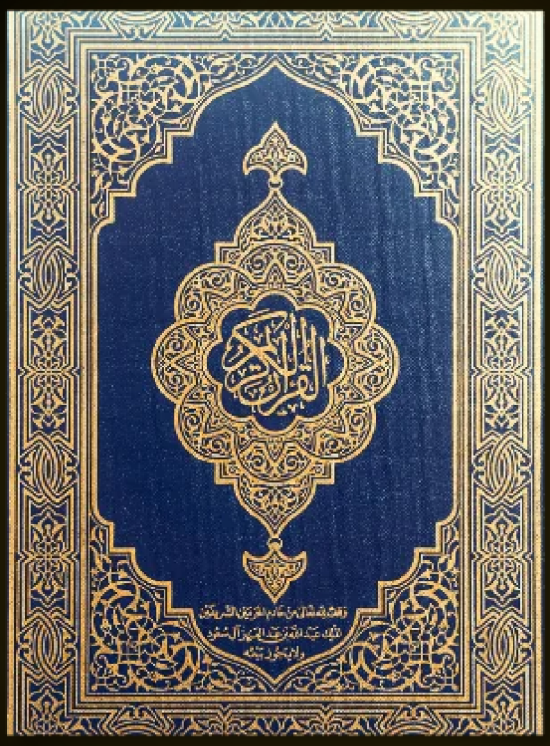
Institut Qalâmi



CORAN · MÉMORISATION

Mémoriser le Coran et ne pas oublier

Une méthode simple de révision : préparer sa séance, apprendre une nouvelle portion, et garder ce qui est su grâce à trois piles de révision. Avec un planning, un roulement et des grilles à imprimer.

Apprendre une sourate est une chose. La garder des mois et des années en est une autre. Ce guide propose une méthode simple pour les deux : apprendre un peu chaque jour, et réviser dans un ordre précis pour que ce qui est su ne s'efface pas.

> « Le meilleur d'entre vous est celui qui apprend le Coran et l'enseigne. »
>
> RAPPORTÉ PAR AL-BUKHARI

01 Préparer sa séance

Une bonne séance se prépare avant d'ouvrir le mushaf (l'exemplaire du Coran). Six points suffisent.

Un moment fixe

Choisissez un moment où vous avez l'esprit reposé, et gardez-le chaque jour. Beaucoup choisissent le matin, après la prière de l'aube ; d'autres préfèrent le soir. Le bon moment est celui que vous pourrez tenir.

La régularité avant la quantité

Un peu chaque jour vaut mieux qu'une longue séance une fois par semaine. Ce qui revient souvent se retient. Un jour chargé, faites une séance courte plutôt que rien.

Un lieu calme

Si possible, toujours la même place. Téléphone en silencieux, posé loin de vous ; s'il sert à écouter l'enregistrement, coupez les notifications. Un mushaf, un crayon, votre grille : rien d'autre.

Une petite quantité

Commencez petit : quelques lignes, ou deux à trois versets courts. Vous augmenterez plus tard, seulement si vos révisions tiennent. Une portion trop longue fatigue et se perd vite.

Toujours le même mushaf

Apprenez dans le même exemplaire, de la même édition. La mémoire retient aussi la place des versets sur la page. Changer d'édition brouille ces repères.

