

Myriam verloor beide ouders door zelfdoding: ‘Was ik niet goed genoeg om voor te blijven leven?’



Myriam Rymen: ‘Het is jammer dat ik geen enkele foto van mijn moeder en mij heb. Zelfs geen obligate foto in de kraamkliniek.’ Beeld Tim Dirven

Vandaag, zaterdag 21 november, is het de Dag voor de Nabestaanden van Zelfdoding. Myriam Rymen (57) verloor op jonge leeftijd haar beide ouders door suïcide. En dat blijft pijn doen. ‘Ik ben lange tijd heel graag naar begrafenissen geweest. Daar kon ik mijn tranen de vrije loop laten.’

♦ Exclusief voor abonnees door **STEF SELFSLAGH** 21 november 2020, 7:00

Vijf uur praat ik met Myriam Rymen. Of beter: praat Myriam Rymen met mij. Sommige van mijn vragen worden beantwoord nog voor ik ze kan stellen, andere worden overbodig gemaakt door een weemoedige zucht.

Er is een reden waarom Myriam tijdens ons gesprek haar kwaliteiten als spraakwaterval demonstreert: het verhaal van de dubbele zelfdoding van haar ouders is een lang opgespaard verhaal. Ze is blij dat ze het eindelijk – vergezeld door de schijnbare logica van de chronologie – de wereld in mag sturen.

Al pratend dringt Myriam het hier en nu naar de achtergrond. We merken niet hoe de voormiddag middag wordt en de middag namiddag.



Trouwfoto van Pierre en Antonia, de ouders van Myriam. Beeld Tim Dirven

De momenten waarop de tranen van Myriam het winnen van haar glimlach laat ik onvermeld. Sommige verhalen hebben geen regieaanwijzingen nodig. Maar dat de tijd alle wonden heelt, is een verdomd koppig misverstand.

Myriam Rymen wordt geboren in 1962. Ze is het enige kind van Antonia, een bediende op de financiële afdeling van een kmo, en Pierre, het hoofd van de beenhouwerij van de vroegere warenhuisketen Priba.

Op een late novemberdag in 1963 beëindigt Antonia haar leven: ze neemt een overdosis antidepressiva. Alle pogingen om haar maag leeg te pompen komen te laat. Myriam is op dat moment elf maanden. Op het doodsprentje van Antonia worden haar postuum de volgende woorden in de mond gelegd: ‘Teerbeminde echtgenoot en dochter, gij waart mijn troost in mijn ziekte. Vergeef me mijn zenuwachtigheid.’

Eén jaar na de dood van Antonia hertrouwt Pierre met Maria, de vrouw die Myriams tweede moeder zal worden. Maria was al eens eerder getrouwd, maar haar eerste man Jos was om het leven gekomen na een ongeval met een maaidorsmachine. Maria kan geen kinderen krijgen en ziet in Myriam de dochter die ze zo graag wil. Pierre heeft zijn vrouw verloren en ontwaart in Maria een nieuwe moeder voor zijn dochter. Hun *mariage de raison* is snel bezegeld.

Op de laatste dag van 1974 gebeurt het ondenkbare: ook Pierre pleegt zelfmoord. Myriam, inmiddels elf, is in de woonkamer aan het spelen wanneer ze haar grootvader hoort zeggen: ‘De Pierre heeft zich opgehangen. Hij is gevonden door buurtkinderen.’ Ze loopt naar de spiegel in de gang en spreekt haar spiegelbeeld toe: ‘Vanaf nu ben jij een weeskind.’

NAAR EEN WEESHUIS?

Een tijdlang is het onduidelijk wat er met Myriam moet gebeuren. Aan meningen is er geen gebrek: de familie van Antonia vindt dat Myriam bij Maria moet blijven, de familie van Pierre dat ze naar een weeshuis moet. Uiteindelijk beslist de jeugdrechter dat Myriam zal worden grootgebracht door Maria, haar niet-biologische moeder die officieel haar voogd wordt. Myriam brengt de rest van haar jeugd door in een familie waarvoor ze nooit bestemd was.

