

# 从零开始建资料点一实用技术手册

## 目 录

前言 新建资料点概述.....	1
第一章 电脑的组成与设备的购买.....	1
1 什么是电脑 .....	1
2 主机中的配件 .....	2
3 其它常用设备 .....	4
4 如何选购计算机 .....	5
4.1 计算机的种类和选取原则 .....	5
4.2 如何选购台式机 .....	6
4.3 如何选购笔记本电脑 .....	8
4.4 如何挑选二手笔记本 .....	9
5 激光机、喷墨机、速印机的选购与维护 .....	12
5.1 激光打印机 .....	12
5.2 喷墨打印机 .....	15
5.3 丝网印刷 .....	16
5.4 速印机 .....	16
第二章 安装操作系统.....	18
1 什么是操作系统 .....	18
2 在 BIOS 中设置从光盘启动 .....	18
3 准备系统安装光盘 .....	19
4 系统安装过程 .....	19
5 安装驱动程序 .....	20
6 操作系统的升级 .....	20
7 用 GHOST 备份和恢复系统 .....	22
7.1 全自动备份和恢复系统 .....	22
7.2 手动备份和手动恢复 .....	24
第三章 电脑操作基础知识.....	25
1 电脑的基本操作 .....	25
1.1 电脑如何开机和关机 .....	26
1.2 鼠标及使用方法 .....	26
1.3 键盘及使用方法 .....	27
1.4 菜单 .....	28
2 WINDOWS 窗口与窗口操作 .....	28
2.1 什么是窗口 .....	28
2.2 窗口的常用操作 .....	29
2.3 什么是按钮 .....	29
2.4 文件和文件夹 .....	30
3 资源管理器的基本操作 .....	31
3.1 资源管理器的使用 .....	31
3.2 文件的复制和移动 .....	32
3.3 文件的删除 .....	33
3.4 滚动条的使用 .....	33

3.5 保存文件 .....	33
4 应用程序的使用概述 .....	33
4.1 启动和关闭应用程序 .....	34
4.2 创建应用程序的快捷方式 .....	34
4.3 软件的分类 .....	34
4.4 安装应用程序的一般过程 .....	34
<b>第四章 常用软件的安装和使用说明 .....</b>	<b>35</b>
选择软件的注意事项 .....	35
在哪里下载软件 .....	35
MD5 校验码 .....	36
安装哪些常用软件 .....	36
1 压缩软件: WINRAR .....	37
2 编辑软件: WORD .....	38
2.1 Word 概 述 .....	38
2.2 清除 Word 文档中的个人信息(重要) .....	38
2.3 安 装 Word .....	39
2.4 Word 的工作窗口 .....	39
2.5 打开 Word 文档 .....	40
2.6 保存 Word 文档与退出 .....	40
2.7 文字的输入 .....	40
2.8 使用 Word 遇到不会操作时怎么办 .....	41
2.9 Word 编辑时的几个基本操作 .....	41
2.10 字体字号的选择 .....	42
2.11 段落的格式设置 .....	43
2.12 页面设置 .....	43
2.13 常见真相资料的排版模式举例 .....	43
2.14 格式刷的使用 .....	44
2.15 页码生成 .....	44
2.16 目录生成 .....	44
3 防病毒软件: 卡巴斯基 5.0、MCAfee 8.0i 企业版 .....	45
3.1 卡巴斯基反病毒软件 .....	45
3.2 Mcafee8.0i 企业版反病毒软件 .....	46
4 网络防火墙: ZONEALARM eTRUST 5.5.114 官方中文版 .....	47
4.1 ZoneAlarm 5.5.114 官方中文版的安装 .....	47
4.2 ZoneAlarm 英文版本的安装 .....	48
4.3 ZA 防火墙的安全设置 .....	49
4.4 清除 ZA 防火墙的痕迹 .....	50
5 防间谍软件: AD-AWARE SE PRO 和 SPYBOT - SEARCH & DESTROY .....	51
5.1 Ad-Aware Pro 的使用 .....	51
5.2 Spybot - Search & Destroy 的使用 .....	52
6 安全防护软件 PROCESSGUARD (可选) .....	53
7 浏览器: IE 和火狐 (FIREFOX) .....	53
7.1 浏览器: IE6.0 .....	53
7.2 浏览器: Firefox (火狐) (推荐) .....	54
Firefox 的便携版本 .....	55
8 下载工具软件 IDM 和 REGET .....	55
8.1 IDM 的设置和使用 .....	56
8.2 Reget 的设置和使用 .....	56
9 刻录软件: NERO 和 ALCOHOL 120% .....	58
9.1 Nero Burning ROM 刻录软件 .....	58
9.2 ALCOHOL 120% 刻录软件 (可选) .....	58

10 PDF 文件阅读及编辑软件.....	58
10.1 PDF 文件阅读器: Acrobat Reader.....	58
10.2 PDF 文件编辑软件 Acrobat Professional 和 Foxit PDF Editor .....	59
11 影音播放软件 .....	59
12 记事本 .....	60
13 微软拼音输入法 2003.....	60
手写检索——用鼠标写汉字 .....	61
14 虚拟机软件 .....	61
15 全盘加密软件 DCPD.....	62
16 看图软件 ACDSEE (可选) .....	62
17 视频转换软件 (可选) .....	63
<b>第五章 连接因特网的几种方式.....</b>	<b>63</b>
1 ADSL 上网.....	63
1.1 Windows2000 下安装 Rasppoe0.98B 的步骤.....	63
1.2 WindowsXP 下创建宽带连接的步骤.....	64
2 LAN 宽带上网.....	64
3 无线上网 .....	64
4 电话线拨号上网 .....	65
4.1 Windows2000 系统创建拨号连接的步骤.....	65
4.2 WindowsXP 系统创建拨号连接的步骤.....	66
5 利用公用账号上网 .....	66
6 使用 200 电话卡拨号上网 .....	66
<b>第六章 资料点技术上的安全运作.....</b>	<b>67</b>
1 资料点安全运作注意事项 .....	67
2 计算机的安全设置 .....	68
2.1 网络连接的安全设置 .....	68
2.2 IE6 的安全设置.....	68
2.3 操作系统的安全设置 .....	68
2.4 设置防火墙防止误连禁网 .....	69
3 加密盘程序 TRUECRYPT 和 DEKART PRIVATE DISK .....	70
3.1 TrueCrypt 的使用.....	70
3.2 Dekart Private Disk (可选) .....	71
3.3 利用 TrueCrypt 和 Dekart Private Disk 安全保存和传送文件 .....	72
4 清除痕迹软件: 无影无踪、清除专家 .....	72
<b>第七章 突破网络封锁安全上网.....</b>	<b>74</b>
1 网络封锁的现状 .....	74
2 上网的一些注意事项 (重要) .....	74
3 利用加密代理软件突破网络封锁 .....	75
介绍几种破网软件 .....	75
什么是加密代理 .....	75
3.1 自由门的使用 .....	76
3.2 花园的使用 .....	77
3.3 无界浏览的使用 .....	77
3.4 动网通的使用 .....	78
3.5 花园透明代理 G2 的使用 .....	78
3.6 火凤凰和世界通 .....	78
4 如何下载小文件和保存网页及图片 .....	79
4.1 如何下载普通小文件 (右键另存为) .....	79
4.2 如何保存网上的图片/文章和在 Word 中整理文章 .....	79

5 如何下载师父的新经文和明慧周刊 .....	80
6 如何下载明慧网每天的全部文章 .....	81
7 下载明慧资料的简便方法 .....	81
8 如何下载大文件（如九评、MP3 歌曲等） .....	82
8.1 几个突破封锁软件对代理设置的不同要求 .....	82
8.2 破网软件+Multiproxy 组合下载大文件 .....	82
9 如何给明慧投稿 .....	83
9.1 在明慧网进行网页投稿 .....	83
9.2 使用明慧站内信箱投稿 .....	84
9.3 使用海外电子邮箱给明慧投稿 .....	86
10 如何在网上声明退党、退团和退队 .....	86
11 获得突破封锁软件的方法 .....	87
<b>第八章 打印和刻录真相资料 .....</b>	<b>87</b>
1. 打印的基础知识 .....	87
1.1 打印预览 .....	87
1.2 打印当前文档 .....	88
1.3 打印多份文档 .....	88
1.4 选择部份内容打印 .....	88
1.5 多版打印程序 .....	89
1.6 骑马订帮助打装订线 .....	89
1.7 打印 pdf 文件 .....	89
2 如何打印打印真相小册子 .....	89
3 打印相关的其它工具 .....	89
4 使用 NERO BURNING ROM 刻录光盘 .....	90
5 使用 ALCOHOL 120% 刻录光盘 .....	91
6 使用 LABELSHOP 打印光盘贴 .....	92
<b>第九章 海外免费电子邮箱的申请和使用 .....</b>	<b>92</b>
1 在哪里找到海外信箱 .....	92
2 如何申请海外信箱 .....	93
3 电子信箱的使用步骤 .....	94
4 邮件加密：QXMAIL 和 PGP .....	95
4.1 PGP 简介、PGP 和 Qxmail 之间的兼容性 .....	96
4.2 清心加密信使 Qxmail .....	96
4.3 PGP 加密软件（可选） .....	97
5 使用国外信箱的注意事项 .....	99
6 用电子邮箱订阅明慧资料 .....	99
7 使用海外电子邮箱给明慧投稿 .....	100
<b>第十章 学会使用搜索及其它 .....</b>	<b>100</b>
1 学会使用搜索 .....	100
1.1 一般资料的搜索 .....	100
1.2 在明慧网上查找资料 .....	101
2 一些常用敏感网站的网址 .....	101
3 一些常用的提供代理的网站 .....	102

# 前言 新建资料点概述

资料点的遍地开花是当前清除邪恶、救度众生的重要环节。许多同修都有组建资料点的愿望，但苦于不懂相关技术而不知从何入手。那么如何能建立一个资料点呢？其实不难，主要的就是两个问题：一个是筹集资金购买设备，一个是掌握一些必要的技术知识。

从设备上讲，只要有一台电脑、打印机、刻录机，加上能够上网，物质条件就具备了。这些都是普通的办公和家用设备，社会上也很普及，在小城市购买都是比较容易的，我们购买时不用有什么心理负担。一般来说约 2000 元人民币就可以建立一个小资料点，只是设备的工作速度和耐用性上会差一些；5000 元人民币则可以建立一个效率相对不错的资料点。

从技术知识来讲，我们需要掌握一些电脑操作的基本知识，如下载资料、打印资料、收发邮件等。电脑的操作并不比做饭洗衣难多少，是一个熟能生巧的过程。从明慧网上的交流文章中，也经常能够看到七十多岁的同修上网、从没见过鼠标的农村同修做资料的例子。很多在资料点工作的同修，当初也都是从零开始起步的。

遍地开花做资料并不是什么高不可攀的难事，只要有信心就没问题，当我们能真正的放下自我，一切从证实法、救度众生的角度来考虑时，相关的困难一定会迎刃而解。

概括起来，新建资料点全过程就是：

1. 筹集资金购买设备，约 2000—5000 元，在资料点的以后的运行中还有纸张、墨水等的消费；
2. 学会一些电脑的基本操作，并开通网络，学会上网；
3. 突破网络封锁下载大法资料；
4. 打印和刻录大法资料。

本技术手册将尽量详细的介绍我们需要了解的这些知识，注重实用，尽量简单明了，使得一个完全不懂技术的同修也能够按照本手册去建立新的资料点，并且能够运行起来。

\*\*\*\*\*

**特别提醒：**本手册中所列的网址，如很多软件的下载地址等，因为大部份是被封锁的敏感网址，为了安全，本文所有网址，除特别注明外，都必须使用破网软件破网访问。

\*\*\*\*\*

## 第一章 电脑的组成与设备的购买

本章介绍了如何购买计算机和打印机等硬件设备，如果已经有了这些设备可以跳过这一章。

### 1 什么是电脑

电脑也叫计算机、微机（微型计算机）。我们平常生活中经常会用到那种小计算器，其实电脑就是运算能力更强的计算器，所以我们能用它来做很多事。



常见的电脑有两种：台式电脑和笔记本电脑，样子见图片。顾名思义，笔记本电脑就象一个大

笔记本，体积小、重量轻、便于携带。台式电脑相对笔记本电脑来说体积大，携带不方便，象台小机器似的。在同档次的情况下，笔记本比台式电脑贵，如需要经常搬家、移动，建议买笔记本电脑。

从外观来看，台式电脑的部件包括：主机、显示器、键盘、鼠标。而笔记本电脑就把这些合成一体了。这些部件都是必不可少的，一般就把这些称为硬件。把不同的配件拼装在一起组成一个电脑，就称为一个硬件配置。硬件有不同的档次，所以电脑也有不同的档次，档次越高电脑的速度越快，但不是说必须要最快的，购买电脑的原则是够用就好。

那么这几部份都有什么用呢？介绍如下：

**主机：**主机外形就象一个小箱子，可以说是电脑的身体。人的身体里面有五脏六腑，他们起着维持这个身体运行的各种功能，电脑的这个主机里面也装着许多东西，比如主板、CPU、硬盘、光驱（或刻录机）、软驱、主机电源等配件，它们一起配合电脑才能正常工作，整体叫作主机。

**显示器：**它看来跟电视差不多，也是用来显示图象的。看电视时，当我们按下遥控器按钮调整频道时，上面就显示频道的数字，我们就根据数字显示判断是否调整对了，不对就再调台，直到调整到要看的频道为止，看电视就是人和电视机交互的过程。操作电脑的过程也是人和电脑交互的过程，只不过显示画面的由电视机的荧屏变为电脑的显示器，遥控器变为鼠标和键盘了。显示器就负责把计算机的内容输出到屏幕上，我们通过它来观察电脑的工作。

常见的有普通显示器（CRT 显示器）和液晶显示器（LCD 显示器），CRT 显示器比 LCD 体积大，但价钱相对便宜；LCD 比 CRT 体积小，价钱贵些。

**键盘、鼠标：**键盘的外形就象一个扁平的板子，上面有 26 个英文字母（同时也是拼音）键、数字键以及其它的一些功能键。我们通过手指按键盘上的键向电脑发出指令。鼠标是另一个输入设备，它可以点击屏幕上显示的按钮来向电脑发出指令，平时需要键盘和鼠标共同配合来操作电脑，它们操作都很简单，大家慢慢的就熟练了。

至于音箱和打印机等其它外设，只要和主机连接上就可以使用了，设备里带的说明书都有说明。

## 2 主机中的配件

上面谈到了电脑的硬件配置决定了电脑的速度快慢（速度快就是性能好），这些配件有不同的品牌，有多个型号，也有质量好坏之分，下面我们就来介绍这些东西。这些内容对购买电脑还是有用的，所以做一个基本的了解就好。

**CPU：**CPU 可以说是计算机的大脑。CPU 有一个指标叫作主频，它标志着这个大脑转的快不快，主频越高，电脑速度就越快，比如 900 兆赫的速度就比 800 兆赫的要快。

在资金不紧张的情况下，推荐台式电脑的主频在 1GHz（也就是 1000 兆赫）以上，二手笔记本电脑的主频在 600MHz 以上，如资金充裕最好也购买主频在 1G 以上的笔记本。CPU 主频在 1GHz 以上对于一般的应用就足够了，低于 1G 主频的 CPU 对于我们平常的资料点工作也都能做，只是主频越低速度越慢，工作效率相对会差一些。

市面上的 CPU 主要有 Intel（英特尔）和 AMD 两个品牌。Intel 市场份额大，AMD 品牌性价比好（花同样的钱，能买到比 Intel 速度更快的 CPU）。我们经常听到的奔 3、奔 4 就是指英特尔的型号；闪龙、速龙就是指 AMD 的 CPU 型号。同型号的 CPU 主频也分多个档次，比如奔三 CPU 有奔三 650、奔三 800 等，奔四 CPU 有奔四 1.8G、2.0G（1G=1000MHz）等。

**硬盘：**硬盘就是一个仓库，专门用来存放各种资料，文件等，就象上课时学生做记录的笔记本，硬盘容量越大储存的东西也就越多。

现在装新台式机买的新硬盘最小容量也是 80G 了（G 读记）。二手笔记本随机带的原配硬盘有 10G、20G、30G、40G 的都有，一般老型号都在 30G 以下。对于打印、刻录 20G 硬盘就够用了，但旧硬盘容易有问题，如买二手笔记本建议加点钱把旧硬盘换成新的，现在 40G 的日立笔记本硬盘价格是 400 左右。旧硬盘一般的是每 10G 折价 80—100 元，这个折价不绝对，各个商家会有差别。新的



日立笔记本硬盘是 5400 转的，电脑的速度也会有一定的提升。

**内存：**电脑运行的时候，CPU 和硬盘之间要不断的进行信息交流，内存介于这二者之间，就是这二者之间的立交桥，起到疏散交通的作用。内存是带电记忆，电脑一关机，上面的东西就没有了，作用就象上课时老师用的黑板，一下课，黑板就抹掉了。

内存越大电脑运行越流畅，这就象老师和学生交流时对黑板的需要一样，如果教室里的黑板很小，老师写满之后，就要擦掉，讲课就慢；如果有好几块大黑板，老师就可以一直写，就不用花好多时间去擦黑板，讲课就快了。

装 Windows XP 系统一般最少要有 256M（M 读兆）内存；装 Windows 2000 系统 128M 也够用；再小了电脑也能用，只是速度会慢很多。如经济条件允许建议加大内存，一般 512M 就可以了，不用再大。二手笔记本由于型号不同，原配的内存大小也不同，这个可以跟商家要求加装内存。

**主板：**主板可以理解为骨架，它上面安装着各种配件，如硬盘、内存、光盘驱动器、CPU 等。

**显卡：**负责在显示器上显示图象的配件。我们一般对显卡没什么要求，我们装机都选择集成显卡的主板，这样就不必额外花钱再买显卡了。

**声卡：**它负责电脑的发声，一般主板都集成了。

**网卡：**指的是连接 ADSL 网络的网卡，主板都集成了。不使用 ADSL 网络还用不上它。

**软驱：**用来读软盘的设备，现在软盘已基本淘汰，所以装机一般都不要软驱。

**光驱与刻录机：**建立资料点除了电脑和打印机以外，刻录机也是一个很重要的部份。我们做 VCD 或 DVD 影碟还有备份资料都需要它（备份：就是为了防止数据意外丢失，而把同样的数据再另外存放一份或多份）。光驱只能读光盘，刻录机能读也能刻盘，通过使用“刻录机”，我们就可以把资料刻写到刻录盘上了（刻录也称为烧录），一个机箱一般可以装 1—3 个光驱或刻录机。

刻录机目前主要有 3 类，一种是 CD 刻录机，只能读、刻 CD（VCD）光盘；一种是 Combo（发音：康宝）刻录机，就是可以刻录 CD（VCD）盘，也可以读取 DVD 盘片的；还有一种是 DVD 刻录机，能读、刻 CD（VCD）、DVD 光盘。

按一下电脑机箱上的光驱右下角的按钮，光驱的托盘就会弹出来了，就可以看到里面有一个和光盘一样大小的圆槽，如下图。将光碟放在圆槽上面，再按一下这个按钮托盘就自动退进去。放光碟时，把光盘光亮的一面朝下。在光驱托盘的中间部位，还有一个更小的圆槽，是用来放置小光盘的（VCD 影碟机也有这样的小圆槽）。



**购买建议：**根据多人的使用反馈，NEC、先锋、普科特、华硕牌刻录机比较好（包括 CD 和 DVD 刻录机）。如大量刻录 VCD 光盘，那推荐买 CD 刻录机。如果刻 VCD 光盘量不大、平时也要刻 DVD 光盘的话，那推荐买 DVD 刻录机。如果想用一台电脑同时带动多个刻录机来刻 VCD 的话，那推荐买一个 DVD 刻录机，剩下的全部买 CD 刻录机。

根据反馈，一台电脑（包括笔记本和台式机）可以带 6 台刻录机（有 2-3 台装在机箱里，其它的使用外置方法，具体方法后面有介绍），无论多好的电脑，再多带就吃不消了（具体能带的上限没有测试过）。另外在刻录的时候如果不是着急赶活，最好就让电脑只做刻录这一项工作，在刻录同时就别用电脑做别的了，否则容易刻录失败。

还有刻录的时候要打开系统的 DMA 传输模式，WINDOWS XP 系统默认是打开的。2000 系统需要手动打开：开始—设置—控制面板—管理工具—计算机管理—设备管理器—展开“IDE ATA/ATAPI 控制器”—双击“主要 IDE 通道”—高级设置—把“设备 0”和“设备 1”都选择为“DMA（若可用）”。

### 3 其它常用设备

前面说到的都是电脑运行的必须设备，下面介绍一下其它辅助的硬件设备，例如便于携带数据的移动硬盘/优盘等，下面的这些设备，有的用的到，有的用不到，根据需要决定是否购买。

**移动硬盘：**移动硬盘就是笔记本硬盘加上 USB2.0 的硬盘盒组成的，有现成的品牌移动硬盘，但比较贵。我们自己也可以买硬盘盒和笔记本硬盘来组装，很简单，比如买个日立牌 40G 的笔记本硬盘 400 左右，硬盘盒几十元就可以买到了。硬盘盒推荐“科硕”牌的。

**优盘（U 盘）：**是一种小型的可移动磁盘，象手指头大小，其容量为几十 MB 到几 GB 不等。现在市场上优盘的牌子很多，价格降的很低了，如 1G 容量的台电牌、奥美嘉牌都不到 200 元，质量也不错，好一点 SANDISK、KINGMAX 牌的 200 多元。一些杂牌子质量就很差了，不推荐购买杂牌。

**软盘：**软盘也用于携带数据，软盘容量很小，只有 1.44 兆，放软盘的设备叫作软驱。软盘和软驱目前已基本被 U 盘取代。

顺便介绍一下电脑中容量的表达方式：

电脑中磁盘大小和文件大小的表示单位是 GB、MB、KB、B。

B 是电脑里存储信息的基本单位，称为“字节”。一般来说，存储一个英文字母就要占用一个字节，一个汉字要占用两个字节。它们之间的数量关系是：

1GB=1024M ; 1MB=1024K ; 1KB=1024B （MB 常常读“兆”，其它的就直接读英文字母发音）。它们之间的等量关系一般大致记为 1000 就可以了。

**USB 接口：**移动硬盘、U 盘、打印机等很多设备都需要使用 USB 接口。USB 接口也叫通用串行总线，它是现在电脑常用的外接设备接口。台式机的 USB 口在主机的前面，机箱前面也能接 USB 口，但不推荐使用前面的 USB 口，原因是有的主板元件有缺陷或当把主板和前 USB 口连接线接错的情况下容易烧毁 USB 设备，所以不推荐使用。推荐使用主机后面的 USB 口。

USB 接口的速度有 USB2.0 和 USB1.1 之分，前者速度要快很多。笔记本一般带 1—2 个 USB 接口，但一些笔记本属于早期产品，所以 USB 接口多是 1.1 的，这时候我们就需要用一块 PCMCIA 转 USB2.0 转接卡。（PCMCIA 接口简称 PC 卡接口）

**PCMCIA TO USB2.0 转接卡：**刻录机必须使用 USB2.0 的速度，所以有的笔记本必须用这种卡转换出 USB2.0 的接口来用刻录机。这种卡有带 2 个 USB 口的和 4 个 USB 口的，带 2 个口价格是 50—70 元，推荐买带 4 个接口的。

但这种卡一般都供电不足，在使用移动硬盘时会带不动，原卡带的取电线如果也不起作用的话，可以到电脑市场买个 5V 的小外接电源即可，跟商家说一下是给这种卡用的商家就明白了，15 元。

**外置刻录机：**台式电脑只要把刻录机装在机箱里就可以了，也有很多新笔记本都是内置刻录机的，而一些二手笔记本不行，需要使用外接方式。有笔记本专用外接刻录机，但价钱太贵，不推荐。我们一般使用台式机刻录机+光驱盒自己组装。光驱盒推荐买“移动之星”、“元谷”牌的，100 多元，更简便的有“易驱线”，价格更便宜，也很好用。

**刻录塔：**当我们要非常大量刻光盘的时候就需要它了，它可以同时让多个刻录机进行工作，又不占用电脑，所以效率很高。这个需要我们自己组装：先买个刻录塔机箱，外形跟电脑主机差不多，有能装 5 个台式刻录机的，有能装 7 个的，然后买相应数量的台式刻录机装进去（买 2、3 个也可以，其它位置空着就行），还有一个跟刻录机一样大小的控制器，850 元左右，还需要有一个普通光驱（也可以配一个硬盘），这样就组合成了一个刻录塔。

**刻录盘：**也叫空盘，有 CD 和 DVD 空盘，刻 VCD 的时候用 CD 空盘，刻 DVD 用 DVD 空盘，有时候我们备份数据也会用到 DVD 空盘，DVD 盘的容量比 CD 盘大，是后者的 6-7 倍。DVD 空盘有-R 格式和+R 格式，推荐使用-R 格式，因为它兼容性比较好。还有一种 RW 格式的可以反复擦写的光盘，备份数据用它比较好，用完就擦除了。



**MP3、MP4:** MP3 可以用来听 MP3 格式的音乐, 比如炼功音乐、师父的讲法、大法音乐都可以, 体积小巧, 可以随身携带。一般 128M 的就可以把炼功音乐和师父的讲法都装进去了。MP3 现在很便宜, 有的牌子 512M 的不到 200 元也买下来了。

MP4 就是比 MP3 多了能放小影片的功能, 有时可以辅助讲真相。有的还能看电子书, 不过大多数的电子书功能都不太好用, 例如不能显示正体汉字。没有这方面的特殊需要买 MP3 就够用了。

买 MP3 的时候, 最好买不带内置锂电池的, 因为内置锂电池过 1 年后电池性能会逐渐下降, 要换新的就不划算, 也不好买到匹配的电池。买那种使用 7 号电池的, 再买几节 7 号充电电池使用。

MP3 比较好的牌子如: 海畅、歌美、昂达等。纽曼、优百特的不要买。买的时候注意检查耳机的两个耳塞是否能够听到声音, 耳机插口接合是否紧密, 也可以看看说明书和包装印刷的是否精致、说明书内容是否详细, 有时这也能从侧面看出产品的好坏。

**无线上网卡:** 这里指的是 GPRS 和 CDMA 1X (X 读速) 两种方式。GPRS 上网属于移动公司的业务, CDMA 1X 则属于联通公司。GPRS 的速度与 56K 调制解调器速度差不多, CDMA 1X 的速度差不多是 GPRS 的两倍。因为 GPRS 太慢, 推荐使用 CDMA 1X 上网方式。

硬件方面支持 GPRS 和 CDMA1X 功能的手机有很多, 可以用手机+数据线跟笔记本或台式机的 USB 口连接。笔记本也可以用 PCMAIA 接口的 GPRS 和 CDMA 1X 上网卡, 这种卡牌子很多, 大多数 500 元左右, 质量也不错, 不过个人经验是一般的上网卡都没有手机稳定。

上网费用方面有包全年的、包半年的, 以北京为例, 包半年不限时的 CDMA 1X 上网费用是 450 元, 每个月可以免费漫游 5 小时。GPRS 费用更便宜, 相对 CDMA 的好处是可以无限制全国免费漫游。

具体的网络连接设置方法在买 GPRS 或 CDMA 上网卡的时候里面会带有说明, 如用手机+数据线连接电脑, 那在数据线驱动中会有相应说明。数据线最好买带供电功能的, 这样就不用担心手机电池没电了。

## 4 如何选购计算机

下面我们根据以前的一些使用经验, 简要的提一些建议, 具体买什么样的, 具体情况酌情处理。

**说明:** 我们这里提到的价格差不多都是 2006 年 8 月的参考价, 主要是让大家有一个感性的认识。地区不同、货源不同、时间不同, 价格变化很大, 所以仅供参考。

### 4.1 计算机的种类和选取原则

现在市面上的电脑主要有组装台式机, 二手台式机, 品牌台式机和笔记本电脑四种。简介如下:

**组装机 (兼容机):** 顾名思义, 就是指根据自己的要求, 自己到电脑城买配件 (可在一个商家那里买齐所有的, 也可以分着买), 然后由商家或自己动手组装起来的电脑。

组装机不等于品质差, 如果配件选好了, 稳定性比品牌机还要好。品牌机往往为了降低成本并不一定都使用很好的配件。组装机也有质保, 一般根据各个配件的生产厂家给予的保修时间为准, 比如主板一般是三年保, CPU 盒装的是三年, 散装的就一年等等, 各个配件都有质保。

组装机的优点就是配置相同的情况下比品牌机便宜, 而且可以按需组装。缺点是如果不懂硬件去装机容易被骗。组装电脑最好请一个懂行的、可靠的人帮忙; 如果没有懂行的人, 可以自己预先写出一个具体配置, 然后到电脑城去组装。

现在装一个全新的组装机一般价位在 3000 元左右就足够了。低于这个价格的就不好买了, 因为过时的 CPU、硬盘等目前买不到新的了。要想配置更低价格的电脑就要买二手的了。

**品牌机:** 品牌机是由厂商组装好的现成电脑, 配置不由消费者做主。如国外品牌的惠普 (HP)、戴尔 (DELL), 国内品牌的联想等。品牌机的优点就是出厂前经过厂商的严格检测, 所以稳定性是有一定保障的。一般有一年或三年的免费售后服务, 出了问题厂家会来人修理 (不同品牌的服务都

不一样)。缺点就是因为品牌机是要把宣传费、售后服务的费用都加在消费者头上的，所以在机器档次相同的情况下品牌机要比组装机贵不少。

品牌机便宜的有 3000 多元，贵的在 5000 元以上。不同品牌台式机的品质差距不会很大，各个厂家也都是用不同厂家生产的配件进行组装。低价品牌机对于我们的日常工作也能胜任，推荐购买戴尔的低价机型，最低的 3000 多点。

一般品牌机都有带 WindowsXP 操作系统的和不带操作系统的两种，目前很多计算机厂商内置的操作系统里都会带一些流氓软件。所以建议购买品牌机时买不带有操作系统的型号，然后让卖计算机的商家给你新安装操作系统，不然买了带操作系统的机型却不用它带的操作系统，浪费了资金。

**二手台式机：**就是别人用过的旧台式电脑。因硬件配置不同、新旧成度不同转让的价格也不同，一般 1000 多元的二手台式机对于做资料已经够用了。买二手手机最好有一个懂行的熟人帮忙检查有没有问题后再购买。如果有熟人转让的电脑是比较好的选择，但熟人转让的东西往往价格比较高。因二手台式机价格很便宜，所以不推荐购买配置太低的了，推荐买 CPU 主频在 700 或以上、内存 256M 或以上的配置，硬盘 40G 就够用了。

**新笔记本：**笔记本电脑我们经常把它称呼为本子、本本。笔记本电脑携带方便，特别是需要经常移动的资料点可以买笔记本电脑。新笔记本的优点就是有 1-3 年的免费保修时间。国产牌子最好不要买，返修率很高，虽然有些人用着也很好，但买国产牌子是要靠运气的，摊上有毛病的几率会很大。随着笔记本价格的下降，一些国外大厂也推出了 5000—6000 元之间的低价笔记本，如 HP（惠普）、DELL（戴尔），acer（宏碁）也有低价笔记本，因为这些低价机属于低档机，所以在用料、做工方面都不会太好，所以质量就差一些，但好在有一定时间的免费保修，所以也可以考虑购买。DELL 的低端机最近出问题的很多，目前不建议购买。新笔记本目前推荐 HP 的 NX6120，根据配置不同价格在 6000-8000 元，有个低配置的卖到了 5999，因为是 15 寸的本子，稍重了些，有 2 年的保修。

**二手笔记本：**二手笔记本大都是由于配置跟不上潮流或其它原因而淘汰的国外品牌，虽然是二手，但它们很多都是当年价格过万元的高档笔记本，所以在品质上是非常好的，是我们的首选。

常见的牌子主要有 IBM、Compaq（康柏）、DELL（戴尔）、富士通、TOSHIBA（东芝）等，其中 IBM 的二手笔记本质量最好，尤以 T 系列最好，坚固耐用，接口齐全，X 系列是便携型的，体积更小，重量更轻，但接口没有 T 系列的齐全。R 系列的不要买，质量不行。Compaq（康柏）的二手笔记本也非常好，质量可以说不比 IBM 差，相同的配置价格会比 IBM 便宜一些，也是个好选择。

根据配置不同，二手笔记本的价格在几百元到上万元的都有。对于我们开办资料点来说，最高买 3500 元这个价位的二手笔记本就足够用了，再高的就用不到了。

## 4.2 如何选购台式机

到电脑城装机器一定要坚持自己的配置，不能听商家的随意改动配置，他那里没货就换一家，有的商家也会拿一些假货、返修货、质量差的货骗人，对于不懂技术的人只能说力所能及的尽量避免这些事吧。最好不要答应商家让你交定金的要求，否则你就很被动了。

我们说一下配件的选择原则和同修提供的两个配置实例：

CPU：AMD 的 CPU 性价比高些，所以我们目前推荐 AMD 公司的 CPU。

硬盘：买 80GB 的就可以了。DVD 资料多的可以考虑买 160GB 的，只比 80G 的贵 100 多元。

内存：建议最少买 512M，资金充裕可以买 2 条 512M 的。超过 1G 的内存就没有必要了。

主板：主板根据 CPU 的不同而选择不同的主板，主板尽量要选择好一点的，由于我们对图形处理不要求，所以选择集成主板就可以了（集成主板就是主板上内置了显卡、声卡、网卡等配件的主板），这样就可以节省单独买显卡的几百元钱了。主板可以选择磐正、升技、映泰、青云这些牌子（但不是这些牌子里每一个型号都好）。

电源：电源很重要，机箱上自带的电源一般都不是很好，最好单独购买。

显示器：纯平显示器（CRT）个头较大，价格便宜，液晶显示器（LCD）比较轻便，辐射小，但价格要贵一些。对于 CRT 或 LCD，使用的时候，都不要让屏幕面对窗口，不要让被屏幕照亮的平面（例如墙壁、镜面等）等面临窗口，可以同时打开一些光源，尤其荧光灯，这样可以减少辐射泄密。

下面两个使用实例是我们同修提供的实际计算机配置和能够胜任的工作：

**实际使用实例 1：**赛扬 1.0GHzCPU / 384M 内存 / 主板 Intel815 / 希捷 40G 硬盘 / 机箱电源、键鼠、全是杂牌。三台建兴 VCD 刻录机，刻录同时用两台激光打印机（用 USB 口，否则同时工作 CPU 不能胜任），同时上网都不影响。

**实际使用实例 2：**1.1GHzCPU / 256M 内存 / 因为主板 USB 口是 1.1 的，通过使用 USB2.0 扩展卡加到了六台刻录机。刻录很快，大约四分钟六张。用好机器测试过也只能达到这个水平，是极限了。（USB2.0 扩展卡：主板的 USB 口是 1.1 的或想增加 USB 口时会用到这种卡，它是插在台式机主板的 PCI 插槽上，几十元左右）

通过上面的配置实例，我们可以看到不需要特别高的配置就可以满足我们的需要，但是目前这些配置只能到二级市场去买了，如果对硬件不熟悉，资金又不是特别紧张，配置新机器要好一些。

**新机配置实例 1：**下面给出一个配置，属于目前的低端机型，但比上面的配置实例里的要性能好很多，已经够用了，只要买配件时不被骗，此配置的稳定性还是有保障的，比 3000 元的低价品牌机性能要好很多，每一类硬件选择一个牌子，组合成你自己的配置清单，然后再交给商家配置：

CPU：AMD 闪龙 2500+ 754 接口（盒装三年保）300 元

AMD 闪龙 2600+ 754 接口（盒装三年保）325 元

AMD 闪龙 2800+ 754 接口（盒装三年保）335 元（以上 CPU 任意选一个即可）

主板 1：磐正 EP-8GF6100-M 754 接口

主板 2：映泰 TForce 6100-754 接口（主板 1 和 2 任选一个，价格 600 元左右）

内存：宇瞻 DDR400，512M 415 元

超胜 DDR400，512M 425 元

三星金条 DDR400，512M 380 元（任意选择一个品牌即可，别买金士顿，假货太多）

硬盘：希捷酷鱼 7200.7 80G 普通接口（PATA 接口）370 元

显卡/声卡/网卡：主板集成

DVD 刻录机：NEC、先锋、普科特、华硕牌的随便选一个就好，300 元

机箱：富士康、世纪之星都有 100 元左右的机箱，如买不到就随便买个结实的、重一点的即可。  
机箱中带的电源不要，质量不好

电源：世纪之星自由战士系列不错，最新型号是 IV，可以买自由战士 3，价格不到 198 元

航嘉冷静王电源也很好，航嘉冷静王标准版价格是 158 元，加强版稍贵点，都可以买。

显示器：三星或飞利浦牌的，纯平显示器（CRT）850 元左右，液晶显示器（LCD）1500

**新机配置实例 2：**上面的配置中的 CPU 已经停产，可能在几个月以后就难买了，下面再给出一个未来一段时间内都可以买到的主流配置，价钱和上面例子相近，性能上略为好些。

CPU：AMD AM2 Athlon 64 3000+（盒装三年保）550 元

AMD AM2 闪龙 3000+（盒装三年保）470

AMD AM2 闪龙 2800+（盒装三年保）345

主板：映泰 TForce 6100-AM2 接口 620 元

内存：宇瞻 DDR2 667，512M 355 元

超胜 DDR2 667 , 512M 340 元

显卡/声卡/网卡: 主板集成, 其它方面同第一个配置一样。

以上配置纯平显示器 (CRT) 则 3100 元左右, 配液晶显示器 (LCD) 则 3600 元左右。上面例子中, 无论 LCD 还是 CRT, 都推荐买三星或飞利浦牌的。资金紧张可以买二手的 15 寸普通显示器, 200 多就买了。以上配置同时带 6 个刻录机一起工作没有任何问题。

有可能有的地区, 配件的可选择性不是很大, 这时可以根据当地的情况灵活把握。

#### 4.3 如何选购笔记本电脑

一般欧美大厂的笔记本品质比较好, 其次是日系、台系, 国产的质量就最差了。笔记本都是品牌的, 配置也都是固定的, 但内存、硬盘可以升级。下面推荐几个二手笔记本市场常见的、耐用的经典二手笔记本, 二手笔记本重点推荐的是 IBM T23 和 COMPAQ N600C。如果资金不是特别紧张, 建议购买 1.0G 附近或以上主频的奔三笔记本。

##### IBM 品牌:

**T23:** IBM 公司 2001 年发布的机型, 主频从 866~1.2G 不等, 因为有多个优点而成为一代经典机型, 坚固耐用、稳定, 是二手笔记本的首选。它使用图拉丁核心的奔三 CPU, 性能强劲、发热小、功耗低, 对于一般的办公应用是足够的。T23 也有高配置、标配、低配之分, 常见的是标配版: CPU 主频 1.13, 256M 内存, 30G 硬盘, 价格在 2800 元左右。

有其它配置的 T23 也可以买, CPU 主频最好超过 1G。

**关于内存和硬盘方面的建议:** 经济条件允许可以把内存加到 512M, 把硬盘换成新的日立牌的 40G 容量的即可, 400 元左右。硬盘在资金不是非常紧张的情况下是必换的, 因为旧硬盘容易出毛病 (有的本身已经有毛病了, 但你未必能检测出来)。资金紧张内存可以不加, 256M 也够用, 只是加了后性能会有不小的提升。

**T20、T21、T22:** 它们是 T23 以前的型号, 都属于 T 系列, 使用奔三 CPU, 主频从 650~1G, 如果资金紧张可以购买这三个型号的产品, 加大内存后性能还可以, 但跟 T23 还是有不小的差距, 相对 T23 的优点就是价钱便宜 (具体价格根据配置而不同)。

内存建议最少到 256M, 硬盘建议同 T23。

**600X:** 1999 年底发布的机型, 也属于经典机型, CPU 主频有 450、500、650, 对于打印、刻录够用, 运行大程序就非常吃力了 (但一般的资料点也不会运行什么大程序), 价格比以上 T 系列的要便宜, 资金紧张可以考虑。价格根据配置不同在 1500-2000 元之间。

内存建议最少到 256M, 硬盘建议同 T23。

**600E:** 1999 年发布, 也很稳定, 耐用, 不过此型号配置太低了, 不是很缺钱就不要选购了。CPU 是奔二的, 主频有 300、366、400MHz 的, 这个档次的机器我们的人也有用的, 打印、刻录也都能做, 但是性能就更差了。优点就是更便宜了, 1000 多就能买下来。

##### Compaq 品牌:

**N600C:** 它是和 IBM T23 齐名的经典二手本子, 坚固耐用, 配置方面和 T23 差不多, 但配置相同的情况下在价格上要比 T23 便宜几百元。它比 T23 多了触摸板, 显卡性能比 T23 好。但二手市场上 N600C 没有 T23 货多, 能买到的话也是非常好的选择, 毕竟比 T23 还便宜些。

内存、硬盘的建议同 T23

**N610C:** 这个型号用的是 P4 (奔四) CPU, 发热量大, 性能比图拉丁 P3 (奔三) 好, 但差距不大。CPU 主频 1.6~2.4GHz, 内存 256~512M。优点是稳定、坚固耐用、USB 接口是 2.0 的, 缺点就是发热量大 (尤其夏天), 但得益于 Compaq 的高设计水平用着还是很稳定的, 再有缺点就是屏幕亮度不够, 偏暗。根据配置不同价格在 3000-3800 之间, 内存建议加到 512M, 硬盘换新的。



N610C 自带的 2 个 USB2.0 接口对于需要用一台笔记本同时带多个刻录机的人很有用：自带的 2 个 USB2.0 接口加上用 4 个口的 PCMCIA TO USB2.0 转接卡一共是 6 个 usb2.0 接口，这样可以同时带 6 台刻录机，而其它的笔记本只能用 PCMCIA TO USB2.0 转接卡的 4 个 USB2.0 接口带 4 台刻录机。

奔四的笔记本只推荐 N610C 这一款，IBM 的 T30 不要买，不但发热大，USB 还是 1.1 的，性价比又不好，所以不推荐购买。

#### 小型二手笔记本：

如经常需要外出可以购买小型二手笔记本，一般的资料点没必要买小笔记本，推荐 N410C。

小型笔记本没有内置光驱、软驱，比普通笔记本体积更小、重量更轻、更便于携带，缺点是有些小型笔记本接口不齐全，毕竟一些接口对我们是有用的，如 COM 口我们需要来修改手机串号，博朗电子书需要使用串口（博朗会和一些笔记本的并口不兼容），再有就是同配置的情况下小笔记本的价格会比普通尺寸的笔记本贵一些。

#### Compaq 品牌：

**N410C**：这是非常经典的轻薄机型，坚固耐用，接口齐全，USB 是 2.0 的，有视频输出功能，可以用它在电视上放影片，就不用使用 VCD 机了。配置为 CPU 1.2G、256M 内存、30G 硬盘的价格是 2700 元左右。

内存、硬盘的建议同 T23。

**M300**：也是 Compaq 的一款经典小笔记本，有使用 P2 CPU 的，高配置有使用 P3 600 CPU 的，接口也齐全，资金非常紧张可以选择它。

#### IBM 的 X 系列：

IBM 的 X 系列属于小型本子，其中 X22、X23 都是比较好的选择。但同配置的情况下比 Compaq 的价格要高，而且接口不齐全，就不重点推荐了。内存、硬盘的建议同 T23

X 系列要想使用其它接口就要买个 IBM 的“端口复制器”，二手的价格在 50—100 元之间。

还有一种小笔记本用的底座，COMPAQ 和 IBM 都有，含光驱、软驱和并口、串口，USB 等接口，也可以购买，平时放在家里，出门的时候只带小笔记本走。底座二手的一般 300 元左右。还有一种设备叫“笔记本扩展坞”，具有的功能更多。

一般买小笔记本都买一个 PCMCIA 接口的光驱，装系统用的上。

#### 笔记本的其它知识：

**笔记本 USB 接口问题**：以上除了 N410C 和 N610C 的 USB 接口是 USB2.0 的以外，其它笔记本都是 USB1.1 的，现在的移动硬盘、外接刻录机都是 2.0 的速度，所以接到 1.1 的接口上会很慢，笔记本可以通过 PCMCIA 转 USB2.0 转接卡实现 USB2.0，这种卡上面已经介绍过了。

**高分屏**：经常会听到商家说某个笔记本是“高配高分”的，往往卖的比较贵。高配指的就是这个型号的高配置机型，高分指的就是笔记本屏幕是高分辨率的，笔记本屏幕普通分辨率是 1024x768，也是默认分辨率，而高分屏是要高于默认分辨率的。这对于我们一般应用来说没什么用处，没必要多花那个钱。

## 4.4 如何挑选二手笔记本

二手本子多是国外大公司淘汰的，也有国内、国外个人淘汰的。先到深圳、广州，然后再批发到全国各地的二手笔记本经销商那里，价格当然是深圳那边最便宜，其次北京，其它地方要贵一些。

买二手本子最好选择货比较多的商家，万一在几天内有问题（一般商家都有几天的质保期）可以去换。当然，有的商家虽然货少，但货的成色好，那也可以选择。买二手本子切记不能心急，要多走几家，也不要不好意思，觉的挑选太仔细了会给商家添麻烦，用 4、5 个小时的时间买一台二手本子是很正常的。



## 先看外观:

在光线明亮的地方观察笔记本外壳，看有无明显碰撞、开裂之处，观察有无大的划痕（轻微划痕不必计较，属于正常使用痕迹），看有无严重的磨损。

观察各个螺丝是否有拧过的痕迹（螺丝本身是带一层黑漆的，拧过会掉漆），一般光驱、硬盘、内存盖的螺丝没有或拧过没关系，大多是由于升级的因素，除此之外有拧过的痕迹说明拆过机，可能出问题后维修过，这种机器不要。

观察笔记本底部的胶皮垫（小垫脚）是否都在，这几个小垫子很有用，它可以吸收硬盘在转动时产生的震动，对保护硬盘很有用。

看腕托是否磨损严重，如果严重的话说明这个本子已经使用的很厉害了。看键盘是否被摩的发光、发油，这个就只是做为一个参考了，因为即使用这个本子打了很多字也不能说明这个本子就使用了很久。

## 屏幕:

关机状态下看屏幕是否有划痕，如果一台本子要是爱护使用的话屏幕应该不会有划痕的。

开机看屏幕的亮度，越白、越亮越好。把商家的其它几台笔记本也打开，比较一下你这台本子屏幕是否够亮，越亮越好，很关键的一点。如果发暗、泛红、发黄都不要，因为那是液晶屏的灯管老化现象（LCD 是靠灯管发亮）。当然一些很老的本子由于年头久了灯管必然会老化，这是正常的，有的商家已经给换新的了，但有的商家水平不行，换过后会出现亮度不均匀和漏光现象。

观察屏幕是否有白斑（一块一块白的），白斑是由于屏幕的反光板被挤压变形引起的，如不太严重不算问题。观察白斑要在不同的角度来看会更容易发现。

观察屏幕是否有水波纹，用手轻轻拍屏幕两侧观察是否有水波纹的出现（有的屏幕不震动都有，不要）。有的笔记本在你用手按屏幕上盖的情况下会有水波纹的出现，这个没问题。

检查屏幕有无坏点，可以把桌面背景调节为全黑和全白来检测有无亮点和暗点，也可以使用 Nokia Monitor Test 这个软件进行检测，一般来说有几个小的坏点（包括亮点和暗点）不会影响使用，不必过分苛刻。

