

Трейдинг- ПОЭЗИЯ-ЖИЗНЬ



Автор Денис Лисков
(полная версия)

Денис Лисков

**Трейдинг-Поэзия-
Жизнь. Полная версия**

«Автор»

2026

Лисков Д. А.

Трейдинг-Поэзия-Жизнь. Полная версия / Д. А. Лисков —
«Автор», 2026

Трейдинг — Поэзия — Жизнь Это не книга о том, как разбогатеть. Это книга о том, как не потерять себя, когда график идёт против тебя. В бесплатной версии ты прочитал начало. В полной — то, что осталось за кадром: главы 7–9. Правила, которые автор писал восемь лет. Тринадцать мифов, которые оборвало время. Тактика тишины: как хедж становится штурвалом. Протокол на пять ситуаций. Система наказаний. «Бумага и плоть» — как правила становятся шрамами. Бонусы: статистика, журнал сделок, разборы. Это не инвестиционная рекомендация. Это личный опыт. Я не призываю повторять. Я просто рассказываю, как было у меня. Трейдинг — фон. Поэзия — воздух. Жизнь — главная сделка. Для тех, кто устал от «успешного успеха» и хочет честного разговора.

© Лисков Д. А., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава	5
Конец ознакомительного фрагмента.	12

Денис Лисков

Трейдинг-Поэзия-Жизнь. Полная версия

Глава

ТРЕЙДИНГ — ПОЭЗИЯ — ЖИЗНЬ

ЭПИГРАФ

Кто-то пишет, как выиграть.
Я пишу, как не проиграть себя.
Это исповедь. Не учебник.
Маршрут — не вверх. Внутрь.
Рынок даёт только шум.
Тишину даёшь себе сам.
Эта книга не про деньги.
Она про то, как остаться человеком. И про тишину, которая и есть путь.

ПРЕДИСЛОВИЕ

Ночь. Стою у окна. Лоб — к стеклу. Холодное. На кухне — лук. Вчерашний, жареный. Такой запах до утра не выветривается. Сын ворочается. Скрип пружин. Вдох. Жена листает телефон. Голубой свет на шкафу. Иногда задерживает дыхание — читает что-то важное.

Тишина ложится не сразу. Она выдавливает остатки дневного шума, заполняет углы. Медленно. Такая тишина приходит только после решения, когда уже ничего не изменить. Когда палец нажал «вход» — и остаётся только ждать.

За окном — редкие отсветы ноябрьского снега. Поздняя осень доживает последние дни. Где-то вдали движется последний автобус. Фонари делают двор похожим на акварель. Несколько окон светятся голубым — кто-то ищет сон в экране телевизора. В этой тишине город кажется чужим и единственным свидетелем того, что я живу не понарошку.

Ночь у окна — это не просто привычка. Это способ услышать себя. Именно поэтому я начал записывать. Это не только сборник стихов. Это записи человека, который не всегда умел говорить прямо — и потому учился говорить через строки. Я писал не для красивых фраз, а потому, что не мог иначе вынести свою правду.

Иногда спрашиваю себя: почему вместо сна выбираю ночь у окна? Может, взрослеть — это и есть момент, когда перестаёшь лгать себе. И однажды я понял, откуда берётся эта привычка. Она началась в детстве.

Меня не учили мечтать. В Поволжье девяностых мечты были роскошью. Главные мудрости: «держись», «не выделяйся», «не проси лишнего». Но у меня всегда было своё мнение. Хотелось найти путь, даже если никто не верил, что он существует.

Помню, кто-то из ребят когда-то сказал: «Станешь бизнесменом — купишь себе кроссовки». Я промолчал, но что-то внутри отвалилось. Без злости понял: твоя мечта всегда чужая для тех, кто не умеет её видеть.

Та мечта осталась. Но взрослеть — это увидеть её без иллюзий. Зрелость — это признать: мечта не похожа ни на одну рекламу, это страх так и остаться чужим в собственной жизни.

