

普华  
经营

正略钧策  
ADFAITH

准确研判大盘趋势，  
利润就会滚滚而来

在股市迷雾中  
传授您判断和顺应趋势的实用技巧  
培养您成功抄底、逃顶的直觉  
提高您研判个股买卖点的准确性

刘元吉 编著

一看就懂

入门常识  
+ 实战操作

大盘趋势

人民邮电出版社  
POSTS & TELECOM PRESS

大家學  
道學

一看就懂

人口學  
十個問題

人口學  
十個問題

人口學  
十個問題



# 大趋势

## 一看就懂

刘元吉



人民邮电出版社  
北京

## 图书在版编目(CIP)数据

大盘趋势一看就懂 / 刘元吉编著. —北京: 人民  
邮电出版社, 2010.5  
ISBN 978-7-115-22761-4

I. ①大… II. ①刘… III. ①股票—证券交易—基本  
知识 IV. ①F830.91

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第060487号

## 内容提要

本书首先从趋势分析的基本概念讲起,之后详细介绍了如何通过研判大盘趋势的宏观指标、黄金切线、大盘指数、K线形态、技术指标、成交量、庄家动作等方面看清市场趋势,做出正确的选择,最后还为读者讲解了一套逃顶、抄底的策略方法,并且整理了股民在趋势分析中需要关注的要点以及需要避免的错误。

本书适合对股市趋势感到困惑的初级投资者以及那些害怕被套牢或踏空的股民阅读参考。

## 大盘趋势一看就懂

◆ 编 著 刘元吉

责任编辑 王飞龙

执行编辑 姜 珊

◆ 人民邮电出版社出版发行

北京市崇文区夕照寺街14号

邮编 100061 电子函件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京铭成印刷有限公司印刷

◆ 开本: 787×1092 1/16

印张: 13.5

2010年5月第1版

字数: 150千字

2010年5月北京第1次印刷

ISBN 978-7-115-22761-4

定 价: 28.00元

读者服务热线: (010) 67129879 印装质量热线: (010) 67129223

反盗版热线: (010) 67171154

很多拼杀于股市的投资者都会发现这样一个现象：当大盘上涨的时候，大多数个股都会跟着上涨；当大盘下跌的时候，大多数个股都会跟着下跌。在大牛市中持续走熊的股票并不多见，在熊市中持续走强的个股也非常稀少。从上面的现象中，投资者不难看出个股与大盘趋势的密切关系。所以说，要想做好个股，就必须把握大盘趋势。对于投资者来说，把握大盘趋势就是把握赚钱的机会。

中国股市虽然只有短短不到20年的发展历史，但是大盘却经历了7次牛熊市的跌宕起伏，这7次牛熊市的转换在为很多投资者带来了挑战的同时，也给众多投资者带来了成就梦想的机遇。第7次的牛市是从2005年的6月6日的998点一下跃到2007年10月的6124点，一些股票几十倍的增幅使很多抓住了机会的投资者顷刻间就腰缠万贯，这也是市场能够给把握住大盘趋势的投资者最大的奖赏。因此，我们从中也可以看出趋势投资的魅力。

要想在股市中获得较高的收益，最关键的就是要认清市场趋势。世界级投资大师多是趋势投资的追随者，20世纪著名的投资家江恩认为：“顺应趋势，花全部的时间研究市场的正确趋势，如果能保持一致，利润就会滚滚而来！”经过时间的验证，事实证明投资者只有掌握了趋势投资、顺势而为地操作，才能成为股市中真正的赢家。

现代人的生活节奏越来越快，除了专业投资者，很少有人能每时每刻关注着股票市场的千变万化，而趋势投资却能弥补这方面的缺陷，它是最容易使用且非常赚钱的方法之一。只要投资者能正确地辨别趋势，在趋势开始时抓住趋势，并在上升趋势转变为下跌趋势后尽可能快地退出，就可以轻松地赚个盆满钵盈。趋势投资涵盖了投资领域很多方面的理论与实践，它更能适应中国证券市场的新形势，是一个相当有效的证券投资方法。

