会决定画面构图是否合适。相同档次的定焦镜头通常素质会比变焦镜头好，锐度、焦外表现能力都会比变焦镜头更好一些。但因为焦距固定，对画面构图的控制就只能靠调整物距来改变。也许我拿着一支 35mm 定焦镜头拍一份菜品，我的物距大概是 70mm，画面中会出现太多没用的空余部分，想依靠前期拍摄而不是后期裁切画面来避开这些无用的内容，就要缩短物距，靠得更近拍摄，但是那样会产生被摄体之间比例变化及物体变形的问题。而用变焦镜头的话，你不用改变物距，只要增长焦距就可以处理好。

光圈的选择会带来景深的变化，光圈越大（F 数值小），清晰的范围（也称为合焦范围）就越小，这样会造成焦平面前后只有很小的一个范围是清楚的，越往两头远离，虚化就越严重。而反过来，光圈越小（F 数值大），清晰的范围就越大，越能看清更多的被摄体内容。

美食摄影属于静物摄影范畴，静物摄影一般需要尽可能看清被摄体，所以我们拍一道菜品的时候，不能开太大的光圈，让一盘菜中只有一点点内容是清晰的。虽然不至要求整盘菜都在合焦范围内，但至少要让主要食材保持绝对的清晰度，其他在合焦范围之外的内

容也能大致看清轮廓，让人辨别得出是什么东西，这样观者才能知道你的被摄主体是什么，以及有什么辅料。如果拍一份菜品用了非常大的光圈，整盘菜只有薄薄的一层焦平面是清晰的，盘中的其他内容都被虚化掉，只剩下形状和颜色了，那显然是不可取的。

当然，景深的表现也跟物距有关，物距越短（相机离被摄体越近），合焦范围越薄，清晰的范围就越窄。还有焦距的影响，焦距越长，合焦范围越薄，清晰范围越小；反之焦距越短，合焦范围越厚，清晰范围变大。所以焦距、物距和光圈的配合是控制景深表现的三个重要因素。

关于虚化原理，我简单写过一篇手机拍出虚化效果的文章，可以作为参考，扫描下面这个二维码可以阅读微信订阅号文章《怎样用手机拍出有虚化效果的照片》。



所以，选择怎样的设备来拍美食，并没有一定的标准。抛开光线、被摄体控制、道具搭配这些不谈，只谈拍摄设备的话，用最便于操作的设备是最合适的。比如前面我说到焦距很重要，因为牵扯到构图，而在我的拍摄经验中，我觉得 35-100mm 是常用焦距，适用于一到三个菜品的拍摄，最集中的焦距是 50-80mm，因此全画幅镜头中的 24-70mm、24-105mm 都很合适，APS-C 镜头的 17-85mm、18-135mm 也都涵盖了这些范围。镜头之间的素质有所区别，但就实用层面来说，镜头素质带来的画面效果差别，远不如方便重要。也就是说，你拿个 APS-C 画幅的机身配 18-135mm 镜头，对比一个高档全画幅机身搭配 50mm F1.2 镜头，问我拍美食用哪个更好，我会推荐前者，因为在日常记录和简单商业工作中，不要求那么好的画质和画面效果，并且锐度、色彩等方面，都可以通过后期调整来优化。如果拍摄水平不够，不会控制设备，或者拍一张照片只能卖五块钱，那显然买一套昂贵的设备是很浪费的。

除相机和镜头以外，最重要的设备应该是灯光附件。我们除了在自然光（通常指阳光，较少情况为月光）和现场环境光源（室内、室外的各种人造光源及烛光、火光等）两种光线环境中拍摄之外，更好的条件应该是摄影师自己塑造一个光线环境，也就是我们自己准备的，专门为拍摄而搭建的人造光源，可以是闪光灯，也可以是常明光源。我的工作大部分都是用闪光灯配合完成的，这本书也基本以闪光灯布光案例为主。不过我可以在这里简单描述一下闪光灯与常明光源的区别，以日常用途和简单商业拍摄这个范围来说。

常明光源，顾名思义就是能够长时间保持相同照度的灯具，我们平常所接触的钨丝灯、节能灯、LED 灯等，都算常明光源。专业影视拍摄还有更高级的灯具，在此不表。常明光源的优势是所见即所得，眼睛看到的效果是怎样，相机调试好后拍摄出来的效果也大致相同。相对的，常明光源的不足就是亮度问题。体积决定亮度，同一品牌的同一种灯具，想要获得更高的照射亮度，体积就会越来越大。

闪光灯的优势是在尽可能小巧的体积内，能够发出尽可能强的光线，但它提供的照明只是一瞬间的。我们平常用到的闪光灯，主要分为热靴式闪光灯及影室（含外拍）闪光灯。热靴式闪光灯可以直接插在相机的热靴座上，与相机直接联动，进行闪光，也可以利用外置无线引闪器来进行离机引闪，通常由 5 号电池供电（部分型号自带内置或外接电池），功率不会很高，但低需情况下它的照度是足够用的。而影室（含外拍）闪光灯则需要接入

