

اللبان Frankincense

استُخدم ماء اللبان لتعزيز الصحة العامة، إذ يُعرف بخصائصه المضادة للالتهابات ودوره في تقوية المناعة. كما يساعد على تحسين صحة الجهاز الهضمي والبشرة، ويُعتقد أنه يهدئ النفس ويعزز التوازن الجسدي والروحي.

يتم تحضير ماء اللبان بنقع قطع من لبان الذكر الطبيعي في ماء فاتر أو مغلي لمدة تتراوح بين 6 إلى 12 ساعة، وغالبًا طوال الليل. يتحول لون الماء إلى أبيض غائم، ويُشرب باعتدال، وأحيانًا يُصفى قبل الاستخدام.

Frankincense water is known for its anti-inflammatory properties, helps strengthen the immune system, improves digestion, supports skin health, and promotes a sense of calm and well-being.

Frankincense water is prepared by soaking it's pieces in warm or boiled water for 12-6 hours, usually overnight. The water turns milky white and is consumed in moderation, sometimes after straining.