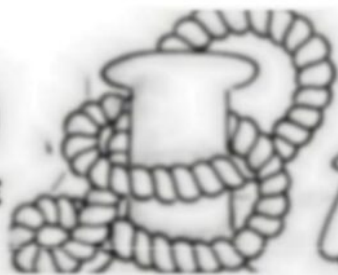
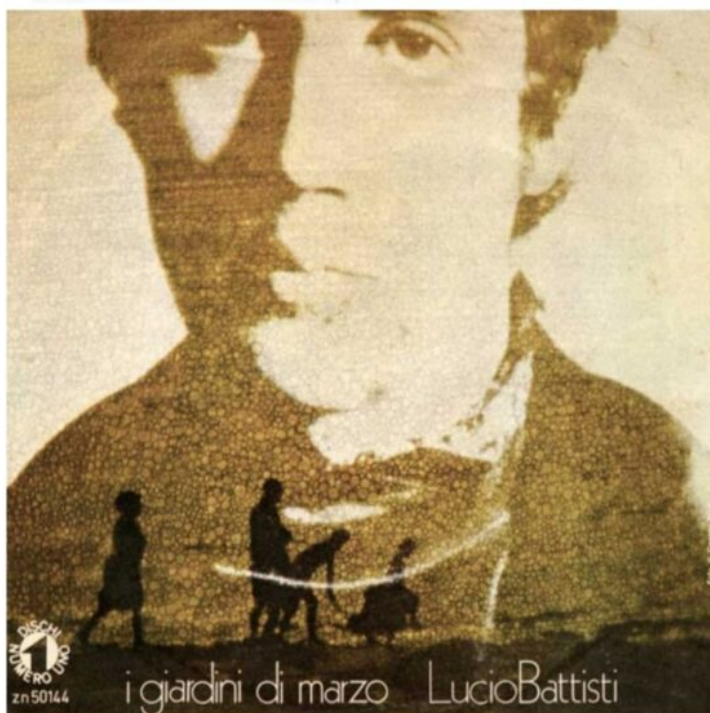


# 5 marzo 1943: Lucio Battisti

**L'OBLÒ**  
DEL COMANDANTE



*zitta*



*ACCADDE OGGI...*

*... il 5 MARZO 1943*

□ *Come può uno scoglio arginare il mare...* □

Esattamente un giorno dopo la nascita di Lucio Dalla, il 5 marzo 1943, viene alla luce un "altro Lucio" cantautore della musica italiana: *Lucio Battisti*.

Anche se non è più tra noi da oltre 25 anni (scomparso il 9 settembre 1998), rimane uno degli artisti italiani più capaci di emozionare e destinato a rimanere nei cuori delle persone generazione dopo generazione.

## CURIOSITÀ

Il 27 febbraio 1997 venne scoperto un asteroide poi intitolato, in suo onore, "9115 Battisti" dato che l'artista viveva allora nelle vicinanze dell'osservatorio dove l'asteroide fu scoperto.

Cieli sereni

PG

Ascoltiamo una sua canzone

☺☐

☐

<https://youtu.be/1xZTc7HwBTI?si=J6HxyZe4kV-g3YH->

---

# 4 marzo 1943

**L'OBLÒ**  
DEL COMANDANTE



*ittà*



ACCADDE OGGI...

... il 4 MARZO 1943

□ *Dice che era un bell'uomo e veniva dal mare...* □

"4 marzo 1943" è una delle canzoni più amate di Lucio Dalla. In origine doveva chiamarsi "Gesubambino" ma, per colpa della censura, per poter gareggiare al Festival di Sanremo del 1971, prese come titolo la data di nascita del cantante.

La copertina del disco raffigura il porto di Manfredonia: una foto in bianco e nero del luogo dove Lucio Dalla trascorse le sue vacanze estive da bambino e da adolescente. Una freccia indica la casa dove il cantautore alloggiava con la sua mamma.

