

ذهن آرام در معامله‌گری

تالیف:

ایوان بیاجی

ترجمه:

مهدی حسین‌پور

آراد کتاب

سرشناسه	: حسین پور، مهدی، ۱۳۶۱-
عنوان و پدیدآور	: ذهن آرام در معامله‌گری، تالیف و ترجمه: مهدی حسین پور.
مشخصات نشر	: تهران، آراد کتاب
مشخصات ظاهری	: ۱۷۲ ص
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۱۸۶-۷۰۷-۱
یادداشت	: بخشی از کتاب گردآوری و ترجمه برخی از فیلم‌های ایوان بیاجی است.
موضوع	: موفقیت در کسب و کار - جنبه‌های روانشناسی
موضوع	: سرمایه‌گذاری - جنبه‌های روانشناسی
شناسه افزوده	: بیاجی، ایوان
رده بندی کنگره	: HF ۵۳۸۶
رده بندی دیویی	: ۶۵۰ / ۱
شماره کتابخانه ملی	: ۱۰۰۵۷۵۳۴

ذهن آرام در معامله‌گری

ترجمه : مهدی حسین پور	ناشر: آراد کتاب
نوبت چاپ: اول ۱۴۰۴	تیراژ: ۲۰۰ جلد
چاپ و صحافی: صدف	قیمت: ۱۹۵۰۰۰ تومان
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۱۸۶-۷۰۷-۱	

حق چاپ برای ناشر محفوظ است. کلیه حقوق و حق چاپ متن، طرح روی جلد و عنوان کتاب با نگرش به قانون حمایت حقوق مؤلفان، مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ برای انتشارات آراد کتاب محفوظ است و متخلفین تحت پیگرد قانونی قرار می‌گیرند.

مرکز پخش و فروش:

تلفن: ۰۹۳۵۳۰۶۲۴۵۸ - ۶۶۴۸۲۲۲۶ - ۶۶۹۷۵۲۸۵

فروشگاه اینترنتی: www.aradbook.com

مقدمه



یک ذهن آرام قادر به شنیدن
شهود بیش از ترس است.

ایوان بایجی

بیایید با هم آشنا شویم

من ایوان بایجی هستم، خالق این درس، و پیش از آغاز سفر یادگیری‌مان، مایل‌م کمی درباره خودم بگویم. من معتقدم که این آشنایی می‌تواند پایه‌های اعتماد را بین ما محکم کند. تنها با ایجاد یک ذهنیت درست، می‌توانید به‌تمامی آموزه‌هایی که خواهم گفت اعتماد کنید

بسیاری از مردم باتوجه به رنگ پوست، ویژگی‌های چهره و لهجه‌ام از من درباره ملیت سؤالاتی می‌پرسند. وقتی به این سؤالات فکر می‌کنم، همیشه می‌پرسم: «از کجا شروع کنم؟» من در شهر کوچک بگنولت، واقع در حومه پاریس فرانسه، بزرگ شدم و تا میان‌سالی عمرم آنجا زندگی کردم. بعد از آن،

تصمیم به مهاجرت به آمریکای شمالی گرفتم؛ بنابراین پاسخ من به این سؤال که «شما اهل کجا هستید؟» این است که من اصالتاً فرانسوی هستم. اما پاسخ‌های جالبی هم می‌شنوم: «اما شما شبیه فرانسوی‌ها نیستید.» و باید دوباره از ابتدا شروع کنم و توضیح دهم که من در جزیره موریس متولد شدم؛ منطقه‌ای کوچک در سواحل شرقی ماداگاسکار.

سپس شما ممکن است ادامه دهید: «عجیب است، شما لزوماً آفریقایی به نظر نمی‌رسید.» و من مجبورم دوباره توضیح دهم که موریس در گذشته هم مستعمره فرانسه و هم مستعمره بریتانیا بوده است. پس از لغو برده‌داری، بردگان آفریقایی که به جزیره آورده شده بودند، به دنبال کار نبودند و اجداد من به‌عنوان کارگران مستقل از شمال هند به آنجا آمدند تا به اقتصاد جزیره کمک کنند. در نهایت، اگر بخواهیم به ریشه‌های دورتر نگاه کنیم، می‌توان گفت که همه ما از یک جد مشترک که بر روی درختان ساوانا آویزان بوده‌ایم، می‌آییم.