为了让广大股票投资者能更好地研判买卖个股的时机，本书深入讲解了与个股

趋势密切相关的大盘趋势，希望广大读者在阅读完本书后，能对大盘趋势有一基本的了解和认识，在以后的实战操作中，能获得启发和帮助。

本书详细介绍了影响大盘趋势的各种因素、研判大盘趋势的方法、与大盘趋势密切相关的成交量和庄家以及追踪大盘趋势时应注意的事项等。

本书既适用于刚接触股票的新股民，也适用于有一定操作经验的老股民。对于所有对股票投资感兴趣的人士来说，这也是一本不错的工具书。

本书的主要特点有以下两个方面。

一是深入浅出，难易适度。

很多投资者都认为趋势投资难以掌握而最终选择了放弃，本书针对投资者的这些难题，从趋势的最基本知识出发，深入浅出地为投资者揭开了大盘趋势的层层面纱，力争使广大投资者一看便懂、一学就会。

二是内容丰富，实用性强。本书详细介绍了影响大盘趋势的各类因素，以及研判大盘趋势的方法和技巧，内容丰富多样；此外，本书通过对大盘趋势顶底的研判，向投资者传授了介入个股的时机，实用性非常强。

在本书编写过程中，我们借鉴参考了多方的文献资料，在此，向各位作者和编者表示感谢！同时，我们一如既往地欢迎各位读者给本书提出宝贵意见，并希望诸位都能通过本书成功地把握赚钱良机。

## 第一章 涨跌有序，趋势为准 / 1

- 一、挡不住的趋势 / 3
- 二、趋势的走向和类型 / 6
- 三、研判大盘趋势的方法 / 8
- 四、大盘趋势的反转信号 / 11
- 五、大盘趋势与个股的走势关系 / 15
- 六、江恩决定趋势理论 / 17

## 第二章 从战略方向看大盘趋势 / 21

- 一、景气循环的晴雨表：大盘趋势 / 23
- 二、大盘趋势的助推器：财政政策 / 26
- 三、大盘趋势的导火索：股市政策 / 28
- 四、从利率变动看大盘趋势变化 / 31
- 五、从汇率变动看大盘趋势 / 33
- 六、从物价变动看大盘趋势 / 36
- 七、从上市公司所属行业看大盘趋势 / 39
- 八、从政治因素看大盘趋势 / 42
- 九、突发事件与大盘趋势 / 44

## 第三章 一把直尺通天关：切线里的黄金行情 / 47

- 一、什么是趋势线 / 49
- 二、趋势线的图形 / 52
- 三、趋势线的分类 / 54
- 四、趋势的有效突破和无效突破 / 56
- 五、轨道线与趋势线的比较 / 58
- 六、黄金分割线 / 60

## 第四章 用大盘指数追踪趋势的波动与走向 / 63

- 一、认识股票指数 / 65
- 二、我国的大盘指数有哪些 / 70
- 三、认识股指期货 / 73
- 四、了解指数基金 / 77
- 五、趋势背离时的操作技巧 / 82
- 六、观察每日的大盘指数分时图 / 87
- 七、利用大盘指数追踪趋势 / 92
- 八、大盘指数失真陷阱 / 93
- 九、上证综指的深层分析 / 96

## 第五章 从形态识别大盘趋势的逆转信号 / 101

- 一、头肩顶与头肩底形 / 103
- 二、双重顶与双重底形 / 108
- 三、三重顶与三重底形 / 112
- 四、V形与倒V形 / 115
- 五、圆弧顶与圆弧底形 / 118
- 六、三角形、菱形、楔形、矩形反转 / 121

## 第六章 大盘趋势风向标：从指标看大盘趋势 / 125

- 一、从K线图看大盘涨跌趋势 / 127
- 二、大盘趋势的风向指针——移动平均线 / 128
- 三、从30日均线、60日均线看大盘趋势 / 131
- 四、绝对产量指标ABI / 134
- 五、腾落指标ADL / 136
- 六、涨跌比率ADR / 139
- 七、超买超卖指标OBOS / 141
- 八、趋势指标CYE / 144
- 九、指数平滑产量指标STIX / 146



## **第七章 大盘趋势强弱的幕后推手——成交量 / 149**

- 一、成交量是行情的基础 / 151
- 二、上升趋势和下跌趋势中成交量的特性 / 153
- 三、成交量与大盘趋势研判 / 155
- 四、从成交量情况发现主力踪迹 / 157
- 五、小心成交量陷阱 / 160

