

BIBLIOTHÈQUE DE CONNAISSANCES DU TRAD

Le Trader Discipliné

Résumés de Livres



Le Trader Discipliné

Mark Douglas sur l'esprit qu'un marché sans structure met à nu

Publié par **Trading Papers**

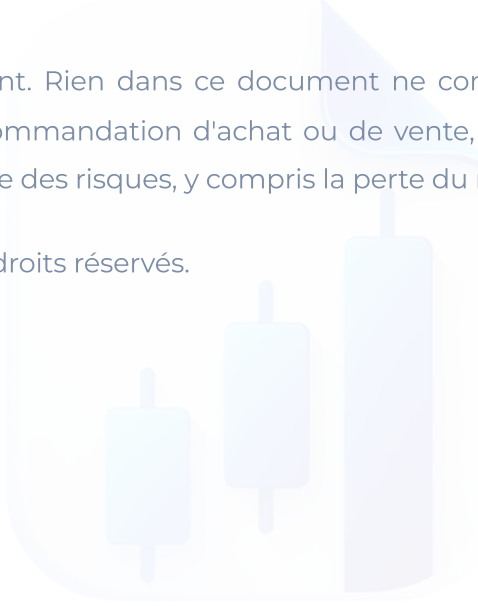
Collection **La bibliothèque de connaissances du trading**

Édition **Première édition · 2026-08-26**

Format **A4 · numérique**

Contenu éducatif uniquement. Rien dans ce document ne constitue un conseil financier, aucune partie n'est une recommandation d'achat ou de vente, et rien ici ne connaît votre situation. Le trading comporte des risques, y compris la perte du montant investi.

© 2026 Trading Papers. Tous droits réservés.



Trading Papers

Sommaire

01	Un livre sur les attitudes, écrit en 1990	4
02	Les cinq choses qui manquent	5
03	Le marché a toujours raison	6
04	Rien ne plafonne l'erreur	8
05	Ni début, ni fin	9
06	Les raisons sont sans importance	10
07	D'où vient la douleur	11
08	Ce que vous apportez à l'écran	13
09	Les étapes, et où les gens s'arrêtent	14
10	En faire un lundi	15
11	Ce qui a vieilli, et ce qui n'a pas vieilli	17
12	Quoi en faire	18

Un résumé de The Disciplined Trader: Developing Winning Attitudes, de Mark Douglas (New York Institute of Finance, 1990), raconté avec nos propres mots. Le livre est la source ; les phrases, les figures et les exemples présentés ici sont les nôtres

01

Un livre sur les attitudes, écrit en 1990

Mark Douglas a tradé, beaucoup perdu au début, puis passé l'essentiel de sa vie professionnelle sur la question de savoir pourquoi des gens qui savent quoi faire ne le font pas. Le Trader discipliné est le premier des deux livres qui en sont sortis, et sa thèse est facile à énoncer et étonnamment difficile à accepter : la difficulté du trading n'est pas que le marché soit compliqué. C'est que le marché n'a presque aucune structure, et qu'une personne sans rien contre quoi s'appuyer finira par fournir elle-même la structure manquante.

	Un métier structuré	Le marché
Qui décide quand vous agissez	Le travail. Une tâche arrive et vous commencez.	Vous, continuellement, sans que rien ne vous y invite.
Ce que coûte une erreur	Un montant borné, en général récupérable.	Ce que vous autorisez, et cela n'a pas de limite naturelle.

Un métier ordinaire face à l'écran, sur les deux points qui comptent ici. La colonne de gauche n'est pas plus facile — elle est bornée, et être bornée est ce qui permet à une personne ordinaire de s'y comporter correctement sans même penser à son comportement.

Songez à ce qu'un métier ordinaire fournit sans qu'on le demande. Le travail décide quand vous commencez, parce qu'une tâche arrive. Il décide quand vous arrêtez, parce que la tâche se termine. Il borne vos erreurs, parce qu'un processus en attrape la plupart et que celles qui passent coûtent un montant connu. Une personne de discipline moyenne se comporte bien à l'intérieur de cet arrangement sans jamais penser à la discipline.

Retirez tout cela et vous avez l'écran. Rien ne vous dit de commencer. Rien ne vous dit d'arrêter. Rien ne borne l'erreur. L'argument du livre est que ce n'est pas une version réduite de la difficulté d'un métier normal mais une difficulté d'une autre nature, et que la méthode

— ce que presque tout le monde va chercher — n'y touche pas.

