

ISABELLE POUYSÉGUR

 **CHEVAL**

**RACONTE-NOUS**

**LA LIBERTÉ** 

UN CHEMINEMENT VERS  
L'ÉCOLOGIE INTÉRIEURE

Avec la collaboration d'**Aurore Aimelet**

  
**Tana**  
éditions



# Sommaire

Introduction.....	9
Découvrir le peuple cheval .....	17
<i>La longue histoire des chevaux sauvages</i> .....	19
<i>Et l'homme apprivoisa le cheval</i> .....	33
<i>La vie quotidienne du cheval</i> .....	45
<i>Le cheval dans l'imaginaire de l'homme</i> .....	64
Répondre à l'invitation du cheval.....	83
<i>Retrouver la liberté</i> .....	85
<i>Être authentique et cohérent</i> .....	109
<i>Guérir, grandir et avancer vers soi</i> .....	132
<i>Donner du sens à son existence</i> .....	147
<i>Vivre ensemble</i> .....	168
C'est là que tout commence .....	203
Bibliographie et lectures inspirantes.....	211



# Introduction

« Avant, on était libres. »  
Ramsès de Daoudou, jument fjord

J'avais huit ans, et une longue liste devant les yeux. Mes parents me proposaient de partir en colonie de vacances et je devais choisir une activité parmi les nombreuses qui étaient proposées : escrime, randonnée pédestre, macramé, danse, équitation... Tiens, tiens, l'équitation... Sans vraiment savoir pourquoi, je choisis rapidement le cheval. C'était comme une évidence !

J'imaginai déjà une colo de rêve pour apprendre à ne faire qu'un avec cet animal libre et puissant, et ignorais encore que j'allais vivre un calvaire. On m'avait confié une double ponette noire du nom de Furie. Les moniteurs m'expliquèrent qu'il fallait lui tirer sur la bouche à droite ou à gauche pour la diriger, vers l'arrière pour l'arrêter, et lui donner des coups de talon pour la faire avancer. J'apprenais des techniques et des postures pour agir sur

cet être que je ne connaissais même pas, les présentations n'ayant pas été faites. Je me faisais embarquer au grand galop à travers la carrière alors que je devais sauter des petits obstacles. Pour ne rien arranger, mes camarades de chambre, des filles au fort caractère, ne me ménageaient pas, me trouvant certainement un peu trop délicate ou sensible à leur goût.

De retour à la maison, je décidai néanmoins de poursuivre l'apprentissage de l'équitation, ma seule option pour rester en contact avec le cheval. Je devins une mordue de cheval, et rejoignis ainsi la grande communauté des passionnés. Si j'appris à devenir une bonne cavalière, jusqu'à passer mes examens et participer à des concours, une boule au ventre persistait lorsque je montais à cheval, ce qui ne manquait pas de rendre nerveux mon partenaire à crinière. La monitrice criait : « Arrête d'avoir peur, ton cheval le sent ! » Mais comment arrêter d'avoir peur ? Elle ne me l'a jamais expliqué. C'est cette grande question qui m'a probablement permis d'arriver là où j'en suis aujourd'hui.

Dans mon cœur, quelque chose d'autre m'appelait. Je préférais faire l'école buissonnière pour aller humer et pailler les boxes, broser et observer les chevaux pendant des heures, plutôt que monter sur leur dos. L'expression « faire du cheval » m'interpellait... Est-ce que les chevaux se disent « Tiens, j'ai fait de l'humain aujourd'hui ! » ? Moi, j'aimais sentir la chaleur des boxes le matin, prendre soin de ces masses élégantes autant que puissantes, qui me fixaient toujours avec un regard doux, comme la promesse de quelque chose que je ne mesurais pas. À l'époque, je ne savais pas ce que je cherchais, mais je savais ce que je préférais ! Je m'y attelais en rendant mille services au

club, et je retrouvais toujours avec plaisir la bande de préados qui sentait le cuir et les crins, comme moi ! Nous formions une tribu.

## **Vers une relation authentique avec l'animal**

Cette passion m'a animée jusqu'au jour où j'ai décidé d'arrêter, vers l'âge de seize ans. J'avais l'impression curieuse que cette voie équestre et académique ne me menait pas là où j'étais véritablement appelée. Mais où ? Pendant de longues années, ma relation aux chevaux s'est donc réduite à ceux que je croisais par hasard au détour d'un chemin, sur les posters de ma chambre ou à la télévision. Des larmes de nostalgie montaient alors à mes yeux, et j'étais presque déchirée.

