


北京股商实战经典

元小弟

◎ 著

# 中短线 稳定盈利操练



操盘手**花荣** 财经名博**空空道人**


《民间股神》作者**白青山** 神农投资**陈宇**

## 联袂推荐

 中国纺织出版社

# 中短线稳定盈利操练

元小弟 著

 中国纺织出版社

## 内 容 提 要

本书是实战派职业投资专家元小弟继《中短线临盘决策技法》之后又一部讲解中短线交易技术的专业著作。在2007年成书的《中短线临盘决策技法》中,元小弟展现了精彩的中短线选股选时技巧,引起轰动。时隔5年,许多同时期的投资明星早已风光不再,而元小弟却能保持年复一年稳定盈利,长期大幅领先于其他职业投资人,其投资思想和能力经受了市场最残酷的考验,本书即是元小弟5年沉淀的最新成果。

在本书中,你将看到元小弟将敏锐灵活的中短线操作手法,与顺应市场趋势、严格操作纪律的投资大局观完美结合,既在单笔交易中追求大幅甚至翻倍的收益,又能在资金总量和长期的时间尺度下,保证安全和稳定。实现稳定盈利是每个投资者的梦想,这必须经历反复的训练方可实现,如果你有这个梦想,本书将是你不可多得的良好益友。

### 图书在版编目(CIP)数据

中短线稳定盈利操练 / 元小弟著. —北京:中国  
纺织出版社, 2013. 3

ISBN 978 - 7 - 5064 - 9466 - 3

I. ①中… II. ①元… III. ①股票投资—基本知识  
IV. ①F830. 91

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第288082号

---

策划编辑:关 礼 徐铭爽 责任印制:周平利

---

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

邮购电话:010-64168110 传真:010-64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: [faxing@c-textilep.com](mailto:faxing@c-textilep.com)

三河市航远印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

2013年3月第1版第1次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:16

字数:159千字 定价:39.80元

---

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换

# 前 言

我关于股市的第一本书《中短线临盘决策技法》(简称《技法》)完成于2007年,后经修订于2008年10月由天津科学技术出版社出版。

和一些靠出书挣钱过日子的人不一样,我从一开始就没有这样的想法,我是一个靠玩股票挣钱过日子的人。

当然,我喜欢写作,热爱写作,年少时曾做过多年的文学梦,从2005年坚持写博客到现在,几乎一天也没有停过,把证券和文字写作结合起来,一直是让我很开心和兴奋的事情。

《技法》一书是在很多朋友们的极力劝导下才完成出版的,对于我的第一本股票书,我写得很用心,把过去几年在股市征战中总结的最有价值的经验都分享出来了。

在几乎没有做任何宣传的情况下,又经历了2008年股市的惨烈下跌,对《技法》一书能卖掉多少真是没抱太大的希望,可事实却比预想的要好得多,从读者反馈的情况来看,多数人都是通过朋友的推荐才购买此书的,可以说口碑效应在此书的销售过程中体现得比较突出。

从《中短线临盘决策技法》一书出版之后,就不断地有读者向我打听

何时出版第二本书，因为有不少的读者从《技法》一书中获得了启发，少走了很多的弯路，而且在实战中也取得了较好的收益，从2008年年底到2010年，一直有读者希望我再写一本书。

对我本人而言，绝不会为了写书而写书，如果没有一些新东西，在实战中没有总结出一些新的技法，在操作中没有新的感悟和体会，单纯为了出书而出书实在是没什么意思。

在一些读者与我沟通的过程中还有这样一些问题，也算是一类比较普遍的问题，比如：

《技法》一书的收敛三角形突破为什么后来应用不了？

为什么利用借利空吸货这个技法去操作个股但最后还是没挣钱呢？

为什么我细致地学习了《技法》一书，但2009年还是没有跑赢大盘呢？

针对这样一些问题，在我与一些读者进行交流后得知，很多人只是单纯地按照图形或是某一个技术要点进行照搬应用，却没有考虑到所处的市场环境是什么样的，从而犯了刻舟求剑的错误。

就比如我们有一辆豪华跑车，动力强大，启动速度极快，在高速路上行驶时能把其他车远远甩在后面，但当这辆跑车跑到山间小道的时候，这辆跑车就怎么也跑不动了。而一辆越野车虽然在高速公路上被跑车甩得远远的，但到了山间小道上，越野车又会把跑车远远甩在后面。