Ceci est un résumé. Le livre est *The Disciplined Trader: Developing Winning Attitudes*, de Mark Douglas (New York Institute of Finance, 1990) ; les phrases, les figures et les exemples de ce document sont les nôtres, et la dernière section indique où trouver l'original.

02

Les cinq choses qui manquent

Le milieu du livre est une description de l'environnement de trading, et il vaut mieux l'avoir sous forme de liste avant d'en faire quoi que ce soit. Chaque élément est une chose que l'environnement ne fournit pas.

La caractéristique	Ce qu'elle retire
Le marché a toujours raison	toute utilité à avoir raison sur lui
Gain et perte n'ont pas de plafond	la limite qui rend le risque ordinaire survivable
Le prix bouge sans début ni fin	le moment qui vous dit d'agir
L'environnement n'a pas de structure	les règles qui décideraient à votre place
Les raisons sont sans importance	l'explication qui permettrait d'en tirer une leçon

Les cinq caractéristiques de l'environnement de trading sur lesquelles le livre s'appuie, et ce que chacune retire. Lisez la colonne de droite comme une liste de choses que tout autre métier fournit gratuitement et que celui-ci ne fournit pas.

Lisez la colonne de droite seule et l'effet est cumulatif. Il ne sert à rien d'avoir raison ; il n'y a pas de plafond qui rende une erreur survivable ; il n'y a pas de moment qui vous dise d'agir ; il n'y a pas de règles auxquelles se raccrocher ; et il n'y a pas d'explication dont tirer une leçon. Chacune de ces choses est fournie gratuitement par presque tout autre environnement dans lequel une personne a travaillé.

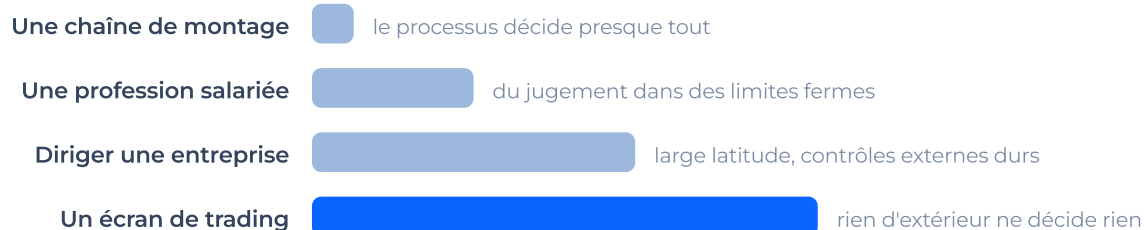


Schéma de l'affirmation la moins intuitive du livre : la difficulté croît avec la liberté et non avec la complexité. Chaque barre est la part du résultat décidée par la personne plutôt que par l'environnement.

Cette figure développe l'affirmation la moins intuitive du livre. Ici la difficulté ne croît pas avec la complexité de la chose ; elle croît avec la part laissée à la personne. Une chaîne de montage n'est pas facile parce que le travail est simple — elle est facile parce que le processus décide. Un écran ne décide absolument rien, et c'est pour cela qu'il est dur pour des gens extrêmement compétents ailleurs.

Les cinq caractéristiques sont reprises une à une dans les sections qui suivent. Elles ne sont pas indépendantes — chacune aggrave les autres — mais elles échouent de manières différentes et il vaut la peine de les séparer avant de les combiner.

03

Le marché a toujours raison

C'est la phrase la plus citée du livre et la plus aplatie. On la répète d'ordinaire comme un conseil d'humilité. Ce n'est pas un conseil du tout ; c'est un constat sur l'origine du prix.

Ce qu'elle signifie
Ce qu'on y entend
Sur le prix

Le prix est la dernière transaction. Il n'y a pas de nombre plus vrai derrière.

Le marché sait quelque chose et vous devriez vous incliner.

Sur vous

Votre analyse était une attente privée que le marché n'a jamais reçue.

Vous devriez vous sentir humble et douter davantage de vous.

Ce que la formule « le marché a toujours raison » signifie et ne signifie pas. La colonne de droite est la façon dont on la répète, et lue ainsi elle devient un slogan sur l'humilité au lieu d'un constat sur l'origine du prix.

