

BBC



BBC 托尼·巴赞智力丛书

思维导图

——放射性思维

THE MIND
MAP BOOK

作家出版社



THE MIND MAP BOOK

思维导图

—— 放射性思维

[英] 托尼·巴赞 著

李斯 译

作家出版社

(京权)图字: 01-98-0607号

图书在版编目(CIP)数据

思维导图: 放射性思维 / (英)巴赞(Buzan, T.)著;
李斯译. - 北京: 作家出版社, 1998, 12
(BBC 托尼·巴赞智力丛书)
ISBN 7-5063-1429-0

I. 思… II. ①巴… ②李… III. 发散思维 IV. B80
中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 38562 号

思维导图: 放射性思维

作者: [英] 托尼·巴赞

译者: 李 斯

责任编辑: 王宝生

装帧设计: 王向明

版式设计: 杨 生

出版发行: 作家出版社

社址: 北京农展馆南里 10 号 邮码: 100026

电话传真: 86 - 10 - 65930756 (出版发行部)

86 - 10 - 65004079 (总编室)

E-mail: wrtspub@public.bta.net.cn

经销: 新华书店

印刷: 1201 工厂

开本: 850 × 1168 1/32

字数: 255 千

印张: 10.5

插页: 46

印数: 8001 - 14000

版次: 1999 年 3 月北京第 1 版第 2 次印刷

ISBN 7-5063-1429-0/1·1417

定价: 26.00 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。

谨以此书献给
不断增大的人类智力自由

作者简介

托尼·巴赞

托尼·巴赞为“思维导图”创始人，英国“大脑基金会”主席，英国信托基金“大脑托拉斯及大脑俱乐部”奠基人和“大脑基本能力”概念的发明者。

托尼·巴赞 1942 年生于伦敦，1964 年毕业于英属哥伦比亚大学，获得了心理学、英语语言学、数学和普通科学双学位。1966 年，他在舰队街的《每日电讯》工作，同时也编辑《门莎国际日报》（门莎为一高智商学会）。

托尼是世界知名作家，共出版了 20 本书（19 本是有关大脑、创造力和学习的，还有一本是诗集）。他的著作（计有：《开动大脑》、《启动思维》、《充分利用大脑》、《快速阅读》和《大脑培训》等）已被翻译成二十种语言在五十个国家出版。他的 BBC 畅销丛书《开动大脑》在全球的销售已超过一百万册，并被一些公司选作员工培训用的标准入门教材，如：IBM、通用电器公司、电子数据系统公司（EDS）、弗鲁厄丹尼尔公司、数字设备公司，并被英国电视大学选作学生用书。

他已成为国际媒体名星，参加、主持和共同主持了国际国内许多卫星广播节目、电视节目、录像和无线电节目，包括破纪录的《开动脑筋系列讲座》（BBC 电视节目）、《开启思维系列讲座》（ITV）、《施了魔法的织布机》（一小时长度的大脑记录片）和许多其它的电视讲话。他最新出的两盘录像带，一是由 BBC 影像公司发行的《思维魔力》，讲述商业用途的思维导图概念，此录像带获得了 1991 年度 IVCA 节一等奖。另一盘

是《智力超群》，是由托尼·巴赞和拉娜·伊斯利尔主讲的“儿童智力”录像节目，片长一小时。

他是许多政府机构和跨国公司（包括 BP 公司、巴克雷国际公司、数字设备公司、电子数据系统公司、惠普公司和 IBM 公司）的顾问，经常应邀在一些国际知名的商业机构和大学及研究院开办讲座。在“青年总裁组织”的成员中，他经常被亲切地称作“大脑先生”。他是“记忆联合会”和“世界记忆冠军赛”的发起人，“奥林匹克思维运动会”和“奥林匹克大脑运动会”的共同发起人。他的一大部分工作都献给了帮助有学习缺陷的人。他还保持着全球最高的“创造力智商”纪录。

托尼·巴赞是国际奥林匹克教练和运动员顾问，“英国奥林匹克划船队”和“英国奥林匹克国际象棋队”的顾问。他是“国际心理学顾问委员会”的推选成员和“培训及发展研究院”的教授之一。他是“企业家研究院”的成员和“伦敦荣誉市民”，也是剑桥大学和布里斯托尔大学“青年企业家协会”的赞助人。除开这些荣誉，包括“青年总裁组织”领袖奖之外，他最近还获得了 EDS 公司颁发的“老鹰捕捉奖”——该奖项颁发给那些尝试不可能的事情并获得成功的人！

