

The simple,
efficient and effective
way to learning
Mac OS X
Mavericks



Mac

OS X Mavericks

使用手册

USER'S GUIDE

Mac 全方位学习的
No.1 选择

| 简单 | 易学 | 完美体验 |

iCloud云同步Apple设备
完整的环境与系统性能设置

• 面面俱到的应用程序
• 实用便捷的网络应用

• 丰富生活必备的影音工具
• 与 iPhone、iPad完美整合

施威铭研究室 著



清华大学出版社



Mac

OS X Mavericks

使用手册

施威铭研究室 著

清华大学出版社
北京

本书版权登记号：图字：01-2014-3250

本书为旗标出版股份有限公司授权出版发行的中文简体字版本。

内 容 简 介

本书以图文对照、图注说明的形式，直观、系统地介绍了 Mac OS X Mavericks 的基本操作方法，在工作和生活中的应用技巧等，是苹果电脑入门者的最佳教材，也可作为苹果电脑用户的常备手册。

全书内容共分为五部分，第一部分（第 1~6 章）介绍了 Mac OS X Mavericks 的基本操作，包括桌面环境、触控板操作、窗口操作、输入法的使用、文件管理、文本编辑等；第二部分（第 7~10 章）介绍了如何连接网络、浏览网页、收发电子邮件，在线购买软件等；第三部分（第 11~19 章）介绍实用小工具的使用技巧，包括通讯录、日历、地图、提醒事项、信息、使用 iBooks 阅读电子书、备忘录、FaceTime、通知中心等；第四部分（第 20~23 章）介绍了强大的数字影音功能，包括播放影音文件、管理数码照片、与朋友玩游戏等；第五部分（第 24~33 章）主要介绍 Mac OS X Mavericks 的环境与系统性能设置，包括同步 Apple 设备内容、使用蓝牙外设、软件的安装与移除、与局域网电脑共享文件与打印机、系统与磁盘检测工具、文件和系统的备份与还原等。

通过对本书的学习，希望读者达到快速掌握、全方位学习、充分应用的目的，让自己轻松工作、愉悦生活。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签，无标签者不得销售。

本书仅限于中华人民共和国境内（不包括中国香港、澳门特别行政区和中国台湾地区）销售发行。

版权所有，侵权必究。侵权举报电话：010-62782989 13701121933

图书在版编目（CIP）数据

Mac OS X Mavericks使用手册/施威铭研究室著. --北京：清华大学出版社，2015
ISBN 978-7-302-38601-8

I. ①M… II. ①施… III. ①微型计算机—操作系统—手册 IV. ①TP316.84-62

中国版本图书馆CIP数据核字（2014）第276827号

责任编辑：夏非彼

封面设计：王 翔

责任校对：闫秀华

责任印制：王静怡

出版发行：清华大学出版社

网 址：<http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址：北京清华大学学研大厦A座

邮 编：100084

社总机：010-62770175

邮 购：010-62786544

投稿与读者服务：010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质量反馈：010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印装者：北京天颖印刷有限公司

经 销：全国新华书店

开 本：190mm×260mm

印 张：28

字 数：716千字

版 次：2015年1月第1版

印 次：2015年1月第1次印刷

印 数：1~4000

定 价：99.00元

产品编号：060280-01

在 Mac 时尚、迷人的外表下，其蕴藏着独有的操作方式与各种软件。第一次接触 Mac 操作系统，你一定会发现，虽然是图形化界面，但操作却不如预期顺利，尤其是以前习惯了 Windows 操作系统的用户，可能连 Mac 的关机、切换输入法都找不到！

本书内容的规划就是要带领 Mac 初学者，能够很顺利地上手 Mac 操作系统，针对 OS X Mavericks 特有的多点触控操作手势，我们还搭配了大量的图解、操作示范照片进行说明，帮助你快速熟悉触控板的操作技巧，能够轻松切换窗口、探索桌面、浏览网页与照片。至于其他众多 Mavericks 的应用程序，如信息、提醒事项、通知中心、地图、iBooks、备忘录、FaceTime、iPhoto、日历、系统环境设置等，本书也都规划进来，内容详尽而丰富。

不少人除了拥有 Mac 电脑外，同时自己或家人还拥有其他 Apple 系列产品，例如 iPhone、iPad、iPod 等，而 Mavericks 与这些设备的整合与应用，我们当然也不能忘记。如何将 iPhone 中的通讯录，同步到 Mac 的通讯录？如何将 iTunes 中整理好的歌曲导入 iPhone？我希望 iPhone、iPad 全部能听到 Mac 音乐库中的歌曲，有可能吗？这些你想做到的，本书都帮你想到了，从书中就能找到答案。

