

# Cheval, mon beau miroir

L'homme se déclare comme non-animal et se définit dans sa distinction d'avec l'animal. Ainsi, il y a d'emblée un déni de l'animalité. Quoi de mieux pour démontrer cette idée que la fameuse réplique de John Merrick, dans *Elephant Man* : « Non, je ne suis pas un animal, je suis un être humain, humain ». L'humain s'auto-proclame comme non animal. C'est comme si nous ne pouvions être humains qu'à condition d'atténuer, de dénier ou de refouler notre animalité. C'est ce que nous dit Freud (1929), lorsqu'il parle de la nécessité de maîtriser – donc de refouler – les pulsions archaïques (sexuelles et agressives) desquelles la vie en collectivité exige le sacrifice.

Ainsi, on peut dire que l'animal apparaît comme une étrange figure de l'altérité pour l'homme. En outre, peut-on percevoir l'animal comme un outil pour se penser soi-même, en tant qu'humain ? En effet, l'animal peut apparaître comme un « tiers pensant », qui nous renvoie à la fois les différences qui nous séparent de lui (comme la parole et la conceptualisation par exemple), mais qui peut aussi nous permettre de plonger dans les profondeurs archaïques de notre être, et d'en appréhender l'individualité, et les limites, mais aussi les capacités créatrices. Il semble que cette idée est particulièrement adaptée à un animal : le cheval.

L'étude du comportement du cheval lorsqu'il est en interaction avec un humain permet de mettre en relief les mécanismes psychiques sous-jacents à cette relation homme/ animal. Et plus avant, de mettre en relief les mécanismes psychiques internes de l'individu en relation avec un cheval.

Le cheval, animal familier de par sa place dans notre société et dans nos inconscients, est présent auprès de l'homme depuis la nuit des temps. Il a toujours été à ses côtés, à son service. Il fut un temps où il était un outil servant à (se) déplacer plus vite, plus loin ; animal de labour, de labeur, de guerre. Animal étant, plus qu'aucun autre, mort au service de l'homme. Aujourd'hui trains, avions, tracteurs, chars l'ont remplacé. Cependant il est toujours là. Et dans nos sociétés où règnent la production, l'efficacité, la rapidité et les lois du marché, il est intéressant de se demander pour qui, pourquoi le cheval est-il toujours là ? Il demande de l'énergie et beaucoup de temps. Il ne produit rien de palpable, et il n'a rien à vendre. Plus encore, il coûte beaucoup plus qu'il ne rapporte. Alors pourquoi ? S'il ne rapporte pas physiquement, matériellement, qu'est-ce que l'homme a à gagner ? Pourquoi continuer à faire vivre cette relation ? Mon hypothèse est la suivante : l'homme y gagne psychologiquement.

Le cheval est souvent évoqué, imagé, dans ce que l'on appelle l'inconscient collectif. Il a sa place d'allégorie, de symbole. Qui n'a jamais croisé les chemins, au fil des pages, de *Joly Jumper*, de *Pégase* et du cheval de *Zorro* ? Qui n'a jamais entendu parler de la licorne ? La symbolique liée au cheval est assez paradoxale. Il est à la fois emblème de puissance, de gloire (représentez-vous ce chevalier vainqueur et son cheval brave et vaillant venus à bout d'un combat sanglant) ; mais il y a aussi l'idée du cheval incontrôlable, indomptable (le cheval sauvage capable de tuer un homme). Quoi qu'il en soit, le cheval est un support de projections, de fantasmes, d'identifications. Dans le *Dictionnaire des symboles* de J. Chevalier et A. Gheerbrant, « le cheval symbolise les composantes animales de l'homme ». Il incarne aussi un symbole phallique : « il représente l'impétuosité du désir, de la jeunesse de l'homme. » Il y a un archaïsme réveillé par le contact avec le cheval : « il est le symbole de notre animalité », voire de notre inconscient ? Le cheval baigne dans un univers primaire, non conceptualisé. On peut dire qu'il est dans l'essence du corporel, dans l'émotion, les sensations à l'état brut. Dans la relation, le cheval apparaît comme non intrusif, non jugeant. Peut-on dire qu'il est « sans mémoire, sans connaissance et sans désir » ? Avec le cheval, on tend vers une relation toujours nouvelle, qui se déroule dans l'instant. Ainsi, la relation homme/cheval recèle une tonalité toute particulière, parce que la parole n'est pas la condition du lien et parce que la modalité de « non-attente » du cheval offre une liberté à l'homme, liberté se rapprochant à mon sens de la

