

معامله گر ذن

چگونه خرد باستانی می تواند به شما
کمک کند تا بر ذهن خود و بازارها
مسلط شوید

نویسنده: پیتر کسل

مترجم: مهدی شکرانی بایگی

نشر چالش

سرشناسه	: کسل، پیتر. Castle, Peter
عنوان و نام پدیدآور	: معامله گر ذن: چگونه خرد باستان به شما می‌تواند کمک کند تا بر ذهن خود و بازارها مسلط شوید/ نویسنده پیتر کسل؛ مترجم مهدی شکرانی بایگی.
مشخصات نشر	: تهران: جالش، ۱۴۰۲.
مشخصات ظاهری	: ۲۰۰ ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۷۷۷۵-۴۸-۸
وضعیت فهرست‌نویسی	: فیبا
یادداشت	: عنوان اصلی: The zen trader: how ancient wisdom can help you master your mind and the markets, c2022.
عنوان دیگر	: چگونه خرد باستان به شما می‌تواند کمک کند تا بر ذهن خود و بازارها مسلط شوید.
موضوع	: بورس - جنبه‌های روانشناسی - سفته‌بازی و بورس‌بازی
موضوع	: Stock exchanges- Psychological aspects- Speculation
موضوع	: Zen Buddhism
شناسه افزوده	: شکرانی بایگی، مهدی، ۱۳۴۷ - مترجم
رده‌بندی کنگره	: HG۴۵۱
رده‌بندی دیویی	: ۳۳۲/۶۴۲



معامله گر ذن

نویسنده: پیتر کسل
 مترجم: مهدی شکرانی بایگی
 اجرای طرح جلد: آقازاده
 امور فنی و صفحه‌آرایی: نشر چالش چاپ و صحافی: پرگار
 چاپ اول: پاییز ۱۴۰۲ شماره‌گان: ۵۰۰ شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۷۷۵-۴۸-۸
 نشر چالش: تهران، خیابان انقلاب، خ ۱۲ فروردین، خ وحید نظری، شماره ۱۰۰ تلفن: ۶۶۴۱۴۶۱۰
 فروشگاه چالش: تهران، خیابان انقلاب، خ ۱۲ فروردین، خ وحید نظری، شماره ۱۰۲ تلفن: ۶۶۴۱۷۴۱۵

قیمت: ۱۸۰۰۰۰ تومان

کلیه حقوق این اثر برای ناشر محفوظ است. هرگونه تکثیر و تولید مجدد آن کلاً و جزاً بصورت چاپی، الکترونیک این اثر بدون اجازه کتبی ناشر ممنوع و موجب پیگرد قانونی است.

فهرست



- ۸..... پیشگفتار مترجم
- ۹..... پیشگفتار
- ۱۱..... پیشگفتار توسط دکتر الکساندر الدر
- ۱۳..... معرفی
- بخش ۱: دو مانع برای موفقیت در معامله‌گری شما..... ۲۱
- ۲۱..... شناسایی و اجرای یک روش معاملاتی
- ۲۳..... دشواری چسبیدن به یک روش
- بخش ۲: ذن راه حلی برای مانع دوم است..... ۲۷
- ۲۷..... مقدمه‌ای بر ذن
- ۲۹..... جهشی در آگاهی
- بخش ۳: موانع منطق..... ۳۳
- ۳۴..... زمان یک انتخاب دشوار است
- ۳۵..... معامله‌گری مکرر می‌تواند موانع را افزایش دهد
- ۳۶..... معامله‌گری مکرر و سلامت روان
- بخش ۴: بودا یک سیستم داشت..... ۳۹
- ۴۰..... سیستم اولیه بودا
- ۴۱..... سیستمی که بودا توسعه داد و ذن

۴۲..... ذهن آگاهی به تنهایی سیستم نیست.

