

“农家书屋”必备书系·第7卷·农村体育健身常识

之十一

中老年健身舞蹈常识

主 编 刘利生

副主编 余志雄

陕西科学技术出版社

目 录

第一章 迪斯科概述	(1)
第一节 迪斯科的历史	(1)
第二节 迪斯科音乐风格的变化	(7)
第三节 迪斯科变迁史	(10)
第四节 DJ——DISCO 舞厅的司仪	(15)
第二章 中老年人与迪斯科	(18)
第一节 跳迪斯科与保健养生	(18)
第二节 中老年人跳迪斯科的利与弊	(19)
第三节 跳迪斯科舞蹈的方法	(21)
第四节 中老年人跳迪斯科须知	(22)
第三章 中老年健身舞蹈	(24)
第一节 舞蹈与健康	(24)
第二节 养生太极扇	(25)
第三节 适宜中老年人的健身舞蹈	(28)
第四章 大众健身操简介	(30)
第一节 大众健身操入门	(30)
第二节 跳减肥健身操的学问	(32)
第三节 跆拳道健身操	(34)
第四节 有氧健身运动	(36)

第五章 交谊舞	(39)
第一节 交谊舞综述	(39)
第二节 交谊舞的姿势和要诀	(43)
第三节 恰恰恰和喳喳喳	(45)
第六章 探 戈	(50)
第一节 起源及发展	(50)
第二节 探戈的世界五大流派	(53)
第三节 竞技型探戈	(55)
第四节 探戈与中老年保健	(57)
第五节 探戈脚部运用的技巧	(58)
附录一 体育舞蹈竞赛规则	(61)
附录二 拉丁健身操	(79)
附录三 中国民间舞蹈	(81)

第一章 迪斯科概述

第一节 迪斯科的历史

20 世纪中期,世界政治、经济和科技发生着巨大的变化,文化领域也在进行着一场革命。人类生活水平的提高扩大了精神上的需求,娱乐新方式的出现震撼着数百年的传统文化,使单调乏味的日常生活发生了根本性转变。夜生活它取代了过去封闭式的家庭娱乐,在某种意义上,它成了现代人的“文艺复兴”。

源自法国的 GoGo 迪斯科

迪斯科最初起源于法国巴黎的一群怪男女。他们总是半夜三更在酒吧间里相聚。他们中有下层工人、时装师、黑社会成员和同性恋者。他们尽情放送流行歌曲,用以达到宣泄的目的。

第二次世界大战时,法西斯控制了巴黎的所有夜总会,甚至把所有歌舞表演的餐馆和酒吧也都占为己有。因为惧怕带有美国色彩的爵士乐和犹太旋转舞,他们下令关闭了巴黎的所有旋转舞和爵士乐舞厅,爵士乐只能在地下抵抗组织和非法场所出现。但在巴黎拉丁区的酒吧间里,却依然放着美国音乐,凡来此喝酒玩耍的男女都无所顾忌地高谈阔论时下战况,收听“美国之音”电台的爵士乐。原来,这里受到了暗中保护,德军不敢

染指。

法国解放后,美国爵士乐顿时弥漫巴黎大街小巷。人们在瓦砾堆上不顾一切、没日没夜地狂跳。1947年,巴黎商人保罗·帕西尼为庆祝美国商品重新进入法国,在巴黎创办了“GoGo夜总会”,以展现美国人的生活方式。“GoGo”意即快节奏的舞步和快节奏的享乐,这种娱乐很快风靡了战后的法国。美国兵回国后,又把巴黎“GoGo”传回家乡。