巴利·巴赞

巴利·巴赞是沃威克大学的国际关系研究院教授，也是哥本哈根大学和平与冲突研究中心的研究项目主持人。他还是英国国际研究协会 1988—1990 年的主席。他的第一学位是在英属哥伦比亚大学（1968）获得的，博士学位是在伦敦经济研究院获得的（1973）。自 1970 年以来，他一直广泛地使用和开发思维导图，而且自 1981 年以后一直与托尼·巴赞合作编写

《思维导图》。

他的学术工作，主要是从事整体意义上的国际制度历史和结构的专门研究。因此，他也当然是一位博学的多面手，在世界历史、政治学、经济学、科学和社会学方面有着广泛的知识。他在国际安全概念方面，在国际关系理论和欧洲、南美、南亚、东南亚、东北亚和中东的地区安全问题上有过大量著述和广泛演说。劳伦斯·弗里德曼称他为“现代国际关系学方面最有趣的理论家之一”。

巴利·巴赞在他的整个学术生涯中广泛采用了思维导图工具，用来处理卷帙浩繁和错综复杂的研究课题，准备和进行学术及公众讲演，草拟和写作文章、论文和著作。他以前的作品包括：《海底政治学》（1976）、《民族、国家和恐惧：国际关系中的国家安全问题》（1983，二版修订本 1991）、《南亚不稳定与世界大国》（1986，与高华尔·里兹维及其他人合著）、《战略研究导论：军事科技与国际关系》（1987）、《欧洲安全秩序角色大转换：后冷战时代脚本》（1990，与莫顿·凯尔斯特拉普等人合著）、《无政府主义的逻辑》（1993，与查尔斯·琼斯及里查德·利托尔合著）和《欧洲身分、移民和新安全日程》（1993，与奥拉·维弗尔等合著）。

目 录

前 言	(1)
绪 论 思维导图及用法	(9)

第一卷 天然结构

第 1 章 令人惊奇的大脑	(19)
第 2 章 杰出的大脑	(35)
第 3 章 进退两难的大脑	(39)
第 4 章 放射性思维	(51)
第 5 章 未来之路	(55)

第二卷 基础

第 6 章 集体讨论词汇	(61)
第 7 章 集体讨论图形	(71)
第 8 章 从集体讨论到思维导图	(79)
第 9 章 思维导图制作	(83)

第三卷 结构

第 10 章 指导原则	(95)
第 11 章 形成个人风格	(125)

第四卷 合成

第 12 章 作出选择	(133)
-------------------	-------

第 13 章	组织自己的思想	(143)
第 14 章	组织别人的思想	(149)
第 15 章	记忆	(155)
第 16 章	创造性思维	(161)
第 17 章	集体思维导图	(171)

第五卷 用途

第一篇 个人用途

第 18 章	自我分析	(183)
第 19 章	解决问题	(191)
第 20 章	思维导图日记	(199)

第二篇 家庭用途

第 21 章	家庭学习和讲故事	(205)
--------	----------------	-------

第三篇 教育用途

第 22 章	思考	(217)
第 23 章	教学	(225)
第 24 章	创造大师级思维导图	(235)

第四篇 商业和职业用途

第 25 章	会议	(245)
第 26 章	书面报告和演讲	(251)
第 27 章	经营管理	(259)
第 28 章	计算机思维导图制作	(273)

第五篇 未来用途

第 29 章	迈向放射性思维和大脑知识普及的世界	(279)
--------	-------------------------	-------

第六卷 附录

杰出头脑手迹小测验	(293)
杰出头脑手迹小测验答案	(304)
天然结构彩图测验答案	(306)
思维导图彩图注释	(308)
天然结构彩图	(327)
思维导图彩图	(359)

前 言

托尼：大学二年级那年，有一天我昂首阔步，兴冲冲地来到图书馆，问图书管理员说，在哪儿可以找到一本谈人的大脑和如何使用大脑的书。她立即指点我去医学图书部！

我跟她解释说，我并不是想要动大脑手术，而只是想知道如何使用大脑。她很客气地对我说，没有这样的书。

我万分惊奇地离开了图书馆。

跟身边的人一样，我也经历了大学生中间常见的“朝圣之旅”：我慢慢地意识到，学术著作阅读量不断增多，在所要求的思维能力、创造力、记忆力、解决和分析问题的能力以及写作压力下，大脑开始屈服了。而且，跟别人一样，我也体会到，不仅学习所得越来越少，而且一无所获的情况与日俱增。记的笔记越多，越是用功学习，我的成绩反而越来越差！

