



如何用互联网恢复模式启动 Mac

如果你的 Mac...

撰写者: Taylor Dixon



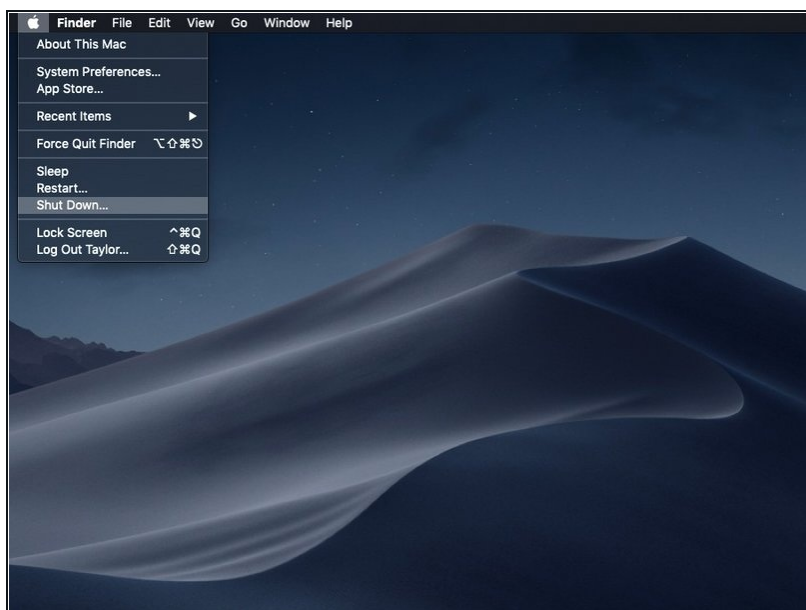
介绍

如果你的 Mac 没有连接安装了 macOS 的存储设备，或你的启动盘已损坏，电脑启动时会闪烁 [带问号的文件夹图标](#)，然后关机。

按照本指南使用互联网恢复模式启动你的 Mac，并使用磁盘工具，时间机器和 macOS 安装器。

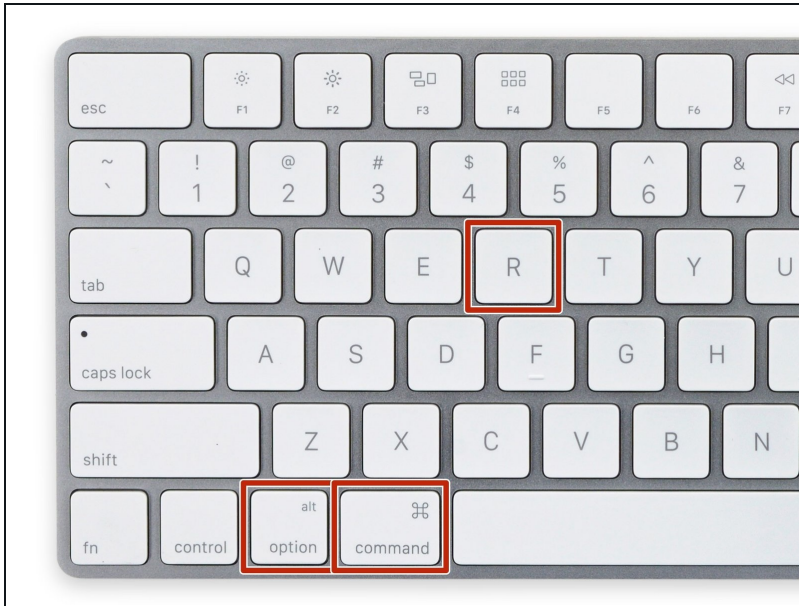
只有在**2009**年后发布的苹果电脑可用互联网恢复模式。如果你的电脑在**2010-2011**年发布，你需要更新至最新的 **macOS**，或通过 [EFI 和 SMC 固件升级](#)启动互联网恢复模式。

步骤 1 — 如何用互联网恢复模式启动 Mac



- 关闭您的电脑。
- ① 如果你使用互联网恢复安装 macOS 到新的硬盘，您可以跳过这一步骤。

步骤 2



- 当电脑完全关闭以后，先按下电源键，并立即按下并按住command + option + R键。

步骤 3



- 当出现旋转地球的动画时，您便可以松开按键。
- 当互联网恢复启动时，小地球会开始旋转。如果您没有使用有线连接，“选择网络”会出现。通过这个菜单将电脑连接到WiFi。

步骤 4



- 当建立了网络连接以后，进度条便会出现现在小地球下面。
- ① 这个模式容易超时。如果你收到错误信息，请尝试用有线连接来链接互联网而不是使用WiFi。取决于你的电脑型号，你可能需要适配器来进行有线连接。

步骤 5



- 当互联网恢复加载完成后，您就会看见macOS恢复界面。

从恢复菜单中，你可以[从时间胶囊恢复你的备份](#)，[重新安装 macOS](#)，获得在线帮助，或者使用磁盘工具格式化或者解决任意连接的储存设备的问题。