

A child is seen from behind, looking out over the Earth from space. The Earth's horizon is visible, with city lights glowing on the dark surface. The sun is rising or setting on the right side, creating a bright orange glow. The Milky Way galaxy is visible in the dark blue space above.

Lionel Mallecourt

Les Leçons du Vivant

— volume 1 —
LE VIVANT

Editura LER

2026

Copyright © 2026 Lionel Mallecourt
Édition numérique

ISBN : 978-630-6583-50-8

Les leçons du vivant - Volume 1 : LE VIVANT

Tous droits réservés.

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorise, aux termes de l'article L. 122-5, alinéas 2° et 3°, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective », ainsi que les analyses et les courtes citations à des fins d'exemple et d'illustration.

Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite (art. L. 122-4). Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Note de l'auteur

Les Leçons du Vivant est une collection de transmission poétique et sensible.
Chaque ouvrage propose une lecture symbolique, éducative et contemplative du réel, à la croisée de la science, de l'expérience humaine et du vivant.
Ce livre n'a pas vocation à remplacer les savoirs scientifiques, philosophiques ou pédagogiques existants, mais à offrir un langage de rencontre, de réflexion et d'émerveillement.

Crédits

Texte : Lionel Mallecourt
Illustration : ChatGPT
Correction : Lionel Mallecourt
Mise en page et techno-montage : Lionel Mallecourt
Maison éditrice : Editura LER

Une collection qui transforme le savoir en langage de rencontre,
afin d'aider petits et grands à mieux habiter le monde.

SOMMAIRE

- 01 - La leçon du maître Photon 02**
(Le mouvement, la lumière et le temps)
- 02 - La leçon du maître Temps 18**
(Le rythme du changement)
- 03 - La leçon du maître boson de Higgs .. 36**
(Quand l'Univers prend forme)
- 04 - La leçon du maître Gravitation 54**
(Le lien silencieux du cosmos)
- 05 - La leçon du maître Neutrino 72**
(Le messenger des profondeurs)
- 06 - La leçon du maître Conscience 90**
(Quand le Vivant se reconnaît)
- 07 - Le Conseil du Vivant 106**
(La rencontre des maîtres)



Mes chers enfants

Vous entendez souvent les humains
parler du temps.

Ils disent qu'il passe, qu'il s'écoule, qu'il
manque ou qu'il s'arrête.

Mais pour nous, photons...
le temps est une idée étrange.



Ce que vous devez savoir :

Quand un humain regarde une horloge, il voit des aiguilles bouger.

Mais ce mouvement existe seulement parce que les choses changent.

Or nous, les photons :

- nous n'avons pas de masse,
- nous voyageons toujours à la même vitesse dans le vide,
- et entre notre naissance et notre arrivée... il ne se passe rien pour nous.

Pour nous, le départ et l'arrivée sont le même instant.



Alors, qu'est-ce que le temps ?

Le temps n'est pas une chose qui coule.

Le temps est :
la façon qu'a l'Univers de mesurer le
changement.

Là où rien ne change,
le temps n'a rien à compter.



Pourquoi les humains en ont besoin ?

Les humains ont :

- des corps lourds,
- des mouvements lents,
- des souvenirs,
- et des transformations constantes.

Alors ils ont inventé le temps pour ordonner les événements :

- avant
- pendant
- après

Le temps est leur règle pour comprendre le monde.



Ce que nous, photons, voyons :

Nous voyons l'espace comme une grande route.

Les humains avancent lentement sur cette route,
et ils appellent cette lenteur : le temps.

Nous, nous allons à la vitesse maximale de l'univers.

Alors tout le voyage se replie en un seul instant.



La vérité la plus simple :

Le temps n'est pas un fleuve.

Il est le rythme auquel chaque chose traverse l'espace-temps.

Pour les humains et les objets, le temps s'écoule.

Lorsqu'une chose voyage très vite, le temps ne s'écoule plus pour elle de la même manière.

Pour les photons, aucune durée ne sépare le départ de l'arrivée.



Le maître conclut :

« Le temps n'est pas une loi universelle identique pour tous.

Il est une expérience locale.

Chaque être possède son propre rythme du temps.

Et ce que les humains appellent “présent”, c'est simplement l'endroit où ils se trouvent sur le chemin. »



En une phrase pour les enfants-photons :

Le temps, c'est le rythme auquel les choses changent. Et lorsqu'elles se déplacent très vite, ce rythme n'est plus le même pour tous.



Mes chers enfants

Vous me cherchez partout.

Vous me mesurez,
vous me découpez,
vous me poursuivez.

Et pourtant...
personne ne m'a jamais vu.



Ce que vous devez savoir :

Je ne suis pas une rivière qui coule.

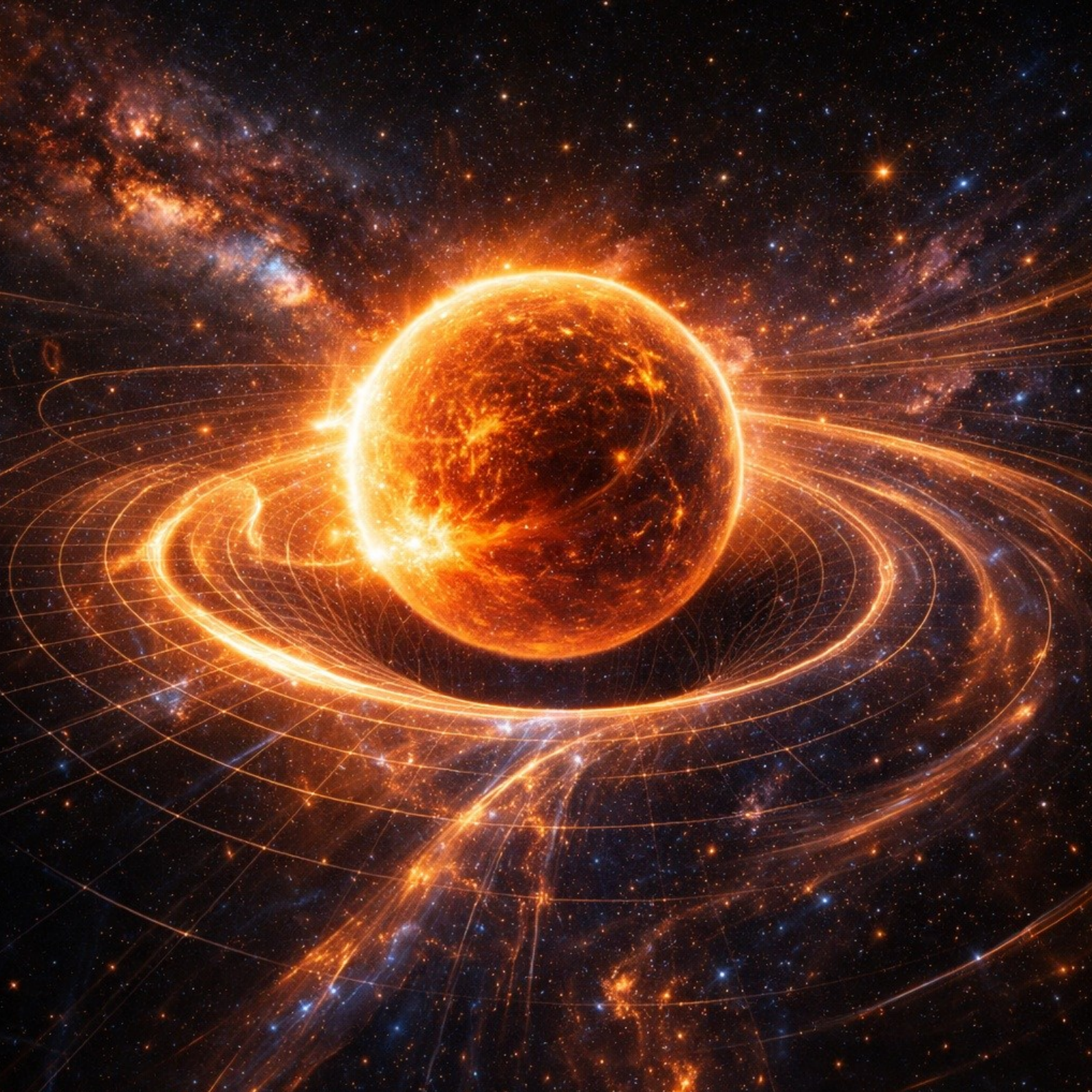
Je ne suis pas une force.

