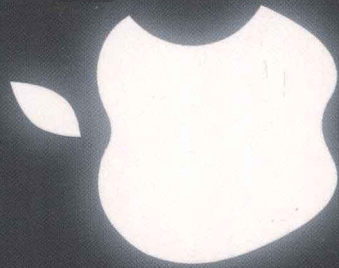




Finder File Edit View Go Window Help

# 苹果派欣享Mac电脑

● 黄路 编著



电子工业出版社  
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY  
<http://www.phei.com.cn>



# 苹果派

## 欣享Mac电脑

●黄路 编著

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京•BEIJING

## 内 容 简 介

近几年,苹果电脑在国内的普及度迅猛提高。本书全面讲述了如何使用苹果电脑在最新的OS X Lion操作系统下完成日常的计算机任务,让Mac电脑完全融入我们美好的生活中。主要内容有:介绍Lion的基本操作及其程序和项目的管理,讲解Lion在网络、多媒体、办公等方面的相关应用,以及介绍如何在Lion上安装使用包括Windows在内的一些系统进阶知识。内容循序渐进,重点突出,贴近生活。

本书旨在指导有一定Windows操作系统使用经历的新苹果电脑用户顺利转换系统,快速上手OS X Lion,也可以为普通Mac用户进一步了解和熟悉Lion提供帮助,同时还可作为苹果电脑潜在用户的购前参考。

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

苹果派:欣享Mac电脑/黄路编著. —北京:电子工业出版社, 2012.5  
ISBN 978-7-121-16100-1

I. ①苹… II. ①黄… III. ①操作系统, Mac OS X Lion IV. ①TP316.84

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第030579号

策划编辑:林瑞和

责任编辑:葛娜

印刷:北京市大天乐印刷有限责任公司

装订:北京市大天乐印刷有限责任公司

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:850×1168 1/16 印张:12.25 字数:370千字

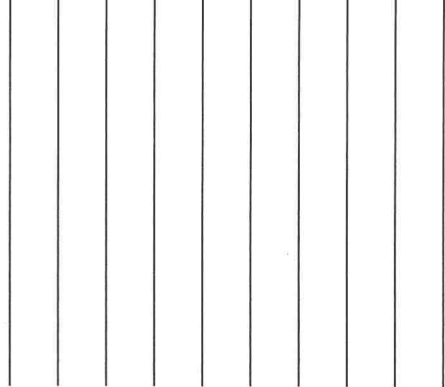
印次:2012年5月第1次印刷

印数:4500册 定价:59.00元(含光盘1张)

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,联系及购电话:(010)88254888。

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

服务热线:(010)88258888。



# 前言

依稀记得几年前从电视新闻上看到美国有几个年轻小伙准备好面包、帐篷，提前三天在苹果商店门口排队等待新品发售的场景。然而当时的惊愕与不解随着对这个品牌产品的了解与深切体验而消失。如今，类似的疯狂举动在大洋彼岸的中国也发生了，iPhone 4S的发售引爆了京沪两地的几个苹果零售店。如果没有体验过苹果的产品和服务，你就不能理解成千上万果粉冒着严寒的通宵等待。

苹果风暴席卷了全球，处处你iPhone我iPad。同时，苹果的Mac电脑在我国也逐渐进入更多人的视野。很多朋友被它简约优雅的外观所吸引，但却未能完全感受其内在独具的傲人魅力。

## #关于本书#

本书根据用户通常的使用情况，科学编排全书，旨在帮助读者简单快速地掌握Mac操作系统的使用，以实现日常的娱乐、学习和工作目的，享受拥有苹果的美好生活。内容重点突出，力求学以致用，减轻读者负担。略去浅显的基础知识，有详细文字说明的设置选项也不再赘述。同时针对有Windows系统使用经历的读者，在两个系统相似之处做了必要提示，方便理解掌握。