В такие ночи понимаешь: даже в простой жизни есть невыносимые занозы и короткие вспышки — мгновения, ради которых продолжаешь идти. Но чаще — едешь по инерции, принимать одиночество становится привычкой.

И то же самое я потом увидел в деньгах, в графиках, в успехе. Про успех много говорят, но почти никто не пишет честно: за этим словом стоит не эйфория, а дни, когда не хочется вставать, вечера, когда объясняешь себе самому — зачем продолжать.

Это не инструкция и не сборник цитат. Это исповедь. Исповедь мужчины, который прошёл путь из села в Поволжье — через скепсис, боль и провалы. Сначала — к рынку, потом — к себе.

Настоящий маршрут — не вверх, а внутрь. Чужих сценариев не бывает: есть только те, которые ты принимаешь или отвергаешь.

Я не знаю, что ты найдёшь здесь. Но если ты ищешь себя — ты уже на правильном пути. Рынок — не только цифры. Это зеркало. И в этом зеркале всегда видно то, от чего мы отворачиваемся первыми.

Это не инвестиционная рекомендация. Это личный опыт. Я не призываю повторять. Я просто рассказываю, как было у меня.

ГЛАВА 1. ПЕРВЫЙ ВХОД

Поволжье. Маленькое село. Девяностые.

Свет гас среди ужина. Или разговора. Норма.

Свечка. Керосинка. Всегда наготове.

Хрустящий хлеб и картошка, чаще всего просто из печи, оставались главным лакомством. Газа тогда не было, печи топили дровами, а возвращение света казалось настоящим праздником.

Но самое главное не обсуждалось никогда. Про будущее у нас не говорили — только про зиму, про дрова, про цены на хлеб. Внутри всегда был запрет на «лишнее». Даже фантазии были скромны: не замёрзнуть, не опоздать, не обидеть отца тупым вопросом. Всё главное — между строк.

И эта немота была везде — даже в разговорах о деньгах. Деньги обсуждали вполголоса — будто любое лишнее слово могло сделать только хуже.

Отец почти всегда был на работе. Он уходил рано. Даже зимой успевал пройти по доскам на крыльце, пока ещё не рассвело. За ним затихала входная дверь, и кухню заполнял полумрак. Потом его и вовсе уволили. Тогда в доме появилась особая тишина — не рабочая, а тяжёлая, с тревогой и ощущением, будто сама жизнь выключилась не только в лампочках, но и внутри.

Мама варила завтрак почти беззвучно. Тишина между стуком кастрюль и её дыханием становилась первой валютой дня. Она не ругала, не торопила, просто делила хлеб: тонко, будто экономила нарезку даже взглядом.

В те годы всё рухнуло для многих. Бухгалтера, учителя, врачи, люди с образованием, признанием, стажем — в один миг оказались все на улице. Никто никому не был нужен. Мама стала торговать одеждой, чтобы просто выжить. Старый порядок исчез, жить нужно было дальше.

В том мире единственным окном в другое оставался телевизор. Когда он однажды сломался, я почти всерьёз сказал: если так — я умру.

Но настоящая правда ждала меня не дома, а в школе. В школе я первый раз получил двойку не за математику — за невыполненное задание: нужно было написать сочинение о профессии родителей. Я не захотел врать, написал про выдуманного инженера. Учительница закрасила всю страницу красными чернилами, сказала: «В жизни за правду не ставят оценку». Я вспоминаю это каждый раз, когда приходится выбирать — молчать или идти по-своему.

А дома я учился быть незаметным. Всё вокруг было выучено до боли: отключения, вечера в темноте, пустые ужины, чувство безысходности. В школу я ходил всегда один — родители меня не сопровождали. Я говорил им, что уже большой, хотя сам ещё боялся. А потом встречал задирающих мальчишек, которые учили обходить стороной, не нарываться.

Люди мечтали только выбраться: кто в город, кто на край света — лишь бы не оставаться в этой немоте.

Возвращаясь домой, я снимал обувь, чтобы не тревожить пол — скрипит, проснётся мать, спросит глухо: «Ты поел?» Ответ всегда был автоматический: «Да, всё нормально». Нормально — это не поругались, не порезал руку, не разбил кружку.

