

TU AURAS DÛ T'ACHETER
UN BON CHEVAL



E-LIVRE
GRATUIT

LES QUATRE GRANDES
LEÇONS DE MAESTRO

Monique Lavee | Equi Coach

CONTENU

01

NE JAMAIS DIRE « JAMAIS »

02

NE PAS UTILISER UN MORS PLUS DUR

03

UN CHEVAL N'EST PAS UNE MÉTHODE

04

REGARDE-TOI DANS LE MIROIR

Bonjour!

Je suis ravie que vous ayez téléchargé cet e-book
'Tu aurais dû t'acheter un bon cheval'.

Dans ce livre, vous verrez que ce qui est impossible en apparence est possible : passer d'un cheval « difficile » à une connexion profonde avec lui.

C'est l'histoire du voyage que j'ai réalisé avec mon premier cheval Maestro. Je vais vous relater les problèmes que j'ai rencontrés en cours de route avec lui et les quatre grandes leçons qu'il m'a apprises.

« Tu aurais dû t'acheter un bon cheval », me suis-je entendu dire par mon père... Il savait combien je peinais avec Maestro et combien il était devenu dangereux. Il ne se réjouissait pas vraiment que je monte un cheval qui, somme toute, n'avait pas de freins et me filait des coups de sabot dans l'écurie. Il était d'avis que je devais simplement faire preuve de plus de dureté avec Maestro et que tous les problèmes fondraient alors comme neige au soleil.

Je n'ai pas traité Maestro avec plus de dureté. Si je l'avais fait, il aurait réagi exactement de la même manière. Je pensais sincèrement que ses séances étaient déjà plus qu'assez dures.

Je suis certaine que vous vous identifierez à certaines des situations évoquées dans ce livre. Lisez cet e-book à votre aise jusqu'à la quatrième leçon, au moment où tout s'est mis en place et où j'ai vraiment réussi à entrer en connexion avec Maestro.

Bonne lecture!

Monique Lavec | Equi Coach



L E Ç O N

01

Leçon numéro 1 : ne jamais dire « jamais »

« Jamais de ma vie je ne monterai sur le dos de ce cheval », ai-je dit à Mart en regardant la performance du duo « cheval à vendre - propriétaire » dans la piste couverte. Jamais de ma vie je n'avais vu un cheval aussi nerveux. « Eh bien, ça, c'est un cheval pour toi ! », a déclaré Mart. Pendant que la propriétaire était en train de diriger Maestro dans l'enclos en lui parlant doucement et qu'elle faisait de son mieux devant nous, je réfléchissais à cette remarque.

Un trotteur guilleret

Ensuite, la propriétaire a proposé de se rendre à l'extérieur avec Maestro, car selon elle, il préférait être monté dehors plutôt que sur la piste. J'ai accepté car, après tout, je voulais un cheval avec lequel vadrouiller à travers les forêts ardennaises. À l'extérieur, ce cheval nerveux s'est mué en trotteur guilleret. Il semblait ne pas avoir peur du trafic intense, et cela m'a rassurée. Sur le chemin du retour vers les écuries, j'ai décidé de « reprendre les rênes » à la propriétaire : je suis montée sur le dos de Maestro et je suis rentrée avec lui jusqu'aux écuries.

Un cheval invendable

Une fois de retour, j'ai demandé à la propriétaire si elle avait eu beaucoup d'acheteurs potentiels pour Maestro. « Oui », me répondit-elle. Alors pourquoi n'avait-il pas encore trouvé preneur ? « Tout le monde le trouve trop agité », soupira-t-elle. « Tu m'étonnes... », me suis-je dit en le regardant tourner en rond dans son box. En fait, je trouvais ce cheval étrange. Il était beau, grand, captivant, mais il y avait aussi autre chose...

Cheval d'enseignement calme

Oui, Maestro était agité, mais quelque chose en lui me touchait. Ma tête et mon cœur se livraient bataille comme si l'enjeu était de remporter le dernier match de la Champions League ; le match était serré. J'hésitais. J'avais 41 ans, et cela faisait 25 ans que je n'avais plus travaillé avec des chevaux.

