

CHAPITRE VII

TECHNIQUE POUR DÉVELOPPER
VOTRE MÉMOIRE
DES TEXTES

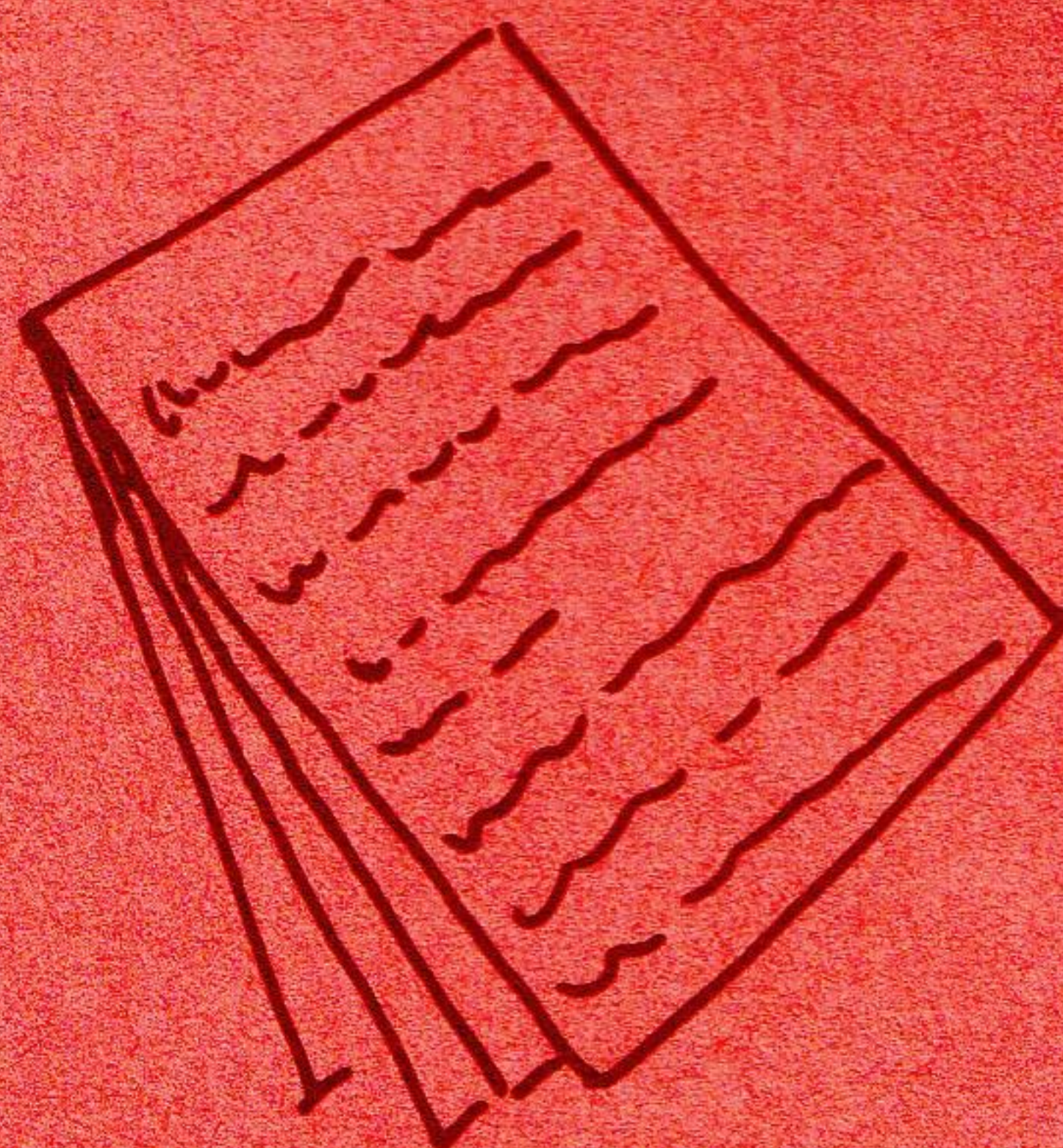
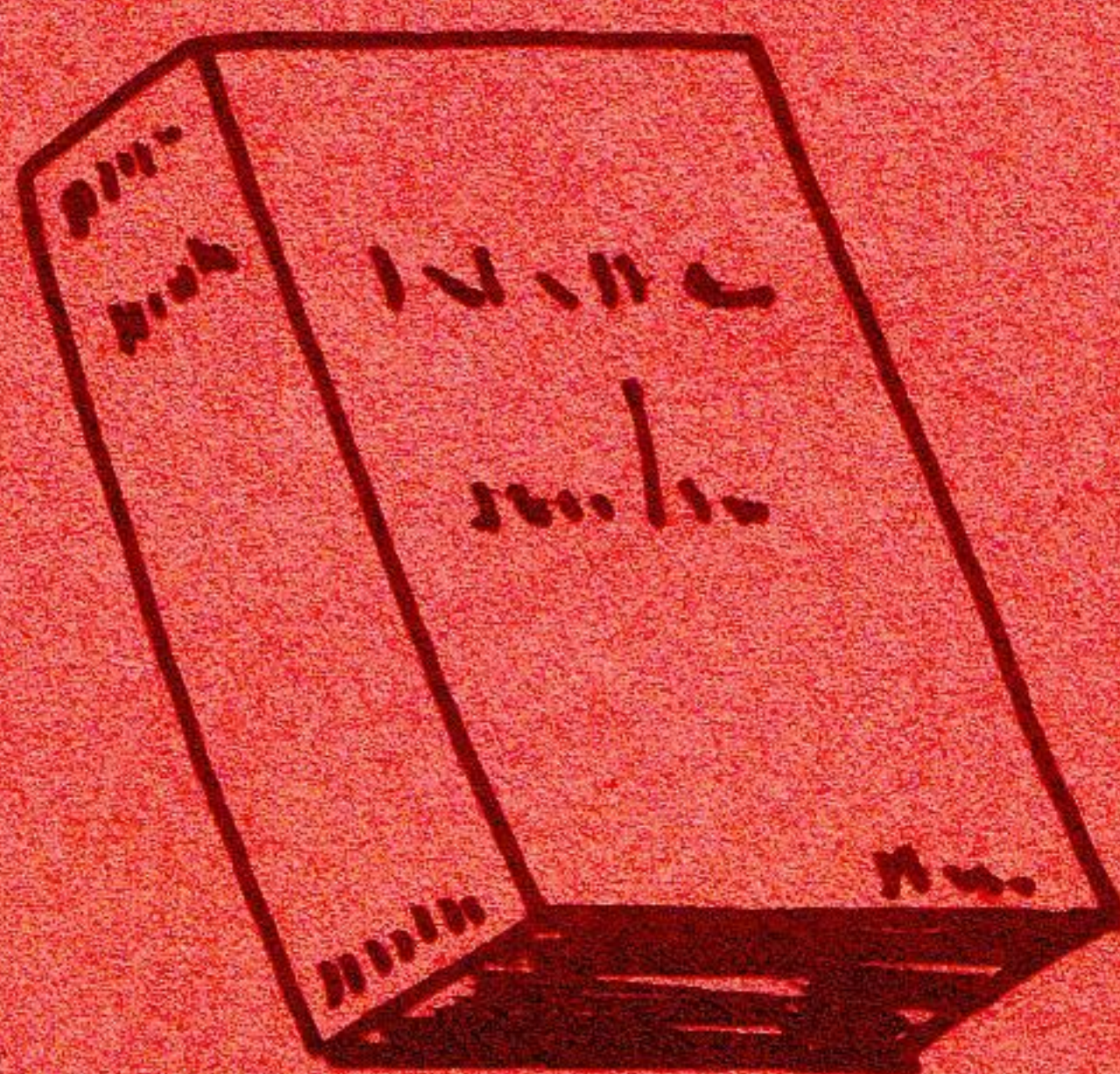
RETENIR UN TEXTE

