



**CENTRO
DE CONSTELACIONES PROYECTIVAS**



RUEDA DE LA VIDA

Análisis de la rueda de
la vida
desde lo sistémico y
transgeneracional

INFO
Gratis

Claudia Pissani
+54 9 11 76526550
Bs. As. Argentina

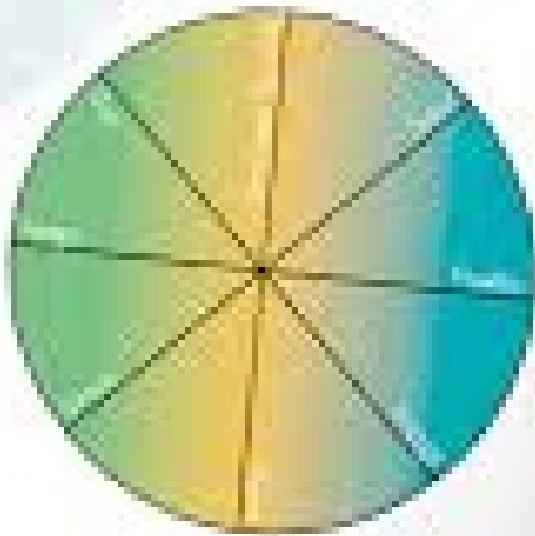


2025



**CENTRO
DE CONSTELACIONES PROYECTIVAS**

La Rueda de la Vida



RUEDA DE LA VIDA

Claudia Pissani

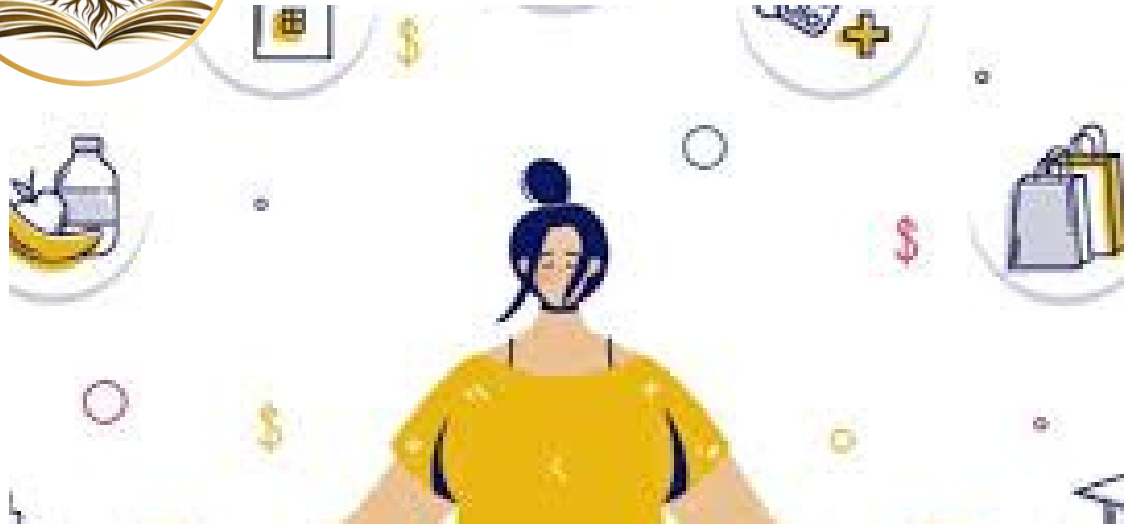


INFO

2025



CENTRO DE CONSTELACIONES PROYECTIVAS



INTRODUCCIÓN

La rueda de la vida es una herramienta de alto impacto en nuestra psiquis ya que ayuda a las personas a evaluar su satisfacción en diferentes áreas de su vida la salud, las relaciones, el trabajo y las finanzas.

La rueda de la vida, es una técnica visual utilizada para evaluar el equilibrio y la satisfacción en diferentes aspectos de tu vida:

**FAMILIA, TRABAJO, PROFESIÓN, DINERO, AMOR,
PAREJA, AMIGOS, SALUD, ETC.**

Se representa gráficamente como un círculo dividido en segmentos, cada uno representando un área de la vida. Los individuos califican su nivel de satisfacción en cada área, lo que permite identificar áreas fuertes y aquellas que necesitan más atención.

LA RUEDA DE LA VIDA

En esta actividad te invito a conectar con tu mundo interno y realizar un trabajo de profunda introspección, para conectar con tu sensibilidad y emociones y descubrir como estás funcionando en la rueda de TU vida.



