



十分钟看完 笑傲股市

—— 买强不买弱，错了就砍 ——

十分钟读完本经典 · 欧奈尔的强势股清单

奥米豆 著 | 奥米书库 出品

www.aomidou.com



十分钟看完《笑傲股市》

—— 买强不买弱，错了就砍 ——

著 者：奥米豆

出 品：奥米书库 (www.aomidou.com)

目录

序言 十分钟，认识那位只买强势股的老头

第一章 CAN SLIM：大牛股的七道体检

第二章 杯柄形态：大牛股的标准照

第三章 买点与铁律：放量突破，7%止损

第四章 只买领头羊：强者的游戏

第五章 先看风向：M字母的分量

第六章 顶部三盏红灯：把利润带走

第七章 读客共鸣：为什么你拿不住牛股

第八章 这本书最大的意义：把炒股变成清单（全书重点）

第九章 奥米书库：帮新手把投资体系搭起来

结语 十分钟之后，你要做什么

序言 十分钟，认识那位只买强势股的老头



▲ 他用数据给大牛股做了一百年的体检

先说个真事。我有个朋友酷爱抄底，专买“跌透了”的股票，理由是“都跌成这样了，还能跌哪去”。五年下来，他的账户答案很统一：还能再跌一半。有天我请他看一张图——历史上最牛的股票启动前长什么样？他愣住了：没有一张是趴在地板上的，全部在创新高。这张图背后的老头，叫威廉·欧奈尔。

欧奈尔是谁？美国著名投资人，创办了自己的证券研究机构和《投资者商业日报》，这本报纸后来成为美国散户的“第二份报纸”。他年轻时做过股票经纪人，有个习惯：把美国市场上百年来的超级大牛股全部翻出来，做了一次史无前例的“基因测序”——它们的业绩、它们的形态、它们启动前后的成交、当时的宏观环境，一样一样做统计。

统计的结论，1988年结集成《笑傲股市》。这本书的核心贡献有两个：一套选股口诀（CAN SLIM），一套买卖纪律（形态买点+7%止损）。美国无数散户的读后感高度一致：“第一遍觉得是技术分析，第二遍发现是纪律，第三遍才明白是人性。”

这本书怎么读？加粗的是骨头，金句框是灵魂；至于不同年代的具体案例股票代码，我们一笔带过——案例会过期，基因不会。

十分钟，学会用一百年的数据说话。

值得一提的是：这本1988年出版的书，至今仍是美国散户技术分析的入门必读，欧奈尔创办的《投资者商业日报》也还在印刷。别的畅销书靠营销，这本书靠一代又一代读者的实盘检验——这是它最硬的广告。

“买强不买弱，错了就砍——八个字，用一百年数据写成。”

第一章 CAN SLIM：大牛股的七道体检

CAN SLIM：大牛股上市前的七道体检



七关全过，才配进入观察名单

缺任何一关，宁可错过

注意：字母排序就是检查顺序——最后才看大盘

▲ 七关全过，才配进观察名单

CAN SLIM是七个英文字母的缩写，也是欧奈尔筛股的七道关卡。C，当季每股收益：最新一季盈利要比去年同期大涨20%以上，而且增速在加快——业绩是发动一切的燃料。A，年度收益：过去三年每年增长25%以上，净资产收益率17%以上——燃料要充沛，不能只有一季烟花。N，新事物：新产品、新管理层，或股价本身创新高——大牛股启动时几乎都有“新故事”，而且是市场没有充分定价的新故事。

S，供需：股本小的比股本大的好涨；公司在回购加分；最关键的是突破那天必须放量——成交量比平均水平激增四五成以上，说明大资金真的进场了。L，领头羊：永远买板块里最强的那个，它的“相对强度”排名要在80以上，最好90以上。I，机构认同：要有几家聪明机构持续增持，独庄股不要。M，市场方向：大盘在走牛，才轮到个股表演——这一条放在最后，分量却最重。

