

Jean-Frédéric JUNG

ABÉCÉDAIRE D'ÉQUITATION

Tout ce que l'on vous a dit et que l'on aurait pas dû vous dire
Tout ce que l'on ne vous a pas dit et qu'on aurait dû vous dire

EDITIONS
MARIE B

Sommaire

Préambule :	11
A	27
Aides (les...) :	29
Allures ; analyse et incidences :	32
1 - Tous chevaux :	32
2 - Jeunes chevaux :	34
3 - Nota bene :	36
*	37
Ane :	38
*	38
Argent :	39
*	39
Assouplissements (du cavalier !)	40
*	42
Attention (L') (Psychisme)	43
*	45
B	47
Balade :	49
*	49
Bouche :	50
1 - Bouche et crochet :	50
2 - Bouche et palais :	50
*	51

C	53
Cavalière /er : (Lady first !) Moutl définitions !	55
1 - Femme /homme à cheval (Larousse)	55
2 - Individu pratiquant une équitation de valeur variable.	55
3 - Être paradoxal de sexe féminin :	56
*	59
Cervicales.	60
*	60
Circuits de compétition	61
1 - Circuit, définition :	61
2 - Circuit définition modifiée :	61
a) circuit club ou division Club suivant le règlement fédéral	67
b) circuit amateur ou division amateur suivant le règlement Fédéral.	68
c) circuit professionnel ou division pro suivant le règlement Fédéral.	68
d) circuit d'élevage :	70
*	76
Coudes :	77
*	79
D	81
Droit :	83
1 - Droit sur la courbe :	83
2 - Droit sur la ligne droite :	83
*	86
E	87
Élite :	89
*	89
Embouchures :	90
*	91
Embouti :	92
*	92
Engagement :	93
*	94
Enrênements :	95

1 - La rêne allemande :	95
2 - Le gogue :	97
3 - Autres enrênements :	97
*	97
Équilibre :	98
*	98
Éthologie	99
*	104
F.....	105
Faute :	107
*	107
Féminité :	108
*	109
Foulée :	110
1 - Définition :	110
2 - Étude au galop :	110
3 - Comptage des foulées	112
*	113
G.....	115
Galop de concours :	117
*	118
Galop enlevé :	119
*	120
Grégaire :	121
*	127
H.....	129
Homme monté :	131
*	132
I.....	133
Incurvation :	135
*	140
Inventions :	141
*	142

J	143
Jambes !	145
*	148
Jour de repos : Voir à Repos	148
*	148
 K	 149
Kinésithérapeute :	151
*	151
 L	 153
Longe :	155
*	155
 M	 157
Main : et tout ce qui s'y rapporte !	159
1 - Définition cavalière :	159
2 - La main fixe !	160
3 - Ouvrez les doigts !	163
4 - Les pouces en-dessus !	165
*	166
Mensonge :	167
*	173
 N	 175
Négoce :	177
*	178
 O	 179
Origines :	181
*	182
 P	 183
Pension, demi-pension, tiers et quart de pension :	185
*	186
Professionalisme :	187
*	189

Q	191
Questions	193
*	193
R	195
Rectitude :	197
*	197
Regard :	198
*	199
Remodelage :	200
*	202
Repos :	203
*	205
Respiration :	206
*	207
S	209
Saut de pied ferme :	211
*	212
Sport-Études :	213
*	216
T	217
Tournant et courbe :	219
1 - Comment prendre un tournant ou courbe simple :	219
2 - Comment prendre un tournant ou courbe suivi d'un obstacle en sortie situé entre trois à cinq foulées de la fin du tournant : ..	219
3 - Tournant ou courbe suivi d'un obstacle en sortie situé au-delà de cinq foulées de la fin du tournant :	221
4 - En conclusion :	221
*	228
Tension :	229
*	229
V	231
VÉRITÉ : Les trois vérités :	233
1 - Vérité spirituelle :	233
2 - Vérité bassement temporelle :	233

3 - Vérité équestre :	233
*	238
Vitesse :	239
*	240
X	241
Xénophon :	243
*	245
Z	247
Zone Rouge :	249
1 - Définition :	249
2 - En épreuve :	250
3 - À l'entraînement : deux cas :	251
*	253
Épilogue	255

Aides (Les...) :

Les aides classiquement reconnues sont les mains, les jambes, la voix et l'assiette pour les aides dites « naturelles ». Les aides dites « **artificielles** » sont les éperons, cravache et stick. Jusque-là nous sommes en territoire bien connu.

