

0920: 《为什么要财务自由》	没有财务的自由是一种假象的自由、受控的自由	财务自由可以追求梦想，时间不受控，心灵自由
0921: 《贫穷，对你的思维方式造成多大伤害》	1. 穷人思维喜欢用时间换钱 2. 穷人思维往往过于注重沉没成本 3. 穷人思维过于关注拥有的资源本身——量入为出、稀缺心态、管窥效应	建立时间价值概念：减少做花时间多收益少的事 沉没成本不可追：钱已经花错了，如果再浪费时间就是错上加错 拓展自己的视野：防止掉入管窥视线内，制定长远计划
0922: 《那些拿命换钱的年轻人，换着换着就死了》	1. 不是只有努力就够了 2. 消耗健康去换钱是没有意义的 3. 专注健康，不然疾病会让你的努力白费 4. 家里的顶梁柱不能出问题 5. 对健康问题存有侥幸心理	怕死的人才能活得更久
0923: 《你如何度过周末，就如何度过一生》	1. 让周末忙起来，就不会有周一进入工作的焦虑 2. 利用周末打磨自己的擅长 3. 利用周末打入其他圈子积攒人脉	
0924: 《从月光入门到迈出资第一步，14天能带给你什么》	1. 理财意识的培养 2. 价投思维的建立 3. 家庭财务的配置 4. 理财规划的制定 5. 良好习惯的培养	
0925: 《人生是场长跑》	1. 虽然事业上顺利，但要有长远计划，未雨绸缪 2. 不为炫耀，不即时享受 3. 财富终值取决于投资理念，和收入关系不大	
0926: 《取到崭新连号人民币，我却一点都不开心》	1. M2（广义货币 - 整个社会上钱的数量），超过GDP的增长货币贬值 2. CPI（消费者物价指数）可以看做是通货膨胀率	
0927: 《一则故事了解保险实质》	1. 回归保险本质，买消费型保险合适 2. 分红、万能、投连险都是拿客户的钱去投资然后分成	
0928: 《一个普通人怎样靠股票赚到100万？》（同晚八点《死胖子故事的拆解》）		
0929: 《你学不会的自我投资，其实就这么简单》	1. 思维意识和心智模式受限，过于关注短期利益，忽略或舍不得投资更好的 2. 不懂如何成长、懒、看不到未来的价值 3. 没有足够的耐心等待收获、半途而废 4. 没有主动拓展圈子，为自己创造学习环境	1. 构建学习需求，建立学习目标；2. 请教相关行业牛人；3. 对这个领域进行一个主题阅读和系统学习；4. 每次必做总结和复盘；5. 独立思考、善用百度；6. 找机会分享，教是最好的学习；7. 习惯固定的升级自己的知识系统和思维模式，开启并运用不一般的心智。
0930: 《你的圈子决定了你的未来》	1. 圈子决定眼界和格局 2. 圈内的人更容易深刻理解行内事物的现在和未来，获得时间优势	

