

DU JEUNE
ENFANT
AU JEUNE
ADULTE

Dr Stéphane Clerget
pédopsychiatre

L'intelligence spirituelle de votre enfant

la révéler et la développer

PAR LE
PÉDOPSYCHIATRE
PRÉFÉRÉ DES
FRANÇAIS

LEDUC 



L'intelligence spirituelle, c'est à la fois la capacité à se questionner sur le sens et l'origine des choses, à se positionner par rapport aux limites qui nous dépassent, mais aussi à édicter ses propres règles de vie en tenant compte de sa morale, ses valeurs et ses croyances. Les parents sont les premiers à pouvoir féconder l'intelligence spirituelle de leur enfant, en étant à l'écoute de ses questionnements et en stimulant ses réflexions spirituelles.

- **Entre 3 et 6 ans**, l'enfant pose beaucoup de questions qui surprennent par leur caractère existentiel : Pourquoi on vit ? C'est comment quand on est mort ? Où j'étais avant de naître ? **Grâce à l'intelligence spirituelle, amplifiez sa confiance en lui et son ouverture d'esprit pour apaiser ses angoisses du quotidien.**
- **Entre 10 et 18 ans**, à l'occasion des changements qui s'opèrent en lui, l'ado revisite les questions métaphysiques de sa petite enfance : À quoi je sers ? Quel but dois-je avoir ? Pourquoi je vis ? **Il puise dans son intelligence spirituelle de l'énergie et de l'audace pour lutter contre la dépression et les conduites à risques qui sont les fléaux de cet âge.**

Découvrez tous les outils à mettre en place pour développer l'intelligence spirituelle de votre enfant : jeux, contemplation, méditation, stimulation artistique, développement du sens de l'humour, enseignement des paradoxes, initiation à la philosophie, poésie-thérapie...

Toutes les clés pour une enfance sereine

Le **D^r Stéphane Clerget** est pédopsychiatre, praticien hospitalier et diplômé d'histoire de la médecine. Il est l'auteur de nombreux livres, notamment *Parents, osez vous faire obéir !* (éditions Albin Michel) et *Ados : le décodeur* avec Estelle Denis (éditions Leduc).

17 euros

Prix TTC France

ISBN : 979-10-285-2033-5



editionsleduc.com

LEDUC

Rayon : Parentalité

**L'intelligence
spirituelle
de votre enfant**

Du même auteur, aux éditions Leduc :
Ados : le décodeur, avec Estelle Denis, 2019.

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux !

Rendez-vous ici : bit.ly/newsletterleduc

Retrouvez-nous sur notre site www.editionsleduc.com
et sur les réseaux sociaux.



Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable !



« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison.

Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure ! C'est pourquoi nous choisissons nos imprimeurs avec la plus grande attention pour que nos ouvrages soient imprimés sur du papier issu de forêts gérées durablement, et qu'ils parcourent le moins de kilomètres possible avant d'arriver dans vos mains ! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.

Conseil éditorial : Pascale Senk
Édition : Anne-Lise Martin
Relecture : Marie-Laure Deveau
Maquette : Patrick Leleux PAO
Illustrations : Adobe Stock
Design couverture : Antartik
Photo bandeau : Catherine Delahaye

© 2021 Leduc Éditions
10, place des Cinq-Martyrs-du-Lycée-Bufferon
75015 Paris - France

ISBN : 979-10-285-2033-5

Dr Stéphane Clerget

L'intelligence spirituelle de votre enfant

la révéler et la développer

LEDUC 

À mes parents, pour les remercier de me visiter si souvent en rêves.

Je m'en suis allé promener
Les peupliers se sont penchés
Pour me raconter des histoires
Qu'ils étaient les seuls à savoir.

Marie Laforêt, *La voix du silence*.