position du patient face à la « neutralité bienveillante » de l'analyste. Nous allons voir que le cheval induit une mise en mouvement psychique du sujet. Plus avant, il apparaît que la relation sujet/cheval a, à bien des égards, à voir avec la relation bébé/mère.

## **Fonction de portage et de manipulation**

Le cheval a naturellement tendance à éveiller des sensations archaïques proches de celles que l'enfant a vécues avec sa mère dans les premiers mois de sa vie : le fait d'être porté, balancé, de ressentir une certaine chaleur semble faire écho aux premiers mois de la vie, voire même à la vie intra-utérine. Je pense ici, tout particulièrement aux concepts de  *Holding*  et de  *Handling*  de Winnicott.

Dans l'utilisation du cheval en thérapie, la fonction de  *Holding*  est présente et le cheval en est l'origine. Il est porteur, et permet le bercement, par la régularité de son pas, et sa hauteur fait dominer le monde (la suprématie du cavalier sur le piéton engendre une revalorisation psychologique et un sentiment de toute puissance -lorsqu'on maîtrise un cheval, par exemple - que l'on peut lier à l'illusion d'omnipotence). De plus, le patient est en contact direct avec le corps de l'animal dont la chaleur est sécurisante, car elle renvoie à celle du corps de sa mère. En effet, le cheval porte et transporte physiquement (et psychiquement). Il y a donc bien cette idée de soutien, dans lequel le centre de gravité du sujet se situe entre lui et le cheval. Le cheval est donc un animal vivant, porteur et chaud ( *holding* ), mais c'est aussi un animal à poils qui est manipulable.

La notion de  *handling*  (maniement) désigne la manière dont l'enfant est traité, manipulé, soigné. Cela peut être assimilé aux promenades avec le cheval tenu à la main par le sujet, et au pansage qui provoque le contact. Le pansage a une triple fonction : de soins, de massage, de relation : il s'agit de la rencontre de deux êtres vivants qui s'observent. L'activité de pansage est souvent le cadre d'un questionnement et d'une observation attentive sur la différence des sexes, la différenciation entre le corps de l'homme et le corps de l'animal, et souligne l'importance accordée aux soins corporels autant pour le cheval que pour le corps de chacun des patients. En effet, le corps et les sensations qui l'habitent constituent la base et le support privilégié du sentiment d'identité. L'identité se construit dans un double mouvement de va-et-vient entre identification aux autres et distinction par rapport à eux. C'est ainsi que le sujet va pouvoir prendre conscience de son corps dans sa totalité et dans sa subjectivité. En fait, c'est en voyant les parties du corps du cheval que le sujet va pouvoir se différencier de lui. De plus, le contact avec le cheval met en place la nécessité absolue pour le sujet de tenir compte de « l'Autre ». Ainsi, nous pouvons établir un parallèle entre la relation mère-nourrisson telle que l'envisage Winnicott, et la relation établie lors de la régression engendrée par la situation thérapeutique dans le cadre de l'utilisation du média cheval. Peut-on alors faire l'hypothèse suivante : envisager le cheval comme un substitut symbolique de la fonction maternelle ?

