

Développer votre mémoire

Tristan Barrie

www.Tristan-Barrie.fr

Copyright © 2017 Tristan Barrie

All rights reserved.

ISBN-13: 978-1979775892

INTRODUCTION

Votre mémoire est l'élément majeure sur lequel est centré votre vie. Chaque expérience, chaque époque, chaque rencontre, émotion, amour, geste est une partie de votre vie sur laquelle vous vous construisez. D'une victoire vous garderez une méthode. D'une défaite vous garderez une leçon. Cette mémoire dépend principalement de lois psychologiques, par exemple de votre motivation.

Plus généralement, votre mémoire engage toute votre personnalité, et son étendue ainsi que sa qualité dépend essentiellement de votre condition affective. Pour une raison simple : **vous retenez surtout ce que vous aimez, ce qui vous intéresse.**

C'est ainsi qu'un fan de cinéma connaît la filmographique complète d'un acteur ou d'un réalisateur, qu'un fan de football connaît des listes entières de joueurs ou de résultats, tout en étant incapable de retenir le code

d'accès à un immeuble ! Ce n'est pas qu'il ait tout spécialement la mémoire de ce qui concerne le sport, mais, comme il s'intéresse au football plus qu'aux choses indifférentes, sa mémoire est polarisée. Il en est de même de la mémoire du politicien qui se rappelle le contenu des discours de ses collègues. Et cette polarisation peut s'appliquer à des domaines très voisins. Vous avez par exemple connu un jeune garçon qui, dès l'âge de 8 ans, connaissait le nom et l'emplacement des principaux cratères et des montagnes de la Lune alors qu'il était incapable de situer les montagnes de votre globe : il s'intéressait vivement à l'astronomie et pas du tout à la géographie.

Paraphrasant une maxime célèbre, vous pourriez dire à ce sujet : « Dis-moi ce que tu apprends et ce que tu retiens facilement, et je te dirai qui tu es. »

Vous devez, pour la même raison, rechercher sincèrement ce que vous aimez faire et diriger, autant que possible, vos études et votre travail dans cette direction.

Toutefois, l'écueil ici est de prendre pour des aptitudes

les penchants que l'on peut avoir à l'égard de telle ou telle discipline, de tel ou tel travail, de telle ou telle fonction, car si les talents et les goûts sont fréquemment associés, ils sont parfois divergents et même opposés. Autre chose est de se plaire à un travail, autre chose est d'y être qualifié. Le fait est particulièrement net dans le domaine de l'art et de la littérature.

De même, il est souvent difficile de discerner les aptitudes réelles d'un adolescent et de dégager celles qu'il doit cultiver spécialement. Ses véritables capacités peuvent être endormies ou retardées. Aussi convient-il d'être extrêmement prudent dans le domaine de l'orientation professionnelle d'autant plus qu'en l'occurrence les tests sont parfois assez artificiels.

En outre, il faut souligner que les exigences des examens universitaires et de la vie quotidienne obligent souvent à assimiler des connaissances qui peuvent ne pas vous intéresser ou pour lesquelles vous éprouvez même plus ou moins d'aversion.

Avant d'entreprendre leur étude, méditez sur les motifs susceptibles de vous y faire prendre goût. Vous en découvrirez certainement, ne serait-ce que l'opportunité de posséder ces connaissances afin de satisfaire vos ambitions, vos intérêts, votre désir de supériorité et de progrès. Leur assimilation devient alors un problème personnel, une sorte de compétition sportive dont vous devez sortir triomphant. Mais, en fait, il n'est pas de discipline intellectuelle, si aride soit-elle, qui ne présente quelques aspects agréables et séduisants. Ce sont ceux-là que vous retiendrez.

Notez au passage que l'importance du facteur affectif dans vos études est bien connue des éducateurs : tel garçon ne peut, par exemple, apprendre ses récitations, non parce qu'il manque de mémoire, mais parce que son professeur de français lui est antipathique. Qu'il change de professeur et la mémoire des textes devient normale.

Dans cet ordre d'idées, le psychologue américain Kurt Lewin a mis en évidence le rôle de l'émotion dans le travail intellectuel et la mémoire. Il divisa ses élèves en deux groupes égaux, les fit installer dans deux salles différentes,

puis félicita les élèves d'un groupe pour leur travail et blâma ceux de l'autre groupe.

Ensuite, il énonça un certain nombre de phrases sans grande signification et demanda à ses élèves de les apprendre par cœur. Les élèves du groupe complimenté ne firent que 25 p. 100 d'erreurs de mémoire, tandis que ceux du groupe vitupéré en commirent 52 p. 100.

Conclusion : un état psychologique favorable contribue grandement à rendre efficaces les règles mnémoniques que vous devez observer dans l'étude d'une matière quelconque.

Si vous les suivez régulièrement, la première condition étant autant que possible remplie, vous pouvez être assuré d'acquérir une mémoire souple, rapide et fidèle.

BIEN COMPRENDRE AVANT D'APPRENDRE

Avant de vouloir retenir un texte, un sujet quelconque de français, d'histoire, de géographie ou de sciences, vous devez d'abord en faire l'analyse et en comprendre la signification exacte dans ses moindres détails.

Quand vous vous trouvez en face d'un morceau que vous devez mémoriser, votre premier travail doit être de vous rendre compte de l'architecture du morceau, de retrouver le plan de son exécution, de chercher le chemin qu'a suivi l'auteur, de voir par où il a passé, où il a tendu ; de se dessiner, pour ainsi dire à soi-même, l'ordre des idées, car cet ordre est une sorte de cadre où viennent naturellement se ranger à leur place toutes les images, tous les mots, de façon qu'ils restent nettement fixés dans le souvenir.

Les formules scientifiques délicates, les passages difficiles, les mots obscurs seront éclairés et précisés par le recours à des ouvrages adéquats suffisamment explicites,