## **第八章 谁在牵着大盘趋势的敏感神经——庄家 / 165**

- 一、庄家和大盘的关系 / 167
- 二、洞察主力，顺势跟进 / 168
- 三、庄家在不同趋势中的操盘手法 / 169
- 四、庄家如何利用个股或大盘利空洗盘 / 172
- 五、小心多头陷阱 / 174
- 六、小心空头陷阱 / 175

## **第九章 逃顶抄底的要领——大盘趋势顶底的研判 / 179**

- 一、大盘大顶的研判 / 181
- 二、大盘大底的研判 / 184
- 三、股市由多头转入空头的判断 / 188

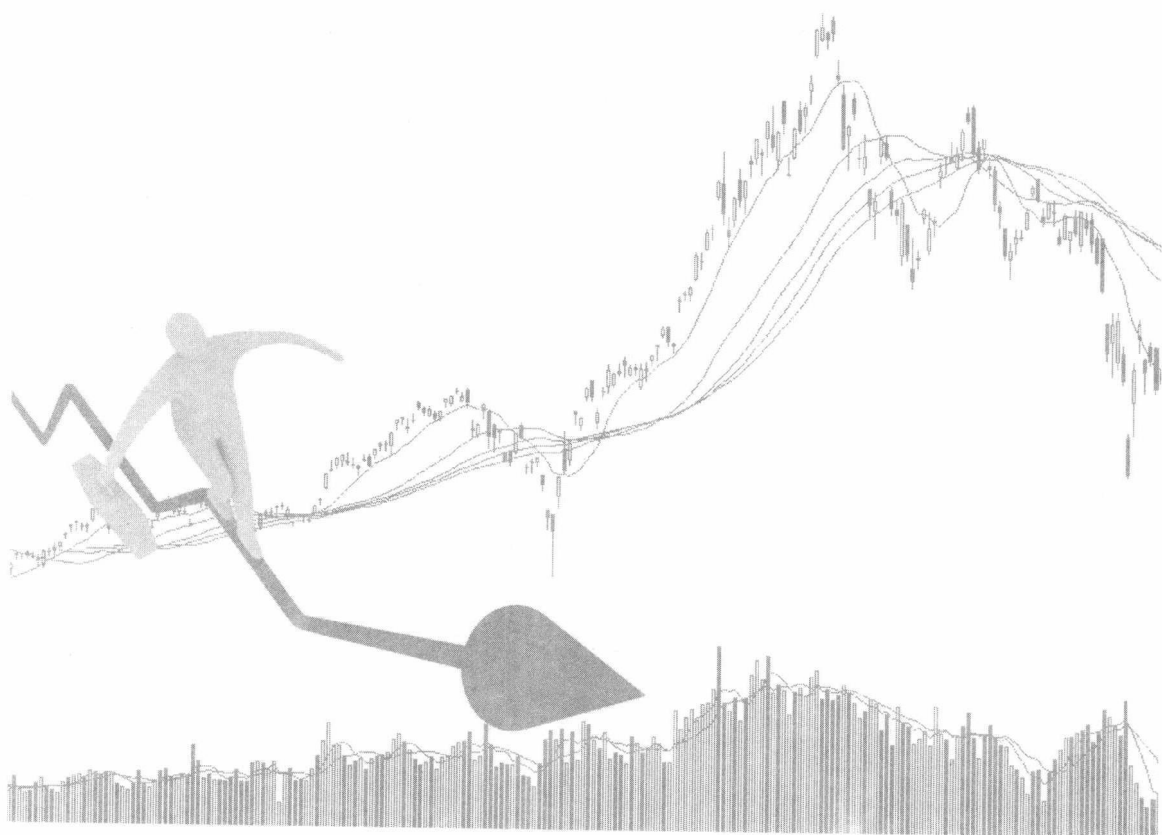
## **第十章 追踪大盘趋势时的注意事项 / 191**

- 一、做一个成熟的趋势投资者 / 193
- 二、投资者在不同趋势中的心理变化 / 194
- 三、短期趋势抢反弹的注意事项 / 196
- 四、每日走势也要注意 / 199
- 五、炒股要顺势而为，不要逆势操作 / 202
- 六、把握趋势发展不能重价 / 204

