

Aviâja	Anaanaama eqqaaneqarnera ataqqinartuuli	6
	<i>Æret være min mors minde</i>	18
Tage	Tage saqqummerpoq	31
	<i>Jeg stod frem</i>	36
Birthennguaq	Asasaqqaara imminut toqppoq	43
	<i>Min første kærlighed begik selvmord</i>	49
Nicolai	Sooq-una?	57
	<i>Hvorfor?</i>	62
Inaluk	Peqqissimissutiginerpaasara	69
	<i>Det jeg fortryder allermest</i>	75
Jensigne	Inuuninni aatsaat taamak annilaangatigaanga	83
	<i>Jeg har aldrig været så bange i mit liv</i>	88
Chresten	Imminut toquttarneq akiorniarpa	93
	<i>Til kamp mod selvmord</i>	96
Ane	Anaanaasup misigisapilua	101
	<i>En mors mareridt</i>	107
Ujuunnguaq	Misigisat taamaattut qaangerneqarsinnaanngillat	113
	<i>Man kan ikke komme sig over så store tragedier</i>	117
	Siunnersuineq nukissaqalersitsisinnaavoq	122
	Telefonrådgivning kan give nyt mod	127
Naggasiut	Inuuneq toqqarpaat	131
Efterskrift	<i>De valgte livet</i>	135
	Ikiutissat paasissutissallu annertunerusut	
	Hjælp og yderligere info	140

Siulequt

Atuakkap tikkuarpaa pingaarnerpaaq, uumarussuseq. Kalaallit Nunaanni imminut toquttarnerit amerlaqaat, amerlaqaagullu imminut toqunneq imminullu toqoriarneq qanimut misigisaqarfigisimallugit ilaquuttatigut ikinngutitsigullu. Imminut toquttoqarsimatillugu qimagaasut anniaateqartarput. Atuakkap imaannaanngitsoq takutippaa, qanoq imaannaanngitsigisoq ingerlaqqinniarneq. Atukkali aamma arlallit assersuutit inuunermut kajumissuseqalersitsisut tunniuppai, qimagaasimasut inuunermi ingerlaqqissimasut, ilaquttat, ikinngutit oqartussallu ikiortigalugit. Ammasuuneq tassunga atatillugu matuersaataavoq. Oqaloqatigiissinnaasariaqarpugut, annernartoq pillugu aammalu ikiortissamik ujartuilluni, pisariaqartitsinermi.

Imminut toquttarnermik pitsaaliuineq Naalakkersuisunut immikkut pingartinneqarpoq aamma pingaarutilittut ilaatinneqarluni Kalaallit Nunaanni Imminut toquttarnermik nuna tamakkerlugu pitsaaliuinermit periusissiaq 2013-2019 saqqummiunneqaqqammersumi.

Periusissiaq suliaqarfiit immikkoortullu akornanni sakkortuumik suleqatigiinnerisigut iluatsiluagaavoq, periusissiap qulakkeerniartussaavaa siunissami aqqissuussamik inunnik ujartuineq imminut toqunnissamik eqqarsartunik, imminut toqunermik eqqugaasimasunik ilaquataannillu.

Qujaffissaraagut qunusuillutik oqaluttuartut, oqaluttuasi siunissami qularnanngitsumik inuunermik annaasaqarumaarput.

Steen Lynge, Peqqissutsimut Attaveqarnermullu Naalakkersuisoq

Forord

”Livet skal leves” sætter fokus på det allervigtigste, nemlig lysten til at leve. Selvmordsraten i Grønland er høj, og mange af os har oplevet selvmord og selvmordsforsøg i den nærmeste familie eller vennekreds. Efterladte efter selvmord er en særlig sårbar gruppe, og bogen viser med stor alvor, hvor svært det er at komme videre. Samtidig giver bogen os en række inspirerende og livsbekræftende eksempler på efterladte, der er kommet videre i livet, med hjælp fra familie, venner og offentlige instanser. Åbenhed er et nøgleord i denne forbindelse. Vi skal være gode til at tale med hinanden om det, der gør ondt, og opsøge hjælp, når der er brug for det.

Selvmondsforebyggelse udgør et vigtigt fokusområde for Naalakkersuisut, og efterladte indgår som et vigtigt element i den nyligt lancerede National strategi for selvmordsforebyggelse i Grønland 2013-2019. Strategien er et vellykket resultat af et intenst samarbejde på tværs af professioner og sektorer, og strategien skal sikre en systematisk opsporing af personer i højrisikogrupper og en helhedsorienteret indsats over for selvmordstruede, selvmordsramte og deres familier fremover.

Tak til bogens modige fortællere, jeres historier vil uden tvivl medvirke til at redde liv i fremtiden.

Naalakkersuisoq for Sundhed og Infrastruktur, Steen Lynge



Aviâja

Aviāja

Anaanama

eqqaaneqarnera ataqqinartuuli

NAAMIK, ilumuunnngilaq. Ilumuunnngilaq, anaanani toqungasoq nassaarigamiuk Aviāja eqqarsarpoq. Paasivaalu qanoq pingaartigisoq taama pisoqartillugu allanik oqaloqateqarnissaq. Ilaqutariillutik isumaqatigiissutigaat anaanamik imminut toqunna nipangiutiinnarneqassanngitsoq.

Anaanaga 2007-imi toquvoq. Toqungasoq nassaaraara sapaammi. Pingasunngornermi anigamili takuneqarsimanngilaq. Nassaarinissaanut nal. akunnerata affaa sioqqullugu ujaarineqartoq politiinut nalunaarutigaa. Anigali inaanut ornikkakku oqarpoq anaanama aqqaluaa Maniitsumiit sianersimasoq aperaluni kiilerimut alakkarsimannginneripput. Tamanna eqqumiigilaarparput. Soormi aamma takananiissava? Uangali qaatigooqarlungalugu kamippaqariarama kiilerimut matuersaatit tigoriarlugit alakkarpara. Kisima. Tassanilu nassaaraara. Nivingasoq.

Annilaarujussuarneq

Takuinnarlugu paasivara toqungasoq. Tamannami qularnanngivippoq. Alapallappara. Ersilerpunga. Naluara sunarpiaq ersiginerlugu, kisianni naatsorsuutigisimanngilara toqungasumik takunissara, pingaartumik uanga nammineq anaanaga taamatut takussangasimanngilara. Annernaq. Issariarnermi anniaqaanga – uumatinniunerusoq, aammali timinni tamarmi. Alarpara, tunullugu kiilerimiillu arpaannaq anillunga. Arpaannaq majuartarfinnut ungasinnerpaasunut qummukarpunga, inimullu qullerpaamiittumut. Sapinngisara tamaat arpappunga, tunummut qiviassananga. Ersivunga qiviarnissannut anaanaga takoqinagakku. Soorlumi tassani tunorpiannguanniittoq. Ersinaq. Nilliaavunga arpanninni "ANI!" uteqattaarlugu. Orlungajattarpunga, tamakkuli soqutaanngillat. Ilannummi inimut apuunnissara kisimi isumanniippoq, oqaluttuunniassagakkit anaanaga nanisimallugu.

Apuuppungalumi. Aniga suaartarpara. Taava seeqqorpunga. Aapparma, anima taassumalu aappaata nilliasunga tusaasimanngilaannga, uffa igalaat qiveqqasut. Aapparma ornipiloorpaanga tuik-

kullu tigullunga nikuitinniaraluarlunga, isisiorlunga apersuutigalunga susoqarnersoq. Annilaarujusuarnerma piliaanik nilliaavunga. Aniga aappaalu aamma gangimut anillapput. Anaanarput ujarlugu kiilerilarama, ingerlaannaq paasivaat ajortoqartoq. Anima kamippani ativai arpaannarlu anilluni. Ungalu nilliaqqilerpunga, kavaajat gangimi nivingasut takuinnarlugit. Qimaaniaraluarpunga nisukkali nikisissinnaangilakka. Aappannut oqarniarsaraanga "Aanaanaga" imaluunniit pinerpoq "Anaassiuk (aninga)" imaluunniit "Annaassiuk (anaana)" imaluunniit "Ajortoqarpoq." Aappara aamma kamippalerpoq arpaannarlu aniga malillugu anilluni. Anima aappaa oqarfigaara politiinut ambulancimullu sianissasoq. Normui apeqqutigimmagit oqaatigaakka, qanorlu oqassanersoq ilitsersuullugu, sumukassanersullu. Ilakka malillugit anivunga – aninga aapparalu – aammalu aananaga.