Cieli sereni

PG

Ascoltiamo la canzone



---

## La Bandiera della Lettonia



*27 FEBBRAIO 1990: in Lettonia viene ripristinata la bandiera in uso prima dell'annessione all'Unione Sovietica.*

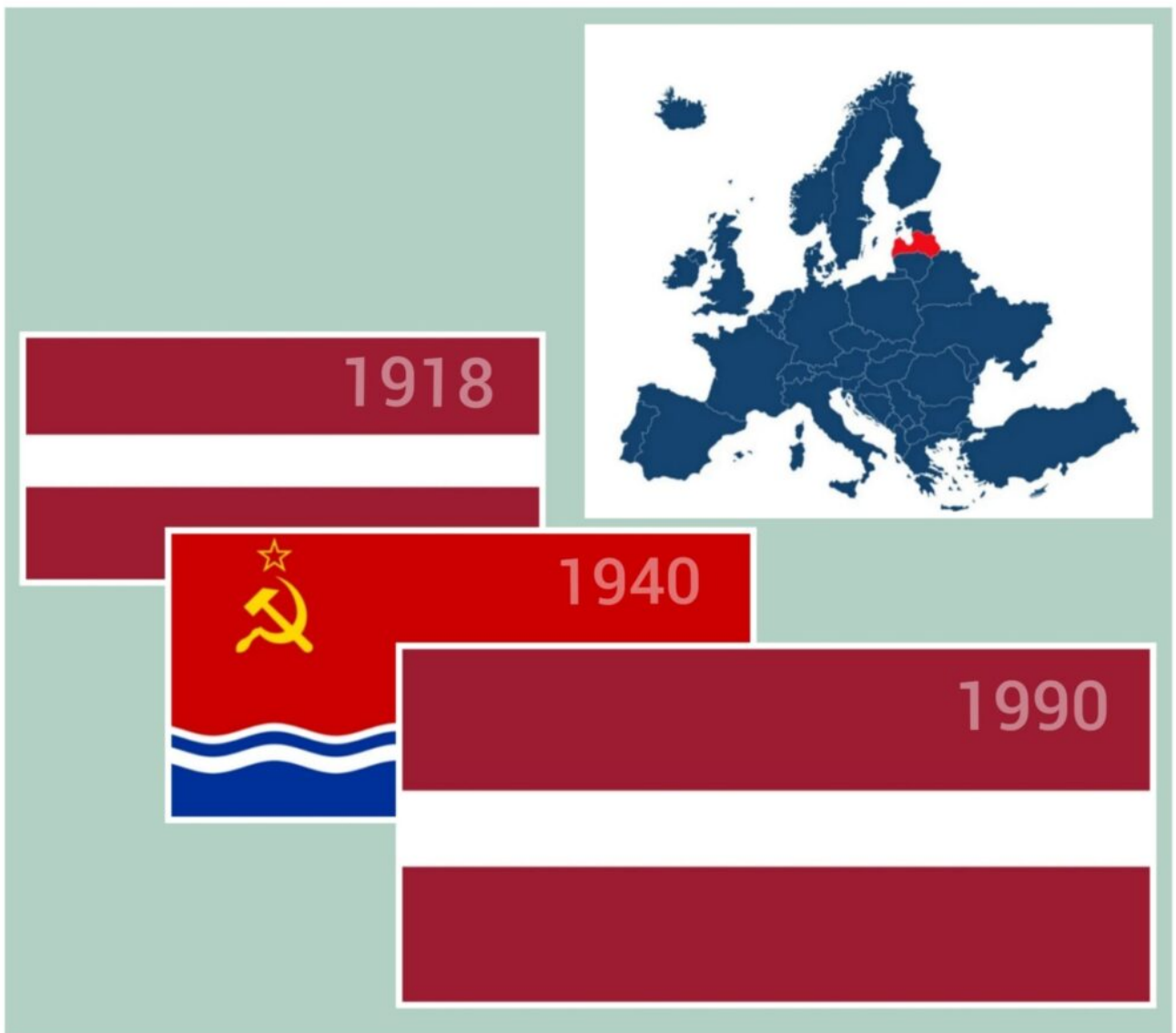
La bandiera lettone è composta da due bande orizzontali di

colore rosso scuro di uguale dimensione, separate al centro da una striscia bianca più sottile (larga la metà delle due bande rosse): il rosso rappresenta il sangue versato per la libertà e l'indipendenza, il bianco rappresenta il diritto e la verità.

La particolare tonalità di rosso, è nota anche come "rosso lettone".

