

第四周课程——财务自由 A 股投资方法

财务自由 A 股投资方法 (1-15)

第一节

■ 股票是实现财务自由的三大核心工具之一。要想更快、更好的实现财务自由，股票这个投资工具是我们必须要掌握的。

■ 其实股票这节课是不好讲的。因为和股票相关的知识太多了，如果我们把股票相关的知识详细的讲一遍，100 个小时肯定是不够的，随便选一个点都能讲半天。

■ 知识太多并不是好事情，因为这里面必定有很多无效或负效的知识。

■ 股民人生最痛苦的事情之一是：“努力的学习了那么多年的股票知识却还是炒不赢股票”

■ 是股民笨吗？当然不是。

■ 封老师认为是他们学习了大量的无效或负效的知识。在股市中有很多负效的知识是会让人亏钱的，而且更重要的是，如果学不到有效的知识和技能，这种亏钱的局面会一直持续下去。

■ 在股票投资方面，封老师自己是经历过很多挫折的。可以说股市中常见的坑，封老师自己都踩过，不常见的坑也踩过。

■ 封老师 10 多年前刚开始学的是技术分析，K 线、均线、波浪理论、江恩理论、技术指标等各种投机方法都深入研究过。曾经有几年的时光，每天盯着股票行情走势就是封老师最重要的事情。封老师当时就像一个永动机一样在频繁的买卖股票，晚上睡觉也在想着股票，经常把自己搞的精疲力尽还被割了韭菜。

■ 后来封老师进入证券行业工作，考了证券从业资格，学习了很多和股票相关的知识，但是依然不能在股市投资中取得满意的成绩。

■ 后来封老师又学习了股票投资方面的套利方法。投资成功率和收益率有了很大的提高，但是为了寻找套利机会，每天依然需要在股票上花很多时间。

■ 直到有一天封老师在读书的时候读到了罗杰斯的一句话：“学习投资首先应该学会，除非有必要采取行动，否则什么都不要做，彻底不作为”。当时“什么都不做，彻底不作为”这个观点给了封老师世界观巨大的冲击。封老师当时想，在股市中什么都不做，就可以获得成功，这不就是封老师想要的财务自由嘛。对于一个在股市中像小蜜蜂一样勤劳的封老师来说，这无疑是一次思想解放。之后封老师就开始学习如何通过“什么都不做，彻底不作为”来获得成功。

■ 在这之后封老师进行了大量“价值投资”理论的学习和实践。不过封老师发现“价值投资”的理论虽然简单，但是操作起来却很不容易。

■ 就这样经过了长期大量的学习、实践、总结，封老师终于找到了一套简单有效的实现财务自由的股票投资方法。

■ 这里封老师要强调一下，财务自由股票投资方法并不是短期最赚钱的股票投资方法，也不是让你快速在股市赚钱的投资方法，它只是最容易实现财务自由的股票投资方法。

■ 不过虽然财务自由股票投资方法不是短期内最赚钱的股票投资方法，但它却是长期最赚钱的股票投资方法之一，它还有其他股票投资方法不具备的优点：操作简单、不耗精力、风险较小、收益较好。

■ 那些需要天天盯着股票行情走势的方法咱们这里不教，因为那些方法不但把人搞得精疲力尽，还会把人变成韭菜。

■ 赚不到钱的股票知识和技能咱们这里不教；能赚到钱但是不能实现财务自由的股票知识和技能咱们这里也不教。

第二节

■ 封老师认为对于实现财务自由的人来说，股票就是一种投资工具，就像汽车是一种交通工具一样，它们仅仅只是一种工具。

○ 其实股票和汽车真的有很多相似之处：

- 比如汽车可以让我们从一个地方到另一个地方。股票也可以让我们达到财务自由的彼岸。
- 汽车有国产的、合资的、进口的。股票也有国产的、合资的和外国产的，分别是 A 股、港股和美股。
- 和汽车相关的知识有很多，有关于汽车历史的、汽车生产的、汽车安全的、汽车使用等等方面的各种知识。和股票相关的知识也有很多，有关于股票历史的、股票发行的、股票风险的、股票投资等等方面的各种知识。
- 对于汽车来讲，消费者一般只要学习一下汽车使用的相关知识，掌握驾驶技能就可以了。一个精通汽车历史和生产相关知识而不懂汽车驾驶知识的人是开不好汽车的。
- 股票其实也是这样，投资者最重要的是学习股票投资方面的知识和技能。对于股票其他方面相关的知识，知道当然很好，不知道的话也不影响投资成绩。
- 所以股票这节课，和投资无关的知识咱们都不讲了。和投资有关但无效或负效的知识，比如投机者常用的 K 线、均线、技术指标等，咱们也不讲了。咱们只讲和投资相关并且经过实践检验后长期有效的知识和技能。
- 其实学习股票投资技能和学习汽车驾驶技能也是很像的。考过驾照的同学应该都知道，学开车是有明确的操作流程的。按照操作流程并且进行一些实践就能掌握驾驶技能。
- 股票投资技能也是这样，按正确的操作流程，经过几次实践，每个人都能掌握股票投资技能。
- 开车是有风险的，但是只要我们练好驾驶技能，遵守交通规则，驾驶风险其实是很小的。股票投资也是一样，股票投资也有风险，但是只要我们学会投资技能，遵守财务自由股票投资规则，投资风险其实也很小。
- 在我们开始学开车的时候，第一次上车教练一般会带我们认识一下汽车的驾驶舱，并告诉我们一些注意事项。然后才是教我们如何开车
- 下面我们也来先了解一下什么是股票？什么是股票市场？股市中的风险及注意事项？然后再开始学习股票投资的方法

第三节

○ 我们先来了解一下股票是什么：

- 股票是股份制公司为了筹集资金而发行的一种所有权凭证。持有股票的人就是股东，拥有公司的一部分。

股东可以转让股票，但是不能退股。

○ 股东的权利主要有：

1、获得股息和红利的权利，这是我们投资股票的核心原因，也是我们通过股票实现财务自由的基础。

2、参加股东大会的权利。这个权利每个股东都有，只是大部分小股东基本用不到。

3、行使表决权。这个权利每个股东都有，只是大部分小股东基本也用不到。

4、知情权。这个权利每个股东都有，无论大小股东都有对公司财务信息和重大事项的知情权，上市公司需要定期公布财务报表和重大事项。

5、转让权。通过买卖股票可以获得价差收益。这也是大部分人买卖股票的核心原因，但如果要实现财务自由的话，我们不能把赚差价作为买卖股票的主要原因。

■ 所以当我们买股票的时候，我们实际上是在买公司，虽然小股东不会对公司经营产生实际的影响，但小股东却是公司的所有者并且享有股东应有的权利。

○ **买股票就是买公司**，这点是同学们要铭记的

■ 既然买股票就是买公司，对于小股东来说能做的就是买家好公司。因为如果是大股东买到了一家平庸的公司，他至少还可以改组董事会，重建管理层，影响公司的经营，这样公司或许还有好转的可能。

■ 但是小股东做不到，小股东买到了平庸的公司就只能哭了。

■ 其实股票分两种，一种是好公司发行的股票，一种是平庸公司发行的股票。当然有些平庸公司不甘于平庸，于是“奋发图强”，开始学习整容，就把自己变成了一家看起来很好但实际很烂的公司。

■ 这样的烂公司就迷惑和坑害了无数的小股东。所以同学们现在就需要有一个认识，那就是看起来好的公司不一定真好，很可能这家公司是“画皮”，识别“画皮”，是每位同学必备的技能。识别“画皮”其实不难，通过财报和企业分析就可以做到。

第四节

○ 股票市场：

- 股票市场就是股票公开流通买卖的市场，也叫股市。

- 股票其实也可以私下不公开买卖的，但那不叫股市。全球主要国家都有自己的股票市场。但是我们不需要了解那么多。我们只要了解 A 股、港股和美股市场就足够了。

- 目前 A 股中上市的公司都是中国国内的公司，中国暂时还不接受外国公司来中国内地上市。港股和美股中具有来自世界各地的上市公司。中国内地的公司也可以在香港和美国上市。

- 通过这 3 个股票市场我们就可以买到全世界绝大部分最优秀的公司了。由于这 3 个股票市场的周期波动和结算货币都不一样，这样就为我们进行资产配置提供了方便

- 这 3 个股票市场上的投资方法就是我们股票系列课要讲的内容

下面我们先来学习财务自由 A 股投资方法

○ A 股市场的主要风险有：

1、市场风险。因股市价格大幅下跌导致股票投资者亏损的风险。这是很正常的市场行为，对于普通投资者来说这是风险，对于掌握了财务自由股票投资技能的人来说是机会。

化解这个风险的主要方法是在好价格买进

2、财务造假的风险。因上市公司财务造假导致股票投资者亏损的风险。这是我们应该警惕的主要风险。



例如华锐风电（601558）2011 年度财务造假，2013 年 3 月份事发被调查。

华锐风电的股价在 2020 年 1 月份的时候大概是 1 元左右，跌幅高达 93%。投资者损失惨重，可以说买了华锐风电的投资者持有到现在几乎没有赚钱的。而且华锐风电面临退市风险，一旦退市，前期亏损的投资者就再也没有回本的机会了。

化解这个风险的主要方法是买入好公司。

3、退市的风险。因为上市公司连续亏损或者财务造假而被终止上市的风险。这也是我们应该警惕的风险。



例如华信国际（002018）因持续亏损已经被退市，华信国际 2019 年 10 月底退市前最后一个交易日的股价只有 0.26 元，相比 2015 年的最高价 23.17 元，跌幅高达 99%。

退市之前买入华信国际的投资者几乎全部亏损，最高亏损 99%。而且最重要的是一旦华信国际退市，前期的亏损就再也没有回本的机会了。

化解这个风险的主要方法是买入好公司。

○ 投资 A 股的注意事项：

- 1、不融资买股票，也不融券做空。
- 2、远离平庸公司和有造假嫌疑的公司
- 3、不进行短期炒作，只进行长期投资
- 4、远离大股东多次减持或质押的公司
- 5、远离长期不派息或派息很少的公司

