

Caráter ABC

J DE JÚBILO

Júbilo é escolher estar feliz e contente conosco e com o que temos. Um sorriso, uma risada e cantar de felicidade são formas simples de expressar a sua alegria. Você pode ter júbilo percebendo o bem em cada situação.

Ajudar os outros é outra forma de encontrar alegria. Quando pensa nos outros e no que os faz felizes, e depois faz essas coisas, seu coração também se enche de júbilo!

AÇÃO:

Pense em duas coisas que fazem você sorrir, e depois procure maneiras de fazer alguém sorrir também.

