

SEIDU



DURCHBRUCH DEINER INNEREN KRAFT



Bedienungsanleitung



1. Inhaltsverzeichnis

1. Inhaltsverzeichnis	3
2. Glossar	4
3. Zweckbestimmung	4
4. Produktbeschreibung	5
4.1 Lieferumfang	5
4.2 Funktionen des SEIDU	6
5. Bedienung des SEIDU	7
5.1 Die wichtigsten Funktionen im Überblick	8
5.2 LED-Signale und Funktionen	9
5.3 Schallgeber	10
5.4 Anwendungsempfehlungen	10
5.5 Tipps zur Länge der Anwendung ohne Audioprogramme	10
5.6 Hinweise zur Anwendung der SEIDU-Audioprogramme	11
6. Gegenanzeigen und Nebenwirkungen	11
7. Gerätefunktion	12
7.1 Vorbereitung	12
7.2 Außerbetriebnahme	12
7.3 Funktionskontrolle	12
8. Pflegehinweise	12
8.1 Gehäuse	12
8.2 Allgemeine Sicherheitshinweise	12
8.3 Pflege und Reinigung der Schallgeber	13
9. Wartung	13
10. Lebenszyklus	13
11. Technische Daten	14
12. Nützliche Informationen für Anwender	14
13. Garantie	14
14. Entsorgung	14

© 2023. Die Bedienungsanleitung ist Eigentum von **Sein & Wirken** - Akademie und Forschungsverein für ganzheitliches Leben und unterliegt dessen Copyright. Alle Rechte vorbehalten.

Diese Bedienungsanleitung darf weder als Ganzes noch in Auszügen vervielfältigt oder elektronisch verarbeitet und weitergegeben werden, ohne dass **Sein & Wirken** zuvor schriftlich zugestimmt hat.

2. Glossar

Alpha-Zustand	Frequenzbereich, in dem Gehirnwellen von 8-12 Hz durch ein EEG messbar sind, Zustand der Entspannung, Konzentration und erhöhter Aufmerksamkeit
LED Licht	Emittierende Diode, die den Strom direkt in Licht umwandelt
Rosa Rauschen	Breitbandrauschen, bei dem alle Frequenzen zwischen 1 und 20.000 Hz gleichzeitig abgespielt werden
Schallgeber	Elektroden zur Übertragung der Schallinformationen im Bereich 40.000 bis 50.000 Hz (nicht hörbarer Bereich)
Theta-Zustand	Frequenzbereich, in dem Gehirnwellen von 3-8 Hz durch ein EEG messbar sind, Zustand tiefer Entspannung und Schlaf
Ultraschall	Frequenzbereich (über 16.000 Hz bis mehrere MHz) oberhalb der Schallwahrnehmung unserer Ohren



WARNHINWEISE werden durch das linke Symbol gekennzeichnet. Anweisungen im Zusammenhang mit **WARNHINWEISEN** müssen vom Anwender in jedem Fall unbedingt befolgt werden.

3. Zweckbestimmung

Der SEIDU erzeugt biokompatible Schallsignale, mit denen man nach ca. 20 Minuten eine tiefe körperliche und geistige Entspannung erreichen kann. Dieser Entspannungszustand wird Alpha-Zustand genannt und ist mittels EEG (Elektroenzephalogramm) oder HRV (Herz-Raten-Variabilität) messbar. Die Aufnahme und Speicherung aufgenommener Informationen ist in diesem Entspannungszustand einfacher, entspannter und effektiver. Die häufigsten Fragen rund um den SEIDU finden Sie auf seinundwirken.com/faq

Die SEIDU-Audioprogramme unterliegen dem Copyright von **Sein und Wirken** - Akademie und Forschungsverein für ganzheitliches Leben und dürfen nicht über den privaten Gebrauch hinaus vervielfältigt oder weiter verbreitet werden. Öffentliche Vorführungen oder Verwendungen ohne die Zustimmung der Autoren sind strengstens untersagt.

Für jeglichen Missbrauch oder Zweckentfremdung übernehmen **FGS** und **Sein und Wirken** keine Haftung!

