

实战版

均线实战
买卖法

教你如何看盘

K线图
实战买卖法

BIBLE OF STOCK

腰建发 著

股市 投资宝典

掌握K线、均线技术准确把握时机
找寻超级黑马、享受拉升乐趣
严格止损止赢为资金保驾护航

技术篇

教你如何选黑马

资金管理

短线实战
买卖法

关于
止损止赢

macd指标



经济管理出版社
ECONOMY & MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

实战版

腰建发 著

BIBLE OF STOCK

股市 投资宝典

技术篇



经济管理出版社
ECONOMY & MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

股市投资宝典. 技术篇/腰建发著. —北京: 经济管理出版社, 2016.6
ISBN 978-7-5096-4455-3

I. ①股… II. ①腰… 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 (2016) 第 135215 号

组稿编辑: 陈 力
责任编辑: 陈 力
责任印制: 黄章平
责任校对: 超 凡

出版发行: 经济管理出版社

(北京市海淀区北蜂窝 8 号中雅大厦 A 座 11 层 100038)

网 址: www.E-mp.com.cn

电 话: (010) 51915602

印 刷: 三河市延风印装有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710mm×1000mm/16

印 张: 12.25

字 数: 170 千字

版 次: 2016 年 7 月第 1 版 2016 年 7 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5096-4455-3

定 价: 58.00 元

·版权所有 翻印必究·

凡购本社图书, 如有印装错误, 由本社读者服务部负责调换。

联系地址: 北京阜外月坛北小街 2 号

电话: (010) 68022974 邮编: 100836

序：我的股市人生

笔者从事证券期货投资 18 年，在期货行业先后培训职业操盘手几万名。曾经先后两次亏完自己全部积蓄，负债进入中国股市。其经历了从刚开始靠给客户待客理财维持在这行业中的发展到后来开了自己的投资公司，从一个马钢厂工人成功转型为一位职业操盘手，从一个无业游民到创建了自己公司的老板，从一个身无分文的年轻人到年赚百万的证券投资者的艰辛历程。

本书除了均线、K 线基础介绍和本书最后两章少量的部分内容外，其余全是本人根据实战经验总结撰写的。同样都是均线应用，我们的参数准确度肯定要远远高于其他均线；同样说 K 线，我们会告诉你不同位置和不同的用法，不同于其他地方介绍出现一根大阳或大阴 K 线就是上涨或者下跌信号。

本书献给那些热爱证券期货行业并执着追求梦想的人们，经过 2015 年暴跌，看到很多投资者损失惨重，笔者实在不忍心，所以才写下这本书，希望能帮助更多投资者在股市期货上成为赢家。

希望你能好好阅读此书，这是笔者 18 年实战总结的经典经验。在股票市场上没有百分之百的成功，我们只是把一个简单的盈利模式重复去做，重复的事情认真去做。有位哲人曾说劳动创造了人类，那么重复就创造了成功人类。

由于笔者工作较忙，加之时间仓促，本书可能有部分语言用词并不流畅，请读者多多谅解。

在此，笔者感谢曹双鹏、赵贞国、金启顺等朋友的大力支持，因为有了你们的支持，本书才能顺利完成。

腰建发

2016年5月于北京

前言

成功是一种习惯，成功交易也是一种习惯！很多交易者误以为参与市场交易的过程，需要付出艰苦的劳动，其实这是一种曲解，所谓艰苦的劳动是指形成方法的过程，而不是指参与交易实战的过程。事实上，成功的交易是将正确的交易模式简单而重复地在市场中使用！成功交易只是将正确的交易变为一种习惯！

托尔斯泰曾经说过，全世界的人都想改变别人，就是没人想改变自己。罗丹也说过类似的话：“有人问我为什么能把一块石头雕刻得栩栩如生，我告诉他们，其实美早就已在生命里了，我只是把多余的部分敲掉。”我们不难发现，成功的人似乎永远成功，而失败的人似乎永远失败。这是为什么呢？有位社会心理学家就此分析说：“没有别的，习惯两个字在起作用。一个人习惯于每天晨跑，他就会几十年如一日地跑；一个人习惯于懒惰，他就会无事可做地四处瞎溜达；一个人习惯于勤奋，他就会像日本的阿信一样克服一切困难，从而所向披靡。成功也是一样。”

