

• SPIRITUALITÉ : Christian Stévigny, découvrir et cheminer sur sa voie personnelle



Publication : jeudi 22 octobre 2020 17:20



Après une carrière militaire, Christian Stévigny, belge d'origine, a rencontré la voie du bien-être avec la sophrologie en 2010. Par la suite, il est devenu praticien et enseignant de reiki.

« J'enseigne le reiki et comme j'aime aussi beaucoup la vibration, j'ai entrepris plusieurs formations sur le massage aux bols tibétains et la sono thérapie. J'ai également été formé à la digiponcture et suivi plusieurs formations en énergétique », confie-t-il.

La sonologie ou thérapie par les sons utilise les diapasons. La digiponcture en médecine traditionnelle chinoise consiste en une pression manuelle sur des points précis du corps.

En 2014, au cours d'un stage de reiki à Mervans, en Saône et Loire, il croise Sylvie qui deviendra par la suite, sa compagne. Depuis cinq ans, il réside en France près de Mâcon avec Sylvie, elle-même spécialisée en reiki depuis 2006.

« Depuis 2008, j'ai commencé à réaliser qu'il y avait autre chose que le boulot, dodo. En Belgique, j'ai fait de belles rencontres. D'abord, une sophrologue puis d'autres personnes m'ont aidé sur mon chemin. J'aime faire comprendre aux gens que nous sommes responsables, co-créateurs de notre vie et qu'il faut vivre le moment présent », précise le thérapeute, bénévole depuis trois ans à l'association *Les Fées Papillons*.

Faire découvrir des techniques de bien-être et de développement personnel afin que chacun puisse y trouver sa propre voie, voilà ce qui compte pour lui.

Ce professionnel du bien-être dispense également des séances en individuel de méditation et d'auto massage en reiki ou en sonothérapie.

« Nous avons tous la capacité de stimuler notre système de guérison. Nous sommes un maillon pour que chaque personne découvre elle-même l'outil qui lui convient. Tel est le message que je veux transmettre », souligne Christian.

M.A