

EQQISSILLUNI INGILLUNI NIPAATSUMIK EQQARSARNEQ: NIPI, ANERSAARTORNEQ, MALUGINIAGAQ, EQQARSAAT, MISIGISAQ

(Eqqissilluni nipaatumik eqqarsarneq una minutsit 25-it 35-illu akornannik sivilissuseqarpoq)

Pissusissaatut qasukkarlutit ukkassinissamut qasukkarnartutut naleqqulluartutullu misinnartoq nassaaralugu ingilluartiternissamut imminut piffisalitsiarit. Sukannak qimerlut napparissiuk, isikkatit avissaartilaaarlugit natermut tutsikkat, assatit quttoqqannut uppativiluunniit qaanut inississinnaavatit. Iluarigukku sequnngersinnaavutit, naterluunniit saanniittoq ukkassinnaavat.

Timivit issiavinni isikkavillu natermi oqimaassusaat malugiuk. Timinni imminnut attuumasut – immaqa assavit quttoqavit qaaniinnerat imaluunniit talivit timinnut attuumanerat maluginiaruk. Atisavit timinnut atuumanerat immaqa maluginnaavat. Akornuserneqarsinnaajunnaarlutit imminut piffissalerputit maannalu sapinngisat tamaat pisumiit pisumut maaniissaatit. Isummanni takkuttarumaartussat– eqqarsaatit, assit misigissutsilluunniit – sapinngisat tamaat akuersaarlugit naliliiviginagillu pitsanerpaamik naapissavatit. Imminut inussiarnersumik pissusilersorfigalutit issiavutit.

Taama ingerlaninni oqaatigineqaqqammersunik suliarinniffigisinnaasanni sivilinnerusumik sivilunerusumilluunniit unillatsiartassaatit. Ilinnulli isumaqanngippat ilitsersuummik malinnittussatut misiginngisaannarnissat eqqaamajuk. Unillatsiarnissat pisariaqartikkukku uiinnarsinnaavutit avatangiisitillu misissulaarlugit, immaqa nikueriallutit ingeqqillutit ilinnullu ajunngippat ilitsersuutinut uteqqillutit.

Maanna timinniit imaluunniit avatangiisinit qanittuniit ungasissuniilluunniit nipit tusaasatit ukkassinnaangorpatit. Aalajangersimasumik naalaagaqanngilatit nipinulli takkuttussanut ammallutit. Pisumiit pisumut sapinngisat tamaat tusaasatit naliliiviginagit tusaanissat eqqumaffigilluinnarpat. Nipip iluarinarnera, iluaatsutut misinnarnera suminngaanneernaluunniit aalajangiivigissanngilat, taamali pisoqarnerani nipit taammaannerat paasillugu tassaniiginnassaatit.

Sapinngisat tamaat tusaasutut toqqaannartumik misigisaniiginnarit. Eqqarsaatit takkuppata nipinik tusaasaqarnermik misiginermut eqqissillutit utissaatit. Eqqarsaatit allamiilersimanerat ukkassinerpillu tusaasannit nigorsimanerat paasigukku– tamanna tamatta misigisarparput pissusissamisoorluinnarporlu – maluginiaannassavat ukkassinerillu tusaanermut qajassuartumik utertillugu.

Piffissamiit piffissamut nipit nipillu akornanni nipaanneq eqqumaffigaatit.

Eqqarsaatitit allamiittut paasigaangakku, ukkassinerit eqqissillutit tusaasanut utertissavat. Piffissamiit piffissamut eqqarsaatinik takkuttunik tigusillutit.

Maanna tusaasatit tunulliutikkiit ukkassinerillu anersaartorninnut nuutillugu. Pissusissaatut anersaartorit, aalajangersimasumik anersaartorniarsareqinak. Aalajangersimasumik siunnerfeqarniarsarinak. Ammaannarit, anersaartornerit anersaartortutullu misiginerit eqqumaffigiuk. Ilummut anersaarninni silaannaap timinnut isaatinneqarnerani aniatinneqarneranilu anerterinerit eqqumaffigiuk. Ilummut silammullu anersaarnitit tamaasa tamakkiisumik eqqumaffigikkiit.

