



**Les 12 secrets  
pour progresser  
3 fois plus vite  
à la guitare**

# Table des matières

Préambule.....	3
01 Pratiquez de manière régulière .....	6
02 Développez vos réflexes .....	10
03 Changez sans cesse d'exercice .....	13
04 Ne vous laissez pas décourager .....	16
05 Dépassez la démarche scolaire .....	19
06 Travaillez votre oreille, apprenez à écouter.....	24
07 Prenez plaisir à progresser à la guitare .....	27
08 Dissociez ce qui est important de ce qui ne l'est pas.....	29
09 Enregistrez-vous .....	32
10 Soyez ouverts d'esprit musicalement.....	37
11 Jouez avec d'autres musiciens et devant un public.....	40
12 Soyez créatifs et improvisez .....	44
Conclusion .....	47

## Préambule

Que vous débutiez la guitare ou que vous soyez déjà un guitariste confirmé, vous serez amené ou avez déjà traversé des passages à vide.



Vous savez... ces moments où vous avez la sensation que les heures de pratique intensive ne servent à rien et que vous avez perdu votre temps pour n'aboutir à aucun résultat.

Et plus vous persévérez, plus votre frustration prend le dessus, au point de finir par percevoir la pratique de votre instrument comme une corvée.

Pourtant, on vous l'a toujours répété, seul le travail paye !

Donc si vous passez 10 heures cette semaine à travailler la guitare, vous êtes en droit d'attendre des résultats concrets à la hauteur de vos efforts.

Et pourtant, un autre guitariste qui aura travaillé 2 fois moins va peut-être parvenir à un résultat 2 fois plus vite que vous.

C'est très (décou)rageant et vous finissez par vous dire que vous n'êtes pas doué et que vous êtes peut-être né sous une mauvaise étoile guitaristique.

C'est une réaction légitime et je ne peux pas vous en blâmer...

Je suis moi-même passé par ce genre de phases de frustration à plusieurs reprises depuis que j'ai débuté la guitare.

Mais je suis aussi souvent passé par des étapes où le travail semblait immédiatement payant et où les résultats se faisaient sentir presque aussitôt.



C'est une sensation très positive et motivante de sentir ses efforts immédiatement récompensés.

Pourtant, entre les phases de stagnation et les phases de progression flagrante je suis resté le même guitariste.

Je ne suis pas devenu soudainement doué ou soudainement incapable.

J'ai donc tenté de comprendre, dans ma façon de pratiquer la guitare, ce qui changeait entre ces phases positives et ces phases négatives.

Je suis parvenu à repérer 12 points qui font la différence pour moi, et qui ont été confirmés par les résultats des élèves à qui j'ai transmis ces 12 secrets.

Dans ce guide, je vais vous révéler un à un ces 12 secrets qui vont vous permettre de progresser 3 fois plus vite sans nécessairement faire plus d'efforts.

Ce guide vient donc compléter les nombreux articles que vous pourrez trouver sur **Instinct Guitare**, au sein desquels je tente d'apporter des astuces, des conseils, des outils, des pistes de

réflexion basés sur mon expérience et mes longues années de pratique intensive de la guitare.

Si certains termes techniques ou théoriques vous sont inconnus, n'hésitez pas à consulter **le lexique sur Instinct Guitare**.



Pour me contacter, il vous suffit de passer par la page **contact** sur le site.

Si certaines informations que vous avez pu trouver dans ce guide ou sur **le site Instinct Guitare** vous ont semblé intéressantes et vous ont été utiles, vous pouvez me donner un coup de pouce simplement en parlant d'Instinct Guitare autour de vous, sur Facebook ou sur les blogs et forums de discussion que vous fréquentez.

Ça permettra à d'autres passionnés de guitare, qu'ils débutent ou qu'ils soient déjà des guitaristes confirmés, de pouvoir profiter de ces informations à leur tour.

D'autre part, n'hésitez pas à laisser des commentaires en bas des articles du blog afin que je puisse apprendre à vous connaître et comprendre plus précisément quelles sont les questions que vous vous posez et les obstacles qui se dressent devant vous quant à votre pratique de la guitare.

Bonne lecture...

**Pascal [Instinct Guitare]**

# 01

## Pratiquez de manière régulière



Vous vous imposez de travailler la guitare 3 heures toutes les semaines, mais vous n'avez pas toujours le courage d'attraper votre instrument le soir en sortant du boulot.

Vous êtes motivé et vous avez envie de progresser, donc voyant que la fin de semaine arrive et que vous avez à peine touché votre guitare, vous prenez votre courage à deux mains et décidez de faire vos 3 heures d'un coup le dimanche.

Vous êtes fier de vous, vous avez respecté votre rythme de 3h par semaine, et votre persévérance donne des résultats, même si ça n'avance pas aussi vite que vous auriez aimé.

Maintenant, imaginez que vous parveniez à rentabiliser vos 3 heures de travail jusqu'à les rendre 2 fois plus productives.

Pratiquer la guitare 3 heures par semaine vous permettrait d'atteindre les mêmes résultats que si vous aviez travaillé 6 heures.

C'est possible, et la solution est même très simple...

**Il suffit de pratiquer de manière régulière.**

« Pratiquer de manière régulière ? C'est tout ? C'est une blague ? C'est ça le secret ? Dis donc, Pascal, tu te foutrais pas un peu de nous, là ? »

Non, je suis très sérieux, et je vais vous expliquer pourquoi...

Imaginons que vous travailliez un morceau assez difficile pour vous.

Vous passez 3 heures à répéter les passages les plus délicats. Au début, à froid, c'est très laborieux, mais à force de répéter ça commence à venir.

Le morceau est difficile, donc vous devez forcer un peu et votre main gauche commence à être assez tendue.

Mais comme vous commencez à être chaud, vous parvenez quand même à faire sonner le morceau à peu près comme il faut.

A présent, imaginons qu'au lieu de pratiquer 3 heures, vous pratiquiez 30 minutes chaque jour, 6 fois par semaine.

Le temps de travail sera identique, vous aurez maintenu votre rythme de 3 heures par semaine, mais votre façon de travailler va être très différente.

