

Super Trader

Make
Consistent
Profits
in Good
and Bad
Markets
(Expanded Edition)

HZ BOOKS
华章经管

Mc
Graw
Hill



用交易员的**脑袋**思考
用交易员的**方式**做事
用交易员的**投资心理**赚大钱!

牛熊通吃，持续获利的秘诀
VAN K. THARP

「美」范 K. 撒普 (Van K. Tharp) 著

范·撒普的 超级交易员 训练法



机械工业出版社
China Machine Press

Super Trader

Make Consistent Profits in Good and Bad Markets (Expanded Edition)

[美] 范 K. 撒普 (Van K. Tharp) 著 笃恒 王茜 译

超级交易员的 训练法 撒普



机械工业出版社
China Machine Press

Van K. Tharp. Super Trader: Make Consistent Profits in Good and Bad Markets, Expanded Edition.

ISBN 978-0-07-174908-4

Copyright © 2011 by Lake Lucerne LP.

This authorized Chinese translation edition is jointly published by McGraw-Hill Education (Asia) and China Machine Press. This edition is authorized for sale in the People's Republic of China only, excluding Hong Kong, Macao SAR and Taiwan.

Copyright © 2012 by McGraw-Hill Education (Asia), a division of the Singapore Branch of The McGraw-Hill Companies, Inc. and China Machine Press.

No part of this publication may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including without limitation photocopying, recording, taping, or any database, information or retrieval system, without the prior written permission of the publisher.

All rights reserved.

本书中文简体字翻译版由机械工业出版社和麦格劳-希尔教育(亚洲)出版公司合作出版。

版权 © 2012 由麦格劳-希尔教育(亚洲)出版公司与机械工业出版社所有。

此版本经授权仅限在中华人民共和国境内(不包括中国香港、澳门特别行政区及中国台湾地区)销售。未经出版人事先书面许可,对本出版物的任何部分不得以任何方式或途径复制或传播,包括但不限于复印、录制、录音,或通过任何数据库、信息或可检索的系统。

本书封底贴有McGraw-Hill公司防伪标签,无标签者不得销售。

封底无防伪标均为盗版

版权所有,侵权必究

本书法律顾问 北京市展达律师事务所

本书版权登记号:图字:01-2011-4802

图书在版编目(CIP)数据

范·撒普的超级交易员训练法/(美)撒普(Tharp, V. K.)著;笃恒,王茜译. —北京:机械工业出版社,2012.1

书名原文:Super Trader: Make Consistent Profits in Good and Bad Markets

ISBN 978-7-111-37014-7

I. 范… II. ①撒… ②笃… ③王… III. 投资-经验-美国 IV. F837.124.8

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第282153号

机械工业出版社(北京市西城区百万庄大街22号 邮政编码 100037)

责任编辑:宁 珊 版式设计:刘永青

中国电影出版社印刷厂印刷

2012年1月第1版第1次印刷

170mm×242mm·17.75印张(含0.25印张彩插)

标准书号:ISBN 978-7-111-37014-7

定价:45.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

客服热线:(010) 68995261; 88361066

购书热线:(010) 68326294; 88379649; 68995259

投稿热线:(010) 88379007

读者信箱:hzjg@hzbook.com



译者序

“截断亏损，让利润奔跑！”这是交易成功的关键之道。

可惜寻寻觅觅，却一直都没有看到哪本书能很好地诠释这个理念，直到翻译了《范·撒普的超级交易员训练法》，才觉得找到了最佳的指南。

范 K. 撒普博士是全球知名的交易、投资顾问和培训师，同时也是范·撒普学院的创始人和主席。他在交易和投资领域出版了许多著作，包括畅销书《通向财务自由之路》^①、《实现财务自由的安全策略》、《用电子日内交易获得财务自由》、《头寸管理权威指南》及《交易员和投资者的巅峰表现教程》等。读者正在捧读的这本《范·撒普的超级交易员训练法》则是凝聚了撒普多年培训经验中总结出的经验和智慧，是每位交易员的“圣经”。