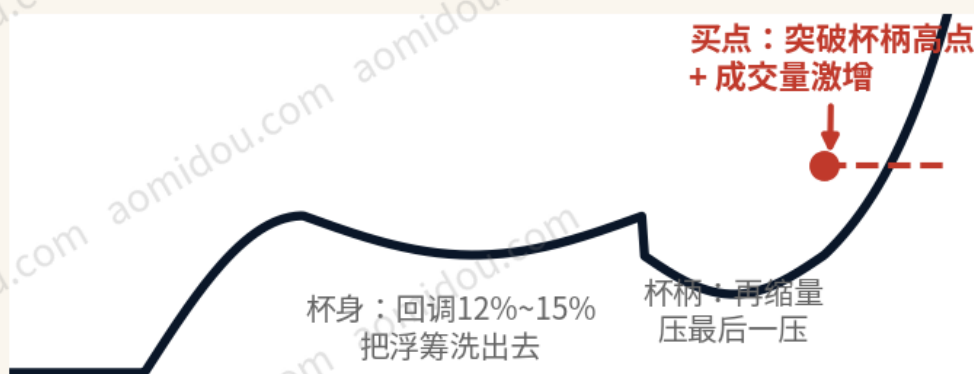
这套体系的气质，一句话说透：只跟赢家站在一起。买菜你知道挑最新鲜的，看演唱会你知道买票难的那场，押运动队你知道选冠军队里的主力——到了股市，同样的常识却常常被“贪便宜”三个字打翻。CAN SLIM就是帮你把生活常识请回股市。

至于七个字母背后的每一个统计细节——什么行业占比、什么市值区间，我们一笔带过。记住顺序：先个股（C到I），后大盘（M）；先基本面，后图形。次序错了，清单就失效。

再补一个使用提醒：CAN SLIM是“体检表”，不是“预言机”。它筛出的是具备大牛基因的候选者，不是必涨的保证书。体检全过的人也会生病——所以止损铁律才是整套系统的安全带。先体检，再系安全带，顺序不能反。

“只跟赢家站在一起，是这套体系全部的气质。”

第二章 杯柄形态：大牛股的标准照



弹簧压到底，弹起来才高——大牛股的标准照

▲ 弹簧压到底，弹起来才高

欧奈尔翻遍百年牛股，发现它们启动前长着同一张脸：杯柄形态。走势上先是一轮上涨，然后回调12%到15%，画出一个圆底“杯子”，这个过程通常持续七到六十五周；接着小幅反弹，再缩量回调，画出一个小小的“杯柄”，深度一般不超过15%。

为什么大牛股都长这样？因为这正是人心的轨迹。杯子：第一波上涨后，早期获利盘落袋，没耐心的散户被洗下车，换手给更有信念的人——浮筹出清了。杯柄：最后一波谨慎的人下车，成交量萎缩到极致——弹簧压到最紧。等它放量突破杯柄的最高点，就是弹簧松开的那一刻。

买点只有一个：价格突破杯柄高点的那一刻，成交量必须显著放大——没有量的突破，是假动作。欧奈尔的统计冷酷：突破日成交量不足的，失败率成倍上升。生活里的同款：一锅水烧到将开未开

，底下必须火力全开，才是真沸；表面冒几个泡、底下不温不火，那是假沸。

还要提醒一句：形态是果，不是因。先有CAN SLIM的基本面七关，形态才有意义。一只烂公司的杯柄，是破杯子的把手，提不起来。至于各种变体形态（双底、平底），书上画得很细，我们一笔带过——先吃透最标准的杯柄，那是牛股的“标准照”。

还有个细节值得玩味：杯柄的深度和时长，直接对应爆发力。回调太浅，浮筹洗不干净；回调太深，说明里面的人已经互相踩踏。统计出来的12%~15%，是“足够疼但伤不到骨头”的精确区间——数据连洗盘的程度都替你量好了。

“先有基本面七关，形态才有意义。”