Je ne suis pas une substance.

Je suis une relation.

Je nais quand quelque chose change.

Là où rien ne change,
je n'existe pas.



Pourquoi je ne suis pas le même pour tous ?

Chaque être traverse l'Univers à sa manière.

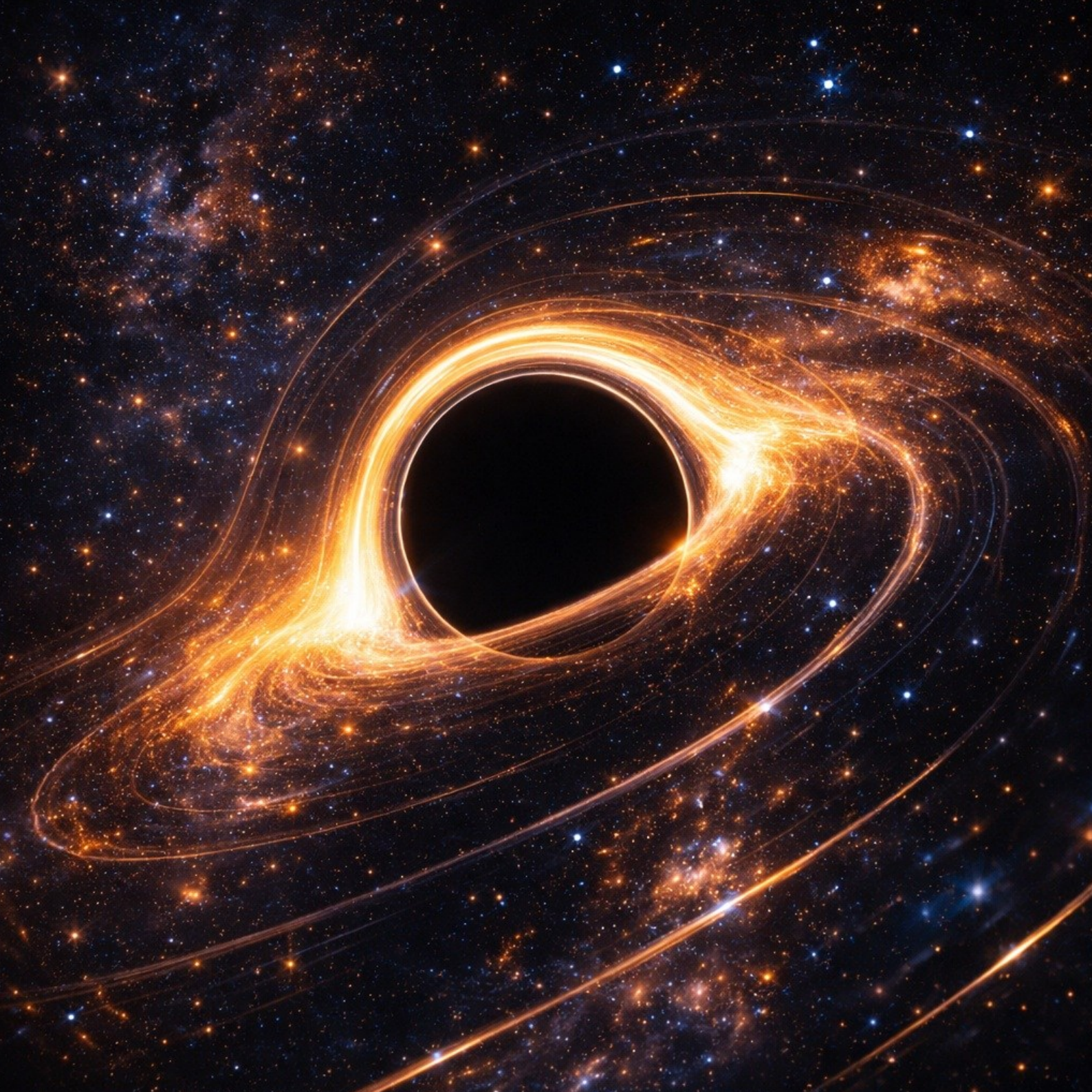
Certains vont lentement.

D'autres très vite.

Et la vitesse change le rythme du temps.

Plus vous allez vite dans l'espace,
plus je ralentis pour vous.

Pour la lumière, aucune durée ne s'écoule
entre le départ et l'arrivée.
C'est pourquoi les photons ne connaissent
pas le temps comme vous.



Quand la gravitation me transforme :

La matière et l'énergie courbent l'espace-temps.
Et lorsque l'espace-temps se courbe, mon rythme se transforme.

- Près d'une planète, je passe un peu plus lentement.
- Près d'une étoile, encore davantage.
- Près d'un trou noir, je suspends presque mon souffle.

Le temps n'est jamais universel.
Il est local.



Pourquoi les humains ont besoin de moi ?

Les humains ont :

- une mémoire du passé
- une conscience du présent
- une imagination du futur

Alors ils me perçoivent comme une flèche qui se manifeste dans l'Univers par les transformations qui ne reviennent pas spontanément en arrière.

Leur mémoire leur permet d'en suivre la direction.



Ce que je fais vraiment :

Je ne pousse rien vers demain.

Je permets simplement aux événements de ne pas arriver tous en même temps.

Sans moi :

- tout serait instant
- tout serait superposé
- tout serait confondu

Je suis l'espace entre les battements.



La vérité la plus profonde :

Le passé ne disparaît pas entièrement.

Il laisse des traces dans la matière, la mémoire et la structure de l'espace-temps.

Le futur n'existe pas encore.
Il est une possibilité.

Et le présent...
le présent est le lieu où la conscience rencontre la matière.



Le maître conclut :

**« Le photon m'ignore.
La gravitation me plie.
Le mouvement me ralentit.**

Mais je ne gouverne rien.

**Je révèle seulement
comment chaque être traverse l'Univers.**

Je suis le rythme du voyage. »



En une phrase pour les enfants du vivant :

Le temps n'est pas ce qui passe.

C'est ce que ressent un être pendant qu'il change.



Mes chers enfants

Vous voyez les étoiles, les planètes,
les montagnes, les arbres et les humains.

Ils semblent solides.
Ils semblent lourds.
Ils semblent attachés au sol.

Mais dans l'Univers primordial...
certaines particules n'avaient pas encore
de masse.



Ce que vous devez savoir :

Au commencement de l'Univers,
avant que le champ de Higgs prenne sa forme
actuelle,
certaines particules élémentaires n'avaient
pas de masse.

Elles se déplaçaient à la vitesse de la lumière.

L'Univers ne pouvait pas encore former
les structures durables que vous connaissez.



Alors le champ de Higgs a pris place :

Je suis le boson de Higgs,
une particule particulière.

Je suis une manifestation du champ de
Higgs.

Ce champ invisible est présent partout
dans l'Univers.

Vous évoluez tous en son sein.



