

L'Agenda du jardinier

et le Calendrier lunaire

2019



Vue panoramique de Saint-Évariste de Forsyth - août 2017 / J.J. Marcil

Jardiner pour le plaisir

Le jardinage est avant tout un loisir, une **relation avec le monde végétal**. Même si de nombreux concepts de réalisation et des façons différentes de faire son jardin nous sont proposés, il est primordial que le temps et les énergies que nous investissons pour cultiver nos légumes ou à entretenir nos fleurs soient à notre image et en fonction de nos disponibilités. Un jardin aux efforts minimums produira un rendement moindre et peu de satisfaction personnelle. Un potager n'a pas besoin d'être immense pour être productif; tentez et notez vos propres expériences et surtout cultivez ce que vous souhaitez consommer, transformer ou admirer.

Le **jardinage écologique** fait appel à la coopération à plusieurs niveaux entre le monde minéral, végétal, animal et cosmique. Citons comme exemples, la symbiose des micro-organismes avec la plante, le travail des vers de terre à l'aération du sol, celui du jardinier à semer, à sarcler, à maintenir un bon taux d'humidité, à récolter, à préparer le compost, etc... sans oublier l'énergie lumineuse fournie par le soleil, celle de l'eau transportée par les nuages et les déplacements non négligeables de la lune.

Les techniques de jardinage ayant beaucoup évolué ces dernières années, il est maintenant possible de jardiner et récolter nos propres légumes durant presque trois saisons. Un agenda annuel de jardinage devient un élément ou un outil aussi important que la fabrication et l'utilisation du compost pour nourrir et régénérer la vie de son sol.

Jardiner au rythme du jour

- Le matin, c'est le temps de semer;
- Lorsque la sève monte, c'est le moment propice pour récolter les plantes qui poussent au-dessus du sol. Puis le rythme s'inverse dans l'après-midi, la sève redescend.
- En soirée, c'est le temps de transplanter.



Jardiner avec le soleil

- les saisons

Le soleil fournit l'énergie lumineuse nécessaire aux plantes et influence directement le cycle de celles-ci: la circulation de la sève, la photosynthèse selon le rythme des saisons et celui du jour et de la nuit.

Tout au long de l'année, le soleil se déplace sur le plan cosmique; lorsqu'il monte, soit au printemps et à l'été (c'est une «**expiration**»), la vie et l'énergie au-dessus du sol s'activent: les bourgeons éclosent, les fleurs s'ouvrent, les feuilles apparaissent, les graines germent, les tiges se développent.

À partir de l'automne et pendant tout l'hiver, le soleil est descendant (c'est une «**inspiration**»), on observe une vitalisation du sol, du sous-sol et des racines: les feuilles tombées se décomposent et les vers de terre sont plus actifs.



- le jour et la nuit

En tournant autour du soleil, notre terre se donne un rythme. De 3 heures à midi, la terre expire ses forces, c'est une sorte de printemps et d'été journaliers. À partir de 15 heures à minuit, elle inspire ses forces.

Tout comme la brume se lève tôt le matin, la sève dans les plantes suit le même rythme; par ses racines, la plante aspire la nouvelle sève. Puis dans l'après-midi, le rythme s'inverse: la sève redescend.

Références:

Les informations décrites sur les déplacements de la lune, ses phases ou ses cycles ainsi que les liens biodynamiques possibles sur les plantes cultivées proviennent:

- Biodynamic planting calendar «Stella Natura 2019» publié aux États-Unis par Camphill Village Kimberton Hills, www.stellanatura.co
- Celestial Planting Calendar, publié au Canada, www.planting-calendar.com

Ces publications étant destinées aux producteurs agricoles, vous trouverez dans L'Agenda du jardinier et le calendrier lunaire une adaptation répondant mieux aux besoins des jardiniers.

