

Patricia Serin

En collaboration avec Alix Lefief-Delcourt



Les enfants indigo

Comprendre et accompagner ces enfants
à la sensibilité « extra-ordinaire »

« Un livre indispensable pour comprendre
et accompagner les enfants
en contact avec l'invisible. »

STÉPHANE ALLIX

● Éditions
EYROLLES

Éditions Eyrolles
61, bd Saint-Germain
75005 Paris

www.editions-eyrolles.com

Mise en pages: PCA
Correction/relecture: Sophie Legras et Brigitte Domergue

Depuis 1925, les éditions Eyrolles s'engagent en proposant des livres pour comprendre le monde, transmettre les savoirs et cultiver ses passions ! Pour continuer à accompagner toutes les générations à venir, nous travaillons de manière responsable, dans le respect de l'environnement. Nos imprimeurs sont ainsi choisis avec la plus grande attention, afin que nos ouvrages soient imprimés sur du papier issu de forêts gérées durablement. Nous veillons également à limiter le transport en privilégiant des imprimeurs locaux. Ainsi, 89 % de nos impressions se font en Europe, dont plus de la moitié en France.

En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage, sur quelque support que ce soit, sans l'autorisation de l'éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris.

© Éditions Eyrolles, 2023
ISBN : 978-2-416-00928-0

Patricia Serin
En collaboration avec Alix Lefief-Delcourt

Les enfants indigo

Comprendre et accompagner
ces enfants à la sensibilité
« extra-ordinaire »

● Éditions
EYROLLES

Sommaire

Introduction	11
Chapitre 1 – <i>Qui sont les enfants indigo ?</i>	21
Chapitre 2 – <i>Vahima et le langage des fleurs</i>	33
Chapitre 3 – <i>Adrien, en son et lumière</i>	43
Chapitre 4 – <i>Justine, son « autre maman » et son « autre maison »</i>	61
Chapitre 5 – <i>Sarah et le monstre sous le lit</i>	71
Chapitre 6 – <i>Tristan et les jeux dangereux</i>	81

Chapitre 7 – <i>Mon père, souvenir de table tournante</i>	91
Chapitre 8 – <i>Lucas et son copain fantôme</i>	95
Chapitre 9 – <i>Clément et l'oncle interdit</i>	103
Chapitre 10 – <i>Et après... Que deviennent ces enfants?</i>	107
Chapitre 11 – <i>Comprendre et accompagner ces enfants</i>	117
Conclusion	137
Remerciements	141
Bibliographie et sources.....	143
Table des matières	151

À Olivier.

www.inrees.com/Ecouter-l-extraordinaire

Pour toute question concernant les expériences extra-ordinaires
et le paranormal, vous pouvez aller sur le site de l'INREES
dans la rubrique «La foire aux questions» : www.inrees.com/FAQ/

Introduction

Votre enfant tend les bras en souriant vers le vide. Un autre hurle de peur en affirmant qu'il y a un vilain monsieur dans sa chambre... Alors que vous ne voyez personne auprès de lui. Une fillette apaise les chats, chiens, oiseaux en imposant délicatement ses mains sur leur corps. Votre neveu prédit tranquillement la venue de visiteurs inattendus et annonce un fait d'actualité majeur alors que rien ne lui permettait de l'anticiper. Ou encore, votre petite fille prétend qu'elle se promène la nuit pour visiter ses autres familles dans le ciel et affirme qu'elle est sur terre pour répandre la paix et l'amour! Voici quelques exemples de ces enfants dont l'attitude déconcerte et qui rend leurs proches si démunis. Vous êtes peut-être les parents, la tante, les grands-parents, les éducateurs, les enseignants, les thérapeutes de ces enfants différents.

Font-ils preuve d'une imagination débordante ou d'une sensibilité extraordinaire? Que comprendre? Comment réagir, et peut-on les aider? Sont-ils anormaux ou ont-ils des particularités intéressantes à prendre en compte? Peut-on les accompagner à grandir harmonieusement?

Psychologue clinicienne très tôt sensibilisée à l'extra-ordinaire, j'ai eu à cœur de répondre à ces questions. Dans ce livre, je vous propose d'explorer le monde mystérieux de ces enfants hors norme que l'on appelle « indigo ».

