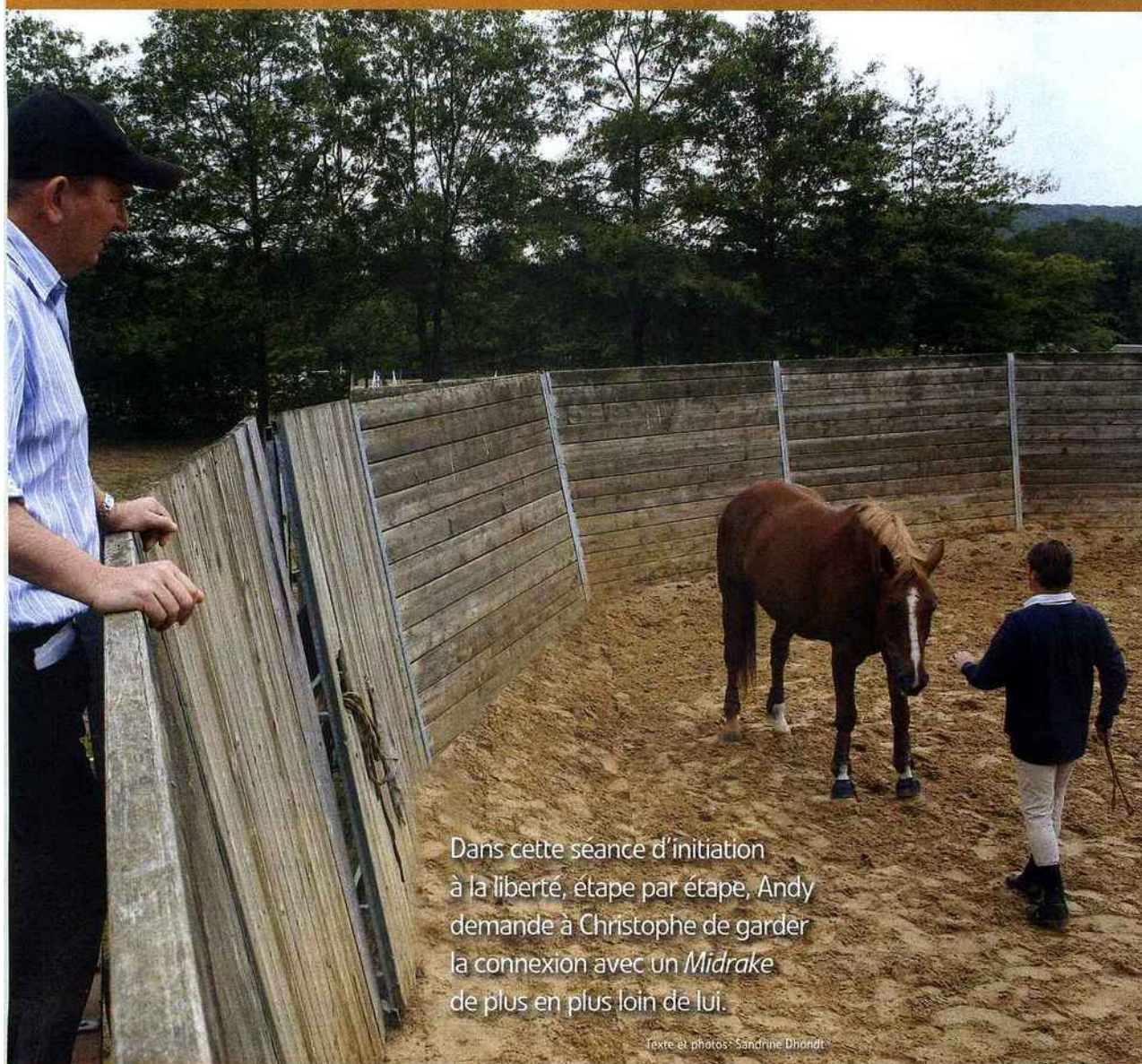


## CHEVAL ET CAVALIER

# Plus loin dans la liberté



Dans cette séance d'initiation à la liberté, étape par étape, Andy demande à Christophe de garder la connexion avec un *Midrake* de plus en plus loin de lui.

