

朱良成： 让传统文化在锣鼓声中代代相传

□记者 岑瑜/摄 通讯员 王叶慧 倪燕君



中共舟山市委老干部局
舟山市新闻传媒中心
联合推出

作为舟山市非遗传承人，退休后的朱良成始终活跃在文化传承一线，积极挖掘定海民俗文化，弘扬舟山锣鼓技艺，协助举办各类大型文旅活动。作为定海区关工委“五老”成员，他尤其关注青少年思想道德建设，依托“非遗课堂”将传统文化的种子播撒进孩子们心中。

见到76岁的朱良成时，他刚参加完定海区2026年民间民俗巡游大会。作为“舟山锣鼓”非遗代表性传承人，自2008年起，他坚持每周1—2次前往定海城西小学，义务辅导校舟山锣鼓队，十七年来风雨无阻。至今，他已培养300余名学生掌握这项本土非遗技艺。“舟山锣鼓这样的传统文化不能遗弃，继承发扬它也是我多年的愿望。”朱良成说。

舟山锣鼓以锣、鼓、钹及唢呐为主奏，配合丝竹乐器，音响雄壮，节奏鲜明，富有浓郁的海岛气息。朱良成介绍，这一吹打乐形式早在明清时期就流行于定海一带，最初用于航海：靠岸时招揽客人，航行时助兴解闷，遇雾时传递信号。后来逐渐融入民间红白喜事、庙会庆典和渔民祭海



等活动。

“不过现在懂舟山锣鼓的人越来越少了。”朱良成语气中透出忧虑。他表示，不少年轻人更偏爱西洋乐器，对传统民乐关注不多。正因如此，他自2008年起走进小学校园，从锣鼓的基本姿势、节奏感开始，循序渐进地传授技艺。“13面锣如何与鼓点配合，打出韵味，都需要耐心教

导。民间音乐靠口传心授，我们要把原汁原味的‘土’文化保留下来，让更多人喜欢。”

在他的努力下，越来越多年轻人开始接触并喜爱舟山锣鼓。每逢大学生前来拜访，朱良成总是热情讲解锣鼓的由来、演奏技巧，甚至与京腔的异同，并从个人经历出发，阐述锣鼓对舟山渔业文化、海洋文化传承的重

要意义。

“非遗传承讲究代代相传，既需要传承人的坚守，也离不开社会关注和政策支持。”朱良成表示，他将尽自己所能扩大舟山锣鼓的影响力。他常与本地锣鼓爱好者一起排练、创作，积极参与街道、社区的文化展演，让传统艺术走近百姓生活。

作为基层退休干部，朱良成也长期致力于乡村文化振兴。2009年至今，他每年为盐仓街道各社区（村）义务编导草根剧目2部以上，多数作品在“唱响定海”活动中获奖。2019年，他组织成立盐仓“夕阳红”民乐队；2020年组建“新居民文艺队”，每周开展培训，定期在广场演出，以“草根宣传”激活乡村夜间文化。

此外，朱良成还协助市文旅部门组织舟山锣鼓、木偶戏、马灯舞等12支非遗队伍，参与“国庆非遗展示大巡游”、东海云廊开光典礼等重大活动，并带领舟山老年大学民乐队参加各类演出。他说，要积极发挥自己的“微余热”，弘扬非遗文化，真正实现“老有所学，老有所为，老有所乐”的银龄价值。

史兵兵： 搭建未成年人的心灵港湾

□记者 岑瑜/摄 通讯员 王叶慧 倪燕君



中共舟山市委老干部局
舟山市新闻传媒中心
联合推出

在舟山，提起史兵兵的名字，不少青少年和家长都感到亲切。作为一名资深的心理健康教育专家，68岁的她退休后依然活跃在心理援助一线，以“五老”志愿者身份持续关注未成年人心理健康，通过心理咨询、情绪疏导等公益服务，为孩子们筑起一座温暖的“心灵港湾”。

2019年，史兵兵与定海区多位心理健康教育工作者共同创办“心灵之约工作室”，面向社会提供面对面心理咨询与疏导服务。来访者可通过倾诉、沙盘游戏、绘画表达等方式获得帮助。“我们配备了专业设施，逐步开展系统心理支持工作。”史兵兵表示，随着社会快速发展，青少年心理问题日益凸显，由此引发的家庭矛盾与社会关注度不断上升，心理健康已成为不容忽视的公共议题。

她回忆，工作室曾接到一所学校的紧急求助：一名新居民小学生留下逻辑清晰的自杀遗书，详细描述了实施计划。工作室迅速启动危机干预，调查发现该生是因学校推送的心理课程中涉及遗书示例而产生模仿冲动。工作室及时向相关单位反馈问



题，协助整改内容，避免更多学生效仿，并对该生进行心理疏导，成功消除其自杀风险。

新冠疫情期间，青少年心理波动更加显著。史兵兵和团队推出线上咨询服务，接到大量学生与家长的求助电话，内容涵盖亲子冲突、升学焦虑、家庭关系等多类问题。“其中

七八起属于危机干预，需要我们立即响应、上门疏导。”她分析，当代青少年生活节奏与方式发生显著变化，缺少情绪释放渠道。“过去放学后孩子们结伴回家，路上嬉笑打闹，压力自然消散，如今多是家长接送或独自往返，周末也常辗转于培训机构，情绪积压不易排解。”

中高考前夕是学生心理压力高峰期，史兵兵和团队会延长热线服务时间，考前一个月甚至每晚开通专线，方便学生与家长沟通。这一时期也是他们进校开展心理教师培训的关键阶段。截至目前，“心灵之约工作室”已开展个案咨询上千人次，为中小學生提供团体心理辅导20余场，开设线上微课17次，成功化解心理危机5起，实施危机后干预25人次。

史兵兵还带领团队深入海岛、偏远农村，通过宣讲、咨询等形式普及心理健康知识。工作室成立以来，已为师生、家长举办心理讲座上百场，足迹遍布偏远海岛、特殊教育学校，并为全市教师提供心理健康培训。

今年，团队新增“驻校心理服务”任务，支援新成立学校的心理建设工作。“新学校心理教师尚未到位，我们临时承担起心理筛查和辅导工作，帮助师生平稳过渡。”史兵兵说，“虽然退休了，但我始终热爱这份事业。只要还有精力，就希望能继续发挥作用，帮一个是一个。”