Un programme décidé à l'avance

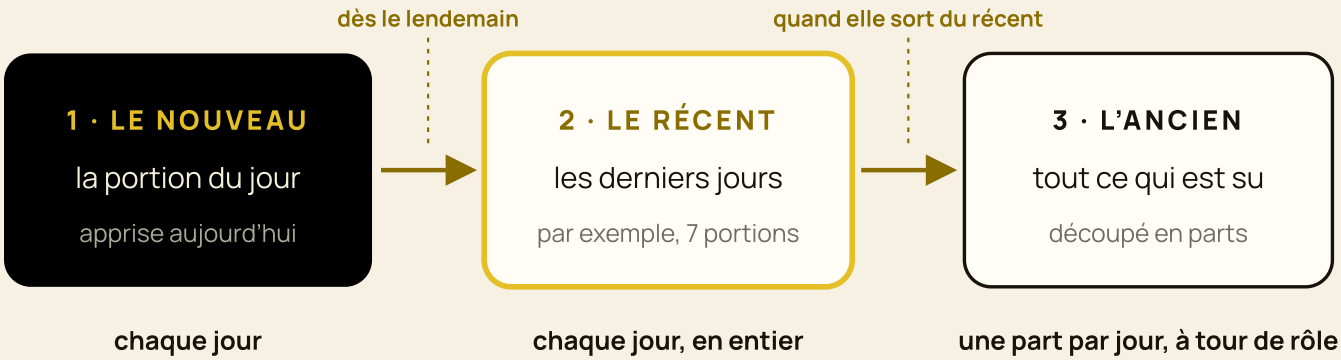
Sachez avant de commencer ce que vous ferez : quelle portion nouvelle, quelles révisions. Notez-le la veille dans la grille de suivi, pour ne pas perdre la séance à chercher.

AVANT CHAQUE SÉANCE

- [ ] Le moment est fixé et vous avez l'esprit reposé.
- [ ] Le téléphone est en silencieux, sans notifications.
- [ ] Le mushaf habituel est ouvert à la bonne page.
- [ ] L'enregistrement de la portion du jour est prêt.
- [ ] La grille de suivi et un crayon sont à portée de main.
- [ ] Le programme du jour est connu : le nouveau, le récent, l'ancien (partie 2).

02 Les trois piles de révision

Dans beaucoup d'écoles de mémorisation, chaque séance se partage en trois parts. Ce n'est pas une règle unique : chaque enseignant l'adapte à ses élèves. Mais le principe est simple, et il se suit très bien seul.



1. Le nouveau

C'est la portion que vous apprenez aujourd'hui, avec la méthode de la partie 3. Elle reste petite.

2. Le récent

Ce sont les portions apprises les derniers jours, par exemple les sept dernières. Vous les récitez chaque jour, à la suite, sans regarder. C'est la pile la plus fragile : une portion apprise hier s'oublie vite si elle n'est pas reprise. Chaque fois qu'une nouvelle portion entre dans le récent, la plus ancienne en sort et rejoint l'ancien. Avec sept portions, chacune reste ainsi une semaine ou un peu plus dans le récent.

3. L'ancien

C'est tout ce qui est déjà su. Il devient vite trop long pour être révisé chaque jour. On le découpe donc en parts, et on en révise une par jour, dans l'ordre. Chaque part revient ainsi à intervalle régulier (partie 6).

Partager le temps

Exemple pour une séance de 30 minutes :

Nouveau · 10 min	Récent · 10 min	Ancien · 10 min

L'ordre peut varier. Certains commencent par le nouveau, l'esprit encore frais ; d'autres par les révisions. Gardez le même ordre chaque jour. À mesure que l'ancien grandit, il prend plus de place dans la séance.

LA RÈGLE À RETENIR

La révision passe avant le nouveau. Un jour où le temps manque, faites le récent et l'ancien, et laissez le nouveau. Ajouter du nouveau pendant que l'ancien s'efface, c'est remplir un seau percé.

03 Apprendre une nouvelle portion

Sept étapes, toujours dans le même ordre. Au début, elles prennent du temps ; avec l'habitude, elles s'enchaînent.

1. **Lire le sens**
   Lisez d'abord une traduction du sens de la portion en français. Savoir de quoi parle le passage aide à retenir l'ordre des versets.

2. **Écouter**
   Écoutez la portion plusieurs fois, récitée lentement et clairement par un récitateur reconnu (Mahmoud Khalil al-Husary, par exemple, est souvent conseillé aux débutants), en suivant le texte des yeux. Choisissez un récitateur qui lit selon la même lecture que votre mushaf : Hafs, la plus répandue, ou Warsh, très répandue au Maghreb.