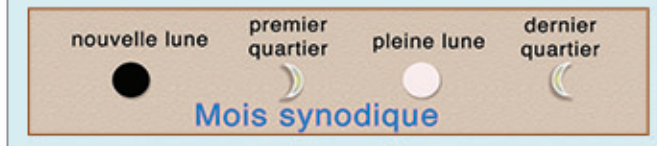
Sur le site web du R.J.É. des informations supplémentaires et des témoignages de jardiniers sont disponibles au :

www.rje.qc.ca/agenda-jardinier/annexe2019

Les rythmes lunaires

La lune fait le tour de la terre en 29 jours, 12 heures et 44 minutes, c'est le **mois synodique**.

On observe que la lune est croissante ou décroissante. Elle manifeste son action à travers l'élément **EAU**, dont la plante est principalement constituée. Ainsi l'eau fournie par la pluie, l'irrigation ou les réserves du sol, devient porteuse de cette énergie.



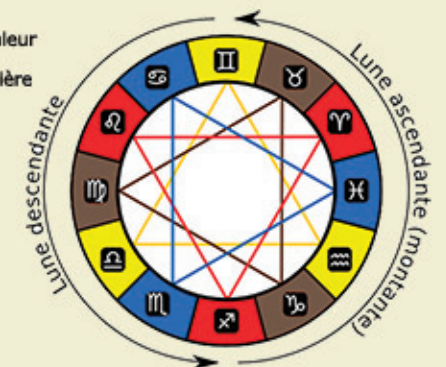
Si on observe la lune par rapport à l'horizon, elle se situe à son point le plus haut soit environ 70° (quand elle est face à la constellation des **Gémeaux II**) et 14 jours plus tard, elle se trouve à la partie la plus basse soit environ 22° (face à la constellation du **Sagittaire x**).

Ce rythme lunaire: ascendant/descendant s'effectue en 27 jours, 7 heures et 3 minutes, c'est le **mois sidéral**.



En effectuant sa rotation autour de la terre la Lune passe à chaque mois devant les 12 constellations du zodiaque astrologique, comme le fait le soleil en un an. La lune transmet à la terre des forces qui s'expriment par la voie des quatre éléments. Ces forces activent chez la plante l'un ou l'autre de ses organes: fleur, feuille, fruit et racine.

- Fruit ● Feu-Chaleur
- Fleur ● Air-Lumière
- Feuille ● Eau
- Racine ● Terre



Jardiner avec la lune

- Nouvelle lune

- La terre commence à inspirer.
- Temps idéal pour nourrir le sol par l'ajout de compost ou la fertilisation.

- Premier quartier (lune croissante)

- Bon temps pour les semis ou les transplantations. La lumière de la lune augmentant à son maximum 2 jours avant la pleine lune.

- Pleine lune

- La terre commence à expirer.
- Les plantes médicinales récoltées à cette journée ont une plus grande activité.

- Dernier quartier (lune décroissante)

- Idéal pour semer ou transplanter des végétaux qui se développent dans la terre : patate, ail, oignon.

- Lune ascendante

- * L'énergie de la plante est stimulée dans sa partie aérienne; les légumes feuilles et fruits récoltés durant cette période seront d'une plus grande qualité.

C'est le temps propice pour les travaux de surface, et faire des semis; les travaux de greffe en seront facilités. Au printemps, les érables entaillés donneront une sève plus abondante et au jardin. On profitera de l'énergie renaissante pour effectuer les semis, de préférence tôt le matin. Pour les semis d'automne, les mêmes recommandations sont encore acceptables.

- Lune descendante

- * L'énergie de la plante est stimulée dans sa partie souterraine. On récoltera les légumes racines durant cette période. Cette période est favorable à l'enracinement, à la transplantation des plantes, à l'enfouissement des engrais verts, aux travaux liés à l'humus et au compostage. La taille des arbres ou le rajeunissement des rameaux s'effectuera à ce moment.

