

苹果电脑玩全攻略

OS X 10.8 Mountain Lion

水木居士 编著

- Mac OS X如今已简称为OS X，OS X Mountain Lion即OS X 10.8
- OS X Mountain Lion可与你的iPhone、iPad和iPod touch更好地合作



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

C13031651

TP316.84
58

苹果电脑**玩**全攻略

OS X 10.8 Mountain Lion

水木居士 编著



人民邮电出版社
北京

TP316.84

58

图书在版编目 (CIP) 数据

苹果电脑玩全攻略 : OS X 10.8 Mountain Lion /
水木居士编著. — 北京 : 人民邮电出版社, 2013.3
ISBN 978-7-115-30701-9

I. ①苹… II. ①水… III. ①操作系统—基本知识
IV. ①TP316.84

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第019060号

内 容 提 要

本书以最精简的方式讲解 Mac 计算机最新操作系统 OS X 10.8 Mountain Lion 的使用方法和技巧, 帮助读者充分理解和驾驭苹果电脑。

本书共 12 章, 第 1 章至第 6 章, 主要介绍 OS X 系统、基本操作及个性化设置; 第 7 章至第 10 章, 主要介绍 Mac 的网络设置及与其他 iOS 设备的互通; 第 11 章至第 12 章, 主要介绍通过 Mac 享受数码影音的操作与技巧。通过本书, 您将不再对 Mac 计算机感到陌生, 它将成为我们工作、生活、娱乐上的好伴侣。全新的使用方式、借鉴 iPad 的创新设计、更好的 iCloud 云同步服务, OS X Mountain Lion 可以让你的苹果电脑更智能、更易用、更有乐趣!

本书特别适合作为 Mac 计算机用户使用 OS X 10.8 Mountain Lion 的入门教材, 也适合苹果其他版本操作系统的用户参考阅读。

苹果电脑玩全攻略 OS X 10.8 Mountain Lion

- ◆ 编 著 水木居士
责任编辑 许曙宏
- ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街 14 号
邮编 100061 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京鑫丰华彩印有限公司印刷
- ◆ 开本: 787×1092 1/20
印张: 14
字数: 234 千字 2013 年 3 月第 1 版
印数: 1—3 500 册 2013 年 3 月北京第 1 次印刷

ISBN 978-7-115-30701-9

定价: 49.00 元

读者服务热线: (010) 67132692 印装质量热线: (010) 67129223
反盗版热线: (010) 67171154

前言

Mac，英文全称是Macintosh，也就是大家常说的苹果电脑，是硬件，是苹果公司生产的个人计算机。OS X，原先的全称是Mac OS X，是软件，是苹果电脑的专用操作系统。因为OS X是Mac专用的，所以本书的内容虽然主要介绍OS X的各种实用功能，但常常会把Mac和OS X结合在一起讲，也是体现苹果公司“软硬兼施”的特长，有好的硬件，同时配备好的软件。

2012年7月底，苹果公司发布了其最新的Mac操作系统，OS X Mountain Lion，即10.8版。与前代系统相比，10.8版引入了更多iOS 6（iPhone和iPad的操作系统）元素，对国内用户来说这个版本有了更多本土化功能，如支持新浪微博、163邮箱等。

苹果把OS X以及它的优秀应用移植到iOS之后，又将iOS上的创新功能移植回OS X，使OS X Mountain Lion显得更加平易近人并且活力十足。OS X Mountain Lion无疑会让熟悉iOS的用户轻松上手，也能让没有iOS设备的消费者体验到灵感来自移动设备的创新功能。它在分享和安全功能方面也有了大幅增强。

OS X Mountain Lion系统提供了iCloud功能，同时拥有Mac和iOS设备的苹果用户会发现iCloud会把用户的Mac、iPhone、iPad更加紧密地连接起来，在家里不再需要直接操作iOS移动设备来进行一些提醒或备忘录设置；反之，在外面也能使用iOS设备来实时修改原本在电脑上改动才能立刻生效的iWork文档。

