

刘伯明：飞天是我的动力

操作要达到条件反射的地步

记者：出舱程序的环节是不是很多，两人如何配合？

刘伯明：程序比较复杂，要求比较高。一是对出舱服的操作要求比较高，还有飞行员之间的配合要求也比较高。按照分工，有两个航天员在轨道舱。一名航天员出舱进行舱外行走时，另一名也在舱门附近，一是观察，另外提供帮助，两人共同把出舱任务完成好。

记者：出舱可能面临的挑战和危险是什么？

刘伯明：我们对出舱服、飞船等各方面都比较放心。我们准备得很充分，无论出现什么情况，我们都会果断地处理。

记者：开舱门大概要花多长时间？

刘伯明：开舱门的时间需要一两分钟。开舱门需要两个人的协助、配合。因为打开舱门还要安装舱门保护罩，单人操作难度比较大。

记者：做好协助支持这个角色，要具备什么能力，两人怎么分工合作？

刘伯明：留在轨道舱内的航天员可能比出舱航天员要求更高一些，因为要给出舱航天员发出好多指令。两人并行操作时，他可能是边打手势边操作，出舱航天员做自己的就可以。真正出舱以后，出舱航天员面临的困难大一些，另一位主要是支持他，保证他的出舱安全。

出舱时，航天员的视野会变窄，周围的情况看得不是很全面，舱内航天员要在舱门口附近一直关注出舱航天员，时

●张淑静(翟志刚妻子)： 凯旋时,我会上前拥抱他

“好汉不提当年勇”，但当年张淑静当了一把“好汉”的事值得一提。空军飞行员翟志刚参加航天员选拔，到最后 20 人大名单时，需要家属体检。当时张淑静说了一句话，“如果我有问题，我跟你离婚。好汉做事好汉当。”不过，检查完后等到了好消息，“不用离婚了，还当成航天员夫人了。”张淑静说着大笑起来。

“航天员夫人”的生活和常人没什么大区别，有的就是聚少离多。有训练任务就不能请假回家。尽管走路回家只要 15 分钟，今年春节后翟志刚“基本上还没回过家”。

偶尔一次回家，张淑静“特别一惊，你觉得欠老婆孩子很多，所以回来力所能及地做事，作为弥补。”张淑静说，“我们两个遇见什么事都商量，看法不一样的时候他一般都随我。”

“志刚特别喜欢赵本山的小品，只要



刻提醒他，包括安全系绳、电脐带是否缠绕等。还要有体能储备，在水槽训练时就有感受，出舱过程中体力消耗很大。

记者：留在轨道舱内的航天员的角色是默默地支持，出舱航天员会被格外关注。对此，你怎么看待？

刘伯明：其实两个人都是穿舱外航天服，打开舱门，两人都置身于同样的太空环境中，只不过出舱航天员在舱外进行太空行走。任务分工不同，但最终目标是一致的，就是完成出舱任务。

记者：操作手册有 600 多万字？

刘伯明：对。有的需要背下来，有的熟悉就可以。整个流程我们都很清晰，每步操作印象很深。可能出现的情况，要背下来，特殊情况一般背七八十条。不是死记硬背，边训练边强化，训练结束后整个操作程序还要在脑子里过一遍，强化记忆。操作要达到条件反射的地步。

我有一种拼劲，爱动脑筋，不服输

记者：这么多年，尤其是经过神五、神六，再到神七，心态上有什么变化？

刘伯明：我心态很平和。对神五、神六以及神七任务，我一直定位为不断学习、不断进步的过程。神六之后就确定了神七的目标，这是我的短期目标，长期目标可能是以后空间的交会对接，或者其他更长远的一些目标。

记者：家人对你支持大吗？

刘伯明：亲属、朋友、同事，还有老家的老师、同学都给我支持鼓励。我平时很少顾及家，神六结束以后就开始准备神七任务，很少回家。家里基本上由我爱人负责，我在家不是很善于表达，回家夸几句“挺好”。

记者：你觉得自己是什么样的人？

刘伯明：评价自己确实挺难的。我感觉自己有一种拼劲，爱动脑筋，不服输，对规划的目标比较执着，上天执行任务是我的动力。

记者：神七选拔怎么脱颖而出的？

刘伯明：以前综合评价不突出，因为刚来的时候身体条件不是很靠前。因此自己就加紧锻炼，找薄弱环节。自己当时有个目标，用一年多的时间把身体训练好。

我的学习成绩比较好，经常写笔记。平时为了熟悉程序，会一遍一遍在脑子里过“电影”。训练之后，身体在放松，脑子不放松，在回忆训练的内容和执行任务可能遇到的情况。我比较爱动脑子，一般有点挑战性的，感觉有点好奇的都愿意钻研。

