

考前的“小抄”

□马星雨 济南大学文学院2024级研究生

我从心理素质就不好，每逢大考必紧张，一紧张就失眠。考试前夜总要抱着课本和错题本挑灯夜战，父母隔着门催促了三遍“该睡了”，我才不情不愿地关上台灯。人虽躺平了，大脑却仍在进行“夜场加试”，那些白天背熟的知识点如同被橡皮擦抹去一般，变得模糊起来，急得我又摸黑拧亮台灯，硬往混沌的脑子里塞几页公式——仿佛多塞一行，明天考卷上就能多得一分。

这种临阵磨枪的“仪式”从小学延续到高中，于是每次在考场外的走廊上，大家总能看到我捧着笔记本念有词、活像准备最后冲刺的马拉松选手。说来也怪，这些年临时抱佛脚的知识点却从未押中过考题。

高三数学第一次模拟考试前，悄然出现的周老师撞见了我在“用功”的现场——那天我正死磕三角

函数公式，突然闻到一缕淡雅的茉莉花香水味。抬头时，发现周老师已站在我身后，正笑盈盈地看着我那画满红圈的笔记本。

“考前突击背公式，平时真没记牢？”她问得轻巧，我却像被当场逮住作弊般耳根发烫。

午饭时，我在餐厅又遇到了周老师。她端着餐盘坐到我旁边，一边吃饭一边和我交谈：“平时掌握牢固的知识点，是忘不了的。睡眠不足，记忆能力也会下降，过度焦虑反而会导致记忆提取困难。所以考试前不要过度复习，若出现知识遗忘现象也不要慌，等拿到试卷，记忆就会被激活。”

看我满脸困惑，周老师竟自揭短处。她说自己读初一时，曾稳坐年级第一的宝座，但她发现总是排名第二的班长在考试前很喜气洋洋一些纸条。她猜，那肯定是他准

备的“小抄”。危机感驱使她连夜整理“必考重点”写在纸上，裁成细条塞进笔帽。考试时，她十分担心“小抄”被监考老师发现，老师每次从她身边走过，她都吓得直冒冷汗，连开铅笔盒的勇气都没有。因为紧张和睡眼不足，她在草稿纸上算对了的题，往试卷上誊写答案时竟把根号下的数字抄串行，白白丢了10分。“那次班长靠0.5分的优势反超，我难得好几天都没胃口吃饭。”她眉着冬瓜汤苦笑，“后来才知道，人家纸条上写的是‘放松，你不会的别人也不会’。”

我捏着啃剩的鸡骨头愣住。周老师推了推眼镜：“你说，讽刺不？我准备的‘救命稻草’竟成了分散注意力的稻草人，班长的‘小抄’倒是心理镇定剂。”她通过自己的这段惨痛经历告诉我：“临时抱佛脚押题，不如临考时适当休

息，让自己放松下来，反而有助于缓解压力，提升考场发挥。”

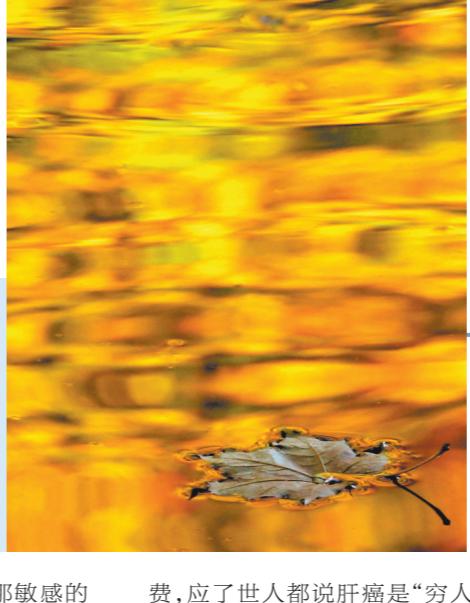
午休时，我真把笔记本装进了书包，和同学在操场上散步、聊天。当监考老师拆封试卷的窸窣声响起，我在心里默念：“我不会的别人也不会。”神奇的是，那些原以为遗忘的知识点，竟真的随着题目自然浮现。

之后的考试，我晚上学习到8点就停止复习，让自己安静下来，听听音乐，看一会儿幽默小故事，通过转移注意力缓解焦虑。我不再进行考前“押题”，考试时反而头脑清醒，每每都能发挥出自己的正常水平。

高考前三天，周老师给我们分发了考前最后一张试卷，翻开竟是一句话：“考前最该装进大脑的是学会和紧张共处，考试时遇到不

会做的题就告诉自己，我不会的别人也不会。”

高考前一天，晚饭前我已把课本和笔记本收进书包，然后告诉自己，这些年临阵磨枪的枪、刺中的不过是自己的焦虑，最好的考前“复习”是让自己休息好。高考的铃声响起时，我的掌心全是汗。可周老师那句“我不会的别人也不会”突然蹦了出来。我嘴角泛起了微笑，紧绷的神经也逐渐放松。原来她把淡定都编成了密码，早藏在了我们手心里。

