

JONYCABESA

TOMO I

La parte mental de las criptomonedas.

Lo que casi nadie te explica y por lo que la mayoría pierde dinero.

Índice y para quién es esto

1	Por qué pierdes aunque sepas cómo se hace	3
2	Las 7 emociones que te vacían la cuenta	4
3	El "tilt": cuando dejas de pensar y solo reaccionas	5
4	Sobrevivir a 5 operaciones malas seguidas	6
5	Lo que haces antes y después de operar	7
6	Apuntarlo todo: tu memoria te miente	8
7	Cuándo NO operar — 8 señales claras	9
8	Las rachas malas y las rachas buenas	10
9	6 trampas mentales que no ves venir	11
10	Pensar como alguien que opera con cabeza	12
A	Libros y podcasts recomendados	13

Para quién es esto (y para quién no)

Si llevas un tiempo en cripto y has notado que **sabes lo que hay que hacer pero no siempre lo haces**, esto es para ti. Si todavía no has comprado tu primera moneda, este tomo te va a ahorrar mucho dinero más adelante. Si esperas un libro de "señales secretas para hacerte rico", devuélvelo: aquí no hay nada de eso.

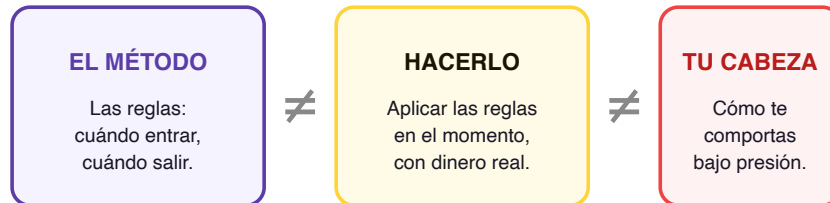
Lo que te vas a encontrar son las cosas que **nadie te cuenta antes de meterte**: por qué te entra prisa cuando ves una vela verde subiendo, por qué te cuesta cerrar una operación en pérdida, por qué ganas un mes y al siguiente lo devuelves todo. Y, sobre todo, qué hacer al respecto.

Cómo leerlo: son 15 páginas, una sentada. Vuelve cada mes y subraya el capítulo que te toque vivir esa semana. Imprime los recuadros verdes y pégalos donde tengas el ordenador.

Por qué pierdes aunque sepas cómo se hace.

El problema casi nunca es el método. Eres tú.

Imagina dos personas con el mismo método de inversión, las mismas reglas, los mismos avisos. A los seis meses una está en positivo y la otra en cero. ¿Por qué?



El método vive en un PDF. Lo demás vive dentro de ti.

Fig. 1.1 · Tres cosas distintas que la gente confunde

Saber no es lo mismo que hacer

Todos sabemos que comer azúcar todos los días no es buena idea. La mayoría comemos azúcar todos los días. Todos sabemos que hay que hacer ejercicio. La mitad no se mueve. **Saber lo que hay que hacer es la parte fácil. Hacerlo es la parte difícil.** Y hacerlo, en cripto, es un problema de cabeza.

El mercado es un espejo

Cuando entras a comprar con un plan claro — "compro aquí, si baja a este precio vendo, si sube a este otro recojo" — no estás "operando con cripto". Te estás **poniendo a prueba a ti mismo**. La pregunta real es: ¿vas a respetar lo que te has prometido cuando empieza a moverse el precio?

Por eso una cuenta de prueba (sin dinero real) es muy distinta a una cuenta con tus ahorros. No es que el mercado se mueva diferente. Es que **tú** te mueves diferente cuando ves rojo y es tu dinero.

LA IDEA PRINCIPAL

El método te dice qué hacer. Tu cabeza decide si lo haces. Este libro entero va de la segunda parte.

Las 7 emociones que te vacían la cuenta.

No vas a quitártelas. Pero puedes verlas venir.