Les périodes favorables

- La lune et les constellations

D'après les recherches et les expérimentations de Maria Thun :

* Les constellations zodiacales ont une grande importance pour la croissance des plantes. Elles agissent par l'intermédiaire du Soleil, de la Lune et des planètes qui apportent leurs forces à la plante par l'intermédiaire des éléments **chaleur, lumière/air, eau et terre.**

* Le moment du semis (moment où la graine est mise en terre) est celui qui marquera le plus la plante. Le moment de la plantation (moment où la plante est déplacée, transplantée) revêt également une grande importance. Les autres travaux d'entretien et d'arrosage peuvent renforcer ou affaiblir le moment du semis.

* De même, les dates de travail du sol sont importantes car cette action ouvre le sol aux influences provenant du cosmos. La croissance est stimulée lorsque la date est favorable.

* Le moment de la récolte est aussi tout à fait décisif soit pour la conservation ou la multiplication des semences.

Les conditions nécessaires pour permettre aux influences cosmiques de s'exercer:

- sol riche en humus; ne pas laisser un sol à nu, laisser en surface les résidus organiques non décomposés.

- avant de planter : aérer le sol en profondeur à la période de la lune favorable.

Ce n'est que pendant leur croissance et après avoir été régulièrement binées que les plantes manifestent leurs réactions aux influences cosmiques.

- Éviter l'arrosage artificiel, il ne doit être employé qu'après le repiquage.

Les périodes défavorables

L'apogée et le périgée - le rythme anomalistique

- L'activité de jardiner en **périgée** est déconseillée pour 12 heures avant et après l'heure du périgée. Les plantes semées au **périgée** sont ralenties dans leur croissance; leurs parties supérieures ne se développent pas correctement et peuvent être envahies par les champignons. L'effet résonnant pouvant être augmenté lorsque la pleine lune se produit au même moment.

Les noeuds lunaires - le rythme draconitique

- Lorsque la trajectoire de la lune coupe le plan de l'écliptique, c'est-à-dire le plan dans lequel gravite le soleil, c'est un **noeud lunaire**. Évitez de travailler le sol 1-2 heures qui précèdent et qui suivent. Attention particulière s'il y a aussi **périgée**. Les éclipses lunaires doivent être considérées comme des noeuds les plus dangereux, évitez tout travail du sol pour 24 heures.

Comment reconnaître ces périodes?

Dans la section calendrier (du haut) la couleur des chiffres indique l'influence de la journée.

- Durant la même journée, il peut y avoir changement d'influence selon l'heure. **AM/PM** Exemple: 4 janvier

- Pour une même journée, il peut y avoir une double influence. Exemple: 18 janv jour-racine avec une double influence de jour-feuille



Dans la section agenda (du bas) les carreaux indiquent plus précisément l'heure des changements d'influence.

Date	jour	Am											PM							
		0-3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21-24
1	Mardi	☒																		
2	Merc.	☒																		
3	Jeudi	☒																		



Jour-fleur

- Moment favorable pour semer, travailler le sol et prendre soin des plantes dont nous souhaitons augmenter le potentiel floral, aussi les légumes tels le chou-fleur et les brocolis.



Jour-feuille

- Moment favorable pour semer, travailler le sol et prendre soin des plantes dont nous souhaitons favoriser le feuillage : artichaut, asperge, céleri-feuille, chicorée, chou, épinard, fenouil, laitue, poireau, et les aromatiques ou fines herbes.



Jour-fruit

- Moment favorable pour semer, travailler le sol, récolter des semences et prendre soin des plantes dont nous souhaitons récolter des fruits : aubergine, concombres courges, fève, haricot, piment, poivron, maïs, tomate et les plantes céréales.



Jour-racine

- Moment favorable pour semer, récolter, travailler le sol et prendre soin des plantes dont nous souhaitons favoriser la partie racine : ail, betterave, carotte, celerie-rave, chou-rave, navet, panais, patate, et tout autre plante utilisée comme engrais vert.

