1. 沒有人能依偏頗的證據做出判斷。那不是判斷，而僅僅是藉著懷疑與無知所給出的意見。它那似有實無的確定性不過是企圖遮掩不確定性的一襲斗篷。因為它不合理性，所以需要不合理性的防衛。基於隱藏其下的所有懷疑，它的防衛顯得並不可疑，既強大又有說服力。

2. 你似乎並不懷疑自己眼裏的世界。你並不真的質疑肉眼向你展示的一切。你也不曾問過自己為何會相信這些，而你的感官確實會欺騙人，所以你學習了很長時間。更奇怪的是，你相信它們向你回報的每一處細節，因為只要停下來回憶，就能發覺它們有多常為你提供錯誤的見證！為何你要不假思索地相信它們？難道不正是基於你以表面的確定性所欲隱藏的懷疑？

3. 你豈能判斷？你的判斷取決於感官提供的見證。但比這錯得更離譜的還真找不到。然而，你還有什麼途徑可以判斷眼前的世界？你已對眼睛和耳朵向你回報的訊息投以病態的信心。你自以為手裏觸摸的是真相，把握的是真理。這就是你所理解的覺知，而你以為這要比那永恆上主之音的見證還要來得真實。

4. 這稱得上是判斷嗎？我常敦促你別下判斷，但這並不是因為你不該享有這一權利。你判斷不了。你只能相信小我的判斷，那些全是錯的。它會小心翼翼的引導你的感官，以便證明你有多脆弱；多無助、多恐懼、多害怕正義的懲罰、多擢髮難數，而在自己的罪咎裡有多悲慘。

5. 它會告訴你，它所說的那個東西就是你，卻又要加以捍衛。而你也執拗地相信那就是真相。但那底下依舊藏有一絲懷疑，或許它如此堅定地展現在你面前的真相，連它都不相信。它所譴責的不過是它自己。它見到的罪咎便在它內。而它在你內見到的則是自身的絕望。

6. 別聽它的話。它送來的都是些謬誤的見證，以便顯示它的邪惡就是你的，並信誓旦旦地訴說自己也不了解的事。你對它們的信任是盲目的，因為你不願懷疑它們的主子無法征服一切。你相信懷疑他的附庸就是在懷疑你自己。

7. 但你必須明白，質疑它們提供的證據可以廓清自我認識的道路，並只讓上主之音來判斷什麼才值得你相信。祂絕不會告訴你應以下述依據判斷自己的弟兄：你在他身上見到了什麼、他的嘴在你耳邊說了什麼、手指的觸感從他那兒匯報了什麼。這些無謂的見證祂一概不予理會，因為它們全是對聖子的謬誤見證。祂僅僅著眼於上主鍾愛之物，而在祂眼中的神聖光明裏，你在小我夢裏的各種面目則將消失於祂所著眼的璀璨光輝。

8. 讓祂來判斷你的真面目吧，因為祂對無可懷疑之事極其篤定，畢竟它便立基於那無可動搖的神聖篤定，以致任何懷疑都不具意義。基督並不自我懷疑。上主之音也只會榮耀祂，並為祂那永恆、完美的純潔歡欣不已。經祂審判的人必會對罪咎一笑置之，寧可立馬放下罪的玩具；基督的神聖面龐一旦現出其狂喜，他們便徹底忽略了身體的見證。

9. 祂就是這麼審判你的。接納你在祂聖言裏的真面目吧，因為祂見證了你的美妙創生，乃至創造了你的真面目的天心與聖念。對於知曉聖父與聖子榮耀的那一位，身體還有何意義？祂豈能聽見小我的耳語？有什麼能令祂相信你的罪真實無比？那麼，就讓祂來判斷這世上好似發生在你身上的一切吧。祂的教誨使你得以跨越幻相與真理之間的那道間隙。

10. 祂會撤除你投諸痛苦、災禍、受難、與失落的所有信心。祂賜你的慧見足以超越這些嚴峻的表象，並在這一切裏見到基督的溫柔面龐。你將不再懷疑上主鍾愛著你，因而也只有美善才會降臨於你，因為祂將判斷已發生之事，並教導你這一切所隱含的同一道理。

11. 祂會揀選出這之中代表真理的元素，並忽略僅僅反映了無謂夢境的那些層面。祂會以祂那徹底合一且穩固的單一參照系來重新詮釋你眼裡的一切、所有事與所有情境、乃至在任何方面好似影響了你的每一件事。而你也將在恨的背後見到愛，變幻中見到恆常，罪過裡見到純潔，並在這世上僅僅著眼於天堂的祝福。

12. 那就是你的復活，因為你的生命並不歸屬於你眼裏的一切。它超越了身體與世界，超越了所有不神聖的見證，既內在於神聖之境，又與之一般神聖。祂的天音會在所有人和所有事裏僅僅訴說你的造物與自性，而前者也與祂一體。為此，你將見到基督的神聖面龐出現在萬物裏，並在其中僅僅聽見上主之音的迴響。

13. 除了開頭需與上主共渡的時光外，今日的練習將在靜默中進行。我們只緩緩複誦一回開啟了今日的觀念，以之引導這段時光。接著審視自己的念頭，並對祂發出無聲的請求，因為祂看得見它們中的真理元素。讓祂來評價所有浮現在你心中的念頭吧，祂將把夢的元素移除，再把淨化過的念頭交還給你，令它們不再與上主的旨意對立。

14. 把你的念頭交給祂吧，它們將轉為奇蹟，並被交還給你，進而滿心喜悅的宣告上主願意賜給聖子圓滿與幸福，因為那見證了祂的永恆之愛。每一個經此轉化的念頭都將由天心那兒獲致療癒的力量，因為它在這些念頭內見到了真相，且不被其外加的錯誤所欺。一縷縷的幻想全消失了。餘下的則結合為一完美聖念，處處分施這一完美。

15. 起床之後，按上述方式花十五分鐘練習，臨睡之前，亦要懷著喜悅再度獻出十五分鐘。一旦所有念頭都已淨化，你就成了上主的牧者。上天這麼教你，為的是令你教導上主之子那神聖的道理——認清自己的神聖性。一旦你聽見上主之音榮耀了祂的聖子，就沒有人會聽而不聞。並且，所有的人都會與你共享祂在你內重譯的那些思維。

16. 這就是你的復活佳節。如此，你便把雪白的百合當作禮物送給了世界，以此取代罪與死亡的見證。你的昇華能使世界得救，令它滿心喜悅地擺脫罪咎。如今，我們要懷著喜悅與感激，將我們已然復活的心靈提昇到祂那兒去，是祂恢復了我們的清明神智。

17. 每個小時，我們都要憶起祂來，祂既是救恩，也是解脫。一旦獻上感恩，這世界就會與我們合而為一，並欣然接納我們的聖念，那是天堂修正過，也淨化過的。如今，我們終於成了上主的牧者，我們將把如下福音傳遍世界：真理之中並無幻相，上主的平安則會藉著我們歸屬於每一個人。