

“太空出差”90天 他们是这样过的



近日,神舟十二号航天员聂海胜、刘伯明、汤洪波现身记者见面会,这是他们自9月17日返回地面后,首次与媒体和公众正式见面。

“太空出差三人组”返回后恢复情况怎么样?有哪些故事想和大家分享?近日,央视总台记者专访航天员聂海胜、刘伯明、汤洪波。



航天员入住后的首要任务是整理物资和安装设备设施。

身体各项机能未受影响 现已转入恢复观察阶段

神舟十二号航天员乘组返回后恢复期主要分为隔离恢复阶段、疗养恢复阶段、恢复观察阶段。目前,神舟十二号航天员乘组已完成第二阶段工作,现已全面转入恢复观察阶段。

航天员刘伯明介绍,肌体恢复大概半年左右,“恢复快的话能达到执行飞天任务前的状态”。目前,航天员主要以慢跑的方式锻炼心肺,等身体完全恢复好才会投入下一步训练。

刘伯明表示,航天员内脏、身体各项机能都没有受到影响,失重主要改变了体液分布。“现在在太空的神十三乘组航天员脸是肿的,看着油光泛亮感觉年轻了,其实是充血,不是吃胖了。”

初入空间站 一个人拆上千个螺丝

6月17日,神舟十二号三名航天员入住中

国空间站。此前,成功发射并与天和核心舱完成对接的天舟二号货运飞船已提前送去6.8吨物资。航天员入住后的首要任务是整理物资和安装设备设施。

聂海胜介绍,整理物资和安装设备关系到他们后面的生活,要在几天之内做完。“厨房、卫生间都要组装起来,也要弄好……做这些东西要拆大量螺丝,拆了以后还不能堆放,一步步很繁琐,就这样不停地在那干。”

刘伯明形容这个阶段三名航天员就像装卸工,“我拆了3000多个螺丝,最后看见螺丝都直冒金星。”

首次出舱遇到挑战 比原计划延长了1小时

7月4日8时11分,刘伯明跃身来到了浩瀚宇宙。这是继神舟七号飞行乘组顺利完成出舱任务后,时隔13年,中国航天员再次执行出舱任

务。出舱活动即将结束时,刘伯明需要将机械臂上的操作台拆除,安装到节点舱门口的舱外工具箱上,这时他遇到了挑战。

面对一米多长的操作台在太空中摇摆不定,刘伯明快速作出判断,“我请示地面拆分,按照出舱程序操作。后来地面采纳我的建议,给它拆分了操作。”

拆解口令下达完毕后,空间站正好飞出测控区。11分钟后再次进入测控区时,刘伯明已经将操作台安装到舱外工具箱上。

经过约7个小时的出舱活动,刘伯明与汤洪波圆满完成了出舱任务。首次出舱比原计划延长了1小时,但有了首次出舱的经验,8月21日的第二次出舱,比计划提前1小时完成。

每隔8年拿到一张“太空入场券” 聂海胜:航天员不是超人

从1998年入选我国第一批航天员,到2005

年神舟六号,再到2013年神舟十号以及2021年的神舟十二号,每隔8年,聂海胜就能拿到一张“太空入场券”,执行飞天任务。如今已经57岁的他,是我国首位在轨持续100天的航天员。

很多网友因此把他比作超人,聂海胜说:“我就是个普通人,这个年龄能上去的人很多,只是好多人可能没有这种机会。”

聂海胜说:“我赶上国家建立空间站的时机,又赶到了这个年龄,我训练又符合要求,我一直不停地准备。”记者问:“不停地准备了多久?”聂海胜表示:“到这来就没停过。”

坚持11年终圆飞天梦 汤洪波:我一直在学习

今年46岁的汤洪波是神舟十二号航天员乘组里最年轻的航天员。

对于他来说,比起日常的艰苦训练,成为航天员前漫长的等待更能磨炼他的意志。当同批战友中的刘洋、王亚平、陈冬先后飞天时,汤洪波还没有等来自己的机会。2016年,他曾入选神舟十一号飞行任务备份航天员,但仍与飞天梦想擦肩而过。

这次经历让汤洪波明白要更努力提升自己。他经常周末去单位看书,除了午饭时间,就是在研究资料。“现在任务越来越复杂,需要的知识越来越多。我一直不断学习、学习、学习,在学习中等待这个机会。”

太空即兴创作 刘伯明:要是在地面,我写不出来

神舟十二号第二次出舱活动即将结束时,刘伯明曾环顾宇宙,与星空告别。

他在舱口徘徊流连了一分钟,即兴作诗与全国人民分享。“宇宙浩瀚路迢迢,亿万儿女架天桥。漫步太空人不老,中国航天接力跑。”

谈到即兴创作,刘伯明说:“那时候真的是灵感,你要让我在地面写,我写不出来,也念不出来。”

图文据央视新闻

一场流星雨“烟花秀”在夜空中上演

年末,北半球冬季最值得期待的天象之一——双子座流星雨正在夜空中上演。

12月13日下午3点左右,兰州市资深天文爱好者张进新从兰州出发,驱车两小时赶到白银市景泰县永泰古城附近空旷处,他摆放好三脚架、相机等设备,等待着流星雨来临。

中国科学院国家天文台星云计划研究员王汇娟介绍,本次流星雨的流星看起来都像是一个位于双子座的辐射点发出的(流星雨由此命名),双子座流星雨的母天体是近地小行星3200号法厄同。