اما بیا به موضوع اصلی برگردیم. در دوران کودکی، به دلیل پرورش در محیطی متزلزل، همیشه احساس انزوا و ناراحتی می‌کردم؛ موضوعی که در کتابم با عنوان "از فرش تا عرش" به‌وضوح بیان می‌شود. در آن دوران، باورهای ناکارآمدی درباره خود و دنیای اطرافم شکل گرفتند. فکر می‌کردم که تنها پول می‌تواند مشکلاتم را حل کند و تمام رنج‌هایم را از بین ببرد؛ بنابراین خیلی زود به جستجوی راهی برای رسیدن به ثروت پرداختم.

در 17 سالگی، با شغل معامله‌گری آشنا شدم و متوجه شدم که این حرفه می‌تواند پتانسیل مالی زیادی داشته باشد. در سال‌های بعد، عشق عمیقی به بازارها پیدا کردم و علی‌رغم این که در ابتدا به‌درستی معامله نمی‌کردم، مشغول به چندین شغل شدم تا بتوانم به طور کافی برای حساب معاملاتی خود پس‌انداز

کنم. در پایان سال 2006، تصمیم گرفتم علاقه‌ام را دنبال کنم و به‌زودی به‌عنوان یک معامله‌گر وارد بازار شدم با این ذهنیت که همیشه سودآور خواهم بود.

این سفر، داستان من است و امیدوارم که شما نیز به‌طور جدی به یادگیری و رشد در این مسیر بپردازید.

متأسفانه، اوضاع به‌گونه‌ای که پیش‌بینی کرده بودم پیش نرفت. در عرض پنج سال، تقریباً کل حساب معاملاتی‌ام—حدود 100 هزار دلار پس‌انداز—به‌طور ناخودآگاه در بازارها از بین رفت. برای من که از خانواده‌ای فقیر شروع کرده بودم، این پول واقعاً ارزشمند بود و من با این خسارت به‌شدت احساس ناکافی می‌کردم.

طولی نکشید که به سفر درونی خود پرداختم و شروع کردم به بررسی موانع و محدودیت‌های ذهنی‌ام. در این مسیر، به ادبیات روان‌شناسی معامله‌گری روی آوردم و به‌ویژه کتاب مارک داگلاس با عنوان «معامله‌گر منظم» تأثیر زیادی روی من گذاشت. اما متأسفانه، ویژگی‌های عمیقاً مخرب من—که ثبات سودآوری در بازارها را برایم غیرممکن می‌ساخت—فقط با خواندن یک کتاب تغییر نکرد و در چنین وضعیتی، حال‌وروز زندگی‌ام کاملاً درهم‌ریخته بود. در این وضعیت بد جسمی و روحی، حتی به افکار خطرناک خودکشی نیز نزدیک شده بودم..

این دوران بسیار تاریکی بود و شاید یکی از تاریک‌ترین لحظات زندگی‌ام بشمار برود. باوجود تمام این مشکلات روحی، تلاش کردم تا در مورد احساساتم صادق باشم و از شرم حاصل از به اشتراک گذاشتن آن خلاص شوم. این بخشی

از سفر بسیاری از انسان‌هاست و اگر داستان من بتواند به کسی کمک کند یا شاید الهام‌بخش او باشد، بدانید که این تأثیر به من امید می‌دهد.

خوشبختانه، درست زمانی که احساس می‌کردم در آستانه یک اقدام تأسف‌بار هستم، فرصتی طلایی برای سفر به جنوب فرانسه به من پیشنهاد شد. نزدیک به دو ماه، در میان زیبایی‌های طبیعت و فرهنگ غنی این منطقه، زندگی‌ام دگرگون شد. در اوج ناامیدی، هنر نگریستن به خودم و زندگی را دوباره به دست آوردم. بادل و جان سعی کردم خودم را از قید و بندهای ذهنی رها کنم و آن لحظات ارزشمند به من روش‌هایی را آموخت که می‌توانستم دنیای واقعی را بدون تعصب و پیش‌فرض‌ها ببینم.

از این طریق، توانستم به ذات خود نگاهی عمیق‌تر بیندازم. حقیقتاً، در این سفر با وجوه جدیدی از ذهن و خوی استدلالی‌ام آشنا شدم که باعث شد به خودم و چالش‌هایم با نگاه متفاوتی بنگرم. این تحول به من یادآوری کرد که زندگی فراتر از انتظارات و سرنوشت‌هایی است که خودمان برای خودمان می‌سازیم، و این آغازی بود برای مسیر جدید و پر از امیدی که پیش روی من بود.