Je n'avais même plus approché des chevaux de près pendant toutes ces années. Donc, en termes de risques, je souhaitais un cheval d'enseignement calme et tranquille (mais pas engourdi!). Et voilà que je me tenais auprès d'un cheval qui m'appelait, mais que je ne voulais pas vraiment entendre. J'avais peur de ne pas parvenir à gérer convenablement sa nervosité et de devoir tirer un trait sur les sorties peinardes. C'est le vétérinaire qui a facilité ma prise de décision lors de l'examen médical : « Il a une fracture d'un os métacarpien ; il faut l'opérer. Je le réforme. »

Au moment où j'ai voulu faire demi-tour et reprendre la direction des Ardennes belges, je lui ai demandé : « Combien coûte une telle opération ? » Ça m'a fait un choc. Finalement, c'est mon cœur qui l'a emporté et qui a brandi fièrement la coupe de la victoire.

Des nerfs aussi tendus que des câbles d'acier

Et donc, j'ai adopté Maestro, qui avait un os métacarpien fracturé et des nerfs aussi tendus que des câbles d'acier. Une semaine après le verdict du vétérinaire, nous sommes allés chercher Maestro aux Pays-Bas et l'avons emmené à la clinique universitaire de Liège. Maintenant, je peux imaginer ce que ressent une mère qui doit laisser son nouveau-né en couveuse à l'hôpital ; cela a été terriblement difficile pour moi de laisser Maestro à la clinique.

Nous sommes allés rechercher Maestro à Liège une semaine après l'opération. La jambe avant gauche bandée, il est monté dans le van et en est sorti sagement lors de son arrivée à sa nouvelle demeure.

Ma vie sens dessus dessous

Le premier jour, quand je l'ai vu dans son écurie, je ne savais pas encore que ma décision d'adopter Maestro allait bouleverser ma vie. Et que la peur, la joie, la tristesse, la frustration et le bonheur jalonnaient le chemin que Maestro m'avait déjà fait emprunter.

L E Ç O N

02

Leçon numéro 2 : pas question d'utiliser un mors plus dur

Maestro s'est rétabli. Rapidement. Et peu à peu, nous avons fait connaissance. Je l'ai brossé, nourri et promené. Le moment où Maestro m'a « embrassée » est un des meilleurs souvenirs de sa période de convalescence. Ça s'est passé comme ça : j'étais en voiture pour me rendre à l'écurie. Mon cœur entier débordait de quelque chose d'indescriptible. Lorsque je suis arrivée à l'écurie, je me suis postée devant son box. Maestro s'est approché de moi, a enroulé sa tête autour de moi et a posé son menton sur mon dos. Je l'ai également pris dans mes bras, et les larmes se sont mises à rouler sur mes joues. Ce jour-là, je n'ai pas réalisé que l'étreinte de Maestro était une réaction logique à mon énergie et aux pensées positives que j'avais eues en voiture. Je ne me suis pas rendu compte que Maestro me mettait face à moi-même. Cette prise de conscience n'est arrivée que beaucoup plus tard, c'est-à-dire au moment où la relation entre Maestro et moi n'avait pas pris la tournure dont j'avais rêvé.

Un cheval qui sourit

Une fois la période de convalescence terminée, j'ai sellé Maestro. La selle était parfaitement ajustée. Par contre, j'ai eu du mal à passer la bride par-dessus ses oreilles. Lorsque j'y suis parvenue, Maestro affichait un large sourire : la bride était trop petite. Monter sur le dos de Maestro a été un moment émouvant. C'était la toute première fois que je m'asseyais sur son dos depuis qu'il était avec moi. Le moment était enfin venu d'aller nous balader.

Pour faire connaissance avec Maestro sous la selle, nous avons fait une séance sur une piste extérieure et avons commencé par faire de petites balades en rue. Il n'a pas fallu longtemps pour que les problèmes apparaissent.