第五节

○ 下面我们就来学习一下财务自由 A 股投资方法。封老师把财务自由 A 股投资方法分为五大步骤：

第一步，选出好公司。

第二步，等待好价格。

第三步，买进。

第四步，长期持有。

第五步，卖出。

■ 这五大步骤看起来很简单，但在实际操作中还是有技术含量的。

■ 我们先来看第一步，选出好公司。选出好公司，是股票投资的起点，也是最重要的一步。要知道 A 股现在在有 3800 多支股票。那么如何才能从这 3800 多家公司中选出最好的几家公司呢？

○ 首先我们需要先明确一下好公司的标准，这样我们才能更好的做选择：

■ **好公司的第一特点是什么？当然是盈利能力强。**

■ 盈利能力强反映在财务指标上就是 ROE 大于 20%。这个 20%不是某年大于 20%，好公司的“好”一定要有持续性，只好一两年的公司不是真的好公司。

■ 所以我们可以把期限设置的长一些，连续 5 年 ROE 大于 20%，说明公司的盈利能力持续性比较好，满足这个条件的公司才有成为好公司的潜质。

■ 那么我们选择好公司的**第一个条件就明确了，那就是“连续 5 年的 ROE 大于 20%”**

■ 这里也顺便说下，有时为了扩大选择范围，我们在海选的时候也可以把标准降低一些，比如把 ROE 的标准设定为“连续 5 年的 ROE 大于 15% ”。因为是海选，标准低一点也没有关系，这个同学们根据情况来定就可以了。

■ 我们知道“连续 5 年的 ROE 大于 20%”说明公司连续 5 年的盈利能力比较好，这个盈利能力指的是赚取净利润的能力，但是公司赚到了净利润却不一定赚到了钱。有些公司干了一年也赚了很多净利润，但是净利润当中有一半是应收账款，不是现金。这就像是你在一家公司上班，月薪 1 万，看起来还不错，但是这 1 万元是由 5000

元现金和 5000 元欠条组成，你会有什么感受？

■ 好公司一定是即赚到了利润又赚到了钱的公司。也就是净利润现金含量比较高。封老师一般会选净现金含量大于 100% 的公司。净利润现金含量可以不是每年都大于 100%，但是每 5 年的净利润现金含量要大于 100%，

■ 在海选的时候，我们可以把净利润现金含量设定为大于 80%。同样这个 80% 也要满足连续 5 年大于 80%。那么我们选择好公司的**第二个条件就明确了，那就是“连续 5 年的净利润现金含量大于 80%”**

■ 好公司的第一大特点是盈利能力强，第二大特点是净利润现金含量高，那么第三大特点呢？当然是安全性高。

■ 封老师一般会用有息资产负债率来衡量一家公司的安全性。但是这个财务指标需要自己计算，一般财经网站和股票软件是没有这个财务指标的，所以我们需要用一个更常用也很关键的指标来代替有息资产负债率来筛选公司。

■ 在杜邦分析法中， $ROE = \text{销售净利率} \times \text{总资产周转率} \times \text{权益乘数}$ 。

■ 销售净利率主要与毛利率和费用率有关，在费用率一定的情况下，毛利率越高，公司的销售净利率越高。而毛利率直接反映公司产品的盈利能力。

■ 总资产周转率直接反映公司管理层的运营能力。

■ 权益乘数反映的是公司动用的债务杠杆的倍数。

○ 举例：

■ 我们来看一下同样是 ROE 为 20% 的 A、B、C 三家公司，A 公司毛利率高，B 公司总资产周转率高，C 公司杠杆高。这 3 家公司获得同样的净资产收益率所承担的风险却不一样。A 公司承担的风险最小，B 公司次之，C 公司承担的风险最大。

■ 原因很简单，A 公司的产品好，傻子卖也能赚钱，只是赚多赚少的问题；B 公司产品一般，只能依靠牛逼的团队来提高效率，人如果有变故，公司就会遭受重大的打击；C 公司产品一般，管理层人员能力也一般，就只能加大杠杆，赚时成倍赚，亏时也成倍的亏。

■ 了解了以上的区别以后，我们知道在 ROE 一定的时候，我们选的公司毛利率越高，公司承担的风险就越小，安全性就越高。

■ 封老师一般会选毛利率大于 40% 的公司。

■ 这样第三个条件就明确了，那就是“连续 5 年的毛利率大于 40%”。

■ 按照公司经营的逻辑，我们还可以添加其他的财务指标。但是暂时不用了。因为经过以上 3 个条件的筛选，我们已经可以淘汰掉 99% 以上的公司了

第六节

○ 用这三个财务指标来海选一下股票：

■ 在海选阶段，其实我们是有一个假设前提条件的，那就是：**假设所有公司的财务数据都是真实的。**

■ 我们可以通过股票行情软件的选股功能来筛选股票，也可以通过财经网站来筛选股票。封老师本人比较常用下面这个网站来选股，这个网站使用起来非常方便。<http://www.iwencai.com>

○ 打开这个网站，我们可以看到以下页面：



■ 这是同花顺公司开发的，通过百度搜 同花顺财经，也可以进入这个网站。



○ 打开同花顺财经，可以看到以下页面：



■ 蓝色框内就是“问财”的搜索，绿色框内我们可以看到“A股”、“港股”、“美股”。点击可以看到相关的信息。

■ 同花顺财经可以看“A股”、“港股”、“美股”的行情走势，还可以加添自选股。用起来很方便。封老师自己比较喜欢用这个网站。另外腾讯财经也不错。同学们可以根据自己的喜好来选择网站。



■ 同花顺财经的右上角有个用户名，常用的话需要注册一下。点击用户名，会弹出来一列选项，点击“我的自选股”就可以看到自己添加的自选股了。

上证指数

2860.08

1.33% 37.64

深证指数

10721.78

1.97% 207.61

创业板指

2069.43

1.92% 38.95

添加自选股

全部	当前价	涨跌幅	成交量(手)	成交额	市值	换手率	市盈率	
海天味业 SZ603288	122.93	-3.56(-2.81%)	551.27万	6.80亿	3319.56亿	0.20%	51.46	×
洋河股份 SZ002304	98.44	-0.66(-0.67%)	602.30万	5.95亿	1483.48亿	0.48%	9.27	×
贵州茅台 SZ600519	1265.70	-9.20(-0.72%)	246.61万	31.34亿	1.59万亿	0.20%	30.36	×
+ 展开								

- 点击自选股的名字，就可以看到该股票的行情走势图以及基本信息。比如我们点击一下“海天味业”，

○ 就可以看到以下内容：



- 另外自选股中还可以添加“港股”和“美股”，和“A股”一样添加和查看。
- 下面我们来演示一下如何海选好公司。

○ 我们先来搜索 A 股，来看一下：



- 我们可以看到 A 股中有 3800 多家上市公司。
- 我们下面要做的就是从这 3800 多家上市公司中选出最好的那一小部分公司。
- 下面我们输入第一个选股条件：“连续 5 年的 ROE 大于 20%”
- 点击“问一下财”，可以看到以下搜索结果。

○ 我们可以看到以下搜索结果：



问财

信息 股票 基金 港股 美股 新三板 债券 更多 ▶

连续5年的ROE大于20% × 问一下财

☐ 我的自选股 ☒ 我的板块股 设为收藏问句

问句中的 roe 已按 净资产收益率roe(加权,公布值) 搜索 也可换用净资产收益率roe

连续5年的净资产收益率roe(加权,公布值)> 20% (82个) + 添加条件

选出股票数: 82 + 加自选 + 加板块 导出数据 股票代

添加指标到表格: ☒ 现价(元) ☒ 涨跌幅(%) + 有用 0

序号	股票代码	股票简称	现价(元)	涨跌幅(%)	加权净资产收益率(%) ?				
					2019.12.31 ↓	2018.12.31	2017.12.31	2016.12.31	2015.12.31
1	605168	三人行	--	--	60.80	56.37	58.01	64.48	34.41
2	603195	公牛集团	150.27	1.67	52.36	69.60	59.75	71.72	75.40
3	603489	八方股份	85.90	10.00	46.95	63.35	26.89	68.53	57.47

■ 我们发现符合这个标准的上市公司，只有 82 家。通过第一个标准我们很容易就从 3800 多家上市公司中选出了 82 家公司。

- 然后我们再添加第二个选股条件：“连续 5 年的净利润现金含量大于 80%”。然后点击“问一下财”。

○ 我们可以看到以下搜索结果：

问财

信息 股票 基金 港股 美股 新三板 债券 更多

连续5年的ROE大于20%，连续5年的净利润现金含量大于80%

问一下财

我的自选股 我的板块股 设为收藏问句

问句中的 roe 已按 净资产收益率roe(加权,公布值) 搜索 也可换用 净资产收益率roe

连续5年的净资产收益率roe(加权,公布值)>20% (82个)

连续5年的净利润现金含量占比>80% (677个)

+ 添加条件

选出股票数: 35 + 加自选 + 加板块 导出数据

添加指标到表格: ☒ 现价(元) ☒ 涨跌幅(%) +

股票代 有用 0

序号	股票代码	股票简称	现价(元)	涨跌幅(%)	加权净资产收益率(%) ?				
					2019.12.31 ↓	2018.12.31	2017.12.31	2016.12.31	2015.12.31
1	603195	公牛集团	150.27	1.67	52.36	69.60	59.75	71.72	75.40
2	603489	八方股份	85.90	10.00	46.95	63.35	26.89	68.53	57.47
3	002841	视源股份	76.04	1.39	38.38	34.10	31.46	74.94	54.65

■ 同时符合这两个条件的公司只有 35 家。是不是有效率，只用了两个条件，我们就已经淘汰了 99% 以上的公司了。

■ 下面我们再添加第三个条件：“连续 5 年的毛利率大于 40%”，点击“问一下财”。

○ 搜索可以看到以下结果：

问财

信息 股票 基金 港股 美股 新三板 债券 更多

连续5年的ROE大于20%，连续5年的净利润现金含量大于80%，连续5年的毛利率大于40%

问一下财

我的自选股 我的板块股 设为收藏问句

问句中的 roe 已按 净资产收益率roe(加权,公布值) 搜索 也可换用 净资产收益率roe

连续5年的净资产收益率roe(加权,公布值)>20% (82个)

连续5年的净利润现金含量占比>80% (677个)

连续5年的销售毛利率>40% (563个)

