365
DAILY SUPPLEMENTS
FOR THE HEART
Approved
Therapeutic Claims
Ed Lapiz

KAMBAL

> *Ecclesiastes 3:12*
>
> I know that there is nothing better for men than to be happy and to do good while they live.

Sometimes in the pursuit of our ambitions we become unhappy. Sometimes in trying to have what we want to possess we make ourselves and the people around us miserable. We end up owning everything except our own hearts, our own happiness. It's not wrong to own a lot of things but to lose your soul is a terrible payment for owning things that you will leave behind.

Kahit naman ang dami-dami nating possessions pero kung hindi naman tayo nag-e-enjoy dahil wala tayong inisip kundi more, more, more, e hindi tayo rich. A rich person is not measured by how much he owns but by how much he enjoys what he has. We should not make idols of our ambitions. They are just general guides of what we want in life. Never ever be too focused on goals set far away that you forget to enjoy today.

Be happy and do good. Magkakambal yan e. Because when you do good, you become happy. And when you are happy, you should be doing good. Wala ka nang excuse para hindi gumawa ng mabuti kung masaya ka na. Kung miserable ka naman dapat lalong gumagawa ka ng mabuti para mahango ka sa kamiserablehan. So one feeds the other and becomes a cycle. Kung tayo ay nasa cycle of unhappiness or evil, dapat tayong lumabas dun. Because our goal is to be happy and to do good.

Copyright ©2020

KITANG-KITA ANG EBIDENSIYA

> *Romans 1:20*
>
> For since the creation of the world God's invisible qualities — his eternal power and divine nature — have been clearly seen, being understood from what has been made, so that men are without excuse.

May Creator. Hindi na natin kailangang akyatin ang langit para makita natin ang Dios. Subukan nyong magbiyak ng niyog. Di ba't ang linis ng tubig sa loob? Hindi ba kayo nagtataka? Paano nangyari yun? Dun pa lang malalaman nating may designer talaga.

Ang mga halaman, halimbawa, pare-pareho lang naman ang nutrients na sinisipsip sa lupa, pero iba-iba ang bunga. May sinigwelas, mangga, aratiles, kaimito. Pare-pareho lang nakaugat sa lupa, pero ang bungang naglalabasan, iba-iba ang hitsura, ang kulay at ang lasa.

Kaya nga, walang puedeng magsabing, "Hindi ko naman kasi nakita ang Dios. Huwag mo akong sisihin na di maniwala kasi wala naman akong nakitang proof." At ang lagay, ang lahat ay tsamba? Bakit kusang kumukurap ang mga mata natin? Bakit pumipintig ang puso natin kahit natutulog tayo? The invisible nature of God is seen through the visible things that he created.

Di ba pag nakakita tayo ng siga ng apoy, alam nating may nagsindi nun? Pag nakita nating may bakas ng hayop, alam nating may dumaan dun. Sa buhay man natin, mababakas din ang tatak ng Dios. Kailangan pa ba natin syang makita literally para maniwala?

Designed & Developed by Michael Bustamante | edlapiz.com.ph |
Copyright ©2020

SEEING GOD

> *Exodus 33:20*
>
> "But," he said, "you cannot see my face, for no one may see me and live."

How can we love an invisible God? Paano natin maiibig ang Dios na di naman nakikita? Firstly, we should see God the way he wants to be seen. Kailangan tingnan, sulyapan, titigan natin ang Dios kung paano nya gustong makita siya; hindi sa paraang gusto natin.

Do not insist on seeing God physically. Huwag nating ipagpipilitang makita ang Dios ng ating mga mata. Because God is spirit. Pero sa mga nagpupumilit na makita ang Dios nang mukhaan, you have to die first to see God. E ayaw nyo naman yata nun.

Because God is spirit, we have to be spirit, too, kung gusto nating equal plane ang pagtitinginan natin ng Dios. Leave the physical world and enter the spiritual realm. Ibig sabihin, kapag humiwalay na ang ating espiritu sa ating katawan, puedeng mangyari. Pero dahil ayaw pa nating lahat na iwanan ang mundong ito, then we should see God in another light. If we cannot become fully spirit right now, we should see God with spiritual eyes.

How is this possible? By being spiritual.

Designed & Developed by Michael Bustamante | edlapiz.com.ph |
Copyright ©2020

THE NEW YOU

> *2 Corinthians 5:17*
>
> "If anyone is in Christ, he is a new creation; the old has gone, the new has come."