在本书中，撒普把他基于多年的交易培训经验，系统完整地总结为超级交易员的五大秘方：自我研究、制定商业计划、开发交易系统、设定头寸调整策略及减少犯错。

撒普认为要成为超级交易员的第一步就是“知己”，自我研究为什么如此重要呢？因为你交易的对象不是市场而是你对市场的看法。自我研究的关键就是检查自己的看法，确定它们是否正确。另外，要制定一个适合自己的交易计划，

① 本书中文版机械工业出版社已出版。

也需要对执行交易的人进行全面评估，包括其看法、个人问题、优势、弱点及目标。可见，自我研究是一切的基础。

第二步就是要制定商业计划。超级交易员实际上如同在经营一门生意。正因为如此，撒普指出了制定商业计划的重要性。你必须持续跟踪宏观环境、市场等外部环境，制定适合的商业计划以及备用的商业计划。

第三步是开发交易系统。所有成功的交易员都会开发适合自己的交易系统。超级交易员甚至会根据其对总体市场的了解，设计几套相符的交易系统，在不同的市场环境下运用不同的交易系统。

第四步，也是我认为本书最精彩的地方——设定头寸调整策略。如果对学术界有所关注，你会发现投资者最重要的功课是资产配置。加里·布林森及其同事在1991年的《金融分析期刊》^①中公布了一项研究结果。他们对82位投资经理10年间的表现进行了分析。研究发现，投资经理交易表现的差异有91%由资产配置决定，即基金经理所持资金在股市、债市和现金等资产中的分配比例。表现差异无关乎投资经理的市场策略或所持股票，所有一切基本由“资产配置”这个神秘的字眼所决定，而对于交易员而言资产配置就是头寸调整策略。撒普在这一部分提出了一个重要的概念，即收益风险比，撒普认为，必须确保入场时的收益风险比在3:1以上，且确保整个交易过程中的收益风险比始终维持在1:1以上。通过收益风险比，撒普为“截断亏损，让利润奔跑！”这一理念提供了最好的具体操作方法。

最后，撒普讨论了“高效交易”，即零失误交易的概念。他对犯错的定义是不遵守书面规则，根据这一概念，你可以衡量自己作为交易员的交易效率（即特定交易次数中的犯错次数）。交易员必须集中精力让犯错对交易的负面影响最小化。要做到这一点，你必须制定并执行严格的交易纪律，并不断重复第一步——进行自我研究。

对任何一个想要获得持续收益的人而言，管理风险以确保自己在不出局的基础上让利润奔跑才是赚钱的真正法门。当你深刻领悟了这一点时，你将掌握交易成功的关键秘诀。

王茜 笃恒

① Gary Brinson, Brian Singer, and Gilbert Beebower, "Determinants of Portfolio Performance: An Update," *Financial Analysts Journal*, vol. 47, May-June 1991, pp.40-49.——译者注



推荐序

你向往天堂的生活吗？那里每天恒温 19°C，每五天降雨一次，大多数时候都阳光灿烂。

欢迎来到得克萨斯州达拉斯市。众所周知，达拉斯的气候达不到天堂的标准。春天还没到来，夏天的气息就开始蔓延；有时候，花苞还没绽放就几乎凋零。在慵懒的夏天，炎炎烈日频频将气温推高至 37°C 以上，有时连续数日燥热难捱。很多笑话都对得克萨斯州炼狱般的夏天进行了讽刺。

一旦冬天正式到来，的确会出现一些气温适宜的好天气，但其他时候则气温较低、雨雪较多，有时甚至会遭遇暴风雪。对于当地的汽车修理店而言，这种天气无疑能推动生意，但这对保险公司而言是一场噩梦。与酷寒的芝加哥和冰天雪地的布法罗相比，达拉斯的冬天当然不算太难熬，但从季节的更替来看，这里的气候远不及天堂。

然而达拉斯的年平均气温却符合天堂的标准。

尽管研究结果表明，长期来看投资者可以期望从市场获得 7%、9% 或 10% 的收益，但股市绝不是天堂。与得克萨斯州的夏天一样，股市似乎是通往地狱的入口。

尽管过往的记录表明，在美国市场，股市的长期平均投资回报名列前茅，但和得克萨斯州的气候一样，股市也要经历差异巨大的周期。股市的震荡波动和变化无常比大多数人想象的要强烈得多。让我们实实在在地对股市波幅进行概