Si vous ne pratiquez que 30 minutes, vous ne pouvez pas vous permettre d'attendre 25 minutes pour être chaud et être capable de sortir vos premières notes.

Vous devez donc prendre l'habitude d'être opérationnel dès les premières minutes de pratique.

Ça peut sembler difficile au départ, mais avec un peu d'habitude ça devient vite naturel.

D'autre part, si le morceau est difficile, des tensions auront naturellement tendance à s'installer et il va falloir un peu de temps avant de pouvoir jouer le morceau de manière totalement détendue.

Or, si vous vous acharnez à travailler les passages délicats alors que vos mouvements sont crispés et vos muscles téтанisés, le résultat sera forcément raide, saccadé et tout sauf naturel.

Insister dans ces cas-là sera contre-productif et votre motivation va en prendre un coup.

Le fait de travailler sur une durée plus courte, mais de répéter le processus le lendemain, le surlendemain, le sursurlendemain... vous permettra d'effectuer le même travail mais en étant beaucoup plus frais et détendu.

Chaque fois que vous prendrez votre guitare, vous serez prêt à aborder plus sereinement les grosses difficultés.

Faites l'essai chez vous. Pendant une semaine, imposez-vous un rythme régulier.

Ça peut être seulement 10 minutes, un quart d'heure, une demi-heure ou même 1 heure par jour si vous êtes motivé.

A temps de travail équivalent, vous progresserez plus efficacement et obtiendrez des résultats beaucoup plus rapidement.

Pour plus d'infos, vous pouvez consulter l'article **5 heures de guitare le week-end, ça ne suffit pas.**

### *Pratiquez de manière régulière*

Pour ne pas mettre de frein à votre motivation, une autre astuce intéressante consiste à investir dans **un stand pour guitare**.

Plutôt que de devoir à chaque fois sortir la guitare de son étui ou de sa housse, votre instrument sera toujours sous vos yeux et surtout toujours à portée de la main.

Ainsi, il n'y aura plus d'obstacle entre vous et votre guitare.



# 02

## Développez vos réflexes



Comme pour toutes les activités manuelles, jouer de la guitare demande d'assimiler et de maîtriser les mouvements à tel point que vous puissiez les exécuter en dormant.

Pour la plupart des étapes d'apprentissages, il est possible, avec une méthode efficace, de gagner énormément de temps.

C'est d'ailleurs ce que ce guide cherche à démontrer.

Mais en ce qui concerne le travail mécanique, c'est la répétition qui paye. Un réflexe ne peut pas voir le jour simplement après avoir lu une méthode.

Les muscles et les articulations ont besoin de répéter le mouvement pour s'y habituer, et le cerveau a aussi besoin de temps pour assimiler les mouvements.

**Ce travail est loin d'être une perte de temps.**

Plus vous serez capable d'automatiser chacun des mouvements, plus vous pourrez aborder de nouveaux morceaux avec facilité.

Chaque nouveau mouvement ne sera plus qu'une combinaison de mouvements que vous maîtrisez déjà.

Si vous avez l'habitude de conduire une voiture, le principe est tout à fait similaire.

Lorsque vous vous êtes mis au volant d'une voiture la toute première fois, la tâche était assez ardue.

Il fallait tenir le volant, synchroniser l'utilisation des 3 pédales, passer les vitesses, utiliser les clignotants, surveiller la route, les rétroviseurs, les angles morts.

Au début, tout ça demande énormément de concentration et il n'est pas évident de coordonner tous ces mouvements.

Puis après quelques semaines de pratique, vous n'aviez plus besoin de regarder vos mains ni vos pieds pour accélérer ou passer les vitesses.

Lorsque vous doubliez, vous n'aviez plus besoin de réfléchir pour surveiller vos rétroviseurs, mettre votre clignotant et entamer votre dépassement, le processus commençait à se dérouler de manière instinctive.

Aujourd'hui, après quelques mois, quelques années, voire quelques décennies, vous seriez capable de faire 100km en écoutant la radio tout en discutant avec vos passagers, sans même vous apercevoir que vous êtes en train de conduire.

Pour la guitare, il y a quand même un gros avantage : vous pouvez vous permettre de louper votre mouvement sans risque d'écraser une vieille dame ou de rencontrer un platane !

Une fois les mouvements assimilés, vous n'avez donc plus besoin d'une énorme concentration.

Plus vous prendrez l'habitude d'effectuer les mouvements sans réfléchir, plus ces mouvements deviendront des automatismes presque instinctifs, comme s'ils étaient innés.



Du coup, si vous n'avez pas besoin de réfléchir, vous pouvez penser à autre chose en même temps.

J'en avais déjà parlé dans un article sur le blog où je proposais de **jouer de la guitare devant la télé**.

Il m'arrive très fréquemment de travailler la guitare tout en lisant un bouquin.

Vous pouvez en réalité faire ce travail dans n'importe quel contexte, à condition d'avoir les mains libres.

Evitez quand même de jouer de la guitare tout en faisant la cuisine, ça risque de ne pas être idéal !

Si vous jouez sur une guitare électrique, vous pouvez même vous permettre de jouer sans la brancher afin de ne pas déranger votre entourage.

En procédant ainsi, la pratique de la guitare n'empiète pas sur le temps dédié à d'autres activités, et pourtant ce travail mécanique va vous permettre de progresser efficacement dans votre pratique de la guitare.

# 03

## Changez sans cesse d'exercice



Il n'est pas toujours agréable de démarrer un nouvel exercice à la guitare.

Chaque fois, cette *1ère étape* est laborieuse, on a la sensation de recommencer à zéro, c'est assez frustrant.

Puis on commence à assimiler l'exercice.

Il présente encore des difficultés, mais on y arrive de mieux en mieux.

Les progrès sont flagrants et cette *2ème étape* est très motivante.

Puis vient la *3ème phase*, où l'exercice commence à être vraiment intégré. Il ne paraît plus difficile, il ne demande plus une grande concentration.

C'est une étape valorisante puisqu'elle donne la sensation de maîtriser son instrument et qu'elle ne demande plus de gros efforts.

