

Tony Buzan

con Barry Buzan

EL LIBRO DE LOS Mapas Mentales®

Cómo utilizar
al máximo las capacidades
de la mente

URANO
VINTAGE

El libro de

los Mapas MENTALES®



BBC

El libro de

los Mapas MENTALES®

Cómo utilizar al máximo las capacidades de la mente



Tony Buzan™

y Barry Buzan

con James Harrison, asesor editorial

Urano

Argentina – Chile – Colombia – España
Estados Unidos – México – Perú – Uruguay – Venezuela

Título original: *The Mind Map Book – Unlock your creativity, boost your memory, change your life*
Editor original: BBC Active, an imprint of Educational Publishers LLP, part of the Pearson Education Group, Essex, England
Diseño: Design Deluxe
Ilustraciones: Bill Piggins (a menos que se indique lo contrario)
Traducción: Alicia Sánchez Millet

BBC logo © BBC 1996. BBC and BBC ACTIVE are trademarks of the British Broadcasting Corporation.

Los nombres de las marcas registradas citadas son propiedad de sus correspondientes dueños. Su utilización en este libro no confiere ni al autor ni a los editores ningún derecho de propiedad. Tampoco implica que los correspondientes dueños de dichas marcas registradas patrocinen esta obra.

Mind Map® es una marca registrada de Buzan Organisation Limited 1990. Para información adicional póngase en contacto con BUZAN CENTRES WORLDWIDE PLC, www.buzancentresworldwide.com
Mental Literacy® es una marca registrada de Buzan Organisation Limited 1994
Radiant Thinking® es una marca registrada de Buzan Organisation Limited 1994
Buzan™ es una marca registrada de Buzan Organisation Limited 2006

1ª edición Vintage Abril 2017

Reservados todos los derechos. Queda rigurosamente prohibida, sin la autorización escrita de los titulares del *copyright*, bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción parcial o total de esta obra por cualquier medio o procedimiento, incluidos la reprografía y el tratamiento informático, así como la distribución de ejemplares mediante alquiler o préstamo público.

Copyright © 2010 by Tony Buzan
All Rights Reserved
© 2017 de la traducción *by* Alicia Sánchez Millet
© 2017 *by* Ediciones Urano, S.A.U.
Aribau, 142, pral. – 08036 Barcelona
www.edicionesurano.com

ISBN: 978-84-7953-963-4
E-ISBN: 978-84-16715-34-3
Depósito legal: B-1.529-2017

Fotocomposición: Ediciones Urano, S.A.U.

Impreso por: LIBERDUPLEX
Ctra. BV 2249 Km 7,4 – Polígono Industrial Torrentfondo – 08791 Sant Llorenç d'Hortons (Barcelona)

Impreso en España – *Printed in Spain*

Dedicamos este libro a
todos los Guerreros de la Mente que,
en la Era de la Inteligencia,
en el Siglo del Cerebro
y en el Milenio de la Mente,
luchan por la expansión y la
libertad de la Inteligencia Humana.

Índice

Agradecimientos del autor xi
Agradecimientos del editor xiii
Prólogo xv
Introducción xvii

Parte 1 El infinito poder y potencial de tu mente 3

1. Tu prodigioso cerebro 5
2. Hacer apuntes y tomar apuntes 17
3. El Pensamiento Irradiante 23

Parte 2 Bienvenido a los Mapas Mentales 29

4. La definición de Mapa Mental 31
5. Usar palabras 37
6. Usar imágenes 43
7. Combinar el uso de imágenes y palabras 51
8. El manual de instrucciones para tu Mapa Mental 59
9. Los Mapas Mentales artísticos 77

Parte 3 Aplicaciones fundamentales 85

10. Mapas Mentales para la memoria 87
11. Mapas Mentales para el pensamiento creativo 93
12. Mapas Mentales para tomar decisiones 99
13. Mapas Mentales para organizar las ideas de otras personas (tomar apuntes) 109

Parte 4 Mapas Mentales para el estudio, la vida y el trabajo 117

14. Mapas Mentales para el autoanálisis 119
15. Agenda Mapa Mental 129

16. Mapas Mentales para técnicas de estudio 139
17. Mapas Mentales para reuniones 149
18. Mapas Mentales para presentaciones 155
19. Mapas Mentales para la dirección empresarial 161

