

Astuces Guitare

Les 5 piliers de la technicité



Qui n'à jamais rêvé un jour de pouvoir jouer comme ses guitaristes préférés ?

Si cette aspiration peut très rapidement devenir une réalité au quotidien, il est néanmoins commun de se heurter à tout un tas d'obstacles avant de pouvoir assouvir son désir de guitare-hero.

Peu être avez-vous déjà mis en place des stratégies et vous avez donc de ce fait, progressé, obtenu des résultats et cela vous a motivé de plus belle.

Peut être cherchez vous des chemins à emprunter afin de vous développer plus efficacement au niveau de votre jeu de guitariste.

Ou peut être commencez vous à découvrir toute la dimension et les caractéristiques composant la technicité dans la pratique de la guitare.

Dans ce livret exclusif, j'ai isolé pour vous les 5 piliers fondamentaux qui vous permettront de pouvoir développer durablement une vraie technicité à la guitare.

Alors, on y va ?!

Sommaire

Pilier 1: Le contrôle 4

Pilier 2: La détente 5

Pilier 3: La propreté 7

Pilier 4: L'auto-analyse 9

Pilier 5: La patience..... 11

Conclusions: 12

Pilier 1

Le contrôle

Tout humain vivant sur notre planète à besoin de contrôle. Et ce dans tous les aspects de la vie. Il est donc normal de vouloir en acquérir dans la pratique d'un instrument !

Partant du fait que la musique repose sur **la combinaison des sons et silences au cours du temps**, le rythme est donc le support de cette combinaison.

Il conviendra donc de posséder un **outil** qui vous permettra de développer un rythme impeccable, vous l'aurez deviné : **Le métronome**

Qu'il soit **électronique, mécanique**, en **application sur votre Smartphone** ou sur votre **ordinateur**, le métronome est votre **meilleur ami** pour découper, séquencer vos motifs.

Il vous permettra donc de bien **assimiler** le changement des temps et des mesures aux seins de vos morceaux.

De plus, il sera aussi très efficace, dans la mise en place d'un travail purement technique, de la main gauche, droite, ou des deux en même temps. Il permettra de **forger vos doigts** à un rythme s'approchant le plus de la perfection.

Et ceci se ressentira clairement dans vos **prestations musicales**, que vous jouiez chez vous ou en concert.

Ne cherchez plus, en musique, le **métronome** doit être votre compagnon et ce, peu importe l'instrument que vous pratiquez !

Pilier 2

La détente

Combien de guitaristes dans le monde ont attrapé dès le début de leur pratique, une « mauvaise habitude » qui ne partira pas d'elle-même si elle n'est pas traitée comme un des principaux symptômes des problèmes de vitesse et de propreté ?

La détente est un **élément primordial** dans le développement d'un jeu de guitare sain et propre.

Dans le cadre d'un développement technique, d'un **dépassement de soit**, notamment en vitesse d'exécution, ou en nouveau doigté, la main à naturellement une propension à se « **crisper** ».

Ce **symptôme** apparaît **progressivement** (ou dès le début) et devient si naturel qu'on ne pense plus à mettre en place des **stratégies** pour s'en débarrasser définitivement et gagner en confort, vitesse et propreté de jeu.

Il conviendra alors, de **mettre en place une méthode**, afin de « **reprogrammer sa main** » pour qu'elle soit détendue le plus souvent possible, et ce à terme, naturellement.

Cette méthode est en **réalité très simple**. Vous serez débarrassés de ces problèmes définitivement au bout d'une dizaine de sessions de jeu.

Il vous suffit, d'**observer** les sensations de vos mains pendant votre période de jeu. Dès que vous sentez votre main se **crisper**, arrêtez vous.

Massez la, secouez là, étirez la, détendez la !

Une fois revenu à la normal, remettez vous à jouer, tout en faisant votre **maximum** pour faire vos motifs de la façon la plus détendue possible.

Puis, dès que vous sentez votre main se re-crisper, arrêtez vous, et recommencez comme plus haut.

Massez la, secouez là, étirez la, détendez la... (**On parle bien de la main je vous rassure** 😊)

Recommencez cette méthode autant de fois que nécessaire, et vous verrez, au bout d'un certain temps, la détente sera devenue **naturelle** et vous n'aurez plus besoin de vous en soucier !



Pilier 3

La propreté

Il n'est pas rare d'apercevoir de bons guitaristes jouer autour de nous, mais qui pour quelques détails, et notamment la propreté, ternisse leur jeu, et ce surtout lorsqu'ils jouent à haute distorsion (bonjour les métalleux !)

Préambule :

*Il peut arriver que certains guitaristes utilisent la technique du « **bandeau** » ou du « **chiffon** » à enlacer autour de son manche (en haut de la guitare). En effet celui-ci **empêche les cordes non jouées de vibrer**. Cela étouffe donc les bruits « parasites ».*

*Je vous **déconseille fortement** d'utiliser cette méthode !*

Lors de votre apprentissage, votre propreté en apparence ne serait alors finalement qu'un subterfuge apparaissant au grand jour lorsque vous retirerez votre bandeau.

