

# Чем дышим?

Ни для кого не секрет, что экологическая ситуация в городе в значительной степени зависит от состояния основных производственных фондов металлургического комбината. А они на сегодняшний день на 50 процентов изношены и морально устарели. Именно этим и объясняются повышенные выбросы в атмосферу окислов азота, фенолов, пыли, железа.

Планный вывод из работы части устаревшего оборудования, ввод в эксплуатацию и реконструкция газоочистных установок, выполнение организационно-технических решений позволили сократить массу выбросов в прошлом году, на 91 тысячу тонн.

Основные источники загрязнения: известняково-доломитовое, агломерационно-обогащительное, коксохимическое, доменное, сталеплавильное производства и теплоэлектростанции. Тем не менее, жители города должны знать, что в основном на содержание бензапирена, пыли, окиси углерода и свинца в воздухе в в жилой зоне города влияют транспортные средства и содержание наших дорог.

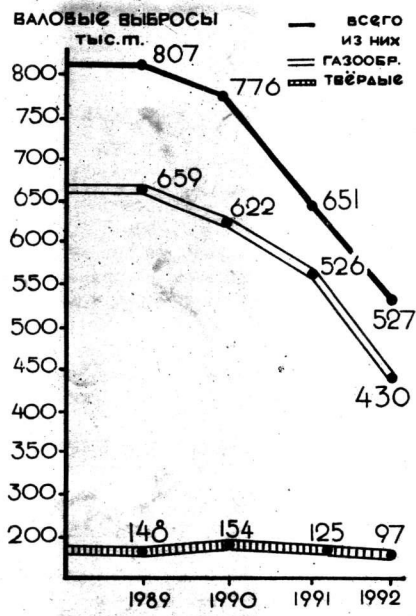
По данным службы охраны природы АО "ММК" в феврале этого года на территории, примыкающей к промышленной площадке комбината (граница санитарно-защитной зоны), максимально-разовые концентрации при подфакельных наблюдениях в отдельные сутки превышали установленные регламенты: по пыли — в 2,7 раза, окислам азота — в 1,3 раза, фенолам — в 4,4 раза, аммиаку — в 2,7 раза. Оценка суммарного загрязнения многокомпонентными смесями по коэффициентам комбинированного действия также указывает на превышение нормативного уровня в 2,5 раза.

В течение 17 дней февраля преобладали ветры южного и юго-западного направления со скоростью от 3 до 10 метров в секунду. Наблюдалось понижение температуры в ночное время 2 февраля до 29,5 градусов С.

По контрольным замерам водоемов отмечалось превышение относительно фоновых концентраций верховьев реки Урал по нитратам, азоту аммонийному, нефтепродуктам, железу до 2 ПДК. Ухудшение качества воды в феврале объясняется отсутствием доочистки стоков правого берега, нарушением режима эксплуатации очистных сооружений прокатного и коксохимического производств.

При сокращении производства продукции по основным переделам в 1992 году на 14148 тысяч кубических метров или на восемь с половиной процентов сократилось потребление технической воды.

**В.ПРЯДКИНА,**  
заместитель начальника экологической службы комбината



**СТРУКТУРА ВАЛОВЫХ ВЫБРОСОВ ПО ПРОИЗВОДСТВАМ в 1992 г.**



# Что посеешь, то и пожнешь

Вы обращали внимание на то, о чем чаще всего говорят люди при встрече друг с другом? Как правило, они сетуют на тяжелую, беспросветную жизнь, виновными в которой считают родных, знакомых, правительсто, Бога, судьбу — кого и что угодно, но только не самих себя. Нет спора: многим сейчас живется материально тяжело, но ведь и богатые тоже плачут и страдают.

Если же чутьчуть поразмышлять на эту тему, то можно заметить, что и народная мудрость, и религия, и философия, и наука предлагали человеку искать причины своих несчастий и страданий не вовне, а внутри себя. Внешние обстоятельства — это лишь продолжение того, что мы из себя представляем. Древние мудрецы утверждали, что все мы — только следствие того, что мы думаем. Да и жизненный опыт нам говорит: что посеешь, то и пожнешь. Зерна, которые мы сеем на поле нашей жизни, — это наши мысли. С них все и начинается.

Мы уже говорили о материальности мысли, о том, что мысль как пространственное существо живет и стремится воплотить вложенное в нее содержание.

Многие, наверное, испытывали на себе тяжелые последствия механических вибраций, особенно рабочие таких профессий, как формовщик или обрубчик металла. Но каждый из нас испытывает ежесекундное воздействие более тонких вибраций, находящихся в окружающем нас пространстве в бесконечном множестве. Они так же оказывают огромное действие и на наше внутреннее самочувствие, и на наше физическое тело. Это энергии наших мыслей и чувств. Они очень различаются по качеству и сила их может увеличиваться или уменьшаться в зависимости от нашего мышления.

