



Talkmore 使用教程

一份给新用户看的快速上手指南：下载安装到完成配置，再到日常语音输入。

适合分享 App 时一起发送。用户按这份教程走，通常 5 到 10 分钟就能完成首次配置。

这是测试版。如果遇到打不开、识别失败、粘贴失败等问题，欢迎反馈。App 能打开时，点击菜单栏 Talkmore 图标 -> 打开日志文件夹，把 talkmore.log 连同问题现象发给作者；App 完全打不开时，在 Finder 里选择“前往 -> 前往文件夹...”，输入 `~/talkmore/logs`。联系方式在主窗口“联系作者”，也可以发到微信 guoxiaowen1220 或邮箱 caven.gxw@qq.com。



版本：v0.2.2-beta · 适用系统：macOS 12 或更高版本

1. Talkmore 是做什么的？

Talkmore 是一款 Mac 菜单栏语音输入工具。你按下快捷键开始说话，再按一次结束，软件会自动把语音整理成可以直接发送的文字，并粘贴到当前应用。



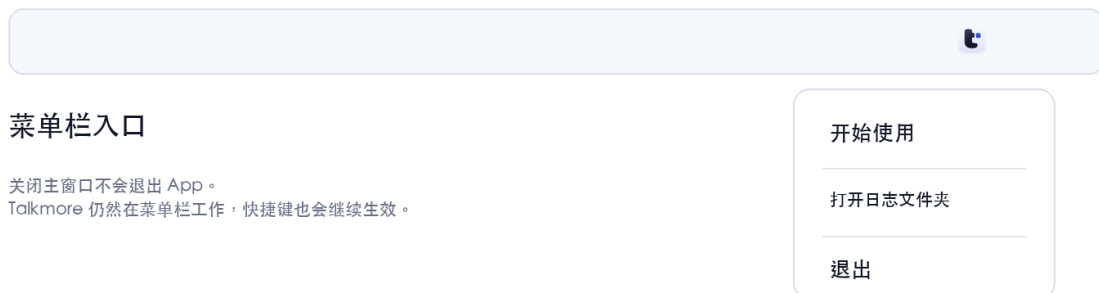
它的工作流程很简单：

- 1 豆包语音负责把录音识别成原始文字。
- 2 DeepSeek 负责把原始文字整理成自然、清楚、可直接发送的表达。
- 3 Talkmore 把整理后的文字写入系统剪贴板，并自动发送 Command + V。

如果当前没有输入框，自动粘贴可能没有反应，但整理后的文本仍然会保留在系统剪贴板和 Talkmore 的剪贴板记录里。

2. 安装和首次打开

步骤	你要做什么	看到什么算成功
1	把别人发给你的 Talkmore.app 保存到电脑上。	文件名显示为 Talkmore。
2	双击打开 Talkmore。	主窗口会自动弹出，左侧有“开始使用”“剪贴板”“词库”和“联系作者”。
3	如果系统提示来自未知开发者，按 macOS 提示到“隐私与安全性”里允许打开。	可以正常进入 Talkmore 主窗口。
4	以后不需要一直开着主窗口。点左上角关闭按钮只是关窗口，App 仍在菜单栏工作。	菜单栏里还能看到 Talkmore 小图标。



菜单栏小图标保留三个入口：开始使用、打开日志文件夹、退出。想重新打开主窗口，就点“开始使用”。遇到问题时，可以点“打开日志文件夹”把日志发给作者。

3. 开启必要权限

首次使用时，Talkmore 需要两个 macOS 权限。没有权限时，录音或自动粘贴会失败。

步骤	你要做什么	看到什么算成功
麦克风	首次录音时，系统会询问是否允许 Talkmore 使用麦克风。请选择允许。	按快捷键后能开始录音。
辅助功能	打开“系统设置 → 隐私与安全性 → 辅助功能”，允许 Talkmore。	整理完成后能自动粘贴到当前输入框。

如果辅助功能里显示允许但仍不能自动粘贴：

- 1 先把 Talkmore 从辅助功能列表里移除。
- 2 重新打开 Talkmore。
- 3 再次把 Talkmore 加回辅助功能并打开开关。

权限只用于录音和自动粘贴。你的 API Key、历史记录、转写文本都保存在你自己的电脑上。

4. 配置两个 API Key

打开主窗口左侧的“开始使用”，在“1. API 配置”里填写两个 Key。两个都填好后再测试，不建议只填其中一个就试。

豆包语音 API Key

你要找的是豆包语音 API Key。它负责把录音转成文字。

- 1 打开火山引擎控制台并登录。第一次登录时，如果平台提示实名认证，按页面指引完成即可。
- 2 进入豆包语音新版控制台。如果新版入口打不开，可以回到火山引擎控制台搜索“豆包语音”。
- 3 找到“API Key 管理”“密钥管理”“API 调用”或类似入口。
- 4 点击新建 API Key。
- 5 创建完成后，立刻复制完整 API Key。注意：API Key 通常只会在新建时完整显示一次，已有 API Key 后续无法再次打开查看完整密钥。
- 6 如果担心使用时因为余额不足导致语音识别失败，可以在火山引擎里充值 10 元。Talkmore 日常语音输入消耗很低，10 元通常可以用很久。
- 7 回到 Talkmore 的“开始使用”窗口，把它粘贴到“豆包语音 API Key”输入框。

