



Willkommen, liebe Wiederkehrende, Wiedergänger und Wiederkäuer!

Schön, dass ich niemanden vergrault habe. Zwanzig Abonnenten, und nach der ersten Ausgabe hat niemand gekündigt, es ist sogar noch jemand neu hinzugekommen! Yeah, Wachstum! Aber lasst mich gleich eins klarstellen: Mein Newsletter ist kein Wettbewerb. Mein Hauptanliegen ist hier wie anderswo: Entschleunigung, raus aus dem Konsum, besser Dinge wiederentdecken, reparieren, gebraucht kaufen. Nicht noch eine Streamingplattform, nicht noch ein Algorithmus, der einem die Arbeit abnimmt wie früher das Radio, oder lineares Fernsehen, sondern Selbstermächtigung, Recherchieren, Reinhören, Reingucken. Bewusster schauen, alte Lieblinge dem Test der Zeit unterziehen, Meinungen revidieren, reflektieren. Pausen wagen. Den Hype verpassen und aufatmen. Das ist heute alles schon ein Akt des Widerstands. Verzicht und Reduktion bewusst leben, und vermutlich glücklicher sein, als vorher.

Ehe es nun losgeht, eine doofe Frage, komplett ohne Zusammenhang, nur um euch aus dem Konzept zu bringen: Na, wie heißt Heidi wohl mit Nachnamen?

## Musik

Wer braucht gerade kein Gegengift, Hand hoch? Dachte ich mir. In Zeiten wie diesen

loben mir eine Ikone der 80er wie **David Byrne**, der uns den Kopf gerade rückt:



Starke Ironie-Vibes gehen raus an alle, die das gerade auf dem Handy gucken. Wer seine alten Sachen mit den Talking Heads lieber mag, kann ja das eben erst veröffentlichte offizielle Video zu „[Psycho Killer](#)“ mit Saoirse Ronan genießen.

Ebenfalls gute Laune verbreiten [Pulp mit „Got to have love“](#), die ich leider ständig mit Suede verwechsle (warum auch immer), die zwar selbst gerade eine neue Single am Start haben, die finde ich aber genauso scheiße wie damals. Der neue Kraftklub Song enttäuscht so sehr, dass ich ihn nicht mal verlinke, stattdessen packe ich euch lieber [Annahstasia mit „Villain“](#) rein. Erinnert ein kleines bisschen an Tracy Chapman, vielleicht wegen des Vibratos in der Stimme und der Kombi mit akustischer Gitarre, aber was man Annahstasia zugute halten muss: kalt lässt einen das Ergebnis nicht. Hier singt uns spielt jemand selbstbewusst in einer eigenen Liga, es gibt keinerlei Anbiederung an Trends oder Moden, es wird einfach das eigene Ding durchgezogen. Gebt euch zum richtig Eintauchen einfach mal diese [Live-Performance](#). Atemberaubend, im besten Sinne, dann verzeiht man ihr auch gleich wieder, wenn einem nicht alle Stücke auf der Debütplatte gefallen.

Zettelwirtschaft YouTube Playlist 2025

PS: Letzte Woche habe ich zum ersten Mal von Sleep Token „gehört“ bzw. gelesen, der „aktuell erfolgreichsten Metalband der Welt“ (Zeit Online), die es von TikTok an die Spitze der Charts geschafft hat und mich kurz geschüttelt. Maskierungen waren ja schon nach Kiss langweilig (erinnert sich noch jemand an Crimson Glory? Die gibt's

übrigens inzwischen auch wieder, stilecht mit der Playlist von 1988), aber musikalisch bin ich da sowas von raus ... das ist ja noch schlimmer als seinerzeit Nickelback oder Linkin Park, mehr Hype als Substanz. Nun ja, es gibt eine neue Single von Death Angel, die spülte mir nach einer Lauschprobe die Hörgänge wieder frei: Old-School-Noise-Cancelling :)

