



苹果开发
与应用系列

苹果网 (MacX.cn) 鼎力推荐

针对最新的Mac OS X 10.7

畅销书“玩转”系列写作风格

图文结合, 简单易学, 全程实例讲解, 一学就会

HZ Books
华章科技

玩转我的 苹果电脑 (Mac OS X 10.7版)

王杉 张喆 肖健 等编著



机械工业出版社
China Machine Press



苹果开发
与应用系列

玩转我的 苹果电脑

(Mac OS X 10.7版)

王杉 张喆 肖健 等编著



机械工业出版社
China Machine Press

本书以循序渐进的方式,全面系统地介绍了Mac OS X v10.7代号Lion的基本使用、初级设置和高级管理等内容。

本书共分为9章,首先循序渐进地讲解了Lion的基本使用方法;然后介绍了个性化Lion的内容,包括账户管理、桌面和屏幕保护设置以及个性化字体等;然后从网络设置、网络生活和商务等方面为用户介绍Lion提供的全面功能;接下来,考虑到很多用户仍需要使用Windows系统,并习惯于使用Windows中的某些软件,本书介绍了如何在Mac中安装Windows系统,以及如何在Mac中使用Office套件等内容;最后,为了让中级玩家升级到玩转玩家,对Lion有更深入的了解,本书介绍了Lion的安全性管理和优化管理等高级内容,让读者真正玩转Lion,实现自己Mac机的价值。

本书内容丰富实用,操作详细具体,对于各个阶段的Mac机用户都能起到较好的帮助作用,让每位读者都能轻松玩转苹果电脑。

封底无防伪标均为盗版

版权所有,侵权必究

本书法律顾问 北京市展达律师事务所

图书在版编目(CIP)数据

玩转我的苹果电脑:Mac OS X 10.7版 / 王杉等编著. —北京:机械工业出版社, 2011.9

(苹果开发与应用系列)

ISBN 978-7-111-35945-6

I. 玩… II. 王… III. 电子计算机—基本知识 IV. TP3

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第192845号

机械工业出版社(北京市西城区百万庄大街22号 邮政编码 100037)

责任编辑:陈佳媛

中国电影出版社印刷厂印刷

2011年10月第1版第1次印刷

147mm×210mm·7.875印张

标准书号:ISBN 978-7-111-35945-6

定价:39.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

客服热线:(010) 88378991; 88361066

购书热线:(010) 68326294; 88379649; 68995259

投稿热线:(010) 88379604

读者信箱:hzsj@hzbook.com

前言

编写初衷

千呼万唤始出来，2011年7月，Mac OS X v10.7 Lion终于与用户见面了。Mac OS X自面市以来，一直深受广大用户的喜爱，据调查显示，全球有越来越多的用户“甩掉”PC而改用苹果电脑。而刚上市的10.7 Lion相较于之前的Mac OS X，增加了250多项新功能，为用户带来了更多的惊喜。

相信对于很多刚从Windows系统转用Mac OS的用户来说，可能要花费时间掌握Mac OS的基本操作，另外即使作为初级玩家，Mac也还有很多你们并未探索完的功能。由于苹果提供的使用手册和官方介绍中的资料并不详细；加之网络上发布的资料总是以片段的形式存在，有些内容又过于简单或者不完整，您可能需要花费很多时间从浩瀚的网络海洋中寻找对自己有用的信息。为了使Mac OS的玩家尽快掌握它的使用方法，并进一步探索其魅力，我们整理了Lion的功能和使用技巧，将一些使用的方法和技巧归纳整理并撰写成书，与众多在黑暗中探索Lion魅力的玩家们一起分享。

另外值得一提的是，我们把在本书中提到的一些资料或者软件放到了**bbs.book95.com**网站上，还专门开辟了资料分享和答疑专用帖<http://bbs.book95.com/thread-1003-1-1.html>，欢迎广大读者与我们进行交流。

内容安排

本书采用图文对照的方式编写，以直观的图注说明和详细的操作介绍为苹果电脑入门者提供快速掌握操作技巧以及工作上与生活中问题的最佳解决方案。

本书共9章，内容介绍上富有层次感。首先从初识Lion开始，让

读者了解Lion相较之前Mac OS X有什么新功能；然后面向初次使用Mac OS的用户介绍了Mac OS的基本使用和个性化设置Mac的方法；接下来从网络、休闲和商务等方面出发，为用户介绍了Lion提供的各项功能；考虑到很多读者习惯使用Windows系统及其相关软件，本书也介绍了如何在Mac中安装Windows以及如何Mac中使用Office套件等知识；最后，对于Mac OS高级用户，本书介绍了一些系统安全维护和优化的内容，帮助读者更加轻松玩转Lion。本书层次清晰，符合读者学习的习惯，能让读者高效地掌握Lion的各项功能。