Kung may bago na tayong pagkatao, dapat tayong mabuhay according to that new person and new personality. Nilimot na ng Dios yung dati nating mga ginawa, mga kasalanan at mga pagkakamali. Binigyan tayo ng bagong pasimula. Hindi tayo dapat tumulad sa baboy who is "washed only to wallow back in the mire." Hinugasan na nang hinugasan pagkatapos babalik din lang sa putik. Nahugasan na tayo, panindigan natin. At hindi tayo dapat magpabalik-balik sa mga karumihan.

Pag naaalala natin kung sino tayo, mamumuhay tayo above all our weaknesses. Mamumuhay tayo sa kagalang-galang na paraan. Kung kinakailangang mabawasan yung material blessing na yan basta maging kagalang-galang tayo, di bale. Pero hindi tayo magpapakahamak at magpapakadusta-dusta. Hindi kailangan na ang espiritu, which is forever, will be sacrificed for something which will decay in a matter of years. It is important to remember who we are because when we do, we live according to our true identity.

Huwag kayong magpapadaya that you are weak, because in Christ we can do everything. Through faith, we can do anything. Weakness means dependence on one's self. Strength comes from dependence on Jesus.

Designed & Developed by Michael Bustamante | edlapiz.com.ph |
Copyright ©2020

BAKA NAMAN INGGIT LANG YAN?

> *Ecclesiastes 4:4*
>
> "And I saw that all labor and all achievements spring from man's envy of his neighbor."

Ang mga taong panalo sa buhay, kapag nakakakita ng katulad nilang winner, tinitingnan nila kung ano yung mga good qualities na puede nilang matutunan at nang mahawahan naman ng biyaya ng mga ito. But envious people are full of jealousy when they see other people succeed. Pag may kapatid tayo, pinsan, o kaibigan na umaasenso at sumisikat, nagseselos ba tayo? Sinasabi ba nating, "Hindi ka na ma-reach"? Yung mga mahilig magsabi nyan ay malamang mga inggitero't inggitera. Kasi kung meron kang dating katabla lang na umasenso nang umasenso at hindi mo na maabot, dapat kang matuwa. "Wow! Hindi ko na siya ma-reach. Ang saya! Kasi kung reach na reach ko pa rin siya, e pareho lang kami. Wala pa rin syang narating."

Ganyan talaga ang mga taong panalo. Hindi maabot dahil umaangat. Yung mga pinsan nating dati ay kahabulan natin sa gilid ng ilog, abot na abot mo, ngayon ay pa-apo-appointment pa. "Wow! Asenso na talaga itong pinsan ko. Kailangan pa natin ng appointment. Siguro talagang busy. Ang dami sigurong negosyong inaasikaso." Kaya nga tama lang na paminsan-minsan tinatanong natin ang sarili natin, "Teka, nagiging inggitero ba ako?" Sapagkat ang taong naiinggit at naninibugho ay walang katinuan at mali-mali ang pinaggagawa sa buhay. Nagiging mapanira at pawang pamimintas ang lumalabas sa kanyang bibig. Where there is envy, there is jealousy; and where there is jealousy, there is criticism.

Designed & Developed by Michael Bustamante | edlapiz.com.ph |
Copyright ©2020

ANG DAPAT BANTAYAN

> *Psalm 37:1*
>
> "Do not fret because of evil men or be envious of those who do wrong."

Do not be judgmental towards "successful" people who by your standards are not godly enough. Kung minsan sinasabi natin, "E bakit yan hindi naman godly, naging successful?"

Anong malay natin kung ano ang laman ng puso ng isang tao? Kung anong namamagitan sa kanya at sa Dios? At kung may pinapayagan ang Dios na mangyari sa kanyang buhay na sa tingin natin ay parang hindi nya karapat-dapat tanggapin, may karapatan ba tayong manghusga? We cannot be judges. Ang Panginoon ang siyang hukom at gagawin nya ang paghuhukom sa kanyang pagbabalik. Huwag natin siyang unahan. Walang nakakalampas sa kanya dahil nakikita ng Dios ang lahat.