Parte 5 Los Mapas Mentales y el futuro 169

20. Mapas Mentales por ordenador 171
21. El futuro es irradiante 191

Apéndice 205
Recursos en la red 208
Índice 209

Agradecimientos del autor

Queremos expresar, una vez más, nuestro más sincero agradecimiento y todo nuestro aprecio a: nuestros padres, Gordon y Jean Buzan, por animarnos a iniciar este increíble viaje, y muy especialmente a nuestra madre, por su esmerado cuidado y por todos los días de trabajo que dedicó a la preparación del manuscrito original; a la artista Lorraine Gill, por sus profundas observaciones sobre la importancia y naturaleza del acto de mirar, de la imagen y la relación del arte con el cerebro, la memoria y la creatividad; a Deborah Buzan por estar siempre animándonos y apoyándonos durante todos los años que ha durado este proyecto; a Michael J. Gelb por el persistente y vehemente apoyo que nos ha proporcionado a nosotros, a este libro y a la cartografía de Mapas Mentales a nivel mundial; a nuestros amigos que han dedicado tanto tiempo a leer y a ayudarnos con los distintos borradores, Lynn y el fallecido Paul Collins, que entre otras muchas cosas nos ayudaron a comprender que ¡en realidad un salto cuántico es pequeño!; a Judy Caldwell, capaz de criticar en el verdadero sentido de la palabra, y de avivar nuestro entusiasmo con sus críticas; a John Humble, cuyo constante apoyo durante años del concepto de cartografía de Mapas Mentales ha supuesto un puntal emocional; a Sean Adam, por su gran apoyo a nivel personal, sus 35 años de dedicación a este proyecto y su siempre amistosa forma de embaucar a Tony para que «publicara ese libro»; a George Hughes, el primero en aplicar con éxito la Técnica de Estudio Familiar de los Mapas Mentales; a Edward Hughes, que aplicó el Pensamiento Irradiante y la cartografía de Mapas Mentales a la «ilustre» Universidad de Cambridge; al Dr. Andrew Strigner, por ayudarnos a que la mente radiante siguiera irradiando; a Peter Russell, el hombre del *Brain Book*, por su apoyo continuado; a Geraldine Schwartz, por su importante contribución para cultivar este concepto; a Caro, Peter, Doris, Tanya y Julian Ayre por su apoyo, sustento y la hermosa casa y terrenos de Greenham Hall, donde se escribió gran parte de la primera edición; a la familia Folley por proporcionarnos un hogar y una zona de trabajo de exquisita calidad.

Adaptar *El libro de los Mapas Mentales* al siglo XXI, «el siglo del cerebro», ha sido una labor de equipo, y quiero extender mi más sincero reconocimiento a toda la red de Buzan Centres International, ¡que en la actualidad están formalmente establecidos y en proceso de expansión! Gracias a todos los Formadores de Profesores e Instructores Diplomados de Buzan World por vuestros Mapas Mentales, estudios de casos y valiosas aportaciones, especialmente a Masanori Kanda, Mikiko Chikada Kawase, Ken Ito y Shiro Kobayashi de Japón, y a Henry Toi y Eric Cheung de Singapur. También quisiera destacar mi especial agradecimiento a Henry y Eric así como a Thum Cheng Cheong y al equipo de Buzan Asia que crearon el brillante *Dream! – The Amazing Journey of Putting*

Singapore on the Map, que tienen el mérito de haber creado el Mapa Mental más grande del mundo, que ha sido adaptado para esta nueva edición. Gracias a Po Chung de Hong Kong por su valiosa contribución de Mapas Mentales, a Tanya Phonanan, fundadora de los Buzan Centers de Tailandia por su Mapa Mental e historia y a Jorge O. Castañeda, presidente de Buzan Latin America, cuyo trabajo pionero está transformando el pensamiento en la educación, en los negocios y en la política en toda Latinoamérica. Saludos y agradecimientos también para Bill Jarrard y Jennifer Goddard del Buzan Centre Australia/NZ por su incesante labor creativa dando a conocer los Mapas Mentales al mundo. En Europa quisiera dar las gracias a Hilde Jaspaert por sus Mapas Mentales excelentemente dibujados y por la aportación de su cartografía de Mapas Mentales creativa a este libro, así como al circuito de seminarios de Buzan Mind Map. Se puede contactar con Hilde en **www.inter-activeminds.com**.

De regreso a Inglaterra quiero dar las gracias en primer lugar a Chris Griffiths, directora ejecutiva de Buzan Online Ltd., por su aportación profesional en el capítulo de cartografía de Mapas Mentales por ordenador y por su brillante desarrollo del iMindMap, ahora disponible en Versión 4.0. Emily Van Keogh y el equipo de Buzan Online de Cardiff, incluida Melina Costi y Owen Hardy también han proporcionado una fantástica ayuda visual y escrita.

Gracias a Raymond Keene O.B.E. (Oficial del Imperio Británico), Gran Maestro de ajedrez y corresponsal de deportes mentales para *The Times*, por su infatigable dirección y apoyo; y a Brian Lee por su amistad y fidelidad para ayudarme a introducir los Mapas Mentales en el mundo de los negocios y de la educación, a Phil Chambers, campeón mundial de Mapas Mentales e instructor Buzan diplomado sénior, ¡por sus soberbias creaciones de Mapas Mentales y por sus incansables aportaciones en el anonimato!

Sin mi «equipo personal» de la sede central de Buzan este libro habría sido una pesadilla logística; por consiguiente, mi más sincero agradecimiento a Pauline Aleski, Anne Reynolds, Suzi Rockett y Jenny Redman por su increíble apoyo y trabajo logístico.

Quisiera dar las gracias al director de la editorial Pearson, Richard Stagg, que ha sido el principal impulsor de este proyecto, y mi más sincero agradecimiento a Samantha Jackson, mi editora, por su compromiso incondicional con los Mapas Mentales y con todo el proceso de gestación de este libro; también quiero dar las gracias a su equipo en Harlow: Caroline Jordan, Gillian Wallis y Laura Blake. Mis agradecimientos no estarían completos sin mencionar a James Harrison, mi asesor editorial privado y extraordinario malabarista, que ha realizado la tarea aparentemente imposible de unificarlo todo.

Por último, mi agradecimiento a todos aquellos empresarios y educadores que se han brindado con entusiasmo a aportar sus historias y Mapas Mentales, tanto para la primera como para la segunda edición revisada y actualizada, y que por razones de espacio he omitido en mis agradecimientos o cuyas historias no he podido incluir.

