



LOSSES

SUCCESS

FEAR
GREED
EGO
OVERTRADING

DISCIPLINE ✓
PATIENCE ✓
RISK CONTROL ✓
ACCEPTANCE ✓
LEARNING ✓

بهترین بازنده، برنده می شود!

“ تام هوگارد ”

دو تریدر، یک چارت و یک استراتژی؛

هر دو در یک نقطه وارد خرید می‌شوند.

ورود خرید

ورود خرید

استراتژی: یکسان

استراتژی: یکسان

بازار سقوط می‌کند.

اولی استاپش را می‌پذیرد
و با ضرری کوچک خارج می‌شود.

خروج

STOP LOSS

دومی استاپ را جابه‌جا می‌کند:
"هنوز تحلیل درست است"

STOP LOSS

چند ساعت بعد.
یکی فقط یک معامله را باخته؛

نتیجه امروز

-0.8%

وضعیت حساب:

خوب

آن یکی، نیمی از حسابش را.

نتیجه امروز

-49.7%

وضعیت حساب:

بحرانی

یک چارت، یک استراتژی؛
اما دو آدم متفاوت.

هدیه چهار هزار پوندی!

پوند انگلیس
سقوط می‌کند.

تام جوان،
پس‌اندازش را از
کرون دانمارک
به پوند
تبدیل می‌کند و
ناگهان حدود
۴۰۰۰ پوند
سود می‌کند.

به پولش
نگاه می‌کند
و لبخند می‌زند.

اولین برخورد تام
با بازار،
با یک برد شروع شد.

و گاهی،
خطرناک‌ترین چیزی
که بازار می‌تواند به
یک تازه‌کار بدهد،
یک برد زودهنگام است.

اتاق ۲۵ هزار نفره!

اتاقی پر از ۲۵ هزار معامله‌گر؛
پزشک، مهندس، مدیر و آدم‌های باتجربه.

اما روی دیوار یک عدد بزرگ دیده می‌شود:

%۷۵ تا %۸۵
بازنده‌اند.

بیشتر آدم‌های
باهوش هم
شکست خوردند.

همه باهوش بودند؛

اما بازار به باهوش بودن پاداش نمی‌دهد!

معمای وین ریت!

در بازار، مهم نیست چند بار درست می‌گویی؛

مهم این است که وقتی درست می‌گویی **چقدر می‌سازی**.

تریدر ۱ (برنده)

۳ تا استاپ خورد؛

چهارمی همه چیز را جبران کرد!

معامله ۴

- ① ✗ -100 pips
- ② ✗ -120 pips
- ③ ✗ -150 pips
- ④ ✓ +520 pips

نمودار تراز حساب



Win Rate: 25%

نتیجه نهایی:

+1,850\$

تریدر ۲ (بازنده)

۷ معامله از ۱۰ تا سودده

اما در نهایت...

معامله ۱۰

- ① ✓ +40 pips
- ② ✓ +35 pips
- ③ ✓ +30 pips
- ④ ✓ +25 pips
- ⑤ ✓ +20 pips
- ⑥ ✓ +18 pips
- ⑦ ✓ +22 pips
- ⑧ ✗ -220 pips
- ⑨ ✗ -250 pips
- ⑩ ✗ -300 pips

نمودار تراز حساب



Win Rate: 70%

نتیجه نهایی:

-1,250\$

VS

“
بازار به تعداد
بردهای تو
جایزه نمی‌دهد؛
به اندازه‌ی
سودهای تو
حقوق می‌دهد!



درست بودن کافی نیست؛
مدیریت سود و ضرر
همه چیز را تعیین می‌کند.



ضررهای کوچک را
کنترل کن؛
به سودها فضا بده.

راز حرفه‌ای‌ها



بازار به تو برای
درست بودن
پاداش نمی‌دهد.



وقتی درست می‌گویی،
بگذار بزرگ شود.



وقتی اشتباه می‌کنی،
اجازه نده بزرگ شود.

