

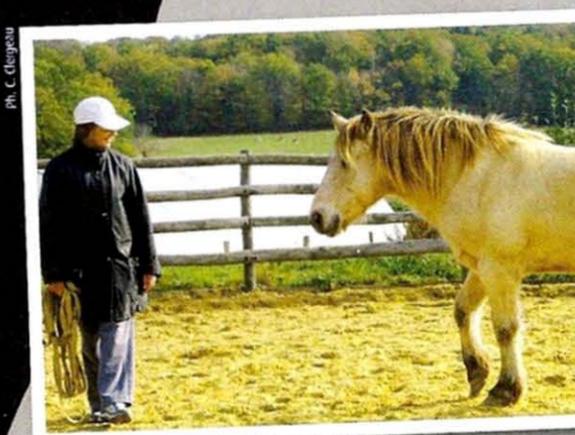
Le cheval, ce fouilleur d'âme

Travailler sur soi et apprendre à mieux communiquer avec les autres grâce au partenaire cheval. Ce genre d'expérience, j'en avais déjà entendu parler. Alors, quand on m'a proposé de tester cette introspection par équidé interposé, c'est avec beaucoup de curiosité que je me suis prêtée au jeu. Journal de bord d'un stage pas comme les autres.

"Du cheval au papillon... La responsabilité en action": c'est autour de ce thème que nous sommes réunis en Dordogne. Cinq stagiaires, deux formatrices et trois équidés qui vont nous accompagner durant ces trois jours. Cavaliers expérimentés ou non, aux parcours professionnels et personnels divers, ce que chacun vient chercher dans ce stage – consciemment ou non – est varié.

Deux femmes, deux parcours...

Elle avait opté pour le circuit équestre classique : BEES1 option CSO. Mais Cécile Mouillon, "davantage intéressée par la pédagogie et le côté nature", s'engage dans la voie de l'équitation éthologique à la fin des années 90, faisant le choix de la méthode 3 GB (Gérard Dorsi et Guillaume Antoine). Chez Cécile, titulaire du Brevet fédéral d'équitation éthologique et à la tête d'une structure professionnelle, on trouve avant tout l'envie de transmettre son "profond respect des chevaux, qui (lui) a permis de (s')ouvrir aux autres et à la vie en général". Cet état d'esprit, elle le partage au travers des stages organisés avec Anne Tormo, qui a beaucoup travaillé sur la dynamique d'équipe en entreprise et le développement personnel. Sophrologue et coach, Anne se sent concernée par "le positionnement de chacun dans sa vie et sur la planète. Or, pour accéder à une transformation intérieure, il faut des outils... Et les chevaux en sont un, vivant et ludique". Prochain stage "Du cheval au papillon... La responsabilité en action" du 17 au 19 mai 2012.



Ph. C. Clergeau

■ Premier jour

Pour commencer, nous choisissons une photo représentant la vision qu'a chacun de la responsabilité... Puis, on nous demande de faire effectuer, deux par deux, un slalom à Simba le shetland, sans communiquer verbalement. La principale leçon de ce premier exercice, primordiale, est la suivante : que nous le réussissions ou pas, la responsabilité en incombe à part égale aux deux partenaires... et même au poney. A méditer.

L'après-midi, nous rejoignons le rond de longe pour une expérience individuelle, suivant des règles assez

simples : à nous de gérer – dans l'ordre – le mouvement, l'espace, la direction, l'allure et la vitesse du poney Acorn. "Le but n'est pas de faire exécuter quelque chose à l'animal, précise Cécile Mouillon, notre formatrice, mais de nouer un échange", l'objectif final étant de révéler notre comportement grâce à ce miroir qu'est le cheval. Lorsque vient mon tour, je suis tendue : il n'est pas facile de réaliser ce genre d'expérience devant d'autres personnes et je sais aussi que mon penchant naturel veut que je réussisse l'exercice. Ce que je vais faire, sans cependant y prendre grand plaisir. L'analyse de Cécile est rapide, précise et me laisse

sans voix : en nous observant cinq minutes, tous les deux, elle est capable de dresser un portrait de moi plutôt exact. Pour tous les stagiaires, le traitement va être le même : chacun arrive avec ses éventuelles difficultés (manque de confiance en soi, incapacité à s'imposer en tant que leader...), que le cheval lui renvoie très vite d'une manière ou d'une autre, doublées d'une interprétation de Cécile. Cette première journée laisse place à une nuit peuplée de questionnements.

