

作者簡介

阿余

聚財網帳號：艾斯

聚財網專欄：王牌 ACE

台北人，國立大學環境所碩士；現為自我成長與財經書籍作家、《聚財週刊》專欄作者、「三立財經台」主播固定連線來賓。對於成功哲學、投資理財、心靈成長等議題有長年且實務的研究與經驗，曾至師範大學、實踐大學、銘傳大學、各大公司與社區團體等單位演講。

對於市場的敏銳感異於常人，擅於作短線的整體盤勢推估，同時對於投資人心理面也經常有一針見血的剖析；解盤方式獨樹一格，從不放圖劃線說故事，也不盤後找藉口，所有操作邏輯均以「勝算」作為思考主軸。筆者於網站所刊載的每日盤前文短線操作參考，被市場投資人給予超高準確率的評價，曾因多次完全準確命中盤勢，而被營業員直接轉載給客戶參考，被網友譽為散戶的股海明燈、王牌 ACE，之後便以「王牌 ACE」的專欄名稱在聚財網固定筆耕。

» 個人著作



A076
一定贏
進入股市的 32 堂終極必修課
定價：320 元



A084
零虧損
股市的斷捨離改造術
定價：320 元

只要跟著做，你就能夠產生改變

艾斯是台灣的專業操盤手之中少數願意無私教學、樂於助人的實戰派高手，他願意將操盤的秘訣毫無保留地公開並詳細道出，將自身的操盤經驗分享給大家，其正面、積極的無私心態是非常值得優秀的操盤手們效仿的。我曾寫過一篇「窮究操盤心法」的文章，我認為操盤心法有四個階段：

1. 化簡為繁（粗簡→粗繁）
2. 化繁為繁（粗繁→精繁）
3. 化繁為簡（精繁→精簡）
4. 化簡為簡（精簡→粗簡）

在艾斯前本著作《一定贏》裡頭，就已經幫投資人進行了前三個階段的重點融合分享，沒想到艾斯這本《零虧損》新作裡頭，竟然更昇華到了第四個階段，也就是跟我當時所提出的化簡為簡（精簡→粗簡），從頭到尾都只用同一個基本操作邏輯來貫通操作，同時捨棄對於投資人共同有的最大操作干擾：斷絕無謂的盤勢預測、捨棄多餘的技術分析、脫離對於損益的執著。

當一個操盤手已經身在「精簡」的操作狀態中，就能以簡單的操作方法來到穩定獲利，操盤已然成為操盤手的本能，一舉一動都像是隨心所欲的反射動作，看似有招卻是無招，是為「粗簡」。艾斯所提出來的「零虧損」概念更是直接命中投資人的迷

思核心，當大家一味沉浸在追尋各式技術操作方法與漲跌迷思之中，卻鮮少會去探究操作者本身操作心理狀態的影響，而操作者本身的心理素質條件才是致勝的關鍵！文章當中直接以「斷捨離」的概念來協助投資人做出操作改變方法，更重要的是，他清楚地用各種論述與巧妙的譬喻，告訴我們為什麼要這麼做。艾斯的這兩本著作已經把投資者進場該有的操作基本動作與觀念，給完全點出來了，真的，只要跟著做，你就能夠產生改變，先徹底克服停損的心理障礙之後，其實你就已經可以贏過70%以上的操作者了，接著你才能擁抱獲利！

竇偉誠

《期貨投機默示錄：平凡窮人翻身的機會》作者



自序

改造不了自己，就不可能成功！ 阿余（艾斯）

這是一個投機的時代，因為我們根本就沒得太多選擇。如果不進行各種金融投資的操作，除非是極高薪資的收入狀況，不然在應付日常生活開銷之後，我們根本所剩的不多；沒得選擇，沒錢的人必須投機，而股市是進入門檻相對較低的一種，但是這一路卻是異常地辛苦。這是一個越是自認頭腦聰明、反應機伶的人，越是容易遭到挫敗的地方，且處處都存在著陷阱去奪取你那辛苦而來的血汗錢。而諷刺的是，潛藏在人性面的諸多負面因子正是觸發這些陷阱的導火線，在尚未有效地拔除自身諸多不利操作的因子之前，我誠心地希望大家能夠先耐住性子，先把我的近兩本著作給重頭到尾瀏覽數遍，再認真考慮自己是否有資格可以在股市裡頭獲取利益。