Hélas, c'est aussi l'étape la moins productive, c'est elle qui vous fait progresser le moins vite.

Peut-être avez-vous déjà subi cette forme d'addiction qui se crée à force de jouer à un jeu de cartes comme le solitaire sur votre ordinateur ou au sudoku.

Lorsqu'on ne connaît pas le jeu, on découvre, on tente de mettre en place des tactiques.

Puis lorsqu'on a fait le tour de la question, il n'y a plus grand-chose à découvrir ou à inventer.

Et pourtant, on continue à jouer, encore et encore, en appliquant les mêmes tactiques, la seule variable étant le hasard de la donne pour le solitaire ou les chiffres proposés dans le cas du sudoku.

On sait que ça n'est pas productif, on sait qu'on perd notre temps, mais on continue.

En ce qui concerne la guitare, un phénomène identique se produit.

Une fois qu'on a assimilé l'exercice, il n'y a rien de nouveau, rien de créatif, rien de productif, on ne fait que répéter ce que l'on maîtrise déjà.

Mais on le fait quand même, encore et encore, plutôt que d'exploiter ce temps pour découvrir de nouvelles choses.

Maintenant, imaginez que vous choisissez de changer d'exercice ou de morceau dès que vous atteignez la *3ème étape*.

Vous devez toujours subir la découverte de quelque chose que vous ne maîtrisez pas et faire en sorte de dépasser les difficultés.

Vous aurez toujours le plaisir et la satisfaction, durant la *2ème étape*, d'assister à votre progression et de maîtriser de nouvelles choses.

Mais vous ne perdrez pas de temps en vous attardant sur la *3ème étape*, puisque vous aurez conscience qu'elle ne vous apportera rien de plus.

Lorsqu'on commence à maîtriser quelque chose, faire le choix de se remettre constamment en position de débutant demande du courage et une certaine discipline.

Vous devrez accepter de vous focaliser sur ce que vous ne connaissez pas encore plutôt que de vous complaire dans ce que vous maîtrisez déjà.

Mais si vous parvenez à vous remettre en question et toujours chercher de nouvelles choses à apprendre, vous verrez votre vitesse de progression croître de manière exponentielle.

De manière complémentaire, pensez à consulter l'article **Multipliez les ressources pour progresser à la guitare** sur le blog.



# 04

## Ne vous laissez pas décourager



L'apprentissage de la guitare n'est pas un parcours linéaire.

Il y a des hauts et des bas. Il y a des phases motivantes et des phases frustrantes. Il y a des étapes de progression rapide et des étapes de progression lente.

Ce contraste est tout à fait normal et tout le monde passe par là.

La difficulté consiste à accepter moralement les phases les moins plaisantes.

Nous aimons tous constater le résultat de notre travail de manière immédiate.

Vous travaillez un morceau difficile pour vous, et après quelques heures de persévérance, vous atteignez le résultat escompté, vous parvenez à jouer votre morceau comme il faut

Hélas, ça ne se passe pas toujours comme ça.

Parfois, vous travaillez pendant des heures un exercice ardu, et vous ne percevez aucun résultat, vous avez la sensation de stagner.

Heureusement, l'inverse se produit aussi souvent.

Parfois, il vous semble ne pas avoir dû faire de gros efforts et vous parvenez tout de même à jouer un morceau qui vous semblait inaccessible quelques semaines auparavant.

Tout ça n'a rien de magique.



C'est juste que les fruits de votre travail demandent souvent un certain temps pour apparaître.

Vous avez durement travaillé la terre, vous avez semé vos graines, vous assurez une irrigation correcte et avez soigné l'exposition, et... rien ne se passe.

Puis, quelques mois plus tard, de magnifiques fruits commencent à pousser alors que vous n'y pensiez même plus.

Mais pour obtenir ce résultat, il aura fallu beaucoup d'abnégation en acceptant de travailler sans récompense immédiate.

Faites la même chose à la guitare.

Après avoir choisi une méthode efficace, que vous travailliez seul ou avec un prof, ne remettez plus votre méthode en question et allez jusqu'au bout.

Parfois, les résultats seront immédiats et ce sera très agréable.

Parfois, vous ne verrez rien venir et ce sera très frustrant.

Mais si vous persévérez et que vous acceptez de travailler sans carotte à la clé, je peux vous assurer que, non seulement vous

n'aurez pas perdu votre temps, mais surtout, sans vous en apercevoir, vous en aurez énormément gagné pour la suite.

Vous mettrez peut-être 3 fois moins de temps à apprendre le prochain morceau.

Vous assimilerez peut-être 3 fois plus vite une nouvelle technique.

Si vous parvenez à maintenir une confiance et une détermination constantes, vous récolterez au fur et à mesure les fruits du travail que vous avez fourni quelques semaines ou quelques mois auparavant, et là... votre progression semblera magique !



# 05

## Dépassez la démarche scolaire



Lorsqu'on aborde un nouveau morceau à la guitare, on passe d'abord par une phase d'analyse.

On doit repérer les notes à jouer, savoir comment les jouer, dans quel ordre, à quel rythme, quelle technique utiliser.

Lorsqu'on apprend le morceau à partir d'une partition, on la suit des yeux, note après note, tout en essayant de les enchaîner sur l'instrument.

Tout ça est ce que j'appelle la *démarche scolaire*.

C'est une bonne façon de fonctionner tant qu'on ne s'enferme pas dedans.

Et c'est bien là le problème !

Beaucoup de guitaristes continuent, après avoir franchi cette 1ère étape, à garder les yeux rivés sur leur partition.

Ils se concentrent sur chaque note, l'une après l'autre, en faisant en sorte de toutes les jouer correctement, avec les bons doigtés, les bonnes techniques.

C'est le défaut qu'ont souvent les enfants lorsqu'ils apprennent à lire.

Ils lisent chaque syllabe l'une après l'autre, de manière à la fois hésitante et mécanique.

Puis avec l'expérience, ils arrivent à reconnaître des mots entiers sans devoir décomposer les syllabes.

Ils lisent donc chaque mot l'un après l'autre, de manière à la fois hésitante et mécanique.

