1. 只需這點，便可讓救恩降臨這整個世界。因為只需這一念便可使所有的人最終脫離恐懼。如今，他們明白了沒有人在嚇自己，也沒有什麼能把自己陷入險境。他們沒有敵人，不論外境為何，他們都安全無虞。他們的思維可以嚇著自己，但因為這些只屬於他們，他們即可加以轉變，並把每個恐懼的念頭都替換為幸福與愛的念頭。他們把自己釘上了十字架。但上主早已計劃好拯救祂所鍾愛的聖子。

2. 父啊，祢的計劃——也只有祢的——才確定不移。其餘的都會失敗。而除非我已發覺祢給了我能領我去往救恩的唯一聖念，不然就會被自己的念頭嚇著。我自己的念頭並無作用，只會使我成為無頭蒼蠅。但祢賜我的聖念卻保證可以帶我回家，只因其中蘊含了祢對聖子的保證。