Texte et photos : Sandrine Dhondt

*“ Je ne demande pas à Midrake de me suivre mais de rester ”*



AVEC ANDY BOOTH ET LE HARAS DE LA CENSE

## MENER, ARRÊTER ET RECULER SANS LICOL

• **Mode opératoire.** Mener comme si l'on avait la longe et marcher le cheval à la hauteur de notre coude, puis arrêter et reculer pour vérifier si le cheval est connecté... ou pas ! Attention, le stick doit toujours être dans la main extérieure par rapport au cheval : dans la main gauche si le cheval est à notre droite, dans la main droite si le cheval est à notre gauche. Il sert à mettre en mouvement mais aussi à freiner en intervenant devant le nez du cheval.

• **Ce que cela apporte dans l'équitation de tous les jours.** Pour Andy, avec cet exercice, on est dans le concept de l'impulsion : « Je parle d'une impulsion qui passe par son cerveau avant de passer par ses pieds ! Je veux le cheval avec moi : pas plus rapide, ni plus lent ! Il doit être facile à faire avancer et à arrêter. »

### Ce qu'en pense Christophe

« Avec ou sans licol, j'ai eu le plus de difficultés sur le reculer ! Et comme ça n'allait pas comme je voulais, je me suis heurté à mes problèmes récurrents : une attitude qui ne correspond pas à ce que je demande et mon timing n'est pas celui du cheval. Souvent, je tarde trop pour agir et quand Andy me le fait observer, je vais trop vite... Trop lentement ou trop vite, j'aboutis à la même chose : une mauvaise réponse du cheval et sa connexion tend à s'émuousser. J'ai compris que pour conserver une connexion, elle ne doit pas être ponctuelle mais de même densité durant toute la leçon, alors qu'avec moi, elle est encore aléatoire ! »

### Ce qu'en pense Andy

« Je ne demande pas à Midrake de me suivre mais de rester avec moi : si c'est lent, on va lentement, si l'on va vite, on va vite ensemble. Ce n'est pas du mimétisme, c'est de la connexion. Il faut que je rende cette solution facile et les autres réponses difficiles. Le cheval doit comprendre que le meilleur endroit du rond est avec moi. Je veux être sa zone de confort car, plus tard, il doit être capable de me quitter et revenir. Mais avant que l'on se sépare, je veux cette connexion. »



## FAIRE CHANGER DE MAIN AU CENTRE

• **Mode opératoire.** Pour réussir cette tâche, le cheval doit bien avoir compris qu'il trouve le confort avec le coude droit quand le stick est dans la main gauche et avec le coude gauche quand le stick est dans la main droite.

• **Ce que cela apporte dans l'équitation de tous les jours.** La connexion et la précision ! Andy nous dit : « Aucun spectacle équestre n'est obtenu sans précision avec stick. C'est un principe de toute l'équitation : faire de moins en moins et arriver à obtenir de plus en plus. »

### Ce qu'en pense Christophe

« Encore une fois, je me suis embrouillé dans le maniement du stick. J'ai eu du mal à le tenir dans la bonne main. Andy m'a bien rappelé la consigne d'aller au centre du rond, comme vers le X d'une carrière, où je devais opérer mon changement de main avec le stick pour faire

faire au cheval. Mis à part ce problème dans le maniement du stick, je n'ai pas eu le sentiment d'être confronté à une difficulté, au pas comme au trot. C'est l'illustration que j'ai encore quelques problèmes dans l'indépendance des aides et donc implicitement dans l'accord. Comme d'habitude, mon problème est devenu une obsession, je ne pensais plus qu'à changer mon stick... »

### Ce qu'en pense Andy

« Évidemment, il y a ce manque de précision avec le stick mais j'ai aussi noté autre chose à améliorer : la précision dans le départ et dans le changement de direction. Christophe doit comprendre que lorsqu'il tourne vers le centre, le cheval a plus de distance à faire que lui mais qu'il doit faire l'effort avec lui. »



avec moi : ce n'est pas du mimétisme, c'est de la connexion »

