



这是一本站在用户角度为用户写的书

这是一本用苹果的方式写的苹果书

这本书不光教你怎么使用苹果 更是教你怎么体验苹果

这本书在为Mac超频 为雪豹加速 这是一个真苹果

I'm a Mac

雪豹训练手册

Tony 著



清华大学出版社

I'm a Mac: 雪豹训练手册

Tony 著

清华大学出版社
北京

内 容 简 介

本书内容详尽，逻辑清晰，从整体入手，层层分解，逐级放大，从开机、桌面、菜单栏、Dock、Finder 以及多媒体、网络应用，对 Mac 做了全面的解剖处理，一直解剖到 Mac 的“神经”系统，深入浅出。不光有操作性的介绍，更有原理性的介绍，通过它你可以对你的 Mac 有一个全新的认识，读完本书，你就可以完全驾驭你的雪豹，甚至对以后的雪豹后代也有所了解，因为它们都是猫科动物，有共同习性。

Mac 历来注重简单，但是如何把这种简单的威力爆发出来不简单，这本书就是在告诉你简单的威力，简单也可以很强大。用苹果的话说就是 Mac 之简单，UNIX 之威力。

无论你是一个 Mac 新用户，还是一个 Mac 老用户，都能从中得到惊喜，因为这是一部 Mac 的体验之旅，这就是 Mac，从此我们就踏上海拔 3000 米去探寻那个神奇的美丽动物——雪豹。

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。
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

I'm a Mac: 雪豹训练手册 / 托尼著. —北京: 清华大学出版社, 2011.6
ISBN 978-7-302-25115-6

I. ①I… II. ①托… III. ①操作系统, Mac OS-基本知识 IV. ①TP316.84

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 050372 号

责任编辑: 王峰松 薛 阳

责任校对: 徐俊伟

责任印制: 杨 艳

出版发行: 清华大学出版社

地 址: 北京清华大学学研大厦 A 座

<http://www.tup.com.cn>

邮 编: 100084

社 总 机: 010-62770175

邮 购: 010-62786544

投稿与读者服务: 010-62795954, jsjic@tup.tsinghua.edu.cn

质 量 反 馈: 010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印 刷 者: 清华大学印刷厂

装 订 者: 三河市金元印装有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 185×260 印 张: 39.25 字 数: 931 千字

版 次: 2011 年 6 月第 1 版 印 次: 2011 年 6 月第 1 次印刷

印 数: 1~4000

定 价: 69.00 元

推 荐 序

会买这本书的人，我想一定是对技术有一点癖好的男性朋友居多。

现代操作系统基本上已经不需要专门去买一本手册去学习了，而 Mac OS X 在易用性方面尤其给力，华丽的界面，简单的操作，可以说 Mac OS X 基本上是为非 IT 专业女生设计的。Mac OS X 从来不希望用户去理解什么叫分区，什么叫磁盘整理，什么叫系统优化，什么叫 IP 地址，什么叫交叉线……这些东西，都交给那些爱倒腾的男生吧。我想这本书是为他们而作的，当那些用 Mac OS X 的女生遇到困难的时候，读过这本书的男生就可以挺身而出……

当然，那些爱倒腾技术的人，通常他们的志愿不会仅仅是为自己的伴侣修电脑那么简单，也许你还想在 Mac OS X 上做 iPhone 或 iPad 程序的开发；也许你还想学习在 Mac OS X 上做音乐，甚至做电影；也许你很简单，就想在清静的系统上办公，做出漂亮的 PPT…也许，也许你就和我一样，想看一下这个世界上除了 Windows 以外的操作系统长什么样。

我在 2004 年的时候第一次接触苹果电脑，第一次知道了还有一个品牌的电脑居然预装的不是 Windows。苹果电脑和 Mac OS X 的组合给我的第一感觉是惊艳，但你不知道的，我主要是一个关注内涵的人（当然身材也很重要）。很快，我发现 Mac OS X 用的竟然是 UNIX 内核，这对于当时是学校网站程序员的我来说，是多么有内涵啊——多数 Linux 的开源软件都可以在 Mac OS X 下面编译运行，而且界面还那么漂亮，我一下子就被一种莫名的亲切感击倒了。后来，我看了很多苹果电脑的广告，恶补了很多关于苹果电脑和乔布斯的历史，我发现这种亲切感并非完全是来自技术上的。当电脑开始在中国普及的时候，世界已经是微软的了，多数中国的电脑爱好者，比如我，错过了一些 IT 界最精彩的故事。现在突然重温这些故事的时候，自然是倍感亲切了。当时没有 iPhone，也没有 iOS，我以为这些关于激情和梦想的故事不会有什么太好的结果，没想到苹果公司今天还没有倒闭，这些故事今天竟然还在延续着。

进入 Mac OS X 的世界，对我来说影响太大了：2004 年我第一次接触苹果电脑；2006 年我做了一个 Mac OS X 上免费的输入法叫 Fun Input Toy，简称 FIT；2008 年，我们做了一个 iPhone 上的输入法叫 WeFIT；2010 年，我和我的团队在 Mac OS X 和 iOS 软件开发的道路上继续前进……进入 Mac OS X 的世界，最初的动机和我进入 C++，Java，PHP 的世界一样，我只是希望多了解一种和我所在的行业相关的东西，我没想到的是，这次我思考更多：操作系统一定要有开始菜单吗？操作系统一定要有注册表吗？硬盘一定要分区吗？软件一定要用户学习新的概念才能用吗？……

