

La Table P·A·O

L'entropie vient du dé. La mémoire vient de la scène.

1 · Le principe

Une scène = un PERSONNAGE + une ACTION + un OBJET, chacun tiré au dé dans une liste de 216 entrées.
Chaque élément vaut $\log_2(216) = 7,75$ bits ; une scène complète = 23,3 bits d'entropie réelle et quantifiable.
La scène se mémorise comme une image (exagérée, absurde, en mouvement) ; la phrase se tape en mots-clés.

2 · Tirer un élément : trois jets de dé

Lancez un dé trois fois (ou trois dés ordonnés). Le code obtenu se lit dans la table : 1er jet = centaine, 2e jet = dizaine, 3e jet = unité (numération en base 6, de 111 à 666).
Exemple : 3-5-2 dans la table PERSONNAGES → code 352 → « un ambassadeur ».
Une scène complète demande 9 jets : 3 pour le personnage, 3 pour l'action, 3 pour l'objet.

3 · Composer la passphrase

Recommandé pour une passphrase maîtresse de gestionnaire : 3 scènes ≈ 70 bits (confortable avec Argon2id).
2 scènes ≈ 47 bits (minimum, uniquement si la KDF est forte) · 4 scènes ≈ 93 bits (excellent).
Phrase à taper = mots-clés sans article ni accent, séparés par des tirets, scènes à la suite.
Exemple : « Un ambassadeur déchire une banane » → ambassadeur-dechire-banane

4 · Les règles d'or

Ne rejouez JAMAIS un tirage qui ne vous plaît pas : relancer détruit l'uniformité. La scène étrange se retient.
Une scène « fantôme » : tirée normalement, mémorisée, mais jamais écrite sur le papier principal (Papier A).
Répétition espacée : reconstruisez la phrase de mémoire à J+1, J+3, J+7, J+14, J+30, J+90, puis 2 fois par an.
Ce document n'est PAS secret (principe de Kerckhoffs : le secret est dans vos jets de dés, pas dans les listes).
Il est en revanche IRREMPLAÇABLE : ces listes sont uniques. Conservez-en plusieurs copies (papier + fichier).

5 · Pourquoi conserver ces tables

Le Papier A porte les mots en toutes lettres : même sans les tables, la passphrase reste récupérable.
Les tables servent à : régénérer une phrase plus tard avec la même méthode, retrouver un mot depuis un code si vous avez noté des codes, et vérifier l'orthographe exacte des mots-clés. Rangez une copie avec le Papier B.

EXEMPLE COMPLET (à ne pas utiliser : il est imprimé ici, donc grillé)

Jets : 3-5-2 · 1-4-6 · 6-2-3 → codes 352 / 146 / 623

Scène : « Un ambassadeur déchire une banane. »

Phrase tapée : ambassadeur-dechire-banane (23,3 bits)