如今，越来越多购买苹果产品的用户都有相同的问题：苹果系统怎么用，哪里能学，和Windows的区别在哪里，怎么解决使用过程中遇到的困难和麻烦，怎么和Windows用户进行交流，怎么分享资料和图片等。而本书就是要带领Mac的初学者，能够在最短的时间内掌握OS X Mountain Lion。本书不光有操作介绍，更有原理介绍。希望通过本书能使读者对苹果的Mac计算机和OS X Mountain Lion系统有一个全新的认识。

本书专门写给对OS X系统不太了解的读者。本书的写作原则是“快速”与“全方位”。“快速”指的是本书尽可能地以最精简的方式介绍大多数用户会用到的功能，掌握这些内容后，用户就可以随心所欲地操作Mac了。“全方位”指的是本书详尽地介绍Mac操作系统各种独特的操作方法，各种应用软件的使用技巧，内涵面广，可满足不同用户的使用需求。

全书共12章，第1章至第6章，主要介绍OS X系统、基本操作及个性化设置；第7章至10章，主要介绍Mac的网络应用及与其他iOS设备的互通；第11章至第12章，主要介绍通过Mac享受数码影音的操作及技巧。通过本书，您将不再对Mac计算机感到陌生，它将成为我们工作、生活、娱乐上的好伴侣。全新的使用方式、借鉴iPad的创新设计、更好的iCloud云同步服务，OS X Mountain Lion能让你的Mac更智能、更易用、更有趣！

本书由王红卫主编，同时参与编写的还有崔欢欢、翟文龙、张彩霞、张刚峰、崔倩倩、崔东洋、张朋杰、王红启、石改军、石珍珍、张永飞、陈留栓、杨晶、尹金曼、张四海、陈志祥、杨广于、王俊灏、马旋、谢颂伟、余昊等，在此感谢所有创作人员对本书付出的艰辛。在创作的过程中，由于时间仓促，错误在所难免，希望广大读者批评指正。如果在学习过程中发现问题，或有更好的建议，欢迎发邮件到bookshelp@163.com与我们联系。

编著

2012年12月

目 录

第1章 走进Mac世界 9

1.1 OS X 10.8 Mountain Lion新增功能概述 10

- 1.1.1 专为中国用户设计的功能 10
- 1.1.2 iCloud——苹果云 10
- 1.1.3 信息 11
- 1.1.4 提醒事项 11
- 1.1.5 备忘录 12
- 1.1.6 通知中心 12
- 1.1.7 分享列表 13
- 1.1.8 Game Center——游戏中心 13
- 1.1.9 AirPlay镜像 14
- 1.1.10 Gatekeeper——安全性与隐私 14

1.2 认识Mac计算机与OS X 15

1.3 认识Mac键盘、鼠标及触控板 16

- 1.3.1 Mac键盘 16
- 1.3.2 触控鼠标——Magic Mouse 20
- 1.3.3 触控板——Magic Trackpad 20

第2章 OS X的基本操作 21

2.1 系统初始化 22

2.2 进入与退出系统 25

- 2.2.1 用户切换与注销 25
- 2.2.2 多国语言界面实时切换 26

2.3 睡眠、重新启动与关机 28

- 2.3.1 睡眠——快速开/关机、节省电力 28
- 2.3.2 重新启动——让系统重新启动 29
- 2.3.3 关机——彻底关闭电脑 29

- 2.3.4 强制重启——死机时的良策 30

2.4 认识OS X桌面环境 31

- 2.4.1 Mac桌面 32
- 2.4.2 苹果菜单按钮 34
- 2.4.3 应用程序菜单 35
- 2.4.4 系统菜单栏 35
- 2.4.5 Dock工具栏 36