进入 Mac OS X 的世界，使我想了很多以前不会想的问题，它改变了我的思想，从而也改变了我的命运。

希望这本书也能带你进入一个全新的世界。

Mac 著名中文输入法 FIT 开发团队 冯华君

说 明

本书不想讨论 Mac 和 Windows 哪个好，也不想说 Mac 有多好，只是作为一个消费者告诉你如果你打算拥有一台 Mac 而应该如何使用。

本书从整体入手，层层分解，逐级放大，对 Mac 做了全面的解剖处理，一直解剖到 Mac 的“神经”系统。个别地方会稍有重复，其目的是希望将一个论点在一个地方展开，将相关的操作都放在一起。这样做的目的有两点：① 对功能做系统阐述，以便于全面了解；② 节约时间，避免在一本书里翻来覆去。因为印刷体不像超链接，可以随时点击跳转，它是需要翻书的。所以这样便于在一个地方对一个操作做系统了解，也不用你从这页翻到那页。不过也不用担心，这种重复是极少数的，而且有些地方也标识出来。

本书不光是操作性的介绍，更是原理性的介绍，通过它你可以对 Mac 有一个全新的认识，读完本书，你就完全可以驾驭你的雪豹，甚至对以后可能出来的雪豹后代的习性也有所了解，因为它们都是猫科动物，有共同习性。即便你是一个使用 Mac 多年的老手，通过本书的学习你也能发现很多你所不知的细节和惊喜，因为这就是 Mac。

约 定

没有规矩不成方圆，所以本书首先对操作做以下说明，以便约定俗成。Mac 的操作有 3 种：鼠标操作，键盘操作和触控操作。

鼠标操作主要是左右键和滚轮，Magic Mouse 相当于是集合了触控板的鼠标。键盘主要用于输入、无鼠标操作和辅助鼠标。触控操作对 Mac 而言主要是对触控板的操作，而且对于 iMac、Mac Pro、Mac Mini 这类台式电脑，苹果也推出了 Magic Trackpad，大有取代鼠标的趋势。对于触摸屏的那叫 iPad 不叫 Mac。如不特别说明，指尖操作均为在触控板上的操作。表 1 为常用操作说明。

表 1

操作	Windows 鼠标	Apple 鼠标	触控板	说明
单击	按下鼠标左键一次	按下鼠标按键一次	单指轻点触控板一次	在 Finder 中单击用于选定一个文件；在 Dock，菜单，边栏以及工具栏中单击用于打开程序或展开菜单和执行某项操作
双击	连续按下鼠标左键两次	连续按下鼠标按键两次	连续单指轻点触控板两次	在 Finder 中连续快速双击用于打开一个文件；两次单击之间稍作停顿用于重命名一个文件。在窗口顶端双击的作用有二：①最小化窗口；②拖移窗口。如果双击第二次敲击时未松开则表示锁定该窗口，此时移动光标将拖移窗口（此需要在“系统偏好设置”→“触控板”中设置）
右键单击	按下鼠标右键一次	按住 control 键，按鼠标按键	按住 control 键单指轻拍触控板一次或双指轻拍触控板	用于提供右键菜单
按住	按下鼠标左键不松开直到操作完成	按下鼠标按键不松开直到操作完成	触控板的按住操作有两种：①按下触控板按键不松开；②单指双击触控板第二次不松开	在 Dock 中用于启动程序的 Exposé；在 Finder 中用于拖移文件
拖动	按住并移动	按住并移动	按住并移动	Mac 下拖动某文件的时候，原文件保留在原处不动，当拖动时会产生一个与原文件图标相同的半透明文件图标随着你的拖动而移动，你所需要做的只是将它轻轻放下，放在你想放的位置。这就是拖动

触控板上的指尖操作：

指尖操作有 4 种：单指、双指、三指和四指。

每个操作在不同程序中有不同定义，取决于程序设计者的设计，比如双击在某些播放器中用于全屏和非全屏之间切换，具体含义请参阅每个程序的帮助。下面列举 Mac 下常用

的操作和作用。

1. 单指操作

单指操作主要有 6 种：①单击；②双击；③三击；④移动；⑤按住 control 键单击；⑥锁定并拖移。

作用如下：

(1) 单击在 Finder 中用于选定某个文件，在 Dock、菜单栏、边栏、工具栏等中单击表示执行某项操作，在文本中单击表示插入光标。

(2) 双击作用有 5 个：①在 Finder 中连续快速双击用于打开某个文件或程序；②在 Finder 文件名上两次缓慢单击用于重命名一个文件（可以理解为选中一个文件然后再次单击该文件名）；③在窗口顶端连续快速双击用于最小化该窗口；④双击第二次落下时手指不离开触控板表示锁定该目标，如果是在窗口顶端则表示锁定该窗口，此时移动光标则表示拖移该窗口，如果是在 Finder 中表示锁定该文件，此时移动光标将拖移该文件，如果是在文件中表示锁定该位置，此时光标不再闪烁，移动光标以此为起点选定光标移动的区域，如果是对已选定的文本或文件做此操作，表示拖移该文件或文本；⑤在文本或者页面中双击表示选定一个字。