بخش ۵: درک صحیح از دلبستگی باعث شفافیت فکر می‌شود..... ۴۷

دلبستگی و احساسات قوی در معامله‌گری..... ۵۰

جدا شدن ذن، ذهن شما را برای برنده شدن در معاملات باز می‌کند..... ۵۲

بخش ۶: راز ذن در توسعه عدم دلبستگی..... ۵۷

ادراکات باعث ایجاد رنج می‌شوند..... ۵۸

تفکر دوگانه بزرگ‌ترین علت برد و باخت در معاملات است..... ۵۹

همان‌گونه که هست، همان‌طور است..... ۶۰

بخش ۷: هدف ذن..... ۶۷

هدف ذن در معامله‌گری..... ۶۹

اندیشه‌های ذن در مورد تفکر غربی..... ۷۰

بخش ۸: ذهن آگاهی به تنهایی ذن نیست..... ۷۹

ذهن آگاهی چیست؟..... ۷۹

یک حالت ذن از ذهن..... ۸۰

اگر رازی وجود دارد، این همان است!..... ۸۲

شما می‌توانید یک دیدگاه داشته باشید، اما نه یک دیدگاه با دلبستگی..... ۸۴

بخش ۹: تحت کنترل بودن و سرکوب ترس راه حل نیست..... ۸۷

جریان داشته باشید، اما گاهی اوقات مبارزه کنید..... ۸۸

بی‌ذهنی..... ۸۹

سرکوب ترس، بزرگ‌ترین دام معامله‌گر است..... ۹۰

ترس..... ۹۳

آگاهی ذن درد و اضطراب شما را رها می‌کند..... ۹۴

بخش ۱۰: سیستم ذن برای آرامش ذهن و سودآوری..... ۹۷

برای معامله‌گری خوب به ذهنی آرام نیاز دارید..... ۹۷

پنج مورد از شش قانون صلح و سود..... ۹۹

پیروی از قوانین شما را در ذن نگه می‌دارد..... ۱۰۰

برخی از نمونه‌های پنج درخواست برای خودداری در زندگی..... ۱۰۰

همبستگی‌های مهم بین معامله‌گری و ذن..... ۱۰۳

بخش ۱۱: مراقبه، مهم‌ترین قانون سیستم ذن..... ۱۰۷

نظم و انضباط را برای صلح و سود ترکیب کنید..... ۱۰۸

پاداش قانون ششم: معامله‌گری کنید و خوشحال باشید..... ۱۱۱

آن ابزار را مدتی روی زمین بگذارید..... ۱۱۲

چهار مرحله کارنگی: نمونه‌ای غربی از کنار گذاشتن ابزار..... ۱۱۳

عصب شناسان با ذن ملاقات می‌کنند..... ۱۱۶

آن ابزار واقعاً برای چه چیزی است..... ۱۱۷

بخش ۱۲: اندازه‌گیری آرامش ذهن..... ۱۲۱

تحقق در ذن و نتایج معامله‌گری را نمی‌توان اجباری یا کنترل کرد..... ۱۲۲

تصور کن..... ۱۲۵

سطوح آگاهی یک ایده جدید نیست..... ۱۲۶

دارمای بیشتر، دارمای کمتر..... ۱۲۸

بخش ۱۳: هویت، خود و ایگو..... ۱۳۵

ذن از شما می‌خواهد که در مورد معنای هویت تجدید نظر کنید..... ۱۳۶

دل‌بستگی شدید به مفهوم هویت، پذیرش ضرر را سخت‌تر می‌کند..... ۱۳۸

هوشمندی به تنهایی شما را در ذن نگه نخواهد داشت..... ۱۳۹

بخش ۱۴: من پول می‌خواهم، نه ذن..... ۱۴۳

یک سیستم روزانه برای نزدیک..... ۱۴۴

بخش ۱۵: برنامه مورد نیاز شما برای کسب درآمد..... ۱۵۵

نظم و انضباط و حفظ آرامش..... ۱۵۶

گزینه‌های بیشتر..... ۱۵۷

قوانین سیستم ماهانه ذن..... ۱۶۰

برنامه مورد نیاز شما..... ۱۶۲

بخش ۱۶: ذن پاسخی به "نمی‌دانم" دارد..... ۱۶۵

"چه می‌شود اگر"..... ۱۶۶

نپرسید چرا، بلکه پرسید چیست..... ۱۶۷

