

# mac-usage-tips

更新时间: 2025-05-13

- mac安装并使用gitbook  
更新时间: 2025-05-04
- 发现B站原来有mac端，可以在网站首页下载。
- 新问题: 配件选购问题

## 写在前面

本笔记面向计划使用mac，或已经在使用mac，但还不熟悉如何提高生产力的理工类学生/程序员，提供一些建议。具体内容而言，文章将从硬件配置选择，软件配置，实用技巧三个方面展开。由于本人使用mac的时间有限，笔记的内容可能不全面或者存在谬误，敬请谅解和指正。

## 为什么选择Mac

本人目前是本科生，研究生计划做AI Agent方向。本科入学时买入了一台win的游戏本使用至今，虽然性能足以让我完成目前几乎所有工作，但仍有几个原因让我选择mac：

1. win的文件管理以及环境配置等方面相较于linux、macos等类unix系统而言非常不好用；而mac的存储不分盘，也可以用homebrew实现类似apt的环境一键安装，对于熟悉linux的朋友来说非常友好。
2. 由于本人之前喜欢玩游戏，win上用于娱乐的程序占了不少空间，也让文件和存储管理更加麻烦了；有了mac之后不影响我继续用win玩游戏，但mac可以成为纯净的生产力工具。
3. 随着m系列芯片的进步和各大厂商的合作，越来越多的软件也支持苹果，甚至出现了独家软件；本人主要用的IDEA和Pycharm都支持，深度学习也可以跑，网上所说的软件生态问题并没有那么严重。
4. 本人手机平板和耳机都已经是apple了，生态上非常合适，就差一台mac了；实际使用之后确实可以让苹果体验到生态的魅力，隔空投送和耳机无缝切换非常优雅。
5. 本人的win是Y9000P，使用过的朋友们应该熟悉其重力，与其说是laptop，其实更像一个PC；为了更好的便捷性，方便往返工位以及外出时办公，一台轻巧的mac是非常合适的。
6. 国家补贴+教育优惠，让mac的价格实在很有竞争力。

## 硬件配置选择

先说本人的选择：macbook air m4 (24+512)

### 1. 款式选择

选择air而不选择pro，一方面是因为我有一台性能足够强的win，另一方面是air我认为更符合laptop的定位，足够轻巧，而且性能也很能打了，有高算力需求完全可以ssh连服务器解决。至于为什么买m4而不买m3或者更早的款式，我只能说新款的价格还不够香吗？这里并不是说我不差这个钱，而是说买m4长远来看能打的时间更长，平均下来反而是更具性价比的。

## 2. 内存选择

对我来说至少要24g，如果我更有钱的话就会32。无论对于做开发还是算法，内存的大小都很重要，会直接影响使用体验。由于mac使用统一内存，即内存也起到了显存的作用，其作用就更重要了。对于开发来说，内存足够大的话在本地生产环境运行程序时才不容易卡顿；对于算法用户而言，一个大的内存也可以让你在本地测试程序的正确性，不至于跑不起来。

## 3. 硬盘选择

256固然够了，但512可以让你的工作更加自如。虽然可以外接硬盘，但对我而言这就让这台Mac失去了其作为轻便型laptop的意义，毕竟谁愿意给电脑挂个尿袋呢。此外，512为这台mac留下了更加丰富的使用场景，毕竟对我而言，这台mac至少要陪伴我整个研究生的工作，有能力的情况下预留当然是妥善的。当然，256也是可以用的，纯生产力情况下妥善管理肯定够用，预算不够的话不用硬上。

值得一提的是：air m4如果选择丐版的话（16+256）会让充电器降级并且少两块GPU核心，这点被库克大厨拿捏的死死的，对此介意的同学购买前一定要注意这些隐性的刀。