3. **Lire en regardant**
   Lisez à voix haute, lentement, verset par verset, en regardant le texte, jusqu'à une lecture fluide et sans faute.

4. **Répéter, puis réciter sans regarder**
   Lisez le premier verset en regardant, puis récitez-le en cachant la page. Une erreur ? Revenez au texte et recommencez. Passez au verset suivant quand celui-ci sort sans hésitation.

5. **Relier au verset précédent**
   Chaque nouveau verset se récite avec ceux d'avant (schéma ci-dessous). Sans ce lien, on connaît des versets isolés sans savoir les enchaîner.

6. **Réciter toute la portion**
   Récitez-la en entier sans regarder, plusieurs fois de suite sans erreur. Puis reliez-la à celle d'hier : récitez les derniers versets d'hier et enchaînez.

7. **Revoir plus tard dans la journée**
   Récitez-la encore une fois quelques heures après, par exemple le soir. Notez-la dans la grille de suivi et faites-la écouter dès que possible (partie 4).



Un verset long ? Coupez-le en deux ou trois morceaux qui ont chacun un sens, et appliquez la même méthode, morceau par morceau.

Combien de répétitions ? Il n'y a pas de nombre valable pour tous. Répétez jusqu'à réciter sans hésiter, puis quelques fois de plus.

04 Faire écouter sa récitation

Seul, on s'entend mal. Une lettre mal prononcée, une voyelle changée, un mot sauté passent inaperçus. À force de répétition, l'erreur s'installe. Et une erreur apprise par cœur est bien plus longue à corriger qu'à éviter.

À qui réciter ?

À une personne qui maîtrise le tajwid, c'est-à-dire les règles de la récitation correcte : un enseignant, ou une personne qualifiée de votre entourage. Un proche qui suit dans le mushaf peut repérer un mot oublié ou un verset sauté. Mais pour la prononciation, seule une personne qui maîtrise le tajwid peut vous corriger.

Quand ?

- **Avant de mémoriser**, si possible : faites vérifier votre lecture de la portion. Vous apprendrez directement la bonne prononciation.
- **Une fois la portion apprise** : récitez-la sans regarder, pendant qu'elle est encore dans le récent et facile à corriger.
- **De temps en temps, un morceau de l'ancien** : pour vérifier que rien n'a glissé avec le temps.

Noter les corrections

Chaque correction s'écrit dans la colonne « À corriger » de la grille de suivi : la sourate, le verset, ce qui était faux. Revenez à ces endroits pendant les révisions suivantes, jusqu'à ce qu'ils sortent justes. Ensuite seulement, rayez-les.

S'enregistrer

Entre deux séances, enregistrez-vous, puis réécoutez en suivant le mushaf. Vous repérerez les oublis et les hésitations. Cela ne remplace pas l'écoute d'une personne qui maîtrise le tajwid, mais cela vous y prépare.

UNE PORTION EST SUE QUAND…

- [ ] vous la récitez sans regarder et sans hésiter ;
- [ ] vous l'enchaînez avec la portion d'avant ;
- [ ] une personne qui maîtrise le tajwid l'a écoutée, et les erreurs relevées sont corrigées ;
- [ ] elle tient encore au moment de quitter le récent.

Deux habitudes qui aident

Réciter dans la prière. Si vous le pouvez, récitez dans vos prières les passages que vous révisez : c'est une révision de plus, sans le mushaf.

Réciter dans les temps morts. Le récent et l'ancien se révisent aussi en dehors de la séance : pendant un trajet, dans une file d'attente, avant de dormir.

05 Une semaine type

Un exemple pour une personne qui consacre environ 30 minutes par jour à la mémorisation et qui connaît déjà quelques sourates. Adaptez les jours à votre emploi du temps.

