

馬匹的慢步

馬匹跟人的慢步非常類似，最大的差別在於人有兩隻腳而馬有四隻腳，因此馬的骨盆的方向跟騎士骨盆的方向成 90 度，因此馬的任何動作會引起騎士跟牠不同的動作，比如說：如果馬匹骨盆有旋轉的動作，騎士呈現側面的彎曲。或如果馬匹呈現側面的彎曲，騎士會做旋轉的動作。

人在走路時如果要抬右腳就必須把重心移到左腳，馬匹也是一樣：

右後腳往前移動，骨盆往左邊掉下去，骨盆做旋轉的動作。

後腳往前踏出去時肚子從一邊搖晃到另一邊。那時馬匹呈現側面的彎曲。

前後的動作其實是一種對加速及煞車（漸快及漸慢）的反應：後蹄踏下去時，軀幹往後動而骨盆往前動。當馬蹄舉起時剛好相反的動作會發生。

如果一匹馬的步伐不平均，牠早晚會感覺到酸痛。這樣的馬匹決對不可以用做馬術治療。這就好比一個人走路不正確，如果給他背重的東西的話會使他的情況更嚴重一樣。

怎麼樣分析一匹馬的步伐是否平均？

一種方式是看牠的腳印，一邊會不會比另一邊稍微短一點？

另一種方式是看牠前腳及後腳在前後動時出現的 V-型會不會一樣？

如果馬匹站立而四肢平均承重，臀部要呈平平的。

要評估一匹馬使人旋轉的幅度好不好，一定要騎在他背上，因為從下面很難看的出來。對馬術治療來說旋轉的動作是最重要的，因為不管一個人要做什麼樣的動作，大部分都須要旋轉。

如果前後的動作太大的話，很多個案的肌肉張力會提高而骨盆會固定住，無法跟著動作擺動，頭部反而會開始搖動，後者是相當危險的。

用來協助馬術治療的馬匹必須有辦法在慢步中呈現不同的速度及步調。

如果一匹馬的上下動作很大的話，我們就不要讓個案躺或(橫)趴在牠的背上。

對馬術治療來說，個案沒有的馬匹就必須有。

馬匹：	韻律	個案：	韻律不規則
	平衡		沒有平衡
	對正性		不對正
	協調		不協調
	柔軟度		張力高

馬術治療針對不同個案的策略：

我們如何改變馬匹在慢步的步伐來製造對個案不同的效果：

1. 改變馬的步調（使步伐變大或變小）
2. 改變方向（通常運用太平常）

3. 換一匹馬（馬匹的大小，形狀及動作必須符合個案）
4. 改變裝備
5. 改變地面
6. 上下小山丘

Barbara Heine 在 Kuerten 2006 年 5 月研習會講課內容 林嫻恬整理