

百万美元 交易日志

一个交易者的心路历程

CHRONICLES of A
MILLION DOLLAR
TRADER [美] 唐·米勒 著 马福云 译
Don Miller

My Road, Valleys, and Peaks
to Final Trading Victory



机械工业出版社
China Machine Press

百万美元 交易日志

一个交易者的心路历程

CHRONICLES of A
MILLION DOLLAR
TRADER [美] 唐·米勒 著 马福云 译
Don Miller

My Road, Valleys, and Peaks
to Final Trading Victory



机械工业出版社
China Machine Press

图书在版编目（CIP）数据

百万美元交易日志：一个交易者的心路历程 /（美）米勒（Miller, D.）著；马福云译.
—北京：机械工业出版社，2015.1

书名原文：Chronicles of a Million Dollar Trader: My Road, Valleys, and
Peaks to Final Trading Victory

ISBN 978-7-111-49159-0

I. 百… II. ① 米… ② 马… III. 美元－交易－研究 IV. F827.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2015）第 013290 号

本书版权登记号：图字：01-2014-2046

Don Miller. Chronicles of a Million Dollar Trader: My Road, Valleys, and Peaks to Final
Trading Victory.

Copyright © 2013 by Don Miller.

This translation published under license.Simplified Chinese translation copyright © 2015 by
China Machine Press.

No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means,
electronic or mechanical, including photocopying, recording or any information storage and
retrieval system,without permission, in writing, from the publisher.

All rights reserved.

本书中文简体字版由 John Wiley & Sons 公司授权机械工业出版社在全球独家出版发行。

未经出版者书面许可，不得以任何方式抄袭、复制或节录本书中的任何部分。

本书封底贴有 John Wiley & Sons 公司防伪标签，无标签者不得销售。

百万美元交易日志：一个交易者的心路历程

出版发行：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：冯语嫣

责任校对：董纪丽

印 刷：北京市荣盛彩色印刷有限公司

版 次：2015 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

开 本：170mm×242mm 1/16

印 张：16

书 号：ISBN 978-7-111-49159-0

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

投稿热线：（010）88379007

购书热线：（010）68326294 88379649 68995259

读者信箱：hzjg@hzbook.com

版权所有·侵权必究

封底无防伪标均为盗版

本书法律顾问：北京大成律师事务所 韩光 / 邹晓东



短线交易真的能长期稳定获利吗？短线交易者的日常交易及生活状态是什么样的？成功的短线交易和哪些事项有关？短线交易者该如何切合实际地看待自己、看待市场、看待未来？唐·米勒先生用真挚的语言和无私的奉献精神为我们道出这一切，让我们能有幸看到一名成功的短线交易者的交易状态、生活状态和对交易、生活及未来的看法，让我们能切合实际地认识交易和生活的关系。

成功的交易者不会幻想自己一夜暴富，他们总能从生活的实际出发，在机遇来临时运用正确的方法，给自己一定时间，让利润随时间奔跑。他们可能并不认为利润是自己努力争取的，而是市场给的；他们也不会和别人争论些什么，他们只是按照自己的方法和纪律去做、去执行、去坚持，在时间的作用下结出一次又一次的资产高峰之花。

文中作者首先向我们介绍了他早期的生活背景，其目的是希望读者了解作者一些观念和性格的来源；在第2章中，作者以日志的形式向读者介绍了2008年在交易上发生的种种事情，向我们描述了他面临各种市场情况时的心情、处理过程和处理结果，有喜悦，有遗憾，有懊恼，也有难过，最终成功达成一年赚取百万美元利润的目标；之后几章中，随着一些重要事件的发生，作者的关注点又转向交易者教育和交易者权益维护上来，使我们明白交易并非生活的全部，甚至有时都可以不是生活的重点。没有夸张的语言，没