2.5 启动应用程序

- 2.5.1 从Dock工具栏启动应用程序 37
- 2.5.2 从Launchpad启动应用程序 37

第3章 窗口的基本操作 39

3.1 认识窗口 40

3.2 窗口的常用操作 41

- 3.2.1 调整窗口的大小 41
- 3.2.3 最小化窗口与还原窗口 43
- 3.2.4 移动窗口的位置 44
- 3.2.5 关闭窗口 44
- 3.2.6 快速切换正在执行的应用程序 45

第4章 OS X的个性化设置 46

4.1 个性化操控设置 47

- 4.1.1 掌握Magic Mouse的操作手势 47
- 4.1.2 掌握触控板的操作手势 49
- 4.1.3 设置键盘 57

4.2 个性化桌面设置 59

- 4.2.1 设置屏幕分辨率和亮度 59



4.2.2	设置桌面背景	60
4.2.3	动态背景的使用	61
4.2.4	设置屏幕保护程序	62
4.2.5	更换账户图片	63
4.2.6	调整鼠标光标大小	64
4.2.7	设置是否显示滚动条	65
4.3	日期与时间管理	66
4.3.1	更改日期与时间	66
4.3.2	设置日期与时间的显示方式	66
4.4	系统声音的设置	67
4.4.1	调整系统音量	67
4.4.2	调整麦克风的音量	68
4.5	个性化Finder窗口	69
4.5.1	Finder中不同的显示方式	70
4.5.2	定义Finder边栏	71
4.5.3	显示所有文件的扩展名	72
4.5.4	自定义Finder窗口的工具栏	73
4.5.5	隐藏Finder窗口左侧的边栏	75
4.6	个性化Dock工具栏	75
4.6.1	在Dock工具栏中自动放大 当前指向的图标	76
4.6.2	自定义Dock图标大小	76
4.6.3	调整Dock工具栏的位置	77
4.6.4	隐藏Dock工具栏	77
第5章 桌面功能大汇集79		
5.1	设置实用的桌面小工具——Dashboard	80
5.1.1	启动Dashboard	80
5.1.2	添加Dashboard小工具	82
5.1.3	删除Dashboard小工具	82
5.1.4	下载Dashboard小工具	82
5.2	窗口指挥中心——Mission Control	84
5.2.1	启动Mission Control	84

5.2.2	Mission Control界面简介	84
5.2.3	浏览应用程序窗口	86
5.2.4	创建桌面	87
5.2.5	删除桌面	88
5.3	应用程序管理高手——Launchpad	89
5.3.1	启动Launchpad	89
5.3.2	调整应用程序的位置	90
5.3.3	应用程序的管理	91
5.3.4	在Launchpad中快速删除应用程序	92

第6章 利用Finder做好文件管理93

6.1	Mac的文件管家——Finder	94
6.1.1	创建个人文件夹	94
6.1.2	重命名文件夹	94
6.2	移动文件与文件夹	95
6.2.1	一次移动一个文件或文件夹	96
6.2.2	一次移动多个文件或文件夹	96
6.3	拷贝文件与文件夹	97
6.3.1	以拖动的方式拷贝文件或文件夹	97
6.3.2	通过命令拷贝文件或文件夹	98
6.4	删除与恢复已删除的文件或文件夹	99
6.4.1	删除文件或文件夹	99
6.4.2	恢复已删除的文件或文件夹	99
6.4.3	清空废纸篓	100
6.5	文档预览——Quick Look	100
6.5.1	快速预览某个文件	100
6.5.2	预览多个文件	101
6.6	Finder的搜索大王——Spotlight	102
6.6.1	使用关键词来搜索	103
6.6.2	搜索过去听过的音乐	103
6.6.3	存储搜索操作	104

第7章 Mac的网络生活 105

7.1 认识网络设备与服务 106

- 7.1.1 常见的网络连接方式 106
- 7.1.2 常见的网络设备 108

7.2 Mac网络设置 109

- 7.2.1 ADSL拨号设置 109
- 7.2.2 局域网设置连接 111
- 7.2.3 Airport无线网络 111
- 7.2.4 设置网络所在位置 112