然后检测屏轴（屏幕和主机之间连接的地方）是否松动，用手来回扳动笔记本屏幕的角度，如果太松的就不要（太松屏幕会立不住），当然非常紧的也不好。如果在扳动的过程中屏幕有黑屏或闪动的情况那是屏幕和主板之间的连接线有问题（有的是在开机的时候屏幕不亮，但动一下屏幕角度就亮了，那也是屏线问题），也不要。

再观察屏框是否松松垮垮的，松的就不要（太松的一般都是后配的屏框，多数还不是原装的），观察屏与屏框之间是否有缝隙，缝隙太大的不要。观察屏幕两侧的小黑垫片是否都在、是否有被撬下来过的痕迹，有撬下过的痕迹说明修理过屏幕或换过灯管，这个最好不要（当然一些老本子换灯管这也是必然的）。

观察左右屏钩是否完好，屏钩就是屏幕上边左右各有一个小钩子（有的笔记本只有一个），用来钩住笔记本屏幕和主机的。

## 检测各个配件:

### 检查主板 BIOS:

以 IBM 笔记本为例，开机按 F1 进入主板 BIOS 后，在显示的第一个页面里，倒数第二行为“UUID”，代表的是主板串号，此号码是唯一的，如果发现 UUID 后面的串号由一长串的“0”组成，则说明笔记本电脑的主板已被维修过或更换过，最好放弃选购。此主板串号要跟笔记本底部所标的串号相同才对。

进入 BIOS 后还应留意本本是否已被设置了密码，一般有开机密码（又称加电密码）、超级用户密码和硬盘密码三种，一旦发现笔记本被设置了密码一定要让商家解除密码，如果不能解就不要。

### 检测 CPU:

检测 CPU 主频是否跟商家所说的一样, 在 BIOS 里可以显示 CPU 主频, 也可以使用 CPU-Z 这个软件检查。这个一般不会有问题。

### 内存和硬盘:

内存也没什么好检测的, 也需要用软件, 检测时间也比较长。我买的多个笔记本没有一个内存是有问题的。

硬盘一般都建议换新的。旧硬盘一般都是用 MHDD 这个软件检测有无坏道, 即使没坏道的老硬盘性能也很差, 为了保证数据安全, 硬盘最好换新的, 新硬盘最少有一年的质保, 坏了就可以去换新品。

### 听风扇声音大小:

有时候市场里会很吵, 这个还不好听清楚。主要是听风扇噪音大不大, 噪音太大就说明风扇快到寿了或风扇里积聚了很多灰尘, 最好不买。(注意: 笔记本温度不上升到一定温度风扇是不转的)

### 检测音箱和耳机插口:

放声音听一下, 听左右音箱是否都有声音发出, 是否有破音。把耳机插到笔记本耳机插口里, 听是否有声音, 有大的杂音、噪音不要。

### 检测各个接口:

检测各个接口是否能正常使用, 包括并口、串口、USB 口, PCMCIA 插口、鼠标接口、网卡接口等, 这需要你有相应的设备。如果你没有就让商家找个设备来检测, 如果他不满足你的要求你不买他的就是了。串口的检测一般商家是没有相应设备的。

### 检测光驱:

用几张有细小划痕的光盘, 看看光驱能否顺利读出数据。如果不能读出就要求商家换一个光驱 (不必换整个笔记本), 一般商家都乐意给你换 (在没交钱的情况下), 对他们来说无所谓。一般本子都是带 DVD 光驱, 要用 DVD 盘检测 (可以用 DVD 电影), 有的 DVD 光驱由于光头老化会出现只能读 VCD 盘却读不了 DVD 盘的现象。

### 检测电池:

最好的方法就是让电池在充满电的情况下你当场把它用光, 当然是用的时间越长越好。二手本子电池能用一个小时以上也就可以了, 这个不必过高要求, 其实电池在我们手里没什么大用, 大多数人只充当 UPS 了。

### 检测键盘和指点杆:

打开记事本程序, 逐个试验每个键是否好用, 再检测指点杆 (IBM 就是键盘上的那个小红点) 是否好用。Compaq 的本子有触摸板, 也试验一下是否好用。

### 整机的稳定性检测:

这个很关键, 电脑不稳定以后会很麻烦。这比本子的成色还主要, 有的本子虽然成色好但用着不一定稳定。

让笔记本在商家那里连续运行一段时间 (连续运行 1 个小时以上没发生重新启动、死机的现象就行了)。整机稳定性也可以用 Stress Prime 2004 和 prime95 这两个软件来检测稳定性, 一般运行 15 分钟没问题就可以了, 如果软件中途停止运行那说明本子的稳定性太差了, 就不要买了, 当然, 如果时间充裕能多拷一会机就最好了。

二手本子一般都有几天的质保期 (向商家问明, 并要在收据上写清楚, 几天内出了问题免费保换), 在这几天内一定要多用电脑, 出了问题去找商家换, 一般的商家还有一定时间的成本维修 (一般 3 个月到 1 年), 成本维修就是不换件就免费修理, 换件另算钱。

**笔记本电源：**IBM 的是印度尼西亚产的质量最好，发热小、噪音低，也有很多是中国生产的，也是正品，质量也有保证。就是不能要假电源，质量很差，拿在手里重量很轻，跟原装电源一比较就能看出来，做工也不精细，让商家拿几个你比较一下。

购买二手笔记本一定要重视检测，检测过程也是必不可少的，可能有人看了这些觉的买二手笔记本很麻烦，其实买新笔记本也不比这省心。总之，凭着自己的能力尽量检测吧，你能懂多少就检测多少，不必走极端。

### 其它的一些问题：

**升级内存和硬盘的问题：**二手笔记本商那里都有内存和硬盘，内存都是二手的，硬盘我们要新的，让商家当场给换上，让他把硬盘给分好区，40G 硬盘一般是 C 区 7G，D 区 10G，剩下的分成 E 区。最后让商家把你这个型号的笔记本驱动给你备份到 D 盘或给你个带驱动的光盘。

**不能贪小便宜：**有时候同品牌、同型号、同配置、成色也差不多的笔记本在同一个商家那里价格会相差 50—200 元，这个时候我们最好选择那个比较贵的。因为每个本子有什么问题作为商家他们是心知肚明的，可他绝对不会对你说的。你也未必能检测出来（因为有些故障是偶发的），但是在价格上他会把好的卖的贵一些，所以最好不要贪小便宜吃大亏。

商家一般会送你个笔记本包，但质量很差，为了本子安全，去买个好的吧，100 多的就非常不错了，100 以下也能买到质量不错的，选个结实的即可。

## 5 激光机、喷墨机、速印机的选购与维护

对于使用和购买哪种印刷设备，除了资金外，还要根据需要多少资料来定。

我们现在使用的打印机主要是黑白激光打印机和彩色喷墨打印机。**注意：**打印机尽量不要买二手货，因为它属于消耗品，二手的往往已经快不能正常使用了。

**激光打印机：**我们主要是用黑白激光打印机，它使用硒鼓，硒鼓里面装着碳粉，一般容量的硒鼓里面装的粉可以打印大概 700 页纸（两面打印），粉用完可以加粉。黑白激光打印机的特点是打印速度快，打印质量好，打印出来的字不怕水。缺点是只能打印黑白和有电磁辐射（恶党有一种设备能检测到这种电磁辐射，但我们可以通过方法来做防护）。彩色激光机目前耗材太贵，用起来不划算。

**喷墨打印机：**它使用墨盒，可打彩色，墨盒里的墨水一般只能打印几百张纸，但墨水用完后可以加墨水或给打印机安装连续供墨系统。喷墨打印机的优点就是能打印彩色和没有电磁辐射。缺点是速度比激光打印机要慢很多，用染料型墨水打印出来的字怕水（沾上水字迹会模糊，但颜料型墨不怕水）。

### 5.1 激光打印机

在激光打印机的品牌中我们只推荐购买佳能（Canon）或惠普（HP）牌的，因为惠普和佳能的激光打印机耗材便宜、很多耗材也通用、代用耗材多容易购买、使用的人多维修经验多，出了毛病也容易维修。而其它牌子不具备这些优点，所以不建议购买。

#### 新激光打印机：

推荐的型号有 HP 1022、HP 1020，这两个机器是经过很多人长期使用后觉的比较好才推荐的，购机应首先考虑这两个型号。

HP 1022：每分钟 18 页，1800 元左右，使用 Q2612A 型号硒鼓，耗材便宜、碳粉可以用 HP1000 的代替，是首选机型。

HP 1020：每分钟 14 页，1300 元左右，硒鼓与 1022 一样，粉也一样，但打印负荷没 1022 大，也就是耐用成度不如 1022，优点是便宜些、体积比 1022 小些。

## 二手激光打印机:

Canon 910: 此机是佳能仿造 HP 的 LaserJet 5100 商用打印机, 十分耐用, 每分钟 22 页, 1000—1600 元。体积较大 490mm×610mm×300mm, 重量 23.4kg, 此机噪音不算大, 有双面打印的附件 (200 元), 加上双面附件后它就变成了每分钟能自动打印 7 张纸 (反正面一起打) 的双面打印机 (但加双面器后噪音和体积都会大不少, 谨慎选购)。也可以买佳能 1810, 比 910 的优点是可以使用 USB 打印线 (910 只能使用并口打印线), 其它方面一样。

Canon 950: 是佳能仿造 HP8150 制造的, 此机比 910 还耐用, 打印负荷更大, 每分钟 28 张, 自带双面器, 约 2300 元, 体积 540 mm×566 mm×563.5 mm, 重量 52 kg, 非常耐用, 同档次的 HP8150 价格要 2 万多。也可以买 930、1910 这两个型号, 和 950 差不多, 930 更便宜些、速度慢些, 1910 稍贵些。

以上两款二手激光机适合打印量很大、不经常搬家的资料点使用, 但在一般的中小城市买不到。因为是日本淘汰过来的, 所以电源是 110V 的 (有的机器已经改成 220V), 商家会给变压器, 尽量要 1500W 或以上的, 太小不好, 打印机内存要求商家加到 32M 或以上, 因为双面打印对打印机内存有一定要求。

## 激光一体机:

一体机具有打印、复印、扫描的功能。扫描类型又分为馈纸型和平板型。我们使用最多的就是 HP3015, 因此机已停产, 取代它的是 HP3050, 和 3015 基本一样, 只是性能好些, 价钱贵些, 更耐用些, 也属于馈纸型。

HP3050: 约 2300 元, 打印、复印速度是每分钟 18 页, 硒鼓也是 Q2612A, 碳粉可用 HP1000 的代替。

注: 明慧网 2005 年 8 月 17 日发布了一本小册子《激光打印机的选购与维护保养》(4.1M), 可以参考。下载地址是: <http://pkg2.minghui.org/mh/2005/8/16/laserpr.zip>

明慧网 2005 年 12 月 9 日《近期资料点技术问题共享》一文也可以参考。

## 自动双面激光打印机:

这种机器可以自动进行双面打印, 不用等纸晾凉后再打反面了, 这就节省了时间, 特别是人手少的资料点用这种机器更合适。型号如 HP 1320, 价格在 2500~3000 之间, 但可能此机的驱动或固件有问题, 在打印页数比较多的文件时会出白纸、乱码或自动中断打印, 还有打印某些 PDF 文件会有喘气现象 (打印中会停下来, 然后隔一会才能打下一页), 对于这些毛病即使升级打印机内存也不能解决。

自动双面机还有佳能 LBP3300, 是佳能按照 HP1320 仿造的, 性能参数是一样的, 但内存变成了 8M (1320 是 16M), 所以在打印页码比较多的文件时计算页码的时间会比较长。但驱动和 1320 不一样, 所以可能没有 1320 的那几个毛病。佳能仿造 HP 机的优点往往是更耐用, 打印颜色比 HP 机深。

这两个机器外形差不多, 硒鼓都是一样的, 碳粉可以用 HP 1000 的代替。LBP3300 价格要比 HP1320 便宜些, 3300 这个机器目前使用的人很少, 所以反馈信息也很少。

## 硒鼓、碳粉、品牌鼓、鼓芯:

**硒鼓:** 硒鼓属于激光打印机的耗材, 打印机厂商是把硒鼓设计成一次性使用的, 价格一般几百元。为了节省开支我们可以通过一些小的改造把用完粉的硒鼓加进新粉后再次利用。原装硒鼓质量都比较好, 一般加几十次粉没问题, 硒鼓坏了也可以修好后再用, 只要学会修理, 硒鼓是可以长期使用的, 这就节省了很大的一笔开支, 所以在使用激打的过程中我们要学会修理硒鼓和加粉。

这方面技术已经很成熟了, 对于 HP1022、HP1020、HP3050 这几个机器使用的 Q2612A 型硒鼓来说, 可以在粉仓和废粉仓开洞来加新粉和清理废粉, 这是最简单方面的方法了。

**品牌鼓:** 如果你的硒鼓已经修不好了那就要买新鼓了, 但原装鼓价格太贵, 可以买别的厂家生



产的品牌硒鼓，质量也很好，比原装鼓价格低，也可以加粉，比如：格之格、天威牌的。

也可以买二手鼓，在一些电脑城的旁边都有回收旧墨盒与硒鼓的人，可以找他们购买原装二手鼓（就是别人把原装粉用完了就把空鼓卖掉了），价格会很便宜，一般最多不超过 100 元，这种鼓因为只使用过一次，所以寿命还很长，我们买回来后自己加粉就可以了。

**碳粉：**碳粉没有打印机厂家原装的，只有品牌粉，比较好的品牌有莱盛、天威，粉有瓶装的，容量 110—150 克，一般是 10 几元（各地价格不一），莱盛还有大包装的散粉，10 公斤一个包装，价格大概 800—850 元，用量大买散装是比较划算的。太便宜的散粉质量一般都不好，有杂质，产生的废粉多。

散粉保管不好容易受潮，特别是夏天的雨季，可以用那种大矿泉水瓶来装，例如那种 2 升的瓶子，6 个瓶子能装 10 公斤粉，洗干净晾干后就可以用，把瓶盖拧紧，效果很好，一点都不潮。

以上提到的机型所用的碳粉都可以用 HP 1000 的碳粉代替，因为它的价格较便宜。HP1000 的碳粉通用以下机型：hp51, 61, hp1000, hp1010, hp1100, hp1020, HP1022、3015、3050, canon1120、1210、3200、3000、2900、3300 等。

**鼓芯：**它是硒鼓里的一个配件，是个绿色的圆柱体，它在使用中会很快磨损，所以需要经常换，一般原装鼓带的鼓芯可以加 3-4 次粉。

品牌鼓芯推荐买“三凌”牌的，是公认最好的鼓芯，以日本产的质量最好，一般能加 6—8 次粉，价格大概 40—50 元。美国产的要贵些，加粉次数能多些，但打印质量没日本产的好。也有其它牌子的鼓芯，大家可以少买几根试用一下，选择出在当地既经济又耐用的产品。

以上介绍的耗材价格都是以 2612 型硒鼓作为参考，其它一些型号的耗材价格和使用寿命不尽相同。

### 加热膜积碳问题：

这个问题是使用激光打印机会经常碰到的，现象就是在纸张的两侧会出现黑条子或黑色的小碳片，这个不需要拆机处理，只需要打印几张清洁页就行了，具体方法请到清心论坛，地址如下：

<http://qxbbs.org/viewtopic.php?t=91851>

这是《激光和喷墨打印机打印质量故障及解决手册》的地址：

<http://qxbbs.org/viewtopic.php?t=120782>

**打印反面容易夹纸的问题：**这种事情会出现在非自动双面激光打印机上，原因就是刚打印出来的纸由于受热而产生了变形，马上打反面就容易夹纸、带纸，解决办法是打完一面要把纸晾凉，等纸凉透后再打反面就没问题了。有的纸张受热后会向一头翘起而出现夹纸的问题，这只要用手把纸向反方面卷曲使其平复再打印即可。

### 激光打印机的电磁屏蔽：

激光打印机在工作时会发出电磁辐射，恶党在国外购买了电磁扫描设备，它们一般把这种设备装在车里（据说车上会有个天线），平时会在非办公区进行扫描，它可以知道我们在用打印机工作，已经证实一些城市确实存在这种事情。

对于这种情况我们可以把电磁辐射屏蔽掉，一般的做法是用金属网做个罩子把打印机全部罩住，然后把金属网与暖气管或自来水管连接，这样就可以把辐射导入大地，如此后我们在工作的時候邪恶就扫描不到了，具体方法请到明慧网学习。具体方法请参考这两篇文章：

居家屏蔽电磁辐射的常识与方法（图）

<http://www.minghui.org/mh/articles/2005/4/9/99205.html>

对“居家屏蔽电磁辐射的常识与方法”的补充说明（图）

<http://www.minghui.org/mh/articles/2005/5/3/100984.html>

在明慧网打开这两个文章后，在文章的下面会有一些关于屏蔽的其它文章，也可以看一看。



电磁屏蔽不是必须要做的，这些事和我们的心性是有直接关系的，具体做不做屏蔽还请同修自己斟酌。一般情况下是建议屏蔽的，特别是在打印机很少的小乡镇、农村，还有经常在夜间干活的最好是做屏蔽。

## 5.2 喷墨打印机

喷墨机我们使用最多的就是佳能和爱普生的，其它牌子不建议购买。

**爱普生：**使用最多的是 R210 型，此机打印效果好，连续供墨系统成熟，但它的进纸部份很不耐用，需要经常维修。但目前维修经验已经很成熟了，除了喷头烧毁不能维修其它都可以。

R210 型目前已经停产，取代它的是 R230，据说进纸部份比 R210 要好，到底如何目前也没有太多反馈。新机也有 R250，但它的打印质量不如 R230，此机型目前没太多反馈，所以还不建议选购。

**佳能：**我们以前使用的 IP 系列中的一些型号已经停产，新机目前能买到 IP4200，价格已经降到千元以内，打印黑白的速度要比 R210 快，打印彩色速度差不多，进纸无问题，打印效果也很好。目前市场上能买到的 IP4200 连供有“同理”牌的，当地没有也可以邮购。经销其它牌子的连供商家也可以用原装墨盒改成连供，然后收取一定的费用。当然我们自己也可以改，带图文的教程请到明慧网下载。

佳能 IP 系列低端的有 IP1600 也可以改连供，价格 400 元左右，速度也可以，但耐用性不如 IP4200，不适合大量干活。但价钱便宜，一些打印量少、资金很紧张的小型资料点也可以购买。

**建议资金宽裕的资料点买一台黑白激光打印机和一台彩色喷墨打印机，这样干活速度比较快。**

喷墨打印机有堵喷头的情况，在清洗喷头的过程中如果操作不当会烧毁打印头，一个打印头的价格跟整个机器差不多，可参考明慧网 2006 年 1 月 11 日发表的《佳能喷墨打印头的清洗与防止烧毁的方法》一文有很好的解决办法：

<http://search.minghui.org/mh/articles/2006/1/11/118416.html>

### 墨水、连续供墨系统：

墨水是指喷墨打印机使用的墨水，打印机厂商也是把原装墨盒设计成一次使用的，要想降低成本我们只有把墨盒再次加墨使用或买连续供墨系统。

墨水也没有原装的。墨水品牌也很多，质量比较好的如：“格之格”牌墨水，“宝丽”墨水也不错。一般都使用染料墨水，但这种墨水不防水，遇水后字迹回模糊；颜料墨防水但价格贵。一般都使用染料墨水，打印小册子、不干胶都没问题。有的质量差一些的墨水通过过滤后使用起来也很好，也不会发生堵喷头的现象，过滤方法是到文具店买那种过滤纸或用普通的静脉注射器进行过滤，明慧网有很多关于打印机耗材方面的介绍和维修经验，只要会上网，这些问题都好办。

因为墨盒的容量毕竟有限，所以当打印量大的时候就需要反复加墨水，这很不方便，墨盒也是有使用寿命的，打印量比较大就最好买连续供墨系统（简称连供），象天威，同理，宝丽的连供都不错。

**注意：**“印可宝”牌连供就不要买了，它的网站上有木马。

### 喷墨打印机的清零：

佳能和爱普生的喷墨打印机都有个清零问题，就是打印到一定数量了机器就不工作了，必须用软件或在机器上的进行某种操作来清零后机器才能正常工作，请参考明慧网 2005 年 7 月 19 日发表的【打印机清零方法大全（电子书）】，网址：

<http://search.minghui.org/mh/articles/2005/7/19/106470.html>

**注：**如果你对某款打印机有好的维修经验或其它建议，欢迎反馈给明慧网来帮助更多的同修。

**打印纸（复印纸）：**激光机与喷墨机都可使用，一般 A4 型用的最多，有木浆纸、草浆纸和混合浆纸，木浆纸比较洁白，建议使用，品牌有很多，没必要使用好牌子，买价格便宜的木浆纸即

可（牌子不重要），尽量选择洁白、纸粉少、不脆、刚挺有弹性的。

### 5.3 丝网印刷

丝网印刷简单、成本低而且可以快速的大量出资料，几乎不受资金、技术、安全等方面限制。举例说，如果用丝网印刷，两个人同时正反面的印刷、另两个人帮助整理纸张，一天可出一箱纸（八千张双面）。另外，丝网印刷基本不需要技术和懂电脑，这也是丝网印刷在现阶段更容易普及的原因。丝网印刷的缺点：不能印刷复杂的彩图。

明慧网有提供适合于丝网印刷的材料，我们需要做的是先学习丝网印刷技术，半小时就能学会，然后是熟练与提高过程，只要用心，就一定能刮出清楚的资料。谁家方便就到谁家刮，需要多少刮多少。

请参看明慧网 2005 年 04 月 10 日的《2 合 1 小册子：丝网印刷技术简介》，下载地址：

<http://pkg2.minghui.org/mh/2005/4/9/swys.zip>

也可以在明慧网以“丝网印刷”为关键字进行搜索，会找到许多丝网印刷的文章。

### 5.4 速印机

速印机适合需要资料多的地区，刚开始建立的小资料点可以先不看这部份内容。

速印机的优缺点：

速印机与普通激光打印机相比，它印刷速度特别快，节省时间，并且印刷成本很低，适合需要资料多的地区，2 天打印 1000 本《九评》很容易，好的机器 1 天都可以打印 1000 本。而且速印机不易出故障，就是维修也很容易。速印机的操作非常简单，不需要什么技术，老年人使用都没问题。

速印机的缺点是体积比激光打印机大，噪音也大，不过，采用好的隔音措施就不成问题了。还有速印机需要先用激光打印机打印出底稿（即制版），再用速印机印刷。注意：速印机的底稿最好不要用彩色喷墨打印机打印，因为彩喷的效果不如激光的好，另外，底稿一般没问题是不用换的，可以反复使用。如果是彩喷打印的，在环境很潮湿的情况下底稿的字就容易变模糊。

因为是需要制版的，所以不能象激光打印机那样直接打印出一本一的书，如果要印刷 1000 本书，就需要把每张纸都印 1000 张（如果是每页 4 版的就需要每页只印刷 500 张），然后拣页，再装订。

速印机的选购：

我们买机器既要考虑经济又要耐用而且噪音要小，但在体积方面，如果想打印 A3 纸，就不能要求体积太小了。品牌方面个人觉的北方比较认可“理光”牌的机器，南方比较认可“得宝”牌，其实得宝的机器的确好，就是打印效果太糟糕，而且北方买得宝很难，有的得宝代理商自己都不推荐得宝。根据速度、分辨率、体积、噪音及价格等方面衡量，推荐以下几款理光速印机：

**JP780c:** 打印速度 60 - 90 张 / 分钟

分辨率 300 x 300 dpi

印刷纸张尺寸 275 x 395 mm (最大) 90 x 140 mm (最小)

参考价格： 9000 元

**JP785C:** 打印速度 60 - 90 张 / 分钟

分辨率 300 x 300 dpi

印刷纸张尺寸 最大：275 x 395 mm;最小：90 x 140 mm

体积（长 x 宽 x 高）1232 x 663 x 519 mm

重量 45kg

参考价格： 9100 元

**DX 3440c**：打印速度 80-130 张/分钟（3 级：80, 100, 130 张/分钟）

分辨率 300x300dpi (精细模式：300x400dpi)

印刷纸张尺寸 最大 275mm x 395mm； 最小 90mm x 140mm

体积（长 x 宽 x 高） 1244 x 676 x 633mm

重量 72kg

参考价格： 18000 元

**JP3800**：打印速度 60 - 120 张 / 分钟

分辨率 300 x 300 dpi

印刷纸张尺寸 325 x 447 mm（最大） 70 x 148 mm（最小）

体积 1360 x 700 x 640 mm

参考价格： 32300 元

（其中参考价格是 2006 年 7 月的价格，各地区会略有不同）

**购买建议：**如果经济条件一般，最好买 JP785C（780 现在已停产），此机相对体积小（在家用很方便），体积（长 x 宽 x 高）为 1232 x 663 x 519 mm，其中 1232mm 是指把进纸及出纸的托盘长度都算上了，价格低，噪音一般；如果经济很充裕最好买 JP3800，速度快，噪音特别小，唯一的缺点是因为能打印 A3 纸所以体积大；DX 3440c 性能比 JP780c 好，但噪音特别大；JP5000 也很好，就是价格太高，46000 元左右。

最好不要买 JP4510P 型号，此机版纸及其油墨都带有芯片，只能用原装耗材。得宝（讯普）的速印机也很好，噪音也小，只是打印图片时质量不好，所以没有推荐。

### 二手速印机与翻新机：

二手速印机最好不要买，价格虽然非常便宜，但恐怕都是打印数量超过 500 万甚至 1000 万张的了，买回去维修很麻烦，花钱又耽误时间，不如买新的了。如果有条件，最好买翻新的机器，价格顶多为原新机的 1/2 或 1/3。有的经销商把翻新机当成原装新机来欺骗不太懂行的顾客，因为翻新机里面的许多零件全是新的，包括滚筒都是新的，完全没用过的。而市场报价 3、4 万元以上的机器几乎都是能打印 A3 纸的，越好的机器，买的人越少，这样的机器翻新后质量也是非常好的。

如“理想 RZ370C”为 A3 印刷幅面，130 张/分钟，分辨率 600dpi×600dpi，噪音远远小于理光及得宝的机器，市场报价 4 万元左右，而翻新的价格却顶多 14000 元。一般大家比较接受理光 785，其实如果有条件，买翻新的理想 RZ370C 要比较划的来。理光 785 价格 9000 元左右，但最大只能打印 B4 纸；而翻新的理想 RZ370C 虽然价格 14000 元左右，但可打印 A3 纸，工作效率要大于理光 785，性能也远远要比理光 785 好，噪音也比理光 785 小，唯一的缺点就是因为能打印 A3 纸，所以体积大。

（注：一般卖速印机的商家几乎都不会承认自己的机器是翻新的，顶多说成是样机，因为翻新的机器如果翻新的好几乎与新机器没什么区别。）

### 速印机的耗材：

速印机的耗材一般可选用代用的，非常便宜，市场价 20-30 元左右的油墨，批发 7.5 元就能下来，油墨都是盒装的，有的机器是 500ml 的，有的是 600ml 的，能打印 B4 纸一箱左右，非常省钱。常见的牌子如：速印宝、国际等，可在网上查一查。“国际”的油墨比较稀，适合冬天使用。油墨不要一次性多买，顶多买够 2 个月用的就行了，时间长了油墨会脱水变质，反而对机器有害。正常的油墨质保期应为一年，实质根本达不到，经销商都不会多进一些油墨呢。代用版纸 B4 的一般 0.90 元/米，A3 的一般 1.2 元/米，好的版纸制一次版可印刷 10000 张左右。

### 用速印机印刷彩色的问题:

现在一般的速印机都可以打印彩色的,但速印机打印彩色的是需要套色的,更换彩色的滚筒及油墨,非常麻烦,打印质量也不会太好。

速印机虽然有彩色的油墨,但不能象彩喷那样通过几种颜色的调色打印出许多颜色。速印机印刷彩色也不需要使用喷墨机来制彩色的版。如一个文件有 5 种颜色,打印底稿时就需要把其它 4 种颜色的内容先删掉,只打印 1 个颜色的内容,这样 5 种颜色 5 个内容打印 5 个底稿。印刷时,印完 1 个内容后,把纸从新放回去,把底稿改为第 2 个内容的再制第 2 个内容的版,再印刷第 2 个颜色的内容,5 种颜色就要制 5 次版并把纸放回去 5 次。尤其不方便的是要更换 5 个滚筒,滚筒的价格也很贵,一般都相当于机器的一半价格,如果不更换滚筒也行,那么每换一种颜色就要把滚筒从新清洗干净,再换油墨,这样更麻烦。所以衡量一下不如用彩色喷墨打印机打印彩色的文件了。

## 第二章 安装操作系统

首先要提醒的是:安装操作系统不是经常要做的工作,初学者可能会觉的这一章内容比较难操作,那么你可以先学电脑的基本操作,以后再消化这一部份。

### 1 什么是操作系统

一个新的电脑,我们在上面提到的那些电脑组件,是电脑的“硬件”部份,就象是有了工厂和设备,但是,还不能进行工作,必须给电脑装上能够使它工作起来的控制系统,它才能正常工作。这就是我们常说的“操作系统”,我们使用较多的操作系统是 Windows 2000 Professional(专业版)和 Windows XP Professional(专业版)等,有的品牌机也会预装 Windows XP Home Edition(家庭版)。同时,这些设备要完成各自的功能,还必须安装一些能够使它们工作起来的“驱动程序”。不同硬件的驱动程序很多时候是不能通用的,例如一个牌子的声卡驱动就不能用到别的牌子的声卡上。

一般情况下,我们在购买计算机时,如果买的是品牌机,最好买不带操作系统的型号(由于利益驱使,很多品牌机厂商会私自安装浏览器插件等不好的程序,所以我们不用这些不干净的操作系统,也就没有必要多花钱买他的操作系统了),之后请商家帮忙装上操作系统和驱动程序,安装的时候让商家安装原版的系统安装盘,同时,不要忘了请他们把驱动程序给你装一份在电脑里。对于组装机也是这样。

**请注意:**新装机后,先不要上网和安装其它软件,马上用 Ghost 软件做一个原始的系统镜像(详见后述),以后就方便了。或者在店里就请那里的技术员帮忙做一个系统镜像保存在硬盘里。

如果需要自己安装系统,具体操作步骤如下。

### 2 在 BIOS 中设置从光盘启动

将电脑设置成首先从光盘启动,这主要是方便我们备份系统等操作。由于 BIOS(发音:拜欧司)中的设置不能随意修改,最好请熟悉的人帮忙设置从光盘启动。自己第一次设置时,可以先把下面的说明打印或抄写下来,再试着进行设置。

启动电脑开始时,在黑屏左下角出现:Press Del to enter setup 时马上按 Delete 键,有的电脑是按 F1、或 F2、或 F10 键(在电脑说明书中有,在电脑启动时也会提示按哪个键),就可以进入 BIOS 设置画面(一般这个设置屏幕是蓝底黄字的)==>用上、下、左、右键找到:Advanced BIOS Features,按 Enter==>再用上、下、左、右键选到:First Boot Device,按 Enter ==>再用上、下键选到:CDROM,按 Enter==>按 F10==>选 Y==>按 Enter。

在有的电脑主板,BIOS 设置画面是灰底蓝字的,最上面一行是菜单,这种情况下控制启动顺序



菜单的名称为 Boot 菜单，使用左、右键进入 Boot 菜单，按上下箭头选择 CDROM，按+、-号按键把 CDROM 调整到硬盘（Hard disk）的上面（加号向上移动一行，减号向下移动一行），修改完后按 F10，在弹出的对话框里面选择“**Yes**”后回车。这样光盘就先于硬盘启动了。

也有的老一些的电脑，按 Delete 进入 BIOS，设置屏幕也是蓝底黄字的，Advanced BIOS Features 里面，没有 First Boot Device 的字样，而是有一个“Boot Sequence”选项，按上、下箭头移动到这个选项后，再按键盘的“**Page Down**”切换已经设置好的组合，找到一种 CDROM 位于 C 之前的组合，例如“CDROM,C,A”，然后按 F10，选 Y，按 Enter 保存。

对于有的笔记本电脑，在开机时按 F12 键，也可以临时设置从光驱驱动，相比之下比较简便。

注意：如果觉的操作有误或拿不准时，在上面的最后几步，按 F10 键后，不要按 Y，要按 N，这样前面的改动就不会生效。等电脑从新启动后，再进行设置。

有些电脑进入 BIOS 的按键可能与上面的有所不同。如果启动时屏幕的字显示时间较短而看不清，可以在看到有字出现的时候，按下 Pause/Break 键，这时记下进入 BIOS 设置的按键，之后按任意键继续。

### 3 准备系统安装光盘

安装前需要根据机器的配置选择要安装的系统，如果内存是 128M 的只能安装 Windows2000，如果内存是 256MB 以上的，可以考虑安装 WindowsXP。建议多花 1、200 元把内存升级到 512M，对以后的工作顺畅、系统流畅运行有很大的提高，可以节省不少时间。确定了以后就到电脑城买一张 Windows 2000 或 Windows XP 操作系统的原版拷贝的安装盘，几元钱就买到了，不要买那种标记的有“政府版”的安装盘，也不要买那些所谓的万能 Ghost 光盘（因这类 Ghost 的操作系统很多都带有病毒或木马程序，或者安装了 QQ 等）。安装的时候一般都是需要输入安装序列号的，序列号会印在包装纸上，或者保存在光盘根目录里面的某个比较醒目的文本文件中。

除了到软件店买原版拷贝的安装光盘之外，也可下载新视觉系统万能克隆光盘（包括 Win2000 和 WinXPSP2）：

<http://www.xinshijue.org/cd/show.php?id=310>

### 4 系统安装过程

提醒一下，现在市面上有很多全自动安装的系统盘，我们不推荐，因为那里面很可能加了一些后门程序。例如番茄花园的系统盘就属于这类。如果没有把握，就不要购买这类自动安装的盘。

#### 手动安装

手动安装操作系统其实也不难，只是消耗的时间多些，大致步骤是：

① 在刚启动电脑还没进入系统前马上把安装盘放入光驱，看到电脑左上角显示“Press any key to boot from CD....”时，马上按 Enter，将进入安装画面。也有的安装盘会自动进入安装画面。

② 屏幕会显示系统从安装盘自动复制文件，然后会有中文提示，按 F8 键同意安装；

③ 然后会询问你要在哪个磁盘上安装，一般系统装在 C 盘上，此时用上、下键选中 C 盘，按 Enter。分区这一步一般都是做好了，不需要从新分区。

④ 之后会问是否格式化 C 盘，根据安装盘提示用上、下键选择 NTFS 格式进行格式化，根据安装时的提示按 c 键、f 键或 Enter 等操作。

⑤ 格式化完成后，电脑会重新启动，以完成下个阶段的安装。

⑥ 让电脑自动运行，不要去动它，安装盘也不要取出，还要使用。从新启动后有的会要求输入序列号，一般在光盘的包装上有，把该序列号输入即可；在安装中会要求输入用户名，为了安全



起见，用户名等信息不要输入真实姓名的，随意输入就行，输入后按下一步；接着要输入系统密码，一般输入 8 位数以上字母数字混合的密码相对安全些，然后再输入一次密码确认，按下一步。

⑦ 之后又会问你一些设置之类的，选典型设置，按下一步。

⑧ 以后的过程电脑会自动完成整个安装，完成后将安装盘取出，再次自动从新启动电脑。整个安装过程完成。约需 1 小时左右。

## 5 安装驱动程序

驱动程序主要包括主板驱动程序、声卡驱动程序（管电脑喇叭出声的）、显卡驱动程序（管电脑屏幕出图象的，如果没有安装，进行操作时有时会感觉屏幕一闪一闪的）、以及上网需要的 Modem 和网卡驱动程序等。这些硬件一般会有一张驱动光盘，如果你不知道该装哪些，可以这样做，就是将驱动光盘的 Driver 目录下的驱动程序一个一个的都安装上。

**建议：**在安装好这些部份后，你可以请懂技术的人，或者自己马上用 Ghost 软件做一个系统备份（见后详述）。这样，以后系统出现问题的时候就可以直接恢复以前的备份了，就用不着每次都从新安装系统了，从而节省大量的时间。

如果已经能上网，刚刚安装好的系统暂时不要接入互联网，避免黑客和病毒的侵袭。

## 6 操作系统的升级

系统升级，又称为“打补丁”。因为 Windows 系统在发布后，常常发现有安全漏洞，这样微软公司每隔一段时间就会发表一些补丁程序，叫作 Hotfix，也有的称作 patches。补丁多了之后还会综合成“Service Pack”。由于这些安全漏洞直接影响到上网安全，所以我们要及时打补丁。

微软网站不是敏感网站，因人人都要上的，所以上微软网站不需要通过破网软件。

上网前需要先装好杀毒软件，以及 ZoneAlarm 防火墙软件，杀毒软件和防火墙装好前一定不要上网。升级方法有：自动更新（在线升级）和手动更新（离线升级），方法将在下面详述。首先我们谈谈系统安装后，如何第一次更新系统补丁。

### 第一次系统升级：

安装好系统和安装了杀毒软件和防火墙软件后，接着就要进行第一次系统升级，宽带上网的先在在线更新病毒库到最新日期的，然后运行 windowsupdate 自动更新完成后，打开每天自动更新选项即可。之后，用 Ghost 等备份软件制作一个系统镜像。

如果是手机上网等网速很慢无法按上述办法自动更新查到所要的补丁，可以想办法事先找其他同修帮忙或在其它可靠的电脑上下载相同操作系统的最新的补丁包，然后，再安装到自己的电脑上，再做系统镜像。

下面介绍自动更新和手动更新的方法：

### 自动更新：

上网后，鼠标左键点击“开始”=>“Windows Update”，出现欢迎界面后，按照页面上的提示一步步做就可以了。自动更新是最常用、也是最容易的打补丁方法。

将电脑设置成每天自动更新，并设成自动下载并安装。这样从此以后每天电脑会自动在后台连到微软网站检查是否有没安装的新补丁，如果有就自动在后台下载，然后自动安装。办法是：

对于 windows2000，按“开始”=>控制面板=>Windows Update，选择“自动下载更新并按我指定的计划安装”，在选框中选择“每天”，时间就选择一个自己一般每天都要上网的时间就行了。

对于 windowsXP，按“开始”=>控制面板=>Windows Update，选择“自动(推荐)”，在选框中选择“每天”，时间就选择一个自己一般每天都要上网的时间就行了。

### 手动更新:

如果是手机上网或 modem 拨号等网速很慢、或者自动更新不能工作,无法按上述办法自动更新查到所要的补丁,可以想办法事先找其他同修帮忙或在其它可靠的电脑上下载相同操作系统的最新的补丁包,然后,再安装到自己的电脑上,再做系统镜像。手动更新办法如下:

事先在可靠的电脑上下载你的操作系统的最新的 Service Pack。每个 Service Pack (SP) 包括了直到发布时所有的补丁。

Windows2000 最新的补丁包 SP4, 下载网址为 ([可以直接连接](#)):

[http://download.microsoft.com/download/E/6/A/E6A04295-D2A8-40D0-A0C5-241BFECDD095E/W2KSP4\\_EN.EXE](http://download.microsoft.com/download/E/6/A/E6A04295-D2A8-40D0-A0C5-241BFECDD095E/W2KSP4_EN.EXE)

Windows XP 最新的补丁包 SP2, 下载网址为 ([可以直接连接](#)):

<http://www.microsoft.com/downloads/details.aspx?displaylang=zh-cn&FamilyID=049C9DBE-3B8E-4F30-8245-9E368D3CDB5A>, 按那个“下载”按钮。

将其刻录到光盘或通过移动盘复制到要安装的电脑上,然后安装自己操作系统的 Service Pack, 从新启动电脑。

(3) 上网后,鼠标左键点击“开始”→“Windows Update”,出现欢迎界面,按照网页上的要求先安装 update 的控件(第一次装,以后就不会提示了)后,然后开始自动扫描系统,扫描完成后,页面上会提示要安装补丁,然后点击“自定义安装”,就会出现一个页面显示需要安装哪些补丁,绝大多数补丁都有一个代码,如 KB893756,这个代码是唯一不会重复的,一一记录下这些代码的名字。然后到打开另外一个 IE,输入 windows 中文下载中心的网址([可以直接连接](#)):

<http://www.microsoft.com/downloads/search.aspx?displaylang=zh-cn>

进入 Windows 的下载中心,在“搜索下载”下面的“关键字(可选)”下面的框中写入补丁的代码,例如 KB896688,然后按“搜索”按钮,过一会就会出现一个搜索结果。往往会找出多个结果,找到符合自己所使用的操作系统的那个补丁程序,用鼠标右键点一下,选择在“新窗口中打开”,(注意不要关了页面,不然又要从填写下载中心那个页面开始了)就会出现一个有关这个补丁的介绍和下载界面,点那个下载按钮,用下载工具或者直接下载都可以。再回到第一个显示搜索结果的页面,在页面的下部又有一个可以搜索的地方,在这里输入另一个补丁的代码,找到后再下载,依此类推,把所有的补丁都下载下来,存放到非系统盘,例如 D 盘的某个文件夹中,以后这些补丁就可以在新安装的电脑中使用了。需要说明的是,有个别补丁没有代码。碰到这种情况,可以先不理它,等把那些有代码的补丁找齐并安装后,再用 Windows Update 的在线升级来完成补丁工作就很快了。

有一点需要说明的是,有的补丁需要其它的补丁先安装后才能安装。所以在 Windows Update 查找要安装的补丁时,先要的补丁还没有安装时,后要的补丁不会显现出来。所以在安装完自己的补丁后,要反复到“Windows Update”上查找补丁并安装,直到再没有补丁为止。

全部补丁打完后,要将电脑设置成每天自动更新,设成“自动下载并安装”。这样从此以后每天电脑会自动在后台连到微软网站检查是否有没安装的新补丁,如果有就自动在后台下载,然后自动安装。办法前面已讲过了,注意这一步非常重要,一定要做。

### 补充说明:

打开 <http://www.microsoft.com/downloads/Popular.aspx?displaylang=zh-cn> 时([可以直接连接](#)),有个热门下载,其下还有“请参见其它热门下载”链接,点开,其中会显示出最近的一些主要补丁。如果我们记住了上次更新的时间,现在只需要将上次更新以后新增加的补丁下载下来后安装上就行了。

微软的更新网站已经将 2005 年 9 月 13 日前发布的用于 Windows 2000 的建议更新程序、关键更新程序和安全更新程序汇集组成了程序包: Windows 2000 的 SP4 更新汇总 1 (下载的文件是:

Windows2000-KB891861-v2-x86-CHS.EXE 31.6M), 下载安装这个程序后, 以后只需要更新 2005 年 9 月 13 日以后的补丁就可以了。

现在微软逐步强制推行正版软件, Windows 更新也需要正版验证。在下载“Windows 2000 的 SP4 更新汇总 1”时也需要正版验证。通过 XP 正版认证的方法: 在你用 IE 登入 Windows Update 网站 (<http://update.microsoft.com>) 时, 需要认证, 可以采用以下方法: 当提示“快速”和“自定义”时, 在地址栏填上: `javascript:void (window.g_sDisableWGACheck='all')`, 当然要回车确定啦, 然后再选“快速”和“自定义”就可以了。

如果你的计算机无法通过正版验证, 可以在网络上搜索“正版验证”这个关键字查找相关信息, 或者参考这篇文章“微软 xp, 2000 操作系统所有安全补丁下载地址”:

<http://qxbbs.org/viewtopic.php?t=106476>

提示: 如果机器硬件配置低, 运行 XP 系统可能不流畅, 这时可以右键点击“我的电脑”=>属性=>高级=>点击“性能”部份的“设置按钮”=>选择“调整为最佳性能”=>确定。之后系统为禁用主题, 界面显示和 Windows2000 类似, 但是运行要流畅一些了。

## 7 用 Ghost 备份和恢复系统

由于安装操作系统的时候, 费时费力, 各种驱动程序和应用软件也要从装, 就是熟练操作的也需要好几个小时才行。如果将整个操作系统备份为一个后缀为 .gho 的系统镜像, 以后在系统出现问题的时候, 只需几分钟, 就能从这个系统镜像中恢复到与备份时完全一样的系统, 比从新安装操作系统快很多。我们可以使用系统备份恢复软件 Ghost (发音: 构思特) 来完成这个操作。

在买新电脑时, 可以要求店家给你安装新操作系统, 安装 Office 办公软件, 但是不要安装 QQ 等其它软件, 然后请他们帮你或自己做一个 Ghost 的系统镜像保存在电脑里。

因为系统一般装在 C 盘, Ghost 备份的系统镜像就要放在 C 盘以外的其它盘, 如 D 盘等, 所以要将硬盘分为两个区以上, 不过一般电脑都会有两个分区以上, 所以不用操心。一般情况下系统镜像文件大小是系统分区已使用空间的一半多点, 所以要保证存放 .gho 文件的分区空间要足够。

Ghost 软件要在纯 DOS 模式下运行, 对于初学者最简单的就是买一张含有 Ghost 软件的启动光盘 (很容易买到, 3 元钱左右), 在软件店问一下他们就会帮忙找出这种盘。推荐使用具有自动备份恢复功能的光盘, 在下面帖子的第一层 (找到“启动维护光盘”下载, 15 Mb):

<http://qxbbs.org/viewtopic.php?t=115326>

解压缩下载后的文件, 得到了一个 ISO 光盘镜像, 由于这个 iso 文件大小不到 20 Mb, 刻录后光盘还有很多剩余空间, 所以可以根据光盘容量用 Ultraiso 软件添加一些工具软件等, 保存后用 nero 直接刻录镜像即可。(具体操作为:Nero——刻录器——刻录镜像文件——选择 iso 镜像——刻录), 这样平时就是一张工具盘, 作为启动光盘用的时候就是一张备份恢复光盘了。

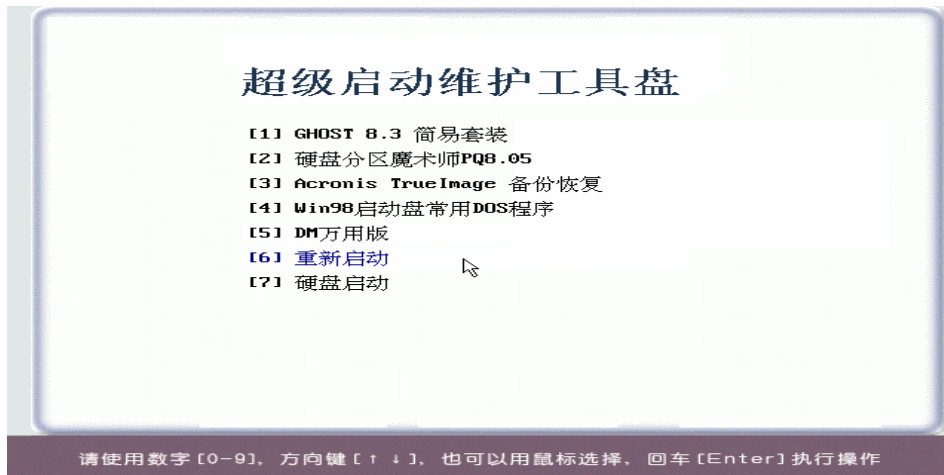
### 7.1 全自动备份和恢复系统

前面提到的“启动维护光盘”里面的 Ghost 自动备份功能会在最后的磁盘分区生成一个名为“C\_PAN.GHO”的文件, 所以要保证最后的分区空间足够。不够的话, 把最后一个分区的一些文件移动到其它的分区, 之后在执行备份操作。使用的时候, 设置计算机为光盘优先启动, 将刻录好的光盘放入光驱, 启动计算机后就来到下面的界面。