JOUR	NOUVEAU	RÉCENT	ANCIEN
Lundi	la portion du jour	les 7 dernières portions	part 1 du roulement
Mardi	la portion du jour	les 7 dernières portions	part 2
Mercredi	la portion du jour	les 7 dernières portions	part 3
Jeudi	la portion du jour	les 7 dernières portions	part 4
Vendredi	la portion du jour	les 7 dernières portions	part 5
Samedi	pas de nouveau	les 7 dernières portions, deux fois	part 6
Dimanche	pas de nouveau	les 7 dernières portions	part 7

- **Les jours sans nouveau** servent à consolider. Si la semaine a été difficile, ajoutez-en un.
- **Le nombre de parts de l'ancien** dépend de ce que vous savez déjà (partie 6). Ici, le roulement fait 7 parts : tout l'ancien est revu chaque semaine.
- **Au tout début**, l'ancien est encore court : révisez-le en entier chaque jour, jusqu'à ce qu'il devienne trop long.

Pour un enfant

- Des séances courtes, au même moment chaque jour.
- Faites-lui écouter souvent la portion à venir : l'écoute répétée rend la récitation familière avant même de l'apprendre.
- Faites-le réciter à voix haute devant vous, le mushaf ouvert de votre côté pour suivre.
- Remplissez la grille de suivi avec lui : il voit ce qu'il a déjà fait. Félicitez la régularité plus que la quantité.
- Si la séance devient une lutte, raccourcissez-la plutôt que de la supprimer.

L'ESSENTIEL EN CINQ LIGNES

1. **Peu, mais chaque jour**, au même moment.
2. **Trois piles** à chaque séance : le nouveau, le récent, l'ancien.
3. **La révision avant le nouveau**, toujours.
4. **Faire écouter** sa récitation à une personne qui maîtrise le tajwid.
5. **Tout noter** : ce qui est fait, ce qui reste à corriger.

06 L'ancien, par roulement

L'ancien se découpe en parts à peu près égales, révisées une par jour, dans l'ordre. Après la dernière part, on recommence à la première : c'est un tour.

QUELQUES REPÈRES POUR DÉCOUPER

Le Coran compte 114 sourates. Il est aussi divisé en 30 parties de longueur à peu près égale, appelées **juz'** ; leurs limites ne tombent pas toujours au début d'une sourate. Chaque juz' se divise en deux **hizb** (60 hizb en tout), et chaque hizb en quarts. Dans l'édition dite de Médine en lecture Hafs (604 pages), un juz' fait environ 20 pages.

Choisir la taille des parts

CE QUE VOUS CONNAISSEZ	UNE PART PAR JOUR	UN TOUR COMPLET
Le juz' 30	environ un septième (exemple ci-dessous)	7 jours
2 juz' (4 hizb)	un demi-hizb	8 jours
3 juz' (6 hizb)	un hizb	6 jours
5 juz' (10 hizb)	un hizb	10 jours
10 juz' (20 hizb)	deux hizb, soit un juz'	10 jours

Un tour trop long : chaque part attend longtemps et s'efface. Une part trop lourde : elle décourage. Cherchez une part que vous tenez chaque jour. Si une part revient avec beaucoup d'erreurs, raccourcissez le tour (quitte à grossir un peu les parts), ou arrêtez le nouveau quelques jours pour donner ce temps à l'ancien.

Quand une portion sort du récent, ajoutez-la à la fin de la dernière part. Quand elle devient nettement plus longue que les autres, coupez-la en deux : le tour s'allonge d'un jour.

Exemple : le juz' 30 en 7 jours (sourates 78 à 114)

PART	SOURATES	DE … À …
1	78 à 79	An-Naba' à An-Nazi'at
2	80 à 83	'Abasa à Al-Mutaffifin
3	84 à 87	Al-Inshiqaq à Al-A'la
4	88 à 90	Al-Ghashiya à Al-Balad
5	91 à 97	Ash-Shams à Al-Qadr
6	98 à 104	Al-Bayyina à Al-Humaza
7	105 à 114	Al-Fil à An-Nas

Les dernières sourates sont très courtes : les parts sont équilibrées par la longueur, pas par le nombre de sourates.