0930: 《你的“圈子”就是你的未来》	<ul style="list-style-type: none"> 3. 圈子就是平台，不一样的平台对同样努力的人带来的效益就不一样 4. 进入一个圈子后，要修炼自己的核心竞争力，成为行业专家，获得业界认可，获得江湖地位，才能真正成为圈内人
1001: 《为什么99%的人都没能实现财务自由？》	<ul style="list-style-type: none"> 1. 如果你不花时间去创造你想要的生活，你将会被迫花更多的时间去应付你不想要的生活 2. 利用复利建立长期管道（被动收入） 3. 拿到收入的第一件事就是支付自己，支出和储蓄后剩余的钱固定存入投资账户 4. 利用时间建立短期管道（培养一个业余擅长、几年之后会带来收获） 5. 试着兼职某个业务，利用网络等渠道建立稳定忠诚客户群
1002: 《有了这3个投资建议，工资1000+也不怕》	<ul style="list-style-type: none"> 1. 把量化思维带入生活里，任何事都可以算下投入产出比（成本包括时间、金钱、情绪能量等）
1003: 《最好的教养，是父母不放弃自我成长》	<ul style="list-style-type: none"> 1. 表面上的“圆满”之后，要继续自我探索，很多人议题并没有完成 2. 观念就像地图，我们必须在走出路来和升级地图中不断模进 3. 回避问题并不能彻底跳过，等无法避开的时候（如亲属关系）会让问题更严重
1004: 《20多岁的你一定还没明白的5件事》	<ul style="list-style-type: none"> 1. 设立目标，主动去积累能力 2. 珍惜时间，把时间放在投入产出更高的地方 3. 尽早储蓄，日积月累，钱的多少相对决定以后的高度 4. 主动成长 5. 保持阅读和实践的习惯
1005: 《你的死工资，正在拖垮你》	<ul style="list-style-type: none"> 1. 现有的工资模式已经不符合互联网商业，股权模式更适合，要有升级自我认识的意识 2. 工资也越来越有风险，行业越来越动荡 3. 多想如何让自己变得不替代，变得稀缺，变得有话语权 4. 雇佣制会退出舞台，合伙制会成为主流
1006: 《我有一万元，今年年底可以翻一倍吗？》	<ul style="list-style-type: none"> 1. 没有独立思考或者懒于思考的人更容易被骗 2. 投资前先投资自己的大脑，明明白白由自己去做每一个决策，把决策权让渡给别人是对自己的不负责 3. 只有聪明的、勤奋的、不断学习的投资者，才能在这个市场上赚到钱
1007: 《要为自己的未来花点钱》	<ul style="list-style-type: none"> 1. 以量化思维的角度去学习，表面上免费的学习很可能花掉人际、时间、心情等更高的成本 2. 蹭资源的心态容易让自己陷入被动，从短期来讲可能获得利益，但是从长期来讲牺牲更多 3. 雇佣关系比人情来得公平和舒服，去花钱买服务 4. 花钱买优质的东西，比如时间、见识、形象、经验等 5. 免费的东西往往带有诱惑消费、低于标准等 6. 愿意为优质东西付费的意愿与自己成长速度成正比
1008: 《从另一个角度告诉你坚持的意义》	<ul style="list-style-type: none"> 1. 很多时候你只需要比竞争对手多坚持一点点 2. 小聪明和多疑的人性阻碍了人们的坚持 3. 做什么事都要有个整体的视野，不受短期利弊而波动

时间是最好的朋友

1009: 《定投6年以亏损收场, 他到底做错了什么》	<ul style="list-style-type: none"> 1. 基金定投, 可以没有止损, 但是一定要有止盈 2. 如股市大幅下挫可以加大定投金额, 以更便宜价格获得更多份额 3. 波动越大的基金越适合定投, 所以定投股票基金合适, 指数基金更佳
1010: 《我月入5万, 可是我好穷》	<ul style="list-style-type: none"> 1. 不同阶层的人对穷富的定义也不一样 2. 欲望膨胀速度远超挣钱速度、没有风险意识、对金钱不敏感、没有预算、没有计划等, 就会对支出失控 3. 很多哭穷的人是因为没安全感 4. 远离哭穷
1011: 《你是不是也经常说“等有时间再做”》	<ul style="list-style-type: none"> 1. 人的本性, 时间越多越不会珍惜, 所以刻意制造稀缺从而最大化利用 2. 忙里偷闲会促使学会管理时间, 带来成就感、强大、自信 3. 来得太容易的东西, 会对它的感觉就会迟钝
1012: 《掏心窝谈谈赚钱这件事》	<ul style="list-style-type: none"> 1. 耐心打磨自己的能力, 卖个好价钱 2. 为自己做事而不是为工资做事, 在同等时间里赚了工资还提升了自己 3. 批发自己的时间, 把时间维度考虑进去, 打造一个可以批量的赚钱方式

0919: 《训练营的那些事儿》爬楼密码: 很高兴遇见你	
0920: 《购物和时间的量化思维》爬楼密码: 匆匆那年	<ul style="list-style-type: none"> 1. 量化思维: 从整体的分析一年内花多少钱享受多少 2. 把时间考虑进成本
0921: 《复利的威力》爬楼密码: 未来无穷尽	<ul style="list-style-type: none"> 1. 影响最终结果最重要的是时间 2. 复利的魔力同样在健康、学习等方面有同样效应
0924: 《科学记账》爬楼密码: 财源滚滚来	<ul style="list-style-type: none"> 1. 改变记账习惯, 记录有用数据 2. 定期分析数据, 管控意外消费 3. 加入必要、需要、想要三个项目, 方便后期分析 4. 利用子分类设置记关于旅游等阶段性花费项目
0925: 《资产与负债》爬楼密码: 一起笑到最后	<ul style="list-style-type: none"> 1. 资产就是给自己带来收益或者说把钱放进你口袋里的东西 2. 负债就是金钱会流出或者把钱从你的口袋里取走的东西 3. 资产就是会不断带来收入的, 就像金鹅下蛋一样 4. 不断买入资产 5. 职业生涯前期靠投资自己提高主动收入, 但主动收入有天花板
	<ul style="list-style-type: none"> 1. 摆脱月光第一件事情是记账 2. 消费可以分成必要、需要、想要三种 3. 需要3-6个月应急金应对不时之需 4. 保险应优先考虑家庭经济支柱人员

