

夏修怀
编著



交际舞美谈

一扇领略人类文明的窗口

有着悠久历史的交际舞，是劳动人民的创造，是一种世界性语言，是世界人民的交际工具。历经岁月的浪淘，它不仅没有走向衰弱，相反，却从一般性的娱乐交际舞蹈发展成为具有标准性、国际性、竞技性、表演性的舞蹈文化现象，由俗而雅，「生命之树常青」，越来越受到人们的喜爱，并得到政府的支持。



版社



阳光文丛 (二)
YANGGUANGWENCONG



作家出版社

夏修怀

编著

江苏工业学院图书馆

藏书章

交际舞美谈

图书在版编目(CIP)数据

交际舞美谈/夏修怀著. - 北京:作家出版社, 2006. 12
(阳光文丛. 第2辑/黄敏, 唐活水主编)

ISBN 7 - 5063 - 3835 - 1

I. 交… II. 夏… III. 交际舞 - 研究 IV. J732.8

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 140512 号

交际舞美谈

作者: 夏修怀

责任编辑: 唐杰秀

装帧设计: 艺林风文化

版式设计: 功艺

出版发行: 作家出版社

社址: 北京农展馆南里 10 号

邮码: 100026

印刷: 北京忠信诚胶印厂

开本: 880 × 1230 1/32

字数: 96 千字

印张: 4

印数: 001 - 1 200

版次: 2006 年 12 月第 1 版

印次: 2006 年 12 月第 1 次印刷

书号: ISBN 7 - 5063 - 3835 - 1

定价: 12.00 元



作家版图书, 版权所有, 侵权必究。

作家版图书, 印装错误可随时退换。



前 言

有着悠久历史的交际舞，是劳动人民的创造，是一种世界性语言，是世界人民的交际工具。历经岁月的浪淘，它不仅没有走向衰弱，相反，却从一般性的娱乐交际舞蹈发展成长为具有标准性、国际性、竞技性、表演性的舞蹈文化现象，由俗而雅，“生命之树常青”，越来越受到人们的喜爱，并得到政府的支持。

“会跳舞的人，走路的姿势都好看。”



这是名人加里宁的名言。交际舞将美好奉献给人们，它有着自身的美的规律。它用经过提炼、组合和美化了的人体动作，抒发审美感情，反映生活的审美属性，被人们喻为“动态造型艺术”。在历史的大河中渐进发展，交际舞的内容和风格不断丰富，目前已演绎成体育进竞技、艺术表演、休闲娱乐三中不同风格流派。但万变不离其宗，其悦身悦神给人以美的享受的本质却始终如一。本书以国际标准交际舞 10 个舞种为主要框架对象，不拘泥某一流派，着眼于美的本质，用中国人的审美意识来探讨交际舞这来自异域的优秀文化的审美特征和审美规律，以激发爱好者、欣赏者的美感，企望有助于提高人们审美的能力、趣味、水平和情操，打开一扇领略人类文明的窗口。相信，它的出版将有助于交际舞的普及，并一定会受到广大读者、特别是交际舞爱好者的欢迎，对促进精神文明的建设起到良好作用。

本书内容是在吸收许多人的经验成果基础上形成的，从某种意义上可以说是交际舞优秀成果的“集纳”，在此特向与之有关的人们表示崇高的敬意和衷心的感谢。

作者

2006 年 10 月



目 录

前言.....	1
一朵美丽的茉莉花.....	1
国色天香——华尔兹舞	12
欢乐之歌——维也纳华尔兹舞	20
舞中之王——探戈舞	26
生命的约会——狐步舞	39
跳跃之舞——快步舞	47
演绎爱情经典——伦巴舞	51



风趣诙谐——恰恰恰舞	59
美艳绝伦——桑巴舞	63
最富激烈剧情——斗牛舞	70
青春之舞——牛仔舞	77
交际舞的服饰美	82
交际舞礼仪琐谈	88
舞林名家睿语	92
国际标准交谊舞史略	107
参考资料	112



一朵美丽的茉莉花

交际舞，一朵饱含体育与艺术神韵的绚丽之花——美丽的茉莉花。这朵花，让多少人惊叹道美，让多少人纵情痴迷，让多少男人气宇轩昂，让多少女人妩媚典雅，让多少个阳光更加灿烂，让多少个月辉更加温馨，让多少个聚会终身难忘，让多少个盛典更加辉煌……

