

MEMOIRE

LE NEURO -TRAINING ET LE CHEVAL MIROIR



Vittoria Covin
Promo 2018-2020

INTRODUCTION.....p 3

a) Mes débuts avec les chevaux

b) Comment je suis arrivée au neuro -training.....p.4

A L'évolution du cheval dans l'histoire.....p.5

B Les systèmes énergétiques du cheval et de l'homme.....p.7

C La relation homme-cheval.....p.11

**D Le Neuro-Training et le potentiel
de la relation cheval-humain.....p.13**

Conclusion

Remerciements

INTRODUCTION

a) Mes débuts avec les chevaux

Depuis toute petite, ma relation avec les animaux, notamment les chevaux, est très particulière.

Ils ont été pour moi un refuge, une maison, une écoute sans jugement, un amour inconditionnel dont j'avais tant besoin.

J'avais l'impression de les comprendre et surtout d'être comprise !

J'ai donc commencé très tôt l'équitation classique.

Monter à cheval, c'est apprendre à se connecter à l'autre, à l'écouter, à le ressentir, à synchroniser sa respiration avec la sienne mais c'est aussi apprendre à observer, à trouver son équilibre avec l'autre.

J'ai fait de l'équitation mon travail, plusieurs chevaux ont fait partie de ma vie : une jument en particulier m'a marquée, elle s'appelle Izabell, une magnifique compagne avec laquelle j'ai grandi pendant dix ans et avec qui j'ai eu la chance de remporter plusieurs victoires lors de concours.

Elle m'a permis de repousser mes limites, d'apprendre à m'écouter mais surtout à l'écouter, elle, les rencontres ne sont jamais des hasards...



b) Comment je suis arrivée au Neuro -Training

Il y a maintenant trois ans, j'ai eu un accident: il a été un véritable élément déclencheur dans ma vie. J'ai eu une paralysie faciale, une extinction de voix et un regard différent sur mon aspect physique.

Ces blessures m'ont obligée à m'arrêter et à plonger à l'intérieur de moi. Même si j'étais dans l'accueil de cet événement et que j'avais du mal à le comprendre, je savais qu'il y avait un message derrière cette expérience.

Je me suis donc tournée vers des thérapies alternatives.

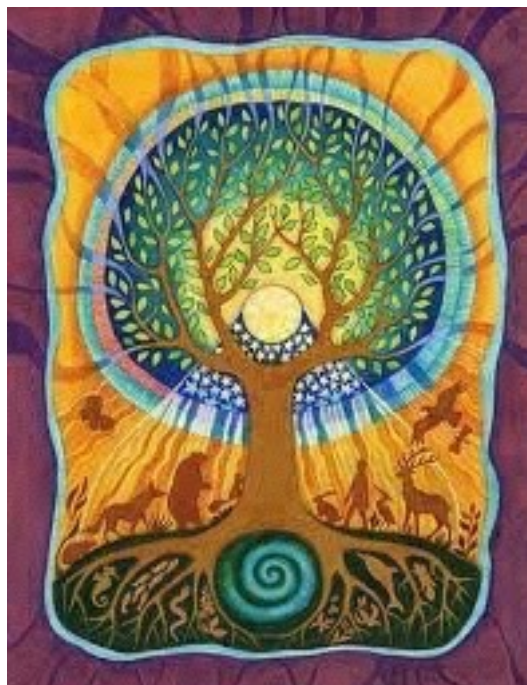
J'ai expérimenté le chamanisme, consulté un guérisseur pour essayer de me réparer de l'intérieur.

La vraie guérison a été celle d'apprendre à ré-appivoiser et reconstruire la relation avec ma jument...

Après avoir passé presque trois mois alitée, totalement bouleversée, j'ai ressenti l'envie de comprendre et de me diriger vers de nouvelles études : le Neuro Training.

Ces dernières pouvaient intégrer celles que j'avais faites auparavant telles que : la PNL, l'hypnose Ericksonienne, les soins énergétiques, le décodage bio et la thérapie avec le cheval.

C'est de cette façon que j'ai découvert le neuro-training, sans vraiment savoir de quoi il s'agissait. Je me suis engagée dans cette formation qui, à ce jour, fait partie de mes plus belles aventures...



A L'évolution du cheval dans l'histoire

La présence du cheval a influencé le cours de notre histoire,.

Depuis la période du Paléolithique, appelée aussi l'âge du cheval, on constate que son seul «rôle», dans la vie de l'homme, était uniquement destiné à la consommation de sa viande, de sa graisse, de ses crins et de ses os.