ذهن سوپرمارکتی!

یک تریدر به نموداری نگاه می‌کند که ۳۰٪ سقوط کرده.

لبخند می‌زند: «دیگه خیلی ارزونه... وقت خریده»



تخفیف
50%
OFF



یالن معاملاتی:
✗ ورود در کف‌های جهشی
✗ خرید فقط با تایید
✗ انتظار برای بازگشت قیمت

PLAN
DISCIPLINE
PATIENCE

بازار بیشتر سقوط می‌کند...



او دوباره می‌خرد:
«الان دیگه حتماً برمی‌گرده»



اما چند قدم آن طرف‌تر،
همان بازار هنوز در
حالت سقوط است.



او نمی‌داند ذهنش هنوز در بازار نیست؛
هنوز وسط فروشگاه محله ایستاده
و دنبال تخفیف می‌گردد.



جایزه‌ی یک تصمیم بد

1 تریدر وسط یک

سقوط شدید، بدون
هیچ دلیل مشخصی

خرید می‌کند.

دلیل برای خرید؟
ندارم!
ولی...
دیگه خیلی ریخته!

BUY

2

بازار کمی
دیگر می‌ریزد...



BUY

3

بعد ناگهان
برمی‌گردد.



BUY

4

معامله با سود
بسته می‌شود.



POSITION CLOSED
✓ PROFIT

EASY
MONEY?

5 تریدر لبخند می‌زند:

«دیدی؟
گفتم برمی‌گردد!»

من بازار رو می‌فهمم
حسم همیشه درست می‌گه



6

اما او نمی‌فهمد...

بازار به تصمیم بدش جایزه داده؛
و همین جایزه، تصمیم بد بعدی
را می‌سازد.



سود تصادفی، خطرناک‌تر
از ضرر است!

بازار می‌ریزد

دوباره همین کار
را تکرار می‌کنم

این روش
جواب می‌دهد!

بدون دلیل
خرید می‌کنم

باور غلط تقویت می‌شود:
«هر وقت ریخت، بخر»

بازار برمی‌گردد
و به من سود می‌دهد.



دیوید با اطمینان
در معامله خرید نشسته؛
تحلیل‌ها، نرم‌افزار
و محاسباتش همه
می‌گویند **بازار باید**
بالا برود.

اما نمودار
همچنان
پایین می‌رود.



همسرش نگاهی به
صفحه می‌اندازد و فقط
می‌پرسد:

ولی الان
بازار داره می‌ره **پایین...**
مگه نه؟

دیوید
ساکت می‌شود.

شاید او
دیگر بازار را معامله
نمی‌کرد؛
داشت از تحلیل
خودش **دفاع** می‌کرد.

زندانی تکنیکال

مشکل همیشه کمبود دانش نیست؛
گاهی **زیادی دانستن**، فقط راه‌های بیشتری
برای **توجیه تصمیمات** ما می‌سازد.

تریدر تازه کار

چارت شلوغ؛
ذهن آشفته
تحلیل بیشتر...
تردید بیشتر...
تصمیم سخت‌تر!



معامله‌گر حرفه‌ای

چارت ساده؛
ذهن آرام
تحلیل کمتر...
تصمیم واضح!
اجرای دقیق



ترس از عدم قطعیت

بازار به ما قطعیت نمی‌دهد؛
و شاید بزرگ‌ترین ترس تریدر،
همین ندانستن **نتیجه** معامله بعدی باشد.



صدای شک و ترس:

- ? اگر استاپ بخوره چی؟
- ? اگه اشتباه کرده باشم چی؟
- ? اگه برگرده چی؟
- ? اگه الان نزنم بهتر باشه؟
- ? اگه باید بیشتر صبر کنم؟
- ? اگه این فقط تله باشه؟
- ? اگه همه این تحلیل‌ها اشتباه باشه؟
- ...

