

# 指数 基金 投资 指南

不懂股票、不看财报、不怕下跌，  
新手一看就懂的稳健投资策略

银行螺丝钉 著

雪球CEO 方三文 雪球大V 唐朝 作序

巴菲特：“成本低廉的指数基金，是  
过去35年最能帮投资者赚钱的工具。”



巴菲特：“成本低廉的指数基金，是过去35年最能帮投资者赚钱的工具。”

# 指数 基金 投资 指南

不懂股票、不看财报、不怕下跌，  
新手一看就懂的稳健投资策略

银行螺丝钉 著

雪球CEO 芳三文 雪球太V 唐朝 作序



图书在版编目 ( CIP ) 数据

指数基金投资指南 / 银行螺丝钉著 . -- 北京 : 中信出版社, 2017.11

ISBN 978-7-5086-8254-9

I. ①指… II. ①银… III. ①指数-基金-投资-指南 IV. ①F830.59-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 254077 号

指数基金投资指南

著 者: 银行螺丝钉

出版发行: 中信出版集团股份有限公司

(北京市朝阳区惠新东街甲 4 号富盛大厦 2 座 邮编 100029)

承 印 者: 北京诚信伟业印刷有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 19.75 字 数: 247 千字

版 次: 2017 年 11 月第 1 版

印 次: 2017 年 11 月第 1 次印刷

广告经营许可证: 京朝工商广字第 8087 号

书 号: ISBN 978-7-5086-8254-9

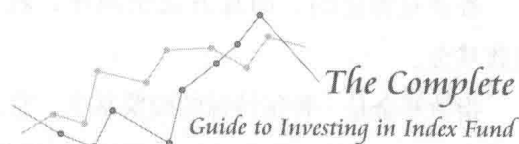
定 价: 59.00 元

版权所有·侵权必究

如有印刷、装订问题, 本公司负责调换。

服务热线: 400-600-8099

投稿邮箱: author@citicpub.com



## 序言一

股票基金赚钱吗？答案毋庸置疑，A股几千只股票基金，过去十几年整体收益都不错，平均达到了10%以上，在所有投资类别中都是名列前茅的。

那投资股票基金的“基民”们赚钱了吗？很遗憾，大多数股票基金的投资者，收益都一般，甚至有的股票基金投资者被深套。

为什么股票基金盈利不错，但是基金投资者整体盈利不好呢？

最主要的一个原因是投资者大多是在牛市最火热的时候才入场。每次到了牛市最火热的时候，会有大量之前从来没有接触过股票基金的投资者开始入场投资。他们不知道股票品种的风险，不知道牛市是“鸡犬升天”。牛市买入股票基金，很短时间里就会有不错的收益，新手投资者会把这个收益看成是自己的能力，而不是运气。

投了1万元，很短时间里就赚了两三千，是不是很后悔自己当初没有多投一点呢？于是又追加了5万元，然后很短时间里又赚了几千元。这样不断地自我强化，很多新手就在股市最高位，大笔重仓投入了资金，结果随后牛市结束，被高位套牢，只好躺下“装

死”。牛市从高位下跌往往会持续几年时间，过几年打开基金账户一看，还是被套中，于是对股市和股票基金失望透顶，发誓再也不碰。这是很多投资股票基金亏损的投资者都经历过的。

那对于普通人来说，有没有什么好的解决方法呢？

答案是肯定的，而且方法很简单，就是巴菲特所说的长期定投指数基金。

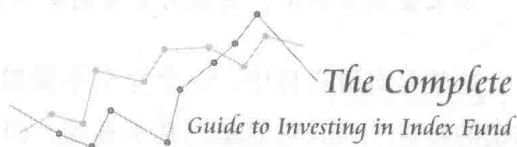
指数基金是一种很特殊的股票基金，它会始终持有一篮子股票、始终持有较高比例的股票资产。如果投资者可以始终不间断地去定期、分批地投资指数基金，就不会在某个高位大批量地买入。投资者有的时候会买在低点、有的时候会买在高点，但是不要紧，坚持定投下来，总会买在一个平均价格。以一个平均价格买入了指数基金，就很难亏损。

而且长期定投，天然就是长期持有的。股票市场的收益并不是均匀的，80%的收益出现在20%的时间里。只有长期持有下来，才能等到下一次牛市的出现。定投自带“长期持有”这个特征，也是有利于在股票市场赢利的。

