



Cheval - communication

Thérapies assistées par le cheval et connaissance de soi

En Présence: la lettre de Sylvain de Mars 2015

Dans le coin supérieur droit de l'écran, la petite icône des piles clignote, indiquant « batterie faible ». La batterie de mon téléphone portable se vide de plus en plus rapidement, et je note mentalement d'aller acheter une nouvelle batterie la prochaine fois que j'irai faire des courses.

Eh bien non, le vendeur du magasin de téléphones portables, dans la galerie marchande de l'immense hypermarché, entre une boutique d'habits à la mode et un magasin de jeux vidéos, me dit que sur ce téléphone récent, ce n'est pas possible, parce que la batterie est soudée à la carte mère du téléphone. Le téléphone est mort, il n'y a rien à faire, il vaut mieux en acheter un autre.

Quel est donc ce monde où les objets sont prévus pour tomber en panne après un an ? Je me surprends à me dire ironiquement que, peut être que moi aussi, j'ai été préprogrammé pour que les batteries se vident après un certain temps. C'est peut être pour ça que je me sens un peu fatigué ces derniers temps... Peut être que, dans un an, je vais devoir aller à l'hôpital, et un interne en blouse blanche va me dire avec l'air de quelqu'un qui n'est pas très concerné par la situation, tout en regardant son écran et en tapotant sur son clavier, que ma vie est terminée parce qu'on ne peut pas changer la batterie. En y pensant, je me dis intérieurement que tout, dans mon éducation, dans les rapports humains et le formalisme de la vie de tous les jours, dans la manière dont mon environnement professionnel me presse, tout conforte cette idée que ma vie n'est pas libre, mais prédéfinie, programmée et formatée.

Pendant mes consultations d'homéopathie, de plus en plus souvent, les hommes et les femmes qui viennent me voir ont, eux aussi, la petite icône "batterie faible" qui clignote. Les premiers mots qu'ils prononcent, c'est " *Docteur, je suis fatigué, tellement fatigué*". L'énergie manque. Il n'y a plus d'allant, plus d'enthousiasme, plus de projets. Parfois, la batterie devient tellement faible que même la force de penser, la force de ressentir

des émotions vient à manquer. Docteur, est-ce que c'est possible de changer la batterie ? Eh bien non, ce n'est pas possible, car les croyances, les représentations mentales, et les habitudes sont tellement soudés à la conscience et à l'espace intérieur que la seule voie d'issue qui est possible, c'est d'entrer dans un processus de changement radical, changement qui souvent va se manifester par une crise intérieure, de la dépression, de la fatigue chronique ou de l'angoisse. Oui, une crise s'annonce, et il va falloir trouver d'autres sources d'énergie! Mais je ne peux pas le dire comme cela, ou tout au moins pas toujours. Alors, parfois, j'invite l'une ou l'autre de ces personnes à venir rencontrer les chevaux.

Lorsque que l'on travaille quotidiennement avec les chevaux, chaque émotion devient une couleur particulière sur la palette de la vie intérieure. Une émotion de dépression, une fatigue soudaine, c'est tout simplement une information. Ce n'est ni bien, ni mal, mais c'est une indication qui m'est apportée. C'est comme la petite icône des batteries faibles qui clignote sur mon téléphone portable: un voyant indicateur. La sagesse intérieure de mon cœur, la sagesse qui est à l'intérieur de mes cellules, envoie des messages, et ces messages se manifestent par les émotions. Les émotions renferment une sagesse, et lorsque j'apprends à vivre avec cette sagesse, l'émotion se transforme, devient pure énergie, m'élève sur ses ailes. Un paysage intérieur se dévoile, je ressens, je vois et j'entends, je touche du doigt la trame énergétique de la vie. Il y a une présence qui apparaît en mon être, une autre source d'énergie, et cette présence me fait comprendre la dynamique de l'énergie des émotions en moi et autour de moi. Pour ceux qui n'ont pas encore accès à l'énergie de l'émotion, je passe pour un voyant, ou un médium, ou alors pour quelqu'un d'un peu dérangé. Mais avec ceux qui sont "branchés" à la même source - et il y en a beaucoup qui ont des sabots - la communication est instantanée, au-delà des mots et des postures de façades.