施威铭研究室

2014.11

目 录

序章	第一次接触 Mac	1
0-1	认识 Mac 计算机与 OS X	2
0-2	认识 Mac 键盘	3
0-3	认识 MacBook 触控板、Magic Trackpad 与 Magic Mouse	5
	MacBook 触控板：方便、好用、免安装	5
	一手掌握 Magic Mouse	6
	Magic Trackpad：蓝牙触控板	7



OS X 的基本操作

第 1 章	桌面环境导览	8
-------	--------------	---

1-1	桌面组件：桌面、菜单栏、Dock	9
	桌面	9
	苹果菜单按钮：执行关机命令、查看 Mac 信息	12
	系统功能图标：查看外部设备的状态	13
	Dock 工具栏：打开程序、文件	14
	应用程序菜单：选择应用程序的相关命令	15
1-2	关机、睡眠与重新启动	16
	关机：确定关闭计算机	16
	睡眠：快速开关机、节省电量	17
	重新启动：让系统重新启动	17
	强制重开机：死机时的方法	18

第 2 章	学习触控板与鼠标的多点触控操作手势	19
-------	-------------------------	----

2-1	学习触控板的操作手势	20
	学习点按手势	20
	学习滚动缩放手势	24
	让操作更有效率的多指手势	27
2-2	Magic Mouse 的操作手势	32
	学习点按手势	32
	让操作更有效率的手势	34



第3章 窗口的操作38

3-1 认识窗口的基本组成	39
3-2 调整窗口大小与移动、关闭窗口	40
调整窗口大小	40
移动窗口位置	42
放大到全屏幕	42
关闭窗口与退出应用程序	43

第4章 使用输入法与文件编辑、打印45

4-1 输入法菜单的操作	46
切换中英文输入法	46
使用快捷键切换输入法	46
4-2 输入文件内容：使用文本编辑程序	47
打开文本编辑程序	47
输入中文	47
手动选字、词	48
在中文输入法下输入英文和数字	49
在拼音输入法下输入标点符号	49
4-3 存储与打开文件	50
存储文件	50
退出文件	50
打开文件	51
4-4 文件的自动存储与版本功能	51
认识自动存储功能	51
为文件建立版本	52
将文件恢复到之前的版本	52
4-5 文件的编辑技巧	53
选取文字	53
删除文字	53
拷贝文字 = 拷贝 + 粘贴	54
移动文字 = 剪切 + 粘贴	54
撤销编辑操作	55
4-6 安装其他中文输入法和多语言输入法	55
新增 / 移除输入法	55
新增多语言输入法	56
4-7 听写功能：用说的也能轻松输入文字	57
启用听写功能	57
以听写进行文字输入	58
4-8 打印文件与打印机管理	59
安装打印机	59
打印文件	60
查看与调整打印状态	61
设置默认打印机	63



第5章 用 Finder 做好文件管理64



5-1 用个人专用文件夹存放文件.....	65
5-2 探索 Finder 窗口的边栏.....	66
个人收藏：快速切换到常用的文件快捷方式	67
设备：访问光盘、U 盘的文件.....	69
5-3 文件的显示、预览与排序.....	70
切换文件的排列方式	70
将文件有条理地分类与排序.....	72
快速预览文件内容	73
随时和朋友共享照片、文件.....	74
5-4 建立文件夹存放文件.....	75
建立文件夹.....	75
更改文件（夹）名称	76
5-5 移动文件与文件夹	76
一次移动一个文件	77
一次移动多个文件或文件夹.....	78
以新标签页打开 Finder 窗口.....	79
5-6 复制文件与文件夹	81
以拖动的方式复制文件.....	81
以拷贝 / 粘贴项目来复制文件	82
5-7 读取光盘与使用 U 盘、移动硬盘	83
读取光盘数据	83
退出光盘	84
访问 U 盘与移动硬盘.....	85
能读取 NTFS 磁盘上的文件但不能写入	86
移除 U 盘与移动硬盘.....	86
5-8 快速查找计算机中的文件.....	87
5-9 删除与救回已删除的文件.....	88
删除文件与文件夹	88
救回删除的文件	88
清空废纸篓.....	89

