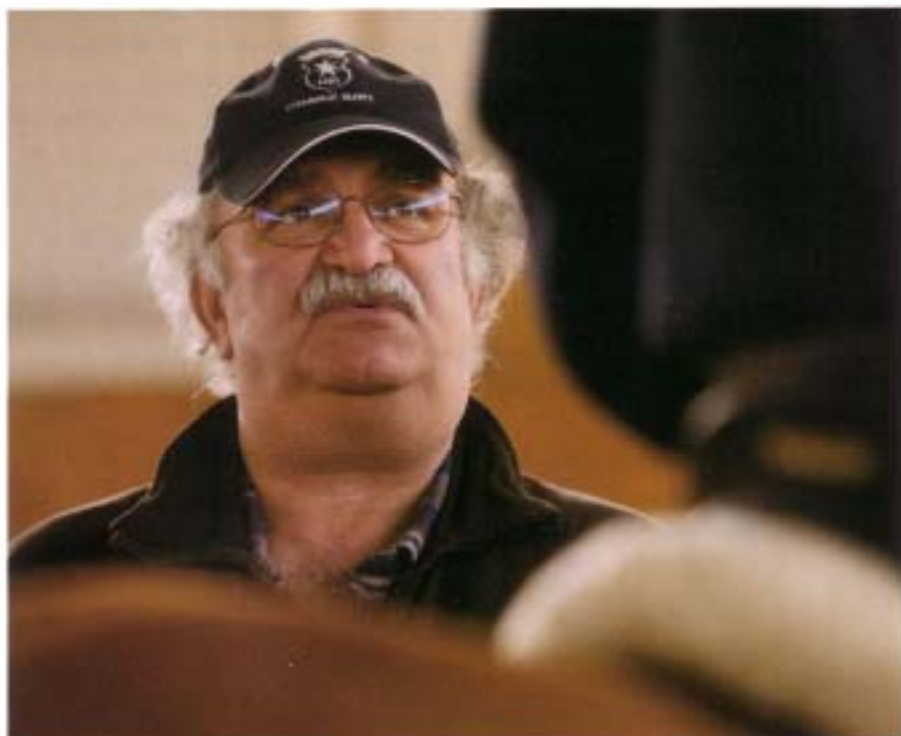


– It's simple, but it's not easy säger Craig Stevens

Text: Elsa Bexelius. Foto: Ulf Övénede

Vi som rider dressyr på hobbynivå är ofta nöjda med att nå upp till LA. För att komma längre krävs talang, dyra hästar och mycket tid till träning. Det här var vad jag själv trodde innan jag träffade Craig Stevens. Att jag skulle få rida piaff på en häst som jag själv utbildat fanns inte i min verklighetsuppfattning.



Craig Stevens engagemang i sina elever är stort. Är det något man inte förstår så förklarar han om och om igen.

Craig Stevens är dressyrtränare från Seattle i USA. Han menar att alla ryttare kan nå längre, oavsett vad de har för häst. Enligt honom är Grand Prix medelnivå inom dressyren. Varför är det så få som kommer vidare och utvecklar skolorna ovan mark tillsammans med sina hästar?

Craig Stevens lär ut klassisk dressyr influerad av gamla mästare som ten Xenofon, de la Guérmière och Baucher. Utifrån gamla teorier och sin mångåriga erfarenhet har han utvecklat en egen metod som utgår från hästen.

Den som kommer på en kurs för första gången kanske blir lite förvånad. Craig ser inte riktigt ut som man förväntar sig att en stor dressyrtränare ska se ut. Han är stor och kraftig, går klädd i jeans och skjorta och döljer sitt ofta lite för långa lockiga hår under en keps. Men den som tar sig tid att lyssna på vad han har att säga inser snart att han har en unik kunskap om hästar och ridning.

Craig har inte mycket gott att säga om modern dressyr. Han är starkt kritisk till det sätt som hästar hanteras inom tävlingsridning. Hästarna dras ihop till en form som är onaturlig för dem. Nacken är inte högsta punkten och hästarna är synbart spända.

– Dressyren följer inte ens sina egna regler. Enligt FEI:s regler tillåts det att hästen går med nosen något utåt. Vad som inte är tillåtet är att rida hästen



Samlingen kommer successivt i takt med att hästen är stark nog. Ryttarens ska försöka få hästen att förstå hjälperna utan att tänka på formen. Handen ska ha kontakt med hästens mun men ryttaren ska inte krama för hårt om tygeln. Eftergiften ska hela tiden vara nära, om hästen gapar betyder det att ryttaren tar den lite för mycket i munnen.