第三章 买点与铁律：放量突破，7%止损

亏要亏得小，赚要赚得到

亏 8% → 无条件卖出



小伤一道，贴个创可贴

赚 20~25% → 分批落袋



除非是最强龙头，才让它继续跑

8%的止损线，是血换来的保险丝

▲ 8%的止损线，是血换来的保险丝

欧奈尔的买卖纪律，朴素得像驾校规章，执行起来却难如攀岩。先说买：只在突破买点附近买——提前埋伏，是赌；追高过远，是送。突破买入价上方几个百分点内，是唯一合法的舒适区。再说卖，分两种。

第一种卖，认错：买入后跌7%到8%，无条件卖出，不辩论、不祈祷、不补仓。这是全书被引用最多的铁律，也是欧奈尔自己早年用真金白银换来的。他年轻时吃过最大的亏，就是把该割的肉留成了毒瘤，最后烂掉半条胳膊。7%的止损，保证你每次只贴一张创可贴。一年就算你错十次，也就亏掉不到一成本金——错得起，才玩得长。

第二种卖，止盈：大多数股票盈利20%到25%，开始分批落袋；只有极少数最强龙头——基本面还在加速、市场还在追捧——才允许继续奔跑。为什么要主动止盈？因为普通股票涨一段就会歇，坐过山车是散户亏钱的主力姿势。先落袋的20%，永远比“可能还有的50%”实在。

一亏一赚之间，是不对称的赔率结构：十次交易，错七次只亏7%，对三次赚20%——总账依然是赚的。这就是“笑傲”的底气：不是靠看得准，是靠错得便宜。

关于止盈还有一层：20%~25%的落袋线，针对普通强势股；真正市场级的龙头，欧奈尔允许用“跌破10周均线”作为移动止盈线，让它跑成十倍股。区分标准还是回到CAN SLIM：业绩还在加速吗？机构还在买吗？答案是“是”，就别急着和龙头分手。

“错得起，才玩得长；先落袋，才是真利润。”

第四章 只买领头羊：强者的游戏



▲ 永远押注跑在最前面的马

CAN SLIM里的L——Leader，很多人读成“买好公司”，欧奈尔的原意比这狠得多：买最强的那个，哪怕它最贵。他给过一个量化的标尺：相对强度。把市场上所有股票按近一年的涨幅排个队，只买排进前20%的；前10%，更好。

这和多数人的直觉正相反。普通人看到创新高的股票，第一反应是“太高了，等回调”；看到跌了一半的股票，第一反应是“便宜了，抄一点”。欧奈尔统计了百年数据，结论就一句话：创新高的股票更可能继续新高，创新低的股票更可能继续新低。弱者便宜有便宜的道理——它病了；强者贵有贵的道理——它正在赢。

