

## Avec l'équithérapie, le cheval devient un révélateur de nos comportements

**Santé.** Centre équestre où l'on pratique les activités habituelles de ce type de structure, le SLEM (Sports et Loisirs Équestres du Montbrisonnais) propose aussi depuis 2004 des séances de thérapie avec le cheval, animées par Dominique Gutierrez qui créa le club en 1996 et en fut longtemps la directrice. Aujourd'hui, elle assure la direction de la section « Thérapie Biodynamique avec le cheval ».



Photo Bernard Laroche

« Ce qui est vécu avec le cheval peut être transposé dans la vie courante. »

**Dominique Gutierrez**

Le jour de notre passage, deux stagiaires étaient là, l'une venue à titre professionnel, l'autre dans une démarche plus personnelle.

A chacune sa monture : Amande, grise légèrement truitée pour la Veauchoise Valérie Raspilaire ; et Onirique, une alezane brûlée pour la Forézienne Mélanie. Deux juments particulièrement calmes et dociles, car selon Dominique Gutierrez : « Il faut des chevaux qui soient bien dans leur tête pour apporter du bien-être, pour être disponibles afin de travailler avec l'homme. »

Après le pansage, direction le manège pour une séance de travail où le contact avec l'animal est omniprésent. Une fois les chevaux harnachés, les participantes montent à cru pour des tours de piste effectués au pas, sans tenir les rênes en laissant le cheval aller où il veut, puis



■ Établir une relation de confiance avec le cheval. Photo Bernard Laroche

les yeux fermés afin de mieux ressentir les mouvements de son corps en harmonie avec ceux de sa monture.

« On peut se découvrir en découvrant l'autre »

**Dominique Gutierrez**

Et puis un exercice plutôt surprenant : chacune est invitée à monter à l'envers puis à se coucher la tête sur la croupe de l'animal et à se relâcher au maximum dans une totale confiance à son cheval.

Outre ses compétences dans

le domaine équestre, Dominique Gutierrez est thérapeute psychocorporelle Biodynamique, un domaine où elle a innové en faisant le lien avec le cheval. Cette approche unique utilise donc deux outils puissants pour accompagner chacun vers une plus grande autonomie.

« Cette thérapie par le cheval s'adresse à tout un chacun, à toute personne qui a envie de faire un retour sur soi. Le cheval est un médiateur, un miroir qui nous aide à prendre conscience de ce que l'on est. On peut se découvrir en découvrant l'autre, représenté ici par le cheval. Ce qui est vécu avec lui se transpose

dans la vie. Par exemple, quand quelqu'un dit : Ce cheval l'a fait exprès pour m'embêter, c'est probablement un sentiment qu'il éprouve aussi face à d'autres personnes. »

Depuis les débuts, Dominique Gutierrez a travaillé avec des handicapés mentaux, physiques ou sociaux. Elle réfléchit actuellement à un projet en direction des prisonniers. Elle a également reçu des entreprises visant à développer la cohésion de groupe ou des écoles d'infirmières souhaitant travailler le thème du toucher.

Cet été, elle organise deux stages résidentiels : dont un pour les enfants du 18 au

22 août (399 euros) tout compris (hébergement et repas). Durant l'année, elle propose des ateliers adultes une fois par mois le vendredi ou le mercredi de 18 à 21 heures, et pour les enfants un mercredi après-midi sur deux. ■

**Pratique** **Prochaine journée découverte**  
Dimanche 13 septembre.  
**Contact**  
BiodynamiqueCaval,  
9 allée des Haras,  
zone de Vaure,  
42600 Montbrison,  
Tél. 06 72 07 39 01,  
biodynamicaval@gmail.com.  
Internet: biodynamicaval.fr



« Je suis intéressée par le domaine de la biodynamique »

**Mélanie, 35 ans**

Je viens des monts du Forez. J'aime bien les chevaux, d'ailleurs j'en ai eu un voici une dizaine d'années. Après avoir fait du chemin en suivant une thérapie classique que j'ai arrêtée, je suis venue ici pour voir ce qu'est la thérapie proposée. Je suis

intéressée par le domaine de la biodynamique. Ce qu'on a fait me parle, aller au milieu des autres chercher le cheval avec lequel on noue une vraie relation durant le pansage. Onirique n'est plus un cheval dans un pré, c'est vraiment mon cheval... pour aujourd'hui !



« On a cherché à nouer avec le cheval une relation tactile et émotionnelle »

**Valérie Raspilaire, 42 ans**

Je suis venue de Veauche où je dirige le centre équestre ASEL 42. J'ai eu envie de découvrir ce qu'est l'équithérapie et j'envisage de me former dans ce domaine. Ce matin, on a cherché à nouer avec le cheval une relation tactile et émotionnelle. On a

revisité au passage un exercice de base de l'équitation, le pansage, où j'ai bien pris mon temps et fait les choses à fond, alors qu'en centre équestre, on l'expédie souvent en vitesse. Et on a fait des exercices qui sont surprenants par rapport à ce qu'on fait d'habitude.