

电脑神通傻瓜丛书

Internet E-Mail 傻瓜书

Paul McFedries 著

徐立华 卢雄远 丛牧儿等 译

李恕中 审校



清华大学出版社

WQ



西蒙与舒斯特国际出版公司

电脑神通傻瓜丛书

Internet E-Mail 傻瓜书

[美] Paul McFedries 著

徐立华 卢雄远 丛牧儿等 译

李恕中 审校



清华大学出版社
西蒙与舒斯特国际出版公司

(京)新登字 158 号

内 容 简 介

电子邮件(e-mail)是庞大而复杂的国际互联网(Internet)最基本的服务。它易学好用,收效快,使用最为广泛。本书介绍了收发电子邮件的规则、邮件礼仪、行话和预防电子窃听等 e-mail 基础知识;当今最为流行的 11 种 e-mail 软件的使用方法;如何用 e-mail 访问 Internet 丰富的资源,在网中获取文件、发传真,寻找各种有用的信息、资料。

本书内容翔实,深入浅出,是广大计算机用户实用的参考书。

Paul McFedries; The Complete IDIOT'S Guide to Internet E-Mail

Authorized translation from the English language edition published by Que Corporation.

Copyright ©1995 by Que Corporation.

All rights reserved. For sale in Mainland China only.

本书中文简体字版由清华大学出版社和美国西蒙与舒斯特国际出版公司合作出版,未经出版者书面许可,不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分。

北京市版权局著作权合同登记号:01-96-1184 号

本书封面贴有 Simon & Schuster 防伪标签,无标签者不得销售。

版权所有,翻印必究。

图书在版编目(CIP)数据

Internet E-Mail 傻瓜书/(美)麦克费德里斯(McFedries, P.)著;徐立华等译. —北京:清华大学出版社, 1996. 8

(电脑神通傻瓜丛书)

书名原文: The Complete Idiot's Guide to Internet E-Mail

ISBN 7-302-02281-X

I. I… II. ①麦… ②徐… III. 电子邮件-全球网络;互连网络-普及读物 N. TP393-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(96)第 15861 号

出版者: 清华大学出版社(北京清华大学校内, 邮编:100084)

西蒙与舒斯特国际出版公司

印刷者: 清华大学印刷厂

发行者: 新华书店总店科技发行所

开 本: 787×1092 1/16 印张:15.5 字数:346.5 千字

版 次: 1996 年 9 月第 1 版 1997 年 2 月第 2 次印刷

书 号: ISBN 7-302-02281-X/TP·1120

印 数: 8001—16000

定 价: 26.00 元

《电脑神通傻瓜丛书》新系列出版说明

自从《电脑神通傻瓜丛书》问世以来,获得了很多读者的欢迎,成为广大电脑用户喜爱的读物,在各地书店中清华大学出版社的“傻瓜书”成了抢手货,究其原因,一方面是由于现已出版的“傻瓜书”都是当前电脑用户关心的热点技术,但更重要的是这套丛书的编写方法不同于教材或使用手册,丛书通过活泼的语言、简明的描述、加上丰富的图示实例,使您轻轻松松地就学到了非常实用的内容。读起来没有单调、枯燥、沉闷的感觉,而是“一口气”就读了一大篇。这套丛书特别适合于广大的普通用户,因为它能适应读者希望尽快地学会使用各种软件的要求,就像拿起傻瓜相机就能拍照一样。

当然,使用电脑远比使用照相机要复杂得多,它不像照相机那样只要选定了光圈、时间、距离三项要素,就能拍出一张照片。因此在傻瓜相机中只要能自动设定这三项参数就谁都会拿起相机拍照了。而电脑可要复杂得多,再加上五花八门的软件日新月异,真使人眼花缭乱,应接不暇,所以傻瓜书也不可能像傻瓜相机的使用说明书那么简单。难怪有的读者反映“傻瓜不傻”,如果您对 Windows 还一无所知,那么读起 Windows 95 来自然有些地方就不易理解。但只要您对 Windows 有一个基本了解,那么读了 Windows 95 的傻瓜书就可以窥其全貌,迅速入门,学会使用了。

