

共读《定投改变命运》笔记汇总

2021-07-12 共读『定投改变命运』 第1天

今天我们共读的是：

“警告”、“前言”和“1.1 定投策略及其效果展示”

思考：

什么是定投策略？

让我们先看一个另外的策略，长投策略：针对某个投资标的在很长时间内投资一定金额。要点有两个：1) 很长时间；2) 投资，所以叫“长投策略”。而定投策略是：针对某个投资标的在很长的时间内定期投资一定的金额。比刚才的定义多了两个字“定期”，因为是定期投资，所以是“定投策略”。定投策略的两个要点：1) 很长时间；2) 定期投资。这个定期有几点好处：

1) 降低了进入门槛：不是一次拿很多钱去投资，而是分期投资，每次的金额小，投资难度大大降低；2) 便于执行：因为是定期，时间长了之后基本上就是一种习惯，习惯了之后基本上就是默认操作，很容易持续下去（吃惯了嘴儿，走惯了腿儿）；3) 更容易长期持有：因为是定期投资，所以在定投这段时间内，不会轻易出售标的（我们很难在同一时间内保持两种相反的观点：买入 vs 卖出），随着定投的次数不断增加，持有的时间也在不断增加。定投策略是目标（长期持有）和方法（定期买入）的结合，简单、有效、直击要害。

我在这里大谈定投策略，怎么确定我真的理解我们正在谈论的东西，而不是人云亦云呢？先看两个例子：

例子1： $E = mc^2$ （E等于mc的平方），这个公式只要是学过2次方程的人都知道，也都能“理解”，但这个公式是怎么来的？就很少有人能真正理解了吧？

例子2：有一个小女孩，出门的时候带了一把伞，因为外面的太阳很大，要防晒，但是她带的不是遮阳伞，而是一把透明的雨伞。

对我而言，现在对“什么是定投策略”这个问题的回答，至多停留在知道如何使用的层面，我现在努力做的就是避免犯像那个小女孩一样的错误。至于笑来老师在书中给我们讲解的如何得到定投策略的过程，我也只是停留在知道的层面，目前还在理解的过程中。

为什么定投策略哪怕是在最坏的情况入场都能提前盈利？

通过观察发现，熊市总是比牛市长，而且长很多倍，所以即使是在最坏的情况入场，严格按照定投策略执行，总是能通过漫长的熊市低位建仓，从而达到提前盈利的效果。而且因为熊市总是比牛市长很多这个事实，保证了采用定投策略能提前盈利几乎成为了必然。

你对定投自己有什么想法？

自己也是一个投资标的，而且是最有潜力、和自己联系最紧密、对自己影响最大的一个。在我们对资产进行定投的同时，也对自己进行定投，这是一个双保险，而且这两者是相互促进的效

果：自己越稳定，投资越安全；投资越成功，定投自己就越有意义。再进一步，为了能够驾驭在未来以指数级增长的财富，我们的个人能力也需要成指数级成长，否则我们将很难驾驭自己所拥有的财富。如果因为个人能力不足，无法驾驭大量财富，反被财富所驾驭，还有比这更悲惨的事吗？

你印象深刻的一句话是哪句话？

君子以思患而豫防之（易·既济），极是。我们不能等到经历过危险之后才知道这样是危险的，在危险发生之前，我们就应该识别出并消除它。

2021-07-13 共读『定投改变命运』 第2天

今天我们共读的是：

1.2 所谓长期它究竟是多久

思考：

什么是大周期？

从组成上看：大周期由一个下降的B阶段和一个上涨的A阶段组成；从时间上看：从上次的最髙点开始、到下次的最高点结束。对于最高点的判断，只能是滞后很长时间才能确认，无法在达到最高点的时刻做出。因为在任何一个时间节点上，下一时刻都有三种可能：上涨、下跌、持平，这是因为独立随机事件是不受以往事件结果影响的。周期产生的原因是参与经济活动的多方时而协调、时而不协调造成的。

为什么我们要经历至少两个大周期？

昨天的价格比前天高，今天的价格比昨天高，有人说这是上涨的趋势；昨天的价格比前天低，今天的价格比昨天低，有人说这是下降趋势。其实仅通过几天的价格是无法判断出趋势的，即使得出了某种结论，对实际投资也是没什么指导意义的。对这种短期趋势的更合理叫法是波动，价格总是处在这种随机的波动之中。资产的价格就在这种波动之中发生变化，长期来看，价格有三种趋势：上涨、下跌、持平。只有经历至少两个大周期之后，我们才能稍微有把握地说下一步的趋势是什么，少于两个大周期，预测结果几乎和抛硬币没什么区别。需要强调的是，即使经历了两个大周期，而且资产的价格在经历两个大周期后是上涨的，我们依然只能说：下一步的趋势更可能是上涨，而不是一定上涨。因为意外事件的存在，我们无法做到100%，但这也是投资的魅力所在。

你如何保证自己可以经历至少两个大周期？

读书、健身、帮朋友、陪家人、拼命场外赚钱、尽可能多的续费定投人生课堂。到目前为止还不能保证自己能经历两个大周期，只能说持续不断努力吧，各种诱惑确实挺多的。多读书，提升自己的学识，让自己少做错误的决定；多健身，身体不是革命的本钱，好身体才是，健身不

仅可以让身体更健康，还可以养成坚毅的品格。有些时候，帮朋友和陪家人在时间上有一些冲突，我现在的做法是选择后者。努力工作，尽量多赚钱，场外赚的越多，场内的资金越安全。我现在续费了15年，只要在群里待着，心里就踏实些。

以前对于投资有过哪些认知盲区是？

1. 钱不多，没有办法投资。以前认为投资是有钱人才能做的事情，但我不是一个有钱人，所以投资和我没什么关系。
2. 只有钱是可以用来投资的。以前认为只有钱才能投资，现在知道，除了钱以外，还可以用时间投资。
3. 暴富心态。以前投资时心里想的是赚一票就跑（有时想：赚一票大的就跑），现在知道了，这种心态注定是要被割韭菜的，长期主义才是王道。
4. 落袋为安。以前总是想把各种资产换成钱，觉得钱才是最安全的，现在知道了，钱其实是保值能力最差的，越优质的资产越安全。
5. 预测短期价格。以前总想如果有什么内部消息、或者什么高级技术就好了，这样就可以在低点买入，然后在高点卖出，狂赚中间的差价，现在知道这只是幻觉，短期价格是不可预测的。

你印象深刻的一句话是哪句话？

定投策略的核心本质之一是**长期持有**——持有期限越长越能保证盈利。长期持有，说起来容易做起来难，这本书的主要作用就是帮助我们实现长期持有这个目标。

2021-07-14 共读『定投改变命运』 第3天

今天我们共读的是：

1.3 为什么一定用钱去赚钱

思考：

在你看来，钱能做哪些事？

1. 钱最经常被用到的功能就是消费：满足自己的生活所需（衣食住行），满足自己的心理所需（炫耀攀比），其它开支。
 2. 对我而言还有另外一个方面，在之前，我把这叫精神所需：买书、买专栏、买学习/效率工具、买课程等；现在我把这些归为投资：投资自己。这个至少和投资资产同等重要，甚至更重要。
 3. 投资资产：在接触到笑来老师，认真听+阅读了他的专栏《通往财富自由之路》后，我意识到了投资的可能性、可行性和重要性，在2017年开始购买并持有BTC，2019年加入「定投人生课堂」并开始定投BOX。每次买BOX的时候都很爽，因为我知道这在将来会带给我很大的回报；同时也有一点点不爽，因为能力有限，每次买的BOX都不多，很让人捉急。
- 对我而言，目前这三项支出的比例大概是：75%+5%+20%。因为要养娃、要还房贷（是的，

我买房了，而且是贷款买的！），所以生活基本支出很高，而且还有不断增加的趋势。书相对而言真的很便宜，花一两百块钱买几本书，可以看很久，一个专栏，也可以听很久，所以总体占比不高。拿每月工资的20%投资已经是我的极限了，不能再高了，否则就不是蛋壳了。如果说花钱能给人带来幸福，这三种支出分别能给我带来多少幸福呢？对我而言，目前的比例是：50%+25%+25%。为什么第一项的比例会这么高？因为未来的星辰大海再漂亮也是未来，远水解不了近渴，而且我不是一个人，需要照顾家人的感受。看书的性价比无疑是最高的，学习使人快乐。投资当然会给我带来幸福感，但截至到目前，这种感觉还不是很强烈。

为什么钱能够赚钱？

理论上，钱可以用来购买生产资料，将生产资料投入生产后，产出的商品可以拿到市场上销售，赚取利润。我们可以拿这些钱自己去购买生产资料，参与市场活动，赚取利润，也可以把钱借给别人，由他们去购买生产资料，参与市场活动，赚取利润，此时，我们可以根据借给别人钱的多少，按一定比例分享这些利润，也就是说：借钱收利息，合情合理合法。这是钱赚钱的一种方式。另外一种方式是用钱来购买可升值的资产，资产升值的越多，赚的就越多。这只是我的粗浅认识，仅供参考。

你对于“钱生钱”有什么具体的可以立即就开始的计划？

定投BOX算这样的计划吗？如果算，我已经开始并一直执行，没有中断。另外，除了这个计划外，我目前没有其他的计划，因为我把所有可用来投资的钱都用来买BOX了，除了BOX以外，别的什么都不买。买入并持有BOX，属于购买可升值资产，等着升值；加入资深践谍群，购买专属理财，赚取利息。双管齐下效果好。

以前对于投资有过哪些认知盲区是？

以前，我认为钱只有一个功能：消费。而且我也觉得这句话说的对：钱只有花出去了才是自己的，否则只是一串数字。在这样的想法的驱使下，我很快乐地成为了一名月光族，努力赚钱、拼命花钱、毫无积蓄。这种状态持续了很久，很久。

你印象深刻的一句话是哪句话？

“决定一个人富有的三个条件，一是出身，二是运气，三是努力；而这三者之中，努力是最微不足道的。”这句话至少有下面两种理解方式：

1. 在自己比。自己的努力和自己的出身、运气比。对于那些出身很好、运气很好的人来说，这句话是成立的，因为他们的努力所带来的效果，可能远远小于另外两者带来的效果。但这种含着金钥匙出生的人毕竟是少数，对于我们这些普通人来说没什么参考意义。像你我这样的普通人，出身一般、运气也一般，如果再不努力一点，如何在这个社会立足呢？而且，出身和运气都是不可控的，只有努力是可控的，是掌握在自己手中的，所以对于绝大多数人来说，努力是唯一可行的出路。当然，你也可以像一个懦夫一样，整日活在各种幻想之中，在幻想的世界里，什么都有。
2. 和别人比。拿自己的努力和别人的出身、运气比。这样比下去，一比一个准。你会发现：这句话太对了！努力的确是微不足道的！不论我多么努力，和别人的出身和运气相比都不值一提！

努力还有什么用？算了，我还是躺平吧。不要这么轻易就认输，放弃和别人比较，停止自我伤害吧。

我觉得这句话是有适用范围的，这个范围就是“富有”。如果你是一个富有的人，那这句话100%正确，因为出身和运气占了大部分，努力微不足道。但是，如果你不是一个富有的人，这句话绝对不适用。而且正好相反：努力才是最重要的。你只有不断地努力，才有可能得到命运之神的眷顾，好运才有可能降临到你的头上。因为不断努力，幸运地遇到了笑来老师；因为不断努力，幸运地遇到了BOX；因为不断努力，手中BOX的数量变得越来越多。慢慢地、但是必然地，好运会降临在你的头上，你会变得富有，你会变得非常富有。这个时候你回头看，你会发现和你得到的回报相比，你的努力其实微不足道（换句话说：你得到了超额的巨大回报）。