写作特点

(1) 内容充实：本书涵盖了Lion的绝大部分功能，内容丰富充实，读者可以从书中学到感兴趣的知识。

(2) 层次合理：本书按Lion中功能的不同，进行了合理划分，内容循序渐进具有层次感，让Lion不同阶段的用户都能从中找到感兴趣的内容。

(3) 图文对照，简单易学：在写作过程中，我们避免了大量冗繁的文字叙述，通过大量的详细操作截图来展示具体应用，做到图文对照、简单易学，能更好地吸引读者的注意力并提高读者的兴趣。

在本书的编写过程中，王杉、张喆和肖健等担任了主要的编写工作，感谢闫丽霞、孙玲延和寇圆圆等参与本书的编写，感谢孙迪和张铮对本书策划提出的宝贵意见，同时，向关心本书的同仁和朋友表示诚挚的感谢。

由于作者水平有限，加之时间仓促，书中难免有不妥之处，尽管本书编者尽了最大努力，但仍难免会有不尽如人意之处，谨请广大读者提出宝贵意见和建议，欢迎通过www.book95.com联系我们。

作 者

2011年8月

目 录

前言

第1章 认识Mac OS X v10.7	1
1.1 Mac OS发展史	2
1.1.1 System 1.0	2
1.1.2 System 2.0 - System 6	2
1.1.3 System 7、7.1-7.5、8.0-8.6、9	3
1.1.4 Mac OS X	4
1.2 Mac OS X v10.7 新特性	7
1.2.1 全屏应用	8
1.2.2 Mission Control和Launchpad	9
1.2.3 多触摸手势	10
1.2.4 Mac App Store	10
1.2.5 重返功能	11
1.2.6 自动保存	11
1.2.7 AirDrop	12
1.3 安装Mac OS X v10.7	12
1.3.1 第1步：多种方式进入安装界面	12
1.3.2 第2步：选择磁盘	14
1.3.3 第3步：自定义安装组件	15
1.3.4 第4步：数据恢复	17
1.3.5 第5步：账户设置	18
第2章 Lion初体验	21
2.1 Lion桌面布局	22
2.1.1 Finder菜单栏	22

2.1.2 Dock	23
2.1.3 窗口	26
2.2 Lion桌面新功能	33
2.2.1 Mission Control	33
2.2.2 Dashboard	34
2.2.3 Launchpad	36
2.3 快捷键操作	36
2.3.1 屏幕捕捉	37
2.3.2 Finder	37
2.3.3 文件和目录	38
2.3.4 窗口操作	38
2.3.5 应用程序	38

第3章 个性化您的Mac

3.1 管理账号	41
3.1.1 多人账户设置	41
3.1.2 家长控制	45
3.1.3 关于账户的其他内容	50
3.2 自定义桌面与屏幕保护	51
3.2.1 桌面背景设置	51
3.2.2 屏幕保护设置	54
3.2.3 锁定电脑屏幕	55
3.3 个性化字体设置	58
3.3.1 设置系统语言	59
3.3.2 字体设置	60
3.3.3 输入法设置	68

第4章 网络设置

4.1 如何找到网络设置	71
4.2 ADSL上网设置	72

4.2.1 创建网络连接	72
4.2.2 添加ADSL账户	73
4.2.3 ADSL的高级应用	75
4.2.4 ADSL的快捷方式——菜单栏显示	75
4.3 无线网络上网设置	76
4.3.1 创建无线连接	76
4.3.2 无线连接的快捷方式	79
4.3.3 无线连接的高级应用	79
4.4 局域网上网设置	81
4.4.1 自动获取局域网连接	81
4.4.2 手动获取局域网连接	82
4.4.3 局域网高级设置	83
4.5 设置网络所在位置	83
4.6 Mac与Mac之间共享网络	85
4.6.1 创建电脑对电脑的网络	85
4.6.2 电脑与电脑的互联网访问	87
4.7 Mac与Windows 7之间的共享网络	89
4.7.1 Mac与Windows 7网络共享设置	90
4.7.2 Mac与Windows 7之间共享网络的互相访问	97
4.8 远程登录、远程管理和屏幕共享	98
4.8.1 远程登录	99
4.8.2 远程管理	101
4.8.3 屏幕共享	102
4.9 蓝牙设置	104
4.9.1 添加蓝牙设备	104
4.9.2 蓝牙接收	105
4.9.3 蓝牙的发送	106
4.10 打印机的设置	106
4.10.1 安装打印机	107
4.10.2 打印机的共享	108