像我之前在雪球上介绍过的“中国好资产”，就是用定投的方式让大家配置几只资产质量不错的指数基金。通过分批买入的方式投资指数基金，长期坚持下来，想亏钱都很难。

定投指数基金的方法很简单，不过具体在定投的时候，也有很多其他技巧，例如银行螺丝钉在这本书里所建议的定投低估值的指数基金，本身也是非常不错的方法。银行螺丝钉在雪球持之以恒地分享“低估值定投指数基金”的理念，过去两年坚持每天发送指数估值表、分享关于投资的研究文章，这份持之以恒的精神本身就令人敬佩。对定投指数基金感兴趣的朋友，一定不要错过这本书！

方三文  
雪球创始人及CEO



## 序言二

---

老唐家里的领导，是彻彻底底的“财经盲”。在我们已经携手走过的 25 年里，领导从来不关心老唐把钱投向哪里，回报如何。在她心中，有着《安徒生童话》里的那句话：老头子做事总是对的！

在领导的彻底信任和放权之下，老唐当然赤胆忠心、兢兢业业，这些年的投资回报也还算过得去。但偶尔赖在客厅做“沙发土豆”的时候，脑袋里难免会莫名其妙地跳出来一个念头：如果，我说如果，如果老唐先走一步，我家领导被迫需要去打理家庭财产时，她应该怎么办？

想来想去，如果上天能给我一点点缓冲时间，我会卖掉现在所有持仓股票，换成 50% 的沪深 300 指数基金，15% 的上证红利基金，30% 的标普 500 指数基金，5% 的纳斯达克指数基金。然后告诉领导，当租金不够用的时候，就进基金账户去看看，有钱就取出来用，没钱就按需要金额卖出获利比例最高的那只基金，然后不用再管它。

考虑到上天或许不给面子，完全不给老唐预留缓冲时间，老唐现在就在家中留下了一个锦囊，其中写道：

万一出现了需要你来打理家庭财务的状况，亲爱的，你需要卖出所有账户里的股票，将资金全部买入 510300，操作顺序……

需要用钱时，先进账户看看有没有收到分红款，够用不。如果金额不够用，再按需要金额卖出 510300，操作顺序……

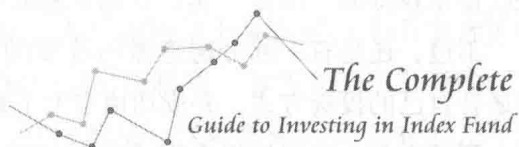
这就是老唐心目中，一个完全不懂投资的人，当下最理想、最靠谱的投资手法。它简单，基本秒懂，但已经基本可以确保跑赢通货膨胀，并能跑赢 70% 以上的市场参与者。

为什么老唐会这样叮嘱领导？答案就在银行螺丝钉这本《指数基金投资指南》里。

如果你和我家领导一样，完全不懂投资，但又期望从股市获得较好的回报；或者你已经进入股市，但厮杀多年也没找到可靠的、可复制的赢利路径，请阅读银行螺丝钉这本《指数基金投资指南》——你甚至不需要再去查看其他任何投资书籍，就可以笑看股市风云，静待财富增长了。

唐朝

《手把手教你读财报》作者



## 前言

如何理财投资一直是大家最关注的问题之一。

在 20 世纪六七十年代，我国的金融市场还不是特别发达，大家并没有理财投资意识。每个月拿到手的钱，很多人都习惯以现金的方式存着，甚至会仔细地包好，放在隐蔽的角落里，需要用的时候就取出一点儿。

直到银行开始兴起，大家才意识到，原来手里的现金还可以存到银行，不仅更加安全保险，而且银行还发利息，愿意接受新事物的人开始尝试把钱存到银行。到 90 年代，银行已经被大多数人所接受，很多人都会把积蓄变成储蓄放在银行里。不过“习惯”的力量还是非常强大的，一部分人仍然无法接受银行这一新事物，坚持把现金存在家里。所以时不时地能看到新闻说某某老人家，埋在自家后院的现金被老鼠啃食。

再后来，很多人知道了“通货膨胀”的概念，意识到我们日常生活中接触到的东西是会涨价的。小时候可能一个馒头不到一毛钱，但现在一个馒头可能要一元钱。馒头还是原来的馒头，价格却上涨