C'est sur le chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle, à l'âge de vingt-huit ans, lors d'une crise existentielle nécessaire, que mes pas m'ont menée dans une ferme équestre. Ici, on éduquait les chevaux en s'inspirant de leur comportement naturel. Très loin de la sensiblerie que peut générer un anthropomorphisme excessif, les femmes de cette famille, telles des juments dominantes, savaient prodiguer les soins nécessaires sans se laisser marcher sur les pieds ! Ainsi, c'est en liberté que les poulains suivaient naturellement leur mère lors des balades à cheval, afin de s'acclimater au travail de randonnée qui leur serait demandé plus tard.

Quand, après avoir écouté mon histoire, la maîtresse des lieux me proposa de poser mes fesses sur un cheval,

tous les conditionnements techniques en vue de contrôler l'animal me revinrent instantanément en mémoire. Je n'avais rien oublié de mes huit ans de pratique, ni des quinze jours de terreur de la colonie. Je refusai d'abord, mais il ne lui fallut pas insister beaucoup pour rallumer la flamme... Nous partîmes à cheval à travers la forêt et les chemins rocaillieux de l'Aveyron. Mes chaussures étaient lacées entre elles et accrochées à mon cou. Alors que nous galopions dans les rivières et sur les crêtes, je sentais le cheval vivant, absolument pas soumis, ni contraint par un harnachement le pressant d'obéir. J'avais enfin un animal heureux sous mes fesses ! Il pouvait brouter à chaque arrêt, et nous adaptions le rythme à son entrain pour telle ou telle partie de la balade. Je n'hésitais pas à descendre pour le soulager, nous faisons équipe ! Ces deux heures de promenade furent deux heures de bonheur, et elles changèrent radicalement mon expérience de l'équitation. Je déclarai : « C'est ça que je veux faire ! C'est ça que je cherchais ! »

Je décidai d'ouvrir des espaces où les gens pourraient faire l'expérience de la connexion avec le cheval libre et heureux. Il n'était pas nécessaire de savoir « faire du cheval » pour vivre de tels moments, ni de chercher à être mieux que soi pour atteindre cette osmose, pour se connecter à cet animal, sans artifice. Tout était déjà en soi, tout est déjà en soi. J'étais bien décidée à créer un lieu qui permette d'honorer la place du cheval sur terre, un lieu pour des humains en quête de relations authentiques et respectueuses avec le « peuple cheval ».

En accueillant chez moi Nectar, le poulain avec qui j'allais faire équipe pour accomplir cette « mission », je réfléchissais de nouveau à l'injonction : « Arrête d'avoir



peur, ton cheval le sent ! » Je me rendis à l'évidence : mes seules compétences techniques et académiques ne me permettaient pas d'atteindre l'objectif que je venais de me fixer, c'est-à-dire une connexion de qualité pour agir *avec* le cheval, et non plus *sur* le cheval. En me confrontant à Nectar, un poulain intègre qui n'avait pas appris à « être gentil » pour faire plaisir, je dus aller chercher des ressources intérieures que je ne soupçonnais pas. Je découvris alors les trésors de l'écologie humaine, en particulier celui qui est devenu le fondement de mon travail aujourd'hui : il est nécessaire que l'émotion soit reconnue pour que le cheval se calme. Autrement dit, on ne peut pas faire l'économie du chemin vers soi pour aller vers l'autre.

## **Le cheval pour réveiller ma nature vraie**

C'est ainsi qu'en 2005 est née Equivivencia, une approche naturelle du cheval en liberté visant l'épanouissement humain grâce aux enjeux existentiels que réactive la relation entre l'homme et l'animal. Développer la confiance en soi et l'estime de soi, oser prendre sa place, communiquer de façon authentique, savoir dire non et entendre un non, se positionner pour s'orienter, choisir et décider... autant de possibilités qu'offre la présence d'un cheval pour libérer l'humain des conditionnements qui le font réagir au lieu d'agir, survivre au lieu de vivre, et qui l'épuisent, lui autant que ses ressources. En effet, ces conditionnements le coupent de sa véritable essence, de ce qu'il est fondamentalement : un être libre. « Le cheval pour réveiller

ma nature vraie ! », telle est la proposition d'Equivivencia. Ce lieu où l'humain est considéré comme un invité accueille des enfants, des adultes, des familles, des écoles, des collectivités et des entreprises dans le cadre de stages, d'ateliers et de séances individuelles. En quête de bien-être et d'accomplissement, toutes ces personnes ont soif de donner du sens à leurs actes, de mettre de la cohérence entre leurs aspirations et leur vie, la première étape étant bien souvent de retrouver ces aspirations originelles.