Huwag tayong maiinggit kahit kaninong taong nagmukhang matagumpay sa masamang paraan. Alam natin na may paghahatol ang Dios dyan. At kahit yung mga taong parang ang yaman-yaman, makapangyarihan at maraming na-e-enjoy sa buhay kahit mali-mali ang pamumuhay nila, anong malay natin sa mga pagdurusa na nagaganap sa kanilang kalooban na hindi kita ng ibang tao? Anong malay natin sa mga kabigatang dala-dala nila maging sila'y nakaupo sa magagandang upuan at nakahiga sa magagandang higaan? Anong malay natin kung nakakatulog sila o hindi?

Ang dapat na binabantayan natin ay ang ating sarili.

edlapiz.com.ph

Copyright ©2020

KAHIT HIRAP

> *2 Corinthians 8:2*
>
> "Out of the most severe trial, their overflowing joy and their extreme poverty welled up in rich generosity."

Bigyan natin ng puwang ang pangangailangan ng ibang tao. Hindi komo may kapansanan tayo ay hindi na tayo puedeng tumulong sa iba. Hindi komo may weakness tayo, tayo na lang palagi ang recipient. Puede rin tayong giver.

In fact, the true measure of greatness is by helping people carry their load though you are carrying a heavy load yourself. Hindi natin kailangang mawalan ng dalahin sa buhay para tumulong sa dalahin ng iba. Ang mga tunay na dakilang tao ay yung may mga sariling pasanin ngunit nagagawa pa ring tumulong sa pasanin ng iba. Yung may sarili ka nang problema, tumutulong ka pa sa problema ng iba kahit hirap. Hindi yung "May problema ako ngayon, umalis ka muna dito." Kasi kung tutulong lang tayo pag tayo'y wala nang problema, kailan pa mangyayari yun? Nawawalan ba tayo ng problema?

Turn your situation into heroism. That though you have illness and disability, you are still capable of giving. You are still helping others because this is what Christ and Christianity is all about. Nang si Kristo ay ipinapako, nahihirapan siya pero nagdarasal. Hindi nya ipinagdarasal ang sarili nyang nararamdaman kundi ang kapatawaran ng gumagawa ng masama sa kanya. Habang siya ay merong hirap na dinaranas, ang iniisip pa rin nya ay to give to others.

Designed & Developed by Michael Bustamante | edlapiz.com.ph |
Copyright ©2020

KAKAMPI

> *Exodus 22:22-23*
>
> "Do not take advantage of a widow or an orphan. If you do and they cry out to me, I will certainly hear their cry."

The widow, the fatherless, the orphans, the foreigners, the poor – they all share a common denominator. They are weak. Hindi sila dapat ino-oppress.

Nangungutang na nga dahil gipit na gipit, papatawan mo pa ng pagkalaki-laking interest. Dala-dala na nga sayo yung hikaw at ibinibenta na nga yung ibang alahas dahil magpapagamot, lalo mong tatawaran at babaratin. Kaya nga nagbebenta yung tao dahil nagigipit. E di you're taking advantage of that person's weakness.

Maraming mga bata ang abused at kung minsan pa, mga sariling magulang ang nang-aabuso. Maraming mga mangmang ang naaagawan ng mga lupa at mga ari-arian dahil pinagsasamantalahan ng mga marurunong. Maraming illegal aliens sa mga developed economies ang nagiging sunud-sunuran sa kanilang mga employer kahit exploited dahil walang mga visa para magtrabaho. Maraming mga biyuda ang pinaglalaruan ng mga kalalakihan: "Naku, nalulungkot yan ngayon, kindat-kindatan natin." Maraming mga barkadahan ang merong mascot na lagi na lang inuutusan, binibiro, binabatuk-batukan, kinakawawa samantalang mabait nga yung tao. Hindi kasi alam ng mga mahihina ang kanilang posisyon kaya madali silang pagsamantalahan at kawawain. They don't know how to defend themselves.

Taking advantage of the weak is evil. People who have values must never do that. The weak must be cared for. Kung hindi, Dios ang kalaban natin.

Copyright ©2020

CHANNEL

> *Matthew 23:12*
>
> "For whoever exalts himself will be humbled, and whoever humbles himself will be exalted."

We are nothing apart from Christ. Sabi nila, yung "Christian" alisin mo ang word na "Christ," ang matitira ay "IAN" meaning I Am Nothing. Walang magaling, walang mahusay at walang dakila kundi ang Panginoon lang. Pero sino ang nagmumukhang magaling, mahusay at dakila kundi ang taong laging nakasilong sa anino ng Panginoon?

