“El cavall t’obliga a ser tu mateix, i això incomoda però enganxa”

Té una consulta al centre d’artteràpia La Bullidora de Girona i fa teràpia amb equins al Centre Hípic Equilibré de Borgonyà. Sent passió pels cavalls. Té 33 anys i és de Palafrugell.



Monfort, amb el seu cavall al centre hípic Equilibré, a Borgonyà Foto: JOAN SABATER.

Com va arribar a aquesta especialització?Després de treballar durant molt de temps en l’àmbit de la psicologia en l’àmbit de la consulta, vaig veure les mancances i el sostre que hi ha en les intervencions. El treball que es pot fer amb cavalls em va semblar molt útil perquè amplia aquest sostre. És fascinant!Per què fer teràpia justament amb cavalls?Tenen una característica que els fa molt especials, i és que, a diferència per exemple de nosaltres, el cavall, a la natura, és un animal presa. És depredat, és herbívor i no caça. El cavall és un animal que ens imposa perquè és gros i té força. Li atorguem valors d’animal caçador, però el seu comportament és justament el contrari. I això ens desconcerta. I aquest desconcert ja és útil per fer teràpia.Per què és útil?Quan estem desconcertats, desactivem els sistemes de control i és aleshores quan podem fer una intervenció útil en l’aspecte terapèutic. I també perquè al ser un animal presa, el seu cervell té un sistema d’alerta completament diferent del nostre. El seu sistema perceptiu és pràcticament excel·lent. Percep estímuls que a nosaltres ens passen desapercebuts.Com ara quins?Les nostres variacions emocionals. Nosaltres comuniquem molt amb el cos, tot i que no en som conscients perquè com a humans prioritzem el llenguatge verbal. Els cavalls, entre ells, es relacionen a escala no verbal, per tant, són molt susceptibles a les variacions corporals. El cavall reacciona a totes aquestes subtileses d’estat d’ànim, d’intenció, de variacions mínimes en el nostre comportament que a nosaltres ens passen completament desapercebudes. El cavall ens fa de mirall, i al mostrar-nos tota aquesta part de nosaltres que no som capaços de veure, genera una emoció molt elevada i desconeguda. És el que en psicoteràpia s’anomena una experiència emocional correctiva.Què significa?És una experiència emocional tan intensa que, al no passar per la raó, l’empremta que deixa genera un canvi en la nostra estructura de percepció de la realitat. I és per aquí per on s’amplia el sostre de les intervencions. Que consti que no menystinc en absolut el treball a consulta, a la qual dedico el 80% del meu temps. Però en segons quins casos i en segons quins moments del procés, necessitem ampliar el sostre; passar per l’experiència i no per la raó.Qui es pot beneficiar d’aquest tipus de teràpia?Està indicada per a tothom: des de nens petits fins a persones grans. No cal saber de cavalls ni tampoc cal muntar-los. Només cal sentir, i les emocions no tenen edat. I es pot tractar tot allò que fa que una persona acudeix a la consulta d’un psicòleg.Quina relació s’estableix amb el pacient?El cavall, al ser un animal presa, l’únic que busca és benestar: menjar i sentir-se segur. Perquè el seu únic objectiu és no ser depredat. De manera que quan està davant d’un altre animal, com ara nosaltres, només se’ns acosta si li transmetem seguretat i tranquil·litat. Per tant, és el pacient que s’ho ha de treballar per guanyar-se’n la confiança.Els cavalls també necessiten teràpia?I tant! I aquesta és una de les feines que més fem a Equilibré. No voldria que s’interpretés malament, però al nostre centre el que més fem és vetllar pel benestar dels cavalls; és el que més ens importa. No els donem opció a no participar de les teràpies. Els fem servir; és una realitat. I ja que ho fem, doncs tractem-los el millor possible.I com en tenen cura?Després d’una intervenció, de vegades el cavall necessita que passis una estona amb ell, o fer esport, o que el deixis al camp fent la seva. D’altres

necessiten que els ajudis a alliberar tensions a través d'un massatge sacrocranial.Què és el que enganxa a aquest món?El que m'ha enganxat a mi, i que fa que jo consideri que la teràpia amb cavalls és "la teràpia", és que t'obliga a ser tu mateix. Això primer incomoda però al final enganxa. En el món actual és molt difícil trobar espais on puguis ser tu mateix. El cavall no jutja, però sí que respon al que veu. És l'animal més honest amb què m'he trobat mai. T'obliga a estar a l'aquí i a l'ara. Quan estàs amb el cavall, no pots estar amb el cap en una altra cosa. I això per si mateix ja és molt terapèutic.En parla apassionadament.Han acabat sent una passió! Els cavalls m'han canviat la vida. La meva feina no era la meva passió i ara sí que ho és. I quan més sé de cavalls, menys m'agrada muntar-los, perquè m'enamora la relació amb ells amb els peus a terra, d'igual a igual, i amb el cavall en llibertat.

Publicat a:
-El Punt Avui. Comarques Gironines 03-01-2018 Pàgina 56

Font del document:
http://www.elpuntavui.cat/societat/article/5-societat/1314267-el-cavall-t-obliga-a-ser-tu-mateix-i-aixo-incomoda-pero-enganxa.html