Le prix est la dernière transaction. Il n'y a pas derrière lui un nombre plus vrai dont le marché s'approcherait, ni un comité qui confirmera plus tard que votre vue était correcte. Quand votre analyse et le prix divergent, il ne s'est rien passé sinon que vous nourrissiez une attente privée dont le marché n'a jamais été informé et qu'il n'avait aucun moyen d'honorer.

Lue comme de l'humilité, la phrase vous fait douter de vous, ce qui est inutile et le plus souvent nuisible. Lue comme une description, elle fait quelque chose de plus précis : elle retire « avoir raison » de la liste des choses qui paient.

Avoir raison sur	Vaut	Parce que
La direction sur un an	rien, en soi	la position a été fermée en mars
La raison du mouvement	rien	la raison n'est pas dans le prix
Le niveau, à terme	rien	« à terme » n'est pas une distance de stop
La taille, vu la distance	tout	c'est la seule que le compte enregistre

Quatre choses sur lesquelles un trader peut avoir raison, et ce que chacune vaut. Seule la dernière paie, et c'est la seule dont personne ne se vante.

Parcourez ce tableau. Vous pouvez avoir raison sur la direction à un an et être sorti en mars. Vous pouvez avoir raison sur la cause et perdre, parce que la cause n'est pas dans le prix.

Vous pouvez avoir raison sur le niveau et perdre, parce que « à terme » n'est pas une distance de stop. La seule ligne que le compte enregistre est la dernière — et ce n'est pas du tout une opinion sur le marché.

04

Rien ne plafonne l'erreur

La deuxième caractéristique est facile à approuver et difficile à ressentir : ici le gain et la perte n'ont pas de limite naturelle. La vie ordinaire est pleine d'erreurs bornées, et un esprit formé par des erreurs bornées porte des habitudes qui deviennent franchement dangereuses dès que la borne disparaît.

La pensée	Sensée quand	Ruineuse quand
Ça va revenir	la baisse est plafonnée	il n'y a pas de plafond
Je vais renforcer	quelque chose vous arrête	rien ne vous arrête
Je laisse courir	la hausse est définie	la hausse ne l'est pas et se retourne
Je peux me refaire	la perte est petite	l'arithmétique a déjà basculé

Ce qui arrive à une décision quand on retire le plafond. Chaque ligne est une pensée sensée dans un environnement borné et destructrice dans un environnement sans plancher ni couvercle.

Chaque pensée de la colonne de gauche est raisonnable quelque part. « Ça va revenir » l'est quand la baisse est plafonnée. « Je vais renforcer » l'est quand quelque chose vous arrête avant que cela ne compte. « Je peux me refaire » l'est quand la perte est assez petite pour que l'arithmétique reste symétrique. Aucune de ces conditions ne tient sur un écran, et aucune de ces pensées n'annonce qu'elle a quitté l'environnement où elle s'est formée.

La réponse du livre n'est pas de devenir plus courageux mais d'installer le plafond soi-même, avant que la position n'existe — et c'est là que cela rejoint tout le reste de la bibliothèque. Une perte décidée à l'avance est la borne manquante, remise à la main. Ce n'est pas une technique de gestion du risque ajoutée après coup ; dans l'argument de Douglas, c'est ce qui rend l'environnement assez survivable pour qu'on y apprenne.

05

Ni début, ni fin

La troisième caractéristique a l'air d'un détail technique et produit plus de mauvaises entrées que tout le reste du livre.



Pourquoi un mouvement ne s'annonce jamais. Chaque étape est vraie de tout graphique à tout instant, et ensemble elles signifient que le début et la fin d'un mouvement n'existent qu'une fois que quelqu'un les a tracés.

Le prix est coté en continu et aucune cotation n'est étiquetée. Un mouvement n'a un début et une fin qu'après que quelqu'un les a tracés, et celui qui les trace regarde en arrière. C'est pourquoi le graphique de la semaine dernière est tellement plus clair que le même graphique le jour même : la clarté n'est pas dans les données, elle est dans le fait de savoir ce qui a suivi.

Trading Papers

	Pendant	Après
À quoi ressemble le mouvement	Du bruit qui peut continuer ou non.	Une tendance nette avec une entrée évidente.
À quoi ressemble la pause	Une raison de douter de toute l'idée.	Le repli qui était l'occasion.