Questi colori furono definiti per la prima volta quando la Lettonia divenne indipendente il 18 novembre 1918 ma, nel 1940, con l'annessione all'Unione Sovietica, la bandiera fu sostituita con quella della repubblica sovietica lettone. In tale versione la parte superiore era identica alla bandiera dell'Unione Sovietica, mentre quella inferiore raffigurava un'onda di colore blu, evidenziata da un contorno bianco.

Con la ritrovata indipendenza il *27 febbraio 1990* venne riadottata la bandiera nazionale originale. □□



Cieli sereni  
PG

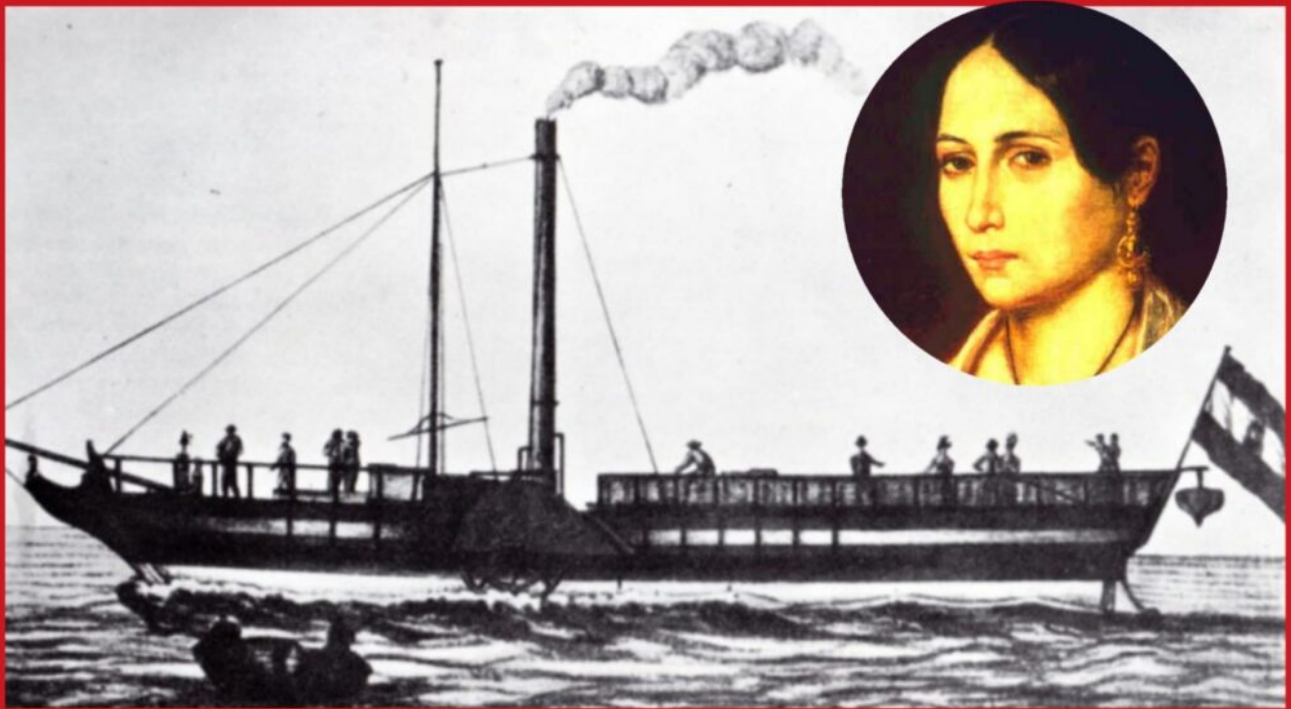
---

**Anita e Carolina, 2 marzo  
1848**

**L'OBLÒ**  
DEL COMANDANTE



*itta*



*ACCADDE OGGI..*

*2 marzo 1848*

A bordo del CAROLINA (vedi immagine) Anita Garibaldi giunge a Genova assieme ai figli Teresita (3 anni) e Ricciotti (1 anno). Si erano imbarcati a Montevideo per raggiungere, poi, Nizza ed essere ospitati dalla madre di Garibaldi.