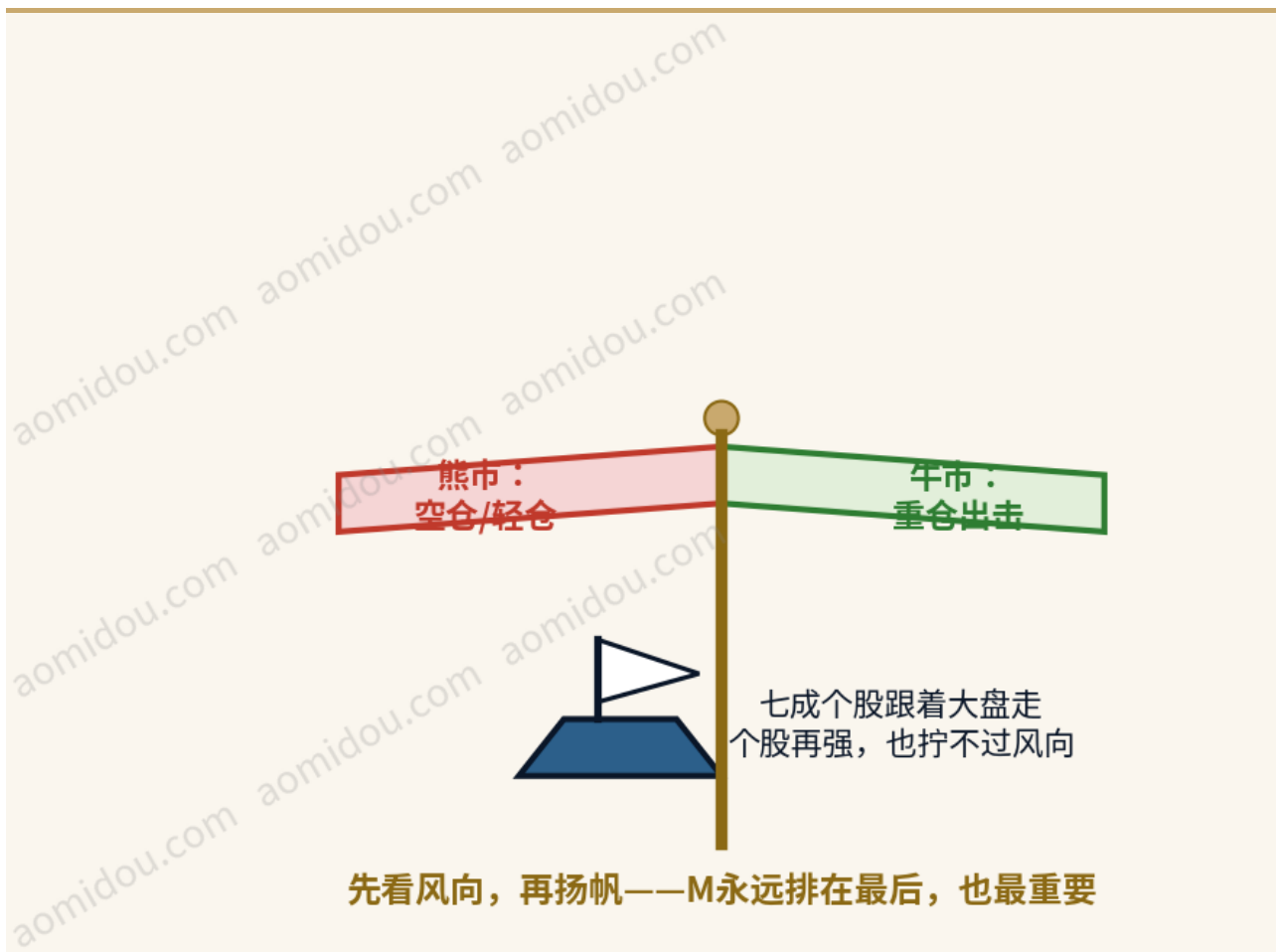
赛马场上没人押注倒数第二的马，因为“它跑得差不多了”；篮球队教练把最后一攻交给手感最烫的那个人。生活中你天天在用“强者逻辑”，唯独一进股市就换上“慈善家逻辑”。欧奈尔只是请你统一一下人格。

当然，强者逻辑有个前提：强者必须是真的强——业绩在增长、机构在买入、板块在风口（回到CAN SLIM的前几关）。单纯涨得凶的妖股不算领头羊，那是爆竹，不是赛马。至于相对强度的具体算法，市面上有免费工具，我们一笔带过。

还有一个反直觉的统计：龙头股创新高当天买入的人，一年后的平均收益，远高于“等回调再买”的人。真正的强者很少深度回调——等回调的人，等来的是另一只平庸股。欧奈尔的话糙理不糙：正确的买点看起来“太贵”，错误的买点看起来“真香”。

“强者贵有贵的道理，弱者便宜有便宜的道理。”

第五章 先看风向：M字母的分量



▲ 先看风向，再扬帆

CAN SLIM七个字母，M排在最后，不是最不重要，而是压轴。M的意思是：先判断市场方向。欧奈尔统计发现，大约四分之三的个股跟着大势走——大盘涨它们涨，大盘跌它们跌，个股那点主观能动性，在系统性风向面前非常有限。

所以他的操作顺序是反常识的：不是先选好股票再看大盘，而是先确认大盘健康，再启动选股程序。大盘走牛，大胆重仓好股票；大盘走熊，最好的股票也别碰——巧妇难为无米之炊，再好的种子也不该种在寒冬里。