迪斯科在美国生根开花

20世纪50年代初,一个叫奥利弗·科奎林的法国人参加了美军,在朝鲜战场上立功后放弃法国国籍,加入美籍。他复员到纽约后,发现纽约的夜生活远不及美国兵带给巴黎人的那样活跃。美国的夜生活实际上很沉闷,殷实的纽约富豪夜间消遣的地方太少,连酒吧也屈指可数,仅有两家较大的夜总会。与巴黎相比,纽约简直让人窒息。于是,以美国“第一迪斯科舞厅”命名的法式夜总会的构想出台了。1960年圣诞节前夕,这家迪斯科夜总会在纽约东55大街的苏顿广场正式开业,成为法国迪斯科进入美国的标志。起初,它还给人一种神秘感,但人们很快发现,这仅仅是一家带有法国风情的夜总会。美国《时代》周刊当时称,这是在美国的法国人享乐之地,这家夜总会直接从法国“引进”美女,入场票价高达200美元。

因为布置豪华、设施先进、格调优雅,第一迪斯科舞厅一下子成为纽约生意最红火也最具特色的夜总会。到1964年3月,它作为美国最新、最豪华的娱乐场所,使纽约其他著名的夜总会相形见绌。

1965年,社会名流理查德·伯顿为追求好莱坞影星伊丽莎白·泰勒,抛弃了妻子西比尔。西比尔为填补空虚,在纽约开办了自己的夜总会,即“阿瑟夜总会”,其特点是迎合英国时尚,引进了伦敦的“旋风迪斯科”。阿瑟夜总会一炮打响,迅速成为迪斯科的新亮点,西比尔获得世界迪斯科皇后的美誉。

迪斯科舞最初就引起青少年的兴趣。当时在美国青年中形成了一股追求外来流行文化热之风,纽约的“阿瑟”开张后,去夜总会跳舞的都是年轻人。他们对旋风迪斯科舞的喜爱达到了疯狂的程度,那种大胆快捷的舞步和充分袒露的外泄表演与传统舞姿形成鲜明的对比。直到肯尼迪时代,迪斯科舞才引起一般市民和社会名流的注意。

音乐使迪斯科百花齐放

多媒体音响技术的发明使迪斯科舞向前跨进了一步。音乐成为迪斯科的催化剂,多媒体技术使本来就如醉如痴的舞者更加疯狂。在美国任何一个舞厅都可见到舞者随着强劲的音乐节奏尽情地舞动,如群魔乱舞,无任何舞技可言。因为迪斯科音乐的强大魅力,许多舞者由崇拜迪斯科转为崇拜多媒体音乐,多媒体音响技术还导致电视音乐 MTV 的出现。在美国,大约有40%的音乐家抛弃传统音乐,转而追逐迪斯科热。当然,音乐并不是推动迪斯科发展的唯一因素。除多媒体音响外,对迪斯科产生影响的还有灯光、布景和 ISD 技术。

20世纪60年代末,迪斯科音乐逐渐形成。最初,一些夜总会演奏或放唱片音乐,间或掺杂摇滚乐,但随着迪斯科的迅速发展,无强烈节奏感的音乐已不能适应迪斯科的需要。这时,黑人

的流行音乐为迪斯科注入了营养,迪斯科乐队渐成时尚。70年代,费城的两位作曲家肯尼·甘布尔和里昂·哈夫宣布成立“费城国际音乐制品公司”,简称“费城之音”迪斯科音乐创作园。“费城之音”很快顺应了迪斯科的需求,推出大量适应各种迪斯科舞的舞曲。非洲歌唱家曼努·迪邦戈的《心灵摩莎卡》,因为特别适用于迪斯科舞而成为70年代最流行的迪斯科舞曲。到1975年,美国迪斯科音乐流派形成,迪斯科舞曲销量创下音乐销售史上的最高纪录。随着音乐的节奏,迪斯科迅速流行开来,美国人称其为不可阻挡的“迪斯科狂潮”。

迪斯科自由开放式的特点使任何奇形怪状的动作都可能变成一种舞姿。说来也有趣,巴黎《时尚》杂志的编辑洪诺尔·波斯特在一家巴黎迪斯科夜总会门前跌了一跤,其丑陋的动作一下被舞迷们模仿成一种舞姿。与此同时,GoGo迎合美国人崇尚自然、回归远古的情趣,引申出印第安人迪斯科舞。