继续努力、持续努力，静待好运的到来。

关于贷款买房的一点想法

前几天听了笑来老师的课，对贷款买房有一些自己的想法，在这里和大家分享一下。房屋至少有两种属性：1) 投资 2) 居住。从投资的角度而言，和其他更有竞争力的投资标的相比，房产显然不是好资产，甚至是典型的坏资产。不过，这只是从投资的角度来看房产，这并不是房产的全部。对于现在的大多数人来说，房屋首先是要满足居住的需求，其次才是投资的需求，不能因为它不是一个好资产而否定其居住的功能，我们首先要搞清楚自己到底想要什么。对我而言，第一套房产被归入生活成本，因为我清楚地知道有一套自己的房产对我老婆意味着什么，这种感受是用多少钱也换不来的。是，房子很贵，贷款负担很重，那又怎么样呢？让自己爱的人感觉幸福一点，不是我们应该追求的吗？既然追求这个，付出一些代价也是理所应当的呀。所以我的观点是：不要盲目地排斥房产，首先要搞清楚自己想要什么。如果你对居住有特殊要求，那就把房子当成房子买，买来之后自己住，不过多地考虑其投资属性，只为一件事：住的顺心。以后有余力了，手中的资产多了，需要分散配置的时候，再拿投资品的角度看房产，买或者不买看当时的情况。笑来老师讲的很清楚，房产不是一个很好的投资标的，不要误以为房产是很好的投资标的，仅此而已。笑来老师只是客观地陈述了这个事实，至于如何做决策，那是你自己的事情，是需要你用很多钱和未来很长时间去负责的事情。

2021-07-15 共读『定投改变命运』第4天

今天我们共读的是：

1.4我们到底在用什么定投

思考：

你现在有哪些长期来看可以持续拥有的资源（或特长）？

1. 身高。我的身高1.85米，20年前就这么高了。在最开始，我不觉得长得高是什么优势，但现在我的看法转变了，因为我发现这貌似是我所有的优势中唯一一个不可能被改变的，不但我不能

改变，其他所有人几乎也很难改变。所以，我把它当做优势，而且是第一优势。

2. 学习。小的时候我不喜欢学习，但是我发现如果我摆出学习的姿态，父母就会很高兴，而且我可以少做我不喜欢做的事情。时间一长，假戏真做，慢慢真的喜欢上了学习，尤其是遇到笑来老师之后：醍醐灌顶、茅塞顿开，有一种打通任督二脉的感觉，在学习的道路上走的愈发坚定了。
3. 健身。2016年下半年开始健身，先是跑步，后来加入了俯卧撑。几年下来，感触颇深、效果显著。我很希望可以在健身这条路上一直走下去。
4. 写作。2017年萌生了写作的念头，然后就开始动笔写，断断续续、时断时续，到2021年初，一直没有什么起色。真正在写作上给我信心的是参加共学活动后每天写的读书笔记，我已经参加了三轮，现在是第四轮。持续写、不放弃，终将有所收获。
5. 英语。英语一直是我的弱项，在高考的时候，我的英语都没及格。在参加工作多年后，发现英语是一项很重要的技能，尤其我是程序员，很多资料都是英文的，如果英语不行，很多资料都看不懂。后来机缘巧合进入了外企，对口语方面有了更高的要求，正在努力提高口语能力。
6. 编程。我大学的专业不是计算机，转行软件有很大的偶然因素。可能是因为电脑游戏玩多了，自我感觉对电脑比较熟悉吧。这是我的饭碗，我已经入行20年了，还会在这一行待很久。
7. 对历史感兴趣。如果有人问我，你最感兴趣的是什么？在我脑子里蹦出的第一个答案就是历史，我不知道为什么，也忘记了是从什么时候开始的，不过有一点是可以肯定的：如果我不做程序员了，我最想做的就是去研究历史。
8. BOX。通过这几年的折腾，已经攒了差不多2万个BOX，离我的目标还有些距离，还需要继续努力。
9. 子女。以前买过一个儿童安全座椅，送的贴纸上有这样一句话：有娃有未来，没错，她就是我的未来。

为什么这些资源（特长）你可以长期的拥有？

身高和子女，我控制不了。其他的都在我的掌控范围之内，我会持续不断地努力，让自己不断拥有这些资源。

你如何保证能长期的让这些资源（特长）成为你未来美好生活的来源？

我能想到的方法是在自己可控的范围内，不断投入时间和精力，定投自己，定投BOX，做时间的朋友，尽人事而顺天命，尽自己最大努力把事情做好，静待好运的降临。

以前对于投资有过哪些认知盲区是？

只有钱可以用来投资，除了钱以外，其它的东西没法进行投资。

你印象深刻的一句话是哪句话？

定投策略本身系统化地降低了风险。从两方面降低了风险：

1. 定投标的的选择。在选择定投标的的时候，我们避免了选择单一的标的，而是通过局部的局部，选择几个标的形成一个投资组合，这样可以最大限度地稀释机会成本。
2. 定投策略的执行。因为是定期买入，只买不卖。保证了不会错过任何一个好日子，虽然也不可

避免地撞上了所有的坏日子，但因为所有好日子加起来的总涨幅大于所有坏日子加起来的总跌幅，所以总体上必然是盈利的。又因为只有一个动作：买，没有其它多余的动作，将犯错的可能降低为零。至少在定投这段时间内，不会卖出标的，间接地保证了标的的持有时间。综合以上两点，定投策略确实系统性地降低了风险。

2021-07-16 共读『定投改变命运』 第5天

上午9:00记得去“定投人生课堂”听Liuda老师讲解，并写下你的听后感。

投资误区

这次共读『定投改变命运』的思考题中，多了一个这样的问题：“以前对于投资有过哪些认知盲区？”这个问题很接地气，很自然地将在读的书和投资过程联系起来。在经历了一个完整的大周期后回头看来时的路，感触很深。

逻辑不好的人，不但投资不行，而且干啥啥不行。在以前，我是不认可这句话的，因为我以前并不觉得逻辑有什么用，当然，这也是逻辑不好的体现：逻辑不好到意识不到自己逻辑不好（愚蠢到意识不到自己的愚蠢）。因为自己的逻辑不好，所以脑子里会有很多奇奇怪怪的想法，自己不觉得奇怪，反而觉得很正常。比如：1）投资是有钱人做的事情，像我这样的穷人，没有钱，连投资的可能都没有。2）股票市场是零和博弈，不是割别人的韭菜，就是被别人割韭菜。3）盯盘、看K线、追涨杀跌，这些不就是投资人该干的事吗？4）涨的差不多了赶紧套现，落袋为安。。。还有好多，不一一列举了。

通过看书，通过跟老师学习，以上这些误区被逐一消除，在投资这条路上，显然走的比以前更稳了。不过，还不能大意，因为知道和做到就是有一段长长的距离，知道是知道，做到是做到，只是知道了没有用，要做到了才算数。从知道到做到的这个过程，应该就是所谓的修行吧。

定投策略

笑来老师通过『定投改变命运』这本书，向我们展示了1）定投策略是什么？2）为什么要选择定投策略？3）如何践行定投策略？这是一个很好的框架，当我们向别人介绍什么的时候，也可以采用这样的框架：是什么-》为什么-》怎么做。另外，这也是一个很好的例子：通过论据和论证，最后如何得到结论的过程。

这个策略对于像我这样的普通人意味着什么呢？现在的我会说：意味着很多东西；当很久以后（两个完整的大周期），我会说：意味着很多很多东西。可能真的不是一个人命运的改变，而是一个家庭、甚至是一个家族的命运的改变。为什么这样说呢？因为我们相信逻辑的力量，通过观察、分析和计算，可以得出这样的结论，剩下的就是慢慢等待，通过时间的浇筑，把我们的努力转化成巨大的回报。

多算胜，少算不胜，况无算乎？这里的“算”其实就是逻辑分析，多进行逻辑分析，胜率大；少进行逻辑分析，胜率小；更何况不进行逻辑分析呢？通过长期视角和宏观观察，自然会得出定投策略这个结论。这个策略不只是在现在有用，在未来依然有用。采用定投策略的人，在开始

的那一刻，就已经走在了成功的路上，而且随着时间的推移，这种成功会以指数级快速增长，前提只有一个：严格按照定投策略执行。我们现在所做的，主要围绕一个点：如何保证定投策略被不折不扣的执行。读书、健身、帮朋友、陪家人、拼命场外赚钱，所有这些，都是围绕这个目标。只有真正做到了才算数，除此之外，全都是幻觉。

2021-07-19 共读『定投改变命运』 第6天

今天我们共读的是：

1.5 定投策略无需再次改良

思考：

定投策略的核心是什么？

定期买入并长期持有正确的投资标的。在进行定投前，要谨慎选择投资标的，因为我们会花很多钱购买这个标的，我们也会持有这个标的很长时间，如果投资标的选择出现错误，那么后续的所有定投行为只会带来灾难。定投标的确定后，剩下的就是执行，对定投策略不折不扣、足量地执行。在执行过程中，难免会遇到一些问题，我们要做的，就是避免被这些问题干扰，始终按照原计划定投。

为什么定投策略不需要再次改良了？

假设我们要对定投策略进行改良，可以从两方面入手：1) 缩短时间。2) 增加收益。对于时间：在我们的能力圈之外，我们无法控制，想一想或者在理论上是可行的，在现实中根本无法实现，所以这方面的可行性为零。增加收益有两种方式：1) 提高利润率；2) 增加本金。在开始定投之前，我们是通过选择特定的投资标的来锁定高收益率的，如果严格按照定投策略执行，开始定投后定投标的是不能改变的，所以收益率也是没法提高的。

现代社会，金融业很发达，其实我们可以很容易就通过贷款的方式获得更多的可以用来投资的资金，而且从长期来看，贷款的利率远远低于资产的增值速度，从数字上看，怎么看都是稳赚不赔的买卖。但是，这只是理论计算，而且没有考虑到风险，我们不能确保未来不会发生意外事件，恰恰相反，我们很有理由相信，未来一定会有意外事件发生。所以，一旦发生意外事件，那些被用来投资的借来的钱，很可能让你不得不付出高昂的代价：被迫不计成本地抛售筹码以渡过难关。提前卖出筹码，定投前功尽弃。所以这种方式不但没有改良定投策略，反而拖累并破坏了定投策略。退一步讲，这种方式改变的其实不是定投策略，而是定投策略的执行，和定投策略本身关系不大。

最后，套用定投策略的公式，以上所有的试图对定投策略进行改进的行为，都有可能增加 y 值，从而降低最终的收益。无为而治是定投策略的一大精髓，无为的 y 指的是哪些不符合客观规律的事、不符合长期主义的事，我们不去做这样的事情，剩下的事情自然就是符合客观规律的事情、符合长期主义的事情，自然而然就会达到治的状态。

回顾你的过去，有没有一件事你做了很久（至少7年以上），回忆一下在这漫长的过程中，是什么让你一直坚持到现在？

简单记录每天的工作。我是2008年12月加入现在这家公司了，到现在已经超过12年的时间了，从进入这家公司的第一天，我就开始每天都简单记录当天的工作内容，虽然中间也中断的时候，但断断续续，一直持续到今天，从2017年以后，几乎每天都记录，没有间断过。主要原因是因为时差的原因，每天和国外同事开会的时候都要说下昨天做了什么，我脑子不好使，经常想不起来，所以就写下来，免得第二天开会的时候忘，时间长了就养成了习惯，现在已经不用每天和国外同事开会了，但记录每天工作内容的习惯还是保留了下来。这么做有几个好处：1) 便于回顾，看看记录，很容易就会想起当时都干了什么；2) 便于分析，很容易就知道某项工作什么时候开始的，做了多长时间，最后什么时候结束的；3) 有了记录，有一种日子没有白过的感觉。体会到好处之后，自然就容易坚持下来了。

以前对于投资有过哪些认知盲区？

总想做点什么，总觉得做点什么不做什么不做要强。其实很多的做法都是错的，但自己并没有意识到这一点，反而觉得是自己做的不够导致的，继续努力的做，结果越做越错，越错越做。

你印象深刻的一句话是哪句话？

对定投策略的任何改良都是徒劳。这句话刚听到的时候真的不理解，怎么都想不明白，改良怎么可能是徒劳的呢？而且任何改良都是徒劳的？现在渐渐有点明白了，定投策略是清楚、正确的，它是符合投资市场的客观规律的，对定投策略的改良相当于对客观规律的改良，所以注定是徒劳的。

