

RECUEIL · TOME 1

Les chevaux m'ont dit

Cheminer avec le vivant,
accompagner sans asservir

GILLES MURIGNEUX
COACH EN DIRECT

Le cheval nous enseigne

COACH EN DIRECT

Les chevaux m'ont dit

Cheminer avec le vivant,
accompagner sans asservir

RECUEIL · TOME 1

GILLES MURIGNEUX

Ce recueil est né de la transmission.
Il n'existe que pour la faire continuer.

REMERCIEMENTS

À l'origine, puis la chaîne

Avant les chevaux.
Avant les maîtres.
Avant la transmission.

Il y a mon père.

Celui qui m'a offert mon premier poney à l'âge de quatre ans.
Sans discours.
Sans projet.
Il voulait juste rendre heureux son petit garçon.

Un geste simple.
Fondateur.

Puis il m'a appris l'équitation : les bases, sur ce fameux poney, puis avec ses chevaux. Il m'a expliqué le cheval. Il m'a donné l'envie de gagner.

Il a ouvert une porte.
Derrière cette porte, il y avait une vie entière.

Tout ce qui a suivi — les chevaux, les rencontres, les apprentissages, les erreurs, la transmission — n'aurait jamais existé sans ce premier geste.

Ce recueil commence là.

Ensuite viennent les chevaux.
Tous les chevaux.

Ceux qui m'ont porté.
Ceux qui m'ont résisté.
Ceux qui m'ont obligé à me taire, à attendre, à comprendre.

Ils ont été mes maîtres les plus constants.
Ils ne m'ont jamais menti.

Puis viennent les hommes et les femmes de cheval. Je leur rends hommage dans les pages qui suivent.

PRÉFACE

Cheminer avec le vivant

Le cheval ne répond jamais à ce que l'homme prétend être. Il répond à ce que l'homme est.

J'ai longtemps cru que l'équitation était une affaire de technique.
J'ai compris qu'elle était d'abord une affaire de vérité.

Le cheval ne tolère ni masque, ni posture, ni approximation durable.
Avec lui, tout se révèle.

Ce recueil n'est pas une méthode.
C'est un regard.

TRANSMISSION

Ceux qui m'ont appris le cheval

François Serrel — *devenir un homme de cheval*

Instructeur, membre de l'équipe de France de concours complet

Il m'a permis mes premières épreuves internationales. Mais surtout, il m'a appris ce que signifiait être un homme de cheval : tenir sa parole, respecter l'animal, ne jamais confondre ambition et précipitation.

Guy Othegui — *la rigueur bienveillante*

CTR, ligue Rhône-Alpes

Il m'a transmis la rigueur, mais jamais la dureté. Une exigence qui cadre sans écraser, une discipline sans violence, au service du vivant.

Nelson Pessoa — *la sagesse du plan*

Légende des sports équestres, la référence mondiale

Il m'a offert une structure intérieure : construire un plan, le comprendre, et surtout s'y tenir. Les chevaux ne mentent pas : ils révèlent l'incohérence et suivent la clarté tenue dans le temps.

Michael Whitaker — *l'évidence du naturel*

Légende équestre internationale

Il m'a montré que la simplicité est un sommet : naturel, humilité du geste, présence sans domination.

Olivier Desutter — *la vérité du pas*

Six fois champion de France

Le pas ne triche pas. Il oblige à ralentir, regarder, devenir précis. C'est là que le fonctionnement du cheval se transforme réellement.

Philippe Rozier — *le rêve humble*

Champion olympique

Le rêve, sans bruit : simplicité, gentillesse, service du cheval. L'excellence peut rester douce.

Jean-Claude Noël — *le cadre intérieur*

Entraîneur belge international, qui a cru en moi et m'a fait venir à Rome

Il m'a appris l'analyse de chaque cheval, l'exercice juste au bon moment, et le cadre intérieur qui sécurise le cheval et rend l'homme fiable.

Jean-François Danton — *la vision du haut niveau*

Coach, organisateur de compétitions internationales, médiateur du droit du cheval

Il m'a permis de passer du niveau national au niveau international. Le haut niveau est une culture : attitude, vision globale, envers du décor. Et une amitié profonde.

Catherine Gasca — *l'attitude juste*

Vice-championne de France des cavalières, ma première coach après mon père

Art de la gagne, plaisir de travailler dur, élégance, organisation, lecture du cheval gaucher et droitier. Humilité.

Jean-Paul Musette — *la synthèse vivante*

Écuyer professeur, ancien chef d'équipe de Belgique

Relier les grands maîtres au terrain, simplifier sans appauvrir, transmettre sans trahir.

Claude Marguerite — *l'origine du cheval*

Encyclopédie vivante de l'élevage

Poulinage, signes, nutrition, soins invisibles. Lire un cheval très tôt, reconnaître dans le galop une vérité qui ne trompe pas.

Les hommes et les femmes de cheval — *l'intérieur du cheval*

Gens du spectacle, éleveurs, cavaliers rencontrés en chemin : ils m'ont appris à comprendre les réactions profondes, à transformer sans trahir la nature.

Transmission ouverte

Mes élèves, mes cavaliers, la sélection nationale algérienne : ils m'ont obligé à clarifier, structurer, affiner. La transmission continue.

Si ce recueil existe, c'est grâce à cette chaîne. Je n'en suis qu'un maillon.

I

PARTIE I

Le cheval ne ment pas

Je l'ai appris très tôt. Mais je ne l'ai compris que plus tard.