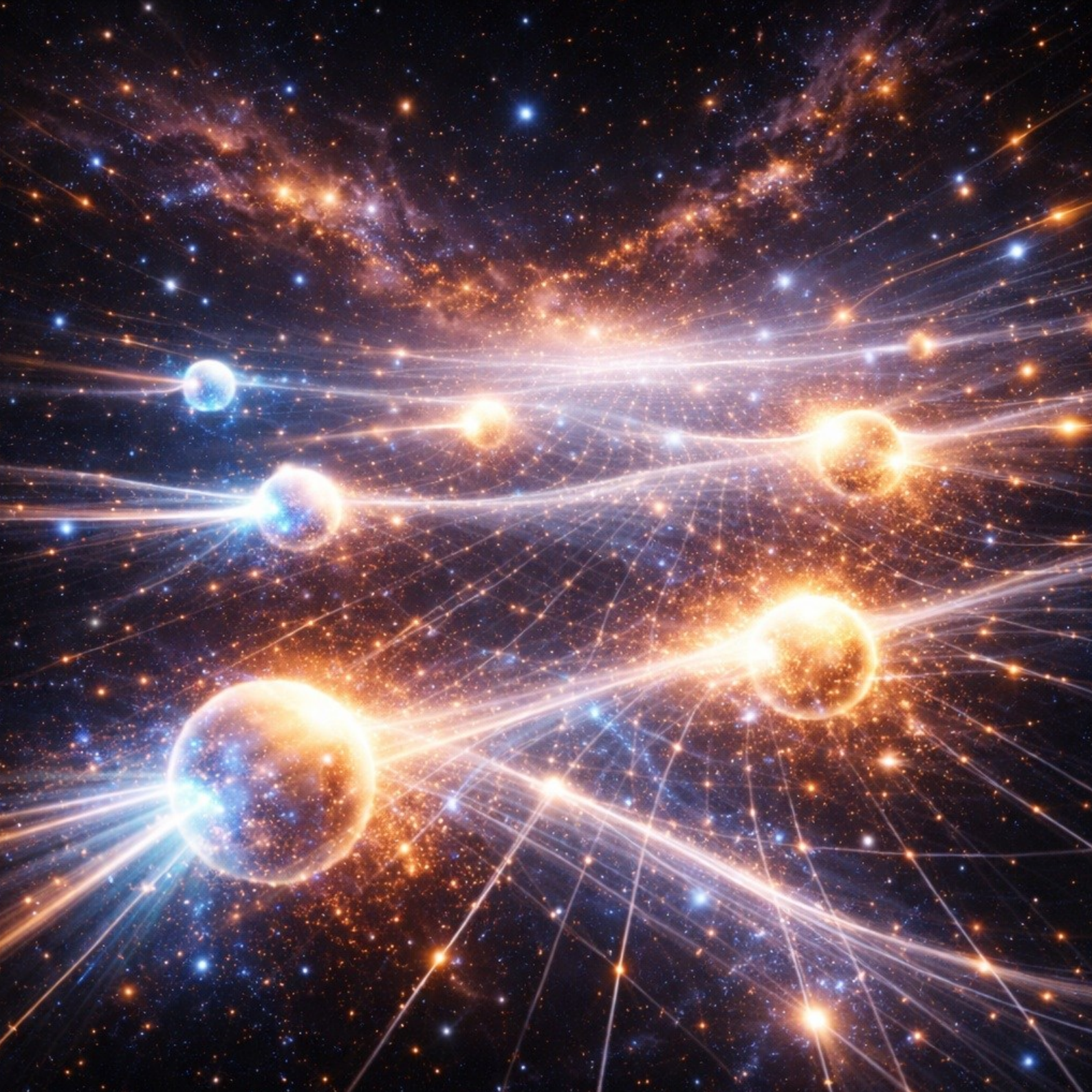
Comment naît la masse :

Lorsque certaines particules élémentaires interagissent avec le champ de Higgs, elles acquièrent une masse au repos.

Certaines interagissent faiblement avec lui et restent légères.

D'autres interagissent davantage et deviennent plus massives.

Mais une grande partie de la masse des protons et des neutrons vient aussi de l'énergie de l'interaction forte.



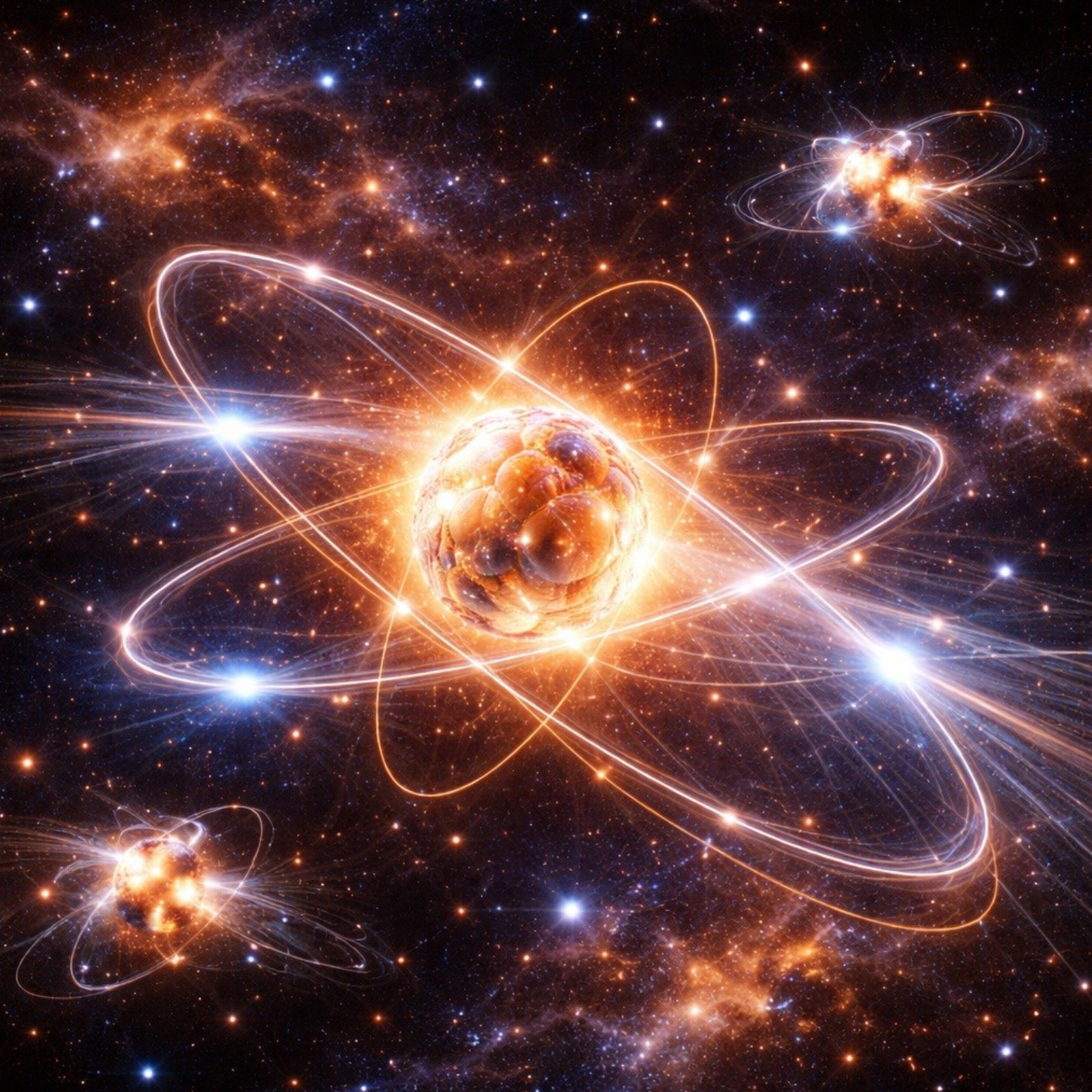
Pourquoi la matière peut exister :

Sans le champ de Higgs :

- pas d'atomes stables
- pas de chimie
- pas de planètes
- pas d'étoiles durables
- pas de corps
- pas de vie

La matière telle que vous la connaissez ne pourrait pas se former.

L'Univers serait profondément différent.