Le même graphique lu à deux moments. Rien n'a changé dans les données entre les deux ; seule la position du lecteur dans le temps a changé, et c'est toute la différence entre un setup et une histoire.

La conséquence est que le moment d'agir ne vous est jamais livré. Il faut le fabriquer — par une règle, décidée à l'avance, qui convertit un flux non étiqueté en un oui ou un non. Sans elle, la décision retombe sur la sensation que donne le graphique, et cette sensation est le sujet d'une section ultérieure.

Il en va de même à l'autre bout. Rien ne vous dit qu'un mouvement est terminé, donc la sortie est également fabriquée. Un trader qui a construit une règle d'entrée et laissé la sortie au jugement a structuré la moitié d'une décision et laissé la moitié la plus coûteuse dans l'environnement qui n'a pas de structure.

06

Les raisons sont sans importance

La quatrième caractéristique est celle avec laquelle les lecteurs se disputent. Elle semble dire que l'analyse ne vaut rien, et ce n'est pas ce qu'elle dit.

La raison	Ce qu'elle explique	Ce qu'elle prédit
La décision de taux	pourquoi la journée a été volatile	rien sur l'heure suivante
Le résultat publié	pourquoi il y a eu un gap	rien sur la clôture
La figure technique	pourquoi vous avez pris le trade	rien à elle seule
Le récit d'après	ce que vous en avez ressenti	absolument rien

Les raisons, et à quoi elles servent. Chaque ligne est vraie et aucune n'a sa place dans la décision d'entrer, ce qui est le propos du livre et non un mépris de l'analyse.

L'affirmation est plus étroite et plus étrange : la raison pour laquelle un prix a bougé ne fait pas partie du prix et ne peut pas en être extraite. Un tick vous dit qu'une transaction a eu lieu à un nombre. Il ne transporte le motif d'aucune des deux parties, et l'agrégat des ticks d'une journée n'en transporte pas davantage, si assurément qu'on lui en attribue un ensuite.

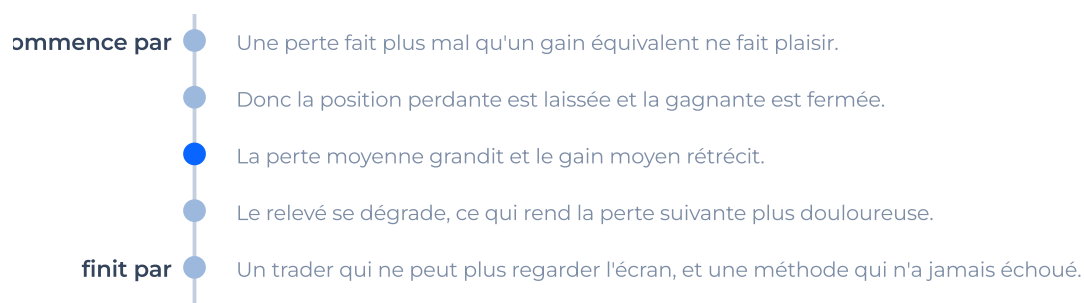
Cela compte en pratique parce que les raisons ressemblent à des preuves précisément au moment où il faudrait des preuves. Une position qui va contre vous produit une explication presque automatiquement — le marché a tort, la nouvelle a été mal lue, c'est un faux mouvement — et chacune de ces explications plaide pour rester. L'explication est produite par la position, non par le marché.

Rien de tout cela ne rend l'analyse inutile. Cela en fait un moyen de décider quelles doivent être vos règles, plutôt qu'un commentaire en direct capable de les annuler pendant qu'un trade est ouvert. La formule du livre est qu'à l'instant où les raisons entrent dans une position ouverte, elles travaillent pour la part de vous qui ne veut pas prendre la perte.

07

D'où vient la douleur

À mi-parcours, le livre passe de l'environnement à la personne, et la charnière est une seule asymétrie : une perte fait plus mal qu'un gain équivalent ne fait plaisir. Tout le reste en découle, ainsi que de la tentative ordinaire d'un esprit pour éviter ce mal.



Comment éviter la douleur devient ce qui la produit, dans l'ordre décrit par le livre. Rien ici n'exige un défaut de caractère — chaque étape est la réponse ordinaire d'un esprit qui se protège.