这两种情况，从逻辑上来说，无论哪一种都会把我引向灾难。如果减少学习时间，我又不能吸收合适的信息，后果就是使我的成绩愈来愈差；如果更用心地学习，记更多的笔记，花更多的时间，转来转去还是会以失败而告终。

那天，走出图书馆的时候，我意识到，找不到所需要的书这个“问题”，看起来是件坏事，实际上反倒是件好事。因为，如果没有这类的书，那我就碰巧找到了一个冷门，而这片尚未开垦的处女地却是异常重要的。

我开始研究了，只要是觉得有助于解决下列基本问题的知识领域我都要去走一趟：

- 怎样知道如何学习？
- 人思维的本质是什么？
- 有哪些是最佳的记忆技巧？
- 有哪些是培养创造性思维的最佳技巧？
- 目前最好的阅读技巧有哪些？
- 眼下有哪些最好的普遍思维技巧？
- 有没有开发新的思维技巧或者一个总体方法的可能性存在？

为了解决这些问题，我学习了心理学、大脑神经生理学、语义学、神经语言学、信息理论、记忆和助记法、感知理论、创造性思维和普通科学。我慢慢地意识到，如果让人类大脑的各个物理方面与智力技巧彼此协同工作而不是彼此分隔，则其发挥作用的效益和效率都会更高。

微不足道的事情却可以产生极为重要和满意的结果。例如，只是简单地把词汇和色彩这两种大脑皮层技术合并在一起，就使我记笔记的效果大为改观。在笔记内容上简单地加上两种颜色，就可以把记忆涂色内容的效率提高百分之百。也许更为重要的是，这使我非常喜欢自己干的事情。

总体的结构慢慢地出现了，这中间，我开始当辅导老师了，权当一种爱好，专教一些被认为是“学习残疾人”、“无药可救”、“不良少年”、“落后生”和“问题少年”的小学生。这些所谓的“掉队分子”都很快转变成好学生了，其中一些还变成了各自班上的尖子。

有个年轻女孩，名叫芭芭拉，学校说她的智商是有记载以来最低的一个。学习了一个月的学习技巧之后，她把智商提高

到了160，最后以高材生的身分从大学毕业了。帕特是位有特殊天才的美国女孩，她曾被人错误地归入学习不行之列。在她打破好几项创造力和记忆力的纪录之后，她说：“我并不是学习不行，我是被人剥夺了学习权利！”

七十年代早期，人工智能早已到来，我本可以买一台一兆字节的电脑，再收到一本1,000页的操作手册。可是，在这个文明发达的进步阶段，大家都是带着复杂得令人吃惊的生物电脑来到这个世界的，这种生物电脑比任何已知的电脑还要快10的几十次方，而我们的操作手册在哪里？！

从那时起，我决定写一套基于这种研究的丛书：《大脑及其使用百科全书》。我是一九七一年开始的，我一边干，一边看到远方露出了更清晰的图景——那就是，放射性思维和思维导图的概念不断成熟。

在这一发现的初期，我只看到了思维导图在记忆方面的主要用途。然而，我兄弟巴利与我辩论数月后，使我相信，这种技巧应用在创造性思维方面也同样重要。

巴利一直就在以非常不同的角度研究思维导图理论，他的贡献加快了我开发思维导图的过程。他的故事曲折复杂，最好由他本人来讲。

巴利：七十年代到伦敦安家不久，我与托尼的思维导图思想不谋而合。当时，这个想法尚处在成形期，刚刚才露出了它的嫩芽，可是，与记笔记时只是简单地记一些关键词已然不同。这只是托尼有关学习方法和理解人脑更为广泛的日程当中的一个部分。有时候，我也参与托尼的工作，为这个开发过程敲一下边鼓。直到把这个方法运用到博士论文的写作时，我才认真地介入了此事。

思维导图真正吸引我的，倒不是托尼一直醉心其中的记笔记法，而是做笔记法。我不仅需要组织越来越多的研究数据，而且需要澄清自己的思想，回答这样一个令人困惑的政治问题：为什么和平运动几乎总是没有能够达到其声称的目的。我的体会是，思维导图是一个更为有用的思维工具，因为它们使我能够分清主次，更快而且更清楚地看出一些主要思想如何彼此关联。它们给了我一个非常有用的中间平台，使我能够在思维过程与实际写作之间平稳过渡。

我很快地意识到，在思维和写作两者之间衔接的问题，是我的研究生同学们成功或失败的一个主要的决定性因素。许多人没有能够衔接上。他们对研究的主题掌握得越来越多，可在组织细节，以便形成论文的时候，却越来越不由自主，茫然失措。