穿过漫长的时间隧道，人们屈指算计考论，这朵花，从十四、五世纪的意大利



国家呱呱诞生，至今好几百年；由稚童到青壮年，历经风雨，日益弥坚，风华正茂，生命之树常青。

跨越辽阔的空间地域，人们放眼扫视全球，这朵花，遍开英国、法国、苏格兰、阿根廷、巴西、西班牙、古巴、美国、日本、韩国、俄罗斯、奥地利、丹麦、新加坡、中国……芬芳满园。

透视不同的人群，人们欣喜地看到：白种人、黑种人、黄种人……不同肤色的人；儿童、青年、老年，不同年龄的人；男人、女人，不同性别的人；佛教徒、基督教徒、伊斯兰教徒，不同宗教信仰的人；社会主义者、资本主义者、自由主义者……不同政治信仰的人；政治家、军事家、科学家，艺术家，不同功绩加身的人；工人、农民、商人、学生、教授……不同文化素养的人……这朵花，以宽广的胸怀，无限的魔力，为他们牵手，将他们串联，编织出人类寻求友谊的艳丽彩虹。

极目世间，交际舞，佳话几何：

胸吐“数风流人物，还看今朝”这气吞山河之语，视“秦皇汉武，略逊风骚，成吉思汗，只识弯弓射大雕”的一代伟人毛泽东和他的亲密战友刘少奇、朱德、周恩来等，在战火纷飞的年代里，于延安窑洞与它结缘后，历经



西柏坡，直到 20 世纪 60 年代中期的北京春藕斋，日理万机之余，常踏着它的节奏旋律起舞娱乐休息。一位搞了一辈子舞蹈的解放军某部歌舞团女演员，回忆当年与毛泽东等领袖人物跳舞的情形幸福满怀如数家珍：“我们最愿意跟周恩来总理跳舞了，他人很亲切，像老父亲一样，一边跳着快四步，一边问长问短，有时候跳着跳着还会唱起来，有时候笑话讲得我们哈哈大笑……周总理很会照顾人，跟谁跳过，没跟谁跳过，都记得清清楚楚。如果还有时间，没跳过的，他就主动去请人家。……毛泽东主席不像周恩来总理那么忙，舞会他都是从头跳到尾。他爱听京剧，舞会的中间都穿插京剧表演，这在他就是一种休息吧。跟总理不同，主席很威严。我们跟主席跳舞，不敢说不敢动的。主席话很少，顶多问问你家里情况，我们是问一句答一句。……每回都是主席先到，江青后到。江青到了以后的第一个舞，主席总要跟她跳。……刘少奇每次参加舞会，都是和王光美还有一个小女儿一起来。他跳起舞来很稳当，但人不像总理那样随便。和其他中央首长一样，他也穿中山装，常穿的是一身灰色的，脚上穿的布鞋，又叫老头鞋。王光美那时候很年轻，穿着很朴素，经常就是蓝裙子。……朱德老总穿一身黑色中山装。他那时



侯年龄大了，怎么也有七十多岁了吧。我们请他跳舞，都要先把他从座位上扶起来，慢慢跳完了，再把他送回座位上去。他人老了，话不多，常常是拍拍我们的手，笑笑，像对待小孙女。那些年，如果我们不下部队演出，几乎每天晚上都有舞会——中南海、国务院紫光阁、三座门中央军委，都是一周两次。”曾为毛泽东主席做过眼睛手术的唐由之医生，2005年2月19日坐客香港凤凰卫视中文台时回忆起这样一件事：1975年7月里，刚做过手术的毛泽东主席腿不好，因身材高大，行走需要两人搀扶。当时要接见来访的美国总统尼克松。在由卧室去会客厅的路段，毛泽东主席坚持只要一人扶着。他让搀扶自己的人退步走，自己以跳舞的步姿正面走，一直走坐到会客厅的沙发上。唐由之医生感慨地说：“他这种步法是跳舞跳出来的。”交际舞，是展示中国共产党第一代领袖人物普通人性情生活的一面镜子。

朝鲜人民的领袖金正日，面对来自世界的不同政治目光，主动邀请来访的俄罗斯女记者奥尔佳·马里切娃跳起优美的华尔兹。奥尔佳·马里切娃在以后出版的《和金正日跳华尔兹》一书回忆说：“当金正日提议跳华尔兹舞时，谁都没有想到。他的邀请十分自然，就像在舞厅里男