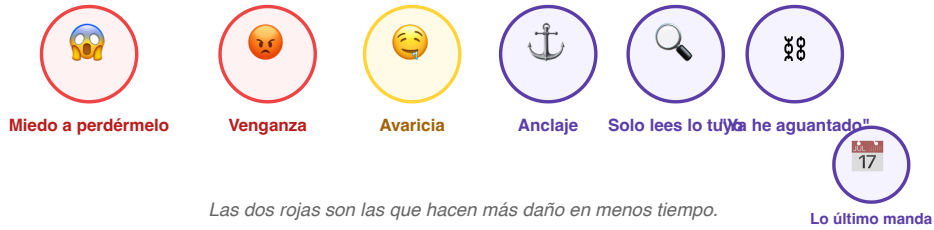


Fig. 2.1 · Las 7 emociones más caras

EMOCIÓN	CUÁNDO TE PILLA	QUÉ HACER
1. Miedo a perdermelo	Una moneda sube fuerte y entras tarde "para no quedarte fuera".	Cuenta hasta 5 minutos. Si después sigue siendo buena idea, entra. Casi nunca lo será.
2. Venganza	Acabas de perder. Abres otra operación para recuperar lo que sea.	30 minutos sin tocar nada después de una pérdida. Si pierdes 2 veces seguidas, cierra el día.
3. Avaricia	Vas ganando, mueves el objetivo "porque va a subir más".	Pon el objetivo de venta antes de entrar y no lo toques. Si quieres más, vende la mitad y deja correr la otra.
4. Anclaje	"Quería entrar a tal precio, ahora ya no merece la pena."	El único precio que importa es el de ahora. Olvida el que tenías en la cabeza.
5. Solo lees lo tuyo	Estás comprado y solo lees a quien dice "va a subir".	Antes de entrar, escribe 3 motivos por los que la operación puede salir mal. Si no se te ocurren, no entres.
6. "Ya he aguantado"	Mueves el límite de pérdida porque "no me voy a salir ahora".	El límite de pérdida no se baja nunca. Si lo necesitas mover, es que la operación falló.
7. Lo último manda	Apuestas más fuerte porque llevas 3 aciertos. O abandonas un método porque llevas 3 fallos.	Tres veces no son una muestra. Son ruido. Necesitas muchas más para sacar conclusiones.

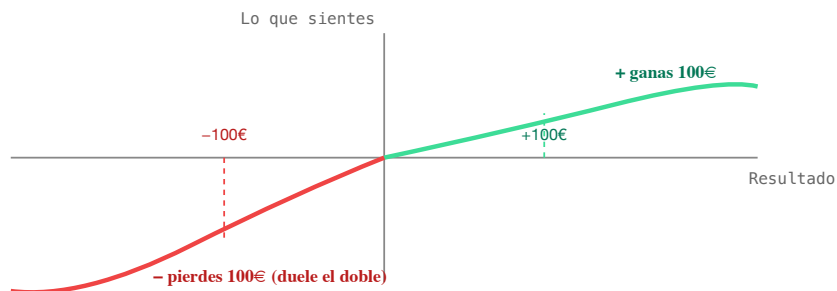


Fig. 2.2 · Perder duele aproximadamente el doble de lo que gusta ganar lo mismo

Esto está estudiado: el dolor de perder 100 € es más o menos **el doble** de lo que disfrutas ganando 100 €. Por eso, después de una pérdida, tu cabeza no busca acertar la siguiente. Busca **quitarse el dolor** cuanto antes. Y en ese estado tomas decisiones que en frío nunca tomarías.

Cuando dejas de pensar y solo reaccionas.

A esto los jugadores de poker lo llaman "tilt". Y se aplica igual.

El "tilt" es el momento en el que tu cabeza ya no decide por lógica, sino por rabia, prisa o nervios. Es cuando juntas el miedo a perdetelo + ganas de venganza + sensación de que llevas razón. Es la principal causa de cuentas vacías en una sola tarde.