阿瑟夜总会领舞员诺埃尔把欧洲的芭蕾动作糅进来,其舞曲又取材于各种民间音乐。很明显,迪斯科基本上失去了固定的模式,它随着音乐和节奏的变化而变幻无穷。那时,夜总会的兴衰完全取决于老板能否物色哗众取宠的舞姿模特儿。不断演绎变化的迪斯科舞创造了如“波士顿猴舞”“霹雳狗”等著名的迪斯科。而恰恰是这些舞姿推动了迪斯科向纵深发展。

1966年,纽约百老汇的“猎豹”夜总会推出一种新式迪斯科,它利用强劲的节奏效果使舞者迅速进入亢奋状态。并且,夜总会还向舞者兜售化妆品、面具、晚礼服、烈酒、避孕套甚至大麻。有人把这描绘成漂亮、奢侈与刺激的迪斯科大杂烩。另一家夜总会“闪电演艺圈”更是独树一帜,它使舞迷陷入“极乐世

界”的迷魂阵,几乎把60年代的迪斯科文化浪潮引入死胡同。1968年,出了个名叫“清脑迪斯科”的夜总会,它规定,凡进入者必须完全换装,穿上夜总会提供的半透明长袍方可进入“梦幻娱乐岛”。

迪斯科“毒瘤”的衍生

迪斯科成为最流行的文化,美国成了“享乐”的福地。1969年,同性恋者获得了外出过夜生活和跳舞的权利,一时间,夜总会成为同性恋者的天堂。纽约第一家同性恋迪斯科舞厅“奥克斯普斯”随之开业,公开打出“同性恋圣地”的旗号;另一同性恋会聚之地“圣域夜总会”则打出“天下同性皆情人”的口号,欢迎任何同性恋者或愿加入他们行列的舞迷。著名电影演员简·方达进入“奥克斯普斯”拍片时,才发现这里裸男裸女丑态百出,不堪入目。这些人随着音乐的起伏,在性欢娱和毒品的刺激下,进入迷幻状态。因为可卡因供不应求,一些同性恋者甚至把治疗咽喉炎的药品也带入夜总会。进入高潮时,有人悄悄把药瓶盖打开,使整个大厅充满浓烈的刺鼻气味。

同性恋者为吸引漂亮英俊的同性,往往把毒品涂满全身,一旦看中谁,便一边接近一边用毒品的气味诱惑对方,使对方心甘情愿地成为猎物。迪斯科的繁荣导致了大量犯罪的产生。

1964—1966年,另一种带有“新思潮”的滚石文化从英国席卷而来。1967年,纽约和旧金山成为反主流文化的“麦加”。位于纽约圣马可广场的“闪电演艺圈”成为美国嬉皮士迪斯科的圣地。嬉皮士的特征是:衣着奇异,行为古怪,忽似鬼怪忽似顽童,自称“极乐体验者”。服饰对他们来说似乎成了累赘,他们

在大庭广众下跳脱衣舞或干脆全身赤裸，涂满色彩似乎更够刺激。

乐极生悲的迪斯科

1977年，好莱坞推出第一部迪斯科影片《周末夜狂欢》，获得巨大成功，它标志迪斯科已处于极盛。1978年，一个引人注目的现象是，许多商品以迪斯科为商标打进千家万户，诸如“迪斯科快餐”“迪斯科床单”“迪斯科枕头”“迪斯科纽扣”等等，不一而足。迪斯科歌星、迪斯科舞星更成为人们追逐的对象。美国出现了200家迪斯科电台，学校开办了迪斯科舞蹈专业，大学迪斯科热更是一浪高过一浪，美国全国涌现出2万家大型迪斯科夜总会。

