

最安全、最快速的解决方案：重新克隆远端

这是推荐做法，也是 Git 官方文档建议的方式。

✓ 第一步：把当前坏仓库重命名（备份）

```
cd ..  
mv cifa cifa_corrupted_backup
```

✓ 第二步：重新克隆

```
git clone https://2313546:g1pat-zLgnhNbuzdbPYQLpFsdk@gitlab.eduxiji.net/nku2025-j_z/cifa.git
```

克隆后，你会得到一个全新的、无损坏的仓库。