

# L' Agenda du jardinier

et le Calendrier lunaire

# 2026



Éditions R5SENS  
[www.r5sens.org](http://www.r5sens.org)

- Adapter son jardin à sa mobilité
- Les travaux au jardin et les rythmes cosmiques
- Grilles et suggestions pour les semis intérieurs et extérieurs

# Se relier aux rythmes de la nature

## Être disponible pour observer la nature

Aujourd'hui la technologie nous permet d'observer la vie, les énergies autant microscopiques que jusqu'au-delà de notre système solaire. Nous sommes envahis de reportages, d'informations, de nouvelles de toute part et pourtant... Sommes-nous vraiment en contact avec la nature, le développement de la vie animale et végétale?

Nos ancêtres vivaient plus près de la nature, leur survie en dépendait. Sans réseau, sans internet, sans cellulaire, ils avaient appris à reconnaître les signes du temps : les changements de saisons, les déplacements et les phases de la lune, les moeurs et habitudes des animaux sauvages et domestiques. Ils pouvaient prédire les tempêtes et aussi les bonnes périodes pour semer et récolter. On dit d'eux : «*qu'ils avaient le temps*».

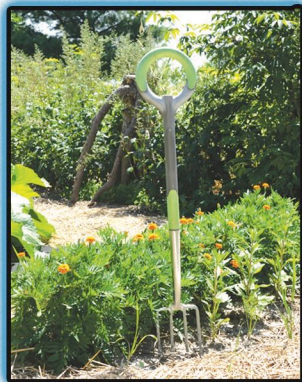
Pourtant il serait si facile d'être instruit ou initié au cycle de la vie sans être obligé d'être abonné à Google. Il y a encore des personnes ressources, heureuses de partager, qui ont publié et qui nous ont laissé de beaux récits de leurs expériences horticoles. Observer les rythmes naturels demande une certaine disponibilité; le développement des plantes est lent, leur vitesse de croissance n'est pas la 5G...

Plusieurs personnes découvrent pour la première fois les rythmes biodynamiques via les notions décrites dans cette publication; souvent leur première réaction est de se sentir encadré ou obligé à suivre des règles strictes pour obtenir les meilleurs résultats. Personnellement, je pense qu'on devrait inverser le mouvement : partir de soi pour confirmer une action ou un résultat avec les indications ou les énergies lunaires et cosmiques.

A chaque année, l'utilisation du calendrier lunaire m'aide à confirmer mon intuition, mes observations du vivant (plantes, insectes, animaux, etc.) et à donner de la valeur à mes expériences de jardinage. Il faut se faire plus confiance et attendre une réponse intérieure pour ensuite s'inspirer de ce que le calendrier nous suggère de meilleur...

Si j'étais un sage, je dirais :

«*Prendre le temps pour savourer le parfait moment*»



## Jardiner pour le plaisir

Le jardinage est avant tout un loisir, une **relation avec le monde végétal**. Même si de nombreux concepts ou 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 espaces 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, 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 de récolter ses propres légumes durant presque trois saisons. Un agenda annuel de jardinage devient un composant ou un outil aussi important que la fabrication et l'utilisation du compost pour nourrir et régénérer la vie de son sol.



Jean-Jacques Marcil

## L'histoire du calendrier lunaire

Quand on cherche l'origine et les indications pour cultiver des plantes selon la lune, on se doit de reconnaître les expériences et les publications de Maria Thun (née en Allemagne en 1922, décédée en 2012).

Dans les années 1950, en se basant sur les indications de Rudolf Steiner, elle débuta des observations sur les plantes de son jardin. C'est en semant méthodiquement chaque jour une rangée de radis, qu'elle découvrit les influences des positions lunaire et planétaire sur le développement des plantes.

En 1952, elle répéta et poussa plus loin ses expériences sur d'autres légumes et établit des corrélations entre leur croissance et la position de la lune par rapport aux constellations du zodiaque. Grâce à ses observations, elle partagea le passage de la lune dans le zodiaque en quatre parties ou énergies favorisant tantôt des jours pour les racines, tantôt pour les feuilles, les fruits et les fleurs. Elle créa ensuite une ferme expérimentale où son fils Mathias poursuivit les essais débutés il y a plus de 60 ans.