La rencontre avec le cheval a permis à l'humanité d'accélérer son développement et sa modernisation (des transports à l'agriculture en passant par l'exploration du monde, un certain confort et un soulagement dans les tâches quotidiennes). Pourtant, c'est comme si, à chaque regard, le cheval nous invitait à ralentir cette course folle en venant nous rappeler quelque chose que nous aurions oublié en route, un quelque chose de précieux qui nous manque de plus en plus. Sa présence nous convoque sur ce chemin intérieur laissé en friche, à l'abandon, et qui pourtant nous mène tout droit à ce que nous sommes depuis toujours, qui nous relie au vivant de manière organique. Ce chemin vers une écologie intérieure donne un sens à la vie de tout ce qui vit justement, dans une harmonie totale, naturelle et souveraine. Le cheval est un être libre dans son essence même. Nous aussi... mais lui, il ne l'a pas oublié ! L'humain est la seule espèce qui est parvenue à contrôler son environnement, en perdant de vue la sagesse de ne pas le faire.

Animal mythique et porteur de sens, le cheval est l'un des symboles les plus présents dans la psyché et l'histoire de l'humanité. Des grottes de Lascaux à nos publicités, il fédère, fascine, évoque la liberté, la puissance et la beauté.

Comme tout archétype, il se glisse dans les interstices de notre inconscient, nous pousse à agir librement, à écouter notre sensibilité, pour enfin la considérer comme un atout, à suivre notre instinct, à préserver notre intégrité, notre originalité, à ne faire qu'un avec la nature, à respecter notre propre rythme, à évoluer en confiance dans des relations bienveillantes, où chacun met à profit ses propres talents pour s'épanouir et contribuer à l'harmonie du groupe, et plus largement à l'équilibre universel.

À l'heure où l'on parle de crises existentielles autant que de crises sociales et climatiques, jusqu'à reconnaître le manque de nature comme un syndrome, il semble urgent de trouver des voies qui nous proposent, non pas d'agir pour « régler le problème », mais de nous resituer en nous-mêmes et de goûter au cœur du cœur de nos cellules : « La nature, c'est moi ! C'est toi ! » Il s'agit de sentir cette appartenance et de s'en émerveiller. De nouveaux comportements en découleront alors sans effort : puisqu'ils nous font du bien, alors ils en feront au monde.

Il se pourrait bien que le cheval nous permette à nouveau de faire basculer notre destin si nous savons entendre ce qu'il nous murmure à l'oreille. Mais aujourd'hui, il ne s'agit pas de chercher le développement et la modernité, des objectifs dans lesquels nous nous sommes perdus au nom de l'*avoir*, et qui nous épuisent comme ils épuisent la planète. Non. Il s'agit de rééquilibrer nos vies en retrouvant cette connexion organique au vivant pour *être*.

À la lecture de ce livre, j'aimerais que toute personne rencontrant un cheval sur le bord d'un chemin, en photo ou dans son imaginaire, puisse trouver des clés simples, inspirantes et pratiques qui lui permettront de voyager vers cette liberté. Cette vision et ces clés que je

partage sont le fruit des enseignements que j'ai tirés de ma propre expérience auprès des chevaux, tant dans ma relation personnelle avec eux que grâce aux accompagnements pour lesquels nous avons fait équipe, eux et moi. Toutes les histoires qui viennent illustrer mes propos, et que j'appelle des murmures à l'oreille des hommes, sont réelles, même si j'ai changé les prénoms. À travers ce livre, j'espère aussi contribuer à la restauration de notre lien avec ce peuple animal qui s'est mis au service de l'humanité comme aucun autre, et ainsi honorer la place du cheval sur terre. C'est un chemin vers le respect de son intégrité... et de la nôtre.

# **DÉCOUVRIR LE PEUPLE CHEVAL**

Et si nous partions à la rencontre du peuple cheval ? Depuis la préhistoire, l'humanité a fait de cet animal un emblème de puissance, de beauté, de sensibilité et de liberté. Il représente la communion entre l'homme et la nature, une unité qui rend libre dès lors que nous ne cherchons plus à maîtriser le vivant.

## Chapitre 1

# La longue histoire des chevaux sauvages

Si le cheval accompagne l'homme depuis des millénaires, il a vécu bien plus longtemps sans lui. En effet, sur l'échelle du temps, si nous regardons une horloge arrêtée à minuit en imaginant que cette heure correspond à aujourd'hui, le cheval est sur terre depuis une heure... et il n'a découvert l'homme que depuis une demi-seconde ! Pourtant, leur rencontre va bouleverser le cours de leur existence réciproque.

