



## CHEVAL ET CAVALIER

# Initiation à la liberté

Première leçon de liberté pour Christophe. Andy commence cette initiation par une révision des fondamentaux à la longe. Il choisit aussi de demander à Christophe uniquement des exercices de proximité pour lui prouver que l'on peut faire de la liberté sans mettre le cheval en fuite autour de soi.

Texte et photos : Sandrine Dhondt

*Quand le licol est enlevé, on est obligé d'avoir une clarté encore sup*

AVEC ANDY BOOTH ET LE HARAS DE LA CENSE



## AVEC LE LICOL : BOUGER L'AVANT-MAIN ET L'ARRIÈRE-MAIN

• **Mode opératoire.** Par suggestion (c'est-à-dire : sans le toucher), déplacer l'arrière-main autour de l'avant-main et l'avant-main autour de l'arrière-main, les isoler et les séparer l'une de l'autre. C'est un test en licol pour vérifier que tout est bien en place avant de se lancer dans le travail en liberté. Le licol est là pour pouvoir intervenir en cas de besoin jusqu'à ce que l'on n'en ait plus besoin.

• **Ce que cela apporte dans l'équitation de tous les jours.** Diminuer la contrainte et la remplacer par la communication. Andy explique : « Je fais très attention dans l'emploi des mots "leader, dominant, soumis...". Il faut juste comprendre que lorsque l'on gère bien les pieds d'un cheval, on gère bien le cheval. Je ne sais pas ce qui se passe dans la tête du cheval à ce moment-là, mais quand je suis concentré sur ses pieds, il se passe quelque chose dans sa tête et c'est cela que je trouve intéressant ! »

### Ce qu'en pense Christophe

« J'ai réalisé l'exercice correctement et sans difficulté. C'est une révision de nos précédents rendez-vous, mais j'ai pu constater que mon langage corporel devient plus clair puisque, à chaque fois, Midrake a bien répondu à ma demande. Pour moi, c'est à la fois une révision et une confirmation. »

### Ce qu'en pense Andy

« Avec le licol il n'y a pas de problème : c'est une simple révision mais, lorsque nous avons encore la longe, il est important d'imaginer que nous ne l'avons pas, comme d'imaginer que nous l'avons encore lorsque nous ne l'avons plus ! Quand le licol est enlevé, on est obligé d'avoir une clarté encore supérieure dans notre discours car on perd toute contrainte mécanique. »



## DEMANDER DES CERCLES AVEC LA LONGE

• **Mode opératoire.** Envoyer l'épaulé, laisser le cheval tourner sans tirer sur la longe puis désengager l'arrière-main. L'objectif étant que, si le cheval n'est plus physiquement avec nous, il reste mentalement et émotionnellement connecté avec nous et, qu'à tout moment nous pouvons recapter son attention.

• **Ce que cela apporte dans l'équitation de tous les jours.** S'interroger sur la qualité de notre relation avec le cheval. Andy nous dit : « Quand on enlève le licol, une seule chose reste : la vérité. C'est la même chose une fois à cheval : est-ce que nous avons une relation uniquement mécanique ou bien est-ce que nous vivons une vraie relation entre deux êtres ? »

### Ce qu'en pense Christophe

« Je n'ai pas vraiment rencontré de difficulté sur cet exercice qui était particulièrement laborieux dans les premières séances ! Mon langage du haut du corps est peut-être encore un peu emprunté, mais les départs sur le cercle se sont plutôt bien passés. Pour moi, c'est toujours une révision des fondamentaux vus avec Andy depuis trois ou quatre séances, mais mon ressenti est extrêmement aléatoire. Je pense que c'était correct et propre, mais j'ai toujours cette difficulté à ressentir même si je n'en suis plus à penser à tout décomposer. Maintenant, je le fais sans y réfléchir, et je reste efficace. »

### Ce qu'en pense Andy

« Il reste encore de petites choses comme la position du corps de Christophe ou des mouvements "parasites" du stick qui ne veulent rien dire ! Ça ne semble rien, mais quand notre objectif est d'aller à la liberté, ces petites fautes ne vont pas nous aider. Avec la longe, on peut se permettre d'être moins précis car elle peut nous venir en aide, mais quand on ne l'a plus en main, la précision devient très importante ! »



érieure dans notre discours car on perd toute contrainte mécanique !