# 软件配置

由于本人偏算法和后台方向，因此主要覆盖这部分内容，当然很多内容对于程序员而言都是通用的。

## 1. 你懂的

第一件事就是配置网络，这里不好讲太多，但是大家要优先搞定这件事，保证后续操作的通畅。

## 2. 浏览器

App Store的软件太少，而且有的App Store的软件不见的比网页版好用，因此浏览器很重要。举个例子，B站在App Store就只能搜到IOS版本的App，如果直接安装到mac上将会获得非常诡异的页面布局以及许多操作无法进行；但是在B站官网首页就可以看到mac端的下载，并且可以缓存视频。网上搜到的很多软件也是通过了校验的，不用太担心；不知名小网站的软件小心点，自己做好判断。

之前看网上有人吹Safari，试着用了一番之后个人体验一般，Chrome依然是我最喜欢的浏览器。此处的建议不是为了让大家和我一样用Chrome，也不是说Safari不好用啥的，而是没有必要因为换了mac就直接去使用safari，浏览器每一款差别虽然不大，但使用习惯确实不通用，这里的时间成本不值得。不过此处就是建议，纯个人感受（答应我bro，别喷我好吗QAQ）

### 3. IDE

此处依然是建议保持你的习惯，可以直接在浏览器搜索你喜欢的IDE，基本都有mac版本，个人最爱的是[Jetbrains](#)全家桶，直接官网下载dmg然后安装即可。喜欢用cursor的bro也可以直接在官网找dmg安装，没问题。

### 4. 常见工具

此处指的是一些命令行的工具以及一些专用的环境，第一件事就是安装[homebrew](#)，此处建议先配置好网络环境，因为有的包在外国的server。配置好之后需要将一些配置写到 `~/.zshrc` 中（类似linux的 `~/.bashrc`），可以用 `vim` 打开，或者直接用 `open <filename>` 来打开文件，写入以下内容：

```
export PATH="/usr/local/bin:$PATH"
export PATH="/opt/homebrew/bin:$PATH"
```

写完之后通过 `source ~/.zshrc` 刷新环境变量即可。

**Advice：**建议在mac上安装软件全部使用默认路径，和win不一样，不需要考虑系统盘问题， 默认安装路径会给你之后需要排查错误时省去很多麻烦。

安装好之后，就可以用brew安装git等环境了，常见的基本都能装，不管是maven，node这些包管理工具还是jdk之类的开发环境都可以直接install，简直太爽啦！安装具体环境的指令可以直 接问AI，这里给一个安装maven的例子：

```
brew install maven
mvn --version # 验证是否安装成功
```

有些应用是希望安装后就在后台作为service一直运行的，且重启后应当自启动，比如mysql、postgresql之类的数据库，这里再给一个例子：

```
brew install mysql
brew services start mysql
brew services list # 可以查看所有运行的services
```

### 5. Deep Learning

如果要玩深度学习的话本地当然也可以装一个[miniconda](#)，按照官网给的指令直接安装即可，跑一跑小测试完全可以的。建议装了conda之后安装jupyter使用，jupyter可以安装一些插件改善体验：

```
pip install jupyter jupyter_contrib_nbextensions  
pip install jupyter_nbextensions_configurator jupyterlab_code_formatter
```

此外，建议配置一下镜像源，个人建议应aliyun的源，tsinghua的容易卡。在你安装miniconda的目录下（默认是~/miniconda3）会找到一个`.condarc`的文件，用于配置conda，写入以下配置：

```
# channels:  
#   - https://repo.anaconda.com/pkgs/main  
#   - https://repo.anaconda.com/pkgs/r  
channels:  
  - https://mirrors.aliyun.com/anaconda/pkgs/main/  
  - https://mirrors.aliyun.com/anaconda/pkgs/r/  
  - https://mirrors.aliyun.com/anaconda/pkgs/msys2/  
  - defaults  
show_channel_urls: false
```