落叶
(资料图片)

漂亮房子

□余山欧 广西外国语学院2021级汉语言文学专业

家里开始装修房子了，父亲难掩激动和喜悦。父亲说，这几年来他一直给别人装修房子，现如今终于可以为自己装修一次了，一定要装修得漂漂亮亮的。

我才意识到，这也许就是父亲一直以来的心结。

算了算时间，父亲自转入装修行到现在，四年又半载了。他原本在广东谋生计，做跑车师傅，在路边骑摩托车拉客，我的母亲也跟着他在广东某工厂上班。后来，因为跑车师傅这行生存空间愈发狭窄，种种考虑下，父亲和母亲就辗转回到家乡，做起了装修的活儿。起初父亲是跟着村里的装修队伍一起跑活儿，慢慢地自己做了起来。母亲找不到合适的工种，索性帮他打下手。恍惚之间，就这样过去了几年，父亲凭着一门装修手艺，在本地的装修院子里开始小有名气，还结识了不少同行的朋友。这回他们听说我们家要装修房子，送来好些材料，或者低价售卖给我们，一来二往，又为我们节省了一大笔费用。父亲和母亲很是感动，

带着大哥和我，逐一登门拜谢。

也因为是装修家里的房子，我才切身地体验到了父亲和母亲工作的艰辛。

母亲帮忙搅拌水泥、搬运瓷砖、美缝等，父亲则是刮墙、凿孔、贴砖之类的，要做的事复杂也异常辛苦，真是难以用语言形容。

父亲这几年时常腰痛，又因为肺部吸入过多粉尘，引发不少其他毛病。

母亲常年贫血，有几次还晕倒在工地里，简单地休养一下又回去工作了，谁也拦不住。母亲时常说：“我要是不去帮你爸，那些活他一个人难做得来，会压垮他的。别担心，我们再撑个一两年，就该轮到你们辛苦咯，那时候我们也就解放了……”她和父亲，都在等待“解放”的那一天吧。

想起当初计划着贷款在市区买这套房子时，母亲问我有什么想法。我当然没什么想法。只是母亲不这么认为，父亲也许也有着类似的担心——我们家讲究一碗水端平，从小到大，家里对我和大哥不偏不倚，生怕我们兄弟俩心存芥

蒂。家里计划贷款买套房，很大的原因是大哥到了结婚的年纪，房子是个硬性需求。那天晚上，父亲在一旁吸着烟，母亲则喋喋不休地说着：“房子是给大哥先备着婚房，以后也会努力为你置办一套。”“你现在在学校，放假后在市区也有个住所。”大哥在一旁苦笑，说自己现在也不着急结婚，这事儿可以先缓缓。父亲和母亲还是坚持他们精细衡量下的周全，想来也多有无可奈何。

其实我一直能体谅父亲和母亲的艰辛，和大哥也是处处互相谦让。父亲和母亲学历不高，大哥也是早早辍学了，对于家里唯一一个还在读书的我，他们给予了能给的所有。每当想到这些，我心中总有一份厚重的亏欠感和愧疚。那天母亲说了很多，我也想了很多人，静默的时候，我们都看到了彼此不知何时湿润了的眼睛。我还看到父亲吸烟时一吞一吐的冗长。我告诉母亲，不用过多担心，我对此没有什么想法和意见，她不用给自己太多压力。太多的话也没有

说出口，我怕再触动母亲那敏感的内心。

母亲从那天之后就更加忙碌起来，找房子、办理贷款、签合同，再到现在装修房子，母亲真的像热锅上的蚂蚁——团团转。谁又曾想，看上去似乎一切顺利的时候，还是遇到了坎坷——我的祖母，突然查出了肝癌，住院后，说需要动大手术。父亲和母亲不得不停下房子的装修。祖母年纪大，医生说动手术风险很大，要家属慎重考虑。父亲和叔叔对此持相反意见，父亲认为，祖母本来就算年纪大了，再做手术动刀子，风险很大又过于折磨，不如在家好好休养；叔叔则坚持要动手术，说不能就这样干耗着，总得拼一把。最后还是动了手术。手术还是很成功的，癌细胞清除了大半，但也花费了巨额的医药

费，应了世人都说肝癌是“穷人病”的评价。家里房子的装修工程自然是停下来了，父亲和母亲白天仍会去装修客户的房子，到了晚上，母亲要到医院照顾祖母，父亲则总是沉默地吸着烟。其间，大哥开始投入他的工作，我则回了学校，一切像是归于平静……