士邀请女士一样。他的跳舞水平非同一般，跳舞时我表示希望采访他，他接受了我的要求。”2002年2月，这位女记者作为俄罗斯代表团成员访问平壤，在晚宴上与金正日跳华尔兹舞并进行采访。她说，金正日“给人的印象与其说是性感，不如说是多愁善感”。她谈对朝鲜的印象时说：“每当去朝鲜访问都会感到急剧开放的氛围。街上的商店和摊床与日俱增，人们对待外国人的态度也变得越来越积极。特别是信息通讯方面的变化最为显著。”交际舞，在这里成为观察一个国家政治走向的媒介。

《他改变了中国——江泽民传》一书，对学生时代就会跳交际舞的江泽民同志同外国政要聚会时跳交际舞的情形做了多处介绍。如：在对南亚进行友好访问时“在菲律宾总统的游艇上举行的晚会中，他跳了恰恰舞，还与拉莫斯总统表演二重唱《温柔地爱我》”；在2002年2月21日欢迎美国总统乔治·布什达北京访问我国的一个宴会上，“江（泽民）虽已75岁，却依然充满活力，这位中国领导人还走近了舞池，他先是与劳拉·布什跳舞，接着又与美国驻华大使小克拉克·雷德的夫人莎拉·雷德跳，最后还与美国国家安全事务助理赖斯跳了一曲。江（泽民）似乎与赖斯女士配合得特别出色，因为她会讲俄



语”；“在招待俄罗斯总统弗基米尔·普京的国宴上，江（泽民）邀请他唱俄国歌曲。普京回答说‘体育方面我什么都行，但就是不会唱歌’。江（泽民）毫不介意，转而邀请普京夫人跳舞。”交际舞，是一位传递友情释放善意的温良使者。

古今中外，杰出人物大都是爱好广泛多才多艺的人。拉丁舞大师 walterlaird 就是这样一位杰出人物。他二战前任职英国皇家空军机构从事军用飞机的设计与研究，“是不折不扣的科学家，一个研究真实世界里自然科学基本原理的天才”。但他同时也是一位职业舞者，一位拉丁舞的传奇天才。他多次获得拉丁舞职业冠军称号，建立了拉丁舞的国际性比赛风格，终生探索拉丁舞正统音乐的特质与旋律，著作出版的《拉丁舞技巧》一书被翻译成 8 种语言广泛传播，被视为学习拉丁舞的圣经。他和舞伴戏居性改变了拉丁美洲舞的风格，以及女士选手穿着的方式——从端庄的英国风格变成他们所擅长的较性感的诠释。航空科学家——拉丁舞大师，集两者于一身，多么有趣的现象。被誉为全球最有创造性企业家中的第一人、世界首富比尔·盖茨，童年热爱户外运动、滑冰和打网球，在成了世界首富后喜欢赛车运动和滑旱冰的同时，还喜欢跳舞。



一位 20 世纪 80 年代就与他交往的证券分析师说：“比尔喜欢跳舞，他的脚一踏进舞池，整个人陶醉了。”交际舞，是体现人全面健康发展的一滴水珠。

“引无数英雄竞折腰”。举世闻名的伟大音乐家莫扎特、肖邦、柴可夫斯基、约翰·施特劳斯等，呕心谱写出《皇帝圆舞曲》、《维也纳森林的故事》、《蓝色多瑙河》等一大批经典舞曲；这些舞曲，一路跳跃，一路高歌，响遍全球，至今不衰。交际舞，是人类心中最圣洁的情歌。

迎旭日，望明月，思长亭，忆古道，吟芳草，交际舞的魅力在哪里，它凭什么打动征服众多人的心呢？如寻宝探秘，对于它的神奇美丽，各方专家给予了深刻析说。

文艺理论家认为：它使人的生命情调得到最充足的表现，是一种生命的艺术。生命的机能是动。它以律动性的本质表现生命，宣扬生命，强调生命，保障生命，透露灵魂中最秘密的冲动，展示生命的欢乐、激情、昂扬、高贵、优雅、协调，神圣地表现着人类精神。是的，华尔兹舞的庄重典雅，探戈舞的萧洒奔放，快步舞的轻快敏捷，维也纳华尔兹舞的舒展流畅，狐步舞的轻盈飘逸，伦巴舞的浪漫缠绵，桑巴舞的热情豪放，恰恰舞的风趣诙谐，斗牛舞的英武敏捷，牛仔舞的粗犷豪放，风姿各具，缤纷



