



PLANETAS EM MIM

Descubra os arquétipos que te habitam e transforme seu cotidiano com a sabedoria do céu

HELENA MARCONDES

APRESENTAÇÃO

DA AUTORA

Sou **Helena Marcondes**, astróloga, escritora e pesquisadora da física vibracional aplicada à consciência.

Há mais de uma década estudo as forças invisíveis que conectam o macrocosmo ao microcosmo — e desenvolvi a Teoria Matemática Astrológica, um sistema de leitura simbólica que une astrologia, neurociência, geometria do campo e princípios eletromagnéticos.

Acredito que o céu não está fora — ele vibra em nós.

Através do blog Estrelas Védicas, venho desvendando os caminhos entre os planetas e a psique humana, integrando espiritualidade, física sutil e memória arquetípica.

Este pequeno livro é um convite para você se reconhecer não como alguém que “tem” um mapa astral, mas como alguém que é um campo de ressonância celeste em forma humana.

Que essas palavras possam ativar em você o que já é seu por natureza: a consciência vibrante do que te habita.

INTRODUÇÃO

Há um céu que não se vê com os olhos. Um céu que não está acima da cabeça, mas pulsando dentro do peito, vibrando silenciosamente no intervalo entre um pensamento e outro. Esse céu é anterior ao mapa, ao nome, à palavra. Ele não grita, mas ressoa. E quando finalmente somos capazes de escutá-lo, algo em nós se alinha como uma estrela reencontrando sua constelação de origem.

A astrologia, longe das caricaturas e fórmulas prontas, é uma linguagem da memória. Uma matemática simbólica que revela padrões antigos que continuam se repetindo em espirais concêntricas dentro do tempo. E se olharmos com atenção, veremos que esses padrões não estão apenas no céu noturno — eles estão na arquitetura do corpo, nos ciclos das emoções, na forma como respiramos, escolhemos, reagimos. Cada planeta não é apenas um ponto em trânsito: é uma frequência agindo dentro de nós, um princípio ressonante, uma equação viva traduzida em comportamento, impulso, desejo, dor e luz.

Ao longo dos anos, percebi que a astrologia só faz sentido quando devolve a alguém o sentido de si. E que os mapas não são oráculos deterministas, mas espelhos vibracionais que nos mostram por onde a alma caminha, hesita, acelera ou adoce. A física vibracional, quando aplicada à astrologia, revela o que nossos ancestrais já sabiam intuitivamente: que

somos corpos de luz em ressonância com um campo maior, e que cada posição planetária no instante do nascimento é uma fórmula matemática de **autoconhecimento** — um código.

Este pequeno livro nasceu para ser um início. Um sopro. Uma lembrança de que você não está separado do cosmos, mas feito da mesma trama invisível que costura galáxias e silêncios. Aqui, cada planeta será apresentado não como algo externo a você, mas como um arquétipo interno que vibra silenciosamente desde sempre.

Leia com o corpo. Leia com a parte de ti que ainda sabe escutar a música do tempo. Não tente entender tudo com a mente — há coisas que só o campo entende.

Porque, no fundo, você não está sob um céu.

Você é o céu — em forma **humana**.

O SOL EM MIM: O QUE PULSA EM MIM?

O Sol não precisa provar sua existência. Ele apenas está. E tudo em volta se curva diante de sua presença silenciosa. O mesmo acontece conosco — ou deveria acontecer — quando estamos alinhados com aquilo que nos sustenta por dentro. O Sol em nós é o que pulsa mesmo quando não há plateia, o que brilha mesmo nos dias cinzentos. É a centelha que nos torna únicos, irrepetíveis, intransferíveis. Ele não é ego, não é vaidade — é identidade vibracional.

Mas muitos esquecem seu próprio Sol. Vivem à sombra de expectativas alheias, de medos herdados, de ruídos que abafam o chamado original da alma. Quando o Sol interior adormece, tudo parece mecânico, automático, cinza. A vida vira sobrevivência, o corpo vira rotina, e a luz que deveria emanar da presença se transforma em esforço constante para ser reconhecido — como se fosse preciso merecer existir.

