1. 我已告訴過你，不要把錯誤當真。如何才能做到這點？其實並不困難。你若寧願相信錯誤，就得把它當真，因為錯誤不是真的。而真理卻是不證自明的，**你什麼也毋需做**，就能相信真理。要知道，你對外界的回應並不是衝著事件本身，而是你對它的詮釋。你的詮釋會合理化你對它的反應。所以，分析他人的動機將會大大傷害到你。一旦你認定某人確實是在攻擊你、拋棄你、或控制你，你就會把他的行為當真，並據此做出回應，因為他的錯誤已被你弄假成真。詮釋錯誤就會帶給它力量，使你忽視了真理。

2. 分析小我的動機乃是極為複雜難解的事，你的小我必會摻和其中。整個過程則代表了你的明確企圖就是要證明你有能力了解你眼中的事物。事實擺在眼前：你會相信自己的詮釋相當正確，並據此做出反應。或許你可以從行為層面控制自己的反應，但最終卻控制不了自己的情緒。這顯然會割裂你的心靈，打擊它的完整，並使心靈中的不同層次相互對立。

3. 只有一種詮釋動機的方式才可說得過去。那就是聖靈的判斷，所以也完全不需要你出手幫忙。一切愛的念頭都真實不虛。其餘的則都是在呼求療癒與幫助，不論其形式為何。你若以憤怒來回應弟兄的求助，這麼做難道合理？適切的回應只有一個，就是發願協助，因為這個——也只有這個——才是他要找的東西。一旦你給了他其他的，就是在假定自己有權攻擊他的實相，因為你以自認適切的方式詮釋了它。你或許尚未領悟，這麼做會大大危害你的心靈。你若把求助認作是其他事物，就會據此做出反應。為此，從真相的觀點上說，你的反應並不合適，但就你的感知而言，卻正相反。

4. 若不是你想像出了攻擊的需要，也絕不致認不清一切求助的本來面目。正因如此，你才會樂於投入與實相之間那無時或止的「征戰」，進而否定了療癒的真實需求，因為你已將其貶為虛妄。這麼做不過是因為你仍不願接納實相之本然，而欲拒之千里。

5. 不了解的事就不要論斷，這是我能給你的最好忠告。個人的利益一旦摻和進來，就當不好可靠的見證，因為你眼裡的真相已成了你想要的模樣。你若不願認清弟兄的求助，表示你仍不願幫助他，也不願接受幫助。認不出求助的呼聲就等於拒絕接受幫助。你真的確定自己不需要幫助？拒絕認出弟兄的請求，就是在堅持這種論調，因為只有回應他的請求，你**才能**得到幫助。拒絕幫助弟兄，就認不出上主給你的答覆。聖靈無需你協助詮釋人們的動機，但你卻需要祂的詮釋。

6. 只有感激才是回應弟兄的適切方式。不論他是在表達愛的念頭，或是在求助，你都得感謝他，因為若以正確的方式感知，二者就都能使你覺知到愛。而你的一切壓力則都出自不願這麼去做。上主的救恩計劃竟是如此單純。回應實相的方式只有一種，因為實相從不挑起衝突。實相只有一位老師，祂了解實相的本質。祂從不轉變對實相的看法，因為實相從不轉變。你對實相的詮釋不具意義，畢竟你仍處於分裂狀態，而祂對實相的詮釋則永遠正確。祂把自己的詮釋給了你，因為這些原是**為了你**而有的。不要設法用自己的方式去「協助」弟兄，因為你幫不了自己。只需聆聽他對上主的求助，你就能認清自己需要的是天父。

7. 怎麼詮釋弟兄的需求，就會這麼詮釋自己的需求。給出幫助就是在請求幫助，而你一旦看清自己只有一個需求，就能獲得療癒。因為你會以你想要的方式來認出上主的答覆，而你若真的想要它，它就真能非你莫屬。只要你以基督之名答覆弟兄的任何請求，就能更快的憶起並覺知到自己的天父。那麼，為了你自己的需求，認清所有求助的真面目吧，如此上主才得以答覆**你**。

8. 一旦你愈來愈能前後一貫的運用聖靈對他人反應的詮釋，便可逐漸明白祂的判斷標準同樣適用於你。因為認清恐懼尚不足以逃脫恐懼，但你得先認清恐懼，才能凸顯你有此需求。聖靈仍然須要把恐懼轉譯為真理。假使你認清了恐懼，而祂卻拋下你獨自應付，你就只會遠離實相，而無法接近它。我們不斷強調你必需認清恐懼，並且毫無掩飾地面對恐懼，才能夠化解小我——這一步至關重要。想想聖靈詮釋他人動機的方式為何能大大幫助到你。祂只教你接納愛的念頭，而把其餘的一切視為求助，所以祂也是在教你恐懼本身就是一種求助。此即認清恐懼的真實含義。一旦你不再保護它，祂就會重新的詮釋它。這就是學會把攻擊視為呼求愛所蘊含的終極價值。我們已經學過，恐懼必與攻擊形影不離。倘使只有攻擊才能催生恐懼，倘使你可以看清攻擊其實是種求助，就必會醒悟恐懼並不真實。因為恐懼**就是在**呼求愛——無意間它已認同了它所否定的一切。

9. 深刻的失落感會衍生出恐懼的症狀。若在感知他人恐懼的同時，又可彌補失落，恐懼的根本原因就能移除。於是你也教會了自己：你內的恐懼並不存在。移除恐懼的途徑就在你內，藉著給出它，你就體現了這點。恐懼與愛便是你能表達的所有情緒。其中一個是假的，因為它出自否定；它的存在有賴否定，而否定又取決於你相信它所否定的東西。恐懼正向地肯定了掩蓋在它背後的信念——你對恐懼的這一正確詮釋能使其變得無用，進而破壞它在你眼裏的作用。你自會丟棄那一無是處的防衛手段。若把恐懼所隱藏的一切提昇為無可爭辯的主宰，它就會變得不具意義。你已否定了恐懼隱藏愛的能力——那是它唯一的目的。於是，你蒙在愛上的面紗也將就此消逝。

10. 每一回你在抵制愛時，心底實是在**呼求**愛，而你若想看見愛，**也就是**世界的真面目，又豈有比認清這點更好的方式？除了以給出愛來回應對它的呼求，又有何更好的方式能令你認清它的真面目？聖靈對恐懼的詮釋驅逐了恐懼，因為你否定不了自己對真理的覺知。聖靈於是以愛替換了恐懼，並把錯誤轉譯為了真理。而你也由祂那兒學到了該如何把自己的分裂之夢替換為合一的事實。畢竟分裂不過是在否定合一，而若可正確詮釋，它便能替你證實合一才是真相的永恆真知。