

在暴涨暴跌的年代，没有好的交易心态，机会会变成危险。

战胜心魔，走向盈利：感谢你的思路：……期股争霸

行情是不能创造的，行情只能把握，没有好心态就会错过好行情。……格格他跌

读您系列文章，心中魔鬼似乎被驱除不少，甚是感激。……两股一翼

08年的股市可以摧毁大部分股民的投资心态。……老唐

忍耐是用心灵去拥抱伤害，忍耐是用意志去克服失败，忍耐是为了拥有未来。……神彩飞羊

我持续的冲动难道是因为在乎那些蝇头小利。……美女蛇

感谢分享，颇有所获。……yeshao

有道理，每次大行情我总是错过大半，就是不敢进场啊。……可怜的兰花

不管是做股票还是期货最终自己亏死的总是自己。……卡图生钱

在暴涨暴跌的年代，没有好的交易心态，机会都会变成危险。……两股一翼

战胜心魔，走向盈利：感谢你的思路：……期股争霸

行情是不能创造的，行情只能把握，没有好心态就会错过好行情。……格格他跌

读您系列文章，心中魔鬼似乎被驱除不少，甚是感激。……两股一翼

06年的股市可以摧毁大部分股民的投资心态。……老唐

忍耐是用心灵去拥抱伤害，忍耐是用意志去克服失败，忍耐是为了拥有未来。……神彩飞羊

我持续的冲动难道是因为在乎那些蝇头小利。……美女蛇

感谢分享，颇有所获。……yeshao

有道理，每次大行情我总是错过大半，就是不敢进场啊。……可怜的兰花

不管是做股票还是期货最终自己亏死的总是自己。……卡图生钱

在暴涨暴跌的年代，没有好的交易心态，机会都会变成危险。……两股一翼

战胜心魔，走向盈利：感谢你的思路：……期股争霸

行情是不能创造的，行情只能把握，没有好心态就会错过好行情。……格格他跌

读您系列文章，心中魔鬼似乎被驱除不少，甚是感激。……两股一翼

08年的股市可以摧毁大部分股民的投资心态。……老唐

忍耐是用心灵去拥抱伤害，忍耐是用意志去克服失败，忍耐是为了拥有未来。……神彩飞羊

我持续的冲动难道是因为在乎那些蝇头小利。……美女蛇

感谢分享，颇有所获。……yeshao

有道理，每次大行情我总是错过大半，就是不敢进场啊。……可怜的兰花

不管是做股票还是期货最终自己亏死的总是自己。……卡图生钱

在暴涨暴跌的年代，没有好的交易心态，机会都会变成危险。……两股一翼

战胜心魔，走向盈利：感谢你的思路：……期股争霸

行情是不能创造的，行情只能把握，没有好心态就会错过好行情。……格格他跌

读您系列文章，心中魔鬼似乎被驱除不少，甚是感激。……两股一翼

08年的股市可以摧毁大部分股民的投资心态。……老唐

忍耐是用心灵去拥抱伤害，忍耐是用意志去克服失败，忍耐是为了拥有未来。……神彩飞羊

我持续的冲动难道是因为在乎那些蝇头小利。……美女蛇

感谢分享，颇有所获。……yeshao

有道理，每次大行情我总是错过大半，就是不敢进场啊。……可怜的兰花

不管是做股票还是期货最终自己亏死的总是自己。……卡图生钱

在暴涨暴跌的年代，没有好的交易心态，机会都会变成危险。……两股一翼

战胜心魔，走向盈利：感谢你的思路：……期股争霸

行情是不能创造的，行情只能把握，没有好心态就会错过好行情。……格格他跌

读您系列文章，心中魔鬼似乎被驱除不少，甚是感激。……两股一翼

08年的股市可以摧毁大部分股民的投资心态。……老唐

忍耐是用心灵去拥抱伤害，忍耐是用意志去克服失败，忍耐是为了拥有未来。……神彩飞羊

我持续的冲动难道是因为在乎那些蝇头小利。……美女蛇

感谢分享，颇有所获。……yeshao

有道理，每次大行情我总是错过大半，就是不敢进场啊。……可怜的兰花

不管是做股票还是期货最终自己亏死的总是自己。……卡图生钱

在暴涨暴跌的年代，没有好的交易心态，机会都会变成危险。……两股一翼

战胜心魔，走向盈利：感谢你的思路：……期股争霸

行情是不能创造的，行情只能把握，没有好心态就会错过好行情。……格格他跌

读您系列文章，心中魔鬼似乎被驱除不少，甚是感激。……两股一翼