交流电源才能保证供电（外拍灯则是接大容量蓄电池），可以提供更大的功率，发出更高强度的光线，相比常明光源来说，占据了体积和功率这两个优势。但由于是瞬间输出，因此不能提供布光时的所见即所得效果。即便有造型光的辅助，也只能作为对焦用辅助照明，或者大致光线角度的指引而已，不能作为拍摄效果的绝对参考。也因为瞬间输出，造成了拍摄单幅照片时可用，而拍摄视频则不可用的局面。总结一下这两种光源的特点：常明光源提供了所见即所得的效果，拍照片及视频均可，只是体积会影响输出功率。闪光灯的优势是瞬间大功率，灯具本身的体积相对而言可以做得更小巧（附件另议），但是没有所见即所得的效果，只能通过测光工具或实拍调整来操作。

还有一点，闪光灯因为闪光时间很短，可以用来定格画面中的移动物体，闪光时间越短，移动物体被灯光凝固的效果越好。不过这种情形在美食摄影中使用频率不太高，通常也就用来定格面粉、水珠、调料颗粒一类，在本书中不做过多介绍。

以上内容均为个人经验简易描述，措辞不严谨，也许有专业方面的表述错误，只为示意交流，不为教学，但求各位理解。

2.2 光线的分类和特点

前一节我们提到光线可以分为自然光和人造光，现在我们讲一下各类光线的特点。

自然光和人造光

自然光我们通常泛指太阳光，无论是直射的阳光还是漫反射的阳光，我们都叫它自然光，如果你在晚上借着月光拍摄，那月光也是自然光。自然光是我们不可制造的光源，只能借用。无论你是利用工具对自然光进行聚集、柔化、遮挡、反射，都只是借用它的能量，并不能更改太阳的位置和它发出的光线的强度。但我们可以通过各种工具和方法来合理利用，并改变它对被摄体的照明效果。自然光的优势是覆盖面积大，虽然光源不可控，但可人为调整所需的光照效果。

人造光源范围很广泛，我们日常生活中的各种照明设备、火光、烛光等都算在内。路灯、台灯，电脑、电视和手机的屏幕，广告灯箱、安全出口指示灯，都可以算作人造光源。而专门为了拍摄照片、视频而特意制造的人造光源则目的更加明确。拍摄用的人造光源的优势是亮度可控、位置、角度、距离可控，可以根据你想要的效果随意塑造光线，只要你有足够的附件支持。

比较极端的情况，如果在森林里，萤火虫飞来飞去的那些光点，应该算作自然光，毕竟是大自然提供给我们的亮度。如果你能在海底借着提灯鮫的光芒来拍照，那也算借助自然光源。但如果你把萤火虫都抓起来，放在笼子里形成一个集合光源，人为去“制造”一个光源，那此时的萤火虫笼就算是一个人造光源了。

软光和硬光

另一种对光线进行分类的方式，可以简单地把光线的效果分成软光和硬光两种。

硬光就是发光体本身发出的光线没有透过任何可以分散、柔化光线的物体，直接照射

在被摄体上；软光就是发光体在照射到被摄体之前，经过了可以分散或者柔化光线的物质，再落到被摄体上，光线的阴影边缘相对柔和。

以阳光为例，阳光直射到被摄体上，阴影区到受光区没有过渡，而是产生了很硬朗的明暗分界线，这就是硬光。而如果天空中出现能够遮挡太阳的云层，太阳光是透过云层照射到被摄体上，光线经过了云层的柔化，被摄体的影子边缘产生了渐变的过渡，从阴影区逐渐变淡、变亮，过渡到受光区，这样的光线就是软光。通过影子的效果，可以判断出照片中到底使用的是软光还是硬光，以及软光柔化的程度。

直射光和反射光

前面描述的这些都属于直射光源，光线没有经过物体反射，直接照射在被摄体上。除此之外还有反射光源，也就是光线不直接照到被摄体，而是先打在其他物体表面，再反射到被摄体表面。反射光源因反射的介质不同，反射到被摄体上的光线效果也不同，可能较硬，也可能很软，甚至可能带一些反射介质所含的色彩倾向。比如你穿一件蓝色领子的衣服，在白色灯光照射下，你的下颌部位可能会被蓝色领子映出一些蓝色。

