

A brown horse is seen in profile on the left side of the frame, standing in a desert landscape. The background features a large, reddish-brown rock formation under a cloudy sky. A large, semi-transparent pink circle is centered over the image, containing the text.

**STAGES DE MÉDIATION
PAR LE CHEVAL EN MUSIQUE**



ensemble **variances**
thierry pécou

Stages de médiation par le cheval en musique

Le cheval est un miroir pour nos émotions. Doté naturellement d'une puissante empathie, il observe attentivement le langage non verbal des êtres humains qui sont à côté de lui. Le cheval est naturellement sensible au rythme et au son.

Pour l'approcher, il faut apprendre à établir une connexion harmonieuse et à rétablir l'équilibre en soi. C'est peut-être pour cela que les Navajos se réunissent avec les chevaux grâce au chant et au rythme lors de leurs cérémonies traditionnelles. Le cheval est un véritable assistant et facilitateur pour reconstruire, dans un mode non-verbal et expérientiel, les fonctions du cerveau émotionnel.

La connexion avec le cheval nous aide, car il porte non seulement nos corps physiques, mais surtout nos charges psychiques et émotionnelles.

La musique, quant à elle, accompagne l'être humain en puisant ses racines dans ses origines les plus primitives.

Nombreuses sont les cultures ancestrales qui l'ont associée à leurs rites et cérémonies, notamment les Navajos avec leurs fascinantes Voies pour rétablir « Hózhó », l'harmonie et l'équilibre de la société.

Depuis plusieurs années, la musique est devenue un vaste sujet de recherche. De nombreuses études cliniques témoignent de ses bienfaits, et ce, dès la plus tendre enfance : amélioration de la concentration, de la mémoire, mais aussi développement de la créativité, de la confiance en soi, diminution de l'anxiété, apaisement des maux physiques et psychiques etc.

Cet atelier invite à redécouvrir la connexion avec le peuple des chevaux en musique, et à retrouver l'équilibre intérieur. Les ateliers s'effectuent au sol, on ne monte pas sur les chevaux.



INTERVENANTS

- Sylvain Gillier-Imbs, médecin homéopathe, qualifié niveau avancé du programme Eponaquest, échanges culturels avec le Navajo Horse Connection
- cavalerie du domaine équestre investi et un assistant du centre équestre
- 2 à 3 musiciens de l'Ensemble Variances et 1 accompagnateur

INFOS PRATIQUES

- Public : 10 personnes
- Lieux : domaines équestres, écuries privées, idéalement avec un rond de longe couvert
- Durée : journée découverte de 10 h à 17 h, stage sur 2 jours à la demande

RÉFÉRENCES ET ÉTUDES SCIENTIFIQUES

THÉRAPIES PAR LE CHEVAL

- Romaniuk M, Evans J, Kidd C (2018). *Evaluation of an equine-assisted therapy program for veterans who identify as 'wounded, injured or ill' and their partners*. Plos One.
- Gabriels R L et al (2015). *Randomized, Controlled Trial of Therapeutic Horseback Riding in Children and Adolescents With Autism Spectrum Disorder*. Child & Adolescent Psychiatry.
- Burgon H (2003). *Case studies of a group of adult users of a mental health team receiving riding therapy*. Anthrozoos.

EFFETS DE LA MUSIQUE SUR LE CERVEAU

- Lechevalier B, Platel H, Eustache F (2010). *Le cerveau musicien*. De Boeck Université.
- Platel H & Thomas-Antérion C (2014). *Neuropsychologie et Art : Théories et applications cliniques*. De Boeck/Solal.

Avec le soutien de la DRAC Normandie et de la Fondation Humanités, Digital et Numérique, cette action est menée depuis mai 2019 en Normandie. Les bénéficiaires sont des migrants, sur le chemin de la résilience, accompagnés par l'association rouennaise AMII.



RETOUR D'EXPERIENCES

« Le cheval exprimait mon énergie et celle-ci se traduisait en musique. J'en étais grisée, j'avais une ébullition* »

« J'avais l'impression d'observer mon énergie à travers le mouvement du cheval* »

« La musique du manège était une musique empathique, c'était un trio incroyable. La musique exprimait ce que j'avais transmis au cheval, comme un miroir en ricochet* »

« La musique a fait vivre en moi des sensations que je n'avais pas ressenties depuis très longtemps* »

« Cette journée a été révélatrice pour repérer des problématiques et confirmer les fragilités des bénéficiaires** »

* Bénéficiaire de l'association AMII

** Présidente de l'association AMII

CHARLOTTE DUMAS / Chargée des actions culturelles et de production
+33 (0)6 58 43 51 50 / cdumas@ensemblevariances.com

ENSEMBLE VARIANCES / 8 rue Flahaut - FR 76000 Rouen

WWW.ENSEMBLEVARIANCES.COM

EN COLLABORATION AVEC EQUINTESSANCE, L'ASSOCIATION CHEVAL COMMUNICATION ET L'ASSOCIATION AMII. AVEC LE PRÉCIEUX CONCOURS DE LA DRAC NORMANDIE DANS LE CADRE DU DISPOSITIF «LUTTE CONTRE LES EXCLUSIONS» ET DE LA FONDATION HUMANITÉS, DIGITAL ET NUMÉRIQUE.

L'ENSEMBLE VARIANCES EST SOUTENU PAR MINISTÈRE DE LA CULTURE ET DE LA COMMUNICATION - DRAC NORMANDIE, RÉGION NORMANDIE, SPEDIDAM, SACEM, VILLE DE ROUEN, ODIA NORMANDIE, ONDA. L'ENSEMBLE VARIANCES EST MEMBRE DE FEVUS, FUTURS COMPOSÉS, BUREAU EXPORT ET PROFEDIM.