## Film und TV

Vermisst ihr manchmal auch Serien, die in jeder Folge eine eigene kleine Welt erzählten, ehe die Hauptfigur überhaupt auftauchte? Wer jetzt an Columbo denkt, liegt richtig. Entsprechend ist mein Tipp diesen Monat **Poker Face**, die Serie von Rian Johnson, die vor kurzem in ihre zweite Staffel gestartet ist. Rian Johnson, ist das nicht der, der Star Wars\* 8 verbrochen hat? Mal abgesehen davon, dass der wenigstens was riskiert, und die offensten fünf Minuten der neuen Filme inszeniert hat, ja, genau der. Man sollte aber nicht vergessen, dass er fürs Fernsehen bei einigen der besten Folgen von Breaking Bad auf dem Regiestuhl saß, unter anderem bei [Ozymandias](#). Anders ausgedrückt: TV ist vielleicht das Medium, für das er wirklich gemacht ist, was die erste Staffel Poker Face eindrucksvoll bestätigt hat. Die zweite Staffel beginnt leider etwas durchwachsen, daher ist die Empfehlung noch unter Vorbehalt, der Trailer ist kacke, darum verlinke ich euch einen Ausschnitt der zweiten Folge von Staffel 2, die euch immerhin einen Eindruck der Gaststars vermittelt, die sich hier die Klinke in die Hand geben:



Folge 3 hatte tolle Momente, und Folge 4 war dann ein echtes Highlight, wenn auch sehr ... albern? Aber warum auch nicht? Können wir alle gerade gebrauchen. Fangt aber

mit der ersten Staffel an, einfach um des Prinzips willen, und weil die eh viel zu wenige geguckt haben.

Darüber hinaus empfehle ich euch eine Serienperle, die so gut ist, dass ihr hoffentlich gleich alle zufrieden mit dem Kopf nickt oder euch Notizen macht: [Atlanta](#) (das ist ein Fan-Trailer, aber halt besser als die vom Sender. Und die Serie wird im Verlauf immer verspielter und mutiger, ohne je seine Leichtigkeit einzubüßen.) Wenn ich mich nicht irre, gibt's das auf Magenta TV, das einige von euch im Abo haben (Hallo Bernd!\*\*). Also guckt das. Kommt wegen Donald Glover ([Community](#)) habt ihr doch alle gesehen, oder? ODER??), bleibt wegen Brian Tyree Henry. Der spielt übrigens auch in [The Fire Inside](#) mit, den gibt's bei Amazon Prime im Abo, das ihr hoffentlich gekündigt habt? Einer der besseren Sportfilm, wie zuletzt auch [I, Tonya](#), und basiert ebenso auf wahren Begebenheiten. Kauft bitte wieder DVDs und Blu-rays, auch gebraucht, traut den Streamern nicht.

Für alle Fälle noch ein Gratis-Tipp, wenn auch vielleicht ein bisschen umständlich, denn um es werbefrei zu gucken empfehle ich euch ein Plugin wie Ghostery auf Firefox und ein privates Fenster, dann könnt ihr nämlich auf joyn [Die StiNos](#) gucken. Zur Not müsst ihr halt vor jeder weiteren Folge den Browser neu starten, aber dafür geht's ohne Werbung. Die Serie ist so wunderbar alltäglich und gut beobachtet, dass man sich sehr schnell darin zurechtfindet. Außerdem ist die Besetzung ausgezeichnet, der Humor so trocken wie bei Loriot und das Timing von Schauspiel und Schnitt schlicht perfekt. Lässt nach hinten raus ein bisschen nach, lohnt sich aber trotzdem, weil es wohl leider keine Fortsetzung geben wird, denn wer kennt schon joyn?