Ce n'est que lorsqu'ils parviennent à visualiser les phrases dans leur ensemble qu'il leur devient possible de leur donner un sens, et d'employer le ton de voix adapté à ce sens.

Il en est de même pour la musique.

La musique n'est pas qu'une succession de notes jouées de manière séquentielle.

Ces notes doivent être jouées selon d'autres critères :

- ◆ Un certain rythme.
- ◆ Une certaine interprétation rythmique qui va rendre le morceau vivant et permettre de la distinguer d'un morceau joué par un ordinateur.
- ◆ Des nuances d'intensité donnant du sens au morceau.

Lorsque l'on a compris le principe, il n'est pas plus difficile et ça demande même moins de concentration de percevoir le morceau de

manière globale au lieu de se focaliser sur des notes ou des techniques.

Le passage délicat est donc celui qui consiste à passer de la *démarche scolaire* à la *démarche instinctive*.

Voici quelques astuces pour vous aider à franchir ce cap plus facilement :

- ♦ Le cerveau assimile les informations souvent plus vite qu'on ne le croit. Après avoir passé du temps à déchiffrer chaque note, chaque accord, chaque technique de votre morceau, vous aurez mémorisé ce dernier sans vous en apercevoir.

Faites donc en sorte de vous détacher le plus vite possible de votre partition.

La plupart du temps, le fait de rester esclave de sa partition ne provient pas d'un problème de mémoire, mais d'un problème de confiance et d'état d'esprit.

Les trous de mémoire qu'ont parfois les acteurs, les chanteurs ou les orateurs lorsqu'ils montent sur scène sont souvent dus à une mauvaise gestion du stress et des imprévus.

Aux répétitions, ils maîtrisaient pourtant leurs textes à la perfection.

Faites donc en sorte de ne pas garder les yeux rivés sur la partition, vous vous apercevrez que c'est plus facile que vous ne l'imaginiez.



- ◆ N'hésitez pas à jouer plus vite que ce dont vous pensez être capable.

L'inconvénient de la démarche scolaire, c'est qu'elle nous incite à adopter une approche trop analytique. On a tendance à intellectualiser la musique à outrance.

Du coup, ça demande beaucoup de concentration et le cerveau est très actif pour tout analyser en temps réel.

C'est précisément la raison pour laquelle je vous conseille d'augmenter le tempo.

Si vous jouez plus vite, votre cerveau ne sera plus capable de tout analyser.

Vous serez donc forcé à utiliser une approche plus instinctive.

Vous devrez vous baser sur vos sensations et vos réflexes et non plus sur votre intellect.

Cette contrainte va finalement se transformer en un considérable atout puisqu'une fois que vous parviendrez à jouer le morceau sans avoir besoin de réfléchir, ce dernier vous semblera plus facile et vous le jouerez de manière beaucoup plus fluide et naturelle, de manière totalement instinctive.

- ◆ Faites comme si vous maîtrisiez le morceau à la perfection.

Il s'agit un peu d'utiliser la méthode Coué à votre profit.

Si vous ne doutez pas une seule seconde de votre capacité à jouer le morceau, il est fort probable que ça se produise.

Ça ne vous empêchera pas de faire des erreurs ou de jouer des fausses notes, mais souvent une fausse note jouée avec



## *Dépassez la démarche scolaire*

assurance sonnera mieux qu'une bonne note jouée de manière hésitante.

Dépasser la *démarche scolaire* demande un complet changement d'état d'esprit, et donc de remettre en question votre façon d'aborder l'apprentissage de votre instrument.

Mais une fois que vous y aurez goûté et que vous réaliserez à quel point les choses se simplifient, vous ne voudrez plus revenir en arrière.



# 06

## Travaillez votre oreille, apprenez à écouter



On considère souvent qu'apprendre la guitare consiste simplement à exercer ses doigts et à mémoriser les bons mouvements.

Mais on oublie parfois que jouer de la guitare n'est pas un simple travail mécanique.

Notre perception du rythme, des notes, des mélodies ou des accords a une influence énorme sur la qualité de ce que nous jouons.

Et pour cela, ce que l'on appelle « avoir de l'oreille » est primordial.

Imaginez que vous soyez capable, grâce à une simple écoute, de reconnaître les accords, de retrouver les mélodies d'un morceau que vous aimez, et que vous puissiez ainsi le reproduire à la guitare sans avoir besoin de déchiffrer une partition.

Ne pensez-vous pas que ça vous ferait gagner du temps dans votre apprentissage de la guitare ?

Pour autant, devenir capable de faire ça ne se fait pas en un jour.

Développer son oreille et sa capacité d'identification des accords, des notes et des rythmes est un travail qui se fait sur le long terme, parfois même sans s'en apercevoir.

Mais lorsqu'on fait l'effort de développer activement cette faculté d'écoute, on s'aperçoit que le temps passé est largement compensé par notre progression sur l'instrument.

Il est souvent possible d'exercer son oreille durant les tâches de la vie quotidienne même sans guitare sous la main.

Vous pouvez, à ce sujet, consulter l'article **Comment travailler son oreille sans sa guitare ?**

Cela ne demande rien de plus qu'un changement d'état d'esprit de manière, lorsque l'on entend un morceau de musique, à avoir le réflexe de tenter de reconnaître des rythmes, des accords, des notes, des mélodies, des sonorités...

Parfois, ce sera facile et à la portée de la plupart des débutants, parfois il faudra une certaine expérience pour parvenir à identifier d'oreille des parties du morceau.

Une astuce intéressante et très efficace consiste à s'imaginer en train de jouer le morceau à la guitare pendant que l'on écoute l'original.

Il ne s'agit pas simplement de faire du playback et des mimiques de rock star.

Si vous avez encore peu d'expérience et que votre oreille n'est pas très exercée, l'exercice peut simplement consister, dans un premier temps, à déplacer la main gauche vers les cases ou les cordes

aigues lorsque vous entendez des notes aigues et inversement pour les cordes graves.

Le but est, petit à petit, de parvenir à faire le lien entre ce que l'on entend et les sensations sur la guitare.