+ 添加条件

选出股票数: 13 + 加自选 + 加板块 导出数据

添加指标到表格: ☒ 现价(元) ☒ 涨跌幅(%) +

序号	股票代码	股票简称	现价(元)	涨跌幅(%)	加权净资产收益率(%) ?				
					2019.12.31 ↓	2018.12.31	2017.12.31	2016.12.31	2015.12.31
1	603658	安图生物	134.60	-4.62	34.81	32.20	27.68	32.22	46.36
2	603288	海天味业	122.93	-2.82	33.69	32.66	31.12	32.00	32.00
3	600519	贵州茅台	1,265.70	-0.72	33.09	34.46	32.95	24.44	26.23

■ 我们可以看到同时符合这三个条件的公司还剩下 13 家。

■ 到这里海选还没有结束，我们还需要把这 13 家公司中上市没有满 3 年的公司淘汰掉。

■ 我们知道在 A 股，公司要想上市是非常难的事情。所以很多公司为了上市会给财务报表化妆，有的公司可能会化出整形的效果。等成功上市以后，上市公司继续化妆的动力减弱，大部分公司就会原形毕露，有的还是一张极其狰狞的面孔。

■ 为了安全起见，我们需要把上市没有满 3 年的公司先淘汰掉，虽然这里面很可能确实有真正优秀的公司。

■ 下面我们还需要添加一个不是财务指标的条件：“上市大于 3 年”。

○ 添加好条件，点击“问一下财”，可以看到以下结果：



问财

信息 股票 基金 港股 美股 新三板 债券 更多 ▶

连续5年的ROE大于20%，连续5年的净利润现金含量大于80%，连续5年的毛利率大于40%，上市大于3年

问一下财

☐ 我的自选股 ☒ 我的板块股 [设为收藏问句](#)

问句中的 roe 已按 净资产收益率roe(加权,公布值) 搜索 也可换用 净资产收益率roe

连续5年的净资产收益率roe(加权,公布值)>20% (82 个)

连续5年的净利润现金含量占比>80% (677 个)

连续5年的销售毛利率>40% (563 个)

上市天数>1096天 (3185 个)

+ 添加条件

选出股票数: 11 + 加自选 + 加板块 导出数据 添加指标到表格: ☒ 现价(元) ☒ 涨跌幅(%) +

序号	股票代码	股票简称	现价(元)	涨跌幅(%)	加权净资产收益率(%) ?				
					2019.12.31 ↓	2018.12.31	2017.12.31	2016.12.31	2015.12.31
1	603658	安图生物	134.60	-4.62	34.81	32.20	27.68	32.22	46.36
2	603288	海天味业	122.93	-2.82	33.69	32.66	31.12	32.00	32.00
3	600519	贵州茅台	1,265.70	-0.72	33.09	34.46	32.95	24.44	26.23

■ 我们可以看到同时满足以上 4 个条件的公司只剩下 11 家了。

■ 看下这 11 家公司列表：

选出股票数: 11 添加指标到表格: ☒ 现价(元) ☒ 涨跌幅(%)

序号	股票代码	股票简称	现价(元)	涨跌幅(%)	加权净资产收益率(%) <input data-bbox="1125 358 1141 380" type="button" value="?"/>				
					2019.12.31 ↓	2018.12.31	2017.12.31	2016.12.31	2015.12.31
1	<input type="checkbox"/> 603658	安图生物	134.60	-4.62	34.81	32.20	27.68	32.22	46.36
2	<input type="checkbox"/> 603288	海天味业	122.93	-2.82	33.69	32.66	31.12	32.00	32.00
3	<input type="checkbox"/> 600519	贵州茅台	1,265.70	-0.72	33.09	34.46	32.95	24.44	26.23
4	<input type="checkbox"/> 300628	亿联网络	90.53	2.26	31.47	26.90	26.67	71.36	74.51
5	<input type="checkbox"/> 300529	健帆生物	111.22	-2.10	30.24	26.30	22.21	24.08	39.58
6	<input type="checkbox"/> 600566	济川药业	20.72	0.39	28.43	34.74	31.78	29.95	28.57
7	<input type="checkbox"/> 603444	吉比特	378.77	-0.44	28.14	28.05	29.58	78.90	43.74
8	<input type="checkbox"/> 002372	伟星新材	12.20	0.33	27.05	29.45	28.19	26.15	21.46
9	<input type="checkbox"/> 002508	老板电器	31.88	-1.30	25.10	26.40	31.66	33.38	29.10
10	<input type="checkbox"/> 603429	集友股份	37.74	1.40	23.50	20.04	21.41	29.94	29.97
11	<input type="checkbox"/> 002304	洋河股份	98.44	-0.67	21.21	25.95	24.08	24.01	25.37

■ 以上的选股过程叫作海选，经过海选有 11 家公司入围了

■ 这里提示一下，同学们自己选股的时候，自己设定好的条件可以一起输入进去。输入完条件直接搜索就可

以了。我们上面之所以把 4 个条件分开逐一进行搜索主要是为了方便同学们理解。



信息 **股票** 基金 港股 美股 新三板 债券 更多 ▶

连续5年的ROE大于20%，连续5年的净利润现金含量大于80%，连续5年的毛利率大于40%，上市大于3年

☐ 我的自选股 ☒ 我的板块股 [设为收藏问句](#)

问句中的 roe 已按 净资产收益率roe(加权,公布值) 搜索 也可换用 净资产收益率roe

连续5年的净资产收益率roe(加权,公布值)>20% (82 个)

连续5年的净利润现金含量占比>80% (677 个)

连续5年的销售毛利率>40% (563 个)

上市天数>1096天 (3185 个)

选出股票数: 11 添加指标到表格: ☒ 现价(元) ☒ 涨跌幅(%)

序号	股票代码	股票简称	现价(元)	涨跌幅(%)	加权净资产收益率(%) <input data-bbox="1125 1769 1141 1792" type="button" value="?"/>				
					2019.12.31 ↓	2018.12.31	2017.12.31	2016.12.31	2015.12.31
1	<input type="checkbox"/> 603658	安图生物	134.60	-4.62	34.81	32.20	27.68	32.22	46.36
2	<input type="checkbox"/> 603288	海天味业	122.93	-2.82	33.69	32.66	31.12	32.00	32.00
3	<input type="checkbox"/> 600519	贵州茅台	1,265.70	-0.72	33.09	34.46	32.95	24.44	26.23

第七节

选出股票数: 11		+ 加自选	+ 加板块	导出数据	添加指标到表格: <input checked="" type="checkbox"/> 现价(元) <input checked="" type="checkbox"/> 涨跌幅(%) +				
序号	股票代码	股票简称	现价(元)	涨跌幅(%)	加权净资产收益率(%) ?				
					2019.12.31 ↓	2018.12.31	2017.12.31	2016.12.31	2015.12.31
1	<input type="checkbox"/> 603658	安图生物	134.60	-4.62	34.81	32.20	27.68	32.22	46.36
2	<input type="checkbox"/> 603288	海天味业	122.93	-2.82	33.69	32.66	31.12	32.00	32.00
3	<input type="checkbox"/> 600519	贵州茅台	1,265.70	-0.72	33.09	34.46	32.95	24.44	26.23
4	<input type="checkbox"/> 300628	亿联网络	90.53	2.26	31.47	26.90	26.67	71.36	74.51
5	<input type="checkbox"/> 300529	健帆生物	111.22	-2.10	30.24	26.30	22.21	24.08	39.58
6	<input type="checkbox"/> 600566	济川药业	20.72	0.39	28.43	34.74	31.78	29.95	28.57
7	<input type="checkbox"/> 603444	吉比特	378.77	-0.44	28.14	28.05	29.58	78.90	43.74
8	<input type="checkbox"/> 002372	伟星新材	12.20	0.33	27.05	29.45	28.19	26.15	21.46
9	<input type="checkbox"/> 002508	老板电器	31.88	-1.30	25.10	26.40	31.66	33.38	29.10
10	<input type="checkbox"/> 603429	集友股份	37.74	1.40	23.50	20.04	21.41	29.94	29.97
11	<input type="checkbox"/> 002304	洋河股份	98.44	-0.67	21.21	25.95	24.08	24.01	25.37

■ 经过海选以后，对于入围的这 11 家公司，我们就要精挑细选了。

■ 通过精挑细选，我们再淘汰掉一部分公司。剩下的公司就是我们的研究对象了。既然要精挑细选，肯定

要有严格的标准

○ 封老师精挑细选公司的条件和标准是：

1、 连续 5 年的平均净利润现金含量低于 100%的，淘汰掉

2、 连续 5 年的资产负债率中，有 1 年或 1 年以上大于 60%的，淘汰掉

3、 连续 5 年的分红比例中，有 1 年或 1 年以上小于 25%的，淘汰掉

■ 这里说一下资产负债率和分红比例。

■ 资产负债率=总负债/总资产*100%，资产负债率大于 60%说明公司的偿债风险比较大，公司在未来有资金链断裂的风险，或者公司迫于偿债压力可能会干出一些损害小股东利益的事情，所以资产负债率大于 60%的公司我们淘汰掉。

■ 分红比例也叫派息比率、股息支付率。分红比例=每股股息/每股收益*100%=公司股息支付总额/公司

净利润*100%。

■ 封老师本人很重视分红比例，持续分红且分红比例高的公司一般来说经营业绩都比较好且大股东品质也比较好，造假的可能很小，因为分红是需要真金白银的。

■ 封老师喜欢分红比例多年持续维持在 40%-70%之间的公司，分红比例低于 25%的公司要么是能力不行要么就是不够厚道，分红比例高于 70%的公司一般不能持续，毕竟公司发展也需要钱。

■ 下面我们就根据以上 3 个条件，把这 11 家公司再精挑细选一遍。



问财

信息 股票 基金 港股 美股 新三板 债券 更多 ▶

连续5年的ROE大于20%，连续5年的净利润现金含量大于80%，连续5年的毛利率大于40%，上市大于3年，连续5年的资产负债率小于60%，连续5年的分红比例大于25%

问一下财

☐ 我的自选股 ☒ 我的板块股 设为收藏问句

问句中的 roe 已按 净资产收益率roe(加权,公布值) 搜索 也可换用 净资产收益率roe

连续5年的净资产收益率roe(加权,公布值)>20% (82 个)

连续5年的净利润现金含量占比>80% (677 个)

