

## 品格活動

仔細閱讀以下每個項目。看看其中的陳述是否真實地反映你的狀況，從對應值當中選擇最適當的答案。將你對每個項目的回答寫在研讀記事本裡。靈性成長是一項漸進的過程，沒有人是完美的，因此你可以預料到自己在某些項目的表現會比其他項目還好。

對應值      1 = 不曾      2 = 偶爾      3 = 經常      4 = 幾乎都是      5 = 始終如此

### 信心

- \_\_\_\_\_ 1. 我相信基督，並接受祂為我的救主。（尼腓二書25：29）
- \_\_\_\_\_ 2. 我確信神愛我。（尼腓一書11：17）
- \_\_\_\_\_ 3. 我充份信賴救主，能夠接受祂的旨意，並去做祂所要求的一切事情。（尼腓一書3：7）
- \_\_\_\_\_ 4. 我堅定相信透過耶穌基督的贖罪，我所有的罪都會獲得寬恕。（以挪士書1：5-8）
- \_\_\_\_\_ 5. 我對基督有充份的信心，相信我會獲得祈禱的答覆。（摩賽亞書27：14）
- \_\_\_\_\_ 6. 我在一天當中會想到救主，並且記得祂為我所做的事情。（教約20：77，79）
- \_\_\_\_\_ 7. 我擁有足夠的信心來促使好事在我或其他人的生活中發生。（以帖書12：12）
- \_\_\_\_\_ 8. 我藉著聖靈的力量知道摩爾門經是真實的。（摩羅乃書10：3-5）
- \_\_\_\_\_ 9. 我對基督有足夠的信心，相信我能完成祂要我做的任何事情——如果有必要，甚至能行奇蹟。（摩羅乃書7：33）

### 希望

- \_\_\_\_\_ 10. 我最大的渴望之一是在神的高榮國度中獲得永生。（摩羅乃書7：41）
- \_\_\_\_\_ 11. 我深信我會擁有快樂、成功的傳道生活。（教約31：3-5）
- \_\_\_\_\_ 12. 我對未來感到平安和樂觀。（教約59：23）
- \_\_\_\_\_ 13. 我堅信未來我會與神同住，並成為像祂一樣。（以帖書12：4）

### 仁愛和愛心

- \_\_\_\_\_ 14. 我真誠地渴望其他人能獲得永恆的福祉和幸福。（摩賽亞書28：3）
- \_\_\_\_\_ 15. 我祈禱時會祈求擁有仁愛——也就是基督純正的愛。（摩羅乃書7：47-48）
- \_\_\_\_\_ 16. 我會盡力去瞭解其他人的感受，及他們的看法。（猶大書1：22）
- \_\_\_\_\_ 17. 我會寬恕曾經冒犯我或虧待我的人。（以弗所書4：32）
- \_\_\_\_\_ 18. 當人們遭遇困難或感到沮喪時，我會設法去幫助他們。（摩賽亞書18：9）
- \_\_\_\_\_ 19. 如果適當，我會告訴他人我愛他們，也關心他們。（路加福音7：12-15）

- \_\_\_\_\_ 20. 我會尋求為人服務的機會。（摩賽亞書2：17）
- \_\_\_\_\_ 21. 我會講關於人們的正面事情。（教約42：27）
- \_\_\_\_\_ 22. 我對他人親切、有耐心，即使他們很難相處。（摩羅乃書7：45）
- \_\_\_\_\_ 23. 我為他人的成就而感到快樂。（阿爾瑪書17：2-4）

### 美德

- \_\_\_\_\_ 24. 我會保持內心的潔淨、純潔。（詩篇24：3-4）
- \_\_\_\_\_ 25. 我沒有作惡的渴望，只想要行善。（摩賽亞書5：2）
- \_\_\_\_\_ 26. 我是個可靠的人——我說到做到。（阿爾瑪書53：20）
- \_\_\_\_\_ 27. 我專注於正義、能提升心靈的思想，並將不健康的思想拋出腦外。（教約121：45）
- \_\_\_\_\_ 28. 我會悔改我的罪，並努力克服自己的弱點。（教約49：26-28）
- \_\_\_\_\_ 29. 我能在生活中感受到聖靈的影響力。（教約11：12-13）

### 知識

- \_\_\_\_\_ 30. 關於自己對福音教義及福音原則的瞭解，我感到有自信。（以帖書3：19-20）
- \_\_\_\_\_ 31. 我每天研讀經文。（約翰福音5：39）
- \_\_\_\_\_ 32. 我熱切地想要瞭解真理，並且為自己的問題找尋答案。（教約6：7）
- \_\_\_\_\_ 33. 我透過聖靈獲得知識和指引。（尼腓一書4：6）
- \_\_\_\_\_ 34. 我熱愛福音教義及福音原則，並珍藏在心中。（尼腓二書4：15）

### 耐心

- \_\_\_\_\_ 35. 我會耐心等待主實現祂的祝福和應許。（尼腓二書10：17）。
- \_\_\_\_\_ 36. 我能夠等待事情的結果，而不會感到煩躁或沮喪。（羅馬書8：25）。
- \_\_\_\_\_ 37. 我有耐心地長久忍受擔任傳教士所面臨的挑戰。（阿爾瑪書17：11）
- \_\_\_\_\_ 38. 我能夠容忍別人的缺點和軟弱。（羅馬書15：1）

- \_\_\_\_\_ 39. 當我努力克服自身的弱點時，我對自己有信心，並且仰賴主。（以帖書12：27）
- \_\_\_\_\_ 40. 我冷靜且充滿希望地面對逆境和苦難。（阿爾瑪書34：40-41）

### 謙卑

- \_\_\_\_\_ 41. 我的內心柔和、謙卑。（馬太福音11：29）
- \_\_\_\_\_ 42. 我仰賴主的幫助。（阿爾瑪書26：12）
- \_\_\_\_\_ 43. 我真誠地感謝主所賜給我的祝福。（阿爾瑪書7：23）
- \_\_\_\_\_ 44. 我的祈禱是熱切、真誠的。（以挪士書1：4）
- \_\_\_\_\_ 45. 我感激領袖或教師給我的指導。（尼腓二書9：28）
- \_\_\_\_\_ 46. 不論主的旨意是什麼，我都努力順從。（摩賽亞書24：15）

### 勤奮

- \_\_\_\_\_ 47. 我會有效地工作，即使不是處於壓力或嚴密的督導下。（教約58：26-27）
- \_\_\_\_\_ 48. 我將心力專注在最重要的事情上。（馬太福音23：23）
- \_\_\_\_\_ 49. 我每天至少作兩次個人祈禱。（阿爾瑪書34：18-27）
- \_\_\_\_\_ 50. 我將心思專注在身為傳教士的召喚上。（教約4：2，5）
- \_\_\_\_\_ 51. 我經常設立目標和擬定計畫。（教約88：119）
- \_\_\_\_\_ 52. 我努力工作，直到工作順利完成為止。（教約10：4）
- \_\_\_\_\_ 53. 我從工作中得到喜樂和滿足。（阿爾瑪書36：24-25）

### 服從

- \_\_\_\_\_ 54. 我在祈禱時會尋求力量來抗拒誘惑以及做正確的事情。（尼腓三書18：15）
- \_\_\_\_\_ 55. 我遵守神所要求的誡命，以配稱持有聖殿推薦書。（教約97：8）
- \_\_\_\_\_ 56. 我樂意服從傳道部規定，並聽從領袖的忠告。（希伯來書13：17）
- \_\_\_\_\_ 57. 我努力依照福音的律法和原則生活。（教約41：5）