2021-07-20 共读『定投改变命运』 第7天

今天我们共读的是：

2.1 可以盲从的投资建议

思考：

在什么情况下我们可以盲从什么样的建议？

投资新手在刚进入投资市场的时候，可以听从展现惊人投资业绩的长期成功投资者的建议。关键点有三个：1) 投资新手，刚进入投资市场。因为是新手，因为刚进入投资市场，所以对投资市场不了解，对投资标的的不了解，对如何操作不了解，也没有投资策略，完全从零起步。2) 惊人的投资业绩。投资业绩好不足以说明问题，有可能是运气的加持。投资业绩一定要足够地好，达到惊人的程度。3) 长期成功。短时间的惊人业绩也不能说明问题，要长期地惊人才可以，长期会去除掉一切无法长久的东西，比如说运气、意外、脆弱。长期之后依然成功、依然业绩惊人，这才是真正厉害的。也只有他们的建议才是可以盲从的。

为什么我们可以盲从这些建议？

越是成功的投资人，越是公开，越是愿意分享自己的投资经验，而且毫无保留。他们之所以能够成功，就是因为他们采用了他们自己宣称的投资策略，他们是他们自己的投资策略的最坚定拥趸和执行者。投资没有秘密，如果有，也是公开的秘密。这些成功者只是身体力行做到了而已，但是，他们的建议依然有巨大的价值，这个价值在于：我们不但知道了要做什么，而且看到了另外一个人是如何做的，关键是他最后还做到了。这至少说明了一件事情：投资成功是可以做到的，投资超级成功也是可以做到的，只是做到的人比较少而已。这就已经足够了，这给了我们信心和勇气，让我们敢于去追求那看似遥不可及的目标。

你有没有可以长期盲从的对你长期有益的建议？

读书、健身、投资、帮朋友、陪家人。刚开始的时候不觉得这十二个字有什么特别的，现在渐渐有一些体会，但依然没有完全体会。1) 读书。这个不用说的，长期有益，终身有益。2) 健身。这个比读书还要难，读书可以坐在座位上安安静静地读，健身可无法安静，你需要身体力行，痛苦和汗水不可避免，而且将伴随健身的整个过程，能长期坚持健身的人，绝对比长期坚持看书的人要少。3) 投资。读书、健身都不是生产，都不能解决吃饭问题。投资为我们提供了一种可能，一种财务自由的可能，一种可以自由读书、自由健身、不用为生计担忧的可能。4) 帮朋友。这一点我还没有体会到，所以做的不够。5) 陪家人。有所体会，但是做的不理想，还要继续努力。总体来讲，听从这个建议的时间还不长，还需要更多的时间践行。

以前对于投资有过哪些认知盲区？

要自己做判断，不能听别人的，因为别人无法对你的投资负责。以前，我是这么想的，也是这么做的，所以所有的投资决策都是自己思考的结果，当然，我对这个结果负责。问题是当时的自己并不是见多识广的，所以独立思考的结果难免有些坐井观天，最终效果虽然没到非常差的程度，但也是差强人意，和自己的目标相去甚远。在投资市场上，已经展现了惊人投资业绩的长期成功投资者的建议是可以盲从的。对这句话的理解帮我打开了一扇新的门，一扇通向投资成功的门，在未来，更有可能是巨大的成功。

你印象深刻的一句话是哪句话？

成功并没有秘密；就算有，那也应该叫“公开的秘密”。只是知道了秘密是没有用的，所有成功的人，都是身体力行后才成功的，如果不去做，不可能成功。

2021-07-21 共读『定投改变命运』 第8天

今天我们共读的是：

2.2 价值投资与趋势投资

思考：

什么是趋势？

趋势是指一个投资标的的发展态势，它是下跌的、持平的、还是上涨的。如果加上一个时间维度的话，有两种趋势：短期趋势和长期趋势。短期趋势其实和价格变化一样，是不可控的，经常发生变化。如果以短期趋势为依据，可能在短期内会有一些效果，但是长期看绝对效果不佳。长期趋势才是代表一个标的发展的真正趋势，如果一个标的是长期看涨的，那什么时候买都是便宜的；反之，如果一个标的长期看跌的，那什么时候买都是贵的。所有基于短期的判断都是滞后判断，只有基于长期的判断才最接近事实的真相。

为什么说趋势投资优于价值投资？

价值投资需要投资者随时关注两个指标：1) 标的的内在价值 2) 标的的外在价格。投资者在发现内在价值大于外在价格时就应该买入，发现外在价格大于内在价值时就应该卖出。首先，内在价值的判断并不是一件容易的事情，而且内在价值并不是恒定不变的，而是随着时间和环境的变化而变化，这让对投资者提出了很高的要求。其次，投资者还要不停地关注外在价格，在价格和价值之间做比较，还要回答自己这样一个问题：到底价格比价值高多少时卖出？所以，虽然价值投资在理论上是正确的，但在操作上很难实现。

趋势投资的关键在于短期还是长期。如果是短期的趋势投资，肯定不如价值投资。但长期的趋势投资则不然，因为长期看涨的投资标的必然是很有价值的，这时的趋势投资其实和价值投资其实是趋同的，而且趋势投资的可操作性和易操作性显然强于价值投资，所以长期趋势投资要优于价值投资。

你现在能看到什么样的趋势，你如何面对这个趋势？

在前互联网时代，趋势是信息传播的成本逐渐趋近于零，在这样的趋势下，很多的互联网巨头崛起，谁的产品符合这个趋势，谁发展的就快。在后互联网时代，趋势是资产的流通成本会逐渐趋近于零，基于这样的判断，我们要做符合这个趋势的决策。比特币作为世界上第一个成功的区块链数字资产，已经很清晰地向我们展示了这个趋势，但这只是开始，未来还会不断地向这个方向发展。

作为一个普通人，如何面对这样的趋势？首先，要理解它，不管这有多难，都要这样做，因为如果不理解的话，信心是不可能坚定的，更不可能长期坚定。作为长期主义者，如果不能长期持续，中途换赛道、换标的，就是半途而废，就会前功尽弃。其次，要参与进来，顺应这个趋势，做符合这个趋势的事情：定期买入以比特币为主的区块链数字资产并长期持有。再次，不断学习，不断充实自己，让自己有能力驾驭更多的财富，不至于以后被财富所驾驭。最后，不断增强场外赚钱能力，不断拼命地场外赚钱，场外赚的钱越多，场内的资金越安全。

以前对于投资有过哪些认知盲区？

以前对于趋势没有很好的判断，以为昨天的价格比前天高，今天的价格比昨天高，这就是上涨的趋势，其实这只是基于短期价格作出的判断，而且是滞后判断，对于指导自己的投资行为是没有任何意义的，只是自己觉得有意义而已。只有至少经过两个大周期之后展现出来的趋势，才更可能是真正的趋势，在这个过程中的涨涨跌跌不叫趋势，只能叫震荡。

你印象深刻的一句话是哪句话？

长期来看，我们都会死掉。这是一句很让人伤心的话，不过就目前来看，这是一句真话，当然，也是一句废话。它至少告诉我们一个道理：我们的时间是有限的。所以，时间很可能是一种终极资源，不要随便浪费这种资源。

2021-07-22 共读『定投改变命运』 第9天

今天我们共读的是：

2.3 长期视角与宏观观察

思考：

长期视角究竟是什么样的能力？

长期视角顾名思义是指长时间的视角，也就是在很长一段时间内看待一个事物，而不只是从眼前和短期来看待一个事物。长期视角这个词表面上很直观，一看就懂，但实际做到并不容易。因为大部分人其实一直都没有摆脱感觉的束缚，感觉是即时的、直觉的，没有分析、归纳、总结在里面，看到什么就产生相应的感觉，直接了当、不需要理由。长期视角和短期视角最外显的区别是时间长短，最核心的区别是感性和理性。短期视角是感性的，长期视角只能是理性的，因为感觉无法维持太长的时间，能进行长时间观察的只能是理性。所以，如果换一种说法，短期视角可以叫做感性视角，长期视角可以叫做理性视角。再进一步，人的视角是由理性的程度决定的，理性越差的人，视角越短，理性越强的人，视角就越长。短视是有极限的，那就是当下，只能看到当下的东西；长视是没有极限的，因为理性是没有极限的。所谓的理性，就是逻辑思维能力，所以逻辑真的很重要。

宏观观察对我们有什么样的益处？

长期视角所处的维度是时间，宏观观察所处的维度是空间。长期视角是纵向的，宏观观察是横向的。长期视角是对一个事物的长时间观察，宏观观察是在同一段时间对不同的事物进行观察和比较。长期视角可以让我们对某一事物有准确的理解，宏观观察可以让我们对整体有更好的把握，在此基础上，可以让我们对某一事物在总体上的定位更准确。长期视角和宏观观察是思考全面的重要组成部分，在时间和空间、纵向和横向、局部和整体等方面进行考虑，有助于让我们得到更全面、更客观、更真实的思考结果。我觉得宏观观察最大的益处应该是客观，在我们做投资决策的时候，客观是投资成功的前提，如果不客观，是不可能做出正确决策的。虽然有时因为有狗屎运傍身，错误的决策也能得到很好的结果，但这显然是不可持续的。为了投资成功，为了长期投资成功，要尽量做到客观，宏观观察可以帮助我们更好地做到这一点。

从现在开始，你如何“定投”自己，如何让自己具有长期视角和宏观的观察能力？

如何“定投”自己？读书、健身、写作、用英语、勤编程、帮朋友、陪家人。

如何让自己具有长期视角和宏观的观察能力？进行逻辑思维训练，培养自己的逻辑思考能力。

其实，不管是说出来、还是写出来自己想要干什么都是很容易的，因为只要说出来、写出来就可以了。真正难的是后面的行动，如何践行自己说的，如何做到自己说的，这才是关键。

在这里，我想着重提一下“健身”，因为这是一项有着双重意义的事情。第一：健身可以让我们的身体更健康，更长寿，生活的质量更高、也更幸福，这是毫无疑问的。不管是健身的人、还是不健身的人，在这一点上是很容易达成共识的（也就是说不健身的人也是知道健身的好处的），但是真正享受到健身好处的只能是那些真正健身的人，是那些真正长时间持续健身的人。第二：健身的结果虽然是很好的，但是健身的过程是痛苦的，而且这种痛苦伴随着健身的整个过程。刚开始健身的时候痛苦，持续一段时间后，健身依然痛苦，不管时间长短，只要健身，就要忍受痛苦。为什么那么多人坚持不下来，不是他们不知道健身的好处，不是他们不想健身，是他们做不到。这就是真相，绝大部分人就是做不到，其它全都是借口。如果你是一个健身的人，如果你是一个持续健身的人，至少说明一点：在健身这件事上，你做到了。这一点很关键，因为你**做到了**，而且是在忍受痛苦的情况下做到的。有了一次做到的经验，你就有信心、有能力，第二次、第三次、很多次地做到其他事情。这是除健康的身体以外，健身能带给我们的更重要的东西，而这个东西只能在持续健身很久以后才能获得。获得它并不是终点，而是一个起点，一个迈向更广阔世界的起点。

以前对于投资有过哪些认知盲区？

我以前的想法是：找到一个上涨潜力巨大的投资标的，低价买入，重仓持有，高位套现。为了实现这样的目标，首先要找到一个有巨大上涨潜力的标的，其次这个标的的价格要足够低。然后还要在高位抛售，但到底多高是高？其实没有办法确定的。这个想法中有一个矛盾：上涨潜力巨大+价格低。以我当时的水平，判断上涨潜力巨大的依据是：涨的比较快，可是涨的较快就说明价格已经不低了。即使因为运气好，找到了符合条件的标的，但什么时候卖又是一个问题，很可能的结果是：在高位觉得还会涨，所以没有抛，等后来价格下来了，觉得还会涨上去，结果最后被套牢，想卖都卖不出去了。如果能够基于长期视角和宏观观察，就应该可以避免上述问题。