Я не знал, что это называется мечтой. Просто ловил в себе чувство: где-то есть другое.

И однажды — увидел. Случайно. По телевизору. График. Потом — фильм про американскую биржу. Движение. Ритм. Закон. Как будто за экраном — другой воздух. Не домашний.

Иногда, чтобы не злиться, я выходил во двор на мороз, смотрел на темноту и думал: «Когда-нибудь этот холод закончится, я буду жить иначе». Никто тогда не верил, что это возможно. Даже я — не всегда.

Меня тянуло не к деньгам — к самому этому пульсу. Будто где-то есть такая же настоящая жизнь сквозь любые отключения и страхи.

Прошло много лет. Я уехал, нашёл первую работу, учился выдерживать одиночество, но всегда помнил: тот мальчишка у окна остался в душе и сейчас. Любые новые шансы всегда начинались не с рынка, а с того, что однажды я перестал ждать разрешения — начал делать шаги в темноту.

А потом, через много лет, в две тысячи восемнадцатом году, я вдруг оказался на стадионе во время чемпионата мира. Вживую увидел тех, кого раньше видел только по телевизору. Они двигались так же, как и на экране, — но воздух вокруг них был другим. Пахло травой, потом, пластиковыми стаканчиками. И в тот момент я понял: мечты не заканчиваются за стеклом. Они начинаются там, где ты перестаёшь бояться сделать шаг вперёд. Тогда я и решил — попробую. Не ради денег. Ради того, чтобы проверить: а могу ли я?

На этой эйфории я решил зацепиться и за свою мечту детства. Почему бы и нет? Теперь мне всерьёз показалось, что реализовать её — возможно: у меня был смартфон, был человек, который мог подсказать, сориентировать по биржевому рынку.

Вся эта ситуация показалась очень доступной — и я шагнул в бездну.

Впервые у меня был шанс действовать не по привычке, а по внутреннему зову. Я поставил себе цель разобраться, на что способен, если не останавливаться перед своим страхом.

Первый депозит. Палец дрожал, когда нажимал «купить». Казалось, если ошибусь, расплачусь не деньгами, а новой волной той самой боли, которую не с кем разделить.

Первая сделка — пара процентов прибыли. Радость — едва смелая, вполголоса. Испуг — напололам с восторгом: как будто впервые дали сдачу после долгой очереди. Захотелось большего.

Вложил ещё. Цифры побежали вниз, экран стал гореть красным. Уже ночь — весь дом спит, только свет монитора, пальцы онемели на мышке, сердце грохочет в груди.

Впервые схватил убыток: рынок закрылся, идея не сработала.

Можно было всё бросить или продолжить ждать. Нужно было решать: теперь жить с этим иначе.

С этого момента я перестал быть зрителем. Я стал игроком, который проиграл что-то важное сам себе. Было страшно, пусто — но впервые за много времени действительно настоящему живо.

Утром — первый взрослый урок: нельзя ставить всё на одну мечту. Пришлось научиться распределять не только деньги, но и надежду — чтобы суметь остаться собой даже после самой большой потери.

Этот урок стал первым кирпичом. Не в стене, а в фундаменте. Дальше будет сложнее — но теперь я знал: главное не угадать рынок, а сохранить контроль над собой.

То, что казалось мелким, с годами осталось самой надёжной точкой опоры: не просить, если можешь сделать сам, не требовать, если никто не обещал, не жаловаться, если не смертельно. Экономь на эмоциях, как на сахаре.

Нет жизни без дороги.

Свечка и керосинка

Много позже, когда терминал уже стал частью жизни, я вдруг понял: торговля научила меня тому же, чему учили отключения света в селе. Свет не бывает постоянным. И прибыль не бывает постоянной. Постоянной бывает только свечка, которую ты держишь наготове.

В девяностые это была керосинка. На рынке это резерв. Тот самый, который я теперь называю кислородом.

Я вырос в доме, где были готовы к темноте. Поэтому так поздно научился быть готовым к просадке: привычка держать свет про запас оказалась главным навыком трейдера.