Cómo funciona?

Se divide un círculo en secciones, cada una representando un área de la vida (salud, relaciones, trabajo, etc.). El consultante califica su nivel de satisfacción en cada área, generalmente en una escala del 1 al 10.

¿Para qué sirve?

Permite identificar áreas de la vida donde hay mayor satisfacción y aquellas que necesitan atención o mejora.

¿Quién la usa?

Todas las personas que buscan mejorar su bienestar y equilibrio personal.

Beneficios:

Ayuda a tomar conciencia de las áreas de la vida que necesitan ser atendidas, facilita la fijación de metas y el seguimiento del progreso.

Origen:

Se inspira en el budismo tibetano y fue popularizada por Paul J. Meyer.

"El amor es una parte del orden, el orden precede al amor, y el amor únicamente puede desarrollarse en el marco del orden."

BERT HELLINGER

Este cuaderno de trabajo personal es el paso introductorio al ejercicio de la rueda de la vida transgeneracional.

Como vamos a trabajar?

En consulta individual, sesión de 50 minutos, ON LINE O PRESENCIAL



Cuál es la técnica empleada?

Trabajaremos con preguntas diseñadas especialmente para que puedas conectar con tu sensibilidad interna. De esta manera puedes ver reflejada tu vida en un gráfico simple de analizar.



Iluminando nuestro interior:

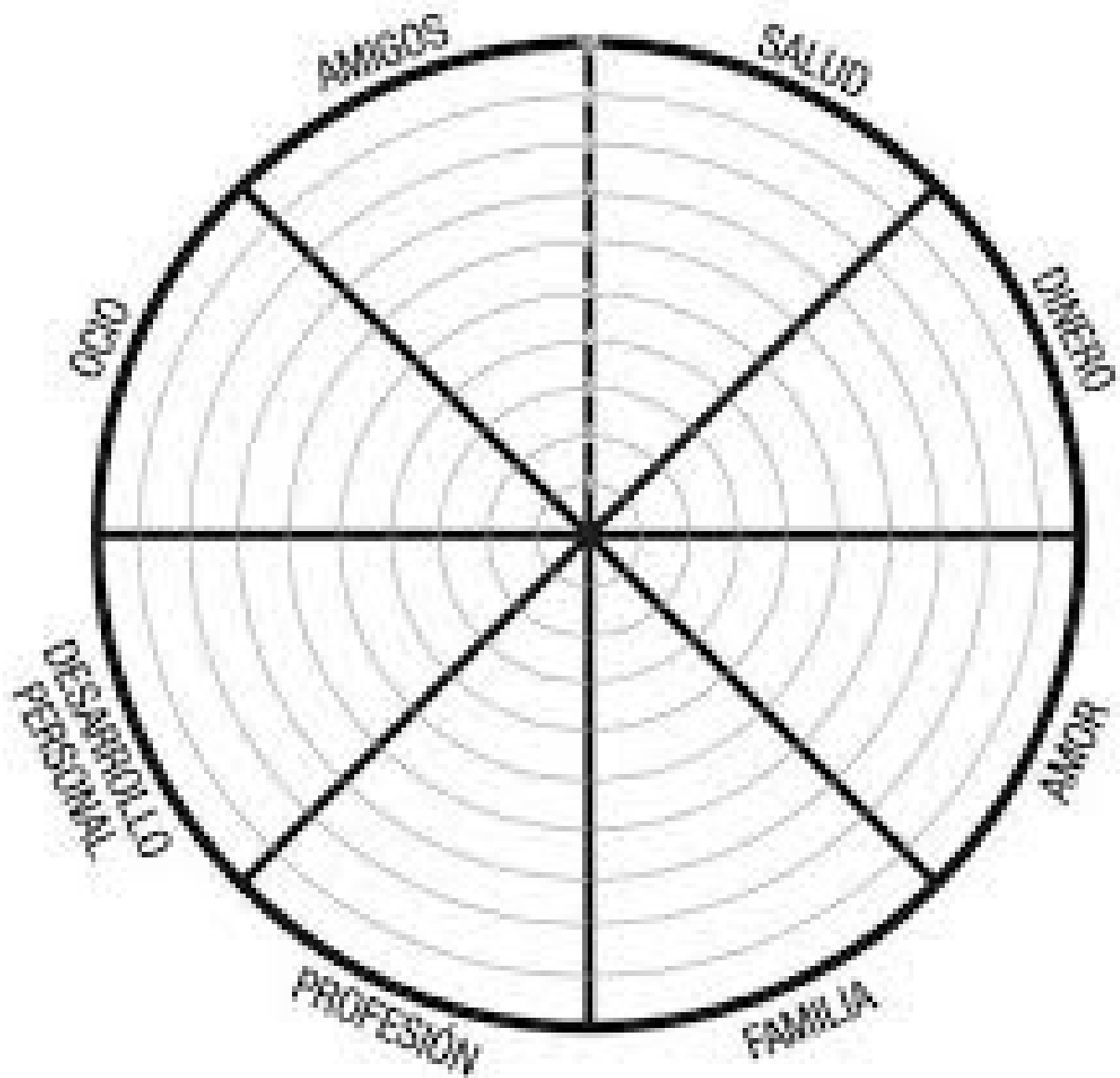
Se trata de un recorrido vital en el que vamos haciendo escala y vamos siendo conscientes de cómo las historias de nuestros antepasados influyen en nuestra vida de hoy.