*Apprenez à **jouer proprement**, et gardez le chiffon pour les enregistrements studios !*

Revenons maintenant dans le vif du sujet !

Maintenant que nous avons parlé du bandeau, attardons nous sur l'aspect de la **propreté** dans votre jeu.

Il convient dès le **départ** de votre pratique (et ce encore plus si vous avez l'habitude de jouer à de hautes distorsions) de prêter une **oreille attentive** à l'ensemble des bruits parasites qui s'invitent dans votre jeu.

Il est vrai que, plus vous jouez vite ou plus les motifs sont complexes (positions ou enchainement de positions de doigtés délicats), plus la propreté de votre son, de votre jeu à tendance à s'amenuiser (en partant du principe que l'on travail aussi le contrôle et la détente).

Il conviendra donc, un petit peu de la même manière que sur le chapitre consacré à la détente, de se servir d'une méthode d'écoute active.

Jouez votre motif, en prêtant attention à toutes ces nuisances (cordes à vides, harmoniques accidentelles, coups de médiators, bends involontaires, mauvais appuis sur la touche...) et isolez les.

Lorsque vous avez trouvé la source du problème, forgez votre main à le jouer de la manière la plus propre et adapté possible, au métronome.

Une fois ceci fait, recommencez à jouer votre motif normalement tout en **écoutant attentivement**, puis arrêtez vous au prochain problème, et recommencez **la marche à suivre** autant de fois que nécessaire jusqu'à l'obtention d'un rendu proche de la perfection.

Pilier 4

L'auto-analyse continue

Mettre en place des stratégies pour permettre un développement accéléré de la technicité à la guitare est en vérité très simple. Les résultats arrivent très vite avec une bonne assiduité. Néanmoins, pour des obtenir des progrès constant, il est nécessaire de savoir s'analyser.

L'auto-analyse dans le travail de la technique repose sur deux aspects :

1) La correction des mouvements

Il se peut qu'au fur et à mesure des jours, semaines, et mois de votre pratique, vos mouvements **initialement appris**, s'écartent des bonnes positions **requis**. Cela n'arrive pas 100% du temps, mais parfois il est nécessaire d'opérer à une « **analyse** » qui vous permettra de voir si vous faite oui ou non correctement le mouvement. Si le mouvement n'est plus bon, il faudra effectuer un « **recadrage** » pour remettre vos doigts dans le droit chemin et reprendre de bonnes habitudes.

2) Une progression dans les détails

Une fois que vous aurez dégrossi, et posé les **bases de votre technique**, au bout de quelques mois, les étapes de progressions seront de plus en plus portées sur des **détails** tels que l'économie de mouvement, la souplesse, le déliage des doigts, la propreté et la détente. Il vous faudra donc analyser plus en détails tous les éléments clés que **vous** devrez ensuite exercer au métronome afin de continuer sur la voie du progrès.



Pilier 5

La patience

Nous sommes souvent tous et toutes de grands impatients et aimons avoir rapidement ce que nous désirons. Il peut nous arriver de pester contre notre instrument ou contre nous même car nous ne progresserions semble-t-il « pas assez vite »

Le développement d'une technique est un travail de longue haleine. Elle s'épanouira que si et seulement si, tous les éléments abordés précédemment sont réunis.

Laisser le temps à votre corps, à votre esprit, d'apprendre et à construire votre jeu.

Globalement, si vous voulez une indication temporelle afin de savoir combien de temps il vous faudra pour obtenir une technicité permettant de vous débrouiller dans n'importe quel style, autant en studio qu'en concert, sachez qu'il vous faudra entre un an et demi et deux ans, à raison de 2h de travail par jours environ.

Cela peu paraitre long, mais le jeu en vaut la chandelle.

Sachez qu'une fois la technique acquise, il vous suffira alors simplement de l'entretenir avec très peu d'exercice et de temps, bien moins que lors de vos périodes d'apprentissage.

C'est comme le vélo, ça ne s'oublie pas. Néanmoins, on en fait moins bien si on ne pratique plus du tout. Pensez aux exercices de maintient !

Conclusion

Développer son jeu de guitariste est très épanouissant et apporte beaucoup de plaisir. Néanmoins, il conviendra de structurer son travail afin de pouvoir réellement progresser dans la durée.

N'hésitez pas à souvent revenir sur les différents points du livret tout au long de votre apprentissage.

Vous pouvez aussi (c'est un grand conseil) fait appel à un professeur de guitare, qui vous apportera tous les éléments théoriques nécessaires (solfège...) ainsi que ça propre vision de la technicité.

Merci à bientôt sur Metarok

Musicalement
Julien de Metarok,
votre coach rock/metal

Metarok.cours@gmail.com

Metarokcoursdeguitare.com