Notre vie demande à être cultivée tout comme son jardin, pourquoi ne pas se servir d'un même guide...

Les influences cosmiques

La lune via l'élément "eau" contenu dans les cellules vivantes de notre corps peut-elle influencer subtilement celles-ci durant ses déplacements autour de la terre, du soleil, des autres planètes et surtout celles des constellations du Zodiaque? Notre sensibilité, notre comportement et nos aspirations peuvent-ils s'en trouver modifiés?

Plusieurs personnes ressentent les effets de la lune sur leur vie quotidienne, leur travail, leurs relations avec leur entourage et sur l'ensemble de leur qualité de vie. Voici rassemblées quelques observations personnelles (pas nécessairement scientifiques) des effets possibles de l'influence lunaire.

En tenant compte de ces influences, nous pouvons augmenter la qualité de nos relations interpersonnelles ainsi que la réalisation de projets qui nous sont chers. Le calendrier lunaire devient alors un outil de planification pour choisir les temps les plus favorables pour des activités, des vacances ou toutes autres réalisations personnelles.

La lune change d'apparence au cours du mois, ce n'est qu'une question d'éclairage. Elle n'émet pas de lumière propre, elle reflète ou réfléchit 7% de la lumière du soleil.

Sous l'effet de l'interaction entre la terre, le soleil et la lune, les énergies qui nous sont transmises vont interagir sur notre corps physique, notre sensibilité : notre état d'éveil et notre conscience.

En effectuant sa rotation autour de la terre la lune passe à chaque mois devant les 12 constellations du zodiaque astrologique, comme le fait le soleil en un an. La lune transmet à la terre des forces qui s'expriment par la voie des quatre éléments : FEU, TERRE, AIR et EAU.

Les périodes favorables

Le mois synodique

- Nouvelle lune



- La terre commence à inspirer. C'est le début de la lune montante qui est propice à la création, le début ou la mise en route d'un projet ou d'une relation.

- Premier quartier (lune croissante)



C'est le temps de commencer à évaluer nos projets, de voir son évolution.

- Pleine lune



- La terre commence à expirer. La lumière réfléctie est plus grande, elle dérange; les gens sensibles sont plus fébriles. Nos pensées peuvent être déstabilisées, nos émotions sont plus grandes. Eviter de prendre des décisions importantes.

- Dernier quartier (lune décroissante)



- La lune décroît 7 jours après la pleine lune. C'est le moment de regarder en arrière pour mieux se ré-harmoniser ou se préparer pour un nouveau projet.

Le mois sidéral



- Lune ascendante

* L'énergie nous vient de l'intérieur.



- Lune descendante

* L'énergie vient de l'extérieur vers nous.

Les périodes défavorables

L'apogée et le périgée - le rythme anomalistique

- L'effet résonnant pouvant être augmenté lorsque la pleine lune se produit au même moment.

Les noeuds lunaires - le rythme draconitique

Lorsque la trajectoire de la lune coupe le plan de l'écliptique, c'est-à-dire le plan dans lequel gravite le soleil, c'est un noeud lunaire. Attention particulière s'il y a aussi périgée. Les éclipses lunaires doivent être considérées comme des noeuds les plus dangereux, on évitera tout changement ou engagement nouveau.

JOURNÉE NOIRE

- Moment défavorable pour tous projets nouveaux ou modifications importantes. Période plus difficile, où il est préférable de ne pas forcer les événements. Porter respect à l'environnement et à l'entourage. Attendre le retour de meilleures énergies.

* Apogée ou noeud lunaire :

influence de 4 heures

* Périgée : influence de 12 heures

* Éclipse lunaire ou solaire :

influence de 24 heures

* Conjonction et/ou opposition des planètes :

influence possible de 4 à 24 hrs.