之所以会有这样的情况出现，是因为车所跑的路面环境发生了重大的变化，因而我们所需要的车型也是完全不一样的，也就是说不同的路面环境需要不一样的车型，只有这样才能发挥车的真正的强大动力。

股票市场同样如此。

股市不会总是上涨的，也不会总是下跌的，也不会总是横盘震荡的。

当整个市场处于不同的市场环境的时候,我们肯定需要找到与之相适应的操作策略和方法,就如同我们不能把跑车放在崎岖小路上去跑一样,我们也不能把牛市中的操作策略与方法拿到震荡市或是熊市当中去应用。

在过去的十年多的股市生涯中,我亲历了大牛市、大熊市和漫长的震荡市,深知在不同的市场环境下需要采取不同的应对策略,只有对症下药才能事半功倍。

之前的《中短线临盘决策技法》是在整体牛市的大背景下笔者的一些实战总结与感悟,并没有过多考虑到熊市和震荡市中的操作策略、思路、方法和技术。这也就是很多朋友细读了《中短线临盘决策技法》一书之后在后来的市场中仍无法持续稳定获利的原因之一,因为大的市场环境发生了变化了,而很多股民并不能适应这种变化,仍在用旧的策略和思路来应对新的市场环境,因而碰壁也是在所难免的事。

从2009年年初开始,我就有这样的一个想法,要写一本包含所有市场环境下的应对策略的书,只有这样,未来无论是牛市、熊市、震荡市,读者朋友们都能找到可以从容应对的策略与方法。

历时三年多的时间,我都在为这本书做准备,力求让这本书更完善,既易读又可以让大家在实战中去检验,我始终相信这本书将成为一本伟大的证券类书籍。

从2001年以来,笔者亲历了股市在2002年至2005年漫长的调整和低迷,那一段时间股市的低迷是今天的很多新股民无法想象的,很多股票几乎没有什么成交量,有些股票连续几个月天天处于阴跌中。

笔者也亲历了2006年和2007年的疯狂大牛市,那两年是真正唤起国人投资意识的两年,是真正进入全民炒股的年份。但高潮总会退却,

盛宴总会落幕，大牛市伴随着中国最赚钱的上市公司——中国石油的上市而悄然落幕，此后，笔者又同样体验了2008年的惨烈下跌和2009年的小牛市。

可以说亲历了两轮完整的牛熊轮回，我深刻体会到了在股市中要做到持续稳定从容盈利的不易。股市中的很多东西，如果没有亲历过，是永远也无法体会的，正是因为亲历过漫长的阴跌和惨烈的疯狂下跌，所以更懂得市场的艰险和疯狂，才更能体会持续、稳定、从容的盈利之道的重要性。

股市是一场攻坚战，在一轮上涨过程中，几乎所有的参与者都是挣钱的，似乎市场没有输家了。但很显然这是不可能的事，上涨过程中仅凭盈利多或少其实很难真正分出胜负，所以牛市中挣了钱没什么值得炫耀的。只有当市场转势的时候能真正把收益装进口袋的才是真的赢家，到了下跌过程中，才能真正分出赢家和输家来。

炒股是一场持久战，比拼的不是谁一时能胜出多少，不是谁能一年挣几倍，而是谁能笑到最后。也就是说股市里一时的胜负说明不了什么，只要你没有退出这个市场，就永远有机会再来，最重要是要做到持续、稳定、从容地盈利，只有这样才能永远立于不败之地。持续、稳定、从容的盈利之道也正是本书的核心所在。

元小弟  
2012年11月

# 目 录

- 第一章 判断股市的方向与趋势 / 1
- 第二章 均线系统与实战应用 / 7
- 第三章 形态系统与实战应用 / 32
- 第四章 缺口理论与实战 / 69
- 第五章 牛市中的操作实战技法 / 84
- 第六章 震荡市的操作技巧 / 126
- 第七章 熊市中的操作策略与技巧 / 158
- 第八章 抓住牛股——实战案例全程分析 / 198
- 第九章 股市中的技术陷阱与误区 / 231
- 结束语 持续稳定盈利之道的核心 / 242



# 第一章

---

## 判断股市的方向与趋势

### 第一节 股市的三种基本属性

在炒股的这些年中,笔者发现有不少的股民只喜欢上涨的股市,而不喜欢震荡的股市和下跌的股市,但股市就是如此,上涨、震荡、下跌是股市三种最基本的运行方式,而且,这三种运行方式并不会以个人的意志为转移。