(3) 三击一般用于文本中，在文本中单击表示插入光标，双击表示选定一个字，三击就表示选定一个段落。

(4) 单指在触摸板上移动表示移动光标。

(5) 按住 control 键单击相当于单击右键，也相当于双指在触控板上点击。

(6) 双击第二次不松开则表示锁定，如果是在文本中则表示以当前位置为中心移动光标选择一片区域，如果是在 Finder 中表示拖移文件，如果是在窗口顶端表示移动窗口。再次单击即可消除锁定。

注：某些机型，双击拖移需要在“系统偏好设置”→“触控板”中设置。

单指操作也可用鼠标操作替代。

2. 双指操作

双指操作有 5 种：①轻拍；②上下滑动；③左右滑动；④外拉和内合；⑤旋转。

作用主要有 6 个：

① 轻拍用于右键；② 滑动用于滚动同方向的滑动条，比如上下滑动用于垂直滚动浏览，左右滑动用于水平滚动浏览，凡是有滚动条的都可以用双指在触控板上滑动来控制，比如在 QuickTime 中左右滑动表示快退和快进，相当于控制进度条，在 iTunes 中当光标指向音量时，滑动就表示调整音量，当光标指向进度条时，滑动就表示快进和快退（iTunes 中上下左右滑动均可）；③ 双指在触控板上画圈旋转用于翻转图片；④ 双指外拉和内合用于缩放图标、图片和视频，在 Finder 图标模式下用于缩放图标，Cover Flow 模式下用于缩放预览图的大小，快速查看时用于在全屏和非全屏之间切换，预览下用于缩放图像或者 PDF，Safari 下用于缩放页面，QuickTime 下用于全屏和非全屏切换；⑤ 按住 control 键双指上下滑动放大屏幕；⑥ Cover Flow 模式下用于滚动浏览预览图片，Exposé 模式下双指左右滑动在水平方向上切换不同的缩略窗口，相当于左右键。

3. 三指操作

三指操作有两种：①三指上下滑动；②三指左右滑动。

作用主要有 3 个：

① 在 Finder 中左右滑动表示后退和向前；② 在快速查看和 iPhoto 中主要用于浏览图片，在名片纸方式下上下滑动和左右滑动相当于 4 个方向键，在缩略图模式下，左滑显示上一张图片，右滑显示下一张图片；③ 在预览中用于翻页，上下滑动和左右滑动均可。如果是 PDF 则用于翻页，如果是图片则用于显示预览中的上一张图片 and 下一张图片。

4. 四指操作

四指操作有 4 种：①上推；②下拉；③左右滑动；④四指点击。

作用主要有 4 个：

①上推显示桌面；②下拉启动 Exposé；③平滑显示 Mini Dock；④四指单击打开 Mini Dock 上选定的程序。

注：（1）四指操作有其特殊性，就是四指操作是一个系统操作，任何时候执行四指操作都没有问题，但是其他操作是程序操作，必须置于被操作对象之上，否则置于操作对象之外那就是另外一个对象，也就是说操作时必须将光标置于操作对象之上。

（2）在未进入操作系统前，触控板的轻拍功能不可用，因为轻拍功能是操作系统定义的功能，而开机是由开机系统控制，不能识别轻拍，所以此时要使用触控板代替鼠标实现点击，必须使用点按，也就是按下触控板的物理按键替代轻拍，比如开机按 option 键选择启动系统，登录界面等的操作，如果要使用触控板，都要点按，轻拍无效，其实很简单，总之，轻拍无效的时候就要使用点按，替代方案无效的时候就要使用原始方案。

5. 右键的替代方案

如果没有右键，可以使用以下方式替代：

① 按住 control 键单击；② 双指在触控板上轻点；③ 接触控板右下角。（触控板上的操作需要在“系统偏好设置”→“触控板”中设置，“接触控板右下角”也取决于笔记本的型号，整块触控板的 MacBook 可以使用此种设置。）

6. 与 Windows 在操作习惯上的一些区别

（1）复制与拷贝。Mac 下的复制是在同目录下产生一个副本。类似于 Windows 下的复制，Mac 叫拷贝，快捷键是 command-C。

（2）剪贴：Mac 下不能剪贴文件只能剪贴文字，也就是说将一个文件从一个文件夹移动到另外一个文件夹不能使用剪贴，只能使用拖动。Mac 已经将拖移发挥得淋漓尽致。但是可以对文字使用剪贴，比如在可编辑的文本中就可以使用 command-X 组合键剪贴选定的文本，也可以在重命名文件时使用 command-X 剪贴文件的名称，也可以在一些文本输入框中使用 command-X 剪贴，总之，在一切文本输入的地方都可以使用剪贴。Mac 下没有对文件的剪贴功能，只有对文字的剪贴功能。

（3）Windows 下的输入法切换快捷键是 control-空格，Mac 下是 command-空格。如果你习惯于 control-空格，要改变输入法快捷键，请参见 10.2.1 节。

（4）control 键在 Windows 中的功能在 Mac 下已经基本上被 command 替代，也就是说在 Windows 下一些使用 control 键的快捷操作，在 Mac 下都换成 command，比如拷贝在 Windows 下是 control-C，在 Mac 下就是 command-C；切换输入法在 Windows 下是 control-空格，在 Mac 下就是 command-空格；撤销在 Windows 下是 control-Z，在 Mac 下就是 command-Z；保存在 Windows 下是 control-S，在 Mac 下就是 command+S；粘贴在 Windows