我社和 IDG 书籍出版公司合作已经推出了首批傻瓜书,受到读者的广泛欢迎。为了满足读者的需要,我社进一步扩大对外合作,选择引进其他著名出版公司的傻瓜风格的计算机图书,有计划地发展《电脑神通傻瓜丛书》。

美国西蒙与舒斯特国际出版公司是世界著名的出版集团,她由 90 多家知名出版公司组成。其中麦克米伦计算机出版公司是世界最大计算机图书出版公司,她的出版物在美国的计算机图书市场占有率达 40% 以上。在麦克米伦计算机出版公司之下的 Que, SAMS, New Riders Publishing, Ziff-davis Press, M&T/MIS 等出版公司不仅被美国读者所熟知,而且已被中国广大计算机图书读者所熟知。我们双方携手合作,即将陆续推出一批傻瓜书,成为我社组编的《电脑神通傻瓜丛书》的新成员。而且在内容的选择上力求跟上电脑技术的发展,质量上将精益求精更上一层楼以满足用户们的希望。

《电脑神通傻瓜丛书》问世时间不长,尽管我们主观上想努力使读者满意,但在书中肯定还会有不尽人意之处,欢迎一切爱护关心它的读者提出宝贵的意见和建议,这也是对我们工作的最大支持。

译者序

近年来,各国新闻媒介竞相报道 Internet 国际互联网,Internet 的迅猛发展被誉为是一场信息革命。至今,全世界已有 150 多个国家和地区入网,连接的网络多达六万多个,已有 6000 万终端用户,目前还在以每月 15% 的速度增加。我国自 1994 年 5 月以来,进入国际互联网的用户已达一万多个。随着骨干网 Chinanet 的正式开通,用户数目将成倍增长。随着电话、家用电脑逐步普及,寻常人家进入 Internet 网的时间也不会太远了。

庞大复杂的国际互联网提供各种各样的信息服务,新用户上网后可能会无所适从。电子邮件是进入这多彩世界的最佳途径,也是网上居民使用最为广泛的通信工具(每月约十亿封电子邮件)。本书以通俗简明的语言,形象的比喻,实际的操作流程,介绍了 e-mail 的基础知识,各种 e-mail 软件使用方法及其扩展功能。本书在内容筛选、形式编排上有不少特点。第一,以生活中的实例比拟一些深奥的概念。如,用城市交通描述 Internet 电子邮件系统的运行机理,使人难以忘怀。第二,适应母语不是英语国家用户的需要。电子邮件迷们创造的一些行话、缩写词(如 ROTFL),使人见了一筹莫展。本书较全面地收集了新词和缩写词,供读者查阅。书中的符号:-(要侧着头看)不由得使人想起我国的古老的象形文字,形象逼真。第三,e-mail 软件选材全面实用。书中列出了当今流行的 11 种 e-mail 软件的功能和使用方法。针对 DOS,Windows,UNIX 和 Mac 系统,用户可以选择适合自己的计算机和感觉良好的软件。第四,揭示一些 e-mail 鲜为人知的扩展功能。一般人都知道 e-mail 基本上用于人际通信,殊不知还有许多利用、开发 Internet 各种资源的功能。如,用 e-mail 发送传真,传送声音、图象等非文本文件。另外,书中还列出许多 e-mail 地址供读者发函查询资料。特别是本书作者专门在 Internet 网上创建了一个新的目录表,有兴趣者可共同探讨相关问题。

本书由地矿部北京计算中心和北京工业大学计算机系的同志们合译。参加翻译的有徐立华、卢雄远、丛牧儿、何江陵和陶萃渊。全书由徐立华统稿,李恕中审校。由于译校时间较紧,译文中难免有疏漏、失当之处,欢迎读者批评指正。

