

1

LECTURE RAPIDE

C'est un paradoxe : depuis le CP, vous avez centuplé votre vocabulaire, métamorphosé votre expression, transformé votre intelligence scolaire et sociale... mais vous lisez toujours à la même vitesse. Personne ne semble jamais songer à améliorer cette technique, et c'est vrai qu'elle convient très bien pour suivre confortablement les aventures de Oui-Oui Au Marché lorsqu'on a cinq ans... mais elle trouve ses limites face aux 38 pages sur le *New Deal* pour demain.

Vous l'avez compris, le fait que la méthode « classique » soit la plus simple à enseigner à trente enfants à la fois n'en fait pas la plus adaptée aux besoins de la prépa. A vrai dire, elle est même pleine d'inefficacités et de pesanteur, renforcées par des années de lecture. Ce constat, issu de recherches en pédagogie, a conduit au développement de

techniques dites de *Speed Reading* - ou Lecture Rapide. Une forme de réapprentissage de la lecture, dépouillée de ses inefficacités, à l'âge adulte.

Les techniques de lecture rapide permettent à ceux qui les maîtrisent de passer d'une vitesse moyenne de lecture de 200 à 300 mots par minute (mpm) à 900 mpm (trois pages par minute) ou plus, après une quinzaine de jours de pratique assidue. Elles sont populaires auprès de nombreux décideurs, parmi lesquels ont semble-t-il compté les présidents américains Kennedyⁱⁱⁱ et Carter^{iv}, pour digérer les piles de dossiers techniques qui réclament leur décision.

Certains de leurs préceptes viennent naturellement à ceux qui lisent beaucoup (vous êtes-vous déjà demandé comment votre prof de français arrive à lire dix bouquins par semaine ?), mais pour les autres, il faudra les apprendre !

En prépa, j'ai personnellement cherché à limiter mon apprentissage aux techniques simples qui me feraient lire rapidement en une dizaine de jours. Après un entraînement de quelques semaines, je pouvais dépasser les 1 000 mpm (une page toutes les 20 secondes) ce qui, en plus de me donner un avantage en contraction, m'économisait un gros quart d'heure par jour en temps de lecture. Difficile de comprendre pourquoi personne, dans un milieu si exigeant que la prépa, ne semble les utiliser !



« Par rapport à d'autres techniques, la lecture rapide porte ses fruits quasi-immédiatement, ce qui vous donne un avantage certain dès les premiers jours. »

- Thomas, admis à l'ESSEC en 2012

La méthode qui suit nécessite cependant une certaine application et une pratique assidue qui paraîtra contre-nature pendant une bonne dizaine de jours. Voici donc comment augmenter votre vitesse de

lecture, de façon durable tant que vous la pratiquerez, et sans perdre en compréhension.

La Technique

Avant toute chose, un principe fondamental : acquérir les techniques de lecture rapide requiert de la pratique. Un quart d'heure par jour pendant deux semaines est un bon objectif pour faire les exercices suivants et constater le résultat par vous-même. Il peut être tentant de brûler les étapes, mais c'est le meilleur moyen d'aller dans le mur : votre cerveau aura besoin de temps pour assimiler ces nouvelles habitudes ! Tâchez d'espacer vos exercices.



Vous aurez besoin d'un stylo, d'une montre, et d'un livre (un roman convient très bien) pour vous entraîner. Asseyez-vous à un bureau éclairé et tâchez d'éviter d'être interrompu.

Étape 1. Déterminez votre vitesse de lecture actuelle

Prenez votre livre d'entraînement et calculez une moyenne sur dix lignes du nombre de mots par ligne. Puis calculez une moyenne sur trois pages du nombre de lignes par page. Multipliez les deux nombres entre eux pour obtenir le nombre de mots par page de votre livre.

Par exemple :

128 mots sur 10 lignes donne environ 13 mots par ligne.

85 lignes sur 3 pages donne environ 28 lignes par page.

$28 \times 13 = 364$ mots par page.

A présent, marquez votre point de départ, et lisez durant une minute exactement. Ne lisez pas plus vite qu'à l'habitude, le but est de comprendre ce que vous lisez. Une fois les 60 secondes écoulées,

Je Vais Vous Apprendre à Intégrer HEC

comptez votre nombre de lignes lues et multipliez-le par le nombre de mots par ligne. Vous obtenez votre nombre de mots par minute (mpm) actuel.

21 lignes en 1 min × 13 mots par ligne = 273 mpm

Étape 2. Utilisez votre doigt comme marqueur (trois jours)

Utilisez-vous déjà votre doigt ou un stylo pour recompter les mots d'un essai ? Si c'est le cas, il s'agit d'une bonne illustration du point auquel l'utilisation d'un marqueur physique augmente l'efficacité et l'exactitude de la lecture. Dans le cas de la lecture rapide, souligner le texte du doigt aura une autre utilité, celle de donner le rythme.

L'intérêt : 20 à 30% de votre temps de lecture est en réalité consacré à une relecture de quelque chose de déjà lu mais mal compris. Utiliser un marqueur comme votre doigt ou un stylo sous chaque ligne fixera votre attention et évitera d'éventuels retours. Les exercices suivants visent à vous familiariser avec l'utilisation d'un marqueur.

Jour 1. Sur votre livre, entraînez-vous à utiliser votre doigt comme marqueur sous le texte. Soulignez chaque ligne du doigt en vous concentrant sur ce que vous montrez.

Répétez l'exercice à mesure que vous prenez confiance, en accélérant le rythme jusqu'à votre vitesse maximale de compréhension.

Jours 2 et 3. Répétez l'exercice durant cinq minutes, en accélérant encore votre doigt, de façon à aller *trop vite pour la compréhension*. Le texte ne doit paraître qu'un flux de mots que vous reconnaissez, sans en détecter la cohérence. En fait, si vous comprenez ce que vous lisez, accélérez davantage. Le but est de familiariser votre cerveau à accepter qu'il peut saisir la signification