

**LA
LECTURE
RAPIDE**

**LA MÉTHODE
DU CHAMPION DU MONDE**



MOHAMED KOUSSA

LA
LECTURE
RAPIDE

LA MÉTHODE
DU CHAMPION DU MONDE



Savoir se
concentrer



Gagner
en efficacité

Introduction

Vous avez ouvert ce livre, car votre objectif est de lire plus efficacement. Peut-être est-il aussi de lire « mieux », pour lire avec davantage de plaisir. Bonne nouvelle ! C'est possible. Je vais vous montrer comment procéder, à travers mon expérience et des exemples très concrets. Mais attention, il n'existe pas non plus de recette miracle. Chacun doit trouver sa propre voie, après avoir tâtonné, essayé plusieurs techniques et s'être entraîné. Pour mettre le lecteur en condition et l'inviter à pratiquer très concrètement (parties 3 et surtout 4 de ce livre), je vous propose un petit détour sur la lecture elle-même qui sera l'occasion de faire un retour sur soi (parties 1 et 2).

La lecture rapide est un domaine que la majorité des lecteurs abordent par l'aspect pratique et technique. Pourquoi pas. Mais cela n'est possible que pour les personnes qui ont déjà franchi les étapes préliminaires. En effet, l'aspect technique est une sorte d'application d'un équilibre psychologique et mental. Avant de lire ce livre, vous avez déjà une expérience de lecteur, heureuse ou malheureuse. C'est par là qu'il faut commencer, en faisant le point sur ses propres pratiques, avant d'envisager un quelconque changement.

Cet ouvrage est issu de ma propre expérience de lecteur (un peu lent au début), issu d'un milieu non francophone. J'ai d'abord choisi de devenir professeur des écoles, parce que je cherchais notamment à apprendre comment on apprend. Puis, animé par une recherche constante d'outils plus performants et plus efficaces, je suis devenu champion du monde de lecture rapide. Oui, ce championnat existe, je vous raconterai plus loin.

En réalité, ma plus grande victoire est d'avoir ainsi décuplé mon amour pour l'apprentissage et la lecture. C'est ce que j'ai essayé de partager au sein de l'Éducation Nationale et ce que j'essaie de transmettre dans le cadre de formations aux techniques de la lecture rapide.

L'organisation de ce livre respecte un plan bien précis que je recommande de suivre pour une plus grande efficacité. Mon objectif ultime, au-delà de la vitesse de lecture, est de contribuer à faire aimer la lecture à plus de gens possible. Pour cela, il faut prendre en compte de nombreux paramètres que l'on retrouve dans toutes les situations que nous vivons :

- la psychologie
- le mental
- le social
- la théorie
- l'aspect pratique
- l'analyse positive du bilan

La psychologie dans l'apprentissage

La psychologie est l'aspect le plus important dans l'apprentissage. C'est pour cette raison que j'ai voulu commencer le livre en abordant des éléments psychologiques en jeu lors de la lecture.

Le mental et la motivation

Dans mon discours, j'associe souvent le mental aux images que nous créons dans notre esprit et qui nous motivent ou nous démotivent. Ma définition est volontairement très large pour éviter de tomber dans un discours de spécialiste. Retenons que l'étape du mental est une transition avant de passer à l'action, selon le schéma suivant : psychologie → mental → motivation → pratique → feedback

Le social

On ne peut ignorer à quel point le social conditionne notre psychologie. Notre façon de vivre, nos contacts avec les autres sont les éléments qui viennent nourrir notre psyché. Il faut apprendre à en tirer le meilleur parti. Certains appellent cela l'optimisme, d'autres parlent de pensée positive.

La théorie

Pour progresser en lecture rapide, il est important de maîtriser quelques notions théoriques essentielles telles que le fonctionnement de l'œil humain ou du cerveau. Dans ce livre, j'assume une certaine simplification. L'utilité **reste le maître mot.**

L'aspect pratique

C'est la partie la plus simple à comprendre, mais aussi la plus exigeante à mettre en œuvre. Le lecteur pressé pourra directement se rendre à la partie technique située à la fin de cet ouvrage. Mais sans avoir digéré les éléments précédents, il risque de se décourager plus rapidement.

Puis, il sera temps de passer à l'entraînement, en nombre suffisant, pour intégrer la méthode. Je souhaite que le lecteur sache apprécier la saveur de la lecture rapide. Son goût est comparable à celui de l'eau fraîche après avoir été assoiffé pendant des heures et des heures, dans le désert ardent de l'entraînement et de l'effort. Conquérir la lecture rapide ressemble à un parcours initiatique où chaque lecteur doit puiser en lui-même les ressources dont il dispose. La vraie connaissance ne s'acquiert pas assis sur une chaise, à lire des livres ou à regarder des vidéos. La connaissance réelle procède de l'expérience personnelle. Mais on peut parfois s'aider d'une boussole et j'espère que les lignes de ce livre seront là pour ça.

Dans ma pratique, puis pour l'écriture de ce livre, j'ai moi aussi suivi les pas de mes prédécesseurs, notamment ceux de deux universitaires François Richaudeau et Tony Buzan. Le premier a largement participé, dès les années 1970-1980, à la diffusion en langue française de la lecture rapide. Il a d'ailleurs publié chez Retz une Méthode de lecture rapide qui reste d'une grande actualité. Tony Buzan, universitaire britannique récemment décédé, a apporté un autre regard sur la lecture rapide, dans le sillage de ses travaux sur l'intelligence et la mémoire. François Richaudeau et Tony Buzan ont développé des méthodes articulant théorie et pratique. Mon point de vue est évidemment différent. Il découle avant tout de ma pratique et de mon savoir personnel que j'essaie de transmettre lors des formations. Je recherche l'efficacité de l'approche, ce qui explique que la partie mise en situation ou exercices soit plus largement développée que dans les ouvrages existants.

L'objectif : ah si j'étais riche !

Admettons que vous ayez la possibilité ou le pouvoir de lire un livre de 150 pages en 1 heure que feriez-vous avec votre pouvoir ?

EXERCICE :

Tout en prenant votre temps, répondez à cette question le plus honnêtement possible. Le contenu de ce livre n'a de valeur que par sa mise en pratique. À vous de jouer

Si je pouvais lire un livre de 150 page en 1 heure, je :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Écrivez toutes les possibilités qui s'offrent à vous. Ne vous limitez pas. Pensez à tous les domaines dans lesquels vous pourriez avoir recours à ce « pouvoir » de la lecture : les études, un concours, le travail, les lectures plaisir, l'enseignement ou bien pour progresser en culture générale, augmenter votre concentration, écrire votre propre livre...

Si vous avez répondu, ne serait-ce que quelques mots, vous venez de définir votre premier objectif. Et c'est très important pour la suite de ce livre. À la fin, je vous donnerai des indications pour construire un objectif de manière claire et précise. En effet, trop de personnes se lancent sans raison bien définie : c'est le meilleur moyen pour lire lentement, voire pour arrêter de lire.

Commençons par explorer votre univers de lecture pour tenter de comprendre comment il s'est construit. Vous pourrez peut-être repérer les points de blocage afin de les dépasser. Cette étape franchie, vous pourrez commencer à construire un nouvel apprentissage de la lecture et à parvenir à la lecture rapide.