Sommaire

Introduction 9

Partie 1 Les multiples facettes de l'intelligence spirituelle

1. Qu'est-ce que l'intelligence spirituelle ? 15
2. La composante philosophique 25
3. L'aspect proprement spirituel 35
4. La composante morale 45
5. La dimension créative 55

Partie 2. Les bienfaits d'un développement spirituel pour l'enfant

1. Vivre en bonne intelligence avec soi et les autres 79
2. S'épanouir et s'accomplir 87

3. Atteindre l'harmonie intérieure	93
4. Accroître son mieux-être	97

Partie 3. Conseils pratiques et exercices

1. En quoi consiste l'éducation spirituelle d'un enfant ?	109
2. Éveiller l'intelligence spirituelle dès le plus jeune âge	119
3. Aiguiser l'intuition et le sens esthétique	129
4. Être spirituel au sens d'« avoir de l'esprit »	141
5. Des activités physiques pour favoriser le développement spirituel	151
6. Enseigner la méditation et la prière	163
7. Faire la morale !	183
8. Privilégier le sensible et l'immatériel	191
<i>Conclusion</i>	213

Introduction

Paul arrive tous les jours en retard au collège. Il a bientôt 13 ans et il est scolarisé en cinquième. Il perd beaucoup de temps le matin à vérifier qu'aucune des affaires scolaires mises dans son sac la veille ne manque. Il fait parfois marche arrière pour s'assurer que la porte de son appartement est bien fermée. Sa marche est ralentie parce qu'il vérifie sous ses semelles qu'il n'accroche rien de sale ou de dangereux. Ces TOC (troubles obsessionnels compulsifs) sont apparus il y a presque un an et se sont aggravés ces derniers mois. Je reçois Paul en consultation accompagné de ses parents. Il n'a pas d'antécédents particuliers. C'est un bon élève, même si ses résultats ont beaucoup baissé cette année. C'était un enfant curieux et vif, mais qui aujourd'hui se replie de plus en plus. Il a arrêté le judo et se passionne pour les jeux vidéo. Il n'a pas eu de maladie particulière en dehors d'une allergie au pollen l'été. Sa mère le décrit comme un enfant sensible, mais retenant ses émotions « comme son père ». Il dormait bien jusqu'alors, mais s'endort tard ces derniers temps. Il a consulté il y a six mois une psychomotricienne pour faire de la relaxation, mais hélas sans effet sur les TOC.

Les entretiens avec Paul mirent rapidement en évidence une angoisse de mort importante. Elle n'est pas apparue à la suite d'événements extérieurs (deuil ou séparation), mais semble en lien avec les changements qui s'opèrent en lui. C'est la perte de l'enfance à l'orée de son adolescence et les premiers émois pubertaires donnant accès à l'âge adulte qui réveillent en son esprit la peur de la mort. Je découvre que ces TOC ont pour fonction de lutter, sans que Paul en ait conscience, contre cette angoisse. Ses difficultés d'endormissement se comprennent comme le refus du « grand sommeil ». La peur de la mort est l'une des causes qui amènent Paul à combattre les changements qui le touchent. Les TOC tendent à figer les choses, visent à ralentir le temps. La mort n'est pas un sujet qu'on aborde en famille en l'absence du décès de proche. Dépourvu d'éducation religieuse, Paul n'a aucune idée, ni réflexion particulière, sur la notion de mort et sur les suites éventuelles de la vie. Nos séances furent l'occasion d'échanges métaphysiques sur ces concepts. Il questionna ses proches, lut des livres et se sonda lui-même. Il évoqua successivement le paradis avec sa grand-mère croyante, l'âme qui se détache du corps comme chez Platon, la mort qui n'est rien puisque « tant que nous existons la mort n'est pas, et que quand la mort est là, nous ne sommes plus » comme le dit Épicure, la mort qui serait une continuité comme chez les animistes puisque le dialogue des morts et des vivants se poursuit sans interruption notamment par l'intermédiaire des rêves, les réincarnations bouddhistes, les multivers en astrophysique ou la réunion ultérieure de l'énergie dans une autre matière chez certains scientifiques. Paul trouva finalement au sein de ces explications et spéculations ses propres réponses. Cette ouverture à la réflexion métaphysique, aussi vertigineuse pût-elle paraître, dissipa son angoisse. De fait, les TOC s'atténuèrent en

INTRODUCTION

quelques semaines et disparurent en quelques mois. Paul est sorti de son impasse et, plus serein, a pu poursuivre son plein développement en investissant davantage le savoir scolaire et les relations avec les jeunes gens de son âge.

