今日的早晚複習如下：

1. （95）**我是一體自性，與我的造物永不分離。**

靜謐和完美的平安非我莫屬，因為我是一體自性，既圓滿無缺，也與一切受造乃至上主一體不二。

2. （96）**救恩出自我的一體自性。**

一體自性的真知依舊在我之內，以此為基礎，我便能看清上主對我的完美救恩計劃早已圓滿完成。

3. 每小時：**我是一體自性，與我的造物永不分離。**

每小時半：**救恩出自我的一體自性。**