

Mes règles de trading c'est MA DISCIPLINE pour trader avec PLAISIR et GAGNER régulièrement

Mon objectif est de **prendre du plaisir** à trader, sans souffrance et de **faire progresser mon capital sûrement et régulièrement** avec le **principe des intérêts composés**. Peu importe la performance, pourvu que mon capital progresse petit à petit, **sans JAMAIS tenter de coup** qui pourrait être fatal à mon capital (**JAMAIS DE TILT → NE PAS PERDRE D'ARGENT**).

Ma satisfaction à la fin d'une session de trading est d'avoir bien tradé, d'avoir réussi à respecter mes règles. Le résultat n'est que la conséquence positive d'avoir bien respecté mon Money Management et réalisé de beaux trades parfaits.

Je suis un TRADER PRO : Respect absolu de mes règles de trading. C'est NON négociable. **Je ne déroge JAMAIS.**

Je suis un ROBOT : Ni Euphorie, Ni excès de Confiance, Ni cupidité, Ni revanche, Ni tilt.

Je suis un ADULTE RESPONSABLE : Je sais que mes règles sont mes amies **pour préserver mon capital.**

RESPECT ABSOLU DE MA PERTE MAXIMALE AUTORISEE

Accepter de m'être trompé. Ne pas m'entêter sur une position perdante et ne jamais moyenner à la baisse.

Je DOIS sortir IMMEDIATEMENT quand ma perte maximale autorisée est atteinte. Je n'accepte pas de passer en mode espoir. Sinon, la perte risque de s'amplifier tellement que je vais générer une perte énorme impossible à remonter.

Quand une position est en perte, je ne regarde pas les « bougies bougées », cela ne sert à rien de perdre du temps et de l'argent à regarder à l'écran une perte qui s'amplifie. **Je doit impérativement et immédiatement clôturer le trade :**

→ Dès que la perte maximale autorisée par jour est atteinte. Ceci n'est pas négociable.

→ Dès que mon trade est invalidé au niveau que j'ai déterminé comme perdant. Je ne déplace JAMAIS un STOP.

→ Si un pattern se présente en sens opposé. Ne pas laisser courir une perte, si le prix se retourne en ma défaveur.

Je préfère gérer de la frustration plutôt que subir une perte latente. Tant pis si le prix se retourne après être sorti.

Quand je suis déjà en gain sur la journée, **je DOIS toujours conserver au minimum 50% de ce gain.**

Lorsque je suis en gain latent sur une position, je positionne un STOP WIN à BE dès que possible et je suis prêt à sortir pour **conserver au minimum 50% du gain latent** de ce trade.

Si le prix accélère dans mon sens je peux pyramider, mais je suis hyper vigilant pour SORTIR dès que le gain latent revient proche de ZERO, car avec une grosse taille de position je peux vite générer une grosse perte latente difficile à gérer.

Je m'engage à quitter mes écrans de trading, si ma perte maximale autorisée par jour est atteinte.

C'est l'impatience de gagner qui fait perdre. C'est la PATIENCE qui paie.

Benoist a perdu beaucoup de temps en ayant voulu aller trop vite, je ne dois pas faire la même erreur.

→ Prendre le temps de valider tous les points de **ma check-list de trading** avant de démarrer une session.

→ Savoir attendre et ne pas prendre de trade d'impulsion au milieu de nulle part : **Ne pas trader, c'est aussi trader.**

→ Respecter mes **plages horaires** et ne pas trader par impulsion entre deux séances de trading autorisées.

→ Être à mon écoute, rester FOCUS et **faire régulièrement des pauses** et des **exercices de respiration.**

RESPECT ABSOLU DE MES TAILLES DE POSITION MAXI

« Je dois alléger mes positions perdantes. Je renforce mes positions gagnantes », Benoist Rousseau

JE NE DOIS JAMAIS MOYENNER A LA BAISSSE au delà de mes tailles de positions MAX autorisées (1/3 + 2/3)

→ Je ne dois utiliser qu' **1/3** de ma taille Maxi autorisée, afin de pouvoir utiliser les **2/3** restant comme « Roue de Secours ».

→ Je m'autorise à **moyenner une perte latente, avec les 2/3 restant de la taille maxi autorisée**, si le prix se retourne dans le sens de mon trade et **uniquement** sur confirmation de ce retournement en ma faveur. **Sinon sortir très vite.**

→ Après avoir moyenné à 3/3, si beaucoup de critères confirme le trade et que le marché accélère vraiment dans mon sens, alors j'accompagne le trade en étant prêt à sortir de position dès que le prix se retourne. **Mieux vaut sortir à +1 point, car c'est déjà un gain plutôt que de repartir dans le rouge, surtout au max de la taille autorisée.**

→ **Si j'accepte une hésitation du prix autour du PRU, je dois couper immédiatement si la perte atteint 1000 euros.**

Je trade toujours avec les **mêmes tailles de positions fixées en début de chaque séance :**

- Si je suis en perte : à vouloir me refaire je risque d'amplifier la perte.

- Si je suis en gain, à vouloir être trop confiant et gourmand, je risque de perdre ce que j'ai gagné.

Le fait de ne prendre que 1/3 du max de ma taille de position autorisée (avec un secours possible à 2/3) ne m'exonère pas d'être patient et très sélectif dans mes prises de position.