Öppna och sluta är primära övningar på en kurs för Craig Stevens. Enligt honom är dessa två de enda rörelser som finns. Framdelsvändning, bakdelsvändning och piruett är exempel på övningar som bygger på öppna eller sluta. I början bryr sig inte Craig speciellt mycket om hur rörelsen ser ut, det viktiga är kvaliteten på det som ryttaren gör. Efter hand blir rörelsen bättre i takt med att kommunikationen mellan häst och ryttare utvecklas. Både öppna och sluta görs till en början på diagonalen. Orsaken är att hästen då är friare att placera sig i den form den klarar att gå i för tillfället. Hästen ska inte placeras in i en position för tidigt.

Alla övningar görs till en början i skritt. Ryttaren jobbar också aktivt för att förbättra skritten på sin häst. Moderna dressyrtränare avråder ofta från för



Öppna är en av de centrala övningarna för på en kurs för Craig Stevens. I början görs öppna enbart på diagonalen för att hästen ska vara mer fri att placera sig i den form den klarar av.

bakom lod, men det är snarare regel än undantag i modern dressyr, säger han.

Craigs metod är väldigt enkel. Den utgår från att allt du behöver göra för att nå upp till Grand Prix-nivå kan du göra bara med en hjälp i taget. Direkt och indirekt tygeltag samt halvhalt är allt en ryttare behöver kunna.

– Det är både den goda och den dåliga nyheten. Du måste lära dig att hantera de här tre tygeltagen väldigt bra, säger Craig Stevens.

Handen är den primära hjälpen. Från ryttarens hand till hästens mun förmedlas all position och styrning. Skänkelnns huvudsakliga funktion är att sända hästen framåt. Ryttaren jobbar med separerade hjälper. Hand och skänkel verkar inte aktivt på samma gång.

– It's simple, but it's not easy, säger Craig Stevens.

För den ryttare som är van att använda fem hjälper på en gång kan det vara tillräckligt komplicerat att försöka styra med bara en tygel till en början. När det väl fungerar känns det nästan magiskt. Varför göra mer när det kan vara så enkelt.

– Om du använder fem hjälper på en gång och det du gör inte fungerar, hur ska du då veta vilken av de fem hjälperna som hästen inte svarar för?

Craig Stevens menar att kombinerade hjälper bara leder till att ryttaren korrigerar sina egna misstag. Skänkeln korri-

gerar handens misstag och tvärt om. Genom att använda endast en hjälp blir dina misstag uppenbara. Men du kan också få hjälp med att förbättra din ridning.

– Kombinerade hjälper skapar onödiga spänningar i hästen. Den får dubbla budskap när du ber den gå framåt med skänkeln och samtidigt håller emot med handen. Genom att göra mindre kan du nå längre.

Kombinerade hjälper dödar enligt Craig hästens framåtbjudning. Hjälperna blockerar varandra. Det är därför det fokuseras så mycket på skänkeln i modern dressyr. Ryttaren måste använda sina ben mera för att få hästen att gå framåt. "Mera ben, mera ben" är vi nog många som har fått höra av vår dressyrtränare.

Hästar lär sig fort att ignorera signaler som de upplever saknar betydelse. När Craig tar sig an ett nytt ekipage handlar det mycket om att få hästen att lära sig att lyssna och lyda. Uppmärksamhet är a och o. En rörelse som är så lätt som en tanke ska vara tillräcklig för att visa hästen vad man vill.

En ryttare på 60 kilo kan omöjligt bära omkring på en häst som väger 600 kilo. Hästen måste lära sig att bära sig själv. Ryttarens uppgift är att ge hästen en position som i kombination med bjudning framåt skapar en önskad rörelse. Övningarna får successivt hästen att själv placera sig i en korrekt form.

mycket arbete i skritt. Här är traven den primära gångarten. Moderna dressyrtränare säger att det inte går att förbättra skritten som gångart.

– Det stämmer om man utgår från hur de arbetar. Arbetar du hästen med motsägelserfulla hjälper så förstör man skritten. Genom att jobba med en hjälp i taget förbättrar du skritten. I stort sett alla hästar som är med på mina kurser förbättrar sin skritt mycket, säger Craig Stevens.

Lika svart som Craig kan bli i synen när han pratar om modern dressyr, lika mjuk blir han när han pratar om hästar. Viljan att göra livet bättre för hästarna driver honom att korsa Atlanten ett otal gånger varje år för att hålla kurser i Europa. Han tycker dock att det är lite märkligt att han, en amerikan, ska behöva komma hit för att lära oss klassisk europeisk ridtradition.