下是 `control-V`，在 Mac 下是 `command-V`；剪贴在 Windows 下是 `Control-X`，在 Mac 下是 `command-X`；Windows 下按住 `control` 键是选定不同的文件，Mac 下按住 `command` 键则是选定不连续的若干文件等。


如果你还是习惯于使用 `control` 键，可以将 `control` 键的功能置换为 `command`，这样每次就可以使用 `control` 键，具体参见 11.2 节。

注：Mac 下的拷贝并不是简单的复制，根据粘贴的不同，复制的内容就有所不同，Mac 下的拷贝更加智能，更加强大，具体请参见 7.2.15 节。

目 录

开篇语	1	2.1.4 登录界面电脑名称	28
序章	5	2.1.5 用户登录界面管理	28
01 开机	9	2.1.6 自动登录和取消自动登录	29
1.1 开机动画	12	2.1.7 防止加载登录项	30
1.2 消除开机“咚”声	13	2.1.8 查看关于“登录”的帮助	30
1.3 BIOS 与固件	14	2.2 账户	31
1.3.1 设置固件密码	14	2.2.1 “账户”偏好设置	31
1.3.2 如何查看固件版本	15	2.2.2 账户基本信息	32
1.4 开机时的操作	15	2.2.3 账户的“高级选项”	33
1.4.1 选择启动磁盘	15	2.2.4 更改账户全名	35
1.4.2 设定默认启动系统	16	2.2.5 更改“账户名称”和用户 主目录	35
1.4.3 从光盘启动	17	2.2.6 更改账户图片	36
1.4.4 开机时强制退出光盘	17	2.2.7 更改账户密码	38
1.4.5 目标磁盘模式	17	2.3 账户类型	38
1.4.6 查看开关机信息	18	2.3.1 超级用户	38
1.4.7 按 shift 键以安全模式启动	19	2.3.2 管理员	41
1.4.8 32 位和 64 位	19	2.3.3 标准账户	41
1.4.9 如何查看系统是 32 位还是 64 位	20	2.3.4 客人	42
1.4.10 更改程序的 32 位和 64 位 运行模式	20	2.3.5 共享账户	43
1.5 电源键的作用	21	2.3.6 系统账户	43
1.5.1 关机对话框	21	2.3.7 查看本机账户和账户类型	44
1.5.2 强制关机	21	2.3.8 更改账户类型	44
1.6 自动开机	21	2.3.9 添加账户	45
1.7 开机快捷键	22	2.3.10 删除账户	46
1.8 帮助	23	2.3.11 创建和删除组别	46
02 登录与账户	24	2.3.12 登录项：自动打开文档、 程序或文件夹	47
2.1 登录	25	2.3.13 启动项、登录项和登录 选项	49
2.1.1 登录界面	25	2.4 快速切换	50
2.1.2 更改用户登录界面的 Apple Logo 图片以及 Mac OS X 图片	25	2.4.1 切换用户时不断开网络	51
2.1.3 更改用户登录背景图	27	2.4.2 使用快速切换保护个人隐私	51
		2.4.3 快速切换时的注意事项	51

- 2.5 忘记管理员密码52
 - 2.6 查看更多“登录”、“账户”帮助52
 - 03 桌面**53
 - 3.1 在桌面上显示磁盘和设备55
 - 3.1.1 更换硬盘图标55
 - 3.1.2 重命名硬盘56
 - 3.2 桌面背景56
 - 3.2.1 默认背景56
 - 3.2.2 更改桌面背景56
 - 3.2.3 打开“桌面与屏幕保护程序”
偏好设置57
 - 3.2.4 通过“桌面与屏幕保护程序”
更改桌面57
 - 3.2.5 自带壁纸58
 - 3.2.6 调整壁纸显示方式以更适应
屏幕58
 - 3.2.7 幻灯片桌面59
 - 3.2.8 Safari 网页图片用做桌面
说明59
 - 3.3 屏幕保护程序60
 - 3.3.1 屏保位置61
 - 3.3.2 屏保种类61
 - 3.3.3 提取屏保中的图片62
 - 3.3.4 马赛克屏保62
 - 3.3.5 iTunes 插图屏保63
 - 3.3.6 安装屏保63
 - 3.3.7 查看屏保的位置64
 - 3.3.8 范区卸载屏保64
 - 3.3.9 使用 qtz 屏保64
 - 3.3.10 给屏保截图65
 - 3.3.11 设置启动屏幕保护程序的
时间65
 - 3.3.12 利用屏幕的 4 个角落66
 - 3.3.13 用触发角触发屏保67
 - 3.3.14 从屏保恢复时输入密码67
 - 3.4 整理桌面68
 - 3.4.1 option 键在桌面菜单中的
应用69
 - 3.4.2 改变桌面图标大小70
 - 3.4.3 查看桌面文件夹的大小和
文件数70
 - 3.4.4 改变图标间的紧凑程度70
 - 3.4.5 改变文件名字体大小和
文件名位置70
 - 3.4.6 显示项目简介和图标预览70
 - 3.5 显示桌面71
 - 3.5.1 用触发角触发桌面71
 - 3.5.2 显示桌面窗口隐藏原则72
 - 3.5.3 返回窗口72
 - 3.6 显示器管理72
 - 3.6.1 分辨率72
 - 3.6.2 在菜单栏上显示显示器73
 - 3.6.3 亮度管理73
 - 3.6.4 黑白世界73
 - 3.6.5 颠倒世界：使用黑底白字73
 - 3.6.6 设置对比度74
 - 3.6.7 放大屏幕74
 - 3.6.8 旋转屏幕76
- 04 菜单栏**77
 - 4.1  菜单78
 - 4.1.1 关于本机79
 - 4.1.2 软件更新80
 - 4.1.3 App Store83
 - 4.1.4 偏好设置83
 - 4.1.5 Dock83
 - 4.1.6 最近使用的项目83
 - 4.1.7 强制退出85
 - 4.1.8 睡眠和唤醒87
 - 4.1.9 关闭显示器92
 - 4.1.10 呼吸灯93
 - 4.1.11 重新启动94
 - 4.1.12 关机95
 - 4.1.13 注销97
 - 4.1.14 系统操作中的快捷键97
 - 4.1.15 快速选中菜单项97
 - 4.1.16 聚焦  菜单97
 - 4.1.17 option 键在  菜单中的
应用98

