



FRANÇOIS TARDIN

Quand le cheval murmure à l'oreille des hommes

Dans la campagne fribourgeoise, la Vaudoise Nicole Flückiger propose des séances de développement personnel guidé par le cheval. Rencontre à l'intérieur du rond de longe.

Dotés d'une intuition rare, les animaux s'avèrent de précieux alliés sur le chemin du développement personnel. Ces derniers aident en effet volontiers les humains, pour peu qu'ils leur en laissent l'occasion, à se reconnecter à leur intériorité. Particulièrement appréciés pour leurs qualités de « médianimaux », les équidés sont prisés pour leur capacité à percer les boucliers étouffants que constituent trop souvent les conditionnements sociaux. Sur les traces de l'Américaine Linda Kohanov (voir notre encadré), la Vaudoise Nicole Flückiger et sa jument Cikala proposent à Surpierre des séances de développement personnel au cours desquelles le cheval conduit l'humain « par le cœur, au cœur de lui-même ».

Un tuner puissant

« Les chevaux ont un 'tuner' qui leur permet de sentir notre état intérieur, explique Nicole Flückiger. Et ils sont dérangés lorsque notre état extérieur ne le reflète pas. Or, comme nous sommes des champions pour cacher nos émotions, qu'on nous a appris à refouler, le cheval agit comme un super outil de développement personnel en nous poussant à tomber le masque ! ». C'est pleine de cet enthousiasme que Nicole Flückiger nous invite à nous mettre à la place que tiennent habituellement ses clients. « Je suis tellement passionnée par ce que je fais que ça m'aurait frustrée que nous nous cantonnions à une simple interview », dit-elle. Après nous avoir enseigné les réflexes de sécurité indispensables à la compagnie de bêtes pesant plus de 600 kilos, elle nous guide à l'intérieur du pré où broute le troupeau, composé de trois chevaux. « Ils ont chacun quelque chose de spécifique à apporter, car ils sont différents les uns des autres. En fonction du problème sur lequel souhaite travailler le client, je ne recours pas au même animal », confie celle qui ne se définit pas comme une thérapeute, mais comme une praticienne en développement personnel : « C'est le cheval qui est thérapeute, ou plutôt le lien qu'il crée avec l'humain qui est thérapeutique. Moi je n'ai qu'à mettre l'écrin autour, édicter les consignes de sécurité, et définir les exercices en fonction de la problématique choisie ».