连续5年的销售毛利率>40% (563 个)

上市天数>1096天 (3185 个)

连续5年的资产负债率<60% (2398 个)

连续5年的分红比例>25% (567 个)

+ 添加条件

选出股票数: 6 + 加自选 + 加板块 导出数据 添加指标到表格: ☒ 现价(元) ☒ 涨跌幅(%) +

序号	股票代码	股票简称	现价(元)	涨跌幅(%)	加权净资产收益率(%) ①				
					2019.12.31 ↓	2018.12.31	2017.12.31	2016.12.31	2015.12.31
1	603288	海天味业	122.93	-2.82	33.69	32.66	31.12	32.00	32.00
2	600519	贵州茅台	1,265.70	-0.72	33.09	34.46	32.95	24.44	26.23
3	600566	济川药业	20.72	0.39	28.43	34.74	31.78	29.95	28.57

■ 在选股条件中再加入“连续 5 年的资产负债率小于 60%”和“连续 5 年的分红比例大于 25%”

■ 2 个精挑细选的指标，然后点击“问一下财”，可以看到以下搜索结果。

选出股票数：6

+ 加自选

+ 加板块

导出数据

添加指标到表格：☒ 现价(元) ☒ 涨跌幅(%) +

序号	股票代码	股票简称	现价(元)	涨跌幅(%)	加权净资产收益率(%) ?				
					2019.12.31 ↓	2018.12.31	2017.12.31	2016.12.31	2015.12.31
1	<input type="checkbox"/> 603288	海天味业	122.93	-2.82	33.69	32.66	31.12	32.00	32.00
2	<input type="checkbox"/> 600519	贵州茅台	1,265.70	-0.72	33.09	34.46	32.95	24.44	26.23
3	<input type="checkbox"/> 600566	济川药业	20.72	0.39	28.43	34.74	31.78	29.95	28.57
4	<input type="checkbox"/> 002372	伟星新材	12.20	0.33	27.05	29.45	28.19	26.15	21.46
5	<input type="checkbox"/> 002508	老板电器	31.88	-1.30	25.10	26.40	31.66	33.38	29.10
6	<input type="checkbox"/> 002304	洋河股份	98.44	-0.67	21.21	25.95	24.08	24.01	25.37

■ 我们可以看到只剩下 6 家公司啦。

■ 下面我们再来看一下这 6 家公司连续 5 年的平均净利润现金含量，低于 100%的需要淘汰掉。

序号	股票代码	股票简称	加权净资产收益率(%) ?					净利润现金含量占比(%) ?				
			2019.12.31 ↓	2018.12.31	2017.12.31	2016.12.31	2015.12.31	2019.12.31	2018.12.31	2017.12.31	2016.12.31	2015.12.31
1	<input type="checkbox"/> 603288	海天味业	33.69	32.66	31.12	32.00	32.00	122.69	137.38	133.68	143.29	87.46
2	<input type="checkbox"/> 600519	贵州茅台	33.09	34.46	32.95	24.44	26.23	109.72	117.56	81.81	224.01	112.47
3	<input type="checkbox"/> 600566	济川药业	28.43	34.74	31.78	29.95	28.57	132.33	101.26	97.16	97.74	94.01
4	<input type="checkbox"/> 002372	伟星新材	27.05	29.45	28.19	26.15	21.46	90.99	97.80	115.17	144.51	102.70
5	<input type="checkbox"/> 002508	老板电器	25.10	26.40	31.66	33.38	29.10	97.82	102.40	87.08	128.06	135.30
6	<input type="checkbox"/> 002304	洋河股份	21.21	25.95	24.08	24.01	25.37	92.08	111.60	103.86	127.08	108.78

■ 我们可以看到这 6 家公司连续 5 年的平均净利润现金含量全都高于 100%，通过精挑细选我们又淘汰了 5 家公司，最终只剩下了 6 家公司。

■ 这 6 家公司是需要我们好好研究的公司，我们可以把这 6 家公司加到自选股里。

选出股票数: 6

+ 加自选

+ 加板块

导出数据

添加指标到表格: ☒ 现价(元) ☒ 涨跌幅(%) +

股票代码/名称 快速搜

有用 0

没用 0

提建议

序号	<input checked="" type="checkbox"/> 股票代码	股票简称	加权净资产收益率(%) ?					净利润现金含量占比(%) ?				
			2019.12.31 ↓	2018.12.31	2017.12.31	2016.12.31	2015.12.31	2019.12.31	2018.12.31	2017.12.31	2016.12.31	2015.12.31
1	<input checked="" type="checkbox"/> 603288	海天味业	33.69	32.66	31.12	32.00	32.00	122.69	137.38	133.68	143.29	87.46
2	<input checked="" type="checkbox"/> 600519	贵州茅台	33.09	34.46	32.95	24.44	26.23	109.72	117.56	81.81	224.01	112.47
3	<input checked="" type="checkbox"/> 600566	济川药业	28.43	34.74	31.78	29.95	28.57	132.33	101.26	97.16	97.74	94.01
4	<input checked="" type="checkbox"/> 002372	伟星新材	27.05	29.45	28.19	26.15	21.46	90.99	97.80	115.17	144.51	102.70
5	<input checked="" type="checkbox"/> 002508	老板电器	25.10	26.40	31.66	33.38	29.10	97.82	102.40	87.08	128.06	135.30
6	<input checked="" type="checkbox"/> 002304	洋河股份	21.21	25.95	24.08	24.01	25.37	92.08	111.60	103.86	127.08	108.78

■ 先在“股票代码”前的方框中点击一下，选中 6 家公司，

■ 点击“加自选”即可。

上证指数			深证指数			创业板指			添加自选股	
2860.08			10721.78			2069.43				
1.33% 37.64			1.97% 207.61			1.92% 38.95				
全部	当前价	涨跌幅	成交量(手)	成交额	市值	换手率	市盈率			
海天味业 SZ603288	122.93	-3.56(-2.81%)	551.27万	6.80亿	3319.56亿	0.20%	51.46			
贵州茅台 SZ600519	1265.70	-9.20(-0.72%)	246.61万	31.34亿	1.59万亿	0.20%	30.36			
济川药业 SZ600566	20.72	0.08(0.39%)	465.91万	9659.67万	168.85亿	0.57%	9.09			
伟星新材 SZ002372	12.20	0.04(0.33%)	1070.55万	1.31亿	191.92亿	0.76%	55.72			
老板电器 SZ002508	31.88	-0.42(-1.30%)	460.47万	1.48亿	302.55亿	0.49%	30.87			
洋河股份 SZ002304	98.44	-0.66(-0.67%)	602.30万	5.95亿	1483.48亿	0.48%	9.27			
没有更多			自选基金			收起				

■ 我们在“我的自选”中可以看到这 6 家公司，这样更方便我们后期观察研究这 6 家公司。

■ 到这里，我们已经从 3800 多家公司中选出了 6 家公司。我们的选股工作似乎已经接近了尾声，但是这 6 家公司目前还只是我们的研究对象，而不是我们可以投资的公司。其实到这里我们的选股工作才刚刚开始，后面还有更重要的事情要做。我们还要通过财务报表分析和企业分析来更深入的分析这 6 家公司中哪几家是真正的好公司，哪几家不是真正的好公司。

■ 比如伟星新材和老板电器这两家公司，

■ 伟星新材的净利润现金含量已经连续 2 年低于 100%。

■ 老板电器连续 3 年的净利润现金含量大幅降低。

序号	股票代码	股票简称	加权净资产收益率(%) ⑦					净利润现金含量占比(%) ⑧				
			2019.12.31 ↓	2018.12.31	2017.12.31	2016.12.31	2015.12.31	2019.12.31	2018.12.31	2017.12.31	2016.12.31	2015.12.31
1	603288	海天味业	33.69	32.66	31.12	32.00	32.00	122.69	137.38	133.68	143.29	87.46
2	600519	贵州茅台	33.09	34.46	32.95	24.44	26.23	109.72	117.56	81.81	224.01	112.47
3	600566	济川药业	28.43	34.74	31.78	29.95	28.57	132.33	101.26	97.16	97.74	94.01
4	002372	伟星新材	27.05	29.45	28.19	26.15	21.46	90.99	97.80	115.17	144.51	102.70
5	002508	老板电器	25.10	26.40	31.66	33.38	29.10	97.82	102.40	87.08	128.06	135.30
6	002304	洋河股份	21.21	25.95	24.08	24.01	25.37	92.08	111.60	103.86	127.08	108.78

■ 伟星新材和老板电器的净利润现金含量为什么会出现这种情况？是短期因素导致的还是核心竞争力在变弱？

■ 要想知道答案我们必须要进行财报和企业分析才行。通过财报和企业分析之后，这 6 家公司中可能又有

几家公司需要被淘汰掉。

- 前面在海选的时候，我们做过一个假设：所有公司的财务数据都是真实的。

上证指数	深证指数	创业板指	添加自选股					
2860.08	10721.78	2069.43						
1.33% 37.64	1.97% 207.61	1.92% 38.95						
全部	当前价	涨跌幅	成交量(手)	成交额	市值	换手率	市盈率	
海天味业 SZ603288	122.93	-3.56(-2.81%)	551.27万	6.80亿	3319.56亿	0.20%	51.46	×
贵州茅台 SZ600519	1265.70	-9.20(-0.72%)	246.61万	31.34亿	1.59万亿	0.20%	30.36	×
济川药业 SZ600566	20.72	0.08(0.39%)	465.91万	9659.67万	168.85亿	0.57%	9.09	×
伟星新材 SZ002372	12.20	0.04(0.33%)	1070.55万	1.31亿	191.92亿	0.76%	55.72	×
老板电器 SZ002508	31.88	-0.42(-1.30%)	460.47万	1.48亿	302.55亿	0.49%	30.87	×
洋河股份 SZ002304	98.44	-0.66(-0.67%)	602.30万	5.95亿	1483.48亿	0.48%	9.27	×
没有更多	自选基金							收起

