

REPRENDRE LA MUSIQUE

Aujourd'hui, je vous propose un article écrit par une amie blogueuse qui écrit sur le **thème du jeu** et de la **positivité ludique**. Voici donc Emy du blog [Les Animaginables](#) qui raconte son témoignage sur « **comment reprendre la musique** » après plusieurs années. ;)

"

De 0 à 10 ans : J'ai **commencé la musique** avant de souffler mes 3 bougies, peut-être même un peu avant... Attendez, je vous explique :

Papa est un excellent **musicien** et **autodidacte**. Sa spécialité... les claviers (*piano, orgue, synthétiseur...*) avec une grande **ouverture musicale**. C'est donc tout naturellement qu'il m'a inscrite dès mes premiers pas à **l'école de musique** puis à des **cours particuliers de piano**. La pédagogie de l'époque ne me permettait pas de jouer ce qui m'intéressait le plus, malheureusement. Il fallait absolument **apprendre le solfège** et des morceaux de musique classique avec mes professeurs, ce qui n'était pas ce qui me faisait rêver. Je voulais que ça bouge !

De 10 ans à 20 ans : Mon adolescence rebelle m'a conduite plutôt à **abandonner les cours de piano** pour me tourner vers **l'apprentissage de la guitare**, également en autodidacte.

La guitare était l'un des seuls instruments que mon père ne maîtrisait pas. Je me sentais ainsi plus libre dans mon apprentissage. En effet, je rêvais intimement **d'atteindre le niveau de mon père** en musique et il m'était plus facile d'y arriver sur un autre instrument ! De plus, la guitare avait un autre avantage... celui d'utiliser des tablatures beaucoup **plus faciles que le solfège**.

J'ai pratiqué quelques années **de manière irrégulière**, juste de quoi jouer quelques riffs mais sans réellement **développer cette capacité**. Je n'ai donc jamais **osé jouer dans un groupe** ni même **en public**. Je ne sais d'ailleurs toujours pas **accorder à l'oreille ma guitare** ou **changer une corde seule**. D'un autre côté, **l'arrêt du piano** a toujours été un échec pour moi. C'est la seule chose que j'ai réellement abandonné dans ma vie.

Aujourd'hui, j'ai 31 ans. J'aurais donc dû avoir près de 30 ans de pratique ! Vous imaginez le niveau ? Et au-delà de ça, le constat est plus que médiocre avec **20 minutes de pratiques en 5 ans** et certainement pas beaucoup plus en 10 ans. Et pourtant la musique occupe une partie très importante de ma vie : j'en écoute beaucoup, j'aime chanter, me rendre à des concerts ou découvrir de nouveaux groupes en festival... C'est comme une partie de moi qui reste dans l'ombre mais qui ne pourra jamais me quitter.

Ce qui m'a bloqué dans ma progression en musique pendant 10 ans :

Les raisons de ce **désert d'apprentissage musical** sont nombreuses mais, derrières celles-ci, il y a une petite voix dans ma tête que j'appelle ici « *procrastination* » et qui a plein de phrases pour me convaincre :

- Ce n'est pas grave, pourquoi s'embêter avec ça ?
- Tu as le temps, pourquoi tu veux reprendre maintenant ?
- Qu'est-ce que tu y gagnerais à faire ça ?
- Tu ne sais même pas par où commencer ?
- Tu as vu ton niveau en 30 ans ? A quoi bon perdre du temps ?
- Tu as abandonné le piano et la guitare, la musique ce n'est peut-être pas pour toi ?
- C'était quand la dernière fois que tu as pris du plaisir à jouer ?
- Quand as-tu progressé pour la dernière fois en musique ?
- Quand vas-tu faire ça, tu n'as pas le temps ?

Chaque année, **comme bonne résolution**, je me dis qu'il faudrait que je **reprenne la musique**. Mais cette résolution disparaît rapidement dans le classement de mes priorités dans le tumulte du quotidien pour revenir de manière incessante dans l'échec majeur de l'année à la fin du mois de décembre.

Comment j'ai réussi à stopper les effets de cette petite voix et réellement reprendre la musique :

J'ai pris le problème à l'envers et j'ai essayé de **répondre positivement** à chacune des questions et il en est ressorti plusieurs pistes pour agir rapidement. Mais pour que cela fonctionne, il me fallait une **approche positive, ludique** et non pas scolaire pour éviter que je me lasse trop vite.

Ma spécialité, c'est la création de jeux et d'animation. J'ai créé un blog sur le sujet il y a quelques mois : <https://lesanimaginables.com>. J'ai donc tout naturellement pensé à **créer un jeu** dans lequel je serais mon propre personnage en évoluant dans le jeu au fil de ma progression.

Prérequis : Avoir un journal de bord avec une liste contenant au moins deux morceaux à apprendre.