●张瑶(刘伯明妻子)： 这个老公我找对了

最早跟刘伯明通信的并不是张瑶，而是张瑶的母亲，刘伯明未来的岳母。现在说起这个，张瑶依然笑个不停。

“我和刘伯明是老乡，我母亲当时是学校校长，招飞行员时送过他，印象比较深。后来有人给我俩介绍，我妈一开始没跟我说，先和他通了一段时间信。各方面了解一些，才介绍我的情况。后来我才和刘伯明开始通信。”

通信一段时间后，刘伯明想见张瑶

对话神七航天员

本报记者 杜飞进 余建斌 廖文根

已经两年多没踢球了

记者：怎样看待这 10 年的付出和收获？

刘伯明：航天员大队成立 10 周年刚庆祝完。我们每个人对这 10 年都很珍惜。我们都在不断进步，包括飞行的、没飞行的和没进入梯队的，都积极训练。毕竟条件有限，一次只能上去两三个人，以后可能每个人都有机会。这 10 年我收获很大。还是那句话好，“学无止境”。

记者：怎么做到万无一失？

刘伯明：自己对自己要求严，学的时候要学透，原理上搞清楚，出什么问题要知道怎么处理。

记者：怎么看待航天事业的高风险？

刘伯明：从航天员的角度讲，高科技的事物都是有风险的。只要自己认识到位，就敢于承担这个风险。只要自己准备充分，任何困难都能克服。

记者：如何应对空间运动病？

刘伯明：这次在轨将连续工作 10 多个小时，任务艰巨而紧张。执行任务时要精神饱满、有条不紊，在高度紧张的情况下克服运动病的刺激。平时注意锻炼身体，每天都要坐转椅、荡秋千，强化刺激。针对性训练从早到晚，只留下中午吃饭的时间，强度很大。我们也有备用手段，比如避晕药。

记者：神五、神六的经验是否有帮助？

刘伯明：杨利伟、费俊龙、聂海胜下来后，都介绍了他们飞行的体会。针对这次神七任务，我们进行了进一步的交流和沟通，包括在失重情况下空间运动、站位和操作的活动角度，空中漂移操作时节奏如何把握，入轨返回时做哪些准备，需要注意什么细节等，他们的经验对我们帮助很大。

记者：有什么业余爱好？

刘伯明：以前爱好挺多，现在几乎没有时间接触。以前还能打打网球，足球、篮球也玩，但因为这次任务就都取消了，已经两年多没踢球了。乐器也没再摸了。以前早上起来吹吹小号，学学萨克斯，现在是一切以任务为主。

只要认为正确，会全力以赴

记者：在准备的 3 年里，什么最难？

景海鹏：出舱活动在我国载人航天史上具有开创性的里程碑意义。我感觉难点在于地面如何模拟空中环境，真实地模拟出舱活动的每一项操作。但地面的模拟和空中的实际操作还是有差距，要做的是尽量缩小差异。

记者：对所有操作程序都能熟练掌握吗？

景海鹏：完全可以。每天训练完后，就会躺床上过电影，回忆每一个细节。每一个细节每一个步骤都能了然于心。

记者：入选乘组，你觉得自己的优势是什么？

景海鹏：我的特长其他同志也有。对我来说，只要认为是正确的，我会全力以赴，这可能是我的个性。就是要坚持，要实现自己的目标。

由于人数有限，每次任务都有一个选拔过程，这是非常公正、透明的，也是非常残酷的。整个选拔用了将近一年时间，大小考试差不多几十次。不管最后谁去执行这个任务，他首先承载着中华民族的希望和期盼。作为航天员，只是一个执行者，成绩属于战斗在航天事业的所有科技人员。

记者：能对“太空行走”作科普解释吗？

景海鹏：太空行走，出舱行走，从某种意义上来说，不叫行走。每走一步，不是我们想象的说走就走，实际上跟移动差不多。行走的话，身体的状态可能控制不了。作为科普，太空行走的说法浅显易懂，很好理解。有人可能会担心，航天员飘走怎么办？有各方面的措施，届时电视画面一看，你就知道他一定不会飘走。

三人一起拿金牌，分工不分家

记者：怎么看待自己的岗位？

景海鹏：神七是一个集体项目，是三个人拿金牌，每个岗位都非常重要。个人不会去挑哪个岗位，第一位的就是服从任务需要和组织安排，履行好自己的职责，不管谁出舱都代表我们航天员集体。

记者：怎么看待你们三个人的组合？

景海鹏：我们年龄结构差不多，共同语言很多，每个人有每个人的特点，三个人放在一块，应该是最佳组合。

曾经有人问过我，你感觉你们之间是什么关系？我说我们是战友，是亲密无间的伙伴。三个人是有分工的，但分工不分家。这三个人最终要训练成一个人，“三人一心，齐心协力”，确保任务的完成。