引言

据官方消息：国际互联网 Internet 是当今举世瞩目的一场信息革命。有十几个专门介绍 Internet 的电视节目争相出台；时代月刊、商业周刊、GQ 等杂志中洋洋洒洒的评论文章使人耳目一新；甚至各地报纸上也发表一些令人眼花缭乱的“技术”报告，报道网络上正在发生的各种新闻事件。与此同时，几百万网络居民（他们偶尔也带着袖珍工具上门服务）在 Internet 上成群结队，酷似一队队南归的飞燕。

一旦上网，这些人会发现什么呢？从好的方面说，他们会看到各种专题的翔实资料；成千上万志趣相投者用计算机访问 Usenet 新闻组和 Internet 联机论坛；无论计算机是否远在天涯海角，他们都能找到其中的文件，并在几秒钟内把文件复制到自己的硬盘之中。

遗憾的是，他们也尝到了由 Internet 的缺陷带来的苦涩滋味：

■ Internet 上有许多不同的服务器，要想了解（并进一步记住）所有服务器的功能确非易事。什么 FTP, Gopher, WWW, Telnet, WAIS 等等不一而足。要熟悉其中的每一项都要花不少时间。

■ 一旦你选中了要使用的服务器，又常常会遇到使人望而生畏的问题：学习使用各种不同的软件包，才能顺利访问该服务器。

■ 最后，你掌握了软件的使用方法，又要陷入寻找所需信息的琐碎的事务性工作中。

总之，面对庞大复杂的 Internet，大部分人都会感到无从下手。但有一种办法可以逾越这些障碍，方便地敲开 Internet 的大门：开始时只选择一个服务器，找一个使用时看上去比较有趣的 Internet 功能，学习、熟悉它，直到使用时得心应手、轻松自如，然后再试着连接下一个服务器。

欢迎阅读 Internet E-Mail 傻瓜书

正是基于上述想法，促使我一口气写完了这本书，《Internet E-Mail 傻瓜书》就是把 Internet 中简单、易用的部分——e-mail（电子邮件）系统抽取出来，放在阳光下，让大家能看得更清楚。即使读者以前从未用过 e-mail，学起来也不会吃力。我们将从基础知识开始讲起，你能轻松地掌握 e-mail 的基本概念和术语，然后再介绍一些应用 e-mail 系统时要用到的其他知识。较后的章节将为读者揭示一些使用 e-mail 系统的诀窍，从而能访问 Internet 其他资源，获取更多的收益。

这是否意味着你必须在漫无止境的技术长河中艰苦跋涉，记住每一个细节，学习网络工作时所有的输入输出规则呢？不必紧张，本人自有办法。多年的经验证明，精诚所至，金石为开。学通一点，便能触类旁通。为此，我假定诸位工作很忙，想尽快学会使用 e-mail 系统，并希望受用终身。

为使叙述简明扼要，本书还有两个假设前提。首先，假设你对计算机已相当熟悉，不会因为鼠标或键盘等操作而影响进度。如果对计算机系统还不够了解，建议先看看《PC 傻瓜书》

和《Windows 傻瓜书》。

其次,假设已经完成了(或正在进行)与 Internet 的联接(这个过程往往比较烦琐),并且至少对一些主要的 Internet 服务已有基本了解。第 2 章“Internet 概述”中包含了一些 Internet 基本概念,但它只是快速地回顾,不是真正的指南。如果你新近才接触 Internet,请先找本《Internet 傻瓜书》读一读。

本书结构

人们常说“时间就是金钱”,对联网用机时更是如此。我建议在网上试验前先阅读有关章节,这样能避免仓促上阵,被接踵而来的许多信息搅得头昏脑胀。有时候可以一边联机一边看书。本书的编排使你遇到问题时能快速地找到所需的信息,然后再继续工作。并且,每一章的内容都是相对独立的,可以在闲暇时随意翻阅。有些地方要参考本书中其他章节的背景材料,书中都有提示,希望本书对读者有所帮助。以下扼要地介绍一下本书的结构。