Fig. 3.1 · Cómo se sube hasta el tilt – cada pérdida sin gestionar te sube otro escalón

Cómo notarlo en ti mismo

El tilt no es una idea abstracta. Tiene **síntomas físicos** que puedes reconocer:

- El corazón te late más fuerte mirando la pantalla.
- Aprietas la mandíbula sin darte cuenta.
- Recargas la app cada pocos segundos.
- Hablas solo (en voz alta o por dentro).
- Saltas de una moneda a otra buscando "la buena".
- Te justificas a ti mismo entrar en cosas que no estaban en tu plan.

Si tienes 3 o más a la vez: **estás en tilt**. Da igual lo que te diga la cabeza, no estás listo para decidir nada.

QUÉ HACER CUANDO LO NOTAS – EN ESTE ORDEN

1. Cierra todo lo que tengas abierto. Ahora, sin pensarlo.
2. Levántate de la silla 30 minutos. Sal a la calle. Sin excepciones.
3. Si vuelves y todavía notas la presión en el pecho, hoy ya no operas. Apúntalo.
4. Mañana, antes de empezar, lee lo que apuntaste. Y empieza con la mitad de lo que sueles arriesgar.

Esto no se piensa: se ejecuta. Por eso el plan tiene que estar escrito **antes** de que llegue el tilt. En tilt no eres tú quien decide.

Sobrevivir a 5 operaciones malas seguidas.

No es opcional. Te va a pasar. Es matemática.

Aunque tu método acierte la mitad de las veces, vas a tener rachas en las que falles 5, 6 o 7 veces seguidas. **No es que el método se haya roto.** Es lo mismo que tirar una moneda al aire 100 veces: en algún momento te van a salir 6 caras seguidas. Es así.

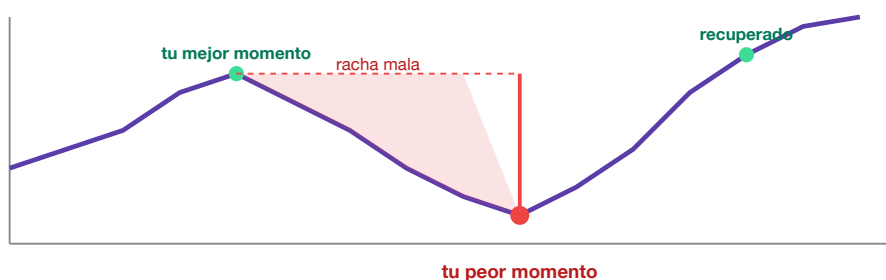


Fig. 4.1 · Lo que va de tu mejor momento al peor es donde la mayoría rompe el plan

El problema es que cuando llevas 5 fallos seguidos, tu cabeza no piensa "*esto entra dentro de lo normal*". Tu cabeza piensa "*el método ya no funciona*" o "*yo no sirvo para esto*". Y aquí pasa una de tres:

1. **Cambias de método.** Es lo peor: nunca tendrás suficientes operaciones para validar nada.
2. **Apuestas más fuerte** "para recuperar antes". Esto es venganza con apalancamiento. Cuenta a cero garantizada.
3. **Bajas a la mitad lo que arriesgas** hasta acertar 2 veces seguidas. **Esta es la única opción correcta.**

Tu plan, escrito antes de la tormenta

Antes de empezar siquiera a usar tu método, escribe esto, fírmalo y pégalo donde vas a operar:

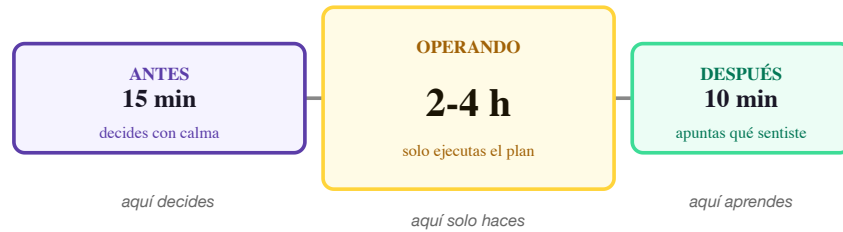
"Con este método voy a tener rachas de 5 a 7 fallos seguidos. Es matemática. Cuando pase, no cambio nada del método. Bajo a la mitad lo que arriesgo en cada operación hasta acertar 2 veces. Si después de 10 operaciones con la mitad sigo perdiendo, entonces (y solo entonces) reviso si algo está roto."