1) 风险极高, 实业收藏品, 外汇期货, 贵金属

0926: 《抢答+通货膨胀与投资陷阱》爬楼密码: 打败这个小婊砸		1 / 风险取向: 大亚双微田、力化初只、贝亚/商	
	5. 不同风险的投资品种	2) 风险高: P2P、信托、股票	
		3) 风险中: 企业债	
		4) 风险低: 地方政府债、货币基金、国债逆回购、国债、定期存款	
	6. 直销: 卖比产品应有的价格高并以发展下线的模式		
	7. 传销: 卖根本没有价值的东西并以发展下线的模式		
0927: 《保险那些事》爬楼密码: 护你周全	1. 制定理财目标SMART原则	1) 明确性 - Specific (目标必须是具体的)	
		2) 可衡量性 - Measurable (目标是可以量化或行为化的)	
		3) 可实现性 - Attainable (在付出努力的情况下是可以实现的, 避免设立过高或过低的目标)	
		4) 相关性 - Relevant (目标是与生活其他目标的相关性)	
		5) 时限性 - Time-based (目标完成的期限)	
	2. 保险三大功能	1) 经济补偿功能: 风险转移, 降低自身损失, 并对于自身提供补偿	
		2) 资金通融: 以疾病为例, 不因经济能力耽误治疗, 从容面对, 病有所医	
		3) 社会管理功能: 投保可减轻家庭、经济、家庭成员面对生老病死的二次伤害	
	3. 社会保险和商业保险相辅相成、相互补充		
	4. 险种	寿险: 以人的生死为保险对象的保险, 不管因意外还是疾病死亡, 都会赔付	
0928: 《价值投资的基础》爬楼密码: 学得好吃得饱		意外险: 因意外伤害、意外残疾、意外医疗费用或丧失劳动力赔付的保险金	
		重疾险: 特定的重大疾病所花费的医疗费用赔付的保险金	
	5. 没有最好的保险, 只有最适合的保险, 根据当下需求和主要面临的风险, 通过不同组合来满足不同阶段		
	6. 保险三大基本原则: 保障全面、保额充足、保费适当		
	7. 参考配置	1) 还没有家庭的年轻人: 主考虑价格低保障高的意外险或定期寿险, 次重疾险, 再次健康医疗险	
		2) 有小孩家庭: 先配备家庭经济主力, 有经济能力先买长期终身型的险, 再给孩子配健康医疗和意外险, 给老年人配网销型的意外险	
	8. 有理财能力的保险就买侧重保障, 比如消费型的保险, 其它的钱用于自己投资		
	1. 股票是一种交易品, 也有它本来的价值		
	2. 投资者着眼于长期利益, 投机者着眼于短期价格涨落		
	3. 价值投资理念, 是量化分析, 在一定程度上来讲可以超额收益也相对安全		
	4. 借钱投资会影响心理, 从而影响整个投资计划		
	5. 对公司的正确估值可以更好的把握买入和卖出		
	6. 估值可以通过分析公司的财报中获得量化数据, 理性投资获得收益		
	7. 价值投资的量化分析, 可以运用到自己的工作中, 找到属于自己的位置		
		1. 当我们走进一个人的生活里, 就会发现很多人的机遇并不是偶然;	

长投33期9班

晚八点：专题

0928: 《死胖子故事拆读》爬楼密码：一起赚大钱

2. 人的格局让他们只会跟身边的人比较，而不是去学习背后有用的东西；
3. 设立一个可行的目标，并去执行；
4. 储蓄的重要性，与投资品种关系不大，最重要的是坚持，让时间发挥价值；
5. 发现高性价比的东西，实用主义，量入为出；
6. 日积月累，多花一点和储蓄一点，慢慢的随着时间拉开差距；
7. 和幻想未来赚钱能力相比，不入如踏实计划一个可行的目标；
8. 浮躁和幻想未来，让人们不断乐此不疲的重复犯错；
9. 定投比一次性投入更抗风险；
10. 延迟消费，杜绝买“想要”的东西；
11. 先存钱再消费，不去影响计划；
12. 买一辆炫耀而不实用的车，对事业和找对象都帮助不大，而且会让计划延后；
13. 同样的东西对不同人和在不同阶段的效用是不同的，我们要从长期去平衡，在最合适的性价比最高的时候去使用这个东西；
14. 拥有的财富有多少就会打开相对应的机会大门；
15. 运气是准备出来的；
16. 越早有储钱的思维越能让时间发挥价值；
17. 即时消费享受短暂快乐，延迟消费在未来享受长久快乐；
18. 期待未来的高收入相当于赌博；
19. 财务自由度决定了生活自由度，更决定了一个人未来的高度；