前两行是conda默认的源，直接删掉也可以。

## 6. 学术

个人习惯是[Zotero](#) + [Notion](#) + [Obsidian](#) + [Overleaf](#)。

1. Zotero是继承了我win端的使用习惯，推荐安装Zotero for Chrome和Translate for Zotero两个插件，浏览器直接搜就有下载，不过评论区反馈有内存占用极大的问题。评论区有人说可以考虑转战paperlib管理文献+easydict文献翻译+默认的preview阅读，缺点应该就是没法做标记了，个人没有用过，感兴趣的可以试试。
2. Notion是一个很好用的在线笔记，工作过的朋友应该比较熟悉飞书，二者很相似，和win使用无差异，直接网页端就行，不多说了
3. Obsidian也是用来写markdown的，是我到mac之后才使用的，因为mac的内存管理比较优秀，可以开很多个页面也不卡，而且存储也不用再担心文件存到哪的问题，因此用了这个比较热门的本地markdown软件。可以在浏览器搜索下载。
4. Overleaf就不说了，直接网页端就行，写论文神器。

## 7. GitBook

- 之前说内容多了就把笔记整理成gitbook，现在感觉笔记已经很乱了，所以准备开始转成gitbook了。然而在gitbook的安装遇到了不少问题。
  - nvm安装：不建议使用`brew install nvm`，容易遇到`nvm ls-remote N\A`的问题，而且难以配置镜像。建议使用curl安装，然后再改镜像，参考[这篇文章](#)。

- gitbook安装：解决cb.apply问题。

## 实用技巧

- 触控板：虽然早有耳闻，但没想到这么爽，在mac上彻底抛弃鼠标了（在win玩游戏还是要用的）。快捷手势很好用，我额外做的两个设置就是**轻点单击**和**三指滑动**。至于这些操作具体是什么和怎么操作，我的建议是大家都使用AI直接问吧，比啥都快还不用在网上翻我的笔记，多用几次就会了。
- 快捷键：同上，无脑问AI吧。mac的快捷键特别多，你能想到的功能基本都有快捷键，但坏处就是不好记而且网上资料不好查，但现在那么多chatbot，咱们就说能不能问GPT呢？不会就直接问ai，多问几次就会了，和触控板学习的方式一样的，prompt记得说I am using mac。此外，也可以试着用mac自带的shortcuts软件查询一下快捷键，不过我个人不是很会用，感觉问AI更方便。

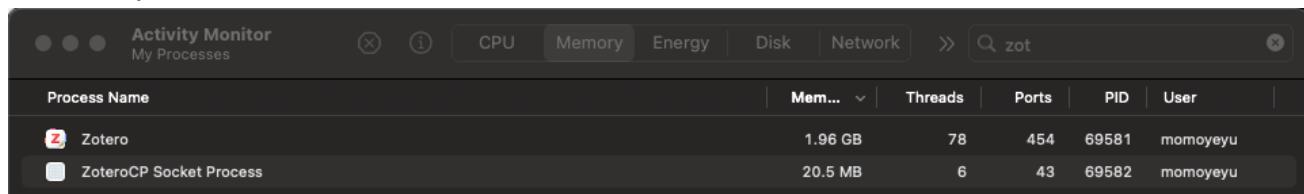
## Summary

希望上述分享能为你提供一些参考价值。选择Mac的理由可以有很多种，希望确定你真的需要他ta；硬件配置的选择在款式、内存、硬盘等方面要结合自己的实际需求。对我而言，随着Mac生态的丰富和发展，它不仅是一台laptop，更是能助力高效学习与工作的得力伙伴（非广哈，库克考虑让我接一个吗），也希望这台mac能随着我一起成长，越来越好用吧。

## 疑问板块

更新时间：2025-04-29

- 办公软件：Mac的Office三件套与win还是有差异，首先是遇到了大量的字体不兼容，其次是还要收费。网上说可以用Mac自带的Pages和Keynotes，但遇到像申报书这种对格式标准有要求的时候又不得不考虑在win上时的效果，着实难受；个人又不想使用WPS，怎么办？
- Zotero内存占用问题：评论区有人说Zotero占用内存很大，我用Activity Monitor查了一下发现确实如此。我本地下载的是最新的Zotero 7，刚启动的时候内存占用约为500M，但只要打开文章就很容易占用超过2G，高的时候甚至能达到4G的占用，如图是我重启Zotero后仅打开两篇文章的pdf后的占用：



