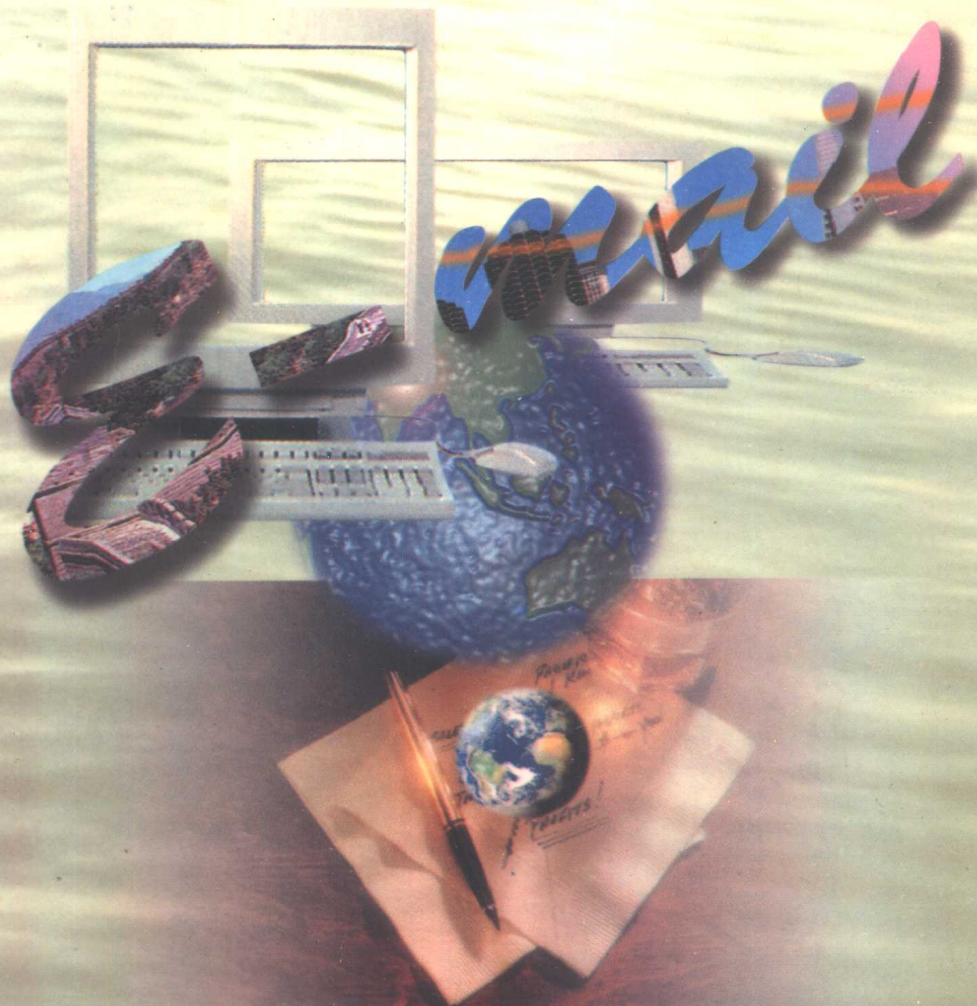




计算机网络与应用丛书

轻松快学 E-mail

张 锟 饶芳艳



西安交通大学出版社



计算机网络与应用丛书

轻松快学 E-Mail

QINGSONG KUAIXUE E-Mail

张 隰 饶芳艳

西安交通大学出版社

· 西安 ·

内 容 提 要

本书由 E-mail 基本概念入手, 由浅入深, 循序渐进, 从 Internet 连接方法开始讲到常见 E-mail 软件的使用, 力图使非计算机专业的用户能够迅速掌握流行 E-mail 软件的最新功能。本书共有 8 章, 其中第 1 章至第 3 章介绍 E-mail 的基本知识。第 4 章至第 6 章讲述流行 E-mail 软件功能, 包括 Eudora, Outlook Express 及 Netscape 邮差。第 7 章主要介绍 UnixMail 的使用。第 8 章深入讲解 E-mail 系统组成与结构、安全事宜等“高级话题”, 同时还对 E-mail 常见问题作了解答。