览，亲眼见证股市可能爆发的巨大破坏力。

1900 ~ 2009 年（累计 109 年），道琼斯工业指数的平均年涨幅为 7.1%。在此期间，64% 的年份回报率为正，36% 的年份回报率为负，其中只有 6 年（约占 5%）的波幅在 +5% ~ +10% 之间。大多数年份的波幅与平均水平相差甚远——某些年份出现的戏剧性波动简直让投资者遭到致命冲击。

不止如此，7% 仅仅是指平均年回报率，复合年回报率仅有 4.1%！如果第一年亏损 20%，第二年必须赢利 25% 才能回到最初的水平。股市带来的很大一部分实际回报都是股息。早年的市场分析结果显示，一般情况下，上市公司的派息率为 4% ~ 5%，但这段时间内仅为 2% 左右！

在很长一段时间内，股市从高估值阶段过渡至低估值阶段，再转而恢复到高估值阶段，我们称这一过程为长期牛市和长期熊市（secular bull and bear markets）。此类周期的平均时间跨度为 17 年。身处长期牛市可能获利匪浅，1982 ~ 1999 年，美国总体市场上涨了 13 倍，小盘股指数的涨幅甚至更高！

但对长期投资者而言，长期熊市大多是漫长的煎熬。1966 ~ 1982 年，投资者等待了漫长的 16 年才迎来获利的机会。如果将通胀因素考虑在内，投资者等到 1992 年，也就是累计等待 26 年购买力才有所增强。

相比之下，如果 1966 年投资 20 年期美国国债，年复一年地累积下来，43 年后你的收益率也将超过标普 500 指数。

你是不是很想知道买入 - 持有战略未来 10 年可能为你带来多大的回报？事实证明，你买入股票时的市场估值和 10 年后的回报高度相关。

然而，目前股市刚刚经历了“失落的十年”。上述分析表明，这种失落的状况可能进一步延续。受主权债务危机、美国财政危机、税率上升等因素影响，股市未来的波动可能更为剧烈。要获得机会，买入 - 持有投资者可能必须等到遥远的未来，直到股市估值更为合理，长期牛市周期开始启动。考虑到当前估值偏高，我并不建议投资者抱着期待牛市到来的心态制定投资策略。

那么，投资者应该怎么做呢？

投资者可以做的一件事是，控制自己的投资组合、学会交易。你可以每年进行一两次大规模交易，也可以增加交易频率，但绝不能坐以待毙，被动接受市场赋予你的一切。当市场大规模下挫、大肆暴跌时，你也不必咬紧牙关、一动不动地捱下去。

范·撒普能帮助你把握市场的节奏。说实话，交易并非易事。做好交易，需要勤劳、专注，需要不断钻研。本书凝聚了撒普从多年培训经验中总结的智慧和经验，这些年来，他为数万名像你一样的交易者提供了培训，帮助他们成为成功的交易员。

撒普将本书分为五个部分。第一部分和交易员自身相关，内容是认识你自己，因为正如撒普所说：“你交易的其实不是市场，而是自己对市场的看法。”你只能依靠适合自己的系统进行交易，所以首先要明白怎样才能让自己游刃有余。最重要的是，你必须知道自己想要什么，因为你的目标必须符合自己的需要。

第二部分是关于商业计划的。超级交易员实际上如同在经营一门生意。你首先是一个商人，其次才是一名交易员。正因为如此，撒普指出了制定商业计划的重要性。

第三部分是关于交易系统的。设计交易系统的条件是确保所有既定头寸的收益风险比持续有利。此外，要保证交易成功，交易系统必须适合你。系统还必须与相应的市场类型匹配。怎么能指望一个为波动正常的牛市设计的交易系统在波动频繁的熊市发挥作用呢？撒普认为，针对任何既定市场类型设计一套“圣杯”系统并非难事，但要找到适合所有市场类型的“圣杯”系统，是不可能的。他甚至列出了帮助你确定自己是否拥有一套“圣杯”系统的方法，以及设计“圣杯”系统的必要标准。