第5章 Lion与网络生活	111
5.1 Safari浏览器	112
5.1.1 显示和添加标签	112
5.1.2 3种显示方式	113
5.1.3 网页操作	117
5.2 Mail邮件服务	120
5.2.1 新建帐户	120
5.2.2 设置工具栏	123
5.2.3 收发邮件	125
5.2.4 邮箱设置	129
5.3 FaceTime	133
5.4 iChat	136
第6章 Lion的休闲世界	143
6.1 Mac App Store	144
6.1.1 创建Apple ID	144
6.1.2 下载安装软件	147
6.2 iTunes与音乐	148
6.2.1 添加和播放音乐	149
6.2.2 解决音乐名乱码问题	151
6.3 照片管理	152
6.3.1 Photo Booth	152
6.3.2 iPhoto	155
6.4 影视世界	160
6.4.1 iMovie	160
6.4.2 iDVD	172
第7章 Mac与商务	178
7.1 Keynote	179
7.1.1 主题和界面	179

7.1.2 文件处理	183
7.2 Numbers	184
7.2.1 模板	184
7.2.2 主界面	185
7.2.3 强大的公式栏	186
7.3 Pages	187
7.3.1 模板	187
7.3.2 浏览显示	187
7.4 iCal	189
7.4.1 主界面	189
7.4.2 新建日历分类	189
7.4.3 添加新事件	190
第8章 Mac与Windows不了情	192
8.1 Boot Camp快速安装	193
8.1.1 安装Windows	193
8.1.2 使用Windows	196
8.1.3 移除Windows	199
8.2 虚拟机安装Windows	199
8.3 Office for Mac	204
第9章 安全与优化管理	208
9.1 防止网络威胁	209
9.1.1 防病毒软件推荐	209
9.1.2 ClamXav	210
9.1.3 养成良好的习惯	212
9.1.4 Lion的软件更新	213
9.2 防火墙	215
9.3 数据加密	217
9.3.1 Safari隐私功能	217

9.3.2 FileVault数据加密	218
9.3.3 文件加密	222
9.3.4 3个资源库	224
9.4 Time Machine	226
9.4.1 系统备份	226
9.4.2 系统恢复	229
9.5 OnyX系统优化大师	231
9.5.1 验证	234
9.5.2 修复面板	235
9.5.3 清理缓存	236
9.5.4 设置系统参数	238
9.6 磁盘工具	238
9.6.1 修复硬盘	238
9.6.2 权限修复	240

认识Mac OS X v10.7

“Mac”最开始来源于“Macintosh”一词，指的是苹果电脑，以前曾翻译成“麦金托什”或者“麦金塔”，因为现在苹果电脑采用自家的Mac OS系统，所以被称为Mac机或者苹果机。

“Mac OS”是一套运行于苹果Macintosh系列电脑上的操作系统，1984年问世，它是首个在商用领域成功的图形用户界面。2001年，苹果发布了Mac OS X（X为10的罗马数字写法），这是苹果Mac OS诞生15年来最大的变化，而最新的Mac OS X 10.7代号Lion（狮子）于北京时间2011年6月7日凌晨1点在旧金山发布。先来简单回顾一下Mac OS在这十几年来的发展，并查看Lion所具有的新特性。

1.1 Mac OS发展史

从1984年的System 1.0到现在的Mac OS X系列, Mac OS经历了一系列的发展。

1.1.1 System 1.0

System 1.0 (如图1.1所示) 是苹果配合Macintosh 128K的最初电脑操作系统, 发布于1984年1月, 是第一个麦金塔操作系统。System 1.0含有桌面、窗口、图标、光标、菜单和卷动栏等项目, 全体系统文件夹仅216K, 还不支持从菜单中建立新的文件夹。