Soleil et Lune devant la même constellation

BONUS Le soleil et la lune se déplacent tous les deux devant les constellations du Zodiaque, leur rythme est différent. Lorsque la lune et le soleil sont devant la même constellation en même temps (soit de 1-3 jours) l'énergie transmise est très amplifiée. Et lorsque la constellation est la même que votre signe de naissance, alors vous risquez d'être très favorisé...



Jour-fleur

- Moment idéal pour fêter, se laisser gâter, profiter du bon temps, se faire plaisir. Une période pour recevoir, pour goûter au cadeau de la vie, suivre son intuition, profiter des aubaines. Jour pour les bons sentiments. C'est un temps pour s'offrir ou se faire offrir des fleurs ou recevoir un cadeau inattendu...



Jour-feuille

- Moment idéal pour prendre le temps de se ressentir, de profiter de ce que nos sens nous donnent comme message, vivre nos émotions. Éviter les décisions spontanées ou les discussions vives qui risquent de créer des tensions. Tendance à la susceptibilité.



Jour-fruit

- Moment idéal pour terminer un projet, mettre le point final à une étape Récolter le fruit de nos efforts, se réaliser complètement ... amour ... bonté... compassion... C'est un temps pour rendre grâce... de ce que nous avons planifié, penser et réaliser...



Jour-racine

- Moment - Idéal pour entreprendre un projet, pour la prise de décisions, pour se donner de nouveaux objectifs ou s'initier à des connaissances nouvelles, planifier son horaire. Jour où le rationnel est très présent...

Vivre "en biorythmes" avec la lune et le soleil

par Jean-Jacques Marciel

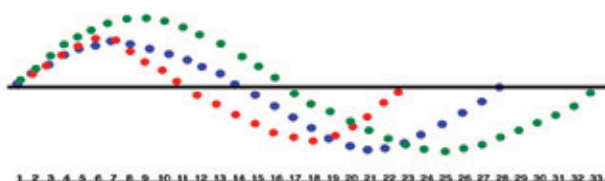
Les biorythmes

Il existerait dans l'univers et partout sur terre des rythmes macroscopiques et microscopiques. Pour les personnes qui étudient les biorythmes, la vie étant elle-même le produit de l'imbrication de nombreux rythmes.

Sur le plan humain, nous connaissons le rythme cardiaque, le rythme respiratoire, le cycle du sommeil lié au rythme jour/nuit produit par le déplacement de la terre autour du soleil et à celui des saisons. Le cycle de l'ovulation et des menstruations chez la femme est souvent en relation avec celui de la lune.

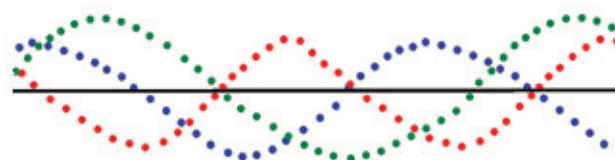
Les chercheurs des biorythmes affirment que depuis la naissance et jusqu'au moment de la mort, chaque être vivant subirait l'influence de trois cycles principaux : **physique**, **émotionnel** et **intellectuel** dont les phases sont dites positives ou négatives c'est-à-dire des moments favorables et défavorables pour l'accomplissement de certaines actions.

Biorythme physique : 23 jours
Biorythme émotionnel : 28 jours
Biorythme intellectuel : 33 jours



Les conventions internationales représentent le **rythme physique** en rouge, le **rythme émotionnel** en bleu et le **rythme intellectuel** en vert. Le **rythme physique** s'étend sur une période de 23 jours, le **rythme émotionnel** 28 jours et finalement le **rythme intellectuel** 33 jours.

Les trois rythmes débutent le jour de notre naissance; leurs périodes étant différentes, ces rythmes vont se croiser pendant toute notre vie. Une ère biorythmique dure 58 ans et 67 jours soit 21 252 jours (23 X 28 X 33 = 21 252 jours). Après cette période, les courbes des biorythmes qui se sont croisées et recroisées, reprennent un nouveau départ au point zéro comme celui à la naissance.