7.3 畅游Internet 113

- 7.3.1 体验Safari浏览器 114
- 7.3.2 使用书签收集网站 115
- 7.3.3 Top Sites预览网页 117
- 7.3.4 搜索网站与网页内容 118
- 7.3.5 存储图片与下载文件 119
- 7.3.6 订阅RSS 120

7.4 电子邮件的收发与管理 122

- 7.4.1 申请电子邮件账户 122
- 7.4.2 设置邮件账户 123
- 7.4.3 Mail的操作界面 125
- 7.4.4 邮件管理 128
- 7.4.5 发信、回信与添加附件 131
- 7.4.6 过滤垃圾邮件 134

第8章 Mac的办公助手 135

8.1 输入法的使用 136

- 8.1.1 切换中英文输入法 136
- 8.1.2 使用快捷键切换输入法 136
- 8.1.3 输入文本内容 137
- 8.1.4 输入特殊符号 138

8.2 名片管理员——通讯录 139

- 8.2.1 通讯录的操作界面 139

- 8.2.2 添加联系人 140

- 8.2.3 编辑名片内容 141

- 8.2.4 删除联系人 142

- 8.2.5 导入Windows联系人信息 143

- 8.2.6 将联系人名片导入通讯录 144

- 8.2.7 创建联系人群组 146

- 8.2.8 备份通讯录 148

8.3 全能帮手——日历 149

- 8.3.1 日历的操作界面 149

- 8.3.2 创建日历类别 150

- 8.3.3 新建事件 151

- 8.3.4 编辑事件 152

- 8.3.5 日历的高级管理功能 154

- 8.3.6 分享日历 157

- 8.3.7 订阅日历 158

8.4 生活管家——提醒事项 159

- 8.4.1 提醒事项的操作界面 159

- 8.4.2 新建提醒事项 160

- 8.4.3 编辑提醒事项 161

- 8.4.4 完成与删除提醒事项 163

- 8.4.5 新建与删除列表 164

8.5 私人助理——备忘录 165

- 8.5.1 备忘录的操作界面 166

- 8.5.2 新建备忘录 166

- 8.5.3 创建文件夹 167

- 8.5.4 移动备忘录 167

- 8.5.5 将备忘录制件为便签 168

- 8.5.6 管理备忘录 169

8.6 打印文件与打印机管理 170

- 8.6.1 连接本地打印机 170

- 8.6.2 打印文件 171

- 8.6.3 查看文件的打印状态 173

- 8.6.4 打印机的管理 175



第9章 Mac的办公应用177

9.1 Mac的文字处理——Pages178

- 9.1.1 Pages的操作界面178
- 9.1.2 创建文件179
- 9.1.3 编辑文件180
- 9.1.4 Pages的其他基本操作182
- 9.1.5 导出文件186

9.2 Mac的电子表格——Numbers187

- 9.2.1 Numbers的操作界面187
- 9.2.2 在模板中编辑Numbers文件189
- 9.2.3 在空白表单中编辑文件191
- 9.2.4 使用公式192
- 9.2.5 制作图表194

9.3 Mac的幻灯片——Keynote194

- 9.3.1 Keynote的操作界面195
- 9.3.2 创建幻灯片196

第10章 网络社交202

10.1 Mac即时通信——信息203

- 10.1.1 申请“信息”账户203
- 10.1.2 添加好友205
- 10.1.3 与好友进行文字聊天206
- 10.1.4 与好友视频聊天207
- 10.1.5 创建新信息208
- 10.1.6 删除聊天记录208

10.2 尽情享受视频通话——FaceTime209

- 10.2.1 登录FaceTime209
- 10.2.2 与好友视频聊天210

10.3 便捷的文字聊天——Microsoft Messenger211

- 10.3.1 登录Microsoft Messenger211
- 10.3.2 添加好友212
- 10.3.3 与好友进行文字聊天213

- 10.3.4 与好友进行视频聊天215
- 10.3.5 发送文件215
- 10.3.6 更换头像216
- 10.3.7 首选项设置217

第11章 我的数字音乐218

11.1 多媒体音乐中心——iTunes219

- 11.1.1 iTunes的操作界面219
- 11.1.2 导入与播放音乐221
- 11.1.3 编辑音乐简介223
- 11.1.4 创建音乐专辑224
- 11.1.5 创建播放列表226
- 11.1.6 共享iTunes资源库227