4. Produktbeschreibung

SEIDU ist ein Forschungsprojekt von **Sein & Wirken** - Akademie und Forschungsverein für ganzheitliches Leben und besteht aus zwei Komponenten: SEIDU-Hardware (entwickelt und hergestellt von **FGS** - Forschungsverein für Gesundheit und Sport) und SEIDU-Audioprogramme (entwickelt und hergestellt von **Sein und Wirken**). Diese Anleitung soll Ihnen bei der Bedienung behilflich sein. Wir bitten Sie deshalb, diese Anleitung sorgfältig durchzulesen.



Abbildung 1: SEIDU

Mit der SEIDU-Hardware lassen sich externe Audiosignale oder Lerninhalte wahrnehmen, die als Audiodatei (16 bit .wav oder .mp3) zusätzlich zum Ultraschallsignal moduliert werden, ohne dass die Ohren den Schall zum Innenohr leiten.

Das Ultraschallsignal liegt im Bereich von 40-50 kHz, also 40.000 bis 50.000 Hz (Schwingungen pro Sekunde). Das Gerät lässt sich als Stand-alone (ohne Audioinhalte) und mit Audioinhalten nutzen.

Beide Schallgeber müssen direkten Hautkontakt haben, vorzugsweise in Bereichen mit keinen oder wenigen Haaren, damit der Schwingungskreis (elektrisch) funktioniert.

Die SEIDU-Audioprogramme basieren auf den Forschungen und Erfahrungen aus jahrzehntelanger Arbeit mit Klienten im Bereich Coaching, Hypnose und Reinkarnationstherapie und bestehen aus jeweils vier Audiodateien. Neben dem mitgelieferten Audioprogramm Seelenreise finden Sie weitere Angebote hier: seinundwirken.com/seidu-audioprogramme

4.1 Lieferumfang

- 1 x SEIDU Gerät
- 1 x Schallgeber 0,5 m mit 3,5 mm Klinkenbuchse
- 1 x USB-C Ladekabel plus Adapter von USB-C auf USB-A
- 1 x Audio-Adapterkabel von Audio 3,5 mm Klinke auf USB-C
- 1 x Gerätetasche in Farbe nach Wahl
- 1 x Audio-Verlängerungskabel (Schallgeber)
- 1 x Case zur Aufbewahrung für Micro-SD-Karten
- 1 x SEIDU-Audioprogramm Nr. 1 - Seelenreise auf Micro SD-Karte



Abbildung 2: Schallgeber

4.2 Funktionen des SEIDU

Das Gerät lässt sich ohne Audioinhalte und mit Audioinhalten nutzen.

4.2.1 Gerätenutzung ohne Audioinhalte

Ausgang über Schallgeber mit Hautkontakt:

- Ultraschall Haupt-/Trägersignal: ca. 40-50 kHz
- Ultraschall + Rosa Rauschen: ca. 1-20.000 Hz (biologisch effektiver)
- Automatisch integrierter Biofeedback-Mechanismus

4.2.2 Gerätenutzung mit Audioinhalten

Ausgang über Schallgeber:

- Ultraschall Haupt-/Trägersignal: ca. 40-50 kHz
- Ultraschall + Rosa Rauschen: ca. 1-20.000 Hz (biologisch effektiver)
- Ultraschall + Audiosignal
- Ultraschall + Rosa Rauschen + Audiosignal
- Integrierter Biofeedback-Mechanismus

Ausgang über Kopfhörerbuchse:

- Audioinhalte über Kopfhörer oder Audioanlage
- Audioinhalte plus Rosa Rauschen über Kopfhörer oder Audioanlage

4.2.3 Laden des Akkus

Über das mitgelieferte USB-C-Kabel kann der interne Akku geladen werden (**LED links blinkt rot**). Sobald der Akku geladen ist (**LED links leuchtet rot**), kann das Ladekabel entfernt werden und die rote LED neben dem Batteriezeichen erlischt. Eine volle Ladung kann ca. 5 Stunden dauern. Akku-Kapazität: 2400mAh, Ladestrom: maximal 500mA.