111	un pirate	241	un mannequin	411	un écuyer	541	un archer
112	une astronaute	242	une photographe	412	un bouffon	542	une nageuse
113	un clown	243	un peintre	413	un troubadour	543	un cycliste
114	une sorcière	244	une sculptrice	414	un moine	544	un marathonien
115	un chevalier	245	un architecte	415	une nonne	545	une gymnaste
116	un facteur	246	un maçon	416	un évêque	546	un sumo
121	un boulanger	251	un charpentier	421	un pape	551	un catcheur
122	un pompier	252	un couvreur	422	un pharaon	552	une patineuse
123	un plombier	253	un ramoneur	423	une momie	553	un skieur
124	un jardinier	254	un vitrier	424	un gladiateur	554	un surfeur
125	un berger	255	un électricien	425	un centurion	555	une danseuse
126	un forgeron	256	un garagiste	426	un légionnaire	556	un maestro
131	un cordonnier	261	un chauffeur	431	un viking	561	une cantatrice
132	un horloger	262	un livreur	432	un samouraï	562	un violoniste
133	un apiculteur	263	un éboueur	433	un ninja	563	un pianiste
134	un vigneron	264	une bibliothécaire	434	une geisha	564	un trompettiste
135	un chirurgien	265	un instituteur	435	un sultan	565	un batteur
136	une dentiste	266	un savant	436	un vizir	566	une harpiste
141	un notaire	311	une chimiste	441	un tsar	611	un organiste
142	une avocate	312	un astronome	442	un cosaque	612	un poète
143	un juge	313	une archéologue	443	un chaman	613	une romancière
144	un arbitre	314	un géologue	444	un druide	614	un journaliste
145	un gendarme	315	une infirmière	445	un enchanteur	615	un présentateur
146	une détective	316	une sage-femme	446	une fée	616	un comédien
151	un espion	321	un vétérinaire	451	un lutin	621	une cascadeuse
152	un pilote	322	un pharmacien	452	un gnome	622	un réalisateur
153	un capitaine	323	un opticien	453	un troll	623	un caméraman
154	un matelot	324	un masseur	454	un ogre	624	Napoléon
155	une plongeuse	325	un boucher	455	un géant	625	Cléopâtre
156	un mineur	326	un charcutier	456	un nain	626	César
161	un bûcheron	331	un fromager	461	un elfe	631	Einstein
162	un chasseur	332	un poissonnier	462	une sirène	632	Mozart
163	un pêcheur	333	un épicier	463	un fantôme	633	Beethoven
164	un trappeur	334	un fleuriste	464	un vampire	634	Chopin
165	un cow-boy	335	un bijoutier	465	un loup-garou	635	Picasso
166	un torero	336	un antiquaire	466	un zombie	636	Molière
211	un jockey	341	un brocanteur	511	un squelette	641	Voltaire
212	une alpiniste	342	un banquier	512	un diable	642	Hercule
213	un funambule	343	un douanier	513	un ange	643	Ulysse
214	une trapéziste	344	un géomètre	514	un robot	644	Zeus
215	un dompteur	345	un huissier	515	un extraterrestre	645	Neptune
216	un magicien	346	un maire	516	un naufragé	646	Charlemagne
221	un mime	351	un ministre	521	un bandit	651	Gutenberg
222	un ventriloque	352	un ambassadeur	522	un shérif	652	Pasteur
223	une marionnettiste	353	un général	523	un vagabond	653	Curie
224	un cuisinier	354	un caporal	524	un ermite	654	Léonard
225	un pâtissier	355	un soldat	525	un prophète	655	Michel-Ange
226	un sommelier	356	un parachutiste	526	un fakir	656	Rembrandt
231	un serveur	361	un artificier	531	un derviche	661	Darwin
232	un barman	362	un vigile	532	un jongleur	662	Newton
233	un coiffeur	363	un roi	533	un acrobate	663	Galilée
234	un barbier	364	une reine	534	un haltérophile	664	Archimède
235	un tailleur	365	un prince	535	un boxeur	665	Socrate
236	une couturière	366	une princesse	536	une escrimeuse	666	Vivaldi

111	jongle avec	241	rince	411	répare	541	allume
112	dévore	242	essore	412	démonte	542	éteint
113	peint	243	étend	413	assemble	543	liquéfie
114	sculpte	244	suspend	414	colle	544	vaporise
115	découpe	245	accroche	415	agrafe	545	pulvérise
116	avale	246	décroche	416	épingle	546	broie
121	lance	251	empile	421	boutonne	551	moud
122	attrape	252	aligne	422	lace	552	tamise
123	caresse	253	trie	423	noue	553	saupoudre
124	écrase	254	compte	424	dénoue	554	assaisonne
125	embrasse	255	pèse	425	tresse	555	beurre
126	chevauche	256	mesure	426	enroule	556	tartine
131	escalade	261	photographie	431	déroule	561	nappe
132	enterre	262	dessine	432	emballe	562	farcit
133	déterre	263	gribouille	433	déballe	563	mijote
134	arrose	264	tamponne	434	cache	564	flambe
135	brûle	265	signe	435	dévoile	565	caramélise
136	congèle	266	déchiffre	436	expose	566	presse
141	aspire	311	récite	441	vend	611	filtre
142	balaie	312	chante pour	442	achète	612	verse
143	repasse	313	siffle	443	échange	613	remplit
144	tricote	314	murmure à	444	offre	614	vide
145	coud	315	gronde	445	dérobe	615	boit
146	déchire	316	applaudit	446	rend	616	dribble avec
151	plie	321	salue	451	prête	621	smashe
152	gonfle	322	défie	452	emprunte	622	shoote dans
153	polit	323	poursuit	453	partage	623	slalome entre
154	vernit	324	esquive	454	distribue	624	saute par-dessus
155	cloue	325	plaque	455	collectionne	625	plonge dans
156	visse	326	soulève	456	admire	626	grimpe sur
161	scie	331	porte	461	contemple	631	glisse sur
162	rabote	332	traîne	462	inspecte	632	surfe sur
163	martèle	333	pousse	463	examine	633	navigue sur
164	forge	334	tire	464	ausculte	634	interviewe
165	soude	335	roule	465	soigne	635	filme
166	peigne	336	catapulte	466	panse	636	imprime
211	rase	341	propulse	511	opère	641	assomme
212	tond	342	jette	512	vaccine	642	ligote
213	épluche	343	bombarde	513	masse	643	enferme
214	râpe	344	harponne	514	maquille	644	libère
215	pétrit	345	capture	515	déguise	645	plante
216	fouette	346	apprivoise	516	habille	646	sème
221	grille	351	dresse	521	parfume	651	récolte
222	savoure	352	promène	522	poudre	652	cueille
223	renifle	353	berce	523	tatoue	653	taille
224	lèche	354	endort	524	transporte	654	greffe
225	mordille	355	réveille	525	téléporte	655	butine
226	croque	356	chatouille	526	hypnotise	656	invoque
231	gobe	361	pince	531	ensorcelle	661	métamorphose
232	gratte	362	tape sur	532	bénit	662	clone
233	frotte	363	gifle	533	maudit	663	miniaturise
234	astique	364	bouscule	534	décore	664	agrandit
235	cire	365	renverse	535	encadre	665	aplatit
236	brosse	366	redresse	536	illumine	666	tord

