

Bernard Lamonnier, thérapeute pour chevaux intervient à Achères-la-Forêt ou à domicile

Le cheval reflète le ressenti du cavalier

C'est en rencontrant Filou, un cheval au tempérament bien trempé, que Bernard Lamonnier a changé de vie pour devenir thérapeute pour chevaux et cavaliers.

■ Bernard Lamonnier, thérapeute pour chevaux, a découvert l'équitation un peu par hasard en 1968 avec des amis dans un centre équestre, à Romainville. Pendant 10 ans, il a pratiqué l'équitation classique avant de s'arrêter cinq ans pour ses études.

Il s'est intéressé à l'éthologie, science du comportement des animaux

Il a ensuite souhaité reprendre l'équitation mais uniquement en balade. Mais pas la petite promenade de quelques heures puisqu'il est parti avec son cheval et son paquetage en randonnée pendant quelques jours. Un autre aspect de l'équitation qu'il a découvert à la ferme de la Haut-Yérelle, en Dordogne.

C'est d'ailleurs là-bas qu'il a fait connaissance de Filou, un cheval né en 1992. Mis en vente par son propriétaire, Bernard Lamonnier décide de l'acheter mais fait face à des moments difficiles les premières années. Filou était un cheval très dur.

« J'en ai bavé, il fallait donc que je trouve une solution », raconte Bernard Lamonnier qui s'est donc intéressé à l'éthologie, la science de l'étude du comportement des animaux dans le milieu natu-



Durant les séances de coaching, cavaliers et chevaux doivent apprendre à changer leurs habitudes pour être plus sereins ensemble.

rel.

Des années d'apprentissage

En quête de connaissance, il a suivi de nombreux stages avec Stéphane Rigo, un cavalier expert en randonnées à travers les continents et auteur de plusieurs ouvrages sur l'équitation éthologique.

En 1997, Bernard Lamonnier s'installe à Achères-la-Forêt où il travaille avec Filou à travers des heures d'exercices à pied pour mieux communiquer avec lui et comprendre davantage son caractère. Un travail fastidieux mais qui facilite grandement la relation avec l'animal.

Il transmet à son tour

Il a continué à approfondir cette science avec

d'autres stages, découvrant ainsi différentes approches. Bernard, satisfait du résultat obtenu avec Filou, décide ensuite de transmettre ses connaissances créant son activité d'éducation du cheval.

À son tour, il donne donc des cours et organise des stages pour les cavaliers en difficulté. Ces stages se déroulent en deux parties. La théorique tout d'abord où les élèves apprennent à connaître la nature et le comportement du cheval.

La seconde phase plus pratique se déroule ensuite dans un espace rond pour être au plus près de l'animal.

Son activité s'est bien développée et d'autres demandes sont apparues de la part des cavaliers, très souvent suite à un trau-

matisme créé avec une chute ou une mauvaise situation.

« Après une chute, le cavalier n'a plus confiance. Le cheval le ressent et cela devient compliqué pour tout le monde. Si des échecs ou traumatismes vous donnent envie d'arrêter, remémorez-vous les bons moments passés avec le cheval », indique ce passionné qui lance alors des cours pour les cavaliers à travers un coaching par le cheval pour leur redonner cette confiance indispensable.

Patience, fermeté et persévérance

« Il ne faut pas oublier que le cheval reflète le ressenti du cavalier. Pour maîtriser un cheval, il faut à la fois être patient, persévérant, ferme et cou-

lant », conseille-t-il.

« Dans les séances de coaching, je leur pose des questions leur permettant de réfléchir autrement et d'apprendre des nouveaux gestes et réflexes qui peuvent bien souvent résoudre les problèmes », pour-

suit-il.

Contactez Bernard Lamonnier au 06.77.70.83.05 ou plus d'infos sur les sites Internet : www.education-du-cheval.com et www.coaching-par-le-cheval.com.

ISABELLE BERTHELOT

Il coache aussi les humains

Bernard Lamonnier s'est rendu compte que ses séances de coaching avec un cheval pouvaient s'adapter à la vie personnelle ou professionnelle. Il propose désormais du coaching pour les salariés et les entreprises avec à chaque fois un maximum de 12 stagiaires. « J'ai reçu un groupe où huit personnes n'étaient pas du tout volontaires voire réticentes à suivre cette expérience. Mais après une demi-journée de stage sur le comportement et quelques heures de coaching avec le cheval, tout le monde s'est montré volontaire. La thématique de cette formation est la confiance en soi, le leader ship (être leader), la gestion du stress, l'agressivité, s'avoir s'affirmer dans le respect de soi et des autres et l'intelligence émotionnelle », détaille Bernard qui fait preuve d'une grande patience face aux chevaux comme aux hommes.



Bernard Lamonnier utilise ses connaissances et le calme du cheval pour coacher les salariés, afin qu'ils gèrent mieux le stress et reprennent confiance en eux.



D'une patience d'or, Bernard travaille des heures à pied avec les chevaux pour comprendre leur comportement.