0929: 《圈圈个人经历分享》爬楼密码：年轻有钱黑富美

1. 听信息来投资的，被动而且风险很高
2. 只有了解在投的投资品并掌握正确的方法，才能踏实的赚到那份钱
3. 估值除了在投资时可以帮我们选到被低估的公司，还可以帮我们做更好的职业规划，还可以应用到生活中的很多方面，比如创业
4. 核心竞争力是持续经营的根本
5. 当综合去分析好并制定的计划要马上行动，争取时间上的优势
6. 不做小聪明的理论派，要做勇敢勤奋的行动派

1005: 《长投大神猫姐的故事》爬楼密码：双节要嗨要学习

1. 穷在很多时候是没有拒绝不要的资本
2. 估值是买卖股票至关重要点
3. 开发被动收入越早越好，让时间成为增上

1006: 《如何变穷的四种方法》爬楼密码：不一样的思考

1. 过自己想要的生活，唯一的办法就是改变、行动
2. 现在的状态是过去的努力换来的，未来的状态由现在的努力决定
3. 逆向思维：想要天秤倾向一侧，可以往一侧加码亦可往另一侧减码
4. 没有对生活和财务规划，就会失去控制
5. 会让你变穷的四个原因
 - 1) 意外：比如意外伤害等造成的医疗费用等
 - 2) 疾病：因生病造成财务的困境
 - 3) 无规划支出：任性的生活方式正在透支未来
 - 4) 脆弱的投资系统：缺乏专业知识导致投资不理想

1. P2P的本质是个人对个人或者个人对小企业的借贷，就是我们在一个平台上把钱借给另一个人

- 1) 目前中国的征信体系不完善，不能清楚了解借钱人的信用情况

1008: 《了解P2P》爬楼密码: 绿茶婊	2. 中国P2P的问题	2) 目前P2P行业监管不到位
		3) 国内和国外的金融环境不一样, 例如借钱人的用途等
1009: 《定投出来的百万富翁》爬楼密码: 把我唱给你听		1) 是否有风险保证金
		2) 是否有融资性担保公司
1010: 《瓶子的理财故事》爬楼密码: 柳暗花明		3) 是否有保险公司担保
		4) 是否建立完善的线上线下风险控制系统
1008: 《了解P2P》爬楼密码: 绿茶婊	3. P2P平台选择注意事项	5) 是否有银行、互联网大佬、大企业等的背景
		6) 资金是否在银行或者第三方托管
1009: 《定投出来的百万富翁》爬楼密码: 把我唱给你听		7) 平台的规模、名气较大, 实力较强
		8) 平台的透明度高
1010: 《瓶子的理财故事》爬楼密码: 柳暗花明		9) 在第三方P2P门户网站或者一些P2P论坛上口碑比较好、统合评价高
	4. 不熟的投资品不投, 同样收益率的还有其他更合适的投资品做选择, 如股票、基金	
1008: 《了解P2P》爬楼密码: 绿茶婊	1. 股票基金分主动和被动型, 通常说的股票基金是主动型基金, 指数基金是被动型基金	
	2. 主动型基金和基金经理的投资水平有很大的关系, 而被动型基金由指数决定	
1009: 《定投出来的百万富翁》爬楼密码: 把我唱给你听	3. 指数: 就是加权平均值, 用来反映市场平均水平	
	4. 股票指数: 按照一定规则选出一组股票, 并对这些股票进行加权平均值的计算	
1010: 《瓶子的理财故事》爬楼密码: 柳暗花明	5. 指数基金: 按照这个股票指数的成分比例买入, 就是指数基金	
	6. 指数一般挑选的都是行业里、整个市场比较有代表性的企业, 一定程度上反应了国家的发展情况	
1008: 《了解P2P》爬楼密码: 绿茶婊	7. 指数相比个股的优势, 可以永续下去, 因为会固定剔除不良股票增加符合选择标准的股票	
	8. 谁也无法预测市场, 但我们可以学会估值, 根据估值来决定何时进场	
1009: 《定投出来的百万富翁》爬楼密码: 把我唱给你听	9. 定投三大影响因素: 本金、时间、收益率, 不断去提高每个影响因子	
	10. 生活中很少刚刚好、伺机而动, 行动才能促成机会的产生, 在行动中不断自我提升	
1010: 《瓶子的理财故事》爬楼密码: 柳暗花明	1. 基金的优势: 有专业的人、团队来帮你打理你的财富	
	2. 指数基金的优势: 被动投资、对基金经理依赖小、选择成本低、交易成本低	
1008: 《了解P2P》爬楼密码: 绿茶婊	3. 定投注意点: 止盈不止损	
	4. 定投指数基金前, 要了解自己的理财目标、对风险的承受能力、不同指数基金的特点、指数基金定制的原理和策略	
1009: 《定投出来的百万富翁》爬楼密码: 把我唱给你听	5. 投资一个投资品时一定要事先了解其公司背后的盈利模式, 是否合理合法、能否长期盈利	
	6. 要对自己的学习等能力的自信, 同时知道如何获取优质学习资源, 并敢于付出相应费用, 免费的东西往往要付出更多被忽视的成本	
1010: 《瓶子的理财故事》爬楼密码: 柳暗花明	7. 发现优质资源时, 衡量后投入产出比很高的情况下, 果断入手	
	8. 输出是最好的学习方式, 在输出的同时会有一个很好的反馈机制让自己改善的机会	
1008: 《了解P2P》爬楼密码: 绿茶婊	9. 人性是懒惰的, 一个好的学习圈子非常有必要	