Le "**Calendrier des semis**" de Maria Thun est publié pour la première fois en 1963. Il a été traduit et adapté en plus de 30 langues. Elle est considérée aujourd'hui comme une pionnière de l'**agriculture biodynamique**.

Lorsque Maria Thun présentait ses recherches et ses expériences sur le calendrier lunaire dans le monde entier, elle insistait surtout sur la capacité de chacun à développer ses propres moyens de communication et d'harmonie avec le monde des plantes et des énergies cosmiques; le **calendrier lui-même devenant un outil pour entrer en contact avec la vie**.



Un jour lors de la visite d'un sélectionneur de l'INRA (Institut National de Recherche agronomique), on lui demande pourquoi ses cultures étaient autant couronnées de succès? Elle lui répond simplement: «*Tu sais, moi, j'aime mes plantes*». Il va s'en dire que l'attitude intérieure vis-à-vis des plantes joue un grand rôle.

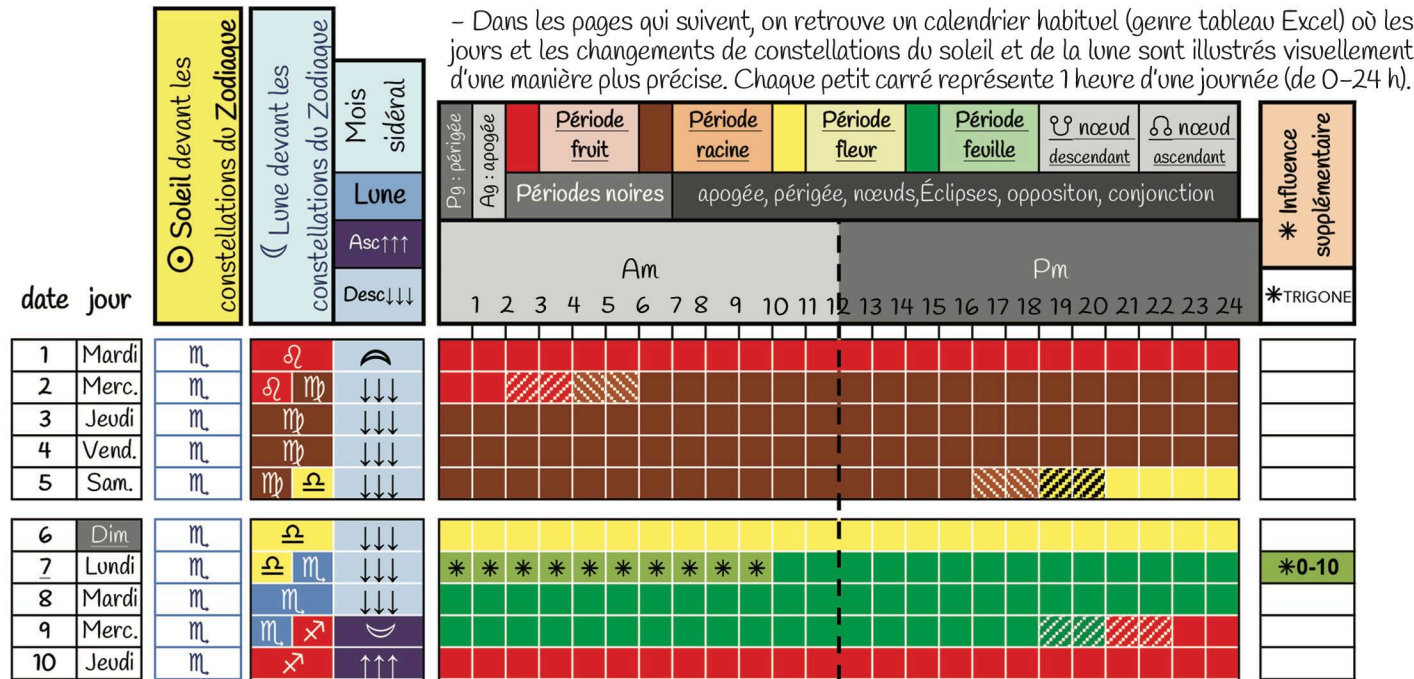


# Utilisation de l'Agenda du jardinier et le calendrier lunaire

Jean-Jacques Marcil

## Les symboles utilisés dans le calendrier lunaire

## Les espaces à compléter par le jardinier



**Observations au jardin**

Météo		Parasites		Réalizations - Récoltes
Température °C min./°C max. / gel au sol	Solaire (S) pluie (P) neige (N)	Maladies (M)	Insectes (I) Autres ravageurs	