111	un aspirateur	241	un volcan	411	un crocodile	541	une flûte
112	une baleine	242	une casserole	412	une tortue	542	un violoncelle
113	un accordéon	243	une poêle	413	un hérisson	543	un tambour
114	une enclume	244	une marmite	414	un paresseux	544	une cloche
115	un parapluie	245	une louche	415	un tatou	545	un gong
116	une citrouille	246	une passoire	416	une pieuvre	546	un gramophone
121	un cactus	251	un entonnoir	421	une méduse	551	une trottinette
122	une théière	252	un arc-en-ciel	422	un homard	552	un tricycle
123	un trombone	253	une piñata	423	un flamant	553	un tandem
124	une brouette	254	un trampoline	424	une autruche	554	une calèche
125	un phare	255	une toupie	425	un paon	555	un traîneau
126	une ancre	256	un cerf-volant	426	un toucan	556	un kayak
131	un télescope	261	une raquette	431	un perroquet	561	un pédalo
132	une montgolfière	262	un ballon	432	une chouette	562	une gondole
133	un tuba	263	un trophée	433	une chauve-souris	563	un radeau
134	une harpe	264	une carafe	434	un blaireau	564	un zeppelin
135	un xylophone	265	un drapeau	435	une loutre	565	une fusée
136	un métronome	266	une potion	436	un castor	566	un sous-marin
141	une boussole	311	un tablier	441	un écureuil	611	un tracteur
142	un sablier	312	une toque	442	une taupe	612	une locomotive
143	une lanterne	313	un chapeau	443	une marmotte	613	un téléphérique
144	un chandelier	314	une écharpe	444	un lama	614	un monocycle
145	une amphore	315	une tulipe	445	un chameau	615	un skateboard
146	un tonneau	316	une botte	446	un âne	616	une luge
151	une pioche	321	une pantoufle	451	une chèvre	621	une pastèque
152	une pelle	322	un champignon	452	un bélier	622	un ananas
153	un râteau	323	une couronne	453	un sanglier	623	une banane
154	une perle	324	un bonsaï	454	un renard	624	une aubergine
155	un lingot	325	un bouclier	455	un panda	625	un artichaut
156	une échelle	326	un sceptre	456	un koala	626	un poireau
161	un escabeau	331	une armure	461	un kangourou	631	une betterave
162	une corde	332	un monocle	462	un zèbre	632	un radis
163	une chaîne	333	une canne	463	un rhinocéros	633	un navet
164	un cadenas	334	un parasol	464	un éléphant	634	une carotte
165	une clé	335	un hamac	465	un hamster	635	un chou
166	une serrure	336	une tente	466	un poney	636	une baguette
211	un aimant	341	un igloo	511	un dauphin	641	un croissant
212	un diamant	342	une cabane	512	un requin	642	une brioche
213	un grimoire	343	un moulin	513	un espadon	643	un camembert
214	un parchemin	344	une éolienne	514	une anguille	644	un saucisson
215	une plume	345	un puits	515	un coquillage	645	une gaufre
216	une loupe	346	une fontaine	516	une huître	646	une crêpe
221	une baignoire	351	une pyramide	521	un escargot	651	un macaron
222	un canapé	352	une statue	522	une coccinelle	652	une meringue
223	un tournesol	353	un totem	523	un papillon	653	un nougat
224	un miroir	354	une gargouille	524	une libellule	654	une guimauve
225	un tapis	355	une girouette	525	un scarabée	655	une sucette
226	une comète	356	un paratonnerre	526	une sauterelle	656	un cornichon
231	un nuage	361	une cheminée	531	une fourmi	661	un globe
232	une horloge	362	un coffre	532	une abeille	662	un dictionnaire
233	un réveil	363	une épée	533	un cygne	663	un boulier
234	un grille-pain	364	un pingouin	534	un banjo	664	un microscope
235	un iceberg	365	une girafe	535	un ukulélé	665	une éprouvette
236	un chaudron	366	un hippopotame	536	une cornemuse	666	un alambic