

Jesse Virola

MIKSI RYHTYISIN MINIMALISTIKSI?
Retorinen diskurssianalyysi minimalistista elämäntyyliä
puolustavasta sosiaalisessa mediassa julkaistusta sisällöstä

Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta
Kandidaatintutkielma
Huhtikuu 2024

TIIVISTELMÄ

Jesse Virola : ”Miksi ryhtyisin minimalistiksi?” : Retorinen diskurssianalyysi minimalistista elämäntyyliä puolustavasta sosiaalisessa mediassa julkaistusta sisällöstä

Kandidaatintutkielma

Tampereen yliopisto

Yhteiskuntatutkimuksen tutkinto-ohjelma

Huhtikuu 2024

Tässä tutkielmassa tavoitteenani on kartoittaa minimalistisen elämäntyylin noudattamisen taustalla olevia syitä ja luoda katsaus siihen, millaisia minimalistista elämäntyyliä puolustavista diskursseja sosiaalisessa mediassa julkaistusta minimalismia suosittlevasta sisällöstä on muodostettavissa. Lisäksi analysoin retorisen diskurssianalyysin keinoin sitä, miten minimalistista elämäntyyliä suosittlevat sosiaalisen median vaikuttajat pyrkivät julkaisemassaan sisällössä vakuuttamaan yleisönsä siitä, että minimalistisen elämäntyylin noudattaminen olisi kannattava ja hyvä vaihtoehto.

Aihe on ajankohtainen ja tärkeä yhteiskuntatieteellisen tutkimuksen kohde, koska minimalistisen elämäntyylin noudattaminen ja sen suosittelu on yleistynyt trendi, jonka taustalla olevia syitä tarkastelemalla voi saada tietoa ihmisten yhteiskunnallisten näkökulmien ja arvojen ajankohtaisista muutoksista.

Diskurssianalyysistä tutkimusta tehdessä ja lukiessa on keskeistä ymmärtää, että kielenkäyttö ei ainoastaan kuvaa, vaan myös luo sosiaalista todellisuutta. Tutkielmani tarkoituksena on selvittää sitä, millä tavoin sosiaalisen median yhteisö merkityksellistää minimalistista elämäntyyliä ja siltä osin pyrkii tekemään muutoksia vallitsevaan kulutuskulttuuriin.

Sosiaalisessa mediassa on valtavasti minimalistista elämäntyyliä suosittlevaa sisältöä, minkä vuoksi keskityn tässä tutkielmassa analysoimaan ainoastaan YouTubeissa julkaistua elämäntyyppistä sisältöä. Aineistoni koostuu kahdeksasta laajemman aineistokorpuksen joukosta tarkoin kriteerein ja seulontamenetelmin valitsemastani minimalistista elämäntyyliä suosittlevasta YouTube -videosta.

Diskurssianalyysin menetelmiä hyödyntäen muodostin aineistostani kuusi minimalistista elämäntapaa puolustavaa päädiskurssia, jotka ovat stressi-, vapaus-, onnellisuus-, vertailu-, ympäristö- ja ihmissuhdediskurssi. Tutkielmani tuloksissa avaan näiden diskurssien tarkempia sisältöjä ja analysoin retorisia keinoja, joilla sosiaalisen median sisällöntuottajat ovat pyrkineet tekemään niitä vakuuttaviksi.

Avainsanat: minimalismi, minimalistinen elämäntyyli, sosiaalinen media

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck –ohjelmalla.

Sisällys

| | | |
|----------|---|-----------|
| 1 | Johdanto | 1 |
| 2 | Minimalismi aiemmassa tutkimuskirjallisuudessa | 3 |
| | 2.1 Minimalismin käsitteen määrittely | 3 |
| | 2.2 Minimalismi aiemmassa tutkimuksessa | 4 |
| 3 | Tutkimusasetelma | 6 |
| | 3.1 Tutkimuskysymykset | 6 |
| | 3.2 Diskurssianalyysi ja retorinen diskurssianalyysi | 6 |
| | 3.3 YouTube videot aineistona ja analyysiprosessin kuvaus | 8 |
| | 3.4 Tutkimusetiikka | 10 |
| 4 | Tulokset | 12 |
| | 4.1 Stressidiskurssi | 12 |
| | 4.2 Onnellisuusdiskurssi | 13 |
| | 4.3 Vertailudiskurssi | 15 |
| | 4.4 Vapausdiskurssi | 16 |
| | 4.5 Ihmissuhdediskurssi | 18 |
| | 4.6 Ympäristödiskurssi | 20 |
| 5 | Johtopäätökset | 22 |
| | Lähteet | 26 |

