

*Quelques notes à partir de Tom Dorrance (True Unity)*

*Proposer au cheval un cadre à l'intérieur duquel il a la liberté d'explorer et de vivre des expériences afin que sa personnalité s'épanouisse.*

*Comment approcher son cheval avec acceptation, assurance et compréhension ?*

*Pour gagner sa confiance, je dois comprendre son besoin fondamental de se sentir en sécurité.*

*Le regard que je porte sur le cheval est d'une importance capitale. Il faut le voir comme un être vraiment spécial. Le voir pour ce qu'il est et avoir conscience de son potentiel.*

*Le cheval doit pouvoir trouver confort et protection auprès de moi. S'il n'y a pas cette fondation, c'est moi qui me sens en grande insécurité.*

*Être à l'écoute de son cheval ne signifie pas qu'il lui est permis de tout faire et d'avoir le dessus sur moi. C'est essayer de sentir ce qu'il ressent. Etudier comment il fonctionne et toujours m'interroger si le cheval comprend ce que je lui demande.*

*Il faut sans cesse chercher à apaiser ce qui se passe à l'intérieur du cheval.*

*La meilleure aide que l'on puisse apporter à un cheval, c'est de l'amener à trouver de lui-même les bonnes solutions et à se prendre en charge (toujours laisser une porte ouverte !)*

*Le feeling et le tact permettent de reconnaître cet instant précis où il faut savoir ne pas forcer les choses pour les laisser se produire.*

*Laisser au cheval le temps de se préparer. **Sentir l'énergie passer à travers son corps.***

*Amener le cheval à ce qu'il se prépare tout seul. Rassemblé, équilibré et concentré dès que le contact s'établit. C'est le cheval qui se rend disponible.*

*Il faut relâcher avant que le mouvement ne se déclenche. Demander et laisser faire. Le laisser utiliser sa propre réflexion et son propre corps.*

*Aider le cheval à trouver lui-même la solution.*

*Avant de lui demander une chose, il faut avoir l'image en tête. Visualisation. Toujours donner l'impression au cheval que la pression vient de lui, pas de nous. L'inconfort que le cheval s'inflige à lui-même est un bon outil d'apprentissage.*

*Equilibre et rectitude. C'est à travers cela que le cheval communique avec nous. **Le feeling et l'énergie passent par l'équilibre.***

*Communiquer est une affaire d'équilibre. Il y a deux choses dont il faut tenir compte : La façon qu'a la personne d'approcher le cheval. Et l'approche du cheval dans une situation donnée. Essayer de favoriser que ce soit le cheval qui vienne vers l'humain, et non l'inverse comme c'est généralement le cas.*

*Nous aimons nous sentir bienvenus quand nous allons vers un cheval. Il en est de même pour un cheval. Il faut veiller à ce qu'il se sente le bienvenu.*

*Ce qui compte, c'est l'approche initiale. Le cheval doit avoir la certitude qu'il n'a rien à craindre. Ne pas se contenter de les monter de les préparer pour diverses utilisations.*

*Préparer, apprendre au cheval à se préparer. (Montoir par ex.)*

*Garder le cheval tranquille et lui laisser trouver la solution lui-même. Ne pas lui mettre la pression. La seule chose dont un cheval a besoin, c'est d'être caressé et rassuré. Il faut pouvoir manifester la sincérité de notre sentiment à l'égard du cheval.*

*Quand il y a un problème avec un cheval, il est parfois bon de le laisser tranquille, puis de reprendre. S'arrêter. En général, quand le cheval se crispe, nous le suivons et nous nous crispions à notre tour. Être attentif au moindre changement.*

*C'est comme les racines d'un arbre, elles suivent le trajet de la moindre résistance. Rendre au cheval les choses faciles et agréables, c'est le meilleur moyen d'avoir sa coopération. Si notre contact lui est agréable, il sera des nôtres.*

### *DEMANDER et ATTENDRE*

*Se rappeler cette phrase: What you resists on, persists*

*Focus on what you want. Ce qui veut dire avoir une image Claire de ce qu'on veut avant de demander.*

*Il faut donner un but et du plaisir à l'animal au lieu de répéter sans cesse et de le déranger continuellement comme on le fait parfois (souvent) en carrière (où le cheval n'a pas vraiment de but et de travail à accomplir, si ce n'est contribuer à notre propre plaisir).*

*Apprendre à voir la joie dans l'œil du cheval.*

***La rectitude et la régularité des allures** est une condition indispensable pour bien aller ensemble avec son cheval.*

*Il est souvent nécessaire de s'arrêter et de se demander quel cheval on a en face de soi.*

***Ce n'est pas sur le cheval qu'il faut travailler, mais sur nous-mêmes. Lui, il est toujours dans le vrai.***

*Pourquoi suis-je en train de faire ceci ou cela ?*

*Pourquoi suis-je là ?*

*Quel est mon but avec ce cheval ?*

*A quel point mon ego est-il impliqué ?*

*A quel point avons-nous du plaisir ensemble ?*

*Qu'est-ce que le respect ?*

*La communication commence au moment où ils entrent en contact par la voix, le contact et le toucher.*

*Partenariat raffiné empreint de respect mutuel.*

- *Il faut savoir prendre du temps et aller lentement pour en gagner.*
- *Pour se déplacer correctement, le cheval doit être complètement décontracté.*
- *Tout problème de transition entre arrêt et pas, entre reculer et pas, se retrouvera à toutes les allures. Maîtriser la balance.*
- *Tous les efforts doivent être faits pour le confort de l'animal.*

*Calme et décontraction (western pleasure)*

*Ne pas oublier de se concentrer sur la direction dans laquelle on veut aller.*

*Il faut s'efforcer de toujours mettre le cheval dans une position qui l'aidera à mieux réussir. Sentir les situations et les moments où le cheval a besoin d'aide.*

*Quand le cheval va dans le bon sens, il doit se sentir entièrement libre pour qu'il puisse faire l'expérience du confort. On essaie d'aider le cheval à utiliser sa propre pensée. Préparer, attendre et laisser le cheval trouver la solution.*

- *Être attentif à la manière dont l'énergie passe à travers le corps du cheval*
- *Être conscient de l'impulsion.*
- *Être attentif aux moments où le cheval a besoin d'être un peu soutenu.*
- *Reconnaître ce qu'il y a de positif chez un cheval.*
- *Il faut savoir tirer profit des occasions que le cheval nous offre.*
- *Présenter les choses de manière que c'est le cheval lui-même qui se met la pression s'il ne cède pas. Il peut comme cela faire la différence lui-même.*