

# Содержание

Слова признательности .....	7
Предисловие .....	11
Введение .....	13

## **Часть 1.** Великая сила и безграничный потенциал вашего мозга.....25

<b>Глава 1.</b> Удивительный мозг .....	29
<b>Глава 2.</b> Ведение конспектов и записей .....	43
<b>Глава 3.</b> Радиантное мышление .....	51

## **Часть 2.** Добро пожаловать в мир интеллект-карт ... 57

<b>Глава 4.</b> Определение интеллект-карты .....	59
<b>Глава 5.</b> Использование слов .....	65
<b>Глава 6.</b> Использование рисунков .....	71
<b>Глава 7.</b> Соединение слов и рисунков .....	79
<b>Глава 8.</b> Инструкция к составлению интеллект-карт .....	89
<b>Глава 9.</b> Интеллект-карты как форма искусства. ....	113

## **Часть 3.** Фундаментальные приложения.....123

<b>Глава 10.</b> Интеллект-карты для памяти. ....	125
<b>Глава 11.</b> Интеллект-карты для творческого мышления ...	131
<b>Глава 12.</b> Интеллект-карты для принятия решений. ....	139
<b>Глава 13.</b> Интеллект-карты для организации чужих идей (конспектирования) .....	151

<b>Часть 4. Интеллект-карты в учебе, в жизни и на работе. ....</b>	<b>161</b>
<b>Глава 14. Интеллект-карты для самоанализа ....</b>	<b>163</b>
<b>Глава 15. Интеллект-карта как дневник ....</b>	<b>175</b>
<b>Глава 16. Интеллект-карты для учебы ....</b>	<b>187</b>
<b>Глава 17. Интеллект-карты для совещаний ....</b>	<b>201</b>
<b>Глава 18. Интеллект-карты для презентаций ....</b>	<b>211</b>
<b>Глава 19. Интеллект-карты для менеджмента ....</b>	<b>219</b>
 <b>Часть 5. Интеллект-карты и будущее ....</b>	 <b>227</b>
<b>Глава 20. Компьютерные интеллект-карты. ....</b>	<b>229</b>
<b>Глава 21. Светлое будущее – в радиантном мышлении ...</b>	<b>255</b>

# Слова признательности

Мы бы хотели выразить огромную признательность нашим родителям, Гордону и Джин Бьюзен, которые благословили нас на это фантастическое предприятие, и особенно маме, – за заботу и реальную помощь в подготовке рукописи; художнице Лоррейн Джил – за глубокую проницательность в вопросе о значении и природе зрительно воспринимаемого образа, о взаимоотношениях между искусством и интеллектом, памятью и творчеством; Деборе Бьюзен – за постоянную моральную поддержку в течение многих лет осуществления данного проекта; Майклу Дж. Гелбу – за настойчивую и беспристрастную веру в нас, книгу и идею интеллект-карт; нашим друзьям Лин Коллинз и покойному Полу Коллинзу, которые помогли нам понять, что квантовый скачок всегда невелик; Джуди Колдуэл, умевшей конструктивно критиковать, от чего наши души наполнялись энтузиазмом; Джону Хамблу, чья поддержка концепции интеллект-карт эмоционально заряжала нас все эти годы; Шону Адаму за десятилетнюю верность проекту и настойчивые увещания в адрес Тони «поскорее выпустить эту книгу в свет»; Джорджу Хьюзу – первому, кому удалось с успехом применить теорию интеллект-карт для обучения в семейном кругу; Эдварду Хьюзу, который применил радиантное мышление и интеллект-карты столь успешно, что покорила Кембриджский университет; доктору Эндрью Стрингеру за то, что «поддерживал огонь в очаге» радиантного мышления; Питеру Расселу, герою «Книги о мозге», за постоянную поддержку; Джералдине Шварц, сделавшей многое для того, чтобы родившаяся идея выжила; Каро, Питеру, Дорис, Тане и Джулиану Эйрам за помощь, поддержку и возможность пребывания в их прекрасном доме, где была написана большая часть книги; семье Фолли за оказанное гостеприимство и превосходный кабинет для работы.