## **参考文献 / 206**

第一章

# 涨跌有序，趋势为准





## 一、挡不住的趋势

我们把物体保持运动状态不变的性质称为惯性，一切事物都有惯性，股市也不例外。股市的趋势也存在着惯性，由于惯性的存在，股市在每一次上涨和下跌的过程中，总会有超乎想像的表现。就2007年的股市来说，也许涨到4000点就合理了，但惯性的力量一直把股市推向了6000点的巅峰；而在2008年的大跌市中，3000点也许就是个均衡位，但惯性一直把股市推向了1700点的深渊，所以惯性的力量不容小觑。如图1-1。



图1-1 上证指数K线图（2007.10~2008.11）

物体的惯性由质量来决定，而股市的惯性则取决于资金面，资金越多时，其惯性也越大。不同的是，物体的惯性是可以精确测量的，而股市的惯性是深不可测的。因为质量是恒定的，但资金面是流动的。

### （一）惯性是趋势的本质

惯性是趋势的本质。一波中级行情，开始的时候往往是价值投资，但后来则会变成趋势投资。当股指上涨或下跌时，股市的趋势就如一列高速行驶的火车，只有

某种强大的力量才可以使趋势的方向得以扭转。这期间所有的利空和利多，都不会改变趋势的方向。但趋势总有终结的时候。

投资者需要知道的是，无论上升趋势还是下跌趋势，都总会制造出某种强有力的对立力量，并最终使趋势得以扭转。促使股指转向的两种力量就是强大的对立面和政策因素。要等到对立力量足够强大以后，趋势才可以扭转。这说明，趋势总是矫枉过正，涨时涨过头，跌时跌过头。

## （二）学会把握市场趋势

投资者在了解了趋势的本质后，应该学会把握市场趋势，做到以下几个方面。

### 1. 根据股市的不同行情采取不同的策略

对于牛市中的惯性，应采取多头思维，以抢轮番热点个股为主，既要高抛，更应低吸，降低成本后，使筹码越变越多；对于熊市中的惯性，应以减仓操作为主，并于跌势末期抢反弹，但期望值不要过高；而对于平衡市中的惯性，因涨势和跌势都比较温和，故应以波段操作、箱形操作为主，抄底、逃顶、精选个股。

### 2. 把握“牛短熊长”的特点

我国股市受政策的影响较大，这样一来，股市往往会呈现出“牛短熊长”的周期性特征。投资者应针对中国股市“牛短熊长”的特点顺应惯性规律。一旦上升趋势确立，投资者应抛弃熊市思维，积极参与、坚决做多、把握惯性，把“短牛”行情做足。若在上升途中一等再等，错失机会，直至涨势末期才胆大妄为，那么就很可能踏空又被套牢；反之，一旦形成真正的头部，无论赚赔，投资者都应坚决清仓离场，绝不能抱侥幸心理等待反弹解套。

