1. 你真以為自己造得出足以淹沒上主之音的聲音嗎？你真以為自己設計得出一套思想體系，能把自己和上主分開嗎？你真以為你為自己的安全喜樂所做的計劃能好過上主的計劃嗎？你毋需處處牽掛或一無牽掛；你只需將自己的牽掛卸給祂，因祂牽掛著你。你是祂牽掛（care）的對象，因為你是祂的愛。祂的天音總會提醒你，所有的希望都站在你這邊，因祂牽掛著你。你無法選擇逃離祂的牽掛，因為這並非祂的旨意，但你能選擇接納祂的牽掛，並把由此而來的無限大能用在祂以無限大能創造出的所有弟兄身上。

2. 這世上有過許多尚未療癒的療癒師。他們並未以自己的信心填海移山，因為他們的信心還不圓滿。他們當中的一些有時也能治癒疾病，但他們並未叫人從死裡復活。除非療癒師療癒了自己，否則他就不會相信奇蹟與奇蹟之間沒有孰難孰易的區別。他尚未學習到，上主創造的每一顆心都有資格獲致療癒，**因為**上主將它們創造得圓滿無缺。祂只要你將祂創造的心靈原原本本地返還給祂。祂只要你給出祂給你的一切，因祂曉得這樣的給予能使你療癒。清明即是圓滿，你的弟兄若是清明的，那麼你也是。

3. 假使你能明白上主之音即在你內，為什麼你還要聽取你認為是加諸於你的那些無止盡的瘋狂呼喚？上主將祂的靈託付給了你，而祂也要你將你的靈託付給祂。祂願它得享完美的平安，因為你和祂是一顆心、一個靈。把你排除在救贖之外是小我的最後一道防線，它得保衛它的存在。這反映了小我對分裂的需求，乃至你和它的分裂站在一塊兒的意願。這樣的意願表示你還不想療癒。

4. 但時機已到。聖靈並未要你獨自提出救恩的規劃，因為就像我曾告訴過你的那樣，療癒的藥方不是你能造得出來的。不論你營造了什麼，只要違反了祂神聖的旨意，祂都會親自為之賜下完美的修正方案。我正在使你徹底明瞭祂的計劃，我也會告知你在這一計劃中的任務，以及完成這一任務的迫切性。一旦上主的孩子相信祂失去了他們，祂就會為了他們的「犧牲」而哭泣。

5. 只要你不是全然的喜樂，就表示你以缺乏愛的方式回應了上主造化中的任一位。一旦你把這視為是「罪」，你就會生起防衛，因為你預期自己會遭受攻擊。是你選擇了以這樣的方式予以回應，因此這樣的選擇也能被化解。一般意義的懺悔化解不了它，因為那意味著罪咎。假使你讓自己感到罪咎，你就會強化這一錯誤，而非讓聖靈為你化解錯誤。

6. 做決定並不困難。假使你並未感到全然的喜樂，表示你必已決定不願全然的喜樂；假使你意識到了這點，顯然做出決定並非難事。因此，化解的第一步就是認清自己主動做出了錯誤的決定，但也能同樣主動地做出不同的選擇。在這點上你要對自己十分堅定，並徹底覺知到，化解的過程雖不出自於你，但卻在你內發生，因為上主將它安放在了那兒。你只需讓自己的思維返還到你犯錯的那個點上，並帶著平安的心境將它交給救贖，這就是你的任務。你要儘可能誠心地對自己說出下面的這段話，不要忘了，哪怕是一點點邀請，聖靈都會給予完整的回覆：

我必定做出了錯誤的決定，因為我並不平安。

做出決定的是我，但我也能做出不同的決定。

我想做個不同的決定，因為我想平安。

我並不感到罪咎，因為假使我願意，聖靈就會化解我的錯誤決定帶來的一切後果。

我決定讓祂這麼做，方法是讓祂為我做出回歸上主的決定。