**Observations au jardin**

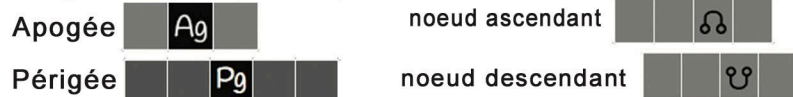
- Changement brusque des températures
- Repères phénologiques ex : floraison, pissenlit, lilas, arbres fruitiers, etc.
- Apparition de maladies et d'insectes : plante atteinte+variété
- Semis intérieur/extérieur+variété+lieu : la (les) planche(s) de culture.
- Repiquage des variétés et quantités.
- Acclimatation et ransplantation au jardin+variété+lieu.

**Réalizations - Récoltes**

- Première récolte : identifier les espèces ou les variétés.
- Date de l'entreposage des grandes récoltes.
- Évaluation et appréciation du jardinier : Qualités physiques : forme, enthousiasme, énergie, fatigue, etc.
- Degré de satisfaction et suggestions pour améliorations futures.

- Les carrés en couleur hachurée indique une période de transition; l'énergie ou l'influence n'est pas précise et plus ou moins favorable.

- Les jours de l'Apogée (Ag), du Périgée (Pg), des noeuds lunaires ascendant/descendant, d'une éclipse solaire ou lunaire sont indiqués par des carrés gris/noirs indiquant une période non favorable ou une journée noire.



- Des couleurs symboliques représentent les énergies transmises aux plantes et au sol. La légende ci-contre illustre bien les liens.

FEU	Chaleur	journée-fruit		Bélier	Lion	Sagittaire
TERRE	Fraîcheur	journée-racine		Taureau	Vierge	Capricorne
AIR	Vent	journée-fleur		Gémeaux	Balance	Verseau
EAU	Humidité	journée-feuille		Cancer	Scorpion	Poissons

- Selon les positions des planètes (en trigone) de notre système solaire, de nouvelles énergies peuvent venir s'ajouter à celles des constellations du Zodiac. Elles sont inscrites dans la colonne TRIGONE.

- La durée et les heures de l'influence supplémentaire sont notées en chiffre ex: **\*0-23** **\*2-14** **\*11-19** **\*0-13** ou par des carrés d'une couleur différente selon l'énergie avec le symbole .



**Période fruit (Journée FEU)**

- Pour semer, transplanter, arroser les plantes dont nous souhaitons récolter les fruits et les graines : aubergine, cucurbitacées incluant les courgettes et les concombres, haricots, pois, lentilles, soja, maïs, tomates, poivrons et les céréales d'hiver ou de printemps.

**Période racine (Journée TERRE)**

- Pour semer, transplanter, arroser les plantes dont nous souhaitons récolter les racines : ail, betterave, carotte, céleri-rave, chou-rave, navet, oignons, panais, patate, persil racine, poireaux, rutabaga, salsifis et tout autre plante utilisée comme engrais vert.

**Période fleur (Journée AIR)**

- Pour semer, transplanter, travailler le sol des plantes que nous souhaitons récolter les fleurs, les oignons des fleurs, le brocoli, le chou-fleur et de nombreuses plantes médicinales.

**Période feuille (Journée EAU)**

- Pour semer, transplanter, arroser les plantes dont nous souhaitons récolter les feuilles : artichaut, asperge, bette, céleri, chicorée, choux, épinard, fenouil, laitues poireaux et fines herbes.





**☉ Soleil devant les constellations du Zodiaque**

**☾ Lune devant les constellations du Zodiaque**

Mois sidéral

Lune

Asc↑↑↑

Desc↓↓↓

Mercure ♿ 1-19  
Vénus ♀ 1-16  
Mars ♂ 1-21  
Jupiter ♃ II(R)  
Saturne ♄ ♃  
Uranus ♅ ♈ (R)  
Neptune ♆ ♃  
Pluton ♇ ♏



♊ Sagittaire/feu  
1 - 17 janvier  
♏ Capricorne/terre  
18<sup>14</sup> - 31 janvier