另外备份好以后, 不要删除这个“C\_PAN.GHO”, 以后就可以使用光盘中的自动恢复功能了。下面说明一下自动备份和自动恢复的步骤。

如果你的计算机里面有两块硬盘, 或者最后一个分区空间不足, 这时就不要使用自动备份恢复功能了, 要使用手动备份恢复的方法。

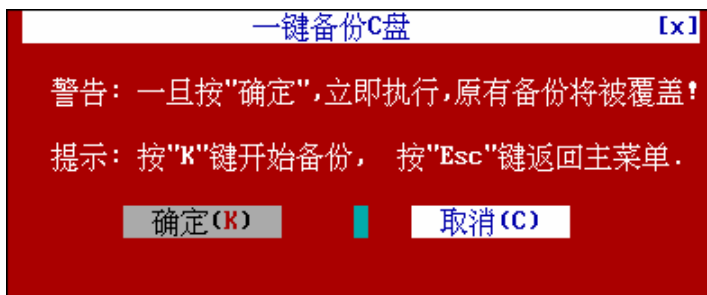
自动备份过程:



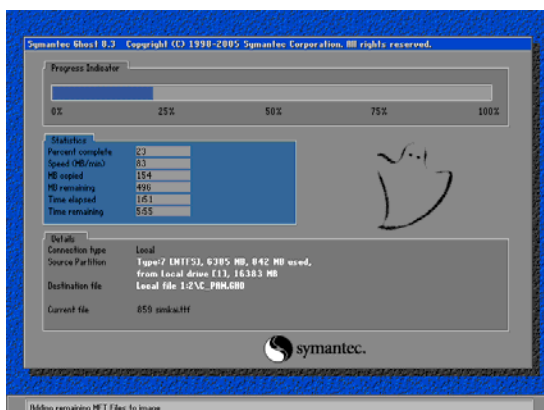
用鼠标点第一个菜单“[1] GHOST 8.3 简易套装”，或者直接按键盘的数字“1”，显示下面的GHOST 菜单屏幕。



用鼠标点第一个菜单“1. 一键备份 C 盘”，或者直接按键盘的数字“1”，显示下面的确认对话框，用鼠标点“确定”按钮，或者按键盘的“K”，就会自动开始备份了。



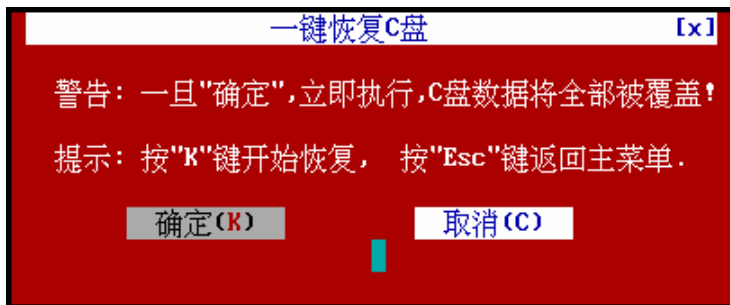
备份的时候，会有一个进度显示，类似下面的图形。备份完毕的时候，会自动从新启动计算机。



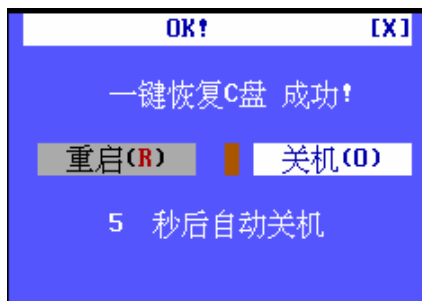


### 自动恢复过程:

在使用了上面的自动备份功能以后,就可以在这台计算机上使用自动恢复功能了,在前面的 GHOST 菜单屏幕里面,用鼠标点第二个菜单“2. 一键恢复 C 盘”,或者直接按键盘的数字“2”,显示下面的确认对话框,用鼠标点“确定”按钮,或者按键盘的“K”,就会开始自动恢复了。



恢复的时候也会显示一个进度对话框,恢复完毕,显示下面的提示框,有十几秒钟的倒计时,你可以选择关机或者是重启,默认的选项是关闭计算机。



如果你的计算机前面有一个隐藏的分區,例如有些品牌机的第一个分区是隐藏分区,第二个分区才是操作系统的分区,这时可以使用自动备份和恢复 D 盘的功能完成对系统的备份和恢复。一般的组装机不涉及这个问题。

光盘的这个 Ghost 套装也支持在 NTFS 格式下自动备份恢复系统。

## 7.2 手动备份和手动恢复

### 手动备份

注:在用 ghost 软件时,如果鼠标不能用,就用键盘上的方向键来进行选项、用 Tab 键来移动光标的位置,用上、下键来选择文件。在备份前,在“我的电脑”里面查看一下每个分区的实际大小,有助于备份和恢复时的分区选择。

步骤如下:

① 电脑刚启动时放入内含 Ghost 软件的启动光盘,进入到纯 DOS 模式下,画面是黑背景、白色字体,进入 Ghost 软件所在目录,输入 Ghost,按 Enter。

现在多数启动光盘都设计的很简单了,很多在这一步都有一个启动菜单出现,这时只需选择其中的 Ghost 就行了,有的可以用鼠标选,有的只能通过上、下键来选;

② 在显示 Ghost 主画面后,选择 Local→Partition→To Image (请注意认准红字);

③ 屏幕显示出硬盘选择画面,如果电脑上只有一个硬盘,这个界面只会显示一个磁盘。点选它,一般为 1 盘,点击“OK”;

④ 接着选择需要备份的分区,如果电脑上有 2 个分区,在图中就会显示两行,“Part”里面会显示 1、2 的序号来。“Size”表示分区的大小,例如显示 1090 就是指 1090MB,结合前面对分区大小的记录,选择系统盘。一般来讲,1 分区就对应着 C 盘。点选 1,即 C 盘,再点“OK”;

⑤ 在接下来的画面中,是选择存放系统镜像文件的目录,如: D 盘的 sysbak 文件夹(注意不



能选择 C 盘), 在 File Name 栏输入镜像文件名, 如: cwin98, 选择好后, 点 “Save”;

⑥ 下一步就将进入备份文件的制作。画面中将显示 “compress imagefile?” 这是问是否压缩镜像文件, 有 “No (不压缩)、Fast (快速压缩)、High (高压压缩比压缩)” 这 3 个选项, 压缩比越低, 保存速度越快。一般选 Fast 即可, 用鼠标点选 Fast;

⑦ 接着提示 “proceed with partition image creation?”, 是说 “是否创建镜像文件?” 此时如果一切确定, 就选择 “yes”, 开始镜像文件制作, 如果选择 “no” 将退出制作;

⑧ 选择 yes 后, 就将开始镜像文件的创建。这时 “Progress Indicator” 进程指示将显示完成的比例, 约需要数分钟, 当文件创建完成后, 将显示 “Image Creation Successfully” 指镜像成功创建。这时单击 “Continue” 就将回到 ghost 初始界面。

再按 Q 键, 回车后即可退出 ghost; 或者按 Ctrl+Alt+Delete 组合键, 系统将从新启动。

在我们刚才指定的镜像文件保存位置, D 盘的 sysbak 文件夹中, 我们将看到我们刚才制作的 cwin98.gho 这个系统镜像文件。这个文件将整个系统完整的保存了一份。

### 手动恢复

① 放入内含 Ghost 软件的启动光盘, 进入 Dos 界面, 运行 Ghost, 选择 Local - Partition - From Image (请注意认准红字), 此操作就是将镜像文件恢复到磁盘分区当中。

**注意:** 这一步的选择与备份时是不同的, 而且, 一旦完成恢复操作, 原分区 (这里是 C 盘) 里的文件将全部回复到创建镜像文件之时的状态, 所以当使用这个功能时, 一定要将 C 盘中已有的重要文件全部移出到其它盘保存。在平时使用电脑时, 最好就将一些重要文件保存在其它盘里。

② 选择后将显示选择镜像文件界面, 因为之前将镜像文件存放在 D: 盘下的 sysbak 文件夹下, 选择该文件, 点击 “open” 将镜像打开;

③ 接着出现从镜像文件中选择源分区窗口, 直接回车。然后是选择恢复目标硬盘, 一般来说, 电脑上只有一个硬盘, 就显示一个, (如果想把数据恢复到其它硬盘, 可以在电脑上接双硬盘, 这时就会显示有两个);

④ 接着要选择将镜像恢复到哪个分区, 因为这里是为 C 盘做的镜像, 因此就将数据恢复到第 1 个分区, 即 C 盘。选择后, 点击 “OK”; 注意: 选择目标分区时一定要选对, 看看分区大小是否和我们以前记录的一致, 否则, 后果是目标分区原来的数据将全部消失;

⑤ 此时电脑上提示 “Proceed with partition restore? Destination partition will be permanently overwritten”, 意即 “是否进行分区恢复? 目标分区的数据将被永久性覆盖。” 此时若选择 “yes” 就将开始恢复镜像, 同时目标盘 (这里是 C 盘) 中所有数据将被覆盖, 无法恢复。如果选 no, 将退出。

⑥ 一般只需要几分钟左右就恢复完成, 之后电脑会提示: “Clone Complete Successfully” (镜像成功恢复), 这时选择 “Restart Computer” (从新启动计算机), 就可以进入恢复后的系统了。

## 第三章 电脑操作基础知识

### 1 电脑的基本操作

电脑的操作其实很简单, 和操作一般机器没什么两样。只要会开机关机, 会使用鼠标, 基本上也会使用电脑了, 这些操作一旦掌握了, 就会觉的很方便。这一部份内容, 在使用电脑的过程中对照着操作, 很容易就掌握了。

例如, 我们可以一步一步来: 先学会开机和关机, 多重几次, 就会发现开关电脑和开关电视

机没有什么区别。然后就试着操作鼠标，熟悉一下鼠标的几个用法。然后再打开记事本文件，用键盘输入一些字符。这些都会操作了，就可以双击打开桌面上的“我的电脑”程序，最小化、最大化这个窗口，然后关闭这个窗口，多重复几次，最基本的电脑操作我们就会了，以后只是根据一些程序的不同特点进行细节上的操作了。

如果我们购买的电脑已经装好了操作系统，那么我们就可以先来练习练习基本操作了，先不要忙着破网，熟悉电脑的基本操作后再说；如果购买的电脑没有预装操作系统，那么我们首先需要安装操作系统，安装好操作系统后再返回来进行基本操作的练习。

## 1.1 电脑如何开机和关机

**开机：**开机的过程跟打开其它电器是一样的，按一下开关就行了，一般这个开关都带有一个表示电源的图案，有点象电视机的开关上的图案台式机的开机按钮一般在机箱的中部，笔记本电脑的开机按钮一般在键盘的上部。开机之前，首先要打开电源开关，接着按动显示器的开关，最后按动主机箱上的开关，完成以上程序后，就会看到屏幕上显现出图像。从屏幕上可以看到整个电脑启动的过程，在启动的过程中屏幕会不停的变化，直到启动过程全部结束，这时屏幕就会保持在一个固定的画面的状态。这个画面就是我们常说的“桌面”。

**桌面：**桌面上放了许多小图标，图标下标着名字，如：“我的文档”，“回收站”等，需要用哪个用鼠标双击就行了。另外“桌面”的下方有个长条，叫“任务栏”，在“任务栏”的左侧，就是屏幕的最左下角，有一个注明为“开始”的按钮，用鼠标点击“开始”按钮，就会看到很多选项，其中包括关机的选项。

在“开始”按钮的右方，有几个小图标，这些通常是常用项目的位置，比如 IE 浏览器，文字编辑软件等等，点一下这个位置的图标，就可以运行程序了，比较快捷。我们把常用项目的图标拖进这里，以后想运行这个项目的时候，点一下相关的图标就行了。

在任务栏的右方，也就是屏幕的最右下角还有一些图标，包括时间显示、防火墙、杀毒软件、声音和文字输入法等功能性项目的位置，叫做系统通知区域（也叫系统任务栏）。以上就是桌面的大概结构。

**关机：**关机的操作很简单，只要能操作鼠标就行，计算机最左下角的“开始”菜单中有“关机”选项，通常情况下就点这个选项关闭计算机。

有时，电脑死机后，怎么都关不了，就只有强行关机。这时按住开机按钮几秒钟，直至关机。当然，一般情况下，不要这样关机。

## 1.2 鼠标及使用方法



鼠标和键盘都是用户和电脑沟通时向电脑输入信息或指令的设备。比如说我现在要电脑打印某个文件，那么我就要通过鼠标和键盘把打印文件这个任务以及文件的名称告诉电脑。



鼠标的大小、形状就象一只小老鼠，所以英文称呼就是老鼠，中文只是直接翻译过来而已。现在的鼠标一般有鼠标右键、鼠标左键和中间的滚轮三个部份供使用者进行操作。如图所示，将手自然放在鼠标上。食指和中指轻轻放在鼠标的左、右键上，整个手掌和手指握住鼠标。就象我们平时握东西一样轻轻握住。

**鼠标的一般操作主要有：**



**移动鼠标：**启动计算机后，就会发现屏幕上有一个小箭头，叫作鼠标指针。你移动鼠标，这个箭头就跟着动，如果把鼠标向左移动，就会发现这个箭头也会向左移动；同样，手里拿着鼠标向哪个方向移动，这个箭头就向哪个方向移动。鼠标就是控制这个小箭头的工具，通过使用这个小箭头就可以控制计算机了。

**单击左键：**就是用食指按一下鼠标左键，就会听到鼠标发出“咯哒”一声，这就表示单击成功

了。单击左键是鼠标最常用的方式，我们在电脑上主要用它来进行选择和定位，即鼠标指针指到哪里，会将光标移到鼠标所点的地方，单击左键就会把那个文件或那项功能选中。比如我们要选择某个文件，我们先把鼠标指针移动到文件名上，然后单击左键，就会把那个文件选中。

**请记住：**因为这是鼠标最常用的操作方式，所以“单击左键”这一操作，我们常常会简略的说成是“点击”、或“单击”、或“选”、或“点”什么，那么这就是指用“单击鼠标左键”。

**单击右键：**和单击左键差不多，只是使用的手指和按的键不同。用搭在鼠标右键上的中指按一下鼠标右键就是单击右键。按鼠标右键后也会听到鼠标发出“咯哒”一声，并且一般在鼠标指针位置会出现一个功能“菜单”（说明见后），供我们选择，单击右键在很多的操作中是很有用处的。单击右键以后，如果不想选择出现的菜单，可以在其它地方任意单击一下左键，菜单就消失了。

单击左键和单击右键是我们用的最多的操作，先练习一下，熟悉了以后再练习双击左键的操作。

**双击左键：**就是用食指在短时间内快速连续按鼠标左键两下（例如在一秒钟内连接两次）。很多程序都可以用鼠标双击启动，文件也可以用鼠标双击来打开。

可能有的同修刚开始的时候掌握不好要领，那么也可以先使用一种替代的方法，例如鼠标在桌面上的“我的电脑”图标上单击一下，这个图标就变蓝了，然后不要移动鼠标位置，单击鼠标右键，从弹出的菜单中把鼠标慢慢移动到“打开”上面（菜单会变成蓝色），再按左键确定，就打开我的电脑窗口了。这个做法和双击的效果是一样的。

或者鼠标单击选择要双击的文件后，按一下键盘上的回车键（标有“enter”字样），这样也可以达到鼠标双击的功能，以后熟练双击了再使用双击的方法。

**请记住：**在以后的描述中，我们常常会说“双击”什么，就是指用鼠标左键来进行双击操作。

**拖拽：**先把鼠标指针移到目标文件上，然后按下鼠标左键，注意：是按“住”而不是按一下，按住不要松开，然后移动鼠标，随着鼠标指针的移动，目标文件也跟着移动，不过显示的图象是虚的，注意这期间不要松开鼠标左键，当把目标文件移动到目的地之后，再松开鼠标左键。这就是使用鼠标时的拖拽方式。有的环境也称为拖放。

**滚轮：**就是鼠标左右键中间的滑轮，可以用食指前后移动它。它在我们浏览窗口时，如上网浏览网页、浏览文档等，用来调整和移动窗口位置，帮助我们快速浏览。

上、下滚动鼠标滚轮可以在垂直（即上下）方向移动浏览页面；按“住”键盘上的 Shift 键的同时，上下滚动鼠标滚轮，可以在水平方向移动所浏览的页面。

### 1.3 键盘及使用方法

键盘是最常用也是最主要的输入设备。通过键盘，可以将英文字母、数字、标点符号等输入到计算机中，从而向计算机发出命令、输入数据等。我们这里只作最基本的介绍。



**字母键：**在键盘的中间有英文 26 个字母键，在字母键的键面上刻有大写的字母。每个键都能打出大、小写字母。

**Caps Lock：**即大小写锁定键，也叫大小写换档键。键盘的初始状态为英文小写字母状态。按一下该键，其在键盘的上方对应的 Caps Lock 状态指示灯会亮，表示已转换为大写状态并锁定，此时在键盘上按任何字母键均为大写英文字母。再按一次该键，指示灯灭了，又变为小写状态。

**双字符键：**在键盘的上部有 21 个数字与符号键，包括数字、运算符号、标点符号和其它符号。每个键面上都有上下两种符号，称为双字符键。上面的符号称为上档符号，下面的符号称为下档符号。那么也有一个键可以帮助我们转换上档符号和下档符号，这个键就是 Shift 键。

键盘的下部左右两边各有一组 Alt、Shift、Ctrl 键，功能完全一样，只是为左、右手操作方便而设。

**Shift 键：**即上档键，也叫换档键。此键键面上有向上的空心键箭头符号，用于键入双字符键

中的上档符号。

键入方法为：按住（注意：是按“住”不是按一下）此键的同时，按所需要的双字符键，屏幕上显示该键上档符号。上档键对英文字母也起作用，在字母小写状态下，按此键的同时，按所需要的英文字母键，屏幕上显示的是该英文字母的大写状态。如 5 的上面有个%；直接敲这个键，是输入下标识的功能“5”；按住 Shift 键再敲击此键，是输入上标识的功能“%”。

**空格键：** 键盘中下部最长的键，按一下该键，光标向右移动一个空格。（光标的说明见后）

**Enter 键：** 即回车键。从键盘上输入一条命令后，按 Enter 键，便开始执行这条命令。在编辑过程中，输入一行信息后，按此键光标将移到下一行。

**Backspace：** 即退格键。按此键，光标向左退回一个字符位，同时删掉该位置上原有的字符。

**Delete：** 即删除键。每击一次此键，删除光标位置上的一个字符，光标右边的所有字符各左移一格。

**Home：** 即起始键。按此键将光标移到首行。

**End：** 终点键。按此键将光标移到行尾。

**Page Up：** 向前翻页键。按此键使屏幕显示内容上翻一页。

**Page Down：** 向后翻页键。按此键使屏幕显示内容下翻一页。

↑：光标上移键。按此键，光标移到上一行。

↓：光标下移键。按此键，光标移到下一行。

←：光标左移键。按此键，光标向左移一个字符位。

→：光标右移键。按此键，光标向右移一个字符位。

上面四个箭头键又称**方向键**。

**光标：** 这里指的是在电脑屏幕上显示的一闪一闪的竖杠标识，用来指示键盘输入的位置。例如你要是输入一个字符，就会在光标位置输入。例如你在打开一个 Word 文件的时候，用鼠标在某个字符位置点一下，就会看到一个一闪一闪的光标了。

## 1.4 菜单

“菜单”是在电脑使用中常常提到的一个名词。在资源管理器、Word、浏览器等等几乎所有的软件的最上面都有一个菜单栏，在菜单栏中有“文件”、“编辑”、“帮助”等等栏目。点击这些栏目就会出现一个有许多功能选项的单子，这就是我们常说的菜单，我们要执行什么功能就在里面进行选择，就象拿着菜谱点菜一样。

当把鼠标移动到某个指定的文件、按钮等上面，单击右键时，也会出来一个单子，上面也列着一些条目，也是一些功能选项，这个单子就叫作右键菜单。

**如何在菜单中进行“选”项：** 从菜单中选择了什么功能，计算机就会去执行相应的功能。在“选”项时，我们只要在菜单中移动鼠标，鼠标箭头所指到的选项就会变蓝，这就表示这个项目被选中了，用左键点击就会执行这个该项对应的功能。

## 2 Windows 窗口与窗口操作

### 2.1 什么是窗口

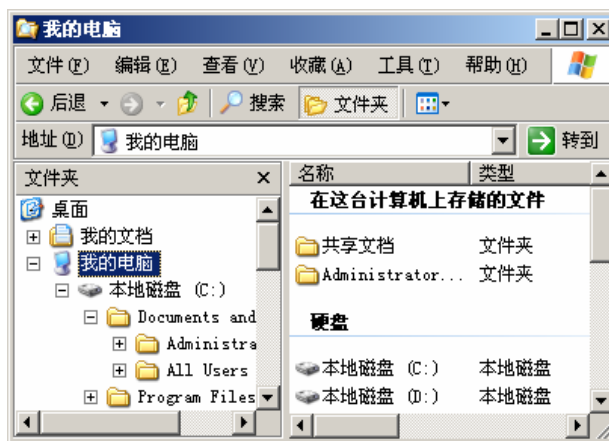
在电脑启动后，首先在屏幕上显示的画面，我们一般叫作“桌面”，在桌面上的左上角有一个“我的电脑”图标，双击这个图标，系统将打开“我的电脑”窗口。里面显示有电脑中所有的磁盘、各个分区，以及“控制面板”，这些项目就象一个大的文件夹，双击每个项目，里面又分出很多小的文件夹，文件就储存在这些一层层的小文件夹里。



我们通常把显示屏上出现的各式各样的画面叫作“窗口”，例如上面说到的“我的电脑”窗口，有的也叫“对话框”、“界面”等。它相当于我们和电脑交流的一个平台。如果把计算机想象成一座大房子，那么通过这个窗口，我们就可以看到房子里有什么东西，有什么工具，利用这些工具就可以做我们要做的事或拿到我们要的东西。

## 2.2 窗口的常用操作

在 Windows 中，打开文件夹、运行应用程序等操作时，系统都会打开一个窗口。通过鼠标，就可以对打开的窗口进行各种操作，比如：打开、关闭、放大窗口、缩小窗口，或移动等。



### 打开窗口

通常有两种打开窗口的方法：第一种就是双击桌面上某个快捷图标，这是最常用的方法；第二种就是右键点击想打开的某个软件或文件图标，从弹出的快捷菜单选择“打开”这个选项。

### 关闭窗口

如果不再需要使用某个已经打开的窗口，可关闭它。一般我们使用鼠标关闭窗口，用的较多的方式就是直接单击窗口最右上角标有“×”的“关闭”按钮；或者在“文件”菜单中，选择“退出”。就可以关闭窗口。

### 最大化窗口

有时为了查看方便，我们需要把窗口扩大。这时只要用鼠标单击窗口最右上角标有“□”的按钮就可以了。

### 最小化窗口

要缩小某个窗口，可以用鼠标单击该窗口最右上角的标有一小横线“\_”的按钮，窗口就会缩小到屏幕下方，形成一个方块条。

### 恢复窗口

最小化窗口以后，窗口就会缩小为屏幕下方的一个方块条，如果是 Word 文件呢，就显示为一个 word 文件的图标，点一下这个方块条，方块就凹下去了，窗口就又恢复成最小化前的样子了。

### 移动窗口

打开某个窗口后，可单击这个窗口的标题栏（窗口最上面的蓝色横条），按住左键移动鼠标至目标处放开，即将窗口移动至新的位置。

### 多个窗口之间的切换

当我们同时打开多个窗口时，所有打开的窗口都在任务栏（屏幕最下面一栏）下面占了一个小方块，我们打开的窗口越多，下面的小方块就越多。任务栏上的每个小方块都对应着一个窗口。哪个窗口正在使用，它所对应的小方块就会凹下去。要用哪个窗口就用鼠标点任务栏上的哪个小方块就行了。也可以按住 Alt 按键的同时，点按 Tab 键浏览窗口，松开 Tab 键后就切换到指定的窗口了。



## 2.3 什么是按钮


在计算机中很多命令在窗口上显示的就是一个代表某项指令的图标块，当对其按下鼠标左键时，看上去它就象被按下去了，当松开鼠标左键，它又弹起来了。所以，就形象的叫它们为按钮。按下某个按钮将执行某项操作。例如 Windows 的最左下角有一个叫作“开始”的按钮，按下这个按

钮，就弹出包括关机在内的很多选项。

## 2.4 文件和文件夹

### 什么是文件和文件夹

“文件”就是我们存在计算机上的资料，如图片，或者真相资料等，每一个文件都有一个名字，这样呢就可以和其它文件区分开。在 Windows 中，不同的文件类型以不同图标显示，例如一个 Word 文档的图标是 、Rar 压缩文件的图标是 ，等等。

“文件夹”呢简单的讲就是指装文件的一个包，一个文件夹里面可以存放很多文件。文件夹在计算机中一般显示为一个黄色的小方块图标 。我们也把它叫作目录。双击文件夹就会打开这个文件夹，从而就可以看到里面存放的文件了。

文件和文件夹都存储在磁盘上。文件可以简单的分为：程序文件和非程序文件。

对于程序文件，用鼠标双击或按下回车键后，计算机就会运行这个程序文件。

对于非程序文件，用鼠标双击或按下回车键后，计算机就会打开它，而打开方式就是用特定的程序去执行。用什么特定程序来打开，就决定于这个文件的类型。

### 文件的类型（扩展名）

计算机上的文件类型很多。比如图片文件、压缩文件、音像文件、文本文件等，当然这些用不着去记，用多了就知道了。在每个文件的文件名后面都有一个点，点的后面有几个英文字母，一般是 3 个，这三个英文字母是文件的扩展名，表示文件的类型。

我们常见的文件类型有：

文件类型	扩展名
程序文件（或执行文件）	.exe
压缩文件	.rar、.zip、.7z 等
文本文件	.txt
Word 文件	.doc
pdf 文件	.pdf
图象文件	.jpg、.bmp、.gif 等
网页文件	.htm、.mht 等
音像文件	.mpg、.rm、.wav 等
PGP 加密文件	.pgp、.asc

### 如何显示文件扩展名

有时候看不到文件的扩展名，是因为扩展名隐藏起来了。打开方法是在“我的电脑”或“资源管理器”中“选择“工具”菜单，单击“文件夹选项”，选择选项卡中“查看”这一项，“隐藏已知文件类型的扩展名”，把这个对勾去掉，就是不隐藏扩展名，然后点“确定”，这样文件的扩展名就显示出来了。

### 文件名的更改（重命名）

每个文件都是可以改变名字的。比如说我们要把“123”这个文件的名称改为“abc”。那么在改变之前呢，我们就要先选定这个文件“123”，然后单击鼠标右键，选择“重命名”，这时文件名字的外面就多了一个方框，把要修改的文件名就包围起来了，文件名的后面也多了一个一闪一闪的光标。这就表示现在可以改名了。先按一下 BackSpace，这是退格键，把原来的名称删除掉，然后输入新的名称“abc”，再按回车键，就行了。

简单的方法是：用鼠标左键在要改名文件的文件名处点击一次选择这个文件，然后再点一次（不

是连续双击)，这时文件名会变蓝，然后输入新文件名，移动鼠标在文件外的空白处随便点一下，就改成了。

这里需要注意的是文件扩展名一般都不能改，例如 123.exe，那么后面的.exe 是不要改的，否则就成为另外一种文件类型了，原来的文件就不能正常显示了。另外正在使用中的文件不能修改文件的名称，除非先关掉文件。还有一般文件名不要太长，为了安全，不要含有敏感字。

文件夹的改名与文件的改名方法一样。

### 创建一个新文件夹

如果我们储存的文件很多，怎样有效的管理这些文件呢？这时就用到文件夹了。我们可以创建新文件夹，把相同类别的文件放在同一个文件夹中，就比较容易查找和管理了。

创建一个新的文件夹首先要确定新文件夹的位置，假如我们要在 C 盘上建立一个文件夹。那么在操作时，我们可以在资源管理器的左边，鼠标点选 C 盘的这个文件夹，然后，将鼠标移动到右边窗口的空白处，单击鼠标右键，此时会出现一个菜单，将鼠标移动到下面的“新建”上，此时会又出现一个菜单，再从中选择“文件夹”。这时会出现一个新建的文件夹，你给新建的文件夹取个名字就行了，中英文都可以。输入完名字后按回车或鼠标在文件外的空白处随便点一下，就建好了。然后就可以往这个文件夹中装入文件了。

### 选定文件和文件夹

在操作文件和文件夹时，只要用鼠标左键单击一下要选择文件和文件夹，这时文件或文件夹的名字和图标将变成蓝色，此时文件、文件夹处于被选定的状态，表示可以对它进行操作了。

## 3 资源管理器的基本操作

### 3.1 资源管理器的使用

资源管理器是另一个主要的管理窗口工具，它的功能类似于“我的电脑”，但在实际操作时，使用资源管理器能够更方便完成各项工作，所以，我们常常使用它。

为了方便，我们可以在桌面上为资源管理器建一个快捷方式，以后使用时双击桌面上资源管理器的快捷图标就打开资源管理器的窗口了。

#### 建快捷方式的方法

桌面的左下角有一个命名为“开始”的按钮，单击这个按钮，就会出现一个菜单。在出现的菜单中移动鼠标，鼠标箭头所指到的地方会变蓝。把蓝色光标移动到“程序”选项，会自动出现新的“程序”菜单，在程序菜单中移动鼠标到“附件”，这时会自动出现新的“附件”菜单，在附件菜单中我们可以看到“Windows 资源管理器”的选项，用鼠标右键点击选中该项，会出现一个右键菜单，移动鼠标到菜单中的“发送到”选项，又出现新的菜单，再移动鼠标到该菜单中的“桌面快捷方式”，用鼠标左键点击该项，这时，桌面上就会多一个“资源管理器”的快捷方式图标了。

#### 操作步骤的表示方法

因为移动鼠标、进行选项时的单击左键这些操作，在计算机中是通用的，所以，在以后的操作描述中，我们就不必象上面那样对每一个操作进行详细的过程描述，也就是说，一般性的移动鼠标、选项、鼠标点击左键等，就不再指出，用一个箭头符号或横杠就简明的表示了。如刚才描述的建立资源管理器的快捷方式，我们就简明的表示为：

“开始”==>“程序”==>“附件”==>“windows 资源管理器”==>右键点击==>“发送到”==>“桌面快捷方式”。

用鼠标左键按住桌面上的资源管理器的快捷方式图标，往开始菜单右侧的快速启动栏一拖，也可以在这里建立资源管理器的快捷方式，以后只要用鼠标一点它，就可以快速打开资源管理器了。

## 打开资源管理器窗口

用鼠标右键点桌面上的“我的电脑”、或“我的文档”、或“网上邻居”、或“回收站”的图标、或左下角的“开始”按钮，在右键菜单中都会显示出“资源管理器”，将蓝色光标移动到“资源管理器”上并点一下左键，就可以打开资源管理器的窗口了。

在打开的“资源管理器”窗口中，会看到它有左右两个大的窗口。左边窗口中是以目录的形式显示出计算机中的资源项目，就象书的目录一样；而右边窗口中则显示的是左边所选项目的详细内容，如图所示。在资源管理器中，可以对各种文件进行打开、复制、创建等多种操作。

在窗口左边的这个框中，我们会看到这样的几个图标：这几个图标后面是字母和一个冒号，它们就叫作盘符。比如说“A:”，指的是软盘驱动器，就是放软盘进去的地方。一般人们把 A: 和 B: 这两个盘符都留给软盘驱动器。C: 和 D: 这两个图标都是一样 的，它们表示电脑内部的硬盘，一个硬盘可以分成几个部份，每一个部份都是独立的，就叫作一个分区，硬盘的盘符从 C: 开始往后，每个分区用一个不同的字母来表示。光盘驱动器的盘符是紧接在硬盘最后一个盘符后面的字母，是由电脑自动分配的。

这些不同的盘符就好比几个文件柜，里面都存放着很多文件。

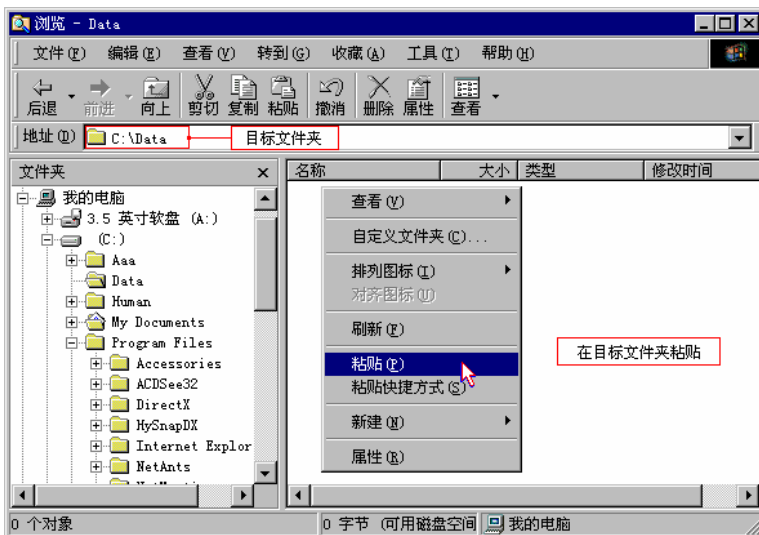
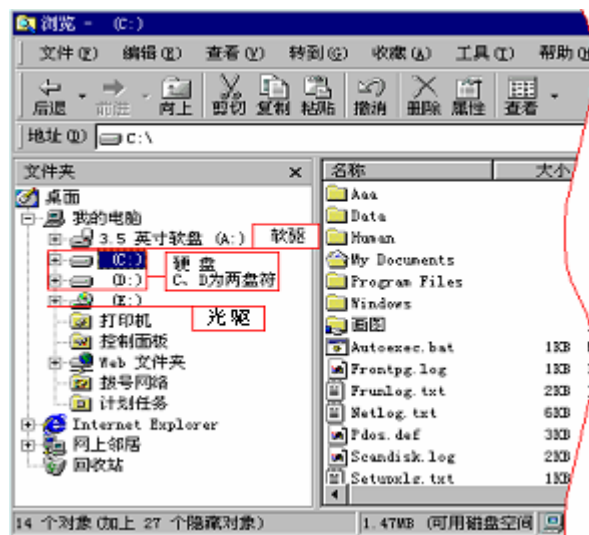
盘符和文件夹前面的“+”号表示里面有隐藏的文件夹或文件，单击“+”号，文件夹就会展开，显示出里面隐藏的文件或文件夹。这时盘符和文件夹前面的“+”号就变成了“-”号。单击“-”号可以把已经展开的内容折叠起来，这时“-”号就又变成了“+”号。

## 3.2 文件的复制和移动

复制又叫“拷贝”，拷贝这个叫法来源于英文单词 COPY，是从英文直接音译过来的。作用就是按照一个文件再做一个和原来的文件完全一样的文件。

复制一个文件可以有很多种方法，其中比较常用的办法呢，是把鼠标移动到文件的名称上，然后单击鼠标右键，这时会弹出了一个菜单，这个菜单里有个选项是“复制”，我们移动鼠标到这个选项上，然后单击鼠标左键。

到了这一步，就相当于完成了一半的工序。下一步我们需要考虑把复制好的文件放在什么地方。例如我们要把文件放到一个叫“Data”的文件





夹里，接下来可以这样操作：

首先我们要用鼠标将“Data”文件夹打开。打开“Data”文件夹的方法是把鼠标指在“Data”文件夹上，然后连续点击鼠标左键两次，就可以打开“Data”文件夹了。文件夹打开之后呢，我们只要在空白的区域上点击鼠标右键一次，然后从菜单中选择“粘贴”，复制出来的文件就出现在“Data”文件夹里了。

简单的说，文件的复制过程是：先“选定”文件，然后“复制”，再选择目标文件夹，最后“粘贴”。

另外，通过鼠标也可以简便的实现文件的复制或移动，操作如下：

在资源管理器右边的文件窗口中，用鼠标左键按下选中要复制或移动的文件，不要松开，然后移动鼠标到你选定的目标文件夹上，再松开左键就行了，关键是这个过程中必须按住鼠标左键不能松手，直到鼠标移动到鼠标到选定的文件夹上。注意：如果文件是在同一个硬盘分区内（如都是在C:盘），那么这种方式就是将文件从一个地方移动到了另一个地方，如果是在不同的分区之间，文件就是进行复制。

### 3.3 文件的删除

删除文件非常简便，只要先用鼠标点一下文件选中它，然后用鼠标点一下资源管理器上面工具栏中的“删除”按钮，电脑会提示是否将它放入回收站，单击“是”就可以了。或者在鼠标右键菜单中也可以删除文件。

如果想删除多个相邻的文件，可以先把鼠标移动到空白位置，然后按下鼠标左键，移动鼠标，屏幕上便会出现一个虚线框，虚线框覆盖的内容就会变成蓝底白字，表示被选中。然后就可以把这些选中的文件一起“删除”了。

### 3.4 滚动条的使用

我们通常使用滚动条时是在窗口里的内容较多，不能完全看到的时候。这时在窗口的下边和/或右边会出现一个长条，即滚动条。滚动条的两端分别有一个小小的黑色箭头，指向不同的两个方向。比如说右边的滚动条是垂直摆放的，也就是竖着放的，两端的箭头就一个指上，一个指下。

窗口右边的是垂直滚动条，单击这个滚动条下端向下的箭头，可以使窗口里的内容向上走，这样下面以前看不到的内容也跟着向上移动，你就可以看到下面的内容了；相反，单击滚动条上端向上的箭头，可以使窗口里的内容向下走，从而看到上面的内容了。

其实除了按这两个箭头外，在滚动条的中间还有一个可以移动的滑块，把鼠标移动到这个滑块上面，然后按住鼠标左键，不要松开，如果向下移动鼠标，滑块也跟着下移，窗口里的内容就快速向上移动，就可以看到后面的内容；向上移动鼠标，滑块也跟着向上移动，窗口里的内容就向下快速移动，就可以看到前面的内容；抬起鼠标左键，移动就停止了，这种方法比较方便，特别适合于文档页数较多的情况。

水平滚动条也是一样的，拖动水平滚动条上的滑块可以左、右移动窗口中的内容。

### 3.5 保存文件

在编辑文档、浏览网页时，我们想要保存资料，一般在最上面一排的菜单栏里的最左边第一项是“文件”菜单，点一下，在弹出的二级菜单中选择“保存”，会出现一个新窗口，填入要保存文件的名称、保存位置后，用鼠标单击“保存”按钮就行了。

## 4 应用程序的使用概述

当我们在操作计算机的时候，需要计算机为我们做一些事情。比如压缩文件、编辑文字、上网

等等，这些事情都是通过各种应用程序来完成的。这就好象录音机的按键，每按一个键，就执行相应的功能，例如播放、录音等等，那么每个应用程序也都对应着各自的功能，例如我们常用的 Word、IE 浏览器等等，都是应用程序。

## 4.1 启动和关闭应用程序

**启动程序：**可以在桌面上建立应用程序的快捷方式，直接在桌面上双击就可以启动应用程序；

在 Windows 中，也可以从“资源管理器”中找到应用程序所在的目录，选中该应用程序的执行文件，也就是扩展名是“.exe”的文件，双击即可启动；

Windows 的传统方法是从“开始”菜单启动应用程序。点击屏幕最左下角的“开始”按钮，这时菜单中会出现两种类型的选项，一种是在选项的右边有一个向右的箭头，单击该选项将打开一个层叠的菜单，这些菜单的选项也可以拥有自己的下一级菜单；另一种选项则不带黑色的箭头，单击该选项将启动一个对应程序或打开一个文件。

**关闭程序：**在完成应用程序的功能之后，应关闭应用程序可以释放应用程序占用的系统资源。一般采用的方式是：单击“文件”菜单，选择其中的“退出”命令即可（也有的会显示为“关闭”）。或者单击程序窗口右上角标有“×”的按钮就可以了。

## 4.2 创建应用程序的快捷方式

所谓快捷方式，顾名思义就是又快又方便。对于一些比较常用的应用程序，即使是使用“菜单”或“资源管理器”来启动，仍然觉的麻烦。为了能够更快捷的使用常用的程序，我们可以给常用的程序创建一个快捷方式，并放在桌面上，以后就可以在桌面上直接启动了。

在创建快捷方式的时候，我们首先需要在“我的电脑”或“资源管理器”中选定程序的执行文件，就是扩展名为 .exe 的文件，找到这个文件之后，用鼠标右键点击执行文件，在出现的右键菜单中选定“发送到”，然后在“发送到”的子菜单中选定“桌面快捷方式”，这时，桌面上就会直接产生一个该程序的快捷方式图标了。

这样，以后就不需要打开任何窗口，便可以在桌面上双击该快捷方式图标来启动此程序了。

## 4.3 软件的分类

我们在使用软件时，常常会听到共享软件、免费软件、绿色软件等等名词。

所谓共享软件就是要付费才能使用的，不过在一些人的破解下，那些通常要付费才能使用的软件不付费也可以正常使用了。

免费软件不需要付费注册，安装完就可以正常使用了。

所谓绿色软件，就是不需要安装直接就可以使用的，我们常用的突破网络封锁软件很多都是绿色软件。

## 4.4 安装应用程序的一般过程

除绿色软件不需要安装外，要使用一个应用程序，首先需要進行安装。安装程序的方式有多种，但是最常用的方式的大致过程是：

一般的应用程序会有一个 setup.exe 的安装文件（或 install.exe），或者是与该软件名称相同的一个执行文件，如 abc 软件的执行文件就是 abc.exe。双击该文件，就可以开始安装程序了。

在安装过程中，一般会遇到这样几个步骤：

如果出现“最终用户许可协议”（英文的 License Agreement）窗口，这时要选择“我接受……”或者英文的“I accept”，然后点击“下一步”或者英文的“next”；

如果出现输入序列号（英文的 Serial Number）的窗口，这时需要把从其它渠道找到的序列号

输入到指定位置，不知道号码就无法安装了；

在安装的过程中，还会出现选择软件安装位置的窗口，就是说你想把软件安装到电脑的什么地方（一般英文软件都带有 Location 或 Destination 字样）。你可以自由选择，也可以不选择，如果不选择，那么软件通常会被直接安装在 C 盘的 Program Files 文件夹中。

程序安装完成后，电脑会显示安装完成，或者英文的“finished”。表示安装完毕，程序可以使用了。

新安装的程序在“开始”==>“程序”里一般都新建一个程序组文件夹，或者在桌面上、或者在快速启动栏等地方就会有一个该执行程序文件的图标。以后，点击图标，就启动应用程序了。

少数软件有特别的安装方式，这里不一一叙述。

## 第四章 常用软件的安装和使用说明

本章的软件，除了 DCPD 全盘加密软件外，其它的都是很常见的软件，多数情况下把它们放在普通的不加密的硬盘分区上就可以了。标注“可选”表示已经有了同类软件了，或者是使用上有难度，资料点刚刚运行的时候不一定用的到。可以先跳过这些内容，以后需要的时候再熟悉相关内容。

### 选择软件的注意事项

现在有些软件含有病毒、木马等，这样会造成电脑无法工作，或者电脑里储存的敏感资料或信息被监控。所以我们在使用应用软件时，要注意一些基本事项：

不要使用任何国产杀毒软件（例如瑞星、江民等）或者防火墙软件（例如瑞星、天网等），千万不要用，我们禁止使用。这些软件已经多次被发现后门或者是其它不可告人的代码存在，是不安全的，因为这些国内的公司与国安局都有合作。

不使用国产的浏览器，如 Maxthon、TheWorld 等。不要使用新华五笔和拼音加加 2.204 以外的更高版本，这两个软件已经发现有后门和敏感词汇汇报功能存在，会在不知不觉中泄漏您的隐私。也不要使用万能五笔，这个软件也带有不明模块。

不要使用 3721、上网助手、网络实名、雅虎助手、腾讯 QQ、迅雷、流光软件、360 安全卫士、瑞星杀毒、天网防火墙、代理超人（proxysm）、下载软件“网络蚂蚁”、UC 保密邮箱接口、网吧里的美萍等。国内的间谍假代理服务器多以 202 和 61 打头。中国的 QQ、MSN 被监控，含监控程序。提供网络音乐的程序 MyIMLite，花刺代理（ProxyThorn）等软件都不要使用。

如果不能确定软件的安全性，就不要安装国产软件，一定要增强这方面的意识，因为中共的国安机构有可能强迫国内的软件公司在软件里作手脚，或者留一些比较隐蔽的后门。我们不需要的软件一律不装，尽量只安装明慧网推荐的软件；不明来源和使用方法不清楚的软件一律不安装，确保系统的安全；对于一些国外软件，尽量使用英文原版，不要使用安全性未知的汉化版，这是因为有些软件在被汉化的过程中、或者通过其它方式被加进了木马、病毒等。

### 在哪里下载软件

我们所使用的软件最好是在我们同修办的一些网站上去下载，或者是在软件的发布者的网站（即官方网站）获得：

宇明网站的“精品软件”：[http://yuming.flnet.org/news2/html/software\\_17](http://yuming.flnet.org/news2/html/software_17)

或者在宇明首页 <http://yuming.flnet.org> 里找到“软件下载”这个链接然后进入。

清心论坛的“最新下载资源”：<http://qxbbs.org/article/html/down/>

点左侧“下载专区”下面的链接，在右侧可以看到很多对应该类的软件分类下载链接。

清心论坛的“常用软件从组版”下载帖：<http://qxbbs.org/viewtopic.php?t=57869>

如果需要一些软件，推荐先到上面三个网址看看，如果没有特殊需要，上面地址提供的软件也就足够了，而且上面地址提供的软件都是经过了筛选验证，安全上有保证，并且多数都是中文界面。

提示：如果发现后面章节介绍的软件无法下载，有可能是版本更新，或功能完善，可以尝试到上面地址查找相关下载。

## MD5 校验码

MD5 校验码也叫 MD5 数字指纹，MD5 校验码是检测软件是否是正版来源的工具。需要提醒的是，我们使用的程序，一定要有一个可靠的来源。

MD5 校验码通俗些说就是表明文件身份的一串字符，用来验证这个文件在传输过程中没有被修改过。如果与软件作者公布的 MD5 值完全一致，表明该软件是作者发布的正版。如果不一致，说明软件有改动，不能使用，这就需要找到另外可靠下载的途径从新下载直到 MD5 校验码正确。对于一些对安全性要求高的软件，例如破网软件，一定要在下载后验证软件的 MD5 校验码。如果文件是 rar 等压缩文件，如果下载的 MD5 校验码与提供的不同，就无法正常解压缩，需要从新下载。

验证 MD5 值软件的下载地址：[http://qxbbs.org/files/md5\\_\\_\\_\\_\\_rar](http://qxbbs.org/files/md5_____rar)

