



Сергей Владимирович
КУДЬ-СВЕРЧКОВ

(род. 23 августа 1983, Ленинск, Кзыл-Ординская область, Казахская ССР, СССР) – российский космонавт-испытатель, отряд космонавтов госкорпорации «Роскосмос», базирующийся в ФГБУ НИИ ЦПК. В данный момент – в первом полете, бортинженер.



Сергей Николаевич
РЫЖИКОВ

(род. 19 августа 1974, Бугульма, ТАССР, РСФСР, СССР) – российский космонавт-испытатель отряда космонавтов Роскосмоса. 121-й космонавт России (СССР), Герой Российской Федерации 2018 г. В данный момент – во втором полете, командир экспедиции.

С КОСМОСОМ — НА ВЫ
С КОСМОСОМ — НА ВЫ



Natalia L. BURTSEVA,
Professor, Department of Journalism, Institute of Mass Media, Russian State University for the Humanities, postgraduate student, Korolev, Russia,
natalya.burtseva@rsce.ru

Наталья Леонидовна БУРЦЕВА,
преподаватель факультета журналистики Института массмедиа РГГУ,
аспирант, Королёв, Россия,
natalya.burtseva@rsce.ru

Интервью с орбиты становятся традицией журнала. У читателей есть возможность задать интересующие их вопросы – и ответы на них в прямом смысле уникальны. Об испытаниях человеческого организма, рационе питания и болезни движения в космосе, о любимых земных местах расспросила экипаж 64-й долговременной экспедиции Международной космической станции наш постоянный корреспондент Наталья Бурцева.

Сергей РЫЖИКОВ

— Сергей, есть ли такие места на Земле, где еще не бывали, но куда стремитесь посмотреть с космической высоты?

— Мне довелось побывать не во многих местах. В основном это поездки, связанные с командировками и подготовкой к полету. Я не был ни в Южной Америке, ни в Африке, ни в Австралии. И хотя часто приходится смотреть с высоты на красоту этих континентов, наибольшее желание — увидеть Гренландию и Антарктиду, потому что они расположены вне зоны трассы полета МКС. Найти их и увидеть сложно, и оттого они представляют особый интерес.

— Стремление сделать больше и качественнее — в характере каждого космонавта. Вы стремитесь в этом полете сделать что-то лучше, чем в предыдущем?

— Безусловно. Программа нашей экспедиции гораздо интереснее и насыщеннее, чем предыдущей: и выходы в открытый космос, и перестыковка в марте 2021 года, много новых задач и экспериментов. Мы намерены выполнить все качественно и с максимальной отдачей.

«И с "первым" небом, в котором мы летаем на самолетах, и со "вторым", куда взмывают ракеты и где находится орбитальная станция, и с "третьим" небом, куда мы поднимаем взор со своими надеждами, надо разговаривать только на вы. Несмотря на то, что в молитве к "третьему" обращаются на ты – каждое из них подразумевает трепетное и уважительное отношение к себе».



Второй полет отличается и пониманием степени ответственности, и расширением круга обязанностей, и расстановкой приоритетов. Конечно, во многом проще и спокойнее проходит адаптационный период.

— Расскажите о научных исследованиях, которые проводятся на орбите. Какие из них наиболее интересны для вас?

— Я не ученый, и мне сложно выделить самое интересное направление. С точки зрения оператора мне нравятся комплексные эксперименты, которые подразумевают большой объем вовлечения, используемой аппаратуры, многозадачность, большое количество датчиков. Например, «Пилот» — он относится к исследованиям человека в космосе. Эксперимент многогранный, сами тесты сложны, но близки к моей деятельности. Я чувствую себя подопытным в этом исследовании, а изучать себя — большое удовольствие.

Из возможных будущих экспериментов мне бы хотелось заняться космическим садоводством и растениеводством, поработать с оранжереей. Надеюсь, что-то подобное будет запланировано.

— Вы пропустите эту зиму на Земле. Скучаете по снегу? Есть ли у вас любимое время года?

— Зима! Жаль, что второй раз ее пропускаю! Когда связываемся с родными и друзьями и они сообщают, что открыли лыжный сезон, немного завидую. Очень люблю снег. А из космоса хорошо представляешь, у кого холодно, а у кого тепло, кто катается, а кто купается.

— Как вам спится в невесомости? Снятся ли земные сны?

— Спать приходится мало. Космического времени жаль на сон! Но спится в невесомости очень хорошо. Если отработал добросовестно весь день — только влетишь в спальный мешок, застегнешь молнию и сразу засыпаешь. Земных снов не припомню, наверное, потому, что здесь мы думаем о другом.

— Что слушаете? Поете песни?

— Без музыки в космосе нельзя. Рабочий фон на станции — постоянный шум от вентиляторов. Тишины у нас не бывает, как вы понимаете. Поэтому музыку слушаем часто. Что-то новенькое и неожиданное присылает порой группа



поддержки ЦУПа и ЦПК. Кроме того, у нас есть большая аудиотека. С утра я люблю послушать музыку, а вот к вечеру могу и сам спеть. У нас есть гитара — поем любимые песни.

— Можете ли вы дать совет молодым людям, как стать эффективнее в жизни? Есть ли у вас свои лайфхаки?

— Чтобы достичь максимума, не стоит рассчитывать на уловки, хитрость и лень. Лучше терпеливо «грызть свою морковку» — заниматься любимым делом, прислушиваться к советам более опытных коллег, упорно трудиться, стараться на пределе возможностей — и результат даст о себе знать.