不要把 Access Key、Secret Key、网页登录密码填到这里。Talkmore 需要的是豆包语音 API Key。

DeepSeek API Key

你要找的是 DeepSeek API Key。它负责把识别出来的原始文字整理成更自然、可直接发送的表达。

- 1 打开DeepSeek 开放平台并登录。

- 2 进入API Keys 页面，或者在左侧找到“API Keys”“密钥”或“API 密钥”。
- 3 点击创建新的 API Key。
- 4 创建后立刻复制完整 Key。有些平台只在创建时完整显示一次。
- 5 DeepSeek API 会从充值余额或赠送余额中扣费，不是欠费后再补缴。创建 Key 后，请先确认 Billing / 充值页面里有可用余额。
- 6 如果担心使用时因为余额不足导致文字整理失败，可以在 DeepSeek 里充值 10 元。Talkmore 每次只整理一小段语音文本，日常使用消耗很低，10 元通常可以用很久。
- 7 回到 Talkmore 的“开始使用”窗口，把它粘贴到“DeepSeek API Key”输入框。
- 8 保存后，Talkmore 会用它来调用 DeepSeek 整理文本。如果需要核对接口说明，可以打开 DeepSeek API 文档。

填完 DeepSeek 后再测试

- 1 先把豆包语音 API Key 和 DeepSeek API Key 都填好。
- 2 点击保存。
- 3 用 Talkmore 录一句 2 到 3 秒的短语音，比如“你好，这是一次测试”。
- 4 如果最后能自动粘贴出整理后的文字，说明两个 Key 都已经配置成功。

如果提示“语音识别失败”，优先检查豆包语音 Key、额度和服务权限；如果提示“文字整理失败”，优先检查 DeepSeek Key、账户余额和账户状态。

5. 日常怎么用

- 1 把光标放到你想输入文字的位置，例如微信、备忘录、飞书、浏览器输入框。
- 2 按下你设置的快捷键，开始说话。
- 3 说完后再按一次快捷键，Talkmore 会停止录音并开始处理。
- 4 等待几秒，整理后的文字会自动粘贴到当前输入框。

适合这些场景：

- 在聊天软件里快速输入长消息。
- 把脑子里的想法先说出来，再让它整理成清楚文字。
- 写口播文案、朋友圈、小红书草稿或工作沟通内容。
- 不方便打字时，用语音快速记下结构化内容。

速度优先逻辑：Talkmore 不检查当前是否有输入框。没有输入框时，自动粘贴可能没反应，但文本仍在剪贴板和历史记录里。

6. 剪贴板和历史记录

左侧点“剪贴板”，可以看到最近的转写结果。这里适合找回刚才没粘贴成功的内容，也适合重复使用某一段文字。



步骤	你要做什么	看到什么算成功
再次粘贴	把这条历史记录重新粘贴到当前输入位置。	适合刚才没有输入框或想重复发送。
复制	只复制文本到系统剪贴板。	之后可以手动 Command + V。
删除	删除这一条历史记录。	适合清理不需要的内容。

历史记录保存在本机 `~/talkmore/history.json`，不会被打包进分享版 App。

7. 词库、快捷键和转写指令

词库

- 左侧点“词库”，可以添加常用英文产品名、人名、品牌名和专业术语。
- 词库会作为豆包语音识别热词使用，帮助相似发音更倾向于识别成你的常用词。
- 词库适合放短词或短语，例如 DeepSeek、Claude Code、Cursor、Talkmore。
- 不要添加“这个”“没有”“好的”这类高频口语词，避免影响普通句子的识别。

在“开始使用”里可以继续调整快捷键和整理方式。

快捷键设置

- 支持组合键，例如 Command + Shift + Space、Command + G。
- 也支持单键或单独修饰键。想用单独的 Command / Shift / Option / Control，按下后松开即可。
- 修改后会立即保存并重新注册全局快捷键。

转写指令

- 日常整理：适合聊天、工作沟通、日常输入。
- 口播文案：适合短视频、播客、直播口播。
- 结构化表达：适合汇报、总结、条理化内容。
- 自定义指令：可以复制内置指令后改成自己的风格。

常见问题

步骤	你要做什么	看到什么算成功
不能录音	检查麦克风权限。	系统设置里允许 Talkmore 使用麦克风。
不能自动粘贴	检查辅助功能权限。	允许 Talkmore 后重试。
双击没反应	打开 Finder，选择“前往 -> 前往文件夹...”，输入 ~/.talkmore/logs。	把 talkmore.log 发给作者排查。
提示语音识别失败	检查豆包语音 Key、额度、服务开通状态。	能成功识别录音文字。
提示 DeepSeek 失败	检查 DeepSeek Key、余额、Key 是否复制完整。	能成功整理文本。