

“罗辑思维”旗下“得到”APP签约脑图专家
樊登读书会签约讲师

摩西◎著

剑桥大学、牛津大学、哈佛大学、斯坦福大学、微软、迪士尼、
汇丰等世界知名学府和跨国企业都在使用的思维方法。



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

摩西◎著



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

内 容 提 要

本书旨在在软件绘制思维导图和传统博赞思维导图的基础上,研发、创立、融合出一种全新的手绘思维导图方法,主张用更丰富的样式、更多维的分析角度,引导学习者主动去发现、去探究、去关联万千世界,从而带给自己更多创意、更多知识、更开阔的视野。

本书分为六部分:“手绘神器”主要介绍了创新思维导图、软件制图和传统博赞思维导图的不同之处,并呈现了一些商业“大咖”的实际手绘作品和作者自己的一些实创案例;“绘制技巧与工具”主要介绍了传统博赞思维导图的成图原理、绘制方法与绘制工具;“创新思维”主要介绍了创新思维的特点和百般变化的样式;“思维训练”主要涉及一些拓展思维、开拓视野的好方法;“搞定工作”主要介绍了创新思维导图在多个工作场景中的应用和创新;“玩转学习”主要介绍了书与人的紧密关系,并创新地应用思维导图来解读文章、书籍、讲座及一切和知识有关的内容。

本书文字叙述浅显易懂,例图简约好读,方法清晰实用。无论是校园里热心求知的年轻学生,还是职场中压力如山的白领,抑或潜心研究的研究者、育儿的宝妈,只要是热爱思考的读者,都适合阅读本书。

图书在版编目(CIP)数据

摩西带你玩转思维导图 / 摩西著. — 北京:北京大学出版社, 2018.11

ISBN 978-7-301-29939-5

I. ①摩… II. ①摩… III. ①思维方法—通俗读物 IV. ①B80-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第224370号

书 名 摩西带你玩转思维导图

MOXI DAI NI WAN ZHUAN SIWEI DAOTU

著作责任者 摩 西 著

责任编辑 吴晓月

标准书号 ISBN 978-7-301-29939-5

出版发行 北京大学出版社

地 址 北京市海淀区成府路205号 100871

网 址 <http://www.pup.cn> 新浪微博:@北京大学出版社

电子信箱 pup7@pup.cn

电 话 邮购部 010-62752015 发行部 010-62750672 编辑部 010-62570390

印刷者 北京大学印刷厂

经 销 者 新华书店

720毫米×1020毫米 16开本 15.5印张 237千字

2018年11月第1版 2018年11月第1次印刷

印 数 1-10000册

定 价 68.00元

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有,侵权必究

举报电话:010-62752024 电子信箱: fd@pup.pku.edu.cn

图书如有印装质量问题,请与出版部联系。电话:010-62756370



推荐《摩西带你玩转思维导图》的 10 个理由

我同摩西老师是老朋友了，他是“罗辑思维”最早的一批会员之一，在万千罗友中死磕思维导图，分享知识，帮助很多人提升了思维能力。欣闻他的新书《摩西带你玩转思维导图》即将由北京大学出版社出版，我整理了 10 个理由，特推荐之。

1. 图不惊人死不休

摩西老师本职是做管理咨询的，在高端教育培训行业有着多年培训经验。他同时还是个孜孜不倦的学习者、知识分享达人。我曾问过他的心得体会，和我早期的还颇有些相似。我是将一段知识理解、消化、吸收后，用自己的语言讲给别人听。而他呢，是将一段知识消化、吸收之后，抽取其精华，梳理其逻辑关系，画给别人看。这和每天都要精心准备，录制多遍的“罗辑思维”栏目“语音 60 秒”类似，同样需要对讲述文稿的拿捏、对一幅图的打磨做到“不惊人死不休”。

2. 简约的表述

思维导图又称脑图、心智图等，是一种很好的思维训练工具。摩西老师所绘的创新思维导图与传统博赞式思维导图有所不同，它的文字更简约，视觉冲击力更强，并且图文并茂，内容呈现与逻辑关系兼具。印象颇深的有这么一幅图——