第一部分:易学好用的 E-Mail

本书前面七章介绍 e-mail 的基础知识。其中:第 1 章“开门十件事”解答了人们经常问起的有关 e-mail 的十个问题。第 2 章“Internet 概述”介绍了国际互联网的一些背景材料,为进一步学习电子邮件系统打好基础。第 3 章“E-Mail 初探”,介绍了 e-mail 的一些基本概念。比如,何谓地址、电子邮件分成几部分等等。第 4 章“收发电子邮件的规则”讲述了几个专题,如网络礼仪、不同 e-mail 系统间怎样交换信件,以及如何发送非文本文件等。第 5 章“学会隐语:电子邮件行话和缩写词”,用通俗的语言解释了 Internet 和 e-mail 中常见的一些词汇、缩写词和符号。第 6 章“阻止电子窃听”告诉读者如何实现私人信件的保密性。最后,第 7 章“查找某人的电子邮件地址”,领着你沿着蜿蜒曲折的小路寻找某人的邮件地址。

第二部分:常用电子邮件软件指南

为了进入 e-mail 使用者的行列,你必须备有一些专门软件,它们会处理基本的电子邮件事务。比如,阅读信件、复函、编写自己的邮件等。第二部分介绍了当今最流行的 11 种 e-mail 程序:UNIX 邮递程序、Pine、Elm、Eudora、Pegasus Mail、Chameleon Mail、Air Mail、以及美国联机系统、CompuServe、Prodigy 和 Delphi 系统中的 e-mail 软件。

第三部分:由 E-Mail 访问 Internet 服务系统

Internet 电子邮件系统主要是用于国际、国内单位或个人间的邮件通信,但这并未发挥 e-mail 的全部特长。第三部分介绍了通过 e-mail 开发 Internet 其他服务器的丰富资源。一开始,你将访问一些标准的服务网,如邮递目录表(第 19 章),查找和取回文件(第 20 章)以及 Usenet(第 21 章)。然后,再学习如何通过 e-mail 发传真(第 22 章),玩 e-mail 游戏(第 23 章),以及存取个人广告、影片资料库和联机词典等等(第 24 章)。

本书最后还附有术语浅解汇编,通俗地解释了那些 Internet 中令人费解的行话。

本书特点

考虑到读者要迅速找到所需的内容,并能使《Internet E-Mail 傻瓜书》成为一本日常参

考书,为此通篇贯穿着几个约定。比如,要在键盘键入某些内容时,用黑体字排出:

type this

书中对计算机屏幕信息用“计算机字体”排出:

like this

有些 e-mail 软件包要用一些组合键来执行一些命令。我们在两个键符之间用加号(+)连接,比如“按下 **Ctrl+S** 以保存文件”,这里“**Ctrl+S**”表示先按住 **Ctrl** 键,再按下 **S** 键,然后再一起释放。(不用担心:记不住这些别扭的控制键,照样能成为合格的 e-mail 用户。)

说到键盘,你要注意本书中经常提到做完某件事后“按下 **Enter** 键”,如果你的计算机键盘上没有 **Enter** 键,可用 **Return**(回车)键代替。

另外,书中带图标的方框内的文字会提醒你阅读时要特别引起注意。



这样做对计算机很危险,看这吓得魂不附体的家伙,你就知道切忌犯同样的毛病。



这个小丑似的人物正为你用通俗的语言翻译 e-mail 和 Internet 的一些行话。



如果要你把“complete idiot(大傻瓜)”中的字母重排一下,能变成“de cool tip time(绝妙提示)”吗?这位聪明过人的小姐会帮助你,她会告诉你使用 e-mail 时的一些诀窍。



