



APRT

Association Protestante  
pour la Radio et la Télévision

## ÉDITORIAL

## A la découverte de Margaux Lemba, notre nouvelle présentatrice TV

Commençons par le début. Je m'appelle Margaux Lemba. Je suis née il y a 36 ans dans une famille unie et multiculturelle. Un noyau de cinq au milieu d'une famille nombreuse.

J'ai été élevée par des parents aimants, entourée de mes deux sœurs. Mon monde.

Cet amour dans lequel j'ai baigné, ces valeurs que m'ont inculqué mes parents, ont fait de moi la personne que je suis aujourd'hui. J'aime les autres, je les aime (à vrai dire) plus que moi-même. Je suis quelqu'un de sensible mais plutôt résistant. « Solaire », « forte » et « bienveillante » sont les mots que l'on donne souvent lorsque l'on parle de moi. Des adjectifs qui définissaient parfaitement mes parents. Les chiens ne font vraiment pas des chats semblerait-il.

Cela me fait penser à Proverbes 22 :6 « Instruis l'enfant selon la voie qu'il doit suivre ; Et quand il sera vieux, il ne s'en détournera pas ». Mes parents nous ont enseigné ce qu'était l'amour dans tout ce qu'il comporte de beau, la bonté et le partage. C'est ce que j'essaie d'apporter au quotidien autour de moi. Juste de l'amour. Ils nous ont également appris la persévérance, la résilience aussi. Les sourires étaient notre quotidien et, pourtant, la vie ne

nous a pas fait de cadeaux.

Il y a, en effet, des saisons plus difficiles que d'autres. Pour moi, ça a été la perte de mes parents : mes piliers, mes battants. Cela a ébranlé toutes mes fondations.

Je vous l'ai dit : un peu de moi, en toute transparence.

La douleur était vive et paralysante. Et pourtant, c'est ce jour où tout s'est effondré que j'ai fait LA rencontre. On ne l'appelle pas « Père des Orphelins » pour rien. J'ai retrouvé mon sourire, cette lumière. J'ai expérimenté une paix que je ne pensais plus possible. J'ai compris ce que Romains 8 :25 voulait dire : « Nous savons, du reste, que toutes choses concourent au bien de ceux qui aiment Dieu ».

Je suis née de nouveau en 2021. Depuis, ma vie a changé, en mieux. Mes sœurs sont toujours là, deux de mes piliers dans ce monde. Mes amitiés se sont fortifiées. Et, il a ajouté des fondations à ma maison : un mari et un fils magnifique. Le prénom qu'on lui a d'ailleurs choisi signifie Mon Dieu est YHWH.

Voilà donc qui je suis : Simple-ment une enfant de Dieu reconnaissante pour cette vie et la restauration complète dont il m'a fait cadeau. Il a

fait de moi une meilleure personne et je comprends aujourd'hui que tous les dons qu'il m'a donnés, toutes les personnes que j'ai pu rencontrer, la famille dans laquelle je suis née, et toutes les situations que j'ai pu traverser, bonnes ou mauvaises, font partie de son plan pour ma vie.

Et son plan m'amène à aujourd'hui. J'ai rejoint l'APRT à la suite d'un coup de téléphone inattendu d'une personne que j'ai croisé quelques fois sur ma route : Fabien Ruelle. Mais, les hasards n'existent pas.

J'ai su que cet appel était mon appel car, en toute honnêteté, ce jour-là, j'avais prié : « Seigneur sers-toi de moi ». Et me voilà.

Tout ceci pour vous dire que, quoi qu'il se passe dans vos vies, il vous a exactement placé là où vous devez être. Et, peu importe les raisons de ce que vous vivez actuellement, il connaît le plan qu'il a formé pour vous. N'oubliez jamais qu'il est avec vous. Même dans le feu.

Dieu changera toujours le mal en bien. S'il l'a fait pour moi, il le fera pour vous.