## 3. 要学会区分惯性的三个阶段

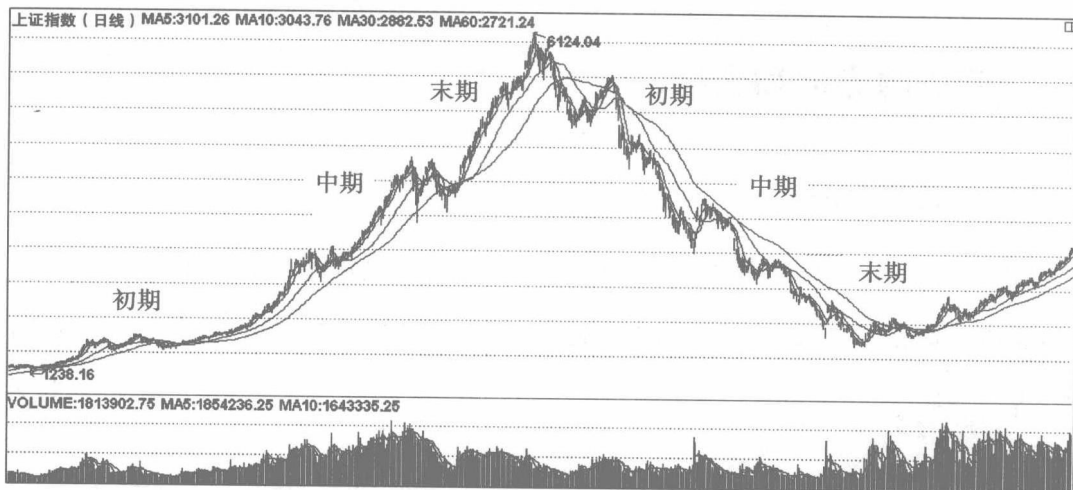


图1-2 惯性的三个阶段

股市趋势的惯性具有三个阶段：初期、中期和末期。一般来说，惯性初期成交量很小；惯性中期时，大盘走势总是出乎多数人的意料，创出新高或新低，且量不断放大，这是由于市场中有不少人由空转多地追涨或由多转空地杀跌；若大盘和个股出现量增价滞，市场多数人精神亢奋或极度恐惧，贪婪和恐惧充分显露，领涨或领跌个股放量下跌或放量上涨，用补涨板块或补跌板块平衡指数，利多或利空消息满天飞，传媒上出现离奇的指数目标，这便是涨势或跌势惯性的末期，即冲刺阶段。投资者在了解了惯性的三个阶段后，应保持平常心，放弃完美、放弃卖在最高价和买在最低价的幻想，不失时机地逃次顶或抄次底，这样才能在每次行情结束前，保持清醒的头脑，及早掌握股市惯性，成为股市赢家。

### 🔦 大盘导航

我国的股市中有一种力量在制约着惯性的冲动，使其回归到均衡的位置，那便是价值。作为长期的价值投资者，投资者之所以不屈服于惯性的趋势、努力做研究，深入挖掘基本面，就是因为投资者相信价值的存在，长期来看，惯性无法改变市场朝着价值中枢的方向运动。因此，投资的核心就在于发现价值中枢的位置，而不是判断惯性的大小，因为把握了价值中枢就像拥有了万有引力，不管惯性多大，终究

还得回到某个位置。

## 二、趋势的走向和类型

### (一) 趋势的走向

趋势有上升趋势、下跌趋势和盘整趋势三个走向。如图1-3和图1-4。

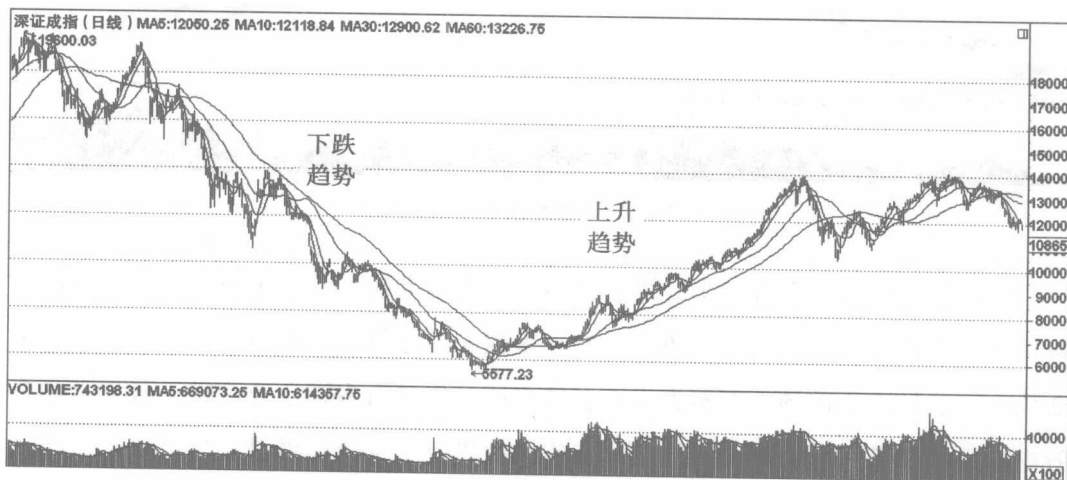


图1-3 深证成指

#### 1. 上升趋势

上升趋势由连续一系列的涨势构成，每一段涨势都持续向上穿越先前的高点，中间夹杂的下降走势都不会向下跌破前一波跌势的低点。总之，上升趋势是由高点与低点都不断抬高的一系列价格走势构成。