Сначала свечка. Потом свет.

И тогда я понял: запас света — это только начало. Дальше начинается другое — умение не растерять его в темноте. Это и есть дисциплина.

ГЛАВА 2. ДИСЦИПЛИНА И ХАОС

Позиция и руль

На бирже главное — не угадать. Сохранить возможность управлять. Позиция — лодка в шторм. Ветру не прикажешь. Но паруса подобрать можно. Якорь бросить. Руль — не выпускать. Я много раз повторял себе: сначала крепость, потом поход.

После удачной сделки часто тянет взять ещё. Кажется: раз получилось один раз, получится и второй. Ещё один ход. Ещё немного. Но именно на таких попытках иногда и расходуется весь капитал опыта.

Прибыль уже забрана. Сделка закончена. В этот момент особенно важно не перепутать результат с разрешением продолжать. Рыбу можно поймать и завтра. А вот если потеряешь руль — дальше не поплывёшь.

Главное — не заработать. Главное — не выпустить руль.

Ветер не спорит

Ветер, рынок, течение — все они подчиняются одному закону: они просто есть. Можно поставить парус — и ветер понесёт. Можно бежать против — и ветер сожмёт с ног. Ветру всё равно, кто прав. Он просто дует.

Годами я шёл против движения. Думал: раз все продают — я куплю. Раз все покупают — я продам. Мне казалось, что я умнее рынка. Рынок думал иначе. В какой-то момент начинаешь понимать — гораздо важнее не спорить с направлением, а учиться принимать его, не тратя сил вслепую.

Теперь у меня другое правило: против тебя играет система, в которой есть участники с опытом, капиталом и терпением. Ты не обязан быть умнее их. Твоя задача — увидеть направление и не мешать движению работать.

Иди по течению. Течение не спрашивает, куда ему идти. Оно просто идёт. Кто идёт вместе с ним — получает шанс выплыть. Кто спорит с рекой, тратит силы ещё до того, как начинается настоящая борьба.

И в жизни тоже есть течения: время, люди, обстоятельства. Можно спорить с ними годами. А можно поставить парус.

Ветер не спорит. И я не спорю.

Я стоял на балконе, смотрел на реку внизу. Ветер бил в лицо — мокрый, холодный, с запахом воды и мокрого бетона. И я перестал спорить. Просто стоял и смотрел, как вода идёт туда, куда идёт.

С этого момента всё стало проще.

Рано не взять, рано не слить

Чтобы оказаться в потоке, учишься терпеть и выбирать не первый, а свой момент. Это тяжело: в трейдинге два дорогих слова — «рано» и «поздно». Взял рано — поймал нож. Вышел рано — отдал тренд. Ждал разворота — получил продолжение. Не ждал — получил разворот.

И тогда я понял: рынок не платит за правоту. Он платит за терпение и исполнение плана.

Разворот — не всегда мгновение. Иногда ему нужны два-три дня. Крупный участник редко разворачивает большую позицию за час. Он набирает её постепенно. Тот, кто спешит, часто становится его ликвидностью. Теперь мой вход прост: ретест. Не нож, не первый пробой, не бесконечное ожидание. Рынок сам должен прийти к моей цене. Не пришёл — значит, это не моя сделка.

И в жизни ценное тоже редко приходит к тому, кто всё время бежит. Но ждать нужно не с надеждой, а с готовностью действовать.

А когда ты перестаёшь ждать «правильного» момента, ты начинаешь видеть то, что есть.

Торгую то, что вижу

Постепенно уходит иллюзия предсказуемости. Ожидание — ловушка. Я ждал разворота — получал продолжение. Ждал продолжения — получал разворот. Рынок не обязан исполнять мои ожидания. Он вообще не знает, что я существую.

Теперь у меня нет единственного прогноза. Есть сценарий и признаки силы: пробой, недоход, ретест, объём. Этого достаточно. Увидел силу — встань рядом с движением. Увидел равновесие — сократи риск или захеджируйся. Увидел недоход — ищи вход. Не увидел ничего — не торгуй.

