



Le cheval-coach

Bas les masques ! Complice d'une démarche de développement personnel ou professionnel, le cheval est un révélateur infallible. Avec cet instinctif de nature, impossible de (se) mentir. Tel un miroir, il nous reflète, sans aucune forme de jugement, nos émotions, nos failles et potentiels. Un Maître absolu !



et coach, celle-ci évolue depuis l'enfance entourée de chevaux et propose des stages avec leur complicité. L'interrelation entre l'animal et l'homme est donc révélatrice et initiatrice d'évolution, surtout si le cheval évolue dans des conditions naturelles ; vivant en troupeau, en pâture à l'année, comme c'est le cas pour les chevaux complices des stages de Marie Ebling. Par le langage du corps et de l'énergie, l'humain dit au cheval : « Je suis ça. » Et le cheval de le sonder et de le lui refléter. « C'est un amplificateur ! Sans passer par la case mentale, il réagit illico à ce que la personne ressent, émet, fait. Il révèle de manière spontanée, sans jugement, nos émotions, notre énergie, nos croyances, nos automatismes, mais aussi nos intentions sous-jacentes », souligne Marie Ebling. Le cheval-coach, en tant qu'accélérateur de prise de conscience, permet donc un diagnostic direct de ce qui va, de ce qui ne va pas. De ce qui nous manque et nous fait plaisir. Nos potentiels et nos failles. En raison de ses qualités naturelles, ce partenaire pertinent nous amène donc à l'essentiel : notre cohérence personnelle. « Impossible de tricher avec un cheval ! », reconnaît Marie Ebling.

Retour au présent durable

Participer à un tel stage (précisons que le travail avec le cheval – accompagné par la coach Marie Ebling, se fait à pied, et ne nécessite aucune connaissance équestre, ndlr) est l'occasion de prendre un temps pour soi. Par ce qu'ils dégagent et ce qu'ils sont, les chevaux nous permettent de vivre l'instant présent, en pleine conscience. « Vu leur puissance, on a d'ailleurs tout intérêt à être dans le présent ! Cela nous permet en tout cas de couper le mental ; de

L'interrelation entre l'animal et l'homme est révélatrice et initiatrice d'évolution.

entre la terre et le ciel, entre les ténèbres et la lumière. Il fait donc symboliquement le lien. Dans un cheminement de développement personnel et/ou professionnel mené en interaction avec le cheval, on peut ainsi tout naturellement se relier : à soi, aux autres, à la nature... À notre petit théâtre d'ombres et de lumière.

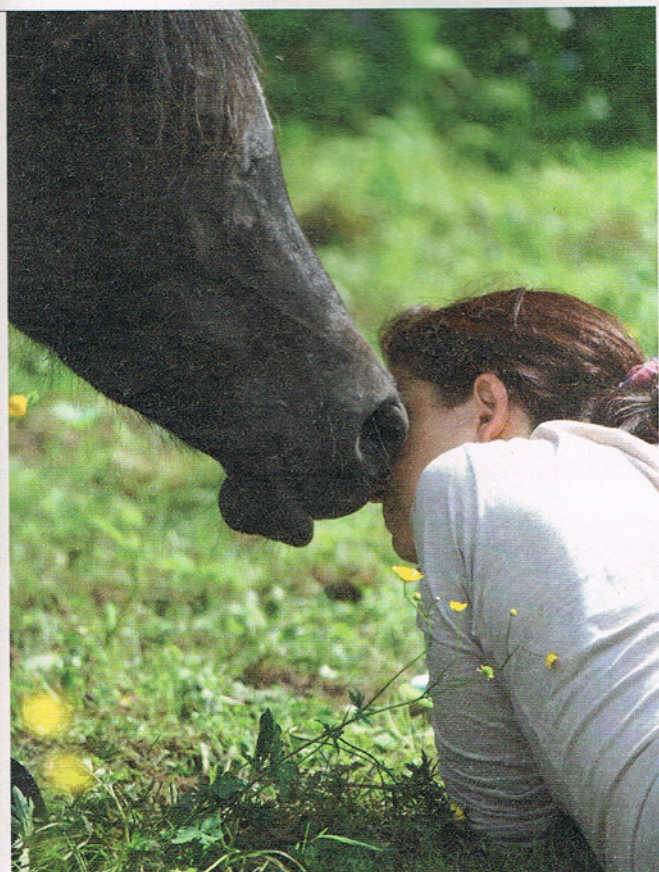
Un amplificateur

Expert en communication non verbale et en langage intuitif, le cheval est un passeur hors-norme, en connexion immédiate avec notre inconscient. Pour assurer leur pérennité, les chevaux ont en effet développé des capacités sensorielles hors du commun. « Le Cheval est un expert en termes d'organisation sociale et hiérarchique : il veille à un partage des compétences au service de la survie du troupeau », précise Marie Ebling. Formatrice

Pour parler à un cheval, il n'y a pas besoin de mots. C'est une étreinte charnelle qui alimente nos rêves», confie poétiquement Bartabas, célèbre créateur de Zingaro... Le cheval est un archétype fondamental. Dans la mythologie, il est un messager (à l'image de Pégase) entre le monde du dessous et du dessus,

Parfum d'enfance

Lors d'un stage initié par Marie Ebling, le travail en groupe (6 personnes max.) alterne avec des séances individuelles, pour plus d'intimité et de personnalisation. Si cette interaction avec le cheval se vit intensément, elle est aussi source de légèreté. Symboliquement, ce grand animal, au caractère curieux et joueuse, nous renvoie à l'enfance (d'autant plus pour ceux qui ont été en contact plus jeunes avec les chevaux). Dès lors, le cheval nous aide à renouer avec notre spontanéité. « Par son côté cocasse et les clin d'œil qu'il nous adresse, il peut nous aider à prendre du recul et à transformer nos vécus personnels, même lourds », conclut Marie Ebling.



sortir de nos cogitations», partage Marie Ebling. L'expérience que le cheval nous propose nous reconnecte à nos ressentis, à notre conscience corporelle, à nos intuitions. À plus de présence et de confiance en soi. Ce stage s'accompagne d'un résultat durable. « C'est la force du travail avec le cheval ! L'ancrage de son enseignement dure longtemps. » Une participante, en pleines turbulences personnelles, partage

que Michka, son cheval partenaire de stage, lui apparaît lors des moments de crise, la ramenant au calme et aux ressources activées en stage. « Par tout ce qu'il dégage – sa force, sa puissance, son côté paisible – le cheval offre un apaisement profond et persistant », confirme Marie Ebling. ●

Carine Anselme

EN PRATIQUE

Marie Ebling, Formatrice et Coach, Tél.: +33 6 60 58 53 58 – www.marie-ebling.com – contact@marie-ebling.com. Marie Ebling intervient auprès d'entreprises, de particuliers et de sportifs en France, Belgique, Suisse. **Prochains stages « Bien-être et confiance en soi, un temps pour soi avec la complicité du cheval »**: En Belgique, à Iltre, 7 et 8 juillet – 4 et 5 août, Infos et inscription: 00 32 (0)67164 74 91 – polgregoire@skynet.be – En France, en Haute-Loire, 14 et 15 juillet – 15 et 16 septembre – 6 et 7 octobre, Infos et inscriptions: + 33 (0)4 71 74 03 08 – perceval-hermet@wanadoo.fr – Autres stages à venir (non planifiés) en France, Ardennes & Bretagne. D'autres thématiques sont aussi abordées, en lien avec le cheval: leadership, intuition & créativité...