

Middot/Soul-Traits List¹
Compiled by Lisa Goodman

English	Transliteration	עִבְרִית
Abstinence/Separation	<i>P'rishut</i>	פְּרִישׁוּת
Accepting Suffering	<i>Kabbalat HaYissurin</i>	קַבְּלַת הַיִּסּוּרִין
Adaptability	<i>Histaglut</i>	הִסְתַּגְּלוּת
Alacrity/Zeal/ Enthusiasm/Diligence	<i>Zerizut</i>	זְרִיזוּת
Anger	<i>Ka'as</i>	כַּעַס
Arrogance	<i>Azut</i>	עֲזוּת
Attentive Listening	<i>Sh'miat HaOzen</i>	שְׁמִיעַת הָאָזֶן
Awe of God	<i>Yirat Hashem</i>	יִרְאַת ה'
Balance	<i>Shevil HaZahav</i>	שְׁבִיל הַזָּהָב
Calmness	<i>Neechuta (Aramaic)</i>	נִיחוּתָא
Caution, Watchfulness	<i>Zehirut</i>	זְהִירוּת
Cleanliness	<i>Nekiyut</i>	נְקִיּוּת
Compassion	<i>Rachamim</i>	רַחֲמִים
Contempt, Mockery	<i>Buz</i>	בוז
Courage	<i>Ometz lev</i>	אִמְץ לֵב
Creativity	<i>Yetziratiyut</i>	יְצִירָתִיּוּת
Cruelty	<i>Ach'zariyut</i>	אֲכִזְרִיּוּת
Curiosity	<i>Sakranut</i>	סַקְרָנוּת
Decisiveness	<i>Charitzut</i>	חֲרִיצוּת
Desire (soul-desire), Will	<i>Ratzon</i>	רְצוֹן
Discernment	<i>Hav'chanah/Tevunah</i>	הַבְּחִנָּה/תְּבוּנָה
Embarrassment	<i>M'vuchah</i>	מְבוּכָה
Envy	<i>Kin'ah</i>	קִנְיָה
Equanimity	<i>Menuchat hanefesh/ Hishtavut</i>	מְנוּחַת הַנֶּפֶשׁ/ הִשְׁתַּוּוּת
Faith in God	<i>Emunah</i>	אֱמוּנָה

1. With gratitude to my teachers, and many students and colleagues from whom I have learned about these traits.

English	Transliteration	עברית
Falsehood	<i>Sheker</i>	שָׁקֵר
Fear (see Worry)	<i>Pachad, D'agah</i>	פַּחַד, דְּאָגָה
Flexibility	<i>Gemishut</i>	גְּמִישׁוּת
Forgiving Slight	<i>Ma'avir al middotav</i>	מַעְבִּיר עַל מַדּוֹתָיו
Forgiveness	<i>S'lichah</i>	סְלִיחָה
Frugality	<i>Kimutz</i>	קִמּוּץ
Generosity	<i>Nedivut</i>	נְדִיבוּת
Gratitude	<i>Hakarat HaTov, Hoda'ah</i>	הַכָּרַת הַטּוֹב, הוֹדָעָה
Greed	<i>Cham'danut</i>	חַמְדָּנוּת
Hatred	<i>Sinah</i>	שִׂנְאָה
Holy Boldness	<i>Azut DiK'dushah</i>	עֲזוּת דְּקְדוּשָׁה
Honor/Respect	<i>Kavod</i>	כְּבוֹד
Humility	<i>Anavah</i>	עֲנָוָה
Joy	<i>Simchah</i>	שִׂמְחָה
Laziness	<i>Atzlut</i>	עֲצָלוּת
Leadership	<i>Han'hagah</i>	הַנְּהָגָה
Letting go of irritation	<i>Ma'avir al middotav</i>	מַעְבִּיר עַל מַדּוֹתָיו
Life-force	<i>Chiyyut</i>	חַיּוּת
Love	<i>Ahavah</i>	אַהֲבָה
Lovingkindness	<i>Chesed</i>	חֶסֶד
Mindful Awareness	<i>Zehirut</i>	זְהִירוּת
Miserliness	<i>Tzaiy'kanut</i>	צִיִּקְנוּת
Modesty	<i>Tz'niyut</i>	צְנִיעוּת
Moderation	<i>M'tinut/Shevil HaZahav</i>	מְתִינּוּת וְשֵׁבִיל הַזָּהָב
Order	<i>Seder</i>	סֵדֶר
Patience	<i>Savlanut</i>	סְבֻלָּנוּת
Peace of Mind	<i>Yishuv Da'at</i>	יְשׁוּב דַּעַת
Perseverance	<i>Hat'madah</i>	הַתְּמַדָּה
Piety	<i>Chassidut</i>	חֲסִידוּת

English	Transliteration	עברית
Presence	<i>Hineini</i>	הִנְנִי
Pride	<i>Ga'avah</i>	גְּאוּוּה
Purity	<i>Tahorah</i>	טְהוּרָה
Pursuing Peace	<i>Redifat Shalom</i>	רְדִיפַת שְׁלוֹם
Regret	<i>Charatah</i>	חֲרָטָה
Renewal	<i>Hit'chadshut</i>	הִתְחַדְּשׁוּת
Repentance	<i>Teshuvah</i>	תְּשׁוּבָה
Responsibility	<i>Acharayut</i>	אַחֲרָיוּת
Restraint	<i>Hitapkut</i>	הִתְאַפְּקוּת
Righteousness	<i>Tzedek</i>	צְדָק
Open to Learning/ Self-Awareness	<i>Hitlamdut/Da'at</i>	הִתְלַמְּדוּת/דַּעַת
Shame	<i>Bushah</i>	בוּשָׁה
Silence	<i>Sh'tikah</i>	שְׁתִּיקָה
Simplicity	<i>Histapkut</i>	הִסְתַּפְּקוּת
Slander	<i>Lashon hara</i>	לְשׁוֹן הָרַע
Strength	<i>Gevurah</i>	גְּבוּרָה
Strictness	<i>Hakpadah</i>	הַקְפָּדָה
Trust in God	<i>Bitachon</i>	בְּטַחֲוֹן
Trustworthiness	<i>Ne'emanut</i>	נְאֻמָּנוּת
Truth	<i>Emet</i>	אֱמֶת
Wealth	<i>Osher</i>	עוֹשֶׁר
Welcoming Guests	<i>Hachnasat Orchim</i>	הַכְנַסַת אֹרְחִים
Whole-heartedness	<i>T'mimut</i>	תְּמִימוּת
Willingness	<i>N'chonut</i>	נְכוֹנוּת
Worry (see Fear)	<i>D'agah</i>	דְּאָגָה
Yirah (fear/awe of God)	<i>Yirah</i>	יְרָאָה