



❖ 主題：只有專注和熱情，才能讓生命火光穿越迷霧—江振誠的故事

* 文章出處：摘自嚴長壽著《教育應該不一樣》-第3章「年輕朋友請走一條追尋自我天賦之路」

(天下文化 <http://www.bookzone.com.tw/event/BPB003/page05.asp>)

第一段落

江振誠十六歲時還只是淡水商工餐飲科學生，曾在亞都飯店巴黎廳當學徒，但不出四年……

第二段落

我念淡江中學，國中時，我大概是個看來普通沒什麼特別的孩子，我父母對我也沒什麼……

第三段落

今年初，我受邀到西班牙和法國表演，面對四千位全世界各地來的專業大廚……

結論

我常看到年輕朋友太容易被太多東西分心了，還沒做一件事，就想到別人會不會喜歡……

【補充資料】

文章分享(一)名廚江振誠 一輩子做好一件事 【中央社/ 記者鄭景雯報導/ 2013-05-13】

※文章來源：<http://www.cna.com.tw/news/aEDU/201305130057-1.aspx>

文章分享(二)江振誠：當你認為自己在吃苦，就代表你已經沒有 passion

【Cheers 雜誌第 118 期/ 作者：史書華/ 2010-07】

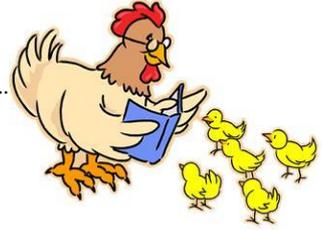
※文章來源：<http://www.cheers.com.tw/article/article.action?id=5021872&page=1>



◇文章題目： _____

◇想 一 想：請回憶剛剛讀過的文章，用簡單的幾句話把文章概要寫下來。

(※亦可用分組討論的方式進行)



◆文章綱要

一、第一段落：

- (一) 江振誠在餐飲界創下什麼紀錄？為什麼讓人對他刮目相看？
- (二) 已經成為餐廳老闆的江振誠是否依然忙碌於工作？

二、第二段落：

- (一) 江振誠的父母對他有什麼要求與期望？
- (二) 對江振誠而言，做一件事時什麼「力量」很重要？
- (三) 江振誠念餐飲、當廚師是誰給的建議？
- (四) 出國是江振誠人生中的關鍵。他為什麼一定要出國？為此，他做了哪些準備？他是否曾經擔心在國外生活的適應問題？
- (五) 江振誠為什麼喜歡在壓力下工作？

三、第三段落：

- (一) 江振誠認為令人印象深刻的用餐經驗是什麼？而廚師又該如何讓人有個難忘的用餐經驗？
- (二) 江振誠在料理中領悟到哪三件最美好的事物？這三件美好的事為什麼能夠使料理變得獨一無二？而江振誠的理念是否獲得其他人認同呢？
- (三) 以江振誠觀而言，一道料理中，比食物更重要的事能不能光用眼睛就看得出來呢？

四、結論：

- (一) 江振誠覺得現在的年輕朋友有什麼缺點？
- (二) 江振誠自認沒有比別人聰明、有天份，但是他為什麼能夠成功？他是否覺得過程中付出的代價很辛苦？
- (三) 江振誠表示走向目的的過程中，一旦感覺「犧牲」，表示什麼東西也喪失了？
- (四) 最後，江振誠認為該如何界定「卓越」？

◆ 分享與討論：

(一) 江振誠原本是台灣餐飲史上最年輕的主廚，為了學習更精湛的料理，他隻身前往法國，卻變成最低階的廚房助手，憑著固執的堅持及對自我嚴苛的要求，他再次由基礎重新向上，讓世界認識 Chef Andre。

/ 想一想，如果你是一位廚師，或是你想成為一位廚師，但是你每天只能跟馬鈴薯為伍，碰不到其他食材，做不了任何料理，而且沒有薪水。你認為自己可以撐多久？為什麼？

/ 即使只能烹飪馬鈴薯，你是否仍然願意在廚房等待機會學習？為什麼？

(二) 已故劇場大師李國修最為人知的座右銘：「人，一輩子能做好一件事就功德圓滿了。」而江振誠亦認為一輩子可以做一件對的事就夠了。專注的熱情，使得任何細節深刻清晰，即便是再單調的工作也能從中有所獲得。

/ 你曾經「專注」投入過任何事物嗎？當你「專注」時會有什麼感覺？或是你希望「專注」的目標是什麼？你認為「專注」有什麼好處？(ex：專注運動可以強健身體；專注投資可以增加財富；專注愛人可以豐富心靈……)

(三) 江振誠並不是天才廚師，他形容自己很努力、非常努力，只要有機會，他不會考慮辛不辛苦以及有什麼回報，只要是對的就做，因為「不能通過挫折考驗的熱情，沒有價值。」

/ 同樣出發點，同樣目的地，有以下兩條不一樣的路可以到達，你會如何選擇？為什麼？

A：平坦順利，熟悉無趣，無風無雨也無美麗風景。

B：崎嶇難行，人跡罕至，有花有樹也有無限驚喜。

/ 你有通過挫折考驗的能力嗎？面對挫折你會怎麼做？(ex：找出問題、將錯誤轉換成經驗……)

◇ 我有話要說：

/ 閱讀完〈只有專注和熱情，才能讓生命火光穿越迷霧—江振誠的故事〉一文和其他補充資料，你最喜歡哪一個部份？寫出文章中令你印象深刻的幾句話或是分享其他想法。



老師評語：.....