DUO REIKI

Du 9 au 12 novembre

Bienvenue dans ton nouveau cycle Duo Reiki !

Quatre jours pour cultiver l'harmonie du corps, des émotions et de l'esprit.

Merci pour ta confiance. Frédérique et moi sommes heureuses de t'accueillir pour ces quatre jours consacrés à ton équilibre et à ton mieux-être.

Durant ce cycle, chaque journée sera consacrée à une dimension de ton équilibre : le corps, puis les émotions, puis l'esprit. Le quatrième jour réunira ces trois dimensions dans une harmonisation globale.

Notre intention est de t'accompagner vers plus de détente et de confort dans ton corps, de douceur et de stabilité émotionnelle, de calme et de clarté dans ton esprit. Un soutien pour traverser ce que tu vis avec davantage de sérénité, dans le respect de tes besoins et de ton rythme.

Au fil des huit Duo-Soins et Duo-Reiju* réalisés juste avant chaque soin, tu pourras poursuivre normalement tes activités, sans rendez-vous ni écran. Rien à faire, simplement avoir l'intention de recevoir. Si tu le souhaites, tu pourras aussi t'accorder un moment de calme pour accueillir les séances en conscience en suivant le prococole proposé dans ce document.

Puissent ces quatre jours t'offrir un profond ressourcement et davantage de paix et d'harmonie dans tout ton être.

De cœur à cœur.
Nathalie Annaloro
Fondatrice de Reiki Génération



(*) les Reiju sont des bénédictions Reiki traditionnelles qui renforcent considérablement notre réceptivité à l'énergie Reiki et notre harmonie globale.

Retrouve en page 5 le protocole d'accueil des séance et l'affirmation du mois !

© RKG 2026, tous droits réservés - www.reikigeneration.com

DUO REIKI

THÈMES FOCUS DU MOIS : Harmonie globale

J1 - Lundi 9 novembre



HARMONIE DU CORPS

Deux séances pour relâcher les tensions, retrouver plus de confort et soutenir ta vitalité.

J2 - Mardi 10 novembre



ÉQUILIBRE ÉMOTIONNEL

Deux séances pour apaiser le trop-plein émotionnel et retrouver plus de douceur et de stabilité intérieure.

J3 - Mercredi 11 novembre



SÉNÉNITÉ DE L'ESPRIT

Deux séances pour calmer l'agitation mentale et retrouver plus de clarté et de tranquilité d'esprit.

J4 - Jeudi 12 novembre



HARMONIE GLOBALE

Deux séances pour favoriser l'équilibre entre le corps, les émotions et l'esprit pour un mieux être global.

Quatre vagues d'énergie pour favoriser l'équilibre et l'harmonie du corps, des émotions et de l'esprit.

© RKG 2026, tous droits réservés - www.reikigeneration.com

Déroulement des séances :

- 100% à distance - Pas de RDV, pas d'écran

Les séances sont réalisées à distance, par Nathalie et Frédérique, pour toutes les personnes inscrites. Il n'y a pas de rdv. Tu peux tranquillement poursuivre tes activités.

- Quatre jours de transmission énergétique et de bénédictions

Les séances sont réactivées chaque jour, durant 4 jours consécutifs.
Chacune d'elle est précédée d'un Reiju(*).
L'énergie se diffusera en toi en continu durant ces quatre jours, et au même bien au-delà.

- Adapté à tes propres besoins

Durant la séance, l'énergie s'adapte aux BESOINS INDIVIDUELS de chaque participant.e pour favoriser le rétablissement de l'équilibre holistique.

- À ton propre rythme

Si tu le souhaites, tu pourras chaque jour te placer en réceptivité pour accueillir les harmonisations en conscience au meilleur moment pour toi en suivant le protocole proposé aux pages suivantes.

La force du collectif

Les harmonisations collectives bénéficient d'une force énergétique démultipiliée tout en s'adressant individuellement à chacun.e.

Que vais-je ressentir ?