你印象深刻的一句话是哪句话？

无论在什么情况下，用箭都是最不划算的。这就是我们不选择单一标的，而选择一个组合的原因。因为单一标的的机会成本无限大，投资组合可以系统性地降低机会风险。

2021-07-23 共读『定投改变命运』第10天

上午9：00记得去“定投人生课堂”听Liuda老师讲解，并写下你的听后感。

像作者一样读书

《定投改变命运》适合反复读，常读常新。读书至少有两种不同的方式：一种是读书的内容，也就是读作者想通过这本书告诉我们的东西；一种是读书的结构，也就是看作者是通过什么样的方式来叙述他想表达的观点。今天Liuda老师正是从第二个角度来讲解的：1）观点 2）理由

3) 歧义 4) 理由是否站得住脚（能否推断出结论） 5) 前提假设。

这本书的观点是：定投可以改变命运。

理由是：定投策略100%地符合客观规律。

歧义是：什么是长期、大周期等？

能否推断出结论：1) 通过选择局部中的局部，找到了有可能是最大的 α 。2) 通过定期买入的方式系统性地降低了购买均价；因为只买不卖，所以 y 为零。3) 经过两个大周期的时间，让投资标的的趋势完整展现（涨了很多倍）。综合上面几点，确保了我们可以超额盈利。

前提假设：区块链是未来的趋势。互联网这几十年的发展向我们展示了一个清晰的趋势：信息的流通成本逐渐趋近于零，所以，我们现在所处的时代是信息化时代。最有可能的下一个趋势是什么？在信息的流通成本几乎为零的基础上，资产的流通成本逐渐趋近于零，这样的时代可以暂时称之为后信息化时代。信息化时代的主旋律是信息数字化，后信息化时代的主旋律将是货币数字化。BTC就是世界上第一款成功的纯数字化货币（显然不会是唯一一款，所以BOX里也包含了其它币种）。

采用第一种方式读书，是没有问题的，因为这已经可以让我们明白作者想要表达的观点了。如果采用第二种方式读书，显然效果会更好：首先，你看到了更多的东西，也学习了更多的东西；其次，对书的结构的理解和分析，可以帮我们更好地理解书的内容，不但知其然，还知其所以然。

像读者一样写作

我非常感谢共读活动的策划和执行团队，也非常佩服TA们的前瞻和睿智，共读活动带给我的不仅仅是深度阅读了几本经典书籍，更重要的是阅读之后的输出，也就是每天要写的读后感。在最开始的时候我并没有意识到它的价值，只是漫不经心地敷衍了事，在读完第一本书后我突然意识到，共读活动虽然强调的是读，但更重要的是写，因为如果没有读明白的话，是写不出来的。这其实是在用输出倒逼输入，书也读了，作也写了，一举两得。

每天，我们都会面临一个问题：今天的读（听）后感要怎么写？今天开始写之前，我就在问自己这个问题，一直问到现在，还会一直问到今天写完。在开始写之前，我看了下昨天读后感的留言，有一位战友给了我相当高的评价，对我的触动很大，非常感谢他对我的鼓励（这也是共读活动的第三个好处：为战友之间的连接创造了非常好的机会）。

写作的本质是一种交流，不是自己和自己交流，而是自己和别人交流，只不过这种交流的形式不是面对面的，而是通过文字。我面对文字，文字面对你，文字是你我之间的媒介。最终，我想通过这些文字向你表达一些我的观点，就像笑来老师用《定投改变命运》这本书向你表达他的观点一样。

关于这个观点，我有两点想说的：1) 观点的内容：要是你自己的观点，而不是笑来老师的、或者书中的观点。当然，你的观点也许和笑来老师的观点完全一致，这是完全有可能的。我现在基本上是全盘接受了笑来老师的观点，然后在实践的过程中逐步把这些观点拼接到自己的体系中。你自己的观点意味着你认同这个观点，长期认同的基础是理解，当你真正理解并认同这个观点后，这个观点才真正属于你。2) 观点的表达方式：你是如何理解的，决定了你会如何表达。我曾经为观点的表达方式苦恼过，但是笑来老师的一句话点醒了我：写什么比如何写重要一万倍。也就是说，如果你为了表达而表达，注定失败，但是你为了说明一个值得说的观点

而表达，其实无论你怎么表达，都是无所谓的，成功与否决定于观点本身，而不是表达方式。所以，更多的是问自己我要说什么？如果你想明白自己要说什么之后，自然就知道如何说了。当然，这只是我个人的看法，我也在不断摸索中。

2021-07-26 共读『定投改变命运』第11天

今天我们共读的是：

2.4 大势所趋都会有泡沫

思考：

你怎么理解“泡沫”？

当一个投资标的内在价值逐渐被投资者发现时，它的价格会随着投资人热情的提高而不断增长。因为人的不稳定性、不愿中庸、喜欢走极端的特点，随着时间的推移，有可能给这个投资标的赋予越来越多的期待，价格也在这种期待中不断上涨，外在价格超出其内在价值的部分就是泡沫。这部分会在投资人的热情消退后迅速破裂，但绝不会在跌到和内在价值相等时就停止，还是因为相同的原因：人的不稳定性、不愿中庸、喜欢走极端的特点，价格会继续下跌，有时甚至远远低于其内在价值，就像在出现泡沫时价格远远高于内在价值一样。暴涨之后有泡沫，暴跌之后同样有泡沫，大多数人只是被高昂的价格吸引，而对奇低的价格视而不见，甚至唯恐避之不及。

区块链技术、区块链数字资产对你来说是“泡沫”吗？

区块链技术不是泡沫，这种技术一经出现就退不回去了，只会继续向前发展。就像互联网一经出现就再也退不回去一样，区块链技术是植根于互联网的，没有互联网的支持，区块链技术是不可能出现的。

区块链数字资产有一部分是泡沫，一部分不是。我不太相信现在市场上存在的所有区块链数字资产会一直存在下去，其中的一些必然会消亡，这些必然消亡的部分是泡沫，除此之外的其它区块链数字资产不是泡沫。

泡沫其实是人的不理智行为的结果，和产生泡沫的投资标的本身关系不大。我们要关注投资标的本身的内在价值，而对其外在价格是否存在泡沫不必过分关心。内在价值是长期，外在价格是短期，尤其是泡沫，更是短期中的短期。

我们如何在“泡沫”中收获长期的收益？

泡沫往往是一个指示器，不管标的的内在价值如何，至少是有很多人关注它、看好它，这就给我们缩小了范围，可以在这个范围内寻找内在价值稳定且可以长期增长的标的。如果我们不被泡沫的高价格所迷惑，而关注标的的内在价值，就可以避免泡沫对我们的影响，至少是部分避免。其次，如果真的是泡沫，必然有破裂的那一天，泡沫的破裂对定投策略采用者来说不但不坏事儿，反倒是好事儿，因为1) 价格降下来了，又可以买到更多的筹码了 2) 泡沫破裂，

大量的投机分子被清洗出市场，更利于市场的健康发展。

以前对于投资有过哪些认知盲区？

对投资标的的外在价格敏感，对内在价值不敏感，所以，看到价格高就觉得：1) 太贵了，买不起 2) 价格已经这么高了，以后还会涨吗？看到价格低的标的就觉得：1) 这个便宜，我可以买好多 2) 现在价格低，以后的升值潜力一定很大。其实，这些都是错觉，能不能继续涨和价格没关系，和内在价值有关系。如果内在价值增加，价格就会涨；内在价值减少，价格就会跌；和当时价格的高低没关系。但有时候就是抵御不住诱惑，不自觉地掉入“寻找下一个……”的陷阱。

你印象深刻的一句话是哪句话？

事实上，哪里有泡沫，哪里就可能有机会。泡沫不会无缘无故产生，既然那么多人都看好这个东西，必然是有一些原因的。至于这个原因是什么，就需要理性看待了。在《投资最重要的事》这本书中，作者建议我们要逆向投资，站在大众的对立面，面对泡沫时，我们是不是也要采用这种方式呢？如果机械地看，那就要站在大众的对立面，视泡沫如洪水猛兽；如果辩证地看，就要想办法弄明白产生泡沫的这个东西的内在价值，如果它的内在价值是可持续的、并且可以不断增长的，那我们就要拥抱它，不管有没有泡沫；如果它的内在价值是不可持续的，或者无法做到不断增长，那我们就要远离它，也不管有没有泡沫；所以，是否有泡沫不应该成为最终的判断依据，归根结底还要看内在价值的可持续性和不断增长。

2021-07-27 共读『定投改变命运』 第12天

今天我们共读的是：

2.5 在趋势之中符合趋势

思考：

你如何理解“局部的局部”？

如果选择全部市场，此时的 α 为零，因为和大盘的增长完全一致。通过长期视角和宏观观察，我们发现在过去的几十年里，有些地区的发展就是要比其它地区快，同时也高于市场的平均水平，比如：中国和美国。我们通过选择局部的局部（全世界中的中国和美国），就可以创造出一部分 α 。采用同样的方式，中国的各个行业，在过去的几十年里发展是不均衡的，有的发展快、有的发展慢、有的甚至出现倒退。在发展快的行业中，以互联网为代表的IT产业无疑是很耀眼的，尤其是以区块链技术。通过选择这样的细分行业，无疑会再创造出一部分 α 。再次采用同样的方式，区块链中哪些的发展最为迅猛呢？当然是以BTC为首的一些数字资产，通过选择这些数字资产，又可以再增加一部分 α 。以上所有的选择都有一个前提，那就是不增加系统性的风险，也就是说，我们在维持原有风险水平不变的基础上，最大程度地提高了 α 。

如果这时我们还不满足，还想进一步提高 α ，在众多的区块链数字资产中选择增长最猛的那一

个，这时至少出现两个问题：1) 系统风险显著提高。因为此时我们选择的是单一标的，而不是投资组合。投资组合的优点是可以利用投资组合内不同标的的非相关性，相互对冲风险，将投资组合的整体风险控制在较低的水平。单一的投资标的无法实现这种风险对冲。2) 机会成本无限大。用来投资的资金是具有排他性的，购买了这个标的就不能购买那个标的，一旦标的选错，或者出现意外，满盘皆输，这样的结果是无法接受的。

所以，局部的局部是有前提的：1) 系统风险保持不变且始终维持在较低水平 2) 机会成本保持不变且始终维持在较低水平。在满足这些前提下，运用局部的局部这种策略，可以帮助我们选择出更好的标的，创造出更多的 α 。

如何做到符合行业发展的趋势？

培养自己的长期视角和宏观观察能力，努力让自己活在未来。市场在短期来看是投票机，在长期来看是称重机，只有那些真正有价值、能够实现不断增长的企业，才能在长时间之后依然保持领先。我们要做的，就是避免被短期的波动所影响，识别出那些隐藏在短期波动下面的长期趋势，然后持续做符合这个趋势的事情。简单讲，做一个长期主义者，让自己的发展方向和行业的发展方向保持一致。

你自己如何顺应自己未来的成长方向？

认识到长期的重要性，做一个真正的长期主义者，尽可能多做最重要的事情，只做那些可积累的、长期的事情。运用长期视角和宏观观察能力，运用局部的局部的策略，结合自身特点，选择适合自己的发展方向。选择大于努力，一切都靠积累。升级自己的个人商业模式，让自己的一份时间可以被卖出很多次。在投资领域采用定投策略，拼命场外赚钱以保证场内资金的安全，实现两个大周期之后的收益最大化。在实现财富自由前，努力找到自己的生活目标，可以为之奋斗一生的目标，并终生为这个目标努力。

以前对于投资有过哪些认知盲区？

在以前的认知里，努力最重要，根本没有意识到选择的重要性，以为通过自己的努力可以改变一切。现在不这么认为了，在自己的可控范围内，努力是对的，越努力越幸运；在自己的可控范围外，努力是错的，越努力越倒霉。而且，如果选择错了，时间越久错的越大，努力越多损失越大。在开始之前做好选择，在过程中只在自己的可控范围内努力，做好准备迎接好运的降临。

你印象深刻的一句话是哪句话？

选择最重要。首先，我们在众多的投资策略中选择了定投策略；其次，我们选择将BOX作为自己的投资标的；再次，我们选择严格执行定投策略以保证最终的收益最大化。这些选择决定了，在两个大周期之后，我们必将成功。努力当然也是必须的，因为如果不努力场外赚钱，哪来的钱去定投呢？但努力一定要在自己可掌控的边界之内，超出这个边界，一切努力都将是徒劳的，甚至起到反作用。