“《学会花钱》解读思维导图”，摩西老师将野口真人描述的三种钱包（消费钱包、投机钱包、投资钱包）由下到上一一绘出，中间是串起来的一大摞鲜红的铜钱。分向两边的箭头就像两条坚实的手臂，层层托举出了花钱的方法和投资的诀窍。精彩的思维导图配合解读的音频与文稿，给人留下了极深的印象，远非单纯的文字能比。（扫描左侧二维码观看）

3. 创新在路上

郑也夫先生在他的《文明是副产品》一书中重点讲了创新，里面包括从 0 到 1 颠覆式的“发明”，古为今用、洋为中用的“转借”，像风投撒钱一样的“给予”，像万达 Shopping Mall（购物广场）一样的多物种“杂交”和像人与小麦之间的彼此“驯化”。这些统统是创新，也都影响了摩西。他为了挑战自己，逃离创作的舒适区，建立学习的上升螺旋，每画一张图，都采用全新的造型，切换不同的解读角度。创作过程虽痛苦，但无疑建立起了“摩西脑图”的独特风格，外形更吸睛，达意更到位。我欣赏摩西老师的创新精神！

4. 学习的 100 种方式

学习的方式很多，万千世界，万物互联，每天都有海量信息向我们涌来，而我们也要学会用更多的方式来接收，来学习。教室里听老师讲课是一种学习，自己抱着书本自学就厉害了。当然，和朋友天南海北地聊天，和同事热切地讨论，甚至和意见相左的人争论，这些也是学习。对了，还有听知识“大咖”的音频专栏和讲座；如果高兴，自己也可以办个场子讲上一段，这些还是学习。要想加深对知识的理解，画思维导图绝对是另一种很好的学习方式，摩西老师给我们树立了一个榜样！

5. 向牛人学习

摩西老师绘图时，上伸、下延、关联、对照，总有无数个想法和知识点摆在那里。问他这些源源不断的素材来自何处，他说，平时的积累使他受益良多。“得到”的“大咖”专栏，他至少订阅了 10 个，每天都要听。还有喜马拉雅 FM 上的“杂知识”，吴晓波老师的“财经知识”，以前的“冬吴相对论”和现在的“冬吴同学会”，更是每隔几天就要复盘一下。每天开车时、跑步时、做家务时都要听，

甚至有时听着听着就睡着了，手机中的音频一直播到天明。这种每时每刻都在学习的状态，也许就是古人所说的“三上”之法吧。你问“三上”是什么意思，我不告诉你“马上、枕上、厕上”。平时知识的积累，你看有多重要。

6. 死磕路漫长

死磕说白了就是坚持，说出来好听，做起来极难，但坚持下来的人都是受益者。当然，还有很多和我一样的同路人。记得三四年前“罗辑思维”会员群里有很多罗友，都发愿随我死磕知识和技能，有每天拍照的，有每天坚持写诗文的，还有每天刻小人儿、捏小兽的。但时间维度一拉长，很多人都散去了，为什么呢？太难了。如果中间连续三天不做，就极有可能前功尽弃。坚持下来的罗友中，摩西是比较精彩的一个。他每天都画，用思维导图解读“得到”上的经典文章，并乐此不疲，而且还把这些总结出来的方法汇集成课程，进行线上、线下分享，带领万千人进入其中，高效工作，快乐学习。渐渐地，影响力也越来越大，真为他高兴。

7. 合作中的不断创新

从2015年开始，摩西老师用思维导图解读我每天的“语音60秒”，方式新颖，观者甚众。后来“得到”APP上线，“每天听本书”栏目应运而生，将新颖的解读思维导图附在经典的解读文稿里呈现给读者，不也是另一种知识再造的形式吗？于是，世界上独一无二的以精编文稿+音频播讲+解读思维导图为呈现形式的“每天听本书”上线了。这种全新的尝试让读者在任何方便的时间，都可以打开手机收听音频，还可以看到名家精心打磨的文稿和极具创新又有知识引导意义的手绘思维导图，这种多维度的知识获取方式远胜于单独的阅读。合作过程中，摩西团队也在发展壮大，从最初的单枪匹马，到渐渐有了几十人的专业队伍。他们中的佼佼者，也陆续加入“每天听本书”思维导图的解读团队中来，用创新多变的思维导图影响着越来越多的知识爱好者。