Lors de la psychothérapie menée avec Paul, j'ai pris appui sur son intelligence spirituelle pour le guérir. Cette composante de l'intelligence globale est naturellement présente chez les enfants. Cependant, elle est aujourd'hui bien moins connue, moins mise à profit, moins exploitée et moins stimulée que les autres formes d'intelligence. L'intelligence spirituelle a, on le verra, toute sa place aux côtés de l'intelligence rationnelle et de l'intelligence émotionnelle, et elle doit être cultivée et nourrie au plus tôt.

Partie 1

Les multiples
facettes de
l'intelligence
spirituelle

1.

Qu'est-ce que l'intelligence spirituelle ?

Une forme d'intelligence, celle de l'immatériel

Pour le psychologue américain Howard Gardner, l'intelligence spirituelle (aussi nommée intelligence existentielle ou morale) regroupe différentes aptitudes. C'est la capacité à se questionner sur le sens et l'origine des choses. Autrement dit, c'est la compétence à penser ses origines et sa propre destinée.

Elliott, 4 ans : « C'était qui ma maman quand toi maman tu étais bébé ? »

C'est aussi l'aptitude à se positionner par rapport aux limites qui dépassent notre planète, à savoir les limites cosmiques, c'est-à-dire notamment l'infiniment grand et l'infiniment petit. C'est également la capacité à édicter ses propres règles de vie et de conduite en

tenant compte de sa morale, de ses valeurs, de ses principes existentiels et de ses croyances.

L'intelligence spirituelle est celle qui donne accès à la métaphysique et qui se développe au contact de cette branche de la philosophie. La métaphysique est la connaissance qui va au-delà de la physique, autrement dit au-delà du concret des choses.

D'ailleurs, cette intelligence donne aussi accès à une lecture de la nature qui ne soit pas uniquement physique, c'est-à-dire qui ne voie pas uniquement de la matière dans la nature. Si la nature a une réalité intangible, elle est aussi un monde sensible et un objet de l'absolu idéal. La nature est aussi un savoir qui ne se sait pas, une intelligence en devenir. D'ailleurs, un proverbe dit : « Ne cherche pas la nature de l'esprit, mais l'esprit de la nature. »

Les deux autres formes d'intelligence que sont l'intelligence rationnelle (celle qui mesure le quotient intellectuel) et l'intelligence émotionnelle nous permettent de comprendre la situation dans laquelle nous sommes et d'agir efficacement. L'intelligence spirituelle nous permet de savoir si nous voulons être dans cette situation, la garder ou en changer, d'élargir les limites de l'action et ainsi éventuellement de la modifier au lieu de la subir. L'intelligence spirituelle est la capacité à apporter du sens à l'action. Par elle, on développe sa conscience et on peut y intégrer des valeurs pour avoir un comportement sage.

L'intelligence spirituelle est par ailleurs cette faculté de connaître, de comprendre ce que le philosophe allemand Friedrich Wilhelm Joseph von Schelling (1775-1854) nomme le « monde des esprits ». Pour ce dernier, il existe un lien constant entre le matériel, le réel et le spirituel ; Schelling appelant « spirituel » le monde des pensées ou des esprits. Pour ce philosophe de la période romantique, ce lien

se poursuit, mais selon une autre dynamique, après la mort, qui s'annonce comme un réveil et non un sommeil.

Une autre compétence essentielle dépendant de l'intelligence spirituelle est l'aptitude à la transcendance. C'est la capacité de penser et de ressentir ce qui nous dépasse, c'est-à-dire ce que l'on ne perçoit pas avec ses sens, qui n'est pas maîtrisable par le raisonnement et qui peut provoquer de l'émerveillement ou de l'enthousiasme.

Les arts, la philosophie et la théologie¹ sont des domaines où l'intelligence spirituelle peut être abondamment et avantageusement sollicitée.

