

第 2 章 (9 - 16)

誰自稱在光中，但恨自己的弟兄，仍在黑暗中。
不喜愛這世上邪惡的價值觀，
源於肉身的貪欲、眼目的貪欲、自鳴得意。
這種事情不是來自神。

耶穌，請幫助我避開世俗的價值觀

第 3 章 (1 - 3)

想想天父讓我們稱為神的子女，
賜給我們的愛。

以及神的愛為我們將來甚至有更多的準備：
我們會像他，因為我們會看見他實在怎樣。
這就是為甚麼我們該過有道德的生活。
我們該努力成為像基督一樣的好。

耶穌，請幫助我變得更像你

第 3 章 (16 - 21)

這教導我們愛：

耶穌捨命為我們。我們也應該捨命為他人。

如果你們看見有人在危難中而拒絕幫助他，
神的愛怎能存在你們內？

必須付諸實踐我們的愛，而不僅是空談。
任何愛神的人也必須愛別人。

耶穌，幫助我以幫助陷入困境的人，
付諸實踐我的愛