Querido lector, gracias a ti especialmente por participar en la creciente comunidad global de practicantes de los Mapas Mentales en el mundo empresarial. Os ruego que os pongáis en contacto conmigo y me hagáis partícipes de vuestros Mapas Mentales e historias para una posible inclusión en la siguiente edición de *El libro de los Mapas Mentales*, **tony.buzan@buzanworld.com**.

Agradecimientos del editor

Queremos agradecer a las siguientes personas y entidades —propietarias de los derechos de autor— que nos hayan concedido los permisos correspondientes para la reproducción del siguiente material.

P. Sole, ISM/Science Photo Library, (p. 6); David Mack/Science Photo Library, (p. 7); Syndics of Cambridge University Library, (p. 14); The Royal Collection © 2009 Her Majesty Queen Elizabeth II, (p. 15); Julian Baum/Science Photo Library, (p. 24); Martin Ruegner/biblioteca de imágenes, (p. 25); Rachel Warne/Science Photo Library, (p. 35); William Gray/biblioteca de imágenes, (p. 47); Royal Observatory; Edimburgo/AAO/Science Photo Library, (p. 191).

Por razones técnicas todos los Mapas Mentales de este libro, salvo cinco, han sido copiados (se citan a continuación como «originales»). El resto de Mapas Mentales que se detalla a continuación ha sido redibujado por Julian Bingley. Sin embargo, los Mapas Mentales siguen siendo propiedad intelectual de los autores que listamos a continuación.

Sean Adam, (p. 112); **Tony Bigonia, Richard Kohler, Matthew Puk, John Ragsdale, Chris Slabach, Thomas Spinola, Thomas Sullivan, Lorita Williams** (p. 153); **Claudius Borer** (original), (p.78); **Tony Buzan**, (p. 132 [original], p. 138, [original], p. 145 [original], p. 160 [superior]; **Kathy De Stefano**, (p. 79 [superior]; **Ulf Ekberg** (p. 82 [original]); **Thomas Enskog**, (p. 142); **Dr. John Geesink** (p. 79 [inferior]); **Lorraine Gill**, (p. 33); **Sheikh Hamad**, (p. 198); **Hilde Jaspaert**, (p. 90); **Mikiko Chikada Kawase**, (p. 125); **Raymond Keene O.B.E.**, (p. 160 [inferior]); **James Lee**, (p. 143); **Katarina Naiman**, (p. 141) [inferior]; **Karen Schmidt**, (p. 141 [superior]); **Lars Soderberg**, (p. 193); **C.C. Thum**, (p. 81); **Benjamin Zander**, (p. 98). Los autores de los Mapas Mentales de las páginas 123 y 124 prefieren no revelar su identidad.

Como editores hemos procurado obtener los permisos correspondientes de todas las fuentes pertinentes para reproducir el material que aparece en este libro. En algunos casos no hemos podido localizar a los autores de parte de este material, en cuyo caso agradeceríamos cualquier información que pudieran aportarnos respecto a los mismos.

Prólogo

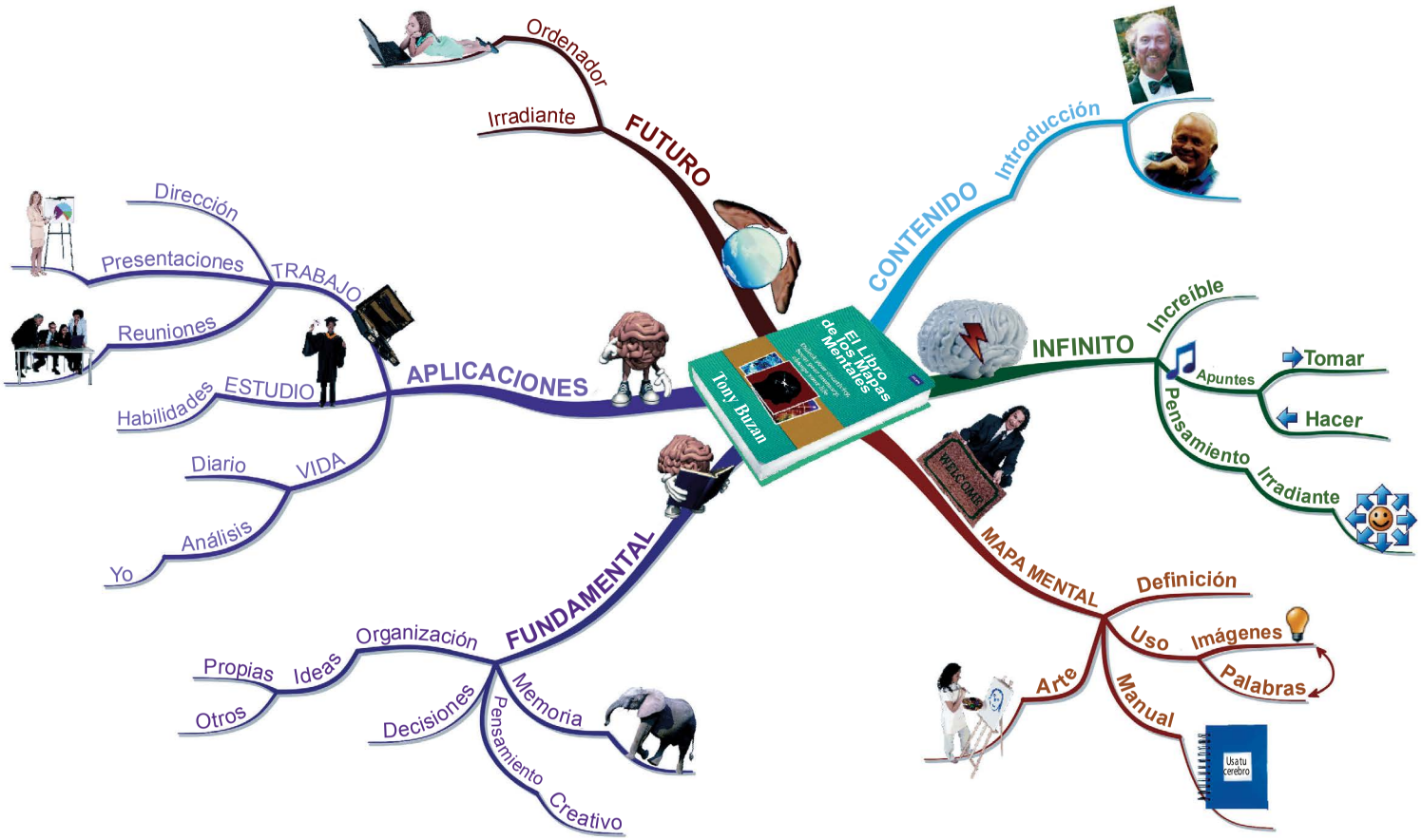
El físico Niels Bohr reprendió una vez a un alumno diciéndole: «No estás pensando, sólo estás siendo lógico». Así que yo prefiero pensar que la lógica no es el mejor criterio para evaluar nuestro potencial. En realidad, el cerebro es una forma muy distinta de ordenador «lógico».