On le voit, l'intelligence spirituelle couvre un domaine très vaste et le terme « spirituel » qui renvoie à « esprit », ne doit pas être réduit à un sens religieux. En effet, l'esprit a de nombreuses définitions, parmi lesquelles le principe de la pensée et de l'activité réfléchie de l'homme, mais aussi les facultés psychologiques au sens large, ou des éléments de matière subtile, ou encore un principe immatériel.

Le besoin d'aller au-delà de soi

Les compétences issues de l'intelligence spirituelle sont les aptitudes à se questionner sur l'origine et la signification des choses, sur le sens de la vie, sur les motivations de nos conduites, propos et pensées, ou encore sur ce qui mobilise notre enthousiasme. Elles incluent aussi la capacité d'ouverture vers ce qui nous transcende, au-delà de la matérialité des choses, ce qui d'ailleurs n'empêche pas, au contraire nous le verrons, de s'engager dans

1. Étude des questions religieuses fondée sur les textes sacrés, les dogmes et la tradition.

la réalité du monde. Simplement, cet engagement devient alors volontaire, élaboré et pleinement conscient. Cette capacité d'ouverture est l'aptitude à se percevoir entier et à être véritablement et profondément touché par la nature, la vie, le divin, l'infini, ou encore par des concepts qui le sont (infinis), comme la mort, la beauté ou l'amour. Quand je dis *touché*, c'est-à-dire bien au-delà des simples réactions émotionnelles et au-delà de ce que peut en dire notre intelligence rationnelle.

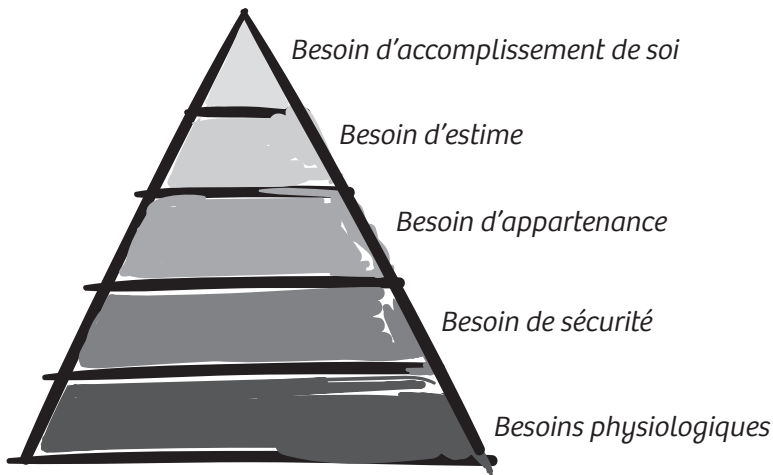
Les nombreuses reconversions professionnelles, les déménagements hors des grands centres urbains qui ont suivi la période du confinement lié à la pandémie de coronavirus témoignent d'une quête de sens chez une partie importante de la population. L'intelligence spirituelle a été activée, et on a pris appui sur elle pour sortir d'un état de mal-être profond et d'une angoisse de mort qui ont frappé tant de personnes durant cette sombre période. C'est le cas de cet agent immobilier à Lyon qui décide de vivre de sa peinture tout en faisant des petits boulots qui font sens pour lui, comme celui de vendeur bio sur les marchés. Ou de cette clerc de notaire qui décide de devenir aide-soignante en Lozère. Il ne s'agit pas seulement, comme pour beaucoup de personnes, de retrouver le contact avec la nature, c'est aussi retrouver sa propre nature, ses désirs profonds et s'écouter vraiment. Je ne détaillerai pas les histoires de ces reconvertis, car ce livre évoque essentiellement les enfants, mais ces adultes ont été des enfants, et surtout vont partager leurs réflexions et donner l'exemple à leurs enfants actuels ou à venir.

Puisqu'on parle de besoins, sans doute avez-vous entendu parler de la pyramide de Maslow ? Elle est surtout utilisée par les coachs, notamment dans le monde de l'entreprise, mais peut nous intéresser ici.