J'ai souvent repensé aux paroles de l'ancienne propriétaire : « Je ne parviens pas à le vendre parce qu'il est trop agité. » La première fois sur la piste, quand j'ai voulu le faire tourner vers la droite, il m'a montré qu'il était aussi doué pour le rodéo... Je suis parvenue à rester en selle, mais j'ai terminé la séance avec des ampoules aux mains à force de tirer sur les rênes — un sérieux avertissement. Maestro avait juste envie de prendre la poudre d'escampette. Il était agité non seulement sur la piste intérieure, mais aussi à l'extérieur.

Inarrêtable

Les sorties en rue se passaient un peu mieux. Je faisais des promenades de plus en plus longues avec Maestro et j'osais de plus en plus — jusqu'à aller au petit trot en rue. Quelle sensation merveilleuse ! Cela ne m'a pas dérangée que Maestro accélère. Par contre, je ne m'attendais pas à ce qu'il se mette à galoper... J'étais catastrophée de ne pas parvenir à l'arrêter. Et voilà que nous empruntons un petit chemin de campagne sinueux au grand galop. Maestro allait de plus en plus vite. J'ai commencé à avoir peur. Je savais qu'après le virage suivant, nous allions arriver au sommet de la colline et amorcer la descente. J'ai aussi ressenti la grande dangerosité de galoper à une telle allure. Je ne me souviens pas comment, mais Maestro a fini par s'arrêter devant une barrière qui clôturait une prairie. Je ne savais pas si je devais me presser ou non de descendre de cheval. J'ai constaté que Maestro tremblait autant que moi. Mon Dieu ! Maestro était capable de galoper incroyablement vite.

Il faut lui montrer qui est le chef !

Il y a bien des moments où les balades au grand air se passaient bien. Mais les moments où cela ne se passait pas bien devenaient de plus en plus fréquents, et la situation s'aggravait. J'ai commencé à appréhender les séances dans la piste : Maestro ne voulait pas exécuter le slalom ; il se cabrait.

Il ne faisait plus de beaux « huit de chiffre ». Il ne s'immobilisait pas lorsque je le lui demandais et il se mettait à secouer la tête. Il émettait un bruit bizarre lorsque je le montais, comme s'il battait des lèvres. Tout doucement, les problèmes se sont étendus aux sorties en plein air. Maestro ne voulait pas pénétrer dans la forêt et se cabrait au beau milieu de la rue. Il s'immobilisait à tout bout de champ et allait à reculons pratiquement jusqu'à l'écurie. Et j'en avais assez de tirer sur les rênes.

Personne n'y croyait plus

On n'arrêtait pas de me dire : « Il faut lui montrer qui est le chef. S'il ne s'arrête pas, il faut tirer plus fort sur les rênes. » Ou encore : « Prends un mors plus dur. » J'étais frustrée. Je me sentais en colère. Triste. Impuissante. Au fond de moi, je ressentais les choses différemment : je n'avais aucunement envie de tirer plus fort sur les rênes ou d'utiliser un mors plus dur. Mais qui étais-je pour avoir un avis sur la question, moi, dont l'expérience équestre remontait à 25 ans ? Ne devrais-je pas me contenter d'écouter les conseils des personnes d'expérience ? Mon père m'a dit un jour : « Tu aurais dû t'acheter un bon cheval. » Personne n'y croyait plus. Sauf Mart.

Ai-je choisi le mauvais cheval ?

Je me demandais où était passé ce cheval doux, reconnaissant et bienveillant dont j'avais pris soin pendant six semaines. Maestro avait-il un autre problème ? Avais-je choisi le mauvais cheval ? Je me suis mise en quête d'informations pour trouver la cause des problèmes de mon cheval. À ce moment-là, je considérais encore qu'il s'agissait d'un problème lié au cheval. Ou d'un cheval difficile, si vous voulez. À présent, avec plusieurs années de recul, je dirais plutôt : je me suis mise en quête de la cause des problèmes entre moi et mon cheval. Ce fut un grand pas en avant.

L E Ç O N

03

Leçon numéro 3 : un cheval n'est pas une méthode

Bon. Je devais donc « bricoler » mon cheval. Ce n'était pas exactement ce que j'avais à l'esprit lorsque j'ai eu l'envie d'avoir un cheval à mes côtés. Mais il est très peu de choses dans la vie qui m'aient résisté. Après tout, j'avais énormément d'expérience en tant que journaliste, consultante, manager et coach. Je venais à bout de tous les problèmes. Et donc, je me suis cramponnée à l'idée de « rafistoler » Maestro.