思维导图使我处在一个非常有竞争性的优势位置。它使我有把思想组织起来并加以深化提炼的能力，而不再重复耗时费力的起草再起草过程。由于把思维和写作分开了，我可以更清楚地想问题，思路也广泛得多了。到开始写作的时候，我已经有了一个清楚的结构，也有了一个确定的方向感，这使写作更容易，更快，也更令人愉快。

我在规定的三年时间内提前完成了博士论文，还抽出时间写完了另一本书的一个章节，帮人找到然后又编辑了一份国际关系学方面的季刊，当学生报纸的助理编辑，参加摩托车赛，还结了婚（与未婚妻一起用思维导图起草了婚誓）。因为有了这些经验，我对这个技巧当中有关创造性思维的一面热情高涨。

思维导图一直是我进行学术工作的重要方法。它使我在进行书籍、文章和学会论文的写作时成果迭出、产量甚高。在一

个信息的分量极为重要，很多人被迫成为专家的地方，它使我保持了一个多面手的地位。在一些太过复杂，常令人语无伦次、辞不达意的理论文章写作时，我也把自己清晰的写作能力归功于思维导图。它对我的职业生涯最大的影响，也许就反映在人们第一次见到我时发出的惊异中：“你比我想象的年轻得多。你是怎么在这样短的时间里写出这么多东西的？”

在我自己的生活和工作中尝到了思维导图的很多甜头后，我成了思维导图的倡导者，宣传创造性思维在托尼正在开发的更为广泛的应用领域当中特殊的重要性。

七十年代末期，托尼确信应该有一些关于思维导图方面的书，我们商讨我该如何加入到这个活动中来的办法。在过去的几十年当中，我们俩已经形成了非常不同的风格。托尼在他的教学和写作工作当中，已经找到了非常广泛的应用范围，他已经开始把这个技巧与大脑理论联系起来了，并且编制了许多形式规则。作为一个学术写作人，我所耕的只是非常有限的三分地。我的思维导图只是包括了非常少的一些形式，几乎没有色彩或图形，而且基本构造也不尽相同。几乎只是在写作时我才用到这些图，不过，我越来越多地采用思维导图，讲座时用，做管理工作时也用，受益匪浅。我学会了如何用很长一段时间进行深刻的思索，用思维导图来架构和保持很大的研究项目。

有好些原因使我们想合写本书。一个是，将两个人的理解合并起来，书可以写得更好。另一个是，我们都对思维导图有很高的热情，极力希望将它推向全世界，让更为广泛的人群都可以使用这个方法。第三个原因是，在我试图把思维导图理论教给我的一些学生时，我遇到了很大的困难。好几次不成功的努力使我相信，托尼是对的，他说人们想学到的不止是一项技

术，而是如何思想。我想要写这样一本书来送给别人，并且能够说：“这本书会教你如何像我一样思想和工作。”

紧随其后的工作过程相当的长。一般是两个人定期对话，再就是一些不太频繁的会面，彼此见面时一直都想说服对方完全理解自己的想法。书中有百分之八十是托尼的：所有的大脑理论，创造力与记忆之间的联系、规则，很大一部分方法技巧，几乎所有的故事，以及与所有其它研究的联系。行文风格也是他的，因为是他做了几乎所有的起草工作。我的主要贡献在于全书的结构工作，还有这个提法，就是说，思维导图的真正力量，通过使用“基本顺序概念”可以彻底发挥出来。除此之外，我扮演的就是一个评论家、陪衬、长舌妇、支持人和不谋而合者的角色。

我们花了很长的时间才使彼此完全理解和佩服对方的见解，可最终我们还是达到了几乎完全的一致。尽管慢一些，但是，合作著书常可以比单枪匹马写出更广更深的书。本书即是一例。

托尼：如巴利所言，我们是学以致用，用以致学，因为我们就是使用思维导图本身来写作《思维导图》这本书的。在过去十年的时间里，我们各自画了很多集体讨论思维导图，然后在一起交换和融汇了彼此的思想，花时间去观察自然现象，各自又用思维导图勾勒出了下一步的预想，然后再会面进行比较，继续工作。

为全书制作的思维导图生成了各自负责的一些章节里的思维导图，每幅图都为本章的文本建立了基础。这个过程给“兄弟”这个词，特别是“手足之情”赋予了新意。甚至就在我们写作本书的时候，我们都已意识到了，我们自己已经创造了一

种集体思想，它包括了我们各自思想中的所有成分，以及会见所产生的爆炸性协同成果。

我们希望，《思维导图》能给予你以发现的惊喜、探索的激动和形成创造性思想以及与另一个人实现沟通时产生的纯粹的喜悦，就像我们自己所体验到的一样。