纽约最大的夜总会“54演艺厅”差点把迪斯科热引入歧途。每当夜幕降临，该夜总会门前总是排起长龙，把门的打手无所顾忌地高喊：“显贵妖女请进来，正统凡人快走开！”这里已成为狂欢、淫乱和吸毒者的天堂。面积达1.5万平方米的演艺大厅足够容纳2000人，几个舞台悬吊在空中，妖形怪状的半裸男女在上面狂跳。台下的观众从绅士、名流、达官显贵到瘾君子、同性恋者、妓女、嫖客和流氓，也都跟着疯狂地跳动。有人甚至狂叫：“我们是避孕套与艾滋病之间的一代，只有我们才懂得什么叫娱乐！”

1979年的一天，姗姗来迟的联邦调查局进入夜总会搜查，眼前的景象令他们瞠目结舌：满地散落着避孕套、大麻、可卡因、内裤、钞票、照相机和在地下室里横七竖八躺着的同性恋者和瘾君子。而该夜总会的主人鲁贝尔和斯雷杰被抓走竟仅仅是因为

偷税漏税,他俩每晚收入约 50 万,却不纳一分钱的税。进入 20 世纪 70 世纪年代末期,艾滋病在吸毒者和同性恋者当中流行起来。这时,反人性的恶流才稍有节制,但已根深蒂固的迪斯科却难以走下历史舞台,它继而在以歌星迈克尔·杰克逊和麦当娜为主体的摇滚乐风潮中又找到了自己的位置,并且流传到世界各地。

尽管如此,人们醒悟到,优秀的传统文化正在失落,而由迪斯科引发的性自由却正在使人丧失真正的自由,并且已危及生命。当然,迪斯科在文化史上已打下不可磨灭的烙印,它将作为人类一页耀眼的乐章存在下去,同时会不断向人们敲响警钟:物极必反,乐极生悲

1998 年,好莱坞推出一部电影《迪斯科的末日》,将臭名昭著的“54 演艺厅”搬上银幕。影片借女主角之口说:“迪斯科到来前,美国尚处舞蹈的荒漠。除舞蹈家外,几乎无人会跳快步舞,而迪斯科却改变了一切。”

第二节 迪斯科音乐风格的变化

迪斯科,英文 DISCO 的译音,源于法文 DISCOTHEQUE(指以播放唱片伴舞的夜总会),起源于法国。20 世纪 70 年代兴起于美国,成为一种群众自娱性舞蹈,后很快在世界许多国家流传,通常有舞厅迪斯科、健身迪斯科和表演迪斯科之分。舞时无须有舞伴,动作自由是活胯扭动较大。其音乐多由电子音响合成,并将人声混合其中,特点是节奏快速而强烈(每分钟约 125 拍),突出节拍重音,强调以夸张的强弱力度交替反复,诱发内

心的节奏冲动。其旋律和歌词简单且少有变化。

20 世纪 70 年代,美国出现了一种唱片夜总会。这里伴舞用的音乐既不是爵士,也不是摇摆乐和摇滚乐,而是一种节奏强烈、单一为“蓬 - 蓬 - 蓬”的流行乐唱片,它的名字叫迪斯科。迪斯科不应算是流行音乐中的一个流派,而是对乐曲进行特殊的改编,不管是现代还是古典曲目,都可以编成迪斯科舞曲,它的重点放在了节奏和打击乐上。

因为电声乐器和电子合成器的不断完善,一些乐手充分利用现代电声音响设备,将电子舞鼓、高、低音吉他等各种乐器与电子合成器进行技术性的编配和制作。使它们产生奇异、节奏强烈的音响。它给舞者尤其是青年人以极大的感官刺激,常常使他们产生不可抑制的狂热情绪。

迪斯科音乐大多带唱,歌词简单,节拍是双拍子,曲调就那么几句来回反复,速度比进行曲略快,每分钟约为 125 拍左右。

1978 年 7 月,美国 WKTV 电台为了吸引广大听众,依照曼哈顿迪斯科夜总会“周末狂欢之夜”的风格,把“甜美摇摆”节目,改播“全日制迪斯科”。这一新的节目,使它在纽约四十多家电台中,收听率从 1.2% 猛增到 11%。成为当地最受欢迎的电台。不久,美国其他电台也纷纷效仿。一些商场、超市、娱乐场所,也用迪斯科音乐配广告来吸引顾客。