第四部分，撒普讨论了头寸调整策略的重要性。头寸调整策略决定了你在交易过程中承受了多大的风险、如何为既定交易作资产配置。他相信，只有通过头寸调整才能实现目标。实际上，交易系统直接决定了你通过头寸调整策略实现目标的难易程度，但是，哪怕拥有一套“圣杯”系统，如果头寸调整策略差劲，你同样可能让一切泡汤。这个部分让我印象最深的一句话是，“交易表现90%的波动性都由头寸调整策略引发”。

最后，撒普讨论了“高效交易”，即零失误交易的概念。他对犯错的定义是不遵守书面规则，所以，如果像大多数交易员一样连书面规则都没有制定，那么你的一举一动都是在犯错。根据这一概念，你可以衡量自己作为交易员的交易效率（即特定交易次数中的犯错次数）。更重要的是，撒普提出了一些能帮助你防止并减少错误、提高交易效率的每日既定程序。所有这些足以证明，个人心理对你的盈亏状况影响重大。

我和某些全球规模最大、最成功的交易机构共事。其中有些基金交易的资金规模达到数十亿美元，但和它们相比，你拥有一个重大优势。它们其实不能进行规模小于 100 万美元的交易，因此它们所处交易市场的规模和流动性都受到限制。而作为个人交易者，你可以进入大型基金所不能进入的市场，获得大型基金不能获得的机会。你可以选择任何市场而不仅局限于股市。

建议大家从本书中汲取知识，反复阅读，实践作者提出的观点，将作者的建议与自己的交易需求相结合。就像我的一位享誉全球的交易员朋友在每封信的末尾所写的：“祝财运亨通无阻，交易一本万利！”

约翰·穆尔丁

约翰·穆尔丁曾三度荣登《纽约时报》最畅销书作者榜单。他现任投资机构千禧波投资公司 (Millennium Wave Investments) 总裁，并在《思考前言》电子刊物中发表文章，该刊物拥有的读者数量达到 150 万人。



前言

普通投资者的命运

人们无数次地向我求助，但其求助时的状态通常是“我不想花太多时间，不想做太多功课，因为我只是个普通的投资者”。你是这样的吗？乔·史密斯觉得自己就是个普通投资者。

乔 2003 年退休。他工作时表现很好，退休后每个月有 6 500 美元的退休收入，包括社会保险。他存了约 623 000 美元的养老金，目的是退休后救急用；同时还欠了 350 000 美元的房贷。在是否应该用手头的现金还清房贷的问题上，乔和妻子进行了多次讨论。每个月的房贷接近 2 000 美元，如果还清房贷，他们每个月手头就很宽裕，而且不用因负债而忧心忡忡。

2000 ~ 2003 年市场崩盘，乔的养老金亏损了约 30%。但是，2003 年市场开始上行。乔认为市场已经脱离底部，他每年或许能获得 10% 的收益。这样的话，每个月就能多 5 000 美元的收入，偿还房贷后还有结余。乔拥有土木工程学的高级学位，在他看来，投资并不是复杂的高科技。乔之所以在投资领域表现不错，是因为他智商很高。他认为自己的表现很可能强于大盘，让账户资金规模涨至 100 万美元。

乔犯了很多常人常犯的一个错误。他花了近八年时间学习专业知识，并投入大量时间让自己在专业领域保持领先。他认为自己够聪明，完全能在退休后的投资生涯中打败市场专家，保证年收益在 10% 以上。毕竟，投资就是选对个股，这对乔来说简直是小菜一碟。

乔今年已经 68 岁。他对市场的所有了解不过是读过三四本关于选股的书，以及一本并不是巴菲特本人写的关于巴菲特的书。乔还定期关注财经新闻，所以他相信自己可以赚到钱。他每天都看财经类报纸，认为自己消息灵通。

在一段时间内，乔的想法是对的。2003 ~ 2005 年，投资为乔带来了约 120 000 美元的收益，夫妇俩花掉了其中一半。到 2008 年年初，乔的账户资金规模在 683 000 美元左右。但是，乔对即将到来的长期熊市毫无准备。2008 年 9 月 30 日，股市同比跌幅超过 40%，乔的账户也缩水了 29%——资金规模在 484 000 美元左右。如果此时还清房贷，乔必须花掉大部分存款。援助法案通过时，乔眼睁睁地看着市场每日跌幅增加百点。随着账户资金步步逼近 400 000 美元，乔开始坐立不安。