مدت‌ها پس از آن سفر تحول‌آفرین، تصمیم گرفتم به مسیر یادگیری و رشد خود ادامه دهم. با همراهی معلمان محترم و آگاه از لحاظ معنوی به مطالعه پرداختم؛ از «تیچ نات» در فرانسه تا «پیتر لویت» در کانادا و بسیاری دیگر. این معلمان به من کمک کردند تا بر روی ذهن‌آگاهی و آگاهی از لحظه حال تمرکز کنم و از این طریق به درک عمیق‌تری از خود و دنیای اطرافم برسم.

در طول این زمان، در برنامه‌های سفر صحرایی در کانادا و آمریکا شرکت کردم. این برنامه‌ها فرصتی منحصر به فرد برای من فراهم کردند تا درک بهتر و

عمیق‌تری از ذهنیت و ماهیت واقعی واقعیت پیدا کنم—واقعیتی که فراتر از شرایط ذهنی و ناراحت‌کننده‌ام بود. پیش‌ازاین، زندگی را با شکست و یک‌بار سنگین بر دوش احساس می‌کردم، اما تجربیات این برنامه‌ها توانستند به من کمک کنند تا از این پس‌زمینه منفی فاصله بگیرم و به عمق وجودم نفوذ کنم. با ترکیب مطالعات نظری و تجربیات عملی، به تدریج بیداری عمیق و تغییرپذیری را تجربه کردم که باعث کاهش پیچیدگی‌های ذهنی‌ام شد. این پیچیدگی‌ها، عاملی بودند که مانع مهندسی هر گونه موفقیت پایدار در معامله‌گری و البته در دیگر جنبه‌های زندگی‌ام می‌شدند.

امروز، دانش بی‌سابقه‌ای از آنچه رفتار مرا تحریک می‌کند، دارم. خودآگاهی به من این امکان را می‌دهد که با وضوح بیشتری به شخصیت خود بنگرم؛ نقاط قوت و ضعف، افکار، باورها، ارزش‌ها، انگیزه‌ها و عواطفم را شناسایی کنم. در هر لحظه و هر مکانی، این توانایی را دارم که ذهنم را آرام کنم و از هر گونه اجباری که ناشی از خطاهای معامله‌گری باشد، خود را دورنگه دارم.

نتیجه این تمرینات و یادگیری‌ها، تولید نتایج مستمر در معامله‌گری‌ام بوده است. اکنون با آرامش بیشتری به تجارت می‌پردازم و کسب‌وکار معامله‌گری موفق‌تری را اداره می‌کنم. همچنین، تمرین‌های مدیتیشن روزانه‌ام تجربه زندگی مسالمت‌آمیز و آگاهانه را در من عمیق‌تر می‌کند.

این تغییرات نه تنها در حوزه معامله‌گری، بلکه در تمامی ابعاد زندگی‌ام درخشان و پرثمر بوده‌اند. من به گونه‌ای زندگی می‌کنم که هر روز با آگاهی و قصد مثبت به جلو می‌روم و بر ارتباطم با خود و دیگران تأکید دارم. این سفر به درک و پذیرش عمیق خود، نقطه عطفی در زندگی‌ام منجر شد و من مشتاقانه به این مسیر ادامه می‌دهم.

من بنیان‌گذار tradingcomposure.com هستم، وبلاگی که به روان‌شناسی معامله‌گری اختصاص دارد. در کنار این فعالیت، به‌عنوان یک نویسنده در اوقات فراغت خود نیز کار می‌کنم و به‌تدریج تلاش می‌کنم که به‌عنوان سخنران شناخته‌شده‌ای در این حوزه برسم. از سال 2010، آموزش معامله‌گران را با تکنیک‌های مراقبه‌ای که طی سال‌ها آموخته‌ام آغاز کرده‌ام. این تکنیک‌ها را به‌گونه‌ای اصلاح کرده‌ام که با واقعیات دنیای معامله‌گری سازگارتر شوند.