**重點一直不是什麼操作方法，
而是能不能克服自己內心那一關。**

在股市裡頭，無論學了再多、再好的交易技術方法，顯然最後所呈現的結果都會是：改造不了自己，就不可能成功！學了市面上所有的操作方法，都不會讓你成為真正的贏家，能夠徹底改造自己的人，才有可能成為那少數的佼佼者，這是事實也是結論。以筆者個人而言，在進入股市之後，發生在我身上的，就是不斷地在虧損輸錢；而我唯一能夠做的就是不斷地檢討，找出自己失敗的原因為何，只要能夠少輸或是不輸，那麼就能夠增加贏

的機會。但是最後我發現交易者的問題並不是出在技術方法上頭，不論用技術K線過高破低、技術指標交叉或是均線翻揚等方法來進場操作，勝率大概都大致會落在50%中間值的上下20%左右，會有成功也會有失敗，決定性的差別是在於：該賺的時候有沒有把握住，該認賠的時候有沒有確實停損，有沒有去維持一個「大賺小賠」的累積操作結果。

此外，筆者發現有很多次，若我手中持有虧損部位的話，情緒上一定會陷入焦慮不安，接下來的操作通常都會連帶造成判斷錯誤，自亂陣腳、並受到干擾。也就是說真正的操作竅門並不在於外部技術，而是在於內部心理；操作時，技術的高低並非絕對的關鍵，最重要的是保持頭腦冷靜，冷靜才不會讓你破綻百出。很少人會深層去探究停損的原因與重要性，以及它會造成什麼些危害還有理由。當你的執行動機並不根深蒂固、也不完全明白虧損存在所帶來的負面效果影響時，你就難以真正去落實執行紀律操作。

我漸漸知道若沒有經歷失敗、虧損的洗禮，你就永遠找不到開啟成功之門的鑰匙，因為其中最大關鍵的人性挑戰，就是潛藏在裡頭。交易者若對於「虧損」的體認錯誤、無法克服對於虧損的排斥，就會註定無法成為贏家，越是緊抓著虧損不放，就越會得到的是負面的效果；如果有項事物的存在會讓你產生困擾與阻礙，那麼你唯一的解救辦法就是把它給丟掉。操作模式的改變，就跟「整理」一樣，首先都是先從「丟掉」開始，不僅是丟掉不



必要的操作迷思、複雜的技術分析指標，還必須丟棄很多不切實際的操作觀念，接著才是進行操作交易次數的減量，以及技術分析方法的簡化、去蕪存菁，只留下最根本的操作法則。當一個人擁有明確、清楚、簡單的方法之後，在股市之中，就能輕易地展開與原先所截然不同的道路，因為這時候你才能克服交易者最大的心魔：恐懼與貪婪。

在筆者的前本著作裡頭《一定贏：進入股市的32堂終極必修課》有點出三項成為股市贏家該有的三項基本要件，若真要再補上些什麼操作心法、觀念，來更提高操作勝算的話，那麼本書所補充提出的這三項做法，就是交易者所應該要留意的。如果想要在股市中朝向贏家的目標來邁進，那麼以下這六項要領就是交易者所應必備之物，整合筆者這兩本著作的操作要領如下：

- ▶ 要有大賺小賠的方法
- ▶ 要有克服心魔的紀律
- ▶ 要有耐心等待的時間
- ▶ 斷絕無謂的盤勢預測
- ▶ 捨棄多餘的技術分析
- ▶ 脫離對於損益的執著