Il generale raggiungerà Anita, imbarcandosi su un altro bastimento, qualche mese più tardi.

*IL CAROLINA*

Già dal 1818, anche in Italia, le navi con motrici a vapore e propulsione a pale avevano iniziato a solcare il mare per servizi commerciali.

Tra questi il CAROLINA costruito in legno nello 'squero' Panfilli di Trieste, lo stesso cantiere che dieci anni dopo

avrebbe costruito il "Civetta", primo esperimento di nave ad elica.

Il "Carolina", lungo circa 22 metri, aveva un albero per la vela, e a centro nave, in corrispondenza della caldaia e delle pale un altissimo fumaiolo, caratteristica questa che resterà quasi immutata per più di un secolo per tutti i piroscafi (tecnicamente chiamate navi con motrice a vapore e caldaie alimentate a carbone), e che avrà la funzione di non far cadere sul ponte della nave eventuali residui di combustione del carbone.

Il 4 dicembre 1818 il "Carolina" era partito da Trieste e arrivato a Venezia in 22 ore!

Con i parametri odierni potremmo sorriderne, ma al tempo, lo stesso viaggio via terra (in diligenza) durava più di 24 ore ma i bagagli e le merci al seguito dovevano essere quelli strettamente indispensabili e il numero dei viaggiatori estremamente limitato. Questo nuovo mezzo navale poteva imbarcare decine e decine di persone, bagagli e tonnellate di merci.

La vita a bordo era sicuramente più agevole che stretti in una carrozza, a bordo si può dormire e mangiare, rendendo inutili le fermate di posta per il riposo dei viaggiatori e dei cavalli.

Anche a bordo del "Carolina" c'erano imbarcati 10 "cavalli"... Ma erano cavalli meccanici, ovvero la misura, a quel tempo, della potenza di un motore [1 cavallo (CV), in inglese HP (Horse Power) = la forza necessaria per sollevare ad 1 metro 75 kg in 1 secondo]. Così la mancanza di vento, che bloccava nei porti le navi, non fu più un problema e il mondo del commercio mondiale si aprì a nuovi orizzonti.

Cieli sereni

PG

---



# La fine della Lira...28 febbraio 2002!



Con l'introduzione dell' *Euro*, il 28 febbraio 2002, cessò di avere corso legale la *Lira*, valuta dello Stato sin dal 1861, anno della proclamazione del Regno d'Italia.

La parola "lira" deriva dal vocabolo latino *libra* (bilancia) che indicò inizialmente un' unità di peso, ma acquistò il significato di unità monetaria, poiché le monete erano coniate in metallo prezioso e il loro valore era determinato dal loro peso.

## CURIOSITÀ

Non sono mai state coniate o stampate dalla Banca d'Italia monete o banconote in lire intitolate ad *Amerigo Vespucci* !

Invece sono circolate banconote (da 5000 lire), dedicate a *Cristoforo Colombo*. Come molti ricorderanno, furono emesse due serie, la prima nel 1964 e la seconda nel 1971.

Le banconote del 1971 riportavano, in filigrana, il ritratto di un altro navigatore, *Giovanni da Verrazzano*, in sostituzione di quello di *Galileo Galilei* della serie precedente.

Cieli sereni

PG

---

# **Aquawareness in brief: benefits, goals, mission.**

## **Main Mission**

Giancarlo De Leo created the concept of **Aquawareness**, combining basic swimming and mindfulness to enhance physical and mental well-being.

The practice is based on the idea that immersion in water, our first vital environment, alters "terrestrial" perceptual parameters, providing an ideal opportunity to enhance concentration, relaxation, and awareness. Specifically, it helps refine proprioceptive abilities, those related to balance and touch.

Aquawareness includes techniques of breathing, floating, gliding, and elementary, slow, and fluid propulsive movements. It offers apnea experiences with an approach similar to

“insight” meditation, transforming every aquatic activity into an experience of deep awareness.

The approach highlights two key awarenesses: **in the water** and **of the water**, nurturing a profound connection between the swimmer and the aquatic surroundings. De Leo critiques the overemphasis on “pre-packaged” techniques that focus solely on performance and associated gear. He advocates for a return to discovering one’s innate aquatic skills, which he refers to as “basic swimming,” not necessarily intended for competitive or fitness purposes.