08年的股市可以摧毁大部分股民的投资心态。……老唐

忍耐是用心灵去拥抱伤害，忍耐是用意志去克服失败，忍耐是为了拥有未来。……神彩飞羊

我持续的冲动难道是因为在乎那些蝇头小利。……美女蛇

感谢分享，颇有所获。……yeshao

有道理，每次大行情我总是错过大半，就是不敢进场啊。……可怜的兰花

不管是做股票还是期货最终自己亏死的总是自己。……卡图生钱

在暴涨暴跌的年代，没有好的交易心态，机会都会变成危险。……两股一翼

战胜心魔，走向盈利：感谢你的思路：……期股争霸

行情是不能创造的，行情只能把握，没有好心态就会错过好行情。……格格他跌

读您系列文章，心中魔鬼似乎被驱除不少，甚是感激。……两股一翼

08年的股市可以摧毁大部分股民的投资心态。……老唐

忍耐是用心灵去拥抱伤害，忍耐是用意志去克服失败，忍耐是为了拥有未来。……神彩飞羊

我持续的冲动难道是因为在乎那些蝇头小利。……美女蛇

感谢分享，颇有所获。……yeshao

有道理，每次大行情我总是错过大半，就是不敢进场啊。……可怜的兰花

不管是做股票还是期货最终自己亏死的总是自己。……卡图生钱

在暴涨暴跌的年代，没有好的交易心态，机会都会变成危险。……两股一翼

战胜心魔，走向盈利：感谢你的思路：……期股争霸

行情是不能创造的，行情只能把握，没有好心态就会错过好行情。……格格他跌

读您系列文章，心中魔鬼似乎被驱除不少，甚是感激。……两股一翼

08年的股市可以摧毁大部分股民的投资心态。……老唐

忍耐是用心灵去拥抱伤害，忍耐是用意志去克服失败，忍耐是为了拥有未来。……神彩飞羊

我持续的冲动难道是因为在乎那些蝇头小利。……美女蛇

感谢分享，颇有所获。……yeshao

有道理，每次大行情我总是错过大半，就是不敢进场啊。……可怜的兰花

不管是做股票还是期货最终自己亏死的总是自己。……卡图生钱

做股票、炒期货，
敌得过对手的千军万马，
敌不过内心的一匹野马。

实战投资心理秘籍

谁能帮你赢利

Who can help you win

在资本市场，最终让你赢利的，不是市场面、不是技术面，而是心理面。



中国经济出版社
CHINA ECONOMIC PUBLISHING HOUSE

在暴涨暴跌的年代 没有好的交易心态 机会都会变成危险。.....弓长弦

祛除心魔 走向盈利：感谢你的思路！.....期股争霸

行情是不能创造的 行情只能把握 没有好心态就会错过好行情。.....格格幽默

读思系列文章 心中魔鬼似乎被驯服不少 甚是感激.....两股一翼

08年的股市可以摧毁大部分股民的投资心态.....老胡

忍耐是用心灵去拥抱伤害 忍耐是用意志去克服失败 忍耐是为了拥有未来.....神彩飞羊

我持续的冲动难道是因为在乎那些蝇头小利。.....黄文斌

感谢分享 颇有所获.....yeahcao

有理啊 每次大行情我总要错过大半 就是不敢进场啊！.....可惜的兰花

不管是做股票还是期货最终自己杀死的总是自己。.....卡恩生铸

在暴涨暴跌的年代 没有好的交易心态 机会都会变成危险。.....弓长弦

祛除心魔 走向盈利：感谢你的思路！.....期股争霸

行情是不能创造的 行情只能把握 没有好心态就会错过好行情。.....格格幽默

读思系列文章 心中魔鬼似乎被驯服不少 甚是感激.....两股一翼

08年的股市可以摧毁大部分股民的投资心态.....老胡

忍耐是用心灵去拥抱伤害 忍耐是用意志去克服失败 忍耐是为了拥有未来.....神彩飞羊

我持续的冲动难道是因为在乎那些蝇头小利。.....黄文斌

感谢分享 颇有所获.....yeahcao

有理啊 每次大行情我总要错过大半 就是不敢进场啊！.....可惜的兰花

不管是做股票还是期货最终自己杀死的总是自己。.....卡恩生铸

在暴涨暴跌的年代 没有好的交易心态 机会都会变成危险。.....弓长弦