美食摄影大多数情况下都会用柔光（软光）拍摄，很少用硬光来表现。因为食物是入口的东西，除了一些特殊的硬质食物或想要达到某种效果以外，一般用柔光来表现食物的易食用性，过硬的明暗分界线会给人不适的感觉。本书中除了 29 页（03 章第 01 小节）和 99 页（03 章第 04 小节）的图片是窗边自然光直射硬光、161 页及 220 页（03 章第 10 小节）是室外自然光硬光以外，其他所有菜品图片均为柔光拍摄。部分图片会有硬光的配合，前面提到的二张图也尽量弱化了阴影的明暗交界线。

色温和白平衡

我们经常听说色温这个词。具体色温是如何定义的，我不在此赘述，各位可以去搜索。简单来说在各种光线中，越是发蓝发冷的颜色，色温数值越高，比如蓝天大概是 10000K（开尔文）甚至更高，越是发黄发暖的颜色，色温数值越低，黄光的钨丝灯则是 2000~3000K 左右。

也就是说，不同的光线会有不同的温度倾向。除了那些彩色的人造光源，正常自然环境及普通照明用的光源，比如正午直射的阳光、清晨阴天下的天光、黄色钨丝灯、白色节能灯等不同的光源，都有不同的色温值，有的发暖，有的发冷。

太阳光除了周边环境因素影响之外，没有光源本身造成的色彩倾向，也就是照到被摄体上不会出现偏绿、偏紫等情况，只有冷暖的差别。而人造光源有可能会掺杂一些冷暖色温以外的因素，例如有些灯管可能会带点粉色。

我们拍摄的目的，首先是要还原物体原本的色彩。比如你拍一个白色的物体，把它放在暖光之下，在肉眼效果中，白色的物体被暖色的光线照得泛出黄色，已经不是白色的了，如果你想表现这个现场气氛，可以遵照现场拍出黄色的效果，但如果你想把被摄体还原成原本的白色，就需要调整相机的白平衡。

数码相机的白平衡有不同的环境预设，高级一点的设备可以调整具体的白平衡 K 值，但是数码相机里的白平衡 K 值不是自然界中光线色温的 K 值，而是一个校正效果，影响效果是相反的。大家可以通过调整数码相机的白平衡 K 值看出来：相机设置的 K 值越高，画面越暖，发黄；设置的数值越低，画面越冷，发蓝。这个正好平衡了实际场景中的色温效果。如果你在一个色温是 3200K 的灯光环境下拍摄，把数码相机的色温值也调成

3200K，那么拍出来的被摄体，原本白色的地方拍出来就是白色的。这是一个校正色彩的方式。

但无论是自然光源还是人造光源，往往因为现场光源及被摄体、环境等各种条件过于复杂，光线的色彩倾向不仅仅是冷暖两种。比如用了红色、绿色、紫色的灯，或者是被摄体周围有面积较大的色块（比如墙面、草地），将其自身色彩映射到被摄体上，都会形成一定的偏色。

我们想拍摄一个不含有特殊光源氛围的被摄体时，应尽可能让拍摄环境的光源单一、可控，没有彩色光源参与，然后配合光源的色温值来拍，效果会比较好。这样前期拍摄就不会有太明显的偏色，后期再进行微调即可。

总结一下，虽然光线分类很丰富，变化很多，但我们暂且需要记住的是：自然光面积大，不可主动控制，但可以人为通过工具及拍摄技巧进行控制，修改其对被摄体的影响。

各种人造光会对现场气氛造成不同的效果，我们要利用相机白平衡来实现想要的效果。

摄影用的人造光源各方面都可控，可以满足最大化的拍摄需求，只要你有足够的配套设备。

要能够区分软光和硬光，并择优利用。

要合理运用反射光，也要注意周边环境对光线的影响。

2.3 构图的判断和处理

选择怎样的构图，要根据被摄体的外观来决定，牵扯到拍摄的视角、画面范围、物距、镜头焦距等诸多因素。只说美食摄影的话，拍一个水果、一条鱼、一盘菜、一杯饮品都有不同的观察角度。通过观察，首先确定最适合被摄体的拍摄角度，然后选择适合的背景、道具搭配，再通过控制拍摄设备的取景范围来确定画面构图，是一个基本套路。

结合前期拍摄的情形来说，我们先确定几种观察及拍摄视角。

平视角度

以最适合平视角度拍摄的汉堡包为例。汉堡是一种分层食物，在上下两片面包之间一层一层地堆砌不同的食材。从外观上来看，能看到不同层的食材同时展现是最好的，如果从上面俯视，只能看到顶层的面包和上面撒的芝麻，以及可能会看到一些食材从面包边缘露出的一些边边角角，这肯定是不好看的。而从侧面角度——平视或者略微俯仰的角度来观察拍摄，就能最明确地展示内容物。平视角度最适合展现侧面层次分明或者有明确看点的被摄体。除了汉堡之外，诸如拿破仑、千层蛋糕、鸡尾酒、瓶装饮品等，都很适合用平视角度来拍摄。例图参见 55 页（03 章第 01 小节）。