

# 'Televisie geeft mijn leven betekenis'

Presentator én arts Ruben Terlou reisde voor de nieuwe serie *Dokter Ruben* naar verschillende landen, waar hij sprak met gezondheidswerkers. 'Dit gaat over echte helden.'

Tekst: Bram de Graaf, beeld: Merlijn Doornik/LUMEN

**H**et duurt even voor de WhatsAppverbinding met Ruben Terlou tot stand komt. Hij zit in de Oost-Chinese stad Hefei, waar hij ooit studeerde. "Ik zit achter de 'Great Firewall'", zegt hij even later, als het is gelukt. "China kent een strenge censuur. WhatsApp kun je niet gebruiken. Maar met speciale software kun je over die 'muur' heen klimmen en werkt het wel."

Hij is voor het eerst in vier jaar weer in China. "Ik ben hier privé en voor werk. Morgen praat ik in Peking met mijn lokale producent over nieuwe programma's die ik zou willen maken."

## **Is het land erg veranderd in die vier jaar?**

"China is streng geworden en meer in zichzelf gekeerd. Ook

technologisch is het erg veranderd. Betalen en inchecken in de trein gebeurt nu vaak met een gezichtsscan. Indrukwekkend. China is mijn tweede thuis. Ik kom hier een kleine twintig jaar en heb veel mooie herinneringen, maar alleen in oude stadsdelen heb ik nog het gevoel dat ik in het China van toen ben. De moderne delen ken ik niet. Het leidt tot nostalgie. Maar ik hou nog steeds erg veel van dit land. De mensen zijn lief, het eten is fantastisch en de cultuur heel anders."

## **Zijn de Chinezen blij met het beeld dat je voor ons van hen hebt geschetst?**

"Het is een kritisch, maar ook liefdevol beeld en niet alleen negatief. Veel Chinezen zijn bezorgd. Het gaat slecht met hun economie. Ze zullen aan hun relatie met

het Westen moeten werken om niet in het slop te raken. Mijn China-series zou je culturele samenwerking kunnen noemen en het verwelkomen daarvan is voor hen helemaal niet slecht."

## **'Dokter Ruben' is je eerste serie die niet over China gaat. Waarom wilde je deze serie maken?**

"Het gaat hierin over gezondheidszorg. Ik ben weliswaar geen praktiserend arts, maar ik heb de kans gekregen om dat deel van mij hierin te verwerken. De problemen in een maatschappij zie je gereflecteerd in de gezondheidsproblematiek van een land en hoe ze dat aanpakken. Deze documentairereeks gaat over de kwetsbaarheid van mensen en hun lijden. En over bijzondere individuen die hun leven wijden aan het helpen

---

'Ik wil het goede doen, soms tegen beter weten in'

---

van anderen. Echte helden die inspireren en hoopvol stemmen. Zoals dokter Denis Mukwege in Oost-Congo. Hij won in 2018 de Nobelprijs voor de Vrede. Hij hielp duizenden vrouwen die slachtoffer werden van gewelddadige verkrachtingen in een gebied waar al decennialang burgeroorlog woedt. Sommige van zijn medewerkers waren zelf slachtoffer, bleek. En nu helpen ze anderen. Zij verdienen allemaal die Nobelprijs."



**Was het een zwaar programma om te maken?**

“Zeker. We hebben veel gereisd en naar extreme bestemmingen. En de verhalen waren emotioneel. Maar het is ook een voorrecht ze te mogen maken. Dat het me dan soms aanvliegt, hoort erbij. Dat is een goed teken. Het betekent dat ik niet cynisch ben geworden. Als je afstompt, moet je stoppen. Want dan raak je je ethisch kompas kwijt en dat wil ik niet. Ik probeer mijn leven betekenis te geven en dit soort documentaires maken is mijn manier. Als idealist wil ik het goede doen en iets voor mensen betekenen, soms tegen beter weten in. Ik kan de mensen in mijn documentaires zelden direct helpen. Maar ik geef ze podium, iets wat in hun eigen land vaak onmogelijk is. Het brengt ook veel teweeg, ik ontvang veel kijkerspost. Kijkers willen dan geld sturen. Zo help je dan daadwerkelijk, dat is prachtig. Dat geeft veel voldoening en motiveert me nog meer.”

**Kreeg je dit idealisme van huis uit mee?**

“Mijn ouders staan ook zo in het leven, ja. Mijn moeder deed dat als kleuterleidster, mijn vader als traumapsycholoog. Ze hebben me altijd gesteund in mijn keuzes. Ook toen ik als 21-jarige alleen →



# Thuis is: Boer zoekt Vrouw met appelgebak



## Thuis bij Hendrik en Willemijn



Elke week kruis ik in KRO  
Magazine aan wat ik niet wil

missen. Boer zoekt Vrouw, daar blijf ik voor  
thuis. Appelgebak erbij, gezellig! Zelf zit ik in  
de ICT, maar m'n vader zat in de aardappelen.