Au fur et à mesure que vous pratiquerez cet exercice, vous vous apercevrez que vous commencez à reconnaître quelques notes ou une position d'accord parfois.

Même si vous êtes incapable de retrouver d'oreille tous les accords du morceau, il se peut qu'instinctivement vous reconnaissiez un accord en particulier que vous avez l'habitude de jouer assez souvent.

Il ne faut pas être trop impatient de percevoir des résultats.

Développer son oreille est un travail de longue haleine.

Prenez l'habitude de l'exercer à chaque fois que vous en avez l'occasion, c'est-à-dire à chaque fois que vous entendez de la musique.

C'est un exercice qui, avec un peu de pratique, devient assez ludique.

Vous parviendrez ainsi à développer d'excellentes facultés d'écoute qui vous feront progresser beaucoup plus vite à la guitare.

# 07

## Prenez plaisir à progresser à la guitare



Lorsqu'on décide de se mettre à la guitare et d'apprendre à jouer, il est évident que l'envie et le plaisir sont des moteurs très puissants.

Mais lorsque l'on parle de travailler pour progresser à la guitare, on a parfois tendance à entrer dans une démarche un peu trop scolaire.

« Il faut que je fasse mes exercices, et après je serai capable de jouer et d'y prendre plaisir. »

Je suis contre cette façon de raisonner.

Le but n'est pas de faire des corvées pour, un jour, être capable de jouer comme on l'espérait et d'enfin y prendre plaisir.

Je considère qu'on ne peut progresser rapidement et efficacement que si on prend plaisir à travailler et à apprendre de nouvelles choses à la guitare.

L'idéal est de se mettre dans un état d'esprit tel que chaque exercice devient intéressant.

C'est un nouveau défi à relever qui permettra de passer à l'étape suivante, qui sera encore plus intéressante... et ainsi de suite.

Comme indiqué dans le quatrième chapitre, il est normal, dans un parcours d'apprentissage de la guitare, d'avoir parfois des passages à vide, où l'on a l'impression de stagner, et donc de ne plus prendre plaisir à jouer.

Dans ce cas, il est très important de trouver des solutions pour franchir ce passage difficile et évoluer vers l'étape suivante.

Pour certains, prendre du plaisir à la guitare consistera à jouer un morceau qu'ils connaissent, encore et encore, toujours le même morceau, sans jamais se lasser.

D'autres au contraire ont besoin de changement régulier, de découvrir de nouvelles techniques, de nouveaux morceaux.

Vous seul pouvez savoir ce que vous aimez dans la guitare et ce que vous prenez le plus de plaisir à jouer.

Tentez toujours de découvrir de nouvelles choses, mais tenez compte de ce que vous aimez le plus.

Si vous préférez jouer des solos et que la partie rythmique vous motive moins, essayez de trouver un compromis entre les deux, peut-être en alternant les deux.

Le but est de garder le plaisir de travailler votre instrument, mais aussi d'évoluer dans les domaines que vous aimez ou maîtrisez moins.



# 08

## Dissociez ce qui est important de ce qui ne l'est pas



Apprendre un nouveau morceau à la guitare peut être assez long et fastidieux dans certains cas.

Il y a beaucoup de nouvelles informations à assimiler, des enchaînements de notes ou d'accords à travailler, des techniques à mettre en pratique, un rythme et un tempo à respecter...

Bref, il va falloir procéder étape par étape, traiter les difficultés l'une après l'autre, avant de pouvoir jouer ne serait-ce qu'une esquisse du morceau.

Je compare souvent la guitare à l'apprentissage de la conduite d'une voiture.

Lorsqu'on n'a jamais conduit un véhicule, ça représente beaucoup de choses à gérer à la fois : tenir le volant, passer les vitesses, accélérer, freiner, embrayer, utiliser les clignotants, surveiller la route, les rétroviseurs, les angles morts.

Mais si en plus vous voulez écouter votre autoradio, rechercher une station, régler votre GPS tout en réglant votre siège pendant que vous conduisez, vous devenez un véritable danger public.

Le danger est évidemment moindre lorsque vous jouez de la guitare, mais si vous tentez de tout faire à la fois, vous arriverez forcément à saturation et vous échouerez.

La solution va donc consister à se demander ce qui est important et ce qui ne l'est pas.



Dans l'exemple de la voiture, la réponse est évidente même pour quelqu'un qui n'a pas son permis, mais dans le cas de la guitare, il n'est pas toujours facile d'aller à l'essentiel.

Si vous êtes un habitué du blog, vous avez peut-être eu l'occasion de lire l'article **Concentrez-vous sur l'essentiel à la guitare** qui abordait déjà le sujet.

J'ai souvent croisé des guitaristes de tous niveaux qui, croyant bien faire, focalisaient leur attention sur le moindre détail insignifiant au point de perdre de vue l'essentiel.

Ça part d'une excellente intention, mais au final ça se transforme en une énorme perte de temps dans leur progression à la guitare.

Du coup, pour ces guitaristes sérieux, ça peut paraître frustrant de croiser des guitaristes beaucoup moins perfectionnistes, qui ne font attention à aucun détail, et qui parviennent pourtant à faire sonner leur morceau de manière très musicale et naturelle.

La raison en est simple : même s'ils bâclent les détails, ils misent tout sur ce qui est réellement important, et ça fonctionne à merveille.

Par conséquent, il faut prendre conscience que la priorité, lorsqu'on veut jouer un morceau, ce n'est pas de respecter chaque note de la partition, ou de maîtriser chaque technique à la perfection.

### **La priorité, c'est que le morceau sonne !**

Si vous ne voulez faire aucun compromis et si vous voulez vous attacher à chaque détail, il est probable que le morceau aura un rendu scolaire, hésitant, mal maîtrisé, et vous aurez finalement perdu un temps précieux.

Si à l'inverse vous parvenez à faire sonner le morceau en le simplifiant, tous les détails que vous pourrez ajouter par la suite ne seront que du bonus.

Et vous aurez été capable de produire un résultat musical à chaque étape de votre apprentissage du morceau, ce qui aura eu un effet non négligeable sur votre motivation.