## **Associés au portage : le bercement et le rythme**

L'allure la plus importante, dans la visée de la thérapie avec le cheval, est le pas. Cette allure rythmée à 4 temps, symétrique, est sécurisante et provoque un bercement. Le rythme et les répétitions qu'apporte le bercement permettent de contenir, d'administrer l'excitation. On peut sans doute mettre cela en rapport avec la vie fœtale, pendant laquelle les sons et rythmes (cardiaque de la mère, rythme respiratoire) ont une importance plus que notable, puisqu'il s'agit des premières expériences sensibles liées aux vibrations. On peut avancer que le rythme du cheval au pas peut rappeler ces instants de vie  *in utero* , pendant lesquels le bébé était en parfaite sécurité. Ainsi, voit-on chez les sujets que le rythme induit par le pas produit (ou reproduit) une sensation sécurisante.

Les quatre temps que constitue le mouvement du cheval qui marche au pas se succèdent de la façon

suivante : posé du postérieur droit - posé de l'antérieur droit - posé du postérieur gauche - posé de l'antérieur gauche. Cela provoque dans le corps du cavalier un mouvement de bercement, d'avant en arrière, du bas vers le haut et de droite à gauche. Cela anime le corps du cavalier dans un mouvement hélicoïdal, sorte de huit, de chiffre allongé. Plus avant, on peut dire que ce balancement donne l'impression de « faire le tour de soi-même ». Il y a là l'idée précédemment évoquée d'une unification corporelle (et psychique ?) Le bercement provoqué par le cheval peut être mis en rapport avec le bercement qu'opère la mère sur son bébé, et plus précisément sur la fonction de portage de la mère. Cette fonction maternelle est en lien avec la fonction contenante de la mère. Peut-on, ici faire l'hypothèse selon laquelle le cheval pourrait prendre le rôle d'objet contenant, voire de fonction contenante ? En effet, le cheval est perméable aux *stimuli* de l'environnement au sens où il les reçoit. Il est doté d'une alliance entre non-attente, présence, réception. Il y a l'idée d'une présence capable d'accueillir - les demandes, pulsions, émotions du sujet - sans être intrusif à l'égard de ce dernier. Le cheval peut apparaître comme un support identificatoire pour le sujet, tant sur le plan de l'identité psychique que sur ceux de l'identité corporelle et sociale.

## **Entre cheval et homme, une relation « corps à corps »**

L'élaboration de l'image du corps induit l'appréhension de la sensorialité. Ouïe, vue, odorat, toucher... Tout cela est extrêmement présent dans la relation avec le cheval, où le corporel et l'espace des sens sont au premier plan. Au contact du cheval, les sens sont en perpétuel éveil, et c'est notre corps qui parle. En outre, une sorte de mimétisme est repérable, dans le contact entre sujet et cheval. Tout mouvement du sujet (ou du cavalier) tend à provoquer chez le cheval un mouvement homologue, et, à l'inverse, tout mouvement du cheval entraîne chez le sujet une gestualité homologue. Ce mimétisme peut également être présent dans ce qui est de l'ordre de l'affectivité, et il s'agira alors d'une mise en relation affective synchronisée entre sujet et cheval. On parlera alors d'isoesthésie, du grec *iso* : égal et *esthésie* : sensibilité. Il y a donc une sorte de mouvement de va-et-vient corporel et émotionnel entre le sujet et le cheval.

Par sa finesse de perception des *stimuli*, le cheval est capable de capter les messages infra-verbaux émis par l'homme. Ainsi, on peut dire que le cheval perçoit le langage corporel et émotionnel de l'homme alors que ce dernier n'en a lui-même pas conscience. De plus, le cheval semble retranscrire parfaitement « en miroir » l'état émotionnel du sujet. Il y aurait donc une sorte de « code corporel inconscient » que le cheval serait capable de saisir.

