

# 交易日记

日期	2023 年 4 月 17 日	星期	一	主题	制定规则	心情	沉重
----	-----------------	----	---	----	------	----	----

## 一、一定要养成高度的自律性

市场就是战场，交易犹如行兵打仗，知道却做不到，原因在于没有严格的执行交易纪律，后果就是被对手盘所伤，甚至所灭，这不是玩笑，你的任何一个随意的举动都可能关乎生死，而这种主观的随意，也体现了对于市场行为的漠视，最终必将被市场所惩罚。

不遵守纪律的原因：

1、自身原本的懒散习性，习惯成自然，生活中的劣习无意间带到交易中，必然导致交易的失败。

### 解决办法：

严格作息纪律，制定作息时间表，养成良好的生活习惯，交易时间端正态度，必要时可着正装，桌面物品要摆放整齐，总之要给自己创造一个严肃规整的外部空间。

### 2、对市场缺乏敬畏：

市场可以让你暴富，也可以让你倾家荡产甚至万劫不复，人们往往都是在爆仓之后猜追悔莫及，在遭受市场的惩罚之后才会知道市场的残酷。

### 解决办法：

尽量从别人的失败中总结经验，提升自身的思想意识，承认自身的渺小，由衷的敬畏市场，感恩市场的赏赐。

### 3、贪心

贪心导致的后果往往就是见利眼开，特别是在盈利之后，往往欲望就会膨胀，进而为所欲为，当错误的操作造成亏损之后，因为贪心，会企图让自己亏的更少一些，回本就走的意识往往是你错过最佳的立场时间。

### 解决办法：

降低自己的获利预期，把安全放在首位，其次才是获利，而安全

的获利需要放弃绝大部分不符合安全标准的交易。只做有把握的大的受外界影响较小的趋势，以获取稳定持续的收益，千万不可以因为贪欲而冒险尝试不确定的交易，那是在自掘坟墓。

**当我自觉的遵守那些交易原则的时候，我总是会赚钱，而当我不自觉的摒弃那些原则的时候，我就一定会亏钱!——杰西**

## 二、市场永远都不可预测

任何的交易行为都是建立在概率的基础上的，即是以较小的风险博较大的行情几率的基础上的，**市场行为唯一不变的是不断的变化**。因此用现在的已固有的走势形态去预测未来的变化的行情是极其荒谬的，但是市场的现有状态会呈现某种趋势的大概率的倾向，这就是或然性交易的依据，而这种依据是建立在假设的条件基础之上的，因此要为这种假设预设断头单，即止蚀标准，如果后续的市场走势与你的主观思想相一致，那么利润也就随之产生，如果市场后续走势与你的主观判断相反，就要及时修正你的交易方向，即止蚀。

总之，做交易，就要永远站在大概率的一端，然后跟随市场的实际走势变化改变你的交易策略，用现在既有的信息，呆板的预测市场的走势是愚蠢而极其危险的行为。

**没有自我、没有思想，做一块随波逐流的木头，一切交易行为均由市场来决定：**

1、关键点未出现，就不可以主观的臆测市场的趋势方向，更不要因为贪念想买在最低点。

2、触发止蚀就要即可平仓，不要心存侥幸一致越陷越深，偶尔的好运不会总是出现。

3、趋势出现改变的苗头就要即刻平仓，以保住得之不易的利润，防止获利回吐，不要总是想着能赚多少，而要时刻担心钱能不能回到腰包。

## 三、审计重举，明画深图

交易犹如行兵打仗，每一个决定都关乎投入头寸的生死，不得不小心

谨慎。交易者犹如一线指挥官，你的资金就是你的士兵，你的每一个错误的决定，都可能将你的士兵推向死亡，试问你还是否敢在没有充分考虑论证的状况下，或者由于情绪使然，而贸然下达军事指令呢？

每一次损失，都是血淋淋的，肆意妄为，其实就是对生命的残害！因而一个交易者，需要时刻保持冷静客观，在下单之前，必须对整体的市场走势做充分的推演，只有当所有条件都符合开仓标准的时候再下场交易。

**永远站在大概率一端，不为小的诱惑所动。**

#### 四、交易不是生活的全部，更不是奢求一夜暴富的工具

1、利润就像是沙子，抓得越紧，流失得越快，过于执着往往在不知不觉中产生偏执，甚至演变成臆想，特别是盈利后的野心的极度膨胀，往往使人忘乎所以，无数的实例证明，疯狂是灭亡的开始。与市场保持适当的距离可以使人保持必要的清醒。

2、不识庐山真面目，只缘身在此山中，当你的交易遇到瓶颈的时候，就是暂时离开的时候，因为过于紧张的交易行为，往往会禁锢人的思维，交易是一种艺术，绝不是单纯的交易系统的执行，厮守固化的规矩，很难适应不断变化的市场，交易者真正要做的是在遵循市场运行规律的情况下，从当下的实际情况出发，不断调教自己的操作策略与行为，以期更加符合市场的现有走势，而适时的离开一段时间，重新看待这个市场，往往会有新的灵感，即更加贴合市场的交易策略的出现。