En el siglo XXI es más importante que nunca que entendamos nuestro cerebro. Vivimos más tiempo y más sanos, pero a veces nos olvidamos de que no tiene sentido vivir más y más sano, si nuestro cerebro no está en iguales condiciones. Un cerebro sano implica que lo mantenemos activo —utilizando nuestros recuerdos, pensando correctamente y siendo creativos— para que en última instancia, logremos desarrollar nuestro potencial individual, que, hasta no hace mucho, estaba marcado por nuestro nacimiento y nuestra salud; simplemente vivíamos el destino que teníamos marcado.

Ahora nos encontramos en una situación en la que podemos plantearnos las grandes preguntas: «¿Qué estoy haciendo con mi vida?» y «¿Qué sentido tiene todo esto?» Y creo que las investigaciones sobre el cerebro están llegando a «su mayoría de edad» no sólo porque los investigadores se están preguntando cómo hacer que las personas sean mejores o incluso cómo mejorar su memoria —aunque estos fines sean muy importantes—, sino porque también están empezando a abordar preguntas más profundas como «¿Qué es lo que me hace ser lo que soy?» y «¿Cómo puedo ampliar mi potencial?»

Admiro a Tony por su dedicación al cerebro, especialmente al cerebro del siglo XXI —campo en el que ha sido pionero durante algo más de 40 años— y recomiendo su altamente estimulante colección de libros *Mind Set* (*El libro de los Mapas Mentales, The Memory Book; The Speed Reading Book* y *Use Your Head*) para mejorar nuestro cerebro. Tu aventura acaba de empezar.

Profesora Susan Greenfield, baronesa de Greenfield,
Comendadora del Imperio Británico (CBE), Directora de la Royal Institution
de Gran Bretaña, catedrática fulleriana de Psicología, Miembro Honorario,
Miembro Sénior de Investigación y recipiendaria de la condecoración
de la Orden Nacional de la Legión de Honor



Visión general de un Mapa Mental del libro que vas a leer

Introducción

Tony Buzan

Desde que inventé los Mapas Mentales en la década de 1960, se han popularizado como la «herramienta fundamental para el pensamiento». Me han embarcado en un fascinante viaje que ha transformado mi vida, y espero que *El libro de los Mapas Mentales* también te ayude a mejorar la tuya.

Como consecuencia directa de los Mapas Mentales, en la XIV Conferencia Internacional sobre el Pensamiento que tuvo lugar en la Universidad de Putra Malasia, Kuala Lumpur, en 2009, junto con el ministro de educación superior de Malasia, Datuk Seri Mohamed Khaled Nordin, se declaró que el siglo XXI sería el Siglo del Cerebro, y el milenio actual, el Milenio de la Mente. El ministro también declaró oficialmente que la humanidad ha vivido la Era de la Agricultura, la de la Industria, la de la Información y la del Conocimiento, y que ahora entrábamos en la nueva Era de la Inteligencia; y el Mapa Mental es la «herramienta fundamental del pensamiento» para la inteligencia.

En su vida relativamente corta, los Mapas Mentales han generado más de 200 millones de páginas de referencias; más de mil millones de espectadores los han visto por televisión y casi la mitad de la población del planeta ha tenido noticias de ellos a través de la radio y de la prensa.

Cuando leas *El libro de los Mapas Mentales,* pasarás a formar parte de una revolución global del pensamiento que ya está transformando nuestra manera de pensar sobre el potencial de nuestra mente y la forma en que utilizamos nuestro cerebro y nuestras múltiples inteligencias. Así es cómo empezó todo.