■ 那么如果这 6 家公司中有公司造假了怎么办呢？虽然经过精挑细选之后这种概率是比较小的，但还是有的，我们万一投资了造假的公司，风险就比较大了。

- 所以为了安全起见，我们下面还要做另一个假设，那就是：假设这 6 家公司都有造假。

■ 我们先假设这 6 家公司都造假了，然后再通过财报和企业分析方法仔细的研究这 6 家公司，有造假嫌疑的公司我们淘汰掉。

■ 这里强调一下，我们不需要去证明某个公司造假了，只要有嫌疑，我们就把这家公司淘汰掉，没有造假嫌疑的公司我们保留下来。被保留下来的公司，就是我们的投资目标。在未来出现好价格的时候，我们就可以投资。当然，如果好价格是在几年后出现，我们还需要判断几年后目标公司是不是好公司。如果现在的好公司在未来变坏了，我们依然要淘汰掉。

■ 至于如何通过财务报表和企业分析识别好公司，这里就不多说了，后面的课程中咱们会详细的讲解。财报和企业分析课程同学们一定要好好学习，技能掌握的越好，投资犯错的概率就越小，长期收益就越高。

- 当选出真正的好公司以后，我们要做的就是等待好价格出现。

第八节

- 下面我们来看财务自由 A 股投资方法的第二大步，等待好价格。

- 什么样的价格才是好价格？封老师认为至少有 2 种方法可以让我们明确好价格。

■ 第一种方法是绝对估值法。当一家公司的股价大幅低于其内在价值时，比如一只股票内在价值 10 元，现在市场价格 5 元，那么现在 5 元的价格就是好价格。

■ 这种方法要想取得好效果，关键是要能计算出股票的内在价值。目前常用的是“自由现金流贴现模型”，这个方法的原理很简单，就是假设公司永久经营下去，然后把未来产生的自由现金流贴现到今天，就得出了今天公司的价值。

■ 这个方法原理虽然简单，但是在实际操作中却很困难。因为在用这个模型计算一家公司的内在价值之前，我们需要先假设 3 个数据：未来自由现金流量的预测、折现率和未来自由现金流量的增长率。这 3 个数据出现很小的变动，计算出来的内在价值就会出现巨大的差异，这就像你使用哈勃望远镜看宇宙，哪怕只偏一厘米，你看到的很可能就是另一个星系。

■ 事实上我们直接预测股价反而比预测这 3 个数据来的还要容易些。由于这个方法巴菲特在用，所以我们提一下，有兴趣的同学可以自己去研究。这里我们就不具体讲解了，因为封老师自己在实际操作中不用这种方法。

- 下面我们来看第二种方法，市盈率和股息率法。

- 我们先来看一下市盈率。

■ 市盈率简称 PE,是用来评估股价水平是否合理的指标之一，由股价除以年度每股收益得出。计算公式：
静态市盈率=股票现价÷上年度每股收益；

- TTM 市盈率=股票现价/过去四个季度的每股收益，我们主要看 TTM 市盈率。

- 另外市盈率还表示如果公司目前的盈利能力保持不变，并且每年把净利润全部分红，我们通过分红收回

本金的年限。比如我们投资 100 万，市盈率为 10，我们通过分红收回 100 万就需要 10 年的时间；市盈率为 50，我们通过分红收回 100 万的时间就需要 50 年。

第九节

- 我们先来看一下深证 A 股的历史市盈率。
- 同学们可以打开这个网址：<http://value500.com/PE.asp>
- 通过这个网站我们每天都能看到沪深两市的市盈率数据。



-	上海A股	深圳A股
更新时间	2020年4月30日	2020年4月30日
平均市盈率	14.07	25.27

- 同学们打开链接就能看到这个图，红色曲线反映的是上证 A 股的市盈率；蓝色曲线反映的是深证 A 股的市盈率。
- 为了看起来方便，我们只看深证 A 股的市盈率就可以了，我们可以在红色框内点击一下，这样就可以把红色曲线去掉。

2020年4月 上证A股市盈率：14.07 深证A股市盈率：25.27



-	上海A股	深圳A股
更新时间	2020年4月30日	2020年4月30日
平均市盈率	14.07	25.27

- 下面我们来看一下深证 A 股的历史市盈率与股市涨跌之间的关系。

2020年4月 上证A股市盈率：14.07 深证A股市盈率：25.27





- 通过深证 A 股的历史市盈率我们可以看到，深证 A 股的市盈率主要在 20-60 之间波动，40 是中间值。
- 当市盈率小于 20 的时候，股市就会见底然后开始上涨，
- 当市盈率大于 60 的时候，股市就会见顶然后下跌。
- 当市盈率在 40 左右时，股市后期涨跌都有可能。
- 通过以上市盈率的波动范围，我们可以看到当深证 A 股的市盈率在 40 左右时，代表 A 股的价格和价值

整体相符，这个时候投资价值不大。

- 当深证 A 股的市盈率在 20 左右或小于 20 的时候，代表 A 股的价格大幅低于价值，这个时候投资价值很大，可以大胆买进。

- 当深证 A 股的市盈率在 60 左右或者大于 60 的时候，代表 A 股的价格已经大幅高于价值，这个时候投资风险很大，不能买进，只能卖出。

- 当然以上数据反映的是整个股市的情况，具体到某只股票还需要结合其自身情况来看。

- 对于好公司来讲，其价格一般情况下是不便宜的。只有在股市整体大跌的时候，好公司才有可能出现好价格，这是由于市场上的投资者恐慌性卖出导致的，这恰恰是聪明投资者买进好公司的好机会。

- 根据实战经验，当深证 A 股的市盈率小于 20 且好公司的 TTM 市盈率小于 15 的时候，就是好价格。

日期	上交所A股市盈率	深交所A股市盈率
2020年03月	13.44	24.75
2020年02月	14.08	27.13
2020年01月	14.42	26.73
2019年12月	14.55	26.15
2019年11月	13.72	24.03
2019年10月	13.93	24.29
2019年09月	13.82	23.94
2019年08月	13.69	23.81
2019年07月	13.88	23.67
2019年06月	13.83	23.42
2019年05月	13.42	22.93
2019年04月	15.46	24.45
2019年03月	15.52	26.06
2019年02月	14.81	24.56
2019年01月	12.95	20.32
2018年12月	12.5	20.00
2018年11月	12.97	21.05
2018年10月	13	20.37
2018年09月	14.08	22.54
2018年08月	13.59	22.71
2018年07月	14.3	24.66
2018年06月	14.07	25.13
2018年05月	15.17	27.59
2018年04月	17.3	27.97
2018年03月	17.77	32.94
2018年02月	18.28	34.50
2018年01月	19.24	36.02
2017年12月	18.15	36.21
2017年11月	18.1	36.34
2017年10月	18.36	38.10
2017年09月	18.01	37.71

■ 我们可以看到从 2017 年 9 月到 2020 年 3 月这两年多的时间里，深证 A 股的市盈率一直在 20-38 之间波动。

■ 2018 年 10 月、12 月，2019 年 1 月这 3 个月中股市出现了很好的买入机会。在这 3 个月中买入好公司的话，长期持有就能获得很好的收益。比如微淼商学院的一些同学在这个时间段就买了一些好公司，都获得了较好的收益。

■ 2020 年 3 月，深证市盈率为 24.75，大于 20，这说明现在的 A 股相对低估但是还算不上好价格，现在不是大规模买入 A 股的好时候。

■ 下一个可以大规模买入 A 股的好时候将会在什么时候出现呢？这个我们不知道，股市未来的涨跌是不能被准确预测的。

■ 我们实现财务自由的五项禁令之一就是不预测。我们不知道好价格什么时候会再次出现，但是好价格出

现的时候我们一定会知道，那就是深证 A 股的市盈率小于 20 的时候。

- 出不出现好价格是由市场决定的，能不能选出好公司是由我们自己的能力决定的。
- 所以当我们选出好公司以后，一定要有足够的耐心才行。当条件不符合以上标准时，我们就等着。当条件符合以上标准时，我们就勇敢的买进。
- 这里说一下等待好价格时我们并不是把钱放在账户里什么都不干，A 股没有好价格的时候，港股、美股、房子、REITs、债券、逆回购、基金等生钱资产可能有好价格。我们不用执着于 A 股这个工具，我们只在 A 股出现好价格的时候买入。另外我们还可以把时间精力投入到创造生钱资产上，这样可能会获得更大的回报。永远记住，A 股只是我们实现财务自由的一个工具而已。

第十节

- 当我们选出了好公司，也出现了好价格，我们就可以买了么？
- 还不行，我们还需要看股息率。
- 股息率是股息与股票价格之间的比率。计算公式是：实际股息率=每年股息的税后净额÷股票买入价×100%；动态股息率=上年度股息税后净额÷股票市价×100%。实际股息率主要在我们持有股票的时候用；动态股息率主要在我们买卖股票的时候用。这里提示一下，自 2015 年 9 月 8 日起个人持股期限超过 1 年的，股息红利所得暂免征收个人所得税。
- 假如一家公司每年每股的现金分红是 1 元，小白以 20 元每股的价格买了这家公司的股票，那么小白在持有期间每年的股息率就是 5%。小白投资 100 万，每年可以有 5 万元的分红收入。
- 如果小黑以 10 元每股的价格买了这家公司的股票，那么小黑在持有期间每年的股息率就是 10%。小黑投资 100 万，每年可以有 10 万元的分红收入。在投资实践中，股息率是衡量公司是否具有投资价值的重要标尺之一。

- 从实现财务自由的角度来看，股息率才是最重要的。

■ 我们选择好公司最主要的原因就是为了能持续的获得比较稳定的现金分红，其次才是获得价格增值。我们以低市盈率买进，是为了能获得比较高的股息率。

- 那么，动态股息率大于多少的股票才能买进呢？

■ 封老师一般把 10 年期国债收益率作为一个标准，因为这是长期无风险收益率，也可以看作我们投资股票的机会成本。如果一家好公司的动态股息率大于 10 年期国债收益率，封老师会买进。

■ 这里再强调一下，只有好公司的动态股息率符合标准我们才可以买。如果不是好公司，即使某年度的动态股息率超过标准也是不能买的。因为好公司的现金分红往往能够持续，普通公司的现金分红却很难持续。未来可以持续的高股息率才是我们买入的关键。

