

# Programme d'apprentissage détaillé pour mémoriser sourate AlBalad en 7 jours

بِسْمِ اللَّهِ وَالصَّلَاةِ وَالسَّلَامِ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ

أما بعد

Le but premier de memo-rise est de vous aider dans la mémorisation et la lecture du Coran. Voici donc un petit programme pas à pas pour vous aider à apprendre facilement Sourate Al Balad (La cité). C'est la sourate n°90, elle est composé de 20 versets et si vous apprenez en moyenne une ligne et demi par jour, vous pourrez la mémoriser en 7 jours

Sachez que pour y parvenir, il vous suffira simplement d'y consacrer entre 20 et 40 minutes par jour en fonction de vos capacités.

Souvenez-vous, **le plus important est la RÉGULARITÉ** et vous en êtes capable ! Le seul prérequis pour pouvoir suivre ces conseils est de savoir lire l'arabe même si ce n'est que du déchiffrage. Suivez simplement tous les conseils énumérés dans cet article sans vous souciez du reste.

Voici le tableau qui résume votre programme de la semaine. Commencez par l'imprimer ou le recopier et compléter la colonne des dates pour vous motiver à vous y tenir. Bien sûre cette apprentissage doit être effectué durant la même semaine (par exemple si vous commencer le 1er Novembre, il faudra finir le 7).

Lisez ensuite les conseils qui se trouvent en dessous du tableau et qui sont résumés dans l'infographie que vous pouvez également imprimer ou recopier.

Allez hop, au boulot !!

# PROGRAMME DE MÉMORISATION ET DE RÉVISION QUOTIDIEN



| Jour (date à remplir) | Mémorisation          | Révisions            | Note * |
|-----------------------|-----------------------|----------------------|--------|
| 1)                    | <b>Verset 1 à 4</b>   |                      |        |
| 2)                    | <b>Verset 5 à 7</b>   | <b>Verset 1 à 4</b>  |        |
| 3)                    | <b>Verset 8 à 11</b>  | <b>Verset 1 à 7</b>  |        |
| 4)                    | <b>Verset 12 à 14</b> | <b>Verset 1 à 11</b> |        |
| 5)                    | <b>Verset 15 à 17</b> | <b>Verset 1 à 14</b> |        |
| 6)                    | <b>Verset 18 à 20</b> | <b>Verset 1 à 17</b> |        |
| 7)                    |                       | <b>Verset 1 à 20</b> |        |

\* Barème pour la note :

**Très bien ou couleur verte** : aucun doute dans la récitation, aucune faute de tajwid

**Bien ou couleur orange** : légère hésitation, pas plus d'une faute de tajwid

**mauvais ou couleur rouge** : plus de 3 hésitations et de fautes de tajwid



## Méthode : Comment doit-on apprendre ?

1. Si les versets que vous allez apprendre ne vous sont pas du tout familiers, vous pouvez commencer par les écoutez plusieurs fois en lisant en même temps dans le mushaf
2. Ensuite, lire le verset plusieurs fois jusqu'à ce que l'on soit vraiment à l'aise avec sa prononciation.
3. Dès que l'on sent que l'on est capable de répéter sans lire, il ne reste plus qu'à répéter le verset un certain nombre de fois. Ce nombre de fois varie selon les méthodes et nous consacrerons à un article à cela dans peu de temps. Certains disent que l'on doit répéter jusqu'à ce que l'on sente que l'on est à l'aise avec le verset et d'autres donnent un nombre défini. Dans tous les cas la bonne moyenne se situe aux alentours de 25 à 30 répétitions.
4. Il faut ensuite procéder de la même façon pour le verset suivant.
5. Une fois que 2 versets sont appris, il faut absolument les lier entre eux dans votre cerveau et donc les répéter ensemble au moins une dizaine de fois avant de procéder à la mémorisation du verset suivant et ainsi de suite.
6. Quand tous les versets sont mémorisés, ne pas oublier de lire plusieurs fois toute la partie apprise.
7. Le lendemain, avant de commencer à apprendre sa nouvelle partie, on révise ce qui a été appris la veille en répétant tout les versets (toute la partie) entre 5 et 10 fois.

Sachez également que cet article n'est que le premier d'une longue série insha Allah, nous vous aiderons à apprendre encore d'autres sourate. N'hésitez pas à partager un max pour que l'on gagne tous des hassanates (des bonnes actions) comme nous le rappelle ce hadith sur le fait de faire et promouvoir le bien :

*D'après Ibn Abbas (qu'Allah les agrée), le Prophète (que la prière d'Allah et son salut soient sur lui) a dit: « Toute bonne action est une aumône et celui qui montre un bien est comme celui qui l'a fait ».*

*(Rapporté par Al Bayhaqi et authentifié par Cheikh Albani dans Sahih Al Jami n°455)*

عن ابن عباس رضي الله عنهما قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : كل معروف صدقة و الدال على الخير كفاعله

(رواه البيهقي و صححه الشيخ الألباني في صحيح الجامع رقم ٤٥٥٦)

سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وَبِحَمْدِكَ أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ

### Hadith sur les mérites de la lecture du Coran

***D'après Ibn Abbas (qu'Allah les agrée), le Prophète (que la prière d'Allah et son salut soient sur lui) a dit: « Toute bonne action est une aumône et celui qui montre un bien est comme celui qui l'a fait ».***

Rapporté par Al Bayhaqi et authentifié par Cheikh Albani



memo-rise  
www.memo-rise.com

# Méthode



## pour mémoriser le Coran

- Penser à son *intention*
- *Invoyer Allah* pour Son aide
- *Ecouter le verset* à apprendre en le lisant
- *Répéter le verset* sans le lire au moins 25 fois
- *Apprendre le verset suivant* de la même façon
- *Lier les 2 versets* en les répétant ensemble au moins 10 fois
- *Répéter ce procédé* jusqu'à la fin de la partie à mémoriser
- Terminer la séance en *répétant la totalité de la partie* au moins 5 fois
- Le lendemain, *commencer par réviser la partie apprise la veille* au moins 5 fois avant de commencer à apprendre la nouvelle