دیدگاهی جایگزین برای "چه می‌شود اگر"..... ۱۶۸

بحران کووید ۲۰۲۰ ثابت می‌کند که ما نمی‌دانیم..... ۱۶۹

آنچه ما می‌دانیم..... ۱۷۱

بخش ۱۷: روش‌های ساده برای فرآیندهای پیچیده..... ۱۷۵

چه زمانی شروع کنیم..... ۱۷۵

چه چیزی را معامله کنیم..... ۱۷۶

- ۱۷۷.....چه تایم فریم معاملاتی برای معامله‌گری انتخاب کنیم.
- ۱۷۷.....افت سرمایه یا کاهش پورتفولیو.
- ۱۷۸.....با چه مقدار سرمایه باید شروع کرد.
- ۱۸۰.....خرید و فروش.
- ۱۸۱.....چسبیدن به یک فرآیند.
- ۱۸۲.....چگونه معامله‌گری را یاد بگیریم.
- ۱۸۲.....چه زمانی باید متوقف شوید.

بخش ۱۸: سخن پایانی در مورد تسلط.....۱۸۷

- ۱۸۷.....در مدیریتن استاد شوید.
- ۱۸۹.....دستور استادی.
- ۱۹۲.....مراقبه.
- ۱۹۲.....سبک زندگی.
- ۱۹۳.....ترس‌ها.
- ۱۹۳.....عشق و آگاهی.
- عقب نشینی کنید، همانطور که یک جنگجوی خوب گاهی اوقات انجام می‌دهد، تا
- ۱۹۴.....یک روز دیگر بجنگید.
- ۱۹۶.....توصیه نهایی.

کتابشناسی - فهرست کتب.....۱۹۹

پیشگفتار مترجم

معامله‌گری از جذاب‌ترین و در عین حال سخت‌ترین مشاغل دنیا است. در معامله‌گری شما از طرفی با بی‌شمار معامله‌گران حرفه‌ای، موسسات مالی، ربات‌های معامله‌گر و بانک‌های مرکزی و از طرف دیگر با ضمیر ناخودآگاه و درون خود روبرو هستید. در واقع مشکل اصلی ضررده بودن بیش از ۹۰ درصد معامله‌گران عدم آشنایی با عادات و باورهای مخرب، ویژگی‌های ایگو (نفس) و نداشتن آگاهی نسبت به مکانیزم عقل و تصمیم‌گیری است.

متأسفانه در منابع معامله‌گری که به زبان فارسی ترجمه شده‌اند، اکثر توجه و تمرکز بر روی بخش تحلیل تکنیکال و روش‌های معاملاتی قرار داده شده است. در صورتیکه معامله‌گری صحیح بر پایه ۳ رکن اساسی است: استراتژی و روش معاملاتی، مدیریت سرمایه و ریسک و روانشناسی معامله‌گری. برخی از معامله‌گران برتر اهمیت روانشناسی معامله‌گری را بیش از ۲ مورد دیگر ذکر کرده‌اند. به هر حال نکته بدیهی این است که بدون داشتن این ۳ رکن در کنار هم، رسیدن به هدف معامله‌گر سودده در دراز مدت امکان‌پذیر نخواهد بود.

در این کتاب معامله‌گری با سنت و آئین ذن مقایسه می‌شود و نشان داده می‌شود که دستورالعمل‌ها در هر دو زمینه به ظاهر ساده هستند اما عمل کردن به آنها دشوار و سخت است. از نظر نویسنده معامله‌گران ناموفق به دو علت شکست می‌خورند: ۱- نداشتن سیستم معاملاتی مناسب ۲- عمل نکردن و عدم پایبندی به سیستم معاملاتی. در این کتاب نویسنده به بررسی هر دو مشکل می‌پردازد.

در انتها باید بدانید که معامله‌گری در عین سخت بودن، ساده نیز هست. ساده بودن یک چیز به معنی آسان بودن آن نیست. در معامله‌گری شما باید موارد

ساده‌ای را به صورت دائم تکرار کنید. مشکل اکثر معامله‌گران عدم رعایت موارد ساده اما تکراری در معامله‌گری است.

www.ketab.ir