ستاپ عالی ✓

- ✓ تحلیل انجام شد
- ✓ سطوح مشخص شد
- ✓ نقطه ورود واضح است
- ✓ ریسک مدیریت شده
- ✓ همه چیز طبق پلن است

حتی بهترین تحلیل
هم ممکن است
استاپ بخورد.

- پلن معاملاتی
- ✓ ورود
 - ✓ استاپ لاس
 - ✓ تارگت اول
 - ✓ تارگت دوم
 - ✓ مدیریت ریسک
 - ✓ مدیریت سرمایه

EXECUTE
THE PLAN
NOT YOUR
FEAR

قطعیت نداری؟
اشکالی ندارد.
پلن داشته باش،
اجرا کن و نتیجه را
به بازار بسپار.

نتیجه را
فقط بازار
مشخص می‌کند.

قطعیت توهم است.
احتمال، **حقیقت** است.

تمرکز روی چیزی که کنترل داری:



- تحلیل درست
- اجرای پلن
- مدیریت ریسک
- کنترل احساسات



ترس از چیزی که کنترل نداری:



- نتیجه معامله بعدی
- رفتار قیمت
- تصمیمات دیگران
- آینده بازار

بازار آینده را نمی‌گوید...
تو فقط برای هر دو **حالت** آماده شو.

تحلیل خوب، اجرای بد



تریدر ساعت‌ها تحلیل کرده و
جهت بازار را درست تشخیص داده.



اما وقتی قیمت به نقطه ورود می‌رسد،
وارد نمی‌شود؛
دو استاپ قبلی هنوز در ذهنش مانده.



بازار طبق تحلیلش حرکت می‌کند
و او فقط نگاه می‌کند.

تحلیل صبح

- ✓ روند: صعودی
- ✓ ساختار: سالم
- ✓ حمایت معتبر
- ✓ ستاپ عالی

مقاومت

نقطه ورود

حمایت

پلن معاملاتی

- ✓ خرید از حمایت
- ✓ ستد صعودی
- ✓ حد ضرر: زیر حمایت
- ✓ حد سود: مقلومت
- ✓ ریسک به ریوارد: ۱ به ۳

انضباط
کلید موفقیت

دو استاپ قبلی:
- استاپ خورد
- استاپ خورد

بازار به تحلیل خوب پول نمی‌دهد؛



به اجرای خوب پول می‌دهد.



۱. معامله‌گری بر خلاف غریزه انسانه!

در سود

+20\$ ✓

+50\$ ✓

+70\$ ✓



همینم خوبه،
قبل از اینکه از دست بره.



در ضرر

-20\$ ●

-50\$ ●

-70\$ ●

-100\$ ●



صبر می‌کنم...
شاید برگرده.



قوانین من:
۱. ضرر کوچک
۲. سود را رها کن
۳. احساسات = دشمن

FEAR
GREED
HOPE

REVENGE
TRADING

وقتی بازار به ما پول می‌دهد، می‌ترسیم؛
وقتی پولمان را می‌گیرد، امیدوار می‌شویم.

معامله قبلی هنوز تمام نشده

معامله اول

تریدر در معامله اول

100 دلار

ضرر کرده.



بد بود...
استاپ خوردم.
100 دلار ضرر.

چند دقیقه بعد

یک ستاپ عالی می بیند؛
این بار معامله وارد سود
می شود و به

100 دلار

می رسد.



خوب شد،
برگشتم
سر جای اول.

اما بازار...

بعد از بستن معامله،
بازار تازه شروع به
حرکت کرده بود.



ای کاش نگه
داشته بودم...



او بازار را معامله نمی کرد؛
داشت ضرر قبلی اش را جبران می کرد.

جنگ با درد

تریدر سه استاپ پشت سر هم خورده است.

معامله 1

استاپ خورد

-\$50



معامله 2

استاپ خورد

-\$50



معامله 3

استاپ خورد

-\$50



مجموع ضرر:

-\$150



بازم می‌خوای

ضرر کنی؟



حد سود

ورود

حد ضرر



پلن معامله:

- ✓ ورود طبق ستاپ
- ✓ حد ضرر مشخص
- ✓ تارگت مشخص
- ✓ مدیریت ریسک
- ✓ خروج طبق پلن

ستاپ چهارم دقیقاً طبق پلنش
شکل می‌گیرد؛

دستش روی موس می‌ماند...