Les capacités de perceptions diffèrent beaucoup d'une personne à une autre. Le monde subtil de l'énergie n'est pas toujours accessible à nos sens et à notre conscience. Certaines personnes ressentent beaucoup de choses, d'autres peu, voir rien du tout.

Ce qui va compter n'est pas tes ressentis mais les BIENFAITS que tu pourras observer durant les quatre jours des soins et au delà.

Quels que soient tes ressentis, ou ton absence de ressentis, les séances agissent toujours là ou tu en as le plus besoin.

DUO REIKI

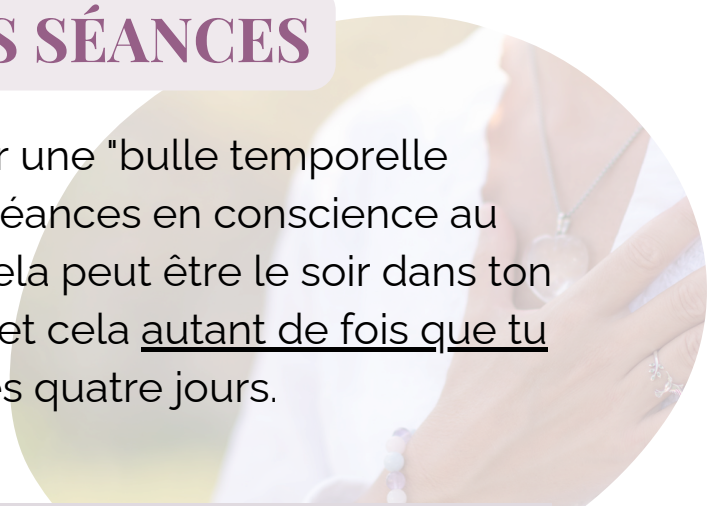
(*) Les Reiju sont des bénédictions Reiki traditionnelles qui renforcent considérablement notre réceptivité à l'énergie Reiki et notre harmonie globale.

© RKG 2026, tous droits réservés - www.reikigeneration.com

Effets les plus évoqués :

- Vitalité et énergie renforcée
- Ancrage et calme intérieur
- Lâcher-prise et sérénité
- Renforcement émotionnel et soutien moral
- Synchronicités et fluidité dans la vie quotidienne
- Connexion spirituelle et énergétique

ACCUEILLIR TES SÉANCES



Dès le 1er jour, tu peux te créer une "bulle temporelle quotidienne" pour accueillir nos séances en conscience au moment qui te convient le mieux. Cela peut être le soir dans ton lit, ou à tout moment de la journée, et cela autant de fois que tu le souhaites durant ces quatre jours.

Voir “Protocole d’accueil Duo Reiki” page suivante

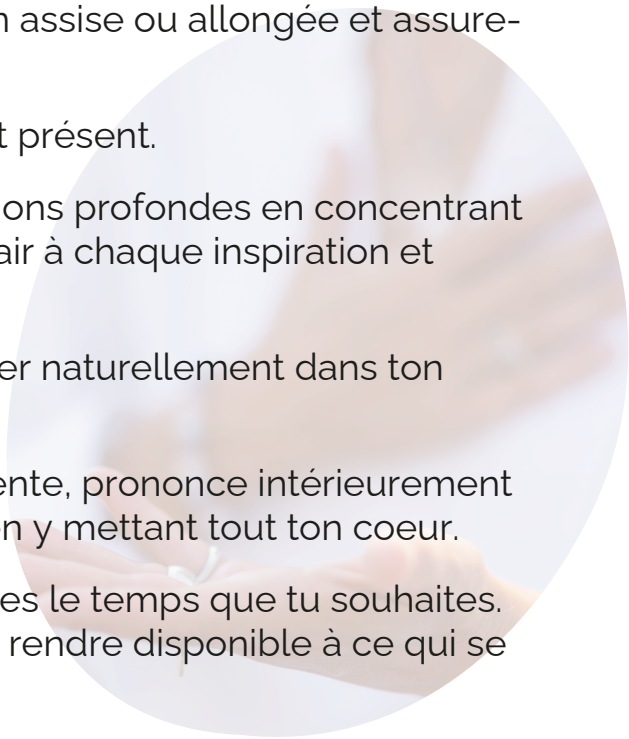
Que tu réalises le protocole d’accueil ou pas, l'énergie trouvera le chemin vers tes besoins pour ton bien le plus élevé.
Toutefois, le protocole renforcera ta volonté de réceptivité et t'aidera à le vivre plus en conscience. Cela peut également être un moment très agréable :)