第6章 桌面功能大集合90



6-1 Launchpad：让 Mac 也有如同 iPad 的图标化桌面.....	91
启动 Launchpad.....	91
调整应用程序的排列位置	92
建立文件夹来整理应用程序.....	93
在 Launchpad 中快速移除应用程序	94
6-2 Dashboard：实用的桌面小工具.....	95
如何打开 Dashboard.....	95
设置桌面小工具中显示的信息	96
加入你需要的桌面小工具	96
上网下载和安装新的桌面小工具.....	97
6-3 Mission Control：管理所有已打开的窗口.....	98
打开并认识 Mission Control	98

浏览每个应用程序的窗口	100
移开所有窗口，显示桌面	102
新建桌面来整理已打开的窗口	102
直接将窗口搬到 Space 区并新增桌面	104
切换到不同桌面	104
将应用程序打开在指定的桌面上	105
删除桌面	106
6-4 将常用的功能指定到屏幕触发角	106
设置屏幕触发角	106
使用屏幕触发角	107
6-5 利用 Spotlight 快速找出文件、邮件与网页	108
打开 Spotlight 并使用关键词来搜索	108
Spotlight 的扩展应用：找影音、查单词与做计算	109
6-6 建立 Stack 与替身，快速打开文件与应用程序	110
使用 Stack	110
制作文件、文件夹或应用程序的替身	112



第二部分

畅游 Internet

第 7 章 用无线网络连接 Internet117

7-1 通过无线网络连接 Internet.....	118
在家中、公司使用无线网络上网	118
设置网络连接	119
设置无线路由器	120
让其他设备使用无线网络	122
7-2 在公共场所使用无线网络.....	122
7-3 连线问题大搜索.....	125

第 8 章 Safari 网页浏览器126

8-1 浏览网页的基本技巧	127
认识 Safari 界面	127
浏览网站	129
列出浏览列表	129
自定义 Safari 的主页	129
在标签页面中浏览多个网页	130
8-2 使用书签收集网站	133
书签栏与书签菜单	133
将网站加入书签栏	134
在书签栏添加文件夹管理书签	135
Top Sites：常用网页即点即看	136



8-3 将没读完的网页加入阅读列表.....	137
将网页加入阅读列表	137
阅读与删除阅读列表	138
8-4 搜索网站与网页内容	139
Safari 的网站搜索功能	139
搜索网页内容	139
8-5 存储图片与下载文件	140
存储图片	140
查看下载的图片	141
下载文件	142
8-6 利用阅读器轻松阅读文章	143
8-7 与朋友分享有趣的网页内容	144

第 9 章 收发与管理电子邮件.....145



9-1 设置电子邮件账户并接收邮件.....	146
申请电子邮件账户	146
启动邮件并设置邮件账户	147
手动设置电子邮件账户	148
测试收发邮件是否正常	150
检查和修改电子邮件账户内容	150
同时使用多个邮件账户的设置方法	151
9-2 阅读邮件与附件.....	153
打开独立窗口来阅读电子邮件	153
显示邮箱窗格来分别阅读多个邮箱的邮件	154
打开附件	155
存储附件	157
9-3 发信、回信与添加附件.....	158
回复与转发邮件	158
添加附件	159
同时发信给多位收件人	160
将邮件设置为抄送或密送	161
9-4 美化邮件内容与加入签名档.....	162
美化邮件：调整文字格式与应用信纸	162
在邮件中加入签名	164
9-5 搜索与筛选邮件.....	165
使用搜索框找出想看的邮件	165
切换到对话模式快速查看相同标题的邮件	166
建立智能邮箱，用指定条件筛选邮件	167
9-6 过滤垃圾邮件.....	168
手动标示垃圾邮件与非垃圾邮件	168
让垃圾邮件自动放入垃圾邮箱	168
设置邮件规则进一步过滤垃圾邮件	169

第 10 章 App Store 在线软件商店.....171



10-1 在 App Store 浏览、搜索软件	172
认识 App Store 操作界面	172

用关键词搜索想要的软件	174
10-2 在 App Store 下载与更新软件	174
下载免费软件	174
下载付费软件	176
更新已下载的软件	177
10-3 创建 Apple ID 以便购买、下载软件	178
创建 Apple ID	178
登录与注销 Apple ID	181
删除 Apple ID 中的银行卡数据	182