双子座流星雨以流量大、亮流星多而闻名。

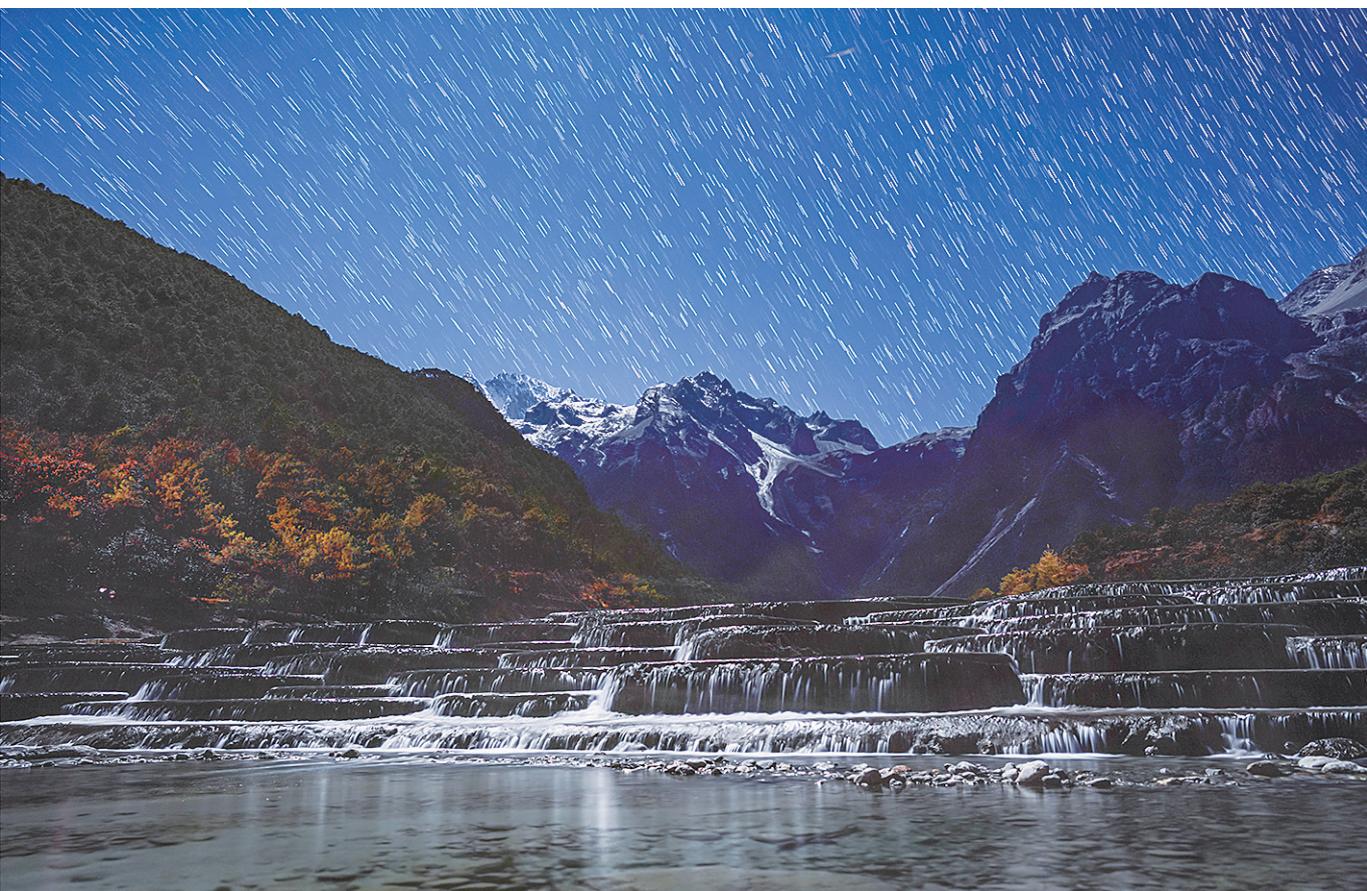
“晚上10点,一颗流星拖着弧线从我眼前划过,之后天空中陆续出现流星。等到次日凌晨3点左右,随着月亮慢慢落下去,看到的流星开始多起来,一颗接着一颗。”张进新兴奋地说,“肉眼共观看到100颗左右流星,还有10多颗火流星划过夜空,很壮观!”当晚,和张进新一样的天文爱好者不约而同来到这里,享受着天象奇观。

“观测流星雨不需要借助望远镜等设备,裸眼是最好的选择。”王汇娟说,天气越晴朗、地面越开阔无遮挡、周围环境越暗、视力越好,越有利于观赏到更多流星。

张进新提醒,最近几天夜晚,只要天气晴好,感兴趣的公众还有机会捕捉到流星划过的景象。但要注意月亮可能会影响观测的效果。

如果今年没有抓住最后一场流星雨的尾巴,怎么办?王汇娟表示,象限仪座流星雨、英仙座流星雨和双子座流星雨合称北半球三大流星雨,它们每年都会如期而至,尽管极大值的出现时间和流量会有一些变化,但总体都非常壮观,明年依然值得期待。

图文据新华社



12月13日夜间,在云南省丽江市玉龙雪山脚下拍摄的星轨。