

CHAPITRE 4

RÉVÉLER VOTRE ANIMAL INTÉRIEUR

Contrairement à l'homme, l'animal n'a pas oublié son lien avec la nature. S'occuper d'un animal permet de retrouver notre « animalité intérieure » et de nous souvenir que l'homme est un animal qui a évolué. La nature est un paradis pour peu que l'on prête attention à tous nos sens : la beauté des paysages et des couleurs pour la vue, le foisonnement des sons enchantent nos oreilles, les odeurs nous transportent ; les goûts ont une saveur unique, et notre corps peut enfin s'exprimer !



Exercice 32 : La grattouille parfaite

(enfants accompagnés)

Voici un exercice pour apprendre à « grattouiller » correctement votre cheval, jusqu'à trouver la « grattouille magique » !

**Profitez d'un moment de calme avec votre cheval,
dans son pré ou dans son box.**

- Commencez à gratter différentes zones de sa tête, de son encolure, de son corps.
- Observez son regard: il change lorsque vous le grattez au bon endroit!
- Observez le bout de son nez et ses lèvres: ils se mettent à frémir!
- Il tend l'encolure sous votre grattouille? En retour, cherche-t-il à vous grattouiller avec le bout de ses lèvres?

Synthèse personnelle



Où votre cheval aime-t-il être grattouillé? Avez-vous trouvé la « grattouille magique »?

.....
.....

Comment avez-vous su que c'était le bon endroit?

.....
.....

Comment pourriez-vous transposer cette expérience dans les relations humaines?

.....
.....

Commentaire



Les chevaux communiquent le bien-être et la satisfaction dans la nature par le grattage mutuel. Le langage corporel est donc la meilleure façon de s'exprimer avec eux.

Chercher la grattouille préférée de votre cheval vous permet de partager un moment complice et de communiquer de manière plus subtile avec lui. Il aime particulièrement les grattouilles sur les zones qu'il ne peut pas atteindre lui-même, comme le garrot ou le haut de l'encolure. S'il étire son encolure et tortille sa lèvre supérieure, c'est qu'il prend plaisir à l'expérience et vous pouvez continuer. Il aime aussi être gratté sur le poitrail, entre les jambes antérieures. Encore une fois, soyez prudent : dans la nature un cheval peut mordiller s'il veut jouer ou chercher à vous gratter en retour, « par politesse » !



Exercice 33 : Paroles d'animaux

(enfants)

Vous souhaitez mieux vous connaître ? Les affinités avec certains animaux en disent beaucoup sur vous... Faites ce petit test qui vous en apprendra beaucoup !

Pour chaque question, choisissez la réponse qui vous semble la plus juste.