- 到这里我们买股票的条件就明确了：

- 1、深证 A 股的市盈率小于 20 且好公司的 TTM 市盈率小于 15；

- 2、动态股息率大于 10 年期国债收益率。

- 当同时满足这两个条件时，我们就可以买进股票了。

■ 这里强调一下，这个买股标准主要是从财务自由的角度出发制定的。这个买股标准在让我们实现财务自由的同时也必定会错过一些伟大的公司，比如脸书、亚马逊等。不过错过一些伟大的公司也没什么，巴菲特那么厉害，微软、谷歌、亚马逊也都错过了，但是这并不妨碍巴菲特成为全球最成功最富有的人之一。成功的投资者一定要清楚自己的投资目的，也就是要清楚自己想要什么。

第十一节

- 下面我们来看一下两个例子。

- 我们先来看一下福耀玻璃。



■ 我们可以看到福耀玻璃在 2012 年 9 月到 12 月之间的价格，当时价格在 7 元左右。那么 7 元的价格是好价格吗？可以买进吗？

■ 我们需要计算一下，我们先来计算一下动态股息率。

分红融资

2011年报	10派4元	2012-06-28
2010年报	10派5.7元	2011-03-31
2009年报	10派1.7元	2010-04-21

■ 我们可以看到 2012 年 6 月福耀玻璃发放了 2011 年度的现金分红，每 10 股 4 元，也就是每股 0.4 元。当时股息红利税为 10%，每股股息税后净额为 0.36 元。假如未来股息保持不变，以 7 元的价格买进，则未来的股息率 = $0.36 \div 7 \times 100\% = 5.14\%$ 。好公司未来的股息很可能是稳定增长的，未来实际的股息率很可能会大于

5.14%。

- 我们看一下 2012 年 9 月到 12 月的 10 年期国债收益率。



- 我们可以看到 2012 年 9 月到 12 月之间，10 年期国债收益率大概为 3.6%左右。

- 福耀玻璃的动态股息率为 5.14%，大于 10 年期国债收益。

- 我们再来看一下市盈率。





信息 股票 基金 港股 美股 新三板 债券 更多 ▶

福耀玻璃2012年TTM市盈率



问一下财

☐ 我的自选股 ☒ 我的板块股

[设为收藏问句](#)



问句中的 福耀玻璃 已按 股票简称 搜索 也可换用[现证券中文简称](#)

股票简称是福耀玻璃 (1个)

2012年的市盈率(pe,ttm) (1个)

+ 添加条件

选出股票数: 1

+ 加自选

+ 加板块

导出数据

添加指标到表格: ☐ 现价(元) ☐ 涨跌幅(%)

+

序号	<input type="checkbox"/> 股票代码	股票简称	市盈率(TTM) 2012.12.31
1	<input type="checkbox"/> 600660	福耀玻璃	11.52

■ 我们可以看到 2012 年 9 月到 12 月之间，深证 A 股的市盈率在 19 左右，小于 20。

■ 福耀玻璃 2012 年 12 月 31 日的 TTM 市盈率为 11.52，封老师记得在 2012 年 9 月到 12 月期间，福耀玻璃的市盈率大概在 11 左右，小于 15。



■ 福耀玻璃的股价在 2012 年 9 月到 12 月之间符合买入标准。在这个时间段买入福耀玻璃最坏的结果就是每年获得 5%左右的现金分红。事实上当时买进持有到 2019 年 12 月 31 日的话，每年的现金分红收益率就

有 6.8%-16.4%，2018 年一年的现金分红收益率就高达 16.4%。

分红融资		
分红		
报告期	方案	除权除息日
2019年报	10派7.5元	--
2018年报	10派7.5元	2019-05-29
2018中报	10派4元	2018-10-24
2017年报	10派7.5元	2018-05-29
2016年报	10派7.5元	2017-05-15
2015年报	10派7.5元	2016-06-08
2014年报	10派7.5元	2015-04-15
2013年报	10派5.00元	2014-05-14
2012年报	10派5.00元	2013-06-04

- 另外还有股价上涨带来的价差收益，由于福耀是优质的生钱资产，
- 股价也从 2012 年的 7 元左右涨到了 2019 年 12 月 31 日的 23.99 元，
- 股价上涨带来的总收益率为 242.7%，年化收益率为 19.2%。



最终收益 收益率 定投 财务自由计算

买入价格:	7 元
卖出价格:	23.99 元
持有年限:	7 年
<input type="button" value="计算"/> <input type="button" value="清空"/>	
总收益率:	242.714 %
年化收益率:	19.239 %

■ 福耀玻璃的实际年化收益率=每年的现金分红收益率+股价上涨年化收益率，两者相加可以计算出福耀玻璃 2012 年到 2019 年的实际年化收益率大于 26%，这个收益率还是很不错的。

■ 我们再来看一下贵州茅台。



■ 我们可以看到贵州茅台 2014 年 1 月的价格，当时价格在 120 元左右。

- 那么 120 元的价格是好价格吗？能买吗？我们来计算一下。

- 下面我们先来计算出动态股息率

分红融资

2012年报	10派64.19元	2013-06-07
2011年报	10派39.97元	2012-07-05
2010年报	10送1股派23元	2011-07-01

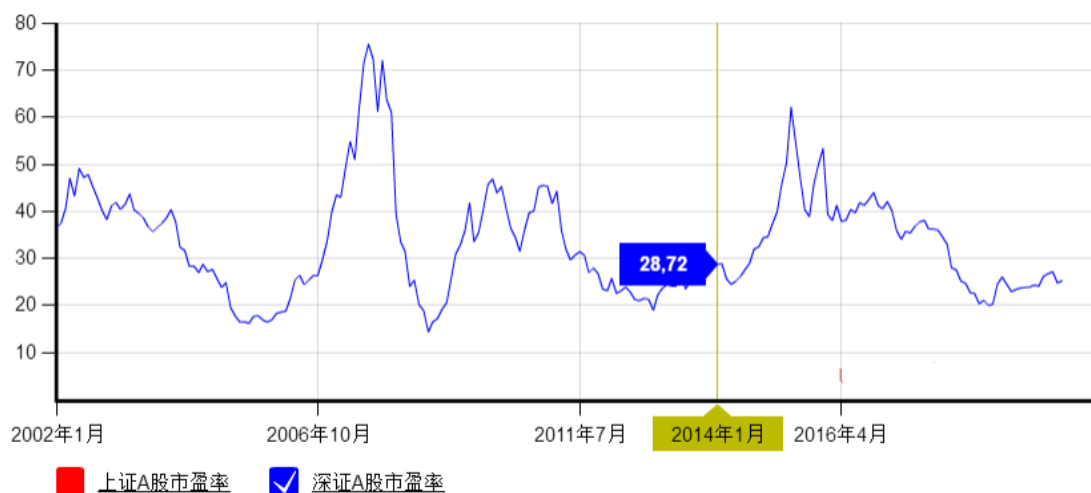
- 我们可以看到 2013 年 6 月贵州茅台发放 2012 年度的现金分红，每 10 股派息 64.19 元，也就是每股 6.419 元。当时股息红利税为 5%，每股股息税后净额为 6.1 元。

- 假如以 120 元的价格买进，则动态股息率= $6.1 \div 120 \times 100\% = 5.08\%$ 。

- 我们再看一下当时的 10 年期国债收益率是多少？



- 我们可以看到当时 10 年期国债收益率为 4.5%。
- 贵州茅台的动态股息率为 5.08%，大于 10 年期国债收益率。
- 我们再来看一下市盈率。



信息 **股票** 基金 港股 美股 新三板 债券 更多 ▶

贵州茅台2013年TTM市盈率



问一下财

☐ 我的自选股 ☒ 我的板块股

[设为收藏问句](#)



问句中的 贵州茅台 已按 股票简称 搜索 也可换用[现证券中文简称](#)

股票简称是贵州茅台 (1个)

2013年的市盈率(pe,ttm) (1个)

+ 添加条件

选出股票数: 1

+ 加自选

+ 加板块


导出数据

添加指标到表格:

☐ 现价(元)

☐ 涨跌幅(%)

+

序号	<input type="checkbox"/> 股票代码	股票简称	市盈率(TTM) 2013.12.31 
1	<input type="checkbox"/> 600519	贵州茅台	8.81

■ 我们可以看到 2014 年 1 月份深证 A 股的市盈率为 29 左右，比 20 高了一些，不符合标准。

■ 贵州茅台 2013 年 12 月 31 日的 TTM 市盈率为 8.81，非常有投资价值。

■ 像这种深证 A 股的市盈率不符合买入标准，但是仍处于低估区间，并且好公司的价格非常好，比如市盈率小于 10，我们也可以买进。因为在好公司的市盈率小于 10 的时候买进，哪怕股市未来整体情况不好，投资风险也很小。



■ 如果在 120 元左右买进贵州茅台，后期最坏的结果就是每年获得 5%左右的现金分红。事实上当时买进持有到 2019 年 12 月 31 日的话，每年的现金分红收益率就有 3.6%-17.2%，2020 年一年的现金分红收益率就高达 17.2%。

分红融资		
分红		
报告期	方案	除权除息日
2019年报	10派170.25元	--
2018年报	10派145.39元	2019-06-28
2017年报	10派109.99元	2018-06-15
2016年报	10派67.87元	2017-07-07
2015年报	10派61.71元	2016-07-01
2014年报	10送1股派43.74元	2015-07-17
2013年报	10送1股派43.74元	2014-06-25

■ 另外还有股价上涨带来的价差收益，由于茅台是优质的生钱资产，股价也从 2014 年的 120 元左右涨到了 2019 年 12 月 31 日的 1183 元，由于 2014 和 2015 年有 2 次送股，实际价格相当于 1431 元，



- 股价上涨带来的总收益率为 1092.5%，年化收益率为 51.1%。

最终收益 收益率 定投 财务自由计算

买入价格：	120 元
卖出价格：	1431 元
持有年限：	6 年
<input type="button" value="计算"/> <input type="button" value="清空"/>	
总收益率：	1092.500 %
年化收益率：	51.151 %

■ 贵州茅台的实际年化收益率=每年的现金分红收益率+股价上涨年化收益率，两者相加可以计算出贵州茅台 2014 年到 2019 年的实际年化收益率大于 55%。这个收益率，即使是巴菲特也会羡慕的。