Bibles des sommités du monde équin

Persuadée que je mènerais à bien le « projet » Maestro, je me suis procuré du matériel d'étude. Du matériel qui m'apprenait à « bricoler » mon cheval sans utiliser de mors plus dur. La bibliothèque s'est remplie de bibles de sommités du monde équin telles que Mark Rashid, Parelli, Monty Roberts. J'ai scrupuleusement étudié leurs méthodes d'entraînement. Pour mieux comprendre les chevaux et être capable de communiquer avec eux, je buvais les paroles de chuchoteurs équins jusqu'à une heure avancée de la nuit. Plus tard sont venus s'ajouter des livres contenant des exercices de base. Internet est une encyclopédie géante. J'ai suivi des formations et des cours et j'ai vraiment donné le maximum. Le dénominateur commun est que tous entraînaient les chevaux de manière bienveillante. Et c'est ce que je voulais.

Des problèmes physiques ?

Quand je ne travaillais pas, j'étudiais. J'ai également fait appel à toute une ribambelle de médecins pour Maestro. La première personne que j'ai fait venir (outre les visites régulières du vétérinaire), c'est la dentiste. Les gens ne comprenaient pas ma démarche : « Maestro va très bien. Il faut simplement que tu sois un peu plus maître de lui. » Être une meilleure maîtresse pour lui, je le voulais aussi, mais je tenais à exclure la possibilité qu'il ait mal quelque part.

En examinant Maestro, la dentiste m'a dit qu'il avait beaucoup de tissu cicatriciel au niveau de la commissure des lèvres et que ce serait bien d'appliquer une crème spéciale lorsque je lui mets le mors. J'ai alors senti comme une crampe dans le bas de mon abdomen. Quelque chose n'allait pas. Comment se fait-il qu'il avait du tissu cicatriciel? La dentiste a été la première personne à laquelle j'ai posé prudemment la question de savoir si monter Maestro sans mors était une option. « Bien sûr que c'est possible! », m'a-t-elle répondu. « Ne faites pas attention à ce qu'on vous dit ; mon mari aussi, on lui a dit qu'il était fou d'emmener son pur-sang arabe en balade avec une simple corde autour du cou. C'est quelque chose que vous pouvez apprendre à votre cheval. » La rencontre d'une telle personne a été une surprise pour moi.

J'ai constaté un léger changement lorsque je montais Maestro. Le traitement de la dentiste lui avait fait du bien. Mais il y avait autre chose. Il avançait à petits pas saccadés, il augmentait constamment sa vitesse au trot, et j'éprouvais des difficultés à le faire tourner vers la droite. Mais qu'est-ce qu'il était nerveux! J'ai commencé à me demander s'il ressentait peut-être une tension dans son corps qui, du coup, générerait une tension dans sa tête.

Un cheval qui n'ose jamais dormir

J'ai décidé de faire appel à une ostéopathe pour voir s'il n'y avait pas de blocages dans son corps. L'ostéopathe soupçonnait Maestro d'avoir subi un traumatisme crânien dans le passé, ce qui expliquerait sa réticence à se laisser toucher au niveau de la tête. Elle m'a également dit qu'il avait de nombreux blocages au niveau du cou et que sa respiration était superficielle.

L'ostéopathe a exprimé les choses de la façon suivante : « Comme si Maestro n'avait jamais osé s'endormir. » Elle a manipulé Maestro, et j'ai donc pu barrer une cause de plus sur ma liste des explications plausibles de l'agitation de Maestro. Un jour viendra sûrement où nous viendrons à bout de cette liste...

J'ai expliqué à l'ostéopathe que je ne me sentais pas sûre de moi. J'ai éclaté en sanglots. Elle m'a conseillé d'être moins stressée et m'a dit que je faisais bien de faire examiner et soigner Maestro, ce qui m'a rassurée.

