

# Bio

# Ana Sofia Costa

A la place du récit usuel que l'on peut trouver sur cet onglet, je préfère me présenter à vous, à travers un moment clé de ma vie.

Cet événement s'est déroulé un été, où j'ai été confrontée à une mort inattendue. Dès ce jour, tout me semblait insignifiant avec une grande incompréhension de l'existence.

Il s'en est suivi, une longue introspection à la rencontre de ma véritable nature, de mon essence. Les occasions qui m'ont été amenées par la vie, m'ont apporté les expériences nécessaires afin de retrouver mon âme de thérapeute.

Dès lors, j'ai consacré mon énergie et mon temps à parcourir en conscience cette voie, à me former, à la découverte d'autres cultures, aussi bien au travers de voyages que par la pratique du Yoga Kundalini, à des rituels chamaniques et à d'autres façons d'appréhender l'énergie de vie. Ces expériences trouvent leurs sens dans ma boîte à outils thérapeutiques.

Aujourd'hui, mes racines je les ai trouvées dans mon lien avec notre Terre Mère, indispensable à notre évolution.

Je suis reconnaissante pour tous ses événements qui m'ont permis de fleurir dans mon chemin de vie.