Pour comprendre le cheminement qui m'a conduite jusqu'à l'écriture de ce livre, voici mon histoire.

Un voyage initiatique

L'histoire de ce livre a pris vie grâce à une série de rencontres. Rencontres avec tous ceux qui ont croisé mon chemin : familles, amis, thérapeutes, mais aussi personnes et environnements hostiles, bonheurs et épreuves. Rencontres en tant que psychologue lors de mes consultations avec les enfants petits, et d'autres devenus grands. Rencontres avec mes ombres et ma propre enfance aussi. Psychologue clinicienne et psychothérapeute depuis plus de quarante ans, j'ai côtoyé très tôt « l'extra-ordinaire », que l'on appelait autrefois « le paranormal ». Il m'a fallu du temps pour oser dire que j'avais l'impression de venir d'un autre monde, que je voyais des couleurs autour des gens. Lorsque j'étais enfant, je m'évadais chaque nuit avec mes « amis imaginaires » pour visiter des univers différents de mon monde ordinaire. J'ai compris qu'il y avait un ailleurs, et sans doute bien d'autres dimensions. Tout ce temps et ce travail sur soi jamais terminé m'ont fait avancer sur mon chemin de transformation et m'ont permis de me « souvenir de qui je suis¹ ».

À 19 ans, une expérience de mort imminente (EMI) m'a définitivement permis d'acquérir la certitude qu'il existait une autre forme de réalité, un monde invisible perçu par un nombre croissant de personnes ne présentant aucun signe de déséquilibre mental. « Amour » et « connaissance » : ces deux mots entendus lors de mon EMI resteront à jamais gravés dans ma mémoire. Ils recèlent à eux deux la quintessence de ce vécu extra-ordinaire, ce vers quoi je me suis efforcée de tendre en trébuchant bien souvent. Que comprend-on à tout juste 19 ans lorsqu'on vit une expérience spirituelle aussi bouleversante ? Est-on suffisamment mûr et armé pour absorber cette onde de force, d'amour et de connaissance, qui vous laisse encore plus seul et démuné qu'avant, dans un monde dont on ne comprend pas les codes de compétition et de matérialisme² ?

1. Martine Lacoste, *Souviens-toi de qui tu es*, Librinova, 2021. Thierry Janssen, *Le Travail d'une vie*, Marabout, 2008 et *Vivre en paix – Comment transformer la peur en amour*, Robert Laffont, 2003.

2. Jack Kornfield, *Après l'extase, la lessive*, Pocket, 2010.

Après la sortie de mon enveloppe terrestre, je me souviens de cette lumière indescriptible au bout du tunnel. Cette lumière, que j'ai appelée « l'Être suprême », sait tout de moi et m'aime inconditionnellement telle que je suis. J'avais l'impression de toucher au Sacré de la vie, à sa force, sa beauté, à la compréhension des mystères et de l'origine des Univers. De comprendre que tout a un sens, que nous sommes tous reliés, que la vie palpite au creux de chaque créature – minéraux et végétaux, animaux et êtres humains ; que nous sommes tous interdépendants ; que le petit est dans le grand et le grand dans le microscopique. Des volutes d'ADN, des planètes lointaines, des ondes de paix, de liberté et de sérénité m'ont enveloppée. Je ne voulais pas repartir. S'est alors avancée vers moi une femme d'une beauté, d'une sagesse et d'une vibration d'amour incommensurables. Je la connaissais sans la reconnaître. Par transmission de pensée, en toute bienveillance, avec douceur mais fermeté, elle m'a convaincue que ma vie sur Terre n'était pas terminée. Que j'étais sur la bonne voie avec mes études de psychologie, mais que ce n'était qu'un début. Se sont alors déroulées, de façon panoramique et instantanée, ma vie présente, mes vies passées, ma vie future et la douleur du deuil lorsqu'on perd un être aimé. En un éclair, j'ai réalisé que j'avais également une famille « en bas » à qui je ferais vivre ce deuil si je ne revenais pas. Je suis rentrée dans mon corps par ma tête, et me suis réveillée de ce voyage initiatique dont je me souviens comme si c'était hier. En revanche, je ne garde que des bribes infimes des révélations qui m'ont été faites lors de ce voyage.