EL TRUCO

El plan para los días malos se escribe en los días buenos. Cuando estás en frío, sin operaciones abiertas, piensas claro. Cuando estás en caliente, con 5 fallos seguidos, no. Por eso DEBE estar escrito antes. Cualquier "ahora improviso" es venganza disfrazada de plan.

Lo que haces antes y después de operar.

15 minutos antes. 10 minutos después. Te cambia el año.



El 80% del éxito está en los 25 minutos de los lados, no en las horas del medio.

Fig. 5.1 · La sesión es un sándwich: el pan importa más que el relleno

Antes · 15 min

- 1. ¿Pasa algo importante hoy?** Comprueba si hay alguna noticia gorda (decisión de tipos de interés, datos de paro). Si la hay, no operes media hora antes ni después.
- 2. Mira la moneda.** Apunta a qué precios podría rebotar y a qué precios romper. Tres niveles, no más.
- 3. Pregúntate cómo estás.** ¿Dormí bien? ¿He comido? ¿Estoy enfadado por algo? ¿He discutido? Si respondes mal a dos: hoy no operas.
- 4. Escribe tu plan del día.** "Hoy busco esto. Si no aparece, no entro. Como mucho 2 operaciones. Si pierdo X, paro."
- 5. Respira.** 4 segundos cogiendo aire, 7 aguantando, 8 soltando. Cuatro veces. Suena absurdo, pero baja los nervios de verdad.

Después · 10 min

- 1. Apunta cada operación.** Qué hiciste, a qué precio entraste, a qué precio saliste, cuánto perdiste o ganaste.
- 2. Apunta cómo te sentías.** Una palabra por operación: *tranquilo, con prisa, dudoso, cabreado, eufórico*.
- 3. Apunta qué harías diferente.** Una frase. *"Salí muy pronto", "esperé demasiado a confirmar", "rompí mi regla de no operar después de las 18h"*.

SI SOLO TE QUEDAS CON UNA COSA...

Que sea esta: **nunca acabes el día sin escribir 3 líneas sobre lo que pasó.** Aunque no hayas operado, escribe "hoy no operé porque...". En 3 meses tendrás un mapa de cómo funcionas tú, que vale más que cualquier curso.

Apuntarlo todo: tu memoria te miente.

No te acuerdas de lo que crees que te acuerdas.

Pregunta a 10 personas que invierten en cripto si llevan un cuaderno de operaciones. 9 te dirán que no. Pregúntale a 10 que viven de esto: los 10 te dirán que sí. Y con detalle.

El motivo es simple: **tu memoria te miente sin que te enteres**. Te acuerdas de 3 operaciones que salieron bien y las agrandas. Te olvidas de 5 que salieron mal entre medias. Sin un cuaderno, lo que crees que funciona en tu cabeza no se parece a lo que funciona de verdad.

OPERACIÓN n° 142 · HBAR · 8 mayo 2026	
QUÉ HE VISTO Rebote en zona de soporte clara	CÓMO TERMINÓ Gané +324€
DIRECCIÓN Compra (a la subida)	CÓMO ME SENTÍ AL ENTRAR Tranquilo. Plan claro.
PRECIOS · ENTRADA / STOP / OBJETIVO 0,0905 · 0,0888 · 0,0939	CÓMO ME SENTÍ A MITAD Dudé al ver una caída fuerte. Aguanté.
CUÁNTO ARRIESGO 1,5% de mi cuenta	QUÉ HARÍA DIFERENTE Cerrar la mitad antes habría calmado los nervios.
POR QUÉ ENTRO (3 frases) Aguantó dos toques en 0,0890. Volumen subiendo.	CAPTURA drive.com/.../op-142.png