在三种基本运行方式中,如果股市持续出现上涨就会形成上升趋势,当一个大级别的上升趋势确立之时,我们就认为市场进入了牛市。

如果股市持续出现下跌就会形成下降趋势,当一个大级别的下降趋势确立时,我们就认为市场进入了熊市。

除此以外,市场还会经常地处于一种涨涨跌跌的震荡过程,这样一种状态我们称之为震荡市,也就是我们所说的猴市。

在投资者进行股票投资的过程中,第一重要的就是需要看清趋势,

准确判断趋势,然后采取相应的操作策略。如果大的方向判断错了,那么细节上做得再好也不会有太好的结果,在2007年牛市的上升途中,如果看错了方向做空那么就是严重的踏空,在2008年熊市的下跌途中,如果看错了方向大力做多其结果将是严重被套,然后又将因为被套死而错过新一轮的上升机会,当被套者若待解套时,看对方向的投资者早已经成功获利出局准备着抓新一轮的行情了。

很显然,不同的市场属性、不同的市场状态必然有不同的市场策略,也就是说,牛市里应该有牛市的操作策略,熊市里应该有熊市的操作策略,而震荡市里应该有震荡市的操作策略。如果判断不清股市当前的属性和状态,在牛市里应用熊市的操作策略,而在熊市里应用牛市的策略必将一败涂地。

## 第二节 如何判断股市的属性与状态

也许每个人对于牛市、熊市、震荡市的认识和判断标准并不完全一样,有人说当股市指数运行于年线之上时就是牛市,但经常存在的情况是股市在调整之后经过了很长时间很大幅度的上涨才到达年线,如果此时才认为是牛市,才开始采取牛市的操作策略,那后果很可能是在高位站岗了。

有人说大盘连续调整20%以后就可以认为进入熊市了,但实际上,在一轮牛市过程中回调20%也是常有的事,如果在下跌了20%以后再采用熊市的操作策略,可能刚刚止损割肉之后市场又进入了新一轮的上涨过程中。

那么,如何判断市场是牛市或熊市,还是猴市呢?实际上,要回答这个问题很简单,我们完全可以用一种简洁、直观、明确的方式来对股市的市场属性进行一个人为的分类。

根据笔者近 10 年的理解、感悟和实战检验,以下方法就可以很简单明确地判断市场处于何种状态中。

]看周均线和周 MACD,通过周均线和周 MACD 相互验证来判断市场趋势。

评判标准为:

周均线、周 MACD 金叉之后同时呈现多头排列,可判断为上升趋势,即确定市场进入牛市状态。

周均线、周 MACD 死叉之后同时呈现空头排列,可判断为下跌趋势,即确定市场进入熊市状态。

除此以外的所有情况均判断为震荡市,即确定市场进入猴市状态。

实际上,周均线、周 MACD 金叉之后同时呈现多头排列和周均线、周 MACD 死叉之后同时呈现空头排列的情况并不会经常出现,更多的时候,市场处于震荡市之中。当我们用以上方法来验证过去 20 年来的市场走势时就会发现,用此评判标准完全可以准确无误地判断股市当时所处的运行状态。

图 1-1 是 2005 年到 2008 年之间的沪指周线图,可以很清晰地看到,当周均线形成两次向上的金叉同时周 MACD 也形成向上的金叉之后,沪指就进入了一个较长时间的上升通道中,沪指从 1000 点涨到了 6124 点,在此之后沪指周均线和周 MACD 同时形成向下的死叉之后,沪指的上升趋势被彻底扭转,并进入了一个较长时间的下降通道中。