Blokkimi najugallit aniasimapput, susoqarnersoq takuniarlugu, ajortoqarnersoq soorlu nilliasoqarnersoq. Inuppasuupput. Kiilerimut iserpunga. Anima aananarput takusimavaa. Angut taqqamunga isersimavoq, sumik ajortoqarnersoq takuniarlugu. Blokkit arlaanni najugaqarpoq. Matu matuaa, anigalu issiavimmi matup saannguaniittumi issiavoq qialluni. Aapparma aamma takusimavaa. Saarpianippoq. Tunummut saaffigaanga eqitaarlungalu. Ungali eqinneqarusunngilanga. Isumagisassaqaqaangami. Aniga ornippara. Eqqaamalluanngilara, kisianni isumaqarpunga angut oqarfigalugu matu ammatissagaa, taannali naaggaarpoq. Isikkuatigut takusinnaavara taamaaliunngikkutta pitsaanersasasoq. Taamaammat matoqqatiinnarpaa.

Eqqaamavara eqqarsarlunga kiilerimiittunik nikisitsisoqannginnissaa nakkutigisariaqarlugu, aammalu attuisoqarpallaannginnissaa, politiimmi suliassartik isumaginiassammassuk, inussat ipaannik ujaasilerunik. Anaanagami nammineerluni taamaaliorsimasinnaangilaq. Inuup allap pinngitsaalisimassavaa imminut toqoqqullugu. Taava politiit takkuppup. Marluupput. Anaanaga takuaat susoqarneranillu ilisimatinneqarlutik. Ambulancit aamma takkuppup. Politiit qunnuigaatigut kiilerimiit aneqqulluta, anaana aqqarniassagamikku akiutinullu ikeriarlugu Sanaliaallugu. Anivugut.

Ani kiilerip silataani iigarpoq ingillunilu. Assani kiinnaminut assiuppai. Qiavoq. Aappaata tuppallersarniarsaraa. Uanga aapparalu nikorfavugut. Uteqattaartunga malittarinnippoq. Qianngilanga. Eqqarsarpunga: "Naagga, naagga, naagga. Ilumuunngilaq. Ilumuunngilaq." Ileqimisaartortuarpunga eqqarsarlungalu: "Naagga. Naagga. Naagga, anaana. Taamaaliortussaanngilatit." Kisianni toqungasok takoreerpara, taamatullu takorloortualerlugu, taamaammat assortorneqarsinnaangilaq. Toqoreer-

poq. Ataatanut sianerpunga. Suliaminut atatillugu Danmarkimiippoq. Oqarfigaara anaana toqusi-
masoq. Imminut toqussimasoq. Oqarpoq timmisartumut tullermut ilaalluni tikinniarluni, aqagu.
Blokkit qummut qiviarpakka, inuppassuit isiginnaarpaatigut. Susoqarsimanersoq paaserusuppaat.
Isigaakka eqqarsarlunga taama alapernaasertariaqanngitsut. Neriukkaluarpunga alassagaatigut. Taa-
maaliunngillalli. Isigipput utaqqillutik. Aamma biilit aqquserngup sinaanut unillutik susoqarnersoq
paasiniaarpaat. Avaanngugaakka. Anaanaga anninneqarpat takussavaat. Anersa taamatut iluatatsinne-
qarput. Paasisariaqanngilaat, suliatik inuunertillu ingerlateqqinnarniarlitigit.

Nukami kia isumagissavaa?

Tassani utaqqitilluta blokkip isuani nukara takulerpara animi inaanukartoq. Mikillutilli ikinngunni
ilagaa. Tamarmik 14-inik ukioqarput. Isumaqtigiissimapput tukkussasoq anaana ulluni arlalinni tu-
sarfigisimannginnatsigu. Kigutigissaatini aallugit qummukarluni anima aappaata nukaa naapissima-
vaat, taannalu oqarsimavoq tamatta kiilerimiittugut. Taavalu inuppassuit akornanni takusimavaati-
gut. Uangattaq takuara qanilliarthoraatigut. Tikippaatigut qiviarparalu. Takusinnaavaa ajortoqartoq,
aliatsapporlu. Qissamik tupippoq. Eqitaarpara. Oqarfigaara anaana toqussimasoq. Qissarserpoq. Qia-
qatigiippugut. Qanormi tuppallarsinnaavara? Taavami kia isumagissavaa? Qanoq iliussaagut? Ape-
raara qummukassanersugut. Akivoq anaana anninneqartoq takoqqaarusullugu.

Allakkat

Anaana akiutinik akiarneqarluni kiilerimit anninneqarpoq. Ambulancit aallaruppaat. Politiit qinnui-
gaatigut inimut majuaqqulluta, taavagooq takkutissapput. Qummukarpugut. Igaffimmiippugut. Po-
litiit anaanap nammattagaa nassarlugu iserput. Ammarpaat aperalutalu imai pissusissamisoornersut.
Angerpugut. Taava allakkat tunniuppaat aperalutik anaanatta allagarinerai. Atuarniarsaraagut. Allak-
kat puukuannut allagaapput. Siaarneqarsimavoq muminga aamma allaffigineqarsinnaanngorlugu.
Illugiillutik allaffigineqarsimapput. Allannerisa ilaat kuglepenimik tungujortumik allagaapput, ilai
liibimik aappaluttumik allallu allaammik allarluinnarmik. Allattaasia ilisaraarput. Kisianni soorlumi
allakkamigit anaana annilaangasimasoq. Soorlumi sajulluni allassimasoq. Atuakkatta isumaa paasin-
ngilarput. Eqqaamavara allaqqasooqartoq ”utoqqatserpunga” aammalu asanerarluta. Politiit oqarput
ilimanarnerpaasoq imminorsimanissaa. Tamannalu aallaavigalugu suliarigitsik.

Politiit oqarfigaatigut apeqqutissaqarutta sianiinnaqqulluta. Portørit aamma taamatut oqarput. Taavalu ingerlapput. Kiserngoruppugullu. Nikorfalluta qialaarpugut, inimilu nalaasaarfimmut ingilluta. Inuunerput unippoq. Uanga ilaquttanut, ikinngutinut nalunngisanullu sianeqattaarpunga, anaanap toquneranik ilisimatillugit. Inuit isillattaalerput. Qiajualerpugut.

Unnua'qeqqata missaani innakaavugut. Uanga nukkama siniffiani aapparalu tutippugut. Nukara natermi madrassimiippoq. Sininniaraluarpugut. Uangali sequnngersinnaanngilanga. Sequnngerlungalu kiinaq toqungasoq amiilaarnartoq kisiat takusarpara. Erloqinaqaaq. Taamaamat sinissinnaanngilanga. Qianikooqaanga, qasuvunga, sinissinnaanngilangali. Nukara isigaara, eqqumanersoq maluginiarpara, anersaartornersorlu. Sinittarfimmi skaaveqarpoq, ataaserlu iluamik matusinnaanngilaq. Ilua taartuinnaavoq. Eqqarsarpunga anaana taqqamani skaaviup iluaniittoq. Iluaniittoq takorloorpara. Ersilerpunga, aatsaat taamak ersitigaanga. Matu alarsinnaannagu unnuarsuarmut isigiuarpara. Aappara qiviarpara, sinililivippoq. Saallunga saninni innangavoq. Taavalu ersigisorujusuanngorpara. Kiinaa, isaasaluunniit nalaat, qiviaraangakkit toqungasup kiinaa takusarpara. Erseqaanga. Ersinermik ajapaara, sininnialersorlu itersartarpara, illuanullu saaqqullugu takorruuina pillugu. Tununngagaluartorli sulis ersigaara, ajunnginnerummalli taamaaginnarpoq. Sininngilagut, kiisa ullaakkut arfininngulerpoq. Ilaqutarput avataaniit tikittusaaq siulleg tikippoq. Makippugut. Ataata ulloq taanna kingusinnerusukkut tikippoq.