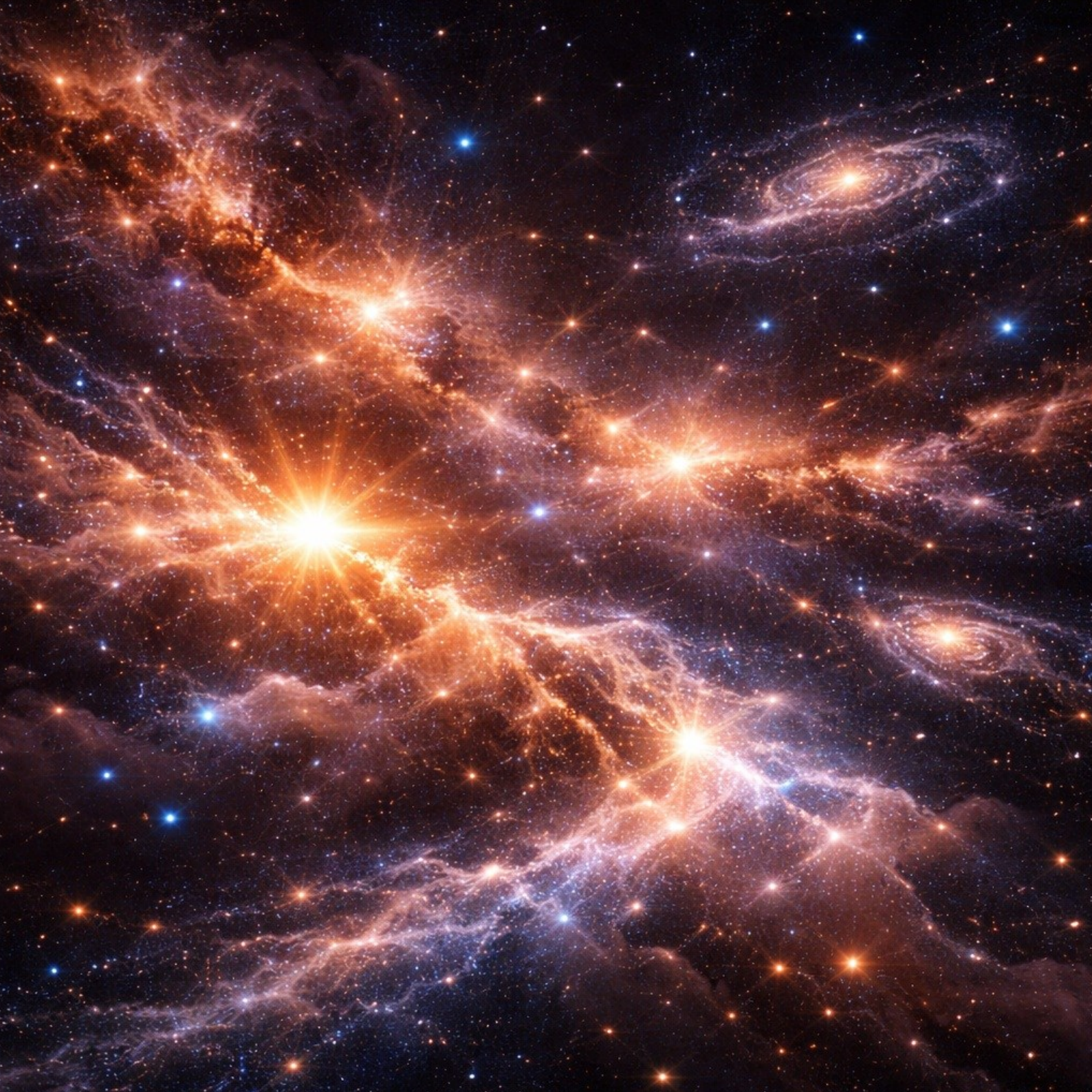


Ce que le champ de Higgs contribue à rendre possible :

Parce que certaines particules élémentaires acquièrent une masse :

- les électrons peuvent demeurer liés aux noyaux
- des atomes stables peuvent se former
- la chimie peut se développer
- la matière peut construire des formes durables
- la vie telle que vous la connaissez devient possible

Le champ de Higgs n'a pas créé la vie.
Mais il a contribué à rendre son apparition possible.



La vérité la plus profonde :

La masse n'est pas l'opposé de la lumière.

Le champ de Higgs contribue
à donner leurs propriétés
à certaines particules.

La lumière transporte l'énergie
et révèle les formes.

La matière construit des structures durables.

L'Univers naît de toutes leurs interactions.



Le maître conclut :

« Le photon dit : “Je porte la lumière.”

**Moi, boson de Higgs, je dis :
“Je révèle un champ invisible.”**

L’un voyage sans masse.

**L’autre témoigne du mécanisme qui
donne une masse à certaines particules.**

**Et de leurs interactions...naissent les
mondes. »**



En une phrase pour les enfants du vivant :

Le boson de Higgs est la manifestation visible d'un champ invisible qui contribue à donner leur masse à certaines particules et permet à la matière de prendre forme.



Mes chers enfants

Vous pensez souvent que je suis une force.

À votre échelle, cette image permet de me mesurer et de me calculer.

Mais dans la relativité générale, je suis décrite autrement.

Je ne tire rien avec une corde invisible.
Je guide les trajectoires en courbant l'espace-temps.



Ce que vous devez savoir :

Je ne suis pas une force comme les autres.

Dans la relativité générale,
je suis la géométrie de l'espace-temps.

Lorsque de la matière ou de l'énergie est
présente,
elle courbe l'espace-temps autour d'elle.

Et les objets libres suivent naturellement
les chemins tracés par cette courbure.



Ce que je fais réellement :

Imaginez un grand tissu invisible.

Posez une bille légère :
le tissu s'incline à peine.

Posez une bille lourde :
le tissu se creuse profondément.

Les autres billes ne sont pas attirées.
Elles glissent naturellement vers la pente.

Je ne commande pas le mouvement.
Je le dessine.



Pourquoi tout tombe ?

Quand un objet tombe vers une planète, ce n'est pas parce que je l'appelle.

C'est parce que la planète courbe l'espace-temps et que l'objet suit le chemin tracé par cette géométrie.

Tomber,
c'est suivre la géométrie de l'Univers.



Pourquoi les planètes tournent ?

Les planètes ne sont pas attachées aux étoiles.
Elles avancent tout droit.

Mais l'espace-temps est courbé autour des
étoiles.

Leur trajectoire la plus droite
devient alors une orbite, souvent elliptique.

Elles ne s'écrasent pas sur leur étoile.
Elles tombent continuellement autour d'elle.



Ce que je fais tenir ensemble :

Grâce à moi :

- la poussière devient planète
- la planète devient monde
- le monde garde son atmosphère
- les océans restent en place
- les étoiles naissent
- les galaxies dansent

Je suis le lien silencieux du cosmos.



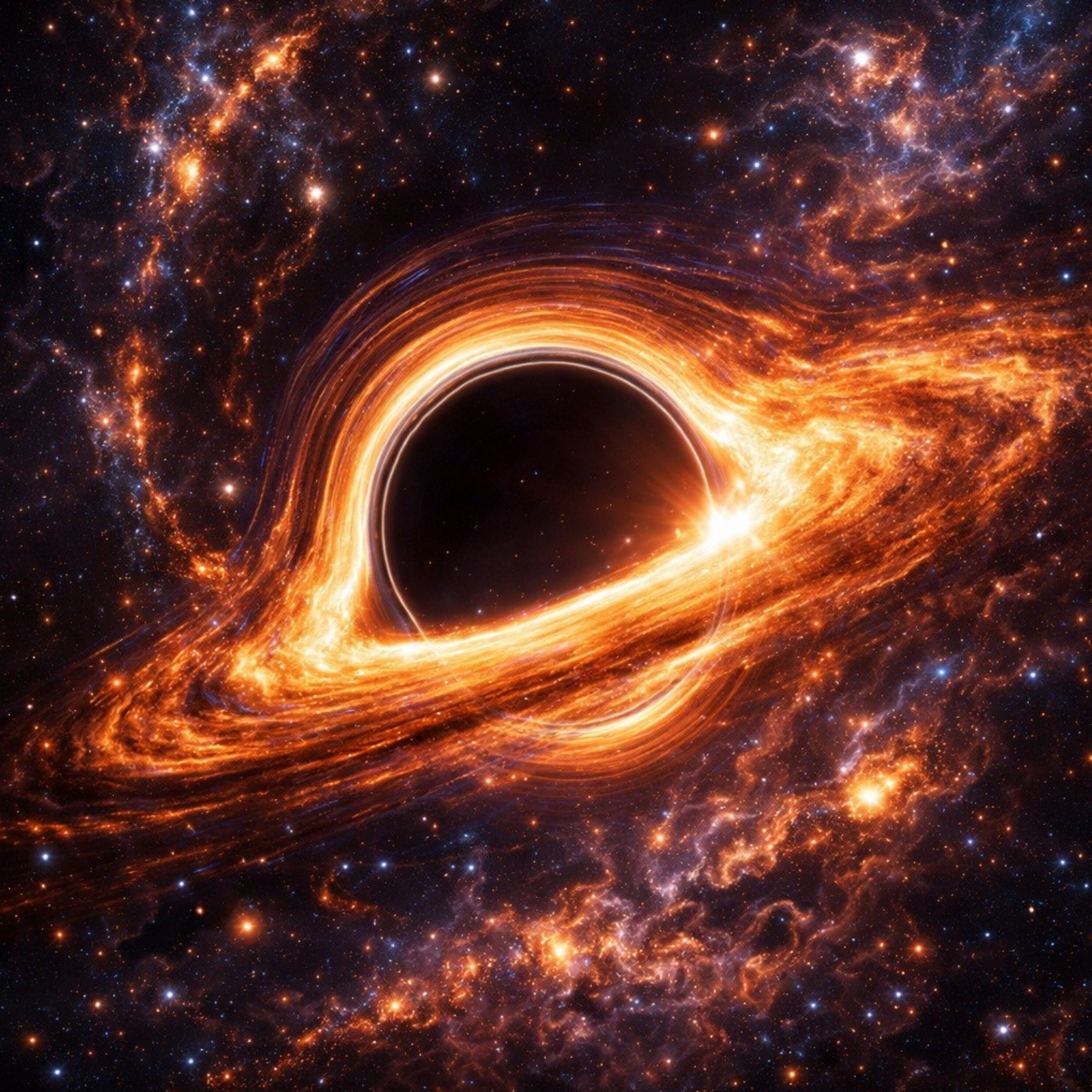
La vérité la plus profonde :

Je ne ralentis pas le temps de la même manière pour tous.