В настоящее время человек своим хаотическим и безответственным мышлением все более и более увеличивает силу грубых, разрушительных энергий, оставшихся нам в наследство от нашего эволюционного прошлого: страх, ненависть, злоба, зависть, ревность и т. д. Они очень заразительны и часто буквально осаждают нас, ожидая подходящего момента для того, чтобы войти в наше сознание. А возможность, эту им предоставляя все та же мысль, ибо она действует как антенна: ловит ту длину волны, тот тип вибраций, который присущ ей самой. А все потому, что в мире мысли действует закон — подобное притягивается к подобному.



Давайте на примерах посмотрим, как это происходит в жизни. Наверное, многие из вас часто чувствуют какое-то внутреннее раздражение без особых на то причин. Вы станови-

тесь, как пороховая бочка, каждую минуту готовая взорваться. И так взрываетесь, отыскав в окружающей вас действительности какое-то "не": то ваш ребенок не туда сел, муж или жена не то сказали, сотрудник не так сделал... Вы обязательно найдете это "не", так как разрушительная энергия, которой вы заразились, требует выхода, действия. А заразились вы благодаря ответной внутренней вибрации, она и приняла эту заразу из пространства. Вы же этого не заметили. Потому вы недоумеваете и расстраиваетесь по поводу своей бурной реакции на обстоятельство, которые бы при другом вашем состоянии развернулись бы иначе.

Другой пример. Вы только проснулись, но уже чувствуете какое-то неясное беспокойство, тревогу, хотя с вечера было все спокойно. Если вы мысленно примете эту вибрацию, дадите ей добро на вход буквально вот такой фразой: "что-то случится", как ваш ум тут же облечет эту вибрацию в конкретное беспокойство или тревогу.

Если вы научитесь замечать и распознавать эти энергии еще на подходе и мысленно их отвергать, то ваша ответная вибрация постепенно начнет терять свою силу и со временем иссякнет. А сознание станет чище, светлее. У вас появится возможность принимать более тонкие, высокие вибрации. Естественно, ваше состояние улучшится, так как восстановится внутренняя гармония.

И выражая свои мысли, нужно подбирать слова как можно тщательнее: звучание, точность и состав слова приводит в движение те творческие силы, которые связаны раз и навсегда со смыслом и звучанием именно этого слова, а вовсе не с тем, что вы хотели сказать. Как часто мы употребляем слова: дурак, балбес, хулиган, дрянь... Задумаемся же над их последствием.

Если разговор покажется вам несколько отвлеченным от действительности, попробуйте хотя бы раз обратить внимание на свои мысли, проверьте их чистоту. Уверю, вы непременно заметите, что действительность — сама последствие, а причина — совсем в другом месте, в мире мыслей.

Миры наших мыслей и чувств находятся рядом с нами. Они пронизывают друг друга, существуют один в другом, как воздух в воде. Мы связаны с ними самым тесным образом. Они воздействуют на нас, и надо осознать воздействие этих незримых сил, этих энергий. Осознав воздействие психической энергии, мы поймем, что каждый из нас ответствен за все, что делается в мире, что все в этом мире связано и составляет единое целое. Пока же большинство людей живут, "не ведая, что творят".

Чистота мысли, чистота слова и чистота поступка — основа нашего духовного восхождения.

Подготовила Г. АФАНАСЬЕВА.

# НАРОДНЫЙ КАЛЕНДАРЬ

## Масленица

Конец февраля. На дворе масленица. Природа прощается с зимой, понемногу готовится к весенним дням. Про 27 февраля (14-е по старому стилю) в русских пословицах говорили: снег оседает — Кирилл поля утучняет. Протяжно поют синички, распевавшись по кустам: "Синь кафтан! Синь кафтан!"

28 февраля или 15-го по старому стилю, называли днем Онисима Зимобора. Онисима-овчара. Считалось, что именно в этот день особенно яростно зима борется с весной. А пастухи овец вечером этого дня окликали звезды: примета была такая — когда появляются звезды на небе, пастухи по просьбе хозяина овец выходили за околицу, трижды кланялись на все четыре стороны, а затем, встав на разостланную овечью шкуру, обращались к звездам со словами заговора, прося способствовать разномножению овец у хозяина. После этого хозяин приглашал пастуха к себе в дом, угощал и одаривал подарками.

3 марта (18 февраля по-старому) старики говорили: в этот день Ярило-солнце наказывал птицам-овсянкам начинать песню "Покинь сани! Покинь сани!" А хозяйки пекли в этот день овсяннички — пироги из овсяной муки. Почитали птицу-овсянку — была она вестницей скорой весны.