11.2 玩转iTunes228

- 11.2.1 更改iTunes资源库的显示模式229
- 11.2.2 从iTunes Store中获得资源230
- 11.2.3 同步各种资源至随身设备232

第12章 Mac的影音娱乐中心233

12.1 在Mac上浏览图片、听音乐234

- 12.1.1 浏览图片234
- 12.1.2 在Mac上听音乐237

12.2 数码的管理——iPhoto237

- 12.2.1 iPhoto的操作界面237
- 12.2.2 导入照片239
- 12.2.3 浏览照片241
- 12.2.4 管理与搜索照片244
- 12.2.5 打印照片248
- 12.2.6 与朋友分享照片249

附录A 软件的安装与卸载250

附录B 将旧版本升级到 OS X Mountain Lion ...272



第1章

走进Mac世界

当我们第一次走进Mac的世界，一定会对Mac及OS X操作系统感到陌生，为了帮助你快速上手，本章先带你认识并熟悉Mac，领略其独特的魅力，相信这一定会给你带来难忘的使用体验。



1.1 OS X 10.8 Mountain Lion新增功能概述

OS X Mountain Lion是苹果Mac操作系统的全新版本。通过全新的信息App，用户可以向使用其他iOS设备的任何人发送文本、照片、视频、通讯录、网络链接和文档，甚至可以在一部设备上发起对话，在另一部设备上继续进行。2012年7月25日，苹果正式发售了新一代操作系统OS X Mountain，版本号为10.8。

1.1.1 专为中国用户设计的功能

OS X Mountain Lion针对许多热门的中文服务提供全新支持。Mail、通讯录和日历可结合 QQ、163和126帐户使用。中文搜索服务提供商百度是Safari的内置选项。视频共享网站优酷和土豆也包含在全新“分享列表”中，因此，中国用户可以轻松将视频发布到网上。他们还可以使用新浪微博发布微博。改良的文本输入方法使输入中文变得更轻松、更快速、更准确。



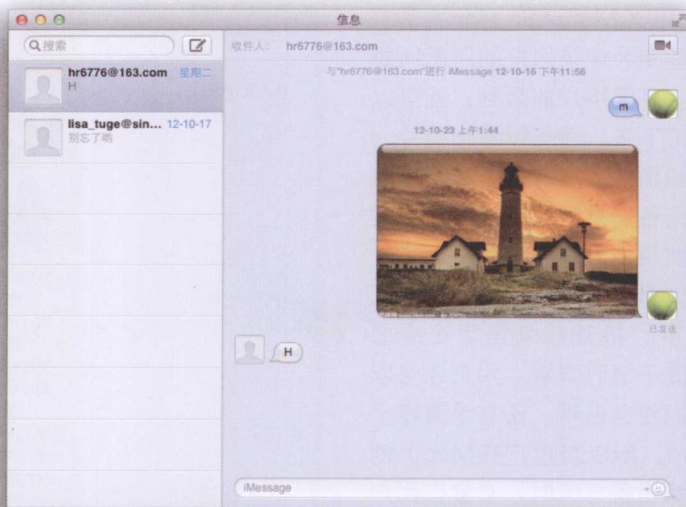
1.1.2 iCloud——苹果云

在OS X Mountain Lion中，只需用户用Apple ID登录一次，即可完成Mail、通讯录、日历、Safari、Mac App Store和FaceTime的iCloud设置。如果用户将文档放在云端，然后在Mac、iPad、iPhone或iPod touch上打开并进行文档编辑时，所有改动会显示在用户所有的iOS设备上。