祛除心魔 走向盈利：感谢你的思路！.....期股争霸

行情是不能创造的 行情只能把握 没有好心态就会错过好行情。.....格格幽默

读思系列文章 心中魔鬼似乎被驯服不少 甚是感激.....两股一翼

08年的股市可以摧毁大部分股民的投资心态.....老胡

忍耐是用心灵去拥抱伤害 忍耐是用意志去克服失败 忍耐是为了拥有未来.....神彩飞羊

我持续的冲动难道是因为在乎那些蝇头小利。.....黄文斌

感谢分享 颇有所获.....yeahcao

有理啊 每次大行情我总要错过大半 就是不敢进场啊！.....可惜的兰花

不管是做股票还是期货最终自己杀死的总是自己。.....卡恩生铸

在暴涨暴跌的年代 没有好的交易心态 机会都会变成危险。.....弓长弦

祛除心魔 走向盈利：感谢你的思路！.....期股争霸

行情是不能创造的 行情只能把握 没有好心态就会错过好行情。.....格格幽默

读思系列文章 心中魔鬼似乎被驯服不少 甚是感激.....两股一翼

08年的股市可以摧毁大部分股民的投资心态.....老胡

忍耐是用心灵去拥抱伤害 忍耐是用意志去克服失败 忍耐是为了拥有未来.....神彩飞羊

我持续的冲动难道是因为在乎那些蝇头小利。.....黄文斌

感谢分享 颇有所获.....yeahcao

有理啊 每次大行情我总要错过大半 就是不敢进场啊！.....可惜的兰花

不管是做股票还是期货最终自己杀死的总是自己。.....卡恩生铸

在暴涨暴跌的年代 没有好的交易心态 机会都会变成危险。.....弓长弦

祛除心魔 走向盈利：感谢你的思路！.....期股争霸

行情是不能创造的 行情只能把握 没有好心态就会错过好行情。.....格格幽默

读思系列文章 心中魔鬼似乎被驯服不少 甚是感激.....两股一翼

08年的股市可以摧毁大部分股民的投资心态.....老胡

忍耐是用心灵去拥抱伤害 忍耐是用意志去克服失败 忍耐是为了拥有未来.....神彩飞羊

我持续的冲动难道是因为在乎那些蝇头小利。.....黄文斌

感谢分享 颇有所获.....yeahcao

有理啊 每次大行情我总要错过大半 就是不敢进场啊！.....可惜的兰花

不管是做股票还是期货最终自己杀死的总是自己。.....卡恩生铸

谁能帮你赢利

做股票、炒期货，
敌得过对手的千军万马，
敌不过内心的一匹野马。

实战投资心理秘籍

Who can help you win

在资本市场，最终让你赢利的，不是市场面、不是技术面，而是心理面。



中国经济出版社
CHINA ECONOMIC PUBLISHING HOUSE

北京

图书在版编目 (CIP) 数据

谁能帮你赢利：实战投资心理秘籍 / 沈良著. —北京：
中国经济出版社，2009. 2

ISBN 978 - 7 - 5017 - 9000 - 5

I. 谁… II. 沈… III. 投资—经济心理学 IV. F830. 59

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 206556 号

出版发行：中国经济出版社 (100037 · 北京市西城区百万庄北街 3 号)

网 址：www. economyph. com

责任编辑：叶亲忠 (010 - 88380089 E-mail: yeqz@ sina. com)

责任印制：石星岳

封面设计：任燕飞装帧设计工作室

经 销：各地新华书店

承 印：北京人民文学印刷厂

开 本：787mm × 980mm 16 开

印张：15 字数：210 千字

版 次：2009 年 2 月第 1 版

印次：2009 年 2 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 978 - 7 - 5017 - 9000 - 5/F · 7982