### **Du cheval de l'aube au cheval le plus récent**

Qui aurait pu imaginer que ce petit mammifère de la taille d'un renard qui vivait dans les forêts de l'hémisphère Nord il y a 60 millions d'années allait devenir le cheval que nous connaissons aujourd'hui ?

## MURMURES À L'OREILLE DES HOMMES

Un soir d'hiver, après avoir servi leur dîner à mes chevaux, je m'allongeai de tout mon long sur la douce jument Ramsès et observai les étoiles en l'écoutant mâcher tranquillement son foin. C'est dans ce tendre dos à dos que je lui parlai pour la première fois de celui qui, dit-on, fut son tout premier ancêtre : *Eohippus*, le « cheval de l'aube ». Il mesurait environ 40 centimètres, disposait de quatre doigts aux membres de devant et de trois doigts aux membres postérieurs.

En songeant à sa taille, je ne pus m'empêcher de faire le rapprochement avec le renard de Saint-Exupéry se laissant apprivoiser par le petit prince, non sans lui expliquer comment procéder. Ainsi, je décrivis à Ramsès l'amitié qui naît de l'attention si particulière que nous portons à l'autre, et qui le rend si important à nos yeux. Je songe à la première « vraie rencontre » entre un cheval et un homme, et me dis qu'elle a probablement dû ressembler à celle du renard et de son petit prince. Avant de lui parler de cette rencontre, qui fut un tournant crucial pour le destin de ces deux peuples, je poursuivis l'histoire des chevaux. Sans lui faire part des controverses qui animent historiens et scientifiques, ni du point de vue des différentes écoles sur l'origine des équidés, je racontai simplement à Ramsès l'évolution du cheval, avant l'arrivée de l'homme, et lui parlai de ses quatre ancêtres, les descendants du cheval de l'aube.

En dix à vingt millions d'années, celui-ci grandit d'une dizaine de centimètres, et son quatrième doigt disparut. Il devint alors le « cheval du milieu » (*Mesohippus*), un animal doté de trois doigts à chaque pied, dont celui sur lequel il se tient principalement, le plus fort, le majeur. Comme pour vérifier quelque chose, je me penchai au-dessus du pied de Ramsès pour observer ce



qu'était devenu ce troisième doigt, et essayai d'imaginer ce beau sabot lorsqu'il était petit. En regardant la châtaigne, ce petit bout de corne au-dessous du genou à l'intérieur de la jambe, je lui indiquai le vestige d'un ancien doigt... Avec ses jambes plus longues, son cerveau et sa dentition, le cheval du milieu commençait à ressembler au cheval d'aujourd'hui, mais il vivait encore dans les forêts pour se cacher de la vue des prédateurs. Puis, il y a 17 à 20 millions d'années, il commença à en sortir pour devenir le « cheval des pâturages » ou « cheval ruminant » (*Merychippus*). Il mesurait alors 1 mètre au garrot (le point le plus haut du dos, au début de la crinière) et était désormais doté d'un unique doigt à chaque pied, comme Ramsès aujourd'hui. Je la sentis frémir d'une douce allégresse quand je lui racontai que cette première forme du sabot faisait désormais de son ancêtre un grand coureur. Sentit-elle l'appel des grands espaces dans les tréfonds de sa mémoire et de son ADN ? Reconnut-elle en cette évolution une sorte de phase d'émancipation de l'espèce, comme lorsque nous, humains, recevons notre premier vélo ?

L'ancêtre suivant, considéré comme l'intermédiaire entre les ancêtres du cheval et le cheval d'aujourd'hui, s'appelle le « cheval le plus récent » (*Pliohippus*). Apparue il y a environ 11 millions d'années, il mesurait 1,20 m. C'est à ce moment-là qu'il quitta définitivement la forêt pour venir s'installer dans les plaines, où il pouvait fuir rapidement sur de grandes distances en cas de danger. La vitesse et les grands espaces garantissaient désormais sa sécurité. Premier équidé à disposer de sabots, cet animal est en effet très rapide. Il disparut du continent américain il y a 3 à 5 millions d'années, après avoir probablement migré en Eurasie, puisque des fossiles de *Pliohippus* ont été découverts aux États-Unis, au Canada, mais aussi en Chine. Sans doute la glaciation a-t-elle ouvert un passage entre les deux continents... C'est enfin il y a environ 4 millions d'années que le cheval que nous connaissons aujourd'hui apparaît dans les steppes d'Eurasie.

Nommé *Equus*, il mesure alors 1,30 m. Une fois domestiqué, il sera appelé *Equus caballus*.