了，这就是通货膨胀带来的变化。对比一下银行储蓄，我们惊奇地发现，原来储蓄的收益是很难抵销通货膨胀所带来的货币贬值的。钱存在银行，虽然能拿到利息，但无法抵销钱本身的贬值。

当然，因为“习惯”的力量，仍然有很多人把所有的收入存放在收益率较低的“储蓄”里，让通货膨胀不断侵蚀自己的财富。

不过，还是有一部分愿意做出改变的投资者，尝试着学习、寻找适合自己的投资方式，并成功地走上了财务自由之路。

到了今天，我国的投资渠道已经比较完善了。银行有储蓄、有各种不同收益率的理财产品；政府有国债、企业有企业债；证券交易所有几千只股票、债券可供挑选；新兴的互联网理财平台也如雨后天春笋般涌出。

现在我们面临的问题，不再是没有理财的渠道，而是理财渠道实在太多，无从下手，而且很多理财投资渠道有很大的风险。像最近两年，百亿元以上级别的金融诈骗案屡屡发生，很多投资者把毕生的财富投入一些虚假品种中，结果血本无归。我们需要一种长期可靠、稳定，并且能带来令人满意回报的投资品种。

基金就是这样一个合适的选择。

通过政府正规渠道建立的基金，安全性和可靠性不输于其他任何品种。并且基金种类也丰富多样，不仅有高收益、高风险的股票基金，也有专门投资债券的债券基金；有像余额宝这样的类似活期储蓄随取随用的“现金替代品”，也有黄金基金这种可以代替实物黄金交易的基金品种。

事实上，在美国等金融相对发达的国家，基金已经成为大众投资理财的最主要渠道。

在我们国家，基金虽然出现的时间不短，但真正兴起也不过十几年的时间。像余额宝这样的品种，更是最近三四年才发展起来的，这些品种对很多人来说还比较新颖和陌生，他们并不了解这些品种

繁复的基金到底有什么投资价值，该怎么投资。

人们习惯对“陌生”的事物产生恐惧，于是很多基金被“冤枉”，被冠以“不适合投资、根本赚不到钱”这样的罪名。其实只要掌握了正确的投资方法，通过基金获取合理稳定的收益率是很容易的。这也是本书的主要内容。

其实在这本书之前，我也先后在网络上发表过几十万字有关基金的内容。2015年也有幸和中信出版集团、雪球合作，出版过《指数基金投资指南》电子书。《指数基金投资指南》是我对前几年基金投资的一个总结，出版后广受好评，在亚马逊、当当等平台上长期排入基金类书籍畅销榜榜首，也获得了很多朋友的肯定和支持，一年多里累计销售7万多本，反响十分热烈。

不过金融市场瞬息万变，特别是2015年以来，国内经历了大牛市和3轮股灾，国家也进行了多次降息，很多品种的投资价值都发生了改变，市场上也多了很多新的投资品种。所以我重新编写了本书，供大家参考。如果你对指数基金并不了解，打算从入门开始学习，那么直接阅读本书就是你最好的选择了。

本书的第一章，是给基金新手的建议，介绍了资产以及基金的基本知识。每个人都有个财务自由的梦想，而要实现这个梦想，首先要学会区分消费与资产，只有通过长期积累资产，我们才能实现财务自由。

第二章和第三章介绍一类适合绝大多数人投资的特殊基金，也是股神巴菲特唯一在公开场合推荐的基金——指数基金。

第四章介绍指数基金的估值。估值指标是股票经常使用的，指数基金相当于一篮子股票，自然也可以套用这些估值指标。常用估值指标有哪些？它们有什么好处和局限？我们该怎么查找指数的估值呢？掌握了估值和价值投资的理念，我们就可以挑选出适合定投的指数基金。

第五章介绍了最适合指数基金的投资方法，也就是定投。通过定投低估值的指数基金，我们可以在指数基金上获得更好的长期收益。

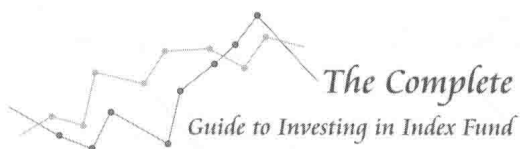
第六章就是实际操作了，也是本书的重点：如何为自己设计一个定投计划。书中用了几个实际的案例，来展示如何围绕指数基金构建定投计划。