先從「零虧損」的改造開始，當自己內心裡的混亂度減少了，只留下最重要的操作準則，你就不會再輕易地浪費不必要的



時間，去試圖研究盤勢方向、推算漲跌幅度、計算各式壓力與支撐價位，你所要做的就是掌握當下的趨勢方向，做對續抱、做錯砍單，讓手中永遠不要有虧損的部位，這就是本書所提出的「零虧損」精神。如果一個交易者沒有先由內而外改變觀念、全部解放舊有的操作思維，那麼無論再如何對外尋求更高勝算的贏家操作方法，你都不會成為贏家；因為你沒有鍛鍊出相對應的能力，一個連停損都無法具體執行的懦夫輸家，根本就無法去駕馭贏家的操作方法。交易的行為是由策略＋執行力所構築，若策略再好但是執行力不好，看對時大賺變成小賺、看錯時小賠變成大賠，這樣一來一回就會相差很多。因此執行力才是整個交易的決勝關鍵，同時執行力也一直是策略運行時的根本。若沒有執行力，「紀律」一詞永遠只是個懸在半空中的空泛詞，制訂下再多的要範規則，若不能確實執行，紀律就不再是紀律。我發現我交易至今所面對的最大課題，一直都是落在執行力的部分，而不是在於交易策略的擬定。

如果交易者的執行力若能夠達到確實，那麼即便是非常簡單的進出場規則（例如均線操作法），都能夠成為神兵利器。反過來說，思考策略結構越是複雜、你就越難以執行，因為一定會有彼此衝突與阻礙的因子，所以一定要簡化到只有一個或是極少數的主軸，才能強化一個人的執行力，就像交通號誌的規則：「紅燈停、綠燈行」一樣清楚明瞭，你只要聽話照做即可。



**有時即使知道有障礙，
但依然有必要貫徹到底。**

交易者不要想得太遠，操作不好就急著去學習所謂更高明的技術分析，首先要確實鍛鍊好執行力，尤其是「停損」的部份。進入股市的首要階段，現在應該要考慮的只有這個，確實地好好改造自己，良好的紀律執行能力才讓人得以生存。如果交易到了某種程度與經驗的話，都會大概知道自己什麼該做、什麼不該去做、怎樣做可以做得更好或是避免一些錯誤，但是你知道自己該去做，卻沒有實際去做的話，那麼無論再上多少名師課程或是拜讀多少投資大作，都將會是徒勞無功。交易者一直欠缺的並不是所學不足，而是能夠徹底貫徹執行的實在太少，希望本書能帶給有心想要改變的人一些操作上的啟發。



第一章 斷：斷絕無謂的盤勢預測 13

1. 會說獲利好簡單的都不是在說實話 14
2. 關於入市動機，大多數人一開始就設定錯誤了 19
3. 你還要讓你的虧損殘害你多久？ 24
4. 人生需要整理，股市操作也需要整理 28
5. 想在股市裡頭翻身？先求不翻船再說！ 33
6. 操作改變的第一階段：斷絕無謂的盤勢預測 39
7. 優秀不是必要，抗壓性才是決勝關鍵因素 44
8. 只有市場是對的，兵不厭詐，這是戰爭！ 49
9. 致富就像見鬼一樣，相信的人多、碰到的人少 53



第二章 **捨**：捨棄多餘的技術分析 57

- 10. 沒有怎樣就該怎樣，操作感覺很重要…………… 58
- 11. 操作改變的第二階段：捨棄多餘的技術分析…………… 62
- 12. 技術分析的盡頭：多空結局都只有一個版本…………… 70
- 13. 股市太極箴言：多空並存與多空互轉…………… 75
- 14. 停損三部曲：不知停損、不願停損、不斷停損…………… 80
- 15. 邪門的很，但是事實總是如此，不得不信！…………… 85
- 16. 用盤面資料統計彌補技術分析的不足…………… 91
- 17. 大眾交易的本質：符合越多輸的越多…………… 98
- 18. 凡事總有例外，眼見也不見得就為憑…………… 104
- 19. 股市操作要先修心，再求修技術…………… 108



