

La Festa del Tricolore



Martedì 7 gen 2025

Nave Vespucci in navigazione verso Mascate

FESTA DEL TRICOLORE

Oggi 7 gennaio è la FESTA DEL TRICOLORE. È ufficialmente denominata 'Giornata Nazionale della Bandiera' o 'Giornata Tricolore' ed è stata istituita per ricordare la nascita della nostra bandiera nazionale.

Venne adottata per la prima volta il 7 gennaio 1797 a Reggio Emilia come vessillo di uno Stato italiano sovrano, la Repubblica Cispadana: uno stato napoleonico nato l'anno precedente e dipendente dalla Prima Repubblica francese.

Perché la bandiera italiana è verde bianca e rossa?

Si ritiene che il Tricolore richiami il verde delle montagne, il bianco delle nevi e il rosso del fuoco dei vulcani e il sangue dei martiri.

Questo significato dei colori della nostra bandiera è rimarcato in poesia dal discorso che fece il Carducci nel centenario della nascita della bandiera italiana. Il poeta paragonò, infatti, il tricolore a "le nevi delle alpi, l'aprile delle valli, le fiamme dei vulcani".

Ma la vera storia dei colori è un'altra.

La bandiera italiana è molto simile a quella francese perché è da quella che deriva: nel 1794 due studenti dell'università di Bologna – Luigi Zamboni e Giovanni Battista de Rolandis – furono i primi ad apporre in una coccarda i tre colori bianco, rosso e verde modificando quella francese: la speranza era quella di restituire l'indipendenza a Bologna.

Ma vediamo il significato di quei tre colori. Il bianco e il rosso ricordavano il colore delle rispettive città di provenienza (Bologna e Castell'Alfero – Asti) mentre il verde era il colore della speranza. Speranza ben presto infranta,

perché i due giovani patrioti furono scoperti e giustiziati.

Significato religioso della bandiera italiana

I colori della bandiera italiana hanno anche un significato religioso legato alle tre virtù teologali *fede, speranza e carità*. L'accostamento è intuibile: il bianco è la fede, il verde la speranza e il rosso la carità.

(Bitta scripsit VII I MMXXII)

Cieli Sereni ☐☐

PG

I Pianeti nani



Domenica 5 gennaio 2025

Nave Vespucci, nel 554° giorno del suo Tour Mondiale, ha lasciato gli Emirati Arabi. Dalle notizie sul web si apprende che la prossima tappa sarà l'Oman

ACCADDE OGGI...

...5 gennaio 2005

Gli astronomi dell'osservatorio astronomico di Monte Palomar, nel Nuovo Messico, scoprono *ERIS*, il più grande dei *planeti nani* del sistema solare.

COSA SONO I PIANETI NANI ?

Un pianeta nano è un corpo celeste di tipo planetario orbitante attorno a una stella, caratterizzato da una forma

quasi sferica ma

con una forza gravitazionale non sufficiente per liberare la regione che ne circonda l'orbita dai planetesimi che vi orbitano fin dalla formazione del sistema solare: quest'ultima caratteristica li esclude dalla classe dei pianeti.

Nonostante il nome, un pianeta nano non è necessariamente più piccolo di un pianeta. In teoria non vi è limite alle dimensioni dei pianeti nani.

Eris era precedentemente noto come 2003 UB313 o con il nome informale di *Xena*, in onore della principessa guerriera di una nota serie televisiva statunitense.

Fu da prima considerato il "Decimo Pianeta" (oltre Plutone, il nono) ma nel 2006 – quando fu promulgata la definizione ufficiale di "pianeta"- fu declassato a pianeta nano insieme allo stesso Plutone.

Eris (dal greco antico Ἔρις, «conflitto, lite, contesa, lotta», in italiano anche "Eride") era, nella mitologia Greca, la dea della discordia.

Si tratta di un corpo ghiacciato orbitante nel sistema solare esterno, fra gli oggetti cosiddetti transnettuniani.

Ha un diametro di circa 2300 km (due volte la lunghezza dell'Italia) e dista circa 10 miliardi (!) di chilometri dal Sole.

Eris impiega 557 anni terrestri per compiere un rivoluzione intorno al Sole ma completa una rotazione ogni 25,9 ore, rendendo la lunghezza del suo 'giorno' simile alla nostra.

Ha un satellite del diametro di circa 250 km nominato Disnomia, da Δυσνομία, un personaggio della mitologia greca, personificazione della sfrenatezza e del malgoverno...