Vi som deltar på Craig Stevens kurser i Göteborg har en brokig samling hästar. Det är allt från Islandshästar, korsningsponnyer, nordsvenskar, och travare till connemarer, fullblod och halvblod. Hur



Craig Stevens förklarar för Christina Utbult hur mekanismen i hästens kropp fungerar i rörelsen.

hästen ser ut har inte så stor betydelse, inte heller vilken utbildningsnivå den har. All träning utgår från hästen och dess förutsättningar. Vi har sett exempel på islandshästar som gjort skolor över mark och piafferat. Det ser inte ut som

när ett halvblod gör samma rörelse, men det vore ju också konstigt.

Craig Stevens tar sig an alla med samma entusiasm oavsett vilken typ av häst du har eller vilket nivå du befinner dig. Har du svårt att förstå förklarar Craig om och om igen. Hans tålmod är stort och hans pedagogiska förmåga unik.

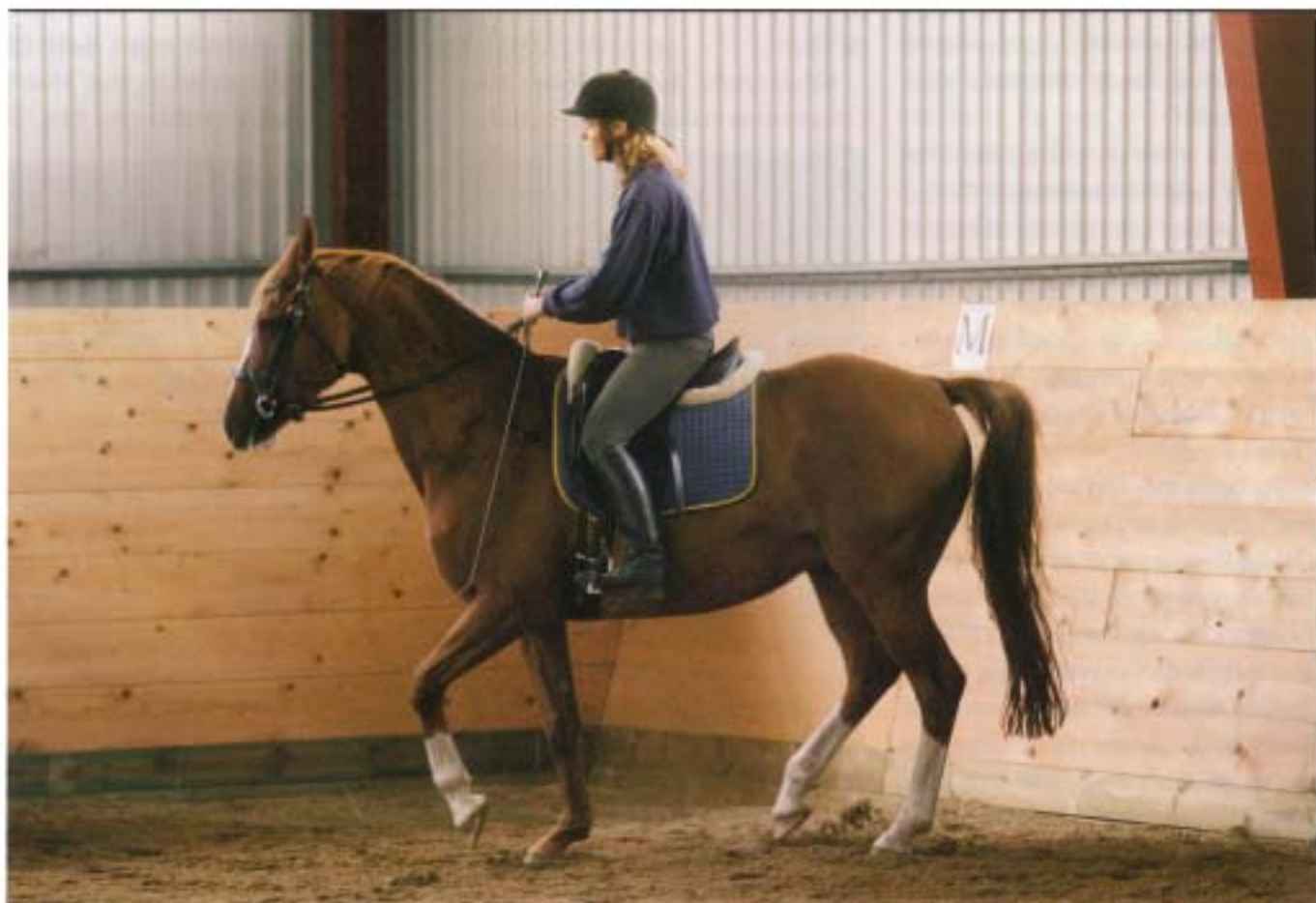
Lena Johansson har ridit för Craig i två och ett halvt år. Innan dess hade hon testat det mesta med sin häst men ingenting fungerade. Hästen gick oftare på två ben än på fyra och ingen tränare kunde ge Lena några råd som hjälpte.