第三章 離：脫離對於損益的執著 115

- 20. 先想清楚，不是人人都可以專職操作…………… 116
- 21. 那些年，那個一直賺不到錢的男孩…………… 123
- 22. 亂則必敗，追求操作完美的致命錯誤…………… 129
- 23. 股市的操作流程：完全改造SOP …………… 135
- 24. 生命應該充實，但投資操作簡單無聊才好…………… 142
- 25. 操作改變的第三階段：脫離對於損益的執著…………… 147
- 26. 困難的不是操作本身，而是死不認錯的自己…………… 152
- 27. 徹底改變的方法：股市的斷捨離改造術…………… 158
- 28. 一旦觀念建立，就應該要絕對不會再混亂…………… 166
- 29. 零虧損：拋開盈虧迷思，讓操作更美好…………… 171

股市的

斷
捨
離

斷絕無謂的盤勢預測

捨棄多餘的技術分析

脫離對於損益的執著

改造術

第一章

斷：斷絕無謂的盤勢預測

1. 會說獲利好簡單的都不是在說實話

沒有人一開始就是天生贏家！所有進入金融交易市場的交易者，都必須先徹底認清這一個事實，不然接下來你就會遭遇到一場巨大的惡夢。當最後夢醒的時候，你會失去寶貴的青春、斷失一些珍貴的人際或是家庭關係，當然你還會損失大部分的金錢，甚至連自信心都蕩然無存，從此一蹶而不振。

**一味鼓吹進入股市可以輕鬆賺、獲利好簡單的，
都是不道德的。**

無奈的是，幾乎大部分的股市書籍、老師或是投資達人們所說的都不是全部的實話，成為輸家的那段過往與艱辛多半被掩蓋，都只標榜著只要學習了他們的技術分析方法，就可以簡單獲利、輕鬆賺飆股，在股市中快速致富、賺大錢。在他們的書籍或是課程中找不到太多有關股市心理面的真實論述，當然也不會讓你有機會提出相關的質疑；因為當下你已經被他們那套「事後看圖說故事」的方式所矇蔽，覺得好像真的有那麼一回事，套上他們的技術分析推估走勢圖，去驗證都是對的，但真實的狀況卻是「他們只會把對的拿出來講」，沒有人會笨到搬石頭砸自己的腳。況且你一開始就會被這些每天都在市場上發表自己大賺、賺錢很輕鬆、快速獲利……等言論給「催眠」了，這都是裹著糖衣

的毒藥，但是人們就是愛信這一套，尤其在你一心急著想發財的時候，什麼好聽話你都會輕易信以為真。你可以去問問所有經歷過詐騙事件的受害者，大概都會得到兩項原因交集，一個是「貪」、另一個是「急」，一個人只要不貪不急，就比較不會自曝缺點，而任人宰割。

人們總覺得學問要高深必然都是偏向複雜，非得先參加過基礎班之後，接著再參加進階班，後頭可能還有操盤專業班的訓練，才可以在股海中立足，然後成為高手、晉升為股市贏家。其中最無奈的部分為，一旦涉足其中，你就更難推翻你所學的技術分析，因為一旦捨離，事實上你就是在否定自己了，所以你會捍衛自己所學，不願承認自己的錯誤。如果按照本書的操作法則來操作的話，你一定會認為這真是天真的可以，根本過於單純，這是基本中的基本，毫無技術可言。但是在我歷經這些操作歲月後再回頭來看，這個最基本的東西我若能從頭到尾貫徹去執行，我可以明確地說，就算稱不上贏家，我也不會是那個學東學西、最後越陷越深卻一事無成的股市輸家。

**你不見得會找到適合你贏的方法，
但是你一定要找出你輸的原因。**

從事金融操作的鍛練過程跟減肥很像，方式其實也很簡單，共同點就是要改變你的生活態度以及面對操作的態度，並且是否