Un mot d'abord sur l'assiette. L'assiette est une aide naturelle, certes, mais que je qualifierais de préparatoire et ampliative et non directive. Non directive parce qu'elle n'a pas vocation à décider seule de l'ordre à donner. Ampliative, car elle doit accompagner et faciliter l'exécution de l'ordre donné par les jambes et / ou la main. En revanche elle est préparatoire car elle **avertit** le cheval qu'il va être sollicité. Plus le cheval sera « dressé » plus ces trois fonctions seront rapprochées et pratiquement invisibles au spectateur. Exemple : départ au galop sur simple « appui » de l'assiette.

En ce qui concerne la voix, elle est un secours, un encouragement, mais ne doit jamais être systématique, faute de voir le cheval se blaser en « « oubliant les aides premières (en valeur) c'est-à-dire jambes et mains.

Cela étant dit, ce qui nous intéresse principalement ici, est ce qu'il est d'usage d'appeler **l'accord des aides, soit la combinaison des aides entre elles**, car il s'agit là, au-delà de la technique valable pour tout le monde, **de l'interprétation** ; bref, comme pour les musiciens, du génie personnel de chaque cavalier ! Les aides dites artificielles ne sont pas concernées dans ce propos, seules les aides naturelles **jambes**⁶ et **mains**⁷ le sont. Par ailleurs, et dans le même esprit,

⁶ Voir au mot « Jambe » dans cet abécédaire.

⁷ Voir au mot « main » dans cet abécédaire.

ne jamais oublier que tous les effets de rêne n'ont de sens et d'efficacité que par les jambes ; à titre d'exemple : tourner le volant d'une voiture sera inefficace si la motricité n'est pas sollicitée !

L'accord des aides est malheureusement, de façon courante, très mal comprise et donc son emploi évidemment vicié. **L'accord des aides** est défini dans les manuels d'instruction par la règle « ...**jambes sans main et mains sans jambes...** ». Une expression que l'on doit à **François Baucher**⁸ et fixée dans le langage d'instruction par le général **L'Hotte**⁹, inspecteur général de la Cavalerie militaire à la fin du XIX^e siècle. Vous savez maintenant à quel genre de cavaliers cette expression s'adressait et par conséquent que son adaptation s'impose tout naturellement en lui redonnant le vrai sens que lui voulait François Baucher, cavalier civil, à savoir : que **la main ne contrarie jamais la jambe sous peine de voir l'impulsion s'éteindre et que la jambe ne contrarie jamais la main sous peine, cette fois, de voir la bouche se gâter ; ce qui n'oblige nullement l'une à disparaître lorsque l'autre agit !** Voilà tout simplement la bonne interprétation qui est évidemment plus subtile à mettre en œuvre et toute différente de celle, prise à la lettre et donc plus simple d'application, donnée à nos braves cavaliers militaires de cette époque. A noter, pour qui ne connaîtrait pas sa valeur d'équitant, que le général L'Hotte avait bien entendu parfaitement saisi ce que voulait dire Baucher, sauf qu'il jugeait la troupe incapable, à juste raison, d'en faire application autrement qu'à la lettre. Le **juste accord des aides entre elles** demande en effet une certaine subtilité pour que mains et jambes **collaborent tout en respectant la prédominance des unes par rapport aux autres ; prédominance interchangeable en fonction des opportunités survenues dans l'exécution du mouvement demandé.** Le **bon emploi** des aides se fait donc dans **l'harmonie** de leur rôle réciproque face à une tâche donnée, mais il n'est pas inutile, pour plus de clarté, d'employer un langage imagé pour en faire comprendre la combinaison. Par exemple, la « main ¹⁰ » est le **diplomate** chargé de faire admettre, par les jeux des bras, avant-bras, mains proprement dits et doigts, ce que le buste

⁸ François Baucher, (1796 – 1873) écuyer, maître de dressage français du XIX^e siècle.

⁹ Alexis L'Hotte, (1825-1904) écuyer en chef du Cadre noir, puis Commandant du Cadre et Général inspecteur général de la Cavalerie militaire.

¹⁰ Voir au mot « Main » dans cet abécédaire.

ordonne ou **accorde** et que les jambes **obligent** ou **sollicitent**. Mais quel que soit le langage, il ne faut pas perdre de vue que les **réponses** du cheval seront **proportionnelles** à la **qualité** des aides et donc fatalement de **l'assiette** du cavalier liée à sa **décontraction**, laquelle décontraction sera facilitée par **la respiration**¹¹. Tout se tient !



¹¹ Voir au mot « Respiration » dans cet abécédaire.