Abbildung 3: USB-C-Kabel

4.2.4 Display

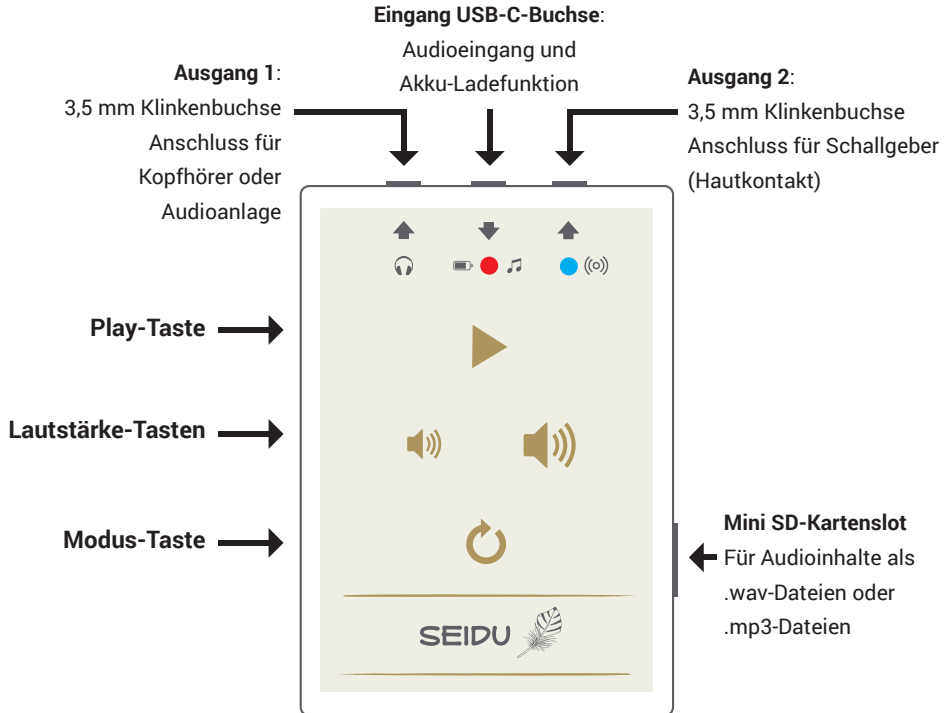


Abbildung 4: Display mit Funktionstasten, Aus- und Eingängen

5. Bedienung des SEIDU

Es gibt drei Buchsen an der oberen Seite des Geräts und einen SD-Karten-Schlitz an der rechten Seite (siehe **Abbildung 4**).

Von oben links nach unten rechts:

- Ausgang 3,5 mm Klinkenbuchse: Anschluss für Kopfhörer oder Audioanlage
- Eingang USB-C-Buchse: Audioeingang und Akku-Ladefunktion
- Ausgang 3,5 mm Klinkenbuchse: Anschluss für Schallgeber (Hautkontakt)
- Mini SD-Kartenslot für Audioinhalte als 16 bit .wav- oder .mp3-Dateien

Der im Gerät integrierte Mediaplayer ist sehr einfach zu bedienen: Sie brauchen nur die Play-Taste mit den Funktionen Start, Pause, nächster Titel und Stopp sowie den Abspielmodus „nur den aktuellen Titel“ oder „alle Titel der Reihe nach“ abspielen.

5.1 Die wichtigsten Funktionen im Überblick

- Audioinhalte (ein oder mehrere Titel) von der SD-Karte werden nicht gestoppt, sie werden immer wieder abgespielt, bis die Stopp-Funktion aktiviert wird (Abspielmodus Random: **alle Titel nacheinander**).
- Soll nur ein Titel von mehreren abgespielt werden und der Player dann stoppen, muss der Abspielmodus „**nur ein Titel**“ aktiviert werden.
- Die rechte Ausgangsbuchse wird mit den Schallgebern verbunden.
- Nur wenn beide Schallgeber Hautkontakt haben, werden die Schallsignale übertragen.
- Mit der Modus-Taste (o) wählt man zwischen Ultraschall (**LED rechts leuchtet blau**) und Ultraschall + Rosa Rauschen (**LED rechts leuchtet grün**).