软件的用法很简单。使用 Winrar 软件（见下一小节介绍）解压缩下载的 md5\_\_\_\_\_rar 文件后，会看到里面有一个程序，名字叫 WinMD51.1\_ha.exe，双击打开这个程序，就会出现一个总在最前面显示的窗口，浏览到要验证的文件，点一下选择这个文件，文件背景会变蓝，然后按住鼠标左键，用鼠标把这个文件拖到这个窗口中，然后再松开左键，窗口中就会显示一串数字字母，后面是文件名，例如这个例子：53756255a9720ab0410b556c130fc1f6 WinMD51.1\_ha.exe，在这里 53756255a9720ab0410b556c130fc1f6 就是 WinMD51.1\_ha.exe 的 MD5 校验码。

## 安装哪些常用软件

在使用电脑时，要完成我们的工作，我们需要安装这样一些基本的应用软件，根据工作环境的不同，可能有的软件暂时用不到，这时可作简单了解。资料点经常使用的软件包括压缩软件，加密软件，清除痕迹软件，文字编辑软件 OFFICE（Word 必装），汉字输入软件，刻录软件，浏览器，防病毒软件，防间谍软件，突破网络封锁软件，防火墙等。

压缩软件：Winrar

邮件加密：清心加密信使 Qxmail、PGP

加密盘软件：TrueCrypt、Dekart Private Disk

清除痕迹软件：无影无踪、清除专家

突破网络封锁软件：自由门、无界浏览、花园等

文字编辑软件：Office（Word 必装）

防病毒软件：卡巴斯基、Mcafee8.0i 企业版，必装，2 个中选 1 个

防火墙：Zonealarm Pro 5.5.114 官方中文版（必装）

刻录软件：Nero Burning ROM、Alcohol 120%

防间谍软件：Ad-aware se pro 和 spybot - search & destroy

浏览器：IE6.0、Firefox（更安全，推荐）

下载工具软件：ReGet、IDM



影音播放软件：万能播放器

pdf 文件阅读器：Acrobat Reader

PDF 文件编辑软件：Acrobat Professional、Foxit PDF Editor

汉字输入法：微软拼音 2003

看图软件：ACDSee

虚拟机软件：VMWare

全盘加密软件：DCPP

上面提到的文字编辑和安全相关的软件，对每个资料点来说都是比较常用的，这些软件基本都是使用压缩软件压缩了的，下载后需要使用 Winrar 解压缩（使用方法见下一小节）。下面我们对这些软件的使用作比较详细的介绍。

## 1 压缩软件：Winrar

顾名思义，压缩软件就是能够使文件压缩后变小一些的软件，当然，压缩后的文件也可以通过压缩软件把它还原成原来的文件。在安装操作系统后，我们首先要装上压缩软件，因为很多应用软件都是压缩过的，没有压缩软件，就打不开它们，就无法使用。

我们这里向大家推荐Winrar这个压缩软件，安装这个软件就够用了。

Winrar是目前使用比较广泛的压缩软件，支持压缩成 .rar 和 .zip 格式。Winrar 可以打开 .rar、.zip、.7z 等常见压缩文件，所以只要装上Winrar软件，常见的压缩文件就都解的开了。

WinRAR 3.50简体中文版下载页面（976 Kb）：

<http://yuming.flnet.org/news2/html/15/180.shtml>

**安装：**Winrar的安装非常简单。下载Winrar软件后，双击Winrar执行文件，就开始自动安装，在对话框出现时，你只要点击按钮“确定”就可以了。

**关联所有格式的压缩文件：**就是让该软件将电脑中的压缩文件都与winrar关联上。方法是：打开Winrar==>选项==>设置==>综合==>点击在左边的“Winrar关联文件”下面的“全部选择”==>确定。

### 如何使用 Winrar

在 Winrar 安装完成后，每当我们使用右键时，在右键菜单中会自动出现有关压缩和解压缩的命令选项。以后日常的压缩和解压缩大多都是通过右键菜单来对文件进行压缩或解压缩的。也就是说，如果我们要压缩或者是解压缩文件，只要鼠标指向文件名，然后点击鼠标右键，执行对应的命令，就可以了。一般来说，右键菜单中有几种压缩和解压缩的选择方式，比如说：

“添加到压缩文件 (A) ...”：是指将文件压缩后放到一个指定的地方去，这时会有新窗口出现，叫你选择文件的存放位置。

“添加到 “\*\*\*””：这里的“\*\*\*”中在具体操作时显示的是要压缩的文件的文件名，一般压缩我们常选这种压缩，文件将在同目录下压缩成相同的文件名。

“解压文件 (A) ...”：是指将压缩文件解压后放到一个指定的地方去，这时会有新窗口出现，叫你选择文件的位置。

“解压到当前文件夹”：指将压缩文件解压后与原文件放在同一个文件夹中。要注意的是，有时候压缩文件里的文件很多，一旦用这种方式解开后，会在这个文件夹中出现很多文件，如果这个文件夹中本身还有其它文件，这时，你就难以分辨这些文件了。所以，如果压缩包里只有一个文件，用这种方式解压是常用的。

“解压到 \*\*\*”：同样，这里的“\*\*\*”在具体操作时显示的是要压缩文件的文件名，意思是解开这个压缩文件时，压缩包里的文件将全部解压到以这个压缩文件的文件名建立的一个新的文件夹里。这是我们解压缩时用的最多的，特别是上面提到的压缩文件中有很多文件时，解压后都在一个文件夹中。

### 如何進行加密压缩

我们常会使用到一种加密压缩文件的方式，使用Winrar打开的时候弹出一个密码对话框，密码不正确就看不到里面的东西，解开时需要密码才能解开文件。这也是突破网络封锁加密传送文件的一个好办法。

加密压缩文件的方法是：鼠标右键点选要压缩的文件，移动光标到“添加到压缩文件”=>在弹出框中点“高级”=>点右中部的“设置密码”=>在弹出框中两次输入同样的密码，选中“加密文件名”=>确定=>再确定。

密码最好设置 20 位以上，密码大小写字母、数字、符号混合。然后把加密的文件扩展名改成其它类型，比如 exe、dat、jpg、gif 等。当要解压的时候，只需把扩展名再改成 rar 即可解压。

这样加密压缩的文件，你需要将密码告诉对方，对方才能解开文件。一般，我们几个人之间可以事先通过 email 或其它方式约定好压缩密码，或者，将密码另外发信告诉对方，或者另外再用一个图形文件等将密码发给对方。

## 2 编辑软件：Word

### 2.1 Word 概述

我们在资料点的工作中，需要进行文字的输入和编辑，最常用的文字编辑软件就是 Word（发音：握的，“的”字读轻声）。Word 是 Microsoft Office 中的一个字处理工具，很多的真相资料都是用 Word 编辑的，我们使用 Word，就可以打开 Word 文件（.doc 等），以便阅读和打印，也可以对 Word 文件进行编辑。现在明慧网上的资料很丰富，都已经排好版了，刚开始的时候会使用 Word 打印就可以了，以后需要的时候，再学习 Word 的编辑功能。

安装之前，我们需要有一个 Office 的安装光盘，因是常用软件，在电脑城等很容易就能找到，几元钱就可以买到了。市面上有 Office2000、OfficeXP 等，都可以。当然电脑城有各种各样的软件，为节省时间，最好的办法就是直接告诉商贩你要 Office2000 或者 OfficeXP 的光盘就行了，当然别说你是为了资料点用。

### 2.2 清除 Word 文档中的个人信息(重要)

在把文件转交给别人之前，一定要清除 Word 文件的作者以及单位等个人信息，避免个人信息泄漏，同时也建议检查一遍和资料点相关的所有 Word 文件，清除其中的个人信息。

如果在资源管理器中右键单击一个 Word 文档=>属性=>点“属性/摘要”，“高级”和“简化”都检查一下，可能含有一些个人信息，最好的做法就是清除这些信息。清除方法如下：

用鼠标右键点桌面上的“我的电脑”、或“我的文档”、或“网上邻居”、或“回收站”的图标、或左下角的“开始”按钮，在右键菜单中都会显示出“资源管理器”，将蓝色光标移动到“资源管理器”上并点一下左键，就可以打开资源管理器的窗口了。在资源管理器中打开 C:\Documents and Settings\[你现在的用户名]\ApplicationData\Microsoft\Templates 文件夹，会看到一个 Normal.dot 文件，鼠标右键单击这个文件，在弹出的菜单中选择“打开”（注意不能直接双击 Normal.dot 文件），然后会出现类似 Word 的界面，然后选择菜单：工具/选项/安全性，然后勾选下方的复选框：“保存时从文件属性中删除个人信息”，然后点击“确定”按钮回到主界面，然后选择菜单：文件/保存，然后关闭 Normal.dot 文件，这样就修改了 Word 的标准模板文件 Normal.dot，以后新创建的 Word 文档，保存时就会自动删除个人信息。

但是如果是编辑以前的文档或外来文档，还不能自动删除文件属性中的个人信息，但你可以直接在 Word 文档中进行同样的操作，就是在菜单：“工具/选项/安全性”中，勾选下方的复选框：“保存时从文件属性中删除个人信息”后，确定，然后再保存文档即可。

但是标题信息还是无法去掉，每次保存还会自动生成，使 Word 文件不带有标题的方法是，在资源管理器中，右键建立新的 Word 文档，之后再打开这个文档编辑的时候，就不带有标题信息了。

另外对于 Word2000 软件来说，可以对文档设置打开权限密码，但是几乎没有什么安全性可言，不要使用这个功能。

## 2.3 安装 Word

我们这里就以 Office2000 为例来介绍安装的方法，Office 的操作和 Office2000 相似。在安装 Office2000 时，先把序列号记录下来，这个序列号大概由 25 个数字和字母组成。一般序列号都可以在光盘的包装上找到，所以大家只要注意审查一下包装，应该都可以找到的；也有的序列号保存在光盘内根目录的某个文本文件中；或者也可以在网上搜索到（怎样使用搜索见后）。

双击“SETUP.EXE”图标，出现对话框后，把序列号依次填入“CD Keys”栏中，左键点击“下一步”，然后按照每一步的提示安装下去就可以了。

在安装过程中有一步问你选择安装内容的提示，可以选择“自定义安装”，这时，在出现的新窗口中将不是 Word 的其它几个软件都打上“×”，就是说不需要安装它们，这样我们就只从 Office 中安装了我们最需要的 Word。如果不知道怎么选择，这一步就选择“典型安装”好了，都没问题。

## 2.4 Word 的工作窗口

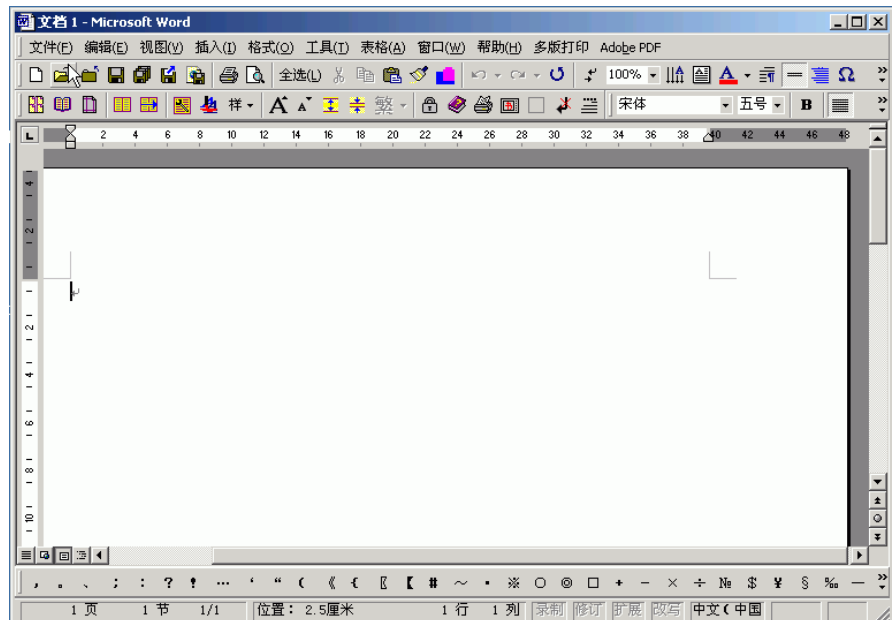
首先讲讲怎样启动 Word，最常用的方法是点击屏幕最左下角的“开始”按钮，等菜单弹出来后，从菜单中选择“程序”=>然后选择 Microsoft Word。这样 Word 就启动了。当然也可以在 Windows 桌面上建立 Word 的快捷方式，以后通过双击 Word 快捷方式图标的方式启动 Word。

启动 Word 后，屏幕上就会出现 Word 主工作窗口，如图所示。Word 工作窗口中上面有几个横栏，从上到下是：

**标题栏：**最上面蓝色横条是标题栏；

**菜单栏：**标有文件、编辑等的那一栏是菜单栏，鼠标一点就会出现选项菜单；

**工具栏：**在菜单栏下面有很多小图标的那两栏是工具栏，Word 2000 提供了丰富的工具按钮，大部份按钮与菜单中的命令项具有相同的功能，工具栏上的按钮可以进行位置调整；



**文档窗口：**中间大的空白处是文档窗口，可以在这里输入、编辑、修改和查看文档，在文档窗口中可以看到一个竖杠的一闪一闪的光标，实际上是告诉操作者目前所在的位置，也就是当前文字要输入的位置。在文档窗口的周围设置了滚动条、标尺等。

**状态栏：**窗口最下面的是状态栏，用于显示文档的相关信息，用于显示文件的相关信息，如第几页、第几行、第几列等。

注：在 Word 的工作窗口的图示中，因为工具栏可以自定义，不一定与图中显示完全一样。



## 2.5 打开 Word 文档

Word 打开的文档包括保存在磁盘中 Word 文档（即 doc 文件）、文本文件（txt 文件），以及其它一些 Word 支持的格式。


要打开文档（即文件），操作如下：

打开 Word 后，选择“文件”→“打开”命令，或者直接单击工具栏上的“打开”按钮，Word 将打开如图所示的“打开”对话框，让操作者选择要打开文件的存储地址和文件名字，选择文件后，点击按钮“打开”，文件就在 Word 的窗口中打开了。

还有一种方法，就是在资源管理器中，鼠标双击已经存在的 Word 文件，也可以直接打开这个文件。

## 2.6 保存 Word 文档与退出

通常我们制作好一个文件后，我们需要把它保存下来，以便将来使用。Word 给我们提供了保存文件的功能，通常有下面几种保存方式：

我们保存文件时，用鼠标点击“文件”菜单，然后在弹出的菜单中选择“保存”，这样文件就保存下来了。另外还有一种方法，就是直接单击工具栏上的“保存”按钮  就行了。

如果已经有一个文件，例如叫作文件 A 吧，修改了内容后，决定把文件保存为文件 B，这样文件 A 和文件 B 同时存在。那么可以这样操作，用鼠标点击第二行菜单中的“文件”，然后在弹出的菜单中选择“另存为”这个命令，这时将弹出“另存为”的对话框。在对话框的“文件名”这个小框中输入要保存的文件名，例如前面提到的文件“B”，然后在“保存类型”中选择文件要保存的类型，一般来说我们用扩展名为“.doc”这种类型，然后在“保存位置”的下拉列表中选择文件要保存的位置，最后单击按钮“保存”就完成了。

**提示：**虽然 Word 中有自动保存功能，最好还是在输入和编辑时，经常按一下保存，以免突然发生断电或其它故障时，正在编辑的文件被丢失。

退出 Word 有很多方法，我们习惯上常用：单击 Word 窗口右上角的关闭按钮退出。另外我们也可以选择菜单中的“文件”，然后在弹出的菜单中选择“退出”这个命令退出，这时 Word 的窗口就关闭了。

如果在退出 Word 之前忘记保存修改过的文件，系统会提示是否保存修改的内容。单击“是”这个按钮就将保存修改；单击“否”这个按钮将取消修改；单击“取消”按钮，则退出 Word 的操作将被中止。大家可根据自己的情况任意选择三个按钮。

## 2.7 文字的输入

打开 Word 后，在空白文本区，一闪一闪的竖线形光标就是文本插入点。可以把它作为输入的起点输入相应的文本，文本输入至行末时，会自动换行。在需要开始一个新段落的时候，才需要按回车键。

当在文本区输入网址或 E-mail 地址时，Word 自动将其转换为超级链接（默认情况将输入文本转为带下划线的蓝色字体）。单击链接时，在网络连接的情况下，自动切换到相应的 Web 页面浏览或收发 E-mail。如果你不需要这种链接，在出现蓝色下划线时，点一下工具栏中的恢复按钮，或者是在超级链接位置点鼠标右键并选择“取消超链接”，链接就会消失。



## 2.8 使用 Word 遇到不会操作时怎么办

对于初学者，word 中有很多按钮、命令不知道是什么，有时会遇到要编辑文件时，不知道从何入手。那么对于初学者，最好的办法还是联系同修，一问一答很快就会解决问题，如果实在无法联系同修，那还是先保存文件，这样即使操作中出现错误，也不必担心。只要我们随时保存了文件，就可以在 word 窗口的菜单栏、工具栏里一个一个的找，下一次就知道怎么做了。也可以用下面介绍的方法来解决。

### 使用帮助

在 Word 里直接按 F1 键，Office 助手就会问你做什么，按左侧的“选项”按钮，进入对话框，把使用 Office 助手前的对号点掉，按确定。然后再按 F1 键，点击左上角的“目录”，将进入 Word 的帮助目录中。点目录前的小加号可展开目录。此帮助文件不用都看，先看看“文档基础”，如果用到图片可再看看“图形和图表”，水平提高后可以看看“长文档”。其它的就没什么必要去看了。此帮助有个“应答向导”选项，它和使用 Office 助手时出现的对话框是一个意思，可以在里面输入要搜索的问题，按搜索可以在帮助中查找。

### “？”号的使用

Word 很多对话框标题栏的右上角都有一个“？”号，如果对话框中哪一项你不明白是什么意思，可先点此“？”，然后把鼠标移到不明白的地方点一下左键，将会看到此项的解释。

### 使用鼠标右键

有时不知怎么办时，点一下鼠标右键，也许就会找到方法。如表格、图片、文本框、艺术字等点右键选属性，在属性里找找，大部份问题可以解决。

## 2.9 Word 编辑时的几个基本操作

### 选择文本

在对文档进行编辑排版以前，必须选定要处理的文本。当选定文本时，被选的文本将变成与正常颜色相反的颜色醒目显示。如原底色为白色、字体为黑色，那么选定后底色为黑色、字体为白色。以这种模式显示也称为“高亮”。


选择的方式很多，常用的有：

- 按住鼠标左键，然后拖曳鼠标直到你需要选定的部份全部变色，然后放开左键就行了。
- 当选定一大段文字，尤其是多达几页的文字时，直接用鼠标拖动有些不太方便，这时可以用鼠标先单击要选内容的开始处，再用鼠标滚轮滚动找到要选内容的结束处（也可以用右边的滚动条翻页），然后按住 Shift 键，用鼠标先单击一下结束处，这样就可以一下完成选定大段文字的工作。
- 将鼠标移动到文本窗口的左边的选定区，这是鼠标会变成一个指向右边的箭头，然后单击一次，可以选中指向的一行；双击时可以选中指向的一段；连击三次，可选中整篇文档。“编辑”菜单下的“全选”命令也是选中整篇文档的功能。

- 如果已经选中的部份文本，在编辑窗口的任何位置单击一下鼠标，就会取消选中。

### 删除文本

在编辑文本时，常常需要将多余的或错误的文字删除。Word 提供了多种删除文本的方法，常用的是：

- 先选定要删除文字，然后按 Delete 键即可删除。
- 选定文本，点右击鼠标，在弹出的快捷菜单中选择“剪切”命令即可删除选定文本。在工具栏中也有小剪刀图示的“剪切”按钮 .
- 还有就是运用键盘上的 Delete 和 Backspace 功能键。按 Delete 功能键将删除插入点右边的

文本，按 Backspace 功能键将删除插入点左边的文本。

### 剪切、复制和粘贴

当对文档进行编辑时，常常需要对一些文本进行复制、移动位置等，这时可以使用 Word 的剪切、复制和粘贴命令。


#### 剪切的常用方法

剪切是将选中的文本从原来的文本中去掉、或者剪到另外的地方使用。剪切的方法有很多种，我们首先选定要剪切的文字，使用下面方法完成操作：

- 用鼠标点击菜单中的“编辑”，然后在弹出的菜单中选择“剪切”。
- 直接点击工具栏中的“剪切”按钮。
- 在选中区点右键，在右键菜单中按“剪切”。
- 利用快捷键 Ctrl+ X。


#### 复制的常用方法

复制是将选中的文本再得到完全相同的一份，一般是转移到另外地方使用，原来的文本中仍然保留有这一部份。复制的方法也有很多种，首先选定要复制的文字，使用下面方法完成操作：

- 按“编辑”菜单中的“复制”命令。
- 使用常用工具栏中的“复制”按钮。
- 在选中区点右键，在右键菜单中按“复制”。
- 利用快捷键 Ctrl+ C。



#### 粘贴的多种方法

粘贴是将前面已经复制、剪切后的文本，贴在一个新的位置上去。这样，这里就有了剪切或复制来的内容。执行剪切或复制命令后，可以通过下面方法实现粘贴操作：


- 将光标移动到要粘贴内容的地方，点右键，在右键菜单中按“粘贴”
- 点工具栏中的“粘贴”按钮。
- 按“编辑”菜单中的“粘贴”命令。
- 按组合键 Ctrl+ V。


### 撤销和恢复

当文档编辑时，有时会进行了误操作，此时不必从新输入，Word 有撤销和恢复功能，可以恢复出原来的文字。撤销和恢复方法是：

- 在常用工具栏中有顺时针和逆时针转向的两个箭头。顺时针转向的是“恢复”按钮，逆时针转向的是“撤销”按钮。利用这两个按钮，可以同时撤销和恢复多步操作。
- 使用快捷键：“撤销”用 Ctrl+Z；“恢复”用 Ctrl+Y。

## 2.10 字体字号的选择

在编辑输入的文字时，可以根据自己的需要设置字体、字号等等，在选定文本后，在工具栏中有比较醒目的字体、字号选框，其中各种字体、字号用鼠标一点就选择了。

点工具栏上按钮，也可以调节字体、字号等等。要提到的一点是，在这里设置字号大小可

以输入任何数字来调整，而不象在上面的框中，字号只能选择不能任意调整。

## 2.11 段落的格式设置

在对文档编辑时，我们常用到“段落”的设置。打开“格式”菜单，选“段落”，就打开了“段落”对话框。在这里可以对选中的文档或整篇进行多项格式的设置，简单的来说，设置的目标就是如何使文档更好看。其中几个主要选项简介如下：

### 段落间距

先用鼠标把要设置的段落选中，在“段落”对话框中，在“间距”选择区，可以随意调整段前、段后的距离，一般可以选“自动”。

### 对齐方式

在“段落”对话框的右下角有对齐方式选项，Word 里段落的对齐方式有：两端对齐、居中、左对齐、右对齐和分散对齐。一般选两端对齐的较多。

### 段落行距

行距就是行和行之间的距离，选中全文，在段落对话框中“行距”下拉框中有行距选择，一般可选“单 5 倍行距”；如果选中“固定值”，那么就需要来设置其右边框中的数字，一般根据字体大小来调节，在我们的小册子中 15—20 磅左右的较多。调整好了按“确定”，这时全部行距就变了。

### 段落的缩进

在“段落”对话框中左边的“特殊格式”中可以选择段落的缩进。可以根据具体需要在这里调整。

## 2.12 页面设置

页面设置是我们在打印和排版常常要用到的设置，通过它我们可以设置纸张大小、打印内容的边距等等选项。有时候从网上下载的资料，可以通过它来作一些微小的调整，可以使打印出来的版面更好看一些。

在菜单中选“文件”==>“页面设置”。就会出现页面设置对话框，上面有 5 个选项栏目。

在“页边距”栏下面，从上到下是调整页面边距等的有关数据，这可以根据实际情况（如不同的打印机）调整，初期不熟悉时，可以参考明慧上的小册子或传单的页面设置的数据。这里还有一个“应用于”列表框，一般有几个选项“整篇文档”、“插入点之后”、“本节”、“所选文字”等，这是选择所做版面调整的应用范围。“对称页边距”，在双面打印时，此项能够实现奇偶页边距的对称。

在“纸张类型”栏目下，一般选 A4，我们常用是 A4 纸，也可以根据实际需要调整。

一般我们打印资料时，可能需要调整的就是上面提到的内容。绝大多数从明慧下载的真相资料都可以直接打印，而不需要从新排版。

## 2.13 常见真相资料的排版模式举例

往往我们刚开始排版时，不知道如何去设置一个版面的大小。有时候新经文来了也需要进行简单排版。怎么办呢？

一般，我们要查看一个排版的参数，主要就是页面设置和段落设置这两项。一个简单的办法就是在明慧上下载一个相应排好版的资料，然后，将其中的内容去掉，换上自己的内容。也可以选中其中的某段，逐个查看其页面设置和段落设置的参数，这样就知道了其版面的设置。

下面是一些常见资料的排版模式举例，主要是为了方便新手解决排版问题，可以直接使用，也可以根据自己的排版需要进行调整。供参考。

**A4 纸 2in1 小册子的版面设置：**

纸型 A4，字体自选，一般为宋体，正文字号 12 左右；

段落选项：行距：固定值 18 磅左右；间距：段前、段后可都选 0

页面设置选项：页边距：上为 1.2 厘米，下为 1.0 厘米，左 2.3 厘米，右为 1.2 厘米，页眉为 0.2 厘米、页脚为 0.6 厘米。对称页边距。纸型：A5，宽度 14.8 厘米，高度 21 厘米

#### A4 纸 4in1 小册子的版面设置：

纸型 A4，字体自选，一般为宋体，正文字号 12 左右；

段落选项：行距：固定值 16 磅左右；间距：段前、段后可都选 0

页面设置选项：页边距：上为 0.5 厘米，下为 0.4 厘米，左 0.9 厘米，右为 0.6 厘米，页眉为 0.4 厘米、页脚为 0.4 厘米。对称页边距。纸型：A6，宽度 10.5 厘米，高度 14.8 厘米

#### 16K 纸 2in1 小册子的版面设置：

纸型 16 开，字体自选，正文字号 11 左右；

段落选项：行距：固定值 13.5 磅左右；间距：段前、段后可都选 0

页面设置选项：页边距：上为 0.99 厘米，下为 0.99 厘米，左 1.29 厘米，右为 0.89 厘米，页眉、页脚为 0.61 厘米。对称页边距。纸型：自定义大小，宽度 13.5 厘米，高度 19.5 厘米


#### 16K 纸 4in1 小册子的版面设置：

纸型 16 开，字体自选，正文字号 13 左右；

段落选项：行距：固定值 17 磅左右；间距：段前、段后可都选 0

页面设置选项：页边距：上为 1 厘米，下为 1 厘米，左 1.2 厘米，右为 1 厘米，页眉、页脚为 0.7 厘米。对称页边距。纸型：32K，宽度 13 厘米，高度 18.4 厘米


## 2.14 格式刷的使用

在对文档的字体、字号等等格式进行调整时，一段一段的调比较麻烦，这时可以用鼠标选中设置好格式的一段文字，然后双击工具条中的格式刷，再一个一个选中要修改的段落，这时，选中的段落将自动变成与前面的段落一样的格式。如果单击格式刷只能刷一次；如果双击格式刷将多次有效，不想刷的时候再点击一次格式刷即可。

## 2.15 页码生成

在 word 里生成页码时，点“插入” ==> “页码” ==> 在新窗口中根据需要进行选择，还可以在其中的“格式”按钮里去选择——确定。页码就自动生成了。

## 2.16 目录生成

在 word 里生存目录也很简单。目录下面的标题是分级的，首先要将各级标题一个一个的用鼠标选中，然后在工具栏的  框中将格式选为“标题 1”、或者“标题 2”等等，全文的标题都标注完成后，将鼠标移动到要插入目录的地方点一下以确定位置，再点“插入” ==> “索引和目录” ==> 在目录栏目下点“确定”。目录就自动生成了。如果要对生成的目录进行字体调整，可以用鼠标移动到目录位置的 word 窗口的最左边，这时鼠标指示为先右偏的箭头，这时可以移动按住鼠标左键来选中要改字体的部份，选中后，在字体框中选择适当的字体就可以了。注意，因为目录中的标题都是超级链接，当鼠标指示成手指箭头时，一点就进入了该标题下的正文。

在设置各级标题时，可以充份利用格式刷的功能，只要调好了一个标题的格式，其它的就用格式刷一路刷下去，标题就设置完成了。



如果目录生成后，又对文本做了改动，那就用鼠标右键选中目录，选“更新域”，在里面可以选“更新整个目录”或“选只更新页码”。只要一确定目录就修改了。同时，Word 还允许对自动生成的目录进行人工的删除和修改，如调整目录字体型号大小等等。

有的时候编排目录的时候，希望把目录和正文放在一起，同时希望正文和目录具有各自独立的页码，可以这样操作：先插入目录，然后鼠标定位到正文第一个字符前，插入分隔符，选择“下一页”后确定，这时正文会接着向下移动一页，先不管。鼠标定位到正文的第一页，执行插入——页码命令，选择“首页显示页码”，点格式按钮，“起始页码”里面输入“1”，确定就可以了（OfficeXP 环境）。

### 3 防病毒软件：卡巴斯基 5.0、Mcafee 8.0i 企业版

系统中必须要安装一个防病毒软件，目前情况下，我们推荐使用卡巴斯基反病毒软件单机 5.0 版、Mcafee8.0i 企业版。两个软件都是中文版本，安装以后不用太多的设置就可以使用。

安装杀毒软件的时候，不要同时安装两种杀毒软件，否则极有可能导致系统瘫痪。如果一种杀毒软件与 Zonealarm 防火墙软件存在兼容性问题，那么尝试换成另一种杀毒软件。

杀毒软件的安装没有需要特别说明的地方，安装后一般也不需要额外设置，全部使用默认设置就行了。需要提醒的是：杀毒软件需要及时升级病毒库，才能有效的阻挡病毒。

#### 3.1 卡巴斯基反病毒软件

卡巴斯基是一款功能强大，简单易用的俄罗斯杀毒软件，软件可以安装在 Win98/ME/2000/XP 等系统下，我们可以使用它的中文版本，5.0 单机版可在宇明网站下载（8.7Mb）：

<http://yuming.flnet.org/ftp/soft/kavsetup.zip>

软件是中文界面，按照提示安装就可以了，启动计算机后，软件就开始保护操作系统了。

##### 过程病毒库自动更新的设置

卡巴斯基：安装后默认的更新间隔是 3 个小时，可以不作额外设置，如果是内网环境，需要在“更新设置”对话框里面设置内网代理。

##### 病毒库手动升级的方法

卡巴斯基：右键双击电脑右下角的卡巴斯基图标，出现其控制面板，点其左中部的“现在更新”就行了，就开始自动连接网络、下载和更新。

如果计算机没有连接网络，或者网速较慢，不容易升级，可以到官方下载升级文件，官方网页（[可以直接连接](#)）：

[http://downloads\\*.kaspersky-labs.com/zips/](http://downloads*.kaspersky-labs.com/zips/)

其中downloads\*中的\*表示官方的5个升级服务器，可以使用1到5中的任意数值代替，打开页面以后，下载av-i386-cumul.zip、av-i386-weekly.zip、av-i386-daily.zip这三个文件。分别表示累计病毒库、每周病毒库、每日病毒库。在Windows2000/XP系统下，把这三个压缩文件，按照累计、每周、每日病毒库的顺序依次解压缩到X:/Documents and Settings/All Users/Application Data/Kaspersky Anti-Virus Personal/5.0/Bases这个目录中（X表示系统盘符）。

注：因为Application Data为隐藏文件夹，需要打开文件夹的隐藏属性，方法是：打开资源管理器==>选择“工具”菜单==>“文件夹选项”==>“查看”==>在“隐藏文件和文件夹”栏目下，点选上“显示所有文件和文件夹”==>然后点“确定”。这样Application Data这些隐藏文件夹就显示出来了。完成后可以再恢复到“不显示隐藏的文件和文件夹”，也可以不恢复。在更新时，需要暂时关闭正在运行的Kaspersky。

##### 病毒库的备份

浏览到上面目录，复制出来 bases 文件夹的内容，就可以完成病毒库的备份，或者复制到其它机器上使用了。

**重要提醒：**为了避免和 ZoneAlarm 防火墙冲突，安装后需要关闭卡巴斯基的网络防护，执行“开始”=>程序=>选择“卡巴斯基反病毒 Personal”菜单=>单击运行“卡巴斯基反病毒 Personal”=>打开卡巴斯基的主界面=>点“设置”按钮=>点“设置实时保护”=>弹出的对话框中，点右下角的“实时保护设置”=>勾选“禁用网络攻击保护”，确定。如果是先安装的 Zonealarm 防火墙，需要在安装卡巴斯基后立即设置这个选项。

### 3.2 McAfee8.0i 企业版反病毒软件

McAFEE8.0i 企业版以安装使用简单，查杀病毒木马能力强而著称，简体中文企业版客户端：

<http://yuming.flnet.org/ftp/soft/VSE80iLCS.zip>

下载后先解压缩 VSE80iLCS.Zip 并执行里面的安装程序，安装后，右键单击电脑右下角的盾牌状通知栏图标，出现功能菜单，点其中的“立即更新”，升级到新的病毒库，升级后再安装 5100 引擎更新程序和补丁 patch 13 安装程序。McAfee5100 引擎和官方补丁 patch 13 下载：

<http://yuming.flnet.org/ftp/soft/5100eng.part1.rar>

<http://yuming.flnet.org/ftp/soft/5100eng.part2.rar>

<http://yuming.flnet.org/ftp/soft/5100eng.part3.rar>

<http://yuming.flnet.org/ftp/soft/5100eng.part4.rar>

把四部分全部下载至同一目录下，然后解压缩第一部分，即可得到 5100 引擎和官方 patch 13 补丁的安装程序。安装 5100 引擎和 patch 13 补丁，从新启动电脑后，McAFEE 就会实时监控你的电脑，使其免受已知病毒侵袭。

#### 病毒库自动更新的设置

从开始菜单或 McAfee 通知栏右键菜单中启动 Viruscan 控制台，双击 Autoupdate，选择第一项“启用计划...”，切换到计划标签页，设置计划任务为“每天”并设置具体的更新时间，一般设置一个你有可能上网的时间，之后确定退出。以后软件就会自动升级病毒库了。

#### 病毒库手动升级的方法

如果自动升级没有成功，或者希望把病毒库复制到没有联网的机器上使用，可以通过下载病毒库文件，手动升级。McAfee 官方网站病毒库下载地址（[可以直接连接](#)）：

[http://www.mcafee.com/apps/downloads/security\\_updates/dat.asp?region=us&segment=enterprise](http://www.mcafee.com/apps/downloads/security_updates/dat.asp?region=us&segment=enterprise)

显示的页面中，点击“I agree”按钮，进入升级下载页面，一共有两种格式的下載：一种是后缀为 zip 的文件，例如 dat-4811.zip，一种是后缀为 exe 的文件，例如 4811xd.dat.exe，数字会有改动。如果是 exe 形式的，下载后直接运行这个程序就可以按照提示完成升级；如果是 zip 格式的，下载后使用 Winrar 解压缩这个 zip 文件，复制 clean.dat、names.dat、scan.dat 这三个文件到下面的 McAfee 病毒库目录中，就完成了病毒库的升级：

C:\Program Files\Common Files\Network Associates\Engine

当然，你也可以把该文件夹位置的三个相应文件复制出来，作为病毒库的备份。

**重要提醒：**McAfee 与 ZoneAlarm 防火墙可能存在冲突。如二者同时使用，必需禁用 McAfee 的“缓冲区溢出保护”功能，否则可能导致系统出现问题。执行“开始”=>程序=>选择“Network Associates”菜单=>单击运行“VirusScan 控制台”=>双击主界面的“缓冲区溢出保护”=>不选择“启用缓冲区溢出保护”=>“确定”后返回。如果已经安装了 Zonealarm 防火墙，需要在安装 McAfee 后立即设置这个选项。

## 4 网络防火墙: ZoneAlarm eTrust 5.5.114 官方中文版

系统中必须要安装一个防火墙软件,可以起到防止外来侵袭和阻止内部非信任程序访问外部网络的作用,ZoneAlarm 防火墙是公认的最好的防火墙之一。推荐安装使用 ZoneAlarm eTrust 5.5.114 官方中文版。不要使用 ZoneAlarm 的国内汉化版本,不安全。

防火墙和杀毒软件不同,防火墙软件一般够用就行,不一定要用最新的版本。另外再简单说一下防火墙的作用,一个是阻挡外部连接或黑客行为;另一个作用是防止不明程序向外连接。现在 ZoneAlarm 已经有 6.5 以上的版本,功能有所增强,但界面是英文的,占用资源增加,并且 ZoneAlarm 的新版本经常出现不稳定的情况,有时甚至会导致系统出现问题,所以没有必要追求新版本。而且对于阻挡外部黑客行为的功能来说,ZoneAlarm 的新版本和中文版的设置上基本没有变化。我们主要是防止一些常规的程序向外连接,使用 ZoneAlarm eTrust 5.5.114 官方中文版已经足够了。

### 4.1 ZoneAlarm 5.5.114 官方中文版的安装

防火墙是电脑中的一个必须要安装的重要软件,建议在官方网站或可靠网站下载。ZoneAlarm eTrust 5.5.114 简体中文版是官方目前为止发布的唯一的中文版本,字明网站下载地址:

[http://yuming.flnet.org/ftp/soft/Firewall\\_SC.part1.rar](http://yuming.flnet.org/ftp/soft/Firewall_SC.part1.rar)

[http://yuming.flnet.org/ftp/soft/Firewall\\_SC.part2.rar](http://yuming.flnet.org/ftp/soft/Firewall_SC.part2.rar)

[http://yuming.flnet.org/ftp/soft/Firewall\\_SC.part3.rar](http://yuming.flnet.org/ftp/soft/Firewall_SC.part3.rar)

[http://yuming.flnet.org/ftp/soft/Firewall\\_SC.part4.rar](http://yuming.flnet.org/ftp/soft/Firewall_SC.part4.rar)

[http://yuming.flnet.org/ftp/soft/Firewall\\_SC.part5.rar](http://yuming.flnet.org/ftp/soft/Firewall_SC.part5.rar)

下载以后解压缩,然后运行安装程序安装,输入序列号,之后就自动安装了,软件安装最后要求从新启动计算机,先保存手头的工作,之后再点“确定”按钮从新启动计算机。安装的时候,先把系统时间调整到以后的某个日期,例如 2032 年,然后安装这个软件,安装后再把时间调整回来,就可以突破只能使用一年的限制了,不至于偶然调整时间后,软件无法再继续使用。

网友提供的注册码(仅供安装测试使用),选一个就行了:

XZXTK-W01IH-XEXXL-R4IX1

XRITK-JT5H4-X4VYL-ROLCY

X1WTR-ZO1RL-XZXHH-R4IKX

这个版本的帮助也是中文的使用中文,这样在遇到不理解的问题时,就可以按 F1 直接调出软件的帮助了,对于熟悉防火墙的使用来说,很有帮助。

对于 ZoneAlarm eTrust 5.5.114 官方中文版,如果遇到出现过期提示后无法再安装或使用的情况,可以尝试这样解决:关闭 eTrust 防火墙==>开始菜单==>运行==>输入 regedit 后回车,运行注册表编辑器==>浏览找到[HKEY\_LOCAL\_MACHINE\SOFTWARE\Zone Labs\ZoneAlarm\Registration]==>找到“SerialNum”这个注册表值,删除“SerialNum”==>再到系统目录 C:\Windows\System32 找到文件:zllictbl.dat,删除这个文件(这个文件是隐藏的,需要先设置为显示所有文件)==>从新运行防火墙软件,出现了类似 Zonealarm 的注册提示对话框,对话框标题为“许可向导”,点击第 3 项“请单击此处输入您的授权码”==>先在别处复制 Zonealarm 专业版的序列号,在许可码的输入框中点右键选择“粘贴”==>点“完成”按钮,会提示“您的许可码已成功安装”==>确认关闭许可向导后就启动 ZoneAlarm。这样 eTrust OEM 版本就变成了 Zonealarm 专业版了。以后也可以在“产品信息”中随时更改许可码了,专业版的授权码可以在网络上搜索,附一个网上流传了很久的授权码:hh1ls-pv5cu-batbk-lmvdqe-md0gc0

另外,安装好 ZoneAlarm eTrust 5.5.114 官方中文版以后,以后如果提示“LicReg.exe”要访问网络的时候,禁止其访问网络,或者在以后打开防火墙==>程序控制==>找到“License and

registration”以及“CA eTrust Security Software”标记的两个项目，禁止其访问 Internet——这几个程序都是和注册及自动升级有关的，我们用不到。

## 4.2 ZoneAlarm 英文版本的安装

由于同修中也有使用英文版本的，所以这里也介绍一下英文版本的安装，使用中文版的可以跳过这个部份。

### 常用安装方法：

安装步骤看起来比较多，我们一步一步对照着来，也就是几分钟就安装好了。

下载 ZoneAlarm 专业版后，双击 zapSetup.exe，开始进行安装，出现对话框后点击下方的“Next”（下一步）；

进入新界面后，在上方两个长方框中随意填几个字母，在第三个长方框中随意填写一串带@的字母或数字就行了（有的版本是第二个长方框，可以查看是否有关键字“email”），如：xxx@ya.com，然后下面的两个“√”全部去掉，点击下方的“Next”（下一步）；

进入新窗口后，在左下方的小方框中打“√”（文字信息“I accept…”），然后点击下方的“Install”，可以看到安装进度条；

之后会有一个“User survey”的新窗口，依次是选择上网方式、用户类型等，可以不必选择，然后点击下方的“Finish”（完成）

出现新窗口，询问是否启动 ZA(...start zonealarm now...) 点击“Yes” ==> 如果出现 lincese wizard 新窗口，点最下面的“click here to insert your lincese key” 进入输入注册号的对话框 ==> 出现新窗口，复制序列号，然后在这个窗口的文本框中点击右键“粘贴”，序列号就会全部粘贴上去 ==> 之后点击 Finish ==> 出现新窗口，点击 OK 按钮关闭对话框 ==> 出现 Configure wizard 新窗口点选“Next” ==> 之后点选中部的“No, thanks” ==> 然后点“Next” ==> 出现新窗口点“Next” ==> 出现新窗口再点“Next” ==> 出现新窗口点“Done” ==> 出现 Restart your computer 新窗口后，先保存手头的工作，然后点“OK”从新启动电脑。

从新启动电脑后，出现新窗口，点“Finish”。在新窗口中点“Exit”。

如果已经连接上网络，可能会出现一个新窗口“New Network Found”，这时一般就点选“Keep in internet Zone”，然后点“OK”；

如果前面没有输入序列号，可以在出现 ZoneAlarm 工作窗口后，点右上部的“Product Info”，然后，点右中间的“Change Lic.”，出现输入产品序列号的新窗口。这时，将 sn 文本文件中的序列号复制到上部的长方框中就行了，点“OK”，安装完成。

### 简便安装方法：

自己编一个批处理文件，然后执行这个批处理文件，ZA 防火墙就全部自动安装了，可能对不熟悉英语的是一个简便的方法。

打开记事本，复制这句命令：`zapSetup.exe /s /noreboot`

然后执行“文件→另存为”，在弹出的保存文件对话框里面，下拉“文件类型”为“所有文件”，然后任意取个文件名（如 za）保存+.bat(.bat 为批处理文件的后缀)，这样得到的 za.bat 就是一个批处理安装文件。

把这个 bat 文件与 ZA 软件放在同一目录里面，双击 za.bat，就自动开始安装了。

安装完成后，手动启动电脑后软件就会生效。也可以先建立一个文本文件，写入上面内容后，在手动修改后缀为 .bat 变为批处理文件。

注意：这里 ZA 防火墙的安装程序的默认文件名是 zapSetup.exe，如果你下载的 ZA 的文件名与此不同，可以修改为 zapSetup.exe。



### 4.3 ZA 防火墙的安全设置

在 ZA 防火墙中有如下一些地方需要设置。看起来比较多，但是设置好后，ZA 会自动保存设置。这里介绍时，英文字符对应英文版本的界面显示，括号中的中文对应 eTrust 官方中文版的界面。

① 鼠标点“Overview”（概述）栏目右侧上部的 Preference（首选项）：

在其上部的“Check for Update”（检查更新）栏目下，选“Manualy”（手动更新）

注：CA eTrust OEM 版没有检查更新的具体设置。

在其中的“General”（常规）栏目下，“√”选上“Load ZoneAlarm Pro at startup”（启动时加载 eTrust Personal Firewall）和“Protect the ZoneAlarm Pro client”（保护 eTrust Personal Firewall 客户端）这两项。

在下部的“Contact with Zone labs”栏目下，“√”选上“Hide my IP address when applicable”（适用时隐藏我的 IP 地址，注“适用”应为“使用”）

② 鼠标点选主界面最左侧的 Firewall（防火墙）栏目，就会看到右侧的内容也会跟着变化：

点其右侧上部的“Main”（主页）选项页，将“Internet Zone Security”（Internet 区域安全级别）的滑块移到“High”（高）；信任区域的安全级别也同样调整为“高”。点击底部的“高级”按钮，进入后，“拦截所有分段”，“锁定主机文件”，“启用 ARP 保护”，这三项选勾，其它的默认。

点右边的“Custom”（自定义）==>出现新窗口==>将看到的“Allow broadcast/multicast”（允许广播/多播）前面的红勾去掉==>将右边的滑块拉到最下面==>将“Medium security settings for internet zone”（internet 区域的中安全级设置）栏目下的 12 个选项全部“√”选上==>然后分别点其中最后面的四项，即“Block incoming TCP ports”（拦截进入 TCP 端口）、“Block outgoing TCP ports”（拦截外出 TCP 端口）、“Block incoming UDP ports”（拦截进入 UDP 端口）、“Block outgoing UDP ports”（拦截外出 UDP 端口），在每点一个时下面会出现的 Ports（端口）的长方边框，这里是填入端口号，请将 0-65535 复制到输入框中。之后，点最上面的“Trusted Zone”（信任区域），重复上面的设置，最后点“OK”（确定）。

③ 鼠标点左边的 Privacy（隐私保护）：

在其“Main”（主页）栏目下，将“Cookie Contral”（Cookie 控制）和“Ad Blocking”（广告拦截）的滑块都移动到“High”（高）的位置。

**注意：**很多国内网站和有的国外 email 网站都要求要 cookie，这时需要将“cookie contral”临时降到“Med.”（中）或“Off”（关闭），用完后再改回。

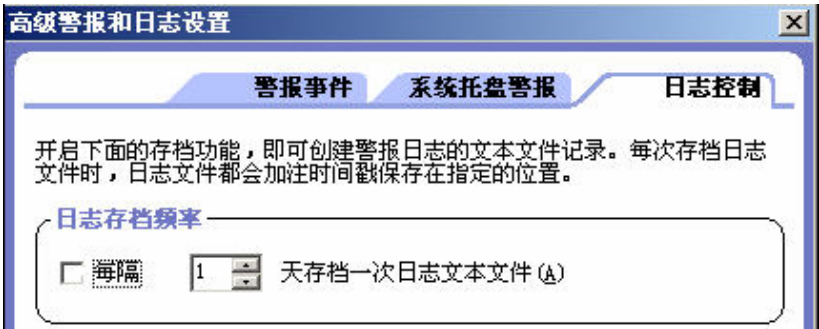
④ 鼠标点 ZA 主窗口左边的 Alert & Logs（警报和日志）。右侧的内容也会切换到警报和日志。

