

第 3 章 (8 - 11)

要同心和同情。愛人人。有慈悲和要自謙。
不以仇報仇，或惡言相向。相反，還以祝福。
誰想有快樂人生，便要除去口出惡言；
他要躲避邪惡、行善和尋求和平。

耶穌，當有人對我不善友，幫助我心內祈禱
「主，請保佑他們」

第 4 章 (3 - 5)

以往你們花夠多的時間過放蕩的生活、
行為放蕩、酗酒、狂歡宴樂。
現在你們不再做這些事，人們不能理解
你們為甚麼已改變，他們編造關於你們的謊話。
他們要為這向他交代，
他會審判各人在他們生命終結時。

耶穌，救年青人脫離狂野派對的生活

第 4 章 (13 - 19)

如果你們分擔基督的痛苦，可高興，
因這意味著你在來生會有一份額外的幸福。
這是對你們的祝福，當他們侮辱你們做基督徒。
這意味著你們有神聖神安息在你們身上。
誰為神的緣故經歷痛苦，
應把自己托付給創造者的恩寵，並繼續行善。

耶穌，賜力量給受迫害的基督徒