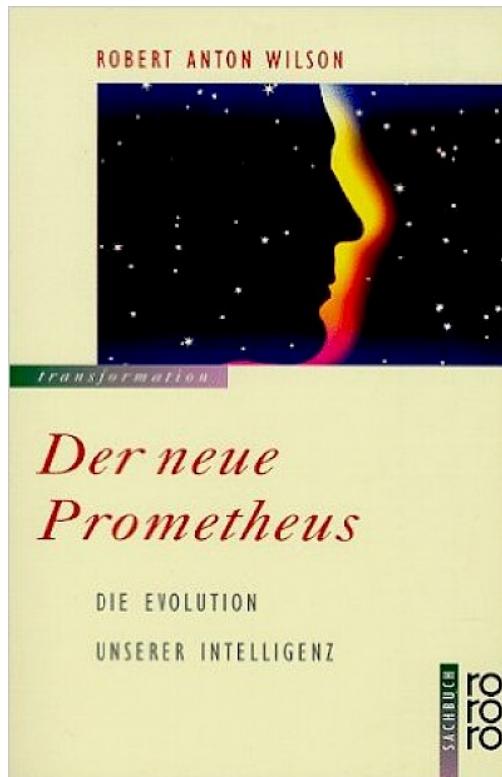
\* Apropos Star Wars, da soll **Andor** ja die Serie sein, die den Ton der Originaltrilogie getroffen hat, aber ganz ehrlich? Ich mag die nächsten 20 Jahre nix mehr aus dem Universum sehen, so sehr war das ein [lauer Aufguss](#) von Altbekanntem, aber wer einen Blick riskieren mag, kann es ja mal versuchen. Sind ja „nur“ zwei Staffeln. Gleches gilt übrigens für die Star Trek Neuauflagen, alle unanguckbar für mich, wobei dort **Strange New Worlds** die Ausnahme von der Regel sein soll, da kommt gerade Staffel 3. Ich warte auch damit gerne noch ein paar Jährchen.

\*\* Name von der Redaktion geändert

## Bücher

Mit diesem Lesetipp tue ich mir vielleicht keinen Gefallen, dafür aber euch. Denn RAW (steht passender Weise nicht nur für Formate unkomprimierter Informationen,

sondern auch für **Robert Anton Wilson**, bei dem man genau das Gegenteil bekommt) ist nicht so einfach zu erklären, aber ich versuch's mal. Wilson gelingt immer wieder das Kunststück einen auf gedankliches Glatteis zu führen. Man darf sich nie sicher sein, ob er einen gerade auf den Arm nimmt, oder ob er es ernst meint. Gerne passiert auch beides gleichzeitig. Das schmälert nie seine klare Sicht auf alles, sondern ganz im Gegenteil, das ist elementarer Teil seiner Herangehensweise, wie es die negative Dialektik für Adorno war. Er nimmt keine Theorie (zu) ernst, sondern verknüpft verblüffend naheliegend Konzepte miteinander, denkt Unerhörtes zusammen, und sorgt so für Erkenntnisse, die man anders vielleicht nicht hätte haben können. Ihn zu lesen ist so bewusstseinserweiternd, wie es nüchtern wohl überhaupt nur möglich ist. Wenn ein LSD Trip so erhelltend ist, wie Wilson zu lesen, wäre ich daran interessiert. Aber kommen wir zum konkreten Buch, das ich gerade wiederentdeckt habe:



Was Wilson hier vorstellt, ist nicht weniger als ein Modell unserer (nicht nur psychologischen) Entwicklung als menschliche Wesen. Eingeteilt in acht Stufen. Die erste Stufe ist demnach jene, in der unsere Grundbedürfnisse gedeckt sind, Nahrung, Heim, usw. Die zweite ist dann unsere Stellung in der Gesellschaft, die Hierarchien, in denen wir uns bewegen, bzw. wie weit vor wir uns in die Welt hinaus wagen. Die dritte ist Kultur und Wissen, die vierte Sexualität. Das passt recht gut in bereits bekannte psychologische Schemata, aber was er alles damit verknüpft ist der Hammer. Oder wie er herleitet, inwiefern Gehirnwäsche nichts anderes ist, als einen auf die erste Stufe zurück zu versetzen, und danach eine neue Prägung vorzunehmen. Als Beispiele dazu dienen ihm ein Entführungsopfer und ... die Grundausbildung zum Soldaten. Sowas

meine ich mit erstaunlichen Parallelen, denn man kommt nicht umhin die Ähnlichkeiten zu sehen. Unvoreingenommen. Genau darin liegt die Faszination Wilson zu lesen. Anstelle von Prägungen spricht er gerne von Realitätstunneln, wir würden vielleicht gerade Blasen sagen, aber gemeint ist das Gleiche, eine (unsere) eingeschränkte Wahrnehmung, die wir alle mit der Wirklichkeit verwechseln. Die fünfte Stufe ist, wenn einem das bewusst wird, und man darüber steht. Das gelingt uns gelegentlich, aber leider eher nicht permanent. Obwohl wir es uns einreden. Wer das bis hierhin [von ihm selbst vorgetragen](#) anhören möchte, bitte sehr, es lohnt sich.