实用小工具与通知中心

第 11 章 运用通讯录管理联系人信息184



11-1 打开通讯录并新增名片	185
认识通讯录的操作界面	185
新增联系人名片	185
修改名片数据：加入照片和 QQ 账号	186
删除联系人名片	187
11-2 建立联系人分类群组	188
新建自定义的群组	188
搜索符合条件的联系人并建立群组	190

第 12 章 日历：安排工作和约会的好帮手191



12-1 认识日历并建立事件	192
认识日历	192
新建事件	194
12-2 编辑事件与新建日历	194
编辑事件内容	194
建立新的日历与群组	196
12-3 设置周期性事件及提醒功能	198
设置每月、每周都要做的事	198
替重要的事设置闹铃提醒	200

第 13 章 地图：指引方向的好帮手202

13-1 定位目前所在位置	203
定位目前的所在地	203
搜索目的地	204
13-2 规划路线	205
将规划的路线发送到 iPhone 或 iPad	206

第 14 章 提醒事项：从此不再忘记待办事项209



14-1 认识操作界面与建立提醒事项	210
提醒事项操作界面	210
建立提醒事项	210
新增提醒事项类别	211
设置提醒事项的优先级	212
14-2 切换提醒事项查看模式与追踪待办事项	213
将提醒事项显示在桌面一直提醒	213
追踪待办事项	214

第 15 章 信息与微博：聊天、发送照片、分享信息216



15-1 发送、接收与管理信息	217
在信息中登录 Apple ID	217
发送信息	218
接收信息	219
删除信息	220
15-2 发送表情符号、照片与文件	220
在文字之间发送表情符号	220
发送照片	221
接收朋友发送过来的照片	222
15-3 与朋友在新浪微博分享信息	223
登录新浪微博账号	223
在新浪微博分享照片	223
无所不在的  按钮	225

第 16 章 使用 iBooks 阅读电子书226



16-1 打开 iBooks 软件	227
16-2 到 iBooks Store 下载电子书	228
试读版和完整版有什么差别	228
16-3 iBooks 的操作介绍	229
阅读交互式电子书	229
阅读文字类电子书	230
调整字体大小与背景	231
运用书签快速移到想看的页面	232
删除书籍	232

第 17 章 备忘录：免带记事本，随手记下大小事234



17-1 新增与编辑备忘录	235
新增备忘录	235
编辑备忘录内容	236
将备忘录存到 iCloud，随时用 iPhone、iPad 查看	236
17-2 将备忘录与地图、截屏程序结合	237
从备忘录链接到地图	237

将屏幕画面截屏到备忘录中.....	238
17-3 将重要的备忘录钉在桌面上,以便随时提醒.....	239
17-4 在备忘录中插入文件及图片.....	240
将图片文件插入到备忘录中.....	240
将相机、iPhone、iPad 中的照片插入备忘录.....	241
17-5 通过信息或电子邮件共享备忘录.....	242

第 18 章 FaceTime 欢乐视频243



18-1 FaceTime 的准备工作.....	244
打开网络与摄像头.....	244
准备好 FaceTime 应用程序.....	245
18-2 让两台 Mac 计算机互通 FaceTime.....	245
在 Mac 上登录 FaceTime.....	245
拨打其他 Mac 计算机的 Apple ID.....	246
18-3 从 Mac 计算机打给 iPad 与 iPhone.....	248
在 iPad 上登录 FaceTime.....	248
从 Mac 打给 iPad.....	248
在 iPhone 上打开 FaceTime.....	249
从 Mac 打给 iPhone.....	249

第 19 章 通知中心：立即查看最新提醒251

19-1 打开通知中心查看新提醒.....	252
19-2 设置提醒的排列方式.....	253
19-3 更改提醒的提示样式.....	254



超强悍数字影音工具

第 20 章 iTunes 多媒体影音播放与管理中心255



20-1 认识 iTunes 操作界面.....	256
20-2 iTunes 资料库管理及播放影音文件.....	257
将影音文件添加到 iTunes 资料库.....	257
手动输入歌曲相关信息.....	258
快速输入专辑信息与封面插图.....	259
20-3 将影音文件传输到 iPhone、iPad、iPod / iPod Touch.....	260