# 09

## Enregistrez-vous



Lorsqu'on joue de la guitare, être capable d'identifier ses erreurs ou les éléments perfectibles dans son jeu est un atout incontestable.

Une fois qu'une erreur est clairement identifiée, la corriger devient un détail, et il suffit d'un peu de pratique pour qu'elle ne soit plus qu'un simple souvenir.

Les guitaristes qui ont développé la capacité d'identifier leurs erreurs rapidement progressent donc beaucoup plus vite que les autres.

Mais tout n'est pas si simple...

En effet, identifier ses erreurs demande de prendre beaucoup de recul sur ce que l'on est en train de jouer.

Or, il n'est pas facile de prendre du recul alors que ce que l'on joue à la guitare demande beaucoup de concentration.

Peut-être avez-vous le don d'ubiquité ou peut-être êtes-vous capable de sortir de votre corps pour flotter dans les airs et vous regarder jouer de la guitare.

Dans le cas contraire, il va falloir trouver une solution plus concrète.

On peut faire appel à une tierce personne, de préférence compétente dans le domaine de la guitare.

Celle-ci va pouvoir analyser en temps réel votre façon de jouer pour détecter les points perfectibles, les erreurs ou les hésitations dont vous faites preuve dans votre jeu de guitare.



C'est généralement le rôle d'un prof de guitare, mais ça peut tout aussi bien être un ami guitariste qui, n'étant pas en train de jouer, aura plus de recul que vous pour identifier vos erreurs.

Le problème, c'est d'une part que vous n'avez pas toujours cette tierce personne sous la main quand vous jouez.

Et d'autre part, vous vous rendez dépendant d'elle au lieu de développer la capacité d'analyser vos erreurs par vous-même.

Une solution alternative qui est très efficace, c'est de vous enregistrer.

L'analyse est donc forcément moins rapide puisqu'elle ne se fait pas en temps réel.

Mais dans ce contexte, c'est précisément un avantage, puisque ça vous permet de vous concentrer sur l'écoute des erreurs et des éléments perfectibles au moment où vous n'êtes plus en train de jouer.

Ayant l'esprit et les mains libres, vous allez pouvoir beaucoup plus facilement mettre le doigt sur chaque erreur, chaque hésitation ou

imprécision rythmique, et chaque détail que vous puissiez améliorer dans votre façon de jouer de la guitare.

La méthode d'enregistrement a relativement peu d'importance, dès lors qu'elle vous permet de réécouter rapidement ce que vous venez de jouer, sans nécessiter trop de manipulation technique.



Voici différentes solutions d'enregistrement possibles :

◆ **Un enregistreur portable**

Il s'agit d'enregistreurs dédiés aux musiciens et qui permettent donc de faire beaucoup plus que simplement enregistrer vos erreurs.

Ce genre d'appareils est souvent utilisé pour réaliser des maquettes afin de créer un enregistrement de qualité correcte de vos morceaux.

◆ **Un ordinateur avec un logiciel d'enregistrement**

Le principe est le même qu'avec l'enregistreur portable, si ce n'est que la solution informatique demandera un temps d'apprentissage et de prise en main qui sera un peu plus long, surtout si vous n'avez jamais utilisé ce genre de logiciels

◆ **Un dictaphone**

Ici, la qualité ne sera pas forcément extraordinaire, mais vous y gagnerez en rapidité et en souplesse d'utilisation.

Un bouton suffira à lancer l'enregistrement qu'il sera possible de réécouter aussitôt.

Le coté portable vous permettra de l'avoir toujours avec vous lorsque vous jouez de la guitare.

♦ **Un looper (ou échantillonneur de boucles)**

Le looper permettra généralement de vous enregistrer avec une bonne qualité et avec une souplesse d'utilisation encore plus importante qu'avec un dictaphone.

La possibilité de lancer l'enregistrement simplement en appuyant sur une pédale et de réécouter le résultat dès qu'on stoppe l'enregistrement est vraiment un atout.

Si vous ignorez ce qu'est un looper ou que vous voulez plus de précisions sur le sujet, consultez l'article **Comment un looper vous aide à progresser à la guitare.**

♦ **Un magnétophone à cassettes ou à bandes**

On a tendance à oublier les dinosaures de l'enregistrement.

Mais on trouve parfois au fond d'un placard un magnétophone qui conviendra parfaitement pour s'enregistrer, même si la qualité et la souplesse d'utilisation seront moins intéressantes qu'avec un enregistreur numérique.

♦ **Un caméscope**

Le fait d'ajouter la vidéo à l'enregistrement sonore est très intéressant dans la mesure où vous pourrez détecter des problèmes qui ne s'entendent pas.

Une mauvaise position ou un mouvement raide seront visible à l'image mais pas toujours audibles.

Pourtant, ce sont des éléments qui seront fatigants et



gaspilleront votre énergie inutilement.

Il est donc très intéressant de parvenir à les identifier.

♦ **Une webcam**

Le principe est le même que le caméscope, avec une qualité et un coût généralement moindres.

Cela nécessite d'avoir un ordinateur sous la main et d'utiliser un logiciel d'enregistrement vidéo.

♦ **Un téléphone portable**

La plupart des téléphones mobiles actuels proposent des fonctions d'enregistrement audio et vidéo.

Souvent la qualité ne dépasse pas celle d'un petit dictaphone ou d'une petite webcam, mais elle peut être suffisante pour s'enregistrer et repérer ses erreurs.

Si vous prenez l'habitude de vous enregistrer régulièrement, vous serez non seulement capable de repérer vos erreurs et de les corriger au fur et à mesure de votre apprentissage, mais vous parviendrez aussi petit à petit à les repérer pendant que vous êtes en train de jouer.

Cela vous permettra de gagner beaucoup de temps dans votre progression à la guitare.

# 10

## Soyez ouverts d'esprit musicalement



Il est possible que vous soyez un fan de métal, que vous ne vous intéressiez qu'au blues ou que vous ne soyez attiré que par le jazz.

C'est une bonne chose de se passionner pour un style de musique, tant que cette démarche ne se transforme pas en fermeture d'esprit.