En mi segundo año de carrera universitaria, fui a la biblioteca con una idea concreta: preguntarle a la bibliotecaria dónde podía encontrar un libro sobre el cerebro y sus instrucciones de uso. Enseguida me remitió a la sección de medicina. Cuando le expliqué que no quería *operarme* del cerebro, sino conocer sus *instrucciones de uso*, me informó educadamente de que no existía ningún libro de esas características. Salí de la biblioteca anonadado.

Al igual que otras personas, estaba viviendo la típica epopeya del estudiante: el lento proceso de darte cuenta de que aumenta el volumen de trabajo académico y que el cerebro empieza a sucumbir bajo la presión de pensar, leer, ser creativo, memorizar, resolver problemas, analizar y escribir que te exigen los estudios. A su vez, como les sucede a otras personas, había empezado a experimentar no sólo una disminución en los beneficios, sino que me encaminaba rápidamente a tener *pérdidas*. Paradójicamente, ¡cuantos más apuntes tomaba y más estudiaba, menos avanzaba!

La progresión lógica de cualquiera de estas dos situaciones desembocaría en una catástrofe. Si estudiaba menos, no podría asimilar la información necesaria y, a consecuencia de ello, mi progreso sería mínimo; si estudiaba más, tomaba más apuntes, y le dedicaba más tiempo, me dirigía igualmente al fracaso. Deduje que la respuesta debía estar en la forma en que estaba utilizando mi inteligencia y mi habilidad de pensar, de ahí mi visita a la biblioteca.

Cuando salí de la biblioteca ese día, me di cuenta de que el «problema» de no poder encontrar los libros que necesitaba en realidad era una bendición encubierta. Pues si no existían ese tipo de libros, entonces había descubierto un territorio virgen de suma importancia.

Y así empecé a estudiar todas las ramas de conocimiento que creía que podían aclararme las preguntas fundamentales.

- ¿Cómo aprendo a aprender?
- ¿Cuál es la naturaleza del pensamiento?
- ¿Cuáles son las mejores técnicas para memorizar?
- ¿Cuáles son las mejores técnicas para el pensamiento creativo?
- ¿Cuáles son las mejores técnicas actuales para leer más deprisa y eficazmente?
- ¿Cuáles son las mejores técnicas actuales para el pensamiento en general?
- ¿Existe alguna posibilidad de desarrollar nuevas técnicas de pensamiento o sólo una única técnica maestra?

A raíz de estas preguntas comencé a estudiar psicología, neurofisiología del cerebro, semántica, neurolingüística, teoría de la información, técnicas nemotécnicas y de memoria, percepción, pensamiento creativo, y las notas de los grandes pensadores de todas las disciplinas y de las ciencias en general. Paulatinamente, me fui dando cuenta de que el cerebro humano funcionaba mejor y era más eficiente si sus diferentes aspectos físicos y habilidades intelectuales podían trabajar armoniosamente entre sí, en lugar de hacerlo por separado.

Las cosas más insignificantes producían los resultados más importantes y satisfactorios. Por ejemplo, el mero hecho de combinar dos habilidades —palabras y colores— que existen en los distintos hemisferios cerebrales, transformó mi forma de tomar apuntes. El sencillo acto de añadir dos colores a mis apuntes mejoró considerablemente mi capacidad para recordarlos, y, quizá lo más importante, hizo que empezara a *disfrutar* con lo que estaba haciendo.

Poco a poco, empezó a manifestarse una estructura general, y a medida que se iba produciendo ese proceso, por afición comencé a hacer de tutor de algunos alumnos que habían sido clasificados de «discapacitados para el aprendizaje», «caso perdido», «disléxico», «trastorno de la atención», «retrasado» y «delincuente». Todos estos supuestos «fracasos escolares» empezaron a convertirse rápidamente en buenos alumnos, y entre ellos hubo algunos que hasta llegaron a ser los mejores de su clase.

A una joven que se llamaba Bárbara, le habían dicho que tenía el CI [cociente intelectual] más bajo registrado en su escuela universitaria. Al cabo de un mes de haber iniciado el aprendizaje de aprender, lo subió a 160, y al final se licenció siendo la primera alumna de su escuela. Pat, una joven estadounidense, de talento extraordinario, a la que habían catalogado erróneamente como discapacitada para el aprendizaje, dijo posteriormente (tras haber roto unos cuantos test de creatividad y de memoria): «No estaba *discapacitada* para aprender, sino *privada* del aprendizaje».

A principios de la década de 1970 ya había llegado la inteligencia artificial y pude comprarme un ordenador de un megabyte, y con dicho ordenador recibí un manual de instruccio-

nes de 1.000 páginas. Sin embargo, a pesar de nuestra supuestamente avanzada civilización —en aquellos tiempos, la Era de la Información— todos venimos a este mundo con el más alucinante y sofisticado superordenador, *cuatrillones* de veces más potente que ningún otro ordenador conocido, y nadie se pregunta dónde está *nuestro* manual de instrucciones.

Fue entonces cuando decidí escribir una serie de libros basados en mis investigaciones: *An Encyclopedia of the Brain and its Use.* La empecé en 1971, y a medida que trabajaba en ella fui teniendo la idea cada vez más clara: se trataba de los conceptos en fase de desarrollo del Pensamiento Irradiante, la cartografía de Mapas mentales y un mundo con una mente cultivada. Con la publicación de esta última edición de *El libro de los Mapas Mentales*, el aumento de las investigaciones sobre los Mapas Mentales que se realizan en todo el mundo, y el número de usuarios que en la actualidad casi alcanza los 500 millones, mi visión se acerca todavía más rápidamente a su objetivo.