## 全书共分三篇八部分：

基础篇主要介绍OS X Lion的基本界面、操作控制，让初学用户在短时间内就能上手使用。接着介绍了程序及项目的管理，以使用户高效有序地使用电脑。

应用篇分三部分依次介绍了OS X Lion在互联网、多媒体娱乐、办公三个方面的应用。内容相对独立，读者可根据实际需要，有选择性地阅读。

进阶篇针对系统账户、数据安全等方面进行了介绍，同时还详细讲解了如何在OS X Lion上安装运行Windows系统，发挥Mac更大的可能。

## #关于苹果#

微博上曾经流传这样一段话：“迄今为止有三个改变世界的苹果：一个诱惑了夏娃，一个砸醒了牛顿，一个握在乔布斯手中”。众所周知，乔布斯手中的苹果不长在树上，而是1976年由斯蒂夫·乔布斯（Steve Jobs）、斯蒂夫·沃兹尼亚克（Steve Wozniak）、罗纳德·韦恩（Ronald Wayne）一同创立的苹果公司（Apple Inc.），如今它已成为全球最有价值的公司。

苹果公司历来推崇精英文化和技术创新，这也是其取得成功的秘诀之一。它力求把科技完美地融入我们的生活，且十分注重产品的设计，因此也就有了我们手中如此精致的产品，而与其称为产品，不如说是工业艺术品恐怕会有更多人举手赞同。苹果公司不仅是在制造产品，更是在创造渴



望。其超强的洞悉力甚至比你更清楚自己想要的是什么，在亲身体验之后，便自然会有“原来我需要这个”的感叹。

有人说乔布斯是一个嬉皮士国王，也有不少人曾视其为怪人，但他却毫无疑问地创造了奇迹，他用其个人魅力改变了整个世界。而2011年10月乔布斯的不幸病逝，着实给苹果公司及其所有用户不小的打击，大家在表达无限哀思的同时也都相信苹果能在乔布斯留下的巨大精神财富面前发展得更好。

## #关于Mac OS X#

2001年，苹果公司正式向市场推出了Macintosh（Mac）操作系统的新版本Mac OS X，罗马字X代表数字10（ten）。在此之前还有Mac OS 9和Mac OS 8及更早的系统版本。

Mac OS X的内核以UNIX为基础，安全易用且功能强大，让你免去计算机系统崩溃和性能下降的烦恼。Mac系统除在安全性和稳定性方面表现出色外，其人性化关怀更是卓越出群，操作简单、易于上手、便捷高效。在应用软件方面，iLife软件套装能让你方便地与朋友、家人分享生活中的点滴快乐；iWork软件套装能协助你高效地完成办公任务。不仅如此，苹果在专业应用领域也是业界领先，它为专业用户提供了图像、声音等方面的专业级应用程序。

特别有趣的是，Mac OS X的每一个新版本，都惯以一种大型猫科动物命名。

| Mac OS X版本    | 代号                 |
|---------------|--------------------|
| Mac OS X 10.0 | Cheetah<br>猎豹      |
| Mac OS X 10.1 | Puma<br>美洲狮        |
| Mac OS X 10.2 | Jaguar<br>美洲虎      |
| Mac OS X 10.3 | Panther<br>黑豹      |
| Mac OS X 10.4 | Tiger<br>老虎        |
| Mac OS X 10.5 | Leopard<br>豹       |
| Mac OS X 10.6 | Snow Leopard<br>雪豹 |
| Mac OS X 10.7 | Lion<br>狮          |

需要指出的是，在本书和其他图书及文章中提到的“Mac”通常是指装载有“Mac OS”（Mac系统）的电脑，也就是苹果公司出产的电脑，包括iMac、MacBook Pro、MacBook Air、Mac Pro、Mac Mini等款式。“Mac OS X”是指包含10.1、10.2等在内的大版本，而“OS X Lion”则专指10.7小版本，有的地方写成“Mac OS X Lion”或“Mac OS X 10.7”，有时简化为“Lion”。

## #关于Lion#

如今，苹果公司又推出了Mac的最新版本OS X Lion，即狮子。正如广告语“Mac OS X威力，iPad魅力”所说的那样，借助iPad在市场上的成功经验，OS X Lion的设计引入了很多iOS的操作元素，为用户提供了更为优异的操作体验。Lion至少有250项新功能，包括Finder在内的很多程序被重