#### 警报和日志

主页

日志查看器

在其“Main”（主页）栏目下将其中三个选项全部选为“Off”（关闭）。再点击“Main”（主页）栏目最下面的“Advanced”（高级）按钮，弹出对话框中切换到“Log control”（日志控制）选项页，去掉对“Archive log text files...”（日志存档频率...）下方框里面的“√”，然后按“OK”（确定）按钮应用设置。这样就不会再记录警报日志了。



其它没有提到的地方的设置，不用去管它，就用默认的就行了。

### 上网时如何使用 ZA 防火墙


在上网时，首先用鼠标右键点电脑右下角的 ZA 图标，出现选项框，移动光标到上面的“Engage Internet Lock”（启动 Internet 锁定）点左键选中，出现“√”标示，表示锁住进、出电脑的程序，如果没有机主的许可，那么一个程序就不能进、出网络。（注：这种情况适用于设置好所有程序访问网络的权限后，对于每次都要删除破网软件痕迹的情况来说不适合，这时就不能选择“启动 Internet 锁定”了）

### 如何允许或禁止程序通过防火墙

当一个新程序要进入网络时，这个程序会自动连网，这时 ZoneAlarm 防火墙就会问你是否允许它连网，你可以在右下角弹出的小方框中选择“yes”（是）或“no”（否），yes 是允许该程序通过防火墙，no 是禁止该程序通过防火墙，如果在小方框左下侧的选框选上“√”，意思是以后这个程序就按照这次设定，不用再提示了。

一般我们在“Program Control”（程序控制）的“Programs”（程序）栏目中，可以看到所有要上网程序的通过状态，我们在这里对是否允许程序上网进行选择。



对允许通过的程序，在“Access”（访问）栏目下选两个“√”，在“Server”（服务器）下选两个“X”，在“Send Mail”（邮件发送）下选“X”，在锁头图标下，点左键，选“Pass lock”，会出现“on”的标记 ；

对不允许通过的程序，在“Access”、“Server”、“Send Mail”栏目下都选“X”，在锁头图标下，点左键，选“Normal”，没有标记出现，为空白；

那么，哪些程序允许通过呢？

有的程序是系统要求必须允许通过防火墙的，否则无法上网。在 Win2000 中，“Services and Controller app”是必须允许通过的；在 WinXP 中，“Services and Controller app”和“Generic Host Process for Win32 Services”是必须允许通过的。但如果提示 Generic Host Process for Win32 Services is trying to act as a server，不要放行，禁止后不会影响上网，如果允许，会有不安全因素，因为它作为服务，它会接受来自 internet 的连接，一些木马会这样做。

其它的应用程序，如 IE、MyIEDc32、Firefox、下载工具、突破封锁的软件等是需要允许通过的。对于自己不熟悉的程序要通过防火墙时，一律选择禁止。

补充说明一下，ZA 防火墙软件安装好后，是很少需要更新的，它不象防病毒软件，对于 6.0 以后的英文版本，由于有些集成了反间谍模块，可能会自动更新反间谍模块的定义。

## 4.4 清除 ZA 防火墙的痕迹

### 手动或使用“无影无踪”清除

安装了 ZA 防火墙后，除了确认是否允许程序访问网络外，基本就不用控制了，在上网后，由于上网的程序在 ZA 里面都有记录，所以推荐上网后在 ZA 中清除程序留下的痕迹。因为上网的程序就那几个，也好识别，在“Program Control”（程序控制）的“Programs”（程序）栏目中找到这些程序，选定后，可以按住 CTRL 键的同时点击鼠标左键进行多选，然后右键删除这些项目。然后切换到 Components（组件）页，鼠标点击第一行，之后下拉滚动条至最底部，按下 shift 键的同时，鼠标点击最后一个项目，这样就全部选中了所有的组件项目，之后右键删除（删除组件项目不影响程序的访问网络权限）。

如果希望使用无影无踪清除 ZA 中的程序信息，需要先关闭 ZA 程序，之后再用无影无踪清除，

但是会清除所有的程序信息，也就是说，需要从新设置所有程序的访问网络权限。

### 使用备份恢复安全设置清除

除了上面的手动删除方法之外，还可以使用 ZA 自带的“Backup and Restore Security Settings”（备份恢复安全设置）功能来实现对程序、防火墙的信任区等的设置，下面说明一下实现的步骤：打开防火墙界面，点击左上角的“Overview”（概述）按钮切换到对应设置界面==>点击右上角的“Preference”（首选项）按钮==>在“Backup and Restore Security Settings”里，点击“Backup”（备份）按钮，浏览到备份文件要保存的位置，保存即可。

上网完毕，恢复的时候，按照上面的步骤来到“Preference”，然后点击“Restore”（恢复）按钮，浏览找到这个备份文件的位置，ZA 便会开始恢复，恢复完毕就会提示恢复成功的信息，这时就会看到，所有的上网软件信息都清除掉了。

这种方法操作简单，通过按两个按钮和浏览选择文件，就完成了备份恢复的过程，同时，这种方法也可以实现防火墙中信任区域和 internet 区域的等设置备份恢复。

上面的方法在 ZoneAlarm eTrust 5.5.114 官方中文版和 ZA6.5.722 英文版中都可以成功的实现设置的备份和恢复。有反馈说中文版备份恢复后，丢失前面说的（0-65535）及项设置，建议第一次恢复后检查一下是否有设置丢失的情况，如没有问题，以后就不用再检查了。

## 5 防间谍软件：Ad-Aware SE Pro 和 Spybot - Search & Destroy

我们建议安装防间谍软件 Ad-Aware SE Professional 1.06 和 Spybot - Search & Destroy 1.4。并周期性的检查计算机是否存在间谍或木马程序，如果发现存在 3721 等木马程序，无法顺利清除的话，就要考虑恢复以前的系统备份或者从新安装系统了。

### 5.1 Ad-Aware Pro 的使用

Ad-aware 是一款小巧易用的系统安全工具。它可以扫描你的内存，注册表，硬盘和外部存储器，并且快速的找出广告跟踪文件和相关成分，然后按照你的选择安全的把它们删除。这个软件有扫描间谍程序的功能，以及实时监控的功能，能够监控注册表的写入，防止一些间谍程序暗地里侵入系统，比如一些间谍程序在向注册表写入自动启动信息时，这个软件就会提示有修改注册表的危险操作，这时可以根据实际情况禁止或启用。运行环境 Win9X/ME/nNT/2000/XP/2003

Ad-Aware Pro SE 1.06 的汉化版下载地址（3.85MB）：

[http://qxbs.org/upload/file1/4229/20060411\\_ad-aware\\_se\\_pr1.06\\_g.rar](http://qxbs.org/upload/file1/4229/20060411_ad-aware_se_pr1.06_g.rar)

解压缩下载文件后就可以使用了，软件是免安装的，可以放在任何位置，但尽量不要放在中文目录下面。

#### 设置中文语言

双击运行“Ad-Aware.exe”==>软件会弹出一个对话框，提示“Your definitions are \*\*\* days old...”，是说定义文件过期了，是否升级==>点“cancel”取消==>之后就来到了软件的主界面，在界面的右上角，我们看到有 5 个大按钮，点左数第二个带有黄色齿轮图片的按钮==>弹出的新对话框中，在左侧有一排按钮，点最下面第二个带有“Interface”字样的按钮==>我们看到右侧出现两个下列箭头，用鼠标点“Language File”后面的那个下拉箭头，会看到有“简体中文”四个字，鼠标点这四个字所在的行选择它==>然后会看到对话框最右下角有一个“Proceed”按钮，前面带有一个绿色的对号，用鼠标点一下这个按钮，就切换到中文显示了，我们看到了类似前面的定义文件过期的提示，界面变成中文了，这次我们可以点“确定”按钮升级，当然也可以以后手动升级。

#### 升级更新

Ad-Aware 也需要每隔一段时间升级其库文件，不过不象杀毒软件那样每天都升级，一般可以一周左右升级一次。

打开 Ad-aware==>点右下角的“立即检查更新”==>在新窗口右下角点“连接”==>检查升级==>升级完成后点“完成”。（如果是在局域网等需要设置代理的环境，就点“配置”，在“代理设置”力输入你的代理和端口，接着点“连接”按钮升级）

注意：升级时，要允许 Ad-aware 通过 ZA 防火墙。

### 扫描

打开 Ad-aware==>点右下角的“开始”按钮==>在“扫描模式”新窗口右下角点“下一步”==>开始扫描。扫描完成后，如果有可疑的间谍部件，在“个新危险对象”前面会有数字显示，同时有红色感叹号闪烁==>点右下角的“下一步”==>在新窗口中每一项前面的小方框中打“√”（或者点右键“选择所有对象”），继续点右下角的“下一步”==>在弹出的问话框会提示多少个对象要被移除，点“确定”，即可清除这些可疑的部件，并返回到软件主界面，就完成了扫描和清除操作。

第一次使用，建议先执行一遍完整系统扫描，能够扫描所有的磁盘分区，注册表项目等等。以后的时候呢，周期性的执行快速系统扫描，扫描系统盘和注册表，一般一次几分钟就完成了。

### 开启实时监控

除了扫描之外，Ad-aware 还有一个非常有用的功能，就是它的 Ad-Watch 实时监控功能，可以自动禁止一些有害的程序行为，也会自动禁止带有跟踪性质的 cookies。你可以手动启动它：

启动 Ad-aware 程序==>点界面右侧按钮中的第三个“Ad-Watch”==>弹出 Ad-Watch 的界面，点最右下角的“工具”按钮==>切换到一个新的窗口==>点“选项”按钮，接着选择“系统启动时载入 Ad-Watch”==>点右上角带有“×”号的按钮关闭窗口，Ad-Watch 就会最小化到系统最右下角的通知栏了，图标是硬盘上带有放大镜的图标，这样以后启动计算机的时候就自动启动监控了。

### 手动升级更新的方法

如果上网不是太容易，可以每隔一段时间（例如一周左右）直接在 Ad-aware 的网站去下载升级的库文件。下载地址（几百 KB 左右，[可以直接连接](#)）：

<http://updates.ls-servers.com/public/defs.zip>

<http://updates.ls-servers.com/public/sites.zip>

下载后解压缩这两个文件，得到 defs.ref 和 sites.txt，之后把这两个文件覆盖“Ad-Aware.exe”目录下的同名文件，就完成了升级。

## 5.2 Spybot - Search & Destroy 的使用

Spybot - Search & Destroy 1.4 的安装版本下载地址：

[http://qxbbs.org/article/uploaded\\_software\\_for\\_download/spybotsd14.exe](http://qxbbs.org/article/uploaded_software_for_download/spybotsd14.exe)。

官方的直接间谍定义文件升级下载地址（[可以直接连接](#)）：

[http://www.spybotupdates.com/updates/files/spybotsd\\_includes.exe](http://www.spybotupdates.com/updates/files/spybotsd_includes.exe)

下载后，双击 spybotsd14.exe 开始安装，首先弹出语言选择对话框，默认的是“Chinese (PRC)”，点“确定”，以后的步骤全部点“下一步”，安装完成后，会在桌面生成一个“Spybot - Search & Destroy”的程序图标。之后下载后双击库文件“spybotsd\_includes.exe”，在弹出的对话框里面点击“Install”即可完成间谍定义文件的更新。


双击桌面上的“Spybot - Search & Destroy”图标运行程序。初次运行会显示一个向导页，一直按“下一步”，最后点“开始使用本程序”就进入软件界面了。

### 扫描

打开 Spybot，按“检查问题”按钮，开始扫描，扫描结束后，如果发现有可疑的间谍部件，按“修复选定的问题”按钮，弹出确认框，点“是”，就完成清除了，有的清除可能要启动计算机。



## 免疫

安装了 Spybot - Search & Destroy 就要使用它对系统进行免疫，发挥最大的功用，运行程序后，点击左侧的盾牌状图标按钮（带有免疫字样），软件会提示你已经免疫了多少网站和有害程序，然后点击右侧窗口上面带有绿色十字的按钮  免疫 开始免疫，之后软件就会在下面提示你已经免疫了多少个项目。每次更新定义文件之后，建议也都要再免疫一下。

### 在线升级更新

打开 Spybot，在“更新”栏，按“查找更新”按钮，开始连网查找要更新的组分，然后点“下载更新”就行了。

注意：升级时，要允许 Spybot - Search & Destroy 通过 ZA 防火墙。

## 6 安全防护软件 ProcessGuard（可选）

ProcessGuard 简称 PG，是功能非常强大的系统防护工具，它能够保护正常的 Windows 进程免受其它程序、服务、驱动程序、以及其它形式的可执行代码的攻击，PG 还能够停止未被用户许可的程序运行，可以防住记录键盘键击的木马和 Rootkit 等各种木马。防火墙和杀毒软件对已知的病毒木马防护的比较好，但难以防住未知的病毒木马，而 PG 恰好弥补了这个弱点，防火墙、杀毒软件、PG 这三者的结合，加上使用者的合理判断，就可以使计算机处于一个很安全的状态了。即使我们访问网站时不慎感染了木马，但如果安装了 PG，这些木马也会在 PG 的防护之下没有任何可乘之机。包括一些通过 U 盘等传播的病毒，它的行为也会被 PG 所牢牢控制。

Process Guard 只能安装在 Windows2000/XP/2003 系统，软件使用简单，界面友好。软件的下 载和教程可以参考文章：“安全防护软件 ProcessGuard (PG)--使用简单,可以防住鸽子”：

<http://qxbbs.org/viewtopic.php?t=70689>

如果计划安装 ProcessGuard，在使用之前一定要看教程，并且按照教程里面“如何安装 PG”的步骤配置好 PG，配置好 PG，才能更好的使用这个软件。即使安装这个软件后由于没有按教程设置好而导致不能上网，按照教程的步骤卸载这个软件后就一切都恢复正常了。

## 7 浏览器：IE 和火狐（Firefox）

我们访问网站的时候，都要使用浏览器，就象我们去外地要使用交通工具一样，浏览器就象汽车、火车，有了它，我们才能到不同的网页浏览。我们常用的浏览器有 IE（Internet Explorer）、Firefox（火狐）。其中 Firefox 比较安全，推荐使用。

### 7.1 浏览器：IE6.0

#### 用 IE 浏览网页（上网）

IE（Internet Explorer）浏览器是 Windows 系统自带的，安装操作系统后就有。WinXP 中自带 IE6，但在 Win2000 中是 IE5.5，我们可以到 Microsoft（微软）网站的下载中心（<http://www.microsoft.com/downloads/search.aspx?displaylang=zh-cn>）（[可以直接连接](#)）把 IE 升级到最新的版本 IE6sp1，如果下载升级速度很慢，可以考虑在电脑城买一个带有 IE6 的光盘进行升级。



在电脑的桌面上有一个 IE 浏览器的快捷图标。双击这个图标或者在任务栏上单击 IE 图标，就可以打开 IE 浏览器。下图是 IE 的工作窗口。IE 窗口中从上到下依次是：标题栏、菜单栏、工具栏、地址栏、链接工具栏、Web 窗口和状态栏等组成。

**标题栏：**IE 工作窗口的顶部，用来显示当前打开的网页的标题，我们把它叫做标题栏。比如说，当我们打开明慧网时，标题栏就显示出“明慧网”的标题。


**菜单栏：**位于标题栏下面，包括“文件”、“编辑”等，当我们用鼠标点击“文件”项目时，IE 窗口就会弹出一个列着一系列与文件有关指令的目录，比如“打开”，“保存”等指令，当我们要保存网页上的内容时，就可以点击“文件”项目，然后选择“保存”指令。

**工具栏：**位于菜单栏下面，存放着浏览网页时所常用的工具按钮。比如“打印”，“搜索”，“返回”等。

**地址栏：**位于工具栏的下方，在其中输入要访问的网址后按 Enter 键或者单击“转到”按钮，就可以访问相应的网页了。

**网址：**我们访问的每一个页面都有一个地址，我们叫网址。例如，微软公司的网址就是 <http://www.microsoft.com/>（[可以直接连接](#)），输入网址后，按 Enter 键或点网址右边的“转到”按钮就可访问微软网站了。

网址的标示头是：<http://>、或者 <https://>、或者 <ftp://> 等。

其中 <https://>与 <http://>相比，多了一个 s，这个 s 很重要，它表示该网页是加密链接的，在 IE 下部状态栏的右边也将出现一个黄色的小锁头.

### 设置 IE 访问的默认主页

主页是每次打开 IE 浏览器时最先访问的网页。我们可以随意将一个普通的常人网站设置为主页，或者将主页设为空白页。这样我们每次打开 IE 时，就会打开我们设置好的网页。**注意**，基于安全的原因，大陆的同修不要将敏感网站设为主页。

主页的设置：在 IE 中，从菜单栏中选择“工具”项目==>然后在弹出的菜单中选择“Internet 选项”==>在“Internet 选项”的对话框中==>点击“常规”按钮==>新出现的窗口中选“主页”，然后输入要访问网站地址就可以了。以后每次打开 IE 时，就会打开这个网站。在这里可以根据自己的需求来设置。

### IE 中手动设置代理的方法

我们有时需要通过代理访问网络，简单的理解就是通过一个“中转”去访问我们要打开的网页，而不是直接访问它，这样就可以增加安全性，也可以突破封锁。下面以设置代理 127.0.0.1: 8567 为例说明：

打开 IE 浏览器==>工具==>Internet 选项==>连接==>分别点“设置”和其下方的“局域网设置”（注：两处都一起设置好了，设置的内容和窗口是一样的）==>出现设置窗口==>在中部的“代理服务器”栏下将“对此连接使用代理服务器……”选“√”上，在下面输入框中的“地址”后面填入“127.0.0.1”（注：其中的符号为英文状态下的符号，不是中文输入的符号），在“端口”后面填入“8567”，==>点“确定”==>再点“确定”，设置完毕。

不用代理时，要取消代理，只需要在设置中将“对此连接使用代理服务器……”前面的“√”取消就行了。

要提醒一下的是，系统自带的浏览器 IE 有时会发现一些安全漏洞，微软网站自己会及时公布补安全漏洞补丁。请参考前面介绍的方法，及时装上这些补丁。

## 7.2 浏览器：Firefox（火狐）（推荐）

Firefox（火狐）是后来出现的、被认为是更安全的浏览器，可以有效阻止未经许可的弹出窗



口，不加载有害的 ActiveX 控件，因此火狐对一些专门针对 IE 浏览器的恶意插件等有很强的免疫能力。目前网络上病毒木马泛滥，很多此类恶意程序的攻击对象都是 IE 以及 IE 核心的浏览器，因此推荐使用 Firefox 浏览网页，可以防住很多恶意插件和木马，不会象 IE 那样一不小心就中了恶意插件和一些木马。Firefox 中文版的下载地址（[可以直接连接](http://www.mozilla.com/firefox/all.html)）：

<http://www.mozilla.com/firefox/all.html>

下载以后按照中文提示安装就可以了。如果结合破网软件使用，需要在 Firefox 中设置破网软件代理，Firefox 中设置代理的方法：打开 Firefox，“工具” ==> “选项” ==> 在默认的“常规”设置里面，点击“连接设置”按钮==>点击“手动设置代理” ==>勾选“为所有协议使用相同代理” ==>在“HTTP 代理”处输入代理和端口，假设你使用自由门破网，那么在“HTTP 代理”、“HTTPS 代理”等私有代理设置的地方都输入 127.0.0.1，在“端口”处输入 8567。同时把“不使用代理”的“localhost, 127.0.0.1”删除。

在使用 Firefox 的时候也许注意一下，有少数的恶意木马把自己伪装成 Firefox 扩展插件，因此浏览中如果遇到自动弹出扩展安装对话框的情况，请不要安装。

## Firefox 的便携版本

Firefox 便携版本的好处是所有的缓存、历史等信息全部保存在便携版本的目录中，和破网软件结合时，把 Firefox 便携版放在加密盘里，用毕关闭加密盘，就不会在系统中留下任何浏览记录 **和文件痕迹**。你也可以使用两个便携版本，一个放在加密盘里，用于突破封锁，一个放在公开磁盘分区上，用于访问常人网站。Firefox 1.5.0.3 绿色集成扩展版下载（6.38 Mb）：

[http://package.minghui.org/mh/2006/6/10/firefox\\_qxbbs5.rar](http://package.minghui.org/mh/2006/6/10/firefox_qxbbs5.rar)

下载后解压缩 firefox\_qxbbs5.rar，然后进入解压缩后的目录，运行“PortableFirefox.exe”，就启动了软件，在软件顶部工具栏，会看到下面的设置代理的部份，这时是没有设置代理的状态。



设置代理的方法：以使用自由门为例，点一下“无代理”后面的下拉箭头，选择“freegate”，然后按一下“使用”按钮，在“状态”后面就会显示“状态: 使用 freegate”，之后按一下编辑按钮，在代理设置对话框里面，把所有的代理内容全部输入为 127.0.0.1，端口输入 8567，同时把“不使用代理”的“localhost, 127.0.0.1”删除，然后确定就可以了。以后就可以配合自由门使用了。



另外，下拉选项中的“ultra”对应无界浏览的 127.0.0.1:9666 代理，如果你使用无界浏览，就选择并“使用”这个“ultra”代理并象上面那样补充设置其它代理选项。此外，也可以按“添加”按钮，选择“标准”类型，然后在代理设置对话框里面添加其它代理，或者按“删除”按钮删除已有代理。

在退出 Firefox 便携版的时候，会显示一个清除私有信息的对话框，你可以选择清除或者按“取消”不清除，这种清除操作是简单的删除，还可以被恢复出来，所以用于破网的时候，Firefox 便携版一定要放在加密盘里面。

如果想要在 Sockscap 中启动 Firefox 便携版，则在 Sockscap 中添加“PortableFirefox.exe”这个程序，在 Sockscap 运行“PortableFirefox.exe”时，就是通过 Sockscap 启动 Firefox 了。

**注意：**如果使用了便携版本的 Scrapbook 扩展把网页保存到本地，在以后在 Scrapbook 中查看这些收藏的网页时，发现这个程序可能会有网络行为，所以在查看以前保存网页的情况下，建议先把网络先断开，或者使用防火墙停止一切网络行为。

## 8 下载工具软件 IDM 和 Reget

下载，就是从网上将需要的东西拿到我们自己的电脑里。尽管 Windows 自带在下载工具，但其功能有限，下载中断了还得从头再开始下载，所以我们常常还要安装功能上更好的下载软件。

我们推荐使用：ReGet、IDM (internet download manager)。都是国外下载软件，均带有中文显示，可以根据自己的感觉选装。下载软件一定要在可靠的网站下载。

## 8.1 IDM 的设置和使用

IDM (internet download manager) 是一款支持 SSL 下载的软件，以前在使用自由门经典模式破网的时候，网址都是 127.0.0.1 开头的，就可以使用 IDM 直接下载。目前的自由门默认使用的是代理模式，就需要在破网前设置 IDM 软件的代理了，不然下载不了。

IDM (Internet Download Manager) 4.05.3 绿色版 (780 Kb)：

[http://yuming.flnet.org:80/ftp/soft/IDM4.05.3\\_G.rar](http://yuming.flnet.org:80/ftp/soft/IDM4.05.3_G.rar)

下载后，解压缩，第一次使用此软件请运行“Run.bat”，以后如果要取消注册（信息注册和文件注册），就运行“UnRun.bat”。

### IDM 的代理设置

代理服务器可以理解为网络中转站，例如你使用自由门突破封锁，在浏览器里面设置了代理为自由门，那么你的访问路线就是：本地计算机→自由门→动态网服务器→目标网站。由于所有数据都是经过了自由门代理，那么也就保证了浏览的安全。同样，这种情况下，下载软件也需要设置代理为破网软件的代理，才能够下载被封锁网站的资料。

启动 IDM==>点击“下载”菜单==>选项==>代理==>勾选“使用 Http 代理”、“使用 Https 代理”，和“使用 FTP 代理”分别输入代理的地址，如 127.0.0.1；和端口号，如 8567，用户名和密码不用添。输入完毕后确定就可以了，在下载文件的时候，在网页中选“Download with IDM”，就调用 IDM 开始下载了。

另外，还要这样设置一下 IDM，增强安全性：

启动 IDM==>点击“下载”菜单==>选项==>“下载”选项，在“另存为”栏目里面，把各个类别的下载目录设置为你的加密盘中的某个目录，同时也把“临时目录”设置为加密盘的某个目录。如果不这样设置，下载完成后这些临时文件被 IDM 删除，不属于安全擦除，不安全。

启动 IDM==>点击“下载”菜单==>选项==>在“常规”选项页，去掉对所有项目的选择。这样设置后，不会在无意中不小心调出 IDM 开始下载，或者不会自动下载一些网站上的某些文件，真正需要使用 IDM 下载时，在 IE 中右键单击下载连接，执行“Download with IDM”调出 IDM 即可。

**注意：**如果从敏感网站下载软件，一定要在下载前先在 IDM 软件中设置好代理，然后再下载文件，否则 IDM 的下载动作太快，在弹出下载对话框还没有选择保存文件位置时就已经连出去了，如果不预先设置好代理，就会直连敏感网站。

## 8.2 Reget 的设置和使用

Reget 软件也支持 SSL 下载，ReGet Deluxe 4.2 Build 265 绿色版的下载地址 (1.7M)：

[http://qxbbs.org/files/ReGetDx4.2.265\\_G.rar](http://qxbbs.org/files/ReGetDx4.2.265_G.rar)

下载后，解压缩，第一次使用此软件请运行“Run.bat”，以后如果要取消注册（信息注册和文件注册），就运行“UnRun.bat”。运行 run.bat 安装后，如果没有显示中文界面，就从菜单点击 view(查看)==>language==>选择 Chinese(China)，就变为简体中文界面了。

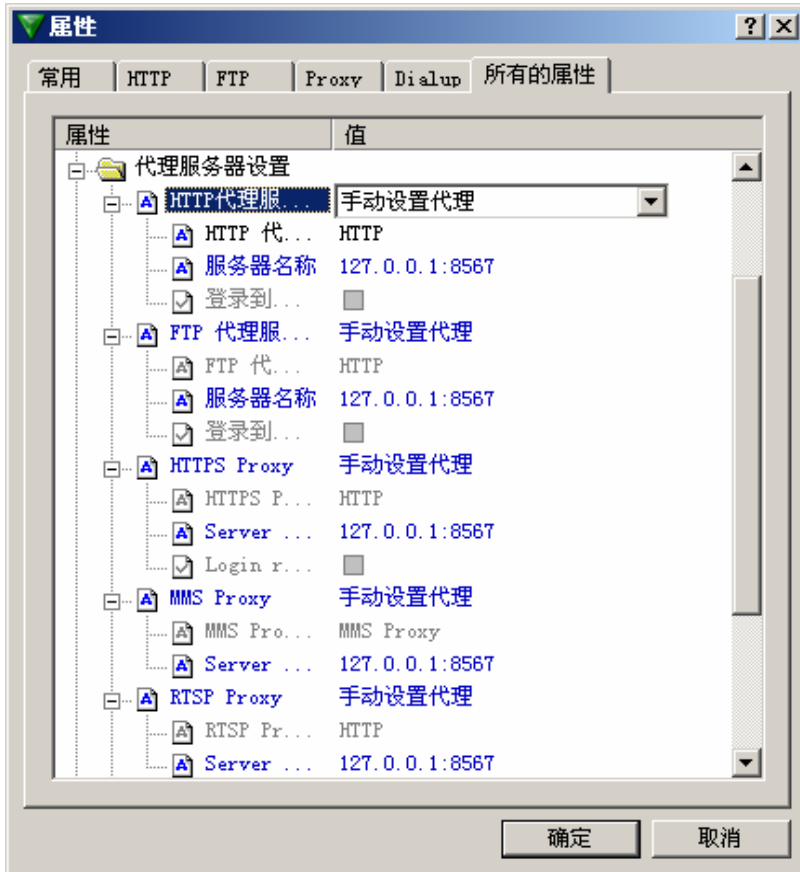
Reget 每次使用后都会在注册表和程序目录留下下载文件的 url 记录，手工清除起来比较麻烦，因此推荐使用这个绿色版本，把它放到加密盘里面，下载完毕后运行一遍“unrun.bat”就可以清除注册表痕迹了，然后点开始菜单——程序——右键删除 ReGet Software 程序组。而且设置的代理也会保存下来，不必每次都从新设置。

**Reget 的代理设置：**Reget 有一个“使用浏览器默认代理服务器设置”的选项，使用 IE 浏览



器里面的代理下载，但是在破网软件偶然退出、或者是退出破网软件之前忘记先退出 Reget 的情况下，容易导致直接连接被封锁网站，因此不推荐使用这个选项，而是手动设置代理。

以设置自由门代理为例，运行 Reget==>程序选项==>User interface==>选择“expert mode”，之后选择“程序选项(P)...”==>点选“所有的属性”选项卡==>双击“代理服务器设置”展开代理服务器设置选项。依次选择“HTTP 代理服务器”等代理设置项目，下拉选择“手动设置代理”，然后输入自由门的 127.0.0.1:8567 代理。设置完成后如下图所示，最后点“确定”保存设置。



下载时，在 IE 窗口中右键单击下载链接，选择“使用 Reget Deluxe 下载”就会弹出 Reget 下载对话框。



点击“Proxy”选项页检查代理设置，可以看到这里的 HTTP 代理服务器和 FTP 代理服务器的类型都是“Use default”，就是使用默认设置的意思，所谓默认设置，就是我们前面在“程序选项/程序选项/所有的属性/代理服务器设置”里面设置和保存的代理选项。这时，点击确定就可以下载了。当然你也可以在这个上面的这个界面里临时修改代理，但由于我们已经在前面设置了默认代理选项，所以我们这里就保持“Use default”选项。

还有一种下载方法，先双击运行 regetdx.exe，屏幕右下角出现绿三角图标，该图标可以通过鼠标拖动来移动位置。上网后将需要下载的文件拖进该三角图标区域，就会出现前面所示的下载对话框，然后点击下面的黄色的按钮打开要保存的文件夹位置，然后点击确定。如果点打开文件夹按钮后面小锥子形状的按钮，就会把这个文件夹设置为默认的下载文件夹。设置以后，再下载文件的时候，就都默认保存到到这个文件夹里面了。



## 9 刻录软件：Nero 和 Alcohol 120%

### 9.1 Nero Burning ROM 刻录软件

我们现在最常用的刻录软件是 Nero（尼禄），有了刻录机以后，资料点就可以用 Nero 软件来刻录各式光盘，如真相 VCD，也可用 Nero 来刻录 VCD/电脑两用光盘。另外 Nero 也可以对已有的光盘制作镜像，以备以后刻录，所以这个软件非常实用。这个软件在 google 上一搜索，到处都是，电脑城的软件盘也都有。在买刻录机等产品时，也常常送 Nero 软件。Nero Burning ROM 6.6.0.18 精简绿色版下载页面 (11.9 mb)：

<http://yuming.flnet.org/news2/html/20/1531.shtml>

要提醒的是：安装 Nero 软件后，在系统盘的 Program Files==>Ahead==>Nero 文件夹中，有一个文件即 NeroHistory.log 是记录有关刻录信息的。右键点该文件==>点属性==>只选“只读”选项==>确定。这样就不记录刻录信息了。

### 9.2 ALCOHOL 120% 刻录软件（可选）

Alcohol 120% 也是一款功能强大的刻录软件，刻录镜像的功能比 Nero 更强，对多部刻录机的支持比 Nero 更好。但缺点是无法编辑制作 VCD 镜像，也无法编辑 VCD 电脑两用光碟。所以我们一般用 Nero 制作好镜像文件后，再用 Alcohol 120%来刻录。不过初学者学会使用 Nero 就行了。Alcohol 120%目录下的 alcohol.log 也是记录文件，可在软件的选项中取消记录或同上方法将 alcohol.log 设为只读。

Alcohol 120% v1.9.5 Build 3105 绿色版中文版下载 (2.57 Mb)：

[http://yuming.flnet.org/ftp/soft/alcohol\\_120\\_\\_1.9.5.3105\\_g.part1.rar](http://yuming.flnet.org/ftp/soft/alcohol_120__1.9.5.3105_g.part1.rar)

[http://yuming.flnet.org/ftp/soft/alcohol\\_120\\_\\_1.9.5.3105\\_g.part2.rar](http://yuming.flnet.org/ftp/soft/alcohol_120__1.9.5.3105_g.part2.rar)

下载后使用 Winrar 解压缩文件，第一次使用时，先运行 Run.bat 文件。进入 Alcohol 120% 界面时显示“载入设备驱动器失败”之类的提示，不管它，按“确定”即可。刻录的时候，在主窗口点左侧的“烧录”按钮，在弹出的对话框里面，选中“尽可能关闭(自动选择最佳写入速度)”、“将缓存填满后再进行烧录”，然后确定。

## 10 PDF 文件阅读及编辑软件

### 10.1 PDF 文件阅读器：Acrobat Reader

我们常见的一种文件格式是.pdf。pdf 格式的文件要用软件 Acrobat reader 才能打开。

在宇明网站的精品软件栏目里有 Acrobat reader 软件。

宇明网站 Acrobat Reader 6 简体中文完整版的下载地址 (24.7M)

[http://yuming.flnet.org/ftp/soft/AdbeRdr60\\_chs\\_full.zip](http://yuming.flnet.org/ftp/soft/AdbeRdr60_chs_full.zip)

在安装完成该软件后，软件会自动识别电脑中的 pdf 格式文件。使用时，只要在 pdf 格式文件上，双击即可自动打开该阅读器。一般不需要其它设置和处理。我们的很多资料都是用这种格式发布的，pdf 格式文件很便于进行打印。

Acrobat Reader 7.0 版本，支持逐份打印，非常省事，但不支持 Windows 98 (Me) 系统。Acrobat Reader 7.0.7 精简优化绿色便携版宇明网站下载页面 (6.02 Mb)：

<http://yuming.flnet.org/news2/html/15/2136.shtml>

对于便携版本来说，第一次使用时运行“Run.bat”，将PDF格式文件及图标建立关联，以后打开“PDF”格式文件时，只要鼠标双击或右键点击该文件，即可自动调用Acrobat Reader打开文件；要卸载注册表中部分相关信息请运行“UnRun.bat”，如果要删除打开文件的记录就双击运行“delfilelog.reg”。

## 10.2 PDF文件编辑软件 Acrobat Professional 和 Foxit PDF Editor

在平时的资料点工作中，有时需要简单修改pdf文件，例如修改个别文字，这时可以结合pdf文件编辑器修改，Acrobat Professional（简称Acrobat，有别于Acrobat Reader）可以完成此类修改工作，Acrobat完全版本个头很大，因此可以下载精简的Acrobat 7.0版本（44.7MB）：

[http://qxbbs.org/upload/file1/4229/20060517\\_acrobat7.0\\_g.7z.part1.rar](http://qxbbs.org/upload/file1/4229/20060517_acrobat7.0_g.7z.part1.rar)

[http://qxbbs.org/upload/file1/4229/20060517\\_acrobat7.0\\_g.7z.part2.rar](http://qxbbs.org/upload/file1/4229/20060517_acrobat7.0_g.7z.part2.rar)

**修改文字：**使用Acrobat编辑pdf文件时，先用Acrobat打开该pdf文件，之后选择“工具==>高级编辑工具==>TouchUp文本工具”，然后就可以使用鼠标点击要修改的文字，编辑文字信息了。

**修改图片：**如果编辑pdf文件中的图片，需要先设置编辑器：“编辑”菜单==>首选项==>TouchUp面板==>点“选择图像编辑器”，浏览选择你要使用的图片编辑器==>确定。编辑的时候，右键点击图片，选择编辑图片，Acrobat便会自动调用关联编辑器打开图片，接着就可以修改图片了，直到满意为止，修改后关闭图片，软件会自动会问“要在关闭之前存储对…的更改吗？”，选“是”返回到pdf文件中，这时就会发现pdf文件中的图片已经修改好了，然后在Acrobat中保存这个pdf文件就可以了。如果要打印的话，先关闭这个修改好的文件，再打开打印，否则有时会出现乱码。

注：这种方式打开的图片，会在系统中生成后缀为.pdf的临时文件，有些图片编辑器，例如Windows的画图程序不一定支持，Adobe Photoshop可以支持这种编辑方式。

**调整对象位置：**有些pdf文件打印出来后不是太对称，或者是一些文字或图片等位置不太合适，这时可执行“工具==>高级编辑工具==>TouchUp对象工具”，选取要移动的对象（包括图片、文本、注释等），作上下左右移动，直到适合你的打印机，移动的时候，用鼠标左键按住对象后，不要松开鼠标，拖动到合适位置后松开鼠标，这时就移动过去了。有些文件打印出来后太靠边，应在打印时选“缩小以适合打印机页边距”。

Foxit PDF Editor 个头很小，可以进行小篇幅pdf文件的编辑，下载地址（2.4MB）：

[http://qxbbs.org/upload/file1/4229/20060411\\_pdf\\_editor1.4.1325\\_g.rar](http://qxbbs.org/upload/file1/4229/20060411_pdf_editor1.4.1325_g.rar)

使用Foxit PDF Editor修改文字时，先打开pdf文档，点击文档中要修改的文字，则在编辑器底部的文本框中会显示光标附近的文字，修改文字后，底部右侧的“更改”按钮激活，点击这个按钮后即可执行更改；修改图片时，点击这个图片，点击“载入图片”按钮浏览图片载入。所有修改完成之后，执行“文件==>另存为”菜单命令保存为其它的pdf文件，保存后打开这个文件，检查是否显示上有问题，确认无误后再进行其它操作。

注意：Foxit PDF Editor容易出现错字，只适合文件只有几页的情况，能够检查的过来。如果要修改页数较多的文件，一定要使用Acrobat Professional编辑。

## 11 影音播放软件

那么我们在电脑上怎样才能看见刻录的VCD等光碟的内容呢？这时可以通过安装影音播放软件来播放VCD上的内容，同时也可以播放音乐和电影文件。

在Windows操作系统中一般都自带Windows Media Player这个播放器，只是不同的Windows版本，Windows Media Player的版本不同。Windows Media Player主要用于播放wmv等格式的文件，如果要播放扩展名为ra或者rm等格式的影音文件，就需要支持rm的播放器了。

这里我们向大家推荐“绿色版万能播放器”。可以在宇明网站下载到，它可以播放常见的很多种影音格式。下载地址（6.3MB）：

<http://yuming.flnet.org/ftp/soft/mpc.zip>

如果你想使用“绿色版万能播放器”播放所有能够支持的声音和影片，可以这样设置：运行程序后==>查看==>选项==>在“格式”选项页里面，按下那个“全部”按钮==>>确定返回。

播放 CD 唱片/VCD 影碟/DVD 影碟的时候，运行“MPC.exe”==>文件==>打开光驱，选择相关的光驱，就开始播放这些碟片了。

“绿色版万能播放器”默认情况下会保存播放文件的路径信息，可以这样设置成不保存：运行程序后==>查看==>选项==>在默认的“播放器”选项页里面，去掉对“保留最近打开文件的历史记录”的选择==>确定返回。以后就不会再记录文件路径信息了。

**注意：**不要安装 Realplayer 这个软件，这个软件安装程序里面含有恶意软件。也不要安装国内的安全性未知的播放软件。

## 12 记事本

记事本是一种简单的文字编辑工具，是操作系统自带的，但是编辑功能很有限。由记事本产生的文件是文本文件，即.txt 文件。打开记事本的方法是：“开始”==>“程序”==>“附件”==>“记事本”为了方便使用可以在桌面上建一个记事本的快捷方式。

记事本窗口的最上面的菜单栏选项很少，有文件、编辑、格式、帮助等几个栏目，每一个中有几个选项，这些选项的功能就是其字面意思，这里就不一一介绍了。

打开记事本后，在窗口中有一个竖杠在闪动，这就是光标的位置指示，当我们在输入文字或进行编辑时，光标的位置就是我们当前工作的地方。

## 13 微软拼音输入法 2003


输入中文文稿时要使用中文输入法。在最右下角的有一个输入法图标，在不同的系统显示的图标有所不同，点一下，在弹出菜单中选择使用的输入法。按组合键 Ctrl+Shift 就可以在几种输入法之间循环切换了，就是说按住 Ctrl 键，然后按一下 Shift 键，就切换到下一种输入法了(可能有的环境是按 ALT+Shift 组合)。在输入汉字时，要使 Caps Lock 键处于小写状态。

当安装 Windows 操作系统时，常用汉字输入法已经安装完成。用户可以根据自己的需要和习惯选用和添加自己熟悉的汉字输入方法。因为自带的汉字输入法不是很好用，我们常常需要另外再装其它的汉字输入法。

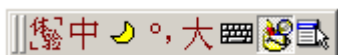
微软拼音2003是微软自己开发的输入法软件，可以同时输入简体繁体汉字。对于不会使用输入法的同修，也可以使用它的手写检索输入方法用鼠标写汉字，识别率也很高。该输入法分为标准版和增强版，增强版带有很多专业词汇，我们使用标准版就足够了。标准版下载地址（[可以直接下载](#)）：

<http://download.microsoft.com/download/4/e/9/4e9141b2-50af-4945-8e55-5fcb26f5c46e/MSPY.msi>

下载后，双击 MSPY.msi 开始安装==>在欢迎界面按“下一步”==>之后在“许可协议”窗口里面选择“同意”，然后按“下一步”==>之后一直按“下一步”，最后安装完毕点“关闭”按钮关闭安装程序，输入法就安装好了。

输入法的使用很简单，在 Word 里面，或者其它可以输入汉字的地方，按下前面提到的组合键，调出微软输入法 2003 输入法，调出之后，最右下角的托盘上就会有一个“MSPY”字样的图标，同时也会出现下面的输入法工具条，这时就可以使用微软拼音输入法了。



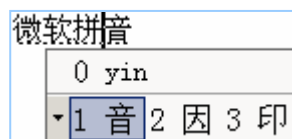


使用的时候，输入汉字的全拼，在下面的候选字的浮动条上就显示对应的汉字，使用鼠标选取或者是按数字选择候选字，如果这页不能显示全就按“+、-”号翻页查找，下面举例说明。

例如输入“微软拼音”，在我们输入的时候，输入完“weiruan”这几个字母后，发现这几个字母被加了下划线“weiruan”，并显示微软的候选词，我们接着输入“pi”，就会看到，然后输入“n”，就显示，微软拼音在词库中组合最可能的“微软拼”，接着输入“y”，微软拼音这时知道微软这两个字没有问题了，就自动把它跳到屏幕上去，这时你可以按空格把“拼音”这两个字跳到屏幕上去。



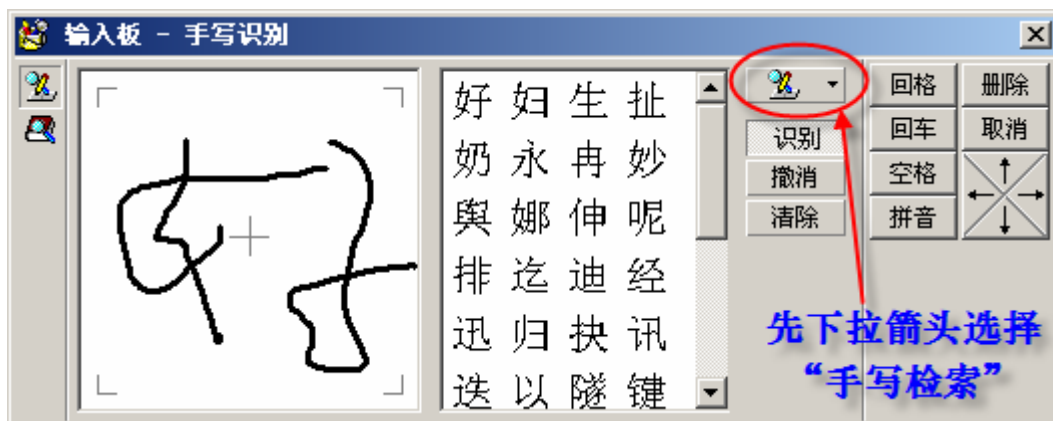
之后会发现“微软拼音”这四个字下面带有虚线，当你使用鼠标在“拼”和“音”之间点击的时候，光标就定位在这两个字之间了（如右图），下面显示的是发音为“yin”的一些候选字，例如如果你想输入“微软拼因”，那就用鼠标按一下那个“因”字，屏幕上就显示带虚线的“微软拼因”，然后按一下空格或回车键，“微软拼因”这几个字下面的虚线就没有了，这几个字就录入到屏幕上去了。



在下面的输入法工具条上，点一下“大”字，从弹出菜单中选择“繁体中文”，就可以输入繁体中文了。在输入法工具条上点一下鼠标右键，之后选择“帮助”，就会打开软件的详细中文帮助了，如果使用遇到不明白的地方，可以通过看中文帮助得到解决。

## 手写检索——用鼠标写汉字

刚开始学习计算机的同修可能不会打字，微软拼音 2003 里有一个手写检索输入方法，你只要使用鼠标描汉字就行了。点一下输入法工具条上的倒数第二个按钮，就会打开手写输入板。打开输入板以后，下拉图中红色圈处的图标，选择“手写检索”，就可以在左面的写字板里手写输入了。



例如用鼠标写一个“好”字，那么打开记事本后，调出微软拼音输入法 2003，点手写输入板按钮，在输入板里面用鼠标写这个“好”字，写完后，中间的框中就显示了可能的汉字，找到正确的汉字，用鼠标点一下，这个汉字就跳到记事本里面去了，同时输入板清空，方便继续输入。如果输入的字在中间的框中没有识别出来，就按“清除”按钮清空输入版，然后尽量一笔一画的写。

## 14 虚拟机软件

虚拟机其实就是一个软件，特殊的是，这个软件里面可以安装操作系统，并且能够执行和真实操作系统一样的操作，例如上网、打印等等。如果把虚拟机文件放在加密盘里面，关闭虚拟机和加密盘以后，就不会有任何信息泄漏了。在主机有病毒木马的情况，如果不在主机和虚拟机之间共享文件，主机的病毒也不会感染虚拟机，对于一些特殊的情况，可以尝试这种方法。

目前有多种虚拟机软件，其中 VMWare 功能较强。虚拟机也有一个比较明显的缺点，启动速度不快，对内存要求高，要求内存至少是 256MB（推荐 512MB 左右），CPU 低于赛扬 1.7GHz 的可能运行就不太流畅了。另外 VMWare 目前只支持 USB1.1 的传输速度。VMware 工作站版本的官方下载地址（84.1 Mb，[可以直接下载](#)）：

<http://download3.vmware.com/software/wkst/VMware-workstation-5.5.1-19175.exe>

MD5 值 = b2aaaac6b8ec8f653640ba9c36296ade 安装序列号：YLT64-MKFFG-8A1DY-4M8ZK

虚拟机软件的具体用法这里就不详细介绍了，如有需要，请参考下面文章：

“介绍使用虚拟机安全上网的方法”

<http://minghui.org/mh/articles/2005/9/27/111292.html>

“VMWare 虚拟机的安全提醒及几条使用经验”