这不是我的自画像,但当你看到这位计算机迷时,会同时见到一些注意事项,或有趣的(至少是有用的)e-mail 技术资料,我还用这个框告诉你存放有价值的信息的 Internet 结点及其电子邮件地址。

目录

第一部分 易学好用的 E-Mail	1
第 1 章 开门十件事	3
1. 什么是电子邮件?	3
2. E-Mail 怎么知道它该去哪里?	3
3. 该使用哪种 E-Mail 软件?	3
4. “网络礼仪”是指什么?	4
5. 什么是邪火?	4
6. :-) 符号是什么意思?	4
7. 我的朋友用的是另一套 E-Mail 系统,我能给他们发信吗?	5
8. E-Mail 安全吗?	5
9. 什么是邮递目录表?	5
10. E-Mail 还能做什么?	5
第 2 章 Internet 概述	6
Internet 的本质	6
重新定义 Internet	7
Internet 网络服务一览	7
小结	8
第 3 章 E-Mail 初探	10
E-Mail 如何完成它的承诺	10
E-Mail 系统如何工作?	11
E-Mail 快速一瞥	12
电子邮件如何来回传送?	12
如果我不在网上,怎样收到电子邮件?	13
关于 E-Mail 优劣之辩论	13
电子邮件剖析	15
邮件头	15
正文	16
签名	16
我该用哪一种 E-Mail 软件?	16
E-Mail 还能做些什么?	17
小结	17

第4章 收发 E-Mail 的规则	18
注意自己的 E-Mail 风范	18
发送电子邮件的“三字经”	19
不要乱用大写字母	19
不能用制表符	19
主题行要简明扼要、突出重点	19
自我提高	20
发送邮件时的几个敏感性问题	20
注意尊重原作者的权益	20
回信中引用原文	20
每行长度限制为 65 个字符	20
签名部分最多为四行	21
不要吹毛求疵	21
不同系统间传送电子邮件	21
用美国联机系统收发邮件	21
用 AT&T Mail 收发邮件	22
用 CompuServe 收发邮件	22
用 Delphi 收发邮件	22
用 GEnie 收发邮件	23
用 MCI Mail 收发邮件	23
用 Prodigy 收发邮件	24
发送声音、图象和其他非文本文件	24
UNIX 方案:Uuencode 和 Uudecode	25
Mac 的解决方案:BinHex	26
完美的手段:MIME	26
小结	27
第5章 学会隐语:电子邮件行话和缩写词	28
Internet 网络用语手册	28
燃烧的 Internet 网:玩邪火游戏	31
初步介绍 Internet 缩写	32
Internet 象形文字	34
电子邮件杂录	36
小结	37
第6章 阻止电子窃听	38
为什么会有电子邮件安全防卫的各种争论?	38
机密性问题	39

可靠性问题	39
这一切是杞人忧天吗?	40
第一道防线:口令.....	40
PGP:一个相当不错的预防方法.....	41
PGP 是什么?	42
我能在哪里得到 PGP?	43
从哪里能得到更多的资料?	44
发送匿名电子邮件:匿名转寄服务.....	45
anon. penet. fi 匿名电子邮件服务	45
关于密码仔(Cypherpunk)转寄机构的注释	46
小结	46
第 7 章 查找某人的电子邮件地址	47
从 USENET 查找地址	47
你调用 Whois 吗?	48
UNIX 的 Whois 命令	48
访问 Whois 的其他方法	49
求知机器人信息服务	50
Gopher 电话簿	51
查找邮件目录表订户	52
绝处逢生又一招	52
发一个信息给 USENET	53
阅读 FAQ	53
阅读另一个 FAQ	53
试试 Netfind 服务	53
试试求助于邮政局长	53
拿起电话!	54
小结	54
第二部分 常用电子邮件软件指南	55
第 8 章 基本 UNIX 邮件程序	57
启动 mail 程序	57
运行 mail 命令	58
对摘要头操作	58
读电子邮件	59
回复一邮件	59
在编写回函时调整邮件头	60
在回函中插入文本	61