QU'EST-CE QUE L'INTELLIGENCE SPIRITUELLE ?

Cette pyramide définit et hiérarchise les cinq besoins humains fondamentaux, que voici :

- Les besoins physiologiques, par exemple respirer, manger, boire, faire l'amour, dormir ou « éliminer ».
- Le besoin de sécurité, par exemple un environnement stable, prévisible, des personnes dites « ressources » et des éléments de protection.
- Le besoin d'appartenance, c'est-à-dire être bien intégré dans un groupe, un statut social, ou bénéficier de l'affection des autres en général.
- Le besoin d'estime, qui comprend le besoin d'être reconnu, d'être aimé, d'être accepté et respecté par les autres, dont dépend aussi l'estime de soi.
- Le besoin d'accomplissement de soi, c'est-à-dire de se développer, de se réaliser et de s'épanouir.



La pyramide de Maslow

Les trois derniers besoins de cette pyramide accomplis (l'appartenance à un groupe, le besoin d'estime et d'accomplissement de soi) aboutissent au sentiment de réalisation de soi dans sa plénitude. Ce sentiment permet d'atteindre un certain état de conscience que l'on peut dénommer « bonheur ».

Ce qui nous intéresse ici, c'est qu'une dimension spirituelle a été ajoutée par le psychologue américain Abraham Maslow (1908-1970) vers la fin de sa vie. Il s'agit du besoin de dépassement de soi, de transcendance (*self-transcendence*). Ce degré motivationnel correspond au besoin de défendre une cause qui nous dépasse, comme la défense des animaux, la foi religieuse, la justice sociale, la recherche médicale, et/ou le besoin de faire corps avec cette cause (par exemple, s'unir avec le divin). Les adolescents notamment sont souvent concernés par ce besoin, et il importe d'y répondre pour leur bien-être psychique. C'est aussi le besoin de vivre une ou des expériences de communion au-delà de ses propres limites. Que cela soit une expérience mystique, esthétique, transpersonnelle, ou une autre forme de prise de conscience singulière, comme dans le domaine de la sexualité ou le contact avec la nature.

Cette dimension de dépassement de soi évoque un état d'accomplissement en lien avec l'intelligence spirituelle. L'individu concerné dépasse alors sa simple individualité pour embrasser une communion plus large, souvent au service des autres ou de son environnement. Une fois ses besoins primordiaux atteints, l'individu peut les mettre de côté au bénéfice d'autrui ou de causes qui le dépassent. Mais on peut imaginer que, ce faisant, il actualise son propre potentiel. Les psychologues contemporains de Maslow ont peu adhéré à cette dernière dimension. On retrouvait trente ans auparavant une opposition analogue entre les deux psychanalystes

Freud et Jung quant au sujet de la spiritualité. Il est possible que Maslow tout comme Jung aient connu des expériences paroxysmiques, mystiques ou extatiques, ce qui les a conduits tous deux à reconnaître et à étudier cette dimension spirituelle du psychisme humain.

TRANSCENDANCE

Émilie, 6 ans : « Est-ce que dehors c'est dedans quelque chose ? »

Le terme « transcendance » vient du verbe latin *transcendere* qui signifie franchir, surpasser. Il indique l'idée de dépassement ou de franchissement. Ce qui est transcendant, c'est ce qui est au-delà du perceptible, de l'intelligible, de l'entendement. Le corollaire de la transcendance est l'immanence. Si, dans la transcendance, la cause est extérieure et supérieure, l'immanence d'un être ou d'une chose a son principe en lui-même. Pour les croyants, le divin peut être au-dessus du monde et des choses, ou bien être dans le monde et/ou dans les choses qui le composent (comme pour les philosophes du stoïcisme ou chez Spinoza). En vérité, les deux concepts sont compatibles avec une intelligence spirituelle développée puisque voir l'infini dans un ailleurs ou dans ce que l'on peut toucher détache de soi et du matériel pour être emporté dans un « grand autre ».