(Bitta Scripsit V I MMXXII)

Cieli sereni

PG

BUON 11111101001 ! ☐



Per chi se lo fosse perso...

BUON 11111101001 ! ☐

Le cifre da 0 a 9 che usiamo nel nostro sistema numerico sono dieci.

Questa quantità è intrinsecamente legata al corpo dell'uomo, che probabilmente trovò il primo ausilio per contare oggetti proprio nelle dita delle sue mani. Lo notò già Aristotele: l'uso del sistema a dieci cifre, detto appunto *decimale*, non è altro che il risultato del fatto anatomico che l'uomo è nato con dieci dita delle mani. ☐

CURIOSITÀ

In un ipotetico remoto pianeta abitato da esseri alieni dotati di un solo dito per mano, è immaginabile che si possa essere invece sviluppato un sistema *binario* (a due cifre, che per convenzione chiamiamo "0" e "1") dove il numero del nuovo anno che noi scriviamo '2025' avrebbe tutto un altro aspetto!

Buon 2025 ! ☐

Buon 11111101001 ! ☐

Confronto tra i primi numeri dei due sistemi (decimale e binario)

☐

0 = 0

1 = 1

2 = 10

3 = 11

4 = 100

5 = 101

6 = 110

7 = 111

8 = 1000

9 = 1001

10= 1010

11= 1011

12= 1100

....

Cieli sereni

PG

Aquawareness e propriocezione

Perché i galleggiamenti e le attività motorie in acqua favoriscono la propriocezione

La pratica aquawareness svolta in superficie sia in moderata profondità (fino ad un massimo di 2,5 mt) favorisce il senso della ****propriocezione**** grazie al contatto, parziale o integrale, dell'epidermide con l'acqua che stimola maggiormente il senso del tatto in ogni parte del corpo rispetto alle condizioni "terrestri", amplificando significativamente la consapevolezza corporea. Inoltre, in acqua, la gravità è controbilanciata dalla spinta di Archimede, permettendo un miglior controllo "fine" del corpo e anche una maggiore sensibilità ad ogni cambiamento, anche minimo, di forma, assetto e orientamento grazie alle risposte puntuali del liquido,[4][5]. In questo senso, l'acqua "costringe" sempre, e necessariamente, il nuotatore consapevole al "momento presente", concetto-base della meditazione insight

La fluttuazione nell'acqua richiede un'attenta coordinazione motoria, che affina le capacità propriocettive[4]. Inoltre, l'esperienza sensoriale unica dell'immersione, inclusi i movimenti fluidi e il silenzio, contribuisce a una maggiore consapevolezza del proprio corpo nello spazio[4][5].

Citazioni:

[1] Quali sono gli effetti sul nostro organismo durante un'immersione ...

<https://www.volchem.it/post/effetti-organismo-immersione-sub.html>

[2] 6 benefici della subacquea sulla salute: mente e corpo ringrazieranno

<https://atisdiving.it/6-benefici-della-subacquea-sulla-salute-mente-e-corpo-ringrazieranno/>

[3] L'approccio del bambino e dell'adolescente all'attività

subacquea

<https://www.cosedimare.com/2012/04/lapproccio-del-bambino-e-delladolescente-allattivita-subacquea/>

[4] La Subacquea e la Sensopercezione. – SCUBACADEMY MILANO
<https://www.scubacademy.it/2024/07/02/la-subacquea-e-la-sensopercezione-con-scubacademy/>

[5] Acqua e propriocettività • Nuoto Baby ® | Metodo Giletto | 0 – 3 anni <https://nuotobaby.it/acqua-e-propriocettivita/>

[6] 10. Perché mi immergo? – Tecnica & Medicina
<http://www.marpola.it/tecnica%20e%20medicina/10.htm>

[7] [PDF] Aquayoga o Woga© – CONI Marche
https://marche.coni.it/images/marche/Aquayoga_o_Woga_versione_definitiva_2014.pdf

[8] I benefici della fisioterapia in acqua – Top Physio Roma
<https://www.topphysioroma.it/blog/i-benefici-della-fisioterapia-in-acqua/>

[9] Respirazione, assetto, ritenzione di CO2 e svuotamento corretto dei ...
<https://www.poverosub.com/forum/subacquea/tecnica/1441174-respirazione-assetto-ritenzione-di-co2-e-svuotamento-corretto-dei-polmoni>