Vous devez tout d'abord vous poser cette question :

- Quel degré de mémorisation dois-je atteindre ?

En effet, la technique de mémorisation sera différente si vous désirez retenir les idées directrices, l'ensemble d'un ouvrage ou seulement les grandes lignes (l'idée générale) ou bien au contraire si vous avez besoin de connaître par coeur l'ensemble du texte.

Encore une question : s'agit-il d'un livre ou d'un texte de moins de 10 pages ?



DANS LE CAS D'UN LIVRE

1/ Si vous avez besoin de retenir l'ensemble d'un ouvrage en ayant une connaissance assez approfondie de cet ouvrage, nous vous recommandons de suivre attentivement le plan de travail exposé dans le chapitre : COMMENT MIEUX ETUDIER SEUL.

Pour répondre à l'exigence d'une connaissance approfondie, vous consacrerez un temps plus important à l'étape n° 3 : Recherche analytique de ce plan. De plus, la synthèse que vous constituerez à la fin de votre lecture sera relue pendant au moins 3 jours de suite le matin immédiatement au réveil (pas un quart d'heure après) et le soir, une fois couché et immédiatement avant l'endormissement. Puis révisez-la une dizaine de jours après. Vous serez surpris de la netteté de vos souvenirs.

Si vous avez besoin d'aller encore plus loin dans la mémorisation, vous pouvez utiliser votre synthèse dans le cadre de la relaxopédie(1).

2/ Si votre souci est de retenir seulement les idées générales ou les grandes lignes d'un ouvrage : suivez le plan du chapitre : COMMENT MIEUX ETUDIER SEUL ; mais supprimez l'étape n° 3 : recherche analytique. Il faut néanmoins respecter les deux suivantes (4 et 5).

[Et souvenez-vous de toujours référencer et conserver vos résumés.

(1) Cette technique vous est exposée dans le chapitre XII.

DANS LE CAS D'UN TEXTE DE MOINS DE 10 PAGES

1/ Si vous avez besoin d'une connaissance approfondie

Il faut d'abord comprendre le texte.

Lisez-le en entier sans recherche particulière mais en soulignant spontanément les mots ou passages qui vous surprennent ou vous paraissent importants.

Revoyez ensuite ces derniers en essayant de les comprendre. Aidez-vous d'un dictionnaire ou atlas (ces derniers doivent d'ailleurs être constamment à portée de votre main).

Faites ensuite une lecture à haute voix en vous arrêtant en fin de chaque paragraphe. A ce moment, faites mentalement un résumé de ce dernier sans vous aider du texte. Relisez-le une seconde fois avant de passer à la lecture du paragraphe suivant.

[A la fin, faites mentalement un résumé de l'ensemble.

LA TECHNIQUE DU DECOUPAGE

Découpez le texte "en morceaux" adaptés à votre souffle. Fractionnez-le en petites étapes plus faciles à mémoriser et à relier à des images (mentales).

Exemple : (Extrait de Quatre-Vingt-Treize de V. HUGO, les péripéties de la guerre civile).

"Et subitement, autour de lui, et de tous les côtés à la fois, le fourré se remplit de fusils, de bayonnettes et de sabres, un drapeau tricolore se dressa dans la pénombre, le cri Lantenac ! éclata à son oreille, et, à ses pieds, à travers les ronces et les branches, des faces violentes apparurent. Le marquis était seul, debout sur un sommet visible de tous les points du bois. Il voyait à peine ceux qui criaient son nom, mais il était vu de tous. S'il y avait mille fusils dans le bois, il était là comme une cible. Il ne distinguait rien dans le taillis que des prunelles ardentes fixées sur lui."

"Et subitement, autour de lui, et de tous les côtés à la fois // le fourré se remplit de fusils, de bayonnettes et de sabres // un drapeau tricolore se dressa dans la pénombre // le cri Lantenac ! éclata à son oreille // et, à ses pieds, à travers les ronces et les branches, des faces violentes apparurent. Le marquis était seul, debout sur un sommet visible de tous les points du bois // Il voyait à peine ceux qui criaient son nom // mais il était vu de tous // S'il y avait mille fusils dans le bois // il était là comme une cible // Il ne distinguait rien dans le taillis que des prunelles ardentes fixées sur lui."

[Pour chacune de ces fractions de texte, conservez quelques instants l'image qu'elle fait naître dans votre esprit.

Arrêtez-vous à la fin de chaque paragraphe pour en refaire une 2ème lecture à haute voix et en procédant de la même façon. En ayant soin de retrouver les mêmes images mentales que précédemment.

A la fin, refaites une lecture de l'ensemble toujours à haute voix.

Refaites une lecture complète le soir immédiatement avant de vous endormir et le matin au réveil pendant 3 jours. Laissez passer 4 à 5 jours sans toucher au texte puis recommencez le même travail matin et soir pendant 3 jours.

Si besoin est, vous pouvez renforcer la mémorisation par la relaxopédie (1).