Maria wil graag dat Myriam háár als haar biologische moeder ziet. Het bestaan van Antonia wordt lang verzwegen. Als Myriam bij haar

lievelingstante naar een ingekaderde foto van Antonia kijkt, krijgt ze te horen dat de vrouw op de foto ‘het’ moeke is. Niet ‘haar’ moeke.

Op haar negende logeert Myriam met haar nicht op de boerderij van haar grootvader. Ze spelen samen in het korenveld wanneer er een maaidorsmachine voorbijrijdt. Haar nicht veert op en zegt: ‘Kijk Myriam, dat is nu de machine waaronder nonkel Jos verongelukt is.’



Myriam met haar vader, na de dood van moeder Antonia. Beeld Tim Dirven

De hersenen van Myriam leggen curieuze verbanden. Ze springt op haar fiets, rijdt naar huis, smijt alle fotoboeken op tafel en begint er koortsachtig in te bladeren. Wanneer ze geen enkele babyfoto van zichzelf vindt, roept ze tegen Maria: ‘Ik kom niet uit jouw buik!’ Maria kan niet anders dan Myriam

een versie van de waarheid te vertellen. ‘Uw moeke is gestorven van de zenuwen’, zegt ze. Het woord zelfdoding is nog altijd nergens te bekennen.

Myriam is al 22 wanneer ze de waarheid over de dood van haar moeder verneemt. Een dag voor ze naar India reist, is ze op bezoek bij een neef die net een vriend door zelfmoord heeft verloren. De neef in kwestie heeft een paar glazen te veel op en zegt tegen Myriam: ‘Hij heeft het gedaan zoals uw moeder: met een overdosis pillen.’ Myriam, al jarenlang getraind in het negeren van informatie die haar hart kan doen ontploffen, gaat niet op de mededeling van haar neef in. Maar een paar dagen later, in het tweedeklassectuim van een volgepakte Indiase trein, wordt ze alsnog gegrepen door de tsunami van tranen die haar al een paar dagen op de hiel zit. De realiteit sluip ongenadig binnen: zowel haar vader als haar moeder heeft haar achtergelaten.

GESTORVEN AAN MELANCHOLIE

‘Dé vraag die bij zelfmoord altijd komt opzetten en bij andere overlijdens niét, is: waarom?’, schrijft de Nederlandse journaliste Resi Lankester in *Na de val*, haar van liefde en smart doortrokken boek over de zelfdoding van haar vader.

Ik vraag Myriam of ze 35 jaar na de dood van haar ouders al min of meer toereikende antwoorden op de waarom-vraag heeft kunnen formuleren. Ze haalt diep adem en zegt: “Sommige mensen plegen zelfmoord omdat ze het leven onleefbaar lastig vinden. Andere mensen omdat ze ontgoocheld zijn in het leven. Mijn ouders behoorden volgens mij tot de tweede categorie. Hun zelfmoord was contextueel. Ze hadden alles om gelukkig te zijn, maar onderweg is het fout gelopen.

“Mijn moeder was extreem gevoelig. Ik heb brieven van haar aan mijn vader gelezen. Daarin toont ze zich als iemand die te veel voelde en te veel nadacht. Ze was heel teatraal, kon echt zwelgen in haar emoties. Plus: haar verwachtingen van het leven waren zo hooggespannen dat ze nooit ingelost konden worden.



Myriam bij Maria, haar tweede moeder na de suïcide van Antonia. 'Zelf kinderen krijgen hielp bij het verdringen van de dood van mijn ouders. Want daar was ik in die periode vooral mee bezig.' Beeld Tim Dirven

“Over Nicolas Hughes, de zoon van Ted Hughes en Sylvia Plath die in 2009 zelfmoord pleegde, zei iemand ooit: ‘Zelfs in een berkenbos zocht hij naar een eikenboom.’ Ik denk dat mijn moeder hetzelfde deed: ze hunkerde naar wat er in haar leven ontbrak en vergat wat ze wél had. Ze had jaren naar een kind verlangd, mijn vader wou aanvankelijk geen kinderen krijgen.