Aliasunneq kamannerlu

Imminut toquttarneq pillugu isumaga misigissutsikka malillugit allanngorarsimavoq. Misigissuserpapilussuuppullu aqqusaarsimasakka.

Aallaqqaammut anaanama kamaannissaa saperaluarpara. Immaqami sulis taamaappunga. Eqqarsaatigigaangakkuli nukara, uanga, uagut tamatta qimassimagaatigut kamaattarpara. Ilaanni eqqarsartarpunga silarsuarmut inunngorteriarluta, ikerinnakkut nammineq qimapajuunnaraatigut. Iliuusaa kusanangilaq. Imminuinnaq eqqarsaatigisimavoq. Qanormi isumaqarsinnaava tamanna ajunngitsuusoq?

Aammali misigisarpunga qamuuna oqiliallattutut. Maannami eqqissereerpoq. Toqumi. Ersiorneq ajorpoq, erloqinngilaq, eqqissisimaarpoq. Sinnerlugu nuannaartarpunga.

Ullumikkut isumaqalerpunga inuit namminneq aalajangissagaat inoorusunnerlutik inoorusun-

” Inuunermi nalitoqaaq. Inuunermi manna inuuffissatuaraarput ”

nginnerlutilluunniit. Avaanngunartunik misigisaqarsimagaanni, tamakkulu attallugit inuusinnaanngitsutut misigisimagaanni inuup nammineq aalajangerliuk inoorusukkunnaarnerluni imaluunniit inuuginnarumanerluni anigorniarlugulu iliuuseqarluni. Imaassinnaavoq anaanaga taamatut misigimasimasoq. Arlaannik nalaataqarsimasoq iliuuseqarluniluunniit inoorusukkunnaassutigisaminik. Taamaammat inuunini kipivaa. Taamaalorsinnaatitaavorlu.

Nallinnaqaarli. Inuunermi nalitoqaaq. Inuunermi manna inuuffissatuaraarput. Nallinnernerpaasarput inuusuttut imminnut toquttut. Kalaallit inuusuttut imminorsimasut inuunerisinnaasamik sisamararterutaaluunniit inuuffiginagu toqusartut. Ajornartorsiutit misigissutsillu ajortut inuuneq naallugu takkuttarlutillu peeruttarput. Misigissutsit utaqqiisaannarmik atuuttarput. Ilaanni aliasut-toqartarpoq, aammali nuannaqqilertoqartarpoq. Misigissuseqanngilaq inuuneq naallugu atuuttar-tunik. Uggornartaqaarlu misigissutsit, qaangiuteqqittussat, peqqutigalugit inuuneq kipigaanni. Inuuginnarniarlutik aalajangersimasuugunik nuannaarutissarpassuaqassagaluarput, uumagallarner-minnilu misigisassarpassuaqassagaluarlutik. Taamaammat siunnersuutigissavara: *Don't take the ultimate decision on temporary feelings* (Misigissutsit qaangiuttussat tunngavigalugit allanngortinneqarsin-naannngitsumik aalajangeqinak).

Isumaqarpunga oqaloqatissaqarneq pitsaasuusoq. Taamaattumik aamma oqarasuaatikkut siun-nersuisarneq iluatinnaqaaq, kikkunnut tamanut kinaassuseq oqaatiginagu oqaloqatiginniffiusin-naasumik. Tassami misigissutsit eqqarsaatillu ajortut oqaasinngortinnerat iluaqutaasarpoq.

Misigissutsit eqqarsaatillu allattaraanni, kingumut qiviarluni takuneqarsinnaasarput. Taamaalior-nikkut piffissap ingerlanera inuunerullu ingerlaqqinnera malugineqassaaq. Ullumikkummi misigisat ippassaq misigisaniit allaanerusinnaapput. Tamanna immi oqialiannartarpoq.

Oqaloqateqaraanni misigissutsit eqqarsaatillu nipinngorlutillu oqaasinngortarput. Tamannalu oqaatsinik nipimillu anitsineq oqialiannartarpoq. Aammami tusarnaarneqarneq misigisaq nuan-nersuuvoq. Inuuneqarnerugami, inummut allamut takutitaq.

” Oqaatsinik nipimillu anitsineq oqaliallannartarpoq ”

Uanga ilikkarpara ullut tamaasa oqaloqatigiinnerup qanoq pingaartiginera. Angerlarsimaffimmi avataanilu. Oqaloqatigiinnikkut inoqammik tusarnaartoqartarpoq namminerlu tusaaneqartarluni. Tamatta misilittakkagut assigiinngitsuusarpur, oqaloqatigiinnikkullu allat misilittagaat ilinniarfiu-sinnaappur namminerlu tusaaneqarluni allanillu ilinniarfigineqarsinnaallutik. Arlaannut iluaqutaasumik iliortutut misigisimaneq nuannersuuvoq. Angajoqqaat qitornatik oqaloqatigisariaqarpaat, qitornallu angajoqqaatik oqaloqatigalugit. Imaanngitsoq oqaluffigalugit, kisianni oqaloqatigalugit.

Piffissap ilaani aamma paasiuminaatsissimavara imminut toquttarneq sooq pinaveersaartinneqas-sanersoq. Imminut toquttarnermik pitsaaliuilluni suliniutit apeqqusertarsimaqaakka.

Eqqarsartarpunga inuk imminut toqunniarluni aalajangersimaguni qaquguluunniit taamaalior-sinnaasoq piffissaarannuaq atorlugu. Taamaalioqqunagillu oqaluukkaluaraanniluunniit piffissap ilaani qimattariaqassappur, kisimiittussanngorlugit. Inuk ulloq unnuarlu naallugit nakkutigineqar-sinnaanngilaq, taamaammat imminut toqunnissaminut periarfissarissavaa kisimiinnini. Taamaattu-mik iluaqutaanngilaq imminnut toqunnissaat pinngitsoortinniarlugu sunnernerluaraanni, annaan-niaraluaraanni.

Ullumikkulli nalunngilara inuit inoqatiminnut saaffiginnikkaangamik oqarlutik imminnut to-qunnissartik eqqarsaatigalugu, ikioqqusartut. Ikiorneqarnissartillu piareersimaffigisaraat, inuunertik kipitiinnarnagu. Taamaammat isumaqarpunga kikkut tamarmik nalunngittariaqaraat inuiaqatigiin-ni arlaatigut ikiuisoqarsinnaajuaannartoq, pissutsit atukkat qanorluunniit ajortigigaluarpata.

Ilaanni kissaatigisarpara anaana ikiortissarsiorsimassagaluartoq. Imaassinnaavormi taamaalior-simagaluartoq. Ungali ilisimatissimassagaluaraminga imminut toqunnissani eqqarsaatigalugu. Im-maqami taamaaliorniarsimasinnaavoq, uanga paasinngitsuukkannik. Aammali naluara qanoq qisua-riarsimassagaluarnerlunga. Immaqa oqaannarsimassagaluarpunga ”Sunaana piviuk? Qanoq aamma imminut toqussavit.” Annertunerusumik pimoorussimanaviannngilara. Taamatulli eqqarsarneq aam-ma iluaqutaanngilaq. Tamanna ullumikkut nalunngilara, misigisimasara perorsaatigisimagakku.

Suli ilaanneeriarlunga kissaatigiummertarpara anaanaga eqqarsarsimassagaluartoq suna tamarmi

ajornavianngitsoq – aamma ajorluinnartumik allaat pisoqarsimagaluarpat. Nalusimassanngikkaluaramiuk miliuuninilluunniit akiitsoqaraluaruni uanga inuunerma sinnera tamaat ikiussagaluarinni taarsersuinermini. Immaqami tamanna nalusimannngikkaluarpaa, taamaattorli toqunissani toqqarpaa.

Arlalippassuariarlunga eqqarsaatigisarpa qanoq annaassimasinnaanerlugu. Taamaattumik aamma piffissarujussuaq atorsimavara paasiniaraluarlugu qanoq ajortigisumik nalaataqarsimanerami inuunini kipitissimagaa. Pisulli pereerput. Toqoreerpoq. Eqqissereerpoq. Sooq taava uanga pissutsit anniarisai paasiniartuassavakka, namminerlu erloqissutigilerlugit? Ullumikkut qanoq nuannaartigisarnera eqqaamarusunneruara. Qanoq asannitsiginera, toqqissisimanartiginera, sallaatsigineralu. Anaanattut asangaakkattut. Eqqaaneqarneranik ataqqinnillunga.

