1. 寬恕就是認清：你的弟兄並未做出你以為他對你做的事。寬恕不是原諒了罪之後仍把它們當真。寬恕的眼光看不見任何的罪。在那樣的眼光下，你所有的罪也都蒙受了寬恕。「罪」不過是對上主之子的錯誤認知。寬恕就是看清這一錯誤，並因此而釋放了它。接著上主的旨意便自然能夠取而代之。

2. 不寬恕的念頭對自己所下的評斷深信不疑，雖說那評斷並不正確。心靈封閉了起來，不願得到解脫。不寬恕的念頭會拽緊鎖鍊，保護自己的投射，以便更好地隱藏那些扭曲的想法。這麼一來，除了更難質疑之外，也離理性更加遙遠。還有什麼能夠拆散堅定不移的投射和它所想定、選定的目標？

3. 不寬恕的念頭要做的事很多。它狂熱地追尋自己的目標，只要在路途中遇到自以為的阻礙，就掃之盪之。扭曲既是它的目的，同時也是達成目的的方法。狂怒之中它企圖擊碎實相，聽不進任何與其觀點相反的建議。

4. 寬恕則與之不同，它是寧靜的，默默的一無所做。它不會從任何層面逾越實相，亦不會試圖將實相扭曲成自己想要的樣子。它只是看著，等著，不做評斷。不寬恕之人必要評斷，因他必須為自己的不寬恕自圓其說。然而，願意寬恕自己的人則必須學會帶著喜樂接納真理之本然。

5. 因此，什麼也別做，而要讓寬恕指引你什麼該做；讓一切都透過祂——你的神聖嚮導、你的救世主及護祐者——祂帶來的是滿滿的希望，保證你最終必能成就。祂已寬恕了你，因那即是上主賜予給祂的任務。現在你也要分享同一任務，寬恕祂已拯救的弟兄，他們的純潔無罪祂都看在眼裡。同時，也要寬恕那些被祂尊為上主之子的弟兄。