

<b>Zeitschrift:</b>	Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
<b>Herausgeber:</b>	Aînés
<b>Band:</b>	22 (1992)
<b>Heft:</b>	4
<b>Rubrik:</b>	Relevé dans la presse : nos souvenirs, ou le miracle de ma mémoire

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 11.12.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Nos souvenirs, ou le miracle de la mémoire

«Vous vous souvenez?»... «Attendez que je me souvienne...» Ces mots, c'est chaque jour ou presque qu'on les prononce. Et, au fur et à mesure que les années passent, c'est toujours avec un étonnement émerveillé que certaines choses resurgissent dans notre cerveau, que l'on avait totalement oubliées. Cela s'appelle la mémoire. Et ce n'est pas simple. Même les savants se... creusent la tête. Un numéro hors série de «Science et Vie» consacré au cerveau et à l'intelligence nous embarque sur les traces du souvenir.

Comment diable sont-ils gravés dans notre cerveau, ces souvenirs qui n'ont l'air de rien? Car gravés ils le sont. On détient enfin la preuve, nous dit le chercheur Serge Laroche, que des modifications physiques surviennent dans le cerveau lorsqu'on apprend. Elles sont dues à la grande plasticité de nos synapses (points de contact entre deux cellules nerveuses). Mais il n'est pas sûr que l'on ait pour autant percé le secret de la mémoire. Peut-être ne sommes-nous pas arrivés, encore, au stade de pouvoir comprendre ce mécanisme? Il restera encore à trouver exactement comment la trace de nos souvenirs peut être conservée dans nos boîtes crâniennes, même si l'on connaît déjà un bout, et même le nombre de neurones qui communiquent entre eux par un code véhiculé sous forme d'impulsions électriques, et qui est de 20 à 30 milliards. Et que l'on connaît aussi les interactions organisatrices de la molécule, de la synapse, de la cellule, du réseau et de la mémoire. En bref, une «monstrueuse jungle de neurones interconnectés, dans laquelle s'impriment les événements de notre vie».

La question est posée aussi de savoir si l'oubli véritable existe. Rien n'est moins sûr, nous dit la revue citée. On ne sait pas si la trace s'efface réellement ou si elle est simplement inaccessible. Mais «de nombreux travaux tendent en fait à montrer que l'on oublie très peu. Chacun de nous a déjà fait l'expérience de la remémoration d'un souvenir qu'il croyait oublié à jamais. Toutefois, en dépit de nombreuses hypothèses, les connaissances sur les mécanismes de l'oubli sont encore limitées».

De plus, il semble que nous disposons non pas d'une, mais de plusieurs sortes de mémoires. Qui ne mettent pas forcément en jeu les mêmes zones du cerveau. Accrochez-vous! Apprendre à programmer un ordinateur, se souvenir de sa première communion (ou de son premier porridge...), retenir par cœur un numéro de téléphone obéissent à des schémas différents. Qui l'eût cru? Et qui pense à ces petits «détails» lorsqu'il utilise sa matière grise à chaque instant de sa vie quotidienne? Ne répondons pas tous à la fois... Même si de tels problèmes sont destinés à des spécialistes, ne nous concernent-ils

pas tous? D'où vient que nous éprouvions autant de peine, et aussi peu d'attrait, pour nous y «atteler»? Serait-ce donc, comme le disait Einstein, que nous n'utilisons en effet que le 10% de nos facultés mentales, et même sans doute encore moins? Ou est-ce tout simplement parce que l'on ne nous a pas appris à nous intéresser à notre propre fonctionnement? «N'arrêtez jamais de penser, de chercher ou de réfléchir, si vous voulez garder ce que l'on appelle «toute votre tête», disent pourtant les thérapeutes du vieillissement.

Reposons-nous de cette incursion dans nos neurones avec le dossier consacré au savoir-vivre par «L'événement du Jeudi». Qui constate que nous avons oublié (au fond de nos mémoires?) les bonnes manières et la politesse. Et que «le monde moderne a tordu le cou aux bonnes manières un peu étiquetées et discriminatoires du siècle dernier». Mais est-ce une raison pour jeter la politesse avec l'eau du bain? se demande Isabelle Girard. Qui se demande également, en citant Hortense Dufour et sa biographie de la comtesse de Ségur, «où sont passées les petites filles modèles?». Car il semble que la célèbre comtesse avait une vision de la politesse qui, elle, n'a rien perdu de son actualité. A «L'événement du Jeudi», sa biographie répond sans hésitation: oui, ses livres sont en fait des traités de savoir-vivre. Ecoutez-la: «Je lis régulièrement la comtesse de Ségur depuis l'âge de 8 ans et je me dis: soit je n'ai jamais quitté l'enfance, soit elle m'a fait devenir adulte plus vite. On y apprend que la mort est possible et probable, que la mère marâtre aussi, que l'indifférence, le remords, l'abandon, le rachat, la miséricorde surtout, existent. On y apprend que le moi enfantin est haïssable parce qu'il est déjà porteur du message que nous sommes mortels. Mais elle jette des clés et elle dit à l'enfant qu'il a un recours dans la politesse, c'est-à-dire dans l'intégration de son moi et dans la possibilité de s'épanouir avec les autres.»

Tout un programme, que nous avons sans doute toutes, si ce n'est tous, en mémoire quelque part. La comtesse, vous vous souvenez?... Les malheurs de Sophie, on n'est pas prêt de les oublier, non? Un miracle de plus...