因为迪斯科曲调过于简单,节奏单一不变,时兴一个阶段之后,人们对它感到厌倦。20 世纪 80 年代之后,摇滚乐又卷土重来并有所发展,取代了迪斯科,这时又出现了一大批摇滚歌星,如莱昂内尔·里奇、迈克尔·杰克逊、斯蒂夫·温德、斯普林斯汀以及爱尔兰的鲍勃·吉尔多尔等都非常有名。

1985年,非洲埃塞俄比亚等因遭受了严重旱灾,美国和欧洲的几十名著名摇滚歌星,在美国费城肯尼迪体育场,和英国伦敦温布利体育场举行了两场“生存援助音乐会”,通过卫星向世界上—百四十多个国家现场直播。由迈克尔·杰克逊和莱昂内尔·里奇创作的歌曲《我们就是世界》(又译《天下一家》)就是这两场音乐会的主题曲。它迅速传遍了世界,由此可以看出,摇滚乐已经成为世界性的流行音乐了。

摇滚乐通过各种媒介、唱片、录音,也传到了中国。80年代初,英国著名的流行歌星乔治·迈克尔,随欧洲负有盛名的“畏猛”(Wham)乐队来中国访问演出,使中国人第一次领略到摇滚乐现场表演的魅力,中国风格的摇滚乐创作,起始于崔健。1981年起,他就将摇滚手法运用到自己的通俗音乐创作之中。成为“中国摇滚乐的先驱”。但那时影响还不是很大。

1985年,当联合国确定下一年的主题是“国际和平年”,要求各会员国都要为促进世界和平作出努力,举办各种宣传活动,其中包括在这年11月,举办一次以歌唱和平为主题的歌咏活动。为办好这次歌咏会,经我国有关部门和专家们研究,决定参照前几年在美英举行的“生存救援音乐会”的形式,搞一个“百名歌星演唱会”,其主题曲《让世界充满爱》,就是按摇滚风格创作并演出的。这个演唱会在同年5月举行,收到了良好的效果。不久,崔健推出了摇滚歌曲《一无所有》,又掀起一次摇滚浪潮。此后,电视台的多个文艺晚会上,陆续出现不少摇滚风格的节目。

发展到今天的迪斯科音乐,强调以夸张的强弱力度的交替反复诱发内在的节奏冲动来支配舞步,比传统的华尔兹、探戈等

更为自由,突出个性。男女两人一起跳舞时,更多的时间身体不接触,动作不必一致,而是问答式的情绪联系与默契。舞蹈动作可随着音乐节奏即兴发挥。根据技术要求的不同,可分为娱乐性的舞厅迪斯科、健身性的迪斯科体操和表演迪斯科。广泛流行的是舞厅迪斯科。一般说来,舞厅迪斯科自娱性强,形式多样,随意即兴,要求跳舞的人有掌握和处理节奏的能力,根据节奏的变化尽量发挥。这种舞可单人自跳,双人跳,多人集体跳,但仍以男女双人跳比较普遍。

社会、人类学的研究表明,人类有歌舞的本能要求。迪斯科为向来尊崇含蓄、文雅、礼仪、庄重的国人带来了一种使人耳目一新的选择。跳迪斯科须得忘记自己的身份、地位、学历,忘记一切有碍于你放开手脚狂舞乱跳的人格面具。在今天的迪斯科舞厅,青年人穿着T恤衫、牛仔裤与高帮运动鞋步入舞池照样能找到心跳的感觉。白领男士西装革履从公司下班不换装就直接去迪斯科舞厅赶场子。笔挺的西装在旋转的魔影里有几分怪异,但也没人指责你不合时宜,只要尽兴便好。迪斯科对着装的容纳度已经变得很宽大。你甚至经常能看到北方的老头老太聚在公园一角,穿着臃肿的棉衣棉裤扭老年迪斯科。在此你已经找不到原来的迪斯科精神,迪斯科似乎已名存实亡。