无论是对入门者, 还是有 E-mail 使用经验的老手, 本书都有极高的参考价值。通过阅读本书并不断实践, 你一定能够成为 E-mail 高手。

本书为国家“九五”重点图书“计算机网络与应用丛书”之一。

(陕)新登字 007 号

计算机网络与应用丛书

轻松快学 E-Mail

张 铨 饶芳艳

责任编辑 陆诗娣

责任校对 舜 华

*

西安交通大学出版社出版发行

(地址: 西安市咸宁西路 28 号 邮政编码: 710049 电话: (029) 2668316)

陕西轻工印刷厂印装

各地新华书店经销

*

开本: 787mm×1 092mm 1/16 印张: 13.75 字数: 305 千字

1999 年 4 月第 1 版 1999 年 4 月第 1 次印刷

印数: 0 001~5 000

ISBN7-5605-1059-0/TP·198 定价: 18.00 元

若发现本社图书有倒页、白页、少页及影响阅读的质量问题, 请去当地销售部门调换或与我社发行科联系调换。发行科电话: (029) 2668357, 2667874

2

西安交通大学

委员(以姓氏笔画为序):

白英彩

上海交通大学

吴国新

东南大学

陆诗娣

西安交通大学

张根度

复旦大学

杨学良

中国科技大学研究生部

顾冠群

东南大学

高传善

复旦大学

谢希仁

解放军通信学院

曹东启

中国科学院软件所

鞠九滨

吉林大学

丛 书 序

自从世界上诞生了第一个真正意义上的计算机网络以来，迄今已整整 30 年了。计算机网络由于其资源共享和通讯方面的卓越功能和广泛用途，在这 30 年中受到了人们的普遍重视，获得了飞速的发展。

90 年代初以来，在信息化和信息高速公路的推动下，计算机互联网络(因特网)在技术和应用两个方面都取得了爆炸式的发展。它对世界各国的教育、科技、经济、文化、各行各业，乃至家庭、个人的社会生活等各个方面都已经和正在产生着巨大的影响，预示了 21 世纪网络和知识经济时代的到来。

我们在 20 年前的一个报告中曾经说过：“计算机网络正在把计算机强大的计算处理能力以及丰富的信息数据资源从少数专业人员使用的狭窄机房中解放出来，把它们分布到世界的每个角落，深入到社会的每个家庭和个人，从而将对人类社会生活的各个方面产生无可估量的影响。”如果说这在当时还只是一种理想的话，那么今天已正在变成人人皆知的现实了。

我国开展计算机网络的研究开发工作已有 20 多年了，在各方面都取得了长足的进步。为了更好地反映世界上计算机网络的先进科技成果，促进我国计算机网络事业的发展和应用，我们组织出版了这套“计算机网络与应用丛书”，并已列入国家“九五”重点图书出版计划。我们衷心地感谢全国各地知名专家、学者的热情支持，并积极参加本丛书的编委会，共同为提高这套丛书的质量和水平而努力。

这套丛书的内容包括网络技术和应用两大方面，既有学术性专著，又有教材和普及性读物，主要包括互联网络、企业内联网(Intranet)和外联网

(Extranet)、网络的规划与设计、管理与安全、标准与协议、网络的应用与多媒体宽带高速网络等新技术的介绍等。

由于计算机网络发展迅速，日新月异，内容广泛，涉及硬件、软件、通讯、计算机等各个方面，而且应用又深入到各行各业、个人家庭，因此本丛书采取了开放的方针。除了已经确定的若干选题以外，也欢迎全国各地广大科技人员联系投稿。经过编委会的审定，内容合适、符合要求的也可以列入丛书的范围。

