1. 上主不知道有學習這回事。但祂的旨意可以延伸到祂並不了解的事情上，因為祂願聖子由祂那兒繼承的幸福不受攪擾；永恆而又不斷擴大，不斷推擴而又充滿創造的喜悅，不僅從不關閉，在祂之內亦不受任何限制。那就是祂的旨意。為此，祂的旨意也提供了方法，保證它得以承行。

2. 上主的眼裏並無衝突與矛盾。但祂的聖子卻自認見到了這些。為此，他需要一位神聖的導師來修正自己的錯誤眼光，並帶給他慧見，以便將他領回感知無以運作的境界。上主從不感知。然而，祂卻提供了方法，來使感知變得正確且足夠美妙，好讓天堂之光得以照亮它。是祂答覆了聖子本欲與之衝突的事物，並確保了他的純潔永不受威脅。

3. 這些便是上主要你學習的道理。祂的旨意反映了這一切，而這一切也反映了祂對摯愛的聖子所懷有的愛與仁慈。每一項學習內容都有一個中心思想，而它們的中心思想都是一個。有所改變的只是形式，不同的境遇、不同的事件；不同的人物、不同的主題，雖顯而易見，卻不真實。它們的核心內涵無二無別。那就是：

只要寬恕，你就會以不同的眼光看待此事。

4. 確實，從表面上看，你的挫折並不僅僅出自於不願寬恕。但這卻是隱藏在形式底下的內涵。能使學習變得明確的正是這一相似之處，因為這道理極為單純，終究沒有人能拒斥。沒有誰能永遠躲避如此顯而易見的真相，即便它以無數形式出現，但只要願意看清那單純的道理，就能輕而易舉的在一切形式中認出它來。

5. 只要寬恕，你就會以不同的眼光看待此事。

這就是聖靈要告訴你的話，不論你經歷到了多少磨難與痛苦，亦不論其形式。一旦說出這句話，便可終結誘惑，捐棄罪咎，且不再對它頂禮膜拜。這句話可以終結罪的迷夢，並除去心靈的恐懼。一旦說出這句話，救恩便會降臨於整個世界。

6. 我們若忍不住想把痛苦當真，選擇死亡而不是生命，就該學習說出這句話，不是嗎？我們一旦明白它的力量足以使所有心靈解脫，就該學習說出這句話，不是嗎？它給了你掌控所有事情的力量，即便這些事看似可以掌控你。你若能徹底覺知到它，並牢記這句話可以被運用在你和任何弟兄錯看的所有事上，就能以正確的眼光看待它們。

7. 該怎麼知道自己看錯了，或某人感知不到他該學的道理？感知裡的痛苦是否看起來真實不虛？如果是，就說明你尚未學到該學的道理。你的心中仍窩藏了不寬恕的念頭，藉著心靈指使的雙眼，它會見到痛苦。

8. 上主不願你這麼受苦。祂要協助你寬恕你自己。祂的聖子忘了自己是誰。而上主則要他牢記自己的愛，乃至祂的愛所帶來的一切禮物。如今，難道你要放棄自己的救恩？難道你不願學會天堂之師擺在你面前的單純道理，好讓痛苦消失殆盡，而聖子得以憶起上主？

9. 上主要你從一切事物中學習。祂不會遺漏任何一個不寬恕的念頭，令其不得修正，乃至任何一根荊棘或釘子，以致祂的聖子受到任何傷害。祂會確保他那神聖的安歇無憂無慮，安詳且不受驚擾，在那關照著他的永恆家園中。祂還要拭去所有的淚水，包括那尚未滴落的，以及那一有機會便要流下的。因為祂已發願讓歡笑取代每一滴淚水，而祂的聖子能重獲自由。

10. 今日，我們要在一天之內盡力超克數以千計的障礙，它們好似阻絕了平安。讓悲憫快點兒降臨於你吧。別再企圖拖延了，哪怕是一天、一分鐘、或一個轉瞬。時間的目的即在於此。今日，我們要按著這一目的來運用它。從早到晚，只要一有時間，就將其投入於該有的目標，並確保它足夠充裕，以符應你最深切的需求。

11. 給出一切你能給的，然後再多一點。因為此刻我們要趕緊起身，前往天父的家園。我們已離開太久，所以不願在此四處遊蕩。做練習時，則要想想我們寧可自行解決而不願帶入療癒的每一件事。把這些事都交給祂吧，祂知道該怎麼看待，來使它們煙消雲散。祂的訊息道出了真相；祂的教導亦同。這些就是上主要我們學習的道理。

12. 從今而後，你都要在每個小時中抽出一點時間，用以操練當日安排的寬恕內容，不論其形式為何。然後，盡量把它運用在每個小時所發生的事情上，以便下一個小時能不受前一個攪擾。如此，時間的鎖鏈便可輕而易舉地鬆開。別讓某一個小時把它的陰影投射於下一小時，當它消逝之際，就要讓所有發生於其中的事與它一併消失。如此，你方能不受拘束，在時間的世界裡活出永恆的平安。

13. 這就是上主要你學習的道理：還有一種眼光，能把一切事物都看作是你邁向上主和拯救世界的又一助緣。只要遇上引人恐慌的事，就這麼回應：

我會寬恕，而它也會消失。

不論有何擔憂或者掛慮，亦不論痛苦的形式為何，你都要重複同樣的話。如此你便掌握了天堂之門的鑰匙，並最終把天父的愛帶往人間，以將其提昇至天堂。上主會親自踏出這最後的一步。不要拒絕祂讓你向祂踏出的每一小步。