1. 我只需看著所有那些好似傷害了我的事物，並信心十足地向自己保證：「上主願我得救，而非身陷於斯。」便能看著它們消逝。我只需在心裡惦記，天父僅僅願我活出幸福，便會發現只有幸福臨到了我的身上。而我只需記得，上主的愛環繞著祂的聖子，確保他的純潔無罪永遠完美，便能確信祂的臂膀永遠保我安全無虞，而我已得救。我是祂摯愛的聖子。而我已得救，因為上主慈悲，祂願我得救。

2. 父啊，祢的神聖非我莫屬。祢的聖愛創造了我，以致我的純潔無罪永遠都是祢的一部份。我內沒有任何罪與咎，因為祢也一樣。