1. 無法使你滿足之物，你便會加以攻擊，因而也看不清是你營造了它們。同你交戰的一向是幻相。畢竟，幻相背後的真理極其美妙，它的愛與溫柔極其寧定，只要覺知到它，你就會徹底忘卻防衛，投入它的懷抱。真理絕不會遭受攻擊。當你營造偶像時，心裏曉得這點。你之所以營造它們，就是為了忘卻此事。你出手攻擊的都是些錯誤信念，它們絕非真理。一切偶像都是你營造的錯誤信念，為的是填補你以為橫在了你與真理之間的間隙。而你攻擊的則是它們在你心目中所代表的事物。但你攻擊不了那超越其上的存在。

2. 你所營造的那些惹人厭倦又難於使人滿足的神明不過是些吹了氣的兒童玩具。當一個緊閉的盒子突然打開，裡面蹦出一顆木製的頭，或者當一個孩子捉住毛茸茸的小熊，原本既柔軟又安靜的小熊開始尖叫之際，他便受到了驚嚇。盒子與小熊並未遵守他為它們制訂的規範，衝破了他對周遭事物的「掌控」。他怕了，因他認定這些規則是在保護他。如今他必須學習認清盒子與小熊既沒有欺騙他，也並未違反任何規定，而他的世界也不致變得混亂或不安全。是他弄錯了。他弄錯了能使自己平安的是什麼，他自以為失去了它。

3. 那道不存在的間隙裏塞滿了各式各樣的玩具。每一樣似乎都在打破你為它們訂立的規範。它們絕不是你以為的模樣。從表面上看，它們必會破壞你的安全規範，畢竟規範本身就是個錯誤。但**你**並未因此身陷危機。孩子能夠學會認清，不論是蹦出的頭或尖叫的玩具，都不致威脅到他，而你也同樣能夠一笑置之。不過，只要他還想玩這些玩具，就會認定它們將遵守他所制訂的規範，好讓他玩得盡興。所以它們好似仍能打破某些規範，並使他感到恐懼。但他**怎會**受制於自己的玩具？它們**豈能**構成他眼中的威脅？

4. 實相只會遵從上主之律，而非你所訂立的規範。是祂的天律保障了你安全無虞。一切你所相信且與你有關的幻相皆不受任何法則管轄。須臾之間，它們看似翩翩起舞，順著你替它們制訂的規範。接著便倒地不起。孩子啊，不過是些玩具罷了，不必為此感到惋惜。它們的舞姿從來無法使你感到喜悅。但它們也嚇不倒你；就算它們遵從你的規範，也無法保你安全。絕不要珍視它們，也不要攻擊它們，只須把它們當作是兒童玩具，本身不具任何意義。只要在它們中見到了一個，你就會見到全部。倘使一概視而不見，它們就不致對你有任何影響。

5. 表象會欺人，**只因**那是表象，而非真相。別停留其上，不論其形式為何。它們只會模糊真相，並使人恐懼，**因為**它們遮掩了真理。別因你營造之物欺騙了你，就對它們發動攻擊，否則你就證明了自己已為表象所欺。攻擊具有把幻相弄假成真的力量。但它只會營造虛無。它的力量既產生不了任何真實結果，誰又會被它攪得惶惶不安？它既把事物變得與己相若，除了幻相，它還能是什麼？靜靜端詳它的玩具吧，要知道，那都是些偶像，只會隨著你那無謂的欲望起舞。不必頂禮膜拜，因為它們並不存在。但在攻擊之際這點仍會被你遺忘。上主之子毋需防衛自己做出的夢。他的偶像不致對他構成任何威脅。他唯一的錯誤就是把它們當真了。幻相豈有造就的力量？

6. 表象最多能欺騙得了甘願受騙的心靈。而你能做出一單純選擇，進而永久遠離欺騙。毋需憂慮這事怎麼能成，你是不會了解的。但有一事是你能了解的：只要你做出一項無比單純的決定——不論你以為偶像可以給人什麼，都不是你要的——就能迅即促成偉大的轉變。因為上主之子已藉此宣告自己擺脫了偶像。於是他也**得到了**解脫。

7. 救恩確實矛盾！除了美夢，它還能是什麼？它不過是要你寬恕一切沒人做過的事；忽略不存在之物，而別把虛妄當作真實。它只要你令自己的心願承行，且不再追求不想要的東西。它要你將自己由你所不是的夢中徹底釋放，而不再試圖以無謂欲念的力量替換上主的旨意。

8. 從此，分裂之夢開始銷聲匿跡。從此，你眼裡那道不存在的間隙開始不再充斥你所營造的恐怖玩具。除此則無再多請求。你真該滿心歡喜：救恩的請求如此之少，而非如此之多。在實相裡，它一無所需。即便是在幻相中，它也只要你以寬恕取代恐懼。這便是美夢的唯一準則。只要清空間隙裏的可怖玩具，就能輕易看穿其虛假不實。夢境不會有任何結果。而上主之子毋需任何夢境。它們提供不了任何他所曾想要的事物。他的心願已令他由幻相中解脫；亦即，恢復了他原有的自己。除了將他納入於祂的途徑外，上主對他的救恩計劃還能是什麼？