总之，在今天计算机网络发展的大好时机，我们热诚地欢迎广大读者的支持和帮助，使得这套丛书能够发挥更好的作用。

“计算机网络与应用丛书”

编 委 会 主 任

王 以 和

1999 年 4 月

写在前面

随着 Internet 在我国的普及，越来越多的家庭开始使用 Internet 方便自己的生活。但由于多方面的原因，Internet 上 WWW, FTP 等服务项目还不占主导地位。据统计，我国有 80% 以上的 Internet 用户主要使用 E-mail。其中一个重要的原因在于：E-mail 是 Internet 上最基础的服务项目，也是用户进入 Internet、熟悉 Internet 的起点。

本书由 E-mail 基本概念入手，由浅入深，循序渐进，从 Internet 连接方法开始讲到常见 E-mail 软件的使用，力求使没有计算机专业基础的 E-mail 用户能够迅速掌握流行 E-mail 软件的最新功能。同时着重讲解关键性的概念，为读者了解 E-mail、熟悉 E-mail 提供了良好的途径。

本书共有 8 章，其中第 1 章至第 3 章为还不了解 E-mail 的读者讲解 E-mail 基本知识。如果你对 E-mail 已经比较熟悉，可以直接阅读第 4 章之后的章节。第 4 章至第 6 章讲述流行 E-mail 软件的功能，包括 Eudora, Outlook Express 及 Netscape 邮差。在讲解基本功能的同时，以详细实例讲述了最新的 E-mail 功能，如：电子签名、多 E-mail 帐户等。在每一章的末尾还给出了该软件的典型设置，为不喜欢逐条查看设置的读者提供了方便。第 7 章主要介绍 Unix 系统下邮件系统的使用。第 8 章深入讲解 E-mail 系统组成与结构，E-mail 安全事宜等“高级话题”，同时还对 E-mail 常见问题作了解答。

阅读指南：

- 你若从未接触过 E-mail：首先简单阅读 1~3 章，不明白的概念可以先不管。然后阅读第 4~6 章中的“初级功能”部分，在阅读过程中可以不断参考 1~3 章的概念。阅读完毕，你就是一个优秀的 E-mail 使用者了。
- 你想深入学习某种 E-mail 软件的使用：跳过 1~3 章，直接阅读 4~6 章的“中级功能”和“高级功能”部分，在阅读过程中别忘了多多回顾前 3 章，温故知新嘛。
- 你正在使用 Unix 系统：请看第 7 章，对你熟悉 UnixMail 会大有帮助的。
- 你想寻找使用 E-mail 的小窍门：直接阅读 4~6 章的“中级功能”和“高级功能”部分或第 8 章，不会让你失望的。
- 为连接 Internet 而发愁吗？请看第 2 章，有详细的安装和设置实例哦！
- 为 E-mail 软件中繁杂的设置而头疼？请阅读 4~6 章的“几个有用的设置”一节，在这里给出了每种软件的典型设置，为不喜欢逐条查看设置的读者提供了方便。

书中常用语解释：

按一下 = 单击 = 用鼠标左键点一下。一般对应于按钮、菜单、选择框等。

按两下 = 双击 = 用鼠标左键点两下。一般对应于图标、窗口等。

打开窗口 = 按两下对应的图标。

关闭窗口 = 按两下窗口左上角，或按一下窗口右上角的“叉号”。

开始菜单 = 位于屏幕左下角的一个按钮，上面写着“开始”两个字。Win95 下的大多数应用程序都可以从开始菜单运行。

关于多级菜单的选择次序，本书使用了计算机杂志上常用的“*”表示法，即“File *Open”表示在 File 主菜单下，选择 Open 项。“开始菜单*设置*控制面板”表示在“开始”按钮上按一下，在弹出的菜单中选择“设置”菜单下的“控制面板”。在本书前两章的叙述中，将尽量一步一步地说明；到了后面的部分，将使用省略方式，即完全采用“*”表示法。