La pensée magique des enfants

Vous vous souvenez du *Petit Prince* de Saint-Exupéry. Alors qu'il demande à l'aviateur de lui dessiner un mouton, l'enfant n'est jamais satisfait du résultat obtenu : le mouton paraît trop vieux ou

trop cornu. Impatient, l'aviateur griffonne un croquis sommaire et lance : « C'est la caisse, le mouton que tu veux est dedans. » C'est alors que le visage du petit prince s'illumine. « C'est tout à fait comme ça que je le voulais », dit-il. L'intelligence spirituelle est celle qui procure cette vision. « On ne voit bien qu'avec le cœur. L'essentiel est invisible pour les yeux », comme l'apprend par la suite le petit prince. Cette intelligence donne à voir l'invisible et permet donc de croire à l'invisible ; de croire à des choses aussi disparates que les concepts, le divin, le cosmos, les énergies. On pense bien sûr à Thomas l'incrédule cité dans l'Évangile selon saint Jean (20, 19-31), qui ne voulait ou ne pouvait croire que ce qu'il voyait et à qui Jésus aurait répondu : « Parce que tu m'as vu, tu crois. Heureux ceux qui croient sans avoir vu. »

Les enfants acceptent volontiers les mystères et les univers invisibles, car leur monde est une énigme. Croire à ce qu'il ne voit pas est aisé pour le jeune enfant, qui ne doute pas de l'existence du père Noël par exemple. Il est programmé pour accepter, pour absorber comme une éponge les diverses informations qu'on lui donne à croire. C'est pour lui le moyen d'apprendre et de recevoir le maximum de savoirs du monde qui l'environne. Mais ce sont alors parfois des informations qu'il emmagasine et non pas toujours une réelle connaissance, cet acte de l'esprit par lequel on se représente, définit ou comprend un objet que l'on met en lien avec d'autres – bref, la connaissance est la digestion profonde des simples informations. En outre, ce savoir sur le monde invisible que l'enfant a absorbé sans se l'être véritablement approprié, il peut le rejeter quand ses intelligences rationnelle et émotionnelle se développent et que son système de croyances devient plus étanche (à l'âge de raison pour ce qui est des croyances de la petite

enfance). Il se le réappropriera secondairement (ou pas) en développant en parallèle son intelligence spirituelle.

L'intelligence spirituelle est rendue possible par une disponibilité face à ce qui est absolu et transcendant, face aux différents mystères de la vie auxquels l'homme et la femme dès son plus jeune âge doivent faire face. Chez le jeune enfant existe une pensée dite magique. C'est une forme de pensée qui s'attribue la puissance d'entraîner l'accomplissement de ses désirs, d'empêcher des événements de survenir ou de résoudre des problèmes par la simple pensée.

Ainsi, Erwan, 4 ans, va penser pouvoir faire apparaître son père, qui est au travail et qui lui manque.

De plus, le jeune enfant ne distingue pas nettement le monde physique du monde psychique. De même, les limites entre son moi et l'environnement ne sont pas précises pour le tout-petit. Il va aussi considérer comme vivants des objets que l'on juge inertes, et pourra parler de « maman chaise », « papa chaise » et la « petite fille chaise ». C'est ce qu'on nomme l'« animisme infantile ». Ces modes de pensée du jeune enfant lui permettent de se confronter aisément au mystère de la vie et à l'infini en attendant le développement de son intelligence spirituelle.

2.

La composante philosophique

Les enfants ont des questionnements philosophiques profonds. À l'adolescence, l'intelligence spirituelle, comme les autres formes d'intelligence, connaît un nouveau développement. Les questionnements existentiels chez certains peuvent être abondants. D'autres en revanche vont les bloquer par divers mécanismes mentaux.

Chez le petit

La fossette située au milieu de la lèvre supérieure s'appelle le « philtrum ». Elle est aussi communément nommée empreinte de l'ange ou doigt de l'ange. Selon la religion juive², le futur bébé est instruit de la Torah durant la grossesse. Mais, peu avant la

2. Talmud de Babylone, Niddah 16b.