判断风向，他给了两套信号，都是看“量价关系”。见底信号叫跟进日：大跌之后，指数在某个交易日突然放量大涨，且随后几天不破位——说明聪明钱回来了。见顶信号叫派发日：上涨途中，指数放量却不涨甚至下跌，而且接二连三——说明大资金在悄悄出货。渔民出海看天，老股民进场看量，一

个道理。

这一章对“价投原教旨主义者”是个必要的补充：好公司也要等好时候。牛市里的正确，和熊市里的死扛，中间隔着一整套纪律。至于两套信号的具体参数，不同年代略有调整，我们一笔带过——风向看对了，参数粗糙一点没关系。

有个形象的说法：大盘是海，个股是船。涨潮时破船也能浮起来，退潮时再好的船也会搁浅。老股民那句“熊市不操作就是最好的操作”，就是把M字母嚼碎咽下去之后的感悟。

“七成个股跟着大盘走，别跟大势掰手腕。”

第六章 顶部三盏红灯：把利润带走



▲ 三盏灯亮起，不猜顶，先离场

会买的是徒弟，会卖的是师傅，会逃顶的是祖师爷。欧奈尔不讲玄学，他给顶部定了三盏可观测的红灯。第一盏：派发日密集出现——指数放量滞涨、下跌，说明大机构在派发筹码给亢奋的散户。第二盏：龙头股集体破位——最强的那些开始领跌，说明最聪明的钱先撤了。第三盏：指数跌破关键均线后反抽无力——趋势的骨架断了。

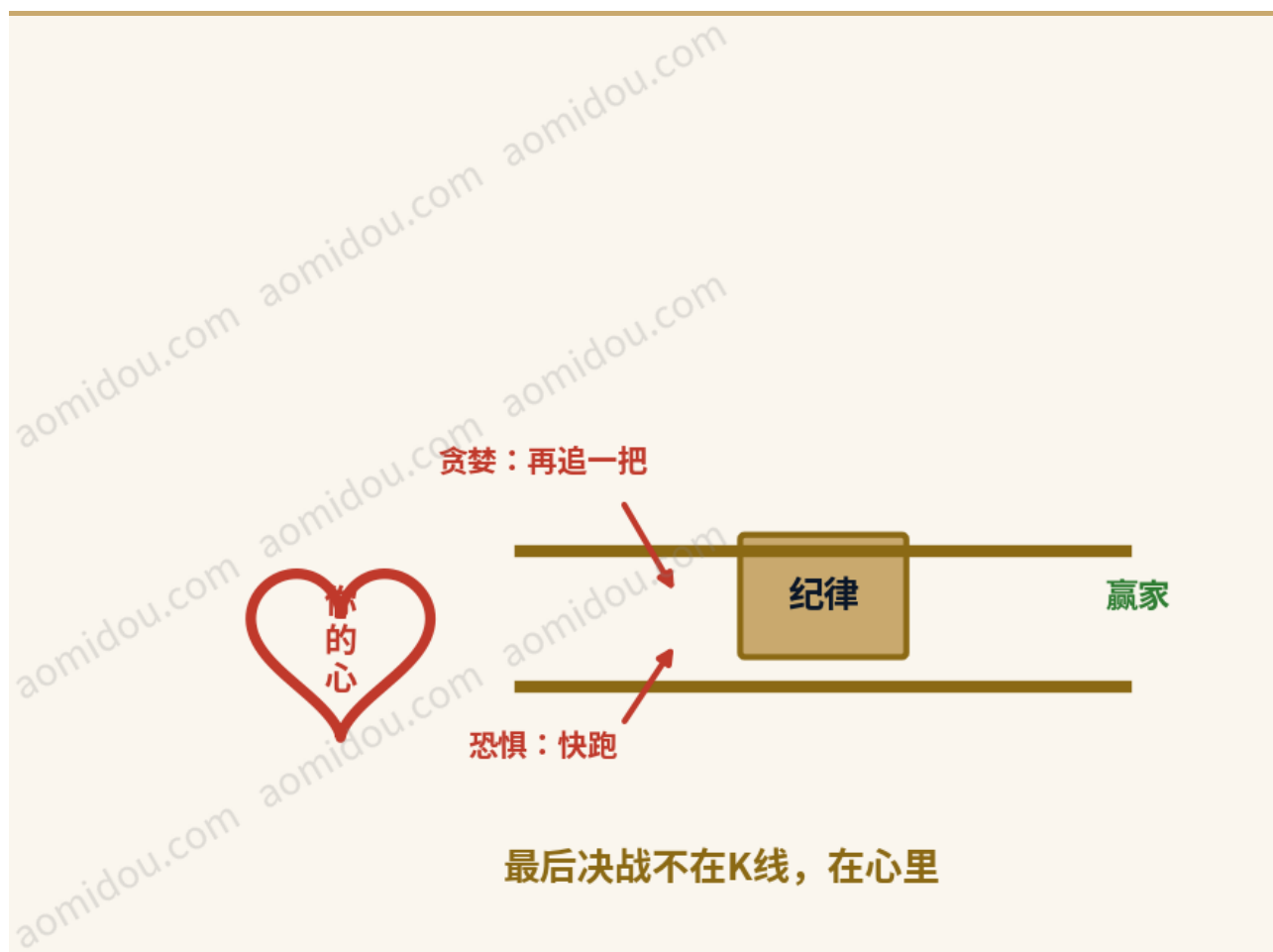
三盏灯齐亮，他的动作干脆得近乎冷酷：把仓位降下来，把利润带走，不猜顶。猜顶是人性最大的瘾——“再涨一点我就走”，结果市场先走。欧奈尔的态度是：最后一段利润，送给别人；最后一段狂欢，留给别人。