Vers 4500, la plus ancienne trace du cheval domestiqué a été retrouvée au Nord du Kazakhstan. A cette période, le cheval domestiqué par l'homme s'adapte au climat et il lui permet de se déplacer de manière rapide sur de longs trajets.

Au 10ème siècle, l'invention du collier d'épaule permet d'obtenir une meilleure puissance de traction. Grâce à cette nouvelle technologie, l'homme peut se déplacer en charrette ; ainsi le commerce va se développer. La possession d'un cheval est alors un privilège.

Ceux qui possédaient des chevaux étaient principalement des riches propriétaires terriens et des fermiers, cela jusqu'au 18ème siècle.

Le cheval était un outil de travail, il était utilisé pour labourer la terre, pour le travail dans les mines ; certains chevaux ne voyaient pas la lumière du jour.

Le cheval était également utilisé pendant les guerres par les militaires.

Leur « éducation » était alors basée sur la soumission et la violence pour les plus réfractaires.

Il tractait des chars et apprenait également à charger l'adversaire.

C'est au 19ème siècle que le marché du cheval pour le transport se développe. A Paris, notamment, 85 000 chevaux se déplaçaient dans les rues : c'est le concept d'hippomobiles.

A la fin du 19ème, avec l'arrivée de la voiture et du train, ce concept tend à disparaître. Au cours du 20ème siècle, le rôle du cheval change complètement. Il devient alors un partenaire sportif et le dressage et le saut d'obstacle se développent.

L'équitation fait son apparition aux jeux olympiques à Paris en 1900.

Au fil des années, une nouvelle approche se développe comme l'éthologie qui consiste en l'étude des comportements du cheval à l'état naturel, notamment chez les mustangs aux États-Unis. A partir de 1995, cette recherche est appliquée aux chevaux vivants en semi- liberté auprès de l'homme.

Cette approche a pour but de mieux comprendre le fonctionnement du cheval au sein de son troupeau, ses réactions et ses interactions pour mieux communiquer et surtout le faire d'une manière non violente à son rencontre.

Grâce à cette nouvelle étude, le principe de soumission par la violence commence à disparaître.

L'observation permet d'établir qu'il est une proie et qu'il évitera le combat sauf pour défendre son territoire ou créer une nouvelle hiérarchie.

Il est méfiant et fuyard : cette réaction est son unique moyen de survie dans son état naturel.

Avec toutes ces considérations, on recherche un positionnement juste et rassurant pour lui.

Récemment, d'autres moyens de communiquer se sont développés. On soulignera la communication intuitive qui permet de capter des informations d'esprit à esprit. Chaque être possède ses capacités : pour certain cela est inné, pour d'autre cela demande un travail sur soi, beaucoup d'humilité et de connexion à soi-même mais surtout à son cœur.

Ce type de communication aide à améliorer le quotidien du cheval avec son humain et ses congénères.

On se penche également sur un autre aspect du cheval, jusqu'à présent ignoré : l'émotionnel. Eh oui, le cheval ressent des émotions !

Il a une personnalité, un bagage génétique, un caractère, des peurs, des faiblesses et des forces.

En captant les émotions du cheval, on peut lui apporter un véritable confort.

Une écoute, une voix permettent d'analyser et de comprendre ses comportements. Le cheval communique avec sa posture, ses oreilles, sa gestuelle.