CNBC 电视频道的股评专家苏西·奥曼和吉姆·克莱默称，股票很快就会跌到白菜价，他们建议：“除非急需用钱，否则不要轻易抛售股票。”他们难道没有意识到，按照买入—持有策略的标准，乔的资产净值已经较 2000 年的高点下跌了近 60%？实际上，如今乔必须获得 70% 的收益才能保证资产能与上一年同期持平，而目前看来，要获得 10% 的收益都非常困难。

根本问题是什么？为了成为一名成功的工程师，乔花了八年时间接受专业教育，但他对投资的态度却是，是个人就能投资。这和在没有任何专业训练的情况下建桥是一个道理。在现实生活中，你无法这么做；在市场中却很容易走上这条路。在现实生活中，这意味着桥梁倒塌；而在市场中，这意味着账户遭遇灭顶之灾。

成功交易需要付出哪些努力，尤其是在这样一个市场中？我们很可能处在一个将继续延续 10 年的长期熊市。美国作为一个国家已经破产，但似乎没有一个人意识到这一点，人们仍然花钱如流水。为解决问题贷款而投入的数万亿美元只是沧海一粟，情况可能会变得更糟糕。摩根大通在衍生品上投入了逾 93 万亿美元。这些钱安全吗？

如果没有人愿意购买美国债务，从而导致利率高得惊人会怎么样？如果我们必须为所有未来的津贴福利买单的话会怎么样？如果美元不再是世界储备货币会怎么样？

如果婴儿潮一代退休后急需现金，大量资金流出股市的话会怎么样？股市肯定会大受打击！请问，你为此做好准备了吗？

请自问以下几个问题：

- ②我是否将交易 / 投资当生意看待？我是否像对待生意一样处理交易 / 投资事宜？
- ②我是否拥有一套商业计划作为指导交易的行动文件？
- ②我是否制定了一套书面规则，在交易中遵循这些规则？
- ②我是否遵守定期执行的程序，以防止犯错（犯错是指不遵守规则）？
- ②我是否拥有一套经过测试的交易系统？
- ②我是否了解系统在不同类型市场的表现？
- ②我是否了解当前的市场类型及当前市场形势下对系统的预期？
- ②如果没有，我是否已经离场？
- ②我是否提前为自己当前持有的每个头寸设置了离场点位？
- ②我是否制定了具体的交易目标？
- ②我是否明白要通过头寸调整方法实现目标的道理？是否已经相应地制定了这样一套头寸调整方法？
- ②我是否全面了解上述各点的重要性？
- ②我是否明白我是通过自己的想法和观点达成投资结果？
- ②我是否勇于对投资结果负责？
- ②我是否定期进行自我研究，以确定自己做到了以上各点？

把所有答案为肯定的题目圈出来。如果圈出的题目累计没有达到 10 个，说明你并没有认真对待交易。你的财务状况危机四伏。

补救措施是：不要接受自己只是个普通投资者因而无能为力的说法。你自己亲手创造了交易结果，并且是在完全没有接受任何训练就参加了一场严肃游戏的情况下造成了当前的结果。

如果你自己执行交易，就一定要遵守本书提出的要点。如果把交易交给所谓的专业人士，你是否意识到即便市场下行大多数专业人士的仓位仍然高达 95%？他

们抽取的管理费达到其管理资金规模的 1% ~ 2%。就算你亏损，他们照样收钱。

那么你当前在市场中持有的未平仓头寸呢？你是否设定了离场点位？你是否知道 1R 的亏损（即初始风险）是多少？还是说你已经蒙受 3R 的亏损（比初始预期高出两倍），然后开始掩耳盗铃，以为蒙上双眼就会停止亏损呢？你忽视了市场应该怪谁！

如果市场明显转熊，你应该离场。股市 2007 年发出了趋势逆转信号。图 0-1 显示了大盘走势及市场在哪一点位停止上行。图中列出了标普 500 指数自 2003 年以来的周数据。10 周和 40 周移动均线基本与大多数专业人士使用的 50 日和 200 日移动均线一致。请注意，2007 年年底 10 周移动均线跌至 40 周移动均线的下方，发出了一个明显的趋势逆转信号。