Na astrologia vibracional, o Sol representa o campo de identidade em alta frequência. Ele é o núcleo de onde partem todas as outras forças. Quando esse centro está desativado, os demais planetas agem como satélites desorientados, tentando compensar a ausência de sentido com excesso de movimento. É por isso que, antes de buscar a missão, o amor ou a cura, é preciso perguntar com coragem: quem eu sou quando ninguém me observa? O que em mim permanece, mesmo quando tudo muda?

O Sol do seu mapa não é apenas seu signo solar. É a casa em que ele se encontra, o aspecto que faz com outros planetas, a vibração da luz que você nasceu para irradiar. É a assinatura central da sua alma neste tempo. É aquilo que só você pode expressar — e se você não fizer, o mundo sentirá falta, mesmo que não saiba nomear o vazio.

Reconectar-se com o próprio Sol é um ato revolucionário. É sair da lógica da comparação e voltar à lógica da emanção. É parar de buscar aprovação e começar a vibrar presença.

Ritual vibracional:

Fique alguns minutos por dia sob a luz do Sol, com os olhos fechados, apenas respirando. Sinta o calor tocar sua pele. Não peça nada. Apenas agradeça por estar viva.

Depois, escreva:

“Quando estou em paz, eu sou...”

Reflexão simbólica:

Seu brilho não depende de ser visto. Mas de ser vivido.

O Sol em você não precisa ser entendido. Ele precisa ser lembrado.

A LUA EM MIM: O QUE ME NUTRE?

Há um lugar em nós que nunca se mostra à luz do dia. Um lugar feito de silêncios, gestos automáticos, lágrimas que não caíram, desejos que não chegaram a ser nomeados. Esse lugar tem nome: Lua. Ela habita o corpo como quem conhece seus caminhos de dentro, como quem sussurra memórias enquanto você dorme. A Lua é o útero da psique — aquilo que acolhe, que repete, que sente mesmo sem entender.

Na astrologia vibracional, a Lua representa o campo da memória emocional em estado de ativação constante. Ela não espera ser chamada — ela reage. A forma como você cuida, alimenta, busca proteção, repete padrões, evita desconfortos... tudo isso é Lua em movimento. E por mais que você ache que está no controle, muitas das suas decisões ainda nascem desse centro sensível que vibra sob a pele.

Quando a Lua está ferida, você vive em alerta. Quando está nutrida, você repousa em si. É simples — mas não é fácil. Muitos passam a vida com a Lua desligada de si mesmos, tentando ser fortes, racionais, produtivos, enquanto o corpo implora por descanso, abraço, escuta. Outros vivem com a Lua exposta demais, oscilando entre carência e fuga, sufocados pelas próprias emoções.

Reconhecer sua Lua é aceitar que você tem necessidades legítimas — e que

elas não te diminuem. É aprender a ouvir seu ritmo, respeitar seus limites, cuidar do que sente antes de tentar consertar o que pensa.

Ritual vibracional:

Escolha um objeto que represente acolhimento pra você — pode ser uma manta, um chá, uma música. Ao final do dia, sente-se com isso por alguns minutos, em silêncio.

Pergunte à sua Lua:

“O que você precisa que eu ouça hoje?”

Reflexão simbólica:

A verdadeira força não nasce da rigidez. Ela nasce do contato com aquilo que você tem coragem de sentir.

MERCÚRIO EM MIM: O QUE ME CONECTA?

Mercúrio é movimento. Ele não se prende, não se fixa, não repousa. Ele atravessa, liga, traduz. Em ti, Mercúrio é o sopro que se transforma em pensamento, o pensamento que vira palavra, a palavra que cria realidade. É a ponte entre dentro e fora, entre céu e matéria, entre intuição e expressão.

Onde Mercúrio vibra no teu mapa, ali há uma chave para tua linguagem única — aquela que vai além do que se diz e se escreve. Porque toda comunicação é vibração, e Mercúrio é o planeta que ensina a codificar o invisível em forma compreensível. Quando está equilibrado, tu te tornas alguém que compreende antes de julgar, que escuta antes de responder, que observa antes de opinar. Mas quando Mercúrio está distorcido, a mente acelera, as palavras se tornam defesas, e a comunicação vira ruído.

Há pessoas que têm Mercúrio como bússola. Elas vivem da troca, do estudo, da construção de pontes. Outras o têm como labirinto — e precisam reaprender a se escutar antes de se explicar. Em ambos os casos, é através de Mercúrio que se forma o tecido do pensamento. Ele define o tom com que falamos conosco e com o mundo. E isso muda tudo.