当你有了适合自己的高正确概率的盈利模式以后，准确而正确地运用于实战就成为攸关成败的关键，而当你多次都能正确地重复使用时，你就会形成一种操作习惯，这种习惯就是成功的习惯；同样地，失败也会形成习惯，你是选择成功的习惯还是选择失败的习惯，那也只有你自己能决定！

一、交易习惯的形成因素

良好的交易习惯的形成必须是在充分认识市场和认识自己的前提下，经由多

次正确操作的行动而产生的行为习惯。

（一）认识习惯

习惯的力量是惊人的，有这样一个寓言故事：一位没有继承人的富豪死后将自己的一大笔遗产赠送给远房的一位亲戚，这位亲戚是一个长年靠乞讨为生的乞丐。这名接受遗产的乞丐立即摇身一变，成了百万富翁。这名幸运的乞丐接受了记者的采访，“你继承了遗产之后，想做的第一件事是什么？”乞丐回答说：“我要买一只好一点的碗和一根结实的木棍，这样我以后出去讨饭时就更方便一些。”可见，习惯对我们有着极大的影响，因为它是一贯的，在不知不觉中，经年累月地影响着我们的行为，影响着我们的效率，左右着我们的成败。

一个人一天的行为中，大约只有5%是属于非习惯性的，而剩下的95%的行为都是习惯性的。即便是打破常规的创新，最终可以演变成为习惯性的创新。根据行为心理学的研究结果：3周以上的重复会形成习惯；3个月以上的重复会形成稳定的习惯，即同一个动作，重复3周就会变成习惯性动作，形成稳定的习惯。

亚里士多德说：“人的行为总是一再重复。因此，卓越不是单一的举动，而是习惯。”我想投机的环境也是如此。拿破仑·希尔说：“成功和失败，都源于你所养成的习惯。有些人做每一件事，都能选定目标，全力以赴；有些人则习惯随波逐流，凡事碰运气。不论你是哪一种人，一旦养成习惯，都难以改变。”习惯决定着我们的操作的结果，也决定着我们的投机的成败！养成好的习惯对于我们的交易成功乃至我们的人生无疑都非常重要！正如心理学巨匠威廉·詹姆士所说：“播下一个行动，收获一种习惯；播下一种习惯，收获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。”

（二）认识市场

凡进行过股票期货交易的人都知道，市场无非是由起起落落的价格组成的，认识市场就是了解掌握价格的运行轨迹。通常说，价格的运行有两种状态，即趋势状态和盘整状态。

1. 趋势状态

道氏理论告诉我们：趋势由一系列不断抬高（降低）的高（低）点和低（高）点组成。连接其中两个最高（低）点和最低（高）点，得出两条趋势线，价格在其上升（下降）通道内运行。通道不破，趋势不改，趋势具有连续性和稳定性，中间会有调整，但方向不会轻易改变。

2. 盘整状态

由形态理论、K线组合理论可知，盘整状态的特征表现为价格在一定幅度内上下震荡。从时间上可将其分为短期盘整、中期盘整、长期盘整。盘整形态经常从价格的大幅震荡，逐渐过渡到小幅波动。盘整状态只是暂时的，可能是上涨或下降途中的休息，也可能是一轮行情反转前的准备。

成功的投机就是沿着价格运动阻力最小的方向而做的顺势操作，就是投机者依据自己的投机经验和操作系统，进行冷静分析，并始终清醒地把握行情发展的规律，静如处子，动如脱兔，像狼一样捕捉时机！投机的真谛就是把握和发现重大的交易时机！