Play-Taste

- 1x drücken: **Start (LED links leuchtet grün)**
- Kurz drücken: Pause (**LED links blinkt grün**)
- 2x kurz drücken: **Nächster Titel**
- Länger drücken: **Stopp**
- Abspielmodus „**nur ein Titel**“ aktivieren: Zum gewünschten Titel springen und abspielen (**LED links leuchtet grün**), Modus-Taste für 3 Sekunden drücken (Bestätigung: **LED links blinkt 3 x grün**)
- Abspielmodus „alle Titel der Reihe nach“ aktivieren: Ein Titel wird abgespielt (**LED links leuchtet grün**), Play-Taste für 3 Sekunden drücken (Bestätigung: **LED links blinkt 3 x grün**)

Modus-Taste

- Lang drücken (1 Sekunde): Ein- und Ausschalten des Geräts
- Kurz drücken: Umschalten zwischen Ultraschall / Ultraschall plus Rosa Rauschen
 - LED rechts leuchtet blau:** Ultraschallsignal ist aktiviert ● (∞)
 - LED rechts leuchtet grün:** Ultraschall plus Rosa Rauschen ist aktiviert ● (∞)

Lautstärke-Tasten

- Lautstärkeregelung der Signale der Schallgeber
- Lautstärkepegel der Audiosignale und Rosa-Rauschen werden automatisch angepasst

5.2 LED-Signale und Funktionen

Bedienung ohne Audiofunktionen

LED links:

- **Rot blinkt:** Akku ist leer / wird geladen
- **Rot:** Akku ist voll, Ladekabel kann entfernt werden

LED rechts:

- **Blau:** Ultraschall
- **Grün:** Ultraschall plus Rosa Rauschen

1 x Modus-Taste (Ein/Aus) kurz drücken:

Umschalten zwischen Ultraschall und Ultraschall mit Rosa Rauschen

Bedienung mit Audiofunktionen

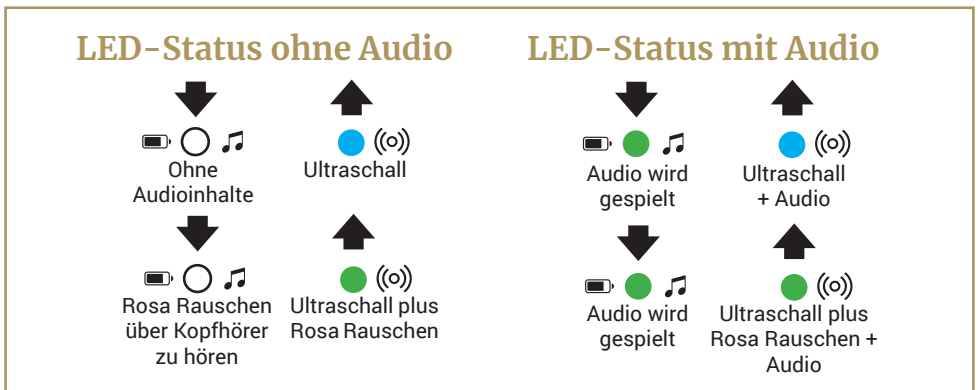
LED links:

- **Grün:** Audio wird abgespielt
- **Grün blinkt:** Audio-Pause
- **Kein LED-Licht:** Audio ist gestoppt
- **Rot blinkt:** Akku ist leer / wird geladen
- **Rot:** Akku ist voll, Ladekabel kann entfernt werden

Audio-Zusatzfunktionen

LED rechts:

- **Blau:** Ultraschall
- **Grün:** Ultraschall plus Rosa Rauschen



5.3 Schallgeber

Bedienung der Schallgeber

Legen Sie die beiden Metallplättchen mit der Metallseite auf saubere, fettfreie und unbehaarte Hautstellen, z. B. an der Lende, Hüftknochen, Unterarm, Schläfe, Fessel, Wade. Ideal ist die Kombination an der Hüfte links vorn, an der Lende rechts hinten. Beachten Sie, dass ein guter Kontakt mit der Haut zustande kommt. Fixieren Sie die Plättchen am Körper, z. B. mit Stirnband, BH, Socken oder Hosenbund.