编者

于西安交通大学

1998 年 10 月

目 录

丛书序
写在前面

第 1 章 E-mail 初探

1.1 E-mail 是……	(1)
1.2 E-mail 的特点	(2)
1.3 E-mail 必需的三大法宝	(2)
1.4 E-mail 使用三步曲	(5)
1.5 回眸一望	(10)

第 2 章 跨入 Internet

2.1 ISP 的选择	(12)
2.1.1 再看上网方式	(12)
2.1.2 决定上网之前	(13)
2.1.3 选择 ISP	(13)
2.2 要上网了吗?	(14)
2.3 养一只猫?	(16)
2.3.1 Modem 的分类与选择	(16)
2.3.2 Modem 的安装	(17)
2.3.3 Modem 的测试	(22)
2.4 我们要达成协议……	(24)
2.4.1 几个概念	(24)
2.4.2 安装拨号网络适配器和 TCP/IP 协议	(25)
2.4.3 安装拨号网络	(29)
2.5 终于可以上网了!	(34)
2.5.1 我使用了 Win95	(34)
2.5.2 我在用 Windows	(35)
2.5.3 我喜欢用 DOS 登录	(35)
2.6 回眸一望	(36)

第 3 章 别急着开始……

3.1 系统要素	(37)
3.2 基本功能	(38)

3.2.1 收信	(38)
3.2.2 看信	(39)
3.2.3 回信/写信	(40)
3.2.4 发信	(41)
3.2.5 转信	(41)
3.2.6 邮件管理	(42)
3.3 扩展功能	(42)
3.3.1 同时给多人寄信	(42)
3.3.2 发送/接收声音、图像、Word 文件	(43)
3.3.3 E-mail 地址管理	(44)
3.3.4 拨号管理	(45)
3.3.5 多帐户管理	(45)
3.3.6 服务器邮件管理	(46)
3.3.7 高级邮件管理	(46)
3.3.8 提示信息管理	(47)
3.3.9 拼写检查	(47)
3.3.10 个性签名	(47)
3.3.11 数字标识	(48)
3.3.12 邮件加密	(49)
3.4 使用 E-mail 须知	(49)
3.4.1 写信须知	(49)
3.4.2 发信须知	(49)
3.4.3 收信须知	(49)
3.4.4 看信须知	(50)
3.5 回眸一望	(50)

第 4 章 Outlook Express

4.1 新手指导	(51)
4.1.1 安装很容易	(51)
4.1.2 首先要设置	(52)
4.2 基本功能	(58)
4.2.1 写信/发信	(58)
4.2.2 收信/读信	(59)
4.2.3 回信/全部回复	(61)
4.2.4 转信	(63)
4.2.5 抄送/密件抄送	(65)
4.3 中级功能	(66)
4.3.1 声音、图像、Word 文件	(66)

4.3.2 E-mail 地址管理	(69)
4.3.3 邮件管理	(80)
4.4 高级功能	(83)
4.4.1 拨号管理	(83)
4.4.2 高级邮件管理	(86)
4.4.3 多帐户管理	(89)
4.4.4 个性签名	(91)
4.4.5 数字标识	(95)
4.4.6 邮件加密	(101)
4.5 几个有用的设置	(102)
4.5.1 服务器管理	(102)
4.5.2 发件管理	(104)
4.5.3 收件管理	(105)
4.6 回眸一望	(106)
4.7 学而时习之	(107)
 第 5 章 轻巧实用的 Eudora	
5.1 新手指导	(108)
5.1.1 安装很容易	(108)
5.1.2 先设置一下	(108)
5.2 基本功能	(110)
5.2.1 Eudora 里的窗口	(110)
5.2.2 写信/发信	(111)
5.2.3 收信/看信	(112)
5.2.4 回信/转信/改寄	(114)
5.3 中级功能	(116)
5.3.1 声音、图像、Word 文件	(116)
5.3.2 E-mail 地址管理	(118)
5.3.3 邮件管理	(121)
5.4 高级功能	(127)
5.4.1 拨号管理	(127)
5.4.2 个性签名	(128)
5.4.3 修改邮件优先级	(129)
5.4.4 修改 POP 帐号密码	(130)
5.5 几个有用的设置	(130)
5.5.1 服务器管理	(130)
5.5.2 发件管理	(131)
5.5.3 提示信息设置	(133)