任务材料

音频课二

《股票，究竟是什么？》

- 1. 买入公司股票就成为公司的主人之一，共同盈亏
- 2. 股票盈利来源有低买高卖的差价和分红

《股票涨跌谁决定？》

- 1. 股票是一种商品，市场价格由供需双方促成（投票机），长期来看价格由公司的内在价值决定的（称重机）

《找到一只优质股票》

- 1. 有无护城河（品牌护城河、转换成本护城河、网络效应护城河、）

《买打折股票》

- 1. 先估值，就能判断买入点和卖出点
- 2. 市盈率：年利润 / 公司市值

任务三：《基金定投指南》

- 1. 基金经理把钱投资到什么投资品里，我们就说这是什么基金

- 2. 股票基金过于依赖基金经理、成本高

3. 被动投资的优势

- 1) 完全复制指数，可以获得和市场持平的收益
- 2) 指数数量不多，选择成本低
- 3) 交易成本低
- 4) 可以投资海外某些指数

4. 定投的好处

- 1) 投资门槛低，100块就可以
- 2) 不用考虑具体的买入时间
- 3) 可以摊薄成本、降低风险

- 5. 止盈不止损、定期不定额

《基金是什么，有什么优势？》

- 1. 相关工作交给专业的人处理
- 2. 优势一：由专业人士投资者来投资，优势二：可以接触到更内幕的资料
- 3. 货币基金的优势，流动性高

7. 不同投资流派 -

- 2) 听消息流派（听带头人的鼓吹，盲目听信）
- 3) 有效市场派（市场都是有效的，公司的所有情况会表现在股价上）
- 4) 宏观投资流派（试图通过国际数据来预测经济走势，根据走势选择投资，索罗斯）
- 5) 控股型流派（买入大量股票取得控制权，改革变化转型公司，费雪）
- 6) 成长型流派（挖掘潜力股公司，概率太小，缺乏量化思维、感觉选择）
- 7) 价值投资流派（买入便宜股价的好公司，不受市场情绪影响，量化数据）

1. 我是小白我能学会投资吗？

学会投资不是一个二元命题，而是一个数值，学一分多一分收获，不学就是0

2. 中国很多财报虚假，能投资吗？

不仅适合投资，而且更有利于找到少有人知的好公司

3. 长投学堂的目的？

集思广益，互利增长，组合专业交流的圈子

4. 现在是否要投资美股？

股票投资的要领就是买入被低估的公司，跟在什么市场买无关紧要

5. 穷人与富人最大的差别？

最大的差别是观念：财务自由是一种动态的状态，需要不断调整 and 保持，投资结果只有一次，而投资技能可以不断重复

6. 为什么股票不涨？

买入被低估的公司而不是听起来很吸引人的公司，公司能赚钱才是硬道理

7. 投资决策应该依靠谁？

自己，投资是一个行动、决策、反思的过程，只有独立思考才能持久和循序渐进

补充材料：《亲爱的卧底熊系列》