Sa mga sumusunod sa Panginoon at nagfo-flow with him, dumadaloy ang kadakilaan at kagalingan ng Panginoon. Channel siya. Daluyan. Nagmumukha tuloy silang magaling. Kaya lang, huwag tayong mate-tempt na isiping tayo na ang gumagawa. We are just empty vessels, parang mga tubo na dinadaluyan ng tubig. Subukan ninyong barahan ng pride, self-importance, insubordination ang tubo at titigil na ang daloy ng tubig. Hahanap ang tubig ng ibang dadaanan na tubo, at lalabas pa rin ito, pero tayo'y napwera na. The moment we refuse to be used by the Lord because of pride or whatever, his blessings will still flow to the people. Except now, it is no longer channeled through us. This is a good warning if we are going to heed it.

Lagi nating bantayan kung saan tayo magaling. Kung magaling kang kumanta, yan ang iyong magiging pagbagsak sa oras na hindi mo isuko yan sa Lord. Kung magaling kang magturo o magsalita, oras na hindi mo isinuko ito sa Panginoon, ang bibig na yan ang magpapahamak sayo. The moment you get out of the Lord's shadow, ang galing na yan ay magbu-boomerang at dun ka babagsak.

Designed & Developed by Michael Bustamante | edlapiz.com.ph |
Copyright ©2020

IF YOU LOVE GOD'S LAW

> *Psalm 119:97*
>
> "Oh, how I love your law! I meditate on it all day long."

Pag ako'y nagkasala at napaparusahan, sasabihin ko, "Lord, napaparusahan ako dahil ito ang sabi ng iyong utos. Because I love your law, therefore I will accept this." May peace ako. Hindi yung nakikipagtunggali tayo sa kanyang law. "Lord naman, i-exempt mo naman ako. Bakit ganyan, bakit ganun?"

When you love God's law, even if you're the one being punished, you accept it and say, "God's word is true. It's powerful." Alangan namang di ka maparusahan. Kung iba ang gumawa at di rin sila mapaparusahan, di ang gulo-gulo ng mundo. If we can say to God, "I love your healing," we can also say, "I love your affliction. Mahal na mahal ko ang inyong paghimas. Pati ang inyong pagpalo, gusto ko rin. Lahat ng ginagawa nyo ay gusto ko, Lord. Hindi lang ang inyong mga 'yes' pati mga 'no' nyo'y gusto ko dahil I love your law." Ito ang maturity na dapat nating maabot.

Everything that comes from the Lord is a blessing, therefore, even God's "no" is a blessing. Di puede na komo "no" ay "Ayoko na! Nagagalit na ako, nagtatampo na ako." Pag nagbigay ang Dios, blessing. Pag bumawi ang Dios, blessing pa rin. Walang puedeng gawin ang Dios na hindi blessing because that's his character. God can't help but be God. And God blesses.

Pag ang Dios nagbigay, magpasalamat. Pag siya'y bumawi, magpasalamat pa rin dahil yun ay blessing din. Yun ay kung kaya nating sabihin na, "Lord, I love you and I love your law, and you're always right." Then you can have peace.

Copyright ©2020

GALINGAN NA

> *Ephesians 5:25, 28*
>
> Husbands, love your wives, just as Christ loved the church and gave himself up for her…In the same way, husbands ought to love their wives as their own bodies. He who loves his wife loves himself.

Mga kalalakihan, mahalin ninyo ang inyong asawang babae tulad ng pagmamahal ninyo sa inyong sariling katawan. Papaano nyo ito gagawin? Huwag siyang alilain. Hindi lang ito sa physical kundi sa emotional sense din dahil maramdamin at mapaghanap ang mga babae. Kaya kinakailangang maalala mo ang mga birthdays at anniversaries. Kung nagbuklat ka ng kanyang mga tukador at nakita mong may balutan ng tsokolate't itinapon mo, magtatampo siya sapagkat yun pala ang balutan ng kauna-unahan mong ibinigay na tsokolate. May sentimental feelings ang mga babae that are probably foreign to men. Pero hindi ini-ignore ito ng tunay na lalaki. Pinahahalagahan nya ang pinapahalagahan ng kanyang minamahal.