Margaux Lemba





## LA MUSICOTHÉRAPIE : DE DAVID... À INGRID !

Loin de moi l'idée de me comparer à David, mais en 2015, lorsque j'écrivais mon mémoire de fin de formation de musicothérapie j'ai pu évoquer ce passage de la Bible qui se trouve en 1 Samuel 16 : 14-23 : « L'esprit de l'Éternel se retira de Saül, qui fut agité par un mauvais esprit venant de l'Éternel. [...] Ils (les serviteurs) chercheront un homme qui sache jouer de la harpe et, quand le mauvais esprit de Dieu sera sur toi, il jouera de sa main, et tu seras soulagé. [...] David arriva auprès de Saül, et se présenta devant lui il plut beaucoup à Saül, et il fut désigné pour porter ses armes. Saül fit dire à Isai: je te prie de laisser David à mon service, car il a trouvé grâce à mes yeux. Et lorsque l'esprit de Dieu était sur Saül, David prenait la harpe et jouait de sa main ; Saül respirait alors plus à l'aise et se trouvait soulagé, et le mauvais esprit se retirait de lui. »

Dans ce passage, on peut dire que David a été un peu musicothérapeute ! Ce fut le commencement d'une aventure fabuleuse pour moi, Ingrid...



Laissez-moi vous conter cette histoire... Début 2013, j'ai intégré une école de musicothérapie. Je ne me souviens plus à l'époque où j'ai entendu parler de ce métier la première fois mais c'était la profession idéale me concernant, allier l'accompagnement humain et la musique. Ce métier trop peu connu, trop mal connu a été une évidence dans mon parcours et je suis convaincue, aujourd'hui, que c'est Dieu qui m'a conduit à cet endroit précis et à ce moment précis. En effet, c'est au cours de cette formation que j'ai pu Le rencontrer avec l'aide précieuse d'une collègue de formation qui est devenue une amie. Chrétienne de longue date, elle a été le dernier pan-

neau indicateur qui m'a montré le chemin vers Dieu et m'a permis de parcourir cette dernière distance qui me séparait de mon Père Céleste. Depuis ma conversion en 2016, je suis certaine qu'Il dirige toute chose dans ma vie personnelle, mais également professionnelle, tout en étant bien au clair avec ma déontologie et les frontières entre psy et spi évidemment.

Vous vous demandez probablement ce qu'est exactement la musicothérapie... Vous en avez peut-être déjà entendu parler, vous vous en faites peut-être une idée un peu floue, vous n'êtes pas du tout convaincu par cette pratique ou au contraire vous en faites l'éloge, vous êtes méfiant quant à celle-ci ou vous n'en avez jamais entendu parler... Laissez-moi vous partager la définition qu'en fait la Fédération Française des Musicothérapeutes :

« La musicothérapie est une pratique de soin, d'aide, de soutien ou de rééducation qui consiste à prendre en charge des personnes présentant des difficultés de communication et/ou de relation. Il existe différentes techniques de musicothérapie, adaptées aux populations concernées : troubles psycho-affectifs, difficultés sociales ou comportementales, troubles sensoriels, physiques ou neurologiques. La musicothérapie s'appuie sur les liens étroits entre les éléments constitutifs de la musique, et l'histoire du sujet. Elle utilise la médiation sonore et/ou musicale afin d'ouvrir ou restaurer la communication et l'expression au sein de la relation dans le registre verbal et/ou non verbal ».

De mon côté j'aime dire que la musicothérapie est une forme de psychothérapie par le non-verbal où l'on utilise l'outil sonore, au sens large (c'est-à-dire la voix, les instruments, le rythme, le mouvement corporel, le bruit...), pour créer une relation thérapeutique de confiance entre le patient et le musicothérapeute et répondre à des objectifs thérapeutiques définis. Nous pouvons travailler sur la communication, la relation, la confiance en soi, l'estime de soi, la gestion des émotions, la place que l'on a dans sa famille ou dans la société, la créativité, le stress... Je trouve qu'il est toujours intéressant et riche d'entendre des témoignages pour bien comprendre les choses alors je voudrais vous parler de Gary\* et de Luc\* que j'ai pu accompagner sur un bout de leur chemin personnel.

– Gary a une cinquantaine d'années et a vécu toute sa vie en institution, il a subi des violences terribles pendant son enfance et il a décompensé psychiquement. Il vit désormais

avec cette pathologie psychiatrique qui l'empêche d'être lui-même.

Il arrive toujours en séance avec un sourire exacerbé comme une sorte de masque figé. Il me salue, s'installe au piano et commence à monter la gamme avec son index gauche et redescendre la gamme, touche après touche, avec son index droit. Ces gestes stéréotypés peuvent durer toute la séance si je ne viens pas offrir un autre espace d'expression à Gary. Un jour, j'interviens dans son moment rituel et lui demande de me suivre sur le balafon. Nous nous installons côte à côte et il reprend ses stéréotypies avec les baguettes sur cet instrument-là. Je me place alors face à lui et commence à reprendre exactement les mêmes gestes, la même intensité, le même son, comme si nos sons ne faisaient plus qu'un. C'est alors qu'il lève le regard dans ma direction. L'intensité de notre échange visuel à cet instant est indescriptible, mais je crois comprendre : « Oh ! Mais elle parle le même langage que moi ! ». C'est à partir de ce moment de synchronisation que la relation s'établit et que, dès lors, je peux introduire de la variation : taper plus fort, moins fort, faire des glissendi, improviser en « question-réponse »... Gary est dans une joie intense, son sourire, authentique cette fois, illumine son visage au point d'en être rouge d'émotions.