Timivit qanoq iliornissi ilisimaqqissaaraa maluginiaruk, timit anersaartoraangat, ilummut anersaarnitit tamaasa naatit qaffakkaangata tasittarnerat silammullu anersaarnermi sallaatsumik appartarnerat nakkutigiinnassavat. Anersaartornerpit sumi ersarinnerunera immaqa malugissavat, silaannaap illummoorunnera silammulluunniit anersaarneq, imaluunniit sakissat naalluunniit qaffallutillu appartarnerat. Sapinngisat tamaat piffissamiit piffissamut anerterininni massakkorpiaq misigisanniigit.

Piffissap ingerlanerani ukkassinerit allamut ingerlalersoq – pisussamik eqqaamasannilluunniit, ernumassutinik, naatsorsuutigisanik imaluunniit nalinginnaasunik eqqarsaateqarnerit takorluugaqarnerillu paasissavat. Eqqarsaativit allamiilersimanerat paasigukku, imminut ilungersortinnak eqqissillutit anersaartorninnik ukkassininnut -ilummut silammullu anersaartorninnut tamakkiisumut- uteqqigit.

Sapinngisat tamaat anersaarnitit tamaasa tamatuma timinni aalanera ukkaguk. Eqqarsaatitit anersaartorninnit allamut pinerat paasigukku, qajassuartumik iperassavat ukkassinerillu anersaartorninnut utertillugu.

Anersaartorneq kisatut- massakkorpiaq sumiiffitsinnut atassusiisutut issinnaavoq. Eqqarsaatinit takorluukkanillu pisarineqarsimanerit paasigukku, tamatuma maluginiarsimanera pillugu imminut akuersaarsinnaavutit eqqissillutillu anersaartorninnut uterlutit.

Maanna anersaartornerit ukkappat, piffissamiillu piffissamut eqqarsaatitit allamiileraangata eqqissillutit anersaartorninnut utertassaatit.

Piareeruit anersaartornerpit maluginiarnera tunulliutilissavat ukkassinerillu timinniittunut nuutillugu. Maluginiakkat assigiinngitsut tamaasa: atuumaneqartutut misigineq, naqisimaneqartutut misigineq, kakikkaalutitsineq, ungillerineq, aap taqqat tillernera, suugaluilluunniit allat maluginiakkit. Maluginiakkat taakku paasiniarnissaat piffissaqarfigitsiaruk.

Maanna anersaartorninni timivit aalanera- timillu tamakkerlugu maluginiakatit malussakkatit ilanngullugit ukkappatit. Anersaartornivit aalanera maanna ukkappat. Sapinngisat tamaat takkuttut naliliiviginagit ammaffigaatit.

Timinni immikkut sakkortuumik iluaatsumilluunniit, annernartumik ungilattumik allamilluunniit malussaruit, ukkassinerit tassunga nuussinnaavat akuerisinnaaneralu paasiniarlugu – ilummullu tassunga anersarnerit takorloorsinnaavat inussiarnersumillu alapernaallutillu maluginiakkatit misissorlugit: malugisaq taanna qanoq misinnarpa? Allangorpa imaluunniit taamaaginnarpa? Iluaagisamut akerliunnginneq akiuutinnginnerlu misigineqarsinnaava? Qisuariaatit takkuttut tamaasa maluginiakkit inussiarnersumillu taakku naapikkit. Suut tamaasa taamaaginnartissinnaanerit misiliguk. Taamaliornikkut sukaterinani akerliunanilu ammalluni akuersaarlunilu iluaagisamik naapitsineq sungiusarsinnaavat.

Anniarnerit annikillisinniarlugu aalalaartariaqaruit, pisariaqartissimassavat, tamatumalu kingorna timit tamakkerlugu ukkassininnut utissaatit.

Ukkassinerpit qiterisaa timinni maluginiakkanniit eqqarsaatinnut takkuttarlutillu peeruttartunut nikerartiguk. Isummanni eqqarsaat tulliuilluni takkuttooq maluginiaruk. Eqqarsaatillu ataasiakkaat takkuttut peeruttullu maluginiaannakkit. Sapinngisat tamaat imarisai akornutigiginagit maluginiakkit. Eqqarsaatit pinngortarnerat, oqariartuuteqariarlutik aalajangiutinngikkukkit isumaminnik peeruteqqittarnerat maluginiarpat.