第三节 迪斯科变迁史

迪斯科所代表的不仅仅是一种音乐,还意味着一种工业的跳舞文化,蕴含着一个时代的政治、社会情绪,那个时代完全可以用迪斯科来命名。

迪斯科变迁史

迪斯科对于中国来说,是一次精神革命的冲击。这种音乐成为当时青年人的娱乐方式,代表着年轻人标榜自己反叛内心的重要途径。实际上,从迪斯科的起源来说,它也始终带着革命的精神内核。

迪斯科起源于20世纪70年代早期,是黑人的音乐成果。这种混杂的音乐形式最初在美国一些大城市的黑人中暗地里流行,后来流传到法国,被冠以一个法语名字:Discotheque(夜店),之后返销美国,就简化成了Disco。

从1974年开始,迪斯科舞厅在美国慢慢流行起来。以纽约为例,当时的迪斯科舞厅通常位于市中心,大多都是由旧仓库、歇业的餐馆等建筑改建,看上去都很低俗肮脏。入夜之后,年轻的迪斯科爱好者就纷纷登场了,穿着紧兮兮的衬衣、小外套,顶着一个非洲式爆炸头。

20世纪60年代兴起的黑人民权运动在此时已经步入尾声,而1975年结束的越战更是耗尽了人们的政治激情。政治激情慢慢消退,生活不再戏剧化,而衣着标新立异、音乐简单激烈、歌词无意义化、情绪无聊颓丧的迪斯科则渐渐兴起,青年们的激情从政治领域全面撤退到了生活领域。

但迪斯科,特别是迪斯科舞厅的命运非常短暂。随着1980年里根总统上台,一个极端保守主义的时代开始了。主流音乐文化开始转向,新世纪音乐(NEWAGE)大行其道。警察们对市中心那些黑暗之中的迪斯科舞厅也不满意,他们频繁检查,大部分舞厅不断地被吊销执照,不得不搬到下城去,而最后这些“下

城迪斯科舞厅”又不得不搬到郊区去——郊区不再是黑人们能够常常光顾的地方。原始意味的迪斯科舞厅就此开始衰落,商业化的豪华俱乐部取代了它们的位置。

随着强烈的音乐节奏,身体扭摆的一种舞姿传入中国不过十余年,迪斯科普及的程度却令人咋舌。跳迪斯科的服装无须过分讲究,然而最初在炫目的七彩光影里疯狂劲舞的英国年轻人不约而同地有着相似的打扮。他们留着像干丝面一样的披肩发,穿紧身的白色衬衫,做旧的须边牛仔裤,周身装饰着各种各样的闪光片、金属环等,造成一种惊心动魄的激烈氛围。

喇叭裤:那个时代的标志

迪斯科不仅代表着一种音乐,它还意味着工业时代的第一种跳舞文化,很多我们现在习以为常的娱乐形式都是由它所开创的。

最著名的要算那个在舞厅上空闪闪发亮的多面体反光球,那个球的名字就叫做迪斯科球,实际上它早在1942年的电影《卡萨布兰卡》中就出现过。当迪斯科舞厅兴起的时候,他们发现这玩意在集束灯光的照射下能让黑暗的舞厅呈现出诡异的效果,光线通常都是红色和紫色的,会让白色物体(比如白色的紧身衬衣)在黑暗中显得有荧光效果。一些聪明人发现它还有一个作用:闪烁的荧光可以让女士们的内衣直接透出来,于是就成了迪斯科舞厅的必备设施,迪斯科球由此成名。

真正专业的迪斯科灯光设备,比如那些摇头晃脑的灯具,是在1968年发明的。随着灯光的越来越复杂,新职业也诞生了——那就是灯光师(LightJockey)。和唱片师(DJ)一样,他们

