

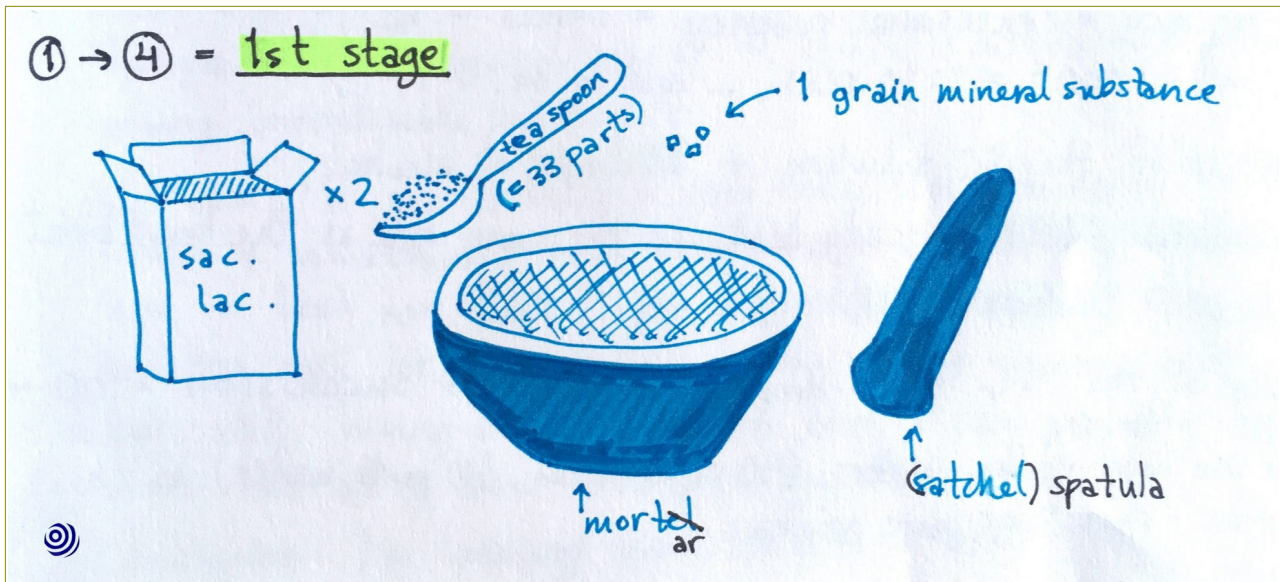
# Potensering

For å holde styr på de **ulike potensene** (gradene av potensering, altså *styrken* på homøopatimidlene) nummererte Hahnemann de potenserte midlene i henhold til **antallet runder potensering** de hadde vært gjennom:

- Substanser som fremstilles homøopatisk blir først **lagret i alkohol** en stund, før de går gjennom potenseringen – som jeg skal beskrive for deg straks. På dette punktet kalles løsningene for **tinkurer** eller **moder-tinkurer**
- Men det finnes **uløselige substanser**, som ikke påvirker løsningen/alkohol-badevannet. For slike substanser instruerte Hahnemann en **nøye overveiet prosess**;
- Gjennom en **triturerings-prosess** bruker vi **laktose** (melkesukker) som uttynningsmiddel, og blander det med substansen som følger:

## Første steg

- Trinn 1)** Substansen, for eksempel et uløselig mineral, **knuses/males** med en keramisk morter. **Én del av substansen** blandes med **33 deler melkesukker**
- Trinn 2)** **Triturer** kraftig i 6-7 minutter
- Trinn 3)** I 3-4 minutter skrapes pulveret fra sidene og bunnen av morteren inn mot midten (for å **samle** det og **røre lett** i pulveret), deretter gjentas trinn 2
- Trinn 4)** Trinn 2 og 3 gjentas ytterligere to ganger, slik at prosessen gjennomgås tilsammen **tre ganger**. Trinn 1-4 utgjør **første steg**



