1. 神聖一刻乃是聖靈最得力的教學工具，以便教會你愛的真諦。因為徹底擱置判斷即是它的目的。判斷一向停留於過去，畢竟過去經驗即是你賴以判斷的基礎。判斷不可能不依附於過去，因為沒有了它，你就什麼也無法理解。而你也不會企圖做出判斷，因為顯而易見的是，你理解不了任何事物的意義。對此你心懷恐懼，因你相信沒有了小我，一切都將陷入混亂。但我能跟你保證，沒有了小我，一切都將會是愛。

2. 過去乃是小我的主要學習工具，因為正是基於過去，你學會了如何界定自身的需求，乃至滿足需求的方式——按照你自己的主張。我們已說過，把愛限制於聖子奧體的某一部分即是把罪咎帶入自己的關係，進而使其變得虛假不實。你若試圖分離出整體的某些層面，並冀望它們能滿足你幻想出的需要，就是企圖利用分裂來自我救贖。那麼，罪咎又怎能不進入？畢竟分裂即是罪咎的源頭，而你若向它尋求救恩，便會相信自己是孤單的。活得孤單**即是**活得罪咎。因為你若經驗到孤單，表示你已否定了天父與聖子的一體性，而這麼做則與攻擊實相無異。

3. 你若只愛部分的實相，就無以了解愛的真諦。上主並不知曉何謂特殊之愛，而你若非如祂那般去愛，又怎能了解愛的真諦？你若相信**特殊**關係，乃至**特殊**之愛，能替人帶來救恩，便無異於相信分裂即是救恩。畢竟救贖完全平等，而這正是救恩之所賴。你怎能斷定聖子奧體的某些特殊層面能替你帶來更大的價值？這是過去所教你的。但神聖一刻卻要教你這並非事實。

4. 因罪咎之故，所有的特殊關係皆蘊含了恐懼的元素。為此，它們變幻莫測。它們並非只以永恆不易的愛為根基。而恐懼一旦進入，愛就變得不再可靠，因為它已不再完美。聖靈的任務即是對你營造的事物進行詮釋，而你雖選擇以特殊關係來支持小我，祂卻要運用它們作為學習的體驗來指向真理。藉著祂的教導，每一段關係便都成了愛的學習。

5. 聖靈深知沒有誰比誰更特殊。但你已營造了特殊關係，這點祂亦看在眼裏，因此祂會淨化這些關係，以防你加以毀滅。不論你營造它們的理由有多不神聖，祂都能在你同意之下儘可能的移除恐懼，進而將其轉譯為神聖性。你可以把任何關係交由祂來看照，並向祂發願只讓這段關係服務於祂的需要，如此你便能確信最終的結果不會是痛苦。關係中的一切罪咎都出自你利用它的方式。而一切愛則出自祂的方式。為此，不必害怕放下你那些幻想出來的需求，它們只會毀了這段關係。祂的需求即是你唯有的需求。

6. 你若想拿一段關係來替換另外的一段，表示你並未將其交由聖靈加以運用。愛必然無可替代。你若企圖以某個層面的愛來替代另個層面，表示你更看重一方勝過另一方。你不只分離了它們，還做出了不利於二者的判斷。但你已先對自己作出了不利的判斷，否則你也絕不會幻想自己需要這些弟兄——即便你並不需要他們。除非你眼裏的自己缺乏愛，否則你也不會斷定他們和你一樣的匱乏。

7. 小我利用關係的方式極其分裂，以致它往往得寸進尺；某一層面的某個部分符合它的目的，但與此同時它亦青睞另一層面的其他部分。就這樣，它會根據它那善變的喜好來拼湊實相，並針對你的追求為你提供一幅與眾不同的圖景。因為天上地下並無任何與其相若之物，所以，不論你再怎麼努力實現它，都必然無法如願，因為它虛假不實。

8. 每個俗世中人都會型塑各自的特殊關係，即便天堂之中絕無此事，聖靈依舊知曉該怎麼為此處的它們帶來一抹天堂的亮色。在神聖的一刻裏，沒有誰比誰更特殊，因為你的個人需求並未凌駕於任何人，致使你的弟兄看上去有所不同。一旦擺脫了過去的價值觀，你眼裏的他們便無二無別，且與你相若。而你也不會在他們和自己間見到任何分裂。在神聖的一刻裏，你只感知到了當下，而你眼裏的每一段關係則都會據此呈現出它該有的樣貌。

9. **此刻**上主便了知你。祂並不記得任何事，因祂一向了知你，一如此刻祂對你的了知。神聖的一刻則會將一切感知帶離過去，進而移除你造來評判弟兄的參照系，以便映照出上主的真知。你的參照系一消失，聖靈的便會取而代之。祂的參照系即是上主。聖靈的永恆亦僅僅蘊含於上主。在那擺脫了過去的神聖一刻，你見到了愛就在你裡面，而你也毋需眼光向外，心懷罪咎的從你以為有愛的地方來攫取愛。

10. 你所有的關係都在神聖一刻中蒙受了祝福，因為這一祝福並不受限制。在神聖的一刻裏，聖子奧體將會一體獲益，而它既結合於你的祝福之中，你眼裏的它便一體不二。愛的意義出自上主的給予。你若給了它不同於此的意義，就不可能了解它。上主愛你如愛每一位弟兄；既不更多，亦不更少。祂同等的需要他們中的每一位，而你也是。在時光中，上天要你照我說的把奇蹟給出去，並讓聖靈將那些正在找尋你的人帶到你跟前。但在神聖的一刻裏，你直接與上主結合在了一起，而你所有的弟兄也結合在了基督裏。一旦結合於祂內，就絕不再分裂了。因為基督即是聖子奧體一體共享的自性，而上主亦把祂的自性與基督一體共享。

11. 你還以為你能評判得了上主的自性？上主創造了祂，並使其不受評判，因祂需要延伸自己的聖愛。愛既在你內，除了將其向外延伸之外，你並無任何需要。神聖的一刻中並無相衝突的需要，因為只有一個需要。畢竟神聖的一刻只會觸及永恆，乃至上主天心。也只有在那兒，愛才有其意義，且可被了解。