第七章介绍了另外两类基金品种，货币基金和债券基金，以及如何用它们来做好家庭资产配置。

第八章，介绍了在长期定投指数基金的过程中，会遇到的一些心理问题。投资指数基金的策略并不难，为何长期以来没有多少人能坚持？这一章是我对常见心理问题进行的一些分析，并介绍了我自己的一些经验和感悟，供读者参考。

在创作这本书的时候，得到过很多朋友的帮助。感谢雪球网的不明真相的群众、那一水的鱼、唐朝、Lagom 投资、ETF 拯救世界、DAVID 自由之路、机器喵、飞泥翱空、青春的泥沼、坚信价值、草帽路飞、Stevevai1983 等大 V。他们分享的精彩观点，给了我很大的启发。感谢出版社的老师，他们在本书编辑过程中不辞辛劳。感谢这几年一路支持我的粉丝们。感谢我的妻子，在这几年我分享、创作过程中给予了我很大的帮助，没有她的理解和支持，很难走到今天。

看完本书，大家可以关注我的公众号“定投十年赚十倍”，我会在每个交易日发布指数基金的估值数据，也会不定期地发布关于指数基金的一些心得和感悟。大家有任何问题，或是想了解更多有关指数基金的知识，或是有独到的见解，都欢迎与我讨论，互相学习，共同进步。



## 目录

---

### 第1章 给投资新手的建议 / 1

想成为富人，你得攒资产 / 3

找到长期收益率最高的资产 / 8

看收益，更要看风险 / 11

最适合上班族的基金——指数基金 / 13

投资者笔记 / 14

### 第2章 投资工具这么多，为什么要选指数基金 / 17

什么是指数 / 19

谁开发的股票指数 / 21

指数基金是怎么来的 / 22

“躺着赚钱”的指数基金 / 23



最适合普通投资者的股票基金——指数基金 / 30  
投资者笔记 / 34

### 第3章 常见指数基金品种 / 35

指数基金的分类 / 37  
常见宽基指数基金 / 38  
行业指数基金 / 94  
投资者笔记 / 122

### 第4章 如何挑选适合投资的指数基金 / 125

价值投资的理念 / 127  
盈利收益率法挑选指数基金 / 143  
博格公式法挑选指数基金 / 151  
指数基金估值方法小结 / 159  
投资者笔记 / 162

### 第5章 如何买卖指数基金：懒人定投法 / 163

什么是定投 / 166  
如何制订定投策略 / 168

结合估值的懒人定投法：在价格低于价值的时候定投 / 170  
定投的实操步骤 / 175  
如何计算定投的年复合收益率 / 187  
提高定投收益的五个小技巧 / 191  
投资者笔记 / 209

## **第6章 构建属于自己的定投计划 / 211**

构建属于自己的定投计划 / 213  
三个定投计划实例 / 221  
读者的案例 / 226  
投资者笔记 / 241

## **第7章 做好家庭资产配置 / 243**

货币基金：随取随用的“余额宝” / 245  
债券基金怎么买 / 256  
做好家庭资产配置 / 262  
投资者笔记 / 264



## 第8章 长期投资的心理建设 / 265

下金蛋的鹅 / 267

投资指数基金，复利从哪里来 / 271

买入低估值的品种，为啥还会下跌呢 / 275

《甜蜜蜜》与中国香港股灾 / 277

最倒霉的定投者 / 278

买指数就是买国运：从日本股市看指数投资 / 280

看到上涨，定投下不去手怎么办 / 283

定投的“双核制” / 285

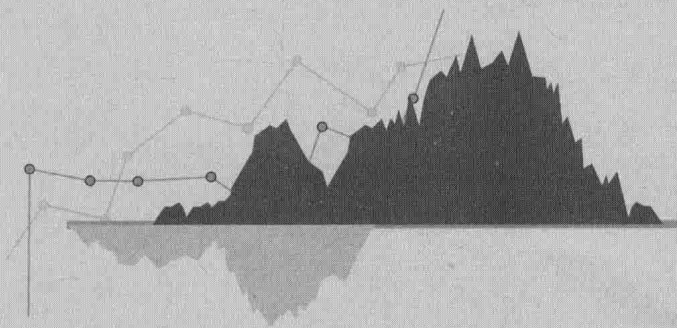
有恒产者有恒心 / 286

投资者笔记 / 290

后记 / 291

附录 / 297

定投常见问题汇总 / 299



第1章  
给投资新手的建议

*The Complete  
Guide to Investing in Index Fund*