با وجود ترس، معامله را
طبق پلن اجرا می‌کند.



اما ذهنش می‌گوید:

«بازم می‌خوای ضرر کنی؟»



معامله باز می‌شود.



حرفه‌ای بودن یعنی ممکنه همیشه احساس خوبی نداشته باشی؛
یعنی بتوانی ناراحتی را تحمل کنی،
بدون اینکه با یک تصمیم بد از آن فرار کنی.

بهترین بازنده برنده می شود!

تریدر اول

یکی استاپ مشابه می خورد.

1



استاپ -100\$

ضرر بخشی از بازی است ✓

FOCUS DISCIPLINE PATIENCE

ناراحت می شود، ضرر را می پذیرد و طبق پلن عمل می کند.

2



برمی گردد سراغ بازار و طبق پلن معامله می کند.

3 چند ساعت بعد...

نتیجه:
حساب سالم
برای فرصت بعدی



تریدر دوم

یکی استاپ مشابه می خورد.

1



استاپ -100\$

عصبانی می شود و سریعاً وارد معامله بعدی می شود.

2



استاپ -150\$

دوباره ضرر می کند...

3



استاپ -250\$

حجم را بیشتر می کند...

4



استاپ -600\$

حجم بزرگتر

به ضرر کردن ادامه می دهد...

5 چند ساعت بعد...

نتیجه:
حساب صفر شده



فرقشان در تحلیل نبود؛
یکی بلد بود ببازد، اما اون یکی نه.

ضرر خوب، سود بد



معامله 1: طبق پلن

بر اساس استراتژی و قوانین مشخص



- ✓ ستاپ معتبر
- ✓ ورود طبق قوانین
- ✓ ریسک مشخص
- ✓ استاپ مشخص
- ✓ مدیریت سرمایه رعایت شد

ژورنال:

همه چیز طبق پلن بود.
بازار خلاف جهت من رفت
و استاپ خورد.
اشتباهی از من سر نزد.



معامله 2: بدون پلن

بدون استراتژی و مدیریت ریسک



- ✗ بدون ستاپ مشخص
- ✗ ورود احساسی
- ✗ جابجا کردن استاپ
- ✗ میانگین کم کردن
- ✗ ریسک زیاد

دید؟

بازار برگشت!

حق با من بود.



بدون ژورنال:

✓ تصمیمات احساسی
✓ قوانین شکسته شد
✓ خطر بزرگ پذیرفته شد.
✓ تکرار این رفتار...

نتیجه:

سودی که با نقض قوانین به دست آمده
غیرمنطقی، خطرناک



نتیجه:

یک ضرر کوچک و قابل قبول
منضبط، حرفه‌ای و تکرارپذیر



اولی یک ضرر خوب بود؛
دومی یک سود بد.



سودی که خطرناک‌تر از ضرر است

تریدر چند معامله پشت سر هم سود می‌کند...



مجموع سود: +650\$

دیگه بازار رو گرفتم!

اعتماد به نفس کاذب شروع می‌شود...

- حجم بیشتری انتخاب می‌کند
- به دنبال سودهای بزرگ‌تر می‌رود
- قوانینش را نادیده می‌گیرد

این دفعه فرق می‌کنه...

معامله بعدی با حجم بیشتر!

ریسک قبلی: 1%
حجم قبلی: 0.01 لات
↓
ریسک جدید: 5%
حجم جدید: 0.05 لات

5 برابر ریسک قبلی!

یک معامله بد...

و بازگشت بخش بزرگی از سودها!



همه چی رو پس دادم...