Gary, dans ce moment particulier, a pu être lui-même, il a pu se connecter avec ses émotions réelles et authentiques, il a pu avoir un échange sincère et sécurisé avec un « Autre ». Une petite graine semée dans un quotidien douloureux pour lui permettre peut-être d'accéder à une certaine résilience.

Le musicothérapeute a ce rôle de rejoindre le patient là où il en est, d'adopter « son » langage non verbal ou verbal pour établir une relation thérapeutique de confiance et ainsi offrir la possibilité au patient d'« être ».

– Luc est le premier jeune patient que j'ai reçu à mon cabinet en 2017. La demande de la famille concernait une peur intense allant jusqu'aux crises d'angoisses lorsque Luc était confronté aux sons forts comme un camion qui passe dans la rue, un chien qui aboie, une foule nombreuse ou

encore l'aspirateur... Après plusieurs investigations médicales l'hyperacousie n'est pas retenue. En effet, ce jeune enfant peut tout à fait supporter le son fort lorsque c'est lui qui l'engendre comme lorsqu'il joue de la batterie à son domicile par exemple. Je décide alors d'aller investiguer au niveau émotionnel.

Rapidement, un jeu que l'on nommera « le jeu de la peur » se met en place, issu de notre imaginaire commun. Il s'agit d'installer des coussins de sol espacés dans le cabinet. Lorsque nous grimpons sur ces coussins nous décidons que nous sommes en sécurité, comme des « cabanes » lorsque l'on joue au loup ! Mais si nous ne sommes pas dans ces endroits sécurisés, l'autre peut alors nous poursuivre en tapant fort sur un tambour à main ! Nous alternons les rôles, une fois je suis celle qui joue du tambour et poursuis Luc, une fois c'est Luc qui me court après en tapant fort, très fort même, sur l'instrument ! Ce jeu est très vite devenu un jeu « plaisir » ou les rires retentissent, même parfois les fous-rires...

Progressivement, une séance après l'autre, Luc a apprivoisé cette peur du son fort produit par un Autre. Au bout de la septième séance de musicothérapie les parents ont pu me partager le fait que Luc avait réussi à supporter le bruit des oiseaux en cage à l'animalerie, le bruit du robot ménager à la maison puis même, plus tard encore, le feu d'artifice qui retentit au loin.

Le musicothérapeute doit faire preuve d'une grande créativité et piocher dans sa vaste boîte à outils, au moment opportun, l'élément nécessaire pour aider le patient à poursuivre son cheminement personnel. Le musicothérapeute se met « en jeu », au service de la démarche psycho-thérapeutique du patient qu'il accompagne.

J'évoquais un peu plus haut : « les frontières entre psy et spi ». Il serait intéressant de réfléchir plus spécifiquement sur le cadre de la psy(chothérapie) et le cadre de la spi(ritualité), quelles sont les frontières, les ponts, les points de vigilance, les liens... Est-ce qu'un « psy » peut évoquer le côté « spi » ? Si oui, dans quel cadre ? Est-ce que la « spi » empêche d'aller explorer le « psy » ? Ce sera peut-être l'objet d'une autre publication...

\* Prénoms d'emprunt préservant l'anonymat



<https://anchor.fm/apartpodcast>



Bob Dylan : Routes spirituelles



Leonard Cohen : Entre foi et poésie

# PROGRAMMATION TV\*

## CULTE TV

Culte TV sur La Une à 10h00



- **Pâques le dimanche 20 avril**  
Retransmis en Eurovision depuis l'EPUB de Jemappes, présidé par les Pasteur François Choquet et Noël Byiringiro avec la participation de Ichtus Chorus.



- **Ascension le jeudi 29 mai**  
Retransmis en Eurovision depuis la France, une production de France2



- **Pentecôte le dimanche 08 juin**  
Retransmis en Eurovision depuis l'Italie, une production de RAI2. Traduction en français depuis l'italien.