Haciendo foco en nuestras metas y objetivos:

Las preguntas y la actividad contribuirán a ampliar la mirada fenomenológica a nuestro interior y a nuestro árbol generacional, donde se hallan muchas respuestas a nuestros interrogantes.

CENTRO DE CONSTELACIONES PROYECTIVAS



CENTRO DE CONSTELACIONES PROYECTIVAS

Instrucciones para completar tu Rueda de la Vida
La Rueda de la Vida es una poderosa herramienta de diagnóstico visual que te permitirá observar de manera integral el estado actual de las diferentes áreas de tu experiencia. Al completarla, podrás identificar dónde se encuentra retenida tu energía y dónde se hace necesario restablecer el equilibrio.

Paso a paso para realizar el ejercicio:

1. Conectá con tu presente: Antes de comenzar, tomate un momento para respirar profundo. Buscá situarte en tu estado adulto, despojándote de juicios, culpas o altas expectativas.
 2. Evaluá cada área: La rueda está dividida en diferentes segmentos (salud, relaciones, profesión, espiritualidad, etc.). El centro del círculo representa el valor 0 (insatisfacción total) y el borde exterior representa el 10 (plenitud absoluta).
 3. Puntuá a conciencia: Preguntate: ¿Cuánta realización y equilibrio siento hoy en esta área? Trazá una línea horizontal o coloreá el fragmento según la puntuación que le asignes a cada aspecto de tu vida actual.
 4. Observá el diseño final: Una vez que hayas puntuado todas las áreas, uní los puntos. Observá la forma resultante. Si tu rueda fuera el neumático de un auto, ¿podría rodar con facilidad o el viaje sería accidentado?
- Este mapa visual no busca calificar tu valor, sino darte la claridad necesaria para Sentir, Sanar y Ser, eligiendo conscientemente dónde enfocar tus próximos movimientos de transformación.

CENTRO DE CONSTELACIONES PROYECTIVAS

El Espejo de tu Sistema: Diagnóstico Rápido
Ahora que completaste tu Rueda de la Vida, tenés un mapa visual claro de tu presente.

Es momento de mirar esos números más bajos no como un fracaso, sino como una puerta de entrada hacia tu sistema familiar.

Elegí un área que haya obtenido la puntuación más baja (por ejemplo: pareja, dinero o salud) y, desde tu estado adulto, respondé a conciencia estas tres preguntas clave para cada bloqueo detectado:

Cuestionario de Exploración Sistémica

1. ¿Qué parte de este freno pertenece a mi propia biografía?
2. ¿Es un miedo, un hábito o una decisión consciente basada únicamente en mis experiencias vividas desde la infancia hasta hoy?
3. ¿Este patrón lo estoy copiando o cargando por amor ciego a mi madre o a mi padre?
4. ¿Estoy repitiendo el mismo destino, la misma carencia o la misma dificultad vincular que alguno de ellos vivió para sentir que pertenezco a su lado?
5. ¿Esta limitación viene de un trauma, secreto o exclusión de mis ancestros?
6. ¿Siento que este bloqueo es una fuerza mayor, un hilo invisible que me une a una historia del pasado familiar que aún no ha sido integrada o reconocida?

CENTRO DE CONSTELACIONES PROYECTIVAS

El Espejo de tu Sistema:

Ejercicio Sistémico: El Acto de Entrega y Asentimiento

Una vez que identifiques que ese bloqueo no te pertenece, realizá este breve ejercicio de visualización para liberar esa energía y sintonizar con la fuerza de la vida.