新设计，可谓旧瓶新酒。有与iPad如出一辙的程序开启方式，有更高效而专注的任务控制，更丰富而自然的操控互动手势，全方位为你的工作增效、生活添彩。

新的Mac用户购买的新款Mac已事先预装有OS X Lion，老用户可以登录Mac App Store购买并下载后安装升级。

### #使用Mac你要知道的#

绝大多数用户在使用Mac之前都用过Windows，难免会把在Windows上的操作习惯带到Mac上，因此时常会产生一些困惑。为此你需要事先了解一下Mac的“脾气”。我们为你总结出两点：

一是建议你要像“苹果”一样思考。比如Mac绝大多数的操作命令可以通过拖拽这个动作来实现，因此在使用过程中你大可“本能”地使用拖拽动作。还有像双指触控上下滚动页面的操作事实上也是自然的“本能”行为，这也就是大家常常称道苹果的人性化设计的原因。

二是要像“苹果”一样生活。Mac的很多软件产品都具有资源整合性，比如你将一组照片导入iPhoto来处理，GarageBand可以读取你iTunes的资源来改编一段音乐，iMovie可以直接调用iPhoto和GarageBand的上述文件从而制作成一个视频短片，再直接通过Mail发送给朋友，而你朋友的邮箱地址可以从地址簿快速读取。

除了软件外，硬件的整合也轻而易举。在无线网络环境下建立工作小组，利用AirDrop实现文件交换、Time Machine实现数据备份等功能，以及与iPad等其他iOS设备组成家庭多媒体娱乐系统。借助iCloud还可以让你所有的Mac及iOS设备实时获取照片、歌曲等同步内容。

如今还有相当一部分人对Mac比较陌生，觉得Mac存在很多兼容性的问题，且先入为主地认为重新学习使用一个新的操作系统会很困难，实则不然。近几年来苹果在中国已经积累了很多的Mac用户，并且与最为普及的Windows系统基本上实现了无障碍交流。Mac系统也不像大家想象的那样难于掌握，恰恰相反，它以简单易用而为人称道。

然而，Mac在国内目前还算不上是主流的操作系统，很多常用的程序如网银插件等尚未开发Mac版本，确实给Mac用户的生活造成一定麻烦。可喜的是，越来越多的公司开始重视Mac这一平台，就在半年前，Mac还没有迅雷，QQ还不能视屏聊天，中文输入法仅有一两款。我们相信，不久的将来会有更多适合我们国人使用的Mac程序被开发出来。

# 目 录

## 基础篇

### PART 1 Lion之初体验... 001      PART 2 Mac应用程序... 027

- ◎ 建立账户 .....002
- ◎ 初识桌面 .....006
- ◎ 操控配件 .....008
  - 键盘 ..... 008
  - 鼠标 ..... 011
  - 触控板 ..... 011
- ◎ 个性化桌面 .....013
  - Dock 程序码头..... 013
  - 桌面与屏幕保护程序..... 016
- ◎ 文字和语言 .....017
  - 中文输入..... 017
  - 语言与文本设置 ..... 018
- ◎ 日期与时间 .....019
- ◎ 硬件设置 .....020
  - CD与DVD..... 021
  - 显示器 ..... 021
  - 节能器 ..... 022
  - 打印与扫描 ..... 022
  - 声音 ..... 022
- ◎ 万能辅助 .....023
- ◎ 程序窗口 .....028
- ◎ 安装应用程序 .....030
  - Mac App Store 程序商店 ..... 030
  - dmg文件的安装 ..... 033
  - pkg文件的安装 ..... 034
  - app文件的安装 ..... 034
- ◎ 软件更新 .....035
- ◎ 卸载程序 .....036
  - 直接删除..... 036
  - 使用专用的卸载程序 ..... 036
  - 使用专业的卸载工具..... 036
- ◎ Launchpad 启动平台 ....038
- ◎ Dashboard 工具箱 .....039
- ◎ Mission Control 任务控制...040
- PART 3 项目的基本管理 ..... 047
- ◎ Finder的四种文件夹显示方式 ..... 048