Pagbigyan nyo ang isa't isa. Hindi laging isa lang ang nasusunod. Akala ng maraming lalaki na nababawasan ang pagkamacho pag sinamahan nila ang kanilang asawa na manood ng drama. Ang tunay na macho ay nagbibigay. Kesa sa iba pa magpasama ang inyong mga ginang, mas mabuting kayo na ang kasama nyan. Igagalang nyo rin ang interest ng inyong asawa. Samahan nyo siya sa mga pagkakaiba-iba sapagkat yan ang essence of marriage. At lagi nyo siyang pinupuri. Women bloom in praises. Hindi ko sinabing binobola kundi pinupuri sapagkat talaga namang napakadaming qualities ang dapat purihin sa mga babae. Kung minsan kasi nalimutan na natin ang 90 points that are right and focus on the 10 points that are wrong. Focus on what is uplifting. Husband na rin lang, galingan na.

Copyright ©2020

RESPETO SA ASAWA

> *Ephesians 5:33*
>
> …and the wife must respect her husband.

Maraming babae na makapagyabang lamang sa kamag-anak, kaibigan at kaopisina, pinamumukha nilang kaya-kayanan ang asawa. Sasabihin nila, “Oo, siya ang ulo ng aming tahanan subalit ako ang leeg na nagpapabaling kung saan siya lilingon.” Hindi dapat yan because it is a form of rebellion against God. Huwag ipakita na ang inyong husband ay ander de saya. May mga tradisyon pa sa kasal kung minsan at sulsol ng mga kamag-anak, tapakan mo ang paa ng lalaking yan para habang buhay ay ikaw ang magwagi. Wag kayong nakikinig sa sulsol ng mga kamag-anak na ang itinuturo sa inyo ay makipag-contest. Dapat sa pag-ibig ay walang nananalo, pareho kayong bihag ng isa't isa.

May mga asawang maipakita lang na mas marunong sila, kino-correct pati ang spelling at pronunciation ng kanilang husband even in public. At sa pagkakapahiya ng lalaki, unti-unti namang nawawala ang kanyang pagmamahal sa babaeng ito. Kaya maraming mga kerida na mas lalo pang namamahal sapagkat sa piling nila ang ego ng lalaki ay busog na busog, samantalang sa piling ng tunay na asawa ay mukha silang pinitpit na luya. “No,” ang sabi ng tatay. Pagpunta sa nanay, “O sige, akong bahala, yes na yan.” That is not the role of a wife. Pag ganyan ang inyong ginagawa, namimiligro na ang inyong pugad ng pagmamahalan. Even in private, do not embarrass your husband. Kahit nagpapakamacho ang mga lalaki, napaka-sensitive at maramdamin sila lalung-lalo na sa mga bagay na may kinalaman sa kanilang paggalang sa sarili. Kung gusto nyong kayo'y lalong mahalin, boost the self, morale and confidence of your husband.

Copyright ©2020

FAMILY TRADITION?

> *Deuteronomy 5:9-10*
>
> …for I, the LORD your God, am a jealous God, punishing the children for the sin of the fathers to the third and fourth generation of those who hate me, but showing love to a thousand generations of those who love me and keep my commandments.

Children, your parents may not have been perfect examples. If they have been, praise God! If not, forgive them. Kung may pagkakamali ang mga magulang nyo, forgive them in your heart. Bilang mga anak, dapat kayong magpatawad. Pag hindi kayo magpapatawad, magrerebelde lang kayo. Alam ninyo ang gagawin ninyo? Kokopyahin ninyo sila. You will do in your life what you probably hated seeing in their lives. And then you will make history repeat itself. This time, you will be destroying the children that God will give you. Kung napapansin ninyo sa inyong pamilya na ang mga kalalakihan ay babaero, o ang mga kababaihan ay gumagawa ng sari-saring kamalian, putulin na ninyo ang sumpang yan. Huwag na ninyong ilipat sa susunod na henerasyon at tiyakin ninyong hindi na ninyo uulitin sa sarili ninyong buhay. Walang kwentang family tradition yan.

Pray for your parents. Live a life superior to the life lived by your parents, morally speaking. Kayo ngayon ang nakaharap sa bukas na Biblia, lumalaki, at nagkakaedad sa salita ng Dios. God expects more from you. And you should live a better life.

Designed & Developed by Michael Bustamante | edlapiz.com.ph |
Copyright ©2020

DAPAT MAY PANGSAGOT

> *Ecclesiastes 10:19*
>
> Money is the answer for everything.