“Maar zelfs mijn geboorte heeft haar niet kunnen verlossen van het verlangen naar een ander leven. Een van mijn tantes heeft ooit gezegd: ‘Antonia is gestorven aan melancholie.’ Daar zit vermoedelijk een grond van waarheid in.

“Ook het leven van mijn vader zat vol teleurstellingen. Hij groeide op in Antwerpen, maar moest op zijn zestiende tegen zijn zin naar Nijlen verhuizen. Hij wou dierenarts worden, maar werd ondanks een succesvol schoolparcours beenhouwer. Hij was heel belezen en verstandig, maar hertrouwde met een vrouw die hem intellectueel niet kon uitdagen. Zijn leven, en zeker zijn huwelijksleven, was een opeenstapeling van frustraties geworden.

“Het jaar waarin hij zelfmoord pleegde, was zijn relatie met mijn tweede moeder volledig ontspoord. Ze was verliefd geworden op een andere man, hij was haar verbaal onophoudelijk aan het kleineren. Ik leefde elke dag in angst, er móést wel iets gebeuren. Al had ik natuurlijk liever gehad dat mijn vader van mijn tweede moeder was gescheiden en dat er voor mij een regeling was getroffen.”

VOCABULARIUM VOOR VERDRIET

Myriam toont me een paar zwart-witfoto's van haar biologische ouders. Haar vader stelt zich aan mijn ogen voor als een ranke, al vroeg kalende intellectueel, haar moeder als een zelfbewuste jonge vrouw waar het meisje nog niet is uitgegroeid.

“Mijn vader en mijn biologische moeder waren intellectueel wél een goeie match”, zegt Myriam terwijl ze naar de jonge versies van haar ouders kijkt. “Het is zonde dat ze de grip op hun levens verloren hebben.”

Omdat ze als kind zag dat volwassenen het ook niet altijd weten, kweekte Myriam al op jonge leeftijd een doe-het-zelfmentaliteit. “Na de dood van mijn vader, dacht ik: *vanaf nu regel ik mijne winkel zelf wel*. Ik vroeg aan niemand hulp en was niet snel uit het lood te slaan. Als ik een tegenslag had, dacht ik altijd: ik heb wel erger meegemaakt. Voor ik van mijn eerste zoon beviel, heb ik drie miskramen gehad. Zelfs toen heb ik mijn vriendinnen niet gemobiliseerd om me te komen troosten.

“Tegelijk heb ik me lange tijd veel te afhankelijk opgesteld. Ik hield mensen heel dicht bij me, wilde absoluut vermijden dat ze uit mijn leven zouden verdwijnen. Ik heb mijn ouders al verloren, jullie moeten blijven, dacht ik.

Daardoor heb ik sommige mensen over mijn grenzen laten gaan. Of eigenschappen toegedicht waarover ze in werkelijkheid niet beschikten.

“Ik voel nog altijd een enorme drang om deel uit te maken van een groep. De familie van mijn tweede moeder noemt mij ‘ons Myriam’. Je kunt niet geloven hoe mooi dat in mijn oren klinkt. ‘Ons Myriam’, dat wil zeggen dat ik erbij hoor. Dat ik niet als een losgeslagen satelliet door het universum zweef.”

Myriam vermeldt nog een ander neveneffect van de dood van haar ouders: een levenslange fascinatie voor suïcideverhalen. “Ik heb thuis een boekenplank vol zelfmoordliteratuur. *De laatste deur* van Jeroen Brouwers, *Door eigen hand* van Joost Zwagerman, de dagboeken van Sylvia Plath: ik heb ze allemaal gelezen.

“Telkens als er een boek over zelfdoding verschijnt, word ik er naartoe gezogen. Omdat ik denk: er gaat in dat boek een stukje van mijn puzzel gelegd worden. Dat is niet altijd zo. Maar ik ben al blij met zinnen die herkenning bieden. Zinnen waarin mijn verdriet een vocabularium krijgt.