有华丽的辞藻，但我们可以真切地感受到这一幕幕。

从全书内容看，有关技术分析和交易方法的内容作者阐述得并不多，但在与交易有关的其他要素上，我们可以获得更多，比如有助于打破赚钱——骄傲——反省——赚钱——骄傲这个恶性循环的虚拟资产回撤法，写交易日志“时间窗口”、动力来源、宏观止损法，等等。这些是其他多数交易类书籍提及不多的地方。

一名成功的交易员一定是经历了努力的学习、成百上千次等待和坚持的煎熬，面对无数次的亏损，然后面对自己，了解自己的特长、性格，改掉了交易上的坏习惯之后，才在正确交易方法的指引下来到成功者的行列。即便如此，也不能保证交易之路万古长青。做到上述之后，只有在日常生活中保持足够的谦虚和清醒，才有可能不使资产出现那次让人难以承受的“大回撤”，从而保住自己多年来来之不易的胜利果实。在这方面，作者为我们提供了很好的思路，并为我们立下榜样。

本书适合有一定交易基础、有成功的交易方法，抑或是已经进入短线盈利状态的交易者阅读，可以帮助这类交易员在未知或尚未遇到的问题具有前瞻性的认识。当然，初学者也可以从中了解交易者的生活并从中学到一些基本的交易准则，并为保住长期交易利润的思想框架打下基础。

非常有幸能有机会翻译唐·米勒先生的这本书，我也从中学到了不少知识。同时感谢机械工业出版社华章公司的编辑冯语嫣和顾煦，感谢他们在翻译期间给予的帮助和体谅，另外还要感谢我的妻子滕晓菲女士，在翻译过程中给了我极大的鼓励与支持。

愿本书能助你在交易之路上更进一步！限于时间和水平，译文中缺点和错误在所难免，望读者批评指正。

马福云

2014年9月



这几年来，我对一些请我写交易书籍的人说了“不”，这里面有很多原因。

第一，我相信读者可以通过 donmillerblog.com 上的交易日志了解我的想法，不必大费周章地写一本书。网站上最初是一些详细的交易日记，后来加入了交易者教育、交易动力和行业动态等内容。此外，对一本交易类书籍来说，务必要精雕细琢，但另一方面又有可能存在内容“过期”的风险。因此，对一个好的作者来说首先要克服的困难是创造出经得起时间检验的内容，而这对我来说也是个挑战。

第二，这本书主要描述了 2008 ~ 2009 年期间的 18 个月时间，我通过股指期货的日内交易赚取 200 万美元的交易日志，这 200 万美元中大部分是在一年百万美元目标这个挑战自我的过程中赚来的，虽然这本书名叫《百万美元交易日志：一个交易者的心路历程》，但我不想写一本主要讲成功故事的书，我也不想说一些可能鼓励读者偏离他们目前的生活追求来“复制我的足迹”的煽动性话语。因为在你读到后面的章节时，你会发现创造出这样成绩的路程伴随着太多的艰难、挫折和沮丧，这些都在我追求那个难以达到的目标时以人性的弱点绊倒我。虽然最终我达成甚至超过了目标，但日志中并没有提太多这个过程给我和家人带来的牺牲与困苦。

第三，在写自传部分的时候，即便是怀着最好的目的，个人的自负和

骄傲情绪也难免流露在文字之中，而这又是写作的最大风险。可能也有交易者告诉过你，在交易世界里，自负和骄傲都是导致交易失败的主要原因，这句话同样适用于生活当中。另外，我所获得的任何成功基本上是在失败的基础上。多读几遍最后这句你可能就会了解到一些生活的秘密！因此作为作者，我要克服的另一个挑战是尽可能多地把失败的经历作为本书的主要内容，而不是通篇讲成功的案例。

第四，从纯商业角度看，一名好的交易者把精力放在交易上赚的钱远多于写书赚的钱。任何交易类书籍的作者都会告诉你稿费再多也不足以弥补由于分散精力写书所造成的经济损失。

第五，就预期教育意义而言，不可能通过一本书就让所有读者都学会交易。在业绩说话的交易领域，成功的交易需要强化教育、多年的经验累积、能力的磨炼和在永远变化的金融市场之海中航行的必要技巧。

