

L'ÉQUILIBRE NATUREL  
JULIE ULRICH

L'une des qualités les plus appréciées d'un cheval de sport est son équilibre naturel. Des livres ont été écrits sur la façon de sélectionner un jeune cheval avec un équilibre naturel, le modèle qui se prête à un bon équilibre, et comment ne pas gâcher l'équilibre pendant l'éducation du cheval.

Mais il y a pourtant bien plus de choses à dire à ce sujet.

Un cheval peut être équilibré lorsqu'il est à l'arrêt, pour être jugé pour sa conformation, mais en revanche être déséquilibré une fois qu'il est en mouvement, une fois qu'il porte un cavalier, ou une fois qu'il assume la vitesse à laquelle il va pour performer. Le facteur d'équilibre important pour un cheval est son équilibre EN MOUVEMENT, et généralement... avec un cavalier.

Le cheval s'équilibre d'abord avec son encolure. Bien sûr, c'est pourquoi le contact avec les rênes trop tôt dans l'entraînement, qui conduit à une encolure raccourcie, ou un cheval qui s'appuie sur la main, peut ruiner l'équilibre naturel. Je pense que ce premier point est universellement acceptée donc je ne m'y attarderai pas...

Le cheval peut aussi améliorer son équilibre en améliorant son STANCE\*. Voici des exemples qui clarifieront comment il fait cela.

1. Le cheval qui ne s'équilibre pas bien pendant les transports est facilement calmé en lui donnant une double ou triple place, ce qui lui permet d'écartier les membres.

*STANCE\* améliorée.*

2. Le cheval qui apprend à mettre tout son poids sur ses postérieurs, c'est-à-dire pour effectuer une LEVADE, écartera ses postérieurs.

*STANCE \*améliorée.*



*Ecartement des postérieurs pour la prise d'appui (« stance »)*

© Julie Ulrich

3. Le cheval de travail du bétail devant une vache, prêt à aller à gauche ou à droite en toute hâte, écarte les antérieurs.

*STANCE\* améliorée.*

4. Quand un cheval se prépare à sauter un obstacle élevé, lors de la battue d'appel, il mettra les deux postérieurs au sol pour pousser fort... mais avec un espace plus large entre eux que d'habitude.

*STANCE\* améliorée.*



*Kevin Staut et Iliade KDW Z : Iliade a amélioré sa position, sa posture (« stance ») afin de produire cet effort de saut*

© Emilie Rsn

5. Le cheval au piaffer, lors de sa période d'apprentissage, va se balancer à gauche et à droite pour améliorer sa stabilité.

*STANCE\* améliorée.*

Il existe donc deux types de problèmes ou « challenges » pour cette notion d'équilibre... le poids à l'avant et le poids à l'arrière, et, tout aussi important, mais rarement discuté... le poids à gauche et à droite. Marchez sur une clôture, ou marchez sur une ligne très fine... vous aurez rapidement un défi d'équilibre. Marchez sur une piste plus large et vous vous sentirez immédiatement en sécurité et pourrez recommencer à balancer vos bras au fur et à mesure. Les chevaux qui sont raides et dont les muscles du poitrail et des hanches manquent de flexibilité peuvent avoir des difficultés à s'équilibrer car ils ne peuvent pas améliorer leur STANCE\* en mouvement.

À ce stade, il est important de revenir à la discussion sur le modèle du cheval qui conduit à l'équilibre.

Un cheval très étroit était souvent décrit comme ayant les deux antérieurs dans le même seau (expression américaine souvent utilisée!) ! Ce type de cheval peut rencontrer une difficulté dans son équilibre gauche-droite.

Un cheval aux épaules très larges et aux hanches larges, bien qu'ayant une large STANCE \*, N'EST PAS LA RÉPONSE.

Il ne peut pas bien galoper et n'est pas assez fluide pour le sport. Le modèle idéal se situe entre ces deux extrêmes et l'entraînement en dressage et gymnastique est la solution à toutes difficultés.

On dit qu'on ne peut pas enseigner l'équilibre. C'est probablement vrai. La solution la plus simple reste d'acheter un cheval bien équilibré. Cependant, un cheval peut avoir altéré son équilibre naturel à cause d'un mauvais entraînement... et il peut être ré-éduqué pour le retrouver.

Un cheval peut être un génie dans un domaine et **restreint** dans un autre.

Corriger un problème, dans cette deuxième catégorie d'équilibre, est facile et aura un impact immédiat. Il s'agit d'un travail latéral, soit par du travail en cessions à la jambe, soit en épaule en dedans, mais pas en appuyer. L'accent doit être mis sur l'action de l'antérieur externe ou du postérieur externe au lieu de se concentrer comme on le fait habituellement, sur l'antérieur et postérieur interne. C'est la distance entre les membres qui étire les muscles et les ligaments et qui de ce fait, travaille le relâchement du cheval. Par exemple, dans l'épaule en dedans à droite, l'épaule gauche et le postérieur gauche sont vraiment plus importants dans cet exercice et, à ce moment, que l'épaule droite et le postérieur droit. Il faut apprendre au cheval, lentement, gentiment et dans le rythme, à écarter et étirer ses membres. S'il ne peut pas le faire, utiliser la force n'est pas la réponse. La répétition de ces mouvements, effectués avec compréhension et respect selon chaque cas, détendra à chaque fois le mécanisme figé.



*L'une des priorités de l'épaule en dedans est l'action des membres extérieurs (épaule, postérieur)*

© Julie Ulrich

Une fois que le cheval aura été correctement travaillé pendant une semaine ou deux, il possèdera la clé de son équilibre. Il deviendra plus calme, et son équilibre lui permettra d'être plus sûr et confiant.

Un cheval équilibré est un plaisir à monter. Tout cavalier remarquera un cheval équilibré.  
!

Un cheval équilibré est sûr de ses appuis et capable d'obéir facilement. Ce cheval est calme et volontaire GRÂCE à son équilibre.

Des livres entiers ont déjà été écrits. Cependant, il y a toujours plus à dire. Il y a toujours plus à apprendre.