وضعیت حساب
بعد از معامله 5:

+50\$
↑
(650\$ - 600\$)
سود خالص



سود خالص بعد از 5 معامله:
+50\$



محاسبه نهایی:

+650\$ - 600\$ = +50\$

یک تصمیم بد با حجم بالا
تقریباً همه سودها را از بین برد!



گاهی خطرناک‌ترین لحظه برای یک تریدر،
بعد از چند برد پیایی است.



کوبی و شوت‌های از دست‌رفته

حرفه‌ای‌ها از اشتباه فرار نمی‌کنند؛ برمی‌گردند و آن را بررسی می‌کنند.

1 یک بازی مهم...
کوبی جوان، چند شوت پشت سر هم را از دست می‌دهد.



2 بازی تمام می‌شود.
تیم می‌بازد.
حس شکست، او را پر می‌کند.



3 دو راه وجود دارد...
فرار از شکست ❌
برگشتن و رویه‌رو شدن ✅



4 کوبی راه دوم را انتخاب کرد.
همان شب، وقتی همه خوابند...



5 او برگشت...
و دوباره همان شوت‌ها را تمرین کرد.

او روی چه چیزهایی کار کرد؟

- همان نقطه‌ها
- همان حرکت‌ها
- همان اشتباه‌ها
- همان لحظات حساس
- تا زمانی که بهتر شد



نتیجه سال‌ها بعد...

			
۵ قهرمانی NBA	MVP فینال‌ها	۱۸ بار آل‌استار	اسطوره‌ای جاودانه

“ من شکست نخوردم.
من فقط راه‌هایی را پیدا کردم
که جواب نمی‌دهد.
- کوبی برایانت



تام هوگارد سال‌ها معاملاتش را
با جمله‌هایی مثل

«بدشانسی آوردم»

«بازار عجیب بود»

توجیہ می کرد.

تا اینکه تمام معاملاتش را جمع کرد؛

بدون بهانه،
بدون توجیه،

فقط واقعیت.

و از دل آن‌ها چیزی ساخت:

همه معاملات من
همه اشتباهات من
همه تصمیم‌های من
بدون فیلتر
بدون قضاوت

همه احساسات من
قبل، حین و بعد
از هر معامله

الگوهای من
در سود و ضرر

کتابی که قرار نبود به او بگوید بازار چه کار می کند؛

قرار بود نشانش دهد
خودش واقعاً چه کار می‌کند.

من چگونه معامله می‌کنم؟

صبر	☒
انضباط	☒
ترس	☒
عجله	☒
انتقام	☒
طمع	☒
اعتماد به نفس	☒

یک معامله، یک اتفاق: صد معامله، یک الگو

1
معامله

نتیجه:
-150\$
حجم:
0.10 lot

بازار
عجیب بود

2
معامله

نتیجه:
-180\$
حجم:
0.10 lot

خبر
خراب کرد

3
معامله

نتیجه:
-120\$
حجم:
0.10 lot

بدشناسی
آورد.

اما وقتی **صد معامله** را کنار هم می‌گذارید، یک چیز تکراری می‌بینید:

مرور ۱۰۰ معامله

شماره	نتیجه	حجم	بعد از چند استاپ؟
1	-150\$	0.10	-
2	-180\$	0.10	-
3	-120\$	0.10	-
...	...	...	...
24	-200\$	0.20	بعد از 2 استاپ
37	-160\$	0.20	بعد از 2 استاپ
58	-210\$	0.20	بعد از 2 استاپ
73	-170\$	0.20	بعد از 2 استاپ
89	-190\$	0.20	بعد از 2 استاپ
...	...	...	...



الگوی تکراری:
بعد از دو استاپ،
حجمش را بیشتر می‌کند.

رابطه بین تعداد استاپ‌های متوالی
و حجم معامله بعدی



یک معامله می‌تواند اتفاق باشد؛
اما **صد معامله** می‌تواند **حقیقت رفتار** را نشان دهد.