出于这些原因，这些年来我多次拒绝写这样一本交易类的书。

电话

后来 John Wiley 出版公司的劳拉给我打来电话，她鼓励我把写过的日志进行整理和补充，并以书的形式呈献给读者。我知道 Wiley 出版公司是一家在金融界以高质量和高标准著称的出版商，起初进行出版创意和讨论的时候我有些不情愿，因为从一开始我就明白我们必须要做有实际价值的事，从 1990 年年末开始做交易者教育和宣传工作至今，我一直秉持这种想法。

之后比照开始了。我有机会沿着经典交易书籍《股票大作手利弗莫尔回忆录》^①（勒菲弗 [1923]1994）的路线，用我所有的交易日志写一本非小说类的书籍，要知道那本书可是 Wiley 出版公司的畅销书之一。但是自那时以后很多情况都发生了变化：短线交易机会的急剧增多、交易技术的改进、市场准入条件的提升和交易规则的变化。然而，这是个机会告诉世人有这样一

① 本书中文版已由机械工业出版社出版。

个人物的故事，他默默而又热心地准备多年，收获了真实的回报而且最终保住了这些成果。我们常听到的是投资家、名人、职业运动员和彩票中奖者最终都让他们的所得付之东流，有时其流失的速度和他们获得的速度一样快。当今世界也有现实版的戈登·盖柯（电影《华尔街》的主角），他为确保市场不拿走长期目标的利润增加了新的方法，就像现在，我们在玩一个确保经纪人不把你的辛苦钱卷走的游戏。

简单来说，随着时间的推移和讨论的深入，我的想法慢慢地从关注“是否该把我的故事讲出来”转移到“我的故事必须讲出来”上，只要能做到以下两点：①做一次证明，即只要将努力学习、经验、耐心、专注和动机有机地结合，成功的交易是完全可能的；②以这种方式记录我的交易经历，哪怕能帮助一个人避开我走过的弯路，不致失足也好。

我常说我不会让我的孩子把交易作为第一职业选择，因为在这个领域必须经历痛苦和艰难，其原因是：首先，多数小本生意失败了；其次，多数交易者失败了。正是这样，每个只有很少保证金的、有希望的交易者都从遭受上述两个打击开始。与此相反，我也曾说过：①毫无疑问在市场中持续赚钱，最终赚到大钱是有可能的；②如果权衡过这个领域的所有特性，我的孩子或者其他自己决定是否跟随我的职业，我会在他们选择的方式上尽我所能地帮他们少走弯路。因此在多年对写本交易类书籍说不之后，我终于同意了他们的写作邀请。

所以，欢迎和我一起展开这段生命之旅，我们的旅途会带领我们穿越令人绝望的无尽低谷，到达美丽的竹林（你会亲眼看到直入云霄的竹林）；我们将穿越时空，从我早期不成熟的交易开始说起；我们将穿越困苦的泥泞，直视自己的创伤，看看我通常是如何在干扰和专注之间进行战斗的，并重温与个人精神战斗的经历及生活的真正重点。经历过这一切，你会看到永远向前的路。

警告小贴士：在你开始阅读本书之前，我强烈建议你不要跳过前面的部分，仔细品味我所说的“竹”之年，在那里，时间、努力和恩惠之果终将绽

放。尽管我认为通常交易者开始时的焦躁是天性使然，他们可能更愿意跳过本章，但要知道第1章是后面章节的必要基础。

是的，这是一部包含了在金融交易世界有所成就的交易者的真实故事，它向我们展示了尽管人类自身有很多缺点——这个交易员尤其如此，但在数年的尽心尽力、准备和动机的碰撞后，任何事情都可能发生，成功之窗也很可能打开。不仅如此，更重要的是本书描述了一则关于激情、人性、泪水、胜利、赎罪的故事，以及在人性和追求永难实现的完美之间的持续斗争。所谓交易 / 生活互以为镜，一个方面成功，另一个方面也很可能成功。当我们一起走完这段旅程时，如果你对生活 and 交易的期望增加了，我们就会说我们的任务完成了。