Eqqarsaatikka allannikuuakka. Ullorsiutituunngitsoq, anaanannik oqaloqatiginninnertut iluseqarnerusumik. Ulloq taanna oqaatigerusutaraluakka.

Oqaasertaliineq pingaartorujuuvoq, eqqarsaatit allallugit allanilluunniit oqaloqateqarluni. Qanoq innerluni allanneqarsinnaavoq, ajunngikkaanni ajoraannilu, aammalu sooq taamaannerluni. Taava avatangiisit paasissavaat qanoq ittoqarnersoq. Namminerlu aamma paasinarsisarpoq qanoq innerluni. Ajornartorsiutaasut aaqqinnissaat taava nalunannginnerulersarpoq.

Ikiorneqarneq

Anaanaga ajunngikkallarmat isumaqaraluarpunga annaasaqartoqaraangat taamatut pisortat namminneq qanigisaasunut saaffiginnittartut ikiuiumallutik. Ugangali taama misigisaqanngilanga.

Politiit takkukkamik oqarput apeqqutissaqarutta sianiinnassasugut. Portørit aamma taama oqarput. Tamarmilli ingerlaqqipput. Toqusoortulli annilaarujussuarneq iliuuseqarsinnaannginnerlu atugarisarpaat. Apeqqutissat nalunartarput, qaqugu kinalu aperissanerlugit, il.il.

Uanga piffissap ilaani suna tamaat artulersutut misigaara. Taamatut qimataalluni erloqinangaarmat. Akiligassat takkuttuaannarput. Tamattalu ilinniartuinnaavugut. Uanga anigalu ilinniakkamik ingerlataqarpugut, nukaralu meeqqat atuarfianni atuartuuvoq. Soraarummeerutitsinni qaquisigutta aatsaat ilinniarnersiutisisinnaavugut, taamaanngippat sulisariaqarpugut. Toqusoornikuugattali taaku arlaannaalluunniit naammassisinnaanngilarput. Eqqaamanngilara arlaatigut taartisinerluta, ilinniarnersiutigulli tunniunneqassaarput. Ullulli tamaasa nerisariaqarpugut, maannalu aamma ilisinis-

saq il.il. isumagisariaqarpagut. Qujanartumilli ataataqarpugut sorpassuarnik isumaginnissinnaasumik, soorlu akiligassanik nerisassanik ulluinarsiuinillu allanik akiliisinnaasumik. Taamaakkaluar-torli suna tamarmi ilungersornaqaaq. Eqqaamavara kommuuniarlunga paasiniarlunga tamakku ilaannaalluunniit pillugit ikiorneqarsinnaanerluta.

Saaffiginnittarfimmukarama boligsikringimut immikkoortuanukartinneqarpunga. Immersugas-samik tunivaannga pisortaqarfinit allanit pappialanik ilaqartussamik. Uangali tamanna pillugu saaf-figinninngilanga. Ilisimalluanngilarami suna pillugu ikiorneqarusunnerlunga, qanorlu. Isasoorluin-narpungalu. Nipituumik qissaserpunga. Ilaata ornippaanga tuppallersarniarlunga, aatsaallu taamaa-limmat qanoq inissisimanagera pillugu iluamik oqaloqatigineqalerpunga. Apersorpaanga akisinnaasan-nik, suleqatiminukaappaangalu uannik sullisisinnaasumut. Oqaloqatiginnittarnissamik angerlars-i-maffitsinnullu pulaartarnissamik neqeroorfigineqarpugut paasissutissaalunnillu atorfissaqartitatsin-nik tuniorarneqarluta. Tamanna ajornanginnerulaarsinnaagaluarpoq. Isumaga malillugu sorpassuit aatsaat aqqusaqqaarlutigit oqaloqatiginninnissamik ikiorneqarnissamillu neqeroorfigineqarpugut.

Anaana angutaatikua qujanartumik psykolog'imik nalunngisaqarpoq. Tassunga eqqaasima-vaanga, saaffiginneqqallungalu. Taamaalillunga sapaatip-akunneranut marloriarlunga pisariaqartik-kaangakkulu oqaloqatiginnittalerpunga, nammineersinnaaqqilernissama tungaanut. Uffa inummit tassannga ikiorneqarnissara naatsorsuutiginninnerpaallugu.

Anaana toquvoq allaffissorneq pillugu Ilisimatusarfimmi atualeruttortunga. Ukiut appassaanni atuarlunga aqagumut soraarummeeqqaartussaallunga anaana nassaaraara. Misigisaq sakkorto-qaq. Soorunalumi soraarummeersinnaanngilanga, taamatullu aamma tulliuttunut pingasunut. Qaammatilli pingasut qaangiummata ilinniarnera nangippara.

Anaana toquneratigit annilaarujussuarpunga. Apparalu ulluni siullerni sininngitsoorpugut. Sequnngernissara saperpara, apparalu sinilituartorlu itersartarpara, toqungasutut isikkoqartarmat annilaangalertarama. Ullut pingasut qaangiummata kiisami sinilaarpunga. Apparalu nalaasaarfim-mi innangarujoorpugut, ullukku. Qaamariarmat ersivallaanngilanga, inuppassuillu avatinniittut tu-saasinnaagakkit.

Qujanartumik taama pisoqarnerani aappaqarpunga pitsaanerpaamik. Ullut tamaasa ulloq unnu-arlugu eqqanniippoq. Tamannalu aniguininnut peqqutaavoq. Taanna aapparismannngitsuugukku im-maqa niaqulaalersimassagaluarpunga. Paasivara sianissuseq timimut, ilami inummut tamarmut,

qanoq pingaaruteqarluinnartigisoq. Timit nivingasut takorloortuarpakka, sequnngerniarlungalu inuup toqungasup kiinaa ersarilluinnartumik takusarpa. Naalliunnaqaaq. Silaarunnissara uaneera-kasimmiippoq. Aapparmali najortuarpaanga. Ikorfartorpaanga. Qianinni ersiorninnilu pakkusimal-lunga. Psykolog'iliaraangama ilagiuaannarpaanga. Sumukaraluarumaluunniit ilaasarpoq. Kisimiitin-gisaannarpaanga, tassalu pisariaqartinnerpaasara.

Naassaangitsumik eqqanniissinnaasuuguni taamaaliussagunaraluarpoq. Kisianni suliartoqqittar-iaqalerpoq. Ulluni 14-ini aningaasarsiaqarani sulinngiffeqarpoq, aningaasarsioqqittariaqarporli.

Aapparma aamma anaanaga kiilerimi toqungasoq takuaa. Ikinngutima tamanna takorloorsin-naannngilaat. Ersiuleraangamalu aappara kisiat ilagisinnaasarpa. Allantik ilaqarusunneq ajorpunga. Aappara toqqissinarinerpaavara. Ersiortillungalu ikinngutinnit takuneqarnissara saperpara.

Allaat A1-imut unikkiartornissara eqqarsaatigileraluarpara. Takananiami ulloq unnuarlu saaffissa-qarpunga. Aappannit taama isumagineqartiginissara ingasagaara. Taamaattorli qanoq iliuuseqan-ngitsoorpunga.

Aapparalu anaanaga toqummat suliffimminut atatillugu inigisaaniippugut. Anisitaagatta anin-nut, aappaanut nukkannullu nuuppugut. Ataatalu Danmarkimiit tikinnikummat aamma aninne-qatigaarput. Taamaattumik angerlarsimasoqartuaannangajappoq. Uangalu isumagiuarpara inoqar-nissaa. Kisimiinnissarami sapivippara.

Nukara qimmeqarpoq, taannattaarlu uanut iluaqutaaqaaq. Siullerpaamik inimi kisimiittussan-ngorama qimmip ilagina iluaqutigeqaara. Tullinnguupporlu inimi kisimiivinnissara. Qimmeq ila-galugu iluaqaaq. Tassami aamma aneersittariaqartarpoq nerisinneqartariaqarlunilu ullaakkut, ullo'-qeqqanut unnukkullu. Pisassaqarnerit tamakku ulluinnarni suliassat aallarteqqinnissaannut iluaqu-taapput.