定价：30.00 元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题，由我社发行部门负责调换，电话：68330607

版权所有 盗版必究

举报电话：68359418 68319282

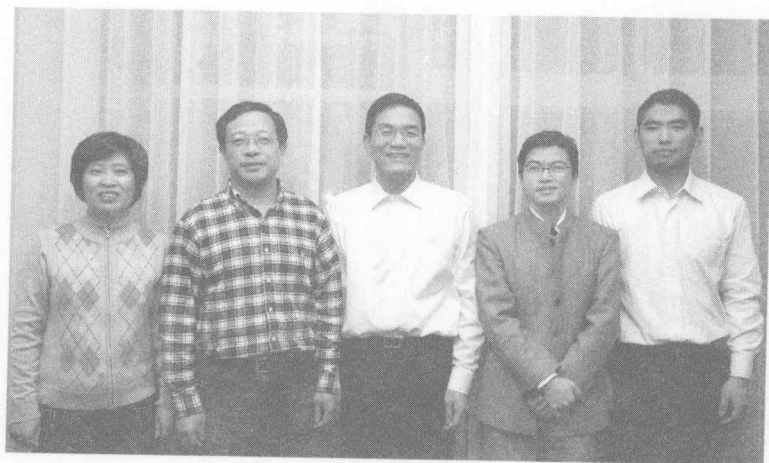
国家版权局反盗版举报中心电话：12390

服务热线：68344225 68341878

永安期货 财通证券 主 编

《谁能帮你赢利》编委：

沈继宁 方 锦 施建军
俞培斌 沈 良



照片左起：方 锦 沈继宁 施建军 沈 良 俞培斌

序 言

投资者在交易过程中，最容易忽略的就是心理因素对交易的干扰，最难以掌控的也是心理因素对利润的吞噬和对亏损的放大。

《谁能帮你赢利》一书的出版，填补了投资实战领域的心理面研究，标志着投资理财的实战研究进入了一个新的境界，上升到了一个新的台阶。《谁能帮你赢利》一书能够帮助普通投资者甚至专业投资者克服人性弱点、提升投资水平、达成财富升华。

中国资本市场经过近 20 年的发展，已经实现初步繁荣。大多数城市家庭对股票、期货、债券等理财产品已不陌生，并且大量的家庭和个人已经投身到资本市场，通过投资理财，希望达到家庭或个人资产的保值增值。

在当今中国，股票无疑是受众面最广、参与人数最多的投资品种，而期货则是发展最快、最具潜力的投资工具。然而，对个体投资者而言，不管是股票还是期货市场，都存在着不可预测的系统性风险和突发性风险。如何才能合理规避风险、有效控制风险，并达成稳定的赢利呢？

以往的投资实战研究，多集中在市场面的分析研究和技术面的指标研究，而本书则是第一次系统性地从投资心理的角度出发，全面阐述了在实战中心理面因素对盈亏的重要影响和如何克服心理因素走向赢利的系统性方法。这是对市场面研究、技术面

研究的补充和升华，是对亏损和赢利本质原因的正面解答，是建立全新、有效、可持续的赢利模式的基础。

投资者在追逐利润时，往往是一味地求助于外人或外物，期待着某位大师的指点或是某项技巧的应用，期待着以此走向一劳永逸的持续赢利，而没有深入分析本我的真实需求，更没有深入思考所谓的“指点”和“技巧”是否真正适合自己，自己能否完全按照“指点”或“技巧”进行交易；或者，只是把投资市场的博弈看做是自己和对手的博弈，认为只有战胜对手甚至战胜市场才能获得赢利，却不知道战胜自己的重要性。

实际上，只有根据自己的资金规模、风险承受能力、时间管理等建立适合自己的交易系统、交易模式，通过纪律来克服人性的种种弱点，并在万变的市场中不断完善自己，才能达到持续赢利。

也就是说，我们首先要分析的是自己，首先要了解的是自己，首先要战胜的也是自己，最终，能够帮助自己实现稳定赢利的，只有自己。

永安期货总经理：



2009年1月18日

目录

CONTENTS

开篇 用心赢天下 / 1

- ◎ 投资成败，人与人之间的差别在于心态的不同 / 4
- ◎ 人的心理很容易被魔鬼控制 / 5
- ◎ 战胜自己的内心是赚钱的关键 / 5
- ◎ 实战投资心理秘籍：克己—律己—达己—悦己 / 5

