

Latéralisation du pas : comment améliorer le rythme ?

Question délicate, car certains chevaux avec des dos très raides de nature viennent facilement à l'amble, comme la girafe ou le chameau. Ceux-là sont à mettre de côté pour le dressage spécialisé (mais peuvent trouver d'autres utilisations ...).

La latéralisation (rapprochement des battues de chaque latéral, ou d'un seul) vient de contractions musculaires ou de tensions nerveuses, ou des deux. Améliorer le rythme se fait tout d'abord en évitant de reproduire ce défaut : marcher au pas en promenade, faire du pas libre au travail, chercher un pas simplement actif, souple et décontracté, obtenir un déploiement de l'encolure en gardant le rythme sont les premiers remèdes.

L'impératif absolu est d'arrêter tout exercice qui entraîne un début de latéralisation, preuve qu'il entraîne une contraction, qu'il est mal compris et devient négatif. Lorsqu'on est au travail, il faut donc revenir tout de suite à une décontraction du dos dans une attitude ronde et basse, au trot si ce n'est pas possible au pas. Le pas rênes longues est le meilleur remède, au mieux avec un léger contact ("tension décontractée ") en terrain varié (montées et descentes), avec des courbes, la latéralisation étant favorisée par la ligne droite.

Pour le cheval qui s'inquiète (tension nerveuse) l'idée est de le relaxer : arrêter pour débloquer la respiration, pas libre pour éviter un contact qu'il craint, amélioration de la relation homme-cheval en s'attachant aux signes d'inconfort ou de douleur du cheval monté, travail ciblé sur la justesse de la mise sur la main pour les chevaux plus avancés.

Pour le cheval dont les muscles du dessus (ilio-spinaux) sont durs, il s'agit de les détendre (extensions d'encolure, modifications d'attitude, incurvations) et de mettre en jeu les muscles abdominaux (activité des postérieurs et propulsion, cadence juste, qualité du contact, cheval qui se porte de lui-même). Un travail d'épaules en dedans bien faites incite le cheval à se déplier. Le travail en pli externe et la contre-épaule en dedans sont indiqués. Tout travail de deux pistes au pas avec un cheval calme et prêt à diagonaliser est aussi conseillé.

Pour le cavalier, l'idée est de ne travailler au pas que si et seulement si on a la sensation soit que le cheval peut à tout moment passer au pas libre, étendu et relâché mais actif, soit qu'il peut à tout moment prendre un petit trot (de manège) diagonal et sans effort (pour éviter qu'il ne se durcisse).

Mais tous ces éléments ne valent guère par rapport à l'œil du maître, de l'écuyer, de l'enseignant ou du dresseur qui pourra sentir les contractions et conseiller le cavalier pour aider son cheval à se gymnastiquer dans le bon sens, et à marcher au pas à 4 temps : car « c'est au pas de son cheval qu'on reconnaît le cavalier » !