## LES EXERCICES D'ACCEPTATION

• **Mode opératoire.** On vérifie notre niveau de désensibilisation préalablement obtenu avec la longe. Précision d'Andy : « À ce niveau, ce n'est plus de la désensibilisation ! On voit la vérité : est-ce que l'on est dans la contrainte ou bien est-ce que le cheval accepte nos interventions quotidiennes ? »

• **Ce que cela apporte dans l'équitation de tous les jours.** Une grande sécurité !

### Ce qu'en pense Christophe

« À aucun moment, j'ai été confronté à une difficulté : que ce soit le stick, le foulard, le spray, l'imperméable... J'aurais peut-être rencontré un problème si le cheval était plus fébrile ou plus jeune. »

« Je pense que cela s'inscrit dans un processus qui mène à une relation où le cheval se dit que c'est moi le patron pour qu'il reste confiant avec tous nos gestes quotidiens. Ce cheval qui ne bouge pas d'une oreille peut être super à l'écurie comme en randonnée... »

### Ce qu'en pense Andy

« Christophe ne rencontre pas de difficulté parce que le cheval est éduqué. Quand la désensibilisation est bien faite, et que le cheval n'a aucune raison d'avoir peur ni de l'homme, ni de ses gestes quotidiens, c'est vrai que c'est un exercice très simple, mais l'essentiel est que le cheval soit dans une immobilité apprise et pas imposée. Combien de gens peuvent le faire sans que le cheval bouge, sans qu'il gratte la terre ? »



## DÉBUT DU CONTRÔLE SANS LICOL

• **Mode opératoire.** Faire bouger l'arrière-main et l'avant-main, les isoler l'une de l'autre comme avec la longe et sans que le cheval parte.

• **Ce que cela apporte dans l'équitation de tous les jours.** Pour Andy, pouvoir contrôler les pieds du cheval sans aucun harnachement sur sa tête est un test de vérité qui amène de la sécurité : « Quand j'entre dans un box, si je peux attirer sa tête en mettant uniquement une pression par suggestion sur son arrière-main, je peux mettre le licol en sécurité. Ça me semble beaucoup mieux que le cheval qui me présente ses fesses. »

### Ce qu'en pense Christophe

« Je n'ai pas été démuni sans licol. J'ai même trouvé que c'était plutôt mieux car j'ai déjà assez de soucis avec le stick ! Je n'ai pas eu d'appréhension vis-à-vis du cheval en liberté parce que Midrake est bien dressé, mais je pense que j'aurais été vite rappelé à l'ordre avec un cheval qui n'aurait pas de métier »

### Ce qu'en pense Andy

« Avec Midrake, c'est facile, parce qu'il sait très bien que lorsque l'on isole ses jambes, nous avons un vrai contrôle de ses pieds, mais ce n'est pas comme ça avec tous les chevaux. Cela nécessite un vrai contrôle et, quand on enlève le licol, on s'aperçoit que notre sensation n'est pas toujours aussi vraie qu'on l'espérait ! »



## PLIER LA TÊTE DU CHEVAL VERS SA QUEUE

• **Mode opératoire.** Mettre la main sur le chanfrein pour demander la flexion latérale et, avec l'autre main, prendre la queue et rapprocher ses deux extrémités au milieu de son corps avec une pression légère. Il ne faut pas tenir le cheval prisonnier mais céder quand il cède, c'est-à-dire quand il n'oppose ni défense ni résistance.

• **Ce que cela apporte dans l'équitation de tous les jours.** Pour Andy, cet exercice apprend au cheval comme à l'homme à céder au lieu de résister ! Un concept essentiel en équitation, pour l'un comme pour l'autre.

### Ce qu'en pense Christophe

« Je n'étais pas bien placé par rapport au cheval, j'ai réussi à le ployer à droite mais de façon moins probante à gauche. » « Je pense que cette manipulation est proche de la flexion latérale à cheval mais c'est aussi une manière de vérifier la disponibilité mentale et physique du cheval : s'il est malléable, s'il accepte, s'il est en confiance. Je perçois cet exercice comme une énième mise en évidence de la disponibilité de Midrake. Finalement, tout ça, c'est une sorte de détente à pied pour savoir si le cheval est aux ordres, disponible. Un peu une prédétente comme pour partir en reprise, sur un cross, en randonnée... »

### Ce qu'en pense Andy

« Plus qu'une prédétente, c'est un prérequis ! Est-ce que mon cheval est vraiment en confiance ? Est-ce que le cheval a appris à céder au lieu de résister ? Est-ce qu'il cède vraiment ? »



## Ça mène à quoi tout ça ?

Si les exercices ne lui ont pas trop posé de problème, une question récurrente chagrine Christophe : « Je n'arrive pas à faire la relation entre tout ça et monter à cheval.