呈艳，让生命放射出“真正的艺术风采”，显示人不仅活着，而且是美好的、充满激情的、非常有意义的活着，并将美感染他人，引起共鸣。世间人是最宝贵的。人的生命只有一次。对于只有一次生命的人，通过交际舞，生命能得到最大的自由与愉悦。这种“非尘世和超人的活动”，使人的生命演绎出艺术的光辉，因而对人具有强大的魅力吸引是理所当然的。

舞蹈艺术家认为：它富有音乐艺术的美。音乐，“上界的语言”，令“水族踊跃，鸟兽率舞”的语言，“会渗透进人的心灵”的语言，世界上“惟一不用翻译就能流行于世界的另一种语言”，“一种世界性的艺术语言”。这种“心情的艺术”，以鲜明动人的旋律和节奏，产生出最强烈的力量浸入心灵的最深处，让用灵魂生活的人，手之舞之，足之蹈之。抒情的音乐与抒情的交际舞浑为一体，强强联合，产生出强强联合的艺术。全身心投入，忘去自我，舞者和着音乐的旋律节奏，用肢体演奏着美妙的音乐，用肢体诉说着“上界的语言”，用肢体表达着丰富的思想，用肢体表现对高难技巧与美丽和谐动作的强烈追求，借以展示自己同音乐作品感情的相通，借以宣言自己对艺术品位的追求，借以将自己真、善、美的东西展览于



众，人性得以最大的张扬，感情得以最大的宣泄，心灵得以最大的满足。对于这样的活动，人们怎不热爱有加倾心投入呢！

体育运动家认为：它的形体动作是非常美观动人的。淘尽黄沙始见金。经过漫长岁月的打磨，经过众多专家高手的潜心研究，经过一轮又一轮的竞赛淘汰优选，当代的交际舞动作，已集规范、科学、美观于一体，堪为精华。优秀舞者的高难形体动作，在流动中多姿变化，或健美，或力量，或速度，或灵敏，或柔韧，或协调，或节奏，让男人气宇轩昂，风度翩翩，超凡脱俗，让女人秀丽多姿，雍容大方，高贵优雅，流露丰富多彩的内心世界，体现蓬勃向上的生命活力，将人的形体美、气质美、精神美、人性美、人情美完美表达。身心合一，内外双修，超凡脱俗。人们何乐不为？

社会学家认为：它是人性化非常突出的东西。作为社会里人们交际、男女互相影响的一种最重要的方式，增进男女异性更多方了解的一座最重要的桥梁，随着岁月的脚步，为越来越多的人接纳喜爱，也越来越靓丽。从“手拉手”到“近身的搂抱”，在美妙的旋律节奏中，男性永远扮演着“主导”角色，女性永远扮演“跟从”角色，



双方配合默契，浑然一体，姿态优雅，“打破了肉体和精神
的界限，打破了耽溺于情欲和约束举止的界限，打破了
社会生活和宣泄个人特性的界限，打破了游戏、宗教、战
争与戏剧的界限，打破了一切由更为高级的文明形成的各
种界限。处于狂喜状态的人体为情感征服而遗忘一切，变
成了只是灵魂上的超人力量的一种承受器，灵魂使加速运
动的肉体摆脱自身负重而产生快感和欢乐”（库尔特·萨
克斯）。交际舞，美妙和谐的运动，天真纯情的运动，演
绎人性本质的运动。让人们在优美的旋律节奏中，学会了
“沉着的姿态、文明的举止和从容不迫对待异性”，从而
打破了异性神秘的枷锁，戳穿了虚伪道德的外衣，还原人
性，解放人性，升华人性。交际舞，自然有着无穷的魅力。

观察家认为：它是一位胸怀宽阔，朴实随和，平易近
人的友善使者。它有着极强的适应性，既能进入金碧辉煌
庄严肃穆的皇家宫廷，也能步入竞比高低角逐激烈的国际
赛场，还能现身扬播艺术的银幕、银屏、剧场，马路街
头，公园广场，乡村场地，城市酒吧，校园绿坪——四处
可见它的身影。“只要能散步，你就能跳舞”，只要你乐
意，它就会高兴地与你为伍，并承诺“可相伴终身”，没