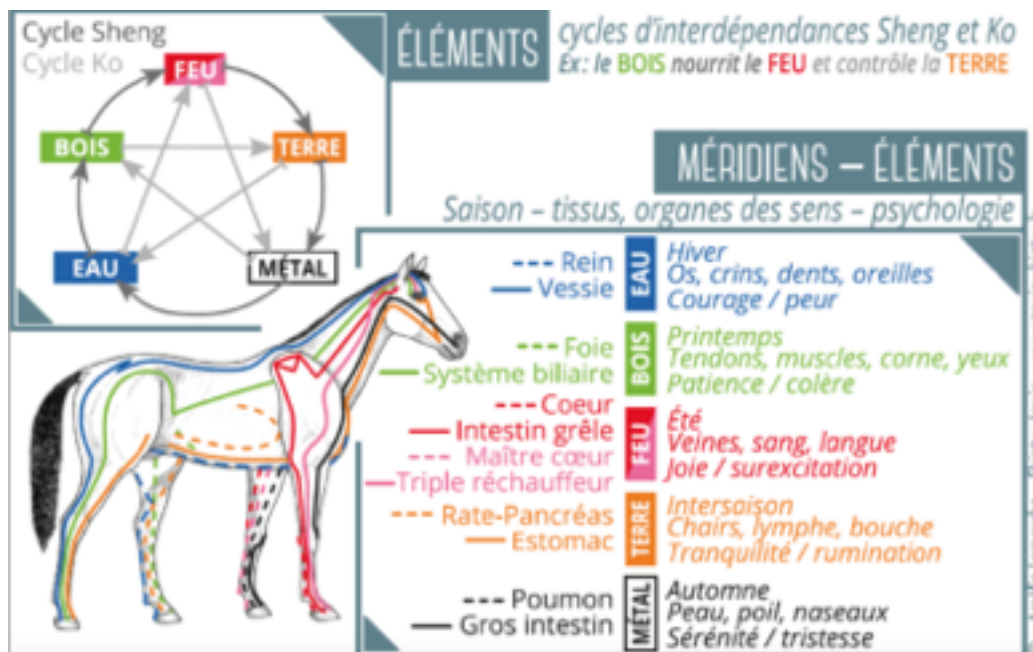
Il peut se révéler très doux et affectueux mais quand il exprime une douleur ou un inconfort, il peut mordre, ruer, se cabrer et ces attitudes sont souvent mal interprétées et punies par l'homme.

B Les systèmes énergétiques du cheval et de l'homme

Les chevaux possèdent un système énergétique comparable au nôtre ; ils ont des méridiens qui forment une organisation complexe et qui assure la circulation des énergies.

Il y a douze méridiens dits réguliers, deux extra méridiens : vaisseau conception et vaisseau gouverneur qui eux supervisent et contrôlent.

Les méridiens du cheval



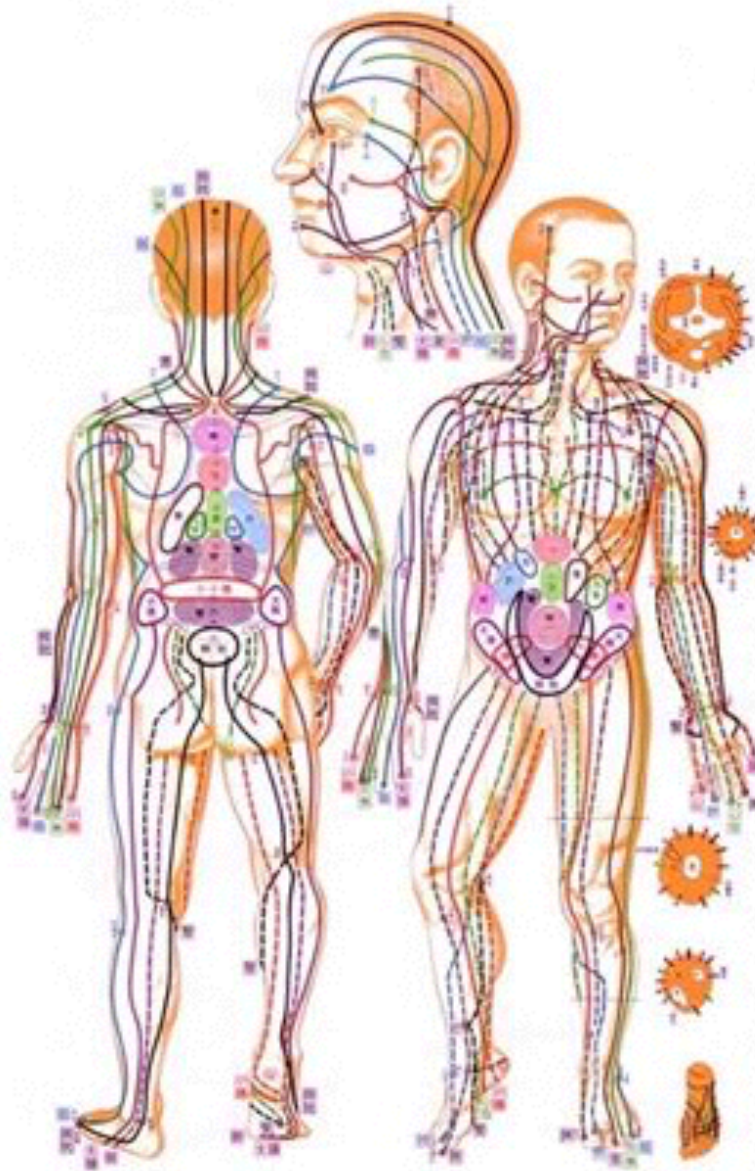
Chaque méridien est associé à des émotions et des organes.