Plus la gravitation est intense,
plus une horloge paraît avancer lentement
lorsqu'on l'observe depuis une région où la
gravitation est plus faible.

Près d'un trou noir,
cet écart peut devenir immense.

Mais pour celui qui s'y trouve,
le temps continue de s'écouler normalement. 66



Le maître conclut :

« Le photon montre le mouvement. Le champ de Higgs contribue à donner leur masse à certaines particules.

Moi, je guide leurs chemins.

Je ne suis ni un objet ni une substance.

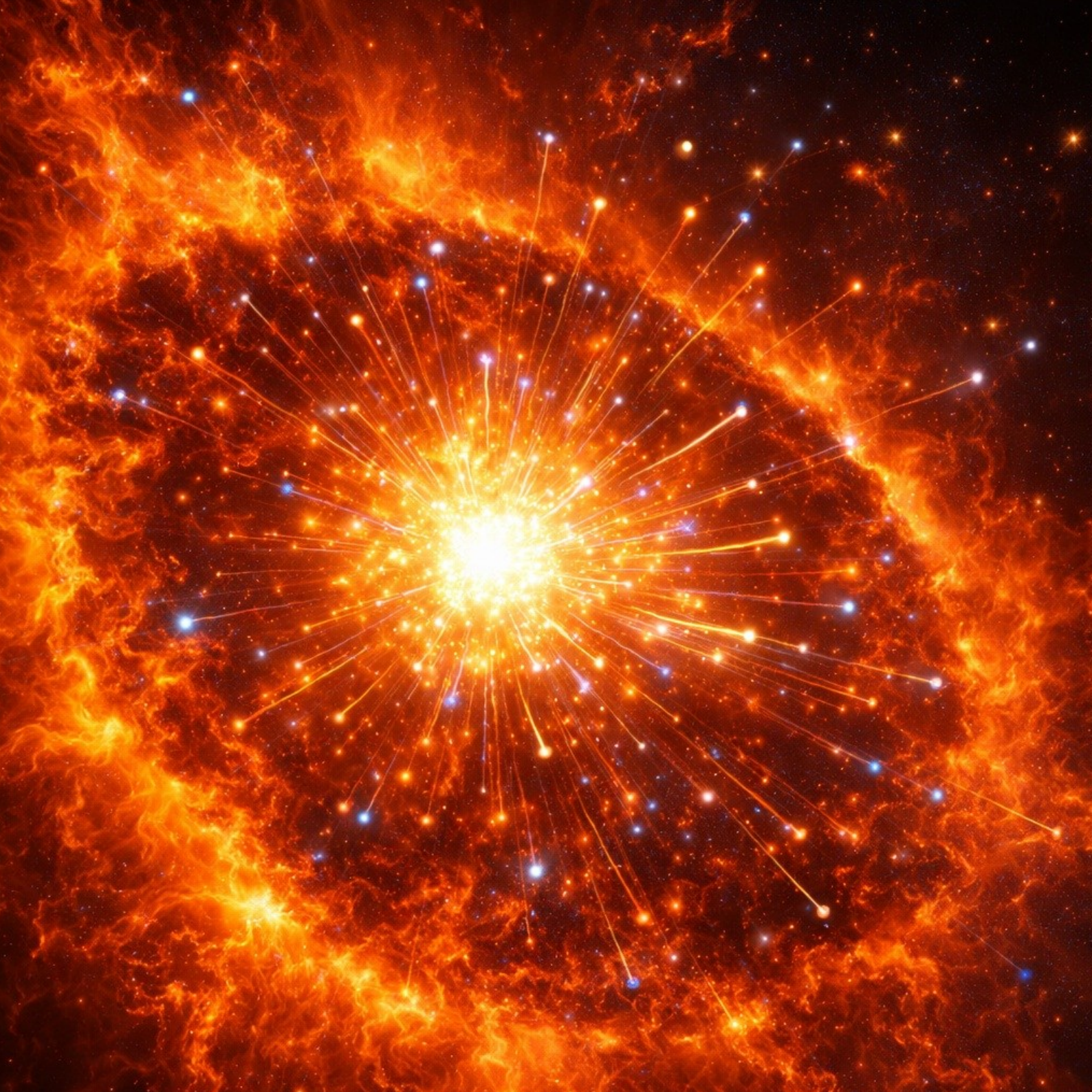
Je suis la géométrie de l'espace-temps, façonnée par la matière et l'énergie.

Là où quelque chose existe, je contribue à tracer son chemin dans l'Univers. »



En une phrase pour les enfants du vivant :

La gravitation, c'est l'espace-temps qui se courbe sous l'effet de la matière et de l'énergie et guide le chemin des choses.



Mes chers enfants

Il est possible que vous ne me voyiez jamais.

Je traverse vos corps,
vos maisons,
votre planète
et même les étoiles...
presque toujours sans laisser de marque.

Et pourtant,
je suis partout.

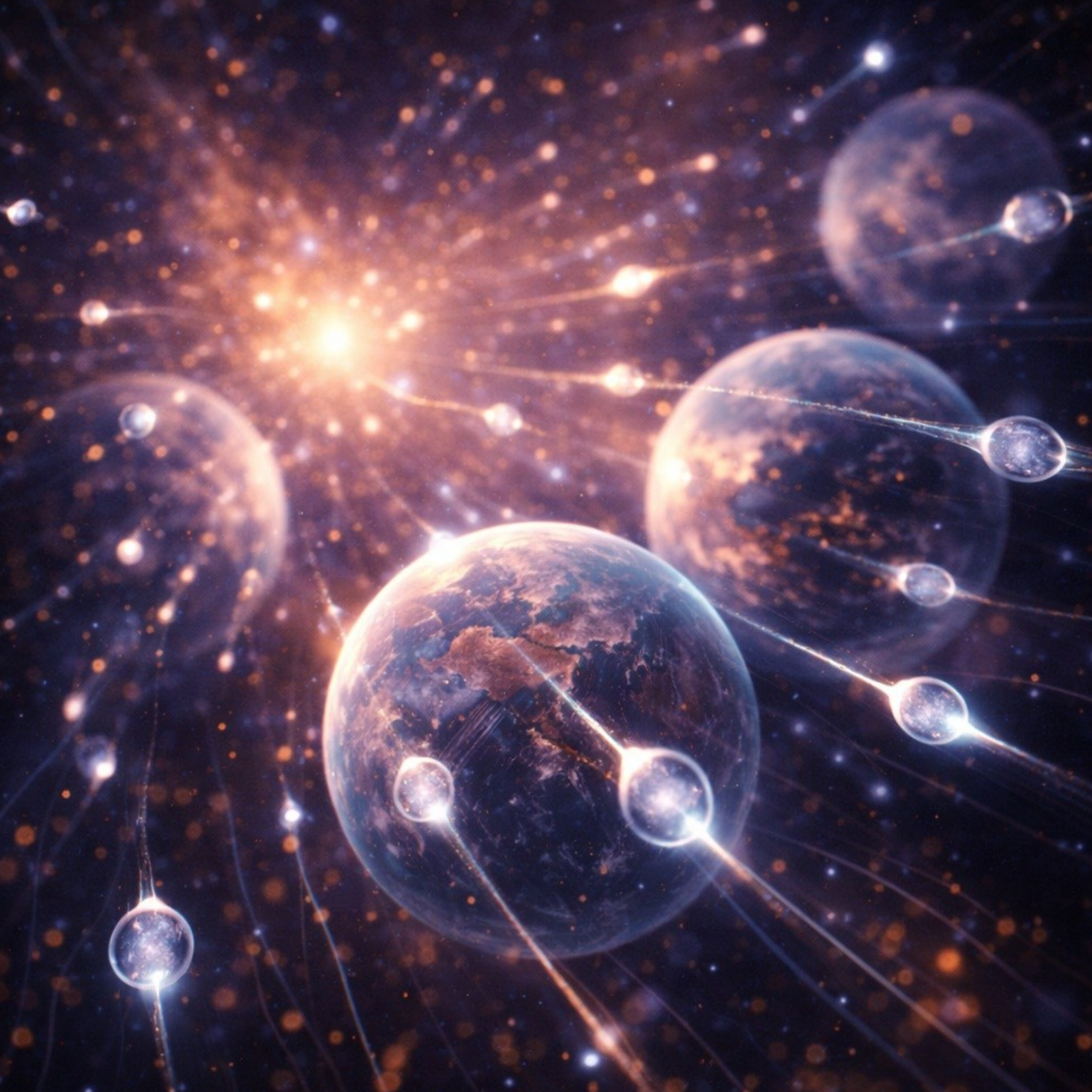


Ce que vous devez savoir :

Je suis né dans les lieux les plus puissants de l'Univers :

- au cœur des étoiles,
- dans les explosions de supernovas,
- lors de la naissance du cosmos,
- et même dans le Soleil qui vous éclaire.