Mercúrio também rege o sistema nervoso. E aqui está uma chave esquecida: aquilo que não é comunicado, circula como tensão.

Pensamentos que não encontram saída viram sintomas. Palavras contidas se acumulam nos músculos, na pele, na garganta. O que não é dito, um dia, adocece.

Por isso, aprender a ouvir Mercúrio em ti é um ato de cura. Escrever, falar, cantar, silenciar — tudo isso são formas de escutar o mensageiro interior.

Ritual vibracional:

Escreva três páginas pela manhã sem filtro, sem regras, apenas para deixar Mercúrio circular. Deixe vir tudo: do inútil ao profundo. Depois, leia em voz alta e observe o tom das tuas palavras contigo.

Reflexão simbólica:

Tuas palavras moldam o campo que te rodeia.
Fala contigo como quem invoca um mundo.

VÊNUS EM MIM: O QUE ME ENCANTA?

Se Vênus está bloqueada, a vida perde cor. O prazer é adiado. A arte é negada. A beleza se torna um luxo distante. Quando ativada, Vênus transforma o cotidiano em rito, o corpo em templo, o desejo em bússola. Ela te lembra que o que é leve não precisa ser fútil — e que o que é belo também pode curar.

Ritual vibracional:

Vista-se com intenção, mesmo que não vá sair. Escolha uma cor, um aroma, uma música. Olhe-se no espelho não para se avaliar, mas para se acolher. Depois, escreva:

“Hoje eu me sinto merecedora de...”

Reflexão simbólica:

Aquilo que você valoriza em si é o que o mundo refletirá de volta. Toda abundância começa pela vibração do merecimento.

MARTE EM MIM: O QUE ME MOVE?

Marte é aquele ponto do teu campo que não hesita. É o instinto que se ergue antes que a razão chegue. É a força que rompe o medo, que atravessa a inércia, que te coloca de pé quando o mundo tenta te dobrar. Marte é o pulso da ação. Em ti, ele representa a centelha que transforma intenção em movimento, vontade em caminho, raiva em clareza.

Na astrologia vibracional, Marte é o planeta da frequência ativa. Ele mostra como você lida com o impulso de existir. Se Vênus atrai, Marte conquista. Se Vênus embeleza, Marte executa. Ele não pergunta se pode — ele age. E por isso, quando está em desarmonia, se torna pressa, impulsividade, conflito, reatividade. Quando está em equilíbrio, ele é foco, coragem e precisão.

Muitos de nós crescemos reprimindo Marte. Aprendemos que raiva é feio, que vontade própria é egoísmo, que dizer “não” é grosseria. E assim, Marte foi sendo sufocado, domesticado, trancado em jaulas internas — até que, um dia, explode como fúria, exaustão ou doença. Mas a raiva não é um erro: é um sinal. Ela mostra onde algo foi violado. Onde você se traiu. Onde está sendo chamado a se posicionar.

Quando você ativa seu Marte de forma consciente, você deixa de lutar contra tudo e todos e começa a lutar por algo. Você canaliza sua energia

vital com direção. Você escolhe suas batalhas. E mais importante: reconhece que sua força não está na imposição, mas na coerência.

A forma como você age, defende, avança ou foge, está escrita no teu Marte natal. E quando você compreende essa frequência, você para de se sabotar em nome da paz — e começa a cultivar uma paz que também sabe dizer “basta”.

Ritual vibracional:

Escreva uma frase de afirmação em que você reconhece sua força.
Exemplo:

“Eu me autorizo a agir com coragem.”

Depois, movimente o corpo: dança, exercício, caminhada com ritmo forte.
Sinta Marte circular em ti.

Reflexão simbólica:

Sua força não está em vencer o outro.

Sua força está em não desistir de si.

JÚPITER EM MIM: O QUE ME EXPANDE?

Há algo em ti que sonha mais alto. Que olha para o horizonte e sente que existe algo além do que é visível, tocável, mensurável. Essa parte se chama Júpiter — o planeta da expansão, da fé, da abundância interior. Ele não se contenta com o que é pequeno, com o que é previsível, com o que já está dado. Júpiter em ti é o mestre interno, o buscador, o que precisa crescer para viver.