Le principe du jeu : Je prends mon instrument, 4 fois par semaine minimum, pour une session de 30 minutes. 20 minutes de pratique et 10 minutes de fun. Pour les 10 minutes de fun, je lance un dé :



Jeu : 20 minutes de pratique 10 minutes de plaisir en musique

	FUN : J'apprends les paroles d'une nouvelle chanson
	ZEN : J'écoute de nouveaux artistes que j'ajoute dans ma liste
	REVE : Je cherche 2 morceaux dans mon style pour ma liste
	INSPIRATION : Je regarde une vidéo pour apprendre quelque chose
	LIBERTE : Pratique libre de mon instrument
	OUVERTURE : Je choisis un morceau d'un autre style pour ma liste

Les Anim'aginables

Je reporte ensuite mes progrès dans mon journal de bord avec mes impressions de la séance.

Une à deux fois par mois :

Je regarde mes progrès et m'accorde un cadeau pour chaque objectif atteint du tableau des réussites et succès et/ou à chaque nouveau morceau appris en entier.

Journal de bord : Semaine 1 : Pas de pression que du plaisir



Jour 1 : 20 minutes

Objectif : Accordage de la guitare et n°5 pratique libre

Motivation au début : 😞 Motivation à la fin : 😊

Feed-back : « Waouh, ça fait plusieurs années que je ne l'ai pas accordée... Chouette aucune corde n'a cassée... Je recherche dans mes souvenirs ce que je sais faire... Je n'y arrive pas. Quelques accords peut être... ouï je me souviens de 2 ou 3... ah... un riff de Van Halen qui me revient... Fin des 20 minutes. Le temps de retrouver mes marques les 20 minutes sont passées très vite ! »

Jour 2 : 20 minutes

Objectif : Apprendre un nouveau morceau + n°5 pratique libre

Motivation au début : 😞 Motivation à la fin : 😊

Feed-back : « Je commence par prendre un morceau que je sais accessible, que j'aime et que je n'ai jamais appris : Holiday de Green Day... Je travaille le premier riff. Au bout d'une dizaine de minutes, les doigts se délient et reprennent leur positionnement idéal sur le manche pour sonner correctement. Je peux commencer à accélérer le tempo. La pratique libre qui suit devient plus facile que la veille. »

Jour 3 : 20 minutes

Objectif : Apprendre un nouveau morceau + n°2 Ajouter un nouveau morceau

Motivation au début : 😊 Motivation à la fin : 😊

Feed-back : « Je commence à reprendre les riffs d'hier. C'est cool de savoir déjà faire cela. Je commence à m'attaquer au couplet en écoutant la musique. Le temps passe trop vite. Je déborde un peu des 20 minutes. Je recommence à rejouer debout. Ça revient petit à petit. J'ai hâte de reprendre demain. »

Jour 4 : 20 minutes

Objectif : Apprendre un nouveau morceau + n°3 Chercher 2 nouveaux morceaux dans mon style

Motivation au début : 😊 Motivation à la fin : 😊

Feed-back : « J'arrive dans mon hôtel pour 2 nuits et une guitare acoustique est disponible en accès libre avec un petit carnet de tablature de musique actuelle. Quelle surprise ! Je m'installe, curieuse, à côté avec un thé. L'envie est trop forte, je l'essaie. Je prends le temps de l'accorder à l'aide de mon téléphone, chose que je n'aurais jamais fait dans d'autres circonstances. À l'aide d'une application sur mon téléphone, j'arrive à lancer les dés. »



Mon cadeau motivation de la semaine : Goodies d'un groupe que j'aime

Tableau des réussites et succès :

Baby rocker

- Maîtriser le fonctionnement de l'instrument
 - ☒ Accorder sa guitare et jouer 20 minutes
- Expérience de pratique :
 - ☐ 10 heures de pratique

Bambin doué

- Expérience de pratique :
 - ☐ 50 heures de pratique
- Compétences techniques
 - ☐ Connaître tous les accords non barrés
 - ☐ Connaître un morceau en entier
 - ☐ 1ère pratique avec une bande son

Teenager séducteur

- Maîtriser le fonctionnement de l'instrument
 - ☐ Savoir accorder sa guitare à l'oreille
 - ☐ Savoir changer une corde
- Expérience de pratique :
 - ☐ 100 heures de pratique
- Compétences techniques
 - ☐ Connaître tous les accords barrés
 - ☐ Connaître 5 morceaux en entier
 - ☐ 1er enregistrement audio

Musicien branché

- Expérience de pratique :
 - ☐ 200 heures de pratique
- Compétences techniques
 - ☐ Connaître 10 morceaux en entier
 - ☐ Connaître 3 style de musique différents
 - ☐ 1er enregistrement audio

Guitariste confirmé

- Expérience de pratique :
 - ☐ 500 heures de pratique
- Compétences techniques
 - ☐ Connaître 5 solos en entier
 - ☐ Connaître 5 styles de musique différents
 - ☐ Connaître 20 morceaux en entier

Professeur renommé

- Expérience de pratique :
 - ☐ 1000 heures de pratique
- Compétences techniques
 - ☐ Connaître 10 solos en entier
 - ☐ Connaître 10 styles de musique différents
 - ☐ Connaître 50 morceaux en entier

N1 :

Le :

N2 :

Le :

N3 :

Le :

N4 :

Le :

N5 :

Le :

N6 :

Le :

Voilà, j'espère que vous aussi, vous aurez trouvé **vos propres techniques** pour réussir à **reprendre la musique**, que ce soit de façon **plus ou moins ludique** et que vous réussirez à **atteindre vos rêves**. :)