Si vous n'écoutez que du rock et que tous les autres styles de musique vous indiffèrent, vous serez probablement tenté de ne vous intéresser qu'à des groupes ou à des guitaristes rock.

Et il y a de quoi faire... il existe beaucoup de guitaristes rock talentueux et passionnants.

Vous allez donc tout apprendre d'eux, jouer leurs morceaux, leurs riffs, leurs solos, et tout se passera très bien... jusqu'au jour où vous allez commencer à stagner.

Vous aurez l'impression que ce que vous jouez tourne en rond, que tout se ressemble et que vous avez du mal à vous renouveler.

Et le problème viendra d'une chose simple... c'est le fait que vous n'avez pas compris que si vos idoles vous semblent si intéressantes musicalement, c'est précisément parce ces guitaristes n'ont pas eu la même démarche que vous.

**Les meilleurs guitaristes sont des musiciens qui se sont intéressés à la musique des autres... de TOUS les autres,** et qui en ont retiré le meilleur jusqu'à développer leur propre style, leur propre personnalité musicale.

S'ils avaient fait comme vous, à savoir se focaliser sur un style précis et sur quelques guitaristes en particulier, vous n'auriez jamais entendu parler d'eux, puisque leur style n'aurait jamais été aussi riche et aussi musical.

Je ne vous parle pas de vous forcer à vous plonger dans l'étude de la bossa si entendre la moindre note de ce style vous donne des boutons.

Mais en faisant preuve d'ouverture d'esprit et en faisant l'effort de vous intéresser à d'autres styles que votre style de prédilection, vous découvrirez de nouvelles choses que vous pourrez intégrer à votre musique.

Prenez l'habitude, à chaque fois que vous avez la sensation de tourner en rond à la guitare, de découvrir quelque chose de nouveau.

Il peut s'agir de vous intéresser à un artiste que vous ne connaissiez pas ou d'écouter un nouvel album, jouer un nouveau morceau.

Mais il peut aussi s'agir de découvrir un style dont vous ne connaissez rien et qui ne vous avait jamais intéressé jusque là.

*Soyez ouverts d'esprit musicalement*

En prenant l'habitude d'emmagasiner tout ce qui vous semble bon à prendre dans chaque style de musique, vous allez, sans vous en apercevoir, enrichir énormément votre jeu de guitare et développer une personnalité musicale unique.

D'autre part, le fait d'aborder d'autres styles vous amènera à percevoir les choses différemment d'un point de vue technique ou théorique, ce qui sera un grand bond en avant dans votre progression à la guitare.





## Jouez avec d'autres musiciens et devant un public



Même si l'on prend des cours de guitare à certaines étapes de son apprentissage, c'est souvent en pratiquant seul qu'on fait le plus gros du boulot.

Le fait de travailler seul permet de prendre le temps d'assimiler les nouvelles notions, les nouvelles techniques ou les nouveaux morceaux, sans craindre les regards extérieurs.

Ces phases de travail solitaire sont donc indispensables pour progresser dans sa pratique instrumentale.

Mais lorsque vous travaillez dans votre coin, vous n'êtes soumis qu'aux défis que vous vous lancez vous-même.

Il n'y a pas de surprises, l'apprentissage et la pratique se déroulent au rythme que vous avez choisi.

Ce n'est qu'une fois que vous jouerez en compagnie d'autres musiciens et/ou devant un public que vous prendrez conscience de vos véritables acquis et de vos véritables lacunes à la guitare.

Jouer avec d'autres musiciens offre beaucoup plus de surprises que jouer avec une machine ou un enregistrement.

Les autres musiciens peuvent faire des erreurs, il se peut qu'ils ralentissent ou qu'ils accélèrent.

Mais il se peut aussi qu'ils soient particulièrement créatifs et qu'ils amènent de nouvelles idées dans leur interprétation musicale.

Bref, quel que soit le niveau de vos compères, il se créera une interaction que vous ne connaissiez pas si vous avez toujours joué seul.



Cela demande de prendre du recul sur ce que l'on joue pour pouvoir se concentrer sur ce qu'apportent les autres musiciens, et surtout sur le rendu général qui résulte de l'interaction de tous les instruments.

Ainsi, vous ne pouvez plus vous focaliser sur ce que vous jouez, sur vos difficultés techniques ou sur le fait de vous remémorer l'accord suivant.

Jouer avec d'autres musiciens est donc particulièrement stimulant et vous oblige à progresser en vous concentrant sur ce qui est important.

Vous trouverez plus d'infos sur le fait de jouer en groupe dans les articles **Les 7 secrets pour jouer de la guitare en groupe - 1ère partie** et **2ème partie**.

De nombreux guitaristes qui ont tendance à stagner dans leur progression voient leur niveau augmenter de manière flagrante le jour où ils décident de jouer en groupe.

Peut-être n'avez-vous pas le temps, pas l'envie ou pas les moyens logistiques de jouer en groupe de manière régulière.

Mais vous pouvez faire en sorte de créer des occasions de jouer avec un ou plusieurs autres musiciens, même de manière ponctuelle.

Certains cafés-concerts organisent régulièrement des « bœufs », où quel que soit votre niveau vous aurez l'occasion de rencontrer des musiciens et d'échanger quelques notes avec eux le temps d'un morceau.

Prendre l'habitude de jouer avec d'autres musiciens, même si ce n'est qu'occasionnel, peut vous faire faire un bond en avant colossal dans votre pratique de la guitare.

C'est donc une piste à ne pas négliger pour accélérer votre progression.

Mais ce qui retient beaucoup de musiciens de se lancer, c'est souvent le trac de devoir jouer devant d'autres personnes, qu'ils soient musiciens ou non.

Et effectivement, cette appréhension est capable de vous faire perdre tous vos moyens au point de ne plus être capable de jouer un morceau que vous pensiez maîtriser.

Personnellement, j'ai tendance à considérer que votre véritable niveau ne correspond pas à ce que vous êtes capable de faire quand vous êtes seul et tranquille chez vous.