– Sedan jag började rida för Craig har allting bara gått framåt. Det tog inte lång tid att bli av med hästens olater, säger Lena Johansson.

Hon tycker själv att hon har ändrat inställning till ridning. Tidigare handlade det bara om hur det ser ut, nu är det viktigare hur det känns.

– Känns det inte bra så är det inte värt någonting, säger Lena.

Hon tycker framförallt att Craigs metod är enkel. Det går nästan inte att



Linda Leek har tränat för Craig i många år och jobbar själv som instruktör. Här gör hon piaff med sin häst Jazzmina.



Handen är den viktigaste hjälpen för Craig Stevens. Känsla och timing i kommunikationen med hästens mun kan enligt honom få alla ryttare att nå längre.

göra fel eftersom det blir så uppenbart vad hästen inte accepterar.

Craig Stevens håller kurser i Sverige ungefär varannan månad mellan mars och november. För Lena Johansson betyder det fyra kurstillfällen varje år. Däremellan tränar hon inte för någon annan.

– Jag rider för en av världens bästa tränare, även om det inte blir så ofta så ger det betydligt mer än att träna varje vecka för någon annan. Jag har blivit mer självständig som ryttare och vågar försöka lösa mina egna problem, säger Lena Johansson.

För oss som rider för Craig Stevens blir målen annorlunda. Vi sätter målen högt samtidigt som det synliga resultatet för dagen inte är det viktigaste. Viktigast är känslan och kvaliteten på det arbete man gör. Linda Leek har ridit sin häst för Craig i mer än sex år. Nu gör de piaff, passage och galoppombyten. Men ju mer avancerade övningar ekipaget börjat med desto mer arbete lägger de på grundarbete. Piaff och passage tränar Linda nästan bara på när det är kurs för Craig.

– Nu när jag vet att jag kan göra alla de här sakerna med min häst så blir det inte så viktigt längre. För mig är det viktigare att hästen är avslappnad och mentalt eftergiven i det vi gör, säger Linda Leek.

Hon menar att hon lägger mer och mer tid på enkla övningar för att få dem riktigt bra. Det leder till att hennes häst blir mer avslappnad och bär sig bättre och bättre.

– Tidigare trodde jag att man var tvungen att öva mycket på de mer avancerade övningarna för att få dem bra men så är det inte, säger Linda Leek.

Väldigt många som rider för Craig Stevens får en annorlunda syn på ridning och tillvaron med hästen. Relationen till hästen blir det viktiga och ridningen mer till en konst med djupare mening än



Lena Johanssons inställning till ridning har förändrats sedan hon började rida för Craig Stevens. – Jag har blivit mer självständig och vågar prova mer själv än tidigare. Det har lett till att jag har lättare att lita till min egen känsla om att det går bra eller dåligt, säger hon.

något man tävlar i. Samtidigt måste det vara roligt för båda parter. Craig Stevens tycker att allt för många ryttare tar sin ridning på för stort allvar.

– Det behövs mer humor inom dressyren. Slappna av och kom ihåg att skratta när du rider. Om du inte lyckas göra rätt med en gång är det inte hela världen, det betyder bara att jag har mitt jobb kvar ett tag till, säger Craig Stevens, som aldrig har långt till skratt. □

Craig Stevens

Craig hade en bred bakgrund inom hästbranschen innan han kom i kontakt med klassisk ridning. Den första mästaren (om än inte typiskt klassisk) han arbetade med var KK Guttridge. KK hade tidigare arbetat på Barnum and Bailey cirkusen och satsade sen på galopp och American Saddlebred hästar. Craig arbetade i Kentucky sex år, varav han enbart arbetade med unghästar i tre år. De resterande tre åren var han hästskötare på galopptävlingar för flera olika topptränare. Före det hade Craig mest ridit "hunt seat" och visat upp hästar på hög nivå. Som tonåring red han Standardbred hästar och steg upp i ottan för att motionera sin mammas häst före skolan. Familjens hästar tävlade på den tidens högst klassade galoppbanor. Craig har också skött polohästar. Den första renodlat klassiska mästare Craig jobbade med var Francois Lemaire de Reffieu, som var utbildad vid Cadre Noir. Sedan dess har Craig arbetat med bl a Jean-Claude Racinet, Bettina Drummond, Joao Oliveira, Catherine Durand, Michel Henriquet och Michael Vermillion. Han är synnerligen väl insatt i den klassiska ridkonstens litteratur och har översatt över 30 böcker från franska till engelska. Hemma nära Seattle driver Craig en egen klassisk ridskola.