|                    |     |                        |     |
|--------------------|-----|------------------------|-----|
| ■ 图标 .....         | 050 | ◎ 个性化Finder .....      | 060 |
| ■ 列表 .....         | 051 | ■ 偏好设置 .....           | 060 |
| ■ 分栏 .....         | 052 | ■ 工具栏设置 .....          | 060 |
| ■ Cover Flow ..... | 052 | ◎ Spotlight 万能搜索 ..... | 061 |
| ◎ 快速查看 .....       | 053 | ◎ 文件传输与共享 .....        | 063 |
| ◎ 管理项目 .....       | 054 | ■ AirDrop .....        | 063 |
| ■ Finder常规操作 ..... | 054 | ■ 蓝牙传输 .....           | 063 |
| ■ 右键菜单 .....       | 056 | ■ 文件共享 .....           | 064 |
| ◎ 认识标准文件夹 .....    | 058 |                        |     |

## 应用篇

### PART 4 畅游因特网 ... 067

|                             |     |
|-----------------------------|-----|
| ◎ 建立网络连接 .....              | 068 |
| ■ ADSL上网 .....              | 068 |
| ■ 局域网 .....                 | 069 |
| ■ Wi-Fi无线网络 .....           | 069 |
| ■ 添加更多的网络服务 .....           | 070 |
| ■ 管理位置 .....                | 071 |
| ■ 共享网络 .....                | 072 |
| ◎ Safari浏览器 .....           | 072 |
| ■ 基本操作 .....                | 072 |
| ■ 标签 .....                  | 073 |
| ■ 书签和阅读列表 .....             | 073 |
| ■ Top Sites和历史记录 .....      | 074 |
| ■ RSS和阅读器 .....             | 076 |
| ■ 下载 .....                  | 077 |
| ■ 偏好设置 .....                | 077 |
| ◎ 即时聊天工具 .....              | 079 |
| ■ 腾讯QQ .....                | 079 |
| ■ Microsoft Messenger ..... | 080 |
| ■ iChat .....               | 081 |
| ■ FaceTime .....            | 082 |
| ■ Adium .....               | 083 |

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| ■ 阿里旺旺 .....            | 083 |
| ■ 飞信 .....              | 084 |
| ■ Skype .....           | 084 |
| ■ AIR微博 .....           | 085 |
| ◎ 网络下载工具 .....          | 085 |
| ■ 迅雷——Thunder .....     | 085 |
| ■ BT下载——uTorrent .....  | 086 |
| ■ FTP传输——Transmit ..... | 087 |
| ■ 电驴——easyMule .....    | 088 |
| ◎ Mail——收发电子邮件 ...      | 088 |
| ■ 启用Mail .....          | 088 |
| ■ 查看邮件 .....            | 090 |
| ■ 编写新邮件 .....           | 092 |
| ■ 管理邮件 .....            | 092 |

### PART 5 多媒体娱乐 ... 095

|                      |     |
|----------------------|-----|
| ◎ iTunes播放器 .....    | 096 |
| ■ 资料库 .....          | 096 |
| ■ 播放列表 .....         | 097 |
| ■ iTunes Store ..... | 100 |
| ■ 同步便携设备 .....       | 101 |



|                          |     |
|--------------------------|-----|
| ■ 导入与刻录CD音乐 .....        | 102 |
| ■ 视频、播客、广播 .....         | 103 |
| ◎ 视频播放 .....             | 103 |
| ■ QuickTime Player ..... | 103 |
| ■ MPlayerX .....         | 104 |
| ■ DVD播放程序 .....          | 106 |
| ■ PPS网络电视 .....          | 106 |
| ◎ iLife' 11 .....        | 107 |
| ■ iPhoto照片管理 .....       | 107 |
| ■ iMovie视频剪辑 .....       | 114 |
| ■ GarageBand音乐创作 .....   | 119 |
| ■ iWeb .....             | 127 |
| ■ iDVD .....             | 128 |
| ◎ Photo Booth大头照 .....   | 129 |
| ◎ 游戏 .....               | 130 |

## PART 6 高效办公 ..... 131

|                     |     |
|---------------------|-----|
| ◎ iWork' 09 .....   | 132 |
| ■ Pages文档 .....     | 132 |
| ■ Numbers电子表格 ..... | 135 |
| ■ Keynote演示文稿 ..... | 139 |
| ◎ 预览 .....          | 142 |
| ◎ iCal日程管理 .....    | 143 |
| ◎ 地址簿 .....         | 147 |
| ◎ 文本编辑 .....        | 148 |
| ◎ 实用小工具 .....       | 149 |
| ■ 字典 .....          | 149 |
| ■ 便笺 .....          | 150 |
| ■ 计算器 .....         | 150 |