DUO REIKI

© RKG 2026, tous droits réservés - www.reikigeneration.com

PROTOCOLE D'ACCUEIL DUO REIKI

- Installe-toi confortablement en position assise ou allongée et assure-toi de ne pas être dérangé.e.
- Ramène toute ton attention sur l'instant présent.
- Effectue calmement quelques respirations profondes en concentrant ton esprit sur le chemin parcouru par l'air à chaque inspiration et expiration.
- Ressens le calme et la détente s'installer naturellement dans ton corps et dans ton esprit.
- Depuis cet espace de calme et de détente, prononce intérieurement trois fois chaque intention ci-dessous en y mettant tout ton coeur.
- Reste ensuite dans l'accueil des énergies le temps que tu souhaites. N'attends rien, ne cherche rien, pour te rendre disponible à ce qui se manifestera.



INTENTION D'ACCUEIL DES SÉANCES

1

"J'accueille les séances énergétiques duo-reiki de Nathalie et Frédérique, du 9 au 12 novembre, pour mon bien le plus élevé à tous les niveaux."

AFFIRMATION DU MOIS

2

"Mon corps se détend, mes émotions s'apaisent et mon esprit s'éclaire. Je retrouve l'équilibre et l'harmonie en moi."

DUO REIKI

© RKG 2026, tous droits réservés - www.reikigeneration.com

Et ensuite ?

L'observation consciente de ton état et de tes comportements te permet toujours de mieux expérimenter les bienfaits du Reiki dans ta vie...

Durant les jours qui suivent les soins du mois, je te conseille de bien t'hydrater pour favoriser l'évacuation des toxines du corps.

Sois également attentif/attentive à tes changements d'attitude, d'état émotionnel, d'humeur, d'énergie, de vitalité, et tout ce qui se présente.

Observe-toi avec bienveillance et objectivité. Les effets sont parfois là ou tu ne les attends pas ;)

Crise de guérison ?

Il peut arriver que tu ressentes quelques désagréments mineurs dans les jours qui suivent un soin énergétique. Ce n'est pas systématique mais si c'est le cas il peut s'agir d'une crise de guérison salutaire.
Dans ce cas, je te conseille la lecture de l'article suivant pour comprendre comment la traverser au mieux.
→ Article à consulter sur le blog du site www.reikigeneration.com



Le Reiki agit en synergie avec toutes les méthodes et approches thérapeutiques : médicales, naturelles, manuelles,... mais il ne peut EN AUCUN CAS se substituer à un avis ou à un traitement médical.

DUO REIKI

© RKG 2026, tous droits réservés - www.reikigeneration.com

Ton duo de coeur :



Nathalie Annaloro

Maître enseignante et praticienne Usui Reiki Ryoho
Maître Gendaï Reiki, Usui Tibet / Usui teate
Praticienne énergétique quantique
Fondatrice de Reiki Génération
Co-fondatrice de l'Union Reiki
18 ans de pratiques énergétiques

Frédérique Genvrin-Bélis

Maître Usui Reiki Ryoho,
Praticienne énergétique
Praticienne et formatrice en mémoires Akashiques
Praticienne chants médecine et yoga du son
16 ans de pratiques énergétiques



Bonnes séances !

Que "l'âme agie" opère.

Paix, amour et bénédictions profondes.

NAMASTE

Nathalie et Frédérique

© RKG 2026, tous droits réservés - www.reikigeneration.com