- 4.1.18 shift 键在  菜单中的作用·····99
- 4.2 程序菜单·····99
 - 4.2.1 查看软件版本和版权声明·····99
 - 4.2.2 偏好设置·····100
 - 4.2.3 查看程序最近使用的文件·····101
 - 4.2.4 更改“最近使用的”的数目·····101
 - 4.2.5 “帮助”菜单——菜单栏上的 Spotlight·····101
- 4.3 “服务”菜单·····102
 - 4.3.1 简繁体转换·····103
 - 4.3.2 路径识别·····105
 - 4.3.3 使用 Google 搜索·····105
 - 4.3.4 服务偏好设置·····106
 - 4.3.5 添加和移除“服务”菜单中的服务项·····107
 - 4.3.6 自制服务·····108
 - 4.3.7 批量修改文件名·····110
 - 4.3.8 翻转图像·····112
 - 4.3.9 裁剪图像·····112
 - 4.3.10 用服务启动程序·····113
 - 4.3.11 查看流程是否可运行·····114
 - 4.3.12 服务的保存位置·····114
 - 4.3.13 查看服务流程文件的工作流程·····114
 - 4.3.14 使用网上下载的服务·····115
 - 4.3.15 取消和移除某项服务·····115
 - 4.3.16 删除添加的服务·····115
 - 4.3.17 创建服务注意事项·····115
 - 4.3.18 为添加的服务设置快捷键·····115
 - 4.3.19 一些隐藏的示例流程·····116
- 4.4 状态菜单·····116
 - 4.4.1 菜单栏上的状态菜单·····116
 - 4.4.2 在菜单栏上添加状态菜单·····117
 - 4.4.3 移除状态菜单·····117
 - 4.4.4 移动状态菜单·····117
 - 4.4.5 状态菜单的图标·····118
 - 4.4.6 option 键在状态菜单中的作用·····118
- 4.5 更改菜单栏透明度·····119
- 05 Spotlight·····120
 - 5.1 Spotlight 菜单·····122
 - 5.1.1 Spotlight 图标的位置及状态·····122
 - 5.1.2 打开 Spotlight·····122
 - 5.1.3 搜索规则·····123
 - 5.1.4 搜索原理·····124
 - 5.1.5 搜索结果·····125
 - 5.1.6 快速清空搜索框·····127
 - 5.1.7 收起 Spotlight·····127
 - 5.1.8 显示全部搜索结果·····128
 - 5.1.9 打开 Spotlight 偏好设置·····128
 - 5.1.10 取消显示某类结果和更改分类顺序·····128
 - 5.1.11 用 Spotlight 做计算·····129
 - 5.1.12 用 Spotlight 查单词·····131
 - 5.1.13 用 Spotlight 启动应用程序·····132
 - 5.1.14 利用 Spotlight 删除所有 Thumb.db 文件·····133
 - 5.1.15 用 Spotlight 打开偏好设置·····133
 - 5.2 Spotlight 的高级技巧·····133
 - 5.2.1 使用双引号精确查找·····133
 - 5.2.2 限定搜索的类型·····134
 - 5.2.3 按日期搜索·····134
 - 5.2.4 按种类搜索·····136
 - 5.2.5 按名称搜索·····141
 - 5.2.6 根据扩展名查找文件·····142
 - 5.2.7 按大小搜索·····143
 - 5.2.8 根据元数据查找·····143
 - 5.2.9 使用布尔查询·····147
 - 5.2.10 Spotlight 注释·····147
 - 5.2.11 Spotlight 菜单的快捷键·····148
 - 5.3 Spotlight 窗口·····148
 - 5.3.1 添加规则和移除规则：Spotlight 窗口上的增删按钮·····150