Votre véritable niveau se révèle au contraire lorsque les conditions ne sont pas idéales, lorsque vous jouez sur une guitare qui n'est

pas la vôtre, lorsque vous subissez le trac de jouer devant un public, lorsque vous craignez le jugement d'autres musiciens, lorsque vous êtes fatigué...

C'est dans ces circonstances que vous pourrez déterminer ce que vous êtes réellement capable de faire à la guitare.



Sur le blog, l'article **Déterminez votre véritable niveau à la guitare** approfondit d'ailleurs le sujet.

C'est pourquoi le fait de jouer devant un public, même s'il s'agit simplement de votre famille ou de quelques amis, vous permet d'identifier ce que vous maîtrisez réellement et ce qui demande à être perfectionné.

Or, plus vous serez capable d'identifier vos lacunes, plus vous pourrez les combler rapidement et accélérer votre progression à la guitare.

Je ne prétends pas qu'il est facile de dépasser son trac pour jouer devant des gens ou jouer avec d'autres musiciens.

Mais je prétends que si tentez de dépasser ce trac, les bénéfices sur votre progression dépasseront largement les efforts consentis.

# 12

## Soyez créatifs et improvisez



Apprendre des morceaux que vous aimez est à la fois motivant et un excellent moyen d'apprendre et de progresser à la guitare.

C'est ce qui permet d'enrichir sa culture guitaristique, de mémoriser des positions d'accords, de gammes, des techniques, des styles de jeu.

Mais cette démarche consiste à se contenter de reproduire ce que d'autres guitaristes ont fait avant vous.

La question n'est pas de savoir si le compositeur du morceau a plus de talent que vous, mais ce qui est certain c'est que son talent s'est développé en essayant de créer de nouvelles choses.

Tenter de créer de la musique vous force à aller plus loin que ce que vous maîtrisez déjà, à trouver de nouvelles façons de jouer, à mélanger des styles ou des techniques provenant de plusieurs artistes qui vous influencent.

Mais au final, même s'il est stimulant de parvenir à créer un morceau personnel, ce n'est pas forcément l'objectif ultime.

En effet, c'est pendant le processus de création que vous progresserez le plus à la guitare.

Donc si ça aboutit à un résultat convaincant, tant mieux. Mais dans le cas contraire, vous n'aurez pas perdu votre temps puisque c'est précisément cette démarche qui vous aura permis d'aller au-delà de vos acquis.

Il est donc inutile de vous laisser bloquer par vos présomptions selon lesquelles vous seriez incapable de composer un morceau, que vous n'avez pas « l'esprit créatif » ou que vous n'êtes pas inspiré.

C'est justement en vous lançant dans la création, même si vous pensez n'avoir aucune aptitude à ça, que vous parviendrez à dépasser ce que vous maîtrisez déjà.

De plus, en prenant cette habitude, vous pourriez avoir la bonne surprise de réaliser que vous êtes tout à fait capable de créer des morceaux plutôt intéressants.

Il en va de même pour l'improvisation.

La démarche est différente dans le sens où ça laisse moins de temps pour développer quelque chose de vraiment original et créatif.

D'un autre côté, ça oblige à développer un jeu plus instinctif, puisque la création doit être quasiment instantanée.

On est obligé de se concentrer sur ce que l'on maîtrise le plus et il est donc plus difficile de se renouveler et de ne pas tourner en rond.

Mais c'est justement le fait de chercher à aller au-delà de ses habitudes et de ses réflexes qui permet de progresser efficacement.

Dans ce domaine aussi, vous pensez peut-être que vous ne maîtrisez pas assez votre instrument ou que vous n'êtes pas assez créatif.

Mais ces croyances ne doivent surtout pas vous empêcher de tenter l'expérience.

En persévérant et avec un peu d'expérience, vous vous apercevrez qu'improviser n'est pas aussi hors de portée que vous le pensiez, et toutes vos tentatives, qu'elles soient couronnées de succès ou non, vous auront permis de développer de nouveaux aspects de votre jeu de guitare.

Faites donc en sorte de ne pas tenir compte de vos préjugés, et tentez d'improviser et de composer des morceaux.

Vous aborderez ainsi votre instrument d'une manière différente de ce que vous faites d'habitude, et c'est un excellent moyen de progresser à grande vitesse.

## Conclusion

Nous avons fait le tour de ces 12 secrets pour progresser 3 fois plus vite à la guitare.

D'ailleurs, ce ne sont plus des secrets puisqu'à présent, vous avez toutes les clés en main pour en tirer parti et faire en sorte de progresser beaucoup plus vite à la guitare.

Bien sûr, ces 12 astuces sont complémentaires et ça fait beaucoup de choses à mettre en pratique.

Aussi, n'hésitez pas à relire les chapitres un par un et à les mettre en application les uns après les autres, à votre rythme et dans l'ordre que vous choisirez.

Comme dans beaucoup de domaines, le seul moyen pour que ça ne fonctionne pas et que ces démarches ne vous fassent pas progresser serait de ne pas passer à l'action.

Ne perdez pas de temps à vous poser la question de savoir si ça peut marcher pour vous.

Prenez votre guitare et mettez en application ces principes immédiatement.

En prenant cette habitude, sans même vous en apercevoir, votre niveau fera des bonds en avant et en un rien de temps vous aurez l'impression de ne plus être le même guitariste.

L'article **Combien de temps faut-il pour devenir un bon guitariste ?** développe la théorie selon laquelle ce n'est pas le niveau que l'on souhaite atteindre qui nous motive, mais les phases de progression qui mènent à ce niveau.

Donc si, en plus, vous faites en sorte que ces phases de progression défilent 3 fois plus vite, votre motivation et vos résultats à la guitare n'auront plus de limites.



# Les 12 secrets pour progresser 3 fois plus vite à la guitare



[www.instinctguitare.com](http://www.instinctguitare.com)

Les textes contenus dans ce guide sont la propriété d'Instinct Guitare.

Il ne peuvent être ni diffusés, ni copiés, ni traduits  
sans l'autorisation expresse de son auteur.

Ce guide ne peut être vendu.  
Il vous est offert gratuitement sur le site [www.instinctguitare.com](http://www.instinctguitare.com).