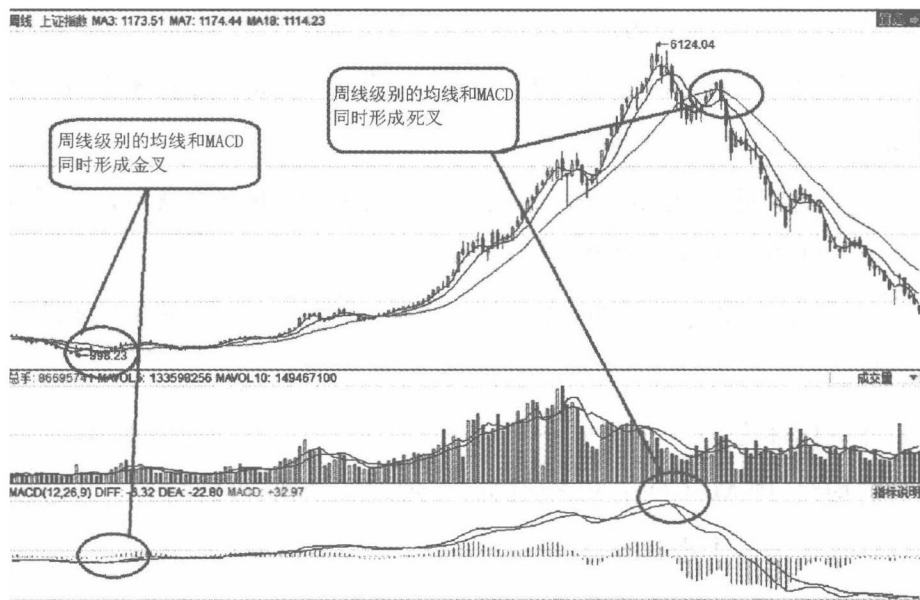


图 1-1

在一个周线级别的上升通道中,虽然日线级别有较大的震荡波动,但整个上升趋势并没有被破坏。一旦周线形成向下的趋势后,虽然日线级别不断出现向上的反弹,但当周线下降趋势没有被扭转前,所有的反弹过后最终都会回到原来的运行趋势中。

图 1-2 是 2008 年 11 月周 MACD 和周均线同时形成金叉之后,沪指又展开了一波上升行情,此后周 MACD 形成了死叉,但周均线并没有形成完全的空头排列,所以之后沪指进入了一个较长时间的震荡中。

在一个震荡趋势中,既有上涨,也有下跌,很显然,在这种市场状态下,整个市场的操作策略将完全不同于上升趋势和下降趋势。

很多人在股市中亏损,很大的原因正是因为分不清整个市场的运行状态,同时也不能合理地运用不同市场状态下的相应操作策略。如果分不清股市的市场属性,或者说在不同的市场状态下不能运用正确有效的操作策略,那么其最终的操作结果一定是失败的。

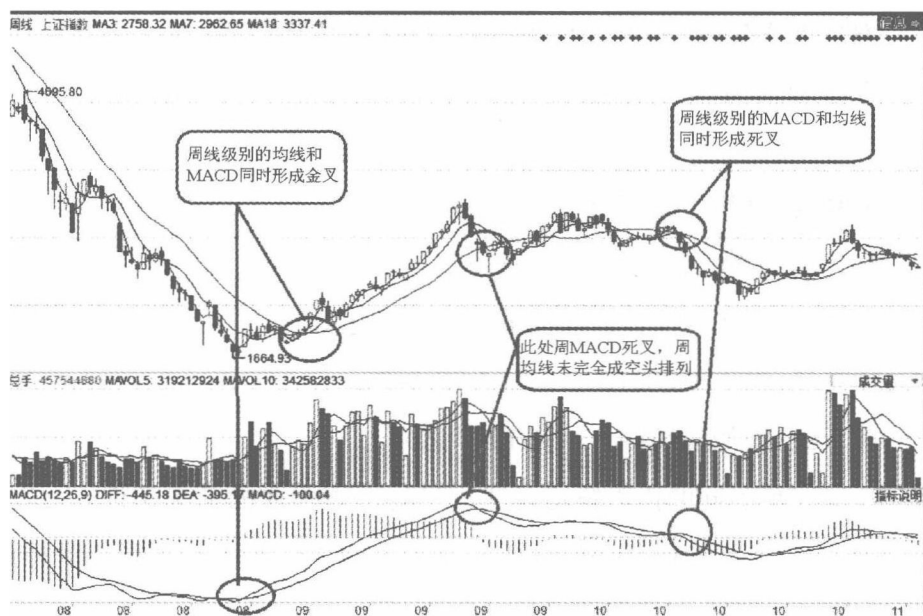


图 1-2

### 不同趋势下的操作策略

前面我们已经用一种标准量化的方式对整个股市的运行状态进行了标识,将其整体运行状态分成了上升趋势、下降趋势和震荡趋势,也就是对应的牛市、熊市和猴市。

**牛市操作策略:**在牛市里最主要的操作策略是买进并长期持有,中长线为主,短线为辅。

**仓位:**满仓。

**熊市操作策略:**80%时间空仓观望,20%时间参与,超短线为主,短线为辅。

**仓位:**1/10 到 1/3 仓位。

## 中短线稳定盈利操练

**猴市操作策略:**短线为主,超短线、中线为辅。

**仓位:**四成至七成仓位。

其中,我们对短线、中线、中长线的定义分别为:

**超短线:**操作周期不超过3个交易日。

**短 线:**操作周期在3个交易日以上到两周之内。

**中 线:**操作周期在两周以上到3个月之内。

**中长线:**操作周期在3个月到1年之内。

**长 线:**操作周期在1年到10年之内。

以上三种不同的操作策略是我们进行股市操作的前提条件,一切交易行为应符合这些基本策略,在这些基本策略之下再去运用具体的操作技术与方法才能在市场里获得长久的成功。

## 第二章

---

# 均线系统与实战应用

技术分析方法多种多样,在所有技术分析中最需要掌握的就是均线、形态、缺口。当然 K 线、周期、量价关系等其他各种各样的技术指标也相当重要。

在说到股市的技术分析之前,虽然笔者也是一名技术分析人士,但仍然有必要指出:做好股票不懂技术分析是万万不能的,但技术分析并不是万能的。

实际上,常常有人把股市中的技术分析神秘化、万能化,认为掌握某种独特的技术分析方法就可以永远立于不败之地了,这种想法并不符合实际。

到 2012 年为止,笔者进入股市已经超过 10 个年头了,曾经有一段时间,笔者也曾自以为靠自己的技术分析已经可以在股市里从容地生存下去了。因为仅仅依靠技术分析就可以不断地把握个股,不断地获得收益。但这种盈利持续一段时间之后,笔者又发现仅依靠技术分析似乎还

不够,因为一些被证明过的正确的技术分析方法总是有失灵的时候出现。在某些特殊阶段面对市场仍会感到力不从心,感觉到股市交易的博大精深。

甚至我们常常会听到某些分析“大师”称自己的分析判断之所以出现失误,不是因为技术分析本身出了问题,而是由于外因比如说政策利空、外围市场走势影响了技术分析的判断。这实在是一种自欺欺人的狡辩。

这恰恰证明了技术分析不是万能的,我们应该也必须承认,股市在很多情况下是不可预测的,应该要敬畏市场。虽然市场经常不可预测,但特定条件出现之后,市场就是可以预测的了,或者说形成某种走势就成了必然的大概率事件,所以这并不影响我们通过努力做到持续、稳定、从容地盈利。

### 一、均线系统

均线分析是所有技术分析中最简单也最重要的,既不能否认均线分析的重要性,也不可过度依赖均线分析。

美国著名的投资专家葛兰维创造了葛兰维均线八大交易法则:

(1)移动均线从下降逐渐走平且略向上方抬头,而股价从移动均线下方向上方突破,为买进信号。

(2)股价在移动均线之上运行,回档时未跌破移动均线后又再度上升时为买进时机。

(3)股价在移动均线之上运行,回档时跌破移动均线,但短期移动均线继续呈上升趋势,此时为买进时机。



(4) 股价在移动均线以下运行,突然暴跌,距离移动均线太远,极有可能向移动均线靠近(物极必反,下跌反弹),此时为买进时机。

(5) 股价在移动均线之上运行,连续数日大涨,离移动均线愈来愈远,说明近期内购买股票者获利丰厚,随时都会产生获利回吐的卖压,应暂时卖出所持股票。

(6) 移动均线从上升逐渐走平,而股价从移动均线上方向下跌破移动均线时说明卖压渐重,应卖出所持股票。

(7) 股价在移动均线下方运行,反弹时未突破移动均线,且移动均线跌势减缓,趋于水平后又出现下跌趋势,此时为卖出时机。

(8) 股价反弹后在移动均线上方徘徊,而移动均线却继续下跌,宜卖出所持股票。

当然,这里并不是要分析这八大交易法则。就均线而言,笔者认为只需要了解均线的三大作用即可。

### 均线的三大作用:

#### 一、判断趋势

#### 二、对股价(指数)形成阻力、支撑、牵制作用

#### 三、判断买卖点

关于均线的第一大作用——判断趋势在第一章中已经讲过了,通过均线结合 MACD 就可以判断某一个趋势的性质,这里不重复展开。

下面主要讲均线的另外两大重要作用:

均线对股价(指数)形成阻力、支撑、牵制作用

#### 1. 均线对股价(指数)形成阻力作用

图 2-1 是沪指 2008 年上半年的日线图。