Durant cette ère, nous aurons traversé 4 006 jours critiques simples, 312 jours critiques doubles et 8 jours triplement critiques.

À noter qu'il n'y a pas de différence d'intensité comme semble suggérer l'amplitude de la courbe, il n'y a pas de journée plus positive que les autres ou de journée plus négative. Il y a une phase positive séparée de la phase négative par une journée critique.

C'est grâce à ce que nous ressentons que l'on peut vérifier leurs effets sur nos humeurs, nos fatigues, nos élans, etc. Utiliser les sommets de courbe pour donner le meilleur de soi-même. Être extrêmement attentif dans les phases critiques et éviter de commettre des excès dans les phases basses, car elles sont utiles pour nous reprendre et recharger nos énergies.

Quels avantages à observer ou à connaître ses biorythmes ?

On ne devient pas un « **surhomme** » durant la période haute, pas plus qu'un « **nul** » durant la période basse; un jour critique n'est pas synonyme de danger, mais de difficultés conséquentes à un déséquilibre.

Les informations tirées de nos biorythmes nous renseignent sur nos capacités personnelles pour la réussite de projets au niveau physique, intellectuel et de notre capacité émotive à demeurer en équilibre.

En jumelant ces informations personnelles au calendrier lunaire, nous pouvons cibler les meilleures journées où l'investissement de nos trois formes d'énergies personnelles peuvent nous apporter de plus grands avantages.

Disons que les formes d'énergie d'influence cosmique deviennent une source extérieure d'énergie et que certaines personnes peuvent les ressentir mieux que d'autres. En général, nous percevons plus facilement l'énergie qui est en rapport avec l'élément de notre signe astral. Par exemple: une personne née sous le signe du Taureau (élément TERRE) percevra plus facilement l'apport d'énergie cosmique les jours RACINE (élément TERRE), il en sera de même pour les signes de FEU avec les jours FRUIT, les signes d'AIR avec les jours FLEUR et finalement les signes d'EAU avec les jours FEUILLE.

Ces informations transcrites à l'agenda peuvent nous aider à réaliser nos vœux les plus chers, les secrets de notre réussite.

Pour trouver ses biorythmes sur le net:

<http://www.bioduct.org/biorythme.html>
<http://www.alba-saint-ange.com/xephyr/biorythmes/>
<http://www.biorythme.info/index.php?lang=fr>

Notation de ses biorythmes

Valeur des biorythmes

H (période haute:) = 10 ou +
B (période basse) = 7 ou -
C (jour critique) = 1

physique

émotionnel

intellectuel

valeur/totaux

	1	2	3	4
physique	+	+	C	-
émotionnel	-	-	-	-
intellectuel	-	C	+	+
valeur/totaux				

	1	2	3	4
physique	10	10	1	7
émotionnel	7	7	7	7
intellectuel	7	1	10	10
valeur/totaux	24	18	18	24

	1	2	3	4
physique	H	H	C	B
émotionnel	B	B	B	B
intellectuel	B	C	H	H
valeur/totaux				



Jour-fleur

- Biorythmes phy./émo./int. + : c'est le 7e ciel, profitez du bon temps.
- Biorythmes phy./émo./int. - : cela peut être une journée magnifique aussi.



Jour-feuille

- Biorythme **émotionnel** + : c'est parfait pour profiter de tous nos sens et de vivre de belles émotions.
- Biorythme **émotionnel** - : soyez conscient que des tensions peuvent s'amplifier ou s'enflammer inutilement.



Jour-fruit

- Biorythme **physique** + : c'est le meilleur temps pour enclencher un projet, le réussir ou le terminer et sans se sentir épuisé.
- Biorythme **physique** - : le résultat sera plus lent car il faut respecter ses énergies.