## **« Effet miroir »**

Le cheval répond en miroir aux *stimuli* sensoriels et infra-verbaux émis par l'homme. De plus, il semblerait que « l'état émotionnel d'un humain pourrait avoir des incidences sur la santé d'un cheval ». J'ai eu moi-même le cas d'un jeune cheval qui m'a été confié, car sa propriétaire avait, me dit-elle « perdu le contrôle sur lui ». Ce cheval était très fougueux et particulièrement stressé, jamais calme, jamais au repos, et cela spécialement en présence de sa propriétaire. Je commençai donc un travail technique dont je passe les détails ici. Cependant, je décelai un problème de fond, un réel stress qui se traduisait par des coliques à répétitions. La propriétaire, qui était une amie, avait elle-même un tempérament vif doublé, au moment des faits, d'un grand stress engendré par une série d'exams médicaux particulièrement éprouvants. Au détour d'une conversation elle m'expliqua qu'elle était très angoissée, au point qu'elle était elle-même constipée. Il semble que son cheval ait ressenti et assimilé ce stress. Peut-on aller jusqu'à dire qu'il se l'est approprié ? En tout cas, il y avait bien là quelque chose de l'ordre de cet effet miroir entre cette cavalière et son cheval. Ce que nous donne à voir le cheval est en étroite relation avec l'état interne du sujet qui interagit avec lui. Afin de mettre cette hypothèse à l'épreuve, j'ai réalisé plusieurs expériences, dont celle que je rapporte ici. J'ai placé une jument, libre de tout lien, dans une carrière et ai proposé à un sujet

d'entrer en contact avec elle. La seule consigne était la suivante : « Tentez d'entrer en relation avec la jument, en laissant libre court à votre inspiration ».

J'observai d'emblée une difficulté chez les adultes « adaptés », que je ne trouvais pas chez les handicapés et les enfants. En effet, j'ai souvent écouté, chez ces adultes, des phrases du type : « combien de temps dois-je tenir ? » Et au bout de quelques instants passés avec la jument : « Je ne sais plus quoi faire ». Dans le contact avec le cheval, j'ai observé que ce type de sujet abandonnait très vite la relation, par exemple lorsque la jument tournait le dos brusquement. Cependant, il est intéressant d'analyser ces comportements, car j'ai remarqué que la jument « lâchait » rapidement le contact avec ces personnes. Elle tournait le dos, ou portait son attention vers tout autre chose, délaissant totalement le sujet à pied. Peut-on avancer que ces sujets, ayant une appréhension par rapport au temps, au regard de l'autre, gênés peut-être par l'animalité que la jument leur renvoie, déconcertés sans doute par ce contact brut et non verbal avec l'animal, puissent générer chez lui ce non-investissement de la relation ? De fait, on peut dire qu'il y a une sorte de « réponse en miroir » de la part du cheval, au comportement et mode d'appréhension de la situation de l'homme. Peut-on avancer que le cheval est capable de refléter ce qui est de l'ordre de l'état interne (émotionnel, psychique) du sujet ? Ainsi, ce que voit le sujet à travers le cheval, c'est lui-même. Et l'animal deviendrait une véritable boussole pour le thérapeute.

