

Hvaða bækur hafa fylgt þér lengst,
þú hefur lesið oftast eða haft mest áhrif á þig?

Óþrjótandi uppspretta fróðleiks og nýrra hugmynda!

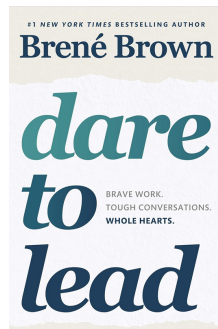
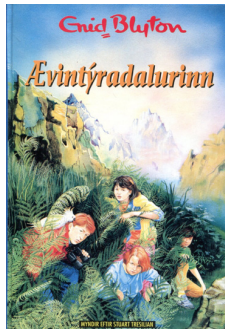
Bækur hafa alltaf skipað mikilvægan sess í mínu lífi, ég var sjö ára gömul þegar ég las fyrstu löngu kaflabókina spjaldanna á milli, sú bók var meistara-verkið *Fjósakötturinn Jáum segir frá* eftir sænska höfundinn Gustav Sandgren. Í henni segir frá hinum glúrna gáfuketti Max, Krokki hana og gömlu músinni Karólínu. Ég var tíður gestur á skóla-bókasafninu og svo átti pabbi minn fjölda barnabóka, eins og til dæmis um þá félagi Frank og Jóa, Nancy Drew og Tarsan. Sumar voru ívið rasískar, eins og *Bláskjár*, þýsk barnabók sem kom fyrst út á íslensku 1915, og fjallar um ljóshærðan, bláeygan dreng sem var rænt af dökku, vondu flökkufólki og lokaður inni í helli. Ég las flestar bækur eftir Enid Blyton, eins og *Ævintýraeyjuna*, en í minningunni snúast flestar svað-ílfarir sögupersónanna mest um nestið sem þau tóku með sér í leiðangra, ekta breskan sveitamat. Heilu kaflarnir voru um skonsur, dýrindis sultu, heitt kakó, ávaxtasalat og gómsætar pylsur.

Bókasmekkurinn útvíkkaði með aldrinum, spannaði allt frá heimsbókmenntum til góðra krimma. Sem sérfræðingur í nýrnasjúkdómum barna, á stóru háskólasjúkrahúsi í Miami og rannsakandi á Stanford, með tvo litla krakka, virðist lestur á skáldskap oftast sitja á hakanum hjá mér. Núna les ég mest fræðigreinar og svo hlusta ég mikið á hljóðbækur.

Sem sérfræðingur leiði ég stór teymi í rannsóknum, á sjúkrahúsi og göngu-deild, ég leiðbeini sérnámslæknum og læknanemum, bæði í klínísku starfi og við rannsóknir. Leiðtogahæfni er eitthvað sem ég þurfti að læra og þarf áfram að þjálf. Ég mæli með bókinni *Dare to lead* eftir Brené Brown sem leggur áherslu að leiða með heilindum og trausti. Hún útskýrir að til þess að verða góður leiðtogi þurfi maður að læra að takast á við óþægindi og óvissu, frekar en að forðast þau. Einnig er lögð áhersla

á að þróa getu til að eiga erfið samtöl, taka ábyrgð á eigin hegðun og sýna næmni fyrir tilfinningum annarra. Að geta verið berskjaldaður og læra af mistökum sínum einkennir góða leiðtoga.

Önnur bók var mér líka hjálpleg, *The White Coat Investor* eftir Dr. James M. Dahle. Ég fékk þessa bók gefins sem sérnámslæknir í Stanford en thewhitecoatinvestor.com er samfélag sem geymir líka hafsjó upplýsinga.



Læknar eru oft komnir á fertugsaldur þegar þeir loksins ljúka sérnámi, og hafa þá oft verið á lágu launum árum saman. Það virðist mjög algengt að eyða of miklu þegar tekjur aukast loksins enda komin óþreyja í fólk eftir fína húsinu og flotta bílnum. Þrátt fyrir að bókin og heimasíðan séu miðuð við bandarískan veruleika, má heimfæra margt og ráðin virka líka annars staðar. Dahle gefur góð ráð um það hvernig hægt sé að byggja upp auð með því að spara snemma og fjárfesta skynsamlega. Dahle útskýrir hvernig læknar geta tekið stjórn á eigin fjárhagslegu framtíð með því að taka upplýstar ákvarðanir og forðast að lenda í skuldafeni.

Allur þessi lestur misgóðra bóka í æsku jók hjá mér orðaforða, opnaði nýja heima, bætti einbeitingu og styrkti námsfærni. Ég vil að mínar dætur alist upp við að lesa bækur og er mín eldri, sem er sjö ára, núna að lesa með mér bækur eftir Roald Dahl.



Vaka Kristín Sigurjónsdóttir
sérfræðingur í nýrnasjúkdómum barna

Ég vil skora á Hrafnhildi Linnet Runólfssdóttur,
lækni til að skrifa næsta pistil!