A screenshot of the Mac OS X Activity Monitor application. The window title is "Activity Monitor" and it shows "My Processes". The tab bar has tabs for CPU, Memory, Energy, Disk, Network, and a search field containing "zot". Below the tabs is a table with columns: Process Name, Mem..., Threads, Ports, PID, and User. Two processes are listed: "Zotero" and "ZoteroCP Socket Process". The "Zotero" process is highlighted with a red border. The "Zotero" row shows 1.96 GB in the Mem... column, 78 in Threads, 454 in Ports, PID 69581, and User momoyeyu. The "ZoteroCP Socket Process" row shows 20.5 MB in the Mem... column, 6 in Threads, 43 in Ports, PID 69582, and User momoyeyu.

| Process Name            | Mem...  | Threads | Ports | PID   | User     |
|-------------------------|---------|---------|-------|-------|----------|
| Zotero                  | 1.96 GB | 78      | 454   | 69581 | momoyeyu |
| ZoteroCP Socket Process | 20.5 MB | 6       | 43    | 69582 | momoyeyu |

在关闭了所有pdf后，Zotero的占用依然有1G多，而且比较让人感到奇怪的是Zotero的线程数量一直是70多，不知道后台在跑什么，非常神秘。于是上网搜了一下，发现一个潜在的回答：

**otexplorer** January 27, 2024

Maybe look at this thread? Mac user w high CPU usage w PDFs. Turned out to be a plug-in.

[https://forums.zotero.org/discussion/comment/453287/#Comment\\_453287](https://forums.zotero.org/discussion/comment/453287/#Comment_453287)

---

**patrickgao** January 27, 2024

@[otexplorer](#) Hi, thanks for the valuable comments. I turned off all the plugins and restarted zotero7 beta.55. Then I opened a review article of 55 pages and fast scroll it. I can still encounter the same issue with 144.7% CPU and 4.22 GB memory usage. My laptop still burns ang lags.

I also tested the same doc on apple's preview, PSDF's PDF viewer, and readdle's PDF expert. Very smooth and no issue at all.

该评论是在Zotero的官网的讨论区找到的，这是其中提到的[链接](#)，内容如下：

**RobinLuo** January 27, 2024 edited January 27, 2024

After careful troubleshooting, I have found the problem:

# The Ethereal Style v3.3.6 add-on will have problems when it change the PDF background colour by modifying the CSS code.

(原因是安装的 Ethereal Style 3.3.6 插件通过修改CSS代码改变PDF背景色时发生了问题。)

I will report this to the developers of add-on in time.

And once again, thanks to the project technicians for their work.

The new interface of zotero 7 is pretty gorgeous!

---

我自己没有安装这个插件，但这提供了一个思路：很有可能是开发插件的人没有做好内存管理导致了大量的内存消耗。评论区也有评论说自己关掉插件之后内存占用问题得到了缓解，大家可以尝试一下。

3. DS\_Store文件问题：评论区说使用Spotlight查找文件之后可能会生成一个DS\_Store文件，这个问题我暂时还没有遇到，先放在这里，懂的朋友可以在评论区给大家解答。
4. 配件选购问题：mac还是有很多配件可选的，个人目前买了一个绿联的拓展坞和一个tomtoc的内胆包，其他的还没买。比较好奇的是到底有没有必要用鼠标？如果要买的话买哪个比较好？个人觉得mac的触控板很爽，而且这段时间一直没用鼠标让我记住了许多键盘和触控板的快捷键，有的操作比以前更快更丝滑了；但最近用word写基金申请的时候总是要框选文字的时候还是老实了，感觉有一个鼠标还是会在某些时候提高效率，然而个人目前还没想好到底要不要买鼠标，觉得自己可能是还没有充分适应触控板的精髓（而且都用mac了总有种不想碰鼠标的倔强）

## 写在最后

该笔记仅是个人经验以及小红书评论区的信息整合，信息可能存在谬误，请在需要高危操作解决问题时保持谨慎，如果因为使用笔记的建议导致后果，本人概不负责。但本人的初衷还是希望把笔记做好，有任何问题可以在我的[Red Note](#)评论区或者留言，或者通过[email](#)与我联系。