Illustrasjon fra en av mine studieoppgaver om potensering

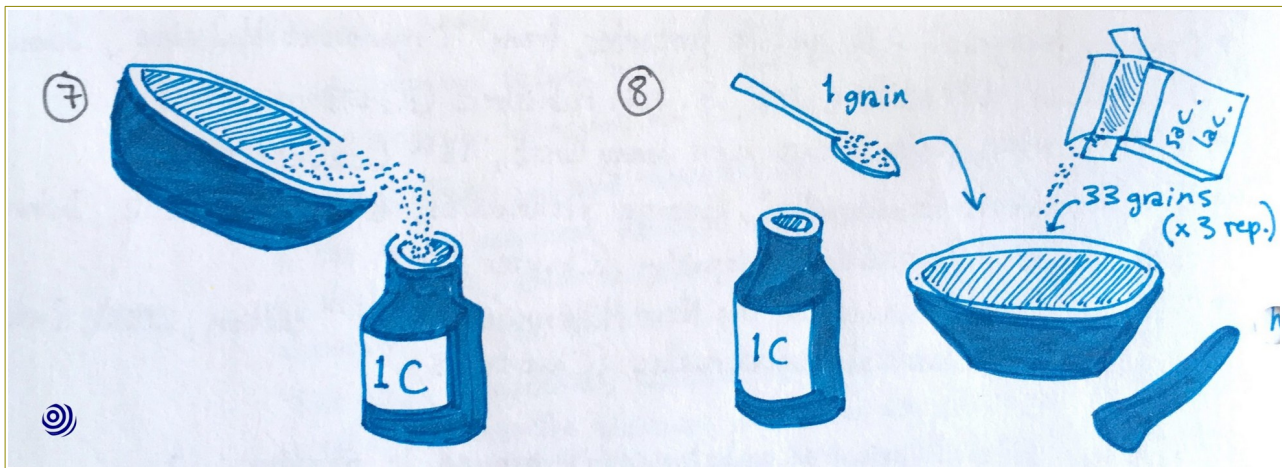
## Andre steg

**Trinn 5)** Tilfør ytterligere **33 deler melkesukker** til blandingen. Repeter trinn 2-4

## Tredje steg

**Trinn 6)** Tilfør de siste **33 delene melkesukker** til blandingen. Repeter trinn 2-4

**Trinn 7)** Putt innholdet av morteren i en beholder, og merk det med **1C** (= 1/100). Anse det fortsatt som en **uløselig blanding!**



**Trinn 8)** Gjenta de foregående trinnene, med **én del av 1C-blandingen** og **33 deler melkesukker**. Produktet er nå en **2C-potens** ( $= 1/100^2 = 1/100.000$ ), og anses fortsatt som en **uløselig** blanding

**Trinn 9)** Gjenta trinn 8 (alstå de foregående trinnene), denne gangen med **én del av 2C-blandingen**, og **33 deler melkesukker**. Produktet er nå en **3C-potens** ( $= 1/100^3 = 1/1.000.000$ );

På dette punktet mente Hahnemann at **dynamiseringen** av blandingen var tilstrekkelig nok, og godt nok mikset med melkesukkeret, til å erklære den for **løselig**;

Den påfølgende prosessen videre fra potens 3C er derfor *felles for de løselige og uløselige substansene*.

## Løselige substanser, opp til 3C

Ved **hvert potenseringstrinn** tok Hahnemann **én hundredel av løsningen** og la til **99 hundredeler alkohol**:

- For tinkturene som har fått stå en stund, betyr det at **én del av løsningen** blir tilført **99 deler alkohol**, før blandingen **ristes kraftig**. Da har vi en **1C potens**;
- Dette gjentas, med **én del av løsningen** til **99 deler alkohol**; til en **2C potens**;
- Etter en **tredje runde** med dynamisering har vi en **3C potens**.

# Videre fra 3C

*Du har kanskje begynt å skjønne tegninga nå?*

For å komme videre fra en **3C potens** til **4C** tilføres **én del av 3C-løsningen 99 deler alkohol**. Som regel gjøres dette ved å ta **én dråpe av 3C-løsningen, i 99 dråper med alkohol**. Deretter **ristes væsken kraftig**.

- Hahnemann selv beskrev **hver kraftige rystning** som kraften av en manns arm som treffer en lærinnbundet bok
- George Vithoukias, en av de kjente homøopatene i Hellas, anbefaler **40-100 ristinger per potenserings-trinn**
- I moderne tid benyttes gjerne **maskiner** til denne jobben, som stilles inn på antall ristinger.

## X-potenser

Det er flere ulike **potenserings-skalaer**. En av de vanligste, i tillegg til C-skalaen, er **X-skalaen**;

Forskjellen i fremgangsmåte er ikke stor mellom potenserings- og C-potenser:

- **Én del av tinkturen** tilføres **ni deler alkohol**, og **ristes kraftig**: da har vi **1X** (= 1/10)
- **Én del av 1X** tilføres **ni deler alkohol**, og **ristes kraftig**: da har vi **2X** (=  $1/10^2 = 1/100$ )
- Samme prosedyre gjentas for å gå videre til høyere potenser

*Merk: noen homøopatiapotek benytter **D** i stedet for **X**. Hvis du er vant med å bruke homøopatimedisiner i D-potens, og/eller har midler med D-potens i husapoteket ditt, så er det **samme potens** som den tilsvarende X-potensen*