Capítulo 2. ¿Qué son realmente las fases de la Luna?

Cada noche la Luna parece diferente. A veces es un fino hilo de plata que apenas consigue iluminar el cielo. Otras, se muestra redonda, brillante y majestuosa, dominando la oscuridad con una luz que ha inspirado poemas, leyendas y tradiciones durante miles de años. Sin embargo, hay algo que pocas personas saben. La Luna nunca cambia de forma. Es una esfera, igual que la Tierra, y permanece exactamente igual día tras día. Lo único que cambia es la parte iluminada que nosotros podemos ver desde nuestro planeta. Comprender esto no le resta magia. Al contrario. Nos demuestra que la naturaleza es capaz de crear un espectáculo extraordinario mediante leyes sencillas y constantes.

—— Un baile entre tres protagonistas Para entender las fases lunares solo necesitamos conocer a tres protagonistas. El Sol, que emite la luz. La Tierra, desde donde observamos. La Luna, que refleja la luz del Sol. La Luna no produce luz propia. El brillo que vemos es simplemente la luz del Sol reflejada sobre su superficie. Mientras la Luna gira alrededor de la Tierra, cambia el ángulo desde el que observamos esa parte iluminada. Por eso unas noches parece crecer, otras disminuir y, en ocasiones, desaparecer casi por completo. No es la Luna la que cambia. Somos nosotros quienes la contemplamos desde una perspectiva distinta.

—— Un ciclo que se repite una y otra vez La Luna tarda aproximadamente 29 días y medio en completar un ciclo de fases, conocido como mes sinódico. Ese ciclo comienza con la Luna Nueva y continúa hasta regresar nuevamente a ella. Durante ese recorrido atraviesa ocho fases astronómicas, aunque las cuatro principales son las más conocidas: • Luna Nueva • Cuarto Creciente • Luna Llena • Cuarto Menguante Entre ellas existen fases intermedias que hacen que el cambio sea gradual, como ocurre en la naturaleza. Nada sucede de un instante a otro. La Luna nos recuerda que la transformación rara vez es brusca. Casi siempre ocurre poco a poco, incluso cuando apenas somos conscientes de ello.

—— Las ocho fases de la Luna. Aunque solemos hablar de cuatro, en realidad el ciclo lunar se divide en ocho momentos.

Luna Nueva: La Luna se encuentra entre la Tierra y el Sol. La cara iluminada mira hacia el Sol, mientras que desde la Tierra apenas podemos verla. Es el inicio del ciclo.

Luna Creciente: Iluminante Empieza a aparecer una pequeña franja de luz. Cada noche aumenta un poco más. La oscuridad comienza a dar paso a la claridad.

Cuarto Creciente: La mitad visible de la Luna aparece iluminada. Ha recorrido aproximadamente una cuarta parte de su órbita. Es un momento de transición.

Gibosa Creciente: La mayor parte de la Luna ya está iluminada. Se acerca el momento de máxima luminosidad.

Luna Llena: La Tierra queda situada entre el Sol y la Luna. Observamos completamente iluminada la cara visible del satélite. Es la imagen más reconocible de todas.

Gibosa Menguante: Después de la plenitud comienza un descenso gradual. La luz sigue siendo abundante, aunque cada noche disminuye.

Cuarto Menguante: Volvemos a observar media Luna. Esta vez la iluminación aparece en el lado contrario respecto al Cuarto Creciente.

Luna Menguante: Solo queda una pequeña porción iluminada. El ciclo se prepara para volver a comenzar. Y entonces… Regresa la Luna Nueva. Todo empieza otra vez.

—— Un ciclo perfecto. Existe algo profundamente inspirador en este movimiento. La Luna jamás intenta permanecer llena. No se resiste cuando llega el momento de disminuir. No acelera para volver a crecer. Simplemente sigue su naturaleza. Nosotros, en cambio, solemos querer permanecer siempre en la etapa de mayor luz. Queremos sentirnos motivados todos los días. Ser productivos constantemente. Tener siempre respuestas. Nunca dudar. Pero la naturaleza nos muestra otra realidad. Incluso la Luna necesita atravesar momentos de oscuridad para completar su viaje.

—— Lo que la ciencia nos enseña. Durante siglos, las personas intentaron explicar los cambios de la Luna mediante mitos y leyendas. Hoy la astronomía nos permite comprender con precisión cómo se producen sus fases. Sabemos que dependen únicamente de la posición relativa entre el Sol, la Tierra y la Luna. También conocemos algunos de sus efectos físicos, como su influencia sobre las mareas debido a la gravedad. Sin embargo, muchas culturas y tradiciones espirituales han otorgado además un significado simbólico a cada fase. Esas interpretaciones forman parte de sistemas de creencias y prácticas culturales, y pueden servir como herramientas de reflexión personal para quienes conectan con ellas. Comprender la explicación científica no elimina el simbolismo. Al contrario. Nos permite contemplar la Luna con admiración desde dos perspectivas distintas: la del conocimiento y la de la contemplación.

—— Reflexión. La Luna no necesita cambiar para ser diferente. Solo cambia la manera en la que la vemos. Quizá ocurra lo mismo con nosotros. Hay días en los que creemos haber perdido nuestra luz. Pero tal vez no haya desaparecido. Quizá simplemente exista una parte de nosotros que todavía permanece en sombra, esperando el momento adecuado para volver a mostrarse. Y eso también forma parte del ciclo.