■ Deuxième jour

Après quelques exercices de décontraction sous la serre ensoleillée, il nous est demandé de travailler tous ensemble, puis à deux, avec les chevaux. Toujours sans communication verbale. "Le thème du jour, nous expliquent Anne (notre coach) et Cécile, est de se pencher sur ce que l'on perçoit du monde, à partir des divers indicateurs que l'on peut avoir." Une nouvelle fois, Acorn, puis Mr Lily, un grand selle français, seront nos "passeurs", nous montrant indirectement que, dans le travail avec les chevaux comme dans la vie, "l'objectif relationnel est toujours plus important que l'objectif opérationnel". Une règle qu'il va falloir que je m'applique à tout prix : ayant décidé de faire passer Mr Lily dans un endroit bien précis, je ne me rends pas compte que cet objectif est trop difficile pour nous trois. Une fois encore, mon exigence et mon perfectionnisme m'ont fait oublier mes partenaires humain et équin!

66
L'objectif final est de révéler notre comportement grâce à ce miroir qu'est le cheval.

■ Troisième jour

En ce dernier jour de stage, l'idée générale pourrait être : "Comment mettre en œuvre dans notre quotidien les enseignements de ces dernières 48 heures?" C'est dans le rond de longe que le moment de vérité va avoir lieu, chacun s'étant fixé un objectif, dont il a discuté avec Cécile

et Anne. Pour ma part, mon but est d'établir une communication avec Acorn, sans chercher à le faire travailler à tout prix et sans être tendue. Une résolution qui, symboliquement, veut marquer mon envie de ne pas être toujours dans la perfection et de laisser aussi la place à l'écoute de soi. Une décision qui ne va pas être si facile à tenir, tant il m'est difficile d'être simplement dans le plaisir de la communication avec Acorn. Rapidement, il est évident qu'Acorn recherche le contact, tous ses sens tournés vers moi. Mais je n'arrive pas à me relâcher, toujours dans le raisonnement et les bons gestes à faire. Avant de finalement lâcher prise et réussir à établir une connexion, trop courte, mais qui va me donner l'impression d'être vraiment avec Acorn et l'envie de m'écouter davantage. Si cette expérience reste un souvenir fort, ce genre de stage ne prétend pas changer la vie de ceux qui le suivent, comme le reconnaissent, les premières, ses animatrices : "Il s'agit plutôt de se donner les moyens de réagir autrement... Après, c'est le travail d'une vie entière." ■

► Charlotte Clergeau



▲ Faire passer un slalom à un poney ou placer un cheval dans un lieu bien défini sans communiquer verbalement... Un exercice pas toujours simple pour les humains que nous sommes.

Ce qu'ils en pensent

Huguette, 60 ans : "Pour moi, ce genre de stage peut être un complément à une psychothérapie, car c'est une mise en pratique sur le terrain d'une démarche plutôt statique."
Isabelle, 29 ans : "Le fait d'être entouré par un duo qui se complète bien est intéressant. Tout comme celui de pouvoir faire le lien avec nos parcours personnels, en partant du travail avec les chevaux..."
Laurent, 42 ans : "Alors que le propre de l'homme, c'est de contrôler ses émotions, le cheval, lui, vous dit les choses franchement. Il est pour moi un catalyseur, servant de révélateur dans les relations entre humains."

Retrouvez tous les contacts utiles à ce dossier dans notre carnet d'adresses, en fin de magazine.