8. 突破盲维

知识大神吴伯凡是“得到”APP的专栏作者之一。早年的“冬吴相对论”开启知识对谈的先河，国内很多类似栏目都深受其影响。吴老也是个深度学习者，不断地获取新知，不断地和过往知识融会贯通，并创生出令人惊艳的理论。我们

知道的“颠覆式创新”“竹林效应”等经典理论都源于吴老对经济与生活的独特理解。今天又有一个理论被生成了，就是“盲维”。人的视觉有盲点，行车时观察四周会有盲区。如果在整个知识维度上缺乏理解，混沌无知，那就是处在盲维状态。盲维很可怕，但如果突破了盲维，你的认知疆域就会被拓宽，你对世界的理解就会更清晰，更具前瞻性。就像东晋“竹林七贤”之一的王戎和小伙伴路遇硕果累累的李子树，其他小伙伴争相去摘，而他却不摘，因为他认为，树在道旁而多果实，果实必定是苦的，事实也的确如此。我觉得思维导图工具也是这样，通过视觉化的呈现，让眼前的信息瞬间明朗：三圈相交的韦恩图，你看罢就会得出答案；层层递进的鱼骨图，结果也不言而喻。总之，清晰的图示，清晰的呈现，让我们能够突破盲维。

9. 非线性成长

很多人的成长都是线性的、按部就班的，从一点到另一点，从一个单位到另一个单位，从一个知识到另一个知识。学会发散思考，理解了思维导图，就不一样了。它可以多次幂的外散，可以逐级延伸，还可以不断升级。就像从甲地到乙地，原来就是直来直去，但思维无限发散后就会有更多方法：绕个圈也可以抵达；蹦到空中，再下落也可以抵达；可以走路去，骑车去，驾车去，冬天道路结冰还可以溜过去。总之，一个问题可以有 100 个答案，培养起这样的思维方式和成长方式，你会受益良多。

10. 超级学习力

新的时代孕育了更多的机会，新的网络带来了更多的可能，我们不是过去的“财主”，但有“秀才”讲书给我们听；我们手里的时间不富裕，但有人给我们精简思路，提炼精华。我们是时代的宠儿，只要你想学习，身边就会有人帮助你。网络无穷大，知识无穷尽，用创新思维的方法，善于从身边场景中发现，善于和同伴交流中产生，善于用多种方法武装自己。超级学习力，就在你身边。在不同的场景下，多元发散，引爆连接，唤醒过往的知识，并互联互通。即便手头没有书本，旁边没人交流，自己也可以利用身边的事物触发联想，学习更多知识。说得有点玄了，读者还是亲自打开本书，一探究竟吧！

10 个理由推荐完，神清气爽，建议大家深度体验，看书，完成作业，分享交流，不断进步。



从自由到成长——摩西死磕创新思维导图之路

我是摩西（Moses）。我不是希伯来人的上神，也没有带民众杖分红海，出走埃及；我也不是那个国外天才画家摩西老奶奶，75岁入行，80岁办画展，尔后名扬天下；当然，我更不是日本人打电话时常说的“摩西（喂）、摩西（喂）”。我就是我，一个普通的教育从业者，一个资深的管理咨询师，一个铁杆“罗粉”，一个死磕创新思维导图、至今还在路上的“小学生”。

我从2006年开始接触思维导图软件，2014年初试手绘。2015年1月1日开始，我发愿每天用思维导图解读文章，死磕“语音60秒”，一直坚持至今，从未间断。十余年来，通过纵横学习和总结提炼，偶有心得，借北京大学出版社这个平台成书给大家，做简单分享，如读者能从中获益一二，我也就心满意足了。