Achten Sie darauf, dass der Stecker der Schallgeber korrekt und bis zum Anschlag in der Buchse eingesteckt ist. Nach Beendigung der Anwendung entfernen den Klinkenstecker der Schallgeber und schalten das Gerät aus.

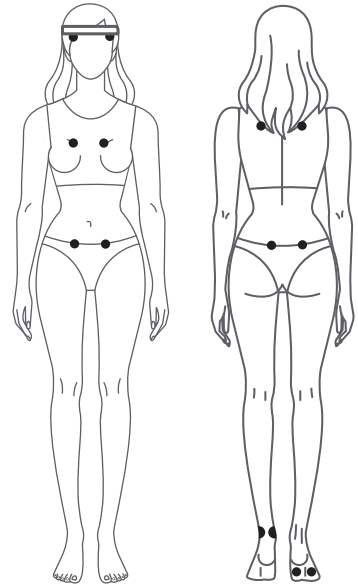


Abbildung 5:

Mögliche Platzierungen der Schallgeber

5.4 Anwendungsempfehlungen

Normalerweise spüren wir schnell, was uns gut tut und was weniger. Manchmal ändert sich dieses Empfinden nach einer gewissen Zeit, achten Sie deshalb immer auf die Rückmeldungen und Signale von Ihrem Körper und Geist.

Wir empfehlen das Ultraschallsignal in Verbindung mit dem Rosa Rauschen zu nutzen, da dem Körper damit ein breites Frequenzspektrum zur Verfügung steht, das er aufgrund von Resonanzprinzipien optimal für sich nutzen kann. Beginnen Sie mit dem reinen Ultraschallsignal und schalten Sie das Rosa Rauschen nach Wunsch zusätzlich dazu (Bedienung siehe 5.1). Spüren Sie in sich hinein, ob es angenehmer ist. Falls nicht, schalten Sie es einfach wieder ab.

Sorgen Sie für eine ungestörte Atmosphäre und stellen Sie sicher, dass im Hintergrund weder ein TV-Gerät oder ein Radio läuft. Es ist ebenfalls dringend empfohlen, während der Anwendung keine Handynachrichten oder Social Media zu konsumieren!

5.5. Tipps zur Länge der Anwendung ohne Audioprogramm

Nachfolgend finden Sie unsere Empfehlungen für Anwendungszeiten:

- 20 Minuten:** Zur Entspannung, Stressreduktion oder bei körperlichen Symptomen
- 20 - 60 Minuten:** Bei Meditation, Kurzschlaf / Mittagsschlaf
- 20 - 180 Minuten:** Bei Vorträgen zum besseren Aufnehmen von Wissen (Schule, Uni, Workshops)

5.6 Hinweise zur Anwendung der SEIDU-Audioprogramme

Empfehlung: Vor Anwendung der SEIDU-Audioprogramme via Schallgeber, zunächst via Kopfhörer oder Audioanlage anhören.

Anwendung der Audioprogramme via Schallgeber. Die gleichzeitige Anwendung (Hören über die Ohren plus hören über die Haut) ist nicht empfohlen.

WICHTIG! Anwendung der SEIDU-Audioprogramme Track 1 oder 2 zur Nacht oder in Ruhe, liegend oder in angelehnter Sitzposition anwenden. Dann wirken lassen!

Ausnahme: Tracks 3 + 4 Diese können mehrmals hintereinander angewendet oder gehört werden.

Die SEIDU-Audio-Programme sind wie folgt aufgebaut:

Track 1 für den Abend, gesprochen von Dia

Track 2 für den Abend, gesprochen von Piero

Track 3 für den Start in den Tag oder zwischendurch, gesprochen von Dia.