- 5.3.2 option 键在 Spotlight 窗口中的作用 151
- 5.3.3 设置搜索规则 152
- 5.3.4 查找系统文件 154
- 5.3.5 查找隐藏文件 155
- 5.3.6 移动 Spotlight 窗口的搜索规则 156
- 5.3.7 隐藏和显示搜索标准 156
- 5.3.8 Spotlight 窗口搜索顺序 157
- 5.3.9 将 Spotlight 存储为智能文件夹 157
- 5.3.10 智能文件夹存储的位置 157
- 5.3.11 查看和打开文件所在目录、查看找到的文件数 158
- 5.3.12 在新窗口中打开文件夹 159
- 5.3.13 Spotlight 搜不到是什么原因 159
- 5.4 保护隐私, 禁止索引, Spotlight 的隐私 159
 - 5.4.1 打开隐私列表中的文件夹或磁盘 160
 - 5.4.2 移除隐私列表中的项目 160
 - 5.4.3 重建 Spotlight 索引 161
- 5.5 程序 Spotlight 161
 - 5.5.1 菜单栏中的 Spotlight: 直指菜单项 161
 - 5.5.2 系统偏好设置中的 Spotlight: 照亮每个角落 162
- 5.6 Spotlight 扩展 163
- 5.7 Spotlight 的进程 163
- 06 Dock** 164
 - 6.1 Dock 上的操作 166
 - 6.1.1 设置 Dock 的途径和打开 Dock 偏好设置 167
 - 6.1.2 向 Dock 中添加项目 167
 - 6.1.3 移除 Dock 上的图标 168
 - 6.1.4 移动 Dock 上的图标位置 168
 - 6.1.5 锁定 Dock 169
 - 6.1.6 改变 Dock 图标大小 169
 - 6.1.7 放大和关闭放大 169
 - 6.1.8 改变 Dock 的位置 170
 - 6.1.9 自动显示和隐藏 Dock 170
 - 6.1.10 分隔栏 171
 - 6.1.11 打开 Dock 上的程序 171
 - 6.1.12 程序启动状态: 弹跳和关闭弹跳 171
 - 6.1.13 Dock 上的弹跳 172
 - 6.1.14 用 Dock 上的程序打开文件 172
 - 6.1.15 将文件拖入 Dock 图标的操作 173
 - 6.1.16 强制使用程序打开文件 173
 - 6.1.17 自动启动程序和打开文件 173
 - 6.1.18 如何查看已启动的程序 174
 - 6.1.19 只显示已启动程序图标 175
 - 6.1.20 查看和打开最近使用的应用程序 175
 - 6.1.21 将最近使用的程序添加到 Dock 堆栈上 175
 - 6.1.22 在 Finder 中显示 Dock 上的程序或堆栈 177
 - 6.1.23 拷贝 Dock 上的程序或堆栈 177
 - 6.2 隐藏 177
 - 6.2.1 隐藏程序窗口 177
 - 6.2.2 隐藏其他窗口 177
 - 6.2.3 在程序启动和打开文件时隐藏其他窗口 178
 - 6.2.4 切换到上一个应用程序并隐藏当前窗口 178
 - 6.2.5 显示隐藏的窗口 178
 - 6.2.6 使隐藏的程序在 Dock 上透明 178
 - 6.2.7 隐藏所有窗口 178
 - 6.3 退出程序 179
 - 6.4 Dock 源程序 179
 - 6.4.1 重启 Dock 180
 - 6.5 Dock 菜单 180

- 6.5.1 option 键在 Dock 菜单中的应用181
- 6.5.2 通过 Dock 菜单查看文件或窗口的状态181
- 6.6 Mini Dock181
 - 6.6.1 Mini Dock 上的操作182
 - 6.6.2 退出 Mini Dock183
- 6.7 最小化183
 - 6.7.1 将窗口最小化为应用程序图标183
 - 6.7.2 更改最小化效果183
- 6.8 Dock Exposé184
- 6.9 堆栈184
 - 6.9.1 设置堆栈图标的显示方式185
 - 6.9.2 设置堆栈的展开方式185
 - 6.9.3 扇状186
 - 6.9.4 网格186
 - 6.9.5 列表188
 - 6.9.6 新列表模式188
 - 6.9.7 自动189
 - 6.9.8 使用光标选定堆栈文件, 显示选定高亮框189
 - 6.9.9 设置堆栈排序方式190
 - 6.9.10 在 Finder 中显示堆栈190
 - 6.9.11 添加堆栈190
 - 6.9.12 移动和移除堆栈191
 - 6.9.13 添加、移动和删除堆栈中的文件191
 - 6.9.14 堆栈与文件夹的关系191
 - 6.9.15 慢镜头显示堆栈192
- 6.10 废纸篓192
 - 6.10.1 清倒废纸篓和安全清倒废纸篓192
 - 6.10.2 快速清倒废纸篓, 跳过警告信息193
 - 6.10.3 放回原处194
 - 6.10.4 打开废纸篓中的文件194
 - 6.10.5 清除可用空间194
 - 6.10.6 更改废纸篓图标196
- 6.11 将文件夹放在 Dock 分割线左侧196
- 6.12 Dock 上的快捷键197
- 07 Finder198
 - 7.1 窗口管理199
 - 7.1.1 打开 Finder 窗口200
 - 7.1.2 新建 Finder 窗口200
 - 7.1.3 更改打开 Finder 的默认文件夹200
 - 7.1.4 在新 Finder 窗口中打开文件夹201
 - 7.1.5 Finder 窗口201
 - 7.1.6 标题栏202
 - 7.1.7 工具栏203
 - 7.1.8 边栏206
 - 7.1.9 底栏208
 - 7.1.10 Finder 的视图模式208
 - 7.1.11 显示选项208
 - 7.1.12 图标模式209
 - 7.1.13 列表模式214
 - 7.1.14 分栏216
 - 7.1.15 Cover Flow217
 - 7.1.16 总是以某种显示方式打开文件夹219
 - 7.1.17 更改窗口外观219
 - 7.1.18 显示路径220
 - 7.1.19 移动窗口220
 - 7.1.20 最小化220
 - 7.1.21 调整窗口大小221
 - 7.1.22 关闭222
 - 7.1.23 活动窗口和非活动窗口223
 - 7.1.24 切换224
 - 7.1.25 Exposé224
 - 7.1.26 退出程序229
 - 7.1.27 隐藏窗口230
 - 7.1.28 Finder 程序的位置230
 - 7.1.29 更改 Dock 上的 Finder 图标230
 - 7.1.30 重启 Finder231
 - 7.2 文件管理231