Les méthodes ne fonctionnent pas

Après les traitements de la dentiste et de l'ostéopathe, je me suis sentie mieux. Mon impression était donc juste : il ne s'agissait pas simplement d'« être un peu plus maître de Maestro. » Alors, j'ai continué à faire ce que je faisais depuis le début : continuer à trouver des améliorations pour Maestro, étudier et suivre des cours. J'ai testé d'innombrables choses sur lui. Mais cela ne marchait pas. Je ne parvenais pas à lui faire faire les exercices du livre ou les exercices que j'avais réussi à enseigner à un autre cheval lors du cours. Frustration, colère, déception, tristesse. À présent, je sais ce qui manquait : du feeling. Ajouter ma propre patte. Adapter les exercices à ma sauce. Je me contentais de reproduire aveuglément ce que j'avais appris, sans m'assurer que cela convenait à Maestro. Il manquait ce supplément d'âme. Mon âme. Je n'étais jamais satisfaite. Chacune des méthodes contient des éléments qui ont énormément aidé Maestro, en particulier l'équilibrage de son corps, qui a été incroyablement utile. Cela a rendu Maestro plus souple du côté droit.

Mais nous n'avions pas encore atteint notre but.

L E Ç O N

04

Leçon numéro 4 : regarde-toi dans le miroir

Je n'ai pas baissé les bras. J'ai donc continué à « bricoler » mon cheval. À chaque erreur que je commettais, le feed-back était immédiat, et la sanction prenait prioritairement la forme de deux sabots. Et si je n'étais pas à l'écoute, les leçons que Maestro m'infligeait se durcissaient. Pendant ce temps, j'étais de plus en plus rongée par la culpabilité envers Maestro et je me sentais de plus en plus impuissante. Je ne parvenais vraiment pas à entrer en contact avec mon cheval. Je me sentais nulle. J'ai alors décidé de chercher de l'aide pour moi-même et, lentement mais sûrement, la raison pour laquelle je n'arrivais pas à entrer en connexion avec Maestro m'est apparue clairement : je n'étais pas en contact avec moi-même.

Masque

Tout ce que j'avais à faire, c'était de montrer à Maestro que son comportement n'était pas d'un grand secours, et cela n'était possible qu'à condition que je change mon attitude envers lui. Ce fut une sacrée découverte. Réaliser que je manquais d'authenticité avec Maestro n'a pas été un constat agréable. Idem quand j'ai compris que j'avais peur d'un nouvel échec, de sa vitesse et de son comportement, mais que je n'osais pas l'exprimer. Je doutais de tout, mais j'avais mis des masques, l'un après l'autre.

Une lueur d'espoir sur mon chemin

Mais en déplaçant le temps et l'attention que je consacrais au projet « rafistoler Maestro » vers le projet « rafistoler Monique », j'ai rapidement constaté de petits changements. Maestro n'avait de cesse de me confronter à moi-même. Il m'a appris à prendre conscience de l'énergie que je dégageais. Je me suis rendu compte que je n'avais pas posé ma question de façon suffisamment claire, de sorte que Maestro n'était pas en mesure de me répondre correctement.

Et j'ai cessé de le qualifier de cheval « réticent ». J'ai commencé à comprendre que tous les échecs que nous avons vécus ensemble étaient des cadeaux qui me permettaient d'évoluer personnellement. C'est grâce à tous ces échecs que je sais ce que je sais aujourd'hui et que je suis capable de faire ce dont je suis capable aujourd'hui. Toutes ces années d'études sur divers thèmes liés aux chevaux m'ont permis de remplir ma boîte à outils. De plus, avec tout son amour et tout son cœur, Maestro m'a forcée à aller voir ce qui se passait en moi et à retrouver mon vrai moi. Il m'a appris qu'il était possible d'établir une connexion profonde et il m'a enseigné comment faire. Et ce processus commence par soi-même. Le voyage que nous avons effectué ensemble a souvent été inconfortable et confrontant, mais ô combien beau et empreint d'amour. Une fois, j'ai peint un tableau à propos de notre voyage et je l'ai accompagné du texte suivant : « Les étoiles dans tes yeux sont les lueurs d'espoir sur mon chemin. Avec toi, j'ose avancer vers la lumière. »