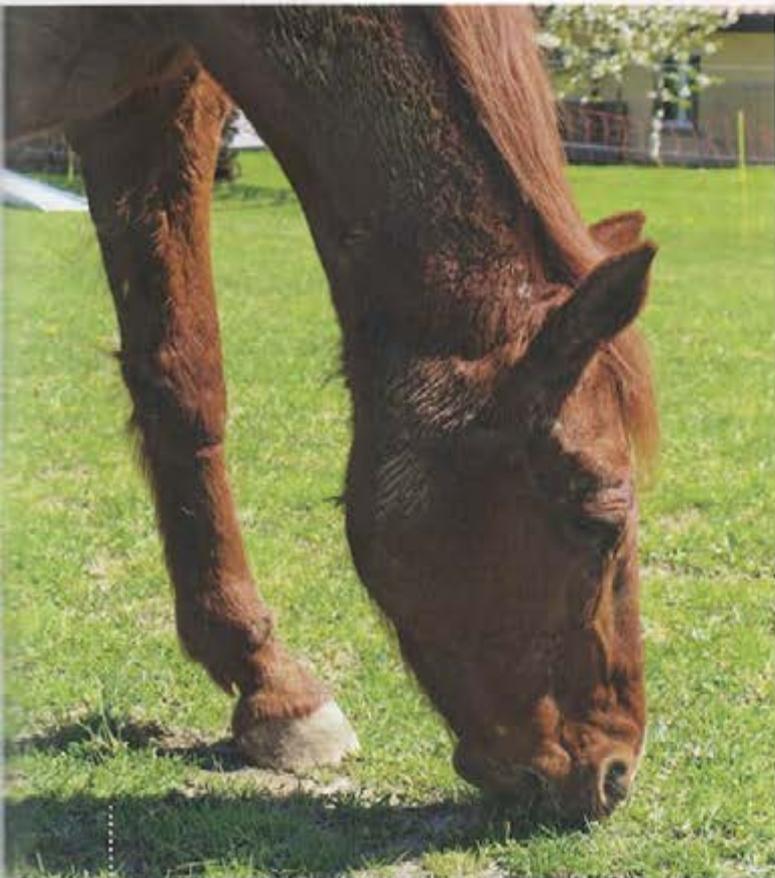
Retrouver son authenticité

Face à nous, il y a la plus jeune des trois bêtes, une petite jument craintive qui s'enfuit à peine l'approchons-nous. « Ça, c'est déjà un signe, analyse Nicole Flückiger. Le signe que ni vous ni moi ne sommes véritablement zen ». A quelques foulées de galop, un ancien cheval de course broute imperturbablement. Notre présence, même lorsque celle-ci se fait plus proche, n'interrompt pas son goûter. Et enfin, il y a la vénérable Cikala, celle par qui tout a commencé pour Nicole Flückiger. Cette dernière n'a « jamais voulu entrer dans le moule ». « Elle a changé ma vie, raconte sa propriétaire avec émotion. Au début de notre relation, elle se montrait hypersensible, n'hésitant pas à l'occasion à m'éjecter de la selle lorsque j'essayais de la monter », se souvient-elle, avant de poursuivre : « Elle contes-tait tout ce qui était rigidité chez moi. Il n'y a qu'en travaillant sur moi-même et en retrouvant mon authenticité que j'ai pu l'appivoiser. Elle a donc commencé par me transformer moi. J'ai ainsi compris quelle richesse c'était de posséder un animal qui n'est pas formaté à notre image, comme peuvent l'être certains animaux de compagnie ».



Nicole Flückiger :

« Cikala a commencé par me transformer moi en me poussant à tomber le masque »



Chaque animal apporte la richesse de son espèce, et celle de son propre caractère.

Des demandes multiples

Enseignante de français, d'allemand et de musique durant près de trente ans, c'est en aidant une élève que Nicole Flückiger a eu la confirmation du formidable potentiel thérapeutique du cheval pour l'homme. « Un jour, une jeune fille anorexique qui suivait une psychothérapie depuis très longtemps est venue voir Cikala. La démarche intellectuelle ne suffisait pas, et son thérapeute lui avait conseillé de faire quelque chose qui lui permettrait de retrouver son corps. Le contact avec la jument lui a permis de faire ce chemin. Elle a découvert qu'elle avait un corps et qu'elle pouvait l'accepter en côtoyant l'animal ». Forte de cette double expérience, Nicole Flückiger a entrepris en 2014 une formation dans la structure visionpure, qu'elle a terminée en mai 2015. Depuis, la Vaudoise a arrêté l'enseignement pour se consacrer totalement à sa nouvelle activité. Aujourd'hui, elle propose des séances individuelles de 90 minutes, ainsi que des méditations de groupe avec le cheval. « Les gens viennent voir Cikala avec des demandes diverses, confie sa propriétaire. J'ai des clients qui n'arrivent pas à se faire respecter dans leur vie professionnelle ou familiale, d'autres qui sont en burn-out. En fonction de la problématique, la nature des séances varie. Elle peut consister à incarner un objectif en faisant faire au client un exercice avec le cheval, ou à lui faire faire un parcours. Parfois viennent aussi des cavaliers qui sont tombés de leur cheval, ou qui aimeraient une autre relation avec leur partenaire équin. Ayant eu beaucoup de difficultés avec mon cheval au début, je suis en mesure de les aiguiller vers ce qu'ils ont besoin de travailler pour que leur technique équestre devienne fluide. Cela n'entre pas du tout en concurrence avec les enseignants d'équitation. ».

Pour la suite, les idées ne manquent pas : « Je commence à offrir des stages, j'en ai notamment organisés autour de la thématique 'mère-fille' et 'père-fils'. Mais il est plus exigeant de gérer un groupe qu'une séance individuelle. Je vais donc faire une formation continue l'an prochain pour développer mes aptitudes dans ce domaine ». Ce mardi-là à Surpierre toutefois, l'intensité du présent éclipse pour l'heure les projets d'avenir. Au loin, la petite jument que nous avons fait fuir une demi-heure plus tôt semble désormais apaisée. C'est spontanément qu'elle entame un mouvement dans notre direction. « Vous avez vu, elle a senti que maintenant nous sommes totalement en cohérence avec notre intériorité », s'émerveille Nicole Flückiger. Et de conclure : « Ces magnifiques animaux ont tant à nous apprendre ».

Chiens, ânes et tourterelles

Parmi les théoriciennes du développement personnel guidé par les chevaux, Linda Kohanov, auteure du best-seller « Le Tao du cheval », fait office de figure incontournable. Ancienne critique musicale, cette Américaineoureuse des chevaux a développé un enseignement visant, par le lien avec l'animal, à renforcer l'intelligence émotionnelle, relationnelle et sociale de l'homme. Elle a notamment travaillé avec des managers en situation de rupture professionnelle, des femmes victimes de violences conjugales, et des soldats en état de stress post-traumatique.

La démarche qui tend à mettre en valeur l'impact thérapeutique du rapport à l'animal ne se limite cependant pas aux chevaux. Ainsi dans la région du Jura bernois, la zoothérapeute Danièle Lachat travaille avec des ânes, des lapins, des tourterelles et des chiens, chaque animal apportant non seulement la richesse de son espèce, mais aussi celle de son propre caractère. « La méthode que j'utilise favorise les liens naturels et bienfaisants entre les humains et les animaux. Toute séance de zoothérapie implique une triangulation entre un client, un animal éduqué en conséquence et un thérapeute qui gère les interactions », écrit-elle sur son site internet www.medianimal.ch.



Nicole Flückiger se définit comme une praticienne en développement personnel.

+ d'infos

Le site de Nicole Flückiger :
www.chevalparcoeur.ch

Photos : ©F.Tardin