（三）认识自己

“认识你自己”，这是古希腊伟大的圣哲苏格拉底的一句著名箴言，它被高高地镌刻在德尔菲太阳神庙之上，以其深邃的思想恩惠着后人。要想从平庸中脱颖而出，成为一名专家级交易者，你必须学会了解自我，必须熟悉市场的各种运行机制，使它们在你的大脑中形成一个整体模式，并能清楚地明白，你自身的优点和弱点是如何影响你的操作业绩的。正如亚当·斯密在其著作《金钱游戏》中所说的那样，“如果你不知道自己是谁，那么市场是一个能找到答案的昂贵场所”。

首先，要了解自己的风险承受能力。有人亏几个点就沉重得吃不下饭，有人可能亏几十个点也满不在乎，这就是风险承受能力的不同。这种不同没有好坏、对错之分，只有应对策略的不同，因为它可能影响你的交易心态，主宰你的情绪。

其次，要了解人性的弱点和自己的特点。天下熙熙，皆为利来，天下攘攘，皆为利往，在利益和诱惑面前，人们往往会深陷其中。表面看来，股票期货投资获利容易，只要一敲键盘，说不定就是几倍的利润。然而，在实际操作中，股票期货投资远非想象的那么简单，无情的现实会很快击碎浅薄交易者的梦想，不到半年就爆仓出局的投资者比比皆是。为什么呢？因为贪婪和恐惧！人生的敌人其实在你我心里，在投资的行为上，贪婪、恐惧的嘴脸不断重演！贪婪和恐惧是人类的天性，天性往往会主宰我们的意志，使我们不能去客观、冷静地分析行情。

最后，要了解自己的性格特征，是稳重、坚韧、勇敢，还是易怒、好动、怯懦，这对养成良好的交易习惯，进而建立自己的交易系统，形成自己的交易风格具有重要的参考作用。

如同人是大自然的产物，并不可能战胜自然一样，投资者在市场面前，也是非常渺小和脆弱的。如果市场可以被大多数人准确地预测，那么市场就会失去存在的基础，作为投资者只有适应市场，顺应市场，做到随波逐流，才可能市场中生存。交易者若能在外界投射来的刺激下，不起贪心，不生惧心，很坦然、很从容地站在超然的立场上，自然可以自在地知进退。追求一个内心平静的世界，这正是跨越投资领域最大的难处。

总之，了解自己就是要了解自己的风险承受能力、个性、习惯、性格特征等，从而形成自己个性化的交易风格。股票期货投资之道不是人云亦云，不是用所谓大众化的交易方法代替自己的方法，而是从大众化的方法中提炼出属于自己、适合自己的方式来应对市场。

二、成功交易者应养成的行为习惯

（一）成功者目标明确

一个人没有目标就不可能有实际的行动，更不可能获得实际的结果。成功者最明显的习惯之一就是，他们虽重视事情的过程，但更重视事情的目的，而目的清楚则有助于他达到结果并且享受过程。根据这一目标，自己必须切实做到哪些事情，然后一一付诸实施。因此，他们往往如期成功、如愿以偿。这样做的目的是让人不要见一步走一步，拖拖拉拉，一事无成。当然，目标并不是一成不变的，目标随着时间的推移而改变，我们制定了目标之后，还需要经常审阅目标表，针对当时的情况进行修改，修改后的目标表必须能够体现出你当时对要完成某事的最好判断，而不是认为自己无法完成目标而去修改。

（二）成功者重视积累

在参与交易时，越轻松越好，但在交易前的准备却是一个艰苦的过程，两者的关系是辩证的，这并不矛盾。要成为优秀的交易者，首先要对市场进行研究、观察，做好交易前的各种准备和学习，累积实战经验；艰辛劳动是指人的观念、创造力、毅力、动力、欲望和投入精神，艰辛劳动不是指和市场作斗争，而是越顺应市场趋势就越容易赚钱。经验是投资或投机能否获利的关键，积累经验难免要缴学费。