Fig. 6.1 · Plantilla mínima – los 10 datos que sí o sí tienes que apuntar

Cuaderno, Notion, Google Sheets, una libreta. Da igual. Lo único que importa es que sea **fácil de abrir y rellenar en menos de 3 minutos**. Si te montas un sistema bonito y complicado, lo dejas en 2 semanas. Si es feo y rápido, dura años.

Repasarlo cada domingo · 30 minutos

1. **¿Cuál de tus tipos de operación funciona mejor?** Cuenta cuántas ganaste y cuántas perdiste de cada uno.
2. **¿Cuánto te duran las que salen mal vs las que salen bien?** Si las malas duran más que las buenas, tienes el problema número 1 del que invierte: no cortar a tiempo.
3. **¿Hay un día o una hora en que casi siempre estás "con prisa" o "dudoso"?** Ese es tu enemigo. Evita operar ahí o arriesga la mitad.
4. **¿Cuántas veces rompiste tu propia regla?** Más de 2 veces de cada 20: tu plan no es lo bastante claro o tú no le estás haciendo caso.

LA IDEA PRINCIPAL

El cuaderno no convierte un mal método en bueno. Convierte un buen método mal aplicado en uno bien aplicado. Y ahí está la diferencia entre vivir de esto o no.

Cuándo NO operar.

8 señales que te ahorran cuentas enteras.

La mejor operación del mes es muchas veces la que no haces. La mayoría de personas que viven de esto comparten una habilidad que casi nadie cuenta: **saben cuándo levantarse de la silla**. Aquí tienes las 8 situaciones en las que cierras el ordenador sin pensarlo:



Si reconoces 1 de las 8: pausa.

Si reconoces 2 o más: cierra hasta mañana.

Fig. 7.1 · Las 8 señales para no operar

El truco no es **aguantarse las ganas** en estos momentos. Es **quitarte la opción** de antes. Quita la app del móvil cuando viajas. Borra las notificaciones de los grupos los viernes por la tarde. Pon un calendario con las noticias importantes en la pantalla.

La fuerza de voluntad se gasta. La estructura no.

Las rachas malas y las rachas buenas.

La buena es más peligrosa que la mala. Y casi nadie te lo cuenta.

Racha mala · qué hacer

1. **Llevas 3 fallos seguidos:** baja a la mitad lo que arriesgas en cada operación. Mismo método.
2. **Llevas 5:** cierra el día. Mañana mira las 5 operaciones. ¿Tienen algo en común? ¿Mismo tipo de moneda? ¿Misma hora?
3. **Si NO tienen nada en común:** es mala suerte. Sigues con la mitad hasta acertar 2 seguidas.
4. **Si SÍ tienen algo en común:** deja de hacer ese tipo de operación durante 30 días.
5. **Llevas 10 operaciones malas sin recuperar:** para una semana entera. Lee. Vuelve a este libro.

LO QUE NO HACER EN RACHA MALA

- No subir lo que arriesgas para "recuperar".
- No cambiar de método en mitad de la racha.
- No pedir consejo en Twitter.
- No pasarte a otra moneda "porque esta no se mueve".

Racha buena · la trampa silenciosa

En la mala, el dolor te avisa. Te paras. En la buena, tu cabeza te suelta dopamina y te miente: "*esto se me da*", "*estoy en racha*", "*ahora arriesgo más porque sé lo que hago*". **La mayoría de cuentas que se disparan +50% en un mes y luego lo devuelven todo no caen en las dos semanas malas. Caen la primera semana DESPUÉS del +50%**, justo cuando confías más.