در طول این سال‌ها، با چندین شرکت سرمایه‌گذاری در آسیا و آفریقا و همچنین با افرادی در سرتاسر جهان همکاری کرده‌ام. با این حال، به دلیل حجم بالای درخواست‌هایی که دریافت می‌کردم، مربیگری خصوصی برایم بسیار دشوار شد؛ بنابراین تصمیم گرفتم برای مدتی این فعالیت را متوقف کنم و به‌جای آن ایده‌ایجاد یک دوره آموزشی قابل‌مطالعه در خانه را مطرح کردم. این دوره به‌عنوان راهی برای پاسخ‌دهی مؤثرتر به درخواست‌های روزافزون طراحی شده است.

دوره تسلط بر روان‌شناسی معامله‌گری یک برنامه کامل برای تغییر خویشتن است و من طراحی‌اش کردم تا این‌گونه عمل کند. اکنون زمان و نظرات شما نشان خواهد داد که آیا در این تلاش موفق بوده‌ام یا خیر.

در این دوره، تمامی مباحثی را که معمولاً در سمینارها و کارگاه‌هایی که برای شرکت‌ها برگزار می‌کردم، خواهید آموخت. من شما را قدم‌به‌قدم در فرایند تغییر راهنمایی می‌کنم و نکات خاصی را به شما نشان می‌دهم که ممکن است خارج از حوزه دید شما باشد. هدف من این است که به شما کمک کنم تا نسخه بهتری از خودتان را ببینید.

این همان کاری است که مربیان می‌کنند. من خیلی خوش‌شانس بوده‌ام که در بدترین روزهای زندگی‌ام، افرادی الهام‌بخش به من کمک کردند. حالا امیدوارم که بتوانم من نیز فردی الهام‌بخش برای شما باشم و همراهان در این سفر رشد و تغییر باشم.

این درس به‌گونه‌ای طراحی شده است که ساده و مستقیم به هدف موردنظر برسد. من می‌توانستم با توضیح در مورد مغز و اینکه چگونه مفاهیم ارائه‌شده از نظر علوم اعصاب معتبر هستند، آن را تکمیل کنم، زیرا شواهد واضحی وجود دارد. اما مطالب اضافی را در کتاب‌های خودم نوشته‌ام و به طور داوطلبانه از این جزئیات صرف‌نظر می‌کنم. اگرچه این اطلاعات بی‌ربط نیستند، هدف من این است که این دوره را برای ارائه تجربه‌ای عملی طراحی کنم. دانستن و انجام‌دادن دو چیز کاملاً متفاوت هستند و تنها از طریق تجربه عملی خودتان است که می‌توانید نتایج خود را تغییر دهید.

اگر پس از این جریان میل دارید بیشتر از آنچه در اینجا یاد گرفته‌اید، بدانید، به شما توصیه می‌کنم که اگر تاکنون کتاب‌های من را نخوانده‌اید، حتماً آن‌ها را مطالعه کنید. همچنین، اگر شخصی ماجراجو هستید، سعی کنید کمی به خودتان استراحت دهید. این دوره قطعاً یک چالش واقعی است، اما قطعاً ارزشش را دارد!

حالا که کمی بیشتر با من و رویکرد من آشنا شدید، می‌توانید دوره را با سرعت دلخواه خود ادامه دهید. فراموش نکنید که یک خودکار و دفتری راهنما آماده کنید تا یادداشت‌برداری کنید. این یادداشت‌ها می‌توانند به‌عنوان ابزاری برای تحقیق عمیق‌تر در مورد احساسات و افکار شما در هر لحظه (به جز در طول تمرین‌های عملی) مورد استفاده قرار گیرند.

امیدوارم که با این درس بتوانید به مشکلات رفتاری خود در بازار پاسخ دهید و امیدوارم زحمت و سخت‌کوشی‌تان به شما کمک کند تا به فردی تبدیل شوید که در شغل معامله‌گری می‌خواهید باشید؛ فردی که به‌طور قطع شایستگی آن را دارید.

قبل از اینکه شروع کنیم

تمرین

تفکر و تأمل به معنای شناخت خود در مرکز وجود است، کشف ارزش‌ها و باورهای شخصی، و سپس تصمیم‌گیری درباره اینکه کدام یک را نگه دارید، کدام یک را کنار بگذارید، بهترین اقدام چیست. با این اقدام، شما قدرت خود را از روش شرطی‌شدن و افکار و احساساتی که سعی بر نگه‌داشتن شما در محدودیت‌ها دارند، می‌گیرید و درنهایت تمرکزتان را به جایی که به آن تعلق دارید، یعنی درون خودتان، باز می‌گردانید. به لحظه حال، دقیقاً جایی که الان هستید.