<http://www.minghui.org/mh/articles/2006/1/15/118525.html>

另外，也可以使用虚拟机软件练习安装软件、练习安装操作系统等，在虚拟机中進行的操作，不会影响到目前的操作系统，比较安全。

## 15 全盘加密软件 DCP

全盘加密，就是对操作系统所在的分区進行加密，关闭计算机或断电后，这个分区就表现为一个未格式化的分区，任何其它途径均无法看到加密分区里面的内容。那么这样做的好处是显而易见的，就不必每次都运行“无影无踪”等软件清除痕迹了，也不用担心个人信息会泄漏了。全盘加密是目前最安全的系统，任何人无法使用外力破解，但是制作过程要复杂一些。

符合我们要求的全盘加密软件是 DCP (Drivecrypt Pack Plus)，在低配置机器上也运行良好。只要计算机能够安装和运行 Win2000/XP 系统，就具备运行 DCP 的基本条件了。

对于和家人、同事共用计算机的情况，一个比较好的办法是制作 DCP 双系统，该方案的两个系统中，一个系统做为公用系统，供家人或同事使用、或者自己公开使用，这个公用系统是不加密的，甚至可让家人安装 QQ 等流氓软件；另一个系统则全盘加密，用于突破封锁上网，打印资料等，可以安装任意“敏感软件”，由于是全盘加密，可以不用擦除使用痕迹。两个系统之间完全隔绝，互不干扰。下面文章里面有详细的讨论（包含软件下载和教程索引）：

<http://minghui.org/mh/articles/2006/9/9/137353.html>

DCP 的使用，还有一种方法是制作 DCP 隐形系统，需要系统分区是 Fat32 格式的，创建的时候，在 DCP 公开系统和隐形系统之间保留 999M 的空间，这种情况适合于自己单独使用计算机的环境，启动的时候使用应急盘启动加密的系统，如果不使用应急盘启动就直接進入公开系统，优点是没有任何加密痕迹、不用擦除使用痕迹，缺点是不能备份，创建的时候有些难度。

## 16 看图软件 ACDSee（可选）

如果是 WinXP 系统，系统自带的看图程序就足够了，不必安装这个软件。对于 Win2000 系统，可以辅助使用 ACDSee 浏览图片，安装该软件后，在我们下载的多种图形格式（如：jpg、gif、bmp、png 等）文件上，用鼠标左键双击即可自动用 ACDSee 来打开该图片。一般不需要其它设置。

ACDSee 3.1SR1 安装版下载地址（3.8MB）：

<http://qxbbs.org/files/acdc31sr1b051007.part1.rar>

<http://qxbbs.org/files/acdc31sr1b051007.part2.rar>

下载后解压缩安装就，安装后软件会自动关联图片文件，以后打开图片文件的时候，就使用 ACDSee 打开和浏览了。如果想把图片复制到 Word 文档中，可以用 ACDSee 打开图片文件后，执行“编

辑——复制图像”命令，然后在 Word 文档中，选择“粘贴”命令就可以把图片粘贴进去了。

## 17 视频转换软件（可选）

视频转换在资料点刚建立的时候不一定用的到，这里介绍的目地是先让大家有所了解，以后有需要的时候，就知道使用什么软件了。

如果下载的是 rm 格式的文件，要刻录成视频光盘，必须结合视频转换软件，把 rm 文件转换成 VCD 或 DVD 标准，然后再刻录视频光盘，这时就要用到转换软件。转换质量好的有两个软件：TMPGEnc Plus 和 Mainconcept MPEG Encoder，目前有集成解码器和不集成解码器的版本，选择集成解码器的就可以了，这两个软件的下载页面为：

<http://qxbbs.org/viewtopic.php?t=57869>

TMPGEnc Plus 的版本使用推荐的 2.53 或 2.54 版本，其它版本转换后影音不同步（需要单独指定声音文件才行）。转换 rm 文件的时候，Mainconcept MPEG Encoder 只能用在 WinXP 系统。具体使用的时候，可在明慧网搜索相关信息。

## 第五章 连接因特网的几种方式

其实上网是很简单的，一学就会，而且是人人都能够学会。只要掌握了一些基本知识，就可以做到突破网络封锁安全上网，电脑网络资源就可以为我们所用了。

上网的大致过程是：首先要连通网络==>然后打开浏览器==>输入要访问的网站地址（又叫网址）==>就可以看到输入网址的页面了。就这么简单。不上网时，关闭浏览器，关闭网络连接，就行了。

上网方式一般有：宽带上网(ADSL、LAN)、电话线拨号上网、无线上网（手机、无线网卡）等多种方式。采用什么方式上网，可以根据当地电信、移动、联通等公司的网络开通的情况来确定。宽带 LAN 上网要接专线、宽带 ADSL 上网利用的是电话线，这两种方式速度快；电话线拨号上网只要开通了电话就行；如果没有接通电话、或者经常要移动地方，那就是无线上网最方便了，后两种方式的速度较慢。几种上网方式介绍如下：

### 1 ADSL 上网

目前在国内，ADSL 是最普遍的一种宽带上网的方式。一般在电信申请后，他们的技术员会上门安装。其中需要安装一个虚拟拨号软件，这个虚拟拨号软件的种类也比较多，这里呢我们推荐使用 Rasppoe0.98B。

为了安全，大家不要用中文的 Rasppoe0.98C。也不要国内开发的宽带拨号软件，不要用中国电信捆绑的国产拨号软件，有安全隐患，如果电信已经安装了这类捆绑软件，可以将其卸载后重新装上 Rasppoe0.98B。Windows XP 自带 PPPoE，不需要再安装 Rasppoe0.98B。

最好是使用 Rasppoe，其现在的版本是 Rasppoe0.98B。官方下载地址是(可以直接连接)：  
[http://www.rasppoe.com/RASPPOE\\_098B.ZIP](http://www.rasppoe.com/RASPPOE_098B.ZIP)

安装好虚拟拨号软件后，双击桌面上网连接图标，就会出现拨号窗口，填入已申请好的用户账号和密码，即可上网了。

如果大家有困难，我们建议找当地懂技术的同修帮忙完成下载及安装虚拟拨号软件以及上网的过程。这样比较节省时间又安全。

#### 1.1 Windows2000 下安装 Rasppoe0.98B 的步骤

1、下载 Rasppoe0.98B 软件，解压到一个文件夹。

- 2、在桌面上“网上邻居”==>按鼠标右键==>“属性”==>进入“网络和拨号连接”
- 3、在“本地连接”按鼠标右键==>“属性”
- 4、按“安装”
- 5、选“协议”==>按“添加”
- 6、按“从磁盘安装”
- 7、按“浏览”选定 rasppoe 文件夹所在位置，选中“RASPPOE.INF”
- 8、按“打开”，即自动安装 adsl 拨号协议。期间会弹出多次窗口，全部点确定。  
这时连接上网线后：
- 9、在 rasppoe 文件夹中，双击 RASPPOE.EXE
- 10、在出现的“RASPPOE-Dial-up Connection Setup”窗口中点击  
“Query available PPP over Ethernet Services through Adapter”
- 11、出现 PPPoE 所连接的服务器名称
- 12、按窗口下方的“Create a Dial-up Connection for the selected Adapter”钮后，会在桌面建立一个“Connection through PCI Ethernet Adapter”连接图标
- 13、双击桌面连接图标，出现拨号窗口，填入用户账号和密码（勾选上保存密码）即可上网了。

## 1.2 WindowsXP 下创建宽带连接的步骤

Windows XP 自带 PPPoE，不需要再安装 Rasppoe0.98B，创建步骤如下：

- 1、“开始”菜单==>控制面板==>网络连接==>新建连接向导
- 2、弹出的欢迎页面点“下一步”
- 3、“网络连接类型”里，选择“连接到 Internet”，点“下一步”
- 4、在“准备好”这步，选择“手动设置我的连接(M)”，点“下一步”
- 5、“Internet 连接”对话框里面，选择“用要求用户名和密码的宽带连接来连接”，点“下一步”（注：如果是小区宽带类型，如下一节的“LAN 宽带上网”，则选择“用一直在线的宽带连接来连接”）
- 6、“连接名”对话框，要求输入“ISP”名称，一般不用输入，点“下一步”
- 7、“Internet 账户信息”里面，输入电信或网通等给你的用户名和密码，并在“确认密码”处再次输入密码
- 8、在完成对话框点“完成”按钮关闭向导，之后桌面上会出现一个宽带连接的图标，以后点这个图标就可以拨号上网了。

## 2 LAN 宽带上网

这需要接入专线，有的小区宽带就是这种形式，网络方会给一个上网的 IP 地址、默认网关、子网掩码等数字，都是这种格式，如：61.21.22.222，将这些数据依次填入相应位置就可以了。在 Win2000 中的填入地方是：

在桌面上“网上邻居”==>按鼠标右键==>“属性”==>进入“网络和拨号连接”==>在“本地连接”按鼠标右键==>“属性”，选“internet 协议 (TCP/IP)”，点“属性”，会出现新窗口，点选“使用下面的 IP 地址”。将前面提到的 IP 地址、默认网关、子网掩码等数字依次填入，确定就可以了。

## 3 无线上网

无线上网一般是用能够上网的手机、或者无线网卡与笔记本电脑配合上网，它需要一张开通上网的手机卡。如果能够买到不记名的手机卡更好，这种方式上网相对而言安全一点。

无线上网手机需要带有 GPRS 功能（移动公司）或 CDMA1X（联通公司）。现在市面上无线上网的



方式更新很快，不断有新产品推出，使用时可以在电信找有关的广告资料（免费的）、在搜索网站用手机上网、无线上网等关键词进行搜索，可以找到很多相关的技术文章。下面以西门子手机无线上网为例说明：

Siemens（西门子）3618、6618 手机+笔记本上网(红外线)的设置方法：

#### (1) 手机上的设置

进入“菜单”==>选择“其它设定”==>按右键进入==>上下键翻动到“数据连接”==>选择“GPRS”和“红外线”==>退出。如果有上网数据线也可以通过一条数据线将手机和笔记本电脑连接。

#### (2) 笔记本电脑上的设置

点取“开始”==>“设置”==>“控制面板”==>“网络和拨号连接”==>新建一个连接—在该连接上单击鼠标右键—选取“属性”项==>“常规选项栏”选中“红外调制解调器端口”，在电话号码中输入“\*99\*\*1#”或“\*99\*\*2#”==>确定。为方便，可在桌面上建立此新建连接的快捷方式。

#### (3) 连接上网

将手机上的红外线端口与笔记本电脑的红外线端口对准，这时电脑将在桌面上出现一个名为“无线链接”的小图标，双击上面“新建连接”的快捷方式，即可开始拨号上网。

## 4 电话线拨号上网

电话线拨号上网非常普遍吧，因为只要家里装了电话，就可以利用电话线拨号上网。也就是说只要有电话线就可以上网了。它要求电脑要有 Modem（也叫调制解调器，俗名叫“猫”）。现在的电脑都带有调制解调器，装上驱动程序就能使用了。我们可以先介绍一下在 Windows2000 系统下怎样完成电话线拨号上网。

### 4.1 Windows2000 系统创建拨号连接的步骤

点击“开始”==>“设置”==>“网络和拨号连接”，并双击“网络和拨号连接”，打开“网络和拨号连”页面后双击“新建连接”图标

出现“网络连接向导”对话框后，点击“下一步”

选择“拨号到 internet”，点击“下一步”

出现“Internet 连接向导”对话框后，选择“手动设置我的链接”，点击“下一步”

默认“用拨号调制解调器连接”，再点击“下一步”

然后把“使用区号和拨号规则”左侧的小方框中的“√”去掉，在“电话号码”栏中输入上网卡的号码，如：“165”或“16300”，（这里的上网卡在电信买的 16300 卡、联通的 165 卡等等，上面实际上就是给你一个账号和密码），输入号码后点击“下一步”

把上网卡上面的用户名和密码分别输入在“用户名”和“密码”栏中，点击“下一步”

在“连接名”栏中可随意输入名字，再次点击“下一步”

这时会出现对话框，询问“你想现在设置一个 Internet 邮政帐号吗？”，我们选择“否”，就是否定，然后点击“下一步”，又一个页面产生

在“要立即连接到 Internet……”前的小方框中打“√”，表示现在立即上网；如果不想立即上网，则不打“√”，然后点击“完成”。

点击“开始”==>“设置”==>“网络和拨号连”，并双击“网络和拨号连”，打开“网络和拨号连”页面后，右键点击刚刚建好的拨号上网图标，出现菜单后，点击“创建快捷方式”，出现“……要把快捷方式放在桌面上吗”的对话框，点击“是”，此时，拨号上网图标即可出现在桌面

上。

双击桌面上的拨号连接图标，即可上网。

## 4.2 WindowsXP 系统创建拨号连接的步骤

点击“开始” ==> “控制面板” ==> “网络连接”，并双击“网络连接”，打开后左键点击“网络任务”栏中“创建一个新的连接”，

出现“欢迎使用新建连接向导”对话框后，点击“下一步”

出现“网络连接类型”对话框后，选择“连接到 internet”，点击“下一步”

出现“准备好”对话框后，选择“手动设置我的链接”，点击“下一步”

出现“Internet 连接”对话框后，选择“用拨号调制解调器连接”，再点击“下一步”

出现“连接名”对话框后，在 ISP 下方栏中可随意输入名字（也可不输），点击“下一步”

出现“要拨的电话号码”对话框后，在电话号码下方栏中输入上网卡的号码，如：“165”或“16300”，点击“下一步”

出现“Internet 帐户信息”对话框后，把上网卡上面的用户名和密码分别输入在“用户名”和“密码”及“确认密码”栏中，再点击“下一步”

出现“正在完成新建连接向导”对话框，在“在我的桌面上添加一个到此连接的快捷方式”左侧的小方框中打“√”，然后点击“完成”。

双击桌面上的拨号连接图标，即可上网。

## 5 利用公用账号上网

网络商提供了一些公用的上网账号，只要有电话的地方，采用电话线上网方式就可以上网，如果是笔记本电脑，上网也就变的很方便了；还有一个优点，因是公用账号，用的人可能比自己专门的上网账号要多，可能更安全一点。但是，利用公用账号没有时段优惠，费用要略贵一点，所以这种上网在上网时间不长时使用是很合适的。

一些公用账号如下： 163 公用账号：163 密码：163 ； 169 公用账号：16900 密码：16900 ； 990 公用账号：990 密码：990 ； 96161 公用账号：96161 密码：96161

## 6 使用 200 电话卡拨号上网

200 卡可以在 Win2000 和 WinXP 系统上创建拨号连接，因其上网地点随意，而且不计入电话费内，所以有部份使用笔记本的人群喜欢使用，尤其在农村等偏远地区。使用 200 卡上网，联网后用常规破网方法，与其他上网方法没有区别。只是上网费从 200 卡中扣除。同时，有时市面上卖的 200 卡有较大的打折，比如有的地方可以打到 5 折，比较节省。

具体的方法如下：添加调制解调器，然后用这个号码建立一个连接，在“我的电脑”中选择“拨号网络”，然后右键点击“我的连接”属性栏，在属性栏中将“使用区号与拨号属性”不选，同时在“电话号码”中输入卡号及密码，比如使用 200 卡：

200,,1,,685210236594#, ,1234#, ,1,,8163

其中，“200”是卡名，“1”是提示语言，“685210236594”是卡号，后面需要加“#”号，“1234”是密码，后面需要加“#”号，“1”是打电话，“8163”是当地的拨号电话号码。逗号使用的是英文逗号，一个逗号保持 1 秒钟，逗号只是提示与下一个提示之间的等待时间，用两个较合适，三个也行，不会因为拨号太快而出现错误，拨号反应慢的可以使用多个逗号，有的地区用过 5 个都没问题的。上面内容输入之后再确定该输入，即保存了该设置。

在上网时，连接 8163，用户名和密码都是“8163”，这时上网就是通过电话卡上网了。

（地区不同，类似 8163 这样的拨号号码会有所不同，比如有拨 16900、96163 的，但用户名和

密码一般都和相应的拨号号码相同，这个拨号号码在 200 电话卡的背面就可以找到)

## 第六章 资料点技术上的安全运作

### 1 资料点安全运作注意事项

资料点建立后，我们就要让它能够安全的运作起来，更好的发挥救度众生的作用。在此我们提出几点资料点安全运作的注意事项，希望同修能重视，这也是我们自己能不能对自己负责，对同修负责，对大法负责，对需要我们救度的众生负责的问题。

1) 做资料点工作的同修要重视自身的修炼，再忙也要保证学法的时间，不能把做事当作修炼。师父说：“有的人直到目前还不能专心看书，特别是为大法做工作的人，你们不能用任何借口来掩盖你们的不看书学法啊，就是你为师父我个人做事也得天天静心学法，要实实在在的修。”（《精进要旨（二）》-走向圆满）。学好法，是我们做好资料点一切工作的基础，也是我们能够助师父正法、清除邪恶、救度众生的根本保证。

我们所有的资料点的同修若真正能严格要求自己，能事事、处处、时时、能一思一念都站在大法的基点上、符合大法，那么大法的威力是无边的！“修在自己，功在师父”，师父时刻都在看护着我们呢，正念正行的大法弟子谁也动不了。我们只要以法为师做好三件事，走正自己的路，就能维护我们资料点的安全和稳定。

2) 资料点的同修一定要注意修口，避免产生显示心和欢喜心，不该说的不说，不该问的不问，严守资料来源及做资料的同修和资料点的秘密。对于资料点的事除了资料点的同修和负责协调的同修外，没有必要让其他的同修和常人知道，资料点和协调人尽量保持单线联系，另外我们在说资料点的事时一定要注意防窃听的问题。在平时的集体切磋、交流时也应修口。

3) 资料点的电脑除了我们推荐的软件外尽量不安装或是少安装别的软件。除非你自己能保证这些软件的安全。安装应用软件要遵循一个原则，不需要的一律不装，特别是国内的软件和汉化程序，很多里面都有后门和病毒等不好的东西。

4) 所有的大法资料和敏感文件都应该保存在 TrueCrypt 和 Dekart Private Disk 建立的加密盘中，对这些文件的操作也要要在加密盘中来完成。同修间使用移动硬盘或优盘传送文件时也应该在移动硬盘或优盘上先建一个虚拟加密盘文件，再把这些资料放入加密盘中来传送。TrueCrypt 和 Dekart Private Disk 将在后面章节介绍。

5) 我们使用过什么软件或是看过什么都可能在电脑上留下痕迹，每次上网或工作后都要使用无影无踪或者清除专家就可以清除这些痕迹。

6) 关于资料的要来源，除九评、苏家屯内幕等视频资料需要在放光明和新视觉下载外，其它的资料明慧网都有，这些打印类的真相资料一定要来源于明慧网。在视频光盘中额外添加的内容，也要看明慧网的态度，严格把关，用法去衡量其真伪。

真相资料的明智选材，是我们资料点安全运作的重要因素之一。在制作真相资料的选材上没有随意性，想怎么做就怎么做是不可以的，（比如有人根据自己的观点自编、或自选其它网站内容）。为了我们资料点长期安全的运作，敬请认真对待这个问题。

7) 再就是每当工作做完后，该收拾的收拾，该整理的整理，特别是印废的纸，及时妥善处理，不要乱扔乱放。如有外来常人进屋，在房间内找不到任何大法资料工作的痕迹，跟一般常人的家没有什么两样。

8) 手机不管是否开机都可被监听，座机在挂机的情况下也可当窃听器，建议同修谈敏感话题时远离座机，或暂时拔掉电话线，将手机电池取出。打手机或座机，只能用公共电话打进，手机与手机，手机与座机不要串打，不能抱任何侥幸心，更不要用联系大法工作的手机与自己家中亲人打，避免节外生枝，被钻空子。这样，手机很少有打出的电话，可以告诉同修用公用电话打进，但手机

不要接，再用手机回拨公用电话的方式，这样就避免了手机没有打出电话的弊端了。请参考明慧网 2006 年 7 月 7 日文章《关于手机安全的回答》。以及明慧网 2004 年 5 月 31 日《手机串号修改》，明慧网有许多这方面知识，进行搜索即可。

## 2 计算机的安全设置

### 2.1 网络连接的安全设置

通常 Windows 在安装网络连接时，自动的把“Microsoft 网络”绑定到网络连接上，就会产生安全问题。需要去掉网络连接上绑定的“Microsoft 网络”。设置如下：

从“控制面板”进入“网络连接”，可以看到计算机中已经安装的网络连接，如本地连接、拨号连接的一些图标等。

在“本地连接”或其它的连接图标处，点右键，选“属性”，将出现新选框，将“Microsoft 网络客户端”和“Microsoft 网络的文件和打印机共享”这二项前面的“√”取消或点“卸载”卸载它们。如果是 Windows 98、Windows Me，还包括“Microsoft 家庭登录软件”这项。

如果在选框中还有“IPX/SPX/NetBIOS 协议”、“NetBEUI 协议”，也需要取消或卸载。

在选框中点选“Internet 协议（TCP/IP）”，点其下面的“属性”，进入“Internet 协议（TCP/IP）属性”设置，点“高级”，进入“高级 TCP/IP 设置”，点 WINS，然后选“禁用 TCP/IP 上的 NetBIOS”。

### 2.2 IE6 的安全设置

打开 IE 浏览器，在 internet 选项中，将“ACTIVEX 控件和插件”中的全部子选项（共有 5 个）都设置为禁用；将“JAVA”中的子选项“JAVA 权限”设置为“禁用”（安装了 JAVA 虚拟机后会有此选项）；将“脚本”中的全部子选项（共有 3 项）全部设置为禁用。具体步骤是：打开 IE 浏览器后，

1. 在菜单栏中选择工具==>然后在子菜单中选择 internet 选项==>在弹出的对话框里点击“安全”选项页==>然后点击“自定义级别”==>ActiveX 控件和插件==>全选“禁止”==>然后在脚本中的“Java 小程序脚本”选禁止==>登录中选“匿名登录”==>“脚本”中的全部子选项（共有 3 项）全部设置为禁用==>将“JAVA”中的子选项“JAVA 权限”设置为“禁用”==>将“.Net Framework 相关组件”（如果有）全部禁用==>确定

2. 工具==>internet 选项==>内容==>自动完成==>“自动完成功能应用于”下面选项中的对号全部去掉==>确定

3. 工具==>internet 选项==>高级==>“安全”下面，不选择“关闭浏览器时清空 Internet 临时文件夹”，其它选项都选上==>确定（注：无影无踪等可以安全擦除临时文件夹）

4. 工具==>internet 选项==>隐私==>移动滑块到“阻止所有 cookie”==>确定

请注意：很多国内网站和有的国外 email 网站都要求要 cookie，这时需要将该选项临时选为“默认”==>确认，用完后再改回。最好使用国外不要 cookie 的信箱。同时，在 ZoneAlarm 防火墙中也要将“cookie control”降到“Med.”或“Off”，见后述。

### 2.3 操作系统的安全设置

#### 关机前清除交换文件信息

页面交换文件里面会记录一些文件等信息，可以通过一些特殊的程序查看，需要在关机前清除里面的内容，步骤如下：打开“控制面板”，点击“管理工具”==>“本地安全策略”==>“本地策略”==>“安全选项”，双击其中“关机：清理虚拟内存页面文件”（Win2000 为“在关机时清理虚拟内存页面交换文件”）一项==>在弹出对话框中选择“已启用”选项，单击“确定”即可。这样设置以后，安全性增加，但关机时间可能会有所增加。



## 禁止转储文件

转储文件是在 Windows 失败时，把内存的内容转储到硬盘上，这就不符合安全的要求，禁用方法如下：打开“控制面板”，点击“系统”==>“高级”==>“启动和故障恢复”==>“设置”，将“写入调试信息”这一栏设置成“无”，同时不选择“将事件写入系统日志”。另外，开始==>运行==>输入 regedit 后回车==>找到注册表键[HKEY\_LOCAL\_MACHINE\SOFTWARE\Microsoft\DrWatson]，创建一个 DWORD 类型的子键“CreateCrashDump”双击该子键，取值为十六进制的“0”。

Dr. Watson 也会在应用程序出错时保存调试信息，在注册表中找到并删除下面子键：

HKEY\_local\_machine\software\Microsoft\WindowsNT\CurrentVersion\AeDebug

## 关闭通知区域，禁用系统任务栏图标（XP 系统）

“通知区域”也叫作“系统任务栏”，就是在系统时钟所在的区域，默认情况下，XP 系统会记录所有最小化到通知区域的程序的图标，例如自由门图标等。通过在“任务栏”点击鼠标右键，选择“属性”，在弹出的对话框里面，点“自定义”按钮，就可以看到这些以前运行过的程序的痕迹。

安全起见，要禁用 XP 的这个功能，使系统不记录运行过的程序的图标，并且禁用前面所说的“自定义”按钮，设置如下：

打开注册表，在注册表编辑器左侧列表的项目中，找到下面的注册表子键：

HKEY\_CURRENT\_USER\Software\Microsoft\Windows\CurrentVersion\Explorer\TrayNotify

点击展开这个注册表子键==>在右侧窗口中，删除 IconStreams 和 PastIconsStream 这两个键值==>右键单击左侧列表中的 TrayNotify 图标，选择“权限”==>在弹出的权限设置对话框里面，把上面列表中的每个用户的“完全控制”选为“拒绝”==>确定。

点“开始”菜单==>运行==>输入“gpedit.msc”后回车==>用户配置==>管理模板==>双击右侧的“任务栏和「开始」菜单”==>双击“关闭通知区域清理”==>选择“已启用”==>确定关闭。（注意，不要选择“隐藏通知区域”，不然会隐藏所有的通知区域图标）

Ctrl+Alt+delete 组合键打开“任务管理器”==>“进程”==>在“映像名称”栏目里面找到这个名称“explorer.exe”==>点“结束进程”按钮结束这个进程。之后任务栏会消失，不过没关系，在“任务管理器”中点“文件”菜单==>“新建任务(运行...) (N)”==>在新的对话框中输入“explorer”，确定==>任务栏会从新显现。

这样设置以后，就删除了原来已经记录的图标痕迹，以后也不会再记录了。

## 关闭 XP 的自动播放功能（可选）

最近有很多病毒都是通过 XP 特有的自动播放功能来传播的，对传递的 U 盘以及移动硬盘，mp3 等交叉感染病毒的，有的此类病毒还带有木马特征，会自动连网。因此，对防护要求较高的可以屏蔽这个自动播放功能，具体步骤为：点击开始——运行，输入“gpedit.msc”，打开组策略管理器，进入计算机配置——管理模板——系统，把“关闭自动播放”启用。这样设置以后，打开 U 盘或移动硬盘时，在资源管理器中打开，或者使用右键打开，就能预防这些病毒感染计算机。

## 2.4 设置防火墙防止误连禁网

有时候，会不小心在没有使用破网软件加密的情况下，不小心点击了禁网的连接，比如有时退出了破网软件但没有关闭打开的网页，有的网页是自动刷新的，就会发生这种情况，或者你自己忘记了已经关闭了破网软件，从而又点击了已打开网页中的禁网连接。那么如何避免这种情况的发生？或者如何破除这种情况发生时所导致的不安全因素呢？

首先，准备 2 个浏览器，比如 IE 和火狐，一个用来平常上网，另一个用来破网访问禁网；比如假定我们平常用火狐访问普通网站，破网时用 IE 访问禁网。并且使用 IDM 破网下载。

可以这样设置防火墙，首先将 127.0.0.1 设为信任区域，方法是单击下方的 Add（添加）按钮，选择 IP Address（IP 地址），Zone（区域）里下拉选 Trusted（信任），输入 127.0.0.1，在最下面任意添加一个说明，然后确定即可。

接下来在程序控制的“访问”栏目里，将你用来破网的软件一律设置为禁止访问 Internet，但允许访问 127.0.0.1 信任区域，这样一来，即使在退出破网软件时不小心点了禁网连接，我们自己的防火墙就给挡住了，不会将连接请求发出去，从而避免了不安全的连接请求。

以使用 IE 和 IDM 为例，在防火墙的程序控制里，设置程序的访问权限（关键）：

IE 的正确设置应为：        ? X X X X

IDM 的正确设置应为：        ? X X X X

Generic Host process 正确的设置应为：    ? ? ? X X

其余程序除破网软件外都禁止。每个人的网络情况都不一样，有的人可能 services and controller app 和 Windows Explorer 也要放行。（要选“？”而不要选勾，这样就可以全面控制每一步，当出现不正常情况时随时停止）这样 IE 和 IDM 就不允许直接访问 Internet，只能访问信任区域 127.0.0.1，也就是必须要走破网软件的代理，否则上不了网。

破网前还要检查下载工具的设置，以 IDM 为例，“使用 Http 代理”、“使用 Https 代理”，和“使用 FTP 代理”这三项全选勾，并填上你要使用的破网软件的代理。一定要在破网前填写好。（重要）

### 3 加密盘程序 TrueCrypt 和 Dekart Private Disk

所谓加密盘，就是加密了的文件，使用这些文件的时候，必须要用密码才能打开，打开之后，在电脑中显示的是一个新的盘符，操作时就象操作电脑中已经有的 C 盘、D 盘的一样方便。关闭加密盘后，它不再以一个盘的形式存在，仍旧恢复为电脑上的一个文件，别人根本就不知道这个文件里面还存放着很多文件，所以也把这些加密的文件叫加密盘文件。也叫虚拟加密盘。

我们可以在加密盘里面存放任何文件，也可以在里面安装应用程序等等，我们可以在电脑中建立起若干个加密盘文件，这些加密盘文件就象一个个加密的保险箱一样，只要是在这个加密盘里的任何资料都是被加密的。我们用这些加密盘来储存敏感资料和需要保密的资料。只要密码长度足够，加密盘基本就是无法暴力破解的了，不必担心安全性。

在装机后，我们可以在电脑的硬盘中任何一个地方建立加密盘，也可以将加密盘建在软盘、移动硬盘、优盘等里面随身携带或保存在什么地方。加密盘建的大，里面可以储存很多资料；建的小可以当作一个加密文件，就象 PGP 加密文件一样来传送。

我们以后要养成一个好的习惯，把所有敏感文件都存放到加密盘里面，如果使用 U 盘或移动硬盘，也要在里面建立加密盘，不要直接复制或保存文件。有人图方便，整理敏感资料时明晃晃的放到硬盘或桌面上，这种做法非常不可取。敏感文件读写的整个过程都不能直接在硬盘上操作，例如下载，编辑文档，都要在加密盘里面操作。

我们推荐使用 TrueCrypt 和 Dekart Private Disk 创建加密盘，下面我们介绍一下软件的使用：

#### 3.1 TrueCrypt 的使用

TrueCrypt 是一个免费的绿色加密盘软件，自带中文界面，如果你的操作系统是 Win2000/XP，推荐使用 TrueCrypt。TrueCrypt-4.2 简体中文版下载(961KB)：

<http://qxbbs.org/files/truecrypt4.2.rar>

“Truecrypt 4.0 新手入门闪画教程” (3.7MB)：

[http://qxbbs.org/article/uploaded\\_software\\_for\\_download/10/tutorial\\_tc40.rar](http://qxbbs.org/article/uploaded_software_for_download/10/tutorial_tc40.rar)

使用前请先观看闪画教程，就可以快速的掌握使用方法了，下面介绍一下简单的使用步骤，在

实际创建的过程中，刚刚开始的时候先创建几个小的加密盘练习怎样用，熟悉了之后再建大的加密盘存储重要文件。

TrueCrypt 既能够加密文件，又能够加密整个分区，TrueCrypt 不会在注册表中留下使用痕迹，目前也没有技术能够识别加密盘文件是使用 TrueCrypt 加密了的，隐蔽性非常好。

### 加密盘的创建

- ① 打开程序 Truecrypt，点击界面左中部的“创建加密卷”按钮；
- ② 在下一个窗口，选择“创建隐藏的 Truecrypt 加密卷”，然后点击“下一步”；
- ③ 点右上部的“选择文件”，选择将要新建的加密盘的存放位置及名字，比如 abc.rar 等，然后点“下一步”；
- ④ 出现新窗口，继续点击“下一步”，输入加密盘的大小，原理上可大可小，根据自己需要而定。之后，点“下一步”；
- ⑤ 输入加密盘的密码，再输入相同的确认密码。如果密码少于 20 个字符，会出现警告，此时点击“是”选择刚输入的密码，或点击“否”将密码改为至少 20 个字符；然后点“下一步”。
- ⑥ 点“格式化”，自动对加密盘进行格式化，格式化完成后弹出新窗口，点“确定”，加密盘创建完成。
- ⑦ 点“下一步”可继续创建另外的加密盘。点击“退出”就退出了加密盘创建向导。

### 使用加密盘

- ① 打开 TrueCrypt 程序；
- ② 点右下部的“选择文件”，选择已创建的文件柜（比如：abc.rar），点左下角的“载入”按钮，（如果弹出新窗口“请从此列表中选一个闲置的驱动器名”，用鼠标在大框中随便点一个没有使用的盘符就行，然后再点“载入”）。
- ③ 在新窗口中输入密码，点击“确定”，加密盘就显示为我的电脑里的一个新的盘。
- ④ 现在就可以将敏感文件放在加密盘里保存了。其操作与一般的文件复制、编辑等等完全相同。只是这里面的文件是加密的。
- ⑤ 退出加密盘：在操作完加密盘后，点下部的“全部卸载”，这样就将加密盘关闭了。然后点击“退出”，可以退出 TrueCrypt 程序。

如果用移动盘保存数据，也可以使用 TrueCrypt 加密设备的功能，例如把移动硬盘分为两个分区，加密其中一个分区，或者是直接加密整个硬盘。

### 几点注意事项

- (1) 保证密码位数；最好 20 位以上的数字、字母、符号组合；
- (2) 输入密码时，请注意区分大小写，请查看 Caps lock 键的状态；
- (3) 放置加密文件到系统目录或优盘等任何你认为安全的地方；
- (4) 可以给加密文件起系统扩展名，如“\*.dll、\*.sys”；
- (5) 把加密盘软件保存在其它较隐密的系统文件目录内或其它地方，一定不要和加密文件放同一个位置；
- (6) 尽量不要建立“快捷方式”到桌面；
- (7) 敏感或重要文件一定要保存在加密盘中，不要明文存放任何重要的文件。
- (8) 建议备份一下加密盘文件，在偶尔出现问题时能够避免和减小损失。

## 3.2 Dekart Private Disk（可选）

如果你的系统是 Windows2000 或 WindowsXP，那么推荐你使用 TrueCrypt 加密盘程序，当系统为 Win98/ME 的时候，可以使用这个软件，Dekart Private Disk v. 2.05 汉化绿色版下载（801KB）：

[http://yuming.flnet.org/ftp/soft/private\\_disk.rar](http://yuming.flnet.org/ftp/soft/private_disk.rar)

它是绿色软件，不需要安装，可以保存在任何一个你觉得安全的地方（比如优盘等）。

### 创建加密盘

双击运行“PrvDisk.exe”，出现 Dekart Private Disk 控制窗口，在最上一排有 4 个栏目，我们主要用“磁盘”栏目。

鼠标点“创建”==>在新框中根据你的需要输入这样几项：要创建的虚拟磁盘保存的位置（点“浏览”处==>输入文件名==>点保存）和大小（在“磁盘容量”处）==>点“创建”==>要求输入口令（即密码，最好是 20 位以上），在“确认”部份再次输入相同的口令==>确定==>开始创建加密盘，创建成功后要求“格式化”==>“确定”==>在出现的格式化框中点“开始”==>出现警告框，点“确定”==>格式化完成点“确定”==>“关闭”格式化窗口==>加密盘创建成功。

### 打开加密盘

在软件 Dekart Private Disk 的目录下双击 Prvdisk.exe 启动软件==>磁盘==>连接==>找到你保密存放的加密盘，点击后==>弹出密码框==>正确输入密码==>确定==>加密盘自动被打开。

这样，在电脑中会出现一个新的“可移动磁盘”，这就是你的加密盘。然后可以按照磁盘的常规操作，在里面存、取文件等。

### 关闭加密盘

方法 1：在该软件的控制窗口上点“断开”按钮，

方法 2：在软件的“选项”中可以设置几个键组合成的快捷关闭方式，根据自己的习惯去设定。

### 修改加密盘密码

双击 Prvdisk.exe 启动软件==>磁盘==>属性==>在新框中找到你保密存放的加密盘，点击后==>弹出密码框==>正确输入密码==>弹出属性修改窗口==>点“密码”==>再次输入新密码==>“确定”==>“更改”，这样下次使用时就是新密码了。

注：要修改密码的加密盘需要先关闭，已经打开的加密盘是不能修改密码的。

由于 Dekart Private Disk 提供了对加密盘文件暴力破解的选项，所以密码长度一定要足够，建议使用 20 位长度的密码。

## 3.3 利用 TrueCrypt 和 Dekart Private Disk 安全保存和传送文件

TrueCrypt 和 Dekart Private Disk 可以创建几乎是任意大小的加密盘，利用这一特性，我们可以创建适当大小的加密盘，把它做为邮件的附件来传送给对方、或者在自己的信箱保存一些敏感的文件。只要对方也装有这个软件，同时通过其它渠道将密码告诉对方，对方得到这个加密盘文件后就可以打开了。因为敏感文件是在加密盘中加密的，在网路上传送也是安全的。

同时，明慧网为我们提供了站内邮箱，给我们创造了一个临时保存文件的空间，我们将敏感资料装在加密盘后，就可以将这个加密盘文件传到明慧站内邮箱中安全保存。明慧站内信箱的有关情况见后述。

## 4 清除痕迹软件：无影无踪、清除专家

在电脑上按 Shift+delete 组合键直接删除文件、清空回收站、对磁盘分区快速格式化、在 DOS 或 Windows 下完全格式化分区、多次完全格式化分区——这些操作都无法彻底清除已经删除的文件痕迹。另外我们在上网和运行电脑时，常常会在电脑中留下运行记录，为了安全起见，我们需要随



时清除这些运行记录。一般的清除操作，例如 IE 的清除浏览缓存、或者 Firefox 浏览器内置的清空浏览器缓存功能，都无法做到彻底删除，都能够被一些恢复工具等恢复出来信息。

上面的情况就需要使用无影无踪或者清除专家等软件来安全擦除文件，软件中最多的擦除次数是 35 次擦除，也是最安全的擦除，但是比较消耗时间，一般使用 7 次就可以满足要求了。

现在，有两款我们同修编制的有效的痕迹清除软件：无影无踪（WYWZ）和清除专家（ClearExpert），都是 2005 年中期新出的，都还在更新中，各有所长，两者可以配合使用。（注：清道夫 4.12 也可以清除痕迹，但是清除功能不如上面两个软件，不作推荐）

这两个软件都有详细中文使用帮助，软件使用也很简便，也比较类似。下载地址：

无影无踪：<http://medial.minghui.org/software/2005/7/4/WYWZ.zip>

清除专家 1.91：<http://package.minghui.org/mh/2005/9/27/cs.zip>

这两个软件常用的方式有两种：一是电脑中各种痕迹的整体擦除，一是单个文件的永久删除。

我们以“无影无踪”的使用为例，作一个简单的介绍。

① 启动“无影无踪”软件后，默认显示的就是“使用痕迹”擦除界面，点击底部的“擦除”按钮就可以整体擦除多项使用痕迹，这个要经常做，每次上网或工作以后，都要清除电脑中的痕迹。

② 点击程序窗口右侧的“自定擦除”按钮，再点右侧的“添加项目”按钮，弹出添加内容对话框，要彻底的安全删除某个（些）文件或文件夹时，选择“擦除文件”或“擦除整个文件夹”浏览到要擦除的内容==>确定返回==>推荐选择 7 次擦除，如果要求很高，也可选择 35 次擦除（注：数字为擦除的遍数）==>“擦除”==>擦除时会显示擦除对话框，完毕后会返回软件主界面。

③ 【无影无踪】也可以使用鼠标右键直接删除文件，不过需要先设置后才能使用。设置的时候，点击程序窗口右侧的“软件设置”按钮，选择下面三项：

【文件】和【文件夹】右键菜单添加【WYWZ】擦除功能

【回收站】右键菜单添加【WYWZ】擦除功能

【磁盘】右键菜单添加【WYWZ】擦除未使用磁盘空间功能

然后点“设置”按钮，就可以使用右键删除功能了，使用右键擦除的使用，如果不使用右键擦除功能了，就取消选择并再点一下“设置”按钮。

“无影无踪”软件附有详细的中文帮助，解释了软件的各个功能，建议使用前先阅读一遍。

“清除专家”也具有和无影无踪相似的功能，使用非常简单，具体使用方法请参考中文帮助。

**注意：**无影无踪在 FAT/FAT32 分区格式（Windows98/ME 的分区格式，2000/XP 系统也有的采用）下无法清除中文文件名痕迹，这种情况下，需要每隔一段时间就要使用无影无踪的擦除未用磁盘空间功能（可在“自定擦除”里面添加）。如果系统分区为 FAT32 格式，推荐使用清除专家，并且选择文件后，使用右键菜单中的“发送到”→“Bcwipe 彻底删除”方式删除文件；如果先删除到回收站后再使用清除专家删除，有时也无法彻底删除中文文件名痕迹。如果系统分区是 NTFS，无影无踪、清除专家都能够起到彻底擦除的作用。

推荐使用更加安全的 NTFS 格式，目前的 Ghost 软件支持 NTFS 格式，除了创建 DCP 隐形系统外，没有非用 FAT32 格式不可的理由。要把已有的 FAT32 系统分区转换为 NTFS 格式，先使用 ghost 备份这个系统分区，之后执行“开始”--运行--输入“convert C: /FS:NTFS”后回车，按照提示操作，重启机器后就会完成转换了，这里 C:指 C 盘。

如果你的某个磁盘分区以前曾经明文存放过敏感文件，一定要使用无影无踪或清除专家的未用磁盘空间擦除功能擦除。以后把所有的敏感文件全部存放在加密盘里面，这样就不会在硬盘分区上留下敏感文件的痕迹了。

如果遇到清除专家出现只改名不删除的情况，请参考这个帖子：

<http://qxbbs.org/viewtopic.php?t=120485>

# 第七章 突破网络封锁安全上网

## 1 网络封锁的现状

每台计算机上网时都会分配到一个 IP 地址，IP 地址就象上网的身份证，如果没有安全措施，上网的一切都将记录，通过查 IP 就能够查到是那台电脑在上网。在国内论坛发带有被封锁关键字的帖子、直接发送带有关键字的电子邮件等等也都会泄露 IP 地址。所以要浏览敏感网站（这里指的是被中共封锁的正义网站），为安全起见，必需采取一些安全措施才能不泄露真实的 IP 地址。下面在介绍上网软件的同时，我们会结合着介绍必要的安全设置。

魔高一尺，道高一丈。尽管邪恶对网络进行非法封锁，但是，只要我们使用破网软件，那么只要有网络，它们就是封不住的。

在全球正义力量的共同努力下，已经开发出了多种突破网络封锁的软件，一般也叫加密代理。这些软件的使用都非常简便，几乎是只要上网时启动这些软件就行了，通过这些软件上网，其数据流全部是加密的，邪恶集团也就无法知道上网的真实内容了。这就是常说的突破网络封锁安全上网。

## 2 上网的一些注意事项（重要）

这个小节的内容请先仔细阅读，以后这样做时可以减小不少因为疏漏造成的误连情况，有的名词不明白没有关系，先了解一下，在随后的介绍中会解释。

### 使用新版本破网软件

使用破网软件突破封锁后，可以到各个破网软件的主页查看破网软件的最新进展情况。新版本的突破封锁能力比老版本要强，使用的时候尽量使用软件的最新版本。

### 下载大文件必须使用代理服务器

直接用破网软件下载大文件不安全，用破网软件下载大文件时一定要在破网软件里面设置国外代理服务器，或者使用 multiproxy 之类的软件分担流量。

### 使用破网软件下载前，先设置好下载软件的代理

建议大家在使用破网软件破网之前，先设置好下载软件的代理，例如 IDM 这样的下载软件，你把下载地址输入到下载框的时候，它就已经开始下载了，只是没有显示进度而已，如果不预先设置好代理，就会直连敏感网站。其它下载软件，也建议提前设置好代理。

例如，在自由门的默认启动方式是代理模式，就是说不再是以前可以直接使用 IDM 或 reget 下载的 127.0.0.1 开头的网址了，而是直接网址。那么大家在使用下载软件下载文件之前，要先检查自由门是运行在何种模式下，如果是代理模式（右下角的小鸽子图标是一闪一闪的），就一定要先设置好下载软件的代理为自由门的 127.0.0.1:8567。

### 上网完毕程序的关闭顺序

**注意：**退出破网软件前，一定要先检查一下，先关闭 IE 或 firefox 等用来上网的浏览器和 IDM、reget 等下载软件，然后再退出破网软件。为了增加安全性，也可右键点击 Zonealarm 的任务栏图标，选择“停止所有 Internet 活动”，然后逐个关闭浏览器、下载软件、最后关闭破网软件。

### 不上网的时候断开网络

由于下载的一些 htm 等类型的文件中可能含有被封锁网站的链接，不小心点击就会连接出去，如果你的下载软件设置为浏览器集成，点击后就会直接下载页面里的文件，但由于网络是封锁的，所以就会不断的发送下载请求，容易引起邪恶注意。也有的保存下来的 htm 文件可能在打开后会自动刷新连接网络。这就不安全了，所以在不上网的时候，一定要断开网络，和使用 Zonealarm “停

止所有 Internet 活动”，这样可以最大限度的保证使用安全。还要提醒一点，就是在浏览常人网站的时候，尽量不要打开和查看以前在被封锁网站下载的 htm 类型的文件，避免误连接网络。

### 访问哪些网站

对于刚刚接触网络的同修，尽量只使用破网软件浏览明慧网、黎明网、放光明等我们自己的网站，在这些网站下载资料等，不要使用破网软件访问国内网站。

同时，应该在上完国内网站后，运行无影无踪或清除专家擦除使用痕迹，之后再运行破网软件破网，破网之后也要使用无影无踪等擦除痕迹；或者使用例如 IE 和 Firefox 这样两种不同核心的浏览器各司其职，Firefox 用于浏览国内网站，IE 用于结合破网软件突破封锁。

### IP 安全和痕迹清除

在访问国外免费邮箱的时候，推荐先检测一下看看自己的 IP 是否泄漏。你可以访问下面这 2 个网站进行测试：

<http://www.stayinvisible.com/cgi-bin/iptest.cgi>

<http://www.stilllistener.com/checkpoint1/Java>

对照这个 IP 看看是不是你所在地区的 IP（可以在 Google 上搜索“IP location”或“IP 归属地”来查询这个 IP 的归属地），如果只是访问信任的网站，泄漏 IP 的问题不大，但是如果在泄漏了 IP 的情况下，使用者不知情的访问其它的非安全站点，就可能存在一些安全隐患。

设置方法请参考前面的“IE6的安全设置”，如果设置正确的话，通过破网软件访问后，这2个测试地址都不能看到你的真实IP。

上网的时候，也推荐先打开一个查端口的软件，例如Tcpview，开机后，首先不连接宽带，而是先打开查端口的（包括查远程IP地址和自己电脑内的进程）软件，确定自己的电脑里没有异常的情况后，再连接宽带。

上网完毕后，要使用无影无踪或清除专家清除一下，避免在机器上留下明文的访问痕迹。

### 及时更新安全补丁和病毒库

因为 Windows 系统在发布后，常常发现有安全漏洞，如果不及时更新 Windows 安全补丁，会使一些病毒和木马有可乘之机，由于这些安全漏洞直接影响到上网安全，所以我们要及时打补丁。更新方法参考第二章中关于操作系统升级方面的介绍。