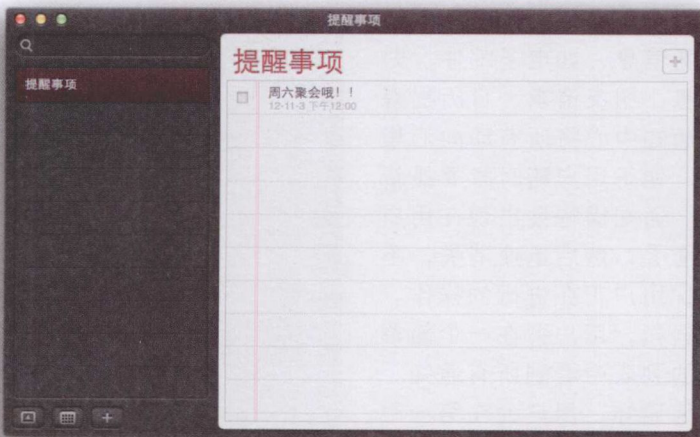
1.1.3 信息

“信息”具备老版本中iChat的所有功能，并且还能做到更多。它具备iMessage功能。就像iOS中的iMessage，它可以让用户向使用Mac或运行iOS 5或iOS 6的iPhone、iPad、iPod touch的任意用户发送信息，还可以发送照片、视频、文档和通讯录，甚至发送群组消息。用户可以查看你的信息何时被送达，以及谁正在输入回复。启用“已读回执”后，当用户读取信息时别人就可以知道。端到端加密功能可确保用户的信息既安全又私密。



1.1.4 提醒事项

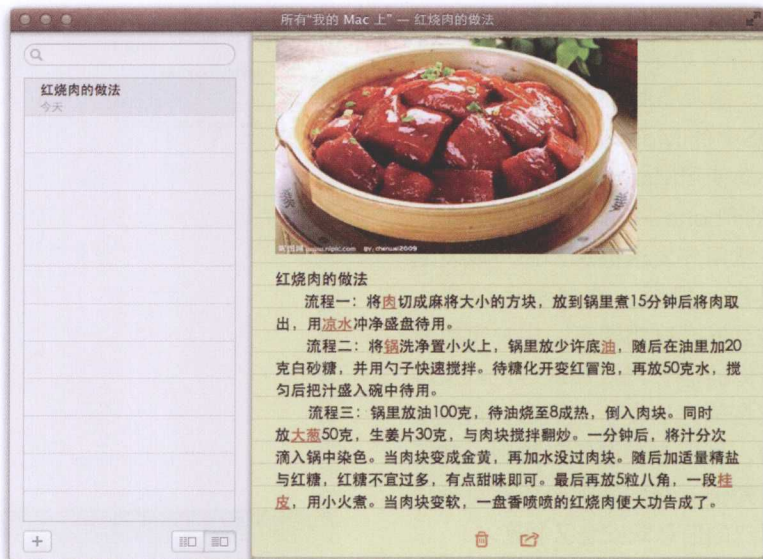
如果待办事项很多，提醒事项可以帮用户记住。它们全部在一个列表中。事实上用户可以根据需要制作多个列表，添加内容也十分容易。可以设置到期日，临近限时用户会收到提醒，确保你不会忘记任何事，iCloud会在用户的Mac、iPad、iPhone和iPod touch上即时更新你的提醒事项。





