未来的你，一定会感谢如今坚持定投的自己

**作者：二师父**

**公众号、知乎账号:二师父定投**

昨天写了一篇关于市场下跌很多，很多定投者放弃的文章。

结果公众号后台一下子40多条留言。大家纷纷冒泡告诉二师父：我还在定投呢。

很开心，二师父和你们一样，也在定投。

人生是一场马拉松，有的人开始的时候跑的快，结果中途体力不支，倒在了半路上。

只有一直平稳地跑步向前，才能够坚持到底。

很多读者一直担心二师父会坚持不下去。其实这大可不必。

二师父今天就告诉大家我坚持定投的三个要诀。

第一是对未来有着清晰清楚的认知，只有能够看到未来的样子才能够非常稳定的定投指数基金。

二师父一直强调，定投的资金规划需要3到5年左右。有的读者就焦虑了。我这才进入股市，而且A股已经熊了3年了，我是不是资金分配到一年就可以啦？

这种问题真的太多了。焦虑投入过少明显是对自身贪婪的控制不足以及对未来股市的长期走势认知不足。

二师父从来都无法预测市场，但是我知道的是上证综指在2600点左右徘徊，无论你投入多少，只要能够一直持有，必然是赚钱的。因此关键问题在于我投资的这笔钱未来是否能够坚定的持有3到5年甚至更长的时间。

如果可以的话，有啥好焦虑的呢，我坚持按照节奏定投就行啦。

其次，需要有节奏感，跑马拉松如此，写文章如此，包括定投也如此。跑步需要能够保持稳健的步伐，一会快一会慢必然体力不支。写文章需要定期输入输出，三天打鱼两天晒网必然导致脑中有货，下笔无言。定投指数基金也是的。

有的读者天天看着大盘，每天必须想着买点或者卖点，心早就被股市牵动了而失去了定投的节奏，要么月定投，要么周定投，除非发生极端情况，比如上证综合指数市盈率低于10倍，那么可以考虑日定投。

但是切记大体的节奏是不能够乱的啊。

最后一点就是，学会随时放松和休息。你总是觉得我太累，其实只要适当休息，必然保持充沛的体力。

正如我们的心脏一样，每天跳动似乎没有休息，其实心脏在舒张的时候就是休息日。所以，学会放空自己，偶尔远离一下股市，远离一下喧嚣，这样当自己再重新面对股市的时候会有心得感悟。

今天分享的就是三点。好好学习，这不仅可以用于定投，也可以用于学习，读书，工作，生活中。学会利用这三点让我们坚持下去，多年以后我们必然会感激现在坚持定投的自己。