Track 4 für den Start in den Tag oder zwischendurch, gesprochen von Piero

6. Gegenanzeigen und Nebenwirkungen

Gegenanzeigen und Nebenwirkungen sind bisher keine bekannt. Die Anwendung erfolgt in Eigenverantwortung und Selbstverantwortung. Die Technologie ist seit 1970 weltweit im Einsatz. Bei erhöhter Sensibilität führen Sie einen ersten Test mit einigen Sekunden Hautkontakt durch und erhöhen nach und nach die Zeit, um eigene Sicherheit in der Anwendung und körperliches Feedback zu erhalten.

Anmerkung: Die meisten Ärzte oder Therapeuten kennen diese Technologie nicht und können Ihnen deswegen auch keine sinnvolle Empfehlung geben. Bevor ein Arzt / Therapeut etwas empfehlen soll, das er nicht kennt oder wovon er kein Fachwissen hat, wird er aus haftungsrechtlichen Gründen eher davon abraten.

Bei der Anwendung des SEIDU können Sie unterschiedliche Empfindungen haben. Sollten diese für Sie zu unangenehm werden, stoppen Sie die Anwendung und machen eine Pause. Hören Sie auf Ihre Empfindungen und Sinneswahrnehmungen. Bei Bedarf können Sie die Anwendungszeit langsam steigern.

Die Anwendung der SEIDU-Audioprogramme ist ausschließlich für seelisch und geistig gesunde Menschen angeraten und erfolgt in Eigenverantwortung des Anwenders. Die Autoren der Audioprogramme (Sein und Wirken - Akademie und Forschungsverein für ganzheitliches Leben) übernehmen keinerlei Haftung für aus der Anwendung der Programme resultierenden Ergebnisse oder Handlungen.

Bei Fragen nehmen Sie gern Kontakt mit uns auf

Hersteller Hardware info@gesundheit-und-sport.com

Ersteller SEIDU-Audioprogramme kontakt@seinundwirken.com

7. Gerätefunktion

7.1 Vorbereitung

Untersuchen Sie sofort nach Erhalt den Versandkarton auf Beschädigungen. Kontaktieren Sie Ihren Händler, wenn der Versandkarton beschädigt ist und machen Sie, wenn möglich, Fotos der Beschädigungen. Nehmen Sie den SEIDU vorsichtig aus der Originalverpackung (Tasche). Legen Sie das mitgelieferte Zubehör griffbereit neben den SEIDU.

7.2 Außerbetriebnahme

Drücken Sie die Modus-Taste 1 Sekunde, um den SEIDU auszuschalten (LED rechts leuchtet nicht mehr). Entfernen Sie sicherheitshalber alle Kabel, damit es bei der Lagerung nicht zu Kabelknicken kommen kann.



WARNHINWEIS!

Vermeiden Sie das Eindringen von Wasser in das Gerät.

7.3 Funktionskontrolle

Sobald der SEIDU mit der Anwendung beginnt, leuchtet je nach Gerätemodus die rechte LED **blau** oder **grün**.

8. Pflegehinweise

8.1 Gehäuse

Reinigen Sie den SEIDU mit einem weichen, angefeuchteten Tuch. Verwenden Sie nur milde Reinigungsmittel.



WARNHINWEIS!

Lösungsmittelhaltige oder ätzende Reiniger sind aggressiv und beschädigen die Oberfläche des Gehäuses. Reinigungslösungen können dem Anwender schaden

8.2 Allgemeine Sicherheitshinweise

Vermeiden Sie das Erhitzen des SEIDU während des Betriebs oder bei der Lagerung (max. 40 °C). Schützen Sie das Gerät vor zu hoher Luftfeuchtigkeit (max. 90 %, ohne Kondensation). Bringen Sie das Gerät nicht in Kontakt mit Regen, Sand oder übermäßigem Staub. Legen Sie es nicht direkt neben oder auf einen Heizkörper, Mikrowelle, Induktionsherd oder andere Geräte, die starke elektromagnetische Felder erzeugen und abstrahlen, vermeiden Sie direkte Sonneneinstrahlung.