Myriam (I) met haar nieuwe familie. Beeld Tim Dirven

“Echte steun vind ik vrijwel uitsluitend bij lotgenoten. De meeste mensen weten gewoon niet hoe het is om na de zeldoding van een naaste achter te blijven. Met alle kwetsende uitspraken van dien. Een paar weken na de dood van mijn vader zei de mama van een vriendinnetje: ‘Jullie hebben geluk, Myriam. Dankzij de levensverzekering van je vader is jullie huis nu afbetaald.’ Mensen die rare dingen zeggen over zelfmoord: ik kan er een boek over schrijven.

“En toch ben ik als kind altijd heel vrolijk gebleven. Veel mensen hadden medelijden met mij, ik werd bijna overal als een prinses behandeld. Als ik in het dorp nieuwjaarsliedjes ging zingen, haalde ik meer geld op dan om het even welk ander kind. Dries, mijn man, zegt soms al lachend: ‘Je hebt veel

meegemaakt, maar je hebt ook veel te veel aandacht gekregen.’ Ik vrees dat dat tot op zekere hoogte klopt.” *(lacht)*

ONZICHTBAAR CONTRACT

Ik vraag Myriam hoe vaak ze zich de voorbije decennia heeft afgevraagd hoe haar ouders het in godsnaam over hun getroebleerde hart konden krijgen om hun enige kind achter te laten. Als je beide ouders kozen voor zelfdoding, moet die vraag toch dubbel zo luid klinken? Ze knikt en zegt stil: “Eén vraag gaat nooit meer weg: was ik niet goed genoeg om voor te blijven leven? Het is een vraag die soms nog laagjes zelfvertrouwen wegschraapt. Die me op mindere dagen nog altijd doet wankelen.”

“Hoe je het ook draait of keert: door zelfmoord te plegen, hebben mijn ouders hun verdriet doorgegeven aan de volgende generatie. Aan mij, dus. Hun eigen levens zijn vroegtijdig gestopt, maar er is nog een derde leven dat niet geleefd is: het mijne. Hoe anders was mijn leven geweest als mijn ouders waren blijven leven? Hoe anders had ik me dan ontwikkeld? Het zijn vragen waarop ik nooit een antwoord zal krijgen.

“En toch kan ik niet kwaad op hen zijn. Natuurlijk: als je voor een kind kiest, moet je daarvoor zorgen. Maar mensen hebben naast hun gezinsleven ook nog andere levens. Op hun werk en in hun vriendenkring. En je weet niet altijd wat er daar allemaal gebeurt.

“Bovendien kunnen destructieve gedachten samengaan met liefdevolle. Dat ouders die zelfmoord plegen toch ook heel veel van hun kinderen kunnen houden. Een zelfdoding is niet noodzakelijk een afwijzing van je geliefden. Het is een afwijzing van het leven.”

Myriam heeft twee zoons, van 28 en 25 jaar oud. Heeft haar eigen moederschap haar kijk op wat er gebeurd is veranderd? “Nee. Ik ben op mijn dertigste voor het eerst mama geworden. In die periode probeerde ik de dood van mijn ouders vooral te verdringen. Zelf kinderen krijgen hielp daarbij: ik kon mijn aandacht helemaal op Christophe en Levi richten, de rest negeerde ik.

“Aangezien ik het vertikte om in mijn malheur te blijven hangen, heb ik andere mensen nooit de indruk gegeven een zielig persoon te zijn. Veel mensen vonden dat raar: als je hebt meegemaakt wat ik heb meegemaakt, hebben ze graag dat je toch een béétje zielig bent. (*lacht*)

“Maar dat ik mijn verdriet wegmoffelde, betekende natuurlijk niet dat het er niet wás. Als ik op een begrafenis was, begon ik altijd heel hard te huilen, omwille van mijn eigen onverwerkte hartzeer. Begrafenissen gaven mij het perfecte excuus om mijn tranen de vrije loop te laten. Ik ben een tijdlang héél graag naar begrafenissen geweest. (*lachje*)



Jeugdfoto van Myriam Ryman. Beeld Tim Dirven

“Pas de jongste jaren heb ik de dood van mijn ouders opnieuw in de ogen gekeken. Omdat ik voelde dat het móést. Omdat alle onbeantwoorde vragen

mij van binnenuit aan het opvreten waren.”