Jusqu'à la fin des années 1700, des troupeaux de chevaux sauvages sont encore signalés dans une vaste zone entre l'Allemagne et le nord de la Chine, mais ils déclinent très rapidement. En Europe, le dernier cheval préhistorique aurait été tué en 1814. En Asie, quelques rares troupeaux sauvages survivent jusqu'au tout début des années 1900, du côté de la Mongolie et de la Chine.

L'une des caractéristiques communes des races primitives est la raie de mulet, cette grande ligne sombre qui traverse le dos du cheval dans la longueur. D'autres marques permettent de distinguer les traces du cheval primitif, comme les zébrures horizontales sur les membres, une bande de crins plus clairs dans la crinière et la queue, ordinairement noire, et parfois la rayure transversale qui traverse la zone du garrot d'une épaule à l'autre, appelée « bande cruciale ».

## **Le cheval de Prjevalski : le dernier cheval primitif sauvage**

Aujourd'hui, il existe encore un cheval qui présente une grande ressemblance avec les chevaux des peintures rupestres que nous ont laissées les hommes de la préhistoire : le cheval de Prjevalski. Pour moi, il est un peu comme le gardien de l'intégrité originelle du peuple cheval. Avec son « caractère exécrationnel », comme disent ceux qui veillent sur sa préservation, « il mord et botte pour un oui

ou pour un non », et sur le domaine « il ose affronter le bison deux fois plus lourd que lui » ! C'est la raison pour laquelle il n'a jamais été domestiqué, ni soumis à aucune sélection artificielle. Ainsi, grâce à son caractère intègre et radical, il a su préserver son essence première au plus proche du cheval préhistorique, libre et sauvage.

« Libre et sauvage » ne signifie pas sans prédateurs ni obstacles à son bien-être. Cela veut dire qu'il vit en équivalence de droit avec toutes les autres espèces, qu'il s'autorise à être qui il est véritablement, dans le respect de son intégrité et de sa nature de cheval : libre de vivre et de mourir, libre d'aller à droite, de partir à gauche, de fuir ou de rester, d'abandonner, à bout de forces, une course avec une meute de loups ou de ne rien lâcher pour protéger un poulain.

Si l'on s'accorde à reconnaître que le nom de ce cheval vient du colonel Prjevalski, deux histoires bien différentes rapportent la découverte de ce cheval mythique. Dans la première, le colonel Nikolai Mikhaïlovitch Prjevalski reçoit en 1879 un curieux présent de la part des autorités locales : un crâne et une peau de cheval ! Intrigué, ce grand explorateur fait porter le cadeau au musée zoologique de l'Académie des sciences de Saint-Pétersbourg, où le conservateur, après l'avoir étudié, déclare qu'il s'agit d'un cheval sauvage et lui donne sa dénomination scientifique, inspirée du nom du colonel : *Equus Prjevalski* Poliakov 1881. Dans l'autre histoire, un convoi insolite de chameaux traverse les immenses étendues de Sibérie et de Mongolie en 1879. À sa tête se trouve un officier russe, Nikolai Mikhaïlovitch Prjevalski, explorateur d'une quarantaine d'années. Alors que le convoi s'approche du désert de Gobi, Prjevalski repère au loin un troupeau

d'animaux. Parce que la robe de ces chevaux est de couleur marron clair tirant sur le rose, il les prend d'abord pour des ânes d'une taille imposante et d'une race qu'il ne connaît pas. Dans un premier temps, il ne révisé pas son jugement et s'habitue à la présence et à l'apparence de ces ânes originaux, puis il apprend que les Mongols leur ont donné le nom de *kortakh*, or le suffixe *takh* signifie « esprit du cheval sauvage » dans leur langue. Prjevalski est alors loin d'imaginer qu'il vient de découvrir les représentants vivants d'une forme ancestrale de nos actuels chevaux.

Mort en 1888, le colonel n'aura pas vécu assez longtemps pour constater combien la propagation de la nouvelle de l'existence du cheval de Prjevalski sera une catastrophe pour ces chevaux sauvages. Dès 1897, des captures sont organisées pour les zoos et autres parcs privés. Ainsi retirés de leur milieu naturel, les animaux perdent leur culture sauvage. Le dernier cheval de Prjevalski sauvage est observé en 1968. Depuis une vingtaine d'années, trois associations œuvrent pour tenter une réintroduction du cheval préhistorique en Mongolie. Grâce au travail magnifique de tous ces acteurs engagés pour le respect de l'intégrité de l'animal, environ trois cent cinquante chevaux de Prjevalski ont ainsi retrouvé une vie sauvage et libre.

## **Le tarpan : le fils du cheval primitif d'Europe**

Le tarpan, également appelé cheval sauvage européen, serait le descendant du cheval primitif européen. Cette