2021-07-28 共读『定投改变命运』 第13天

今天我们共读的是：

3.1 屡战屡败不战则胜

思考：

你如何理解“定投策略采用者只买不卖”？

定投策略的公式： $p = \delta + \alpha - \gamma$ 。 δ 是市场自身的增长率，我们通过选择全部、让自己的投资和市场100%相关来获得这部分收益， α 是超出市场自身增长率的那部分，我们通过在全部中运用局部的局部的策略来获得这部分收益，这两部分收益在确定定投标的的时候就已经确定了，而且一经确定，在整个定投期间内是无法、也不能修改的。

只买不卖是定投策略的执行层面。定投策略要求我们在很久之前买，然后在很久以后卖，因为我们现在没有足够的资金，所以采用定投的方式分批买入标的，定投策略是对买入并长期持有策略的有效改良。因为要长期持有，所以在持有的这段时间内是不能卖出的，再加上定期买入这个动作，所以在整个定投策略的执行期间，我们看到的现象就是不停地买买买，只买不卖。定投策略采用者只买不卖，并不是定投策略采用者永远只买不卖，而是在定投策略的执行期间内只买不卖。

高频交易者究竟犯了哪些错误？

1. 价格预测错误。总体上，标的的价格是不可预测的，也就是说，站在任何一个时间节点上，下一步的价格走势都有三种情况：上涨、下跌和持平，每种情况都有1/3的概率，不偏不倚。那些以为自己能够预测价格的人，只是没有意识到他们的预测有多么不靠谱而已。
2. 滞后判断错误。当他们意识到价格上涨了、或者价格下跌了的时候，都是在价格的上涨或下跌已经发生了之后，当他们以这个作为判断依据的时候，显然是和事实不符，所以出错是再错难免的。
3. 交易手续费。被巴菲特视为吸血鬼的交易手续费，在高频交易者的前两个错误面前，显得那么微不足道。

你现在所能想到哪些方式能够保证自己只有“一招一式”？

三种方式：1) 思想层面 2) 釜底抽薪 3) 物理手段阻止。

1. 思想层面。从想法上去掉多招多式的念头，认识到一招一式的意义和价值。一招一式可以避免犯错，最大限度地降低 γ ，同时也很好的体现无为而治的思想。
2. 釜底抽薪：当1) 不管用的时候，想办法让自己没有能力多招多式。把所有的闲钱都用来买BOX，不留多余的钱。其实这也不是我特意想出来的方法，而是实际情况就是如此。因为我是屌丝，连定投BOX的钱都是想办法挤出来的，那还有多余的闲钱弄其它的东西呢？我现在不只是穷，而是恰到好处地穷，其实也挺好。
3. 物理手段阻止。给自己设置超高的赎回BOX的门槛。只要买到手的BOX是安全的，定投策略

的执行就是安全的。说实话，严重怀疑这种方式的效果，因为如果一个人铁了心不再遵循定投策略，是没办法阻止的。

以前对于投资有过哪些认知盲区？

以前我认为投资要努力，要努力投资。像学习其它新东西一样，不断钻研、摸索、实践，不能怕犯错误，要勇于犯错误，在错误中汲取经验教训，不断改进提高。现在我的看法发生了一些变化，当然，在努力投资这一点上没有什么变化，还要继续努力，但努力的方式、方法需要有一些变化。因为在投资领域，拿的是真金白银，每一次失误都要付出流血的代价，尤其是投资新手，血本来就不多，很容易发生出师未捷身先死的情况。正确的做法应该是盲从已经展现长期惊人业绩的真正成功投资者的建议，采用他们的策略进行投资，同时观察别人犯错，从中吸取经验教训，不断改进提高。

你印象深刻的一句话是哪句话？

谨慎选择并长期持有。这句话中有两个动作：选择 和 持有。在动作前有两个修饰词：谨慎 和 长期。这四点要同时满足才能发挥威力，而且这四点相辅相成的。首先要选择，如果不选择，就没有开始，后面的一切都不可能发生。其次，选择的时候要谨慎，如果不谨慎，选错了，还不如不选。再次，要持有，如果只选择了，但是不持有，选择的时候再谨慎、选择的结果再正确，也是没有用的。最后，要长期持有，如果持有的时间不够长，虽然也能赚到一些钱，但赚的绝对不会太多，绝对不会达到可以改变阶层的地步。所以，这四点，缺一不可，三缺一的结果只能是前功尽弃。

2021-07-29 共读『定投改变命运』 第14天

今天我们共读的是：

3.2 走过路过不要错过

思考：

你如何理解“祸兮福所倚福兮祸所伏”？

看到这句话，我最先想到的是塞翁失马焉知非福的故事。如何理解福和祸呢？长期是一个很好的角度。在短期来看是坏事儿，但长期来看有可能变成好事儿，这就是塞翁失马焉知非福；在短期来看是好事儿，但长期来看有可能变成坏事儿，这就是塞翁得马焉知非祸。所谓的好事儿坏事儿，在不同的时间维度上是可以相互转化的，这是从时间维度，以及事件本身来看。

另外一个角度是人在面对这些事情时的反应，再直白一点是和人的实力有关。同样是遇到市场大跌，实力不济的投资者可能早早就卖掉筹码、黯然离场了，实力强劲的投资人却可以反其道而行之，站在大众的对立面，逢低买入、底部建仓。同样是坏事，实力不济的人只能眼睁睁看着坏事在自己身上发生，实力强劲的人却可以把坏事变成好事。不是事区别对待人，是人的实力不同导致相同的事在不同的人身上产生不同的结果。所以，不管什么时候，增强自己的实力

都是重要的。

对于“损失厌倦”，你该如何面对？

损失厌倦植根于人的本性，面对起来并不容易。但现在有一个优势可以利用，那就是我们已经知道了“损失厌倦”的存在，清楚了它产生的原因和可能的影响，这让我们在面对它的时候更有底气，也知道自己该怎么做了。经常听到有人说：知道了那么多道理，但依然过不好这一生。知道再多的道理也是没有用的，最关键的还是如何做到，只有做到了才算数。道理只能解决道理层面的问题，至于如何做到，道理是无能为力的。如何让自己做到呢？只有一个办法：做。做了并不一定能成功，但是不做必然失败。

你现在如何看待所谓的“坏日子”和“好日子”？

对于定投策略采用者而言，没有所谓的“坏日子”和“好日子”，所有的日子都叫做“定投的日子”。在所有定投的日子里，我们知道其中必然有坏日子，也必然有好日子，但是哪天是坏日子、哪天是好日子，我们无法提前知道，只能在过了很久之后做滞后判断。放弃那种注定是徒劳的预测哪天是好日子、哪天是坏日子的想法，踏踏实实的定投，老老实实的场外赚钱，就能把每一个定投的日子都变成好日子。

以前对于投资有过哪些认知盲区？

在以前，我只想要好日子，甚至只想要最好的日子；想要避开最坏的日子，甚至想要避开所有的坏日子。看着屏幕，在心里嘀咕：如果我在这个点买进，然后再那个点卖出……现在明白了，以上这些都是虚妄，是不可能实现的，追求虚妄的东西最终遭遇的必然是失败。采用定投策略，虽然没法避开坏日子，但是好日子也不会错过。好日子里的累计涨幅大于坏日子里的累计跌幅，所以定投策略是必然盈利的，因为它100%于事实相符。

你印象深刻的一句话是哪句话？

最好的日子通常是紧挨着最差的日子。看着这句话，回想自己2016年的所作所为，不禁瑟瑟发抖。紧随最好的日子到来的是最坏的日子，在最好的日子里我做了最糟糕的决定，但在最坏的日子里我却做出了最好的、改变命运的决定，这就是所谓的命运无常吧。

2021-07-30 共读『定投改变命运』第15天

上午9:00记得去“定投人生课堂”听Liuda老师讲解，并写下你的听后感。

对定投策略进行改良的方法

方法一：赶上价格低的时候多买点。如果真的能做到逢低买入当然好，问题是如何确定价格是不是真低？这就要提到笑来老师提到多次的滞后判断，每次觉得价格低的时候，其实都是滞后判断，我们是没办法在价格真正低的时候意识到这一点并完成买入操作，这只能是一个无法实现的幻想。不过，如果你真的这么做了，坏处也不是很大，因为毕竟是买入操作，并没有卖

出，多买点BOX总是好的，只不过均价可能稍微高一点而已。

方法二：加杠杆。目标是缩短投资时间，获取更多收益。因为BOX的复合年化增长比较高，所以，如果能以比较低的价格贷到款，把贷出来的钱用来定投BOX，这样即使扣除利息，依然有不少的收益，貌似稳赚不赔！理论上计算是没有问题的，单最大的问题来自风险和意外，万一出现必须还清贷款的情况，而此时的价格又处于低位，那就惨了。风险高且不可控是这种方法最大的问题。

方式三：集中投资。BOX目前有7个标的，并不是每一个标的的涨幅都一样，有的快，有的慢，如果能更多地买入哪些涨幅快的标的，是不是能赚的更多呢？比如，原来每周购买1000元BOX，改成每周购买500元BOX+500元BTC。所谓涨的快，其实是短期视角得出的结论，和滞后判断类似。另外，把现在的价格和之前的某个时间点价格做比较，进行简单的算数运算，得出哪个涨的快，哪个涨的慢，这种计算方式是有问题的，因为这不是定投，而是一把梭，拿一把梭的结论来指导定投是不合适的。

定投策略为什么无须改良

定投策略是对“买入并长期持有”这个策略的改良，而且只是改良了买入的方式，从一次性买入变成分多次购买。分多次购买有两个好处：1) 降低买入门槛。一次性买入都资金要求比较高，普通人很难一次拿出那么多钱，分多次买入可以减少每次购买的资金量，降低买入门槛。2) 降低购买均价。因为在市场中，熊市就是比牛市长，而且长很多，如果严格执行定投策略，在熊市时买入的次数一定比在牛市里买入的次数要多很多，从而降低了购买均价。

笑来老师的定投策略其实是一个套餐，除了定投策略本身以外，还包括了定投标的的选择和定投策略的执行。这个套餐🍱里是否存在改良的可能性呢？

1. 定投策略本身。改良可以从两个方面入手：1) 买入方式：一次性买入（巴菲特采用这种方式）、分多次定期买入（群成员大多采用这种方式）、分多次不定期买入（笑来老师采用这种方式）。其中“分多次定期买入”可改进（或者用可变化更为贴切？）的地方是定期的期限到底是多长：每天、每周、每月、每季度、每年？我从最开始的每周手动，改成了每天自动（对我来说是个改进）。2) 持有方式。“长期持有”这种方式不能改，也不需要改，笑来老师给“长期”一个很明确的定义：两个大周期，这让像我们这样的普通人有了明确的盼头。
2. 定投标的的选择。反复运用局部的局部的策略，从众多标的中挑出若干组成一个组合，同时锁定收益率。这个需要改进吗？这个如何改进？
3. 定投策略的执行。买买买，只买不卖。即使改进也是个人执行层面的改进，从不太严格执行，到严格执行。不涉及定投策略本身。

2021-08-02 共读『定投改变命运』 第16天

今天我们共读的是：

3.3 投资不是普通生意

思考：

你如何理解“投资”？

投资就是让钱去赚钱，俗称：钱生钱。1) 用钱去购买某种资产，在低的时候买，高的时候卖，赚取中间的差价。问题包括：买那种资产？什么时候买？什么时候卖？2) 用钱去购买某种资产（实物或者金融资产），出租或者理财（存银行赚利息）。这么操作的前提是这种资产是保值的，因为如果这个资产不能保值、逐渐缩水，很可能收租或利息收入抵不上缩水的速度，时间越长越亏。3) 开工厂、开店。生产某种产品、提供某种服务，通过不断地销售获得利润。这是我能想到的几种主要的让钱生钱的方式。