第一篇 克己（克己，而后平静） / 7

第一章 克服贪婪 / 9

- ◎ 贪婪是超越需求，并永不满足 / 10
- ◎ 欲望和贪婪的不同 / 11
- ◎ 学会理财，首先要学如何保证资金安全 / 12
- ◎ 不要每次都想赚大钱，赚大钱的机会自己会来 / 13
- ◎ 贪婪者，往往一招至死 / 15
- ◎ 克服贪婪的人，可以让自己活下去，并且越活越好 / 17

第二章 克服恐惧 / 19

- ◎ 恐惧源于未知 / 20
- ◎ 恐惧不但让人怀疑世界，也让人怀疑自己 / 21

- ◎ 解开心灵的枷锁：克服恐惧 / 22
- ◎ 我们恐惧的是行情还是我们自己处理行情的能力？ / 23
- ◎ 用“1230”和“3210”法则克服恐惧 / 25

第三章 克服冲动 / 28

- ◎ 冲动是犯错的根源 / 29
- ◎ 冲动其实是因为太在乎 / 30
- ◎ 冲动的持续，往往是因为不知道后果的严重性 / 32
- ◎ 冷静是克服冲动的良药 / 34
- ◎ “容”和“忍”可以帮助你克服冲动 / 36

第四章 克服懒惰 / 38

- ◎ 懒惰是人的天性 / 40
- ◎ 懒惰的心理根源：不劳而获、一劳永逸、一蹴而就、一无所求 / 41
- ◎ “懒人”的钱被勤劳的人赚去 / 43
- ◎ 懒惰的人为什么亏钱 / 46
- ◎ 如何克服懒惰 / 48

第五章 克服骄傲 / 51

- ◎ 骄傲是因为自己比别人优秀，但不知道还有更优秀的人 / 53
- ◎ 自信很重要，骄傲决不能要 / 54
- ◎ 偶然成功的骄傲要不得，必然成功的骄傲也不可取 / 56
- ◎ 骄傲是失败的朋友，是成功的敌人 / 58
- ◎ 克服不了内心的骄傲，就会被骄傲克服 / 60

第六章 克服妒忌 / 62

- ◎ 遥望成功，你是崇拜？是眼红？是妒忌？还是学习？ / 63
- ◎ 妒忌的本质是你不如人家，却去否定人家，或去挑战人家 / 65
- ◎ 最应该被挑战的是自己的内心 / 67
- ◎ 学习会让自己更成功，妒忌会让别人更成功 / 68