都是随着迪斯科跳舞文化以及迪斯科舞厅的发展而衍生出来的。迪斯科舞厅所创造的这些灯光设备开启了我们现在所有豪华俱乐部娱乐方式的新纪元。

迪斯科的力量当然不只这些,它还影响到人们生活的方方面面,比如服装潮流。迪斯科带来的不是小群体的、短暂的流行,而是成为整个上世纪七八十年代所有年轻人的最爱。牛仔短裤、大喇叭裤等等都是首选,再穿上一件白色小衬衣,在舞厅的紫光灯下非常显眼。可以想象,这样的裤子完全不适合如今的跳舞人群,Hip - Hop 类的街舞动作会让你蹲都蹲不下去,但在当时却非常适合迪斯科舞厅穿着——毕竟跳迪斯科只需要身体的扭动。当时的人们以这样舞台化的穿着来标志自己生活的光彩夺目,这些对于他们的意义就如同我们现在的人必定要在耳朵里塞着最新款的耳机线一样。

当然,迪斯科在中国流行时,中国人的服饰还比较单一,但即使这样,中国的迪斯科青年们也少不得紧身喇叭裤、紧身衬衣、厚底鞋这几样必备法宝。在贾樟柯的电影《站台》中,我们不仅可以听到当时在中国流行的那些迪斯科乐曲,还能看到主人公穿着迪斯科青年的统一装备招摇过市。

蹦迪的中国境遇

在中国,迪斯科的流行则与时代变迁的大背景相联系。在迪斯科的热潮下,一些最脍炙人口的革命现代京剧,也被改编成了迪斯科舞曲,传颂一时的名作是《智取威虎山》选段——《打虎上山》。而就流行乐传统而言,迪斯科是将黑人的音乐公式化,它的基本构成是:灵歌(Soul)的唱腔,疯克(Funk)和布吉

(Boogie)的合成节拍,再加上摇滚乐作为支柱。在流行音乐史上,迪斯科时代虽然空泛,却留下了流畅之极的旋律、优美之极的和声,瑞典的阿巴(ABBA)、澳洲的比琪(BeeGees),美国的土风火(EarthWind&Fire),这些当时最流行的乐队,并非是只会炮制商业流行曲的泛泛之徒。阿巴古典乐的韵味,造就了一系列美得惊人的旋律;比琪的技巧高超的和声,任何时候听起来都是那么诗情荡漾。这些迪斯科乐队代表的,是舞曲艺术中充满阳光充满健康人性的时代。

20 世纪 80 年代,国门初开,正赶上国际间迪斯科音乐风潮的尾巴,这种充分张扬年轻人自我、解放身体的音乐形式立刻成为了年轻人的时髦之选。欧阳菲菲、张蔷等歌手的磁带卖遍大江南北,《 阿里巴巴 》等迪斯科歌曲的旋律也街知巷闻。对于当时的中国青年来说,吸引他们的不仅仅是这种节奏刺激的音乐形式,更来自于居然可以随意发挥的舞蹈形式和年轻人拥有一套神秘共同语言的聚会形式。迪斯科当之无愧是当时最受到严密监视的公共娱乐活动之一。20 世纪 80 年代轻人特别流行家庭 Party,就是一窝蜂聚到某个同学家里,把家里的灯用红布给裹上,大家放迪斯科音乐跳舞。

与美国的迪斯科狂热诞生于政治激情消退的岁月不同,中国的迪斯科风潮则涌现于突然开放的年代。这种带有强烈节奏感的音乐舞蹈为 20 世纪 80 年代的中国人创造了一个呐喊的空间,被压抑了许久的欲望和对过去生活的不满正在迪斯科的撩拨下逐渐苏醒。

随着社会的开放,越来越多的新鲜事物涌入了国内,狂热的迪斯科风潮也渐渐消退。