Les méridiens circulent dans notre corps, leurs flux ont un point de départ et d'arrivée. Si nous exprimons toujours nos émotions, alors tout va bien mais si nous les *refoulons*, le méridien en question (en lien avec l'organe) commence alors à circuler à l'envers. Il crée ainsi une énergie perverse ; cette émotion est bloquée car non exprimée et c'est à ce moment qu'apparaît le symptôme.

La société, le cadre familial, nos croyances, nous empêchent souvent d'exprimer librement ce que nous ressentons.

Nous refoulons alors nos émotions et cela se traduit dans notre corps en fonction de ce que nous vivons.

Les méridiens de l'homme



Le fait d'être soi et de s'exprimer fait en sorte que notre énergie vitale fonctionne de manière optimale et cela maintient notre équilibre entre le corps et l'esprit.

L'énergie circule en boucle dans les Méridiens, du centre vers les extrémités et de retour vers le centre.

La circulation se fait suivant les marées énergétiques, c'est-à-dire selon un horaire de 24 heures pendant lequel le Qi est en circulation continue, irriguant un des 12 Méridiens toutes les deux heures.

Schéma du Tao et des horaires des méridiens



La symbolique du TAO au centre est appelée également « la mère du monde ». Le principe qui engendre tout ce qui existe, la force fondamentale qui coule en toutes choses de l'univers, la représentation du *yin* et du *yang* sont deux énergies complémentaires et opposées qui forment deux aspects d'un tout.

On parle de dualité fondamentale de l'univers : l'homme doit s'adapter à son environnement et s'harmoniser dans celui-ci, il doit s'adapter de manière permanente pour assurer sa survie.

L'environnement et l'être humain sont construits sur le même modèle, en sachant que *yin* correspond à la terre (mère) et *yang* et en lien au fonctionnement et au ciel (père).

Le *yin* représente la femme, la terre, la nuit, l'hiver, le repos, le froid...

Le *yang* lui représente le ciel, le jour, l'été, le plein, le mouvement..

La vie est en mouvement permanent, ce qui nous permet de nous adapter constamment en cherchant l'équilibre.

Il y a également une notion de rythme, le battement de notre cœur, les saisons, les respirations, le cycle menstruel, l'action du système sympathique et parasympathique...

Dans la nature, on peut faire un parallèle avec les marées, les cycles lunaires, le mouvement des planètes..

Nous faisons partie d'un tout.

C La relation homme-cheval

« Il est important que le cheval ait envie de collaborer avec nous. De nous donner. Pourquoi prendre par la force ce que vous pouvez obtenir par l'amour ? a dit un chef Powhatan (chef de tribu). Il n'y a pas d'autre clef que l'amour. C'est la seule. Avant de les monter, de leur demander des performances, d'exiger d'eux, il faut apprendre à les connaître, être avec eux, présent à eux, se connecter d'esprit à esprit. Ensuite on peut appliquer toutes les diverses techniques, les connaissances, les entraînements nécessaires. »

Extrait du livre de Laila Del Monte « Communiquer avec les animaux »



Pour les Amérindiens, le cheval n'était pas seulement un moyen de se déplacer mais un compagnon sacré.

Il était considéré comme un membre à part entière de la famille, il était un partenaire de jeu dans l'enfance, un ami, un enseignant par la suite mais aussi un guérisseur.

Le cheval est naturellement connecté entre terre (la mère) et ciel (le père). Certainement, le fait d'être une proie fait que le cheval est dans la conscience du moment présent. Sa temporalité est très différente de la nôtre, il ne se projette pas dans le futur.

Le cheval est également symbole de puissance et de liberté, il nous apprend la compassion, la tendresse, l'enseignement, l'amour inconditionnel.

La puissance du neuro-training est celle de travailler à tous les niveaux. La métaphore est celle d'un cheval au galop. Chacun de ses membres correspond à un plan : le mental, l'émotionnel, le physique et l'énergétique. Si ces quatre plans ne sont pas en harmonie, le cheval ne peut pas galoper. Travailler sur un des plans seulement limite son action dans le temps. Pour libérer en profondeur il faut considérer les quatre. Le neuro Training considère la personne dans sa globalité (tous ses plans).