ریسک را قبل از سود مشخص کن

دو تریدر قبل از ورود:

تریدر اول (ضعیف)

اگه تارگت بخوره،
چقدر سود می‌کنم؟



- خرید
- جبران ضررها
- رسیدن به هدف

تریدر دوم (حرفه‌ای)

اگه اشتباه کنم،
چقدر ضرر می‌کنم؟

ورود

استاب لاس

ریسک مشخص

VS



تمرکز روی سود خیالی
قبل از ورود



اول ریسک را مشخص می‌کند،
بعد به سود فکر می‌کند



بازار سود را تضمین نمی‌کند؛
اما ریسک را می‌توان قبل از ورود مشخص کرد.



تریدر حرفه‌ای اول به ریسک فکر می‌کند، بعد به سود.

به سودها اجازه رشد بده

تفاوت بین بستن زودهنگام و دادن فرصت به معامله برنده

بستن زودهنگام

معامله به $+20\$$ می‌رسد...

همین سود رو بگیرم، بهتره از دست نره.

$+20\$$

CLOSE



خروج زودهنگام = سود کوچک + پشیمانی بزرگ
بازار بدون تو به مسیرش ادامه می‌دهد...

بعد از خروج زودهنگام



حد ضرر داشته باش
ضررت را محدود کن.



وقتی حق با توست
به سودت فرصت بده.



اجازه بده سودها رشد کنند
معاملات بزرگ، سودهای بزرگ می‌سازند.

دادن فرصت به معامله

معامله به $+20\$$ می‌رسد...

تحلیل هنوز معتبره.
اجازه می‌دم رشد کنه.

$+150\$$

$+100\$$

$+20\$$



صبر و مدیریت = سود بزرگتر
به معامله برنده اجازه نفس کشیدن بده.

بعد از دادن فرصت



معامله‌گر حرفه‌ای ضررهایش را کنترل می‌کند، اما به سودهایش بال پرواز می‌دهد.

ذهن هم مثل بدن تمرین می‌خواهد

بدون تمرین = تکرار همان اشتباهات

کتاب رو خوندم؛
دیگه نباید از ضرر
بترسم.

کتاب
معامله‌گری

اما روز بعد همان رفتارهای قبلی را تکرار می‌کند.

استاب را
جاذب‌جا می‌کند



بعد از ضرر
عجله می‌کند



به‌خاطر FOMO
وارد می‌شود



نتیجه:

استرس بیشتر، ضرر بیشتر،
اعتماد به نفس کمتر



تمرین روزانه = ساختن ذهن قوی

هر روز فقط یک
چیز کوچک را
تمرین می‌کنم.

روز اول

امروز استاب را
جاذب‌جا نمی‌کند



روز دوم

بعد از ضرر
عجله نمی‌کند



روز سوم

FOMO را
تشخیص می‌دهد
و وارد نمی‌شود



نتیجه:

استرس کمتر، ضرر کمتر،
اعتماد به نفس بیشتر



تغییر با دانستن اتفاق نمی‌افتد؛
با تکرار رفتار درست ساخته می‌شود.



یاد گرفتن
شروع است



تمرین روزانه
کلید تغییر است



پیشرفت کوچک،
نتایج بزرگ



انضباط امروز
آزادی فرداست



معامله‌گر حرفای
ساخته می‌شود،
نه متولد می‌شود.

موج سوار

تریدر حرفه‌ای با بازار نمی‌چنگد؛
او با موج مناسب حرکت می‌کند.



به موج‌ها دستور نمی‌دهد.



صبر می‌کند تا موج مناسب برسد.



وقتی شرایط درست شد، اجرا می‌کند.



اگر زمین بخورد، یاد می‌گیرد و دوباره برمی‌گردد.



⊗ موج نامناسب



من امروز وقت گذاشتم،
پس باید موج بیاد!



موج به درد نمی‌خورد؛
خسته و پرریسک است.



صبر می‌کند و انرژی‌اش
را حفظ می‌کند.

صبر، بخشی از مهارت است. !

✓ موج مناسب



شرایط را می‌بیند.



موج مناسب می‌رسد.