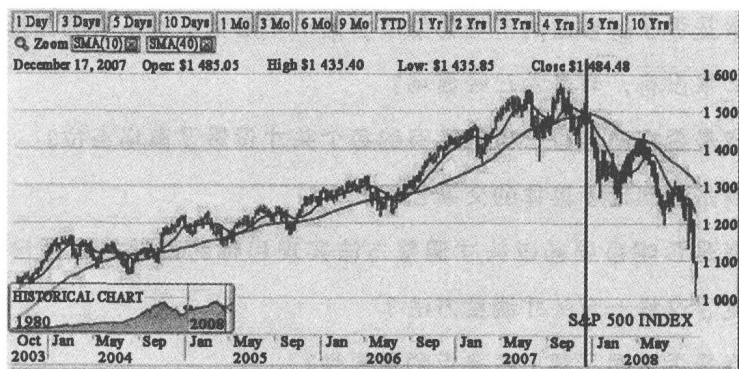


图 0-1 标普 500 指数 2008 年年中之前的走势

此外，出现了其他信号：

- ◎ K 线图上形成头肩顶形态，但直到标普 500 指数触及 1 400 点左右这一形态才较为明显。
- ◎ 如果自 2003 年起绘制一条长期趋势线，会发现趋势线也是在 1 400 点左右断开。
- ◎ 始于 2006 年的一条斜率更高的趋势线在 1 450 点左右断开。
- ◎ 对市场类型分析结果表明，美国股市自 2008 年 1 月起基本处于熊市，牛市已在 2007 年 6 月终结，此后市场陷入波动频繁的盘整走势。

铁证如山，如果提前制定了计划，在这些信号发出时退出共同基金，你尚可保全自己。但若只是个普通投资者，你可能并未投入多少时间进行市场研究。你以为自己对一切了如指掌。如果你试图搭建一座桥或生产一台电脑，但只做了这么点功课结果会怎样？

有一句老话道出了股市赚钱的奥秘：逢涨买入，止涨抛售。但不幸的是，大多数人总受他人意见干扰，不能独立地判断局势。2003年4月28日至2008年1月，按我的市场分类模型筛选，没有一周会被纳入“熊市”。市场要么在上涨，要么在盘整。如图0-1所示，这段时期应该买入共同基金。

此外，2008年熊市抬头时，你不应该投资共同基金或者与股市相关的任何长线投资工具。参见图0-1，你可以看到，除了日间小型的向上回调之外，这段时间根本没出现明显的上涨行情。一切都一目了然。

最近几年，自2009年3月起，股市经历了历史上规模最大的熊市反弹行情。迄今为止，市场已经收复了逾50%的失地。根据市场类型分析结果，股市自2009年5月起已经转入盘整状态，到2009年6月已经启动了多头行情。如图0-2所示，到2010年5月21日，市场再次回归空头行情。