Mon roulement de l'ancien

Écrivez vos parts une fois (de 6 à 10 selon le tableau de la partie 6). Cochez une case chaque jour où la part est révisée. Quand une colonne est pleine, un tour est fini.

PART	PORTION (DE … À …)	TOUR 1	TOUR 2	TOUR 3	TOUR 4
1		☐	☐	☐	☐
2		☐	☐	☐	☐
3		☐	☐	☐	☐
4		☐	☐	☐	☐
5		☐	☐	☐	☐
6		☐	☐	☐	☐
7		☐	☐	☐	☐
8		☐	☐	☐	☐
9		☐	☐	☐	☐
10		☐	☐	☐	☐

07 Quand ça bloque

CE QUI SE PASSE	CE QUE VOUS POUVEZ ESSAYER
La portion d'hier a disparu ce matin.	Réduisez la portion du jour. Récitez-la une fois de plus le soir, et une fois au réveil.
Vous confondez deux passages qui se ressemblent.	Ouvrez le mushaf aux deux endroits, repérez ce qui les distingue et notez-le dans la grille. Révisez-les le même jour, l'un après l'autre.
Vous bloquez au début d'un verset.	Travaillez la liaison : la fin du verset d'avant, puis le début du suivant, plusieurs fois de suite.
Pas le temps aujourd'hui.	Gardez le récent et l'ancien, laissez le nouveau. Une révision courte vaut mieux qu'une journée vide.
Plusieurs jours manqués.	Reprenez par les révisions, pas par le nouveau. Ne repartez en avant que quand le récent tient de nouveau.
L'ancien s'efface.	Raccourcissez le tour, ou arrêtez le nouveau quelques jours pour consolider.
Vous récitez vite et sautez des mots.	Ralentissez. Récitez à voix haute, au rythme d'une récitation lente, en articulant chaque mot.

08 Grille de suivi

Une ligne par jour. Notez ce que vous avez fait et, dans la dernière colonne, ce qu'il faut reprendre. Imprimez cette page autant de fois que nécessaire.

DATE	PORTION NOUVELLE	RÉVISION RÉCENTE	RÉVISION ANCIENNE	À CORRIGER

09 Ma carte et mon planning

Chaque case est un juz', partagée en ses deux hizb. Coloriez une moitié quand le hizb est su (voir « Une portion est sue quand… », partie 4). Beaucoup commencent par le juz' 30, aux sourates courtes, puis remontent.

Juz' 1		Juz' 2		Juz' 3		Juz' 4		Juz' 5		Juz' 6	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Juz' 7		**Juz' 8**		**Juz' 9**		**Juz' 10**		**Juz' 11**		**Juz' 12**	
13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Juz' 13		**Juz' 14**		**Juz' 15**		**Juz' 16**		**Juz' 17**		**Juz' 18**	
25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
Juz' 19		**Juz' 20**		**Juz' 21**		**Juz' 22**		**Juz' 23**		**Juz' 24**	
37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
Juz' 25		**Juz' 26**		**Juz' 27**		**Juz' 28**		**Juz' 29**		**Juz' 30**	
49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60

Mon planning de la semaine

JOUR	MOMENT	NOUVEAU	RÉCENT	ANCIEN
Lundi				
Mardi				
Mercredi				
Jeudi				
Vendredi				
Samedi				
Dimanche				



Envie qu’un enseignant écoute votre récitation ?

Pour faire corriger votre tajwid et suivre votre mémorisation avec un enseignant, écrivez-nous.

WhatsApp : +971 52 151 9314

contact.qalami@gmail.com

institutqalami.com/coran