5.5.4 定制 Eudora 界面	(133)
5.6 回眸一望	(135)
5.7 学而时习之	(135)

第 6 章 Netscape 邮差

6.1 新手指导	(136)
6.1.1 安装很容易	(136)
6.1.2 先设置一下	(137)
6.2 基本功能	(139)
6.2.1 Netscape 信息中心	(139)
6.2.2 写信/发信	(142)
6.2.3 收信/看信	(144)
6.2.4 回信/全部回复	(144)
6.2.5 转信	(145)
6.3 中级功能	(146)
6.3.1 声音、图像、Word 文件	(146)
6.3.2 E-mail 地址管理	(149)
6.3.3 管理信件	(154)
6.4 高级功能	(156)
6.4.1 自动分捡	(156)
6.4.2 查找邮件	(158)
6.5 设置详解	(159)
6.5.1 身份设置	(160)
6.5.2 信息设置	(160)
6.5.3 邮件服务器设置	(161)
6.6 回眸一望	(162)
6.7 学而时习之	(163)

第 7 章 UnixMail

7.1 UnixMail 概述	(164)
7.1.1 超级终端的安装	(165)
7.1.2 设置	(165)
7.1.3 连接	(166)
7.1.4 断开连接	(169)
7.2 写信/发信	(170)
7.3 收信/看信	(172)
7.4 回信/转信	(174)
7.5 邮件管理	(174)

7.5.1 保存邮件	(174)
7.5.2 删除/恢复邮件	(175)
7.5.3 退出 mail 系统	(175)
7.6 高级技巧	(175)
7.6.1 获得帮助	(175)
7.6.2 转义命令	(178)
7.6.3 命令行参数的使用	(180)
7.6.4 与 Unix 主机交换文件	(181)
7.7 回眸一望	(185)

第 8 章 拾遗补缺

8.1 E-mail 中的约定	(186)
8.1.1 表情符号	(186)
8.1.2 缩略语	(187)
8.1.3 大小写, 标点的约定	(188)
8.1.4 信件内容的限制	(188)
8.2 Modem 使用 FAQ	(188)
8.2.1 Modem 无法使用怎么办	(189)
8.2.2 总是断线怎么办	(189)
8.2.3 如何提高 Modem 的速度	(190)
8.2.4 选择什么时间上网比较好	(191)
8.2.5 Modem 常用术语	(191)
8.3 E-mail FAQ	(192)
8.3.1 如何节约费用	(192)
8.3.2 到底哪个 E-mail 软件最好用?	(192)
8.3.3 使用免费 E-mail 信箱	(193)
8.3.4 为什么在收信时 POP 服务器总是忙?	(194)
8.3.5 怎样处理垃圾邮件	(194)
8.4 中文系统兼容性	(195)
8.4.1 关于自动折行	(195)
8.4.2 用附件发送	(195)
8.4.3 多语种支持	(195)
8.4.4 遇到乱码怎么办?	(196)
8.5 还能用 E-mail 干什么?	(197)
8.5.1 用 E-mail 访问 WWW 主页	(197)
8.5.2 用 E-mail 查询 WAIS 服务器	(198)
8.5.3 用 E-mail 订阅邮寄清单	(198)
8.5.4 用 E-mail 交友	(199)

8.6 E-mail 安全事宜	(200)
8.6.1 小心邮件炸弹	(200)
8.6.2 E-mail 病毒	(200)
8.6.3 保护好你的帐户	(201)
8.6.4 共用计算机的信件保密问题	(202)
8.7 其他 E-mail 软件速览	(203)
8.7.1 飞扬电子邮件	(203)
8.7.2 Foxmail	(204)
8.7.3 163.net	(205)
8.8 回眸一望	(206)