[10] Benefici della subacquea – UNDERWATER TALES
<https://www.underwatertales.net/2022/11/14/benefici-della-subacquea%EF%BF%BC%EF%BF%BC/>

**1 gennaio 2025 – Il giorno
Giuliano**



Mercoledì 1 gennaio 2025 ☞

Nave Vespucci in porto ad Abu Dhabi (Emirati Arabi) ☐☐

IL GIORNO GIULIANO

Oggi, mercoledì 1 gennaio 2025, alle 12:00:00 (UT) è scoccato il *giorno 2460677*;

Questo è il numero di giorni passati (quasi 2 milioni e mezzo!) dal mezzogiorno del lunedì 1 gennaio 4713 a. C e viene chiamato *GIORNO GIULIANO* (*Julian Day* o *JD*), inventato, nel 1583, dal francese di origine italiana Joseph Justus Scaliger, (Giuseppe Giusto Scaligero).

L'espressione NON deve essere confusa con il nome usato per i giorni del calendario giuliano (...quello di Giulio Cesare): lo Scaligero lo chiamò "giuliano" semplicemente dal nome di suo

padre Giulio.

IL SISTEMA DEI GIORNI GIULIANI

Il sistema fu concepito per fornire agli astronomi un metodo unico di cronologia che potesse essere usato (ancora oggi) per determinare rapidamente, con una semplice sottrazione, il numero di giorni trascorsi fra due eventi qualsiasi, **INDIPENDENTEMENTE** dai calendari in uso e dalle differenti cronologie storiche: niente calcoli per gli anni bisestili, i cambi di calendario, ecc. ecc.

L'inizio del giorno è fissato convenzionalmente a mezzogiorno invece che a mezzanotte e per indicare le ore si usano i decimali di un giorno (6 ore = 0,25 giorni, 12 ore = 0,5 giorni, ecc...)

Perchè si parte proprio dal 4713 a. C.?

L'inizio del computo dei giorni giuliani è puramente convenzionale, e fu proposto come data d'origine di un grande periodo di *7980 anni*.

Questa cifra è il prodotto aritmetico di tre numeri ($28 \times 19 \times 15 = 7980$) che corrispondono a tre cicli minori:

1) *Ciclo di 28 anni*, allo scadere del quale l'abbinamento fra giorni dell'anno e giorni della settimana si ripete;

2) *Ciclo di 19 anni*, terminato il quale i noviluni si ripresentano alle stesse date dell'anno (noto anche come "Ciclo di Metone", dal nome dell'ateniese che alle olimpiadi del 433 a. C. ne annunciò la scoperta).

3) *Ciclo di 15 anni*, applicato dal fisco romano per la revisione delle imposte.

Dalla numerazione alla quale questi cicli erano arrivati nella sua epoca, Scaligero calcolò che il 4713 a. C. era stato, per tutti e tre i periodi, l'anno di partenza di un nuovo ciclo.

IN SINTESI...

Ieri 31-12-2024 alle 12:00:00 era iniziato il *JD 2460676*; alle 18 del pomeriggio (dopo 6 ore ovvero un quarto di giornata) eravamo al *JD 2460676,25* e la scorsa notte, allo scoccare dei festeggiamenti per il nuovo anno (alle ore 00:00:00), eravamo al *JD 2460676,5*.

Alle 12:00:00 di oggi 1-1-2025 siamo entrati nel *JD 2460677*;

Cieli sereni e...

Buona Giornata della Pace ☐☐

PG

2025, numero di Harshad!



Anno 2025

2025 è un *numero di Harshad*.

Sono così chiamati quei numeri interi positivi che sono esattamente divisibili per la somma delle proprie cifre.

È tale, per esempio, il numero 12 perché è divisibile per 3 (1 + 2) e il numero 72 perché è divisibile per 9 (7 + 2).

Nel nostro caso 2025 è divisibile per 9 (2+2+5)

$$2025 : (2+2+5) = 2025 : 9 = 225$$

I primi cinquanta numeri di Harshad sono (in *grassetto* quelli consecutivi):

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 18, 20, 21, 24, 27, 30, 36, 40, 42, 45, 48, 50, 54, 60, 63, 70, 72, 80, 81, 84, 90, 100, 102, 108, 110, 111, 112, 114, 117, 120, 126, 132, 133, 135, 140, 144, 150, 152, 153,...