为什么说投资不是普通生意？

这里的投资是指投资金融资产。1) 金融资产是无形的，没有实体，不需要存放。2) 金融资产没有日常成本，不像开店一样为了维持日常运作要不断地投入成本。有一个例外是频繁交易，过于频繁的交易产生的手续费算是某种成本。3) 金融资产没有沉默成本。开店的初投资是沉默成本，是先花出去的钱，这些钱需要在日后的经营中一点点赚回来。投资则不存在这样的成本，花多少钱，买多少资产，不存在沉默的情况。4) 金融资产的流动性普遍更好。买实物资产，投资工厂、开店，流动性和金融资产相比都差很多。

你该如何规划自己的“投资”？

从下面几个方面选择自己的投资标的：1) 保值能力。这是第一位的，如果不能保值，不能抗通胀，就是不及格的。2) 增值能力。这个当然是越大越好，不过必须在风险可控的前提下。3) 风险。总体看，必须是超低风险，甚至是无风险的，因为一旦有风险，一旦时间长，风险事件必然发生。4) 准入门槛。门槛要低于自己的能力，否则投资可能性为零。5) 流动性。流动性要足够好，也就是说可以很容易变现，有助于抵御风险。

以上是现阶段的选择标准，现阶段的我还没有实现财务自由，还处在努力实现财务自由的初级阶段，当实现财务自由后（可能会很久），选择标准也要做相应的调整。

以前对于投资有过哪些认知盲区？

全部押上，快进快出。以前的我就是这么想的，那时候完全没有长期的概念，基本上是跟着感觉走。现在知道了，全部押上基本等同于找死，快进快出绝没有想的那么有效。使用蛋壳定投，长期持有；在很久之前买，在很久以后卖。这才是低风险、靠谱有效的投资策略，才是适合我自身特点的投资策略。

你印象深刻的一句话是哪句话？

投资只能用闲钱。以前对这句话不以为然，我心里想的是：如果只能用闲钱，什么时候才能翻倍？什么时候才能财务自由啊？那时候我是个菜鸟，和很多人一样，想赚快钱，想着在低点买入，在高点卖出，然后大赚一笔。当然，结果也和大家一样，不但没赚什么钱，反而亏了不少。原因也很简单，我把当时手里的钱都投进去了，因为有事突然要用钱，所以不得不退出，这个时候是没法考虑价格的，也就是所谓的“不计价格”，所以结果可想而知。

2021-08-03 共读『定投改变命运』 第17天

今天我们共读的是：

3.4 场外持续赚钱能力

思考：

场外赚钱能力本质上是什么能力？

场外赚钱能力本质上是销售能力。销售有这样几种形式：1) 把自己的时间销售出去一次。2) 把自己的时间销售出去很多次。3) 把别人的时间买过来，然后销售出去很多次。大多数人采用第一种形式，也就是所谓的打工。少数人采用第二、第三种形式，做销售、创业、出书、在线授课等。显然第一种形式压力最小、最容易，但无论如何都要挣扎着切换到第二或者第三种形式，因为我们的时间是有限的，如果始终给别人打工，我们的收入必将是极其有限的。这极其有限的收入能够满足不断增长的生活成本就不错了，很难有剩下来的钱去做投资。

为什么说场外赚钱能力是成功践行定投的核心之一？

如果场外赚钱能力不强：1) 意味着将不会有充足的、稳定的资金进行定投，这当然会削弱定投的效果，尤其是在经过很长时间之后。2) 当有意外发生时，很可能需要卖掉筹码去救火，而卖掉筹码意味着前功尽弃。因为意外很少发生，所以很多人经常忽视意外的存在，所以几乎总是没有为意外做好充分的准备，所以在意外面前经常不知所措。虽然意外很少发生，但几乎必然发生，所以，如果场外赚钱能力不强，没有为意外做好充分的准备，场内的筹码必然不安全，定投策略的成功践行必然受到严重威胁。所以，强大的场外赚钱能力是定投策略成功践行的重要保障。

目前对于增强场外赚钱能力，你能立刻马上就做些什么？

1. 积极主动。认清自己的现状，积极主动地做好自己的本职工作，稳定住基本盘，以图后进。
2. 停止抱怨。放弃完全无用的抱怨，因为抱怨只是一种无能的表现，不会对正在做的事情由任何帮助。负起自己应担的责任，不抱怨任何人、任何事。
3. 增加自己的被合作性能。调整自己的状态，尽可能地配合别人的工作，降低别人与自己合作的门槛。
4. 磨练自己的写作能力，努力把自己的时间销售出去很多次。这是一项需要马上就开做的事情，这是一项需要做很久的事情，这也是一项对自己有重大意义的事情。马上做、用心做、持续做，未来必有收获。

以前对于投资有过哪些认知盲区？

以前我认为投资市场是赚钱的场所，现在我觉得投资市场是让资产增值的地方。这个放到投资市场去增值的资产必须是你从场外挣来的，如果把所有的宝都押到了投资上，保持心态平和就很难了，而心态不稳是投资大忌。

你印象深刻的一句话是哪句话？

销售的核心是什么？**信任**。我以前一直以为，销售的核心是欺骗，把次的说成好的，把好的说成更好的，这样才能卖高价，才能有高利润，才能挣到钱。在这种想法的指导下：1) 显然我的销售不会很成功。2) 我觉得别人也是这么想的，所以我不相信任何销售人员，本来值得相信的也不敢相信。偶尔因为什么其它原因而相信一个销售人员后，又会无脑地相信，因此损失了很多钱、很多时间，还有很多比金钱、时间更重要的东西。

2021-08-04 共读『定投改变命运』 第18天

今天我们共读的是：

3.5 定投执行各个阶段

思考：

定投执行究竟有哪些阶段？

至少4个阶段：

1. 第一次下跌。大部分人第一次进入投资市场都是被价格吸引进来的，因为价格高，有人赚到钱了，所以他们想冲进来分一杯羹。在高位冲进市场的这个事实，决定了进场不久之后必然遭遇一次下跌。这时，一部分人割肉离场，一部分人转变成价值投资者持仓观望（我属于后者）。
2. 第一次上涨。当价格跌入谷底，最后一个悲观者都卖出筹码、退出市场后，价格开始反弹。当价格反弹到一定程度，有些人会及时解套，落袋为安，有些人则继续持仓观望（我依然属于后者）。
3. 再次下跌。当价格上涨到一定高度后，投机资金获利回吐，价格进入下行通道，和第一次下跌一样，依然会有人割肉离场，依然会有人继续持仓观望（目前来看，我仍然属于后者）。
4. 再次上涨。和第一次上涨类似，当价格跌入谷底后，再次进入上行通道，这次可能会涨得比上次更猛烈，依然会有一部分人落袋为安，中途下车；也依然会有一部分人继续持仓观望（希望到时我仍属于后者）。

经历了所有这4个阶段后，定投并没有结束、也不应该结束，因为这恰恰证明了定投策略的有效性，所以下一步正确的操作应该是继续定投，直到找到一种比定投更好的方法为止。

为什么定投会经历这些阶段？

这种价格的上涨和下跌，是由所有的市场参与者共同决定的，如果所有参与者之间的行为协调，价格就上涨，所有参与者之间的行为不协调，价格就下跌。这种关系总是在协调和不协调之间来回摆动，所以价格总是在上涨和下跌之间来回摆动。对于定投策略采用者来说，至少要经历两个完整的大周期，所以必然会经历上面列出的几个阶段。

面对这些不同的阶段，你要做什么呢？

面对这些不同的阶段，我要做的主要有两件事：

1. 买买买，只买不卖。严格执行定投策略，不管价格是上涨还是下跌，按照自己的定投计划买买买，只买不卖。因为符合客观规律，所以定投策略是有效的，但有效不一定保证有成果，保证成果的是对定投策略不折不扣地执行。那些中途下车的人，并不是不知道定投策略的有效性，他们只是不能做到不折不扣的100%执行而已。也就是说，他们明明知道，但就是控制不住自己。
2. 拼命场外赚钱。场外赚钱的能力越强，场内的资金越安全，定投策略的执行就越有保障。生活中充满了意外，但因为意外不经常发生，所以很容易被人们忽略。虽然意外不可预测，但我们可以有所准备，拼命场外赚钱，拼命把自己的蛋清补的厚实一些，即使有意外发生，也可以应对，不至于无计可施，只能不计价格地出售筹码。定投策略虽好，但只要中途下车，几乎就没有在上来的机会了。所以拼命场外赚钱吧，努力让自己拥有永不下车的资本。

以前对于投资有过哪些认知盲区？

以前对于投资没有周期的概念，只要涨了就很高兴，只要跌了就很不开心。现在知道了，投资是分阶段的，有上涨阶段，也有下跌阶段。投资标的的价格就在这样的上涨和下跌中震荡，至少两个大周期后才能做出判断：这个标的是长期看涨还是看跌。

你印象深刻的一句话是哪句话？

找到值得自己终生去做的事情，是一个人最好的护身符。以前的我认为：人生最重要的事情是享受和占有。所以我喜欢放假，讨厌工作；喜欢坐享其成，讨厌做家务；喜欢轻松和愉悦，讨厌困难和痛苦；喜欢花钱，讨厌挣钱。但现在的我不这么认为，以前喜欢的那些东西虽然很好，但是缺少一样重要的东西：意义。无意义的快乐并不是真快乐，只是当时感觉快乐，慢慢必将归于虚无。有意义的快乐才是真快乐，以后即使因为什么原因没有快乐、只剩下有意义，那也是值得追求的，因为有意义的东西不但不会随着时间的流逝而消亡，反而会随着时间的流逝越来越有意义，这才是值得去终身追求的目标。

2021-08-05 共读『定投改变命运』 第19天

今天我们共读的是：

4.1 我们就是非常不靠谱

思考：

我们有哪些不靠谱的行为？（提出问题）

1. 情感大于理智。在大多数情况下，我们都是跟着感觉走的，在还没来得及调用理智之前，感觉已经给我们做了决定。我们的感觉不是没用，而是很有用，也很厉害，但是它的适用范围是自然界严酷的生存环境，目标是让我们更好的生存下来。对于现在的我们而言，生存已经不是问题，问题是如何竞争、如何更好的发展、如何在社会阶层中占据更高的位置。在处理这些问题

方面，显然理智比感觉更合适，但我们是人，是情感动物，不是机器，所以情感天然就强于理智，只有通过后天不断地努力，锻炼自己的逻辑、训练自己的理智，才能让理智越来越强。

2. 以偏概全。我们的精力是有限的、我们能关注的东西也是有限的，所以在大多数情况下，我们只能依靠现有的信息做判断，这是其一。我们很难做到客观，我们天然就是主观的，所以我们更容易看到对我们的观点有利的证据，更容易忽略对我们的观点不利的证据。所以，我们更容易片面，而非全面，这其实只是问题的一部分，更大的问题是我们自己觉得自己很全面、很客观、很公正。在这种看似全面、客观、公正，实则片面、主观、不公正的“思考”下得出结论，必然是存在漏洞的，必然是和现实世界有很大差距的，但我们自己却信心满满。
3. 逆火效应。在明明知道自己已经错了的情况下，依然坚持自己的观点，依然顽强地捍卫自己的尊严。自尊对我们当然是有益的，可以激发向上的力量，让我们为自己的目标而不断努力，但自尊过了头就不好了。没有将自己的观点和自己本身区别开来，将对自己观点的质疑看作是对自己本身的质疑，这显然是不明智的，大多数人在大多数情况下都会不知不觉地犯这个错误。以上只是简单列举了一些不靠谱的行为，还有更多的不靠谱的行为被不断发现出来。

为什么我们会有这些不靠谱的行为？（分析问题）

归根结底是因为我们是人，是情感动物，我们无法摆脱感性对我们的影响。有些时候是不知不觉就犯错了；有些时候是明知道这样不对，但就是控制不住自己；有些时候是明知道自己不对，就是不放弃，拼命捍卫自己的观点，为自己辩护。还因为我们是群居动物，虽然有些时候也觉得这样不对，但是别人也这么干，好多人都这么干，所以我也就这样干吧。这样的行为以前有，现在有，将来依然会有。我们能做的不是无视、不是否认、不是辩解，而是要面对、接纳、并与之共处，想办法避免这些不靠谱的行为，至少是减少这些行为的不良影响。