Сергей КУДЬ-СВЕРЧКОВ

— На борту станции у вас есть свой талисман. Вернее даже — талисман всего экипажа: три игрушечных космонавта. Расскажите о нем?

— Эти три космонавта — наш индикатор невесомости. Эта тройка была с нами в корабле на выведении, с нами отправятся в спускаемый аппарат. Они держат друг друга за руки — как истинная команда. Это моя супруга сделала их и подарила нам перед полетом. Сейчас они хранятся у меня в каюте и вернутся с нами на Землю после окончания экспедиции.

— Помните ли волнение в день старта и так называемую болезнь движения? Ведь для вас это первый полет — все новое?

— Да это мой первый полет. Но поскольку у нас достаточно длительная подготовка и я в отряде 10 лет, у меня не было какого-то выраженного волнения. Все действия, которые мы выполняли на предстартовой подготовке и на старте, были отработаны, проверены многолетним опытом, и у меня не было никаких сомнений, что у нас все получится. Было ожидание ответственной работы, и я старался не ошибиться, выполнить все на отлично.

А насчет болезни движения — физику и физиологию никто не отменял, симптомы были. Бояться этого не стоит: острая фаза длится один-два дня, а через пять-семь дней человек уже здоров. Конечно, работоспособность в эти дни понижена и могут быть головокружения, тошнота, раскоординация движений, болезненные приливы крови к голове, но все это проходит.



«Медико-биологические эксперименты очень интересны и помогают понять, как работает наше тело в невесомости. Мы выясняем, на что можем повлиять, чтобы продлить свою эффективную работу. И я надеюсь, что благодаря этим исследованиям вскоре мы сможем летать не только на околоземную орбиту, но и в дальний космос.»



«Чтобы достичь максимума, надо терпеливо «грызть свою морковку» — заниматься любимым делом, прислушиваться к советам более опытных коллег, упорно трудиться, стараться на пределе возможностей — и результат даст о себе знать.»

— Расскажите про ваш стартовый день, каким он был? Как прошла стыковка по короткой схеме?

— Стартовый день был расписан по минутам, присутствовало ограниченное количество людей — строжайший карантин. По традиции вышли под песню «Землян» — «Трава у дома». Близких на старт не допустили из-за карантина.

Полет длиной в три часа — это быстро, минимум эмоций. Только четкая работа, а все эмоции нахлынули после того, как я перешел на станцию и ощутил эту непрекращающуюся невесомость. Еще большую радость испытал, когда увидел лица коллег и друзей — экипажа, который нас встречал. И самые сильные чувства — от вида нашей большой красивой планеты из иллюминатора.

— Не могу не спросить про исследования. Расскажите, что вы изучаете в условиях невесомости?

— Мы проводим медико-биологические эксперименты — исследуем свой организм. Они очень интересны и помогают понять, как работает наше тело в невесомости, как оно меняется. Мы выясняем, на что можем повлиять, чтобы продлить свою эффективную работу в космосе, чтобы лететь дальше и дольше. И я надеюсь, что благодаря этим исследованиям вскоре мы сможем летать не только на околоземную орбиту, но и в дальний космос.

— Как вам космическая еда? Что предпочитаете есть на орбите?

— Меню у нас замечательное. Более 120 наименований: различные напитки, супы, десерты, отличные мясные консервы. Мне, как и многим космонавтам, нравится сублимированный

творог. В «бонусный» контейнер, который полагается помимо обязательного меню, заказываем больше творога и какие-то избранные консервы. Все вкусно!

— Как поддерживаете спортивную форму в условиях полета?

— У нас обязательные тренировки каждый день по два часа: беговая дорожка, велозргометр, специальный силовой нагрузчитель в американском сегменте, который позволяет имитировать работу со свободными весами, со штангой например. Все спортивное оборудование — важное и интересное. Велотренажер позволяет держать в тонусе кардиосистему, силовые нагрузки делают кости более устойчивыми к невесомости, помогают уменьшать потерю плотности и не терять мышечную массу.

— На что нравится смотреть из иллюминатора? Есть ли любимые точки обозрения?

— Из иллюминатора нравится смотреть на горы — они необычно выглядят с этого ракурса. Как правило, на Земле мы смотрим на них снизу вверх, а здесь — наоборот. Они трехмерные, большие и красивые.

Каждый раз, пролетая над одним и тем же местом, мы видим, что все меняется: разная погода, облачность, освещение. Земля меняется каждую минуту, она не бывает одинаковой,



и это вдохновляет и удивляет. Очень красивы ночные города — яркие пятна на темной поверхности.

— Что бы вы сказали Сергею Кудь-Сверчкову 10 лет назад, когда только пришли в отряд космонавтов?

— Самому себе я бы сказал: делай что делаешь и продолжай в том же духе.

Тем, кто желает стать космонавтом, я бы посоветовал идти в этом направлении уверенно. Впереди ожидает много препятствий, но если это ваш осознанный выбор — ничего не бойтесь.



Если у вас есть вопросы к космонавтам о жизни на орбите — пишите на сайт журнала, мы обязательно зададим ваш вопрос экипажу МКС!



© Бурцева Н.Л., 2020

История статьи:
Поступила в редакцию: 22.11.2020
Принята к публикации: 03.12.2020

Модератор: Гесс Л.А.
Конфликт интересов: отсутствует

Для цитирования:
Бурцева Н.Л. С космосом – на вы // Воздушно-космическая сфера. 2020. № 4. С. 60 – 65.