La definizione dei numeri di Harshad è stata data dal matematico indiano Dattatreya Ramachandra Kaprekar: il termine *Harshad* deriva dal sanscrito "harṣa" che significa "grande gioia".

CURIOSITÀ

Nel 1994, la matematica americana Helen Grundman, dimostrò che non esistono più di 20 numeri di Harshad consecutivi.

Ha anche individuato la prima sequenza di 20 numeri consecutivi che si trova oltre $10^{44363342786}$.

Questo numero 'stratosferico' equivale a moltiplicare il numero 10 per se stesso ($10 \times 10 \times 10 \times \dots$) 44 miliardi, 363 milioni, 342mila, 785 volte!

[Scritto apparirebbe come un 1 seguito da 44 miliardi, 363 milioni, 342mila e 786 zeri !!!!! ☐]

Cieli sereni e ...

...*grande gioia* per il 2025

PG

0 Gennaio



LO "0 GENNAIO"

31 gennaio 2024 – Nave Vespucci in porto ad Abu Dhabi (UAE)

Domani sarà il primo giorno del 2025 e dalle 00:00 (mezzanotte di oggi 31 dicembre) lo chiameremo 1 GENNAIO.

Ci domandiamo *perché lo chiamiamo 1 gennaio se, tecnicamente, non è ancora trascorso?*

Domani a mezzogiorno saranno trascorsi solo 0,5 giorni del 2023 e il 1° gennaio 2023 si completerà solo a mezzanotte, quando in realtà sarà già il 2 gennaio nel nostro calendario.

Ci chiediamo dunque se effettivamente, sul calendario, contiamo correttamente i giorni?

Lo stesso dubbio che ci assale per i giorni ci viene per gli anni: perché l'anno successivo all'1 a.C. fu l'1 d.C...cosa successe all'anno 0? L'anno 0 NON è esistito ed ecco perché, ad esempio, l'anno 2000 fu l'ultimo anno del 20° secolo e NON

il primo del 21° secolo.

Rispondendo quindi alla domanda sul nostro modo di contare i giorni, la risposta è che, con l'assenza dei giorni 0 in ogni mese, è evidente che ciò che facciamo è nominare i giorni con *numeri interi naturali* : non c'è dunque lo 0 nel calendario!

Quella differenza tra il nome che il calendario dà ai giorni e il tempo per il quale trascorrono effettivamente, crea però un problema per i calcoli astronomici.

Per calcolare i tempi (frazioni di mese o di anno usando i numeri decimali), è quindi necessario designare un "giorno 0" e per questo gli astronomi hanno scelto di considerare l'ultimo giorno dell'anno, cioè il 31 dicembre dell'anno precedente, come lo 0 *GENNAIO*.

Così le effemeridi pubblicano i dati di posizione delle stelle e dei pianeti datati 0 gennaio, le tavole astronomiche iniziano con lo stesso giorno, e Gennaio 0 continuerà ad apparire nei libri di astronomia tecnica, anche se adesso, con i computer, non è più così importante.

Il tempo trascorso dalle ore 12:00 del 31 dicembre alle ore 12:00 del 1° gennaio corrisponde all'ora solare media, e non 'da mezzanotte a mezzanotte successiva' come ora 'civile'. Con il sistema "astronomico", il passaggio al giorno successivo è scandito dal passaggio del sole medio al *meridiano superiore* (a mezzogiorno) e non al *meridiano inferiore* (a mezzanotte secondo la maniera "civile").

Nel 1955, l'Unione Astronomica Internazionale adottò uno speciale calendario, che iniziava a mezzogiorno dello 0 gennaio 1900 (31 dicembre 1899) per scopi esclusivamente astronomici.

Cieli Sereni e
Buon Anno Nuovo
PG

(Bitta scripsit XXXI – XII – MMXXIII)

Aquawareness draw us into the present moment

Aquawareness is an intriguing concept that invites us to explore our relationship with water through heightened awareness.

1. Giancarlo De Leo's Work on Aquawareness:

- **Giancarlo De Leo**, an independent researcher, former athlete, and swimming instructor, has been a pioneer in the field of Aquawareness. His work delves into the profound connection between water and our consciousness.
- In his article titled **"Using Water to Enhance Awareness: The Ultimate Approach to Mastering Swimming,"** De Leo emphasizes the importance of rediscovering our personal aquatic skills. He advocates for moving beyond mere technical proficiency in swimming and instead focusing on a mindful exploration of our existence within water².
- De Leo's approach encourages swimmers to go beyond the competitive aspect and embrace water as a medium for self-awareness. Imagine swimming not just for speed or exercise, but as a way to connect with the liquid element that envelops us, much like our existence in the womb².