从自由到成长，以自我学习思维导图的经历为序言，作为此书的开篇。

从“毛毛熊”到“思维涂鸦”

2006年，我入职国内一家知名的教育机构，由于工作之需，在同事的引

领下开始接触思维导图软件。软件的名字特别“萌”，被他们戏称为“毛毛熊”（MindManager）。版本为纯英文版，我最初不太懂，但上手很快。思维导图软件功能强大，令人的思维能放能收，百千创意，展开自如。我无论是整理笔记还是策划项目，用起来都得心应手。

2013年，我转职到另外一家教育集团做管理，有一位武汉公司的同事来北京分享经验，其中谈到了手绘思维导图。相比于思维导图软件，手绘思维导图虽然上手稍显复杂，但成图速度更快，变化更丰富，形式自由如天马行空，不受羁绊。初次落笔的那一刻，我就被它彻底征服，心想，今后工作就靠它了！

2014年年初，我和三五知己在一起成立了一家小微公司，用我们的经验和智慧为更多的教育培训机构提供咨询与策划。也是从那时起，思维导图在我手里从一件全能的工具变成一件称手的兵器。在疾驰的高铁上，在嘈杂的中餐厅，不管手头是精致的软皮本，还是随手拈来的书的空白处或餐巾纸，都画满了我随时迸发的灵感，写满了我呈给客户的方案。图，画得越来越成熟；项目，也进行得越来越顺利，我的管理咨询工作渐入佳境。

发愿死磕

2013年年底，我开始接触“罗辑思维”，初觉没什么，不就是一个歪嘴的胖子每天60秒，读书给大家听吗？随着时间的推移，它给我的震撼却越来越强大。最令人震撼的是2014年大年初一，万家欢乐、吃肉喝酒的时候，其语音仍一如往常，如期而至，60秒，一秒不多，一秒不少。从那个时刻开始，我觉得要做点儿什么了。

60秒时间有限，为了说更多的内容，罗胖儿语速必须得快，所以很多时候，听众很难抓取其全部的信息。另外，后面关键字链接的文章多是智囊团精挑细选的，涉及经济、文化、科技、教育等方方面面，内容丰富，很多也出自大师笔下，如果粗览，很难得其精华。

于是，我心生一法，能不能用思维导图——我最常用的“思维涂鸦”的形式来解读语音、分析文章呢？在知识碎片化的互联网时代，人们都行色匆匆，如果有更快捷、更通透、更好理解的图文信息是不是更好呢？

找个时间节点吧，2015年1月1日，在罗胖儿的影响下，我也开始走上创新思维导图的“死磕之路”。

收获与前行

我每天的创作过程是这样的：听语音3~5遍，如果信息量大，会反复听，然后看链接的文章，也会看3~5遍。如果我的知识储备不足了，会向朋友请教，会在网上查询相关知识。然后开始画草图，也是3~5遍，最后要出正式文稿时，便会在A4白纸上绘制。文字用钢笔，图形用彩铅，一遍成型的时候极少，最多的时候连画了10稿都不满意，即便是最后发到微信朋友圈里的“终稿”，还是像爱因斯坦的第三只“小板凳”一样，带着些许遗憾。

每过一段时间，我便复盘一下之前的作品，有些还真是接近我当初的宏愿：站在大师的肩膀上看世界，三分钟读懂经济、文化、生活。一些文章经过我的理解，融合再造之后焕发了新的生命力，在读者的碎片化时间里帮助他们更好、更快地理解文章，甚至有些朋友将他们喜欢的思维导图在自己的朋友圈转发分享，传播给更多的人。

后来，我结识了更多朋友，在微信上也成立了思维导图的交流分享基地——“脑图公会”。再后来，应很多网友学习的需求，于线上、线下开展了“摩西脑图”精训班，我发现其中基础好的、理解力更为透彻的学友画的图比我的还棒。

我的“死磕”越来越有力量，我培养起来的学员也越来越多，在行业中的影响力也越来越大。2016年下半年，“罗辑思维”推出知识平台“得到”，我也受邀成为其中核心栏目“每天听本书”的独家思维导图供稿人。两年多来，我带领