با اعتماد وارد می‌شود
و اجرا می‌کند.



اگر زمین بخورد،
یاد می‌گیرد و ادامه می‌دهد.

فرصت‌ها را شکار می‌کند، آن‌ها را شناسایی می‌کند. 🎯

“

فرقی نمی‌کند چند بار بیفتی؛
مهم این است که
بعد از هر سقوط،
هوشمندتر بازگردی.

”

اگر زمین بخورد...



اقیانوس را مقصر نمی‌داند.



اشتباه را می‌پذیرد.



یاد می‌گیرد.



دوباره آماده می‌شود.

بازار را مجبور نکن؛ خودت را آماده کن.



مشاهده کن
شرایط را ببین.



برنامه داشته باش
قبل از موج آماده باش.



مدیریت ذهن
صبر و انضباط داشته باش.



اجرا کن
وقتی زمانش رسید.



تکرار، مرور، رشد
هر روز بهتر از دیروز.



موج همیشه هست؛ اما سوار شدن روی موج مناسب، مهارت می‌خواهد.

بازار دشمن تو نیست

واکنش احساسی ❌

تریدر استاپ می خورد.



با عصبانیت به چارت نگاه می کند
«بازار پول منو گرفت؛
باید پشش بگیرم»

چند دقیقه بعد... ⌚



دوباره وارد می شود...



نتیجه:

انتقام، تصمیم های احساسی
و ضررهای بزرگ تر

واکنش حرفه ای ✅

تریدر استاپ می خورد.



آرام به چارت نگاه می کند و می گوید:
«بازار کاری با من نداشت؛
فقط حرکت کرد»



لپ تاپ را می بندد و
از بازار فاصله می گیرد.



نتیجه:

آرامش، کنترل ذهن و
تصمیم های بهتر



وقتی دیگر با بازار نمی جنگی،

لازم نیست هر معامله را به یک نبرد تبدیل کنی.

نقشه راه کتاب بهترین بازنده برنده می شود

خلاصه مسیر ذهنی و عملی این کتاب

این مسیر درباره بازار نیست؛ درباره توست.
بازار فقط جایی است که خودت را می بینی.



هدف نهایی



آزادی مالی و ذهنی
ساختن یک ذهن قوی،
انضباط پایدار و
اجرای حرفه ای.

8

تداوم در مسیر

• ثبات در اجرا.
• رشد مداوم ذهن و مهارت.
• رسیدن به آزادی مالی و ذهنی.



7

هنر رها کردن

• رها کردن نتیجه.
• رها کردن کنترل بازار.
• تمرکز بر آنچه در کنترل توست.



6

مدیریت ذهن در ضرر

• پذیرش ضرر جزئی از بازی.
• کنترل احساسات بعد از ضرر.
• بازگشت بدون حس انتقام.



5

اجرای استراتژی

• پایبندی به برنامه معاملاتی.
• مدیریت ریسک و سرمایه.
• اجرای بدون تغییر و بهانه.



3

درک بازار و خود

• بازار را همان طور که هست ببین.
• شناخت سبک شخصی.
• همراستا شدن با روند و شرایط.



2

پذیرش واقعیت

• هیچ تضمینی در بازار نیست.
• ضرر بخشی از هزینه یادگیری است.
• تو نمی توانی بازار را کنترل کنی.



1

تغییر باورها

• باورهای محدودکننده را بشکن.
• بازنده بودن یک عادت خوب نیست.
• مسئولیت نتایج را بپذیر.



ابزارهای مسیر

مدیریت ریسک



قوانین شخصی



ژورنال و مرور



مدیتیشن و تنفس



صبر و انضباط



فاصله گرفتن



تغییر هویت



واکنش سریع
و احساسی



تصمیم های
آگاهانه و منطقی



اجرای منظم
و بدون تغییر



نتایج پایدار
در بلندمدت



آزادی مالی و ذهنی
سبک زندگی دلخواه



بازار هر روز در دسترس است،
انتخاب با توست که چه کسی باشی.