## LE PASSAGE ÉTROIT

- **Mode opératoire.** Au début de l'apprentissage du cheval, le passage étroit est demandé avec le licol pour l'aider avec ses problèmes de claustrophobie. Il faut l'envoyer dans le passage, le ramener et le renvoyer sans arrêter ses pieds. Cela devrait être facile d'envoyer le cheval et de capter de nouveau son attention.
- **Ce que cela apporte dans l'équitation de tous les jours.** Pour Andy : « La précision dans la demande, le rapport dans l'espace, savoir garder la fluidité dans un mouvement continu, obligent le cheval à se concentrer, ce qui ne peut que l'aider dans tous les domaines. »

### Ce qu'en pense Christophe

« Dans l'une des premières rubriques, j'avais réussi cet exercice, avec la longe, le long d'un pare-botte du manège. Ma difficulté principale fut de l'envisager dans ce périmètre rond : comment me placer par rapport à Midrake, à quel moment reculer et contrôler ses épaules ? J'ai vraiment rencontré beaucoup de difficultés et suis donc retombé dans mes travers familiers : j'ai fait une "fixette" sur mon problème et au lieu de le résoudre, je l'ai amplifié ! Quand Andy a mis l'imperméable, j'ai plus facilement réussi à esquisser le mouvement car c'est devenu plus concret, mais j'avais tendance à faire de trop grands gestes, de peur que le cheval quitte le déploiement de mon stick. Cet exercice m'a confirmé que ce n'était pas acquis. À chaque fois que j'ai des difficultés, j'ai du mal à conserver la connexion avec le cheval, mais c'est inhérent à un manque d'accord des aides. Je parviens à lui faire faire, mais la connexion est moindre car je me recroqueville dans ma bulle, je me bats avec moi-même sans me soucier de Midrake. Cet aspect-là n'est toujours pas acquis ! »

### Ce qu'en pense Andy

« Christophe a eu quelques difficultés car nous n'avions pas mis, jusqu'à cette séance, assez d'importance sur la qualité de l'envoyer. La longe remplissait le vide mais, quand elle n'a plus été là, l'envoyer n'était plus là non plus ! Le cheval est devenu un peu confus et il a commencé à anticiper des choses. Le passage étroit est un enchaînement. Et les enchaînements sont difficiles. Cela demande une fluidité, une clarté, et une vraie précision, plus une bonne utilisation de l'espace. Parce qu'il n'a pas trop l'habitude, Christophe s'est trouvé plusieurs fois coincé contre le mur. Notre utilisation de l'espace devient plus précise avec l'expérience. »



## LES TRANSITIONS

- **Mode opératoire.** Être capable de gérer sa propre énergie pour demander des transitions ascendantes puis descendantes. Pendant que le cheval est sur le cercle, la position de l'humain est très importante : votre ligne d'équilibre est à la sangle. Ce que vous faites en arrière de cette zone demande d'accélérer ou de désengager ; ce que vous y faites en avant vous permet de ralentir ou d'obtenir des changements de direction. Quand on est au centre d'un rond, on peut être devant ou derrière le cheval avec très peu de mouvement. Essayez de trouver la fréquence de votre cheval : monter votre énergie pour augmenter la vitesse jusqu'à ce que la demande devienne plus subtile. Pour les transitions descendantes, descendez votre énergie et mettez-la devant lui pour ralentir ses pieds. Pour l'arrêt, éventuellement bloquez l'énergie devant lui. Avec un jeune cheval, on est obligé de déplacer nos pieds tout en restant dans cette quête de faire de moins en moins pour obtenir de plus en plus.
- **Ce que cela apporte dans l'équitation de tous les jours.** Pour Andy : « Les changements de direction et les transitions sont deux exercices fondamentaux pour que l'humain reste suffisamment intéressé afin que le cheval reste intéressé. »

### Ce qu'en pense Christophe

« J'étais imprécis dans le positionnement du stick par rapport au corps de Midrake... J'ai eu tendance à zapper la phase la transition au pas et à passer tout de suite à l'arrêt. Ce n'était pas ce que je voulais, mais, pour le coup, j'étais trop déterminé ! J'ai retrouvé une configuration classique avec la longe que l'on doit bachoter quand on est au Galop 6 ou 7... »