（三）成功者注重学习

养成读书的好习惯永远不会过时。哈里·S.杜鲁门是美国历史上著名的总统。

他没有读过大学，曾经营过农场，再后来经营一间布店，经历过多次失败，当他最终担任政府职务时，已年过五旬。但他有一个好习惯，就是不断地阅读。经过多年的阅读，杜鲁门的知识非常渊博，从而使他能带领美国顺利度过第二次世界大战，并使这个国家很快进入战后繁荣。他懂得读书是成为一流领导人的基础。读书还使他在面对各种有争议、棘手的问题时，能迅速做出正确的决定。例如，20世纪50年代他顶住压力，把人们敬爱的战争英雄道格拉斯·麦克阿瑟将军解职。他的信条是：“不是所有的读书人都是一名领袖，然而每一位领袖必须是读书人。”

每一个成功者都是有着良好阅读习惯的人。其实在投机市场也是一样，要想在这个风云诡谲、变化莫测的风险市场上生存，并得到长久的发展，仅靠想当然的主观愿望是不可能的，也不现实。资本市场是永远充满变化的，但并非没有规律可循。我们应该从其本质到实战运行，从出入市点位把握、风险管理、资金管理到心态控制，进行全面、细致、系统的学习和研究，彻底掌握股市的本质规律。

（四）成功者先计后战

在这个风险市场上，我们不能终日漫无目的地对市场的波动随意展开没有章法的操作，必须要有可行的操作计划与规程，并严格执行。

如果仅凭一时的感觉或冲动就盲目下单，往往会铸成遗憾，特别是在已出现了亏损的情况下，你往往会因想尽快弥补损失而进行频繁的超量操作，其结果是越操作损失越大，最终会被迫斩仓出局。

（五）成功者自我控制

任何一个成功者都有着非凡的自制力。成功者控制自己的情绪，失败者被自己的情绪所控制。所谓成功的人，就是心理障碍突破最多的人，因为每个人或多或少都会有各式各样、大大小小的心理障碍。

股票期货市场是一个风险很大的市场，它在创造高利润的同时必然伴随着另一方的高亏损，而对自己的高度自制是唯一能使你避免重大亏损从而走向盈利的不二法门。

三、成功交易者的思维习惯

（一）成功的交易者绝不幻想

高手不做自己看不懂的走势，从来不会勉强自己做单，没有十足的把握不会

出手。因为是高手，看得懂的走势多，所以老是赚钱。而低手老是在一知半解下急于入场，甚至有点影子就急于加码以扩大盈利，最终败多胜少。

一旦你把资金投入市场，而其没按原来的预想运动，怎么办？一般人常常想象出各种理由把这一不正常的运动“合理化”。这种为避免割肉痛苦的合理化假设是极其致命的，这也是许多有一定经验的炒手最终不得不举手投降的主要原因。一位成功的投资者决不让情感左右自己，有的话程度也很小。无论割肉认错是多么痛苦，他们决不迟疑。他们明白，让这样的情况延续只会带来更大的痛苦和损失。

（二）成功的交易者绝不侥幸

侥幸是止损的天敌，也是引发大亏损的直接原因。有一个原则投资人必须要记住：当事情有可能变坏的时候，发生的一定是最坏的结果！这就是著名的墨菲法则。对于这个法则，比较形象的解释就是：如果桌子上有一块面包，面包的一面有奶油，那么当面包从桌子上跌落到名贵的地毯上的时候，一定是有奶油的那一面向下。

很多投资者就是犟脾气，做错了死不认输，不知在第一时间解决掉手中的错单，以致让错误不断地延续，后果可想而知。这种心态万万要不得。

（三）成功的交易者绝不重搏

高手从来不会与市场重仓对赌，只会随着趋势的发展有计划地逐渐增加仓位，因为他知道市场走势常有出人意料之处，长久的获利才是胜算；而低手总是急于一朝暴富，重仓出击，虽偶尔有赌对的时候，但久赌必输，最终一无所获。高手不贪，循规蹈矩地金字塔加码，无论走势好坏，皆有收获；而低手则急于加码扩仓，最终行情反转时，反胜为败。重仓或满仓操作虽然有可能使你快速增加财富，但更有可能让你迅速爆仓。财富的积累是和时间成正比的，这是国内外投资大师的共识。

