

第 2 章 (19 - 25)

如果你們被不公平對待，為**神**的緣故容忍它。
基督為你們受苦並留下榜樣給你們跟隨。
他沒有犯錯。他被侮辱和折磨，但不報復。
他上十字架，以他自己的身體承擔我們的罪，
使我們死於罪而活於義。
你們藉著他的創傷得治癒。
你們似迷途羔羊，
但現在已返回到你們的靈牧和監督。

耶穌，請幫助我為你的緣故而忍受磨難

第 3 章 (1 - 7)

做妻子的，尊重和尊敬你們的丈夫。
如果有些丈夫還未當信徒，妻子不發一言，
他們會受妻子的美德感化而信**主**。
做妻子的，不刻意為外表裝扮：
獨特的髮式、金手鐲、昂貴的衣服—
所有外在的東西。
重要的是內在：
可愛和溫柔的性格—
這是**神**所喜歡的。
做丈夫的，對妻子友善和體貼，
尊重她們猶如同等人。

耶穌，幫助丈夫和妻子仿效你的愛