第 21 章 iPhoto：数码照片的浏览、管理与编修262

21-1 将照片导入 iPhoto.....	263
导入相机中的照片.....	263
导入保存在磁盘中的照片.....	265



21-2	浏览数码照片	266
	认识 iPhoto 的操作环境	266
	利用事件查看照片	267
	查看所有照片	269
	删除照片	269
	以幻灯片播放照片	270
21-3	管理与搜索数码照片	271
	设置标题、评分及关键词	271
	利用面孔分类, 快速找出某人的所有照片	273
	依据拍摄地点浏览照片	275
	利用搜索功能快速找到照片	276
	新建相簿以整理与分类照片	277
	利用智能相簿自动分类	278
	管理照片的建议	279
21-4	编修数码照片	279
	恢复照片的原始设置	280
	旋转照片角度	281
	改善照片中的色彩与对比	281
	消除红眼现象	282
	校正照片歪斜	283
	裁剪照片大小	284
	润饰照片缺陷	284
	为照片添加特效	285
21-5	打印照片	286
21-6	将照片上传到新浪微博	287

第 22 章 用 QuickTime Player 与 DVD 播放程序欣赏数字影音289



22-1	QuickTime Player 影音播放程序	290
	使用 QuickTime Player 播放计算机中的影片文件	290
	QuickTime Player 支持的影片格式	291
	播放在线流媒体影片	292
	利用快速裁剪功能获取精华片段	293
	利用屏幕录制功能录制屏幕画面	294
22-2	利用 DVD 播放程序欣赏 DVD 视频	296
	打开和播放 DVD 视频	296
	全屏幕播放时, 利用控制栏操控影片	297
	在窗口模式下, 利用控制器操控影片	297
	利用影像栏快速切换到喜爱的片段	298

第 23 章 Game Center : 与朋友较量游戏分数300

23-1	登录 Game Center 与邀请朋友	301
	登录 Game Center	301
	邀请朋友加入 Game Center	302
23-2	浏览游戏排名	303

第 24 章 iCloud 服务：自动同步所有 Apple 设备的内容 305

24-1 认识 iCloud	306
使用 iCloud 的好处	306
谁能使用 iCloud 的服务	306
用 iCloud 可以同步哪些文件	307
24-2 打开 iCloud 并同步通讯录、日历与提醒事项	308
打开和登录 iCloud	308
同步通讯录	309
同步日历与提醒事项	310
同步备忘录	310
24-3 同步 Safari 的书签、阅读列表与正在阅读的网页书签	311
同步书签、阅读列表	311
同步正在 iPad 或 iPhone 浏览的网页	312
24-4 iCloud 照片流：即时共享用 iPad、iPhone 拍的照片	313
什么是照片流	313
在 Mac 上管理照片流相簿	314
删除照片流上的照片	315
将照片共享到照片流	316
24-5 利用 iCloud 同步在 App Store 下载的 App 与音乐	317
在两台 Mac 之间同步 App	317
24-6 通过 iCloud 同步文件	319
在 Mac 建立文件并存储在 iCloud	319
在 iPad 打开云端上的文件	320
快速将 iCloud 上的文件移到文稿文件夹	321
24-7 管理 iCloud 的存储空间	322
24-8 在 iCloud 网站浏览同步的内容	323
登录 iCloud 网站	323
浏览同步的内容	324
由网站浏览、编辑云端文件	325
在 iCloud 网站查找你的 Apple 设备	326

第 25 章 桌面管理：自定义想要的桌面环境 327

25-1 更换自己喜欢的桌面背景	328
将 iPhoto 中的照片设置为桌面背景	328
指定文件夹中的照片作为桌面背景	329
25-2 设置屏幕保护程序以保障个人隐私	330
设置屏幕保护程序	330
利用屏幕保护程序保障个人隐私	332

25-3	更改窗口组件的外观.....	333
	更改文字、文件选取时的背景色.....	334
	设置是否显示窗口滚动条.....	335
25-4	新建、移除 Dock 上的图标与偏好设置.....	336
	添加 / 移除 Dock 中的应用程序.....	336
	调整 Dock 的位置、特效等设置.....	337

第 26 章 连接与使用蓝牙设备338



26-1	蓝牙设备设置流程.....	339
26-2	连接蓝牙键盘.....	340
	确认 Mac 已启动蓝牙功能.....	340
	搜索并配对蓝牙键盘.....	340
	查看蓝牙设备的连接状态与重新命名.....	341
26-3	连接蓝牙鼠标.....	342
	搜索与配对蓝牙鼠标.....	342
	断开蓝牙鼠标连接.....	343
	用键盘设置蓝牙鼠标.....	344
26-4	连接蓝牙触控板.....	345

