

聖靈九果的自我評估

緊張慮
憂慮

比較
冷靜
輕鬆
安詳

焦慮 → 和平平安

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

忽冷淡
絕

比較
關心人
親切
接納

疏離 → 仁愛

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

不滿
不快樂
沒有盼望

比較
滿足
快樂
有盼望

沮喪 → 喜樂

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

苦毒
具攻擊性
憤怒

比較
饒恕
有愛
肯定

憎恨 → 良善

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

吝嗇
自驕傲

比較
體貼
大方
謙卑

自私 → 恩慈

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

匆忙
拒絕

比較
體貼
接納
輕鬆

沒有耐心 → 忍耐

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

不敏銳
羞辱人
怪罪於人

比較
敏銳
憫
溫柔

粗魯 → 溫柔

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

虛偽
欺詐
背信

比較
真誠
真心
獻身

不忠 → 信實忠信

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

懼怕
不穩定
混亂

比較
勇敢
堅定
自信

衝動 → 節制

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10