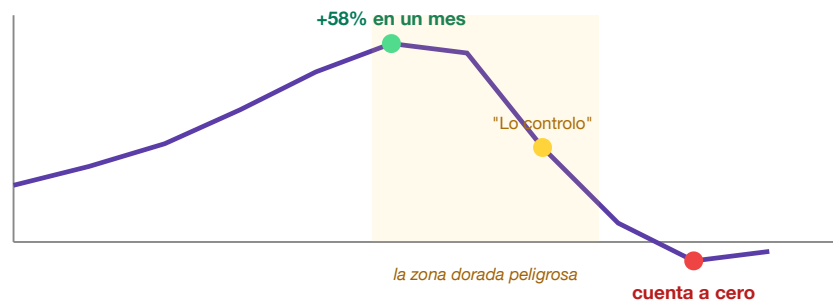


Fig. 8.1 · El golpe llega justo después del mejor momento, no en la subida

Cómo protegerte

1. **Decide en frío cuánto vas a arriesgar este mes** y no lo subas pase lo que pase. Si quieres aumentarlo, lo decides el mes que viene, no en mitad de la racha.
2. **Saca dinero a una cuenta donde no puedas operar** cuando vayas un 30% por encima de lo que tenías al empezar el mes. Tarjeta separada, otro banco, lo que sea. *Primero proteges, después multiplicas.*

BRETT STEENBARGER · 25 AÑOS ENTRENANDO A PROFESIONALES

El momento más peligroso es **3 a 5 días después del mejor momento**. La euforia tarda en filtrarse. Por eso el peor mes del año suele venir justo después del mejor.

6 trampas mentales que no ves venir.

Tu cerebro toma muchísimas decisiones al día con atajos. Esos atajos te cuestan dinero.

No son emociones. Son **fallos de razonamiento** que tu cabeza comete sin que te des cuenta. Tienen nombre, están estudiados, y le pasan a todo el mundo.

1. "Si a él le funcionó, a mí también"

Lees historias de gente que se hizo rica con cripto. No lees las de los miles que perdieron probando lo mismo. Solución: lee también **historias de gente que perdió**, son igual de instructivas y no las cuenta nadie.

2. "Si miro más, controlo más"

Crees que mirar el precio cada 5 minutos o "estar más concentrado" te da más control sobre el resultado. No te lo da. Lo que tú controlas es **cómo lo haces**, no qué pasa después. Solución: júzgate por si seguiste tu plan, no por cuánto ganaste o perdiste hoy.

3. "Lo recuerdo, así que es verdad"

Lo que te viene rápido a la cabeza te parece más probable. Recuerdas un acierto reciente y crees que ese tipo de operación es buenísima, aunque tu cuaderno diga que solo aciertas 4 de cada 10. Solución: el cuaderno con números reales, no recuerdos.

4. "Yo ya sabía que iba a pasar"

Cuando una moneda sube un 5%, dices "*yo lo sabía*". Tu cabeza reescribe la historia para sentirse lista. Solución: tu plan está escrito ANTES. Si no lo escribiste, no lo sabías.

5. "Llevo 4 fallos, el siguiente seguro acierto"

NO. Cada operación es independiente de la anterior. Es como tirar una moneda: que hayan salido 4 caras no hace más probable la cruz. Solución: cada operación, decídela como si fuera la primera del año.

6. "Ya he aguantado mucho, no me voy a salir ahora"

El tiempo o el dinero que ya has gastado **no se recupera**, decidas lo que decidas a partir de ahora. Aguantar más no mejora la operación pasada, solo empeora la actual. Solución: la única pregunta es "¿entraría hoy en esta operación si no la tuviera ya?". Si la respuesta es no, sal.

EL TRUCO GENERAL

Tu cabeza tiene dos modos: el rápido (intuición) y el lento (pensar a fondo). Bajo presión, siempre se activa el rápido — y ahí es donde viven todas estas trampas. El cuaderno y el plan escrito son tu manera de obligarte a usar el modo lento.

Pensar como alguien que opera con cabeza.