第 27 章 软件的安装与移除347

27-1	取得与安装软件.....	348
	取得软件的方法.....	348
	安装软件的方法.....	348
	将软件拖动到应用程序.....	348
	拖动快捷方式进行安装.....	349
	以向导方式安装.....	350
27-2	移除自行安装的软件.....	352
	直接移除应用程序.....	352
	移除 Dock 中自行加入的应用程序图标.....	352

第 28 章 多人共享一台 Mac 的用户管理.....353

28-1	新建用户账户.....	354
	多用户环境的好处.....	354
	新建用户.....	354
	依据权限选择用户账户类型.....	356
28-2	多用户登录、注销、切换与移除.....	358
	开机时登录用户.....	358
	注销用户.....	359
	快速切换用户.....	359
	移除用户.....	360
28-3	用户密码管理.....	361
	建立密码.....	361
	移除密码.....	362

28-4	更改用户图片、类型.....	363
	更换登录图片	363
	更改账户类型	364
28-5	用家长控制限制计算机可用功能与时间.....	365
	选择要控管的账户.....	365
	限制可使用的应用程序.....	365
	限制可浏览的网页	366
	限制邮件、实时通信对象.....	367
	限制计算机使用时间	367

第 29 章 与局域网计算机共享文件与打印机370

29-1	通过 AirDrop 发送、接收文件.....	371
	在 AirDrop 发送文件	371
	在 AirDrop 接收文件	372
29-2	让多台 Mac 计算机共享文件与打印机	373
	打开文件与打印机共享功能.....	373
	存取共享的文件	374
	安装与使用其他计算机共享的打印机.....	375
29-3	设置 Mac 的文件共享让 Windows 存取.....	376
	设置 Mac 文件共享功能.....	376
	从 Windows 连接到 Mac 的公共文件夹.....	377
	利用 IP 地址连接到 Mac.....	378
29-4	设置 Windows 的文件共享让 Mac 存取.....	379
	修改 Windows 计算机名称, 以免 Mac 无法读取.....	379
	设置 Windows 的共享功能.....	379
	从 Mac 连接到 Windows 的共享文件夹.....	381
	利用 IP 地址连接到 Windows.....	381
29-5	在 Mac 上使用 Windows 共享的打印机.....	383
	打开 Windows 的共享设置	383
	在 Mac 添加共享打印机.....	384
29-6	在 Windows 上使用 Mac 共享的打印机.....	385
	在 Mac 上打开打印机共享	385
	在 Windows 添加共享打印机	386

第 30 章 调整时间、音量、键盘与播放程序388



30-1	设置系统的日期与时间.....	389
	让系统自动精准对时	389
	出国时调整为当地时间.....	389
	将时间调整成喜欢的显示方式	390
30-2	调整喇叭与麦克风的音量	391
	调整播放声音时喇叭的音量.....	391
	调整麦克风的音量	392
	设置是否播放操作声音效果.....	392

30-3 将键盘调整成符合个人习惯	393
30-4 设置光盘自动播放	394

第 31 章 系统与磁盘检测工具.....395



31-1 查看 Mac 的硬件配置与软件序列号	396
31-2 用磁盘工具程序分区与格式化移动硬盘	397
启动磁盘工具程序	397
分区与格式化移动硬盘	398
清除磁盘内容	400
检查与修复磁盘的读取权限	400
检查与修复文件系统	401
31-3 强制退出：软件无响应的救星	402
31-4 节能器：节省 MacBook 的电量消耗	403
调整笔记本电脑的电源管理设置	403
调整笔记本电脑的屏幕亮度	405
31-5 自动更新系统	405
从苹果按钮手动更新软件	405
设置系统自动检查更新	406

第 32 章 刻录资料与光盘备份.....407



32-1 用 Finder 刻录光盘	408
32-2 利用磁盘工具备份光盘	410
制作光盘映像文件	410
将映像文件刻录成光盘	411

第 33 章 用 Time Machine 轻松备份系统.....413



33-1 用 Time Machine 快速备份系统、文件	414
备份前的准备	414
设置备份磁盘	414
第一次备份	415
让 Time Machine 定时自动备份	417
如何解决备份时出现的问题	418
33-2 利用 Time Machine 快速恢复文件、系统	419
救回丢失的文件与邮件	419
搜索要恢复的文件	420
使用 Time Machine 恢复系统	422

附录 A 制作 OS X Mavericks 安装 U 盘.....425