## 进阶篇

## PART 7 系统进阶 ..... 153

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| ◎ 账户管理 .....              | 154 |
| ■ 管理员账户 .....             | 154 |
| ■ 客人用户 .....              | 155 |
| ■ 多账户管理 .....             | 155 |
| ■ 家长控制 .....              | 157 |
| ■ 登录选项 .....              | 159 |
| ◎ 字体管理 .....              | 160 |
| ◎ 数据安全与备份 .....           | 161 |
| ■ 数据安全 .....              | 161 |
| ■ Time Machine 数据备份 ..... | 163 |
| ◎ 系统防护 .....              | 164 |

|                        |     |
|------------------------|-----|
| ◎ 系统恢复 .....           | 164 |
| ◎ iCloud .....         | 165 |
| ◎ Automator智能机器人 ..... | 167 |

## PART 8 在Mac中使用 Windows操作系统 ..... 171

|                              |     |
|------------------------------|-----|
| ◎ 使用Boot Camp安装双<br>系统 ..... | 172 |
| ◎ 使用虚拟机运行多系统 ...             | 180 |
| ■ Parallels Desktop .....    | 180 |
| ■ VMware Fusion .....        | 184 |

# PART 1

## PART 1

### Lion 之初体验





在使用Mac OS X Lion的第一步，你只需花几分钟浏览完本章内容，就能迅速了解Mac OS X Lion的基本界面，领略其独特魅力。

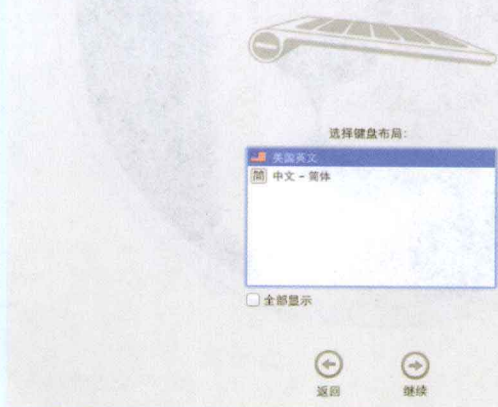
## ◎ 建立账户

当你得到一台全新的Mac后，在初次启动时它会引导你进行账户设置。按照对话框上的提示，只需简单几步就能完成。

➤ 选择所在国家或地区。默认选择“中国”，点击“继续”按钮。



### 选择您的键盘



➤ 选择键盘。建议选择“中文-简体”，以调用中文输入法。

## 您如何连接?

选择电脑连接到互联网的方式。

- ☐ 有线调制解调器
- ☒ DSL 调制解调器
- ☐ 局域网 (以太网)
- ☐ 我的电脑不连接到互联网



返回



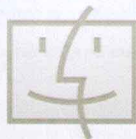
继续

➤ 选择互联网连接方式。

默认使用Wi-Fi，也可以点击“其他网络选项”更换连接方式。

## 将信息传输到这台 Mac

如果有重要信息存放在另一台 Mac 或 Windows PC 上，您可以把它传输到这台 Mac。您还可以将数据从 Time Machine 备份或另一个启动磁盘传输到这台 Mac。



您要如何传输信息?

- 从另一台 Mac
- 从 Windows PC
- 从 Time Machine 或其他磁盘
- 现在不传输**

您可以稍后使用“迁移助理”来传输信息。



返回



继续

➤ 传输备份信息。一般新 Mac 用户选择“现在不传输”。

## 输入您的 Apple ID

如果您曾在 iTunes Store、iPhoto 或 Apple Store 在线商店上购物，那么用来购物的电子邮件地址就是您的 Apple ID。如果您有以 @mac.com 或 @me.com 结尾的电子邮件地址，则可以将该电子邮件地址用作 Apple ID。

如果您没有 Apple ID，则只需点击“继续”。您可以稍后设置一个。如需进一步了解 Apple ID 的好处，请点击“了解更多”。

Apple ID:

密码:



了解更多



返回



继续

➤ 输入 Apple ID。若此前你未注册过 Apple ID，请点击“继续”按钮，待稍后设置。

➤ 输入注册信息。此处将加载你的Apple ID中的个人信息，也可以点击“继续”按钮忽略此步，稍后补充。

## 注册信息

请输入您的个人信息。此信息将用于注册您的 Apple 产品。创建您的用户帐户。在“地址簿”中设置您的信息，以及设置您的 Mail 帐户。

|       |             |
|-------|-------------|
| 姓氏    | 城镇或城市       |
| 名字    | 县/郡、州、省或地区  |
| 公司或学校 | 邮政编码        |
| 地址    | 电子邮件地址（如果有） |
|       | 电话号码        |

若要了解 Apple 如何保护您的个人信息，请查看“Apple 客户隐私政策”。

隐私政策
 返回
 继续

## 创建您的电脑帐户

请输入名称及密码来创建您的电脑帐户。您需要此密码来管理电脑、更改设置及安装软件。

姓名:

帐户名称:   
此名称将用作您的个人文件夹的名称，而且不能更改。

密码:

验证:

☒ 允许我的 Apple ID 重设此用户的密码。  
☒ 登录时需要密码。

密码提示:   
请输入密码提示，以帮助您在忘记密码时。由于所有人均可能看见此提示，所以请选择用他人不容易猜到密码的提示。

返回
 继续

➤ 创建电脑账户。输入账户名称和密码，此账户默认为管理员账户。“姓名”作为电脑中显示的名称，今后可以任意更改，“帐户名称”作为个人文件夹名称，不可更改。

➤ 选择账户图片。自动启动摄像头，可拍摄一张快照作为账户头像，也可从系统图库中选择图片，今后还可以任意更换自己的图片。

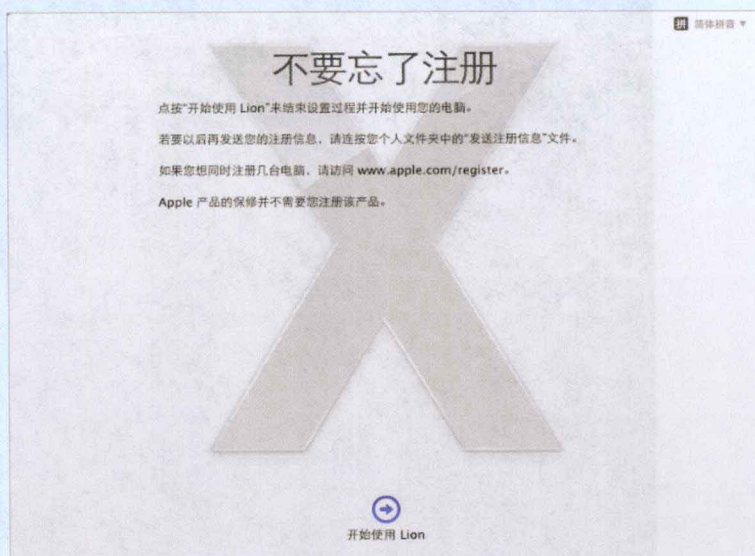
## 为此帐户选择图片

☐ 拍摄快照  
☒ 从图库中选取

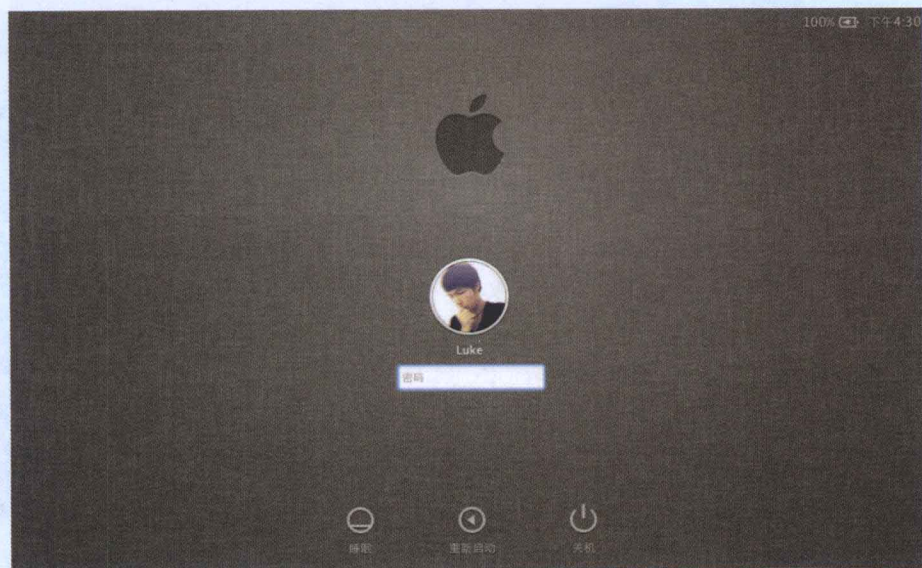
您的当前图片:



➤ 选择时区。可以从下拉列表中找到你所在的城市，当然，中国的时区都一样。



➤ 完成。点击“开始使用 Lion”按钮进入系统登录界面。



➤ 最后，输入刚才设置的账户密码，按回车键进入正式Lion系统桌面。



## ◎ 初识桌面

当完成账户设置并使用账户登录后，就正式进入Mac系统的主界面了。

一眼望去Mac的桌面是不是很简洁呢？！接下来就让我们一起来快速认识Mac OS X Lion的基本界面，一同领略狮子的傲人风采吧！



## ● 系统偏好设置



类似于Windows的“控制面板”，集合了一些系统基本功能的设置选项，是个性化Mac的最基本途径。本书根据具体的使用情况把每个项目分散在各个章节中介绍。当然你也可以自己探索，从中感受无穷的乐趣，同时也会让你切身感受到Mac系统最细腻的一面。

账户、日期和时间、输入源、音量、Wi-Fi等常用功能的状态显示。开启某些程序后其图标也会出现在上面，点击图标会出现相应的设置下拉菜单。

## 菜单栏

包括靠左侧的苹果菜单和前端活动程序的菜单，以及靠右侧的菜单栏附加和Spotlight搜索工具。

大小调整器

堆栈

废纸篓





苹果菜单

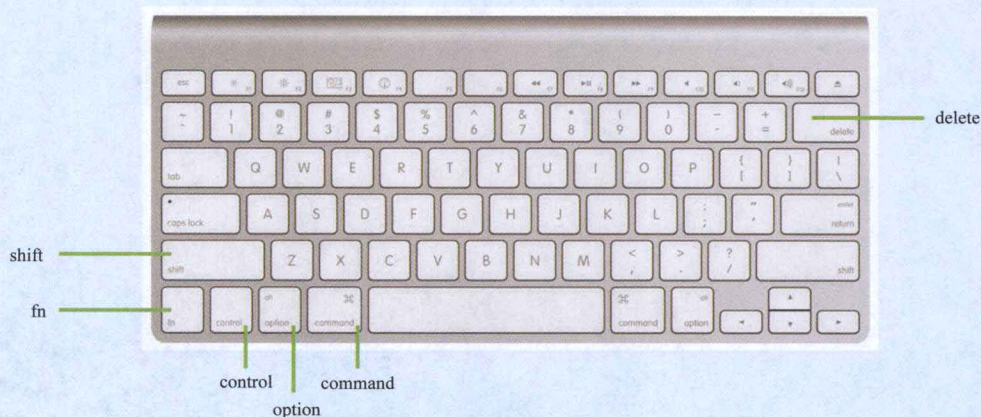


系统偏好设置

## 操控配件

Mac基本的操控配件有键盘、鼠标和触控板，而你至少要有它们中的两个。用上Lion，你的操控习惯从此改变。学会使用高效的快捷键组合、丰富的触控手势，是一种绝妙的操控体验，这将使你的工作变得高效而出彩。

### ■ 键盘



无论是录入文字还是使用快捷键，键盘都是必备配件。与普通PC键盘相比，苹果键盘具有以下几个特点。

✎ Windows用户惯用的退格键（Backspace）变成了delete键，因此特别强调需区别于PC键盘上的用法。Mac的delete键用来删除光标左边的文字，而删除光标右边的文字要按“fn+delete”快捷键。