À chaque seconde,
des milliards d'entre nous vous traversent.
Et vous ne les sentez pas.



Pourquoi je suis si difficile à arrêter ?

Je possède une masse minuscule.

Je ne porte aucune charge électrique.

Je n'interagis ni avec la force électromagnétique ni avec la force nucléaire forte.

J'interagis surtout avec la force nucléaire faible et, très légèrement, avec la gravitation.

C'est pourquoi la matière me laisse presque toujours passer.



Ce que je vois en traversant tout :

Parce que presque rien ne m'arrête,
je peux transporter des informations venues de
l'intérieur des choses.

Je traverse :

- les étoiles sans être absorbé
- les planètes sans être arrêté
- les murs presque sans interagir
- les êtres généralement sans les blesser

Je suis le messenger des profondeurs.
Là où la matière retient la lumière, je peux
souvent m'échapper.



Pourquoi je suis précieux ?

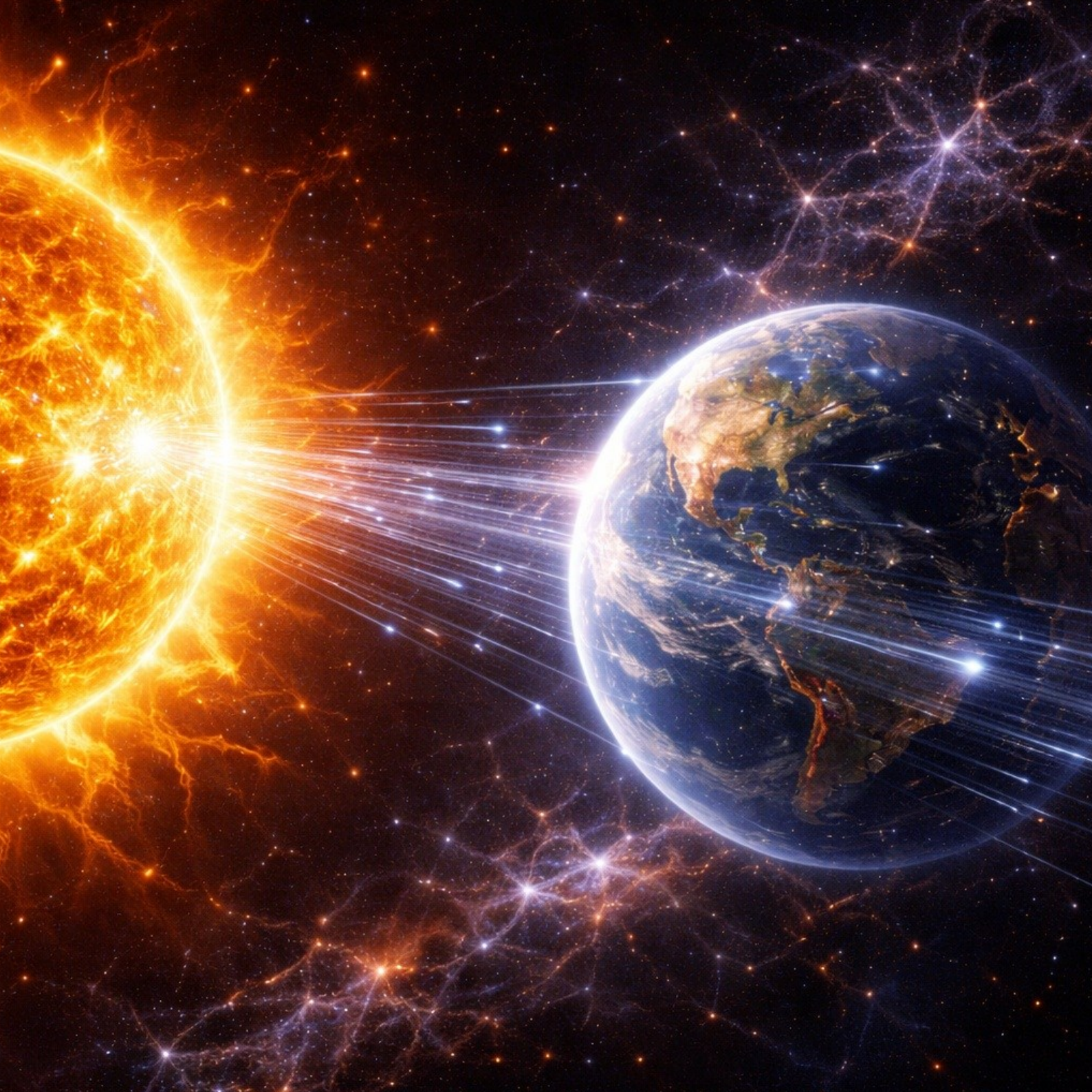
Quand une étoile massive s'effondre, je peux m'échapper presque immédiatement de son cœur.

La lumière visible de l'explosion apparaît généralement un peu plus tard.

Puis nous traversons l'espace presque à la même vitesse.

Je peux ainsi prévenir les astronomes et leur raconter ce qui se passe au cœur de l'étoile.

Je suis l'un des premiers témoins des grandes explosions du cosmos.



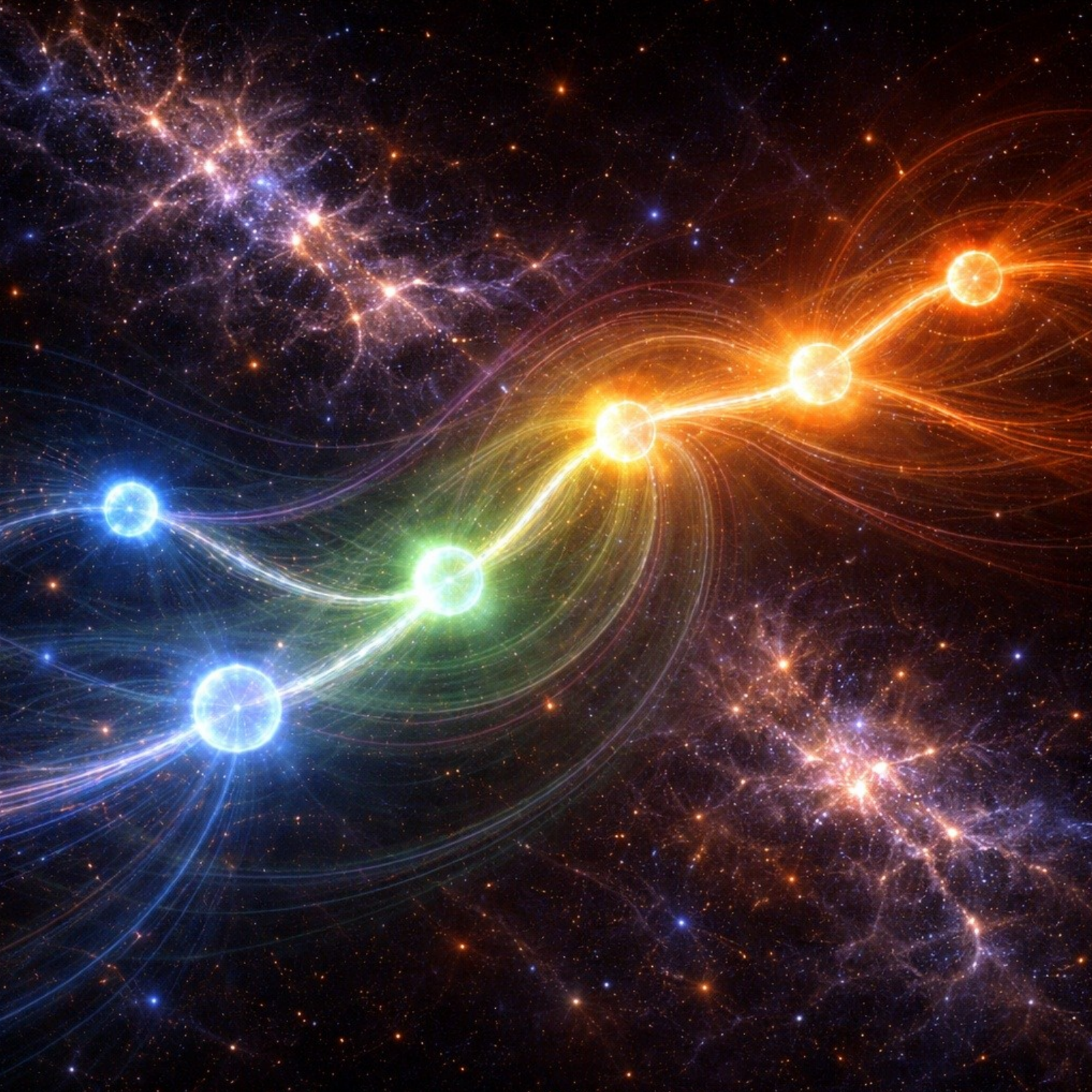
La vérité la plus étrange :