Ilaquttat pingaaruteqaqaat. Ilaquttagut qaninnerit sinerissamiipput. Anaanaga toqummat Nuuli-arput. Sapaatip-akunnera sinnilaarluguluunniit najorpaatigut, aallaqqippulli. Ilaqutannguattali qa-ninnerpaasatsitut misigisatta najortuarpaatigut. Pulaartarput periarfissatik tamaasa atorlugit. Ikiortar-paatigut kisimiitinnaveersaarlutalu. Iggalluta, errortagut iluarsaallugit torersaallutillu. Nalissa-qanngillat. Sulilumi taamaapput, pingaartumik nalliuttuni.

Imminut toquttarneq nipangiutiinnagassaannilaq

Aasaq naavoq uangalu Ilisimatusarfimmi atuqaqilerpunga anaanaq toquneraniit qaammatit pingasut qaangiuttut. Oqimaaqaaq. Atuariartortarneq soraarummeertariaqarnerlu oqimaaqaat, nakkutiginiarnerilu ajornakusooqaluni anaana pisimasullu kisiisa eqqarsaatigisinnaagakkitt. Tunniutiinnarusungilangali, tamannami ajornannginaarineruallaassaqaq. Ilungersortuarpongali aammalu ikorfartorneqarlupunga ikiorneqartarlungalu. Aapparma atuariartoraangama ingiaqatigisarpaanga, tassanilu ikinnguteqarpunga ilinniartitsisoqarlungalu pitsassuarnik. Pingaartumik ikinngutinnguaama ataatsip isumagilluartaqaanga, qiasunga najortarlunga tusarnaartarlungalu. Iluaqaaq. Ikioqqusarnissaq ikiuerusuttunillu tikilluaqqusisarnissaq pingaaqaaq.

Isumaqarpunga ingerlaqqinniarluni aalajangernessaq pingaaruteqartorujuusoq. Tassami ingerlaqqinniarluni aalajangerneq peqquterpiaasarpog ingerlariaqqissinnaanermut. Uanga anaanama toqunera angorusutannut akornutaatikkusunnagu aalajangerpunga. Ilinniagaqarniarpunga, suliffittaarlunga, illutaarlunga, angallatitaarlunga, qimmitaarlunga immaqalu meerartaarlunga.

Aamma nuannaarutigisatsinnik pisoqartarnera iluaqutigeqaarput. Anima aappaa naartulerpoq, uagut ilinniarnitsinnik naammassivugut inuunerlu ingerlaqqippoq.

Uatsinnulli qimagaasunut iluaqutaanerpaajugunarput allagai. Allassimavoq toquneranut pisuusog qanngitsoq, namminerli tamanna aalajangeramiuk pisuusutut misigissanngitsugut.

Aammalumi isumaqatigiippugut toqunera oqaloqatigiissutigissallugu – imminut toqussimanera. Nipangiunneqassanngilaq, oqaluuserineqassaaq. Taava isumaqatigeeriarluta ingilluta oqaluuserisarpuput, sapinngisamik inuit amerlanerpaat initsinniinnerini – uagut qatanngutigiiit, ataatarput, anaanaq qatanngutai angajoqqaavilu kiisalu soraluai, ilaqquttat ikinngutillu tamarmik. Anaanama ului kingulliit oqaluuseraagut, allagai, qanoq misigisimanerput eqqarsaatigullu, qanoq iliussanerluta ilaallu ilanngullugit. Oqaluuseraarput anaanatta iliuutsini akuereqqugaa isumakkeerfigeqquneralu.

” Tassami ingerlaqqinniarluni aalajangerneq peqquterpiaasarpog ingerlariaqqissinnaanermut. Uanga anaanama toqunera angorusutannut akornutaatikkusunnagu aalajangerpunga ”

Allappoq Guutip imaluunniit pinngortitsisup kisimi ajornartorsiutini aaqqissinnaagai, allallu susinnaangikkaat. Tamatta isumaqatigiissutigaarput anaana isumakkeerfigissallugu, ataasiakkaarluta piareerluta misigisimalerutta isumakkeerfigissallugu.

Ilisaanera aamma iluaqutaavoq. Uanga ilisaareermat oqiliallattutut misigaanga. Tassami taava timaa Sanamiikkunnaarpoq eqqissivissaminiilerlunilu. Oqaluffimmeereemat iliveqafimmuq qaniorparput eqqissivissaanullu ilillugu. Tamanna oqiliallannarpoq. Kingorna kaffillernitsinni illartarlutalu pivugut, tiitoqatigiilluta ingerlaqqillutalu.

Siunnersuutigarusuppara 'ajortuliorfik' allatulluunniit ikilernerqaataasumik misigisaqarfik uterfigineqartassasoq, sapinggisamik piaartumik. Uanga nammineq aappaarlunga kiileriliartarpunga pinsinnaaffikka tamaasa. Kiileri taanna ersigiunnaarusukkakku. Takanani qinoqatigiittarpugut, tussiarluta qiallutalu. Siullerpaamik taamaaliorniarneq naalliunnaqaaq. Uanga iserneq saperluinnaraluarpara. Ersiorujussualersarpunga qimaallungalu. Takorloortarpara suli taqqamaniittoq. Soorlumi matup iluatunginnguaniittoq, siullermik nassaarineratulli. Nilliasarpunga, nukillaarlunga qiallungalu. Qujanartumilli ilama najortarpaannga. Aatsaat arlalippassuariarlunga takananeereerama kiileri ersigivallaarunnaarpara. Taamaammatt siunnersuutigaara sumiiffiit toqusumut eqqaanartitat orninnekartassasut. Sungiunniarsariuk toqusoq tassaniikkunnaareersoq. Taava aamma sumiikkaluaraanni-luunniit oqinnerulissaaq.

Uanga nammineq annilaarujussuarnera pillugu katsorsarneqareerama aatsaat inoqatikka uattulli misigisaqarsimasut eqqarsaatigisinnaalerpakka. Pisimasoq misigisimasara pillugu nalaatat pitsaanerusunnaasut eqqarsaatigisinnaalerakkit allat taamatut misigisaqarsinnaaneratt pinngitsoortikkusulerpara. Tassanilu isumassarsivunga inunnut taamatut nalaatalinnut paasissutissanik quppersagaliornissamat. Imminut toqussimasut qimataannut ikiuiffiusinnaasut allattorsimaffiannik. Tamannalu ullut ilaanni piviusunngortissallugu pilersaarutigaa.

Anaana eqqaaneqarnera ataqqinartuuli – Inge Amondson.
Asavakkit. Asavatsigit. Eqqissillutit qasuersaarit.

Aviåja Mørch Amondson

Aviāja

Æret være min

mors minde

– Nej, nej, nej. Det sker ikke. Det sker ikke, tænkte Aviāja, da hun fandt sin mor død. Hun fandt ud af, hvor vigtigt det var at snakke med nogen, og familien var enige om, at morens selvmord ikke var noget, der skulle ties væk.

Min mor døde i 2007. Jeg fandt hende død en søndag. Ingen havde set hende, siden hun gik hjemmefra om onsdagen. En halv time før var jeg på politistationen for at melde hende savnet. Men da jeg kom hen til min storebrors lejlighed, havde mors lillebror fra Maniitsoq ringet og spurgt, om vi havde kigget efter hende i kælderen. Det var lidt mærkeligt. Selvfølgelig ville hun ikke være der. Men da jeg alligevel havde sko og jakke på, tog jeg nøglerne til kælderen og gik derned. Alene. Og det var dér, jeg fandt hende. Hængende.

Chokket

Lige så snart jeg ser hende, ved jeg hun er død. Der er ingen tvivl om det. Jeg kigger væk med det samme. Jeg bliver bange. Jeg ved ikke helt præcist, hvad jeg bliver bange for, men jeg har jo ikke regnet med at se en død person, og slet ikke min egen mor. Det gør ondt. Det gør rigtigt ondt i et splitsekund – overalt i min krop, men mest i mit hjerte. Jeg kigger væk, vender rundt og løber ud af kælderen. Jeg løber hele vejen til opgangen, som er længst væk og hele vejen op til lejligheden på øverste etage. Jeg løber så hurtigt jeg kan. Jeg kigger ikke tilbage. Jeg er bange for at kigge tilbage, fordi jeg ser mor for mig. Jeg føler, at hun er lige bag ved mig. Jeg er bange for at se hende, hvis jeg kigger tilbage. Det er skræmmende. Jeg skriger ”ANI!” (storebror) igen og igen, mens jeg løber. Jeg snubler et par gange, men jeg mærker det ikke. Jeg skal bare nå op til lejligheden, hvor de andre er, og sige at jeg har fundet mor.