Práctica del Alma: Devolver lo Ajeno

Cerrá los ojos, respirá profundo tres veces y traé a tu mente la dificultad que descubriste en tu rueda. Imaginá esa carga como un objeto o una energía frente a vos. Detrás de esa carga, visualizá a tus padres y, detrás de ellos, a todos tus ancestros.

Poné tus manos en el pecho y, con profunda humildad, deciles internamente:

«Queridos papás, queridos ancestros. Hoy puedo ver este bloqueo en mi vida.

Con mucho respeto, reconozco que esto pertenece a su historia y a su destino, no al mío.

Se los entrego con amor y agradecimiento, porque ustedes son los grandes y yo soy el chico. Asiento a todo tal como fue».

Hacé una pequeña reverencia inclinando la cabeza. Imagina cómo ellos reciben lo suyo con alivio y, a cambio, te miran con buenos ojos. Inspirá profundo, date la vuelta hacia tu propio futuro y sentí cómo la fuerza de la vida te empuja por la espalda. Abrí los ojos.

CENTRO DE CONSTELACIONES PROYECTIVAS

El Espejo de tu Sistema:
Tu próximo paso hacia la sanación
Este ejercicio es solo el primer
destello de orden en tu alma.
El genograma, los Órdenes del
Amor profundamente aplicados y la
reconciliación con tu línea materna
y paterna son las llaves definitivas
para consolidar este bienestar.
Te invito a dar el paso fundamental
e inscribirte en nuestros Cursos de
sanacion del alma. Allí aprenderás a
desatar cada uno de estos hilos
invisibles para caminar con total
libertad y poner tu ser al servicio de
tu propia evolución.
¡El momento de ocupar tu
verdadero lugar es ahora!

CENTRO DE CONSTELACIONES PROYECTIVAS

Tu viaje de transformación recién comienza
Haber completado este autodiagnóstico y este
primer movimiento sistémico es un paso valiente.
Sin embargo, para desatar los hilos invisibles más
profundos y consolidar el orden en tu alma, es
necesario adentrarse un poco más.

Te invito a seguir expandiendo tu mirada y a
mantenernos conectados a través de nuestros
canales oficiales:

- Nuestra Página Web: El portal hacia tu evolución. Aquí vas a encontrar toda la información sobre nuestros cursos, talleres y diplomados diseñados para que aprendas a mirar tu historia con los ojos del alma y adquieras herramientas sólidas de sanación.
- Canal de YouTube: Tu espacio de aprendizaje gratuito. Suscríbete para acceder a análisis de dinámicas familiares, meditaciones guiadas, explicaciones de los Órdenes del Amor y videos prácticos que te ayudarán a mantenerte en tu estado adulto.
- Redes Sociales: Nuestra comunidad diaria. Seguinós en nuestras plataformas para formar parte de conversaciones en vivo, recibir reflexiones cotidianas, frases integradoras y ser el primero en enterarte de nuestros próximos lanzamientos y actividades.

El camino para Sentir, Sanar y Ser para Servir se transita paso a paso y en compañía. ¡Será un honor enorme seguir caminando a tu lado!



CENTRO DE CONSTELACIONES PROYECTIVAS

LA RUEDA DE LA VIDA ES UNA HERRAMIENTA SENCILLA
PERO PODEROSA PARA VISUALIZAR TODAS LAS ÁREAS
DE TU VIDA A LA VEZ Y VER DÓNDE NECESITAS
MEJORAR MÁS. ¡SOLO TOMA UNOS MINUTOS
COMPLETARLA!!!!

Lo importante para que la reflexión sea provechosa es ser lo más
honesto posible con uno mismo, intentando no auto engañarse, al
completar el test de la rueda de la vida.

Si estás listo/a para iniciar tu camino de autoconocimiento o tienes
preguntas, estaré encantada de escucharte. Escríbeme y pide tu
turno para acompañarte en tu camino de crecimiento personal.



**CLAUDIA
PISSANI**

**SOLICITA TU
TURNO
CON
ANTICIPACIÓN**

**CENTRO
DE CONSTELACIONES PROYECTIVAS**



El ejercicio del test de la rueda de la vida más el
cuadernillo informativo es propiedad de CLAUDIA
PISSANI Y del
CENTRO CONSTELACIONES PROYECTIVAS
Prohibida su venta y reproducción sin el consentimiento
expreso de su autora.



**CLAUDIA
PISSANI**

**SOLICITA TU
TURNO
CON
ANTICIPACIÓN**

CENTRO DE CONSTELACIONES PROYECTIVAS



**RUEDA DE
LA VIDA**



**RUEDA DE
LA VIDA**