Eqqarsaatit sorpassuarnut pereersunut, qilanaarisannut, akisussaaffinnut imaluunniit ernumagisannut tunngasuusinnaapput. Massakkorpiaq eqqarsaatitit sumulluunniit tunngagaluarpata, takkutsittarlugillu peerutsiinnartakkit. Ernumaneq ilaappat taanna takkuttarlunilu peeruteqqittarli, naatsorsuutigisaappat, taanna takkuttarlunilu peeruteqqittarli. Eqqarsaatit ataasiakkaat inussiarnersumik akuersaartumillu naapittakkit. Eqqarsaatit suulluunniit eqqortuunngitsutut oqaatigineqarsinnaanngillat, aalajangiuttariaqanngilatilli, sapinngisalli tamaat takkutsittarlugillu peerutitseqqittarsinnaavatit.

Iluqutaasinnaassappat, eqqarsaatitit oqaatsimik ataatsimik oqaatigisinnaavatit soorlu: 'pilersaarusiorneq', 'ernumassut', 'ippassaq pisoq'. Imaluunnit eqqarsaatit takkuppata imminut ima oqarfigisinnaavutit: "Massakkorpiaanngitsoq,".

Eqqarsaammit tiguarneqarnerit paasigukku, tamatuma pinera maluginiaannaruk qajassuartumillu ukkassinerit eqqarsarnermut namminerit utertillugu. Eqqarsaammit aallarunneqarnerit tamaasa iperassavat aallaqqaataaniillu aallartillutit. Isummat eqqarsaatinit tiguarneqaannavissoq malugigukku, ukkassinerpit anersaartornerup timinni aalaneranut utertinneragut massakkorpiaq pisunut tamatigut attaveqaaqilersinnaavutit. Eqqarsaatit takkuttarnerisa sarsuanerisalu nakkutiginerat suli ingerlateqqilaassavat.

Maanna ukkassinerit eqqarsaatiniit maanna misigissutsinnut mianersorlutit nuuguk. Immaqa nikallunganeq, siunnerfeerunneq, toqqissiveqannginneq, nuannaarneq imaluunit maluginiakkat allat. Massakkorpiaq misigissutsit sunaluunnit sapinngisat tamaat inussiarnersumik akuersartumillu pissuseqarfigissavat. Eqqunngitsunik misigissuseqanngilaq, misigissutsit suunerat maluginiaannassavat.

Misigisavit naapinnissaanut ammarnissanullu imminut akuerisinnaavit? Qanoq misigaajuk? Timinni sumi malugisinnaaviuk? Immaqa malugissinnaasat immikkut ittut tassunga atassuteqarput? Immaqa arlaatigut kakikkaaluttoqarpoq imaluunnit sukangasoqarpoq. Immaqa sakissat oqimaatsutut misinnarput imaluunnit uummat sukkasuumik tillerluni. Immaqa arlaat kissartutut naqisimaneqartutulluunniit misinnarput. Immaqaluunniit tassaaginnarpoq maluginiakkap nalinginnaasup timi tamakkerlugu sunneraa. Takusinnaasat takuinnaruk, suunera akueriuk taamaatsiinnarullu.

Minutsini kingullerni timit tamakkerlugu ukkassinnaavat: Anersaartornerup timimik aalatitsinera, timimi maluginiakkat allat eqqarsaatillu pinngortut. Sapinngisannik ammasumik ukkassivutit- takkuttunik aalajangiussinani naliliinanilu inussiarnersumik akuersaartumillu naapitsisoq.

Maanna nipaatsumik eqqissilluni eqqarsarnek naammassingajalerparput. Suliami naammaseqqammikkanni pimoorussinerit ilungersornerillu- ukkassisinnaasutsinnik sungiusarnerit pillugu imminut akuerinissamat piffissaq annikitsoq atorsinnaavat. akuersaarnerlu taanna tassuugu ullut nangeqqinnialerukku nassarsinnaavat.

Stella Lützer 2018. Jon Kabat-Zinn Alan Marlatt-illu isumassarsititsinerat tunngavigalugu.