На день 4 марта (19 февраля по старому стилю) у крестьян была своя поговорка и свой обряд. Любили на Руси горки, высокие холмы. Самый высокий холм у деревни почти всюду уважительно называли Красной горкой. 4 марта выходили на Красную горку разодетые девушки. Они заклинали солнце, чтобы оно не застывало, а катилось к лету, чтобы за солнцем летели перелетные птицы, чтобы пришли на поля весенние дожди. Хозяйки пекли круглый хлеб и на вышитом полотенце поднимали его высоко — солнышку навстречу. Потом делили хлеб между собой, крошки рассыпали птицам: ведь они летом за хлебной нивой не меньше крестьянина ухаживают. Бросали крошки по-особому: через себя, за спину. Примета была: кинешь хлеб-соль назад, окажется он спереди — будет его много осенью.

5 марта (20 февраля по старому стилю) называли днем Корнелия-каталищика. Было поверье, что в этот день нельзя смотреть на скатывающиеся по небу звезды — а то скатится твоя молодость, как звездочка с небес...

им месяце года.

Открывали март Ярилыны дни. 1 марта (16 февраля по старому стилю) говорили: Ярило-солнце вздевает зиму на вилы. Славяне-язычники считали Ярилу Богом плодородия. По народному поверью, первоапрельское солнце помогает беременным бабам, выносить дитя, и потому выходили бабы на горки, глядели на восходящее солнце. А бабки-повитухи вносили в дом полуденный снег, обтирались им, чтобы рукам чистота вешняя передавалась.

2 марта (17-го по-старому стилю), считали в деревнях, Ярило брается за соху и борону, глядел, добры ли они, готовы ли к страде вешней. Прибывало работы и крестьянам: вытаскивали они орудия труда во двор, приступали к ремонту. Оживали деревенские кузницы, громче и громче звенели молоты — кузнецы начинали весеннюю страду.

3 марта (18 февраля по-старому) старики говорили: в этот день Ярило-солнце наказывал птицам-овсянкам начинать песню "Покинь сани! Покинь сани!" А хозяйки пекли в этот день овсяннички — пироги из овсяной муки. Почитали птицу-овсянку — была она вестницей скорой весны.

На день 4 марта (19 февраля по старому стилю) у крестьян была своя поговорка и свой обряд. Любили на Руси горки, высокие холмы. Самый высокий холм у деревни почти всюду уважительно называли Красной горкой. 4 марта выходили на Красную горку разодетые девушки. Они заклинали солнце, чтобы оно не застывало, а катилось к лету, чтобы за солнцем летели перелетные птицы, чтобы пришли на поля весенние дожди. Хозяйки пекли круглый хлеб и на вышитом полотенце поднимали его высоко — солнышку навстречу. Потом делили хлеб между собой, крошки рассыпали птицам: ведь они летом за хлебной нивой не меньше крестьянина ухаживают. Бросали крошки по-особому: через себя, за спину. Примета была: кинешь хлеб-соль назад, окажется он спереди — будет его много осенью.

5 марта (20 февраля по старому стилю) называли днем Корнелия-каталищика. Было поверье, что в этот день нельзя смотреть на скатывающиеся по небу звезды — а то скатится твоя молодость, как звездочка с небес...

# БЛАГОВЕСТ Великий пост

поста, и побуждает нас к тому, чтобы "преположившие священный прощению путь радостно текла к будущему воскресению". В субботу пятой седмицы церковь совершает молебен в честь путеводительницы, заступницы и помощницы людей. Пресвятой Богородицы.

На среду шестой седмицы — на 7 апреля — в этом году приходится Благовещение Пресвятой Богородицы. Между духовными утешениями, среди подвигов поста Благовещение, большой праздник православных христиан, ведь благая весть о земном воплощении Сына Божия — венец соединения Божества с человечеством.

Пост святой Четырнадцатницы прекращается в пятницу шестой недели, 9 апреля. А с субботы церковь начинает посвящать богослужение воспоминанию событий, предвалявших и уготовавших страдания и смерть Господа нашего Иисуса Христа. Эта последняя неделя Великого поста перед Светлым Христовым Воскресением называется Страстной седмицей.

Во время поста надо оставить все вредные привычки и страсти. Надо удалиться от праздничных застолий, от рассеянной и веселой жизни, от игр и зрелищ. Не надо читать книги, которые возбуждают в душе нечестные мысли и желания, нельзя гневаться, ссориться, нужно сдерживать свои обиды, зависть, злословие. Все это — наш духовный пост.

Что касается поста телесного, то не следует есть мяса, молока, животного и растительного масла, яиц, рыбы. Нужно ограничить потребление растительной пищи, только в субботу и воскресенье, а также в День Благовещения и Входа Господня в Иерусалим полагается вкушать рыбу и добавлять в пищу растительное масло.

В пятую неделю церковью утешает и ободряет верующих тем, что они уже прошли половину