Through this rediscovery and the continuous development of “pure” swimming abilities, there is a constant improvement in the interaction with water, in every circumstance and environmental condition, even the most challenging ones.

**The fundamental goal of aquawareness practice is precisely this: to maximize safety in water.** In critical situations, this skill can make a difference, becoming an essential survival ability, both individually and collectively.

In the water, those who can be self-sufficient and save themselves not only have the ability but also the moral obligation to assist others who are less capable.

**It is essential to emphasize: Aquawareness, in addition to the numerous secondary benefits that will be illustrated and that integrate into the holistic, fitness, and wellness context, has the primary mission of constantly improving swimming skills. This objective aims to increase individual and collective survival chances in challenging environmental conditions.**

[1] Aquawareness: sources – Fuori  
<https://www.fuorimag.it/aquawareness-bibliografia-ragionata/>

[2] Aquawareness: a fascinating concept that combines water ...  
– Fuori  
<https://www.fuorimag.it/aquawareness-a-fascinating-concept-tha>

t-combines-water-and-mindfulness-to-enhance-both-physical-and-mental-awareness/

[3] Giancarlo De Leo – Academia.edu  
<https://independent.academia.edu/TolomeusArounder>

[4] Aquawareness <https://www.aquawareness.net/aquawareness/>

[5] Aquawareness <http://www.aquawareness.org>

[6] Back to basic swimming – aquawareness  
<https://www.aquawareness.net/back-to-basic-swimming/>

[7] [PDF] Aquawareness: a fascinating concept that combines water ... – Fuori  
<https://www.fuorimag.it/aquawareness-a-fascinating-concept-that-combines-water-and-mindfulness-to-enhance-both-physical-and-mental-awareness/?print=pdf>

[8] Fuori (@Fuori\_magazine) / X [https://x.com/Fuori\\_magazine](https://x.com/Fuori_magazine)

## **Additional Benefits**

Having defined its purpose and main mission, Aquawareness also presents intriguing aspects and parallels that make it comparable to various holistic disciplines, such as yoga, Vipassana, tai chi, and others.

- **Mind-Body Connection:** Like yoga and tai chi, Aquawareness fosters a deep connection between the mind and body. Through specific exercises and water awareness, it aims to achieve an improved overall psychophysical balance in daily life, even outside the aquatic environment.
- **Mindful Breathing:** Mindful breathing plays an essential role in all practices, including Aquawareness. Its purpose is to soothe the mind, improve concentration, and encourage relaxation through breath. However, Aquawareness offers a distinctive feature compared to other practices: the water's immediate reaction to any alteration, even the smallest, in lung volume. This invaluable "Archimedes" feedback serves as a crucial partner in enhancing our awareness.

- **Body Awareness:** Similar to the Feldenkrais method, Aquawareness focuses intensely on body awareness and movement. The water, with its enveloping touch, becomes an ideal tool for enhancing proprioception.
- Thanks to hydrostatic thrust, buoyancy enables the adoption of unusual or difficult movements and postures to maintain on land, providing new opportunities to explore and enhance joint mobility and flexibility.
- **Authentic connection with nature:** The mentioned disciplines encourage rediscovering a deep bond with nature, integrating one's inner self within it. In Aquawareness, this invitation becomes redundant, as the connection with water, the quintessential natural element, forms the foundation of the discipline; the contact is complete, or rather, literally "immersive".

- **Fuori** Magazine:  
<https://www.fuorimag.it/aquawareness-advantages/>
- **Aquawareness.net:** <https://www.aquawareness.net/>

---

**C'era una volta...il 30  
FEBBRAIO ?**



Scopritelo leggendoci attentamente! Il 30 febbraio non esiste nel nostro calendario! Il mese di febbraio ha 28 giorni (29 negli anni bisestili), ma non tutti sanno che, nella storia, un 30 febbraio è esistito!

*LO STRANO CASO DEL...  
30 FEBBRAIO!*

Nel 1582, per correggere l'approssimazione del precedente calendario *giuliano*, stabilito nel 46 a. C. da Giulio Cesare, entrò in vigore il *calendario gregoriano*: in quell'anno, a *giovedì 4 ottobre* (giuliano) fece seguito *venerdì 15 ottobre* (gregoriano).