PRISE DE POSITION de perfection Japonaise « Wabi Sabi »

« Tout est dans l'entrée », Paul Bocuse - **Pas de trade en dehors de mes séances autorisées.**

JE DOIS ETRE TRES PATIENT : Pas de Patern Valide → Pas de prise de position.

JE N'ANTICIPE JAMAIS → J'achète TOUJOURS sous un support. Ce n'est pas grave si le prix rebondit sans moi.

Je suis un SNIPER → j'attends toujours d'être sur un niveau identifié à l'avance pour prendre position. Avant, c'est sans moi.

CE QUE JE VOIS A L'ECRAN (PATTERN, TENDANCE UT supérieure, break) EST PLUS IMPORTANT QUE CE QUE JE PENSE.

Ne pas me fier à de micros mouvements pour entrer, j'élargis mes graphiques pour voir où en est le prix / historique du graph.

Pour entrer en position, je ne PENSE pas que ça va descendre ou monter : je trade ce que je vois sans être influencé par les médias, les forums et ce que je pense d'une news. C'est le marché qui décide du sens à donner. **Le prix n'a pas de limite.** Surtout **ne jamais se persuader que je vais avoir raison** et que je vais à coup sûr sortir en gain au prochain pivot, support ou résistance. Ce n'est pas parce que, comme un « enfant », j'ai ENVIE que le prix soit aimanté par un pivot que le prix va y aller.

- Je ne prends que **les meilleurs trades** : si mon objectif de gain est de 5 points, le potentiel doit être d'au moins 25 points.

- Je suis sélectif, je prends uniquement les **trades ayant une histoire à raconter et une ligne de défense proche.**

- **Chaque trade est indépendant. Ne jamais prendre un trade en fonction du résultat du précédent (perte ou gain).**

- **Comme Benoist, si je veux entrer à xxx50, je suis exigeant et j'achète à xxx30 (sous un support).**

Pour chaque trade je défini un **STOP** que j'accepte. Je ne recule jamais un **STOP** pour ne pas perdre davantage.

Quand je cherche les éléments graphiques qui me permettent de décider de prendre ou non position, sur un large graphique, je cherche d'abord les critères qui sont en ma défaveur, puis seulement ceux qui sont en ma faveur.

Attention, par le passé, j'espérai toujours des retournements de marché --> **ne pas espérer en trading**, ce n'est pas du Casino et quand c'était vert je cherchais des ventes et quand c'était rouge je cherchais des achats !!!!! NON NON NON

Avoir toujours en tête le graph de Stan Weinstein :

NE JAMAIS ACHETER EN PHASE 4 de baisse. NE JAMAIS VENDRE EN PHASE 2 de hausse.

Je dois attendre les sorties des phases de latéralisation 1 et 3 pour prendre position et je dois **suivre la tendance** :

→ Quand tout est **rouge** ET **Tendance Baissière** : je **vends** mais UNIQUEMENT après un **REBOND** au **dessus d'une résistance**.

→ Quand tout est **Vert** ET **Tendance Haussière** : j'**achète** mais UNIQUEMENT après un **REPLI**, au **dessous d'un support**.

Je suis mon propre COACH

→ « Suis-je toujours en condition de bien trader ? et de **vouloir protéger mon capital** ? ».

→ Si une de mes règles n'est pas respectées, en tant que coach, je **m'impose d'arrêter la séance**.

→ **JE DOIS FAIRE VALIDER CHACUN DE MES TRADES PAR MOI-MEME EN TANT QUE COACH**

→ Pour chaque trade, je dois écrire dans le journal PRT les 3 raisons qui me décident à entrer en position et mon stop.

Toutes les 5 minutes, j'agrandis ma fenêtre des UT supérieures (M5/M15/H1/H4) pour connaître la tendance de fond en cours, repérer la loi de Dow, les pivots, supports, résistances, les niveaux symboliques et tracer les obliques.

→ Ne pas chercher à faire des comptes ronds, en terme de gains ou de pertes → Prendre les gains quand ils viennent sur les supports/résistances et les Points Pivots et les pertes au niveau défini par la gestion de mon MM.

En fin de séance, je ne prends jamais de trade supplémentaire pour arrondir le résultat sur un chiffre rond.

→ Mon expérience doit me servir à respecter mes règles : je sais générer des gains sur le marché, je dois MAINTENANT me concentrer pour conserver mes gains acquis et ne jamais générer de pertes non contrôlées en mode « ESPOIR ».

Par le passé, par excès de confiance, j'ai « tilté » en prenant des positions trop importantes et en ne coupant pas mes pertes sur le STOP prévu et en dépassant la perte maximale autorisée : JE NE VEUX PLUS REVIVRE CE STRESS ! NON NON NON.

Je suis un TRADER PRO : J'ai le DROIT de GAGNER beaucoup, j'ai le DEVOIR de conserver mes gains acquis et de perdre peu.

Je n'hésite pas à couper très tôt mon trade si le scénario ne se déroule pas comme prévu.

Je conserve mes trades gagnants en sortant lot par lot, pour les emmener le plus loin possible tout en assurant des gains.

J'accepte la FRUSTRATION de GAGNER de petits gains. **Je REFUSE qu'un trade vert repasse rouge.**

Mes règles sont une CHANCE. Elles m'aident à **prendre du plaisir à trader et à gagner de façon régulière.**

« Les erreurs ont les fait quand on pense qu'il n'y a pas de risque, car on est trop en confiance ». Emmanuel Macron

Que mon temps de trading soit une récolte...