Jeg når ind i lejligheden. Jeg råber på min storebror. Jeg falder på knæ. Min kæreste, min bror og hans kæreste har ikke hørt mig skrigende udenfor, selvom vinduerne står på vid gab. Min kæreste kom-

mer løbende og tager fat i mine skuldre og prøver at rejse mig op, mens han søger øjenkontakt og spørger, hvad der er galt. Jeg skrider i chok. Min bror og hans kæreste kommer også ud i gangen. Fordi jeg gik ned i kælderen for at lede efter mor, opfatter de med det samme, at der er noget galt. Min bror tager sko på og løber derned. Nu skrider jeg, fordi jeg bliver forskrækket over alle de jakker, der hænger ude i gangen. Jeg prøver at gå væk fra jakkerne, men jeg kan ikke bevæge mine ben. Jeg kigger på min kæreste og siger noget med ”Mor” eller ”Red ham (min storebror)” eller ”Red hende” eller ”Det er galt.” Han tager også sko på og løber efter ham. Jeg siger til min brors kæreste, at hun skal ringe efter politi og ambulance. Hun spørger om numrene, og jeg giver hende dem og fortæller, hvad hun skal sige, og hvor de skal hen. Jeg løber ud efter de andre – ud efter min storebror og min kæreste – også ud efter min mor.

Folk i blokkene er kommet ud af deres døre for at se, hvad der er galt, for at se hvorfor der er nogen, der skrider sådan. Der er mange folk udenfor. Jeg når ind i kælderen. Min storebror har set mor. Og der er en mand, der er gået ind i kælderen for at se, hvad der er galt. Han bor i én af blokkene. Han holder døren lukket ind til min mor. Og min storebror sidder grædende på en stol lige foran døren. Min kæreste har også set hende. Han står lige foran mig. Han vender sig om og krammer mig. Men jeg vil ikke have et kram. Jeg skal sørge for tingene. Jeg ser ind til min bror. Jeg beder manden om at åbne døren ind til mor, men han siger nej. Hans udtryk siger, at det ikke er en god idé. Han holder døren lukket.

Jeg sørger for, at der ikke bliver flyttet på tingene inde i kælderen, og at der skal røres ved så lidt som muligt, så politiet kan gøre deres arbejde bedre. Jeg kan huske, jeg tænkte, at vi skulle røre ved mindst muligt, så det var nemmere for politiet, når de skulle lede efter fingeraftryk i kælderen. Det her var jo ikke noget, mor selv gjorde. Det må være en anden, der har tvunget hende til at begå selvmord. Så kommer politiet ind i kælderen. To betjente. De ser mor og får at vide, hvad der foregår. Ambulancen ankommer også. Politiet beder os alle sammen om at gå ud af kælderen. Så kan de få mor ned på en bære og køre hende ned til Sana. Vi går ud.

Storebror læner sig op af væggen uden for kælderen og sætter sig ned. Han har sine hænder mod sit ansigt. Han græder. Hans kæreste trøster ham. Jeg står sammen med min kæreste. Jeg går frem og tilbage, og han følger med. Jeg græder ikke. Jeg tænker: ”Nej, nej, nej. Det sker ikke. Det sker ikke.” Jeg

ryster på hovedet hele tiden og tænker: ”Nej. Nej. Nej. Nej, mor. Det skulle du ikke have gjort.” Men jeg har jo set hende død, og jeg ser hende død for mig hele tiden, og det kan ikke benægtes. Hun er død. Jeg ringer til far. Han er i Danmark på grund af sit arbejde. Jeg siger til ham, at mor er død. At mor har begået selvmord. Han siger, han tager det næste fly, og at han er der i morgen. Jeg kigger op på blokkene, og der er masser af folk, der kigger på os og på kælderens. De vil vide, hvad der er galt. Jeg kigger på dem og tænker, at de ikke har ret til at være så nysgerrige. Jeg ønsker, de vil kigge væk. Men det gør de ikke. De står bare og venter. Der er også biler, der stopper og holder ved vejen for at finde ud af, hvad der er galt. Det kan jeg ikke lide. De vil alle sammen se min mor blive båret ud. Det skal de ikke have fornøjelsen af. De behøver ikke at få noget at vide. De kan bare gå videre med det, de lavede, og med deres liv.

Hvem skal tage sig af lillesøster?

Mens vi venter udenfor, ser jeg min lillesøster på vej hjem til storebrors lejlighed for enden af blokken. Hun er sammen med sin veninde, som hun er vokset op sammen med. De er begge 14 år. De har aftalt, at hun skal overnatte hos veninden, fordi vi ikke har hørt fra mor i nogle dage. De er på vej op for at hente hendes tandbørste, da de møder vores brors kærestes lillesøster, som siger, at vi andre er hende ved kælderens. Så ser hun alle menneskene udenfor, og så får hun øje på os. Jeg ser hende også. Hun kommer nærmere. Hun når hen til os, og jeg kigger på hende. Hun kan se på mig, at der er noget galt. Så bliver hun ked af det. Hun er ved at græde. Jeg krammer hende. Jeg siger til hende, at mor er død. Hun begynder at græde. Vi græder sammen. Hvordan skal jeg trøste hende? Hvem skal nu tage sig af hende? Hvad skal vi gøre? Jeg spørger, om vi skal gå op i lejligheden. Hun siger, hun vil se mor blive båret ud først.

Brevet

Mor bliver båret ud af kælderens på en bære. Ambulancen kører væk med hende. Politiet beder os gå op i lejligheden, så vil de komme op. Vi går ind. Vi står i køkkenet. Politiet har mors rygsæk med. De åbner den og spørger os, om indholdet ser normalt ud. Vi siger, at det gør det. Så giver de os et brev og spørger, om det er mors håndskrift. Vi prøver at læse brevet. Brevet er nogle brugte konvolutter. De er revet itu, så der kan skrives på begge sider af papiret. Der står noget på alle siderne. Noget af teksten

er skrevet med blå, tynd kuglepen, noget med rød læbestift, og noget med noget helt tredje. Vi genkender håndskriften. Men det er, som om mor har været nervøs, da hun skrev. Det er, som om hun har rystet på hånden. Vi forstår ikke, hvad vi læser. Jeg husker, at der står ”undskyld” på en af siderne, og at hun elsker os. Politiet siger, at det er mest sandsynligt, at hun har begået selvmord. De vil se på sagen som sådan.

Politiet siger at vi bare skal ringe, hvis vi har spørgsmål. Det samme siger portørerne. Og så går de. Så er vi alene. Vi står lidt og græder, og så går vi hen til sofaen i stuen. Vores liv stopper. Jeg begynder at ringe rundt til familie, venner og bekendte for at sige, at mor er død. Efterhånden kommer folk ind. Vi græder og græder.

Ved midnatstid går vi i seng. Jeg ligger i min lillesøsters seng sammen med min kæreste. Min søster ligger på gulvet på en madras. Vi prøver at sove. Men jeg kan ikke lukke øjnene. Jeg ser et skrækkeligt, dødt ansigt for mig, lige så snart jeg lukker dem. Det er ikke til at holde ud. Så jeg kan ikke sove. Jeg har grædt meget, jeg er træt, men jeg kan ikke sove. Jeg kigger på min lillesøster og tjekker, om hun er vågen, og om hun trækker vejret. Der er nogle garderober i soveværelset, og ét af dem kan ikke lukke helt. Og det er mørkt indeni. Jeg tror, mor er lige bag ved garderoberdøren. Jeg ser hende for mig derinde. Jeg er bange. Jeg har aldrig været så bange. Jeg bliver ved med at kigge på døren hele natten. Jeg kigger på min kæreste. Han er ved at falde i søvn. Han ligger ved siden af mig, vendt mod mig. Og lige pludselig bliver jeg rigtig bange for ham. Når jeg ser på hans ansigt, eller når jeg kan se hans ansigt ud af øjenkrogene, ser jeg en død persons ansigt. Det skræmmer mig. Jeg skubber ham væk af skræk og vækker ham, hver gang han er ved at falde i søvn. Jeg siger, han skal vende sig, fordi jeg har forestillinger om hans ansigt. Men jeg er stadigvæk bange for ham, selv om han vender sig om. Men det er mindre skræmmende, så han holder sig bare på den side. Vi sover ikke. Klokkeren bliver lidt i seks om morgenen. Det første familiemedlem fra kysten ankommer. Vi står op.