Ma finalité, c'est d'évoluer ensemble avec le cheval mais à cheval !

J'ai vraiment du mal à transposer ce que je fais là, en liberté, une fois sur son dos. »

Il en vient même à nous confesser :

« Intellectuellement, je ne vois pas d'intérêt ! Si c'est pour faire du travail en liberté pour faire du travail en liberté, pour moi, ça ne sert à rien et je préfère le laisser en paix. »

La réponse du maître : « C'est un autre chapitre de son éducation ! Beaucoup pensent que les futurs médecins n'ont pas besoin de cours de littérature. À quoi ça leur sert ? À apprendre à apprendre ! Je pense que le cheval peut faire un peu de la longe, des longues rênes, de la balade, du concours dans sa discipline et que le travail en liberté peut vraiment lui faire du bien car il est libre de s'exprimer. Outre que je reste persuadé que la confiance et le respect du cheval sont des choses que l'on gagne au sol, quand on enlève le licol, il nous renvoie la vérité de notre relation car une seule chose reste : la vérité.

À cheval c'est la même chose : est-ce que nous avons une relation uniquement mécanique ou bien une vraie relation entre deux êtres ? Le grand cavalier de complet, David O'Connor, champion olympique à Sydney, disait : "Je ne peux plus imaginer ne pas faire de liberté car le rond de longe est le lieu où j'ai le plus appris sur le cheval." Je pense que la liberté soulage le cheval d'apprendre que l'humain peut être compréhensible, lisible et qu'il peut être intéressant. » Petit bilan de Christophe : « Une fois de plus, je ne me suis pas concentré sur le cheval mais seulement sur mon ressenti. »

## LE RECULER ET LE RAMENER SANS LICOL



• **Mode opératoire.** En adoptant une position du corps persuasive, demander au cheval de reculer d'au moins cinq pas en bougeant vos pieds au minimum. Demandez-lui de s'arrêter et ramenez-le vers vous par une invitation du haut du corps en reculant les épaules. Le cheval peut vous quitter physiquement sans vous quitter mentalement. L'éloignement est physique mais la connexion doit demeurer la même.

• **Ce que cela apporte dans l'équitation de tous les jours.** Nous sommes encore dans cette notion d'impulsion. Andy explique : « On demande au cheval de s'éloigner et revenir en cherchant l'équilibre entre ces deux-là. Cela demande aussi de rester intéressant pour le cheval. »

### Ce qu'en pense Christophe

« Je n'arrivais pas à le faire reculer par suggestion. J'ai eu besoin d'un contact physique en exerçant une pression du stick sur son interars pour l'enclencher. Dans le ramener, la première fois, j'ai ouvert mes bras et Midrake n'a pas du tout compris que c'était une invitation ! La deuxième fois, j'ai ouvert mes bras en reculant mes épaules et il a été plus enclin à venir à moi puisqu'il a esquissé un départ au galop. Malgré tout, je n'arrive pas à faire la relation entre tout ça et monter à cheval... »

### Ce qu'en pense Andy

« Cet exercice amène la rectitude. Le cheval doit être concentré. Il doit partir, s'arrêter et attendre l'indication pour revenir. J'aime cette sensation où le cheval me dit : "S'il te plaît, invite-moi chez toi" car, pour lui, elle renforce l'idée de confort avec moi. »

## L'immobilité apprise

Andy : « Il est très rare que les gens prennent le temps d'apprendre au cheval à rester immobile, mais c'est un exercice dont on a besoin tout le temps. Pour lui apprendre, je le fais bouger pour que ce soit lui qui dise : "Si je ne bouge pas, ça va devenir plus facile". Les humains prennent rarement le temps de cet apprentissage, s'ils veulent tondre ou mettre de l'antimouche, ils attachent le cheval de chaque côté, mais selon moi, c'est un peu un "viol" ! »