在回函中键入文本	61
为后来者保存邮件	62
删除不必要的邮件	62
编写新邮件	63
从 Mail 中退出	63
Mail 命令摘要	63
小结	64
第 9 章 驾驭 Pine 快递	65
用 Pine 开始	65
让 Pine 干点什么	66
关于 Pine 邮件夹的注解	67
快速取出你的电子邮件信息	67
邮件排序	68
选一邮件	68
读一邮件	68
回复一邮件	69
转发本邮件到另一地址	71
使用 Pine 的邮件夹	71
在邮件夹中保存信息	72
清除不需要的邮件	72
在 Pine 地址簿中加入收件人名	73
编写原始邮件	73
在邮件中附加一文件	74
对邮件做拼写检查	74
退出 Pine	74
小结	75
第 10 章 巡游 Elm 街	76
着手 Elm 的第一次考察	76
感到不知所措? 请试帮助系统	78
读邮件	78
取出一邮件	78
显示选出的邮件	79
在一文件中保存附件	79
发送一回函	80
让 Elm 自动加上你的签名	81
将邮件转发到另一个 E-Mail 地址	82
删除不再用的邮件	82

使用邮件夹	83
在邮件夹中保存信息	83
转换邮件夹	83
编写新邮件	84
退出 Elm	85
小结	85
第 11 章 使用 Eudora 的图形界面	87
拷贝一个 Eudora	87
正确地启用 Eudora	89
重要事情先做:为 Eudora 设置初值	89
关于 Eudora 开关的注释	90
获得和阅读邮件	90
查新邮件	91
处理发来的附加文件	91
从信箱读邮件	91
反驳与回答:发送一回函	92
发送收到的邮件到不同的地址去	94
扔掉废物:删除不需要的邮件	94
摆弄信箱	94
编写一个原始邮件	95
签名	95
将文件附加于待发邮件	96
关闭 Eudora	96
小结	96
第 12 章 驯服邮递飞马	98
圈住一匹邮递飞马	98
让邮递飞马飞起来吧	100
一些相对轻松的网络资料	100
使用某些 Pegasus Mail 选项	101
处理新邮件	102
查找新邮件	102
打开信息	103
处理附件	103
回答信息	104
将信息转发至另一地址	105
邮件夹操作	105
创建新邮件夹	106

将信息移入不同的邮件夹.....	106
删除不需要的信息.....	106
编写新邮件.....	107
在发出的邮件上加签名.....	107
在要发出的信息上附带文件.....	107
退出 Pegasus Mail	108
小结.....	108
第 13 章 Chameleon Mail 的来龙去脉	109
电子邮件扬帆启航.....	109
创建电子信箱.....	111
发送和接收 E-Mail 的电子信箱的配置	112
保存所做的配置.....	113
检索、阅读电子邮件	113
检索电子邮件服务器中的信息.....	113
阅读电子邮件信息.....	114
电子邮件维护的基本工作.....	115
回复电子邮件.....	115
向其他地址转发电子邮件.....	115
删除电子邮件.....	116
不同电子邮件夹间电子邮件的移动.....	117
创建新的电子邮件.....	117
创建签名.....	118
关闭 Chameleon Mail	118
小结.....	118
第 14 章 乘 AIR Mail 翱翔.....	119
AIR Mail 起飞吧	120
漫游 MAILBOX 窗口	121
读取电子邮件.....	123
维护电子邮件 ABC	124
给别的地址转发电子邮件.....	124
回复电子邮件.....	124
电子邮件夹间电子邮件的移动.....	125
删除电子邮件.....	126
编写新的电子邮件.....	126
电子邮件地址簿操作.....	127
电子邮件中加签名.....	127
添加电子邮件附件.....	127