- 7.2.1 为文件、文件夹添加快捷访问方式233
- 7.2.2 登录时自动打开233
- 7.2.3 打开文件或文件夹234
- 7.2.4 修改文件的默认打开程序235
- 7.2.5 查看和打开最近使用过的文件夹236
- 7.2.6 打开最近使用的文件236
- 7.2.7 打开最近使用过的程序237
- 7.2.8 禁止更改文件夹或文件；
锁定文件夹或文件238
- 7.2.9 文件更改的几个标志238
- 7.2.10 存储239
- 7.2.11 拖动240
- 7.2.12 如何将文件移至另一文件夹中242
- 7.2.13 移动或拷贝当前打开的文件或文件夹243
- 7.2.14 拷贝和复制243
- 7.2.15 拷贝和粘贴：神奇的 `command-C` 和 `command-V`243
- 7.2.16 查看夹纸板中的内容244
- 7.2.17 新建文件夹244
- 7.2.18 查看和进入当前打开文件所在目录244
- 7.2.19 后退和前进244
- 7.2.20 前往上层文件夹244
- 7.2.21 前往文件夹245
- 7.2.22 前往几个重要文件夹的快捷键245
- 7.2.23 选定文件或文件夹246
- 7.2.24 重命名与批量重命名247
- 7.2.25 查看长文件名248
- 7.2.26 获取文件的目录结构248
- 7.2.27 快速拷贝文件名249
- 7.2.28 获取一个文件夹下所有文件的名称列表249
- 7.2.29 删除和还原文件249
- 7.2.30 替身250
- 7.2.31 压缩和归档 252
- 7.2.32 用标签颜色标注文件或文件夹 252
- 7.3 图标 253
 - 7.3.1 设备图标 253
 - 7.3.2 文件夹图标 254
 - 7.3.3 程序图标上的细节 255
 - 7.3.4 文件图标 258
 - 7.3.5 图标预览 259
 - 7.3.6 提取程序图标 260
 - 7.3.7 更换 icon 261
 - 7.3.8 更换系统自带程序的图标 263
 - 7.3.9 恢复系统预置的图标 263
 - 7.3.10 更改系统默认的 icon 263
- 7.4. 快速查看 (QuickLook) 264
 - 7.4.1 启动快速查看 265
 - 7.4.2 幻灯片浏览：全屏快速查看 265
 - 7.4.3 QuickLook 窗口中的操作 265
 - 7.4.4 图标预览与 QuickLook 之间的无缝切换 265
 - 7.4.5 快速查看多个项目 266
 - 7.4.6 在索引和窗口之间快速切换 266
 - 7.4.7 放大“快速查看”中的图像 267
 - 7.4.8 放大“快速查看”中的 PDF 文件 267
 - 7.4.9 “快速查看”中如何翻页 268
 - 7.4.10 “快速查看”下控制音乐和视频的播放 268
 - 7.4.11 浏览图片 268
 - 7.4.12 X 光透视文件夹 268
 - 7.4.13 扩展 QuickLook 支持的格式 269
- 7.5 本地化名称和系统化名称 270
- 7.6 查看文件的属性：显示简介 271
 - 7.6.1 打开显示简介 271