Entre las décadas de 1970 a 1990, viajé por todo el mundo dando conferencias en entidades gubernamentales, empresas, universidades y escuelas sobre mi «recién nacido» y escribí mi primera edición de *El libro de los Mapas Mentales*, que finalmente se publicó en 1995.

Uno de mis sueños era desarrollar programas informáticos que ayudaran a crear Mapas Mentales en la pantalla del ordenador de la misma manera que se generan en el cerebro humano. Esta tarea resultó ser mucho más difícil de lo que había imaginado en un principio, y no fue hasta la primavera de 2009, cuando lanzamos la Versión iMindMap 4.0, que apareció *verdaderamente* el primer programa de cartografía de Mapas Mentales, gracias al trabajo del genio de la cartografía de Mapas Mentales por ordenador Chris Griffiths y su increíble equipo. Esta nueva edición de *El libro de los Mapas Mentales* te presenta en exclusiva la interconexión del cerebro humano con el cerebro informático, y te enseñará de qué manera cada una de las «inteligencias» mejora el funcionamiento de la otra.

En las primeras etapas del desarrollo del Mapa Mental, concebí la cartografía de Mapas Mentales básicamente para memorizar. Sin embargo, tras meses de comentar este tema con mi hermano Barry, éste me convenció de que el pensamiento creativo era una aplicación igualmente importante de esta técnica.

Barry había trabajado en la teoría de la cartografía de Mapas Mentales desde una perspectiva muy distinta a la mía, y su contribución aceleró enormemente mi desarrollo del proceso de este tipo de cartografía. Ésta es su historia.

Barry Buzan

Mi primer contacto con la idea de Tony de los Mapas Mentales fue en 1970, al poco tiempo de haberme establecido en Londres. En esos tiempos, la idea empezaba a adquirir una identidad propia, pero ya se podía ver que su potencial superaba el mero hecho de anotar palabras clave, como se había pensado en un principio. Era sólo una parte más de la extensa cantidad de métodos de aprendizaje y comprensión del cerebro humano que tenía Tony. Como colaborador puntual en el trabajo de mi hermano, estaba al margen de su proceso de desarrollo. No obstante, no me involucré en serio con esta técnica hasta que empecé a aplicarla para escribir una tesis doctoral.

Lo que más me atrajo de la cartografía de Mapas Mentales no fue la aplicación de *tomar* apuntes que había cautivado a Tony, sino la de *hacerlos*. Yo no sólo tenía que organizar un creciente cúmulo de datos de investigación, sino que tenía que aclarar mis ideas sobre mi tesis acerca del enrevesado tema político de por qué los movimientos pacifistas casi siempre fracasan en alcanzar los objetivos que se han propuesto. Según mi experiencia, los Mapas Mentales eran una herramienta más poderosa para pensar porque me permitían esbozar las ideas principales y ver rápida y claramente su interrelación. Me proporcionaron una etapa intermedia excepcionalmente útil entre el proceso de pensar y el acto concreto de trasladar las palabras al papel.

Pronto me di cuenta de que salvar la distancia entre pensar y escribir era un factor decisivo para el éxito o el fracaso de mis compañeros de posgrado. Muchos no conseguían salvar dicha distancia. Cuanto más profundizaban en sus conocimientos sobre su tema de investigación en concreto, más les costaba agrupar todos los detalles para escribir sobre él.

La cartografía de Mapas Mentales me ofreció una extraordinaria ventaja competitiva. Me sirvió para reunir y pulir mis ideas sin pasar por el lento proceso de hacer varios borradores. Separar el proceso de pensar del proceso de escribir me permitió ampliar y aclarar mi pensamiento. Cuando llegó el momento de empezar a escribir, ya tenía clara la estructura y el objetivo hacia el que me dirigía, por lo que hacerlo me resultó más fácil, rápido y agradable. Terminé mi doctorado en menos de los tres años previstos, e incluso tuve tiempo de escribir un capítulo para otro libro, ayudar a fundar y luego a editar una nueva publicación trimestral sobre relaciones internacionales, ser editor asociado del periódico estudiantil, practicar motociclismo y casarme (no sin antes haber hecho un Mapa Mental con mi futura esposa de nuestros votos matrimoniales). Gracias a estas experiencias aumentó mi entusiasmo por el aspecto creativo de esta técnica.

La cartografía de Mapas Mentales sigue siendo un elemento primordial en mi visión global del trabajo académico. Me ha permitido mantener una producción excepcionalmente alta de libros, artículos y presentaciones académicas. Me ha ayudado a seguir siendo un generalista en un campo en que el peso de la información obliga a la mayoría de las personas a convertirse en especialistas. También le atribuyo el mérito de poder escribir con claridad sobre temas teóricos cuya complejidad inspira, con demasiada frecuencia, una prosa incomprensible. Quizá la forma en que más se refleja la repercusión que ha tenido en mi carrera profesional sea la sorpresa que se lleva con mucha frecuencia la gente cuando me conoce: «Usted es mucho más joven de lo que imaginaba. ¿Cómo puede haber escrito tanto en tan poco tiempo?»

Tras haber experimentado el increíble efecto de los Mapas Mentales en mi propia vida y en mi trabajo, me dediqué a hacer propaganda de la especial importancia que tenía el pensamiento creativo dentro de la gama de aplicaciones más amplia que estaba desarrollando Tony.