Quand j'ai changé, Maestro a changé

Lorsque je me suis retrouvée, j'ai retrouvé confiance en ma sensibilité et en mon intuition. La dureté qui s'était immiscée en moi s'est relâchée. J'ai repris confiance en moi et je me suis mise à communiquer avec Maestro avec douceur. J'ai découvert comment entendre, voir et ressentir ses messages et je n'ai cessé de lui demander : « Qu'attends-tu de moi en ce moment ? » Maestro m'a mise au défi de sortir des sentiers battus, de m'éloigner des méthodes toutes faites. Il m'a encouragée à expérimenter et à vérifier auprès de lui si c'était juste. Maestro m'a montré quelles qualités je pouvais développer en moi, car il en avait besoin. Il s'agissait principalement de paix intérieure, de leadership, d'authenticité et d'une forme de communication claire. Quand j'ai changé, Maestro a changé.

Sans mors et sans selle

Notre connexion est devenue vraiment intense ! J'ai commencé à le monter sans mors et je ne lui en ai plus jamais mis. Nous partions nous balader ensemble. Je prenais une deuxième corde avec moi. Lorsque j'apercevais un banc en cours de promenade, je transformais les cordes en rênes, je grimpais sur le dos de Maestro et je me laissais porter par lui en toute confiance. Lorsque nous allions nous promener accompagnés de mon autre cheval, Aragon, je laissais Maestro courir en liberté. J'ai enseigné à Maestro comment mieux se servir de son corps, et cela fonctionnait également lorsque je lui retirais le licol ou le caveçon et que nous travaillions en liberté. J'ai à nouveau osé trotter avec Maestro. J'ai à nouveau osé galoper avec Maestro. On peut dire que c'est une fusée — mais une fusée parfaitement contrôlable tant que je fais ce qu'il faut et tant que j'ai confiance en moi et en lui. Maestro m'a appris à connecter mon cœur au sien en silence. Et c'est exactement ce que nous avons fait ensemble jusqu'à son dernier souffle, le vendredi 16 octobre 2020. Ce jour-là, j'ai dû faire euthanasier Maestro. Je me suis sentie intensément connectée à lui pendant les quatre heures et demie que j'ai passées avec lui à la clinique équine.

Vous n'êtes pas seul(e)

Ma mission est de partager avec le monde entier tout ce que j'ai appris de Maestro et grâce à lui. Il serait dommage de garder tout cela pour moi, alors que je sais que cela pourrait être utile à tellement de propriétaires de chevaux ! J'ai effectué des recherches et essayé presque tout par moi-même, mais vous n'êtes pas obligé(e) de passer par toutes ces étapes.

Vous n'êtes pas seul(e)

J'ai transposé toutes mes connaissances, compétences et expériences dans un cours en ligne intitulé – cela va de soi – « MAESTRO ». Ce cours vous aide à vivre selon votre être véritable en changeant votre état d'esprit. Votre cheval en tirera parti aussi. Le cours vous est entièrement destiné et constitue la première étape d'une connexion profonde avec votre cheval.

Vous avez maintenant la possibilité de changer définitivement votre vie et celle de votre cheval en empruntant un chemin plus court que celui que j'ai emprunté. Vous apprendrez tout ce qu'il y a lieu de savoir pour avoir la maîtrise de votre mental et pour commencer à travailler avec votre cheval à partir de votre véritable être, sans devoir potasser de gros bouquins de psychologie. Toutes ces connaissances, je les partage dans un langage clair et concis, exactement dans le même style que cet e-book.

Le cours est très complet et foisonne d'expériences, de conseils et d'exercices; ils vous permettront d'avoir une meilleure compréhension de vous-même et d'améliorer votre confiance en vous; et vous pourrez les mettre aussitôt en application dans votre vie quotidienne.

De plus, en tant que participant au cours, vous pouvez rejoindre le groupe Facebook que j'ai créé spécialement pour nous permettre de nous entraider, de nous motiver et de nous inspirer mutuellement.

Dites « **OUI** » maintenant à une vie plus joyeuse et plus libre pour vous et votre cheval!

Cliquez ici <https://moniquelavec.com/cours-maestro> pour prendre connaissance du contenu du cours MAESTRO.