Jour-racine

- Biorythme **intellectuel** + : les projections seront plus claires et les objectifs plus précis.
- Biorythme **intellectuel** - : notre guide intérieur sera plus lent, plus discret à nous conseiller.

Le **Regroupement des Jardiniers Écologiques (R.J.É.)** est un organisme communautaire fondé au Québec en 1988. Il a pour objectifs de soutenir et d'accompagner les jardiniers dans leur apprentissage, de partager une vision d'équilibre naturel, de valoriser les méthodes de cultures et de production d'aliments sains et vivants qui soutiennent la vie et la santé. Le R.J.É. rend accessible des informations et des publications écrites et visuelles permettant de réaliser son jardin ou son potager de manière écologique.

Le R.J.É. permet de se rassembler pour partager la vie, l'amour de la terre, des plantes et du jardinage dans son sens le plus noble, tout en préservant l'environnement pour que les prochaines générations puissent en jouir pleinement.



Jardin de Louise DeLaBruère, Sherbrooke - Août 2018 / J.J. Marcil

Pour connaître les activités ou rejoindre le **Regroupement des Jardiniers Écologiques (R.J.É.)**

- inscrivez-vous à l'infolettre

- consultez notre site web : www.rje.qc.ca

Notre adresse courriel est : info-ca@rje.qc.ca

ISBN 978-2-9815613-3-6



9 782981 561336



Collaboration et correction des textes:

Louise Leblanc

Hélène Valcourt

Illustrations :

Alexandra Verville-Parie

Conception graphique et réalisation :

Jean-Jacques Marcil



Prix de vente suggéré : \$15

Imprimé au Québec

©2019 RJE.QC.CA

L'**Agenda du jardinier** est un outil, un journal de bord pour planifier les travaux horticoles, noter l'évolution de nos cultures durant les saisons, pour évaluer les récoltes et les comparer au fil des ans.

Cette publication permet d'écrire l'histoire et la vie de son jardin, sa disponibilité selon les mois et son évaluation personnelle.

L'utilisation du calendrier lunaire devient un moyen de plus pour exercer ou développer son «**intuition de jardinier**» permettant un rapport plus sensible avec ce merveilleux monde végétal.

Apprivoiser les cycles et les déplacements lunaires devant les constellations du Zodiaque pour connaître les périodes les plus favorables pour semer, repiquer, récolter et conserver nos récoltes, tels sont les avantages d'harmoniser nos efforts et nos travaux de jardinage avec les synergies renouvelables et gratuites de la lune.

Plusieurs personnes utilisent l'**Agenda du jardinier** comme un cahier personnel pour planifier leurs actions, leurs objectifs, et écrire leurs rêves... Comme pour le suivi du jardin, il est possible d'y noter son quotidien, ses réalisations, ses expériences, ses aptitudes aux petits bonheurs...

Le **calendrier lunaire** jumelé à celui de nos biorythmes deviendra un supplément pour utiliser ou développer notre intuition dans nos projets, nos relations avec les autres ainsi qu'avec le monde qui nous entoure. Il sera plus facile de connaître ou reconnaître les périodes favorables pour mieux vivre, grandir, harmoniser notre quotidien et pour nous accorder le repos durant les périodes de récupération. Tout ceci nous amène à un meilleur équilibre et à une plus grande compréhension de nos états.

Comment utiliser le calendrier lunaire ?

Tout simplement comme on utilise un GPS; en tout temps comme un conducteur qui sait où il veut aller et qui doit juger de l'utilité des suggestions données par la voix du GPS pour se rendre au bon endroit. Pour le jardinage, nous devons faire de même, en suivant nos connaissances, nos expériences déjà acquises pour arriver à la récolte souhaitée.

Le calendrier suggère des dates, des temps favorables pour les travaux, encore faut-il qu'ils soient en harmonie avec la disponibilité du jardinier et les conditions climatiques (température, chaleur et eau).

Bon jardinage.

Jean-Jacques Marcil