L'échelle mérite deux lectures, car aucun barreau n'exige un défaut de caractère. Chacun est le comportement raisonnable d'un système qui essaie de ne pas ressentir quelque chose. Fermer tôt une gagnante empêche qu'on vous retire la bonne sensation. Laisser ouverte une perdante maintient la perte non réalisée, et une perte non réalisée n'est pas encore une perte au seul endroit où cela fait mal.

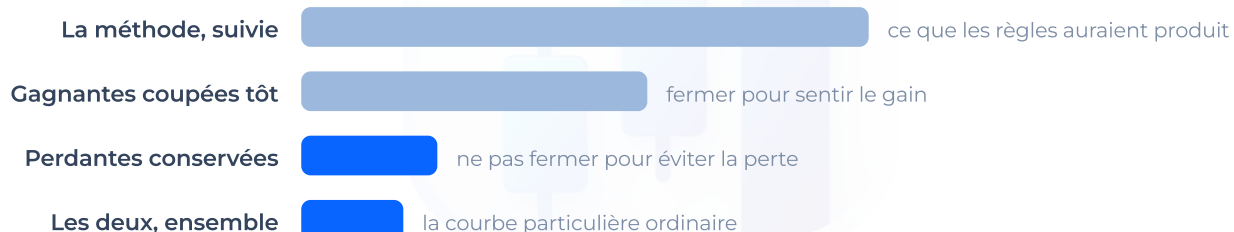


Schéma de ce que l'évitement de la douleur fait à une méthode dotée d'une vraie avantage. Les règles n'ont jamais changé ; seuls les moments où elles ont été suivies ont changé, et l'écart entre la première barre et la dernière est la carrière entière.

L'arithmétique de cette figure est la partie que l'on sous-estime. Les règles n'ont pas changé entre la première barre et la dernière. La méthode conserve l'avantage qu'elle avait. Tout ce qui a changé, c'est le moment où les règles ont été suivies — tôt sur les gagnantes, jamais sur les perdantes — et cela suffit à rendre négative une espérance positive.

Le phénomène s'auto-entretient, et c'est pourquoi le livre le traite comme le problème central plutôt que comme un problème parmi d'autres. Un relevé qui se dégrade rend la perte suivante plus douloureuse, et une perte plus douloureuse est évitée plus fort. Rien

dans le processus ne produit jamais l'information qui le corrigerait, parce que la méthode n'est jamais réellement testée.

08

Ce que vous apportez à l'écran

La partie la plus originale du livre est aussi la plus difficile à accepter, parce qu'elle nie quelque chose qui semble immédiat : que vous voyez simplement ce qui est sur le graphique.

	Après trois gagnantes	Après trois perdantes
Le même setup paraît	Évident. Vous vous étonnez que d'autres ne le voient pas.	Marginal. Vous attendez une confirmation de plus.
Le même repli se ressent	Comme une invitation à renforcer.	Comme le début du retournement que vous redoutiez.

Le mécanisme central du livre : ce qui vous parvient de l'écran a déjà été filtré par ce que vous y apportez. Les deux colonnes décrivent la même bougie, et la différence n'est pas dans la bougie.

L'affirmation de Douglas est que ce qui vous parvient a déjà été filtré — par ce que vous croyez, ce dont vous vous souvenez, et ce qui vous est arrivé le plus récemment — et que ce filtrage est invisible de l'intérieur. La même bougie après trois gagnantes et après trois perdantes n'est pas vécue comme la même bougie. Ce n'est pas que vous l'évaluez différemment ; vous voyez autre chose.

Si c'est vrai, alors la recherche d'un graphique plus net ou d'un meilleur indicateur vise le mauvais bout du problème. Affiner l'entrée ne sert à rien si la distorsion est appliquée ensuite, et un trader dont la lecture d'un setup dépend de ses trois derniers résultats n'a pas encore de méthode, quoi qu'il ait écrit.

La croyance	Comment elle se manifeste	Ce qu'elle coûte
Une perte veut dire que j'avais tort	tenir, pour ne pas avoir eu tort	le stop, puis le plan
Je ne peux pas rater celui-là	entrer avant le déclencheur	un moins bon prix à chaque trade
On me doit une récupération	augmenter la taille après une mauvaise journée	le lendemain de la mauvaise journée
Avoir raison, c'est le métier	discuter avec la position	la capacité d'être à plat

Quatre croyances qui opèrent en dessous du niveau d'un plan, et le comportement que chacune produit sans jamais être énoncée. Ce ne sont pas des opinions sur les marchés ; ce sont des opinions sur vous-même, qui arrivent déguisées en jugements de marché.