Far kommer senere på dagen.

Sorg og vrede

Min holdning til selvmord har skiftet gennem tiden i takt med mine følelser. Og jeg har været igennem mange følelser.

” Livet er så værdifuldt.
Dette liv er jo det eneste,
vi kommer til at leve ”

I starten turde jeg ikke blive vred på mor. Måske tør jeg stadigvæk ikke rigtig. Men når jeg tænker på, at hun har forladt min søster, at hun har forladt mig, at hun har forladt os, kan jeg blive vred på hende. Nogle gange tænker jeg på, at hun bragte os til verden, og så valgte hun bare at forlade os midt i det hele. Det er dårligt gjort af hende. Det er egoistisk. Hvordan kunne hun tro, at det var i orden at gøre det?

Jeg oplever også, at jeg føler lettelse. Hun har fred nu. I døden. Hun oplever ikke angst, hun har det ikke hårdt, hun hviler. Jeg er glad på hendes vegne.

I dag mener jeg, at det er op til én selv, om man har lyst til at leve eller ej. Hvis man har oplevet noget dårligt, og man ikke selv synes, at man magter at leve med det, er det op til én selv, om man ikke længere vil leve, eller om man vil leve og måske bearbejde det. Og måske er det det, der er sket med min mor. Hun har nok oplevet eller gjort noget, så hun ikke længere ville leve. Og derfor endte hun sit liv. Det har hun lov til.

Men det er så synd. Livet er så værdifuldt. Dette liv er jo det eneste, vi kommer til at leve. Det er især synd, når det er unge mennesker, der begår selvmord. De fleste unge grønlændere, der begår selvmord, har jo ikke engang levet en fjerdedel af det liv, de ellers kunne leve. Problemer og negative følelser kommer og går hele livet. Følelser er midlertidige. Nogle gange er man ked af det, men man bliver også glad igen. Ingen følelser varer hele livet. Og det er synd at ende sit liv på grund af følelser, der går over igen. For sikke en masse glæde, de kunne opleve, hvis de havde bestemt sig for at leve, og sikke mange oplevelser de kunne have haft, før deres tid kom. Mit råd er derfor: *Don't take the ultimate decision on temporary feelings.*

Jeg synes, at det er rigtig godt at have nogen at snakke med. Derfor er det også godt, at der findes en telefonlinje, som alle og enhver kan benytte sig af og snakke med en professionel, anonymt. Bare det at kunne formulere sine negative følelser og tanker er en hjælp.

Når man skriver følelser og tanker ned på et stykke papir, kan man kigge tilbage på, hvad man har

” Bare det at få ordene og lyden ud af kroppen kan gøre, at man føler sig lettere ”

skrevet. På den måde kan man få en fornemmelse af, at tiden går, at livet går videre, fordi det man føler i dag kan være anderledes end det, man følte i går. Og det er lettende.

Når man snakker med nogen, omsætter man følelser og tanker til lyd, i ord. Bare det at få ordene og lyden ud af kroppen kan gøre, at man føler sig lettere. Og det at blive lyttet til er også en rar følelse.

Man eksisterer, overfor en anden

Jeg har lært, at det er vigtigt at snakke sammen hver dag. I hjemmet og uden for hjemmet. Ved en samtale hører man om den anden, og man bliver selv hørt. Vi har alle sammen forskellige erfaringer, og ved samtaler kan man lytte og lære af andres erfaringer, og man kan blive hørt og lære fra sig. Den følelse af at bidrage til noget er god at have. Forældre bør snakke med deres børn, og børn bør snakke med deres forældre. Ikke snakke til hinanden, men med hinanden.

Der har også været en tid, hvor jeg ikke kunne forstå, hvorfor selvmord skulle forebygges. Jeg satte spørgsmålstegn ved, hvorfor der overhovedet fandtes projekter til forebyggelse af selvmord.

Jeg tænkte, at hvis en person har besluttet sig for at ende sit liv, så kan han eller hun gøre det når som helst og på nogle få minutter. Og hvis man prøver at overtale ham eller hende til ikke at ende deres liv, bliver man jo nødt til at forlade dem på et tidspunkt, man bliver nødt til at lade dem være alene fordi man selv skal noget andet. Man kan ikke holde øje med personen døgnet rundt, hvert minut. Og det er dér, de kan ende deres liv. Derfor nytter det ikke noget at forsøge at tale dem fra at ende deres liv, at redde dem.

Men i dag ved jeg, at de personer, som henvender sig til nogen og siger, at de tænker på at ende deres liv, beder om hjælp. De er villige til at tage imod den hjælp, der er til rådighed. Og så gælder det om at hjælpe dem til at hjælpe sig selv, så de ikke bare ender deres liv. Derfor synes jeg, at det er godt, at alle ved, at der altid findes hjælp ude i samfundet, selv når ens situation ser allerværst ud.

Der har været tider, hvor jeg ønskede, at mor havde søgt hjælp. Det har hun nok også. Men jeg ville

ønske, at hun havde fortalt mig, at hun tænkte på og planlagde at begå selvmord. Det har hun måske også på én eller anden måde, uden at jeg opfattede det. Men jeg ved heller ikke, hvordan jeg så ville have reageret. Jeg havde nok sagt noget i stil med ”Kom nu, hvad snakker du om? Selvfølgelig begår du ikke selvmord.” Og så havde jeg ikke taget det mere seriøst. Det nytter selvfølgelig ikke noget at tænke i de baner. Det ved jeg i dag. I dag er jeg modnet af oplevelsen.

Der er stadigvæk tidspunkter, hvor jeg ønsker, at mor havde vidst, at alt nok skulle gå – også selv om der var noget, der var gået helt galt. Jeg ville ønske, at hun vidste, at selv hvis hun skyldte en million kr. væk, ville jeg hjælpe hende resten af mit liv med at betale gælden af. Men det vidste hun nok også godt. Og hun valgte døden alligevel.

Der har været masser af tidspunkter, hvor jeg kun tænkte på, hvordan jeg kunne have reddet hende. Derfor brugte jeg også meget tid på at prøve at finde ud af, hvad der var gået så galt for hende, at hun endte sit liv. Men sket er sket. Hun er død. Hun hviler nu. Hvorfor skal jeg prøve at lede efter de ting, der gjorde hende så ondt, at jeg også bare ville få ondt af det? I dag vil jeg bare huske hende så glad som hun var. Så kærlig, så betryggende, så blid som hun var. Min mor, som jeg elskede så højt. Min mor, hvis minde jeg ærer.

Jeg har skrevet mine tanker ned. Ikke som i en dagbog, men mere som en samtale med min mor. Jeg har skrevet ting, som jeg ville ønske, jeg kunne sige til hende – den dag.

Det betyder så meget at formulere sig, at skrive tankerne ned eller snakke med nogen om dem. På den måde udtrykker man, om man har det godt, om man ikke har det godt, og hvorfor man har det sådan. Så forstår omverdenen, hvordan man har det. Man forstår også selv, hvorfor man har det sådan. På den måde bliver det lettere at finde ud af, hvordan man kan løse problemet.

Hjælpen

Før jeg selv mistede min mor, troede jeg, at det offentlige system automatisk henvendte sig til de pårørende og tilbød hjælp. Men det synes jeg ikke, jeg oplevede.

Politiet sagde, at vi bare kunne ringe, hvis vi havde spørgsmål. Det samme sagde portørerne. Og så gik de. Men man er jo i chok og handlingslammet, når man lige har oplevet et dødsfald. Man ved ikke, hvad man skal spørge om, hvornår man bør gøre det, hvem der skal gøre det osv.

