

## - Se délier les doigts -

Un problème qui revient souvent auprès des nouveaux guitaristes est le manque de souplesse en ce qui concerne les doigts de la main du manche. Il existe des exercices excellents présent sur le site de l'école dans "Exercices 1" pour apprendre à se délier les doigts et ainsi pouvoir jouer plus facilement les accords ou les solos :

Il s'agit de jouer la tablature ci-dessus, mais en suivant ces quelques règles :

- Chaque doigt qui n'est pas nécessaire de lever ne le sera pas ! Avec un par case, l'index (1) pour appuyer sur la cinquième case, le majeur (2) pour la sixième, l'annulaire (3) pour la septième et enfin l'auriculaire (4) pour la huitième. Il arrive souvent que l'on ne fasse pas assez travailler le petit doigt, pour certains ce n'est pas évident au début, mais indispensable.
- Main caisse en aller ou aller / retour au médiator ou en alternance avec le pouce et l'index.
- Il est important d'être régulier (jouez au métronome) puisqu'il s'agit de l'une des bases même de la musique (indispensable pour jouer en groupe), sans métronome on tape du pied !
- Mieux vaut jouer lentement et bien que vite et mal, préférez jouer lentement en accélérant progressivement, plutôt que de vouloir jouer vite dès le début.

Il est intéressant aussi de varier en changeant l'ordre des doigts (à lire de gauche à droite pour monter vers les aigues et de droite à gauche pour descendre vers les graves) :

1 2 3 4	1 3 2 4	1 4 2 3	2 1 3 4	2 3 1 4	2 4 1 3	3 1 2 4	3 2 1 4	3 4 1 2	4 1 2 3	4 2 1 3	4 3 1 2
1 2 4 3	1 3 4 2	1 4 3 2	2 1 4 3	2 3 4 1	2 4 3 1	3 1 4 2	3 2 4 1	3 4 2 1	4 1 3 2	4 2 3 1	4 3 2 1

Il est aussi important de varier l'exercice en y ajoutant des sauts de corde. Vous pouvez jouer vos deux premiers doigts sur la corde Mi grave puis les deux suivants sur la corde La puis à nouveau les deux premiers sur la corde Ré ... , ou en le jouant par exemple de cette façon :

L'exercice peut aussi être décalé sur le manche, on utilise pour cela le **démanché**. Il est à faire sur toutes les cordes (exemple donné sur la corde Ré) et permet ainsi de couvrir une octave.

A vous de trouver par vous-même différentes manières de varier ces exercices.

Les progrès apparaissent très vite. Jouer ces exercices 10 minutes par jours semble correct, il y a évidemment plus agréable à jouer, mais c'est grâce à eux que vous gagnerez en souplesse et vitesse ....