KLOMPJES GOUD

Op een zondag in 2013 – ze zat in bad – voelde Myriam zich zo triest dat ze dacht: en nu wil ik antwoorden krijgen. “Ik heb mij afgedroogd en heb al huilend een van mijn neven gebeld: ‘Ik wil praten. Nú. Het kan toch niet dat ik niks weet over mijn biologische moeder?’ Hij is me toen meteen verhalen over mijn moeder beginnen te vertellen. En heeft ervoor gezorgd dat ik ook met andere familieleden over mijn moeder kon praten. Dat heeft mij enorm veel deugd gedaan. Het was alsof ik na jaren van ontbering eindelijk weer iets te eten kreeg.”

Overall ging Myriam de afgelopen jaren informatie over haar ouders sprokkelen. Anekdoten en herinneringen nam ze in ontvangst als waren het klompjes goud. “Een ex-collega van mijn moeder vertelde me dat ze veel praatte en over alles haar mening gaf. Ik was zo blij met die woorden. Ik praat namelijk ook veel. En ik zeg ook altijd mijn gedacht. Sinds ik dit weet, voel ik me weer wat meer met haar verbonden.”

“Dat ik zoveel te weten ben gekomen over mijn ouders heeft mij gelukkiger gemaakt. Had ik maar niet zo lang gewacht om mijn omgeving ernaar te vragen. Lotgenoten kan ik alleen maar aanraden: zeul je vragen niet je hele leven mee. Zoek zo vroeg mogelijk naar antwoorden.

“En aan de familieleden van kinderen die hun ouders verloren, zou ik willen zeggen: prát met hen. Neem hen mee op restaurant en vertel hen alles wat je over hun ouders weet. Er is maar één ding erger dan ouders die doodgaan: ouders die doodgezwegen worden.”

ZELFMOORD-DNA

Ik heb nog één vraag, en ze is ongemakkelijk: heeft Myriam in de loop van haar leven zelf ooit aan suïcide gedacht? Kan de neiging tot zelfdoding een zwarte vlek in je DNA zijn? Onwaarneembaar als alles goed gaat, maar klaar om je te overwoekeren als het tegenzit?

“Ik heb nog nooit suïcidale gedachten gehad, nee. Maar ik heb al wel een paar keer diep gezeten. Diep genoeg om te begrijpen dat mensen tot zelfmoord in staat zijn. Een paar jaar geleden ben ik een tijdje met hangende schouders door het leven gegaan. Op een dag zei een collega op de parking van ons bedrijf tegen me: ‘Myriam, beloof me dat je niks verkeerd gaat doen.’ Ik schrok en zei: ‘Neenee, natuurlijk niet.’ Achteraf besepte ik dat ik toen wel degelijk aan het wegzakken was. Mijn collega heeft me die dag weer naar boven getrokken.

“De ene zelfmoord kan de andere in de hand werken. Misschien is de zelfdoding van mijn vader wel mee ‘geïnspireerd’ door die van mijn moeder. Misschien had hij wel ongelooflijk veel verdriet om het uiteenspatten van de droom die ze samen ooit hadden.

“Eigenlijk mag ik niet klagen. Ik vind het wel wat jammer dat ik geen enkele foto van mijn moeder en mij samen heb – zelfs de obligate foto in de kraamkliniek heb ik nooit gezien. Het lijkt wel alsof er van ons tweeën geen foto’s bestáán.

“Maar voor de rest... Ik ben in een sterke, warme familie terechtgekomen. Mijn tweede moeder heeft zich met veel liefde over mij ontfermd. En ik heb een mooie job, een hecht gezin en vrienden op wie ik dag en nacht kan rekenen.

“Ook al heb ik sinds mijn elfde geen ouders meer: er is heel veel wat ik nog wél heb.”

*** Behoeftte aan een gesprek? ‘Awel’ luistert naar alle kinderen en jongeren met een vraag, een verhaal en/of een probleem. ‘Awel’ is bereikbaar via het gratis nummer 102.**

*** Wie met vragen zit rond zelfdoding, kan ook terecht bij de Zelfmoordlijn op het gratis nummer 1813 en op de website www.zelfmoord1813.be.**