Danach wird es, sagen wir mal vorsichtig: spekulativ. Als Modell oder Überlegung aber auf jeden Fall anregend. Wem würde nicht die Vorstellung gefallen, dass wir dazu fähig wären, die eigene DNS auszulesen und nach Belieben zu aktivieren oder gar zu reparieren? Stellt euch das vor wie die ultimative Achtsamkeitsübung. Das sind jedenfalls die Sphären, in die sich dieses Buch hochschraubt, und nebenbei alle bisherigen Hochkulturen mit ihrer Terminologie einbindet, was zur Folge hat, dass man nichts mehr als „fremd“ wahrnimmt, sondern nur noch das verbindende der menschlichen Erfahrung. Ich denke damit wird klar, warum ich euch das jetzt ans Herz lege, weil uns gar keine andere Wahl bleibt, als dem uns umgebenden Wahnsinn evolutionär zu begegnen. Und hey, die Erleuchtung kostet nix!

Auf jeden Fall kann ich euch versprechen, dass es sich lohnt darin herum zu schmökern, denn selbst wenn man nicht allem beim ersten (oder zweiten) Anlauf folgen kann, es ist immer unterhaltsam zu lesen, und irgendwann macht es dann doch klick, und RAW hat euch. Mit einem Augenzwinkern lesen, denn was allen Dogmatikern grundsätzlich abgeht, findet man bei ihm immer: Humor.

Wem das alles zu esoterisch ist, dem sei der [Vortrag von Joscha Bach beim letzten CCC-Kongress](#) empfohlen, der in eine ähnliche Kerbe schlägt, auch wenn es bei ihm eigentlich um KI geht – [Synchronizität](#) eben.

## Podcasts

Schon im Studium habe ich mit Genuss **Claus Leggewie** gelesen, ihm zuhören zu dürfen ist mindestens genauso gut. Er war im Februar zu Gast bei Jagoda Marinić, und die klare Einordnung und Analyse von Geschichte und Gegenwart, Demokratie und Widerstand angesichts der erstarkenden Rechten.