Ce qui exige de cette discipline un ensemble d'outil très varié pour pouvoir s'adapter au mieux à la personne. La Pnl, l'hypnose, l'emdr, l'eft... On se base sur le principe de la permission et de son action prioritaire et cela est possible grâce au test musculaire. Ce dernier nous permet d'obtenir des informations précises sans le contrôle du mental.



Lors d'un atelier, connexion coeur à coeur, Franck et Bolero.

D Le Neuro-Training et le potentiel de la relation cheval-humain

Le neuro- training permet de manière précise et respectueuse de révéler ce qui met en réaction le cheval.

Cela permet de trouver l'origine du stress et de le libérer. Pour quantifier le stress, on utilise la charge émotionnel négative.

Pour travailler avec un cheval ou un animal, on utilise le mode digital « transfert » (position des doigts qui permet d'avoir accès à un domaine spécifique).

Ce mode digital nous permet de travailler sur l'humain en transfert avec l'animal.

De cette façon, on retrouve les informations de l'animal transférées sur l'humain et toutes les équilibrations faites sur l'humain sont efficaces sur l'animal.

Le neuro training commence la séance par une lecture du corps avec les fascias (qui sont une membrane fibre-élastique qui recouvre ou enveloppe une structure anatomique ; il est composé de tissu conjonctif très riche en fibre de collagène).

Le stress émotionnel se fixe dessus (de cette manière, nous pouvons voir ce que la personne ou l'animal en transfert sont prêts à déposer lors de la séance). La C1 donne l'information suivante : comment nous vivons le stress trouvé, contre nous même ou contre les autres. Les segments (différentes zones du corps où se montrent également des blocages comme le bassin, le diaphragme, les épaules et le crâne) nous apportent des informations complémentaires sur la lecture du corps. Ces manipulations sont donc, à mon sens, impossibles à faire directement sur l'animal et doivent, par conséquent, passer par un humain en transfert (impossible de tester directement les fascias d'un cheval).

Exemples:

Mina une chatte de 8 ans, de type européenne, de 5 kg, ne s'alimentait plus depuis quelques semaines. Elle pesait au moment de la séance 2, 8 kilos ce qui mettait son état vital en danger ; elle rejetait complètement l'aide d'une alimentation assistée.

Lors de la séance, les émotions, les méridiens, les équilibrations qui ressortaient, étaient clairement en relation avec ce que son humain était en train de vivre.

A la fin de la séance, Mina a recommencé à manger. Petit à petit, elle a repris du poids.

Cependant, une séance faite sur un animal a un effet temporaire car il exprime ce que son humain a des difficultés à exprimer. Donc, dans l'idéal, l'humain en prenant conscience de cela devrait également travailler sur lui même.

Izabell, ma jument de 10 ans, de race Holsteiner (Allemande), montrait des états de stress au moment de l'embarquement dans un camion ou van.

La séance a mis en évidence son stress de séparation. Elle n'exprimait pas un inconfort ou une peur du transport en lui même mais la peur d'être séparée d'un lieu et des chevaux.

Pour elle, la séance qui a été décisive, fut le Moi négatif. Celui-ci se base sur la peur et se nourrit de la Charge émotionnelle négative.

Chaque fois qu'elle vivait la même situation, en l'occurrence le transport, elle augmentait et alimentait cette charge ce qui provoquait des réactions démesurées (transpiration excessive due au stress, elle cabrait, ruait...).

L'origine de cette peur était en lien avec une séparation de la mère...

Après la séance et les transports suivants, elle était beaucoup plus sereine mais, étant son humain, j'ai bien évidemment travaillé sur moi afin de la libérer complètement de ce stress.

L'animal agit toujours tel un miroir de notre âme, il peut nous aider à grandir et à évoluer...

Grâce à cette formation, au travail accompli sur moi -même et évidemment à la relation avec le cheval, j'ai pu réaliser un projet qui me tenait profondément à cœur. Ce projet consiste en la création d'ateliers de développement personnel où le cheval est thérapeute.

Son énergie bienveillante et harmonieuse nous permet de nous apprivoiser plus facilement et de prendre confiance en nous tout en douceur.

Dans le Neuro-Training, il y a un concept fondamental : la permission.

Il est pour moi nécessaire dans le travail avec l'humain comme avec le cheval d'avoir la permission de travailler avec lui.

Selon moi, tous les chevaux ne peuvent pas forcément être thérapeutes. Il faut le juste équilibre émotionnel et réactionnel ainsi que l'envie de se prêter à ce jeu avec l'humain.