Na astrologia vibracional, Júpiter representa o campo da confiança, das oportunidades, da visão que vai além. Ele mostra onde e como você se abre para o mundo — e também o que te motiva a continuar mesmo diante dos desafios. Ele está presente quando você aprende algo novo, quando diz “sim” ao desconhecido, quando sente gratidão sem razão lógica.

Quando Júpiter está vibrando em harmonia, tudo parece se expandir com fluidez. Os caminhos se abrem, as conexões chegam, a vida sorri de volta. Mas quando está em desequilíbrio, há excessos: otimismo cego, promessas vazias, exageros que custam caro.

Reconhecer Júpiter em ti é reconhecer tua bússola interna. É saber que a verdadeira sorte nasce da tua disposição em arriscar-se com consciência. Que a fé, antes de ser crença, é vibração de abertura. E que a abundância é menos sobre ter e mais sobre confiar.

★ Ritual vibracional:

Ritual vibracional:

Escreva uma pequena lista de coisas que você já tem e que talvez não tenha agradecido nos últimos dias. Respire fundo entre cada uma. Observe como a gratidão muda tua vibração.

Reflexão simbólica:

Aquilo que você alimenta com confiança, cresce.

Júpiter não exige perfeição — exige visão.

SATURNO EM MIM: O QUE ME ESTRUTURA?

Saturno não tem pressa. Ele observa de longe, com olhos de quem sabe que tudo que vale a pena leva tempo. Ele não se move por impulso, não se ilude com promessas, não se curva a atalhos. Saturno é o construtor silencioso do teu destino. Em ti, ele representa a estrutura invisível da tua maturidade, aquilo que só nasce depois de muitas quedas, muitas escolhas difíceis e muita solidão fecunda.

Na astrologia vibracional, Saturno é o planeta da forma, da responsabilidade, do tempo sagrado. É a frequência que te ensina a permanecer mesmo quando tudo grita por fuga. É aquele campo onde você sente peso — mas também encontra a possibilidade de verdadeira solidez. Saturno rege os ossos, os limites, os contornos que permitem que a alma habite um corpo. Ele é fronteira, mas também é fundação.

Quando Saturno está em equilíbrio, ele te dá foco, sabedoria e disciplina. Você aprende a dizer não, a cuidar do que é seu, a não se perder em devaneios. Mas quando está em desequilíbrio, ele se torna medo, rigidez, sensação de inadequação. Uma cobrança constante que nunca se acalma.

Muitos tentam escapar de Saturno, mas ele é inevitável — e libertador. Porque é ao atravessar Saturno que você se encontra com sua verdadeira força. Aquela que não depende de aplausos, de reconhecimento externo,

ou de sorte. É a força da integridade, da coerência com aquilo que você realmente é.

Saturno no mapa mostra onde você será testada — mas também onde se tornará mestra.

Ritual vibracional:

Escolha um pequeno hábito que represente autocuidado com estrutura: dormir no mesmo horário, cumprir um prazo, organizar um ambiente. Faça isso com presença, como se fosse um ritual sagrado. Sinta a energia da forma cuidando de ti.

Reflexão simbólica:

Saturno não te poda para te limitar. Ele te ensina a crescer com raízes. Porque sem base, até a luz te desequilibra.

URANO, NETUNO E PLUTÃO EM MIM: O QUE ME TRANSFORMA?

Há partes em ti que não se explicam. Elas chegam como ruptura, como vertigem, como silêncio, como morte simbólica. São forças que não pertencem ao cotidiano, mas que, de tempos em tempos, atravessam tua história e mudam tudo. Não pedem licença. Não se importam com o que estava planejado. Vêm como um chamado invisível — e quando você escuta, já não é mais a mesma.

Urano, Netuno e Plutão são esses arquétipos. Eles não atuam nos detalhes, mas no destino. São frequências coletivas que, quando tocam teu mapa pessoal, ativam códigos profundos de transformação, libertação, transcendência e renascimento.

Urano é o impulso da ruptura. Ele é o raio que corta padrões antigos, a clareza que vem num estalo, a rebeldia que salva. Urano em ti é a parte que não aceita prisão, que precisa inovar, mudar, sacudir. Quando ele se manifesta, você pode sentir inquietação, impaciência, vontade de romper com tudo. Mas por trás disso, há um grito da alma por autenticidade.

