

La contre-épaule en dedans

Par : Marie Alice Dumont

Un autre exercice que j'aborde assez tôt dans le dressage du cheval est la contre-épaule en dedans. En effet, celle-ci peut avoir des effets bénéfiques en fonction de ce que l'on veut travailler. Pour ma part, je vais surtout l'utiliser dans le cas où j'ai une différence de contact. Une différence de contact traduit généralement que le cheval ne veut pas établir la connexion avec un des postérieurs, son postérieur faible. La contre-épaule en dedans est un bon exercice car, premièrement, je vais avoir l'aide du mur pour encadrer ou canaliser mon cheval, ce qui me permettra de travailler avec une rêne d'ouverture et non pas de tirer ou d'utiliser des aides plus fortes pour que le cheval comprenne ce que je veux de lui et, deuxièmement, ceci va amener le cheval à trouver la solution tout seul et donc à bien vouloir remettre son postérieur dans l'axe sous la masse afin d'établir la connexion avec la rêne où j'ai le moins de contact.

Comment s'y prendre ?

Prenons l'exemple d'un cheval qui vous donne beaucoup de contact à droite et peu voire pas du tout de contact à gauche. Installez-vous piste à main droite, et demandez la contre-épaule en dedans en début du grand côté du manège avec une rêne d'ouverture. En général, et d'après mon expérience, je garde une main assez basse, juste un peu en dessous du garrot. Le principal ici est de fonctionner avec une vraie rêne d'ouverture et de ne pas « tricher » en voulant tirer sur la rêne. La rêne d'ouverture est justement bénéfique en cela qu'elle va nous permettre d'établir une connexion sans tirer. Au début, il est normal que votre cheval va continuer à chercher à éviter cette rêne gauche et va vouloir encore plus se plier à gauche pour ainsi ne pas devoir remettre son postérieur dans l'axe. Dans ce cas, je le laisse se plier, mais sans pour autant lâcher ma rêne gauche. Je le mets dans une situation où il doit trouver la solution par lui-même afin de se sortir de cette position inconfortable (toujours notre notion de confort/inconfort). Au niveau de mes jambes, je ne le sollicite pas, afin de ne pas interférer dans ma demande de rêne gauche. Si mon cheval perd de l'impulsion, je vais simplement venir faire une petite action de jambe de l'arrière vers l'avant avec mes deux jambes pour l'inciter à continuer à se pousser vers l'avant.

Donc, nous sommes toujours piste à main droite, rêne d'ouverture à gauche, vos épaules légèrement tournées vers l'extérieur afin qu'elles soient alignées avec celles de votre cheval et, sans doute, un cheval trop plié à gauche et qui refuse de mettre son postérieur dans l'axe. Ce n'est pas grave, continuez dans votre démarche jusqu'au moment où vous allez sentir que votre cheval va effectivement venir se redresser (donc mettre son postérieur dans l'axe) et ne plus autant tomber sur son épaule droite. Bravo ! Mais, attention, à ce stade, ce n'est pas encore gagné. Je félicite néanmoins pour que mon cheval comprenne que c'est bien ce que j'attends de lui.

Je continue mon exercice jusqu'au moment où j'arrive à avoir plus de contact à gauche qu'à droite, c'est un peu l'image des vases communicants que vous devez avoir en tête ici. Au plus votre cheval va vous donner de la « consistance » sur votre rêne gauche, au plus cela sera indicateur qu'il est en train de se redresser et d'accepter de se déplacer avec son postérieur faible sous lui. Néanmoins, soyez



Photo prise par Maria Inês Farrim. Cheval : Eros d'Atela (propriété de Lusitanos d'Atela, Francisco Bessa de Carvalho).

vigilants d'y aller étape par étape et de ne pas être trop exigeant tout de suite, cela demande beaucoup de temps au cheval pour remuscler ce postérieur faible. Nous sommes en train d'agir sur la façon qu'il avait de se déplacer depuis toujours. Comme tout changement, cela demande du temps et de la patience.

Une fois que cet exercice devient facile et que vous arrivez à avoir plus de contact à gauche qu'à droite (si je devais l'exprimer en pourcentage, je dirais que vous devriez avoir 80 % à gauche et 20 % à droite), je vais simplement faire une petite action de jambe droite à la sangle, redresser mes épaules afin de me déplacer vers l'avant avec un cheval droit entre mes deux jambes. Attention, ne lâchez surtout pas votre rêne gauche ! Mais posez-vous la question de combien de pourcentage vous avez dans chaque rêne. Lorsque vous remettez votre cheval droit sur la piste, ne vous préoccupez pas trop à ce stade s'il garde son nez encore légèrement à gauche pour garder son contact à gauche, cela viendra se redresser petit à petit quand vous allez travailler sa flexion à droite, en gardant votre connexion à gauche.

Le but de cet exercice est d'avoir un contact égal sur les deux rênes, avec autant de consistance à droite qu'à gauche et que je puisse jongler entre le pourcentage de contact que je décide de mettre dans chaque rêne.