J'ai continué mes études de psychologie en espérant trouver une explication « rationnelle » à cette expérience qui avait bouleversé ma vie. Mais c'est en sortant des sentiers battus – ce qui est resté une habitude – que j'ai commencé à avoir quelques éclaircissements. Pas d'Internet à l'époque. Le livre du Dr Raymond Moody, *La Vie après la vie*, sorti en français en 1977, a constitué une première révélation : je découvre alors que des millions de personnes ont vécu cette expérience, et que l'on en parle depuis la nuit des temps. Dans *La République*, Platon raconte d'ailleurs l'histoire d'un soldat, Er, relatant son voyage dans l'au-delà. Le livre de Patrice Van Eersel consacré aux EMI, *La Source noire*¹, sonne comme une deuxième révélation. Depuis lors, de nombreuses études scientifiques ont été consacrées à ce sujet. En 2014, un médecin, le

1. Éditions Le Livre de Poche, 1987.

Dr François Lallier, y consacre sa thèse de doctorat¹ et obtient les félicitations du jury. Ses résultats semblent démontrer l'absence de causes médicamenteuses et de pathologies psychiatriques ou neurologiques dans la survenue de ces expériences aux similarités troublantes, quels que soient le milieu d'origine, le milieu culturel ou religieux, les croyances et l'âge des sujets.

Sans jugement ni a priori

Mes études universitaires ne m'apportant aucun éclairage dans ce domaine, je me mets à rechercher tous les livres disponibles sur les EMI et la spiritualité. C'est ainsi que je découvre avec intérêt l'œuvre de Carl Gustav Jung, grand psychiatre suisse, pionnier de la psychologie des profondeurs, qui a lui-même vécu une EMI. Sa méthode de psychologie analytique est globale, introduisant des champs de connaissance aussi divers que l'anthropologie, l'alchimie, la religion, la mythologie et l'étude des rêves. Mais je ne découvre rien sur les enfants et leurs vécus d'expériences dites extra-ordinaires. Or, eux aussi rapportent des expériences de mort imminente. Et ce qui est troublant, c'est la spontanéité avec laquelle ils les racontent, ainsi que les détails qu'ils ne pourraient pas inventer.

Plus troublant encore, ces enfants, tout comme certains adultes, reviennent avec des capacités et des connaissances hors du commun : don de magnétisme, aisance spontanée en dessin, en langues ou encore en mathématiques... Et puis il y a tous ces enfants qui racontent leur rencontre avec des êtres féériques ou encore avec des membres de leur famille parfois décédés avant leur naissance. « J'ai vu mon grand frère », rapporte Kilian à ses parents qui ne lui avaient pas dit qu'avant lui ils avaient perdu un bébé à sept mois de grossesse.

Qu'en est-il de cette « connaissance » perçue de « l'autre côté » ?

« Je vous ai vus arriver avec la voiture de papi », dit Marilène, 8 ans, à ses parents appelés en urgence alors que leur fille venait de se noyer

1. Il est également l'auteur de : *Le Mystère des expériences de mort imminente*, Éditions Leduc, 2018.

dans la piscine lors d'une sortie scolaire. Comment aurait-elle pu le savoir alors qu'elle était en réanimation au moment même où ses parents arrivaient en catastrophe à l'hôpital ?

Ou comme la petite Ashley, âgée de 5 ans, qui, suite à un accident de voiture grave, se retrouve dans un coma profond¹. Après son réveil, elle raconte sereinement ce qu'elle a vu, tout en « discutant » avec des personnes qu'elle dit être sa mère et son petit frère décédés dans l'accident. Elle dit avoir vu de la lumière pendant son coma et « l'homme » lui disant de revenir ! Sa mère lui disant également qu'elle ne pouvait pas venir avec eux.

Mes études en psychologie de l'enfant et de l'adolescent, bien que passionnantes, n'abordent malheureusement pas les vécus d'expériences dites « extra-ordinaires », autrefois appelées « paranormales ». Tout comme pour les adultes, les spécialistes en santé mentale ont tendance à classer le vécu de ces enfants comme pathologique. Certes, c'est le cas parfois, mais ils gagneraient à nuancer leurs diagnostics en comprenant mieux le fonctionnement de ces enfants. Pour faire un diagnostic différentiel², il s'agit de bien connaître la psychologie enfantine et de comprendre la différence entre le pathologique et le normal. Ceci ne s'improvise pas, et n'est même pas absolument garanti, même après des années d'expérience professionnelle.