记者：有没有走出舱门去太空中走一走的冲动？

景海鹏：我们时时刻刻准备着。我们三个人，以及其他参与训练的航天员，就是为了这个目标。当然最后只能有一个人出去。这没关系，出去的战友代表我们。假如我出不去，他出去，我同样为他感到自豪和骄傲。

记者：你分别做了 10 年的飞行员和 10 年的航天员，有什么不同的体会？

景海鹏：飞行员身体素质要求非常高，航天员要求更高。心理上的要求、操作技能上的要求更是如此。奥运会上的运动员一次没发挥好不要紧，允许失败，但航天员只能成功，必须成功。在太空，很难有第二次机会让你去尝试。因此我们平时的训练，一环扣一环，每个环节都不能缺少。

航天员不主张单打独斗，需要配合。在确保把自己的任务完成的同时，还要对其他人操作的内容心中有数。每个人都能随时进行岗位互换，这是任务的要求，也是保障安全的要求。

风景的景，大海的鹏

记者：怎么看待航天员职业的高风险？

景海鹏：挑战和风险必然存在。好多同志问我：从事这个职业你怕不怕？我说这个问题很好回答：如果怕的话，我就不会去选择这个职业。全力以赴，把自己的思想、行动集中精力放在平时的训练上，把训练搞好，没有时间去想别的事情。

记者：说说你平常一天的日程表？

景海鹏：早上 6:30 起床，6:40—7:15，吹长号，喜欢吹高音。7:40—8:00 吃早饭，然后开始训练。12:00 吃中饭，13:00 开始训练，晚上进行总结。将近两年的时间，没有过星期天。

记者：神七任务执行在即，你最想对关注你的人说什么？

景海鹏：首先，感谢祖国的培养。为了祖国载人航天事业，为了实现飞天梦想，我一直在努力。

其次，感谢组织的关怀。航天员和

景海鹏：我们是最佳组合

飞行员还不一样，工作一忙起来，家里是照顾不到的。组织上想的周全，为我们解决了后顾之忧。

三要感谢所有的航天员，包括没有进入乘组的其他同志，多年以来相互的鼓励和支持。

感谢多年以来培养我们的教员，他们非常辛苦。祖国的载人航天事业，有战斗在一线的所有科技人员的功绩。

感谢学校老师的培养。还要感谢我们的父母。我是农民的儿子，我父母对我非常支持。作为儿女，尽不了孝心，但我们会把我们的事业搞好，我想这是对父母最大的孝心。

没有爱人的支持也不行（笑）。她话不多，但心里有数，用行动来支持我。我从来没有开过一次家长会，下次有机会一定去参加一次，尽尽做父亲的责任。孩子小，但也懂事了，我相信他也会像他妈妈一样支持我。只要有条件，我会全力以赴支持他去当个航天员。

记者：“景海鹏”三个字有什么特别的涵义吗？

景海鹏：我的名字是我舅舅起的。当飞行员之前，我曾经看过一个报道，说有一个飞行员机组，其中有一个人也叫海鹏。我当时想，要是当上飞行员该多好。最后真的实现了。每次介绍的时候，我说，我叫景海鹏，风景的景，大海的海，大鹏的鹏，我要时时刻刻提醒自己，我要沿着自己选择的路勇往直前，哪怕中间遇到各种挫折，我都不会受到任何干扰。

题图：三位航天员在模拟器中训练。从左到右分别为景海鹏、翟志刚、刘伯明。

秦宪安撰

他是个挺认真、挺细心、比较开朗的人。现在张苹的评语依旧是“我欣赏他有责任感、细心，会照顾家人”。

张苹有一次看到杨利伟坐离心机训练时拍的照片，感觉很恐怖，因为整个面孔变形拉长，“这么辛苦难受啊。回来问他，但他说没什么啊。一直没亲眼看过他们训练。”

有人问 10 岁多的景宇飞，崇拜当航天员的爸爸吗？孩子会说“没什么崇拜”。但景宇飞受爸爸影响不小。神五、神六时，一些返回舱、轨道舱的照片，他能跟小朋友讲得头头是道。连张苹都好奇，“谁也没教过他”。

到北戴河游泳，景宇飞看到别的叔叔带小朋友游泳，会说“要是我爸爸在就好了，我就能到深水区了。”

在张苹眼里，当航天员的家属，日子过得没有一些人想象的跌宕起伏，平平淡淡就过来了。景海鹏回家时会帮她多干点家务，训练时有时会打电话来嘱咐关好门窗、煤气。对张苹来说，“最难的是操心孩子上学。”

神六时候，张苹曾鼓励景海鹏，“继续努力，下次争取”。这次神七任务，张苹的话也很简单，“到时候临场发挥好”。

左图：从左到右分别为张苹、张淑静、张瑶。

本报记者 余建斌撰

妻子眼里的航天员丈夫

