

# 领舞



[领舞 下载链接1](#)

著者:谭梅

出版者:东方出版社

出版时间:2016-1

装帧:平装

isbn:9787506088459

在公众眼里，她是“朱军背后的女人”，文静、美丽、善良、懂事，人物评价大抵是“嫁得不错”。而她以舞者的柔韧与坚强，从军营女兵、名人之妻到商界精英，三次华丽

转身，实现了一个女人梦寐以求的复合式成功。

《领舞》第一次在谭梅的故事里回忆朱军，细诉他们如何在爱情中互相取暖，在岁月里彼此成就。两个人的无间旋转，演绎一出情到深处的双人舞。

书中讲述了谭梅20年里从群舞到领舞的独特心路历程。她以舞者的姿态提醒：女人，还可以以这样的方式，毫不仓促地活着。

书中记录了谭梅创办舞蹈艺术社的十年岁月。作为舞蹈教育工作者，她在一舞之间教给孩子们的，不只是身姿和舞步，更有所有她走过的路、尝过的苦、沐浴过的聚光灯和枯坐过的冷板凳。

## 作者介绍:

谭梅，舞蹈表演艺术家，少儿艺术教育家。北京八八空间舞蹈文化艺术有限公司董事长，中国传统文化促进会理事、中国舞蹈家协会会员。

毕业于解放军艺术学院戏剧表演专业，在兰州军区战斗歌舞团和海政电视艺术中心从事专业舞蹈、表演20年，并多次在全国舞蹈及全国戏剧小品大赛中荣获大奖，参演多部影视剧。其中小品《山妹子》获得“CCTV第三届戏剧小品大赛”一等奖和最佳女演员奖，并荣立个人三等功；长篇电视剧《波涛汹涌》获得全军“金星奖”一等奖。

成功创办八八空间舞蹈艺术社，十年来为社会输送了上万名热爱艺术的青少年人才。2007年创作并导演了大型童话音乐剧《丑小鸭》，全国巡演赢得业内和小朋友、家长们的广泛好评。

致力于公益事业，长期为病患、贫困儿童进行募捐义演、免费教学等。

目录: 推荐序 最好的时光	朱军/ 001
总启 和我一起跳舞/	001
第一章 脚尖处有大文艺/	011
第二章 人生时时需独舞/	051
第三章 可以改变姿态，决不改变方向/	087
第四章 与其沉默，不如跳舞/	121
第五章 保持童心，就是捍卫初心/	163
第六章 艺术社：让空间大于时间/	209
第七章 我与他的双人舞：平衡只是动态/	233
附录 谭梅和她的朋友们/	267
· · · · · (收起)	

[领舞 下载链接1](#)

## 标签

好书，值得一读

女性

谭梅

我想读这本书

想读，一定很精彩！

|领舞

舞蹈

朱军

评论

虽说有营销，但还是不错。

---

十八生日上海朋友送的

---

1

---

相比专业的写作者，谭梅的文字功底的确有点欠缺，有生活的阅历，但写作的深度不够。频繁的生硬引用便是一佐证。还有，咋还插播广告呢？动不动就「谭校长说」，真像招收信息啊。  
撇开文学性，就个体独立性而言，还是很值得像我这样睁眼起床上班，回家就想睡觉，做事拍脑门的懒女人学习的！虽然不会为她转粉，也点个赞吧。

---

[领舞](#) [下载链接1](#)

## 书评

知道谭梅，是因为朱军。估计很多人都是这样的。就连谭梅自己都说她喜欢别人称她“朱军夫人”胜过“谭校长”、“谭董”之类。不要以为她是一个喜欢依附丈夫的女子，事实上，她不仅是朱军背后的贤妻，是她儿子的好妈妈，同时也是一位自强自立的女性。读过她的这本自传后，了解了…

---

“秋刀鱼会过期，肉酱也会过期，连保鲜纸都会过期，而我竟然在衣柜深处翻出了一条保质期二十年的裙子。裙子有没有过期，主要取决于女主人的身材有没有走形。”(P.2)深以为然。但是从头到尾看过后，难免会油然而生出一种吐槽的欲望，话说，书中每章的后面还附有一篇“谭校长…”，

---

从群舞到领舞，这一段心路历程注定是奇特的。要经过很多努力，吃过很多苦，流过很多泪，坐很多冷板凳，抓取很多机遇，才可以最终成为领舞，才可以更好的教育孩子。小学的时候班主任和同学都很喜欢我，选我跳舞，可以我那时候自卑，同时也是一个很谦逊的孩子，我觉得虽然我学习…

---

2015年的除夕夜，外面此起彼伏的鞭炮声，拂动了一室的温馨，带来无限的喜悦与幸福；2015年的除夕夜，谭梅用她独特的《领舞》，吹皱了疲惫的心田，带来不尽的坚持与梦想！

若不是《领舞》，或许我永远不知道谭梅是谁，更不知道朱军的妻子是谁，这个世界谁因了谁而为世人熟知，或…

---

尼采说：“每个人不曾起舞的日子，都是对生命的辜负。”

而对于本书的作者谭梅，她如一朵傲寒的梅一般绽放着自己独特的柔美，她的生命仿若是专为舞蹈而生，可以说她对舞蹈的执念成就了她自己，并没有辜负生命。看到书中照片上这个气质女神，我就在想，她会是一个怎样的女人…

---

朱军作为央视主持人已经家喻户晓，他在台上的风格比较“正统”，也没有什么负面新闻，而对于他的夫人谭梅，不喜欢八卦的普通观众还是不清楚的，但看了《领舞》之后，我们对这个名人背后的的女人有了更多的了解，她不仅仅是背后的女人，自己也拥有属于自

己的事业，而且一路成长，最后...

---

不争取，怎么知道不会成功呢？虽然常言道“人生不如意十有八九”，但毕竟还有个成语叫“好事多磨”。

韩梅是一个不断努力不断朝着自己方向前进的女人，有了朱军这个靠山，她以后的走也是算一帆风顺吧，虽然书中她自己提到了一些前进路上的困难，但是在我看来这些...

---

《领舞》的作者谭梅，在封面上一袭红裙自在起舞，温婉和明丽，自信和含蓄在她身上神奇的融合在一起，浑然天成，这是岁月送给她的礼物，更是她对自己生命的回馈。这个看起来活在舞台中央，众人焦点中的女子生来并不是领舞者，这个世界上没有谁生来就是领舞者，那些出生之时祥瑞...

---

《领舞》：“朱军办事处主任”眼中的“爱妻号”“朱办主任”者，何也？  
书中自有详解。

书的作者谭梅坦言：“朋友戏称我为‘朱办主任’——朱军办事处主任，意为他的事情，都由我来经营。”应该说，这正是这本书的吸引人的地方。

初初阅读《领舞》，我竟然鬼使神差地到...

---

[领舞\\_下载链接1](#)