第二篇 律己（律己，以求不败） / 71

第七章 遵守纪律 / 73

- ◎ 没有纪律，一切都会毁灭 / 74

◎ 纪律分为两种，一种为外部纪律，一种为自我纪律 / 75

◎ 凡是能稳定赢利的人，必然是遵守纪律之人 / 76

◎ 了解哪些外部纪律，并为我所用？ / 77

◎ 如何根据自身特点制定自我纪律？ / 80

◎ 每个人都应该有自己的十大纪律 / 81

◎ 每个人都应该有自己的交易系统 / 82

◎ 纪律可变理论 / 84

第八章 不怕犯错 / 86

◎ 在这个世界上，不犯错的人是没有的 / 87

◎ 犯错不等于失败，但放弃等于失败 / 90

◎ 你的投资在犯错吗？ / 91

◎ 少犯错误的人可以赚多犯错误的人的钱 / 93

◎ 知错就改，让财富走向光明 / 95

第九章 爱好学习 / 98

◎ 因为世界永恒在变，所以我们要不断学习 / 100

◎ 市场万变，唯一不变的是学习的心态 / 101

◎ 不理解、不会做不该是放弃的理由而应是学习的机会 / 103

◎ 学习，会让你更强大 / 104

◎ 在投资市场学习什么？ / 106

第十章 严格止损 / 111

◎ 你为什么会亏损？ / 113

◎ 不止损的四个原因：侥幸、不甘心、无所谓、放弃 / 114

◎ 要么让损失终止，要么让损失放大，你怎么选？ / 118

◎ 干掉“侥幸”、“不甘心”、“无所谓”和“放弃” / 119

◎ 严格止损，保护自己才能消灭敌人 / 121

◎ 建仓止损和平仓止损没有差别 / 123

第十一章 敢于收益 / 125

◎ 收益是对风险的补偿 / 126

◎ 勇敢止损，更要勇敢收益 / 127

◎ 世界上没有止赢，把所有平仓都看成是止损 / 129

◎ 短线、中线和长线投资的“止损” / 130

第三篇 达己（达己，所以长胜） / 137

第十二章 了解自己 / 139

◎ 不了解自己，不会有大成就 / 140

◎ 先了解自己，再发展自己 / 141

◎ 投资是为了什么，投资对你而言是什么？ / 143

◎ 你可以不了解市场，但一定要了解自己 / 144

◎ 你要做中长线、还是短线 / 147

第十三章 忘记自己 / 153

◎ 忘我境界，沉醉于完美 / 155

◎ 从忘我走向成功 / 157

◎ 忘记自己，服从规则 / 158

◎ 忘记自己，服从市场 / 159

◎ 交易的时候，只有交易，没有你 / 163

◎ 你忘记自己，利润记得你 / 164

第十四章 宽容自己 / 165

◎ 人非圣贤，孰能无过 / 166

◎ 宽容别人是伟大的，宽容自己是英明的 / 168

◎ 把自己看做是人，而不是神 / 170

◎ 自己比别人差一些，不用看低自己 / 171

◎ 宽容自己，走向完美 / 173

第十五章 完善自己 / 175

◎ 人或许无法完美，但能完善 / 177

◎ 学以致用，强大自己的思维和本领 / 179

◎ 投资永无止境，投资需要永恒探索 / 180

◎ 完善自己的投资理念 / 182

◎ 完善自己的交易心态 / 183

- ◎ 完善自己的资金管理模式 / 184
- ◎ 完善自己的时机选择 / 185
- ◎ 完善自己的个股或品种选择 / 186
- ◎ 完善自己的进出场秩序 / 187
- ◎ 完善自己的交易规则 / 187
- ◎ 记住，完善自己是为了赚更多的钱 / 192

第四篇 悦己（悦己，美丽人生） / 195

第十六章 善待自己 / 197

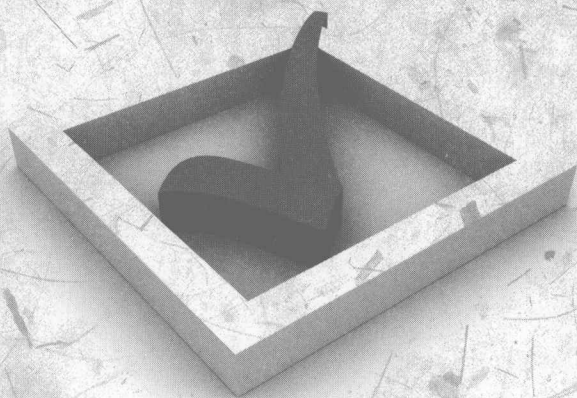
- ◎ 人很渺小，所以要善待自己 / 198
- ◎ 所谓善待自己，就是不要亏待自己 / 199
- ◎ 别人可以对不起你，但你不可以对不起自己 / 200
- ◎ 严于律己，然后善待自己 / 202
- ◎ 善待自己的人，才会善待他人 / 203

第十七章 金钱第二 / 205

- ◎ 资本市场是离钱最近的行业 / 207
- ◎ 金钱是什么？重新审视金钱 / 208
- ◎ 还有很多比金钱更重要的东西 / 210
- ◎ 金钱只是工具，只是催化剂 / 212
- ◎ 不要成为金钱的奴隶 / 213
- ◎ 永远记住金钱第二原则 / 214
- ◎ 你可以为了钱而奋斗，但不能只为了钱而奋斗 / 216

第十八章 快乐生活 / 217

- ◎ 投资是为了生活，生活不是为了投资 / 219
- ◎ 知足者常乐 / 220
- ◎ 掌握了稳定赚钱之后，也必须要学会持续快乐 / 222
- ◎ 快乐其实也是赚钱的本领 / 225



