



FRANCISCO CÂNDIDO XAVIER  
EMMANUEL

# LUZ E VIDA

GEEM

FRANCISCO CÂNDIDO XAVIER  
EMMANUEL

# LUZ E VIDA

GRUPO ESPÍRITA EMMANUEL S/C EDITORA  
Av. Humberto de Alencar Castelo Branco, 2857  
Caixa Postal 888 - Telefone: (011) 419-7122  
09700 - São Bernardo do Campo - SP  
Brasil

Diagramação:  
Vivaldo da Cunha Borges

Capa:  
Gessé Alves Pereira

Produção:  
Ademir de Carlo

Copyright by GEEM

1.ª EDIÇÃO - 1986

Dados de Catalogação na Publicação (CIP) Internacional  
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Xavier, Francisco Cândido, 1910-

X19L        Luz e vida / Francisco Cândido Xavier; (pelo  
espírito de) Emmanuel. — São Bernardo do Campo,  
SP: Grupo Espírita Emmanuel, 1986.

1. Espiritismo 2. Paciência 3. Paz de espírito 4.  
Psicografia I. Emmanuel. II. Título.

CDD-133.91

-133.9

85-2014

-158.1

Índices para catálogo sistemático:

1. Escritos psicografados : Espiritismo 133.91
2. Espiritismo : 133.9
3. Mensagens psicografadas : Espiritismo 133.91
4. Paz de espírito : Psicologia aplicada 158.1
5. Reflexões psicografadas : Espiritismo 133.91

# SUMÁRIO

LUZ E VIDA	EMMANUEL	15
CONFIA E CAMINHA		17
FELICIDADE REAL		19
TRABALHAR SIM		22
CONTRADIÇÕES		25
PROEZA		27
QUANDO A COMPREENSÃO ESTIVER CONOSCO		29
PALAVRAS E EXEMPLOS		33
NO COMBATE À IGNORÂNCIA		39

DIANTE DA TEMPESTADE	43
TRABALHO E VIDA	46
NA HORA DA IRRITAÇÃO	49
IMPLOSÃO MENTAL	51
APRENDAMOS COM AMOR	53
OBEDIÊNCIA E VIDA	57
EM TODA A LINHA	59
BASES	64
CARIDADE E HIGIENE	66
RECONHECERÁS	68

TODOS NÓS	70
SOLIDARIEDADE	72