1. Awareness and Water:

- Water has a unique ability to evoke awareness. Whether it's the soothing sound of waves, the sensation of

floating, or the reflective quality of water surfaces, it draws us into the present moment.

- Next time you swim or simply immerse yourself in water, consider the deeper layers of awareness it can offer. Perhaps Aquawareness isn't just about swimming—it's about connecting with the primal element that sustains life itself.

(1) Giancarlo De Leo – Academia.edu.
<https://independent.academia.edu/TolomeusArounder>.

(2) (PDF) Aquawareness – Riscoprire il proprio rapporto con l'acqua ...
https://www.academia.edu/27685965/Aquawareness_Riscoprire_il_proprio_rapporto_con_l_acqua_attraverso_la_consapevolezza_Viaggio_nel_mondo_del_nuoto_oltre_l_agonismo.

Galileo Vs. GPS

L'OBLÒ
DEL COMANDANTE



Sabato 28 dicembre 2024 ☐

Nave Vespucci in porto ad Abu Dhabi (Emirati Arabi) ☐☐

ACCADDE OGGI...

... il 28 dicembre 2005

Il 28 dicembre 2005 dal cosmodromo di Baikonur, in Kazakistan, avviene il lancio del primo satellite del sistema GALILEO.

Galileo è il sistema di posizionamento e navigazione satellitare europeo che fornisce informazioni accurate e affidabili sul posizionamento e la temporizzazione, utilizzate in dispositivi come gli smartphone, ma anche in altre

applicazioni nei settori come ferrovie, aviazione, agricoltura e marittimo.

Galileo conta adesso su 30 satelliti che orbitano attorno alla Terra ad un'altitudine di 23.000 km e i suoi segnali vengono trasmessi liberamente a chiunque abbia un dispositivo in grado di riceverli (ad esempio uno smartphone).

Il sistema si pone come alternativa al GPS (*Global Positioning System*), controllato invece dal Dipartimento della Difesa degli USA, offrendo una maggiore precisione (fino ad 1 metro) ed un'ampia gamma di servizi.

(Bitta scripsit XXVIII XII MMXXII)

Cieli sereni ☐☐

PG

Aquawareness: a fascinating concept that combines water and mindfulness to enhance both physical and mental awareness.

Let's dive in (pun intended!) and explore its unique advantages:

1. **Connection with Water:** Aquawareness leverages water as a tool to increase bodily and mental awareness. Think of it as a way to reconnect with the primal element—the same fluid that surrounded us in the womb. ☐

2. **Rediscovering Boundaries:** Just as we first encountered boundaries within the amniotic fluid, Aquawareness allows us to explore our corporeality anew. It's like rediscovering our body's language—strange yet familiar movements that evoke forgotten sensations. ☺☺☺
3. **Nārāyaṇa and Cosmic Transition:** In Indian mythology, Nārāyaṇa represents the transition from undifferentiated stillness to individual consciousness. Picture him sleeping blissfully on primordial waters, a lotus sprouting from his navel—the first spark of awareness detached from the universal matrix. ☐
4. **Swimming Mastery:** Aquawareness isn't just about splashing around; it's about mindful presence in water. By truly engaging with water experiences, you learn to swim—not just doggy-paddle but **Swimming** (yes, with a capital S!). ☺☺☺
5. **Meditation Galore:** With the right mindset, every dip becomes an opportunity for meditation. Imagine floating, fully aware of the water around you—an Aquawareness practice that nourishes both body and mind. ☺☺☺

So, whether you're a seasoned swimmer or a water enthusiast, consider embracing Aquawareness. It's not just about strokes; it's about diving into consciousness itself! ☐

Would you like to explore more about this or have any other aquatic curiosities? ☐☐

(1) Aquawareness – aquawareness.
<https://www.aquawareness.net/aquawareness/>.

(2) Aquawareness: il Nuoto come strumento di consapevolezza.
<https://www.ocean4future.org/savetheocean/archives/69927>.

(3) Aquawareness advantages – Fuori.
<https://www.fuorimag.it/aquawareness-advantages/>.