（四）成功的交易者绝不自大

谦虚不仅是一种美德，更是一种人生的智慧，相对于市场的博大，一个交易者没有理由不谦虚。

美国证券史上有名的资深分析师卡费罗，曾创下连续 22 个月盈利不亏的纪录；贝托·斯坦曾在华尔街创下一单赚取十亿美元的纪录；而迈克·豪斯则曾经七年雄居华尔街富豪榜第一名。但是他们的结局有些相似——卡费罗死时身上只有

5 美元；贝托·斯坦被几百名愤怒的客户控告诈骗而入狱 10 年，出来时一文不名；而迈克·豪斯更惨，他在 45 岁时就因破产自杀了。

为什么会有这样的结局？原因很简单，他们都有一个共同的特点，就是投资操作成功的概率总是远远高于众人。但奇怪的是，在他们自我感觉最好、自觉伟大的时候，九十九次成功所积累的金钱却没能经受住一次“决战”失利造成的损失。越是自我感觉良好、充满自信，就越不容易承认自己在市场上会犯错，就越难以说服自己及时断臂止损。结果就是总会有一次要让你败在市场的滚滚车轮之下！

（五）成功的交易者超越自我

成功者人生的目标通常是超越自我，运用冥想的技巧，运用自我暗示的力量。当你不断想象自己达成目标时的情景，潜意识会引导身体作出那些效果。交易的成功者不是天生的，也绝对不是妄图用一些自以为是的投机取巧的伎俩来战胜市场的！其必是不屈的灵魂在经历了非凡的勤奋和天才的努力之后彻悟的结晶！

成功是一种智慧，成功是一种习惯，成功是一种追求，成功是一种决心。成功有秘诀，但成功永远没有捷径。执着使你通向成功之路，智慧助你打开成功之门。

而习惯的力量是惊人的，习惯能载着你走向成功，也能驮着你滑向失败，如何选择，当然最终还是取决于你自己！

目录

第一章 教你如何看盘	001
一、看盘先从哪里入手	001
二、如何看集合竞价	002
三、看盘内容及技巧	003
四、如何看大盘分时走势图	006
五、如何看当日大盘强弱	007
六、如何看个股分时走势图	009
七、如何看内外盘	011
八、如何看成交量	012
九、如何看盘面挂单技巧	015
十、如何看盘中异动迹象	016
十一、如何看尾盘	018
第二章 K线图实战买卖法	021
一、K线由来	021
二、K线的组成	022
三、单根K线的种类及应用（常见K线形态实战应用法）	023
四、典型两根K线组合应用法	051

第三章 均线实战买卖法	061
一、什么是移动平均线	061
二、移动平均线的种类	062
三、移动平均线的特性	063
四、移动平均线的应用	064
五、单根移动平均线研判技巧	064
六、多根移动平均线研判技巧	065
七、重要移动平均线实战作用	066
八、根据 21 日均线买入法	069
九、根据 21 日均线卖出法	077
十、根据 60 分钟图上均线买卖法	081
十一、根据 144 日均线买入法	088
第四章 短线实战买卖法	093
一、短线炒股注意事项	094
二、短线实战买入法	099
三、短线实战卖出法	109
第五章 教你如何选黑马	125
一、根据行业概念选黑马	125
二、根据重组终止信息选黑马	128
三、根据成交量选黑马	135
四、根据周线走势选黑马	138
五、根据盘中异动迹象选黑马	144
六、根据人均持股数量选黑马	146
第六章 MACD 指标	151
一、MACD 指标介绍	151
二、MACD 指标的原理	151