Новое издание этой книги, издание для XXI века, – «века мозга», стало результатом усилий глобальной команды, и я хо-

тел бы от всей души поблагодарить всех сотрудников международной сети Центров Бьюзена, которая уже укрепилась и раскинулась по всему миру. Спасибо вам, тренеры и инструкторы Мира Бьюзена за ваши интеллект-карты и плодотворный вклад в наше общее дело. Особенно хочется поблагодарить Масанори Канду, Миики Чикада Кавасае, Кена Ито, Сиро Кобаяси из Японии и Генри Тои, Эрик Чунга из Сингапура. Отдельное спасибо Генри и Эрику, а также другим членам нашей азиатской команды за написанную и опубликованную ими историю создания самой крупной интеллект-карты в мире, которая была адаптирована к настоящему изданию книги. Спасибо также По Чуну из Гонконга за его бесценный вклад в создание интеллект-карт, Тане Фонанан, основательнице тайландского Центра Бьюзена, и Хорхе Кастаньеде, президенту нашего латиноамериканского филиала, Биллу Джаррарду и Дженнифер Годдард из австралийско-новозеландского Центра Бьюзена, которые прилагают все усилия для того, чтобы распространить идею интеллект-карт по всему миру. Из наших европейских коллег я хотел бы поблагодарить Хильду Ясперт за ее великолепные интеллект-карты и организованные ею семинары по их созданию.

Что касается Великобритании, то здесь в первую очередь вспоминается Крис Гриффитс, генеральный директор компании «Busan Online», и разработанное им программное приложение iMindMap, которое существует ныне уже в версии 4.0. Фантастическая визуальная и текстовая поддержка была обеспечена Эмили Ван Ки и командой «Busan Online» в Кардиффе, в том числе Мелиной Кости и Оуэном Харди.

Спасибо также Реймонду Кину, шахматному гроссмейстеру и спортивному корреспонденту «Таймс», за его неутомимую моральную поддержку и Брайану Ли, моему давнему другу, который помог ввести интеллект-карты в мир бизнеса и систему образования.

Без моей «домашней команды», сосредоточенной в головном офисе компании «Busan», процесс создания этой книги превратился бы в логистический кошмар, и я хочу искренне поблагодарить Полину Алески, Энн Рейнолдс, Сюзи Рокетт и

Дженни Редмен за оказанную ими логистическую помощь и поддержку.

В издательстве «Pearson» я хотел бы в первую очередь высказать благодарность директору Ричарду Стэггу, который был главной движущей силой этого проекта. Огромное спасибо также Саманте Джексон, моему редактору, за ее самоотверженную преданность интеллект-картам и этой книге в целом. Список моих благодарностей был бы неполным без упоминания о Джеймсе Харрисоне, моем независимом редакторе-консультанте, который взял на себя, казалось, невыполнимую задачу: собрать всю эту массу информации и превратить ее в нечто удобоваримое.

Наконец, хочу поблагодарить всех тех деловых людей и работников системы образования, которые поделились своими интеллектами-картами и скрывающимися за ними историями как для первого издания этой книги, так и для издания нынешнего, и которых мы не называем здесь поименно только по причине ограниченности места.

Дорогие читатели, спасибо также и вам – за то, что вы решили присоединиться к растущему глобальному сообществу людей, использующих интеллект-карты в сфере своей деятельности. Если вы захотите поделиться с нами своими интеллект-картами и соответствующими историями для следующих изданий этой книги, милости просим!