用心赢天下

开篇

良言：

人类永远探索不尽的事物有两样，一是我们头上的天，二是我们自己的内心；

投资是技术战，更是心理战；

投资是与别人作战，更是与自己作战；

想要稳定赚钱，就是要战胜自己的内心；

赚钱或亏钱最核心的因素，不是市场面，不是技术面，而是心理面。

◎ 投资成败，人与人之间的差别在于心态的不同

在投资和生活中，我们经常发现，同一套规则，两个不同的人实施，最终结果居然可以是截然相反的。

我的一个朋友 F 是期货私募基金经理，他自己建立了一整套交易系统，每年都能够实现 50% 以上稳定的赢利。F 从不把自己的交易系统视为秘密，只要有人和他交流或是向他请教，他从来都是毫不吝啬地说出他最本质的投资理念和交易技巧，最后，F 还与笔者一起把整个交易思路写成《期货兵法》出版。但是很多声称按照 F 的方法进行期货交易的投资者还是亏损出场。

是不是只有 F 才能完全实施他的交易策略，而其他人无法领略呢？

不是的。实际上，不少投资者对他的交易技巧都是十分熟悉的，也知道什么时候该进、什么时候该出、什么时候该反手、什么时候该重仓。那为什么想学他的投资者绝大部分都没能实现稳定赢利呢？

那是因为每个人的心态不同。

F 在交易中可以忘记自己，严格按照事先设计的规则建仓、平仓，甚至他都不主动去判断市场的走势，因为他要做的是在任何走势下都能找到对应的交易对策。

而其他想学他的投资者，往往因为人性的种种弱点，即使知道该做也因为担心或怀疑而没有及时去做，即使知道不该做也因为贪婪或怀着侥幸的心理而做了……最终，连自己都不知道，无法赢利甚至亏损是交易系统的问题还是自己的问题，也就无法掌握稳定赢利的交易技巧了。

◎ 人的心理很容易被魔鬼控制

怀疑、贪婪、恐惧、懒惰、骄傲、妒忌……人的心中藏着很多魔鬼，它们会时不时地出来影响你的思想和执行力。它们不需要任何营养就能快速成长，它们很容易左右你，让你冲动，让你思维混乱，让你行为失控，最终还要让你后悔。只有把它们驱逐出去或者禁锢起来的人，才能不被它们毒害，才能实现资本的相对稳定增长。

◎ 战胜自己的内心是赚钱的关键

我们说资本市场是战场，投资是和别人的战斗，打败了别人就能赢得资金的增长；同时，投资更是和自己的战斗，打败了内心的魔鬼才能真正赢得战争。

其实投资就是心理战，心态不好的士兵只会受伤甚至战死，只有心态好的士兵才能赢得战争。

其实投资就是自己与自己的战争，因为别人的心理，你是影响不了，更是左右不了的，你唯一能控制的是自己的“心”，管好自己的“心”才是赢得战争的关键。

◎ 实战投资心理秘籍：克己—律己—达己—悦己

正是因为人类的内心住着魔鬼，正是因为人类的内心有太多的弱点。寻找实战投资心理秘籍要做的就是：在投资活动中，找出人性的种种弱点并加以克服，找出个体的心理缺点并加以完善，找出人们内心的合理需求并想办法加以满足。

一个人的知识体系、投资理念、交易技巧固然重要，因为它们是能够赚钱的基础；而一个人的投资心理更为重要，因为它是能否赚钱的关键。也就是说在投资活动中，正确的投资理念和成熟的交易技巧只是赢钱的必要条件而非充分理由，良好的投资心理才是赢利的决定因素。

在此，我们要进一步明确：赚钱或亏钱最核心的因素，不是市场面，不是技术面，而是心理面。

在接下来的18个篇章中，我们将从克己—律己—达己—悦己的渐进思维体系，从克服贪婪、克服恐惧、克服冲动、克服懒惰、克服骄傲、克服妒忌；遵守纪律、不怕犯错、爱好学习、严格止损、敢于收益；了解自己、忘记自己、宽容自己、完善自己；善待自己、金钱第二、快乐生活等18个心理维度为大家详细阐述实战投资心理的魅力所在。希望读者看完所有篇章后，能够得到的不只是投资心理的完善、投资收益的增加，更能感悟到人性升华对投资乃至对人生的重要含义。