

Dans le nord des Ardennes, Marie Ebling propose des stages de remise en confiance avec des chevaux.

Le cheval comme accélérateur de prise de conscience

INITIATIVE | NADÈGE DUBESSAY

Entre le cheval et Marie Ebling, c'est une longue histoire d'amour. Aujourd'hui formatrice et coach, spécialiste de la préparation mentale des sportifs de haut niveau avec le cheval comme allié, elle a grandi dans la maison familiale du nord des Ardennes entourée du noble animal. « *Lorsque j'étais enfant, puis adolescente, j'ai bénéficié de l'activité poney club que ma mère avait développée* », se souvient-elle. Plus tard, elle se formera en Normandie, deviendra cavalière aguerrie tout en encadrant le poney club. Elle délaissera momentanément l'animal pour étudier à Strasbourg et devenir professeure d'Éducation physique et sportive. Mais elle préfère partir vers d'autres univers : management sportif de haut niveau, conseil et formation... « *Avec les sportifs de haut niveau, j'ai eu l'occasion de côtoyer des cavaliers. Et progressivement, le cheval revenait à moi* ». Bientôt, ce sera une évidence : le cheval allait être lié au métier qu'elle exerce. « *Il apporté une réponse immédiate à notre comportement et à ce que nous sommes. Il pose un diagnostic de nos points forts et de nos points de vigilance* », explique Marie Ebling.

« Le cheval doit être connecté à nos ressentis »

C'est ainsi que dans les années 2000, du côté de Charleville-Mézières, elle devient pionnière en la matière. Puis l'activité s'est développée. Viennent ici des adolescents, de jeunes adultes qui passent un examen ou qui veulent se reconnecter aux choses, des personnes ayant subi un traumatisme, des adultes dans la quarantaine, la cinquantaine, à un tournant de leur vie... Elle travaille également pour des entreprises. Participer à un tel stage est l'occasion de prendre du temps pour soi. Le travail avec le cheval se fait à pied et ne nécessite aucune connaissance équestre. Aujourd'hui,



Marie Ebling, en compagnie de l'un de ses purs-sangs.

cinq purs-sangs arabes composent le troupeau ardennais. En Auvergne, elle œuvre avec 17 purs-sangs arabes. Et pour les entreprises, les centres équestres proches des villes ouvrent leurs portes. « *Pour créer la situation, selon l'objectif de la personne, on peut rencontrer les chevaux dans la pâture, ou être en relation avec l'animal en liberté dans un espace restreint. Ce qui est très fort quand on est en relation avec les chevaux, c'est que les émotions ont besoin de s'exprimer. Le cheval, pour savoir s'il peut brouter en toute tranquillité ou s'il doit fuir, doit être connecté à nos ressentis.* » Il devient ainsi passeur, en connexion immédiate avec notre inconscient. Car pour

MARIE EBLING
06 60 58 53 58
WWW.MARIE-EBLING.COM

assurer sa pérennité, il a développé ses capacités sensorielles hors du commun. « *Il a un besoin vital, fondamental de savoir à qui il a affaire. Parce que c'est une proie extrêmement sensible, il a besoin de savoir si l'environnement qui est autour de lui représente un danger ou pas pour lui. S'il fuit ou se positionne en vigilance, c'est que nous ne lui apportons pas sécurité et confort. C'est que nous mêmes, humains, ne sommes pas en confort et en sécurité* ». L'interaction entre l'animal et l'homme est donc révélatrice et initiatrice d'évolution, surtout si le cheval évolue dans des conditions naturelles. Et inutile d'essayer, « *impossible de tricher avec un cheval* », constate la jeune femme. ■