Netuno é o campo da dissolução. Ele te chama ao invisível, ao simbólico, à entrega. É o planeta da fé, mas também da ilusão. Quando ele se ativa, você pode sentir confusão, sensibilidade extrema, ou um desejo profundo

de desaparecer. Mas Netuno não quer que você se perca — quer que você se renda ao que não se controla. Ele abre portais para o amor incondicional, para a arte, para a espiritualidade como experiência direta.

Plutão é o grande transformador. Ele rege a morte simbólica, a força invisível que destrói para reconstruir. Plutão não aceita superfície. Ele vai fundo, até o núcleo da tua dor — e ali planta uma nova semente. Quando Plutão toca teu mapa, não há como continuar fingindo. Ele traz perdas, sim, mas também renascimentos. É a energia do fim que, no fundo, é sempre um começo.

Esses três planetas não são fáceis. Mas são mestres. E quando você os escuta, você se liberta de padrões antigos, se reconecta com dimensões mais sutis do ser e acessa uma força que vem de algo maior do que você — mas que te habita.

Ritual vibracional:

Em silêncio, escolha um momento marcante da tua vida em que “tudo mudou”. Reescreva essa história não como vítima, mas como iniciada. O que nasceu ali? Que parte de você foi ativada?

Reflexão simbólica:

Algumas forças não são para serem entendidas — são para serem atravessadas.

E no fim, você não será a mesma.

Será mais inteira.

CONCLUSÃO: COMO COMEÇAR A JORNADA DE AUTOCONHECIMENTO

Agora que você percorreu os planetas que te habitam, talvez tenha sentido algo diferente. Uma vibração. Um silêncio mais cheio. Uma lembrança que não é mental, mas sensorial — como se algo dentro de ti dissesse: “*eu já sabia*”.

Esse pequeno livro não tem a pretensão de explicar você. Nenhum mapa, nenhum símbolo, nenhuma teoria é capaz disso por inteiro. Mas todos podem apontar caminhos. E esse é o convite da astrologia vibracional: usar o céu como espelho, e não como sentença.

Cada planeta aqui foi apresentado como um campo de frequência que pulsa em você desde o instante em que respirou pela primeira vez neste mundo. Eles não são entidades externas, mas partes internas que se expressam no teu corpo, na tua fala, nas tuas escolhas, naquilo que te encanta e também naquilo que te desafia.

A jornada de autoconhecimento não começa quando você entende algo com clareza absoluta. Ela começa no momento em que você se permite escutar o que sente — com honestidade. Começa quando você para de se comparar, e começa a se observar. Quando para de fugir de si, e começa a sustentar o próprio campo.

Se esse livro te tocou de alguma forma, então ele cumpriu seu papel: acionar em ti a lembrança de que você é feita de vibração, de tempo, de símbolos e de escolhas.

E o melhor jeito de continuar essa jornada é aprofundar. Mergulhar no seu mapa natal com consciência. Estudar seus trânsitos, suas casas, suas sombras e potências. Ouvir seus ritmos internos. Traduzir-se.

O céu vive em ti. E há muito mais por descobrir.

CONTINUE SUA JORNADA COM ESTRELAS VÉDICAS

Se esse pequeno livro te tocou, saiba: isso foi apenas o começo.

Os planetas que vivem em ti não são conceitos — são pulsações que influenciam teu dia, tuas relações, tuas escolhas e teu próprio corpo. E quando você se dispõe a escutá-los com profundidade, tudo ao redor começa a se reorganizar: como se o universo respondesse ao teu sim.

No Estrelas Védicas, você encontra conteúdos, cursos e leituras que não entregam respostas prontas — mas sim ferramentas simbólicas para que você mesma acesse sua bússola interior.

CONECTE-SE COM HELENA MARCONDES:

 Site: www.estrelasvedicas.com.br

 Instagram: [@estrelasvedicas](https://www.instagram.com/estrelasvedicas)

 E-mail: estrelasvedicasastrologia@gmail.com

 Editora: www.dharmaeditora.com.br (em desenvolvimento)

OBRIGADA POR CAMINHAR COMIGO
NESTA JORNADA. QUE ESTE LIVRO SEJA UM
MAPA, UMA BÚSSOLA E UM LEMBRETE
ETERNO: VOCÊ NUNCA ESTEVE PERDIDO.
VOCÊ É O PRÓPRIO LAR.