生活里的镜像：饭局上气氛最热烈、人人举杯敬未来的时候，往往是该回家的时间；项目庆功宴开到第二摊，往往是风险开始结账的时间。顶部从不敲锣打鼓，它只在量价里留下三行小字——看得懂的人，全身而退；看不懂的人，负责买单。

至于逃顶之后市场又涨了多少——那是纪律的固定成本，买平安的钱。卖早了永远比被套牢体面。

“最后一段利润送给别人，最后一段狂欢留给别人。”

第七章 读客共鸣：为什么你拿不住牛股



▲ 拿不住牛股，从来不是眼光问题

这本书在读者中有个神奇的现象：方法都看得懂，做到的人极少。书评区里最高频的忏悔是三句：“我知道该止损，就是下不去手”；“我知道该买强的，就是不敢追高”；“我知道该耐心，就是管不住手”。三条全中？恭喜，你是正常人类。

为什么做不到？因为CAN SLIM的每一步都在跟人性和解作对。止损对抗的是“不认输”；买强对抗的是“贪便宜”；等风向对抗的是“怕错过”；落袋对抗的是“还想多赚”。欧奈尔这套体系，表面是股票技术，骨子里是心性训练——这可能是几十万读者共同的读后感。

他自己也没少交学费。书里最动人的部分，是欧奈尔坦率地讲自己早年怎么亏的：不是因为看不懂，而是因为侥幸——觉得“再等等会回来的”。他后来把7%止损写成铁律，不是因为它最优雅，而是因为它能替你在情绪失控的瞬间代管双手。

所以对这本书，我的建议是：别从“学招式”入手，从“练心”入手。先用小仓位把三个动作练成肌肉记忆——破位就卖、突破才买、红灯就撤。动作对了，心态才有资格谈。拿不住牛股，从来不是眼光问题，是心性问题。

这里还有一个被忽视的真相：拿不住牛股的人，往往不是败给恐惧，而是败给“比较”——自己的股票刚涨5%，别人的涨停了；刚止损8%，别人的翻倍了。比较是纪律的天敌。欧奈尔的体系本质是“只

跟自己交易”，你的对手从来只有昨天的自己。

“方法都懂却做不到——因为对手从来不是市场，是自己。”