A finales de la década de 1970, Tony decidió que debería haber un libro sobre cartografía de Mapas Mentales, y hablamos de cómo podría participar yo en este proyecto. Gracias a su trabajo como profesor y escritor, había desarrollado una gama muy extensa de aplicaciones, había empezado a vincular la técnica con la teoría del cerebro y había elaborado muchos de

sus criterios de forma. Yo, como escritor académico, me había ceñido a un campo mucho más limitado. Mis Mapas Mentales incorporaban únicamente algunos elementos de forma, casi sin colores ni imágenes, y la evolución de su estructura básica había sido bastante diferente. Yo los utilizaba casi exclusivamente para redactar proyectos, aunque cada vez los usaba más y con muy buenos resultados, para mis conferencias o clases y tareas administrativas. Aprendí a reflexionar durante largos períodos, utilizando los Mapas Mentales para estructurar y mantener extensos proyectos de investigación.

Hubo varias razones por las que ambos deseábamos colaborar en este libro. Una de ellas era la idea de que haciendo una síntesis de nuestras dos visiones conseguiríamos crear un libro más completo. Otra era el profundo entusiasmo que compartíamos por los Mapas Mentales, y nuestro deseo de darlos a conocer más al mundo. La tercera razón era la frustración que experimenté cuando intenté enseñar a algunos de mis alumnos la técnica de la cartografía de Mapas Mentales. Varios intentos infructuosos me convencieron de que Tony tenía razón cuando dijo que la gente no sólo necesitaba aprender una técnica sino aprender a pensar. Yo quería un libro que pudiera dar a la gente y decirle: «Esto te enseñará a pensar y a trabajar con mi sistema».

El proceso de elaboración que vino a continuación fue muy largo. Ha sido un diálogo mantenido a intervalos regulares pero poco frecuentes, en el que los dos hemos intentado conseguir llegar a una comprensión total de las ideas del otro. Casi el 80 por ciento del libro es de Tony: toda la teoría sobre el cerebro, la relación entre la creatividad y la memoria, las reglas, gran parte de la técnica, casi todas las historias y todas las conexiones con otras investigaciones. Suya es también la prosa, dado que ha sido él quien ha hecho casi todo el borrador. Mis principales contribuciones han sido la estructura del libro, y el argumento de que el verdadero poder de los Mapas Mentales se revela realmente a través del uso de ideas de ordenación básicas (el «título de los capítulos» o conceptos clave, es decir, las ramas de primer orden del Mapa Mental). Aparte de esto, he desempeñado la función de crítico, de elemento de contraste, de quisquilloso, de soporte y de cogenerador de ideas.

Nos ha costado mucho comprender y apreciar plenamente el punto de vista del otro, pero al final hemos logrado un consenso casi absoluto. Aunque es un proceso lento, escribir un libro con otra persona a veces puede dar como fruto una obra con una amplitud y profundidad que ninguno de los autores hubiera logrado alcanzar por su cuenta. Éste es uno de esos trabajos.

Tony Buzan

Tal como ha expuesto Barry, hemos practicado lo que predicamos, y predicado lo que practicamos, pues para escribir *El libro de los Mapas Mentales* hemos utilizado el Mapa Mental. A lo largo de un período de quince años, hemos compuesto individualmente nuestros Mapas Mentales mediante la técnica del *brainstorming*,* para luego confrontar y combinar nuestros

* Literalmente «lluvia o tormenta de ideas». Una forma de libre asociación que se suele usar en reuniones y conferencias para resolver en grupo problemas específicos, reunir información, estimular el pensamiento creativo, obtener ideas nuevas, etcétera. Y que consiste en que todos los presentes (en este caso dos) participen en la discusión haciendo sus aportaciones de forma espontánea, no convencional, y sin restricciones de oportunidad ni congruencia. *(N. del E.)*

dos conjuntos de ideas. Cada conjunto de ideas es fruto de largas discusiones, de dedicar tiempo a observar los fenómenos naturales, de cartografiar individualmente nuestros conceptos de la siguiente fase, y volver a reunirnos para comparar y seguir avanzando. El Mapa Mental del libro completo generó los Mapas Mentales individuales correspondientes a cada capítulo, y cada uno servía de base para el texto de dicho capítulo.