Рынок не обязан каждый день давать мою сделку. Моя задача — быть трезвым, когда возможность действительно появится.

В жизни мы тоже страдаем не только от того, что случилось, но и от того, что должно было случиться по нашему плану. Сними лишнее ожидание — и часть боли уйдёт сама.

Я не торгую то, что жду. Я торгую то, что вижу.

И тогда приходит...

Дежавю, дежавю, дежавю...

Я поймал тебя на работе.

Ощущение дежавю — в очередной заботе.

Я иду, говорю: «Дежавю», — и, понимая это,

Возвращаемся к чему, не люблю.

Хлам достаю, как скелеты,

И опять говорю я: «Блять,

Зачем мне это всё нужно?

Где работу взять, где проявление дружбы?»

Никто не зовёт тебя в мир светлый, другой, прекрасный.

И опять я ловлю дежавю — и это кусок ужасный.

Я бежал, увольнялся тогда, понимал: надоел мне хаус,

А теперь ерунда, ерунда достала и здесь, накатила усталость.

Вот такой нелепый сюжет: от чего мы бежали по кругу?

Неужели выхода нет?

Как разорвать упругу?

Ноль

Есть дни, когда побеждаешь. Есть дни, когда проигрываешь. Но сильнее всего иногда учат дни, когда кажется: шагнул вперёд, а остался на месте.

Иногда ноль важнее плюса. Ты не заработал, но и не ушёл в минус. Вовремя притормозил, усмирил дракона жадности, не дал позиции стать больше, чем позволяли твои правила.

Однажды я ушёл в минус на три процента. Я видел, как тает результат. Видел, как дисциплина даёт трещину — не в первом входе, а постепенно: по хеджу, по лоту. К вечеру я понял: позиция стала больше, чем я разрешал себе. Я захеджировался и стал выходить постепенно — шаг за шагом, лот за лотом. На закрытии я оказался около нуля: плюс 0,2 процента. За ними не стояла жадность. Только расчёт.

И из таких дней рождаются настоящие правила. Не из теории. Из прожитого нуля.

Простое

В минуты испытаний всё сложное стирается. Остаются только короткие фразы, которые вспоминаешь, когда возникает реальный риск. Мы привыкли строить вокруг себя памятники из правил: «так не делать», «этого избегать», «про то помнить».

Молодые пишут по двадцать пять пунктов. Взрослые оставляют три. Под давлением вспоминается только короткое. В стрессе выживает простое. Мои списки укорачивались восемь лет: от «не делай сотню вещей» к пяти основным правилам. Это не упрощение. Это дистилляция опыта.

Зрелость устроена так же: принципов немного, но они выдерживают давление. Длинный список часто похож на попытку защититься от всего сразу. Короткий становится опорой.

В стрессе выживает только простое.

Но даже коротких правил мало, если они живут только на бумаге.

Робот и человек

Главная задача — превратить правила в автоматизм. Вот для чего они нужны — не чтобы думать, а чтобы исполнять на автомате, когда резкий поворот.

«Робот, а не человек», — писал я себе. Формула жестокая — но честная. Человек во мне всегда хочет надеяться, боится, мечется, рискует ради «ещё одного входа». Робот исполняет то, что решили накануне.

Но робота нельзя построить снаружи. Каждый вечерний человек пишет правила для утреннего — уставшего, торопливого, уязвимого. Если вечерний мудр, утренний получает шанс не повторить старую ошибку.

Вся жизнь — диалог этих двоих. Мудрый пишет. Спокойный исполняет.

А проверка этого автоматизма приходит не в понедельник утром, а в пятницу.

Пятница: боковик, горки и первое пиво

Всё это звучит просто — до тех пор, пока не приходит пятница. Ты устал, рынок ещё открыт. В тот день рынок устроил мне американские горки: сначала унёс в одну сторону на полтора процента, потом резко развернулся. Моими поручнями были хедж и лимит. Система сработала.

Пятница преподаёт не рыночный, а человеческий урок: вся эта система не про деньги, а про то, чтобы выйти в финал целым.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.