8.3 Pflege und Reinigung der Schallgeber

Test der Funktion des Schallgebers:

Wenn Sie beide Metall-Kontaktflächen der Schallgeber so wie auf dem Bild zu sehen greifen und direkt ans Ohr halten, sollte ein leises, hohes Rauschen zu hören sein. Bei einer Hochtonschwäche Ihrer Ohren kann es möglich sein, dass Sie das „Rauschen“ nicht hören. Bitten Sie eine andere Person dies zu prüfen oder schalten Sie die Audiodatei ein. Diese Funktionsprüfung sollte in einer ruhigen Umgebung durchgeführt werden, da zu laute Umgebungsgeräusche das leise Rauschen überdecken können.



Abbildung 6: Funktionstest der Schallgeber

Vermeiden Sie Beschädigungen, z. B. durch:

- Starkes Knicken der Kabel
- Reißen oder Ziehen am Kabel: Dadurch könnte sich die Lötstelle an der Elektrode lösen
- Druck auf die Metallplättchen: Dahinter befinden sich leicht zerbrechliche Keramik-Piezoplättchen, denen ein Defekt von außen nicht anzusehen ist

Die Schallgeber können mit handelsüblichen Kunststoffreinigern leicht feucht gereinigt werden. Bitte beachten Sie die Herstellerhinweise. Keine Garantie auf flexible Leitungen, Schallgeber und SD-Karten, da Funktionsfähigkeit und Lebensdauer von der Benutzung des Anwenders abhängt. Als Zubehör können die Schallgeber sowie die SD-Karten separat gekauft werden.

9. Wartung

Der SEIDU ist wartungsfrei.

10. Lebenszyklus

Der SEIDU wird aus hochwertigen Materialien gefertigt. Gerät und Zubehör sind zerbrechlich und sollten mit höchster Sorgfalt behandelt werden. Der im Gerät befindliche Akku (Lithium-Polymer) hat eine Lebenszeit von 2.000 Ladezyklen. Je nach Anwendung entspricht das einem Zeitraum von 3-10 Jahren.

Der Akku kann bei Bedarf vom Hersteller gewechselt werden. Nehmen Sie bitte Kontakt zum Händler auf, wenn vom Wartungszeitpunkt (Akku-Lebenszeit) unabhängige Probleme mit dem Gerät auftreten. Sie technische Unterstützung benötigen oder das Gerät repariert werden muss.

11. Technische Daten

Akku Lithium-Polymer-Akku:	2400mAh, USB-C-Ladekabel
Gewicht:	132 Gramm (inklusive integriertem Akku)
Maße Länge:	120 mm
Breite:	65 mm
Höhe:	22 mm
Signalerzeugung:	Ultraschall analog: 40.000 – 50.000 Hz low level
Rosa Rauschen:	digital 1-20.000 Hz
Statusanzeige:	2 x RGB-LED
4 Tasten:	On/Off / Signalmodus Lautstärke plus Lautstärke minus Start / Pause / Stopp / nächster Audio-Track / Abspielmodus

12. Nützliche Informationen für Anwender

Im Memberbereich auf unserer Webseite finden Sie ein Anwendungstagebuch zum Download, weitere Videos und weitere Angebote zur Begleitung.

13. Garantie

Die Garantie für den SEIDU beträgt 24 Monate ab Verkaufsdatum. Die Garantie umfasst Fehler durch fehlerhaftes Design, fehlerhaftes Material oder schlechte handwerkliche Ausführung. Davon ausgenommen sind die Schallgeber, SD-Karten und Kabel.

FGS ist nicht verantwortlich und haftbar für Schäden durch:

- Nichtbefolgung der Bedienungsanleitung,
- nicht sachgemäße Bedienung oder
- falsche Anwendung oder Missbrauch des SEIDU oder seines Zubehörs.



WARNHINWEIS!

Die Garantie erlischt sofort, wenn der SEIDU von nicht autorisierten Personen geöffnet wird.

14. Entsorgung

Ausgemusterte Geräte und Micro SD-Karten müssen als Elektronikschrott entsorgt werden.





Sein und Wirken

AKADEMIE UND FORSCHUNGSVEREIN
FÜR GANZHEITLICHES LEBEN

Auenstraße 8
9535 Schiefeling am Wörthersee
kontakt@seinundwirken.com

seinundwirken.com