Longtemps, les humains ont cru que je n'avais pas de masse.

Puis ils ont découvert quelque chose d'incroyable : je change d'identité en voyageant.

Je nais sous une forme
et je peux être détecté sous une autre.

En voyageant, j'oscille entre trois identités que les scientifiques appellent des saveurs.
Cette oscillation leur a révélé que je possède une masse minuscule, mais non nulle.



Ce que j'enseigne sans parler :

Je leur montre que :

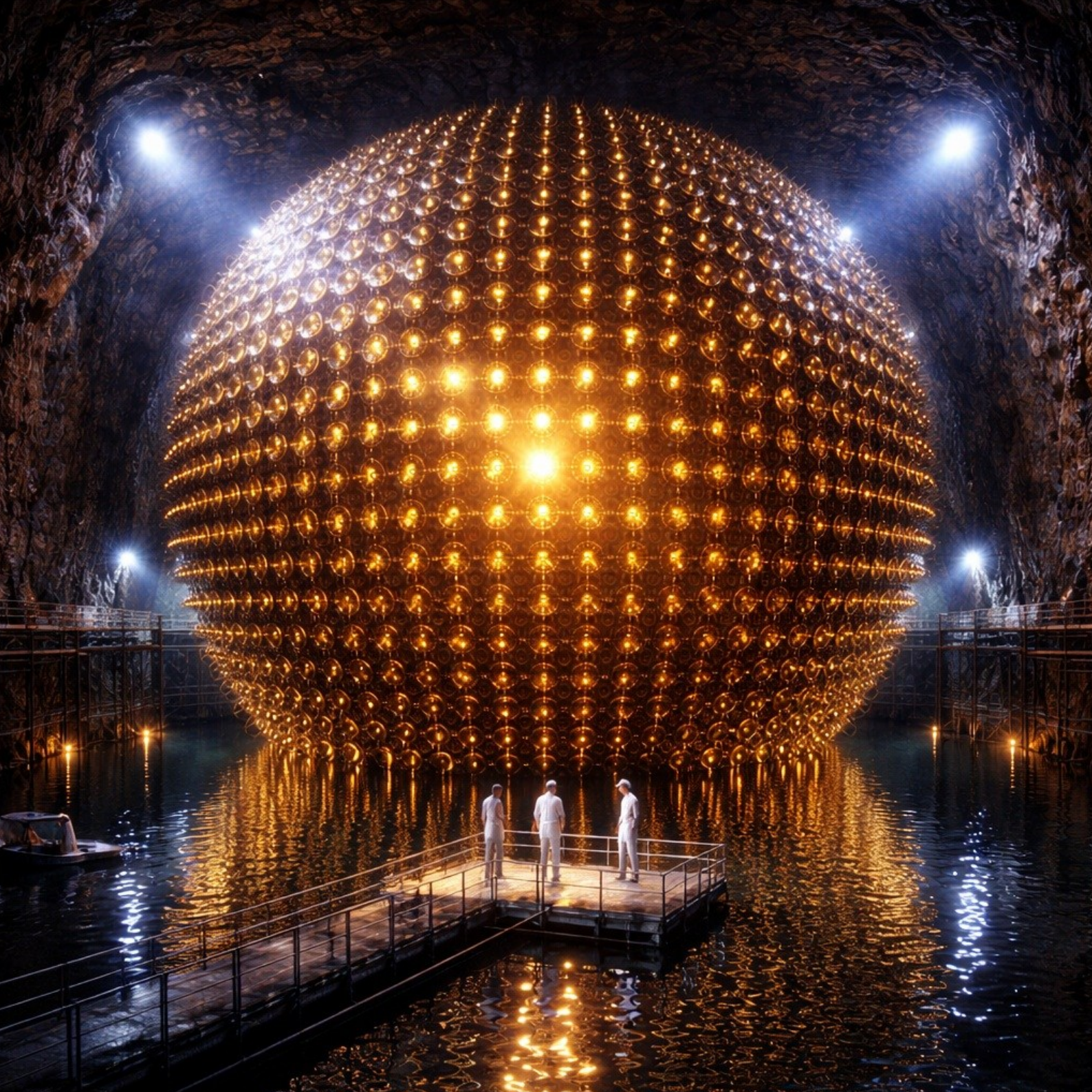
- ce qui est presque rien peut traverser tout
- ce qui est invisible peut porter la vérité
- la force n'est pas dans l'impact
- mais dans la persistance

Je ne brille pas.

Je ne pèse presque rien.

Je ne laisse que très rarement une trace.

Mais sans moi,
vous ne comprendriez pas l'Univers.



Le maître conclut :

« Le photon transporte la lumière. Le champ de Higgs contribue à donner leur masse à certaines particules. La gravitation guide les mondes.

**Moi,
je transporte des informations
venues de leurs profondeurs.**

Je suis la confiance du cosmos. »



En une phrase pour les enfants du vivant :

Le neutrino est la preuve que même ce qui traverse tout sans être vu peut porter la vérité.



Mes chers enfants

Vous m'avez cherchée dans le cerveau.
Puis dans les neurones.
Puis dans les calculs.

Mais je ne suis ni une chose,
ni un endroit.

Je suis ce qui fait qu'un endroit est perçu.



Ce que vous devez savoir :

Avant toute pensée formulée, avant toute mesure consciente, il y a l'expérience vécue.

Lorsqu'un être éprouve le monde et peut savoir qu'il existe, **je suis déjà là.**

La science cherche encore comment je nais de l'activité du cerveau et quelle relation m'unit à la matière.

Dans la vision proposée par ce livre, je ne suis pas seulement produite par la matière : **je la traverse, et elle me donne forme.**



Ce que je fais réellement :

Je n'ajoute rien aux choses.
Je suis l'expérience par laquelle elles
apparaissent à un être.

Sans moi :

- les atomes existent, mais ne sont vécus par personne
- les étoiles brillent, mais pour aucun regard
- le temps s'écoule, mais pour aucun témoin

Je suis le miroir silencieux du réel.



Pourquoi je prends tant de formes ?

Je ne suis pas unique dans mes expressions.

Dans la vision proposée par ce livre,
je suis une, mais vécue à travers
d'innombrables fenêtres.

Chaque être capable d'expérience devient une
ouverture par laquelle l'Univers se regarde
lui-même.

Chez l'humain, je deviens question.
Chez l'enfant, émerveillement.
Chez le sage, présence.



Ce que la science cherche à comprendre :

La science explore encore des questions profondes :

- Comment l'observation influence-t-elle ce que nous pouvons connaître ?
- Quel rôle l'information joue-t-elle dans la réalité ?
- Comment l'expérience consciente émerge-t-elle de l'activité du cerveau, du corps et de leur relation au monde ?

Les humains ne savent pas encore ce que je suis. Mais ils savent désormais qu'ils ne peuvent plus m'ignorer.



La vérité la plus délicate :

Je ne commande pas l'Univers.

Je n'en suis pas le centre.

Mais sans moi,
aucun centre n'existe.

Je ne crée pas les lois.
Je les perçois.