3、观察走势图会发现，所有的价格运动都是在复杂与简单之间交替进行，**复杂的形态持续时间相对较长，而且是很难产生利润，这个时候明智的做法是空仓等待，与其无所事事，为什么不顺应市场的指向，彻底的放松休息一下呢？有交易机会的时候就要全力以赴，没有交易机会就要放松等待，**而且从生理的角度考虑交易的高紧张需要彻底的放松来化解，正所谓厚积而薄发，唯有身体的健康才是你长久交易的保障。

4、交易要张弛有度，放慢一些，机会与盈利是市场给与的，绝不是努

力就可以得来的，要忍耐，不要企图一步登天，要通过放松身心寻找灵感，绝不要以损害身体来交换收益，顺势而为的不仅是趋势，也是市场的运行规律。

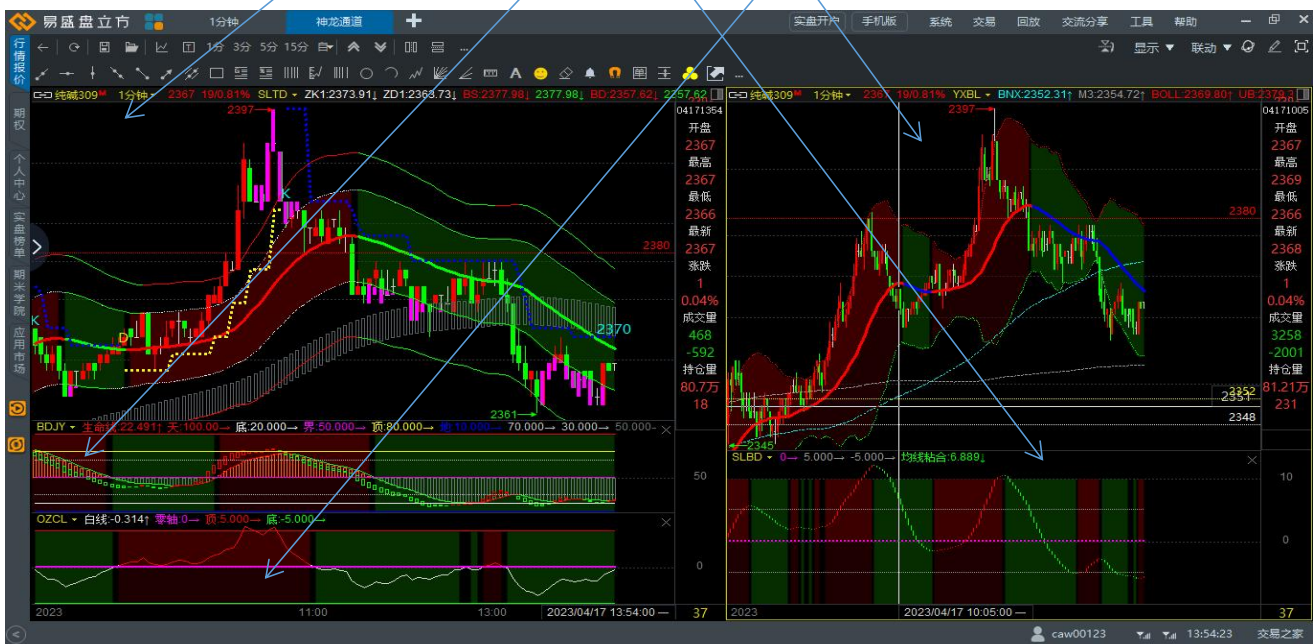
像机器一样冷冰冷的交易图，但是绝不可以做冷冰冰的交易机器！交易！只是为了满足生活与精神需要的一种手段，切勿舍本逐末。

放弃妄想与执着，放弃贪嗔与痴慢，遵循天道，素位随缘！

## 我的交易系统及交易规则

### (一) 交易系统

- 1、交易软件：盘立方（操盘软件）、通达信期货通（分时主图参考）
- 2、交易品种：纯碱合约（只做纯碱合约）
- 3、交易系统周期：1分钟（只做1分钟周期）
- 4、交易系统主图指标：SLTD（神龙通道）
- 5、交易系统副图指标：BDJY（波段交易）、OZCL（零轴策略）
- 6、交易系统分时主图指标：YXBL（一线布林）
- 7、交易系统分时副图指标：SLBD（神龙波段）



- 8、通达信分时主图指标：分时主图1（参考获取当日支撑、压力位），9:30 分后关闭软件，不再使用。



## （二）交易规则

### 1、交易资金

（1）初始阶段（1 万元）：稳定盈利一周且周盈利超过 5%，转入第二阶段。

（2）第二阶段（6 万元）：稳定盈利二周且周盈利超过 10%，转入第三阶段。

（3）第三阶段（30 万元）

### 2、开仓条件

（1）主图：趋势线为红色，做多不做空（D 开多）

趋势线为绿色，做空不做多（K 开空）

（2）副图（BDJY）：生命线 50 以上红色做多，50 以下绿色做空；

（3）副图（OZCL）：0 轴以上做多，0 轴以下做空

### 3、平仓（止损）条件：

根据主图多空线破位平仓（止损），无条件执行。