此外也要及时更新杀毒软件的病毒库，并且要保证杀毒软件的实时监控功能一直是打开的，避免无意中感染间谍程序和病毒。

## 3 利用加密代理软件突破网络封锁

### 介绍几种破网软件

这些破网软件包括：自由门（freegate）、动网通（dynapass）、无界浏览（UltraSurf）、火凤凰（Firephoenix）、世界通（GPass）等。

这些软件多数都是绿色软件，不需要安装，软件很小，使用很简便。可以根据当地的网络情况，选择一个速度快的使用就行了，当然一次只需要打开一个破网软件就行了，不是几个同时打开。打开一个封锁网站后，就象开了一个大门，其中会有其它很多被封锁的正义网站的链接，那么其它的网站也就能看到了，从此可以看到外面真实的世界了。

破网软件种类比较多，可能刚接触的同修觉的比较复杂。那么可以选择其中一个着手，以自由门为首选。其它的可以慢慢熟悉使用。

### 什么是加密代理

我们经常听到“代理”这个名词，有时也叫“代理服务器”，是什么意思呢？代理服务器的功



能和它的字面意思是一样的，就相当于一个网络信息中转站，把你的网络绕个弯，通过它把你和目标网站连系起来。例如，国内的电信和网通之间的互相访问速度很慢，于是有一些人就找到国外的代理、或者是国内速度快的代理，来访问对方的网络，达到加快访问速度的目地。

所谓加密代理，就是你访问的整个过程都是加密的，例如自由门、无界浏览、花园等软件都可以为我们找到代理一些代理服务器，在你的计算机和国外被封锁网站之间建立了一个安全的连接，这个连接可以突破中共的网络封锁，只要你的网络操作通过自由门，就是加密的了，中共的网络封锁也就不知道你都收发发了哪些数据，所以叫作加密代理。

举个例子说，在使用自由门破网软件的时候，自由门软件找到服务器之后，那么这时你的访问路线就是 *你的计算机 → 自由门软件 → 中共防火墙 → 动态网服务器 → 目标网站*。但是如何使网络访问通过自由门呢，自由门运行后就会监听你的计算机上的 8567 这个特定接口，只要通过这个接口的网络行为，自由门软件就会接管过来，实现加密访问和下载；同时呢你也要给自由门一个信号，告诉他你要通过他上网或下载连接到国外的网站上去，把下载软件或浏览器设置代理为 127.0.0.1:8567，就可以保证这些网络行为是通过自由门的了。

自由门找到服务器后，会自动把 IE 的代理切换为 127.0.0.1:8567，127.0.0.1 代表本地计算机的地址，8567 表示监听接口，我们叫做端口。使用 Firefox、MyIE32dc 浏览器浏览，和下载软件 IDM、Reget 等下载工具下载时，就**必需在这些软件里设置好加密代理 127.0.0.1:8567**，这一点一定不要混淆了。设定方法参考第四章中相关软件设置部份。

### 3.1 自由门的使用

截至成文日期，自由门的版本是 6.2，运行时，双击自由门软件 freegate.exe ==>弹出运行模式代理窗口，根据你的情况选择是使用代理模式还是使用经典模式==>点“确定” ==>自由门将进入其主窗口，同时在右下角的系统图标处可以看到一个飞鸽图标，运行后自由门将会自动搜索自由门的服务器，连接通后，在自由门的“服务器”标签页就会显示服务器的序号、连接延迟和测试页延迟，同时会自动打开浏览器到动态网首页，就说明可以上网了。打开动态网首页时，IE 浏览器地址栏显示的是：http://127.0.0.1:8567。这样就开始加密浏览网页了。

自由门 6.2 默认在首次启动时跳过代理设置窗口，如果你希望为自由门设置一个外部代理，点自由门的“设置”选项页，不选择“程序启动时跳过外部代理设置”，然后退出自由门，以后再启动自由门的时候，就先弹出代理设置对话框，可以点中间的“使用以下手动代理设置”，将自己找到的可用国外代理和端口分别填入对应的代理服务器和代理端口框中，然后点“确定”就开始使用这个外部代理登陆动态网服务器了。

另外：如果在开始弹出的代理设置窗口中，填入一个匿名代理，那么相当于是经过了一个代理，再转接到自由门服务器，再到达我们访问的网站，所以，这种“匿名代理+破网软件”的方式，网管只知道那个代理的 ip，那么安全性也就更高了，同时，突破封锁能力也得到了一定的增强。花园、无界使用外部代理也可以达到同样效果。

浏览网站时，点击动态网上的任何链接：如明慧网、大纪元等等，都是经过自由门在加密浏览，可以放心使用。特别是在动态网首页上部位置有一个安全区，里面有放光明、大纪元、明慧网和新视觉等的连接，安全区不访问安全区外网站和不下载 exe 可执行文件，对于一些木马能够起到防护作用，**推荐通过动态网的安全区访问明慧网或放光明等网站。**

如果使用的是自由门的代理模式，则自由门搜索到服务器后，会自动把 IE 的代理切换为 127.0.0.1:8567（类似于无界浏览），打开动态网首页时，浏览器地址栏显示的是：http://127.0.0.1:8567/loc/phome.php。这样就开始加密浏览网页了。浏览器的地址显示的是真实的网址。如果使用的是其它浏览器，例如 MyIE32dc、Firefox 等，需要设置这些浏览器的代理为 127.0.0.1:8567。如果使用的是代理模式，关闭自由门软件时，会弹出对话框，提示退出后是否要关闭 IE 浏览器，这时一定选择“关闭”。使用自由门的代理模式时，IDM 等下载软件不要直接下载，需要先设置代理为 127.0.0.1:8567，才可以下载。



如果使用的是自由门的经典模式，打开动态网的主页之后，IE 地址栏里面的主页地址显示的是 `http://127.0.0.1:8567/`，然后在主页上点其它的网站链接，如明慧网，你在浏览器地址栏会看到这些网站的网址（如：明慧网 `www.minghui.org`）前面都被加上了 `http://127.0.0.1:8567/` 这个头，变成了 `http://127.0.0.1:8567/**/****/***.*****.***/`（\*为加密变化出来的字母）。也就是说，加上“`http://127.0.0.1:8567`”这个头后，链接到明慧网等网站都是被动态网加密接管了，走了破网软件本身了。所以，通过动态网的主页打开的明慧网，再在明慧网里面下载资料，你会在浏览器地址栏和下载软件的信息栏里，看到前面都有“`http://127.0.0.1:8567`”这个头，那么，**这样下载时就不需要在下载工具里再去设置代理了**，因为实际上已经是通过动态网代理了，设置代理反而下载不了。

自由门还有一个特点：有的网站在动态网的主页没有链接，但是我们可以看到在动态网主页的中间部位有一个网址输入框，叫作“访问任何网站(http 或 https)”，后面有个按钮叫作“加密浏览”，我们只要将网址在里面输入后，点加密浏览按钮就可安全浏览该网页了。比如：我们在使用海外信箱时，就可以在动态网主页中间的这个网址输入框（*注意：不是浏览器上面的地址栏*）中输入信箱的网址，然后点加密浏览即可。剩下的操作和正常的电子信箱的使用是一样的，但是浏览内容已经被加密了，可以安全的向信任的人收发电子邮件了。自由门一般能自动搜索到好几个服务器，有的可能不支持电子邮件功能，一个不行，多试几个，还有的情况刷新几次页面有时也能解决问题，也可能与申请的信箱有关，可以多申请几个不同的邮箱。

有时在使用自由门之后，如果出现不能使用 IE 访问以前能够正常访问的网页的情况，可能是自由门没有恢复原来的 IE 代理设置，解决方法很简单：运行 IE==>工具==>Internet 选项==>连接==>局域网设置==>清除里面的 127.0.0.1:8567 的代理，恢复为原来的代理设置，如果你没有设置代理，就不选择“为 LAN 使用代理服务器”这个选项。这样就可以照常上网了。

关于自由门的使用，可以参考闪画教程“自由门 6 基本用法及如何建立代理列表”：

<http://yuming.flnet.org/news2/html/19/2836.shtml>

## 3.2 花园的使用

Garden 目前的最新版本是 3.45。双击花园软件 `garden.exe`==>在右下角的系统图标处可以看到一个绿色的花丛图标在闪烁，连接到花园服务器后，那束花会变亮——>如果是 IE 浏览器，Garden 会自动设置 IE 浏览器的代理为 127.0.0.1:8081，并调用 IE 浏览器和在 IE 浏览器中打开 Garden 网站首页，网址显示的是：`http://gardennetworks.com/NEWS/index.html`。

**注意：**如使用的是 MyIE32dc、Firefox 等浏览器，就需要手动设置浏览器的代理为花园的 127.0.0.1:8081。设置步骤请参考第四章中关于 MyIE32dc 和 Firefox 软件的设置说明。

另外，Garden 也可以和 Multiproxy 等组合上网下载大文件，方法是启动 Garden 后，用鼠标右键点击系统托盘中的 Garden 图标，选择“选项”，这时 Garden 会显示出一个“选项”对话框，在窗口上部的 HTTP 代理输入框中输入：127.0.0.1:8088，点击确定。然后花园就会通过 multiproxy 去连接了，这个设置参数会自动记忆，不必每次输入。

## 3.3 无界浏览的使用

无界浏览当前的版本是 8.0 版本。双击无界软件 `u.exe`==>无界将进入其主窗口，自动搜索无界的服务器，连通后同时会自动打开 IE 浏览器到无界主页（无界 8.0 版本已经取消了早期版本连通服务器后显示的金锁头图标，另外打开的主页和早期版本也不相同）。如果要用代理，可以点中间的“高级设置”按钮，在弹出的对话框里面点“代理设置”，取消“启动时跳过此设置”，确定。以后运行的时候，就会弹出代理设置对话框，选择“使用以下手动代理设置+无界代理”，将自己找到的可用代理填入代理长方框中，点确定，就可以使用外部代理了。

**注意：**无界只打开 IE 浏览器，并自动在 IE 的代理栏中设置无界代理 127.0.0.1:9666。而其它的浏览器如 MyIE32dc、Firefox 等，都需要手动设置无界代理：127.0.0.1:9666。设置步骤请参考

第四章中关于 MyIE32dc 和 Firefox 软件的设置说明。

有时在使用无界浏览之后，不能使用 IE 访问以前能够正常访问的网页的情况，可能是无界浏览没有恢复原来的 IE 代理设置，IE 的代理还是设在 127.0.0.1:9666，解决方法很简单：运行 IE==>工具==>Internet 选项==>连接==>局域网设置==>清除里面的 127.0.0.1:9666 的代理，恢复为原来的代理设置，如果你没有设置代理，就不选择“为 LAN 使用代理服务器”这个选项。这样就可以照常上网了。

关于无界浏览的闪画教程请参考：“无界技术问答”：

<http://qxbbs.org/viewtopic.php?t=17281>

里面有非常详细的介绍，包括了很多关于无界浏览的解答，推荐看一看。

### 3.4 动网通的使用

动网通应用最新的突破封锁研究成果，把被封锁的海外服务器与当前的动态网技术结合，在中国的网络封锁中打开了新的突破口。自由门是直接上动态网的动态 IP 网络，而动网通是通过海外代理服务器上动态网，开发了新的突破封锁通道，减轻了动态网维护动态 IP 的负担。

动网通当前版本是 2.0 版，文件名为 dynapass2.0.exe。双击 dynapass2.0.exe，程序将寻找海外服务器，在程序的主窗口中列出，并测试速度，然后选出最快的服务器，自动打开 IE，上到动态网首页（显示网址是 <http://127.0.0.1:8601/>），就可以开始浏览。上网过程中，请保持动网通软件运行。使用结束时，选文件==>退出。

动网通没有“设置 IE 局域网代理”时，用的是动态网的独家加密技术。而选了“设置 IE 局域网代理”后是用海外代理直接上海外网站，没有加密，适合于对保密性要求不高的环境，特别是如美国之音的实时广播或音像文件下载速度可能会更快。这种用法原理上类似 Multiproxy 一类的代理调度软件但是加了一突破封锁的处理。点【设置 IE 局域网代理】，会把 IE 代理设为“127.0.0.1:8601”，用户就可以象没有网络封锁一样直接上任何网站。**请注意：电话上网或使用其它浏览器的用户要自行设置代理服务器。**

如果运行动网通时，执行工具==>手动设置服务器，则可以设置一个海外代理来登陆动网通的服务器。类似于自由门中的设置外部代理方式。

### 3.5 花园透明代理 G2 的使用

Garden G2 是花园透明代理版本，无需设置代理，直接在 IE 输入欲访问的网站即可。

双击运行 Garden G2，G2 软件会自动开始寻找国外代理，测试速度，并选择最快的一个连接。然后自动打开 Garden 主页的网站列表，你就可以开始浏览了。既可以直接点击网站列表中的网址，也可以在 IE 浏览器中输入欲访问的网址。没有被封锁的网站是直接访问的，不通过 G2，被封锁的网站自动通过 G2 访问，此时在系统托盘中的 G2 图标会变成高亮度。可以选择所有网站通过 G2 访问，这样更安全，但访问国内网站速度会比较慢。（但是仍然有个别几个没有被封锁的国外知名网站不通过代理，比如 Microsoft.com, Real.com 等。）如果一个代理速度很慢，或者无法连接，可以从系统托盘 G2 鼠标右键菜单选择从新寻找代理，以及更换代理。

退出时，在 G2 图标处点击右键菜单，选择【关闭】即可。

### 3.6 火凤凰和世界通

火凤凰和世界通是最近开发的两个破网利器，采用了独特的破网技术，两个软件的使用都比较简单。可在 <http://minghui.org/mh/articles/2005/9/28/111218.html> 找到下载链接。

#### 火凤凰（FirePhoenix）

火凤凰采用行业最高加密等级处理信息，核心数据加密算法被各政府、军事、金融等行业广泛

采用。软件采用自主知识产权的动态信息加密技术，不定时变换加密方式，使得破解成为不可能事件。

火凤凰安装程序是中文界面，按照提示安装就可以了，安装的时候如果弹出硬件安装的对话框，就点“仍然继续”按钮继续安装，安装完毕后会在桌面生成一个名字叫“火凤凰(FirePhoenix)”的盾牌状图标。(有的情况下在您安装完成后需要重新启动一次)

在安装了火凤凰后，只需双击桌面的火凤凰图标就可以运行了，打开程序后，如果状态栏显示“初始化成功”，就直接按“启动安全网络”就可以了。一般按下“启动安全网络”按钮后需要等 5-8 秒，可能有时需要半分钟，等指示灯变绿后就可以使用了。在启动火凤凰的时候，防火墙需要放行火凤凰程序以及放行 TCP 1863、UDP 53 端口。

火凤凰安全网络启动后，虽然浏览器或下载软件等不需要设置代理就可以直接访问网络。但是为了避免火凤凰偶尔出现的掉线现象，目前不推荐直接输入敏感网址访问，推荐连通火凤凰主页后，浏览到动态网主页，找到当前 IP，使用 https+动态网当前 IP 的方式访问被封锁网站，以及使用支持 https 的下载软件例如 IDM 配合下载。

**注意：**使用火凤凰完毕后，需要先退出所有的下载软件和浏览器，然后再点界面上的“退出程序”按钮退出火凤凰安全网络。

### 世界通(GPass)

世界通的基本工作原理是：将您上网的数据加以特殊包装，然后通过不同形式的动态隧道、加密传输到位于世界各地的世界通服务器，这些服务器再将您的数据解包后传输到您想去的地方。

世界通首次启动时，会把微软浏览器（IE）和默认浏览器（如火狐）加到其应用程序表中，你也可以向程序表中添加其它的程序，使用时双击应用程序表中的软件，或先选择软件再按“启动”按钮，将其启动，也可以在世界通中同时运行多个软件。这些软件从世界通里面启动的时候，可以不设置代理，从世界通中启动的软件在其标题中将有[via GPass]的字样。

通过世界通软件上网后，点开的网页是世界通自己的官方网站，如果要上其它网站，在浏览器的地址栏中直接输入网址就可以访问该网站了。世界通有清理 IE 缓存的功能，对于我们的使用来说，不必使用，仍然使用无影无踪或清除专家来做这些清理工作。

使用前请详细阅读软件包的说明文件 GPass.chm。使用世界通完毕后，也要先退出所有的下载软件和浏览器，然后再关闭世界通软件。世界通提供的是 socks 代理，地址是 127.0.0.1:8000，使用时建议对 IDM 等软件设置世界通代理。

也可以参考这篇文章：“使用用火凤凰和世界通的小经验”：

<http://www.minghui.org/mh/articles/2006/8/7/134978p.html>

## 4 如何下载小文件和保存网页及图片

### 4.1 如何下载普通小文件（右键另存为）

在浏览网页的时候，有时遇到一些小文件需要下载，那么如何下载小文件呢？其实很简单，把鼠标移动到要下载的文件链接处，点一下鼠标的右键，在弹出的菜单里面选择“目标另存为”，之后会弹出一个“另存为”对话框，在对话框里面浏览到文件的保存地址，然后点对话框的“保存”按钮就开始下载了，下载的时候会显示一个下载进度窗口，不要关闭这个窗口，下载完成的时候会出现一个关闭按钮，那时再关闭窗口。

### 4.2 如何保存网上的图片/文章和在 Word 中整理文章

如果我们觉的某篇文章很好，想保存到机器上，怎么操作呢？操作很简单，直接点浏览器上的文件按钮，再点“另存为...”，在弹出的“保存网页”对话框里面，浏览网页文件的保存位置，之后点“保存”按钮就开始保存网页了，也会显示一个进度窗口，保存完毕后该窗口就会自动消失。



同样，如果要保存网页上的某张图片，就在图片上点右键然后选“图片另存为”，浏览到保存位置之后保存就行了。

当然你也可以把网页内容复制到 Word 等编辑软件里面：用鼠标左键把想保存的文章选择成阴影，再在上面点复制，然后打开你的记事本或 Word 在里面选粘贴就行。

### 从网页上整理的文章，怎样去掉表格

把明慧网的文章复制到 Word 里时，有的文章在标题下方有作者和打印机的表格，怎样删掉？那么这时，可以先把作者信息复制出来，然后把鼠标移动到表格的左上角附近，鼠标靠近它时，由箭头形标志变成十字形标志，此时单击鼠标左键，整个表格被选中，接着单击鼠标右键，使用“剪切”命令将其删掉。

### 从网页上整理的文章，怎样去掉空格和空行

从网页上复制的文章，隔一至二行就发现字与字之间会有一个空格，一个个删除对于长篇幅文章来说，很难实现，怎么办？Word 已经为我们提供了这样的方法，可以一次实现，请点击“编辑==>“替换”命令==>在“查找内容”里按一下“空格键”（键盘最下端中部最长没有键名的键），在“替换为”里面什么也别填，直接点最下端的“全部替换”命令，之后 Word 会向你报告，一共完成了多少次替换，替换完成后，关闭“替换”的窗口即可。

有些网上文章要重新编排时，其中空行和硬回车不知怎样取消，手动一个个消很费时间，有什么办法一下全消掉？在 word 中按“Ctrl+H”（查找替换），将“^p^p”全部替换为“^p”即可快速删除空行，将“^l”全部替换为“^p”即可快速把硬回车替换为空行，再根据需要替换空行。

### 图片格式的选择和转换

图片有多种格式，如.jpg .bmp .gif .png 等等，一般以.jpg 文件较小以及适合传送和编辑到 Word 等文件中，所以一般多采用.jpg 这种图片格式。

如果在 Word 等文件中用了.bmp 等图片格式，那么得到的 Word 等文件也很大，不利传送。在 ACDsee 中可以将图片的各种格式进行转换，如将.bmp 的图片转成.jpg 格式，这样文件就小多了。

转换方法很简单：就是用 ACDsee 打开图片==>然后选择“另存为”==>弹出新窗口，注意在下面的“保存类型”中选择.jpg-jpeg，这样，生成的文件就是.jpg 格式的图片了。然后，直接将 ACDsee 打开的文件，“复制”后，“粘贴”在 Word 文件的适当位置就行了。

有时，粘贴的图片在 Word 中显示很大，用鼠标在图片中一点，图片四周就会出现一个线框，将鼠标移动到图片的四个角的任何一个，可以看到一个斜着的两端都有箭头的小图标，这样用左键按住箭头图标一拖，就可以将图片的显示比例变大和缩小了。

在 Word 中进行编辑时，鼠标点右键还可以在“设置图片格式”中对图片进行编辑，一般选“四周型”，这样图片周围的文字就会自动绕在图片四周。

## 5 如何下载师父的新经文和明慧周刊

通过破网软件打开明慧网后，在相应的下载链接处用右键的“文件另存为”即可下载。

下载师父的新经文的具体步骤是：

第一步：运行破网软件成功破网；

第二步：在破网软件的主页上点击明慧网的链接打开明慧网；

第三步：在明慧网主页上师父的法像下找到“师父的新经文”点击，在最下面找到“下载全部文章（压缩版）”，在上面点右键，选“文件另存为”即可下载。

下载明慧周刊的具体步骤是：

第一步：运行破网软件成功破网；

第二步：在破网软件的主页上点击明慧网的链接打开明慧网；

第三步：在明慧网主页上左上角的搜索栏下找到“下载中心”点击，里面是明慧网为方便同修下载而整理的相关资料的下载。找到“明慧周刊”处，找到要下载的期刊号，例如“第 236 期（2006-7-21）（DOC|PDF）”，在“DOC”或者“PDF”上点右键，选“文件另存为”即可下载。



## 6 如何下载明慧网每天的全部文章

和下载师父的新经文一样，通过破网软件打开明慧网后，在相应的下载链接处用右键的“文件另存为”即可下载。具体步骤是：

第一步：运行破网软件成功破网；

第二步：在破网软件的主页上点击明慧网的链接打开明慧网；

第三步：在明慧网主页最下面找到“下载全部文章（无图片 | 含小图片）”处，在“无图片”或者“含小图片”上点右键，选“文件另存为”即可下载。

## 7 下载明慧资料的简便方法

明慧资料的编排是很有规律的，可以利用这个规律事先将明慧资料的下载地址保存为一个文本文件加密保存起来。只要有了这些资料的下载地址，我们不用打开明慧网，在启动破网软件和下载工具（**记住：一定要先设置代理**）后，就可以安全加密下载明慧资料了。这种方法因为没有打开明慧网等敏感网站，所以，下载资料更加安全、快捷。

以 IDM 和自由门配合为例说明方法如下：

连上网后，启动破网软件自由门，打开下载工具 IDM，设置 IDM 的代理为 127.0.0.1;8567，从自己保存的明慧资料下载地址的文件中复制、修改新的下载地址，点“新建任务”按钮，刚才复制的下载地址就会出现在下载地址连接对话框里，点“确定”开始下载。

（说明：这里使用的是自由门，为什么要在下载工具中设置代理呢？因为我们没有打开动态网主页，也不是通过动态网上的连接来加密打开明慧网等敏感网站的。所以，这时就必须在下载工具中设置自由门代理才能通过自由门加密。）

如果在 IDM 中已经下载过明慧文章，又没有清除下载历史，那么下载地址还会保存在已下载列表那里，这时只需修改日期就行了。在 IDM 中用鼠标点中明慧资料的下载地址==>点右键==>在右键菜单中选“属性”==>在新窗口上面的“URL”右边的长方框中将明慧资料下载地址的日期改为当天（或当期）的数字==>确定。就开始新的下载了。

因为前面已经设置了自由门代理，这里只是在原来的下载链接上进行修改，所以，代理应该仍然是设置好了的。如果不放心，也可以查看一下下载工具的代理设置情况。

这样下载资料因为不打开明慧网等敏感网站，是又快又安全。但是，一定记住在下载工具中设置代理。其它下载工具如 ReGet 等的代理设置，与 IDM 的道理相同，这里不再详述。

一些明慧资料的下载地址如下，我们只需改动链接中的日期就是新资料的下载地址了。（注：红色标示处为要修改的地方）

每日明慧（如：2005 年 8 月 8 日）：

（无图片）<http://www.minghui.org/mh/articles/2005/8/8/2005-8-8.zip>,

（有图片）<http://www.minghui.org/mh/articles/2005/8/8/2005-8-8-t.zip>,

明慧周刊：（如：188 期）：

[http://package.minghui.org/dafa\\_baozhang/mhweekly/188/mhweekly188\\_doc.zip](http://package.minghui.org/dafa_baozhang/mhweekly/188/mhweekly188_doc.zip)

[http://package.minghui.org/dafa\\_baozhang/mhweekly/188/mhweekly188\\_pdf.zip](http://package.minghui.org/dafa_baozhang/mhweekly/188/mhweekly188_pdf.zip)

明慧周末：（如：231 期）

[http://weekend.minghui.org/gb/231/mhzm\\_231\\_doc.zip](http://weekend.minghui.org/gb/231/mhzm_231_doc.zip)

明慧周报：（如：29 期编辑版(DOC 文件)）

城市绿洲：

[http://package.minghui.org/dafa\\_baozhang/mhzb/029/MHQB\\_chengshi\\_29\\_doc.zip](http://package.minghui.org/dafa_baozhang/mhzb/029/MHQB_chengshi_29_doc.zip)

乡里乡亲:

[http://package.minghui.org/dafa\\_baozhang/mhzb/029/MHQB\\_xiangqin\\_29\\_doc.zip](http://package.minghui.org/dafa_baozhang/mhzb/029/MHQB_xiangqin_29_doc.zip)

晨光煦语:

[http://package.minghui.org/dafa\\_baozhang/mhzb/029/MHQB\\_chenguang\\_29\\_doc.zip](http://package.minghui.org/dafa_baozhang/mhzb/029/MHQB_chenguang_29_doc.zip)

上面是以这些资料的 Word 版举例，其它的格式如：阅读版(PDF 文件)、图形版(GIF 文件)、电子书(CHM 文件)等，如果有这些版本的资料，只需要将编辑版(DOC 文件)链接中的 doc 改成 pdf、gif、chm 就行了。

## 8 如何下载大文件（如九评、MP3 歌曲等）

### 8.1 几个突破封锁软件对代理设置的不同要求

**首先要强调的是，直接使用破网软件下载大文件是不安全的。**另外下载之前，要检查一下下载软件的设置，把下载软件的代理设置为要使用的破网软件代理，之后再破网和下载文件。使用自由门、无界、花园等破网软件时，下载工具中的代理设置是不同的。比如说：在用自由门时，代理的设置就只能是 127.0.0.1:8567，其余类推。

破网工具	代理服务器	端口
自由门（freegate）	127.0.0.1	8567
动网通（dynapass）	127.0.0.1	8811
花园（Garden）	127.0.0.1	8081
无界浏览（Ultraurf）	127.0.0.1	9666

当我们启动自由门的代理模式、花园、或者无界浏览后，可以看到显示的直接是动态网、花园、或者无界的主页地址。我们再通过动态网、花园、或者无界的页面链接其它网站时，如明慧网，浏览器的地址仍然显示的是明慧网的网址 <http://www.minghui.org>。这是因为自由门、花园、无界已经将 IE 浏览器中的代理切换为破网软件的代理了，所以，通过它们去浏览明慧网等也都是加密在访问。如果使用的是其它浏览器，例如 MyIE32dc、Firefox 等，电脑不会自动设置，需要手动设置这些浏览器的代理为自由门、花园、无界等的代理。同样，如果我们再通过明慧网下载资料时，也要在破网之前，先设置好下载软件的代理。

### 8.2 破网软件+Multiproxy 组合下载大文件

通过使用 Multiproxy+破网软件的组合，可以避开邪恶对破网软件节点的监控和封锁，能更安全的通过破网软件下载海外的大文件（如录像等）而不引起注意。使用 Multiproxy 可免去一个个代理试验的麻烦，Multiproxy 同时自动调用和验证已添加的国外代理。同样 Multiproxy 也可以与 Garden 等其它破网软件配合使用。**因此推荐大家使用 Multiproxy+破网软件的组合，尤其在下载大文件的时候一定要使用这种组合。**

以使用自由门为例，使用的时候，把自由门的“手动设置代理”中的代理服务器设为 127.0.0.1，端口为：8088，这样自由门就通过 Multiproxy 连接外部网络。

**注意：**在 Multiproxy 和破网软件的组合中，MyIE32dc、Firefox 浏览器，或者下载软件的代理一定设置为破网软件的代理，例如自由门的 127.0.0.1:8567、花园的 127.0.0.1:8081，切不可设置为 Multiproxy 的 127.0.0.1:8088。

并非所有的可用连通的代理都可以连接上自由门等破网软件服务器，因此在使用 Multiproxy 的时候，如果遇到无法访问动态网服务器的时候，很可能是这个代理的问题，这时尝试禁用 Multiproxy 的第一个代理，可能会解决问题。如果发生不能连网的情况，也可以在 Multiproxy 界面中点“选项”按钮，在选项设置里面，选“下次可得到的服务器”，在 Multiproxy 运行的时候，

一个代理服务器不行了，Multiproxy 试几次后就换了代理，只要列表中有代理可用，最后都能连上。

MultiProxy 1.2a 下载地址：<http://package.minghui.org/mh/2006/5/28/multiproxy.zip>

具体用法参考“自由门6代理模式及下载教程”（闪画教程）：

<http://yuming.flnet.org/news2/html/19/2838.shtml>

自由门6经典模式及下载教程（闪画教程）：

<http://yuming.flnet.org/news2/html/19/2837.shtml>

“图解：自由门6.2、花园3.45+MultiProxy+下载工具全面教程”（chm电子书）

<http://yuming.flnet.org/news2/html/19/2839.shtml>

由于Multiproxy里面需要添加一些国外的代理，可以下载清心论坛的普通HTTP代理列表，这个列表每几十分钟更新一次：<http://qxbbs.org/daili.php>

你也可以在最后一章“一些常用的提供代理的网站”小节中介绍的网站中获得其它的代理，但是需要排除中国、香港、澳门、新加坡、巴基斯坦、泰国的代理。

除此之外，还有一种破网软件也可以用于突破网络封锁下载大文件，叫做Tor。可在<http://minghui.org/mh/articles/2005/9/28/111218.html> 找到下载链接。

## 9 如何给明慧投稿

我们可以通过明慧的网页投稿，也可以使用明慧的站内信箱投稿，这两种方式都比较简单，也不必使用PGP加密邮件内容，请大家掌握这两种投稿方法。

### 9.1 在明慧网进行网页投稿

通过破网软件打开明慧网后，明慧网主页的右侧竖排有一个“网页匿名投稿”的链接，点击这个链接后就可以进入网页投稿页面。网页投稿页面与发电子邮件是完全相同的，一看就明白了。这种方法不需要自己有电子信箱，就可以直接将稿件加密发给明慧，特别是对于使用英文海外信箱有困难的同修更是方便。

进到网页投稿页面以后，在最上面一共有四个类型的投稿，根据你的投稿类型选择其中一个；“标题”里面输入你投稿的标题，最好是能够体现分类和稿件内容的，便于明慧同修查看。“内容”下面的白色输入框就是你的投稿正文输入框了，把稿件内容复制进去。

使用“网页匿名投稿”，如果有附件要添加，在发送时，请注意：“标题”下面有一个“附带文件”一栏后边有“浏览”字样的按钮，点击这个按钮，然后在弹出的打开文件对话框里面浏览找到加密盘里面要发送的压缩（或不压缩）的文件，选中文件（变蓝），点“打开”，然后就会看到“附

带文件”一栏里就有指向的文件的的路径和名称了，说明成功，然后点投稿正文输入框下面的“Send Email（寄信）” **Send Email（寄信）** 按钮发送。发送成功后会看到莲花图片。

需要注意的是，对于重要信息，例如内容涉及如死亡案例等需要反复核实的信息、迫害真相案例、技术错误报告等，一定要填上回信信箱，以便明慧编辑部核实的需要。推荐大家使用明慧站内信箱作为回信信箱，也可以使用海外信箱。

## 9.2 使用明慧站内信箱投稿

### 站内信箱简介

明慧站内信箱为同修与明慧之间，提供了一个方便安全的交流平台。对于申请国外邮箱有困难，而又需要在投稿时填写回信信箱的同修来说特别方便。

申请站内信箱的网址：<http://webmail.minghui.org>

明慧站内信箱就是一个电子信箱，与使用电子信箱的操作完全相同，不过有一些限制需要说明：

- ①此信箱仅限于读者与明慧之间的通信。
- ②信箱之间不能互相通信，也不能和其它网站的信箱相互通信。
- ③暂定每个邮箱空间为 50MB 邮件（包括所有邮件夹）。当接近容许的用量时，可能就无法接收新邮件了。这时用户需要删除旧邮件，以腾出空间来接收新邮 件。
- ④发邮件时每个附件最大可为 10MB，可以发多个附件。
- ⑤暂定 2 个月没有登陆和收到信件 的账号，其账号及其邮件将被全部删除。

### 注册站内信箱

明慧网主页的右侧竖排有一个“使用站内信箱！”的链接（见前面网页匿名投稿部份的图片），点击这个链接，就来到站内信箱的注册和登陆页面。

#### 明慧网站内邮箱

新用户请看[使用说明（2006年5月4日更新）](#)

您需要一个帐号使用这个服务。  
如果您还没有帐号，请[按这儿注册新账号](#)。

有了帐号之后，请用下面的两个链接之一登陆：

新用户界面。不需打开浏览器cookies设置。 <a href="#">点击此处登陆新用户界面</a>	旧用户界面。需要浏览器打开cookies。 <a href="#">点击此处登陆旧用户界面</a>
--	--

如果还没有站内信箱，就点“按这儿注册新账号”链接，开始注册一个新的账号，在“注册新账号”页面，“账号”后面输入你要注册的账号，“密码”后面输入你的密码，“确认密码”后面再次输入你的密码，然后点“注册”按钮，如果成功，会提示你注册成功。

**注册新账号**

请在下面选择你希望的帐号名及密码，并确认密码，然后按‘注册’按钮注册你的帐号。?br>（账号和密码中最多可以有12个字符，可用字符为“0”-“9”，“a”-“z”，“A”-“Z”，“-”）

账号：@zheng.nian

密码：

确认密码：



注册以后就可以登陆站内信箱和给明慧发信了。这里以登陆新用户界面为例，介绍一下使用站内邮箱的方法，点击“点此登陆新用户界面”，来到登陆页面，输入你注册时的用户名和密码，按“登陆”按钮，如果用户名和密码正确，就会进入站内邮箱界面。

明慧网站内邮箱

帐号:  @zheng.nian

密码:

如果上面无法登录, 请[登录旧的站内信箱](#)。

进入“站内信箱”后，点“撰写邮件”，填写好主题和邮件正文里的附带说明。

撰写邮件

邮件夹 | 撰写邮件 | 设置

收件人: 明慧编辑部(article@minghui.org)

抄送:

主题:

邮件正文:

0 个附件

☒ 在Sent邮件夹里保存一份发送邮件的拷贝

☐ 要求在邮件被阅读时发送一份回执 (这个服务不一定可靠)

如果要发送附件，在写好标题和正文之后，点击“邮件正文”下面的“0 个附件”按钮，就会打开下面的附件上传页面，点击“浏览”找到要发送的压缩（或不压缩）的文件，就会发现“浏览”前边的空白框里有指向的文件的路径和名称，然后点后边的“上传文件”按钮上传附件，如果文件大的话，上传的时间会稍长，上传成功后，会看到“文件名”下面添加了附件的名称。

附件

邮件夹 | 撰写邮件 | 设置

文件名

☐ 8-6.rar application/octet-stream

请按下面“Browse...”按钮选择文件，再按“上传文件”按钮将文件上传

☒ 在Sent文件夹保存一份备份

☐ 要求在邮件被阅读时发送一份回执 (这个服务不一定可靠)

之后就可以点“发送”按钮发送邮件，发送成功后，会提示“邮件已经成功发送”。

发送完邮件，就可以可退出站内信箱了。从上面整个注册和发信的过程看，大家会发现使用明慧站内邮箱并不复杂，希望大家克服困难，都学会站内信箱的使用。

### 9.3 使用海外电子邮箱给明慧投稿

当然也可以使用海外的免费电子邮箱给明慧投稿，这就需要使用 PGP 加密邮件内容了，海外邮箱的申请和使用在第九章里面有详细的叙述，请参考该章节。

## 10 如何在网上声明退党、退团和退队

通过突破网络封锁软件或加密代理登陆大纪元网站，打开退出共产党网页，在声明表格中填入声明内容，并提交发送。签名网站：<http://tuidang.dajiyuan.com>

- 1 • [如何发表和查找三退声明](#)
- 2 • [发表三退声明的其他途径：](#)
  - (1) 电子邮件：  
[news@epochtimes.com](mailto:news@epochtimes.com)
  - (2) 美国免费电话：  
1-888-892-8757  
1-866-697-6570  
1-702-873-1734
  - (3) 传真：  
1-301-916-2364  
1-510-372-0176  
1-201-625-6301
  - (4) [各地退党服务中心](#)
  - (5) [各地大纪元报社](#)
  - (6) 退党信箱：  
Box Holder  
P.O.Box 8921  
Gaithersburg, MD 20898  
U.S.A
- 3 • [化名退党同样有效](#)
- 4 • [销毁中共书画旗徽的倡议](#)
- 5 • [查询/退党证书](#)
- 6 • [退党录音传真等](#)
- 7 • [西人声援](#)
- 8 • [声援退党](#)

#### 我声明退出共产党和共产党其它组织：

\*为必须填写

- 每日收到大量退党声明，我们会尽快发表，不须重复投稿。
- 电子邮件可填写个人电子邮件或者填写自己设定的一个确认口令，便于我们区分同名声明和及时处理您关于您声明的后续反馈。

姓名：  \* (人名众多，请在正文处输入全部)

电邮：

来自：

标题：  \*

人数：  \* (代人声明须本人愿意，多人共同声明请注明人数并请在正文部分列出每一位声明人的化名或真名)

内容：

在“姓名”里面，输入退党人的姓名，人数多的话就写在正文里面，同时写上标题，以及人数，然后，核实无误后，点下面的“发表”按钮就可以发送三退声明了。接着会进入发送成功的提示页面，并且给你一个 16 位的退党证书号码，记下这个号码，你可以在以后查询是否已经发表（一般几天之内就可以发表）。

如果你是使用自由门上网的，在动态网的主页的右侧上面部位也有“退出共产党”的页面链接，点击就会打开和上面同样界面的退党页面。

如果想在以后查询是否发表，在页面左侧，找到“查询/退党证书”，来到如下图所示的查询页面，在“查询”按钮前面的框里面复制要查询的退党证书，然后点“查询”按钮，就能够知道是否已经发表了。

请输入查询密码(北京时间2005年6月1日前提交的声明密码为15位，2005年6月1日后为16位)：

在三退声明发表之前，请先不要删除手中的三退声明备份。

## 11 获得突破封锁软件的方法

**方法 1** 使用一个支持 https 的国外电子邮箱，使用 https 加密登录，给 eo@att.net 、或 article@goodarticle.org、或 pl@att.net、或 we@att.net，其中选一个发一封信，邮件标题处写：12345，正文不用写为空白，然后发送，不久就可获得最新的破网软件。

**方法 2** 上动态网后下载这些软件：

① 给 d\_ip@earthlink.net 发一个电子邮件，10 分钟内会收到回信，拿到几个动态网的 IP，用它们就可以上动态网了，动态网上有这些软件的下载地方。

②在大陆任何地方上动态网的方法：到 www.google.com 查关键词：nslookup，会出现很多网址，随便选一个，进入其 IP 查询页面，在空栏内输入动态网域名 www.dongtaiwang.com，如果出现几组 IP 数字，比如：123. 123. 123. 123，那么表示当前动态网的网址就是 https://123. 123. 123. 123（注意 http 后有 s）

同样，在空栏内中输入 www. wujie.net，可以查到无界的 IP，同样方法可以上无界的主页。

**方法 3** 在其他可靠同修那里复制一个。

## 第八章 打印和刻录真相资料

### 1. 打印的基础知识

现在明慧网上的真相资料很多，通常直接下载后就可以直接打印，不需要从新排版或调整字体等，有关如何用 Word 排版等具体的内容和操作我们就不介绍了，大家如果需要这方面的教材，明慧网上都有，可以在明慧网上下载。

资料点最重要的工作之一就是打印资料作。现在的资料分两种格式，\*\*.doc 和\*\*.PDF。Word 用来打开和打印\*\*.doc 文件，Acrobat reader 用来打开和打印\*\*.Pdf 文件。现在明慧网上的资料很丰富，都已经排好版了，刚开始的时候会打印就可以了。



我们买回电脑后，通常需要安装打印机，安装好后，打印机才能正常使用。我们从商店买回的打印机通常会配备两条线，一条线连接主机和打印机，另一条线连接打印机和电源。安装打印机的第一步就是要把这两条线连好。第二步就是安装打印机的驱动程序。这个驱动程序是使打印机和电脑能够正常交流的渠道。有了它，打印机才能读懂电脑传送的指令和信息，也才能把正确的需要回馈给电脑。安装的过程很简单。买电脑时商家会给个驱动盘，也就是一个光盘。我们把这个光盘放进光盘驱动器里，象安装其他软件一样，根据指引一步一步就安上了。

安装好打印机的驱动程序后是可以打印了。但是别急，最后还有一步，把安装好的打印机设置成默认打印机。有些电脑连接多台打印机，所以设置默认打印机是非常必要的。

点屏幕左下方的“开始”按钮，找到“设置”菜单，在里面再找到“打印机和传真”这个选项，用鼠标点开后会显示打印机的图标。用右键点击打印机图标，会出现一些选项，把“设置为默认打印机”这个选项挑上勾就可以了。如果没有这个选项，说明它已经被“设置为默认打印机”了。


#### 1.1 打印预览

我们经常遇到这样的问题，就是打印出来的文件和屏幕所显示的不一样。这样浪费纸张不说，还浪费打印墨水。通过“打印预览”功能就可以解决这个问题。很多文件编辑软件都提供一种功能，叫做“打印预览”。就是文件打印出来什么样，通过“打印预览”就可以知道大概了。

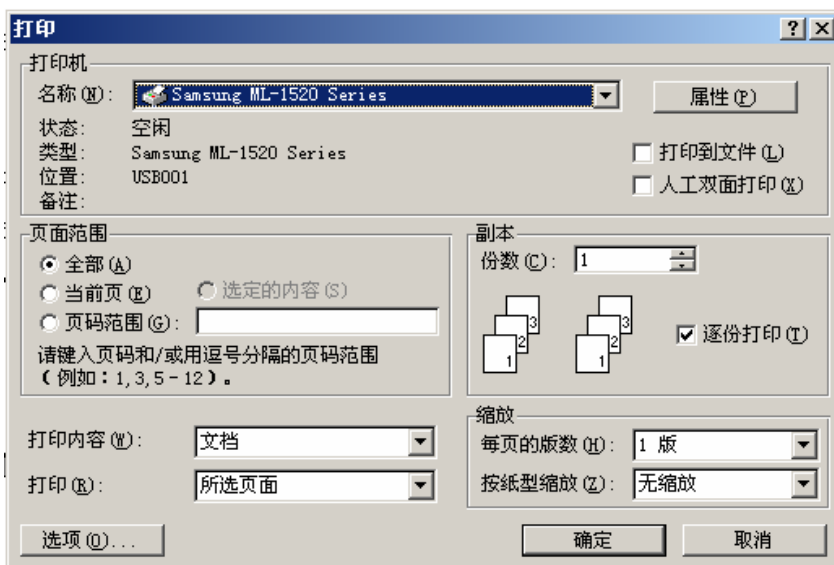
具体的操作是这样的，以 Word 为例，在 Word 中，先打开要预览的文件，然后选择“文件”=>“打印预览”，就打开了预览窗口。或者是用鼠标直接点击工具栏中的预览按钮，也可以在预览窗口中按下按钮并向下拖动以多页形式查看布局。

## 1.2 打印当前文档

我们要打印文件时，是很容易的，最简单的打印就是不需要进行设置，直接将文件打印出来。我们也可以根据不同要求设置打印方式。

最常用的打印方式就是选择“文件”=>然后在弹出的菜单中选择“打印”命令，在打开的“打印”对话框中，用鼠标点击右下方的“确定”按钮，或直接单击常用工具栏中的“打印”按钮，即可进行打印。在此方式下，Word 将按默认的打印选项来打印当前窗口中的文档，而且只打印一份完整的该文档。

那么，在文件的打印中，有几个设置需要注意，这里我们以 Word 的打印对话框为例跟大家介绍一下。一个是每页的版数 (H)：打印机打出的一页纸面叫页。我们文章的一页叫 1 版。例如我们要把文章的第 1、2 页，都打在一张纸面上；就叫每页 2 版；如果我们把文章的 1、2、3、4 页都打在一张纸面上，叫每页 4 版。另外一个的是页码的范围 (G)：如果我们选择每页 4 版。那么在这一个纸面上是 1, 2, 3, 4 的排列，还是 1, 3, 5, 6 的排列？这就需要设定好。排列的页码



使用逗号来间隔，最后的页码后面没有逗号。还有一个是按纸型缩放 (Z)：通常默认纸型是 A4 的。我们用纸不同时，在打印机中就需要设置不同的纸型，如 B5。确定以上的设置后，点击答应按钮或图标，打印就开始了。还有一点，在翻纸的时候要注意方向。放反了就打印反了。如果中途想停止打印，还要点开打印机图标，在“打印机”选项里选“取消所有文档”。

## 1.3 打印多份文档

如果需要一次打印多份相同的文件，就选择“文件”→然后在弹出的菜单中选择“打印”命令，在打开的“打印”对话框中的“副本”选项组中设置打印份数就可以了。然后用鼠标点击右下方的“确定”就可开始打印。不过要注意的是，这种情况不要选用工具栏中的打印按钮，它只打印一份文件。

## 1.4 选择部份内容打印

如果想在一份文件中，只打印其中的份内容，在“打印”对话框中的“页面范围”选项组中，

- 选中“全部”选项，将打印文档中的全部内容。
- 选中“当前页”选项，只打印当前光标所在的这一页。
- 选择“页码范围”单选按钮，并在其右边的文本框中输入页码或页码范围，Word 将根据所输入的数据进行打印。如：输入“2, 3, 6-8”，则表示打印第 2 页、3 页和 6-8 页。
- 选中“选定的内容”选项，就只打印选中的文档中的某一部份，这要先用鼠标选定要打印的文档部份，被选的内容会变成白纸黑底色，再点该选项即可。



## 1.5 多版打印程序

为了方便打印，同修编写了“多版打印”程序，可以很方便打印小册子、书籍等。多版打印程序安装后，在 Word 工具栏会多一些按钮



有了这个工具条，不仅方便了我们打印各种编排的小册子、传单等真相资料，其中还有几个按钮有助于我们进行排版。其详细的使用方法请参照该程序的说明。

多版打印程序 6.20(127KB) 下载地址: <http://pkg2.minghui.org/mh/2005/6/7/dbdy620.zip>

## 1.6 骑马订帮助打装订线

下载后的小册子或周刊、上下册的九评等，可使用骑马订里边的工具打上装订线，方便装订。方法：在骑马订 4.6 版里有个“排版辅助”工具（有个像扳子的工具），点一下，



在弹出的对话框里，在左侧有“中间一个订”或“两端装订”的两个按钮，请选择一种后，再点右下角“退出”，然后点“文件”==>“保存”，留下这个设置的装订线，以后再打印时就不用再设置，装订线就出现了。