Aux États-Unis, depuis les années 90, la spécialiste de l'empathie Kim McLaren a établi une carte de ces émotions, de ces messages émotionnels. Depuis plusieurs années, avec Kim McLaren, Linda Kohanov ou Kathleen Barry Ingram, j'ai appris à connaître les différentes régions du paysage émotionnel intérieur qui m'habite. Dans ces paysages, il y a des prairies verdoyantes, pleines de sérénité, mais aussi des zones désertiques, arides, rudes, et encore des zones marécageuses, des toundras glaciales où l'on s'enfonce dans des sables mouvants dès que l'on y pose le pied. Mon paysage intérieur est habité par des frères et sœurs animaux. Dans toutes les traditions amérindiennes, les médecines animales, ce sont les alliés qui nous permettent de comprendre les indications et les possibilités de notre

vie intérieure. Au centre de ces médecines animales, il y a les chevaux, les "ancêtres chevaux", comme le dit Linda Kohanov, les animaux qui, sans doute, sont les compagnons les plus proches de l'homme, ceux qui depuis des millénaires sont habitués à porter et à supporter la charge psychique des hommes et des femmes.

Au centre du paysage intérieur, de tout temps, et dans toutes les cultures, il y a toujours une voie sacrée, un chemin qui s'élève, une voie solaire montrée par une grande figure spirituelle, un guide chamanique, un leader ou un enseignant. Ce processus d'initiation est décrit, par exemple dans les écoles thérapeutique des mystères grecs, par des mythes. Et plusieurs de ces mythes font intervenir le cheval sous ses différentes formes: cheval ailé, Centaure mi homme - mi bête, ou encore sous la forme de Déméter, la déesse de la vie et des moissons, parfois représentée comme une prêtresse avec une tête de cheval. Et un des grands enseignements que les chevaux veulent transmettre à l'humanité, un des principes-guide qu'ils veulent nous enseigner, c'est la présence rayonnante. Dans son livre « Comme les chevaux, ensemble et puissants », Linda Kohanov nous explique ce principe de la présence rayonnante, du leadership, de la dynamique émotionnelle au sein d'un groupe en empruntant aux traditions séculaires des Peuls, ces peuplades nomades de l'Afrique. Dans les traditions des nomades, en Afrique comme pour les amérindiens, le leader, ce n'est pas un être dominant. Ce n'est pas le plus fort, ce n'est pas forcément le "chef" ou celui qui a les plus grandes dents et les plus longues griffes. Le leader, c'est celui qui est présent à la situation, la connaît et la reconnaît. Sa capacité d'innovation et sa curiosité lui permettent de rester dans le présent et de s'offrir lui-même pour le bien du groupe. Son centrage intérieur lui donne la concentration et le focus nécessaire pour rester au cœur de la situation, même lorsque s'élèvent les tempêtes de sable de l'émotion violente, du conflit et de la critique.

La présence, la présence silencieuse, c'est l'ingrédient mystérieux du leadership. C'est la présence en moi qui fait que les chevaux me font confiance, me choisissent comme un leader fiable, me suivent en liberté et restent autour de moi. Quelle est donc cette étincelle d'énergie qui fait que ma jument Shakti me permet de la diriger avec une simple cordelette autour du cou? Un animal de 400 kilogrammes emmené par une petite corde en coton, comment est-ce possible? Quelle est l'alchimie qui fait que mes quatre chevaux me suivent, en liberté, galopent avec moi ? Cette formule magique, c'est la Présence.

L'énergie qui fait que, dans un groupe, tous s'accordent à suivre un leader en qui ils ont confiance. Les lignes énergétiques se croisent, le lune et le soleil se rejoignent, l'horizon se colore du violet des aurores boréales. Le paysage intérieur change, nous sommes reliés à de nouvelles sources vitales, les émotions deviennent toutes autres, les pensées se métamorphosent, les actions de chaque jour rayonnent de la Présence.

Que cette Présence se révèle dans votre vie et déploie en vous la source de la vie, c'est mon souhait le plus cher pour ce printemps 2015.

Avec mes salutations très amicales,

Sylvain Gillier - Imbs