Observations au jardin

date jour

		Am												Pm												* influence supplémentaire	Météo		Parasites			Réalisations - Récoltes
		Périodes noires												apogée, périégée, noeuds, Éclipses, oppositon, conjonction													* TRIGONE	Température °C min. / gel au sol	Soleil (S) pluie (P) neige (N)	Maladies (M)	Insectes (I)	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24							
1	Jedi	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉							
2	Vend.	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉							
3	Sam.	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉							
4	Dim	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉							
5	Lundi	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉							
6	Mardi	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉							
7	Merc.	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉							
8	Jedi	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉							
9	Vend.	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉							
10	Sam.	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉							
11	Dim	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉							
12	Lundi	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉							
13	Mardi	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉							
14	Merc.	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉							
15	Jedi	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉							
16	Vend.	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉							
17	Sam.	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉							
18	Dim	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉								
19	Lundi	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉								
20	Mardi	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉								
21	Merc.	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉								
22	Jedi	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉								
23	Vend.	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉								
24	Sam.	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉								
25	Dim	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉								
26	Lundi	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉								
27	Mardi	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉								
28	Merc.	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉								
29	Jedi	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉								
30	Vend.	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉								
31	Sam.	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉	♊	♋	♌	♍	♎	♏	♐	♑	♒	♓	♈	♉								

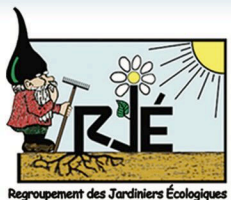
Plaine lune    Dernier quartier    Nouvelle lune    Premier quartier

☉    ☾    ☷    ☽

3<sup>5</sup>    10<sup>11</sup>    18<sup>15</sup>    25<sup>24</sup>

Travaux suggérés :  
 - Faire l'inventaire de ses semences et commander les catalogues chez vos semenciers préférés.  
 - Débuter des semis intérieurs pour les fleurs ou les plants dont la germination est lente.  
 - Faire des tests de germination des semences récoltées l'année précédente incluant l'inventaire.





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. Cela 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.

Pour connaître les activités ou joindre le **Regroupement des Jardiniers Écologiques**

- consultez notre site web : [www.rje.qc.ca](http://www.rje.qc.ca)

Notre adresse courriel est : [info-ca@rje.qc.ca](mailto:info-ca@rje.qc.ca)

Des compléments à l'agenda du jardinier sont publiés à chaque année pour le bénéfice des membres.



L'Agenda du Jardinier et le calendrier lunaire est maintenant édité et distribué sous la responsabilité extérieure de Ressources5sens dont le mandat est de favoriser la communication des personnes et des associations qui veulent exposer et promouvoir des outils pédagogiques à valorisation écologique.

Il est possible de nous rejoindre par courriel :

[jj-info@r5sens.org](mailto:jj-info@r5sens.org)

### 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 de :

- Biodynamic planting calendar «Stella Natura 2026» publié aux États-Unis par Spikenard Farm Honeybee Sanctuary, [www.spikenardfarm.org](http://www.spikenardfarm.org)
- Calendrier biodynamique 2026 publié en France par le Mouvement de l'Agriculture Bio-Dynamique, [www.bio-dynamie.org](http://www.bio-dynamie.org)

Ces publications étant destinées aux producteurs agricoles, vous trouverez dans L'Agenda du jardinier et le calendrier lunaire 2026 une adaptation répondant mieux aux besoins des jardiniers.

ISBN: 978-2-98156-141-1



9 782981 561411

Textes et conception graphique: Jean-Jacques Marcil  
Collaboration et correction des textes : Louise Leblanc,  
Louise Marcil,  
Ghislaine Morin

Prix de vente suggéré : 16 \$ Imprimé au Québec

L'Agenda du jardinier et le calendrier lunaire 2026

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, évaluer les récoltes et pouvoir 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 une ressource de plus pour exercer ou développer son «**intuition de jardinier**» permettant un rapport plus sensible avec ce merveilleux monde végétal.

Aprivoiser 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 biorhythmes 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. Ces moyens d'action nous apportent un meilleur équilibre et une plus grande compréhension de nos dispositions.

### 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 périodes favorables pour les travaux, encore faut-il qu'ils soient en harmonie avec la disponibilité du jardinier et les conditions climatiques.

Bon jardinage! **Jean-Jacques Marcil, jardinier de vie**



© Éditions R5SENS - [www.r5sens.org](http://www.r5sens.org)