着我的小伙伴绘制了数千张解读思维导图，在“得到”平台的推送下，在互联网上传播开来，影响着更多的求知者。

成绩微薄，目标在前，知道路途很远，但好在方向肯定没错，在这里只想印证一句话：“做一件有价值的事，坚持做，然后等待时间的回报。”

做时间的朋友 摩西



第一章

手绘神器 /1

- 第一节 一个神秘的工具 /1
- 第二节 很多人都是从软件开始的 /6
- 第三节 手绘是自由的 /11
- 第四节 没有美术基础可以学吗 /16
- 第五节 一些“大咖”的思维导图 /21
- 第六节 摩西老师自己绘的图 /26

自测 练习 /31

案例 欣赏 /32

第二章

绘制技巧与工具 /35

- 第一节 两种思维方式的比较 /35
- 第二节 发散式思维到底像什么 /38
- 第三节 “高大上”的曼陀罗思考法 /41

第四节	发散式思维练习	/46
第五节	聚合式思维练习	/49
第六节	形成思维导图	/51
第七节	麦肯锡思维金字塔	/54
第八节	你已经会画思维导图了，不是吗	/57
第九节	思维导图的结构	/59
第十节	绘画工具	/63
自测	练习	/68
案例	欣赏	/73

第三章

创新思维 /76

第一节	自由的思维	/76
第二节	思维导图随手画	/78
第三节	思维导图随心画	/82
第四节	创新思维的形成	/86
第五节	创新思维的 100 种样式	/89
自测	练习	/92
案例	欣赏	/92

第四章

思维训练 /96

第一节	信息意识流：圆圈图	/96
第二节	发散式思维标准型：气泡图	/99
第三节	两种事物的对比分析：双重对照图	/100
第四节	事物之间的多重因果关系：因果分析图	/105
第五节	五感即世界：五感分析图	/113

第六节	多维分析法：5W1H 分析法 /116
第七节	联想的力量：联想关联 /122
第八节	锁定关系：锚点关联 /124
第九节	一点即世界：原点引爆 /128
第十节	知识的反向设计：疯狂填字 /132
第十一节	条条大路通罗马：成语接龙 /136
第十二节	图形图像：视觉锤 /139
第十三节	图文释义：看图猜成语 /143
第十四节	思维聚焦训练：舒尔特图表法 /146
自测	练习 /147
案例	欣赏 /148

第五章

搞定工作 /152

第一节	效率之法：时间管理 /152
第二节	打破思维的定式：六顶思考帽 /160
第三节	主体思想：形象思维导图 /162
第四节	综合分析：SWOT 分析 /164
第五节	从整体到局部：项目策划 /168
第六节	计划与总结 /171
第七节	有准备就有结果：高效会议 /173
第八节	从开始到结束：流程图 /176
第九节	规范严谨：甘特图 /180
第十节	时空的停顿：时间轴和空间轴 /182
第十一节	一看皆明：柱形图和饼形图 /183
第十二节	层层递进：鱼骨图 /186
第十三节	区块分类：象限图 /190