امروزه در فرهنگ «همیشه مشغول بودن» آن قدر غرق شده‌ایم که به‌ندرت فرصتی برای نشستن و تأمل داریم. این چرخه بی‌پایان انجام‌دادن حتی در خواب به ما استراحت نمی‌دهد. لحظه‌ای که صبح یک انسان چشم‌باز می‌کند، ذهن او شروع به رقابت می‌کند و این چرخه بی‌پایان ادامه دارد. به‌ندرت می‌توانیم لحظه‌ای برای خودمان، دور از افکار و حواس‌پرتی‌های دنیای مدرن، صرف کنیم. حتی زمانی که سعی می‌کنیم بی‌حرکت بمانیم، نمی‌توانیم و به‌سرعت جابه‌جا می‌شویم. چه در ذهن و چه در بدن، نیرویی ما را به سمت یک مسیر جدید سوق می‌دهد.

اگر برای کار کردن بر روی خودتان وقت نگذارید، ممکن است با نرسیدن به رؤیای معامله‌گری در زندگی‌تان کنار بیایید، چون این یک بازی بازنده برای مدت طولانی خواهد بود. در حقیقت، شما هرگز به طور واقعی به نفع خودتان عمل نخواهید کرد و بالاخره بر علیه خودتان عمل خواهید کرد. شما کارها را به واسطه‌ی پاسخ‌های شرطی به اشتیاق‌ها (چسبیدن به چیزهایی که باعث امید و انتظار می‌شوند) و بی‌زاری‌ها (رها کردن چیزهایی که باعث درد و ناراحتی می‌شوند) انجام می‌دهید. این نوعی بردگی است، دوستان من... اما خبر خوب این است که شما می‌توانید این طلسم را بشکنید.

کاری که باید انجام دهید این است که مقداری فضای بیشتر در ذهن خود ایجاد کنید. این فرایند با حکم «عدم معامله به مدت 2 هفته» آغاز می‌شود. در روزهای آینده، وقتی زمان بیشتری برای کاوش در درون خود صرف کنید، به‌زودی در مسیر ساخت یک درک عمیق‌تر از خود قرار خواهید گرفت. همین هدفی است که ما در این درس دنبال می‌کنیم.

لائو تسه به‌خوبی این موضوع را بیان کرده است:

«دانستن دیگران هوش است؛ دانستن خود، خرد واقعی است. تسلط بر دیگران قدرت است؛ تسلط بر خود قدرت اصلی و واقعی است.»

این روشی فریبنده یا پیچیده نیست، بلکه یک روش عملی و قابل اجرا است. به‌ویژه اگر تمام عمرتان را با تنفر، ناسازگاری و غرور سپری کرده‌اید. کمی فرصت بیشتر تنها چیزی است که برای بنیان‌گذاری برابری و تسلط بر نفس نیاز دارید.



خودشناسی می‌تواند به اشکال مختلفی بروز کند. برای برخی، می‌تواند قدم‌زدن در یک جنگل ساکت و آرام باشد. برای دیگری، یک فنجان چای در کنار میز، و برای برخی، نشستن روی یک نیمکت در پارک (کاری که من شخصاً دوست دارم) می‌تواند این حس را ایجاد کند. نکتهٔ حیاتی این است که مطمئن شوید هیچ‌کس مزاحم شما نمی‌شود؛ چرا که شما دارید با درون خود گفت‌وگو می‌کنید و این باید جدی گرفته شود.

من استفاده از یک دفترچه برای یادداشت‌های روزانه را بسیار مؤثر می‌دانم، اما این به خود شما بستگی دارد. برای من، نوشتن هر چیزی که به ذهنم می‌رسد بدون سانسور و نگرانی، همچنین برای دست‌خطم بسیار کارآمد بوده است. با این حال، در هر کاری که می‌کنید، مهم است که شروع به پرسیدن سؤالاتی از خودتان کنید. در اینجا چند سؤال عمیق و روشن که می‌توانید از خود پرسید آورده شده است:

- آیا به چیزهایی که از کنترل من خارج است اجازه می‌دهم که به من استرس دهند؟
- آیا به باورها، افکار و احساساتی که باید رها کنم ادامه می‌دهم؟
- اگر الان نه پس کی؟
- آخرین بار کی جرات کردم از ناحیه امن و راحتی خود خارج شوم؟
- چگونه می‌توانم با دانستن اینکه در نهایت می‌میرم (و اینکه هیچ‌کس نمی‌داند کی)، زندگی کنم؟
- چه چیزی باید تغییر کند تا بتوانم یک معامله‌گر سودآور و دائمی شوم؟
- آیا واقعاً اهمیت دارد که در بازارها پول درآورم؟ واقعاً پول چیست و چرا همه را خوشحال نمی‌کند؟
- کدام بدتر است؟ شکست خوردن یا هرگز تلاش نکردن؟
- اگر سعی کنم شکست بخورم و موفق شوم، در واقع چه چیزی را انجام داده‌ام؟ (مهندسی معکوس)
- تنها چیزی که دوست دارم دیگران در اواخر عمر درباره من به یادآورند چیست؟
- اگر به‌راستی بر روی چیزی کنترلی ندارم، چرا تلاش می‌کنم قبول کنم که نمی‌توانم بازارها را کنترل کنم؟ چه بخشی از وجودم باعث این تفکر می‌شود؟
- آیا واقعاً مهم است که من از بازار چه چیزی می‌خواهم؟ آیا بازارها به دیدگاه من اهمیت می‌دهند؟ پس چرا من اهمیت می‌دهم؟

این سؤالات می‌توانند آغازگر یک سفر عمیق و معنی‌دار در درون شما باشند و به شما کمک کنند تا به درک بهتری از خود و هدف‌هایتان دست یابید:

- تا چه حد زندگی‌ام را کنترل کرده‌ام؟
- آیا بیشتر از آن چیزی که عمل کرده‌ام، گفته‌ام؟
- آیا بیشتر نگران درست بودن هستم یا انجام کار درست؟ چرا؟
- اگر هنوز به موفقیت در بازار نرسیده‌ام، چرا به خودم اجازه نمی‌دهم به آن دست پیدا کنم؟ چی را باید از دست بدهم؟
- آخرین باری که صدای نفس خود را شنیدم کی بود؟
- آیا من دارم تصمیم‌های درست می‌گیرم؟
- بر اساس عادات فعلی‌ام، فکر می‌کنم در پنج، ده، یا بیست سال آینده کجا خواهم بود؟
- از نظر عاطفی، جسمی و روحی، می‌خواهم ده سال دیگر کجا باشم و چطور می‌توانم به آنجا برسم؟
- چه عادت‌های بدی را باید از بین ببرم؟
- چه اشتباهاتی را مرتکب می‌شوم و چرا نمی‌توانم جلوی آنها را بگیرم؟
- داستان‌هایی که برای خود تعریف می‌کنم چه هستند؟
- اگر زندگی کوتاه است، چرا کارهای زیادی را که دوست ندارم انجام می‌دهم و کارهای موردعلاقه‌ام را نمی‌کنم؟
- چرا از اشتباه کردن می‌ترسم، اگر می‌دانم از اشتباهات یاد می‌گیرم؟
- چقدر آماده‌ام که رؤیای خود را به واقعیت تبدیل کنم؟

برخی از این سؤالات ممکن است ناراحت کننده باشند، اما مهم است که به یاد داشته باشید که آنها بینش‌های ارزشمندی درباره واقعیت نتایج معامله‌گری و زندگی شما به ارمغان می‌آورند. همچنین، این سؤالات می‌توانند شما را به سمت تغییر و پیشرفت هدایت کنند.

اگر شما ماجراجو هستید، پیشنهاد می‌شود برای پاسخ به این سؤالات هر روز کمی زمان صرف کنید یا حداقل هر 2 تا 3 روز یکبار به آنها فکر کنید. این تمرین نه تنها به کشف خودتان کمک می‌کند، بلکه می‌تواند به شما در بهبود تصمیم‌گیری در زندگی و معاملاتتان یاری رساند.

این سفر در درون، با صبر و شکیبایی، می‌تواند به بلوغ شخصی و موفقیت در سطوح مختلف بینجامد.

"مدیتیشن می‌تواند به شما کمک کند تا مقدار باور نکردنی صبر و خویشتنداری داشته باشید. اگر معامله‌گر هستید و تمرینی ندارید، شانس موفقیت خود را به حداکثر نمی‌رسانید."

ایوان بایجی



ذهنی آرام، شهود را بیش از ترس حس می‌کند.

ایوان بایجی