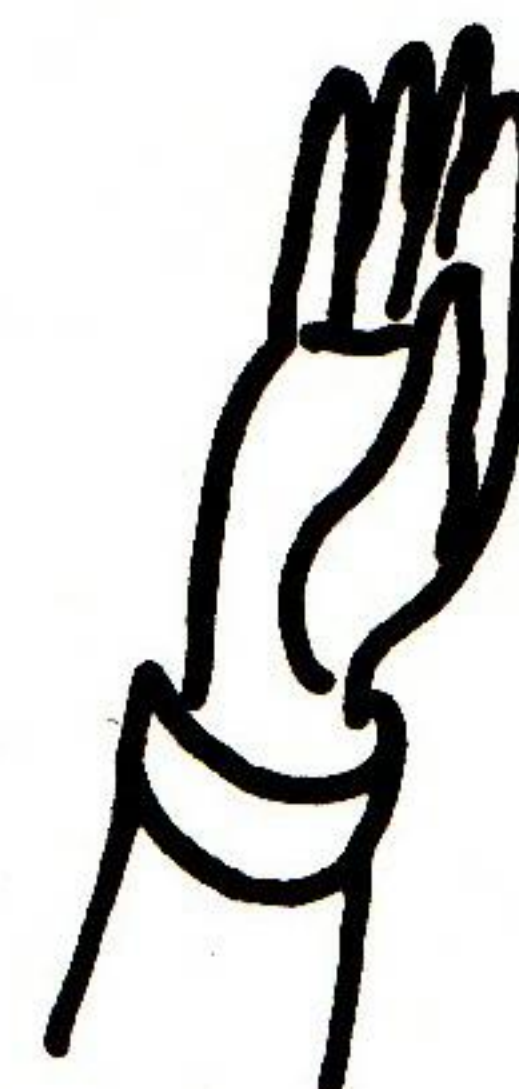
2/ Si vous ne devez retenir que l'idée générale ou les grandes lignes

Procédez simplement comme indiqué précédemment mais sans utiliser la technique du découpage ni celle bien sûr de la relaxopédie.

(1) Cette technique vous est exposée dans le chapitre XII.

TABLEAU SYNOPTIQUE

SUPPORT BESOIN	LIVRE	TEXTE MOINS DE 10 PAGES
<i>Connaissance approfondie</i>	Suivre plan de travail "Comment mieux étudier seul" + insister sur l'étape n° 3. Lisez la synthèse matin et soir pendant 3 jours puis la réviser une dizaine de jours après.	Faire une lecture en soulignant mots ou passages particuliers. Comprendre le texte. Faire une lecture à haute voix en s'arrêtant à la fin de chaque paragraphe pour en faire mentalement un résumé. Relire le paragraphe et passer au suivant. A la fin, faire mentalement un résumé de l'ensemble + technique du découpage.
<i>Par coeur ou Presque</i>	idem + Relaxopédie (seulement pour la synthèse du livre).	Idem + Relaxopédie
<i>Connaissance générale</i>	Suivre le plan de travail "Comment mieux étudier seul" mais supprimer l'étape n° 3 (recherche analytique).	Suivre le même plan mais sans utiliser la technique du découpage ni la Relaxopédie.



Stop

N'ALLEZ PAS PLUS LOIN.
REVISEZ CE CHAPITRE, ENSUITE FAITES-EN VOUS-MÊME
UN RESUME PAR ECRIT SUR LA PAGE BLANCHE QUI SUIT.

FAITES EN AUTANT POUR CHACUN DES CHAPITRES.

NE COMMENCEZ PAS LE PROCHAIN CHAPITRE TANT QUE VOUS
N'AVEZ PAS FAIT CE TRAVAIL.

*CETTE METHODE A ETE ELABOREE POUR VOUS ASSURER LE SUCCES.
ELLE EST COMPLETEMENT DEPOUILLEE DE TOUTE THEORIE INUTILE.
SUIVEZ ATTENTIVEMENT LES CONSEILS ET PRINCIPES QU'ELLE CONTIENT
EN RESPECTANT SA PROGRESSIVITE.*

VOTRE RESUME
DU CHAPITRE

VOTRE RÉSUMÉ
DU CHAPITRE

RESUME DU CHAPITRE VII

TECHNIQUE POUR DEVELOPPER VOTRE MEMOIRE DES TEXTES

- N'APPLIQUEZ PAS LA MEME TECHNIQUE POUR UN LIVRE OU QUELQUES PAGES
- POUR UN LIVRE : SUIVEZ LE PLAN EN 5 ETAPES :
"COMMENT MIEUX ETUDIER SEUL"
- POUR QUELQUES PAGES : SOULIGNEZ LES PASSAGES IMPORTANTS, FAITES UNE LECTURE A HAUTE VOIX.

A LA FIN DE CHAQUE PARAGRAPHE, FAITES MENTALEMENT UN RESUME, RELISEZ LE MEME PARAGRAPHE AVANT DE PASSER AU SUIVANT.

FAITES MENTALEMENT UN RESUME DE L'ENSEMBLE

- UTILISEZ LA TECHNIQUE DU DECOUPAGE EN CREANT UNE IMAGE MENTALE POUR CHAQUE FRACTION DE TEXTE.

