



# LUNARIO 2023

Una guía para cultivar  
con ayuda de la Luna  
en tu huerto  
o en tu balcón



temas de hoy

# LUNARIO 2023

Una guía para cultivar  
con ayuda de la Luna  
en tu huerto  
o en tu balcón

© por los textos, Alfonso Albandoz, 2022  
© por las ilustraciones, Gala Pont, 2022  
© por el diseño, Anna Blanco Cusó, 2022  
Corrección de estilo a cargo de Ana Robla

© Editorial Planeta, S. A., 2022  
temas de hoy, un sello editorial de Editorial Planeta, S. A.  
Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)  
[www.planetadelibros.com](http://www.planetadelibros.com)

Primera edición: octubre de 2022  
ISBN: 978-84-9998-938-9  
Depósito legal: B. 14.589-2022  
Composición: Anna Blanco Cusó  
Impresión y encuadernación: Gómez Aparicio Grupo Gráfico  
*Printed in Spain* - Impreso en España



El papel utilizado para la impresión de este libro está calificado como papel ecológico y procede de bosques gestionados de manera sostenible.

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Dirjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web [www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com) o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

**1 → El cielo**

página 9

**2 → El Sol**

página 15

**3 → La Luna**

página 31

**4 → La Luna y las plantas**

página 41

**5 → El ABC del horticultor**

página 53

**6 → El momento adecuado**

página 69

**7 → Pensar el huerto**

página 77

**8 → El calendario**

página 83

**9 → Más allá de las plantas**

página 135

1 →

**El cielo**

Observar el cielo nos tranquiliza, nos relaja y nos conecta con el mundo que nos rodea. No es de extrañar: el ser humano lleva miles de años recurriendo a él para entender el universo en el que vivimos y sabe que, estudiado con atención, se convierte en una fuente inmensa de conocimiento. Todo lo que ocurre sobre nuestras cabezas influye en la vida en la Tierra: las estaciones, el día y la noche, las fases lunares... Quien sabe leer el cielo aprende a comprender los ciclos naturales y a identificar los momentos en los que las plantas necesitan cada cuidado.

## LOS CICLOS SOLARES

El Sol es lo primero que vemos al levantar la vista durante el día. Es imposible negar la importancia de la estrella que marca las horas de luz y oscuridad, cuándo trabajamos y cuándo dormimos, cuándo nos levantamos cada día y cuándo llega el momento del descanso. Hace mucho tiempo, las primeras personas en habitar la Tierra ya miraban al cielo para saber en qué fecha estaban. Entender la periodicidad del Sol y su efecto en los ciclos de la naturaleza fue fundamental para el ser humano porque no solo le permitió anticipar la llegada del frío o las sequías; también le otorgó la capacidad de prever el momento más conveniente para plantar y recolectar y las mejores fechas para la caza.

Cuando la humanidad comprendió que el Sol era la estrella más importante para nuestro planeta pudo identificar los ciclos solares, en los que, paradójicamente, no es el Sol el que se desplaza, sino la Tierra. Cuando se mueve alrededor del Sol, sigue un movimiento de traslación, y cuando lo hace sobre sí misma, de rotación.

Mucho antes de los calendarios que ahora conocemos, nuestros antepasados empezaron a marcar estos ciclos solares ayudados de grandes piedras, que alineaban marcando los lugares por donde salía el Sol en los solsticios. Estos «crómlech» son una de las primeras pruebas del interés del ser humano en desentrañar el cielo, y sus ruinas, como las de Stonehenge, nos hablan de personas que, como nosotros, sabían que el cielo escondía un conocimiento casi infinito.



## LAS FASES LUNARES

También la Luna ha sido observada para fechar. Sus ciclos de iluminación han proporcionado medidas de tiempo a las personas desde hace miles de años y siguen presentes en nuestro calendario actual, el gregoriano, a través de los meses del año y su división en semanas.

Observar las grandes masas de agua del planeta es la forma más directa que tenemos de confirmar la influencia de la Luna a nuestro alrededor. Tras el paso de la Luna por su punto diario más elevado, el mar también se eleva, provocando la marea alta. Poco a poco, el agua va descendiendo hasta darse la marea baja, y ambos extremos se intercalan infinidad de veces creando el ciclo de las mareas, directamente ligado con las fases lunares.

Los ciclos de luz de la Luna, que van de una luna nueva hasta la siguiente, se repiten con exacta periodicidad cada 29 días y medio. Ya en la antigua Mesopotamia, hace 5 000 años, la vida se regía por un calendario lunisolar de doce meses de esta longitud. Al término del año, habrían hecho falta once días más para completar el año solar, lo que hacía que se fueran desincronizando a lo largo del tiempo. Para arreglarlo, se veían obligados a incluir un mes extra en unos años determinados.

# LAS CONSTELACIONES

Cuando miramos al cielo de noche, toda la bóveda celeste está repleta de estrellas. Puede que la contaminación lumínica de las ciudades las oculte y nos prive de su visión cada anochecer, pero miles de estrellas ahí fuera aparecen cada noche brillando en el cielo en cuanto el Sol se esconde en el horizonte.

Hay tantas estrellas que, sin un mínimo orden impuesto, nos resultaría difícilísimo distinguir unas de otras. Por eso las agrupamos en constelaciones, agrupaciones que se forman al trazar líneas imaginarias entre varias de ellas que nos ayudan a saber qué estamos mirando. Si queremos ver la Luna o cualquiera de los planetas, solo los podremos encontrar en una franja de constelaciones que se extiende de este a oeste. Es la franja del zodiaco.