

# SPAM und der tägliche Gedankenmüll



von Christine Rackuff

**B**erliner U-Bahn Linie 1, Richtung Nollendorfplatz. Zwei junge Mädchen sitzen mir gegenüber, trendy gestylt, freier Bauchnabel, Mobiltelefon, Wasserflasche. Sie streiten sich, anfangs verhalten, dann lautstark. Es geht um einen Fernseh-Werbespot, in dem ein cooler Typ superdünne Spagetti anpreist. Das blonde Mädchen findet ihn süß, ihre Freundin dagegen „voll daneben“. Die Sache eskaliert. Im Bahnhof springt die jüngere plötzlich auf, schnaubt: „Nächstes Mal behältst du dein SPAM einfach für dich, okay“ und verschwindet im Gewühl der Menge. Die so Geschmähte greift zum Handy und tippt mit atemberaubender Fingerakrobatik eine SMS in die Tasten.

Zu gern hätte ich jetzt gewusst, was sie schreibt. SPAM vielleicht? Streng genommen, per Definition, war es das vermutlich nicht, wie meine Recherche über SPAM ergibt. Mein erster Weg führt zu Google, natürlich, wohin sonst bei Wissensbedarf im Internet-Zeitalter? In 16 Sekunden bekomme ich einundzwanzig Millionen zweihunderttausend Eintragungen über SPAM.

Unter SPAM versteht man jede unverlangt und unerwünscht zugesandte Werbung, die das E-Mail-Fach überquellen lässt. Elektronisch geht das blitzschnell und in einem kaum vorstellbaren Umfang: Es sei „kein großer Aufwand“, in wenigen Stunden ein Werbe-Mail wie eine Flutwelle millionenfach um den Globus zu verschicken, frohlockt SPAM-König Alan Ralsky aus Michigan, USA (Der Spiegel 26/2004). 250 Millionen E-Mail-Adressen beliefert er weltweit. Für verkaufte Produkte kassiert er von seinen Partnerfirmen 40 Prozent Provision.

SPAM ist für Internet-Benutzer in kurzer Zeit zur Plage geworden. Intelligente SPAM-Filter, auf Code-Worte programmiert, mögen Erste Hilfe bieten. Eine wirkliche Lösung sind sie nicht, weil sie häufig auch erwünschte Mails ungelesen in den Papierkorb befördern. Fachleute schätzen, dass bis zu 70 Prozent des weltweiten E-Mail-Verkehrs Werbemüll ist, der bei den blockierten Firmen Millionenschäden anrichtet. In Deutschland liegt der Anteil an E-Mail-Müll nach Angaben der Provider bei rund 50 Prozent.

Dabei fing alles so harmlos an. Als der englische Komiker Monty Python in einem seiner weltweit belachten Sketche erstmals von SPAM sprach, meinte er die Abkürzung für „Spiced pork and meat“, ein in Gelee eingelegtes Frühstücksfleisch. SPAM ist eben überall. In einem umfassenden Sinne können wir darunter auch die eigenen reaktiven und unkontrollierten Gedanken verstehen: das unwillkürliche Beurteilen, Bewerten, Ablehnen, die Ungeduld, der Neid, die Angst. So wie SPAM unsere Mailbox überflutet, verstopfen unsere rotierenden Gedanken den Geist.

Der Buddha warnt vor unheilsamer Rede und sinnlosem Geschwätz. Je Tsonkhapa betont in seiner „Großen Darlegung über den Stufenweg zur Erleuchtung“, dass alles Artikulierte, was nicht in Bezug zum Dharma steht, sinnlose Rede sei und zu Zwietracht und anderen negativen Taten führen könne. Damit entsteht unheilbares Karma. Wie viel Unheilbares bringt wohl SPAM ins Haus und damit in den Geist, weil es Geistesgifte transportiert wie Gier, Ärger oder Ablehnung?

Globale Vernetzung birgt die Gefahr des Missbrauchs. Was für den einen SPAM ist, kann für den anderen eine wichtige Information sein. Auf die Motivation kommt es an. Ist die Absicht heilsam, ist auch das Ergebnis einer Handlung positiv. Somit kann sogar eine Mailbox voller SPAM einen hilfreichen Blick auf uns selbst gewähren. Wie innen, so außen. Ist der Geist mitfühlend, friedlich und einsgerichtet, gestaltet sich auch unser Alltag ruhig. Wir strahlen es aus, zum Nutzen der anderen Wesen. Lassen wir uns durch unseren hausgemachten Gedanken-SPAM wieder aus der Spur werfen, hat unsere Dharmapraxis nur geringen Wert.

SPAM spiegelt uns selbst, unseren täglichen Gedankenmüll, dessen Flut wir ausgesetzt sind. Es sei denn, wir setzen bewusst geistige Firewalls. SPAM-Killer könnten die bewährten Werkzeuge der Buddhas und Bodhisattvas sein: Geduld, Achtsamkeit, einfühlsames Zuhören, Mitgefühl und Güte. Das sind die Handwerkszeuge, die uns zuverlässig helfen, unseren geistigen SPAM-Filter zu installieren.