**LE CALENDRIER PEUT ÊTRE  
SUJET À CHANGEMENTS,  
PRIÈRE DE CONSULTER  
VOS QUOTIDIENS OU  
HEBDOMADAIRES**

## ÉMISSION TV 28 MIN.



« Ces protestants qui résistent à Donald Trump »  
Invité.e.s : Laurence Flachon, pasteur

- 13/04 sur La Une à 8h55  
- Rediff 26/04 sur Tipik  
- Rediff 17/04 sur La Trois  
dans la nuit du 17 au 18 à 00h31



« Christ's Hope, une main d'association pour les enfants défavorisés »  
Reportages réalisés en République démocratique du Congo.  
Invités: Orlando Furfari Président Christ's Hope Belgique

- 15/06 sur La Une  
- Rediff 28/06 sur Tipik  
- Rediff 19/06 sur La Trois

## ÉMISSION TV 10 MIN.



« Le centre Protestant de Warfaz »  
- 20/04 sur Tipik  
- Rediff 28/04 sur La Trois



« Christ's Hope en Belgique », une main d'association pour les enfants défavorisés »  
Invités: Orlando Furfari Président Christ's Hope Belgique

- 22/06 sur Tipik  
- Rediff 30/06 sur La Trois

\* Au moment de la rédaction de ce trimestriel, nous n'avons pas reçu de la programmation RTBF les heures des diffusions de ces émissions. Merci de consulter vos grilles de programme ou notre site pour vérification de ces indications : <http://www.mediaprotestant.be>

# PROGRAMMATION RADIO

(R.T.B.F. La Première 20h30, sauf indication contraire)

## AVRIL



**Samedi 05 avril :**  
Présentation de la journée festive des églises protestantes du Brabant Francophone



**Samedi 12 avril :**  
Bob Dylan et sa quête de spiritualité  
Une émission de Fabien Ruelle



**Samedi 19 avril :**  
« Croire en la résurrection aujourd'hui qu'est-ce que cela signifie? »  
Un interview de Benoît Ivars, théologien



**Dimanche 20 avril à 12h20 :**  
Culte de Pâques  
présidé par Michel Gazon, théologien



**Samedi 26 avril :**  
« Réenchanter votre vie grâce à la Communication non violente »  
Présentation du livre de Pierre Muanda

## MAI



**Samedi 03 mai :**  
Et si l'amour n'existait pas ?  
Rencontre avec Johan Leenaerts



**Samedi 10 mai :**  
« Echos et témoignage de l'Est du Congo »



**Samedi 17 mai :**  
« Ces évangéliques US qui résistent à Trump »



**Samedi 24 mai :**  
Josette Gabel, une vie de service.



**Samedi 31 mai :**  
Les origines religieuses de la psychanalyse

## JUIN



**Samedi 07 juin :**  
Pentecôte : une fête encore pertinente pour aujourd'hui ?  
Avec Salvatore Manfredi, théologien



**Dimanche 08 juin à 10h30 :**  
Culte de Pentecôte  
Présidé par Salvatore Manfredi, théologien



**Samedi 14 juin :**  
« La pensée Protestante »  
Présentation d'un colloque à la Faculté Universitaire de Théologie de Bruxelles



**Samedi 21 juin :**  
Fête de la Musique  
Musique et spiritualité  
Une émission de Fabien Ruelle



**Samedi 28 juin :**  
Le repos dans la Bible  
François Choquet

## FRÉQUENCES RADIO (R.T.B.F. La Première)

- Brabant wallon 96.1 FM
- Malmédy 89.2 FM
- Ath 97.9 FM
- Bouillon 89.4 FM
- Thuin 93.4 FM
- Bruxelles centre 92.5 FM
- Waremme 94.6 FM
- Charleroi centre 94.8 FM
- Houffalize 90.2 FM
- Chimay 87.6 FM
- Liège 96.4 FM
- Hainaut occidental 106.0 FM
- Namur 102.7 FM
- La Roche-en-Arden. 96.0 FM
- Marche-en-Fam. 93.3 FM
- Verviers 91.3 FM
- Comines 94.1 FM
- Couvin 94.2 FM
- Saint-Vith 87.9 FM
- Vielsalm 102.8 FM
- Spa 97.3 FM
- Mons 91.5 FM
- Luxembourg 96.4 FM
- Huy 94.3 FM

Ce programme pourrait être l'objet de modifications dictées par l'actualité ou des impératifs d'ordre technique indépendants de notre volonté.