#### 2. 下跌趋势

下跌趋势由连续一系列的跌势构成，每一段跌势都持续向下穿越先前的低点，中间夹杂的上涨走势都不会向上涨破前一波涨势的高点。总之，下跌趋势是由高点与低点都不断降低的一系列价格走势构成的。

#### 3. 盘整趋势

盘整趋势是指股价在一段时间内波动幅度小，无明显的上涨或下降趋势，股价

呈牛皮整理。



图1-4 盘整趋势

## (二) 趋势的类型

根据道氏理论，趋势可以分为三类：长期趋势、中期趋势及短期趋势。如图1-5。

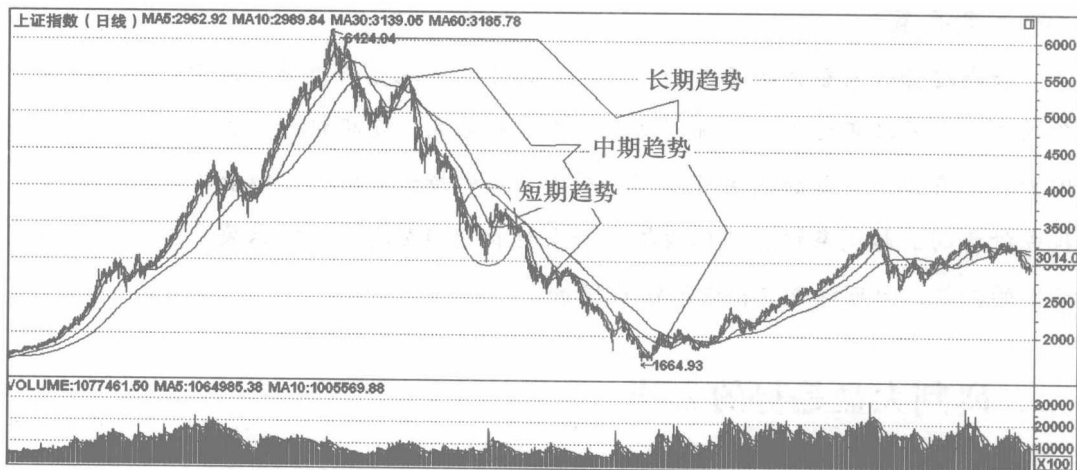


图1-5 道氏理论趋势分类

### 1. 长期趋势

长期趋势指的是持续一年或以上的趋势，大部分股票将随大市上升或下跌，幅度一般超过20%。



长期趋势在股票投资中最为重要，也最容易被辨认。它是投资者主要的考量，对于投机者较为次要。中期与短期趋势都存在于长期趋势之中，惟有明白它们在长期趋势中的位置，才可以从分了解它们，并从中获利。

### 2. 中期趋势

中期趋势指的是持续期超过3个星期，中期趋势是在长期趋势过程中进行的调整。中期趋势对于投资者较为次要，但却是投机者主要的考虑因素。它与长期趋势的方向可能相同，也可能相反。如果中期趋势严重背离长期趋势，则被视为是次级的折返走势或修正。次级折返走势必须谨慎评估，不可将其误认为是长期趋势的改变。

### 3. 短期趋势

短期趋势只反映股票价格的短期变化，持续时间不超过6天。短期趋势最难预测，惟有交易者才会随时考虑它。投机者与投资者仅有在少数情况下，才会关心短期趋势：在短期趋势中寻找适当的买进或卖出时机，以追求最大的获利，或尽可能减少损失。

## 大盘导航

长期趋势代表整体的基本趋势，通常称为多头或空头市场，持续时间可能在一年以内，或是数年之久。正确判断主要走势的方向，是投机行为成功与否的最重要因素。没有任何已知的方法可以预测长期趋势的持续期限。了解长期趋势是成功投机或投资的最起码条件。一位投机者如果对长期趋势有信心，只要在进场时机上有适当的判断，便可以赚取相当不错的利润。

## 三、研判大盘趋势的方法

趋势分析在技术分析中占有举足轻重的地位，投资者在研判趋势时，可以采取以下几种方式。

### （一）运用先行指标研判趋势

先行指标主要包括：龙头股、权重股和领先股。