三、MACD 指标的一般研判标准	152
四、DIF 和 DEA 的值及线的位置	153
五、DIF 和 DEA 的交叉情况	153
六、MACD 指标的背离	154
 第七章 关于止损止盈	157
一、关于止损	157
二、关于止盈	164
 第八章 资金管理	167
一、资金管理的重要性	167
二、交易中几个重要方面	168
三、资金管理的要领	169
四、资金管理的策略	172
 后 记	177

第一章 教你如何看盘

一、看盘先从哪里入手

看盘是每个专业操盘手必须要做的功课，它是锻炼操盘手利用小趋势分析法来精准预判大盘走势的一种方法，是每一个专业高手必经之路。这也是一项很辛苦的工作，不但考验操盘手的看盘分析能力也考验着操盘手的心理状态。专业操盘手总是通过最快速的方法抓住问题的关键，来展开自己高水平的实战操作。

要在股票市场上赚钱，学会看盘是必要的。如果你会看盘，就会买到低价，卖到高价，如果你不会看就只能追涨杀跌，一买就跌，一卖就涨。

世上没有无缘无故的爱，更没有无缘无故的恨。股价的涨跌同样如此，无论是上涨还是下跌，都存在着自身的合理性。涨自然有涨的道理，说明有资金的推动，资金能够持续买入，又从侧面显现了对股价的预期因素，而这种预期的背后似乎又存在着另类的基本面和题材的支撑，这些都是环环相扣的。下跌表明了资金的流出，流出的意义恰恰在于要么是对涨幅过高的风险担忧，要么就是为了洗盘所进行的暂时蓄势整理。而看盘就是洞察盘面变化，了解盘面语言。

而盘面语言是通过数字信息传达的、是与上一交易日在时间和空间上有一定联系的、是描述市场两股力量进行较量的、是在某一时间反映一切基本面和主力意图的语言。而我们就是要从这些盘面语言发现买卖时机。

那么我们先从哪里入手呢？在操盘前必须做好准备工作，首先要在开盘前浏览完当日财经新闻，了解相关财经信息和行业政策。了解个股公布的基本面

信息，在个股方面要重点关注个股的业绩公布、高送转或者重大消息公布（如重组、非公开发行股票等），从中会发现可能具备买入的个股，以及了解一下手里持有的股票和一些相关行业的政策新闻。

在了解了这些信息之后我们会在心里有个大概的预期，要对这些信息和当日走势有一个大概的预测。至少心里有个大概想法，这样在对手里持仓股票该如何处理先有个心理准备。

假如是公布重大利好，那么今天大盘可能就是高开高走或是高开低走，面对这两个方向我们该如何去操作手里的股票，如是加仓还是减仓也会有一个大概的操作计划。

以上这些准备工作我们必须在开盘前 5 分钟完成，也就是到了 9:25 集合竞价之前把一切准备工作全部做好，股票账户也都全部打开等待迎接开盘。

二、如何看集合竞价

所谓集合竞价就是在当天还没有成交价的时候，欲要入市的投资者可根据前一天的收盘价和对当日股市的预测来输入股票价格，而在这段时间里输入计算机主机的所有价格都是平等的，不需要按照时间优先和价格优先的原则交易，而是按最大成交量的原则来定出股票的价位，这个价位就被称为集合竞价的价位，而这个过程就被称为集合竞价。

集合竞价是以最大成交量为原则的，即以此价格成交能够得到最大成交量。高于集合竞价产生的价格的买入申报全部成交；低于集合竞价产生的价格的卖出申报全部成交；等于集合竞价产生的价格的买入或卖出申报，根据买入申报量、卖出申报量的多少，按少的一方的申报量成交。

1. 集合竞价时间

上海市场：9:15~9:20；深圳市场：9:15~9:20 可以挂单也可以撤单。

上海市场：9:20~9:25；深圳市场：9:20~9:25 只能挂单不能撤单

2. 集合竞价申报规定

沪深两市每个交易日 9:25~9:30 的开盘集合竞价阶段，两个交易所交易主