1. 別再追尋了。在上主的平安之外，你找不到其他的平安。接納這一事實，你就不必承受更多痛苦，包括令人心酸的失望、淒涼的絕望、及冰冷的無助與懷疑。別再追尋了。在上主的平安之外，你什麼也找不到，除非你要的是悲慘與痛苦。

2. 所有的人最後都必會抵達這一終點，不再希望自己能在沒有幸福的地方找到幸福；在只會傷人的事物裏獲得救贖；在混亂中造出平安，痛苦中造出喜悅，地獄裏變出天堂。別再企圖敗部復活，或往死裡求生。這麼做不過是在自尋死路。

3. 然而，你也能輕而易舉地尋求愛、尋求幸福、尋求永恆的生命，並活在無窮的平安裏。如果求的是這些，你就必會稱心如意。只要求的是你原有的東西，就必會成功。若想弄假成真，便得面臨失敗的命運。寬恕自己的妄想吧，別再尋求那些你無法找得著的事物了。只需睜開雙眼，就能望見天堂近在咫尺，只需挪步，它便會敞開大門歡迎，但你卻一而再、再而三地找尋地獄，還有什麼比這更蠢的事？

4. 回家吧。你曾在遙遠的異域與無謂的異樣形式裏尋找幸福，即便你試圖賦予它們意義，卻仍功敗垂成。你不屬於這個世界。在此你是個異鄉人。但上天給了你釋放所有弟兄的方法，以便這世界不再像是座牢不可破的監獄。

5. 你眼裡見到的只有鎖鍊和鐵閘，但自由早已賜給了你。而你若想解脫，就必須改變想法，看出這世界另有目的。除非你眼裏的整個世界都已蒙受祝福，所有人都脫離了你的錯誤，他們的真面目也受到了榮耀，否則你就無法自由。你並未造出他們，而你也造不出自己。只要你釋放了一個，另一個的真面目就會受到接納。

6. 寬恕究竟做了什麼？事實上，它沒有任何功能，也做不了任何事。因為它在天堂中無人知曉。只有地獄才需要寬恕，而它必會在此發揮大用。上主的愛子已把基於想像的邪惡夢境信以為真，而他的解脫不正是最值得你為之努力的事？倘使你好似仍能選擇成或者敗、愛或者懼，又有誰能期望得到更多？

7. 除了上主的平安，其他的平安都不存在，因為祂的唯一聖子造不出一個世界來違逆上主和他自己的意願，而這兩者也無二無別。在這種世界裡，他能有何指望？它從未被創造，所以也不真實。他以為在那兒能找得到平安嗎？或者他得親眼看見那兒除了謊言，什麼也沒有？然而，他可以學習用另一種眼光來看待它，並尋獲上主的平安。

8. 每個人都會跨過平安的橋樑，離開這個世界。然而，平安卻起始於這個世界，起始於你對它的不同看法，並由此通往天堂之門，進而超越過去。平安答覆了矛盾的目標、無謂的旅程、徒勞而瘋狂的追求、與無意義的努力。接下來的路則會容易得多，它緩緩地向下傾斜，通往那自由之橋，最終徜徉在上主的平安裏。

9. 今日，讓我們別再迷途。只要走上這條筆直的路，就能去往天堂，也就是我們的目的地。除非我們還想四處遊蕩，否則便不致在充滿荊棘的岔路裏蹉跎了光陰。只有上主才能確定不移，而祂將會指引前程。祂不會棄自己的聖子於不顧，更不會讓他永遠回不了家。天父發出了召喚；聖子必會聆聽。一切便是如此，在一個好似遠離了上主的世界，在一個身體好似無比真實的世界。

10. 此時，四下無聲。別再追尋了。此時，你前方的路已鋪滿了虛妄慾念的落葉，出自你曾尋求的一棵棵無望之樹。此時，它們全在你的腳下。你抬眼望向了天堂，而你的肉眼也將在轉瞬之際失去作用。你終於認出了平安，並感受到它輕柔地環抱著你的靈與心，替你帶來了愛與寬慰。

11. 今日，我們不再尋求偶像。它們無法帶來平安。上主的平安非我們莫屬，也只有這個才是我們想要和樂於接納的。今日，願我們得享平安。因為我們已尋獲了一條簡單、幸福的道路，帶我們遠離模棱兩可的世界，並以專一的目的和友誼來取代變換的目標與孤獨的夢境。因為平安若出自上主，便與合一無異。我們將不再追尋。我們已離家不遠，而每當我們說出下面的話，就會再靠進一些：

除了上主的平安，其他的平安都不存在，對於這點，我既慶幸又感激。