Dès sa création en 2010, je rejoins avec enthousiasme le Réseau des professionnels de santé de l'INREES³. J'ai eu la chance, tout comme mes collègues, de recueillir un nombre croissant de témoignages de parents d'enfants à la sensibilité « extra-ordinaire ». Tel cet enfant souvent mis à l'écart par ses camarades car jugé trop « bizarre » parce qu'il devine ce qui va se passer et sait guérir les brûlures. Sensibles, réceptifs, clairvoyants, ces enfants atypiques possèdent une conscience différente de la nôtre, un fonctionnement et un regard différent sur la vie. Ils ne rentrent dans aucune norme, ni pédopsychiatrique ni éducative ni scolaire. Les familles, elles, sont préoccupées par ce vécu singulier, et très demandeuses de conseils pour mieux les comprendre et leur permettre de « s'élever » et de s'épanouir.

1. Pour en apprendre plus sur son histoire : <https://dailymotion.com/video/x806eo>

2. Méthode permettant de différencier une maladie d'autres pathologies présentant des symptômes proches ou similaires.

3. Institut de recherche sur les expériences extraordinaires, www.inrees.com/

De consultations en articles, de conférences en témoignages, écrire ce livre s'impose petit à petit à moi comme une nécessité. Le ciel m'envoie des signaux de plus en plus précis, jusqu'à ce long entretien publié dans le dernier livre de Stéphane Allix, *Un fantôme sur le divan*, paru aux éditions Albin Michel en 2022. L'auteur y donne la parole à vingt et un psychiatres, psychologues, psychanalystes ou psychothérapeutes qui racontent leur expérience et leurs questionnements face à tous ces phénomènes extra-ordinaires vécus par leurs patients ou par eux-mêmes : perceptions extrasensorielles, expériences au seuil de la mort, contacts avec l'invisible... Je me retrouve alors à témoigner aux côtés de tous ces grands spécialistes que j'admire : David Servan-Schreiber, Boris Cyrulnik, Philippe Grimbert, Christophe André... Cette confiance que Stéphane Allix me témoigne est pour moi un véritable honneur. Je ne peux plus reculer, je dois me mettre à l'ouvrage.

Mieux accompagner ces enfants et leurs parents

Le but de cet ouvrage est de permettre au grand public de mieux comprendre ces enfants, de les identifier et de trouver des pistes de soutien. J'y raconte des cas cliniques concernant la petite enfance, l'enfance et l'adolescence, en abordant les différents problèmes présentés souvent sous l'angle pédopsychiatrique, et je propose la traduction de certains phénomènes suivant la vision « extra-ordinaire ».

Ce livre se base sur des histoires d'enfants dont j'ai été la témoin directe ou indirecte. Mis à part les histoires de Jean-Marie Le Gall, Virginie Lefebvre et Esteban Frédéric (voir p. 107) qui, eux, sont adultes, toutes les histoires que je relate ont été modifiées de façon à préserver l'anonymat de chaque enfant et de sa famille (noms, lieux, situations). Ces récits m'ont été inspirés de plusieurs manières : par les jeunes enfants et adolescents que j'ai reçus au sein de mon cabinet en qualité de psychologue clinicienne et psychothérapeute, par les témoignages d'« expérienceurs¹ » déposés sur le Réseau des professionnels

1. On appelle « expérienceurs » les personnes qui ont vécu ou vivent des phénomènes paranormaux.

de santé de l'INREES, par les témoignages d'adultes se remémorant leurs mésaventures et la découverte de leurs dons lorsqu'ils étaient petits, ainsi que par les témoignages spontanés que je recueille au fil des discussions et via mon adresse mail et mon site web. J'ai délibérément choisi de vous raconter les histoires d'enfants et d'adolescents sans atteinte psychiatrique et/ou neurologique, ni d'affection « dys » caractérisée. Je ne parle pas non plus des enfants autistes, même s'il existe une suspicion chez Tristan (voir p. 81) – ce sujet mériterait des livres entiers –, ni des enfants abductés (qui racontent avoir été enlevés par des extraterrestres). Sur ce dernier sujet, je vous renvoie d'ailleurs au livre passionnant de mon collègue psychologue clinicien et psychothérapeute transpersonnel Nicolas Dumont, *Clinique des abductions*¹. Au fil de ces histoires extra-ordinaires, des témoignages de médiums et de parents illustrent et éclairent le propos, ainsi que la vision différente d'autres cultures à leur égard.