Ciò avvenne in *Italia, Francia, Spagna, Portogallo, Polonia*, e successivamente negli altri Paesi cattolici.

I Paesi protestanti, invece, non adottarono il nuovo calendario "imposto dal Papa" e vi si uniformarono solo in epoche successive.

#### IL CASO DELLA SVEZIA ☐☐

L'Impero svedese passò dal calendario giuliano a quello gregoriano nel 1699.

Per recuperare i 10 giorni di anticipo del calendario gregoriano su quello giuliano, fu deciso inizialmente di eliminare gli anni bisestili (già previsti nel c. giuliano) dal 1700 al 1740, recuperando così un giorno ogni 4 anni; nel giro di 40 anni, precisamente il 1 marzo 1740, il calendario svedese si sarebbe così 'riallineato' con quello gregoriano.

Si iniziò quindi con l'eliminare il 29 febbraio del 1700, ma, negli anni successivi, il piano non fu applicato perché il Paese era impegnato nella guerra con la Russia.

Così, sia il 1704 sia il 1708, furono reconsiderati bisestili, ritornando di fatto al vecchio calendario giuliano.

Ma rimaneva un problema: c'era da recuperare il giorno saltato nel 1700.

Si stabilì dunque che nel 1712 venisse aggiunto a febbraio un secondo giorno, oltre a quello dovuto perché quell'anno era bisestile. Così, nel calendario svedese del 1712, *febbraio ebbe 30 giorni !*

Per la cronaca, la Svezia passò definitivamente al calendario gregoriano nel 1753, 'saltando' i giorni dal 18 al 28 febbraio.

#### IL CASO SOVIETICO ☐☐

Dal 1 ottobre 1929 l'Unione Sovietica iniziò a utilizzare il Calendario rivoluzionario sovietico, molto simile al Calendario rivoluzionario francese. Ogni mese aveva 30 giorni e i rimanenti 5 giorni (6 negli anni bisestili) erano festività senza mese. Quindi nel 1930 e nel 1931 ci fu un *30 febbraio !*. Dal 1932 i mesi ripresero la loro originale

lunghezza.

Buon venerdì 1 marzo e

Cieli sereni

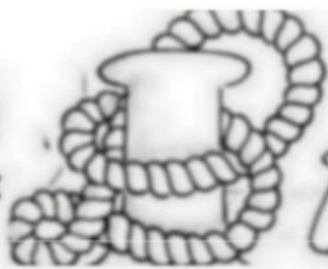
PG

---

**29 febbraio**



**L'OBLÒ**  
DEL COMANDANTE



*itta*



*OGGI 29 FEBBRAIO, È IL GIORNO CHE NON (SEMPRE) C'È !*

*Perché il 29 febbraio compare ogni quattro anni?*

Fu introdotto nel calendario promulgato da Giulio Cesare che entrò in vigore nel 45 a.C. e che prevedeva degli anni di 365 *giorni* e uno di 366 *giorni* ogni quattro. Si trattò di una scelta fatta per rimanere allineati al calendario astronomico, considerando che, dai calcoli, risultava che un anno in realtà non dura esattamente 365 *giorni* ma 365 *giorni* e 6 *ore*: così il giorno in più, inserito ogni 4 anni, serviva proprio a compensare quelle 6 ore di "disavanzo" di ogni anno ( $6 \times 4 = 24h$

= 1 giorno).

Nel 1582 Papa Gregorio XIII, con l'introduzione del calendario gregoriano, (anno calcolato di *365 giorni 5 ore 49 minuti e 6 secondi*) corresse ulteriormente il tiro eliminando tre anni bisestili ogni 400, sempre all'inizio del secolo.

La regola, da allora, divenne questa: *un anno è bisestile se il suo numero è divisibile per 4, con l'eccezione degli anni secolari (divisibili per 100) che non siano divisibili per 400.*

Ciò significa, ad esempio, che il 2100 (divisibile per 4 ma NON per 400) sarà un anno normale e non ci sarà il 29 febbraio così come non c'è stato nel 1900.