骑马订打印软件下载地址: <http://medial.minghui.org/software/2002/05/23/QMDPrint.zip>

## 1.7 打印 pdf 文件

真相资料中也有很多 PDF 格式的文件，打印 pdf 文件的方法与打印 word 文件是很相似的。只不过 Word 文件用 Word 打开，而 PDF 文件用 Acrobat reader 打开。打开 pdf 文档后，在 Acrobat reader 或 Foxit reader 窗口中选择文件（或者是英文的 file）==>然后选择打印（print...），最后按确定（OK）就可以打印了。

## 2 如何打印打印真相小册子

一般在明慧网下载的真相资料多是传单、小册子等，在小册子里常常有一个打印说明，一般就知道用什么样的打印纸等打印方法了。

打印传单时，一般传单是两页，打印时基本上不需要做任何设置，直接打印就行了，一般先打印正面，然后翻过来再打背面。请注意：不同的打印机翻过来打印背面时放纸的方向是有差异的，可以先用其它文件打印一下，看看背面打印时应该怎样放纸进去。

小册子一般都是四合一（4in1）、二合一（2in1）的版本。四合一，表示一张纸上打印 4 页，最后做成的小册子就是一张纸的四分之一那么大，同样，二合一，表示一张纸上打印 2 页，最后做成的小册子就是一张纸的二分之一那么大。

如果是用 Word 自带的打印设置来打印这些小册子，就涉及到页码的从新计算等问题。多版打印程序和骑马订打印辅助程序很好的解决了这个问题。现在多版打印程序还在更新，其功能基本上包括骑马订打印辅助程序的功能，两个装一个也可以，同时都装也可以。

在使用时，这两个打印辅助程序都会嵌合在 Word 工具栏中，出现一个工具条，使用起来很方便，里面有详细的使用说明。有了这个工具条，我们点上面的多版打印按钮，就会调出设置窗口，一般只要在其中的“每页版数”点选 4（表示四合一）或 2（表示二合一）等就可以了，再按打印按钮就可以打印了。也是先打一面，然后在翻过来打另外一面。

对于明慧周刊，每期周刊都带有一个打印说明的文件，参照上面的步骤，就可以打印周刊了。

这里只是简要说明，相信大家在实践中会逐渐积累很多更好的经验。

## 3 打印相关的其它工具

除打印机外，打印资料必需用到打印纸、订书机、切纸刀等用具。

**打印纸：**在打印纸方面，我们用的多的是 A4 打印纸，很多资料都是用 A4 纸进行编排的，其它型号的如 B5、16K，有时也会用到。所以，A4 打印纸是必备的。一般一包纸有 500 张，约 20 元左右。A4 纸也是日常办公最常用的纸。描述打印纸还有一个指标就是多少“克”（g）的纸，一般用的是 70g 或 60g 的纸。

**可转头订书机：**为了方便装订小册子，最好准备一个可转头订书机，与普通订书机不同的是它的头是可以转方向的，现在市面上也很常见，一般 20 元左右一个。如：益而高牌小转头订书机，订 25 页以下的纸比较好。如果要装订几百页的厚书，普通订书机就无法装订了，需要购买能够订厚书的订书机，以及配套的订书针，如得力牌订 230 页的订书机（换不同型号的订书针还可订 230 页以下不同厚度的书籍），得力牌订书机外型相对小巧，针订下去垂直、不斜。一般厚订书机要 50 元左右，最好是 100 元左右质量好的（价格仅供参考）。具体用什么牌子和价位，请根据各自情况来定。

**切纸刀和切纸机：**如果是装订一般的小册子，而且，资料量不大，可以在文具店买美工刀、或美工刀片，再买一把一尺长的尺子（最好是钢尺），就可以很好进行剪切了。但是，如果资料量大，就需要买一个切纸机，这要到当地的文具店或百货店去找一下，很多都有卖的，一般也不太大，重量约有几斤重，可一次性切纸几十至几百张，如果做书也是需要买一个切纸机，约需要几百元。

## 4 使用 Nero Burning ROM 刻录光盘

刻录真相 VCD 的时候推荐制作 VCD/电脑两用光盘，就是既可以作为普通 VCD 在 VCD 影碟机上播放，又可以放在电脑上观看和使用里面附带的破网软件等工具。两用光盘需要 mpeg 格式的影音文件及自启动包。

### 使用 Nero 制作镜像文件的步骤

- 1) 在 Nero 免安装版文件夹中，双击那个火炬状的图标运行 Nero（首次运行先双击 Run.bat）。默认的刻录机是 Image Recorder（虚拟刻录器），我们用它来做镜像文件。
- 2) 打开 Nero 后，在弹出的“新编辑”窗口中选择“视频光盘”，在“Video CD”标签中选择“建立符合标准的光盘”和“使用 CD-I 应用程序”，编码分辨率选择 PAL。
- 3) 在 ISO 标签中，数据模式选择 2，文件系统“仅 ISO9600”，文件名长度“最大 31 个字符”，字符集“ISO9600”，其余的不要选（如果希望 VCD 能够支持中文文件夹，需要选择 Joliet 选项，并把文件名长度选项改为“最大 31 个字符”，但是这样对一些老式 VCD 兼容不好）。点击“新建”，弹出的界面的左半部分如图。
- 4) 拖入自启动包：在 Nero 右侧的“文件浏览器”中浏览找到自启动包，并把自启动包中的内容全部选择，之后用鼠标拖到“数据光盘”栏目的根目录下，松开鼠标，此时数据光盘栏如图 1。在名称中打开文件夹，能够看到里面的内容。
- 5) 如果鼠标所指的光盘图标的下划线处于灰色，按 F2 键从命名。
- 6) 把 mpeg 文件拖入“视频/图片 B”中，方法同上。也可以选中 mpeg 文件后复制，再粘贴到“视频/图片 B”中。拖入后可能弹出这样的对话框“我发现以下问题，对 Spuer VCD 而言是无效的……您希望如何继续？”选择第一个，“关闭标准一致性并继续”。
- 7) 视频文件全部拖入轨道后，全选这些视频文件，单击鼠标右键，在属性中把暂停时间由默认的 5 秒改为 0。在界面下端的 状态栏中可以看到已经拖入的文件总大小，如果呈红色，表示



已经超出一张盘的容量。

- 8) 最后一步。点击“刻录器——刻录编译”菜单命令，会弹出保存 nrg 文件的对话框，浏览选择 nrg 镜像文件的保存位置，点“保存”按钮就开始制作镜像文件了，制作完毕会提示刻录完成，这时镜像文件就制作完毕了。

### 使用 Nero 刻录镜像文件

刻录前先点击“刻录器——选择刻录器”菜单命令，选择除 Image Recorder 之外的真实刻录机，然后点“确定”按钮，选择刻录器之后，点击“刻录器——刻录映像文件”菜单命令，在弹出的打开文件对话框里面，浏览找到 nrg 文件，之后选择“打开”，就会弹出一个“刻录编译”界面，在“写入速度”中选择合适的刻录速度，例如 16X 或者 24X，点击“刻录”按钮。实际使用中，可能 Nero 软件的版本不同，但是使用方法是相近。

注意：有的刻录机自带的 Nero 没有制作镜像的功能。如“视频光盘”在 Nero5.5 版本中称作“VCD”，其他更详尽的教程请看这里。如果使用 Nero 刻录 VCD，可以在使用 Nero 前观看下面教程：

闪画：Nero Burning ROM 简单教程：

<http://pkg2.minghui.org/mh/2003/03/16/nero.zip>

闪画教程：制作 VCD 母盘的方法：

<http://medial.minghui.org/media/flash/2004/2/26/VCD.swf>

图文教程：如何制作电脑 VCD 两用盘：

<http://www.minghui.ca/mh/articles/2004/2/28/68770p.html>

如果刻录 DVD，比较简单，启动 Nero 刻录软件，选择刻录模式为 DVD，然后选择刻录类型为“DVD 视频”，把制作好的 VIDEO\_TS 拖放到左侧的编辑窗口，如果有用于 DVD/电脑两用盘的启动包，把启动包文件拖放到左侧窗口中光盘的根目录，然后刻录就可以了。

## 5 使用 ALCOHOL 120% 刻录光盘

### 制作光盘镜像

启动 ALCOHOL 120%，将要被复制的光盘被插入光驱，等待几秒钟，光盘被系统识别后，左键单击“镜像制作向导”，弹出制作向导对话框，选择来源光驱。如果是 VCD 影碟，需要在对话框里面清空所有复选框，特别是一定不要选择“忽略读取错误”，DVD 使用默认的选项就可以了。之后点击“下一步”。在左侧浏览合适的目录，选择保存镜像的位置，给镜像起个名字，通常用默认的就行，然后点击“开始”按钮。之后就会显示复制进度对话框。进度 100%的时候，就说明已经复制完毕，复制完毕后会弹出光盘。

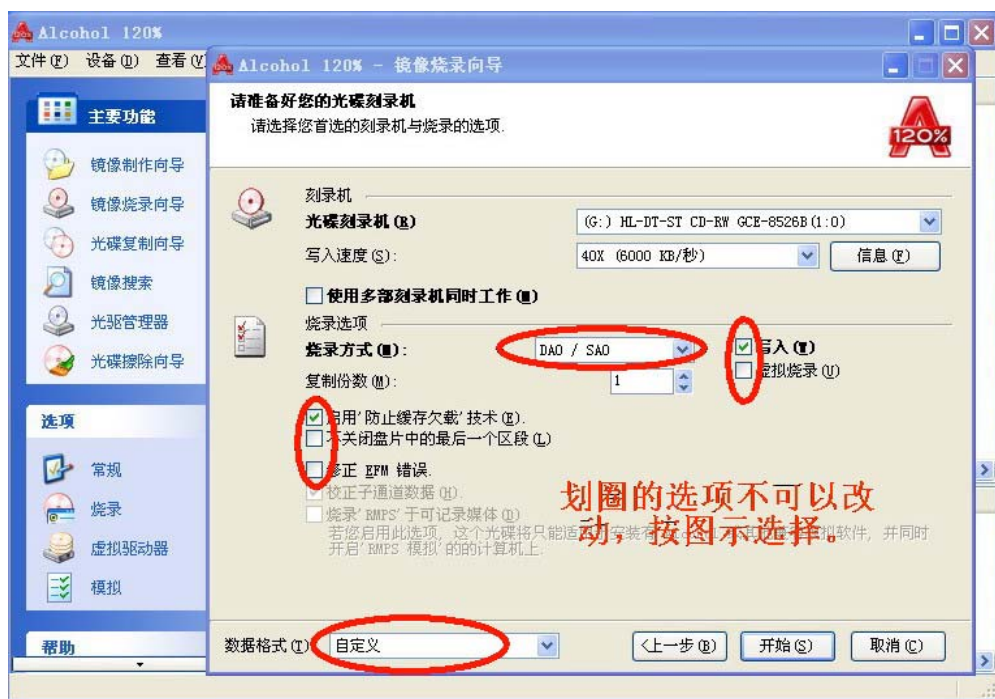
### 刻录光盘镜像

启动 ALCOHOL 120%，在主界面，点击“镜像烧录向导”，在弹出的镜像浏览对话框里面，点击“浏览”按钮浏览到要刻录光盘镜像文件，然后点“下一步”按钮。进入了下面的页面。选择要使用的刻录机、刻录速度和复制份数，其它选项按图示勾选，然后点“开始”按钮就正式开始刻录了。

如有多部刻录机，勾选“使用多部刻录机同时工作”后会让你选择使用哪些刻录机。

如果刻录份数大于 1，在刻录完一份的时候，光碟会自动弹出，并且出现“等待光驱”的对话框，这时就要把空白碟片放入光驱继续刻录。

全部刻录完成后，烧录向导界面中的信息框中会有“烧录成功完成”的提示信息，这时就可以按“完成”按钮关闭烧录向导了。



明慧技术交流汇编（下）里面也包含 Alcohol 120%使用详解：

<http://pkg2.minghui.org/mh/2005/8/29/tech-collection-2.zip>

## 6 使用 LabelShop 打印光盘贴

明慧网给我们提供了很多光盘贴下载，如何将从网上下载的图像文件准确无误的打印在光盘标签纸上呢？如果使用 Word 软件，需要反复的试验，会造成标签纸的浪费。如果要打印的标签种类较多时无疑很费工夫，而且一般很难对的十分准确，为了打满盘面会将图案设成比实际标签稍大一些，这样若打印的量较大，势必会造成墨水的浪费。使用专门打印光盘贴的软件 Labelshop 就可以解决这个问题，使用时只需将标签纸的规格设置正确，打印一次成功，而且准却无误。软件下载：

[http://qxbbs.org/upload/file1/4229/20060423\\_labelshop.rar](http://qxbbs.org/upload/file1/4229/20060423_labelshop.rar)

软件的使用请参考相关的明慧网的 Labelsho 教程（705 Kb）：

<http://pkg2.minghui.org/mh/2006/4/23/Labelshop.zip>

安装完成后请运行学习版（演示版每次打印前都会出现一个提示，且一些字符会被随机修改）。

## 第九章 海外免费电子邮箱的申请和使用

大家都知道，国内信箱因为监控我们不使用，海外免费的信箱相对就要安全许多，但是一些海外很知名的信箱如：yahoo、hotmail、safe-mail 等，我们也不要使用。

如果我们有了海外的安全信箱、加上信件内容用 PGP 加密，再加上用破网软件加密发送，这样我们与海外的通信就是安全畅通的了。

海外的信箱有中文显示的很少，这给国内不懂英文的同修带来一些麻烦，不过，这不要紧，其实使用英文的信箱也就是很少的一些英文文字，我们只要认识它们，就象识别图片一样，把这些英文文字记忆下来，那么使用英文信箱与中文信箱就没有什么区别了。

### 1 在哪里找到海外信箱

① 第一种方法就是在“古狗”上搜索。我们在浏览器的网址一栏输入古狗的网址（可以直接连接）：[www.google.com](http://www.google.com)，进入古狗的网站后，用 free mail 为关键词搜索，可以找出很多免费邮



箱的网站。

② 清心论坛上有一篇文章叫“这么多免费又好记的邮箱，够用了吧!!!”网址是 <http://qxbbs.org/viewtopic.php?t=9313>，这篇文章上介绍了很多的免费信箱的网址，可以随意选一个去申请信箱。

③ 可靠的朋友或同修帮忙申请。

## 2 如何申请海外信箱

要申请一个海外信箱，其实是很简单的事，一般就是要填写一个表，有的填写内容少，有的多一点，各网站有一些差异。如果从没申请过免费信箱，可以先申请几个国内的免费信箱，熟悉流程后再申请国外的，因为要填的内容是差不多的，多试几次就熟悉了。

大致步骤是：

① 进入免费信箱页面后，首先点 Sign up（即申请或注册的意思）。在提供免费信箱服务的网站的主页上，一般都有这个字样，点击就可进入申请页面，就是填一个表。

有是网站显示的可能是“Registration、free signup、Sign up here、Sign up Now”等。你只要记住“Sign up”就可以了。

② 第二步就是输入申请的用户名和密码。Username 是指用户名，Password 是指密码。这是申请信箱最重要的一步。有的免费信箱要求免费用户的用户名在 7 个字符以上，一般选 7—10 个字母和数字的组合较好，但必需以字母开头；密码在有些网站也要求在 6 位以上，推荐设 12 位以上长度数字、大小写字母和符号（少数不支持符号）组合的密码较好。用户名不要太常见，以免已经有人注册了，还得从新申请。

一般都会要求重复输入一次密码，英文是 Confirm、或 Re-Enter Password 等。

③ 输入密码问题和回答：这是为了在忘记密码时，通过密码问题来找回信箱，这种情况很少。在这一栏可以随意填几个字母，如果有选项，就随便选一个。回答时有的要求几个字母以上，就随便多填几个字母好了。

密码提问的英文是：Password Question，有的网站也写成 Security Question、Secret Question。密码回答的英文是 Password Answer，有的网站是 Security Answer、Secret Answer。不管怎么变，你只要知道 Password，Question，还有 Answer 就足以应付了。

④ 另外有的网站还要求申请人输入一个备用信箱，而且一般要求是别的网站的信箱。因为有的新申请的信箱要激活后才能开始使用，而一封激活的信件则会发送到这个备用信箱中，如果这个备用信箱不能使用，那么这个新信箱也不能激活、也就不能使用。这个备用信箱的英文叫 Alternate Email 或者 Current Email 等。

也有一些免费信箱是不需要确认信箱的，例如：<http://www.mail.com>、<http://www.1800-mail.com>、<http://www.walla.com>、<http://www.xasa.com>、<https://www.gmail.com>、<http://www.mail2world.com>，（后面 4 个是可以显示中文的）等等。虽然这些邮箱可以直接连接，但是如果使用这个邮箱来和明慧网专门联系，那么还是要使用破网软件注册和访问。

一般在申请信箱时，前面有\*号的栏目表示是一定要填写的，有 Required 标记的也是必须的，否则就是可填可不填的。

⑤ 一般来说个人信息部份都是要填写的，包括姓名啊，生日，家庭地址等等。有些网站要求的多一些，有些要求的少一些。出于安全的原因，这些信息避免不要用真实的，可以随意的填写。我们这里可以给大家介绍一些常见的用于填写个人信息的英文。

First Name：是名字的意思（随意填）

Last Name: 是姓氏的意思, 如赵、王等姓氏 (随意填)

Birthday: 生日。一般是通过选框来选择 (随意填, 但最好是填到 18 岁以上)

Phone Number: 电话号码 (随意填一些数字, 如: 212-998-1212)

Address: 地址 有的网站会检查这一项, 不符合要求就会申请不成功。一般可以带一个“street (街)”、“road (路)”, 如 Bei street 等。

Country: 国家: (UNITED STATES 是美国) 可以任选一个或选 “Non US” (不在美国)

State: 州 (美国叫州, 相当于中国的省。) 一般美国的网站会有这一项, 可以任选一个州或选 “Non US” (不在美国)

Zip: (有的网站是 Zip Code、Postal Code): 即邮编 (美国是 5 位数), 有些信箱在申请时, 会检查邮编与前面选择的美国的州是否一致, 不然会报错。

美国一些州的邮编范围是: New York, 10001-10292; Houston, 77001-77099; Chicago, 60601-60699; Los Angeles, 90001-90099

City: 城市 (随意填)

Gender: 性别: Male 男 Female 女

有些网站可能还有其它一些上面没有提到的选项, 一般都是可以在其下拉框中随意选择一个。

⑥ 有的网站要求填入显示的确认字符: 将显示出的字母 (有的是歪歪扭扭的) 填在方框中。英文可能是 Enter the word as it is shown in the box below: 即请添入下面方框中显示的字母

⑦ 有的要求接受网站的协议。一般会有一个 “I agree……” 或 “I accept……” 出现, 如果是按钮就点击它, 如果其前面有一个小方框, 就打上勾。

⑧ 我们填完要求的信息后, 有的要求接受网站的协议。一般会有一个 “I agree……” 或 “I accept……” 出现, 如果是按钮就点击它, 如果其前面有一个小方框, 就打上勾。然后点及提交按钮。英文是 Submit、或 sent、或 save 等, 一般这个按钮在表的最下边, 这样就算完成了。

如果注册不成功, 往往会在表中填错的地方用红字显示出来。

如果注册成功, 可能会显示 Congratulations! 或 Signup Successful! 意思是注册成功了!

注意: 申请信箱时, 很多网站要求打开 cookie 等, 这时需要将 IE 和 ZA 防火墙中的安全设置降低, 用完后再调回去。

### 3 电子信箱的使用步骤

#### 登陆信箱

电子信箱的使用是很简单的, 一学就会, 我们使用电子信箱主要是两个用途, 即收信和发信。

使用电子信箱前, 我们首先要打开电子信箱的网站。一般来说, 电子信箱的网站就是我们电子信箱的@符号后面的部份, 在其前面加上 www. 就是了。比如: 一个 gmail 信箱是 abcd@gmail.com, 其信箱网站就是 http://www.gmail.com。

打开电子信箱的网站后, 我们需要输入用户名和密码: 在信箱网站的主页上, 我们会看到两个长形的方框, 这是用来输入用户名和密码的。如果标注的是 User name, 那就是用户名, 如果是 Password, 那就是密码。

用户名就是我们电子信箱的@前面的部份, 例如前面的信箱 abcd@gmail.com 中, abcd 就是用户名。至于密码我们在申请信箱时就已经有了。输入用户名和密码后, 在长方框的下面或旁边会有一个登录按钮, 英文是 Login (有的信箱是 Sign In、Login In、Go 等)。点击它就可以进入自己的信箱了。

## 如何收信

打开信箱后，一般首先显示的就是收件箱，如果有新的信件，一进入就能够看到。通常新信件的颜色与阅读过的信件颜色有差异，只要一看颜色就知道了。在信箱页面，一般在其左边或上面，我们可以看到信箱的管理按钮，主要通用的有：

Inbox 收件箱。收到的信件都在这个文件夹里。

Compose 写信（有的信箱是 Write Messages）

Drafts 草稿箱

Trash 垃圾箱

Addresses 地址簿

Logout 退出（有的信箱是 Signout）。

在收信箱中，如果有新信件，点击 Subject 栏目下新信件标题的链接，就打开信件了。有的信件是以附件形式发来的，点击 Attachments（即附件）（有的信箱是“Attachment”、“Attach files”），就可以启动下载了。

⑤ 退出信箱：使用完信箱之后，按 Logout 按钮退出信箱。

## 如何发信

① 发信之前，我们也要先进入信箱。操作和刚才我们介绍的一样。到信箱的网址上输入用户名和密码，然后点击 LOG IN 就进入信箱了。

② 点 Compose，即可进入发信画面，我们需要填写的有：

收件人的地址（英文翻译为 TO）；这里将收信人的 email 地址填写好，如：给明慧投稿就是 editor@minghui.org

下一步是信件标题（英文翻译 Subject），发信的时候可以填写或不写，有的信箱要求填写写信标题。中间的大方框中是写信正文的，我们建议一般不要在这里写明文，我们的信件都通过加密后以附件形式发送。

在发信窗口有一个发送附件的按钮，英文是 Attachments，点击这个按钮后，就会出现一个发送附件的页面，点击页面上的 Browse 按钮（中文名称叫浏览按钮），就会出现文件选取框，找到我们要发送的文件，点 OK 后，会将文件粘贴在发送的信件上，我们在正文窗口的上面或下面可以看到附件的文件名。最后点击 Send 按钮，就把文件发送出去了。

③ 按 Logout 按钮退出信箱。

## 删除信件

及时清除信箱中的来往信件是个很好的习惯。在收件箱和发件箱将信件删除，只要按 Delete 按钮（有的是 Clear）就可以删除了。

但是，一般这只是将信件删除到了垃圾箱（Trash）里，还没有真正的完全删除。要完全删除，还需要点击 Trash 按钮，打开垃圾箱，选中所有文件，再点 Delete 按钮，这时可能会弹出问话框问是否真的完全删除，点 OK 或 Yes，就完全删除了；有的信箱在 Trash 的旁边有一个 Empty 按钮，点击它也是将垃圾箱里的信件全部清除。

## 4 邮件加密：Qxmail 和 PGP

在发送一些带有敏感信息的邮件时，例如带有一些需要保密的信息，就需要对信息内容进行加密，收到者通过解密还原加密前的内容，任何第三方无法看到真实的邮件正文内容，这样就满足了安全发送的要求，这里介绍两个软件：Qxmail（清心加密信使）和 PGP。两个软件加密的文件互相兼容，推荐使用中文界面的 Qxmail。

如果使用破网软件在明慧网的“网页匿名投稿”里面提交，或者使用明慧的站内信箱，都不需要使用PGP加密；如果你通过破网软件使用国外信箱给明慧发信，就需要使用PGP加密了。

## 4.1 PGP 简介、PGP 和 Qxmail 之间的兼容性

### PGP 简介

PGP 是一种高强度加密软件，经过它加密的文件，没有密码是解不开的。我们先介绍几个词语：密匙对、私人钥匙（secring，简称私匙）、公共钥匙（pubring，简称公匙）。密匙对就是用来加密和解密的一长串字符，匙就是钥匙的意思，又分为私匙和公匙。私匙，就是自己的，自己留着解密用的，不能给别人；公匙就是要给别人加密用的，别人写信就用你的 PGP 公匙来加密信件内容，然后将加密文件发给你，你拿到这个加密文件后使用私匙解密，这样，这个文件只有你自己才能解开，别人是打不开的。同样，你要给别人发信，你就得有别人的 PGP 公共钥匙。

例如明慧网为我们提供了公共钥匙，我们拿这个公共钥匙加密文件后，把它发送给明慧网，明慧网的同修就使用私匙解密我们发送的东西，除了明慧网的同修外，其他任何人无法解密这些内容，这样就达到了信息安全的目地。

由于 PGP 加密性高，无法破解，邪恶集团十分害怕，于是采用流氓手法强制规定不准使用 PGP 加密等。

### 各版本之间的兼容性

可能有同修要问了，PGP6.5.8、7.0.3、8.0、9.0等等，再加上Qxmail，这么多版本，会不会有兼容性问题，会不会导致发给别人的东西无法解密？

实际上 PGP 版本不同，只会影响私匙的向下兼容，不会影响别人对公匙的使用。如果使用高版本 PGP 创建的密匙对，低版本的 PGP 可能无法导入这个含私匙的密匙对，或者导入后也可能无法解密。但无论装的高、低版本的 PGP，不影响别人的 PGP 公匙的使用。

例如你使用PGP6.5.8版本创建了你的公匙和私匙，别人使用PGP9.0版本导入了你的公匙，然后加密了一个文件发给你，你仍然可以使用你的PGP6.5.8解密这个PGP9.0加密的文件。

所以，对于明慧的公匙，你可以使用Qxmail或PGP的不同版本加密文件后发给明慧，不必担心明慧同修无法解密的问题了。

由于PGP的版本的选取并不影响公匙加密，因此推荐使用绿色便携的Qxmail。

## 4.2 清心加密信使 Qxmail

Qxmail 是我们的同修开发的加密程序，包括了不少的功能，我们这里只使用它的 PGP 加密解密的功能，Qxmail 是中文绿色软件，无需安装就可以使用，使用非常简单，你可以把它放到加密盘里面，这样就不会留下文件痕迹了。软件附有非常详细的图文帮助，下面叙述的步骤，在帮助里面都可以找到相应的详细图文教学，边看帮助边学，很容易就学会了。

清心加密信使下载地址（2.2MB）：

[http://qxbs.org/ad\\_soft/qxmail-2006-1-9.zip](http://qxbs.org/ad_soft/qxmail-2006-1-9.zip)

### 第一次运行

下载后解压缩，运行 QXmail.exe==>弹出界面语言选择对话框==>选择简体中文，然后按“OK”按钮==>弹出进入 Qxmail 的密码，密码长度不要太短==>初始化和新建数据库，这步是自动的，可能要等一会儿==>接着就是初始化 PGP 密匙的步骤了，你可以导入已有的 PGP 钥匙，或者是生成自己的密匙对==>询问是否把本软件作为邮件客户端使用，选择“否”==>询问是否使用软件安全聊天功能，选择“否”==>进入 PGP 管理界面。

上面是第一次运行需要设置的内容，运行后在 QXmail.exe 文件目录就会生成包括密匙在内的



数据库，以后再使用的时候，就不需要再从新配置了，启动 QXmail.exe，输入密码，就直接进入 PGP 管理界面了。

**图文帮助：**可以双击程序目录里面的“qxmail.hlp”，打开帮助文件，点最下面的“我想学习软件的基本操作”，然后再点“密钥管理”，里面详细的解说了创建密钥的过程。

### PGP 密钥的生成

在前面的向导页就可以生成 PGP 密钥了，当进入密钥管理界面以后，也可以执行密钥管理=>生成密钥菜单生成密钥，效果是一样的。详细的过程请参考软件的帮助，写的非常详细，一看就懂。

### PGP 密钥的导出和导入

进入密钥管理界面以后，可以把别人给你的公匙导入，管理界面中部的“导入密钥”按钮为导入文件形式的密钥，“从剪贴板导入”为导入复制到剪贴板的密钥。“导出公匙”按钮是把选择的公匙导出为一个文件。

**加密文本：**加密文本信息的时候，先在上方的密钥框中选择某个公匙，在左下角的文本框中复制进你的要加密的信息内容，点击“加密文本”，在右面的文本框中就生成了加密后的内容，接下来就可以复制和发送右面的加密文字信息了。

**解密文本：**解密文本的时候，把加密信息复制到右下角的文本框中，选择你的私匙，点“解密文本”按钮，输入正确的密码，就会在左下角的文本框中显示出来解密的内容了。

**加密文件：**加密文件的时候，选择某个公匙后，点击中间的“加密文件”按钮，弹出文件选择对话框，下拉对话框的文件类型，选择为“所有文件(\*.\*)”，之后选择要加密的文件，选择后 Qxmail 会自动开始加密。最后在该文件目录下生成一个加密文件，例如你要加密“123.doc”，就会生成一个名字叫“123.doc.asc”的加密文件。

**解密文件：**解密文件时，Qxmail 有时会把文件解密成“\*\*\*.txt”的文本后缀的文件，其中“\*\*\*”是随机生成的文件名，所以解密后，需要使用原来的文件名还原该文件，例如解密“123.doc.asc”后，Qxmail 可能会生成名为“ardag.txt”的文本文件，那么需要从新命名这个文件为“123.doc”，就可以正常打开和使用这个文件了。

### 改扩展名的方法

为了不让 PGP 加密的文件带有 PGP 特征，在文件被 PGP 加密后，可以改一下该文件的扩展名。如果看不到文件的扩展名，那就是隐藏了，可以在使用 PGP 时临时打开隐藏属性，方法是：打开资源管理器=>“工具”=>“文件夹选项”=>“查看”=>将“隐藏已知文件类型的扩展名”前面的‘√’取消=>‘确定’。这样，每个文件的后面的扩展名就都显示出来了。

打开资源管理器，如已经加密的文件为 wenj.asc=>将后面的.asc 去掉改为.exe、或.jpg 等=>这时弹出重命名问话框，点“是”，这时文件变成了 wenj.exe=>右键点 wenj.exe=>选右键菜单中的“添加到压缩文件”，制作成带密码的压缩文件或不带密码的压缩文件，然后就可以发送了。发往明慧编辑部的稿件，最好这样进行处理。

## 4.3 PGP 加密软件（可选）

### PGP 的安装

现在新版已经有 PGP Desktop 9.0 以上的版本。但是作为加密邮件内容来说，免费版本的就足够了，目前，PGP 软件在其官方网站的免费下载版本有 PGPFW7.0.3、PGPF7.5.8 等。这两个版本的官方下载地址（[可直接下载](#)）：

ftp://ftp.pgpi.org/pub/pgp/6.5/6.5.8/PGPF7.5.8Win32.zip

ftp://ftp.pgpi.org/pub/pgp/7.0/7.0.3/PGPF7.0.3.zip

PGPF7.0.3.zip 解压缩后包含 2 个文件：一个叫 PGPFreeware 7.0.3.exe，另一个是 PGPFreeware

7.0.3.exe.sig。前者是 PGP 的安装文件，后者是这个安装文件的数字签名，用来检验安装文件是否被非法修改。签名文件要等到安装完 PGP 之后才能使用。

我们双击 PGPfreeware 7.0.3.exe 来安装它。

安装时，前面几步鼠标点击“next”或“yes”，中间有一步要出现一个新窗口，询问“Do you already have PGP keyrings you would like use?” 会出现两个选择，如果第一次安装请选择 No. I'm a New User（也就是说你还没有自己的公共钥匙和私人钥匙），之后点击几个 Next（下一步），软件会自动安装，完成后会提示从新启动，点击 Finish（结束安装）。系统自动从启。

## PGP 密匙生成

在生成 PGP 钥匙时，会同时生成公匙和私匙。密匙的生成过程如下：

在开始==>程序==>PGP 文件夹中，鼠标双击“PGPkeys.exe”==>出现“PGPkeys”窗口==>“Keys”==>“New key……”（或按键盘 Ctrl N）==>出现“PGP Key Generation Wizard”（即 PGP 钥匙生成向导）新窗口==>“Expert”==>在新窗口中输入有关参数，包括“Full name”（随便取一个名）；“Email address”（输入一个非真实的 email，其实随便输入一个带@的标记就行了，不输入也行）；“Key size”将 2048 改为 4096，其它的不变==>“下一步”==>在“Passphrase”框中输入密码，在“Confirmation”框中再次输入完全相同的密码（注：最好是 20 位以上，并且同时含有字母、数字和符号）==>“下一步”，显示进度==>“下一步”==>完成。这样在 PGPkeys 窗口中自动出现刚生成的新钥匙。

## PGP 钥匙的导出和导入

**导出：**同上鼠标双击“PGPkeys.exe”==>出现“PGPkeys”新窗口==>鼠标点选要导出的钥匙（选中者被标蓝）==>Keys==>Export==>在新窗口中选择钥匙保存位置（注意：如果要同时导出私钥，要“√”选上左下角的“Include Private Key(s)”，这主要用于保存自己的钥匙，和帮熟人制钥匙，而仅仅用于通信只给别人公钥就不要选上，不选该项时，默认生成的就只有可以对外公开的公钥。一般将保存的.asc 文件压缩加密传给对方就可以了。）==>确定

**导入：**收到别人的 PGP 公钥有两种类型，即.asc 文件，或一个文本文件，导入方法是一样的。

鼠标双击“PGPkeys”==>出现“PGPkeys”新窗口==>Keys==>Import==>在新窗口中选择钥匙文件所在的位置，鼠标双击该钥匙文件==>出现新窗口，点右下角的“Import”。这样就完成了钥匙的导入。

如果是.asc 文件，有更简单的方法，双击该文件，PGP 就会弹出钥匙输入窗口，点右下角的“Import”即可。

**加密：**如要对发送的一篇投稿文章加密，假设文章是 abc.doc。找到该文件，在文件上点鼠标右键==>出现右键菜单==>移动光标到“PGP”==>出现 PGP 的选项菜单==>向右移动光标至“Encrypt”处，点左键==>弹出新窗口==>点确定==>出现钥匙选择窗口，可以看到在上面的框中有一些钥匙的名称，选择你要发信的对方的钥匙，如：明慧的就是 editor<article@minghui.org>，对着钥匙双击，钥匙就会移到下面的框中来==>点“OK”。这样就在原文件的位置生成了一个 PGP 加密的文件，该文件与原文件名相同，但是，是以.pgp 为扩展名的 pgp 加密文件了，即 abc.doc.pgp。

**解密：**当得到别人发来的用自己的钥匙加密的文件时，在该文件上点鼠标右键==>出现右键菜单==>移动光标到“PGP”==>出现 PGP 的选项菜单==>向右移动光标至“Decrypt&Verify”处，点左键==>弹出解密窗口，上面是你的钥匙名，要求在下面的框中准确的输入你的密码，输入密码后点“OK”。这样，加密的文件就解出来了。

注意：在 win2k 系统中，安装 PGP 后，在‘我的文档’下面会增加一个 PGP 文件夹，如果是 XP 系统，会增加‘C:\Documents and Settings\当前用户名\Application Data\PGP’文件夹，这个文件夹是不能删除的，里面是放 PGP 公匙和私匙，以及一些软件设置。我们可以这样做，首先将这个 PGP 文件夹（包括公匙和私匙）复制一份在自己的加密盘里，平时不使用 PGP 加密时，就将这个文件夹用‘无影无踪’等软件擦除掉，并将 PGP 软件的文件夹的名字改为其它的名字，当我们要使

用 PGP 加密文件时，再将文件夹的名字改回为 PGP，同时将保存在加密盘中的 PGP 目录复制到前面的‘我的文档’等位置，这样就可以用以前的设置正常使用 PGP 加密了。

## 5 使用国外信箱的注意事项

① 申请新的海外 email 信箱时，要通过破网软件加密申请新信箱。

② 在使用国外信箱时，不论内容如何，哪怕不是传送所谓敏感信息，也要使用破网软件来加密打开信箱。即所有涉及到国外信箱的操作和使用，都要使用破网软件。

③ 避免从国内明文发送含有能被盯上的关键词（敏感词）。

④ 含有关键词的附件等发送要使用加密上网软件，同时附件需要用 pgp、winrar 等加密后发送、或者学会制作加密图片的办法，把小的文件用 winrar 加密后，追加到图片里，然后再发送等。

⑤ 和其他人联系时，尽量是一个 email 信箱和一个人联系，避免一个信箱同时和很多人联系，尽量避免交叉关联。已经和太多人联系过的 email 信箱，尽量更换新信箱。

⑥ 定期更换信箱密码。有的时候也可以和联系人共用一个信箱，并定期更换信箱。

⑦ 在国内外论坛尽量只看不发言。即使在某些技术论坛也尽量少和别人联系。

⑧ 国内同修尽量不要在网上发各种真相资料，这部份工作由国外同修做。

⑨ 不要使用 Windows 自带的 Outlook 或 Outlook Express 来收发信件。如果被封网站的网页文章下面有读者反馈、建议或意见等连接，点击后启动了 Outlook 或 Outlook Express 等软件，通过这种方式发邮件都是不安全的，邮件也发不到对方邮箱。

⑩ 原则上不要使用国内信箱，尽量使用国外信箱。

另外，在使用国外免费电子信箱时，要注意信箱的容量和时间限制。一般免费信箱有使用总量限制，如一个月的总使用量在 2M~2G 不等，如果达到了规定的容量，信箱就会拒绝接收发邮件。

同时，有些免费信箱还有定期使用的时间限制，一般是一个月左右，即连续 30 天不使用，该信箱就会被停止使用。具体某个信箱的使用容量和时间限制在申请信箱时都有明确说明。

## 6 用电子邮箱订阅明慧资料

我们有了海外电子邮箱后，可以通过信箱来订阅明慧资料，明慧会将每天的明慧和有关资料加密后邮到你的信箱中，我们上网后从信箱中下载这些资料就行了。因为这些资料是加密发送的，没有收、发上的安全问题。

订阅方法是：

用破网软件加密登陆明慧网，在明慧网主页左上角的版面点击“订阅明慧”，出现“订阅明慧”窗口后，在窗口的栏目内容下选择你要订阅的内容，在其中的输入框中输入自己的电子邮件地址，最后点击“订阅”按钮就完成了。

也可以用破网软件加密登陆自己的信箱，直接从自己的信箱向 [subscribe@minghui.org](mailto:subscribe@minghui.org) 邮箱发信订阅。大约一个星期后，自己的邮箱就会每天收到明慧网发过来的邮件。（如果收不到邮件，需要考虑更换其它邮箱。）

这样，我们以后就可以不打开明慧网，只需要打开自己的邮箱就可以看到明慧网上每天发表的全部文章、或其它真相资料。这样的方法方便、快捷、安全，只要能上网的地方就可以看到明慧网的文章，而无需登陆明慧网。如果是在网吧里上网，请将电子邮箱里的附件下载到软盘或 U 盘里带回家看，千万不要在网吧里看。

## 7 使用海外电子邮箱给明慧投稿

稿件用 PGP 加密后, 通过破网软件加密上网, 用自己的海外信箱, 向明慧的投稿信箱直接投稿。明慧投稿信箱有: [tougao@minghui.org](mailto:tougao@minghui.org) ; [article@minghui.org](mailto:article@minghui.org) ; [editor@minghui.org](mailto:editor@minghui.org)



附: 明慧编辑部的 PGP 公共钥匙: `Editor.asc`。使用方法: 左键点 `Editor.asc` 这个图标==>出现图标被选中的黑框==>在框中点右键, 在右键菜单中选择“复制”==>然后切换到“我的电脑”或“资源管理器”中, 在任意文件夹中或桌面上, 点“粘贴”==>这样, 明慧编辑部的 PGP 公钥——`Editor.asc` 这个文件就出现在文件夹中了(推荐粘贴到加密盘中)。如果已经安装有 `pgp`, 双击 `Editor.asc`, 就会出现导入窗口了。点右键复制出去, 然后导入 PGP 中; 使用 `Qxmail` 或 PGP 的公匙导入功能导入这个公共钥匙。在 `Qxmail` 或 PGP 公共钥匙文件 `pubring.pkr` 中, 明慧编辑部的公共钥匙标示为: `editor<article@minghui.org>`

## 第十章 学会使用搜索及其它

### 1 学会使用搜索

网络上有各式各样非常丰富的资源, 常规的文献、软件、技术资料等等都可以在网上找到, 那么怎样才能找到自己需要的资料呢? 这可以充份利用搜索引擎了, 搜索引擎就是具有搜索功能的网站, 专门为在网上搜索信息所用。它们的使用方法都很简单, 一般就是在空栏处输入我们要找的内容的关键词, 然后点击“搜索”按钮就行了。

#### 1.1 一般资料的搜索

我们用的最多的搜索引擎网站是古狗 (<http://www.google.com>) 和百度 (<http://www.baidu.com/>) (这两个搜索引擎都可以直接访问) 其它的还有很多, 这里以在 google 上搜索为例说明:

例如: 用 Google 查找互联网上提供“免费电子邮件”服务的网页。

连通网络, 打开浏览器, 在地址栏里输入 <http://www.google.com>, 然后打一下回车键, 就会出现 google 的主页(如图)。

在这个页面中间的搜索框中填入“free mail”, 然后点“Goole 搜索”这个按钮, Google 就会立即搜出很多项结果。如果不懂英文, 可以点一下“搜索所有中文网页”前面的小圆圈, 这样搜出来的就是中文结果了。



在使用搜索时, 也有一些技巧, 有时间可以去自己琢磨, 有关的文章推荐两篇:

GOOGLE 搜索从入门到精通 v3.0(转贴):

<http://qxbbs.org/viewtopic.php?t=190>

GOOGLE 搜索秘籍: <http://qxbbs.org/viewtopic.php?t=11970>

**特别提醒:** 不要用 google 或 baidu 搜索敏感信息。使用 Google 搜索时完毕, 在打开页面前, 推荐先把鼠标在链接上悬浮一下, 看看状态栏里面显示的实际地址, 避免直接访问敏感网址。



## 1.2 在明慧网上查找资料

在明慧网主页的左上角有一个“搜索”按钮，在其上的在空白栏里填入要搜索的关键词，例如输入“从零开始”，然后点“搜索”就进入搜索页面，并将搜索结果显示出来了。然后在搜索结果里面点击对应的链接，就可以查看具体文章了。



推荐参考明慧的技术汇编资料：

明慧技术交流汇编（上），包含了“突破网吧限制的各种技巧”、“自己动手组装一台一体机”、VCD 编辑制作实用初级教程、手机安全等内容：

<http://pkg2.minghui.org/mh/2005/8/23/tech-collection-1.zip>

明慧技术交流汇编（下），包含打印机清零、激光打印机修理、Alcohol 120%使用详解等内容：

<http://pkg2.minghui.org/mh/2005/8/29/tech-collection-2.zip>

总之，只要入了门、用习惯了，我们就可以利用搜索在网上很容易查找我们想要的各式各样的资料。

**提示：**如果通过搜索无法找到解决问题的途径，推荐给明慧写信寻求协助。

## 2 一些常用敏感网站的网址

**特别提醒：**以下这些网站不能直接访问，必须用破网软件加密访问才是安全的。

**突破封锁软件的网址：**

动态网：[www.dongtaiwang.com](http://www.dongtaiwang.com)

无界网络：[www.wujie.net](http://www.wujie.net)

花园网络：[www.gardennetworks.com](http://www.gardennetworks.com)

明慧网：[www.minghui.org](http://www.minghui.org)

放光明：[www.fgmtv.org](http://www.fgmtv.org)；提供真相影音文件下载

新视觉：[www.xinshijue.org](http://www.xinshijue.org)；提供真相影音文件下载

正见网：<http://zhengjian.org>

新生网：<http://xinsheng.net>

宇明网站：<http://yuming.flnet.org>

大纪元时报：<http://www.dajiyuan.com>

新唐人电视台：<http://www.ntdtv.com>

希望之声电台：<http://soundofhope.org>

人民报：<http://www.renminbao.com>

看中国: <http://www.kanzhongguo.com/news/gb/index.html>

## 技术网站

清心论坛: [www.qxbbs.org](http://www.qxbbs.org) 网络技术论坛

宇明网站精品软件: <http://yuming.flnet.org/NEWS/download.htm>

## 3 一些常用的提供代理的网站

除了清心论坛里面提供的普通 Http 代理之外,也可以到下面提供代理的网站获取代理,以便在 Multiproxy 中使用,下面有些站点已经被大陆封锁,不过用破网软件或使用代理上去也很容易,推荐使用破网软件浏览。打开网页后找到类似于 111.445.556:80 这样代理+端口的样式,复制下来,需要去掉中国 (China, 简称 CN)、香港 (HongKong, 简称 HK)、澳门 (Macau, 简称 MO)、巴基斯坦 (Pakistan, 简称 PK)、泰国 (Thailand, 简称 TH)、和新加坡 (Singapore, 简称 SG) 代理。

<http://www.cybersyndrome.net/country.html>

<http://www.proxy4free.com/page1.html>

<http://www.publicproxyservers.com/page1.html>

<http://www.atomintersoft.com/products/alive-proxy/proxy-list>

[http://www.stayinvisible.com/index.pl/proxy\\_list](http://www.stayinvisible.com/index.pl/proxy_list)

<http://www.freeproxy.ru/download/lists/goodproxy.txt>

<http://www.proxywhois.com/anonymous-proxy.htm>

<http://www.digitalcybersoft.com/ProxyList/fresh-proxy-list.shtml>

<http://www.samair.ru/proxy/>

<http://www.aliveproxy.com/anonymous-proxy-list>

在网上公布的代理有两种形式:一种是 IP: 端口 (而 IP: 端口之间的冒号必须是英文格式的),这样格式的直接复制粘贴到文本文件里就行;另一种就是表格形式的,复制到文本文件里的 IP 和端口之间是空格,而且还有代理的“类型”、“国家”等项目。你可以利用文本文件“编辑”菜单中的“替换”功能将空格替换成英文的冒号。具体操作是:打开文本文件,点击“编辑”、“替换”。出现替换的对话框,在“查找”内容中键入一个空格,在替换为中键入英文的冒号“:”(不包括引号),点击全部替换,就完成了代理的编辑,之后存盘就行。

\*\*\*\*\*

## 后 记

总之,做资料点的工作,并不是一个难事,熟能生巧,我们在实际使用过程中,很快就会掌握我们所需要的这些技术。毕竟这些技术都是在人这一层的理。希望在资料点的同修,要爱护我们所使用的设备,这些生命也难能可贵的在帮助我们做好正法工作。在做资料工作时,一定要重视学法,因为这是我们做好一切事情的根本保证。

这本技术小册子是多年来众多同修在艰苦环境下的实践中的经验积累,希望能够为同修建立资料点和已经在资料点工作的同修有所帮助,但是,这也只是起到抛砖引玉、做一个铺垫的作用。在资料点的具体工作中,同修可以根据自己的条件充份发挥自己的才能和智慧。同时,在使用中如有什么问题也请反馈回来,今后可以修改完善,以便我们共同努力做好资料点的工作,更好的起到助师正法、清除邪恶、救度众生的作用,完成我们的史前大愿和历史使命。

如果你觉的哪些问题这些小册子没有说清,或应该有更适于大陆同修的表述方式,或哪些问题应该收入,及其它改进建议,欢迎通过明慧技术部信箱 ([webteam@minghui.org](mailto:webteam@minghui.org)) 和我们联系。