第八章 这本书最大的意义：把炒股变成清单



▲ 不依赖灵感的系统，才配谈复利

【全书重点】市面上教你炒股的书分两类：一类给你“灵感”，一类给你“清单”。《笑傲股市》最大的意义在于：它把炒股从一门艺术，变成了一套可执行的清单系统——选强势股、按形态买、破线就砍、顺势操作，每一步都有明确刻度。灵感会枯竭，清单不会；感觉会骗人，刻度不会。

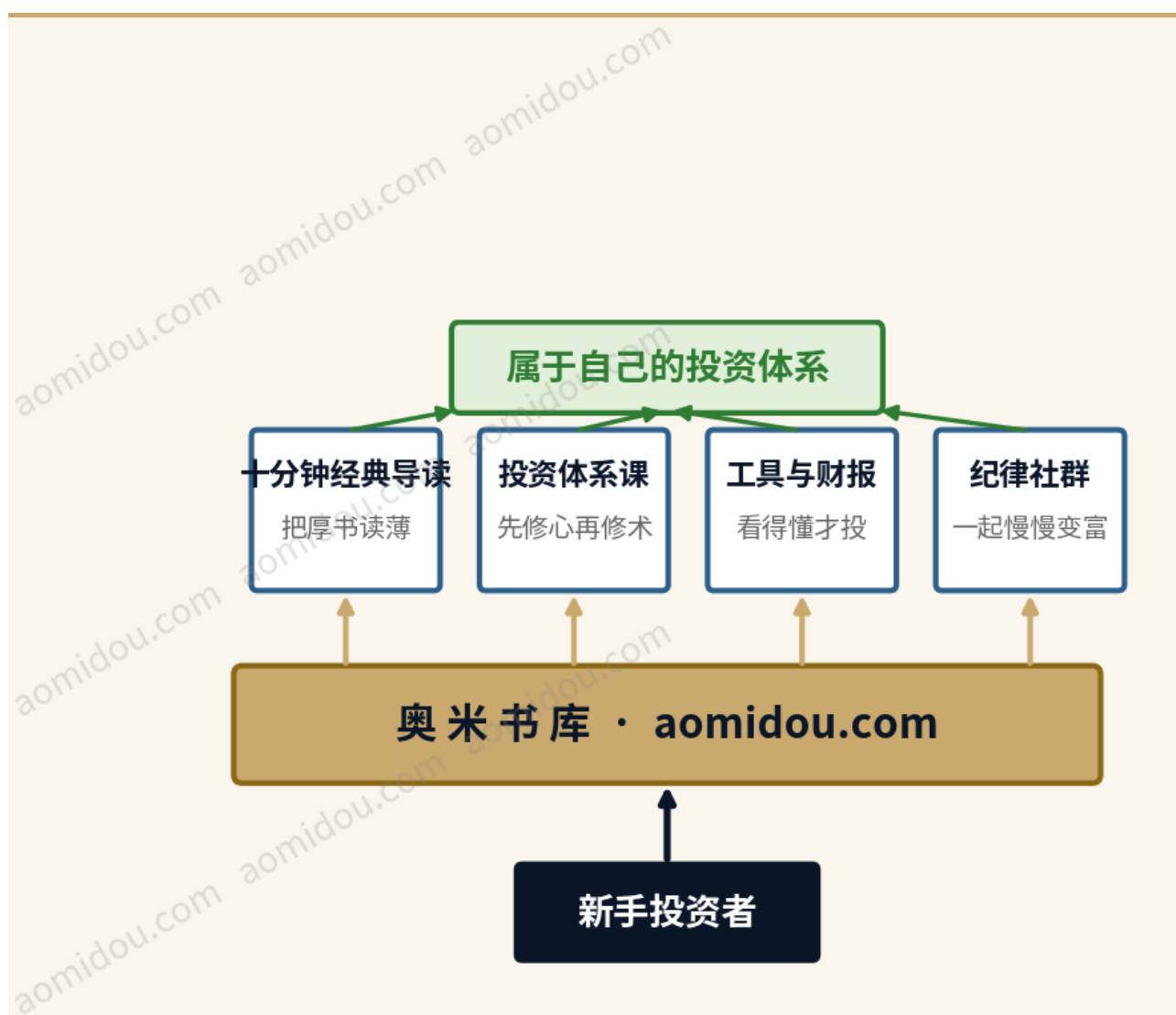
为什么说清单化如此重要？因为人在市场中的头号敌人，是临场情绪。同一个位置，昨天涨你会追，今天跌你会慌——情绪让你每天面对同一道题给出不同答案。清单的价值，就是把答案提前写死：突破买就是突破买，-8%卖就是-8%卖，市场开盘的那一刻，你照做就行。剩下的心理能量，全部省下来执行。