面对自身这些不靠谱的行为，你该怎么办？（解决问题）

如果你像我一样，是刚入投资市场的新手，可以盲从已经展现长期惊人投资业绩的真正成功投资者的建议。对于自己是不是冒出来的想法，不要马上付诸行动，而是记下来，让这些想法停留在纸面上，这样即使有损失也是纸面上的损失，不会对你产生实际的影响。

与此同时，你要做的另一件事是锻炼自己的逻辑能力、训练自己的理性思维。逻辑修炼是一辈子的功课，你不会在阅读了某本书、看过了某篇文章后就突然顿悟了，逻辑能力大涨，这通常都是幻觉。逻辑思维只能在实际中一点点修炼、一点点积累、一点点改进。

以前对于投资有过哪些认知盲区？

对自己的投资记忆一直非常自信，从没有丝毫的怀疑。其实这是一种幻觉，我们的记忆很不靠谱，虽然我们自己觉得自己记的很清楚，时间越久，我们记的越不清楚，我们觉得记的很清楚的原因是因为我们的想像力会填补我们记忆的空缺，好像我们记得很清楚一样。而且，我们更倾向于用我们希望的结果去填补记忆的空白。现在，我更多的依赖于我的文字记录，而不是头脑记忆。

你印象深刻的一句话是哪句话？

只要人们持有一种见解，不管是被植入的还是真心认同的，他们就会想尽一切办法使用一切可

用的手段去维护它。当我们拥有一个东西时，即使是刚刚拥有，我们也会觉得很熟悉，仿佛我们曾经一直拥有它一样；当我们失去一个东西是，即使是刚刚失去，我们也会觉得很陌生，仿佛我们从来都不曾拥有它一样。其实，我们的感觉就是这样的不靠谱，而且远超我们的想象。

2021-08-06 共读『定投改变命运』第20天

上午9:00在“定投人生课堂”听Liuda老师讲解，并写下你的听后感

销售？什么是销售？

我对销售一直有一种抵触情绪，即使到今天也是如此，所以在销售方面花的时间和精力不多，结果自然是销售效果很差。我总觉得，销售是不重要的，至少没有生产重要，所以我更愿意从事生产而不是销售。在我原来的观念里，销售就是低买高卖，赚取中间的差价，销售的目标是谋利，仅此而已。现在我的观念发生了一些变化：销售的本质其实是获得别人的认同，购买行为是这种认同的体现。这样就把销售的范围拓宽了，“一切都是销售”这句话就有了更多的合理性。这只是我对销售的理解，实际上的销售真的是这样吗？

销售什么？

这个问题因人而异，对于我来说，定投人生课堂提供的销售标的几乎是我的全部，我略显尴尬、但是很自然的发现，其实我自己几乎没有什么拿得出手的东西可供销售。或许，唯一的销售标的就是我自己，但是显然，这个标的现在还不够好，还需要很多努力才能达到可销售的程度。

其实，种种理由都是借口，我正在犯一个很多人都会犯也都在犯的错误：逃避困难。销售对我来说是困难的，我下意识地选择逃避，但是又不能承认自己是在逃避，所以需要各种各样的借口给自己辩护。手里有什么就卖什么，不能因为困难而选择逃避。

如何销售？

笑来老师在讲升级个人商业模式的时候提到过，要想办法将自己的一份时间卖出去很多很多次。这实现起来当然不容易，但朝着这个方向努力是可以的。退而求其次，卖出去很多次很难，卖出去两次是不是相对简单一点呢？比如说通过写作的方式来间接销售定投人生课堂的门票？同样的时间，练习写作是卖出第一次，推销门票是卖出第二次。想法再多、再美好用处也不大，关键是要践行，要脚踏实地、坚持不懈地做下去。

读书、听课其实很容易流于表面，因为这个很难有一个明确的判断标准；写作、健身相对要好一点，因为有可以看得见、摸得着的成果，写没写、练没练，一目了然；销售定投人生课堂的门票更是如此，因为这直接与BTC挂钩，别人是在用手中的币给你投票。

不断践行是前提和基础，否则后面的销售无从谈起。如何优雅地展示定投人生课堂，是我需要去解决的一个问题。有时，我还会以没有时间为借口，回避对我来说比较困难的销售，但仔细思考后发现，没有时间只是表象，深层次的原因是自己的能力不够。因为能力不够，所以要花更多的时间才能完成，所以时间才会显得不够用。因为能力不够，所以很容易就去做能力够的

事情，因为这样可以让自己有成就感，又因为时间的总量是有限的，所以就剩下了更少的时间去做能力不够的事情，效果当然不好，效果不好就没有成就感，下次就更不愿意去做，时间一长，最后就不了了之了。很多事情的失败，差不多都是类似的过程。

所以，“把时间花在哪里，成就就在哪里”这句话是有道理的。把时间花在鸡毛蒜皮，就是在原地踏步；把时间花在长期有益的事情上，就是活在未来，就是在向未来奔跑。明确目标，克服懦弱，向着美好的未来，冲啊！

2021-08-09 共读『定投改变命运』 第21天

今天我们共读的是：

4.2 绝对不要与自己为敌

思考：

请举例你能感受到的自己的“白马”、“黑马”和“车夫”？

黑马（本能）最容易被感受到，因为它的感受总是最强烈。比如：1）恐惧。我小的时候很胆小、怕黑，这种胆小一直持续了很长时间，具体持续了多长时间我不好意思说，反正是很久很久。2）贪婪。总是贪心得到更多，如果得不到，就会很不开心，有时还会心生愤恨。

白马（情绪）的例子：1）爱面子，被别人带高帽，然后硬着头皮做下去。2）愤怒。在被别人质疑、怀疑、不信任的时候，尤其当这个人是家人的时候，那种愤怒简直不可遏制。就在前几天，我还因为这个原因大发脾气，很抱歉，我又失态了。3）紧张。以前我一考试的时候就紧张，连高考的时候都没有发挥好，这个真的很耽误事儿。

车夫（理智）的例子还挺难找的，因为我以前并不是一个理智的人。能记住的最早的理智决定是来北京工作，这个决定的影响其实很大。然后就是加入定投人生课堂，和决定定投BOX，这两个决定改变了我此后的人生走向。自从接触到笑来老师，我的理智的决定渐渐多了起来。

如何让自己不再是“单细胞动物”？

首先要意识到自己的头脑中住着三个自己：车夫、白马和黑马。遇到事情，让黑马、白马、车夫分别处理一遍，然后再采取行动。说起来容易，关键是如何做到呢？最简单、直接、粗暴、有效的方法是：5分钟之后再决定。不管什么事儿，不管感受有多强烈，不能着急下结论，先等5分钟再说。在这5分钟内，主要是让自己平静下来，因为只要有情绪在，就说明是白马或者是黑马在起主导作用，车夫就很难控制车辆。只有当情绪平复之后，车夫重新占据主导，理性重新占了上风。单细胞动物是没有理智的，只要运用好自己的理智，就不再是单细胞动物了。

你能通过什么方式每天都觉察自己的“白马”、“黑马”和“车夫”？

能做到觉察的应该只能是车夫吧，白马和黑马没有察觉的功能。至于用什么方式，我主要是内省，就是每天琢磨今天哪些事做的好，哪些做的不好。还有就是喝水，每次在家里感觉自己情

绪不对了，我就去喝水，走出去，倒水，喝水，再走回来，基本上就能把情绪控制住了。在喝水的时候，对自己的白马会有很明显的觉察。

你印象深刻的一句话是哪句话？

一定要好好做自己的朋友，一定要对自己有足够的耐心。我以前是把自己当做最大的敌人，所以，我对自己没有耐心，总是苛责自己为什么这也做不好、那也做不好，为什么别人能做而我不能做，为什么别人能做好而我做不好。所以我很痛苦、不幸福、不自信，总觉得自己的前途渺茫、没有希望。现在已经不这么想了，我要做自己的朋友，要给自己足够的耐心，帮助自己走好以后的每一步。

2021-08-10 共读『定投改变命运』 第22天

今天我们共读的是：

4.3 长期教育与镜像效应

思考：

请举例你能观察到的身边的“镜像效应”？

1. 当价格下跌时：群内淡定甚至高兴，因为能买到更多的筹码了，有的人可能会补仓；群外不淡定，甚至恐慌，很可能割肉止损，或者干脆退出市场。
2. 做决策的时候：群内的人更看重的是长期；群外的人更看重的是眼前。
3. 对于逻辑思维能力：群内的人觉得它很重要，因为逻辑不好的人啥都干不好；群外的人不重视逻辑思维能力，觉得它不重要、可有可无。
4. 关于长期。群内的人着眼长期，认为长期有价值的事情才是真正有价值的事情；群外的人着眼现在，认为现在的价值比长期只有的价值更重要。
5. 时间vs金钱：群内的人认为时间比金钱更重要，如果能用钱解决的绝不多花时间；群外的人认为金钱比时间重要，能花时间解决的问题绝不多花钱。
6. 里子vs面子：群内的人认为里子比面子重要，里子好了，面子自然会好；群外的人认为面子比里子重要，面子是看得见、摸得着的，里子是什么东西？没人看得见，太虚，没用。
7. 选择vs努力。群内的人认为选择更重要，所以在努力之前拼命选择好；群外的人认为努力比选择重要，所以在选择的时候不上心，选完之后拼命努力也不一定能得到好的结果。

发现这些“镜像效应”后你要怎么做？你将如何通过练习锻炼自己看清楚“镜像效应”的能力？

努力让自己站在正确的方向上。1) 要意识到这里存在镜像效应，也就是说这里其实是有不同选择的。很多人非常容易犯的一个错误是想当然，遇到事情以为怎么怎么做是天经地义、理所应当的，从不去思考为什么要这样做。其实只要多问几个为什么？还有没有其他的选择？对自己诚实。很多问题是能够提早发现，提早纠正的。2) 要持续锻炼自己的逻辑思维能力。很多时候，错误的原因就是因为自己的思维存在漏洞，而自己又没有察觉，所以总是不断地犯同样

的错误，却总也找不到解决办法。这个问题是所谓的命运的一个重要组成部分。3) 培养自己的长期视角和宏观观察能力。长期视角是纵向的，宏观观察是横向的，对于任何一件事情，都可以进行纵向和横向的观察、对比。只要这样做，就会有收获；只要持续这样做，就会有持续不断地收获。长期视角就是那把钥匙，那把打开神秘的镜像世界的钥匙🔑。4) 要真做，要做到，要持续做到。经常有人说：虽然懂得了许多道理，却依然过不好这一生。这其实很正常，因为光懂道理是没有用的，要按照道理去做，而且要做到，而且要持续的做到，这才可能有效果，效果才有可能持续，否则还会是老样子，不会有任何变化。

以前对于投资有过哪些认知盲区？

以前认为现金为王，挣到钱了就像落袋为安。现在知道了现金其实是最差的一种资产，会随着通胀而逐年贬值。所以现在落袋为安的想法已经很少有了。

你印象深刻的一句话是哪句话？

教育就像一幅眼镜。在戴上眼镜之前和戴上眼镜之后，你其实身处的是同一个世界；但是，戴上眼镜之后你却可以看得更清楚更准确。在受教育之前和受教育之后，你所身处的依然是同一个世界，可是，戴着教育的镜片，你就是可以把同样的世界看的更清楚更准确.....眼镜矫正的是视力，戴上眼镜可以让我们看的更清楚（看清事物的表象）；教育矫正的是思维，接受教育可以让我们想的更正确（理解事物的本质）。

2021-08-11 共读『定投改变命运』 第23天

今天我们共读的是：

4.4 知道做到之间的距离

思考：

你做到了哪些你知道的道理？

坚持锻炼有益身体健康。从2016年开始跑步，2017年开始做俯卧撑，虽然中间断断续续，但还是坚持了下来，现在依然在持续。身体状况有了明显的好转，精力充沛了、工作效率高了、情绪更稳定了，和家人的关系也更和谐了。

除此之外，还有很多意想不到的收获。

你是如何做到的？

我开始健身源于一个想法：过去的我是失败的，我不希望以后的我也失败，所以，我要做一些以前不做的事情。以前我不健身，那现在就开始健身。其实这个想法一直支撑着我走到今天，也会支撑着我走向未来。至于如何做到，可能两个字就够了：必须。我必须和以前不一样，我必须成功，所以我必须健身，所以不管明天早上有多困、天气有多冷，我必须起来跑步。当你在心里对自己说必须的时候，你已经走在了做到的路上。完事开头难，刚开始是最难的，但刚