Der var et tidspunkt, hvor jeg ikke kunne holde det ud længere. Det var for hårdt at være blevet

forladt på den måde. Regninger fortsætter jo med at komme. Men vi var alle sammen studerende. Min bror og jeg var i gang med en uddannelse, og vores søster gik i folkeskole. Vi skulle enten bestå et antal eksamener for at få studiestøtte eller arbejde for at tjene penge. Og vi kunne jo ingen af delene på grund af dødsfaldet. Jeg kan ikke huske, om vi fik nogen form for dispensation, men studiestøtten slap op. Man skal jo have noget at spise hver dag, og nu skulle vi også sørge for begravelse m.m. Vi har heldigvis en far, som kunne sørge for en masse ting, ikke mindst betale regninger, mad med mere i dagligdagen. Men det blev for hårdt alligevel. Jeg kan huske, jeg tog til kommunen for at undersøge, om vi kunne få hjælp til noget af det. Jeg henvendte mig ved skranken og blev sendt til afdelingen for boligsikring. De gav mig et skema, som jeg skulle udfylde med papirer fra andre instanser. Men det var ikke det, jeg ville. Jeg vidste ikke præcist, hvad jeg skulle søge hjælp til, og hvordan jeg skulle søge den. Jeg brød sammen. Jeg begyndte at græde højt. Der var én, der kom for at trøste mig, og det var først dér en rigtig samtale om min situation begyndte. Hun stillede spørgsmål som jeg kunne besvare, og så tog hun mig med til én af sine kolleger i kommunen, som kunne tage min sag. Vi blev tilbudt samtaler og hjemmebesøg, fik informationer om lidt af hvert, som vi havde brug for. Denne hjælp kunne godt komme lidt lettere. Jeg synes, at vi skulle meget igennem, før der var nogen, der kom og tilbød en samtale og noget hjælp.

Min mors ekskæreste kendte heldigvis en psykolog privat. Han havde nævnt mig til psykologen, og henviste mig til hende. Og så begyndte jeg at gå til samtaler to gange om ugen og efter behov, indtil jeg kunne klare mig selv. Han var den sidste, jeg forventede at få hjælp fra.

Da min mor døde, var jeg i gang med at læse til bachelor i administration på Ilisimatusarfik. Det var mit andet år. Dagen før min første eksamen ud af fire fandt jeg min mor. Det var hårdt. Selvfølgelig kunne jeg ikke gå til eksamen dagen efter, og heller ikke til de tre næste. Men jeg kom tilbage til studierne tre måneder efter.

Jeg var i chok efter mors død. Min kæreste og jeg sov ikke de første dage. Jeg turde ikke lukke mine øjne, og jeg vækkede altid min kæreste, når han faldt i søvn, fordi han så død ud, og det blev jeg bange for. Jeg fik endelig noget søvn efter tre dage. Jeg lå på sofaen sammen med min kæreste. Det var midt om dagen. Jeg var ikke så bange, fordi det var lyst, og fordi der var masser af mennesker rundt omkring mig, som jeg kunne høre hele tiden.

Jeg var heldig at have den bedste kæreste, da det skete. Han var ved min side døgnet rundt, hver

dag. Det var min redning. Hvis jeg ikke havde haft ham, så tror jeg, at jeg måske ville være blevet sindssyg. Jeg forstod, hvor stor en magt ens sind har over kroppen, over mennesket. Jeg forestillede mig hængende kroppe hele tiden, og det var, som om jeg så et fuldstændigt klart billede af et dødt menneskes ansigt for mig, lige så snart jeg lukkede mine øjne. Det var hårdt. Jeg kunne nemt have mistet fatningen. Men min kæreste var der for mig. Han støttede mig. Han lod mig græde og være angst hos ham. Han gik altid med, når jeg skulle til psykolog. Han gik overalt med mig. Han lod mig ikke være alene, og det var det, jeg havde mest brug for.

Hvis han kunne være ved min side sådan for evigt, så ville han nok også gøre det. Men han måtte jo tilbage på arbejde igen på et tidspunkt. Han fik ikke løn i de 14 dage, han fik lov til at tage fri fra arbejdet, og han blev nødt til at tjene penge.

Min kæreste så også min mor død i kælderen. Det kan vennerne ikke forestille sig. Og jeg turde ikke være sammen med andre end min kæreste, når jeg fik angstanfald. Jeg ville ikke. Jeg følte mig tryggest hos ham. Jeg ville heller ikke have, at mine venner skulle se mig, når jeg fik angstanfald.

På et tidspunkt overvejede jeg at blive indskrevet på A1. På den måde kunne jeg have nogen ved min side døgnet rundt. Og jeg ville ikke have, at min kæreste skulle tage sig så meget af mig, som han gjorde. Men det blev ikke til noget.

Min kæreste og jeg boede i min mors personalebolig, da hun døde. Vi blev smidt ud, og vi flyttede ind hos min storebror og hans kæreste og min lillesøster. Far var også kommet til byen fra Danmark, så han boede også hos min storebror sammen med os. Så der var hele tiden nogen hjemme. Næsten da. Ellers sørgede jeg for det. Jeg ville ikke have klaret det, hvis min far ikke var der, hvis min storebror ikke var der, hvis min lillesøster ikke var der, og hvis min storebrors kæreste ikke var der.

Min lillesøster havde en hund. Det hjalp mig også meget. De første gange, jeg skulle være alene i et rum, kunne jeg lettere klare det, når hunden var der. Og så var det næste skridt at være alene i en lejlighed. Det var godt at have hunden. Også fordi man skulle sørge for, at den blev luftet og fik noget at spise morgen, middag og aften. På den måde var det ligesom lettere at komme i gang igen med de daglige rutiner.

Familien betyder rigtig meget. Det meste af vores nære familie bor på kysten. De kom til Nuuk, da mor døde. Og de var sammen med os i en uge eller lidt mere efter hendes død. Men de rejste jo igen. Men den lille familie, som vi følte os knyttet mest til, var der for os hele tiden. De kom over og besøg-

te os, så meget de kunne. De hjalp os, de sørgede også for, at vi ikke var alene. De lavede mad, ordnede vasketøj og ryddede op for os. De var uvurderlige. Og det er de stadig, især i højtiderne.

Selv mord skal ikke ties væk

Sommerferien sluttede, og universitetet startede igen tre måneder efter mors død. Det var hårdt. Det var rigtig hårdt at tage til lektioner og tage eksaminer og koncentrere sig, når det eneste, jeg tænkte på var mor, og hvad der var sket. Men jeg ville heller ikke give op. At give op, det var for let. Jeg kæmpede og kæmpede. Jeg fik masser af støtte og hjælp. Min kæreste fulgte mig i skole, og der havde jeg rigtig gode venner og lærere, og især én veninde, som tog sig rigtig godt af mig. Hun gik med mig på toilettet, gik ud fra timerne sammen med mig, når jeg havde brug for det, hun lod mig græde, og hun lyttede. Det var så godt. Det er så vigtigt at bede om hjælp og tage imod den hjælp, der tilbydes.

Jeg tror, det er rigtig godt at beslutte sig for at ville videre. Det er selve indstillingen om at ville videre, der gør, at man kan komme videre. Jeg ville ikke lade mors død forhindre mig i at nå mine drømme. Jeg skulle jo have en uddannelse, et job, et hus, en båd, en bil, en hund og måske børn.

Det hjalp os også, at der skete andre ting, som vi kunne glæde os over. Min storebrors kæreste blev gravid, vi blev færdige med vores uddannelser, og livet gik videre.

Noget, der hjalp os efterladte rigtig meget, måske mest, er det brev hun havde skrevet til os. Hun havde skrevet, at hendes død ikke var nogens skyld, at det var hendes eget valg, og at vi ikke skulle føle skyld.

Vi blev også hurtigt enige om, at vi alle sammen skulle snakke om hendes død – at hun havde begået selvmord. Det var ikke noget, der skulle ties væk. Det var noget, der skulle snakkes om. Derfor plejede vi at aftale at sætte os ned og snakke om det, og helst når flest mulig var i lejligheden - vi sø-

” Det er selve indstillingen om at ville videre, der gør, at man *kan* komme videre. Jeg ville ikke lade mors død forhindre mig i at nå mine drømme ”