Quel a été l'impact de la crise de la Covid-19 sur la santé mentale des jeunes ?

Les histoires racontées dans ce livre se sont déroulées avant la crise sanitaire liée à la Covid-19, que nous avons connue en 2020. Je ne voulais pas mélanger l'influence désastreuse que cette crise sanitaire a eue sur les enfants avec l'expression de leurs capacités paranormales. Cette pandémie a en effet eu des conséquences dévastatrices sur l'équilibre des enfants et des jeunes. À titre d'exemple, et selon les derniers chiffres, les troubles mentaux sont devenus la première cause d'hospitalisation des jeunes filles âgées de 10 à 24 ans. De plus, les troubles psychiques surviennent de plus en plus tôt dans l'enfance. La professeure Marie-Rose Moro, psychiatre et directrice de la Maison des adolescents à l'hôpital Cochin, explique dans une interview² que « les situations de crise conduisant à des consultations aux urgences

1. JMG éditions, 2021.

2. « Une crise sanitaire qui met à mal la santé mentale des jeunes », propos recueillis par Isabelle Hoppenot, 1 avril 2021, vidal.fr.

pédopsychiatriques, telles qu'automutilation, tentative de suicide ou troubles graves du comportement, ont augmenté d'environ 30 % au niveau national, comparativement aux données de 2019. Mais ce chiffre global cache des disparités régionales, l'augmentation pouvant atteindre 40 à 50 % dans certains centres, voire 80 % en ce qui concerne les passages aux urgences et hospitalisations pour syndrome dépressif¹.» «Les données recueillies sur l'année 2021 et début 2022 témoignent d'une augmentation des problématiques de santé mentale chez les adolescents en comparaison aux années précédentes, appuie Enguerrand du Roscoät², responsable de l'Unité Santé mentale à Santé publique France. L'adolescence est une période de la vie sujette à de nombreux changements susceptibles d'impacter la santé mentale et la crise sanitaire liée à la Covid-19 a semble-t-il fragilisé une partie des adolescents. Ces résultats nous conduisent à mettre en œuvre des actions de communication ciblées pour libérer la parole autour du mal-être et proposer à ceux qui en ressentiraient le besoin des dispositifs d'aide à distance adaptés pour les soutenir et les orienter afin de prévenir le développement de troubles et leur chronicisation.» Nous n'avons pas encore suffisamment de recul pour savoir de quelle façon s'est invité l'extra-ordinaire chez les enfants depuis cette période. La plupart d'entre eux sont conscients que le monde doit changer et souhaitent s'impliquer à leur façon pour créer un monde meilleur, moins matérialiste et plus respectueux du vivant.

J'ai donc souhaité écrire un livre accessible, à la portée de tous : parents, familles, mais aussi éducateurs, enseignants, psychologues, pédiatres et pédopsychiatres. Mon but est d'aider tous ces adultes en contact avec des enfants déroutants, sensibles, différents, de plus en plus nombreux, afin qu'ils puissent mieux les accompagner, et les voir comme une chance pour notre monde d'aujourd'hui et de demain.

1. Citant une interview d'Angèle Consoli, pédopsychiatre et membre du Conseil scientifique, sur France Inter, 22 mars 2021.

2. Santé mentale des adolescents : Santé publique France rediffuse et renforce sa campagne #JenParleA, 2022.

Je précise également que les études scientifiques et les tests psychotechniques reconnus manquent concernant la réalité de ces enfants, et que nous ne pouvons donc qu'émettre des hypothèses. Toutes les interprétations que je fais sont des postulats, que la recherche pourra peut-être un jour valider. Espérons que cet ouvrage alimentera les études sérieuses sur ces enfants à la sensibilité «extra-ordinaire». Enfin, ne sous-estimons pas le risque que le «phénomène indigo» soit récupéré par des personnes sectaires et influencées par un mouvement New Age dont l'acception peut être négative si elle exclut au lieu de comprendre sans juger dans un esprit d'ouverture.