### CURIOSITÀ

Nella lingua inglese l'anno bisestile è chiamato *Leap Year*, ossia l' "anno del salto" e, secondo la credenza irlandese legata a S. Patrizio, il 29 febbraio è il *Bachelor's Day* ossia il giorno in cui le ragazze possono chiedere al fidanzato di sposarle. Chi non accetta paga pegno, con 12 paia di guanti, uno al mese, per nascondere la mano della donna ancora senza anello.

Inoltre, quest'anno, i nati il 29 febbraio (attualmente nel mondo ci sono più di 4 milioni di persone) potranno finalmente festeggiare il proprio compleanno nel giorno giusto, visto che l'ultima occasione era stata nel 2020 e si ripresenterà nel 2028.

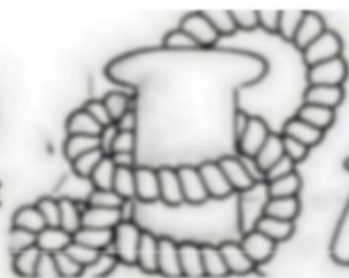
Cieli sereni

PG

---

# La gatta (di mare)

**L'OBLÒ**  
DEL COMANDANTE



*itta*



*COS' È LA GATTA ?*

Nell'area prodiera del ponte di coperta la *GATTA* è quella mastra posta trasversalmente affinché l'acqua che può penetrare dagli occhi di cubìa, non scorra all'interno dell'imbarcazione ma fuoriesca da due ombrinali (fori

lateralmente) posti subito prima di essa.

La parola GATTA deriva dal francese gatte e a sua volta dal latino gabāta "scodella".

È detto anche *LAVARELLO* definito come... *Specie di chiudenda a prua, innanzi agli occhi delle cubie, perchè non si spanda l'acqua degli ormeggi nel salpare, o de' marosi nel navigare* (Guglielmotti 1889).

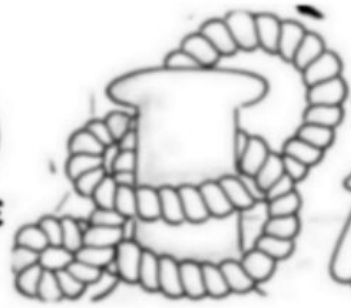
Cieli sereni

PG

---

**La Luna piena della neve. E non solo...**

**L'OBLÒ**  
DEL COMANDANTE



*itta*



*LA LUNA PIENA DELLA NEVE\** □

Oggi, 24 febbraio, la Luna raggiungerà la sua fase di pienezza alle 13.30 circa, ora italiana: il nostro satellite sarà posizionato davanti alla costellazione del Leone ma non sarà possibile osservarla in quel momento preciso perchè ancora sotto l'orizzonte: dovremo così aspettare il crepuscolo serale per vederla sorgere (immagine).



Questa Luna piena sarà una “*Microluna*”, la prima del 2024. È così chiamata quando la ‘pienezza’ coincide con il suo passaggio in *apogeo*, ossia nel punto della sua orbita più lontano dalla Terra, a circa 400000 km (la distanza media è di circa 384000).

Ciò significa che ai nostri occhi la Luna apparirà un po’ meno grande (7%) e meno luminosa (14%) del solito.

Nel nostro emisfero siamo in pieno inverno e può capitare che nevichi. Per questo la luna piena di febbraio è tradizionalmente chiamata la *Luna della Neve*.

Le tribù indiane del Nord America la chiamavano anche *Luna della Fame* poichè in questa stagione la caccia diventava difficoltosa.

La luna piena di febbraio ha anche altri nomi secondo le diverse culture. Eccone alcuni:

Cinese: *Luna dei Germogli*

Celtico: *Luna del Ghiaccio*

Creek: *Luna dell’Aquila*

Nell'emisfero Sud, dove adesso è estate, è chiamata *Luna del Grano*, *Luna dell'Orzo*, *Luna Rossa*, *Luna del Segugio*.

Ecco di seguito gli orari (di Roma) per osservare la Luna piena:

Oggi (sabato) 24 feb, sorgerà alle 17.53 e tramonterà domani, domenica, alle 07.09;

Domani domenica 25 feb, sorgerà alle 18.54 e tramonterà lunedì 26 mattina alle 07.29;

Cieli sereni

PG