*Авторы*

# Предисловие

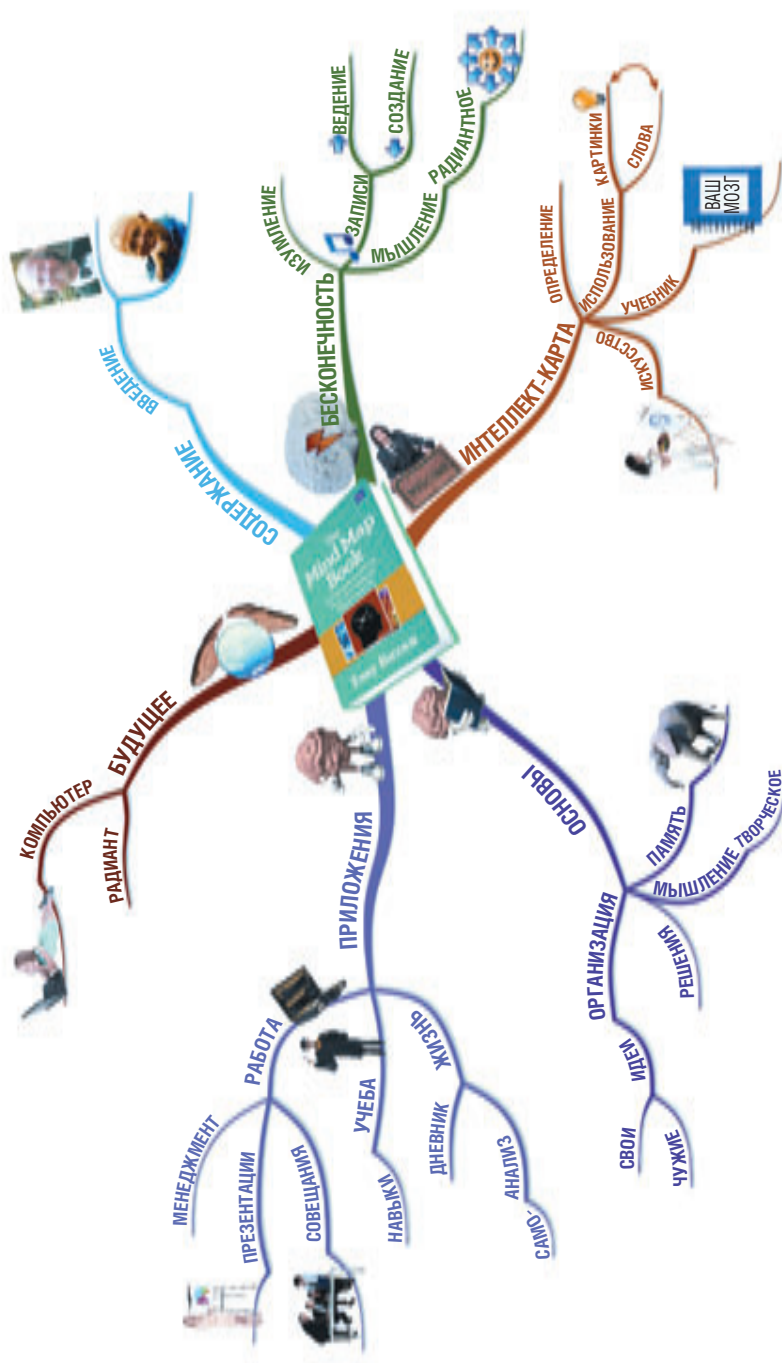
Однажды физик Нильс Бор выговаривал одному студенту: «Вы не думаете, а цепляетесь за логику». Я тоже считаю, что способность к логическому мышлению – не тот критерий, по которому следует оценивать наш интеллектуальный потенциал, так как мозг человека все-таки сильно отличается от «логичного» компьютера.

В XXI веке понимать принципы работы мозга стало еще важнее. Мы живем более долгой и здоровой жизнью, но иногда забываем о том, что здоровье тела и продолжительность жизни еще не означают здоровья мозга. Здоровье мозга требует, чтобы он был все время активен – чтобы постоянно пользовались памятью, эффективно мыслили, занимались творчеством и в конечном счете реализовали свой индивидуальный потенциал, который, как еще недавно считалось, ограничивался возможностями происхождения и здоровья: мы просто жили, как нам было суждено.

Сегодня мы в состоянии задаться такими важными вопросами, как «зачем я живу?», «к чему это все?». И я думаю, что современные исследования мозга и мышления должны помочь разобраться не просто в том, как сделать так, чтобы людям жилось лучше, или даже как улучшить память (хотя и это тоже очень важно), но и найти ответы на такие животрепещущие вопросы, как «что составляет мою личность?» и «как мне реализовать свой потенциал?».

Я аплодирую Тони за то, что он вот уже более 40 лет занимается изучением мозга и мышления, и настоятельно рекомендую серию его книг («Суперпамять», «Руководство по развитию памяти и интеллекта», «Учебник быстрого чтения», «Думайте эффективно»), призванных помочь читателям усовершенствовать работу мозга. Ваше путешествие только начинается...

*Баронесса Сьюзан Гринфилд,  
профессор психологии, директор Королевского института  
Великобритании, кавалер ордена Почетного легиона*



*Интеллект-карта, резюмирующая книгу, которую вы держите в руках*

# Введение

**Тони Бьюзен**

За время, прошедшее после изобретения мною в 1960-е годы интеллект-карт, последние прославились как «наиболее выдающийся инструмент мышления». Интеллект-карты преобразили мою жизнь, превратив ее в захватывающее путешествие, и я надеюсь, что эта книга изменит к лучшему и вашу жизнь.

Прямым следствием создания концепции интеллект-карт стало то, что на 14-й международной конференции по проблемам мышления, которая проходила в Куала-Лумпуре и которую почтил своим присутствием министр высшего образования Малайзии Датук Сери Мохаммед Халед Нордин, XXI век был официально объявлен Веком Мозга, а текущее тысячелетие – Тысячелетием Разума. Министр провозгласил, что миновали эры земледелия, промышленности, информации, знаний и наступила новая эра – Эра Интеллекта – и что интеллект-карты являются «наиболее выдающимся инструментом мышления».