Les croyances de ce tableau méritent d'être nommées précisément parce qu'elles ne sont jamais énoncées. « Une perte veut dire que j'avais tort » n'est pas une vue sur les marchés ; c'est une vue sur vous-même qui arrive habillée en vue sur les marchés, et elle produit le fait de tenir. « Je ne peux pas rater celui-là » produit des entrées prématurées et un moins bon prix moyen sur chaque trade pris. Ni l'une ni l'autre n'apparaîtra dans un plan de trading, et toutes deux apparaîtront dans le relevé.

09

Les étapes, et où les gens s'arrêtent

Le livre décrit le parcours comme une séquence plutôt que comme une accumulation de connaissances, et son utilité tient surtout à ce qu'il vous dit quel problème vous avez réellement.

- d'abord** ● Apprendre ce qu'est l'instrument et comment passer un ordre.
- Apprendre une méthode, et découvrir qu'elle n'est pas le problème.
- Apprendre à faire ce que dit la méthode un jour où l'on n'en a pas envie.
- enfin** ● Trader sans avoir besoin que le prochain trade réussisse.

La progression que trace le livre, ramenée à quatre barreaux. La plupart passent des années sur le deuxième et décrivent cela comme la recherche d'une meilleure méthode.

Le deuxième barreau est celui où presque tout le monde s'arrête, et ce qui y retient les gens, c'est qu'il se déguise. Celui qui s'y trouve travaille dur, lit, teste, change. Ce qu'il ne fait pas, c'est exécuter une méthode assez longtemps pour savoir si elle marche, parce que chaque mauvaise période est lue comme la preuve que la méthode est fausse plutôt que comme une période ordinaire.

Le troisième barreau est celui dont parle le titre, et il est plus petit qu'il n'y paraît. Ce n'est ni du courage ni de la conviction. C'est faire ce qui était écrit un jour où l'on n'en a pas envie — après deux pertes, dans la dernière heure, quand le setup est celui qui vous déplaît — parce que l'alternative est de n'avoir de relevé de rien.

Le quatrième est énoncé modestement et constitue la vraie destination : trader sans avoir besoin que le prochain trade réussisse. Celui qui en a besoin le dimensionnera mal, le gardera trop longtemps et le fermera trop tôt, et chacune de ces décisions est prise par le besoin et non par le plan.

10

En faire un lundi

Un livre sur les attitudes a un mode de défaillance évident : laisser le lecteur avec une sensation et rien à faire. Le cœur pratique est court et mérite d'être énoncé comme des actions.



Le cœur pratique du livre, écrit comme cinq choses qu'une personne fait réellement. Aucune ne porte sur les marchés et toutes portent sur le fait que l'environnement n'a pas de structure propre.

Chaque étape répond au fait que l'environnement n'a pas de structure. Les règles écrites fournissent les règles que le marché ne donne pas. Une perte décidée avant l'entrée fournit le plafond. Prendre les trades qui vous déplaisent est ce qui fait du relevé un relevé de la méthode et non de votre humeur. Consigner ce que vous avez fait plutôt que ce que vous vouliez faire fournit le retour que le marché refuse. Changer les règles sur preuve plutôt que sur le dernier résultat empêche l'environnement de réécrire votre méthode à votre place.

Ce tableau existe parce que ce livre est mal cité plus souvent que la plupart. Chaque ligne de droite est la façon dont l'argument est habituellement répété, et chacune est une humeur plutôt qu'une action. « Être à l'aise avec les pertes » n'est pas quelque chose que vous pouvez faire lundi. Dimensionner une perte pour qu'elle ne change rien, si — et cela produit l'aisance comme effet secondaire au lieu de l'exiger comme condition préalable.

Trading Papers

Le livre demande	On le lit comme
Des règles écrites avant la séance	avoir un bon état d'esprit
Une perte dimensionnée pour ne rien changer	être à l'aise avec les pertes
Entrer quand la règle se déclenche	être décidé
Un relevé qui inclut ce que vous avez écarté	tenir un journal de ses émotions
Aucun changement de règle le jour où ça a fait mal	rester discipliné

Ce que l'argument demande à une personne un lundi ordinaire, face à ce à quoi on le réduit habituellement. La colonne de droite est une humeur ; celle de gauche est un ensemble d'actions avec des horaires.