Allures ; analyse et incidences :

1 - Tous chevaux :

Les allures en équitation ne définissent pas les vitesses de déplacement mais les **mouvements biomécaniques permettant les déplacements**. Les allures sont des phases types de locomotion. Elles se caractérisent par le déplacement des membres suivant différents modèles avec ou sans **bipède**. Le bipède est une **association** de deux membres pour un mouvement locomoteur, à priori, **identique et simultané**. L'expression « **a priori** » utilisée ici, n'est pas anodine. Elle sous-entend qu'en réalité, les deux membres d'un bipède ne se mobilisent pas aussi simultanément et de la même manière que le manuel veut bien le dire. L'explication est simple. L'œil humain a déterminé, à partir de ce qu'il était capable de voir, des règles devenues au fur et à mesure des années (et même des siècles !) de véritables dogmes ; d'autant que l'œil en question était le plus souvent militaire. Or, les militaires ont détenu pendant très longtemps le haut du pavé en matière équestre ; et dans l'armée, on ne discute pas ! Il a donc fallu un long « apprivoisement » pour que ces mêmes militaires (enfin, les meilleurs d'entre eux) acceptent le verdict de la caméra, toute jeune impertinente, mais en l'occurrence incontournable. Puis les civils, remplaçant petit à petit les militaires dans les instances représentatives, pas toujours pour le meilleur d'ailleurs, la diplomatie œuvra pour accoucher d'un *modus vivendi*. Un *modus vivendi* qui perdure encore aujourd'hui et consiste en un compromis qui reconnaît, via la caméra, la force de l'expérience scientifique, comprenez la dissociation des deux membres d'un même bipède, mais qui accepte aussi de toujours s'en remettre à la seule vision humaine pour définir les règles de fonctionnement de la locomotion du cheval destinées à l'instruction du commun des mortels. C'est en effet plus simple. Comprenez cette fois-ci, que si vous n'êtes pas d'un niveau, évidem-

ment exceptionnel, en équitation, vous êtes en conséquence trop brut de l'encéphale pour appréhender la vérité vraie ! C'est un raisonnement, malheureusement, lié à la démocratisation ratée de l'équitation, mais nous y reviendrons, car nous le retrouverons dans d'autres sujets à venir. Cela étant dit, les militaires qu'il était de bon ton de critiquer se montraient finalement infiniment plus démocrates que les civils qui prirent leur suite et sévissent encore aujourd'hui, car tous les cavaliers débutants ou champions étaient logés à la même enseigne ! L'avantage du principe de l'uniforme sur la diversité des intérêts et autres motivations civiles...

Pour en revenir aux allures du cheval, quelles sont-elles ? Les allures naturelles des chevaux sont : le pas, le trot, le galop. Une quatrième allure, classée non naturelle, est l'amble.

– Le pas est une **allure marchée à quatre temps** (quatre posés de membre successifs). Le pas est la seule allure qui ne comporte pas de mobilisation par **bipède**.

– Le trot est une **allure sautée** par bipèdes **diagonaux** à deux temps (deux posés de bipède successifs). Là, encore, la prise en compte de la **dissociation** des membres à **l'intérieur de chaque bipède** est à prendre en considération pour pousser le dressage du cheval. Pour une équitation courante, elle importe peu, pourvu qu'elle soit pratiquement invisible à l'œil nu. Dans le cas contraire, elle pourrait trahir un défaut locomoteur ou une pathologie sous-jacente, voire un mauvais équilibre de constitution.

Tout cela est très beau ! Mais maintenant, si nous retenons que dans toutes les allures comportant un ou plusieurs temps bipèdes, la caméra montre qu'à l'intérieur d'un même bipède les deux pieds ne se posent pratiquement jamais ensemble, elle révèle aussi **qu'au trot la symétrie des deux bipèdes n'existe pas non plus !** Cette remarque impose que le dresseur, pour fixer l'axe de son travail, d'une part identifie bien l'ordre des posés à l'intérieur d'un même bipède, et d'autre part tienne compte de l'asymétrie, au trot, des deux bipèdes. La **rectitude et le développement** harmonieux du cheval le réclament¹².