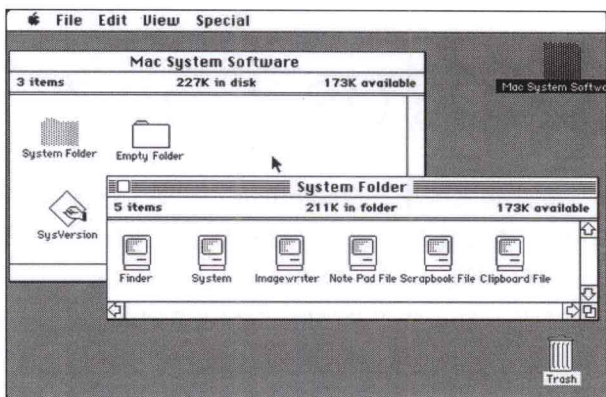


图1.1 System 1.0

1.1.2 System 2.0 - System 6

System 2.0是在1985年的4月发布的, 2.0只是1.0的一个更新而已, 没什么太大的变化。从1985年到1987年, Macintosh的操作系统从System 2.0更新换代到了System 5.0。1988年到1991年的System 6 (如图1.2所示) 和System 1.0相比并没有很大的改进, 只是做了一些小修小补的工作。

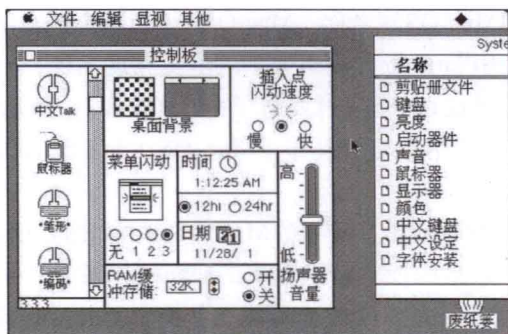


图1.2 System 6

1.1.3 System 7、7.1-7.5、8.0-8.6、9

1991年发布的System 7（图1.3）是第一款彩色的Mac OS，有了256色的图标和Quick Time多媒体，也能更好地支持互联网。System 7.0发布之后，系统中仍存在一些错误，虽然System 7.0.1和一些小型更新解决了问题，但是Bug依旧不断，于是苹果推出System 7.1来修补，它也是苹果第一个收费的操作系统。

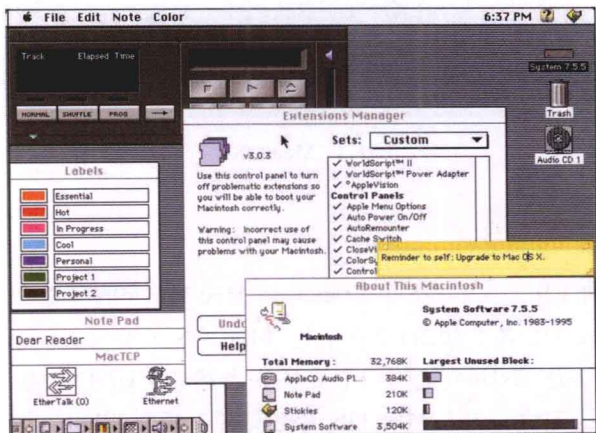


图1.3 System 7

1997年7月26日，Mac OS 8.0正式发布，也就是从这个版本开

始,正式采用Mac OS的名称。Mac OS 8.0为用户带来了多线程的搜索Finder、三维Platinum界面以及新的电脑帮助系统。

此后,苹果在1998年1月发布了Mac OS 8.1,然后从1998年10月至1999年5月,苹果相继发布了Mac OS 8.5/8.5.1/8.6,功能上没有多大的改变。

接下来,1999年10月发布的Mac OS 9(如图1.4所示)被认为是2000年前,最后一次大升级版本的Mac操作系统,并将是以往我们所熟悉的Mac OS的最后一个版本,接下来承担Mac操作系统重任的将会是Mac OS X。

