今日我們將複習這些觀念：

1. （75）**光明已經來臨。**

選擇救恩而非攻擊無異於選擇認清早已發生之事。救恩是個已被做出的決定。攻擊與怨尤則非可供挑揀的選項。為此之故，我總是在真理與幻相之間、存在與不存在之間做抉擇。光明已經來臨。我只能選擇光明，因為並無其他選項。它已取代了黑暗，而黑暗也已消失殆盡。

2. 如想具體運用這一觀念，下面的形式必會有用：

這個無法使我見到黑暗，因為光明已經來臨。

【名字】，我只願見到你內的光明。

我只願在這之中看見真實存在之物。

3. （76）**我只受上主之律管轄。**

這句話完美的陳述了我的自由。我只受上主之律管轄。但我老是忍不住想構建其他的法則，讓它們凌駕於我。我之所以受苦，正是因為相信了這些。事實上，它們絲毫影響不了我。上主之律以外的法則沒有一條能對我造成任何影響。而它即是自由的法則。

4. 若想運用這一觀念，下面即是當會有用的具體形式：

我對這個的感知顯示我已相信了不存在的法則。

在這當中，我只見到了上主之律的運作。

讓我允許上主之律在這事上運作，而非我的法則。