## **Le cheval : quel objet ?**

Tout d'abord, le cheval peut apparaître comme un véritable objet transférentiel, au sens où il peut rééditer la fonction maternelle et les notions de portage et de sécurisation qu'elle met en jeu. De plus, le cheval permet de rejouer les besoins primaires. En effet, il semble pouvoir éveiller des sensations et émotions archaïques liées à la mère, car le cheval porteur au pelage doux et chaud, au rythme berceur du pas, semble présenter les aptitudes nécessaires pour faire vivre au patient une situation régressive. En outre, le cheval semble rééditer quelque chose de l'ordre de la fonction paternelle, au sens où il a une fonction cadrante, car le travail avec le cheval nécessite la mise en place et le maintien d'un cadre et de règles. Le cheval peut donc incarner l'image paternelle à travers les notions de lois et de règles. De plus, symboliquement le cheval peut représenter le père, de par sa puissance et de par son sexe, qui ne peut qu'être le paradigme de la puissance phallique. Ensuite, on peut penser le cheval comme objet intermédiaire, car il se positionne comme un intermédiaire entre le sujet et l'« Autre ». L'objet intermédiaire, pour Rojas-Bermudez, doit présenter une existence réelle et concrète, il doit avoir un caractère inoffensif et être malléable, manipulable. De plus, il doit permettre la communication, tout en gardant une distance juste. Il doit pouvoir s'adapter facilement au sujet et être assimilable par lui. Enfin, il doit avoir le caractère d'un outil et être facilement identifiable. Nous retrouvons bien toutes ces caractéristiques chez le cheval. Enfin, nous pouvons envisager la notion de Winnicott d'objet transitionnel. Nous allons voir que c'est justement dans un espace entre le moi et le non-moi que va se situer le sujet dans sa relation avec le cheval. Ainsi, le cheval se trouve dans la « zone intermédiaire » de Winnicott, à mi-chemin entre le dedans et le dehors.

## **Réédition symbolique de la relation maternelle : de l'illusion à la désillusion**

Le travail relationnel entre un sujet et un cheval, semble être ponctué par deux grandes phases (qui ne se succèdent pas forcément de façon chronologique). Tout d'abord, on repère un moment où le sujet ne fait qu'un avec l'animal. Une sorte de symbiose se met en place et il semble que celle-ci fasse référence à l'illusion primaire de Winnicott, ou à la phase symbiotique de l'enfant avec sa mère, que décrit M. Mahler. C'est dans cette phase fusionnelle que l'on peut observer des sujets qui enfouissent leurs visages dans le poil du cheval ou qui s'agrippent à lui. Comme collés à l'animal

(identification adhésive ou collage), ils semblent apaisés et en sécurité, comme pourrait l'être un enfant dans les bras de sa mère. Ensuite, il y a une phase que l'on pourrait rapprocher de la désillusion que doit produire la « mère suffisamment bonne » sur son enfant, selon Winnicott. L'animal administre lui-même des castrations au sujet, et c'est par la nomination (qui induit la séparation), que le thérapeute va ouvrir les voies de la symbolisation et de l'individuation. Ainsi, une « défusion » opère et le fait de nommer va pouvoir créer une distance entre la sensorialité du sujet et celle du cheval. Le but est de faire passer le sujet du collage à la relation, ce qui induit la prise de conscience d'un soi propre et individuel. Cela entraîne la mise en place de la continuité d'exister du sujet, qui fait passer le cheval d'une prolongation de soi à une entité séparée ; du statut d'objet partiel à celui d'objet total.

Le thérapeute, peu à peu, aide le patient à émerger de la situation fusionnelle et à faire vivre le cheval comme Autre, condition nécessaire à l'individuation et à la formation du Moi. C'est là le but de la thérapie avec le cheval : permettre au sujet de trouver sa propre subjectivité, pour enfin aller à la rencontre de son moi propre.

## Notes

1. Freud S. (1929), *Malaise dans la civilisation*, Paris, PUF, 1994.
2. Chevalier J. et Gheerbrant A. (1997), *Dictionnaire des symboles : Mythes, rêves, coutumes, gestes, formes, figures, couleurs, nombres*, Ed. Robert Laffont.
3. Bion W.R. (1962) « Une théorie de l'activité de pensée » in *Réflexion faite*, Paris, PUF, 1983.
4. Winnicott D. W. (1971), *Jeu et réalité*, Paris, Ed Gallimard, 1975.
5. Claude I. (2007), *Le cheval, miroir de nos émotions*, Bordeaux, Ed D.F.R.
6. Chez le cheval, la colique est synonyme de constipation.
7. Lubersac R. DE, dir., (2000), *Thérapies avec le cheval*, Vincennes, Ed Fentac.