

Que vous ont apporté les chevaux ?



Ph. C. Slawik

Nos chevaux nous donnent beaucoup, chaque jour. On le dit, souvent. Mais nous mettons rarement des mots précis sur ce qu'ils nous apportent. Agnès Galletier a, elle, posé la question à tous les intervenants de son livre *Pourquoi le cheval nous fait tant de bien*. Florilège.

Isabelle Claude, directrice de l'association Equit'aide

Pour répondre à cette question, je crois qu'il faudrait un nouveau livre ! Le cheval me dit toujours, pour plagier Lamartine : "Un seul être vous manque et tout est dépeuplé..." Il répond à cette quête d'amour infini et non défini... Il donne ce que bien souvent nous ne savons pas chercher ailleurs. Le cheval, n'étant pas encombré par la parole, m'a aidé à apprendre le langage corporel et à accepter les messages sensoriels. Cela m'a pris des années et je ne suis pas au bout de mes surprises. Je pense qu'il m'a appris la patience, l'attente, la disponibilité, la sincérité. Il m'a aidé à mieux aimer, simplement et calmement.

Guillaume Antoine, instructeur d'équitation BFEE3, cofondateur de Horses and Coaching

Je suis convaincu que les chevaux sont encore là, en tant qu'espèce, pour aider l'homme à devenir meilleur, pour le grandir, au sens propre et figuré. Le cheval élève nos âmes et les porte à un sentiment de plénitude, d'apaisement, de lucidité. Bien sûr, il y a aussi la philosophie et la religion qui aident à cela, mais les bienfaits du cheval sont immédiats, accessibles à tous et touchent l'être humain au plus profond de lui-même, pas seulement sur un plan intellectuel, cognitif. Les chevaux m'ont permis de me connaître et de m'accepter. La cohérence, que dis-je, la congruence qu'ils exigent de nous est réelle-

ment facteur de grandissement. C'est la raison pour laquelle nous nous sommes lancés, confiants, dans cette aventure Horses and Coaching. Nous étions certains de pouvoir apporter notre petite pierre à l'édifice du développement personnel, en allant dans le sens de l'efficacité individuelle conjugué à celui de l'harmonie collective, grâce aux chevaux.

Frédéric Pignon, artiste équestre, dresseur, metteur en scène

Ils m'ont rendu sociable. J'ai un tempérament très angoissé, très impatient, sauvage. Lorsque j'étais plus jeune, je m'imaginais vivre en ermite, dans la montagne, avec mes animaux. Le cheval m'a appris à échanger avec les autres, à trouver ma place. Il m'a amené à me tempérer, à me poser, à appréhender les problèmes autrement, sans envie de fuite, sans un débordement d'affect qui rend les choses ingérables. A leur contact, dans le travail, j'ai pu me remettre en question dans mes fonctionnements, voir ce qui marchait ou pas dans l'échange à l'autre. Cette remise en question a toujours été accompagnée d'un apaisement, d'encouragements. Ils sont des miroirs de nous-