直到有一天，母亲让我从学校回家一趟，说是房子基本上装修好了，大家一起去看看。房子装修得很细致、很漂亮，即使还没有太多家具的修饰。大哥告诉我，父亲和母亲一直不肯歇下片刻，这段时间一有空就往那边跑，总是忙到很晚才回来。

我失声哽咽，父亲、母亲啊，你们不曾告诉我们，一个漂亮的房子，竟是需要用如此磅礴的心血和爱来堆砌完成的。

与影同行

□尹晓圆 河北工业大学经济管理学院2024级

空闲的时候，我喜欢一边听音乐，一边在歌曲主页的评论区里“闲逛”。有一个看似“前后矛盾”的评论，吸引了我的目光：“有个小孩在路上踩影子，我觉得好幼稚。所以我绕开了，我怕他踩到我的影子。”

这则评论像一颗石子投入了我内心的湖泊，激起层层涟漪。作为一个坚定的唯物主义者，我早就知道影子的形成是一种光学现象，是物体遮住了光的传播形成的较暗区域。但这并不妨碍我对各种影子的特殊情感。

初次和影子结缘是在初中课堂上。那时，老师用了好几节课来讲解朱自清的那篇《背影》。文中写了四次落泪，这泪水是悲伤的、感动的、不舍的与怀念的；写了四次背影，车站离别时的“望父买橘”让我一度想落泪，但因为在教室，我强行忍住了。

后来，我又读到了龙应台的《目送》。她写道：“所谓父女母子一场，只不过意味着，你和他的缘分就是今生今世不断地在目送他的背影渐行渐远。”寥寥几十字，却是如此苦涩、无奈与心酸。这次我刚好在家中，眼泪便痛快地落下了。

此后，影子在我眼中就变得特殊了：它承载了人们柔软的情感，与那些关注它的人会产生紧密的联系。

我也在不知不觉中成了影子的收藏家与摄影师：我爱收集花影、树影，最爱收集阳光穿过窗户，落在桌面上的光影；我爱拍摄自己、朋友、亲人的背影，最爱拍摄夕阳西下人们归家的身影。

“花地·校园达人”版现面向广大学生征稿。

稿件要求作者为在校学生，内容、体裁不限，每篇不超过2000字。

来稿请投邮箱：ycwbqc@sina.com，邮件请注明“校园达人”字样，内文中务必留下作者所在院校等详细信息。

随着收集的影子越来越多，我买来了相纸，将它们一张张打印出来。又从网上购置了软木板、图钉、灯串等相应物品，打造了一面小小的照片墙。每当夜幕降临，灯光亮起，照片墙便变得格外显眼。

照片墙中，有一张是我自己的“心头好”，每每看到都能想起一段和好友小怡十分新奇、特别的回忆。

那是一个阳光明媚的上午，手持着与当下潮流格格不入、却是我从网上精心标注过的纸质地图，我们穿行在学门外大街，来到了鼓楼附近。考虑到时间有限，我们只买了两张学生票。鼓楼的楼梯只有69阶，却陡峭地近乎直上直下。我和小怡气喘吁吁、满头大汗地登上楼顶，力竭地坐在了二楼供游人休息的长椅上。待急促的呼吸平复后，我迫不及待地站起身来，凭栏远望。

鼓楼地处于北京的中轴线上，从这里我看到了洁白庄严的白塔，看到了巍峨挺立的万春亭，看到了影影绰绰的故宫。心潮澎湃下，我拿起手机，找好角度将我所投射在地上的影子与这些景观巧妙融合，定格了这一难忘的瞬间。

坦白来说，我并不是一个感性的人，也不是一个记性好的人，但就像席慕蓉的那首诗《印记》中所写：“总有一些什么，会留下来的吧，留下来作一件不灭的印记。”

愿未来我不仅是一个影子收藏家，更是友谊的守护者和美好事物的记录者，我想让这些珍贵的事物永不褪色，在平凡的生活里熠熠生辉。

晚晚好彩·体彩 A8

捡来的彩票(上)

插图：采采

锣鼓声、加油声混杂在一起，刘明只能挤到外围，哪怕踮起脚尖也看不到龙舟击鼓划桨的胜景。他有好些年没有观看划龙舟了，今年公司放假，也没其他琐事，便打算提前来到比赛地点助威。可惜还是迟了一步，河两岸早被市民围得水泄不通。

刘明叹了口气，闷闷不乐往回走，还是去买菜吧，给妻儿做一顿丰盛的午餐。这样想着，刘明不由得加快了脚步，谁知一个踉跄，身子失去了平衡。他定睛细看，原来左脚踢到了一颗石子，旁边还有张彩票。肯定是别人没中扔掉的，偏偏刘明弯腰捡了起来，即使他不是个贪小便宜的人。

刘明是技工，闲着没事喜欢琢磨几组号码，是否中奖无所谓，他没啥爱好，算是给平淡日子添点乐趣吧。不过，他已经一个多月连尾奖也没中过了，虽然中奖没规律，但或许别人组合的数字能转转运呢。