За свою сравнительно короткую историю теория интеллект-карт породила более 200 миллионов страниц ссылок в Интернете. С помощью телевидения с ней познакомились более миллиарда зрителей, а радио и пресса донесли ее практически до половины населения земного шара.

Читая эту книгу, вы присоединитесь к глобальной революции мышления, которая уже сегодня в корне изменила наши взгляды на собственный интеллектуальный потенциал и повлияла на то, как мы пользуемся своим мозгом и интеллектом. А вот как это все начиналось.

Будучи студентом второго курса университета, я как-то зашел в библиотеку и спросил, нет ли книг по теории мозга и о его практических возможностях. Библиотекарь, не раздумывая, направила меня в отдел медицинской литературы. Когда же я пояснил, что не собираюсь делать операций на мозге, а



хочу лишь правильно *использовать* его, мне вежливо ответили, что подобных книг у них, по-видимому, нет. Я вышел из библиотеки в полном изумлении.

Как и другие мои сокурсники, я пребывал в состоянии, которое известно любому среднестатистическому студенту: растущее осознание того, что по мере роста учебной нагрузки твой мозг все более сдает позиции перед высокими требованиями к мышлению, творческому подходу, памяти, умению решать задачи, анализировать и «сочинять» в ходе письменных работ. Как и другие, я все чаще сталкивался с тем, что отдача от учебной работы падает, несмотря на прилагаемые усилия, а временами и вовсе кажется *нулевой*. Парадокс заключался в том, что, как мне казалось, чем больше я конспектировал и учил, тем хуже был результат!

Логическое следствие обеих возможных в той ситуации стратегий действия представлялось катастрофическим. Стань я прилагать меньше усилий – в разряд неувоенной попадет масса важной информации и, в итоге, провал на экзамене. Продолжи я с еще большим упорством, – конспектируя более подробно и тратя на это все больше времени, – результатом явилась бы все та же обращенная вниз спираль успеха. Ключ к подлинному успеху, рассудил я наконец, следует искать в ответе на вопрос, насколько рационально я использую свой интеллект вообще и мыслительные способности в частности. Осознание этого и привело меня в библиотеку.

В тот день, когда я вышел из библиотеки, мне вдруг пришло в голову, что проблема, с которой я столкнулся, не найдя нужной литературы, быть может, появилась как нельзя кстати. Поскольку таких книг еще не было написано, я ступил на заповедную территорию, где существовал подлинный простор для пытливого ума.

Я начал читать все, что мог найти, из специальной литературы. Это, как мне казалось, могло пролить свет на следующие основные вопросы, которые я поставил перед собой.

- Как научиться учиться?
- Какова природа моего мышления?

- Каковы приемы эффективного запоминания?
- Каков путь к творческому мышлению?
- Как овладеть техникой скорочтения?
- Каковы современные достижения в сфере развития общего мышления?
- Имеется ли возможность разработать новые приемы эффективного мышления или, быть может, одну всеобъемлющую прикладную теорию?

Работая над ответами на эти вопросы, я принялся изучать психологию, нейрофизиологию мозга, нейролингвистику, кибернетику, методы скорочтения и мнемонику, теории восприятия и творческого мышления, общие науки. Со временем я понял, что можно добиться более эффективной и производительной работы мозга, если дать возможность его потенциальным способностям работать совместно, помогая друг другу, нежели применять их как отдельные «инструменты».

Простейшие, на первый взгляд, приемы приносили самые впечатляющие результаты. Например, простое комбинирование двух важнейших функций коры головного мозга, а именно: речи и восприятия цвета, позволило мне коренным образом пересмотреть свой подход к конспектированию. Добавление всего двух цветов в графику представления материала более чем в два раза улучшило мнемонические характеристики моих конспектов и, что еще важнее, внесло элемент *удовольствия* в процесс учебы.

Постепенно начали проступать очертания общей структуры, и, обретя первую уверенность в себе, я начал помогать, в порядке хобби, школьникам и студентам колледжей, которых по разным причинам в свое время отнесли к разряду «неспособных к учебе», «безнадежных», «неспособных к чтению», «отсталых» и «трудновоспитуемых». Все эти так называемые необучаемые дети очень скоро достигли нормального уровня в учебе, а некоторые даже стали настоящими отличниками.

Девочке по имени Барбара как-то сказали, что, по результатам стандартного теста, коэффициент ее интеллекта был ниже всех, когда-либо регистрировавшихся в данной школе.