No se trata de tener razón. Se trata de jugar bien tus cartas.

Cómo te ves a ti mismo importa más de lo que parece. Determina lo que vas a hacer durante años. Y casi nadie se lo plantea.

Lo que NO eres

NO eres "el que ganó esa operación". NO eres "el que perdió esa otra". NO eres "el que tenía razón sobre HBAR el verano pasado". NO eres "el que se perdió la subida de Bitcoin". Cada operación es **una** de muchas. No te define.

Lo que SÍ eres

"Soy alguien que sigue un método con sentido, una operación tras otra, durante mucho tiempo."

Tu nivel se mide en cientos de operaciones, no en una. Una operación sola no te dice nada de tu método. Solo te dice si tuviste suerte ese día.

La pregunta que cambia todo

El que pierde se pregunta después de cada operación: "*¿Gané o perdí?*"

El que gana a largo plazo se pregunta: "*¿Lo hice como me había prometido?*"

Si la respuesta a la segunda es sí, la operación fue buena **aunque hayas perdido dinero esa vez**. Y si fue no, fue mala aunque hayas ganado (suerte).

	Lo hiciste bien	Lo hiciste mal
Ganaste	<p>MERECIDO</p> <p>Hiciste lo correcto y salió bien</p>	<p>SUERTE</p> <p>Cuidado: este es el más peligroso</p>
Perdiste	<p>MALA SUERTE</p> <p>Pasa. Es parte del juego.</p>	<p>CASTIGO MERECIDO</p> <p>Aquí es donde más se aprende</p>

Fig. 10.1 · Cómo juzgar una operación: por cómo la hiciste, no por cómo salió

El cuadrante peligroso es el de **arriba a la derecha**: ganaste haciéndolo mal. Tu cabeza se queda con la sensación buena del resultado, y la próxima vez vuelves a hacerlo mal. Hasta que la suerte se acaba.

Por eso en tu cuaderno tiene que aparecer la pregunta clave: "**¿Hice lo que me había prometido?**". Independiente de si ganaste o perdiste.

Cierre

Llegaste al final. Pero el final es el principio. Este libro no funciona si solo lo lees. Funciona si:

1. Vuelves a él una vez al mes durante un año.

2. Apuntas en tu cuaderno qué capítulo te tocó vivir esa semana.
3. Imprimes 1 o 2 recuadros verdes y los pegas donde operas.
4. Lees al menos 2 de los libros que te recomiendo en las siguientes páginas.

LA ÚLTIMA IDEA DE ESTE TOMO

Operar con cripto se hace solo. Pero la cabeza con la que lo haces no se construye solo. Lee a los que ya pasaron por esto.

Libros y podcasts recomendados.

No es una lista. Es un orden de lectura.

Cada uno lleva una nota explicando **por qué te sirve a ti**, no solo de qué va. Si puedes, léelos en este orden.

I · PARA ENTENDER LA CABEZA DEL QUE INVIERTE

Trading in the Zone **EMPIEZA POR ESTE**

Mark Douglas · 2000

El más recomendado del mundillo y el que casi nadie termina. Los capítulos 7 a 9 son los importantes: cómo aceptar que cada operación es una de muchas, no la definitiva. Cuesta arrancar, después se lee fácil.

The Disciplined Trader

Mark Douglas · 1990

Más antiguo y más denso, pero presenta cinco verdades básicas que merece la pena interiorizar. Si *Trading in the Zone* te enganchó, este es el siguiente.

The Psychology of Trading

Brett Steenbarger · 2003

Escrito por un psicólogo que entrena a profesionales. Lleva ejercicios para que te conozcas mejor. Más técnico, pero útil.

The Daily Trading Coach

Brett Steenbarger · 2009

101 lecciones cortas, una al día. Perfecto para acompañar este libro durante 3 meses sin agobiarte.