在我们面对好的、坏的和丑陋的事情时我们都要坚定。其实就生活本身来说，无论是当时还是现在，你面对的都是好事，因为你面对的是来自上帝无情的恩典。



我该从哪里开始呢？就从两个容易的开始吧：我的主——救世者耶稣和爱我的妻子黛博拉，她曾经是那么厌恶风险、讨厌不安定的生活，但她始终支持着我的事业。没有这个不可思议的团队，我就不会有今天。曾经无论何时，他们都与我同舟与共。

我是耶稣的追随者，用好听的话说，我就是一个永远笨拙、磕磕绊绊、总是和自己战斗、花太多时间在宗教上的人。尽管本书中没有宣教的内容，但走过这么多年，也经历过各种事情，因此对上帝是否存在或真实的基督是谁并不会与人争论。对那些持有不同宗教观点的人，我对你们的爱多于争论，这种爱或许你也了解，期待能与你展开虚拟之旅。

至于我的妻子黛博拉，尽管我只在几个段落中提及她对我的爱、支持和耐心，但我能很轻易地写出另一本关于她对我生命的意义的书。简而言之，我非常有幸能和最爱我的人、最真挚的朋友、最贴心的知己一起经历人生的起起落落。

另两个需要感谢的人是：我们的两个女儿——考特尼和切尔西（按生日先后顺序排列）。她们过去对我的教育多过我对她们的教育。苹果掉下来不会离树太远，这既是祝福也是诅咒，取决于我的哪种性格传递下来以及传给了谁。她们在青年时期都达到了不可思议的高度，在成长过程中不断坚持努力。以切尔西来说，她十岁的时候被确诊为Ⅰ型糖尿病，这对我们全家来说

是个很大的打击，这意味着切尔西的一生都离不开医生、输液和胰岛素。但她通过自己的努力成为演说家和技艺娴熟的音乐家，这种精神鼓舞着我和其他人。也因为她，我们将销售交易教育录像和服务的一部分收入捐给美国糖尿病协会和其他慈善组织。

当然，除了他们之外我还要感谢我的父母——贝蒂和伯尼，他们跟我的祖父母一起养育了我，并在我早年遇到困难时给予我指导。尤其是我的外公弗雷德里克，在他 1983 年去世之前，对我的青年生活有很大影响；还有我的外婆，在她去世那天通过我父母送给我和家人一个安全的港湾——她的旧宅，而当时正是我生活最困难的时期。

在职业生涯中，虽然我承认我是通过个人的经验、历练和错误来了解这门生意，但在我职业“旅程”的各个阶段，还有一些杰出的人与我同行，包括《投资交易心理分析》^①的作者布雷特·斯蒂恩博格博士，我认为他的这本书是最好的交易书籍之一，也是这本书让我开始尝试着在博客上公开发表每天的交易日志。其他还有拉里·康纳斯、琳达·拉希克、戴蒙·帕夫洛斯和帕特·拉弗蒂，过去几年他们有的通过提供必要的设备、有的作为同事和朋友支持着我。

至于说到后来的事情，在不经意间，我们竟逐渐成为行业的领导者，可能是因为交易表现还不错，也可能是因为我们有可靠的交易方法，而这些也给我们带来了一些有趣的困扰。有些人希望从我们这里得到指引，这对我们是个挑战，因为当我们发现我们也需要别人听我们诉说或有个可以依靠的肩膀的时候，却发现自己有点孤单。这时候，一个真正“懂得交易”的强大人际网就成了“及时雨”。

我也要感谢 2009 年首批“水母”交易团队的成员，我会在第 4 章做详细介绍。在他们的帮助下，我有了一次非常独特的有教育意义的交易经历，他们忍受了我长达 8 周（长达 336 小时）的时间，真的应该给他们颁发一枚