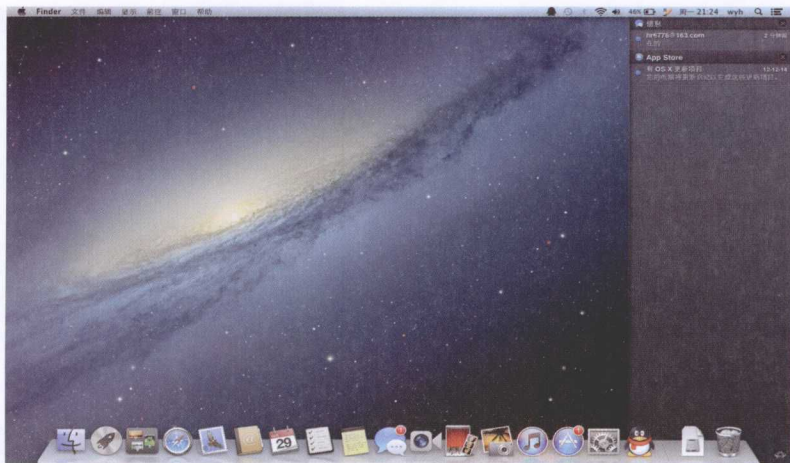
1.1.5 备忘录

OS X Mountain Lion的备忘录功能专为记录用户的所思所想而设。只要用户能想到，就可以将其记下来，还可以添加照片、图像和附件。用户能添加、删除和翻阅备忘录，或者进行快速搜索。使用“分享”按钮将备忘录通过Mail和“信息”发送给朋友或同事。将备忘录固定在桌面上，便于随时查看。用户还可以将它们随身携带。备忘录兼容于 iCloud，所以当用户在Mac上创建或编辑备忘录时，它会在用户的iPhone、iPad和iPod touch上自动更新。



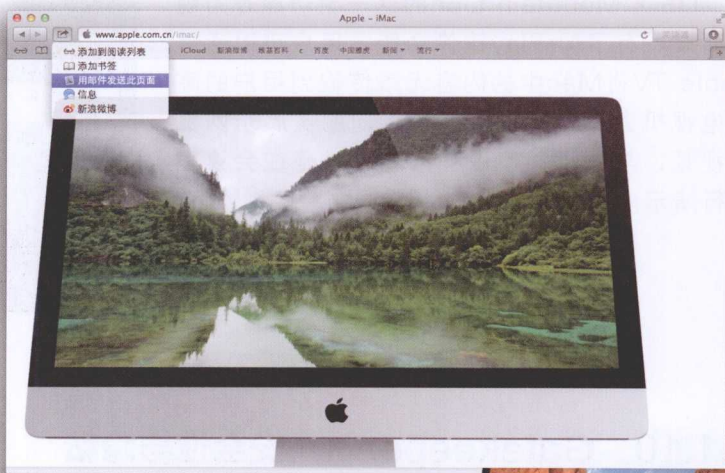
1.1.6 通知中心

用户的Mac总是会弹出一些新信息，如电子邮件、即时信息、朋友请求、日历提醒等。通知中心将所有动向汇集一处，便于用户随时掌握最新信息。通知横幅会出现在用户的桌面上，然后迅速消失，不会打扰用户正在进行的操作。向左轻扫，用户会在一个简单有序的列表中看到所有通知。有任何通知，用户会在第一时间知道。



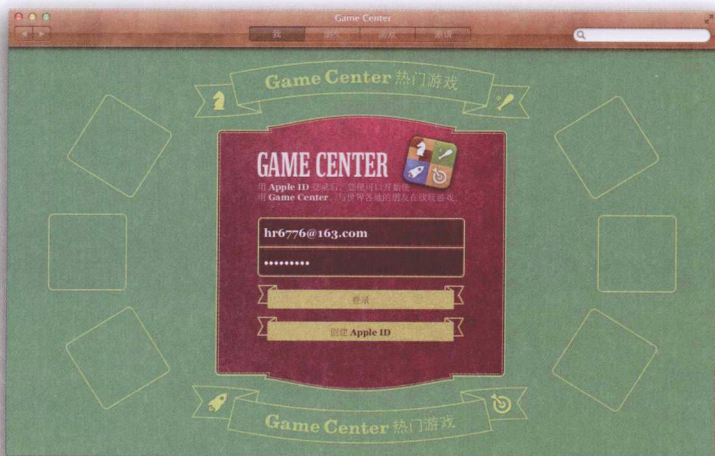
1.1.7 分享列表

用户会在很多 OS X Mountain Lion 应用软件中发现“分享”按钮。这是一种分享文字，甚至链接、照片和视频的全新而简单的方式。从 Safari 发送链接，通过 Mail 和 Messages 发送备忘录。