退出 AIR Mail	128
小结	128
第 15 章 America Online 的电子邮件系统	129
漫游美国联线系统的电子邮局	129
读取电子邮件	130
检查新电子邮件	130
读取电子邮件	132
保持对话:回复电子邮件	132
往后传:转发电子邮件	133
保存传世佳作	133
AOL 电子邮件地址簿的操作	133
编写电子邮件	134
闪电式会话——一种省钱的方法	134
建立闪电式会话	134
启动闪电式会话	135
退回离线状态	136
小结	136
第 16 章 用 CompuServe 收发电子邮件	137
CompuServe 邮件收费标准说明	138
启动 CompuServe 信息管理器	138
编写电子邮件	138
发送 Out-Basket 中的电子邮件	140
向电子邮件地址簿中添加地址	140
发送文件	141
接收电子邮件	141
联线读取电子邮件	141
读取 In-Basket 中的电子邮件	142
处理电子邮件	143
CIM 文件柜中电子邮件的归档	144
回复电子邮件	144
转发电子邮件	145
删除电子邮件	145
小结	145
第 17 章 Prodigy 的 E-Mail 联接程序	146
使用 Prodigy 电子邮件系统的条件	146
安装 Prodigy 的 E-Mail 联接程序	147

首次启动 E-Mail 联接程序	148
建立自己的电子邮件地址簿	149
编写电子邮件	151
联接 Prodigy, 发送和检索电子邮件	152
设置一些登录选项	152
登录到 Prodigy	152
读取 Inbox 电子邮件夹中的电子邮件	153
电子邮件的维护	153
转发电子邮件	154
回复电子邮件	154
删除电子邮件	154
了解电子邮件夹	155
创建电子邮件夹	155
电子邮件夹间电子邮件的移动	156
小结	156
第 18 章 Delphi 系统中收发电子邮件	158
进入 Delphi 电子邮件系统	158
编写电子邮件	159
用命令行编写电子邮件	159
在 InterNav 中编写电子邮件	160
操作 InterNav 电子邮件地址簿	160
在电子邮件地址簿中添入地址	160
合理使用电子邮件地址簿	161
阅读电子邮件	161
用命令行读取电子邮件	162
在 InterNav 中阅读电子邮件	162
电子邮件的回复、转发和删除	163
回复电子邮件	163
用命令行回复电子邮件	164
在 InterNav 中回复电子邮件	164
转发电子邮件	164
用命令行转发电子邮件	164
在 InterNav 中转发电子邮件	164
删除电子邮件	165
用命令行删除电子邮件	165
在 InterNav 中删除电子邮件	166
操作 Delphi 电子邮件夹	166
小结	167

第三部分 由 E-Mail 访问 Internet 服务系统	169
第 19 章 利用邮递目录表活跃业余生活	171
什么是邮递目录表?	171
如何订阅邮递目录表?	172
确定目录表订阅地址	172
向管理员还是通过程序订阅目录表?	173
编写和发送订阅申请	174
如何退出目录表?	175
怎样给目录表投稿?	175
是否有邮递目录表名单?	176
如何建立自己的邮递目录表?	176
小结	177
第 20 章 用 E-Mail 查找和取回文件	178
用 FTPmail 获得文件	178
用 MIT Mail 服务器获得文件	182
利用档案服务器查找文件	182
小结	183
第 21 章 通过 E-Mail 向 Usenet 网订阅或邮寄文章	185
用网关发布新闻	185
获取邮件新闻网关的目录表	185
预订新闻组文章	186
阅读新闻组文章和邮寄稿件	186
经由 E-Mail 存取 Usenet 的多种方法	186
比利时方式获取资料	187
瑞士方式获取资料	187
由 E-Mail 邮寄文章	188
用匿名 E-Mail 邮寄保密文稿	188
网络新闻过滤器	189
几个主要的 E-Mail 新闻组	190
与 Elm 用户对话	190
和 MIME 使用者会谈	190
讨论电子邮件的一般问题	191
Pegasus Mail 用户论坛	191
关于 Pine 的会谈	191
MS-DOS 邮件圆桌会议	191