Gaano karaming suliranin ng tao ang malulutas kung may pera lang sila? Ang dami. Kaya hindi komo tayo Kristiano ay mamaliitin na natin ang pera. Part of spirituality is to work hard and to gather, so that we can "laugh at the days to come." We should make it a goal to be able to laugh at financial problems to come dahil nakahanda ka. Hindi yung kung kailan ka mamamatay, itutumba mo na lang ang iyong bangkay sa mga kamag-anak mo at bahala na sila sayo. Hindi yung pag nagkasakit ka, ihihiga mo na lang ang katawan mo doon, bahala na yung mga tao. Yung ilan siguro sa atin, medyo may edad na para magsimula pang magsikap muli. At kung tayo naman ay gumawa ng mabuti para sa ating mga mahal sa buhay at ibinigay natin ang best natin sa kanila, e di sila ang ating retirement plan.

Pero yung mga bata pa at kaya nang magplano, gawin ninyo yan. Dapat nababalot kayo ng pera. Hindi mo ma-a-afford ang strength and dignity pag wala kang pera. Hindi tayo dapat maging mukhang pera at hindi tayo dapat maibigin sa pera, pero dapat gumawa tayo ng maraming pera habang kaya natin kasi kakailanganin natin pagdating ng araw. Dapat may pangsagot sa need: pera.

May savings ka so that you will have peace. Hindi yung bumubula na ang bibig mo, tumitirik na mata mo, uminom ka na lang ng paracetamol kasi wala kang pambayad sa emergency room. Ang hirap naman nun. Kaya kung gusto mong tahimik at payapa, dapat meron kang nakasalansang pera kahit na konti dyan.

edlapiz.com.ph

Copyright ©2020

ENJOY NOW, PAY LATER

> *Luke 12:15*
>
> "Watch out! Be on your guard against all kinds of greed; a man's life does not consist in the abundance of his possessions."

Marami sa atin may utang because we are covetous. Nagnanasa sa hindi naman natin pag-aari, o nagnanasa sa hindi naman natin ma-afford. Kaya panay ang utang. Yan yung "enjoy now, pay later." Nandyan na yung mga hulugan, mga paiyakan. Gusto nang magka-duster kahit wala pang pambili kaya kukuha na naman ng pahulugan, hindi na baleng malaki ang tubo. Ano ngayon ang nagiging resulta? Lalong naghihirap sa dami ng binabayaran. Pagdating ng suweldo, nakasimangot. Pagkahawak kasi ng suweldo, bayad dito, bayad doon. Wala na namang natira. Mangungutang na naman. Sa dami ng hulugan, lagi tuloy lukot ang mukha. Minsan, gutay-gutay na ang bag, hindi pa bayad. Paano, nag-aapura tayo to enjoy.

Marami sa atin ang nananatiling mahirap dahil hindi pa naitatanim yung palay, naipangutang na ang aanihin. Paano ka namang gaganahang magtrabaho at magsumikap gayong alam mong pagkaani ay hindi mo na mahahawakan ang kita? Diretso na kasi sa pinagkakautangan. Yung ibang empleyado hindi pa sumusuweldo ay nakaprenda na ang paycheck. Maraming ganyang raket ngayon. Hindi na nakukuha yung suweldo. Na-enjoy na kasi agad. Alam nyo bang yang "enjoy-now-pay-later" in a way is a Satanic idea? Dahil ganyan ang kasalanan. Enjoy now, pay later in hell. Magkasala ka ngayon, magpakasarap ka. Hindi godly yan. Ano ang ginawang halimbawa ng Panginoon? Suffer now, enjoy later. Ganun ang Christianity. Magtiis ngayon, magtanim ngayon, saka na ang ani.

edlapiz.com.ph

Copyright ©2020

GET THE FULL VERSION

365 DAILY SUPPLEMENTS FOR THE HEART

Approved Therapeutic Claims

> 365 pills from the Bible for each day of the year. Organic. Healthful. Some sweet like honey, some bitter like herbs. All good for the heart. Wisdom of the ages applied to daily life in the unique Ed Lapiz way. Nakakatawa, nakaaaliw, nakagigising. Empowering, enriching, comforting. Read a page each day and walk wiser, stronger, happier.

Download the Full Version of 365 Daily Supplements For The Heart

Download

CLICK THE DOWNLOAD BUTTON!