- 通过以上两个例子同学们应该已经学会如何分析“好价格”的方法啦。

■ 下面我们来做个小测试：假如小白现在想买海天味业（603288）这只股票，小白已经研究过海天味业过去多期的财务报表并进行了企业分析，没有发现异常。小白不知道海天味业现在的价格是不是好价格？是否可以买入？下面同学们来帮小白判断一下海天味业这只股票现在能不能买？同学们先暂停一下，自己先计算一下，有了答案以后再往下看。

第十二节

- 下面我们来看一下海天味业。
- 我们先来计算一下海天味业的动态股息率。
- 在自选股中点击海天味业

全部	当前价	涨跌幅	成交量(手)	成交额	市值	换手率	市盈率
海天味业 SZ603288	113.67	-0.45(-0.39%)	437.82万	5.00亿	3683.41亿	0.14%	57.10
贵州茅台 SZ600519	1400.46	-23.20(-1.63%)	307.12万	43.15亿	1.76万亿	0.24%	33.59

- 会进入到以下页面

海天味业 603288 加入自选	113.67 -0.45 -0.39%	今开: 113.79 最高: 115.30 最低: 113.25 昨收: 114.12	成交量: 437.82万 成交额: 5.00亿 总市值: 3683.41亿 流通市值: 3683.41亿	振幅: 1.80% 换手: 0.14% 市净率: 20.25 市盈率(动): 57.10
涨停: 125.53 跌停: 102.71 2020年6月11日 15:00:00				
首页概览 资金流向 公司资料 新闻公告 财务分析 经营分析 股东股本 主力持仓 公司大事 分红融资 价值分析				
分红情况 增发概况				

- 我们可以看到海天味业的价格, 计算动态股息率我们还需要知道上年度的分红情况。点击“分红融资”,

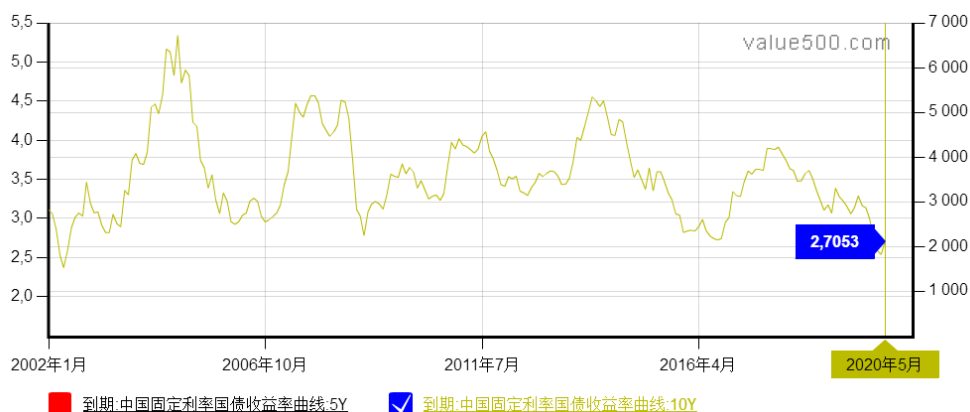
然后再次点击“分红情况”, 可以看到以下内容。

报告期	董事会日期	股东大会预案公告日期	实施公告日	分红方案说明	A股股权登记日	A股除权除息日	分红总额	方案进度	股利支付率	税前分红率
2019年报	2020-03-26	2020-04-17	2020-04-28	10转2股派10.8元(含税)	2020-05-06	2020-05-07	29.16亿	实施方案	54.55%	--

- 我们可以看到海天味业 2020 年 5 月 7 日发放 2019 年度的现金分红, 每股现金分红为 1.08 元, 2020 年 6 月 11 日的价格为每股 113.67 元。

动态股息率=1.08/113.67*100%=0.95%。

- 2020 年 5 月底, 10 年期国债收益率大概为 2.7%。



■ 我们再来看一下市盈率



■ 我们可以看到海天味业的 TTM 市盈率为 67.11，远大于 15，不符合买入标准。深证 A 股市盈率为 26.72，大于 20，不符合买入标准。

■ 所以海天味业 2020 年 6 月 11 日的价格不是好价格，小白不能买进。

- 通过以上 3 个案例，同学们应该发现了：

■ 我们在判断一只股票能不能买进的时候，没有关于这只股票或者股市未来是涨还是跌的任何预测。我们只有计算和对比。实现财务自由的股票投资方法全是计算和对比。

■ 封老师这里特别强调一下，无论何时我们是否要买进一只股票的依据取决于计算结果。一旦你开始预测股票和股市的未来走势，你将无法实现财务自由。同学们需要时刻铭记：不预测，只计算！

第十三节

- 下面我们来看财务自由 A 股投资方法的第三大步，买进。

■ 从选出好公司，到好价格出现，可能需要等待 2 年、5 年甚至更久的时间。所以当好价格出现的时候，我们要敢于买进。

■ 有一点同学们一定要清楚，我们最终的投资收益不但取决于我们能不能选出好公司，计算出好价格，更重要的是我们在好价格买进了多少好公司的股票。

■ 小白和小黑都有 100 万元的股票投资资金。在 2014 年 1 月份，小白以 120 元的价格买进了 10 万元的贵州茅台股票；小黑以 130 元的价格买进了 100 万元的贵州茅台股票。假如两人都持有到 2020 年，两人的投资收益是完全不一样的，小黑的收益是小白的 10 倍左右。虽然他们都选出了好公司也都买在了好价格。

■ 在实践中，封老师一般会把投资股票的资金平分成三份，买进 3-5 只好公司。投资资金不超过 1 个亿的话，3 只股票完全够买的了。资金超过 1 个亿的话，买入股票的数量最好也不要超过 5 只。

■ 当市盈率和股息率符合买入标准时买进三分之一，之后当好公司的股价每下跌 5%-10%就再买进三分之一，直到把所有的资金买完为止。

- 这里要特别强调一下，好价格指的是一个价格区间，而不是指最低价格。

- 事实上最低价格永远不能提前预测到，投资史上没有一个人是靠预测价格实现财务自由的。既然最低价

格不能提前预测出来，那么我们在好价格把全部资金买进好公司以后，好公司的价格也有可能会继续下跌，甚至有可能还会下跌 20% 以上。如果以后遇到了这种情况，同学们不用害怕。

■ 股价长期的走势由公司的内在价值决定，股价短期的走势由很多因素共同决定，比如疫情、贸易战、美联储的货币政策、央行的货币政策、宏观经济情况、行业政策、对公司未来发展的预期、公司短期财务数据、公司 CEO 生活作风问题、短期股市行情、机构投资者买卖，加杠杆的投资者爆仓等，甚至还有可能是机构投资者的交易员下单时输错了数量，比如光大证券的乌龙指事件。这些各种因素的共同作用，决定了股价短期的涨跌，我们可以把这些因素统称为市场先生。

■ 市场先生大部分时候是比较正常的，但有时也会发疯，并且市场先生发疯的频率和程度没有任何规律。市场先生发疯的时候可能会花 1000 元去买价值只有 100 元的东西，也可能以 10 元的价格把价值 100 元的东西卖掉。但市场先生有一点非常可爱，他每次的出价你都可以选择接受或者不接受，他从来不会生气。如果你当天没有接受他的报价，第二天他还会给你报一个新的价格。

■ 所以同学们要想在股市中持续的赚钱，就不要受市场先生的影响，不要跟着市场先生发疯。当市场先生把 100 元的东西只卖 10 元时，你应该大量买进。如果你在 20 元的时候已经把自己的钱全部买进了，那就不要在意市场先生如何疯。100 元的东西你 20 元买到就已经赚了 80 元，至于你买进以后市场先生想以 10 元，5 元甚至 0 元卖掉价值 100 元的东西，那是他疯了，和你无关，你不要在意。

■ 只要你不跟着市场先生一起疯，你就不会真正亏钱，因为市场先生总会恢复正常的，等市场先生恢复正常之后，你就能赚到很多钱。不过有时市场先生疯起来确实挺吓人的，经验不足的同学是有可能被市场先生吓到的。所以封老师还是要送给同学们一句“防吓咒”，当市场先生很可怕的时候，同学们可以默念这句咒语：“好公司的股价暴跌长期收益会更高。”经常默念这句“防吓咒”，市场先生就会越看越可爱，甚至变成送财童子的样子。

第十四节

- 下面我们来看财务自由 A 股投资方法的第四大步，长期持有。

■ 当我们把资金都买成了好公司的股票以后，我们要做的就是长期持有。这个时间可能是 5 年，也可能是 10 年。

- 为什么要长期持有呢？因为股市中的超额收益主要来源于两个途径：

■ 一是合理价格买进好公司，赚公司成长的钱。既然是赚公司成长的钱，持有时间肯定不会短，至少 5 年起步。

■ 二是好价格买进好公司，赚市场先生的钱。当市场先生发疯的时候，也就是好公司的股价恐慌性下跌的时候我们买进。当市场先生癫狂的时候，也就是好公司的股价疯狂性上涨的时候我们卖出。但是市场先生发疯和癫狂的时间是不可预测的，我们能做的就是市场先生发疯的时候买进，然后一直持有，直到市场先生变得癫狂时卖出。这中间需要较长的时间，很可能需要 5 年以上。所以无论我们想要赚公司成长的钱还是赚市场先生的钱，我们都需要长期持有。

■ 长期持有好公司不但能赚到超额收益，还特别节省时间和精力，这点也非常重要。在持有过程中我们基本不需要看股票的行情走势，我们只要每年读一下公司的财务报表，然后查收一下每年的现金股息就可以了。

■ 封老师买了股票以后，就会设想自己没有买股票，而是做了 5 年期或 10 年期的定期存款。只要每年能收到大于银行定期存款的利息，封老师就挺满意的。当你把股票看作生钱资产，主要关心现金分红的时候，你既能赚到分红又能赚到价差收益，长期实际年化收益率可能高达 15%-25% 以上。当你把股票看作一个投机工具，期望短期内赚到很多价差收益的时候，你很可能把自己变成了“韭菜”，你很可能被股票折磨的身心疲惫并且长期年化收益率还很可能是负的。

■ 封老师建议同学们不要经常看股票行情，这对工作、生活、财务自由以及投资收益没有任何好处。当然如果有的同学实在忍不住想看看股票的走势，那就每年看一两次也没有关系。

第十五节

- 下面我们来看财务自由 A 股投资方法的第五大步，卖出。

- 在以下四种情况下我们需要卖出股票。

- 第一种情况，市盈率过高的时候。

■ 当我们所持有的股票市盈率大于 50 的时候，这个时候公司的价格已经大幅高于其内在价值，我们需要卖出持有的股票。如果此时深证 A 股的市盈率也在 60 左右或者已经大于 60，这就是更是卖出时机。

- 我们来看一下海天味业和贵州茅台的市盈率。

海天味业(SH:603288)

沪股通

可融资

可卖空

...