- 7.6.2 显示简介窗口上的操作……272
 - 7.6.3 查看一个文件夹下有多少文件……275
 - 7.6.4 以 32 位模式启动程序……275
 - 7.6.5 查看多个文件的汇总简介……276
 - 7.6.6 关闭多个显示简介窗口……276
 - 7.7 智能文件夹……277
 - 7.7.1 Finder 边栏中的智能文件夹的存储设置……277
 - 7.7.2 查看智能文件夹的搜索标准……278
 - 7.7.3 移除 Finder 边栏上的智能文件夹……278
 - 7.7.4 创建智能文件夹……279
 - 7.7.5 查找空文件夹……279
 - 7.7.6 智能文件夹存储的位置……280
 - 7.8 隐藏文件或文件夹……281
 - 7.8.1 查看隐藏文件或文件夹……282
 - 7.8.2 用伪装程序隐藏文件……283
 - 7.8.3 用加密 DMG 保护文件……284
 - 7.9 光标……285
 - 7.10 外设管理……286
 - 7.10.1 如何正确推出外接设备……286
 - 7.10.2 在菜单栏上增加光盘弹出按钮……287
 - 7.10.3 格式化磁盘……287
 - 7.10.4 在 Mac 下格式化磁盘, 在 Windows 下使用的注意事项……288
 - 7.10.5 分区……289
 - 7.10.6 NTFS 支持……291
 - 7.10.7 刻录光盘……292
 - 7.11 制作 PDF……293
 - 7.12 给文件夹设置恐怖信息……294
 - 7.13 Finder 中的快捷键……295
- 08 多媒体**……297
- 8.1 iPhoto……298
 - 8.1.1 用 iPhoto 管理相机……298
 - 8.1.2 将图片加入 iPhoto……298
 - 8.1.3 启动 iPhoto 时的操作: 新建和重建 iPhoto Library……299
 - 8.1.4 “事件”管理……300
 - 8.1.5 浏览照片……305
 - 8.1.6 全屏浏览……306
 - 8.1.7 幻灯片显示……306
 - 8.1.8 创建幻灯片显示……308
 - 8.1.9 设置桌面图片……311
 - 8.1.10 选定、拷贝、剪贴、复制和拖动照片……311
 - 8.1.11 用 Mail 发送和发布 iPhoto 中的照片……311
 - 8.1.12 删除和恢复……311
 - 8.1.13 隐藏和显示照片……312
 - 8.1.14 用旗帜、关键词、描述、评价管理照片……313
 - 8.1.15 编辑照片的标题、日期和时间……316
 - 8.1.16 更改多张照片的标题、日期和描述——成批更改……317
 - 8.1.17 对照片进行排序……318
 - 8.1.18 在 Finder 中显示照片……318
 - 8.1.19 显示简介——查看图库、事件、图片的信息……318
 - 8.1.20 旋转照片……319
 - 8.1.21 按标题、日期、描述、关键词、评价查找图片……319
 - 8.1.22 编辑照片……320
 - 8.1.23 面孔……323
 - 8.1.24 相簿、智能相簿和文件夹……327
 - 8.1.25 创建相册、日历、卡片……329
 - 8.1.26 iPhoto 中的快捷键……335
 - 8.2 QuickTime……335
 - 8.2.1 用户界面……336
 - 8.2.2 播放控制……337
 - 8.2.3 窗口控制……339
 - 8.2.4 全屏显示……339
 - 8.2.5 查看影片属性……340
 - 8.2.6 修剪影片……340

8.2.7	剔除影片中没有声音的部分	341	8.3.11	为影片设置封面	370
8.2.8	转换影片格式	341	8.3.12	评价歌曲与专辑	371
8.2.9	录制影片、音频和和屏幕	342	8.3.13	共享 iTunes 资源库	373
8.2.10	打开影片时自动播放影片	344	8.3.14	iTunes 中的音乐标志	373
8.2.11	打开最近观看的影片	344	8.3.15	播放列表和智能播放列表	374
8.2.12	QuickTime Player 7 Pro	344	8.3.16	Genius	377
8.2.13	用 QuickTime 7 Pro 转换影片格式为 AVI、MP4、声音、画面等	345	8.3.17	iTunes Store	381
8.2.14	用 QuickTime 7 Pro 为导出影片加入特效	346	8.3.18	Podcasts 播客	384
8.2.15	QuickTime 7 Pro 剪辑影片	346	8.3.19	用 iTunes 管理 iPod	385
8.2.16	显示影片属性	347	8.3.20	用 iTunes 剪辑音乐	387
8.2.17	用 Q7 Pro 提取和删除影片视频和音轨	348	8.3.21	用 iTunes 转换视频格式	388
8.2.18	自动播放和自动关闭	348	8.3.22	iTunes 支持的格式	389
8.2.19	旋转和翻转影片	348	8.3.23	广播	389
8.2.20	为影片加入批注	349	8.3.24	将 iTunes 10 的“关闭”、“最小化”、“缩放”按钮变为横排	389
8.2.21	将字幕内嵌到影片	349	8.3.25	iTunes 快捷键	390
8.2.22	QuickTime 支持的格式	349	09 网络		391
8.2.23	字幕	350	9.1 以太网		392
8.2.24	QuickTime 下的 option 键	350	9.1.1 设置 ADSL		392
8.2.25	QuickTime 插件	350	9.1.2 在菜单栏中显示 PPPoE 菜单		393
8.2.26	用 QuickTime 听广播、看网络电视	351	9.1.3 查看 IP		394
8.2.27	QuickTime X 的快捷键	352	9.1.4 查看网络连接时间		394
8.3 iTunes		353	9.1.5 查看网络流量		395
8.3.1	用 iTunes 管理音乐——资料库	354	9.1.6 网络的高级设置		395
8.3.2	iTunes 窗口介绍	355	9.1.7 自定 IP		395
8.3.3	Mini 窗口	357	9.1.8 自定 DNS		395
8.3.4	更改项目显示方式	357	9.1.9 设置代理		396
8.3.5	播放控制	362	9.1.10 切换、注销用户时不断开网络		396
8.3.6	音量平衡	365	9.1.11 包时用户如何设置		397
8.3.7	均衡器	366	9.1.12 设置需要上网时自动连接		397
8.3.8	歌曲管理	366	9.1.13 通过系统概述查看网络信息		398
8.3.9	显示简介	369	9.1.14 网络实用工具		398
8.3.10	为歌曲加入封面、歌词	370	9.1.15 使用 Ping		398
			9.1.16 查看网卡的 Mac 地址		399
			9.1.17 防火墙		400
			9.1.18 使用秘密行动模式		402