



## Les émotions chez le cheval

**T**out comme nous, les chevaux ont une vie émotionnelle riche et complexe dont nous ne mesurons pas suffisamment l'ampleur, la densité et la richesse.

Chaque jour, le monde animal crie sa douleur ; des hennissements de panique et de solitude déchirent le silence d'une prairie ; des poulains sont subitement sevrés et arrachés à leur mère pour les besoins du commerce ; des chevaux dépérissent d'ennui dans l'enceinte de manèges tandis que d'autres sont envoyés à l'abattoir car jugés trop vieux, inaptes au travail, peu performants en course hippique ou présentant un comportement jugé « indésirable ».

La méconnaissance des besoins physiques et psychiques propres à l'espèce équine entraîne bien évidemment le déni de ses émotions. En témoigne le nombre de problèmes de santé dont la cause reste inconnue ; qui n'a pas été confronté un jour à la prise d'angoisse que peut susciter la présence de coliques chez son cheval ?

Beaucoup de problèmes de santé chez le cheval sont engendrés par une souffrance émotionnelle qui n'a pu être identifiée. Le poids des émotions reste largement sous-estimé.

Mon travail auprès des chevaux me montre non seulement que les émotions sont essentielles à la vie et au bien-être du cheval car elles participent à son équilibre global mais que les émotions refoulées, c'est-à-dire des émotions que le cheval n'a pas pu exprimer, ont une incidence parfois considérable sur sa santé et son bien-être.

Mais qu'est-ce qu'une émotion ?

Le mot émotion vient du latin « motio » et signifie « action de mouvoir, mouvement ». Trait d'union entre le corps et l'esprit, l'émotion est une réaction psychologique et physique à une situation.

D'un point de vue général, les émotions apportent une information. Elles permettent aux chevaux de communiquer leurs intentions et de lire celles des autres. Elles jouent un rôle dans la formation de relations stables dans le troupeau et leur permettent de définir leur place. Elles expriment aussi un besoin ; l'émotion de la peur permet d'éviter le danger et de se mettre à l'abri. Le cheval a donc véritablement besoin

de ses émotions : elles sont vitales pour lui, elles font partie de son équilibre tant physique que psychique. Quand elles circulent bien, les chevaux sont en pleine vitalité et, pas de doute, cela se voit !

C'est une vue réductrice que d'aborder un cheval sur l'angle physique, morphologique ou en fonction de ses prestations et performances. Les émotions sont un véritable moteur de vie. En lien avec les cinq sens du cheval, les émotions peuvent soit stimuler soit freiner l'énergie vitale du cheval. L'émotion a une charge énergétique importante et en fonction des événements que le cheval vit, elle peut déclencher de la joie, de la stimulation, de l'enthousiasme... ou de la colère, de la tristesse, de la morosité, de l'ennui...

Mais le cheval a aussi sa propre vie affective liée à son passé, à son histoire, à son environnement, à sa relation avec son propriétaire et mille autres choses encore. À titre d'exemple, la séparation peut être vécue comme un abandon et il arrive que des chevaux vivent diffici-





### Traumatisme et mémoire de l'émotion non libérée

lement un changement de lieu, la perte d'un lien affectif ou des changements successifs de propriétaires.

De même, un entraînement intensif, un débouillage hâtif, une demande trop exigeante dans le travail peuvent induire un niveau élevé de stress chez le cheval, ce qui affectera directement sa santé et cela se traduira notamment par un ralentissement de la circulation de son énergie vitale, des tensions au niveau des muscles, articulations, diminution de son immunité, respiration affectée,...

Le bien-être d'un animal peut changer en un instant. Chaque fois que nous utilisons des méthodes de travail ou d'entraînement qui ne conviennent pas à nos chevaux, nous causons des dommages – parfois irréparables- à ceux-ci. Lorsqu'un cheval a vécu une situation x de manière difficile et tendue, il va en garder un souvenir, une mémoire. D'autant plus s'il n'a pas pu évacuer l'émotion qui était associée à cette situation (ex : ne pas pouvoir fuir une situation stressante car il est enrêné avec longe). Même si le cheval change de

propriétaire, à chaque fois que le cheval va revivre la même situation que celle qui lui a provoqué un stress, l'émotion inconfortable (stress, panique,...) va ressurgir immédiatement même si nous n'avions aucune intention de lui causer un inconfort.

C'est le cas des traumatismes, des émotions lourdes et refoulées depuis de nombreuses années que le cheval va continuer à porter tant que ces émotions ne sont pas mises à la conscience de son propriétaire. Ceux qui travaillent en thérapie énergétique, massages, shiatsu, ... le savent bien. Dans de telles situations, et après consultation par un vétérinaire, le recours à des thérapies complémentaires (comme le massage ou le shiatsu) peuvent aider à une libération émotionnelle et donc à un rétablissement de l'équilibre. Car comme nous (lorsque nous consultons un thérapeute), les chevaux ont aussi besoin de pouvoir vider leurs sacs !

Ceci illustre à quel point chaque cheval a son propre langage émotionnel qui fait partie de sa vie à lui et à quel point un déséquilibre émotionnel peut avoir un impact sur sa santé. Prendre soin des émotions de nos chevaux, c'est prendre soin de leur santé à long terme.

### A l'heure actuelle, que nous savons réellement des besoins de nos chevaux ?

Quelle place accordons-nous à l'expression de leurs émotions ? Les récentes études menées par le département d'éthologie animale de l'Université de Rennes 1\* en France ont montré qu'un cheval moins stressé est un cheval en meilleure santé, disposant de facultés d'apprentissage accrues, et montrant un comportement agréable vis-à-vis de nous, ce qui nous procure indéniablement plus de sécurité et de plaisir.

N'est-ce pas là le souhait de tous les cavaliers ?

[www.cadencesassociation.be](http://www.cadencesassociation.be)

\*Colloque « Cheval et éthologie » organisé aux Facultés universitaires de Namur, 19 mars 2011.

Références bibliographiques :

-« Guérir le trauma, Waking the tiger », Peter A. Levine, North Atlantic Books, California

-« Quand les éléphants pleurent, la vie émotionnelle des animaux », Jeffrey Moussaieff Masson, Susan Mc Carthy