第1章 E-mail 初探

E-mail 是 Internet 上使用最为广泛的服务。简要地说, E-mail 是一种个人通信工具。本章主要讲述 E-mail 的基础知识, 包括:

- E-mail是什么,可以用来干什么
- E-mail的特点
- 使用E-mail的必备条件
- 使用E-mail的基本步骤

1.1 E-mail 是……

E-mail 是电子邮件(Electronic Mail)的英文简写。懂英文的读者都知道, 它只是比邮件(Mail)多了一个‘E’而已。但是你可不要小看了这个‘E’哦, 因为电子邮件的许多优点都来自于这个‘E’。

如果你问10个人什么是E-mail, 可能有9个人会回答说: “E-mail就是电子邮件嘛”。你再问他什么是电子邮件, 他就会回答说: “电子邮件就是E-mail”, 仿佛E-mail是个只可意会不可言传的东西。那么第10个人呢? 他会回答: “E-mail嘛, 就是利用Internet上的协议传递个人电子信息的网上应用服务”, 那表情和语气, 好像E-mail是个很玄妙的东西, 普通人动不得。

其实, 想要使用 E-mail, 真的不必深究它的定义, 因为在使用中, 每个人都会有自己的体会。就好像我们虽然不了解鸡蛋是由多少水分、多少蛋白质、多少矿物质组成的, 但照样可以坐在那里快活地品尝煎鸡蛋一样。如果你非要别人告诉你煎鸡蛋的味道, 他很可能会说: “你自己去尝一尝, 不就知道了吗”。

在使用E-mail的过程中, 我们只要把握以下两点就行了: (1) E-mail和普通邮政服务很类似, 都是用来传递个人信息的; (2) E-mail是以电子形式传递信息的。另外, 在使用时, 可以把E-mail和普通邮政服务对应起来, 以加深对E-mail的理解。

如果你非要想知道E-mail的定义是什么, 我这倒是有一个。全国科学技术名词审定委员会在一份文件中对E-mail的定义是: 用户或用户组之间通过计算机网络收发信息的服务。怎么样, 满意了吧?

那么E-mail可以做什么呢?

首先, E-mail能够帮助我们收发信件(如果连这点都做不到, 它就不配被称为E-mail了)。一般的读者可能会认为这里的信件只限于文字信息, 其实发展到现在, 只要能进入计算机里的信息都可以用E-mail发送了, 比如图像文件或WORD文档等(通过邮政系统, 我们不是也可以邮寄包裹吗?)。这里所说的信件, 是广义的信件, 更应称之为信息。

其次, E-mail可以用来进行网络资源的查询(如数据库查询, 图书馆查询, 电子杂志订阅等)。这个功能听起来很玄妙, 其实只不过是把你的询问和对方的回答作为电子邮件传递而已。

此外, 还有许许多多的服务都可以由E-mail完成, 但其本质都是“广义信件”的传递。相信聪明的你一定能看破其中的奥秘。

1.2 E-mail 的特点

看到这里, 有些读者可能已经在想: 那么E-mail的这个“E”到底有什么特点呢?

首先, 使用E-mail很便宜。具体便宜多少取决于所规定的收费标准。比如: 按上网时间4元/小时计费的话, 发一封电子邮件的费用(包括电话费)不到一元钱。

其次, E-mail 的速度很快, 一封电子邮件, 快则几分钟, 慢则几小时, 就可以到达世界的各个角落。正是这一特点使E-mail 迅速流行起来。

1994年, 美国新泽西洲的一位计算机专家杰克·米勒(Jack Miller)在独自工作时, 突然心脏病发作, 他无法同医生取得联系, 只好挣扎着发出了一封求救的电子邮件。这封邮件很快传到了他的同事那儿, 几名同事和医护人员迅速赶到, 使他幸免于难。