第十四节 思维无定式：自由思维导图 /192

第十五节 寻找内在关系：关联思维导图 /195

第十六节 越简单越复杂：思维简图 /196

自测 练习 /199

案例 欣赏 /200

第六章

玩转学习 /204

第一节 思维导图做笔记 /204

第二节 思维导图解读知识 /209

第三节 思维导图解读文章 /213

第四节 用思维导图拆书 /220

第五节 用思维导图解读音频、视频 /226

自测 练习 /230

案例 欣赏 /231

后记 /234

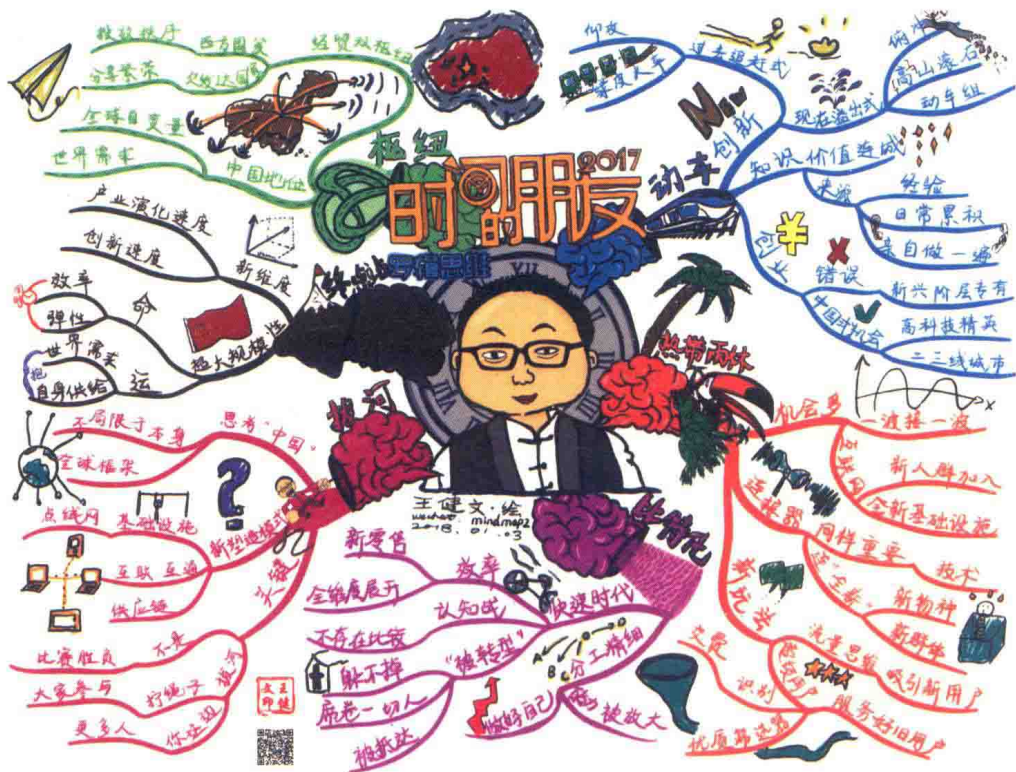
第一节 一个神秘的工具

1. 传说中万能的“神器”

现在大城市的公司和学校里，不知道思维导图的人可能真的不多了。移动互联网的发展大大提升了它的名气及其扩散的速度。当然，不仅知道，其中还有相当一部分人坐在计算机面前或者拿出纸笔，立刻就能给你绘出一幅思维导图来，结构工整，内容丰富，让人眼花缭乱。这里面有公司的白领，也有学校的老师，甚至还有在家带孩子的宝妈。不管是刚刚接触还是已经成为绘图高手，在自己的作品面前，他们都会自信满满。不过，如果仔细观察，也会发现一些奇怪之处，因为思维导图在应用和传播的过程中，被推上了两条截然不同的路。

一条路是：它真的好神奇，什么都可以做，列计划、写总结、记笔记、整理PPT、安排时间、商业分析、统计资料、解剖性格、分析人物、解读大公司及高科技，等等，它简直就是一个无所不能的办公和学习“神器”！

下图所示为一幅思维导图大师的作品。



思维导图大师作品

另一条路则相反：它也不过如此，我不到半小时就画完了，上手真的很快，特别是用软件。文字我自己输入，造型和线条软件中有预设，自动就会出来。就是变化太少了，无论绘制什么内容都像是一个模子刻出来的。手绘的也好不到哪里去，远瞧近观，总觉得像“八爪鱼”。旁边的朋友也一样，我们的作品放在一起，一点儿区别也没有。这就很纳闷儿了，他的画分明是“曲别针的一万种用法”，而我画的是朱自清的“荷塘月色”，这风马牛不相及的事物怎么可能都用同一种展示方式呢？更别说“如何做好一碗京味儿打卤面了”。没有先后顺序和统筹安排，我倒要看看你怎么做。