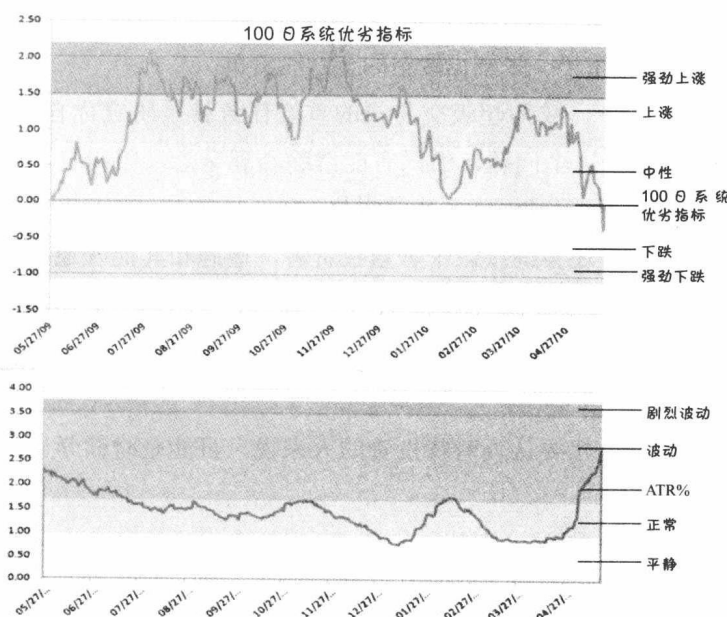


图 0-2 市场类型和波动性概览

如果经验更丰富一点，你可以买入上涨的股票，做空下跌的股票。如图 0-3 所示，股票 MYGN 在 2008 年总体市场下行的大多数时间都保持上行。3 月至 7 月，有大量证据证明该股票逆市上扬；7 月至 8 月，该股票涨势非常强劲。

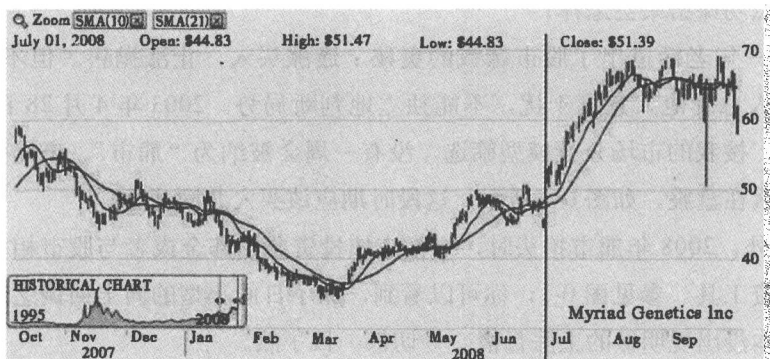


图 0-3 MYGN 股价走势

然而，可做空的股票带来的价值甚至更大。大多数 2007 年 7 月熊市到来之前受到追捧的股票都已直线下跌，包括石油类股、矿业类股、黄金类股，甚至还包括苹果公司等科技类股。很久之前所有这些股票都是绝佳的做空对象，而且大多数股票都不在 799 只禁止做空的股票名单中。2008 年 9 月 19 日至 10 月 8 日，美国政府公布了一张禁止做空的金融股清单。

顺便强调一下，成为超级交易员的首要任务就是研究你自己。这些年来，我向很多人强调了这个问题，但只有能清除心理杂念（阻碍自己的无益想法和情绪）的人才能做到逢涨买入、止涨抛售。

你呢？你是否还会继续做个普通投资者，遭遇和其他普通投资者一样的命运？或者说“不，这不在我的能力圈内”，然后把钱交给空头市场依然持仓，即便亏损仍要收费的专业人士？还是说，你愿意采取必要步骤，像做生意一样理财？

对于你们之中想要认真对待投资的人来说，可能是时候学习一些相关的知识了。

本书分为五个部分，对应我在范·撒普学院超级交易员项目中要求学员们采取的五个步骤。导言部分对本书的内容做了大体介绍，其他部分则提出了许多观点和方法，以帮助你实现在各类市场持续获利的目标。



目录

译者序

推荐序

前言 普通投资者的命运

导言 持续获利的五大步骤 1

第一部分 自我研究

交易成功的要素 13

实事求是地自我评估 16

你属于哪种交易类型 22

专注投入 25

做自己喜欢 30

对自己负责 33

借口 36

自我激励 39

自我评估 41

苦中作乐·····	45
用心交易·····	48
用心交易（示例）·····	54
与内心为友·····	56
学会超脱·····	59
在交易 / 投资中实现平衡·····	62
克服心理障碍·····	65
屡败屡战·····	68
快乐不需要理由·····	71
提高交易水平的心灵良药·····	76
笑对人生·····	79
实现目标的原则·····	91
甩掉思想包袱·····	94
如何判断自己已经做足了功课·····	98

第二部分 制定商业计划

制定交易 / 投资计划·····	103
确立交易使命是交易成功的关键·····	106
市场看法·····	113
洞悉市场大局·····	117
你的交易策略是什么·····	122
如何通过头寸调整策略实现目标·····	124
应对挑战·····	125
每日例行程序·····	127
自我教育计划·····	129
危机下的应急预案·····	130
灾难应急预案的心理预演·····	133
交易系统之外的其他系统·····	135
交易类型·····	139