Dans le cas contraire, cela devient contre productif et irrespectueux pour lui comme pour l'humain.

Le cheval nous aide notamment à nous enraciner à notre terre, à nous ancrer.

Notre style de vie fait que nous sommes éparpillés. On pense tout le temps à tout, sauf au moment présent et le cheval nous y ramène avec sa présence.

Il nous permet de ralentir notre flux de pensées et d'être dans la conscience du moment présent.

Il nous permet de plonger à l'intérieur de nous en toute simplicité, de nous écouter mais surtout d'écouter l'autre, de rester connecté à lui, physiquement parlant, mais également énergétiquement. Cela révèle notre relation à l'autre.

Le cheval nous enseigne le non jugement, ce que l'homme a du mal à faire...Ce qui distingue le cheval de l'humain c'est de vivre l'émotion en l'accueillant pleinement sans s'y « accrocher »; il la vit et la laisse.

Comme pour nous, tout stress physique et émotionnel s'inscrit dans les tissus et dans la mémoire.

Son action considérable est l'effet miroir qu'il nous apporte ; il nous montre notre posture avec l'autre.

J'ai constaté, lors des ateliers, que beaucoup de participants avaient des problématiques conscientisées : par exemple, le fait de mettre des limites dans les relations, de garder son espace vital, sa bulle.

Juste en marchant à côté d'un cheval en lien, on peut constater où nous en sommes dans cette posture. S'il sent cet espace vital, il respectera notre place en gardant une distance juste ; dans le cas contraire, il marchera devant nous, nous bousculera...

Les personnes n'ont pas forcément conscience de cela. Elles ont besoin d'expérimenter pour s'en rendre compte et d'adopter une posture plus juste, ce qui change souvent les dynamiques relationnelles.

Avec le neuro-training, on peut agir sur le cheval, ses blocages, libérer ses stress et mieux comprendre ses peurs, lire les symptômes avec des émotions.

Cependant, pour l'avoir expérimenté, un cheval ne partage jamais notre vie par hasard comme toute personne rencontrée.

Il est là pour nous apprendre, nous montrer parfois ce que l'on ne veut pas voir.

En changeant notre verticalité, nous modifions notre horizontalité donc notre relationnel et ceci est bien évidemment valable avec le cheval.

J'ai pu constater à quel point ma relation avec ma jument avait changé depuis le début de ma formation. J'ai pu faire des expériences que je n'aurais jamais pensé pouvoir accomplir, comme monter sans bride ou sans selle.

Le fait d'octroyer plus de liberté à ma jument, en travaillant sur mes peurs et mes blocages, m'a rendue plus libre.

La liberté est fondamentale dans le relationnel avec l'autre, libre d'être soi, d'accepter l'autre pleinement.

CONCLUSION

Avec ce mémoire, mon intention est celle de faire découvrir une nouvelle approche thérapeutique pour les animaux en lien avec l'homme. Se libérer soi c'est être dans le choix et c'est le plus important.

J'ai écrit ce mémoire avec le coeur afin que mon expérience personnelle puisse être profitable aux autres.

Cette expérience a beaucoup changé ma vie et une véritable transformation a eu lieu dans différents domaines : de mon corps à mon travail et bien sûr dans mon relationnel. J'ai pu faire de merveilleuses rencontres.

Ma jument m'a amenée à prendre ce chemin après dix ans d'amour partagé et de riches expériences.

Elle a quitté ma vie depuis peu pour une vie meilleure. Son dernier enseignement à mon égard a été que le véritable amour, c'est aussi la liberté de l'autre, même si cela est douloureux.

Chaque rencontre, qu'elle soit humaine ou animale, est là pour nous faire évoluer et nous apporter un enseignement.

REMERCIEMENTS

Je remercie infiniment José pour son enseignement très riche transmis avec une immense passion et beaucoup de générosité mais aussi pour l'incroyable travail accompli en tant que thérapeute.

Je remercie ma partenaire, mon binôme, mon amie Manon avec qui j'ai tant ri et pleuré aussi.

A toutes les belles personnes qui ont croisé mon chemin et avec qui j'ai partagé cette sublime aventure.

Je remercie ma promo avec laquelle j'ai grandi et j'ai adoré voir chacun d'entre nous s'épanouir et évoluer.

Je remercie ceux qui ont rendu possible cette expérience, Caroline, Ugo, Isabelle et bien sûr ma jument Izabell.