+ 自选

¥113.67

-0.45

-0.39%

已收盘 06-11 15:00:00 (北京时间)

最高: 115.30

今开: 113.79

涨停: 125.53

成交量: 43782手

最低: 113.25

昨收: 114.12

跌停: 102.71

成交额: 5.00亿

量比: 0.91

换手: 0.14%

市盈率(动): 57.10

市盈率(TTM): 67.11

委比: 26.00%

振幅: 1.80%

市盈率(静): 68.81

市净率: 20.26

每股收益: 1.69

股息(TTM): 0.90

总股本: 32.40亿

总市值: 3683.41亿

每股净资产: 5.61

股息率(TTM): 0.79%

流通股: 32.40亿

流通值: 3683.41亿

52周最高: 119.95

52周最低: 76.16

货币单位: CNY

贵州茅台(SH:600519)

沪股通

可融资

可卖空

...

+

自选

¥1400.46

-23.20

-1.63%

已收盘 06-11 15:00:00 (北京时间)

最高: 1417.99

最低: 1396.99

量比: 1.38

委比: -16.36%

每股收益: 34.29

每股净资产: 118.69

52周最高: 1435.00

今开: 1411.01

昨收: 1423.66

换手: 0.24%

振幅: 1.48%

股息(TTM): 17.02

股息率(TTM): 1.22%

52周最低: 862.24

涨停: 1566.03

跌停: 1281.29

市盈率(动): 33.59

市盈率(静): 42.69

总股本: 12.56亿

流通股: 12.56亿

货币单位: CNY

成交量: 30711手

成交额: 43.15亿

市盈率(TTM): 40.84

市净率: 11.80

总市值: 1.76万亿

流通值: 1.76万亿

■ 我们可以看到海天味业和贵州茅台的市盈率分别为 67.11 和 40.84，从市盈率上来看海天味业可以卖出，贵州茅台可以继续持有。

- 第二种情况，动态股息率过低的时候。

■ 在实践中，当动态股息率小于 10 年期国债收益率的三分之一时，封老师会卖掉。这个时候卖掉，后期有机会以更低的价格买回来。

- 下面我们来看一下海天味业和贵州茅台的动态股息率。

- 先看一下海天味业

■ 假如小白在 2016 年买进了海天味业，一直持有到 2020 年还没有卖出。那么小白在 2020 年获得了 2019 年度的现金分红，每股股息为 1.08 元，因为股息税减免，实际股息净额也为 1.08 元。

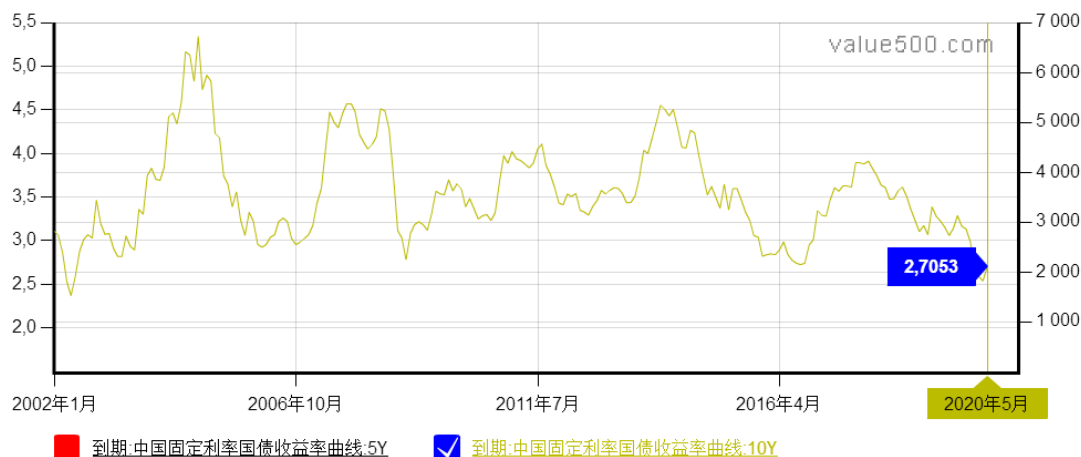
分红

报告期	方案	除权除息日
2019年报	10转2股派10.8元	2020-05-07

- 那么 2020 年 6 月 11 日海天味业的动态股息率为： $1.08 \div 113.67 \times 100\% = 0.95\%$ 。



- 10 年期国债收益率为 2.7%，三分之一为 0.9%。



- 我们可以看到海天味业的动态股息率大于 0.9%，从动态股息率来看海天味业还没到卖出的价格。

- 那么通过市盈率这个标准海天味业可以卖出了, 通过动态股息率这个标准, 海天味业还没到卖出的价格。
- 具体以哪个为准呢? 以先到的为准。根据市盈率小白需要卖出海天味业。
- 我们再来看一下贵州茅台。
- 假如小黑在 2014 年买进了贵州茅台, 一直持有到 2020 年没有卖出。那么小黑在 2020 年获得了 2019

年度的现金分红, 每股股息为 17.025 元, 因为股息税减免, 实际股息净额也为 17.025 元。

分红

报告期

方案

除权除息日

2019年报

10派170.25元

--

- 2020 年 6 月 11 日贵州茅台的动态股息率为: $17.025 \div 1400.46 \times 100\% = 1.2\%$ 。

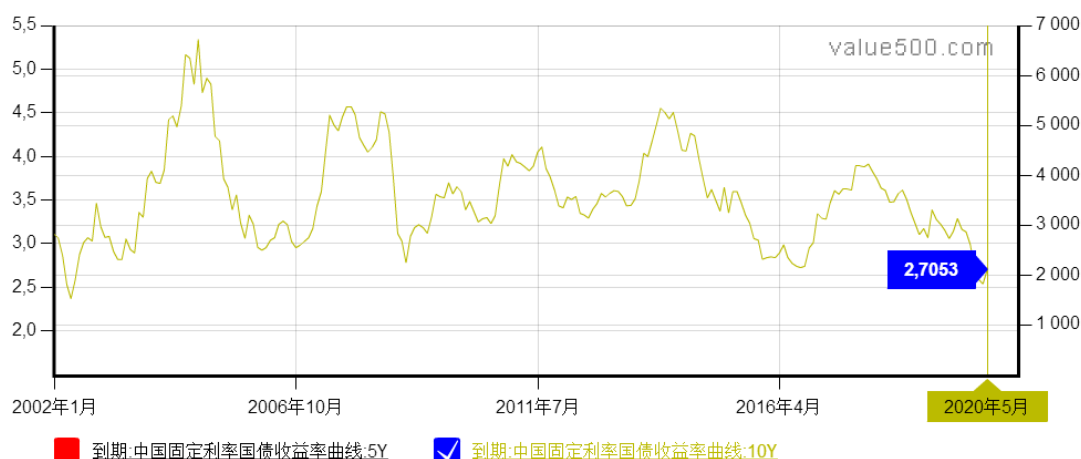
贵州茅台(SH:600519) 沪股通 可融资 可卖空 ... + 自选

¥1400.46 -23.20 -1.63%

已收盘 06-11 15:00:00 (北京时间)

最高: 1417.99	今开: 1411.01	涨停: 1566.03	成交量: 30711手
最低: 1396.99	昨收: 1423.66	跌停: 1281.29	成交额: 43.15亿
量比: 1.38	换手: 0.24%	市盈率(动): 33.59	市盈率(TTM): 40.84
委比: -16.36%	振幅: 1.48%	市盈率(静): 42.69	市净率: 11.80
每股收益: 34.29	股息(TTM): 17.02	总股本: 12.56亿	总市值: 1.76万亿
每股净资产: 118.69	股息率(TTM): 1.22%	流通股: 12.56亿	流通值: 1.76万亿
52周最高: 1435.00	52周最低: 862.24	货币单位: CNY	

- 10 年期国债收益率为 2.9%, 三分之一为 0.9%。



■ 贵州茅台的动态股息率大于 0.9%，从动态股息率来看贵州茅台还没到卖出价格，可以继续持有。

■ 从贵州茅台的市盈率和动态股息率来看，贵州茅台还没到卖出的价格，所以小黑可以继续持有贵州茅台。

■ 第三种情况，好公司有变坏迹象的时候。

■ 我们每年都要看持股公司的财务报表，当我们发现持股公司有变坏迹象的时候，我们就需要卖出。因为一旦公司后期明显转坏，股息率就会大幅下降，股价也会大幅下跌。

■ 我们不能等到公司明显变坏时才卖出，因为那时股价早已下跌较多了。我们要在持股公司有变坏迹象的时候就卖出。这点要做好，同学们需要在财务报表和企业分析上多下功夫。

■ 这里有一点同学们要注意，这里说的好公司有变坏的迹象是指公司本身的核心竞争力在变弱或者管理层在干有损公司核心竞争力的事情。如果是因行业突发性利空事件导致的短期或中期负面影响，公司的核心竞争力并没有减弱，则不需要卖出股票。比如乳品行业、白酒行业都曾因外部突发事件经历过较大的调整，但是行业不会消失，行业中的好公司的核心竞争力没有变弱，这种情况的出现反倒是给了高明的投资者一个好的买入机会。

■ 第四种情况，有其他更好的投资机会时。

■ 比如 2020 年 3 月 31 日海天味业的动态股息率为 0.86%

分红

报告期	方案	除权除息日
2019年报	10转2股派10.8元	2020-05-07



- 2020年3月31日红利ETF的动态分红率为6%。

年份	权益登记日	除息日	每份分红	分红发放日
2020年	2020-01-16	2020-01-17	每份派现金0.1440元	2020-01-22



■ 在 2020 年 3 月 31 日，红利 ETF 相对海天味业更有投资价值，所以这个时候把手中持有的海天味业卖掉换成红利 ETF 中长期来看可能是一种更好的选择。