### Ce qu'en pense Andy

« Le stick de Christophe bougeait beaucoup et chassait un peu. Christophe l'utilise beaucoup et peu le corps, du coup, le cheval peut moins s'attacher à son langage corporel. Comme dans l'équitation, il faut savoir être présent sans être gênant : simple, mais pas toujours facile ! »



## LES CHANGEMENTS DE MAIN FLUIDES

• **Mode opératoire.** C'est une extension de l'exercice du passage étroit avec plus de distance. Quand le cheval est sur le cercle, il faut pousser légèrement son arrière-main pour capter son attention et reculer dès qu'il tourne sa tête vers vous pour le ramener vers vous. Quand vous avez ses deux yeux et ses deux oreilles, envoyez les épaules du cheval dans la nouvelle direction.

• **Ce que cela apporte dans l'équitation de tous les jours.** Avoir un cheval disponible dans les épaules, capable de faire des changements de direction fluide.

### Ce qu'en pense Christophe

« J'ai eu un vrai problème de timing: j'intervenais toujours à contretemps pour canaliser ses épaules! Et à chaque fois que je le ramenaient vers moi, je me heurtais au pare-botte! Au moins, cela m'a permis de souligner que ce n'était pas au point! Je n'étais pas assez précis pour l'aspirer sur une courte distance... c'était mieux avec la longe et plus d'espace. »

### Ce qu'en pense Andy

« Le changement de main demande de concentrer plein de choses dans une seule action. Normalement, il faut isoler et recombinaison les apprentissages. Christophe doit tout appréhender en une courte séance! Ce n'est pas évident pour lui. »



## L'importance de « l'envoyer »



Andy: « Il y a trois parties dans un cercle, l'envoyer, le laisser faire et le ramener. Je pense que l'envoyer est le plus important car c'est le facteur déterminant de la partie suivante. C'est aussi la partie du cercle la plus difficile pour l'humain car nous avons tous l'instinct de chasser le cheval. Chasser est naturel, mais si on le chasse, on va le perdre dans le ramener. Cette capacité d'envoyer l'épaule est très importante dans le passage étroit, elle devrait partir sur un angle droit de 90°. Quand on ramène le cheval pour le changement de direction, il faut le désengager en poussant légèrement son arrière-main afin de capter son attention et, quand on a ses deux yeux et ses deux oreilles, envoyer l'épaule dans le nouveau sens. »

## LES DÉPLACEMENTS LATÉRAUX



• **Mode opératoire.** Un contrôle des épaules et de l'arrière-main dans un mouvement continu, le long du mur, pour que ce dernier aide en freinant la progression du cheval. On devrait être capable de l'obtenir un jour sans l'aide de ce mur.

• **Ce que cela apporte dans l'équitation de tous les jours.** De la précision et du contrôle.

### Ce qu'en pense Christophe

« Les hanches ont quasiment toujours précédé les épaules, une horreur quand on fait cet exercice. J'aurai dû être plus aux épaules pour les contrôler d'avantage par rapport aux hanches. Être dans un rond m'a donné un peu de fil à retordre. J'étais un peu comme une poule devant un couteau! C'était une révision d'un exercice précédemment réalisé mais j'ai eu du mal sans longe dans le dosage et l'accord de mes aides. Cela s'est amélioré au fil de l'exercice! »

### Ce qu'en pense Andy

« Il ne faut pas penser que l'on peut déplacer tout un cheval latéralement! Il faut penser à bouger ses pieds et à quel moment le faire sinon on finit avec la tête ou les fesses vers nous. »

## L'énergie!



Christophe: « Je n'avais pas mis de mot dessus, mais l'énergie c'est l'intention, la conviction, avec cette idée que l'on se trouve, le cheval et nous, sur la même fréquence. »

Andy: « Oui, cela demande que chacun aille un petit peu vers l'autre pour qu'à un moment, très peu veuille dire beaucoup. Sinon, l'homme danse sur un tango pendant que le cheval valse. On doit faire un effort pour se rejoindre quelque part. »