Als kind hielp ik altijd mee met de oogst.

Dan moesten we het weer goed  
in de gaten houden. Ik zie pa nog



tikken op de barometer.

Die heeft nu bij ons een

ereplaats. Naast de Aardappeleters.

Voor mij gaat er niks boven een Hollandse  
kruimige aardappel. Dan ben ik thuis.



**kro**magazine  
voelt als thuiskomen



## Profiel

naar Afghanistan reisde. Ze begrepen waarom ik dat wilde doen, mijn vader als geen ander. Hij werkte in conflictsituaties in Afrika en had dat ook. Dus voor mij voelt het heel authentiek. Daarom trok ik het ook niet als arts in het ziekenhuis. Ik vloog tegen de muur op.”

### Waar komt dat vandaan?

“Ik sta gewoon zo afgesteld, heb veel prikkels nodig, ben rusteloos. Mijn broer en twee zussen hebben dat minder. Maar wel dat iets willen betekenen. Mijn jongste zus is ook arts. Laatst hield een onbekende me op straat aan. Dat gebeurt vaker, krijg ik een compliment over een serie. Maar deze man vroeg: ‘Wil je een compliment doorgeven?’ Wat bleek: mijn zus had hem ooit behandeld. Hij zei: ‘Ze was zo ontzettend lief en goed. Wil je haar namens mij nogmaals bedanken.’ Ik moest erg lachen. Meestal

**NAAM** Ruben Terlouw  
**GEBOREN** 17 mei 1985 in Utrecht  
**PRIVÉ** Heeft een dochter, woont waar zijn werk hem brengt  
**OPLEIDING** Cum laude afgestudeerd in algemene geneeskunde in Amsterdam  
**CARRIÈRE** Reisde na zijn eindexamen vwo twee jaar als fotograaf door China en leerde Mandarijn spreken. Trok als fotograferende student onder meer naar Irak en Afghanistan en won verschillende prijzen. Zag af van zijn promotieonderzoek om het VPRO-reisprogramma *Langs de oevers van de Yangtze* te maken (2016). Maakte vervolgens *Door het hart van China* (2018), *Chinese dromen* (2019), *De wereld van de Chinezen* (2021) en *Langs de nieuwe zijderoute* (2023).

## ‘Mijn hardloopschoenen neem ik altijd mee. Rennen kan gelukkig overal’

waren de complimenten voor mijzelf. Maar zij hebben dus niet die rusteloosheid. Ze zijn verankerd in Nederland en heel stabiel. Ik ben meer een nomade. Ik heb het altijd heerlijk gevonden de wereld in te trekken, als jongetje al. Naar buiten de natuur in; binnen werd ik ongelukkig. Zowel in de hectische wereld waarin ik nu verkeer als in de natuur valt ontzettend veel te beleven. Ik heb vrijheid nodig en die horizon. En het onvoorspelbare. Ik vind het heel fijn als dingen me overkomen. Voor *Dokter Ruben* had ik veel bijzondere ontmoetingen die me raakten. Geraakt worden, daar doe ik het voor.”

### Je bent fervent vogelaar. Vogels symboliseren voor jou vrijheid. Zou jij een vogel willen zijn?

“Soms wel, haha. Vogels bewegen tussen aarde en hemel. Ze ontsnappen daarmee aan de realiteit en de tijd. Daarom kijk ik zo graag naar ze, denk ik.”

### Wat is vrijheid voor jou?

“Wat ik nu doe, benadert die vrijheid behoorlijk. De wereld intrekken, op zoek naar verhalen en die vertellen. En misschien ook wel de vrijheid om me te verdiepen in het bestaan. Soms, als ik bijzon-

dere mensen ontmoet die kwetsbaar durven zijn, heb ik het gevoel te begrijpen waar het leven over gaat en waarom we er eigenlijk zijn. Ben ik eventjes dichterbij dat mysterie.”

### Heeft die vrijheid een prijs?

“Ik wil het niet hebben over hoe dat is voor specifieke mensen in mijn omgeving. Maar dit werk met volle overtuiging kunnen doen, vraagt veel van hen. Ik reis veel, ben vaak op moeilijk bereikbare en onveilige plekken aan de andere kant van de wereld. Ik vind daar veel geluk in, het is erg belangrijk voor me. Daardoor ben ik er vaak niet, dat is evident. Maar als ik ongelukkig thuis zit, heeft niemand daar wat aan. Ik heb een goede balans daarin gevonden, meen ik.”

### Heb je nog wel vrije tijd?

Lachend: “Ik werk veel en graag, ook in mijn vrije tijd. Ik houd erg van hardlopen en op reis neem ik altijd een paar hardloopschoenen mee – dat is ook onderdeel van de nieuwe serie. Ik doe het ook weer uit die rusteloosheid. Gelukkig kun je overal in de wereld hardlopen.”

► **DOKTER RUBEN, ZONDAG 20.20 NPO 2**