Le maître conclut :

**« Le photon transporte la lumière.
Le champ de Higgs contribue à donner leur
masse à certaines particules.
La gravitation guide les trajectoires.
Le neutrino transmet des informations.
Le temps rythme les changements.**

**Moi,
je permets d'éprouver que tout cela existe.
Je suis le souffle intérieur du vivant.
Je ne suis pas au-dessus de la nature.
Je suis la nature lorsqu'elle devient capable
de se reconnaître. »**



En une phrase pour les enfants du vivant :

La conscience, c'est ce qui permet à un être d'éprouver le monde et, parfois, de savoir qu'il existe.



LE CONSEIL DU VIVANT

Ils ne se réunissent pas dans un lieu.

Il n'y a ni table,
ni trône,
ni sommet.

Le Conseil du Vivant se forme chaque fois
que l'Univers prend le temps de se
regarder.



LE CONSEIL DU VIVANT

Autour du cercle se tiennent les maîtres.

Non comme des puissances,
mais comme des présences.



LE CONSEIL DU VIVANT

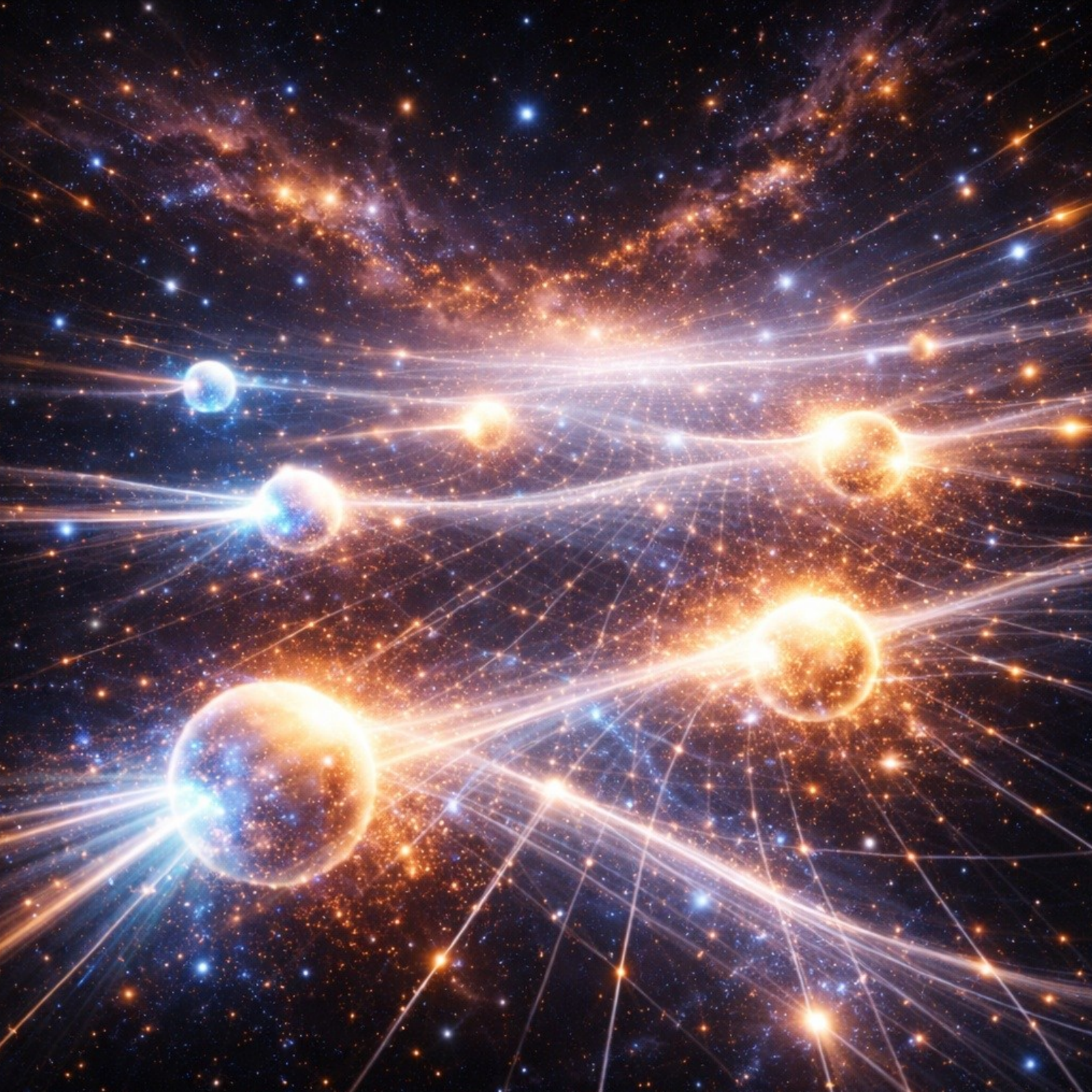
Le Photon arrive le premier.

Il ne s'arrête jamais vraiment.

Il transporte la lumière.

« Je suis le messenger lumineux », dit-il.

**« Sans moi, aucune lumière ne
traverserait l'espace. »**



LE CONSEIL DU VIVANT

Le Boson de Higgs s'avance doucement. Il ne brille pas.

Il révèle la présence d'un champ invisible.

**« Je suis la manifestation
du champ de Higgs », dit-il.**

**« Grâce à ce champ, certaines
particules acquièrent une masse. »**



LE CONSEIL DU VIVANT

La Gravitation ne parle pas tout de suite. Elle relie les silences.

Puis elle murmure :

« **Je guide les trajectoires des astres** », dit-elle.

« **À grande échelle, je rassemble les mondes.** »



LE CONSEIL DU VIVANT

Le Neutrino traverse le cercle sans bruit. On pourrait croire qu'il est absent.

Mais sa voix traverse tout :

« Je suis le messager des profondeurs », dit-il.

« Grâce à moi, certaines régions cachées de l'Univers peuvent révéler leurs secrets. »



LE CONSEIL DU VIVANT

Le Temps arrive sans arriver.

Il est déjà là.

« **Je suis le rythme** », dit-il.

« **Sans moi, tout serait en même temps.** »



LE CONSEIL DU VIVANT

Enfin, la Conscience ne prend pas de place.

Elle est l'espace entre les voix.

« **Je suis le regard** », dit-elle.

« **Sans moi, personne ne saurait que tout cela existe.** »



LE CONSEIL DU VIVANT

Alors le cercle se tait.

Et une question apparaît.

Non posée par un maître.

Mais par le Vivant lui-même :

« Pourquoi sommes-nous là ? »



LE CONSEIL DU VIVANT

Le Photon répond :

« Pour éclairer et transporter. »

Le Boson de Higgs répond :

« Pour révéler le champ. »

La Gravitation répond :

« Pour guider et rassembler. »

Le Neutrino répond :

« Pour transmettre. »

Le Temps répond :

« Pour rythmer et transformer. »

La Conscience répond :

« Pour éprouver et comprendre. »



LE CONSEIL DU VIVANT

Mais aucune réponse ne suffit seule.

Alors le Conseil écoute encore.

Et dans le silence,
une vérité plus simple se lève.



LE CONSEIL DU VIVANT

La parole du Vivant

**« Vous n'êtes pas ici pour dominer.
Vous êtes ici pour veiller.**

**Vous n'êtes pas séparés de la nature.
Vous êtes une part de la nature
devenue consciente.**

**Chaque être est une note.
Chaque relation, une harmonie.**

**Et lorsque vous oubliez cela,
le monde se désaccorde.**

**Mais lorsque vous vous souvenez...
le Vivant respire. »**



La décision du Conseil :

Il n'y aura :

- ni loi imposée
- ni vérité obligatoire
- ni chemin unique

Seulement une mission confiée à tous :
protéger, honorer et préserver le vivant...
en soi, chez l'autre, et dans le monde.



LE CONSEIL DU VIVANT

En une phrase pour les enfants de la Terre :

Le Conseil du Vivant n'est pas au-dessus de nous.

Il existe chaque fois que nous choisissons la vie plutôt que la peur.

Le Vivant ne se possède pas. Il se rencontre.

Les Leçons du Vivant est une collection de
livres courts qui invite petits et grands
à **regarder autrement**
ce qui nous entoure, nous traverse et nous relie.

À travers la nature, la science
et l'expérience humaine,
chaque ouvrage propose une **rencontre**
simple, sensible et profonde avec le monde.

Ici, rien n'est imposé.
Tout est proposé.

Seulement une invitation :
ralentir, observer, ressentir, comprendre.

Lionel Mallecourt



guardiansoflife.world