① 本书中文版已由机械工业出版社出版。

勇气奖章。

最后，如果没有詹姆斯·克托拉斯、约翰·罗伊、格雷戈·科利特和商品客户联盟（曼氏全球的倒闭对数以千计的小商业农场主、农民、对冲基金及交易者带来不利影响，因此这个组织于 2011 年年底应运而生）的帮助，本书不能顺利完成。这个团队，尤其是詹姆斯，使这个精彩的行业遭遇不幸时期的误被冻结的资产快速物归原主。还要特别由衷地感谢桑迪·迈耶和约翰·诺奎伊——两个最真诚的朋友，他们在我初期混乱的阶段帮我保持个人和精神的平衡。不知道我们的相遇是偶然还是巧合，真是百年不遇。

最后，衷心地感谢大家对我的支持和厚爱。



译者序
前 言
致 谢

简介	1
“比赛”	2
动力萝卜	3
本书结构	4
交易日志的目的和作用	6
日志和交易表现	8
信誉和人性的平衡	8
竹子和窗口	10
只与交易有关的一本书	11
第 1 章 开始	13
早期的生活之坑	14
大器晚成	15
早年的职业生涯	16

不要辞掉你现有的工作	17
逃离深渊	17
进化	18
比赛的机会	21
第 2 章 交易大赛日志	23
2008 年 7 月日志摘要	24
2008 年 8 月日志摘要	48
2008 年 9 月日志摘要	78
2008 年 10 月日志摘要	102
2008 年 11 月日志摘要	128
2008 年 12 月日志摘要	146
第 3 章 比赛之外：2009 年优秀日志摘要	167
第 4 章 水母团队的诞生	185
初创	186
选择团队	187
“水母队员”说	188
第 5 章 培训之外：2010 ~ 2012 年优秀日志摘要	195
第 6 章 曼氏全球破产	209
一次独特的交易经历	215
第 7 章 上涨多少就回落多少	219
物体保持运动状态	221

在宏观水平上进行追踪止损 223

千言万语 225

第 8 章 最后的思考 231

附录 235

关于作者 239

参考文献 240



简 介

2007年11月，在经历了多次的开始、失败、再开始和消沉之后，46岁的我决定使用一种完全不同的方法，改变过去我在权益类指数期货上交易热情时有时无的状态。尽管衡量成功的标准很多，但我相信我目前的状态没能反映出我更深层次的潜力，就像冰山一样，大部分都在水面之下。进一步来说，因为我是个即将年过半百的人，身边只有一只退休基金，而在我看来，过去几年主要因为精力分散导致退休基金的交易结果并不理想，我想用这种方式让机会最大化，为我的家庭提供长期的财务安全。

另外，作为一名交易者、专栏作家和交易讲师，我深以为然的个人观点是人们应该在时间和环境允许的情况下，尽可能地发展独立的财务管理技能；我认为当时我在金融市场上正处于杂事不精、一无所长的阶段，对此我并不满意；再加上那些对不理解交易这门生意本质的人的刺激，说交易就是不可靠的赌博，任何成功的交易要么是不可能的，要么全凭运气，但我却偏不信邪。

■ “比赛”

我的解决方法？将自己置身于相当长的一段时间内，无论吃饭、睡觉、喝水、做梦还是进行日内股指期货交易，我都以一种极端而认真的态度来对待，目标是实现退休基金盈利100万美元，我把时间定为一年。这次“比赛”的目的随后会列出来，我在本书中三次提到过这些目标。第一，如果目标达成，我的退休养老金就会成倍增长，到那时财务安全的目标也会实现，这也会让我有时间和资源来追求后半生真正想要的事业，当然也包括交易。第二，力求实现目标，于我而言也是对自己的一次挑战，我想看看在经历了大约10年的成长之后，我在交易技能上到底走了多远。第三，这样做能提供大量真实的数据来展示成功的交易确实是可能的、有理有据的、可持续的和真实的。

和上述目标同等重要的是比赛中不该考虑哪些事。我认为有两点，即比赛既不意味着变得富有也不是自我推销的噱头。第一点在你读完本书的