Le cheval ne ment jamais. Il ne triche pas. Il ne compose pas.

On peut arriver avec les meilleures intentions. Le cheval accueille cela. Mais il ne s'adapte jamais à l'incohérence.

Quand l'homme est clair, le cheval s'ouvre. Quand l'homme est flou, le cheval se protège. Quand l'homme insiste dans l'erreur, le cheval se ferme. Ce n'est pas une sanction. C'est une limite.

L'équitation est l'art de franchir des obstacles. Mais les premiers obstacles ne sont jamais devant le cheval. Ils sont en nous.

Un esprit pressé crée de la fuite. Un esprit inquiet crée de la tension. Un esprit confus crée du désordre. Le cheval ne juge pas cela. Il le révèle.

Lire ce qui ne se voit pas

Le cheval parle sans cesse : souffle, tension, silence. Lire, c'est être présent. Suspendre l'action. Laisser le cheval finir sa phrase.

Résilience silencieuse et fausses obéissances

La résilience n'est pas un consentement. L'obéissance n'est pas toujours une adhésion. La responsabilité humaine commence ici : ne jamais confondre ce qui fonctionne avec ce qui est juste.

Le cheval ne ment pas. Il nous oblige simplement à ne plus mentir nous-mêmes.

PARTIE II

II Le cadre juste

Le cheval est un animal de troupeau. Il ne se construit pas seul. Dans le troupeau, la force ne décide pas : la fiabilité compte.

Quand l'homme entre en relation, le cheval pose une question silencieuse : *Puis-je te faire confiance ?*

Le guide n'est pas un prédateur

Le prédateur prend. Le guide ouvre. Le cheval ne suit pas la peur : il suit la clarté capable de traverser la peur.

Le cadre rassure, la brutalité détruit

Le cheval n'a pas peur du cadre. Il craint l'imprévisibilité. Être ferme, ce n'est pas être dur : c'est tenir parole.

Le cheval n'a pas besoin d'un homme fort. Il a besoin d'un homme fiable.

III PARTIE III
Révéler le vivant

Il y a une frontière claire entre utiliser un cheval et le révéler. Utiliser, c'est prendre. Révéler, c'est développer.

Félinité, puissance et joie de vivre

La félinité précède la puissance. La joie n'est pas un supplément : c'est un indicateur. Un cheval contraint peut obéir, il ne peut pas se réjouir.

Construire le corps pour apaiser l'esprit

Un corps désorganisé crée de l'inquiétude. Un corps structuré ouvre le calme. On ne demande pas le calme : on le rend possible.

Révéler un cheval, c'est lui permettre de devenir plus fort sans jamais cesser d'être vivant.

PARTIE IV

IV Le chemin intérieur

Le cheval déplace des corps, mais surtout des états. On passe d'un état intérieur à un autre.

Le silence comme voie de transformation

Le silence n'est pas vide : il est plein. Quand l'homme se tait intérieurement, le cheval commence à écouter.

L'équitation comme spiritualité incarnée

Ici, rien à croire. Tout à vivre. Le cheval élève par la présence.

Le cheval ne change pas l'homme par la force. Il le transforme par la présence.

V

PARTIE V

Transmettre

Le cheval suit une cohérence. On ne transmet pas ce que l'on sait : on transmet ce que l'on incarne.

Lire l'autre avant de vouloir le corriger

Corriger est un réflexe. Lire est une compétence. Une correction juste est rare, courte, lisible, au bon moment.

Transmettre sans dominer

Imposer crée de la dépendance. Transmettre crée de l'autonomie. La vraie autorité élève.

On ne transmet jamais ce que l'on sait. On transmet ce que l'on est capable d'incarner.

ÉPILOGUE

Leçon finale

Dans les dernières années, j'ai poursuivi ce chemin à travers une formation appelée la Trame, travail de rééquilibrage énergétique visant à redonner de la cohérence là où elle s'est perdue.

Je remercie mon formateur Patrice Ragon, auprès de qui j'ai suivi cette formation et obtenu le diplôme de praticien.

Quand l'énergie circule juste, le corps s'apaise. Quand le corps s'apaise, l'esprit se pose. Quand l'esprit se pose, la relation devient possible.

Je ne crois pas aux méthodes miracles. Je crois aux chemins cohérents.

Le cheval n'a pas besoin de l'homme pour vivre. Mais il a besoin d'un homme juste pour devenir.

LES CHEVAUX M'ONT DIT · RECUEIL · TOME 1

Ce recueil n'est pas un traité d'équitation. Ce sont des pensées sur la relation.

À travers le cheval, l'auteur explore ce que signifie guider sans dominer, transmettre sans imposer, et construire sans contraindre. Le cheval, miroir sans complaisance, révèle nos incohérences, nos tensions, mais aussi notre capacité à devenir justes, lisibles et présents.

Loin des recettes, ce texte propose un chemin : celui de la cohérence, du cadre juste et de la responsabilité humaine. Des pensées pour les cavaliers — et pour tous ceux qui cherchent une relation plus vraie au vivant.

Le cheval n'a pas besoin de l'homme pour vivre. Mais il a besoin d'un homme juste pour devenir.

GILLES MURIGNEUX

Fondateur de Coach en Direct
et de la méthode d'entraînement Progression Assurée
Sélectionneur des équipes de saut d'obstacles d'Algérie

coach-en-direct.com