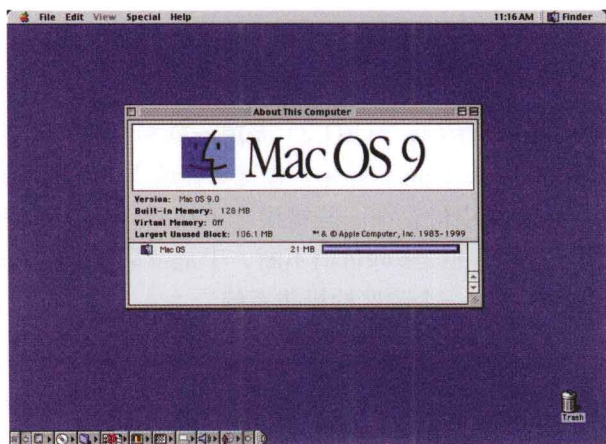


图1.4 Mac OS 9

1.1.4 Mac OS X

2000年1月,人们在San Francisco Mac World的展览会上第一次看到了Mac OS X(如图1.5所示)。Mac OS X采用了Darwin内核,Darwin内核是UNIX系统的一个变种,当然具有UNIX类操作系统所具有的高稳定性。并且Mac OS X还具有一套全新设计的叫做Aqua的用户界面。Aqua界面非常漂亮,拥有如水流般的平滑动感、设计精美的图标、菜单和停靠栏等。Mac OS X一问世就获得了大家的一

片赞叹，从那时开始直到现在Mac OS X的Aqua用户界面一直是许多人心中的最佳选择。



图1.5 Mac OS X

Mac OS X从2001年发售的10.1到现在的10.7，每一代都备受推崇，有意思的是，苹果为每代Mac OS X所起的代号都是一种猫科动物，代表着Mac OS X的强大功能和超快速度。

- Mac OS X v10.0 “Cheetah”

“Cheetah”的意思是“猎豹”，它拥有全新的Dock方式来组织Mac的用户应用界面，并首次使用了类UNIX内核的Macintosh操作系统，新添加了Mail、Address Book等功能，用新文字处理器TextEdit替代了SimpleText，另外还开始支持内存保护，当某个应用程序破坏其内存时，使用内存的其他应用程序将不会被损坏。

- Mac OS X v10.1 “Puma”

“Puma”代表着“美洲狮”，相较于“猎豹”，美洲狮的系统性能有了全面提升，而且更容易刻录CD和DVD，并有了更多的DVD播放和打印机支持，同时推出了AppleScript工作室，允许用户以AppleScript应用程序创建一个简单的图形界面。

- Mac OS X v10.2 “Jaguar”

“Jaguar”即“美洲虎”，这个版本增加了对Windows网络和共享协议的支持，另外更新的Finder搜索提供对窗口更详细的使用，提高了系统速度并加入了文件日志系统。

- Mac OS X v10.3 “Panther”

10.3的“黑豹”改善了Mac OS与Microsoft Windows间的沟通能力,增加了iChat AV视频会议软件,另外新的Xcode开发者工具缩短了编译时间,同时允许用户维持登录状态并使用另一个用户登录。

- Mac OS X v10.4 “Tiger”

“Tiger”(老虎)引入了Spotlight和Dashboard等新技术,并改进了iChat和Mail等网络工具。

- Mac OS X v10.5 “Leopard”

苹果声称代号为“豹子”10.5新增了300多项功能:包括“回到我的Mac”,一个让Mac用户在外通过网络访问家中电脑文件的功能;Boot Camp,它是一种软件助理,可以让Windows XP或Vista得以以分区方式安装在Intel核心的Mac上;重新设计了桌面3D Dock; Spaces,实现了多重虚拟桌面功能,允许每个用户拥有多个桌面,并在各个桌面运行不同的应用程序。用户可创造并控制多达16个空间,而且应用程序间可以相互切换,综合起来产生非常庞大的工作空间。

- Mac OS X v10.6 “Snow Leopard”

从“雪豹”(图1.6)这个版本开始,Mac OS只支持Intel处理器。相较于之前版本,雪豹拥有几项新特性:用户可以利用Finder进行自定义范围和搜索方式的文件搜索;新设计的防火墙使用起来更方便,用户无需知道具体端口号,直接选择要阻止的应用程序和服务;在雪豹OS中即使Mac处于待机或睡眠状态也需要输入用户名和密码来激活,减少了其他人未经授权访问Mac机的可能;雪豹拥有的庞大字符库支持多种复杂字符,包括繁体汉字等;新的控制面板界面发生了变化,分类更为细致,鼠标和键盘也分成了两个单独图标。

- Mac OS X v10.7 “Lion”

从2010年10月的“Back to the Mac”大会开始,大家就开始期待苹果的Mac OS X v10.7,“Back to the Mac”的主题(如图1.7所示)是一个狮子在苹果背后探头探脑,大家预测,10.7的代号将是丛林之王——狮子。2011年7月苹果终于发布了最新的Mac OS X