1.1.8 Game Center——游戏中心

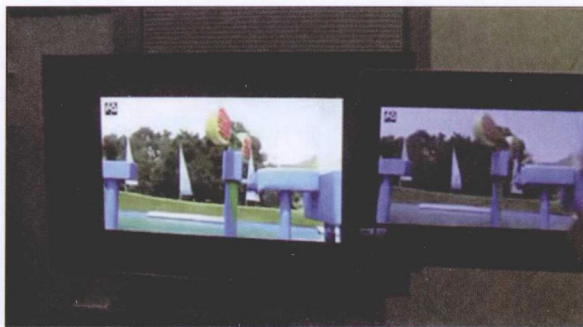
Mac 用户可以在 Game Center 中与 iPad、iPhone 和 iPod touch 用户进行游戏对决。战局不断扩大，竞争也更加激烈。只需用户用 Apple ID 创建一个 Game Center 账户，登录后便可立即开战。朋友可以很快找到你，而你也可以轻松追踪他们。开始一个多人游戏，或者与陌生人一决高下。查看排行榜，了解你与全球对手的分數排名情况，或者根据你和朋友玩过的游戏发现新的游戏。





1.1.9 AirPlay镜像

OS X Mountain Lion的这一新功能专为观众而设。有了AirPlay镜像功能，用户可以通过Apple TV将Mac中的内容无线传输到用户的高清电视机上。在沙发上就可以向朋友展示网页和视频，与同学共享课程内容，或是在会议室进行演示。



1.1.10 Gatekeeper——安全性与隐私

OS X Mountain Lion的Gatekeeper功能让Mac比以往更安全。它可以避免用户在不知情的情况下下载和安装恶意软件。而且用户还可以一手掌控在Mac上下载和运行哪些应用软件。现在，有三种安全选项任用户选择。用户可以选择下载和运行任何来源的应用软件。



提示

以上各新增功能只是简要介绍，在后面章节中有相关内容的详细讲解，欲了解详情，可参考后面的章节相关内容的讲解。

1.2 认识Mac计算机与OS X

当我们在购买Mac时，到底是因为需要，还是因为被它时尚、迷人的外观所吸引呢。其实大部分人对Mac的认识是很有限的，如果想驾驭手边的Mac，那么就请跟随本书一起踏上这神奇的探索之旅。

通常大家所说的Mac，是对Mac计算机的统称，如iMac、MacBook、Mac mini等。而Mac OS X是Mac系统是苹果计算机专用系统，是基于UNIX内核的图形化操作系统，如今已如上文所述简称为OS X，现行的最新的系统版本是OS X Mountain Lion（版本号为10.8），也是本书要介绍的版本。

虽然Mac的硬件设备和普通PC的规格几乎相同，但是一向设计考究的Mac，总给人以高贵典雅之感。比如划时代的、把主机和显示器完全整合在一起的iMac；小巧、雅致、小方盒子外形的Mac mini；将整块的铝合金材质切削为一体成型的MacBook Pro，以及巧夺天工般超薄的MacBook Air等。



▲iMac 一体化设计，动力与性能，华丽结盟



▲MacBook Air 轻、薄，却坚如磐石；性能强劲，极致便携



1.3 认识Mac键盘、鼠标及触控板

Mac的键盘、鼠标都与PC键盘基本相似，但其操作方式和功能键的使用与PC略有不同。通过本节的讲解，可以让大家更加轻松地操控Mac。

1.3.1 Mac键盘

下图是苹果iMac标配键盘，无需连接线，就可以随处使用无线键盘，放在电脑前或膝上操作都轻而易举。它与PC键盘一样提供字母、数字区域。



该键盘最上面一排是 F1 ~ F12 功能键，我们可以根据按键上的图标来分辨其功能。了解这些按键的功能及使用方法，能大幅提升苹果电脑的操作速度。