开始的热情也是最高的。趁着热情高，挺过最难的开头；当热情过后，咬牙坚持，不让热情成为推动自己的主要力量；再后来，过往的经历会给你信心：那么困难我都挺过来了，没有理由在这个时候放弃呀；然后进入一个新的阶段，一个新的开始，重复刚才的过程；一个阶段接着一个阶段。

对于那些你已经知道而且想做到的事，你该如何做到？

以写作为例。我现在知道了，写作很重要，而且我也想做好，但问题是我该如何做到呢？把健身的经验拿过来？我觉得这是有用的。健身给我的最大体会是：如果你持续用正确的方式做，你是会提高的；只要你不放弃，这种提高就不会停止。以跑步为例，刚开始我只能跑1公里，然后是3公里，5公里，8公里，9公里，10公里，半马。从5公里到8公里，我用了很长时间。9公里这个距离，我也跑了很久。现在维持在10公里，偶尔多跑，最多跑过半马。如果把上面的过程换成写作，应该也是类似的吧？总是核心只有一个，去做。不管是跑步还是写作，只要你去做，一定有收获。一时跑步/写作一时爽，一直跑步/写作一直爽。

以前对于投资有过哪些认知盲区？

以前我以为在最高点或者最低点资金是可以自由进出的，比如，我经常这么想：如果在这里（低点）买入，在那里（高点）卖出，岂不是赚翻了！其实这只是一颗韭菜的幻想，因为实际中根本做不到。至少有两点做不到：1）你无法在当时确切地知道现在是低点还是高点。2）在最高点或者最低点大资金是无法自由进出的。这里主要说第2点：在最低点买入，小的资金量没问题，当更多资金涌入后，价格必然拉升；在最高点卖出，少量卖出没有问题，当卖出的越来越多时，价格必然下跌。现实会无情地击碎所有不切实际的幻想。

你印象深刻的一句话是哪句话？

越是早期的错误所造成的长期代价越高。初看到这句话，让我心惊肉跳。因为我早期的时候犯过很多错误啊，我又不能退回到当初那个时候，把错误纠正过来，时间越长，代价越高，这岂不是无解了？后来我想明白了：1）这句话是有适用范围的，它适用在投资领域，在其它领域则不一定。2）定量思维：即使在投资领域，早期确实犯了很多错误，这些错误随着时间的推移造成了很高的代价，但这并不是说这些代价是不可弥补的。因为我们的人生是一个增量，不是定量。随着时间点的推移，我们可以不断增加投资的资金，我们的个人能力也会随着自己的努力而不断增加，只要方向正确、方法得当，这些新增加的东西是有可能弥补早期错误所产生的损失的。3）面对现实。即使增量也不能弥补损失，又能怎么样呢？难道不活了吗？日子不还得继续过吗？早一天面对现实，早一天得解脱。

2021-08-12 共读『定投改变命运』 第24天

今天我们共读的是：

4.5 主动与被动之间的边界

思考：

在学习中，你的主动边界在哪里？

应该就是自己的学习能力吧？最开始的时候，一无所知，学习能力最差，主动的边界也最小。随着不断长大，不断学习新的知识，能力在不断增长，主动的边界也跟着扩大。脑力和体力最大的区别是，体力是有上限的，而脑力没有。学无止境，只要方向正确，只要肯努力，学习能力是可以不断增强的，知识的边界也跟着不断扩大。在主动的边界内，推动自己不断前进的，应该是自己的观念、以及受此观念产生的行动。只要行动不停止，就可以一直掌握主动。

你能客观的评价自己是什么样子的吗？

以前很不客观，现在比以前进步了一点点，因为我开始能够真正发现自身的缺点了。虽然以前也知道自己身上有缺点，但觉得这不是自己的错，是因为环境和别人造成的，所以把自己的改变寄托在环境和别人的改变上，这显然是不切实际的。现在我基本不用优点、缺点这些词了，而改用特点，我现在有以下这些特点：1) 自私。就像大多数人一样，我把过多的时间和精力放在了自己身上。大把的精力花在了和自己有关的思考上，大把的时间花在了自己感兴趣的事情上，从而减少甚至忽略了和外界的联系，即使和家人之间的互动也不多，每天沉溺于自己的世界里。这对家人和朋友来说，其实是一种伤害，我在用行动告诉他们，他们在我心里并不重要，或者，他们压根儿就没有在我心里存在过。2) 粗鲁。这点认识是最近几年才有的感觉，以前的我以为自己彬彬有礼、温文尔雅，是很得体、很有礼貌的呢！为什么发现自己粗鲁呢？根本原因还是自私，因为对别人没有兴趣，所以其实是不在乎对待别人的态度的，只要自己高兴就好。按照自己喜欢的方式和别人打交道，是最大的粗鲁；按照别人喜欢的方式和别人打交道，才是真的懂礼貌。3) 懦弱。就像笑来老师讲过的，懦弱就是没有能力去做对自己有益的事情。很多很多年，我一直都是很懦弱的人，几乎是没有能力做任何事情的，一直都是被动地回应外界对我的刺激。这种状态持续时间长了之后，我就有一种愤懑的感觉，因为我过的生活并不是我想要的，是别人强加给我的。现在我想明白了，并不是别人强加给我，而是因为我的懦弱，我做不了我想做的事情，所以只能被动地接受别人做事带来的结果。别人做事当然是为了自己的利益，所以别人做事的结果当然是对别人更有利而对自己更不利，所以我会愤世嫉俗，觉得这个世界不公平，亏待了自己。主动起来，不再懦弱，去为自己的目标而努力奋斗。4) 空想。想的多，做的少。每天把大量的时间和精力花在了空想上，但并没有适当的行动去支持自己的想法。想的越多觉得自己越厉害，做的越少自己的实际能力就越差，两种完全相反的情况在自己的身上撕扯，很痛苦。干就完了，想太多没用（想当然有用，只是想太多没有以为的那么有用）。

我们该如何不断的通过定投的方式扩展自己的主动边界？

读书，健身，投资，帮朋友，陪家人。读书增长我们的学识，健身可以让我们的身体更健康，帮朋友、陪家人增加和这个世界的连接，让我们觉得更幸福，投资让我们有能力把上面的事情做的更好。重视长期主义，多做在长期来看有益的事情，凡事靠积累。通过积累，不断拓展自己的主动边界。

你印象深刻的一句话是哪句话？

边界思考，长期视角，宏观观察。这三个概念组合在一起就是所谓的上帝视角吧？上帝是至高无上的，他俯瞰整个世界，这是最宏观的观察；他从创世之初一直延伸到未来，这是最长期的视角；他能把世间万物都看清，清楚不同事物之间的区别。虽然这个世界很复杂，各种事物相互交织在一起，但这并不说明它们是无法被弄清楚的，只是复杂而已。事物的复杂或者不复杂，是事物本身的问题，在我们的主动边界之外；我们对事物的认识清晰或者不清晰，是我们自己的问题，在我们的主动边界之内。尽人事听天命，在边界之外听天命，在边界之内尽人事，圣贤也不过如此吧？

2021-08-13 共读『定投改变命运』 第25天

上午9:00在“定投人生课堂”听Liuda老师讲解，并写下你的听后感（周五）

做自己的朋友

这个观点对我的影响很大，可以说是拯救了我，因为在以前，我是把自己当做敌人的。原来为什么会这样？我回想了一下，原因可能是这样的。因为小的时候家里比较穷，再加上家人的教育理念，所以我总体上是比较上进的，总想通过努力改变自己的命运。但因为是独生子女的原因，我其实是娇生惯养的（这一点我以前是没有意识到的），所以抗压能力、察言观色的能力和社会生存能力都很差。有因为小的时候不喜欢看书（那时候看书不是因为喜欢，而是因为讨厌做别的事情，所以拿看书当掩护）、也不会看书，所以学识很差，技能也很差。想努力，但是能力不够，抗压能力又不强，所以总是失败，越失败越没有自信，越美自信就越想掩盖，采用的方法类似于“每天对着镜子对自己说100遍我很优秀！”，当然不会有什么效果。再加上看到过“自己是最大的敌人”之类的句子，觉得很有道理，就无头脑地相信了。慢慢地，我觉得很累，因为每天总想着和自己战斗，能不累吗？因为自己是最大的敌人，所以无法信任自己，所以相信别人竟然超过相信自己，有时就会说蠢话、做蠢事，既可笑又可悲。最后没办法了，走投无路，只能选择放弃，放弃自己的理想，选择随波逐流、了此残生。

不得不承认，生活真的很神奇，后来我结婚了。原来的认识依然存在，但是变化还是在一点点地发生着，在遇到笑来老师、在看了好几本笑来老师的书之后，这个认知彻底发生了变化，我现在努力做自己的朋友而不是敌人了。当我开始这么想以后，我渐渐的有能力去理解别人、理解自己了，我周围的世界也渐渐变得鲜活起来，不像原来那样死气沉沉、面目可憎，我感受到了严冬时的寒冷和盛夏时的闷热，虽然冷和热与原来是一样的，但我的感受不一样了，我不再惊讶和抱怨了，我开始接受种种的不适和不快，我开始接受自己，我开始面对现实。那个叫自信的东西也不知什么时候自己回来了，现在幸福感比原来好太多，这样的人生怎能不让人留恋（以前在最低谷的时期，曾想到过结束自己的生命，但因为执行力太差而没能实现）？虽然现在的我依然有很多问题，每天都在犯各种各样的错误，甚至是重复犯各种各样的错误，但这是人生常态，只要保持不断成长，每天进步一点点，也就可以了，还想怎么样呢？还有一个问题是我现在需要解决的，我还是把太多的注意力放在自己身上了（比如：我现在对共读活动的推荐精选工作就很不上心），要适当地分一些精力在家人和朋友身上。做自己的朋友，也做家人

和其他人的朋友。

自由 vs 独立

我最初加入定投人生课堂，目标只有一个：赚钱。现在我发现，如果严格执行定投策略，足额足量定投，不但可以赚钱，而且有可能实现财富自由，并最终实现阶层的跨越，这在之前是不敢想象、也毫无可能的。自由是大多数人的梦想，当然也包括我。财富自由是自由的一个必要组成部分，财富都不自由，怎能说自己是自由的呢？自由的另外一个必要组成部分是思想自由，从懵懂无知开始，不断学习、不断成长，最终实现自由（或者终身走在实现自由的路上）。财富自由是物质自由、外在自由，思想自由是精神自由、内在自由。定投实现财富自由，读书实现思想自由，健身是实现这两种自由的基础。

提到自由，让我想到了另一个词：独立，这两个词有什么关系？它们说的是一回事儿吗？独立应该是实现自由的必经之路，刚开始的时候都是不独立的，经过努力，实现独立，再经过努力，实现自由。对于财富自由：在最开始的时候，我们完全靠父母供养，完全不独立；后来参加工作，有了收入，但有时还需要父母的帮助，算是部分独立；再后来父母老了，收入变少了，没办法帮我们太多，所以只能靠自己，这个时候就是完全独立（不管是主动的，还是被动的；这也是我现在的状态：不得不独立）；经过不断地努力，当然也有运气因素的加持，最终实现财富自由。对于思想自由：最开始我们是一张白纸，什么都不知道，思想完全不独立；后来上学了，感觉自己学的不错，懂得了很多道理，思想算是部分独立（但总体上还是跟着感觉走）；通过不断地学习，意识到了自己的无知，努力锻炼自己的逻辑思维能力，努力让理性统摄自己，勉强算是思想独立；更加努力地学习、更加努力地成长，最终实现思想自由（或终身走在思想自由的路上）。财富自由和思想自由应该是可以分开的，思想的自由不以财务的自由为基础，反之也是如此。加入定投人生课堂，不断践行定投人生课堂的价值观：健身、读书、投资、帮朋友、陪家人，就是让自己始终走在实现财富思想双自由的路上，并最终实现真正的自由。

2021-08-15

北京