II · APRENDER DE JUEGOS DONDE LA CABEZA TAMBIÉN LO ES TODO

The Mental Game of Poker **MUY RECOMENDABLE**

Jared Tendler · 2011

Está escrito para jugadores de poker, pero te sirve igual. Lo mejor que se ha escrito sobre el "tilt" del que hablamos en el capítulo 3. Si te ves operando por venganza, este libro es la solución.

Thinking in Bets **EMPIEZA POR ESTE**

Annie Duke · 2018

Ex-jugadora profesional de poker, doctora en psicología. Te enseña a separar "la decisión fue buena" de "el resultado fue bueno". El cuadro de la página 12 viene de aquí.

III · POR QUÉ TU CABEZA TE ENGAÑA (Y CÓMO)

Pensar rápido, pensar despacio **EMPIEZA POR ESTE**

Daniel Kahneman · 2011

Premio Nobel de Economía. Explica los dos modos de tu cabeza (el rápido y el lento) y por qué el rápido te trae problemas. La cuarta parte del libro es la que más te va a servir.

Un pequeño empujón (Nudge)

Richard Thaler y Cass Sunstein · 2008

Otro Premio Nobel. Cómo organizar tu entorno para que las decisiones difíciles se vuelvan fáciles. Aplicable a montar tu sitio de trabajo, tus avisos, tu calendario.

Más recomendaciones.

Filosofía, hábitos y los clásicos del mundillo.

IV · FILOSOFÍA SENCILLA Y DISCIPLINA

Meditaciones

Marco Aurelio · año 170-180 d.C.

Un emperador romano escribió un diario para sí mismo hace casi 2000 años. La idea central: **aceptar lo que no puedes controlar (el mercado) y dominar lo que sí (cómo reaccionas)**. Es exactamente lo que te enseña este tomo, pero en versión antigua. Lectura corta. La edición de Penguin Classics es la mejor.

El obstáculo es el camino

Ryan Holiday · 2014

Lo mismo, pero en moderno. Va muy bien para los meses malos: el problema no es algo que le pasa a tu plan, es parte del plan.

V · TU CUERPO Y TUS RUTINAS AFECTAN A TUS DECISIONES

Huberman Lab — pódcast

Andrew Huberman · 2021–hoy · GRATIS

Un neurocientífico de Stanford explica cosas prácticas: cómo dormir mejor, cómo concentrarte, qué hace el estrés a tus decisiones. Empieza por los episodios "*Optimal Morning Routine*", "*Dopamine Detox*" y "*How to Focus*".

Céntrate (Deep Work)

Cal Newport · 2016

Por qué necesitas 90-120 minutos sin notificaciones para tomar buenas decisiones, y cómo conseguirlos. Aplicable directo a tu sesión de inversión.

Hábitos atómicos

James Clear · 2018

Cómo crear el hábito de apuntar todo y no saltártelo. Vas a llegar al cuaderno tarde o temprano, este libro te ayuda a no abandonarlo.

VI · CLÁSICOS DEL MUNDO DE LA INVERSIÓN (NO SON DE CABEZA, PERO HAY QUE LEERLOS)

Memorias de un operador de bolsa

Edwin Lefèvre · 1923

La vida novelada de Jesse Livermore, el primer "famoso" de la bolsa. Tiene 100 años y todavía sirve. Lo que pasaba entonces es lo mismo que pasa hoy en cripto.

Magos del mercado (Market Wizards)

Jack Schwager · 1989

Entrevistas a los mejores inversores de los 80. Cada capítulo es uno distinto. Lo que más se repite: disciplina, gestión del riesgo, cuaderno. Hay 4 secuelas, todas valen.

Si no sabes por dónde empezar: este tomo (que ya has leído) → *Trading in the Zone* → *Thinking in Bets* → *The Mental Game of Poker* → algunos episodios sueltos del pódcast Huberman → el resto a tu ritmo.

— Fin del Tomo I —

Próximo: **Tomo II · Los números** · cuánto arriesgar, cuándo subir, cuándo parar.