拐过街角，前面不远就有家投注站，刘明不容多想，追上了多期的号码自然照打，接下来掏出捡来的彩票，递给销售员。“这张也打。”刘明自我安慰道，“万一时来运转呢，谁能说得清。”（袁斗成）

过，他已经一个多月连尾奖也没中过了，虽然中奖没规律，但或许别人组合的数字能转转运呢。

拐过街角，前面不远就有家投注站，刘明不容多想，追上了多期的号码自然照打，接下来掏出捡来的彩票，递给销售员。“这张也打。”刘明自我安慰道，“万一时来运转呢，谁能说得清。”（袁斗成）

广东体彩走进湛江校园，点亮山区教育希望

文/羊城晚报记者 胡彦 通讯员 粤体彩 插图/采采

活动当天一大早，“情系山区 送书助学”的旗帜便在徐闻县第七小学内迎风招展，学生们身着整齐的校服，佩戴鲜艳的红领巾迎接仪式的开始。

湛江市文化广电旅游体育局党组成员、副局长林洪强分享名人历史故事，勉励同学们以优秀名人为榜样，树立远大理想，珍惜学习机会，努力成为对社会有贡献的人。

广东省体育彩票管理中心湛江分中心主任陈日胜表示，中国体育彩票始终秉持“来之于民、用之于民”的宗旨，积极投身社会公益事业。他希望通过此次微光行动，借助体彩公益影响力，为乡村的教育事业尽一份力，并激励孩子们努力学习、健康成长。

活动现场，参会嘉宾作为代表向学校师生代表捐赠了体育器材、图书和教育助学金。

本次活动中，广东省体育彩票中心

为徐闻县第七小学捐赠了3000册新图书及配套书架，并建立“爱心图书室”；湛江市体彩中心为学校30名困难学生各发放教育助学金1000元，并向学校捐赠一批体育活动器材。

仪式结束后，校园里焕发出新的活力。同学们在老师带领下走进爱心图书室，仔细挑选、小心翼翼地翻阅着崭新的图书，时而低声交流，时而会心一笑，沉浸在知识的海洋中。与此同时，操场上传来阵阵欢笑声，同学们正在体育老师的指导下使用新捐赠的器材上课。

近年来，湛江体彩持续助力重大体育赛事以及全民健身、教育助学、乡村振兴等社会公益事业，日益彰显中国体育彩票的社会责任与担当。从2022年至今，湛江体彩以“公益体彩快乐操场”“情系山区 送书助学”等主题开展公益活动，共资助湛江市地区学校3所，捐赠图书1万多册、运动器材数批次。

本次活动由广东省体育彩票中心、广东省教育基金会联合主办，广东省体育彩票管理中心湛江分中心协办。

公益体彩

彩民故事

捡来的彩票(上)

插图：采采

锣鼓声、加油声混杂在一起，刘明只能挤到外围，哪怕踮起脚尖也看不到龙舟击鼓划桨的胜景。他有好些年没有观看划龙舟了，今年公司放假，也没其他琐事，便打算提前来到比赛地点助威。可惜还是迟了一步，河两岸早被市民围得水泄不通。

刘明叹了口气，闷闷不乐往回走，还是去买菜吧，给妻儿做一顿丰盛的午餐。这样想着，刘明不由得加快了脚步，谁知一个踉跄，身子失去了平衡。他定睛细看，原来左脚踢到了一颗石子，旁边还有张彩票。肯定是别人没中扔掉的，偏偏刘明弯腰捡了起来，即使他不是个贪小便宜的人。

刘明是技工，闲着没事喜欢琢磨几组号码，是否中奖无所谓，他没啥爱好，算是给平淡日子添点乐趣吧。不过，他已经一个多月连尾奖也没中过了，虽然中奖没规律，但或许别人组合的数字能转转运呢。

拐过街角，前面不远就有家投注站，刘明不容多想，追上了多期的号码自然照打，接下来掏出捡来的彩票，递给销售员。“这张也打。”刘明自我安慰道，“万一时来运转呢，谁能说得清。”（袁斗成）

彩票开奖公告栏

“快乐8” 第2025170期

双色球

第2025073期

七星彩

第25073期

开奖时间：2025年6月29日

本期全国投注总额：120134866元

广东省投注额：11090202元(未计深圳市)

中奖号码

奖等 每注金额(元) 奖等 每注金额(元)

选十中十 5000000 选七中七 10000

选十中九 8000 选七中六 288

选十中八 800 选七中五 28

选十中七 80 选七中四 4

选十中六 5 选七全不 2

选十中五 3 选六中六 3000

选十全不 2 选六中五 36

选九中九 300000 选六中四 10

选九中八 2000 选