11

Ce qui a vieilli, et ce qui n'a pas vieilli

C'est un livre de 1990 et cela se voit par endroits. Bon à savoir avant de l'ouvrir, et à ne pas exagérer.

Les exemples viennent d'un marché avec un parquet. Il n'y a rien sur l'exécution électronique, rien sur la participation algorithmique et très peu sur les coûts — ce qui est une vraie lacune, car le spread et le slippage décident de plus de résultats particuliers que la psychologie durant la première année. La prose est aussi répétitive ; le même point est souvent fait trois fois.

Ce qui n'a pas vieilli, c'est la description de l'environnement, et la description est le livre. Aucune quantité d'exécution électronique n'a donné au prix un début et une fin, plafonné une perte, ni fourni une règle sur le moment d'agir. Le mécanisme par lequel éviter une perte en produit une plus grande est inchangé, tout comme l'observation que la lecture qu'un trader fait d'un graphique se déplace avec ses résultats récents.

Une chose à tenir avec légèreté. Le livre est sûr de lui sur le fonctionnement des esprits d'une manière qu'un livre écrit aujourd'hui nuancerait, et une partie de sa mécanique se lit mieux comme un modèle de travail que comme de la psychologie établie. Cela n'entame pas la

A vieilli	N'a pas vieilli
Les exemples du parquet et de la criée	La description d'un environnement sans structure
Rien sur l'exécution électronique ni les algorithmes	Pourquoi éviter une perte en crée une plus grande
Peu de choses sur les coûts, le spread ou le slippage	L'idée que la perception est apportée par le lecteur
Répétitif par endroits	L'ordre des étapes, qui tient toujours

Ce qui a vieilli dans un livre écrit en 1990, et ce qui n'a pas vieilli. La colonne de gauche mérite d'être connue avant de l'ouvrir ; celle de droite explique pourquoi on le lit encore.

partie pratique, qui repose sur l'environnement et non sur une théorie de l'esprit.

12

Quoi en faire

Deux lecteurs tirent des choses très différentes de ce livre, et il vaut mieux savoir lequel vous êtes avant de commencer.

Si vous n'avez pas encore de méthode, il ne vous en donnera pas et pourrait vous convaincre que vous n'en avez pas besoin. C'est une mauvaise lecture, mais courante : l'argument selon lequel la méthode n'est pas le plus dur suppose qu'il existe une méthode à exécuter. Lisez-le en second, après quelque chose qui vous dit à quoi ressemble une règle.

Si vous avez une méthode et n'arrivez pas à la suivre — vous connaissez le setup, vous avez le plan, et vous continuez de faire autre chose — c'est le livre écrit pour exactement cette situation, et il n'y en a pas beaucoup. Il ne la réglera pas en une lecture. Ce qu'il fait, c'est vous retirer l'explication dont vous vous serviez, qui est en général qu'il vous faut une meilleure méthode.

Terme	Tel qu'employé ici
Sans structure	Un environnement qui ne fournit aucune règle sur le moment d'agir.
Évitement de la douleur	Agir pour empêcher une mauvaise sensation plutôt que pour suivre une règle.
Perception	Ce qui vous parvient de l'écran après filtrage par vos croyances.
Discipline	Faire ce qui était écrit, un jour où l'on préférerait s'en dispenser.
Avantage	Une raison énoncée pour laquelle les chances sont inégales, appuyée par un relevé.
R	Une unité de risque planifié : la distance de l'entrée au stop.

Les termes que ce résumé emploie dans un sens fixe. Là où le livre et cette bibliothèque emploient un mot différemment, c'est la lecture de la bibliothèque qui vaut ici, et elle est signalée.

L'original est *The Disciplined Trader: Developing Winning Attitudes*, de Mark Douglas, publié par le New York Institute of Finance en 1990 et toujours disponible. Douglas en a écrit un autre, *Trading in the Zone*, une décennie plus tard ; il couvre un terrain voisin plus directement et constitue le point de départ le plus courant. Tout ce qui se trouve dans ce document est notre résumé du premier — nos phrases, nos figures, nos exemples — et rien de tout cela ne remplace sa lecture.

Contenu éducatif uniquement. Rien dans ce document ne constitue un conseil financier, et aucune partie n'est une recommandation d'achat ou de vente.