¹² Ainsi, le cavalier trottera enlevé en alternant le bipède sur lequel il trotte, en restant sur des phases plus longues (20 foulées contre 10 par exemple) sur le bipède le moins développé pour en corriger

– Le galop est une **allure basculée, qualifiée à tort à trois temps par le manuel de la FFE, alors qu'en réalité, il est toujours à quatre temps**. Cela tient au fait, comme déjà expliqué en supra, que l'œil humain ne peut remarquer la **dissociation** du bipède diagonal (**2° temps du galop**), sauf lorsqu'il s'agit d'un cheval forçant son allure, ou dont la locomotion est fortement altérée pour une raison quelconque. A noter que dans le cas d'un cheval en **déséquilibre** sur l'avant-main, c'est **l'antérieur du bipède diagonal** qui touche le sol avant le postérieur et que dans le cas d'un cheval trop « assis » c'est **le postérieur** de ce même bipède qui se pose en premier. Cette remarque est intéressante car elle va donner au cavalier la direction à suivre dans le travail de son cheval pour améliorer son équilibre au galop.

– L'amble est **une allure classée comme « marchée »**, à deux temps par bipèdes **latéraux**, soit, au contraire du trot, antérieur et postérieur du même côté. Là encore, la caméra révèle qu'en fait il y a bien allure « **sautée** » mais si faiblement qu'elle ne se fait pas sentir comme telle en selle et encore moins à l'œil nu et alors que, naturellement, le posé des pieds de chaque bipède ne se fait pas en même temps.

2 - Jeunes chevaux :

Les jeunes chevaux, lorsqu'ils sont mis réellement au travail, c'est à dire quand le débouillage est fini et qu'ils entament leur travail de mise en état, en condition et de dressage, doivent être entraînés en respectant **l'ordre des choses** suivant :

– Beaucoup de pas, l'attitude la plus étendue possible pour favoriser, et le calme, et la musculation de la ligne du dessus et sa souplesse avec écartement des processus épineux par remontée des convexités ventrales du rachis ; pratique indispensable pour éviter toutes contractures et courbatures, sources de conflit et d'altération de leur locomotion, puis de leur physique et, pour finir, de leur moral. Ce travail est fondamental durant les premières années montées pour que le jeune cheval se **fasse un dos et des abdominaux solides pendant qu'il est aisément façonnable**. Il faudra aussi, durant toute la vie du cheval

l'étendue, sachant que trotter enlevé développe l'étendue du bipède concerné. Une bonne façon de corriger les asymétries.

de sport, revenir à cette attitude régulièrement pour lutter contre les souffrances provoquées par les efforts de la compétition.

– Recherche du **trot de référence**. Il s'agit de ma traduction personnelle de l'excellente analyse de Pierre Pradier qu'il intitule, à mon sens, improprement : « allure ordinaire » ; c'est à dire le trot où le cheval se sent **le plus à l'aise** et auquel il conviendra de **toujours revenir si, au cours d'un apprentissage quelconque, le climat se détériorait**. Ce trot, dit de référence, doit être le « cocon mobile » dans lequel le cheval doit retrouver sécurité, calme et confiance. Il est donc impératif de ne rien entreprendre d'autre sérieusement tant que cette allure de référence n'est pas fixée. Par ailleurs, pour les chevaux d'obstacles, le trot de référence permet de commencer l'apprentissage à l'obstacle dans **un climat de confiance et sans confronter le jeune cheval à des abords inégaux, voire mauvais, la foulée au trot se présentant toujours bien** contrairement à celle du galop. De plus, l'absence d'élan, dans une approche sans précipitation, obligera le jeune cheval à **basculer ses sauts et à s'articuler dès ses débuts**. Les bons réflexes se mettront ainsi en place rapidement sans qu'il soit nécessaire de revenir sur des débuts incertains, voire désastreux, dus à des sauts dans un galop non maîtrisé encore. Pour l'avenir du sauteur, mieux vaut sauter, dans ses débuts, de petits obstacles au trot que des plus gros dans un galop incertain ! Surtout, s'il est regardé, que le cavalier mette sa vanité dans sa poche et réserve son honneur à un futur de qualité pour son cheval !

– Recherche du **galop de référence** pour les mêmes raisons que pour le trot.

Là est un point capital ; à savoir que le jeune cheval dans son herbage ne se déplace au galop que pour **fuir** une peur soudaine, ou le plus souvent heureusement, pour **jouer** avec ses petits camarades, ou bien avec les renards, les sangliers, les chevreuils, les lapins... ou même encore avec les feuilles d'arbres qui virevoltent, bref avec tout ce qui **l'amuse ! Le mot est lâché !** Un jeune cheval au galop s'amuse, et c'est comme ça depuis sa naissance. Le mettre au galop est pour lui le signe de la détente et quelle détente ! Alors il va falloir lui faire comprendre que galoper maintenant doit se faire dans le calme et l'écoute de son cavalier, dans la concentration et non dans la griserie. **C'est un revirement total** qui demande beaucoup plus de