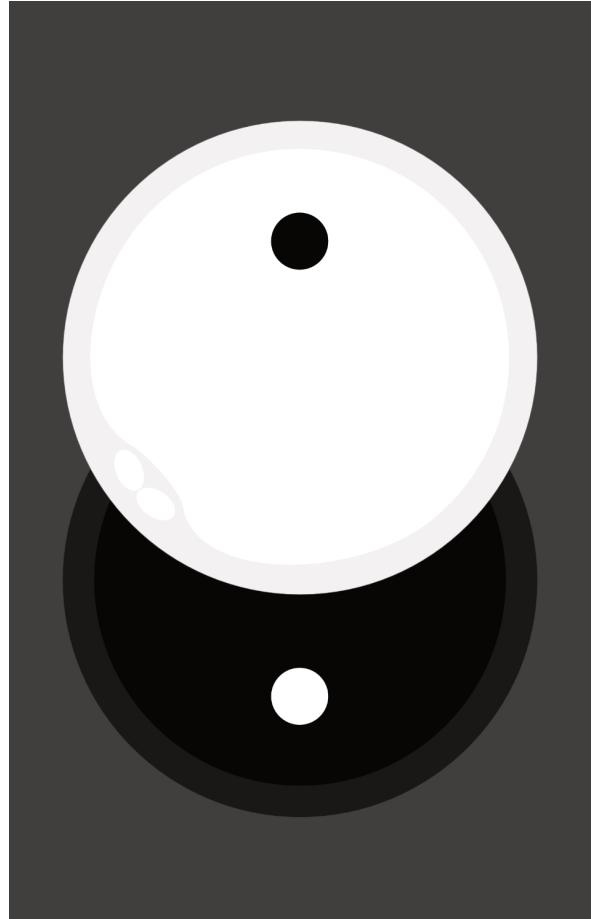
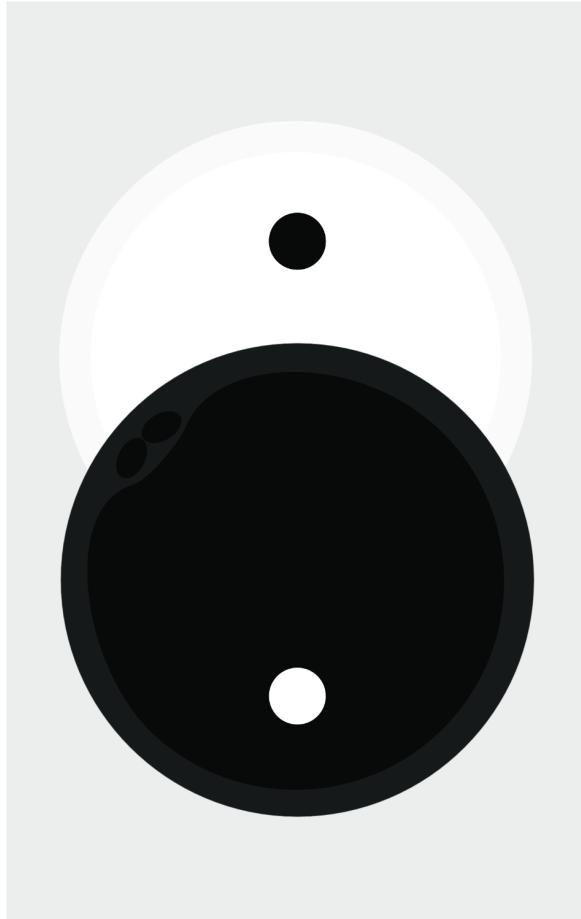
Wem diese Folge gefällt, dem sei direkt noch jene mit [Marina Weisband](#) im März ans Herz gelegt, die macht die Sache dann so richtig rund. Und ja, sogar mit einem Funken Hoffnung.

## Sonstiges

Nutzt jemand von euch **pocket** um Links und Artikel zu speichern? Dann habt ihr hoffentlich mitbekommen, dass die nächsten Monat dichtmachen, aber man bis Oktober seine Daten als csv-Datei exportieren kann (über [getpocket.com/export](http://getpocket.com/export) – Import läuft unkompliziert, man muss die zip-Datei nicht mal entpacken, war dennoch etwas erschrocken, dort schon 1691 Links gebunkert zu haben). Auf der Suche nach einer Alternative habe ich mich für [goodlinks](#) entschieden (weil es im Mac-Ökosystem unkompliziert zu integrieren war, bin bisher mehr als nur zufrieden), ansonsten wäre meine Wahl auf [wallabag.org](#) gefallen. Dennoch: digital aufräumen ist ein Ding der Unmöglichkeit. Bin für Tipps oder ein funktionierendes System jederzeit zu haben.

Das war's auch schon wieder. Hat euch die Kurzgeschichten-Lesung gefallen? War das eine angenehme Überraschung? Freut euch nicht zu früh, denn die nächste ist schneller aufgezeichnet und in der Pipeline, als ihr denkt ...

Solltet ihr noch nach Geschenken für anstehende Geburtstage suchen, denkt gerne an meine Romane, die auch ungelesen schick in jedem Regal aussehen.



Weiterhin freue ich mich auch über Online-Bewertungen, falls ihr zwar nichts kaufen wollt, aber ein Lieblingsshop habt. Ich sag's auch nicht weiter, dass ihr das Buch nicht gelesen oder nicht selbst gekauft habt, ein schlechtes Gewissen reicht mir völlig als Begründung. Keine Sorge, ich bestreite ja nicht meinen Lebensunterhalt damit. Nur meine Lebensunterhaltung.

Mit herzlichen Grüßen



PS: Damit ich euch ja keine alberne Antwort auf eine blöde Frage schuldig bleibe:  
Heidoheida.

---

[Abbestellen](#) | [Impressum](#) | [Datenschutzerklärung](#)

Zettelwirtschaft-Newsletter, Jens Prausnitz, Ackermannstr. 4, 94474 Vilshofen an der Donau

[MailPoet](#)