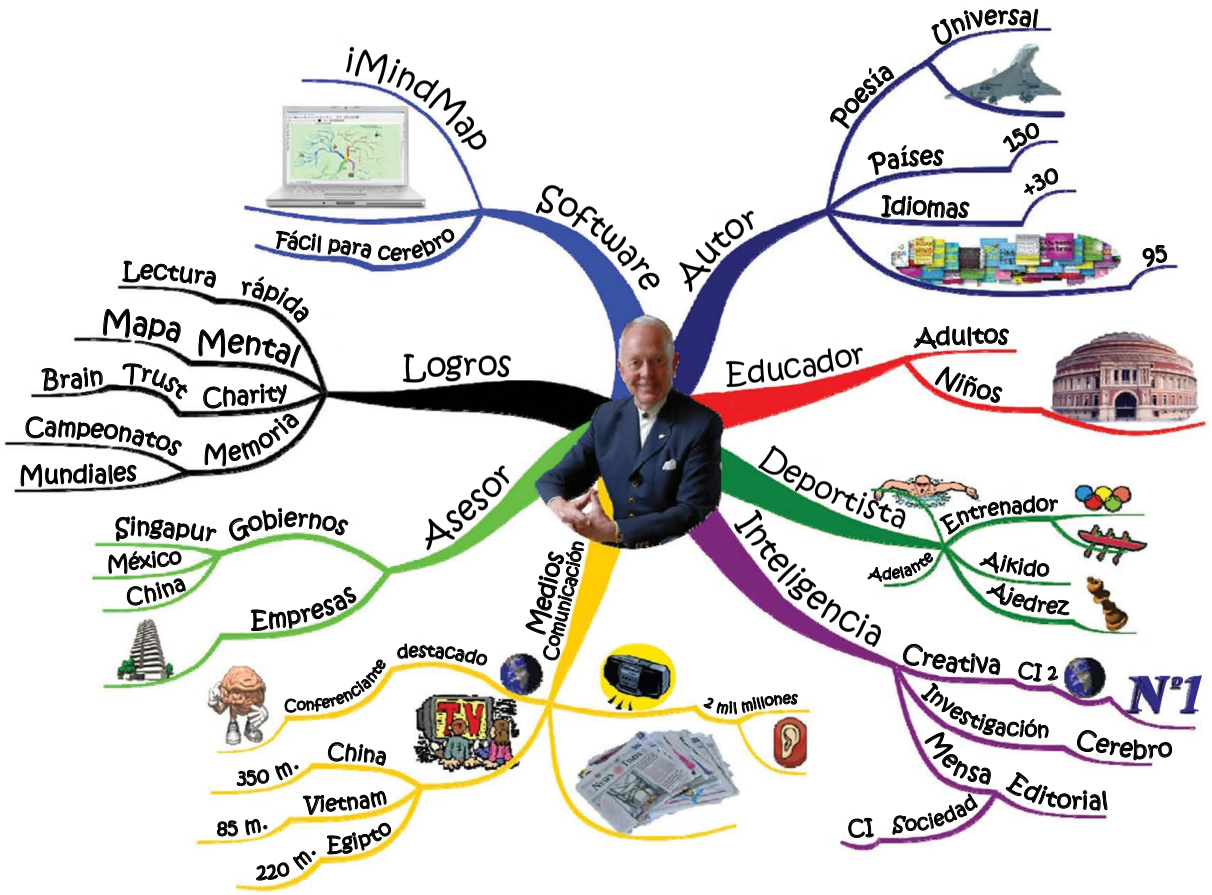
Este proceso ha dado un nuevo sentido a la palabra «hermano», y especialmente a la palabra «hermandad». Mientras escribíamos sobre ello, nos dimos cuenta de que habíamos creado un «Mapa Mental grupal» que contenía todos los elementos de nuestras mentes individuales, así como los resultados altamente sinérgicos de la combinación de las mismas.

Ahora que ya han pasado muchos años de la primera publicación de *El libro de los Mapas Mentales,* «cartografía de Mapas Mentales» se ha convertido en un término que conocen muchas personas, y de hecho, es un fenómeno global. Pero el potencial que tiene para revolucionar nuestra forma de pensar es algo de lo que tú, el lector, puede que no seas consciente. Sabemos que todavía queda mucho por hacer para conseguir que los Mapas Mentales dirijan al «director del conocimiento» —es decir, al cerebro— en la educación, en el trabajo y en la balanza trabajo-vida. Y ésa es la razón por la que sigo viajando incesantemente por todo el mundo para dar a conocer los «Mapas Mentales, la Memoria y la Creatividad» en mis conferencias, seminarios y talleres. Es también lo que me sirve para promocionar El Festival de la Mente y las actividades que lo acompañan, incluidos los Campeonatos Mundiales de la Memoria (con mi amigo y colega el Gran Maestro Internacional de Ajedrez Raymond Keene, O.B.E. [Oficial del Imperio Británico], y otras actividades Buzan en la Red que se mencionan en la sección de recursos online al final del libro.

Con la evolución de la tecnología, se han diseñado programas de cartografía de Mapas Mentales, cuya culminación es el lanzamiento de iMindMap: mi programa oficial de Mapas Mentales. Esto ha disparado su popularidad en el mundo empresarial, en el de la educación y en el uso personal, pues la gente usa el programa de cartografía de Mapas Mentales para organizar, planificar y pensar creativamente. Tal como lo ve Bill Gates, uno de los empresarios más famosos del mundo, la «nueva generación de programas de cartografía de Mapas Mentales [también] se puede utilizar como una *Tabula rasa* digital que nos ayudará a conectar y a sintetizar datos e ideas, y en última instancia, a crear nuevo conocimiento».

Sinceramente, esperamos que *El libro de los Mapas Mentales* despierte en ti el mismo afán de descubrimiento, entusiasmo y placer por la exploración y la generación creativa de ideas y comunicación que nosotros hemos experimentado.





Un ejemplo clásico de Mapa Mental completo utilizando palabras, imágenes, jerarquías y categorización que irradia sus propias asociaciones y aumenta el poder de la memoria. Es un Mapa Mental sobre el autor Tony Buzan.

El **cerebro humano** es un telar encantado donde millones de **fugaces lanzaderas** tejen un efímero estampado, un **diseño** que siempre tiene un **significado**, aunque éste nunca perdure, y no sea más que una armonía cambiante de **subdiseños**. Es como si la Vía Láctea se entregara a una especie de **danza cósmica**.

Sir Charles Sherrington