由于E-mail 的速度与传统邮政系统相差悬殊, 在计算机和网络通信较为普及的国家, 人们都习惯于直接用E-mail 收发信件。而传统邮政系统被称为蜗牛邮件(Snail Mail), 以讽刺其速度之慢。

再次, E-mail 很方便。由于E-mail 是以电子形式存储的, 所以不像实物信件那样不易传递。如果你出差去外地, 你一样可以看到别人寄来的电子邮件, 而普通邮件则很难做到这一点。还有, 如果邮件在传输过程中由于差错丢失了, 那也不要紧, 只要你留有信件的备份, 再重发一次就可以了。不像普通邮件, 会让你难受好一阵子。

不过E-mail 也有自己的缺点, 这也正是一般邮政系统无法被取代的原因。

第一, E-mail 不能寄实物。这一点我想不必多加解释了。

第二, 由于Internet的开放性, E-mail 用户可能会收到一些广告之类的“垃圾”信件。

第三, 电子邮件的保密性不强, 只适合传递普通信息。

E-mail 在带来方便的同时, 也带来了不便之处。但由于E-mail 的优点如此显著, 它已经在国际商务和人们的日常生活中扮演着重要的角色。

1.3 E-mail 必需的三大法宝

在初步认识了E-mail 以后, 你可能已经急切地想在计算机上一试身手了。先别急,

让我们来检查一下你是否已经拥有了使用E-mail 的三大法宝：一个Internet帐户，一个E-mail 帐户和相应的软硬件(对有的用户来说，Internet帐户和E-mail 帐户是相同的，而对有的用户来说则不一样)。

计算机中所谓的帐户和你在银行里存钱取钱用的帐户没有什么大的差别。实际上，银行里的帐户很有可能是给计算机用的呢。帐户的最大用处就是把各个用户区别开来，以免混淆。帐户至少要包括两项内容：用户名和密码。用户名用来区分各个用户，密码则用来确认你就是该用户本人，而不是别人冒充的。所以一定要看好你的密码，不要被别人偷了去或是被猜出来了哦。在使用中，最好是过一段时间就更换一次密码，以免遭受损失。

E-mail是Internet上的一种服务，E-mail信息是通过Internet传递的，所以要使用E-mail，必须要有Internet的使用权，即Internet帐户。

Internet帐户通常是由一种被称为ISP(Internet Service Provider)的机构提供的。获得了Internet帐户，就可以通过ISP提供的通道使用Internet服务了。

连入 Internet 一般有两种方式：第一种是将计算机连入一个局域网，通过这个局域网连入 Internet，通过单位上网多半属于这种方式(事实上，通过网线连入 Internet 的都属于这种方式，不论是否先连入了局域网)；第二种是将单台计算机独立连入 Internet，家庭个人上网多属这种方式。在第一种方式下，通常不用考虑 ISP 的选择；而第二种方式一般都要通过 ISP 连入 Internet。

拥有了Internet帐户，是否就意味着能够使用E-mail服务了呢？不一定，有的ISP直接提供E-mail服务，那么Internet帐户和E-mail帐户多半就是一样的(也有可能用户名一样而密码不一样)，此时拥有Internet帐户就同时拥有了E-mail帐户。但有的ISP只提供连接Internet的通道，并不提供别的服务(有人认为这种ISP称为IAP: Internet Access Provider更为准确)，这时就要在其他地方申请E-mail服务了。此时，Internet帐户和E-mail帐户就不同了。

在这里我们不妨做一个类比：邮票是使用邮政系统的权利凭证，就好比Internet帐户；而邮筒才是真正可以让你寄信的地方，就好比E-mail帐户。你在小卖部里买了邮票，并不能直接寄信，必须到附近的邮筒才能寄信。但如果你是在邮局买的邮票，就可以直接寄信了。在这个例子中，小卖部是IAP，邮局是ISP。

光拥有帐户还不够，还必须有相应的硬件和软件。先说说硬件：硬件的需求取决于入网的方式(关于入网的方式在前面曾经提到过，为了方便，将通过单位上网的方式称