讲写作那几年我常对学员说：不要相信灵感，要相信流程。专业作家不靠“有感觉才写”，靠“坐下就写”；专业运动员不靠“状态好才投”，靠每天固定动作重复一千次。欧奈尔的清单，就是投资界的固定动作：把不确定的情绪，换成确定的流程，复利的齿轮才能咬合。

这本书最大的意义，对普通人尤其重大：它不要求你天赋异禀，不要求你消息灵通，只要求你按清单做事，并且错了认账。强势股会换、形态会演化、软件会更新，但“买强、认错、顺势”三件套，一百年不动摇——因为市场的背后始终是人，人性的剧本从没改过版。

“把情绪写死在清单里，复利才开始转动。”

第九章 奥米书库：帮新手把投资体系搭起来



▲ 奥米书库：先修心，再修术

读到这里，你可能已经把CAN SLIM背了下来，但一到开盘，心还是怦怦跳。这正是我们做奥米书库（aomidou.com）的原因：清单背会只需要十分钟，清单执行需要一群人。

先说定位：奥米书库是一个帮新手投资者“先提升心性、再搭建体系”的平台。《笑傲股市》四十年的读者反馈高度一致：这套方法难不在懂，在坚持。所以我们把“修心”放在平台第一层：先修那颗看见涨停就痒、看见浮亏就慌的心，再谈技术。

网站上给新手搭了四座桥：第一座，十分钟经典导读——像这本书一样，把《金融怪杰》《聪明的投资者》读薄，用清单立三观；第二座，投资体系课——从CAN SLIM选股、形态买点到7%止损，一步步搭出你能执行的版本；第三座，工具与财报——把“相对强度”“放量突破”变成软件里的刻度，让清单不靠感觉；第四座，纪律社群——一群按清单操作的人互相见证：该止损的那天，你在群里打卡；想破例的那天，群里有人拦你。

我们坚信一句话：新手缺的不是消息，是体系；缺的不是胆量，是心性。欧奈尔用一百年数据证明：强势股会奖励纪律的人。体系给你清单，心性让你执行——两样都有了，牛股才轮得到你。

这本小书，就算奥米书库送给你的第一份见面礼。书读完了，欢迎你到 aomidou.com，接着把剩下的路走完。

奥米书库 aomidou.com——心性提升平台·新手投资体系搭建站
十分钟经典导读 | 投资体系课 | 财报工具 | 纪律社群

结语 十分钟之后，你要做什么

合上书，回忆一下你带走了什么：CAN SLIM七道体检；杯柄是弹簧；买点只在放量突破；8%止损，20%落袋；只买领头羊；先看风向再扬帆；三盏红灯亮了就离场；以及最要紧的——把炒股变成清单，别跟自己的情绪打架。

就这么几条，朴素得像废话。但欧奈尔用一百年大牛股的基因证明：市场不奖励最聪明的人，奖励最有纪律的人。

十分钟你看完了这本书，接下来是你的十年。别急着找下一只牛股，先写下你的三条清单：买什么，怎么买，错了怎么办。

有人问：这套体系会不会过时？答案是：只要人性里的贪婪和恐惧还在，强势股就会反复出现，杯柄就会一再画成。技术会更新，K线图会进化，唯独人心的剧本，一版都没改过。

如果你只记住一句话，请记住这个：买强不买弱，错了就砍。

“十分钟读完经典，一辈子慢慢变富。”

—— 全书完 ——

著者：奥米豆 | 出品：奥米书库 | www.aomidou.com