1 Johdanto

Kasvavana trendinä minimalistisen elämäntavan noudattaminen ja minimalistisen elämäntyylin lisääntynyt suosittelu ajaa yhä useampia ihmisiä tekemään merkittäviä muutoksia elämiinsä ja kulutustottumuksiinsa (Wilson, Bellezza, Campbell, McFerran 2022, 796). Minimalismi on tärkeä tutkimuksen kohde, koska sen suosion kasvun taustalla olevien syiden laajempaa ymmärtämistä voi pitää yhteiskuntatieteellisesti huomionarvoisena. Minimalistisen elämäntyylin laajempi valtavirtaistuminen voisi mahdollisesti auttaa esimerkiksi pienentämään ihmisten hiilijalanjälkeä ja lisätäksemme sen valtavirtaistumisen potentiaalia, meidän on ymmärrettävä, mikä motivoi ihmisiä omaksumaan minimalistisen elämäntyylin (Blackburn, Leviston, Walker, Schram 2024). Minimalistista elämäntyyliä käsittelevän tutkimustiedon lisääntymistä voi siis pitää tärkeänä muun muassa siksi, että siitä voi olla hyötyä kestäväen yhteiskunnan rakentamiseen liittyvässä päätöksenteossa.

Ajankohtaiset trendit ja muutokset yhteiskunnassa nousevat usein esiin sosiaalisessa mediassa, ja sieltä löytyy valtava määrä myös minimalistista elämäntapaa suosittelevaa sisältöä. Tässä tutkielmassa osallistun minimalistisen elämäntyylin taustalla olevien syiden kartoittamiseen tekemällä diskurssianalyysin sosiaalisesta mediasta keräämästäni aineistosta. Tekemällä diskurssianalyysin minimalistista elämäntyyliä suosittelevasta sosiaalisen median sisällöstä, on mahdollista syventyä siihen, mikä motivoi ihmisiä omaksumaan minimalistisen elämäntyylin periaatteita ja päästä ymmärtämään laajemmin sitä, miten ja miksi tämä trendi kehittyy ja leviää.

Tutkielmani aineisto koostuu laajemman aineistokorpuksen joukosta valitsemistani kahdeksasta YouTube -videosta, joissa perustellaan sitä, miksi minimalistisen elämäntyylin noudattaminen olisi hyvä ratkaisu. Diskurssianalyysini tuloksena muodostan aineistossani esiintyvät minimalistista elämäntyyliä puolustavat päädiskurssit, jonka jälkeen analysoin myös sitä, että millaisin puolustavan retoriikan keinoin näitä diskursseja pyritään tekemään vakuuttaviksi. Ensimmäinen tutkimuskysymykseni on ”Millaisia minimalistista elämäntyyliä puolustavia diskursseja sosiaalisessa mediassa julkaistusta minimalismia käsittelevästä sisällöstä on muodostettavissa?” ja toinen, että ”Millaisilla retorisisilla keinoilla näitä diskursseja pyritään tekemään vakuuttaviksi?”.

Johdannon jälkeen tutkielmani lähtee etenemään siten, että toisessa luvussa esittelen aiempaa minimalistista elämäntyyliä käsittelevää tutkimusta ja samalla määrittelen, mitä minimalismin käsite tarkoittaa elämäntyylin kontekstissa. Kolmannessa luvussa esittelen tarkemmin tutkimuskysymysteni tarkoitukset, avaan diskurssianalyysin ja retorisen diskurssianalyysin keskeisiä periaatteita, sekä kerron siitä, miksi koin juuri näiden menetelmien soveltuvan tähän tutkielmaan. Kolmannessa luvussa käsittelen myös tutkimusaineistoni keräämiseen ja analyysiprosessiini liittyviä vaiheita, sekä puntaroin tutkielmani tekoon liittyviä eettisiä kysymyksiä. Neljännessä luvussa esittelen valitsemini aineisto-otteisiin nojaten aineistosta muodostamani minimalistista elämäntyyliä puolustavat päädiskurssit sekä analysoin retorisia keinoja, joilla niissä esitetyjä väitteitä on pyritty tekemään vakuuttaviksi. Viidennessä eli tutkielman viimeisessä luvussa teen yhteenvedon analyysini keskeisimmistä tuloksista ja esitän niiden pohjalta muodostamani johtopäätökset.

2 Minimalismi aiemmassa tutkimuskirjallisuudessa

Tässä luvussa määrittelen tiiviisti, mitä minimalismin käsite tarkoittaa elämäntyylin kontekstissa, sekä otan käsittelyyn aiempaa minimalistista elämäntyyliä koskevaa tutkimusta.

2.1 Minimalismin käsitteen määrittely

Minimalismin käsitteen määrittelyyn ei ole tieteellisessä kirjallisuudessa vakiintunut yhtä ainoaa oikeaa tapaa, mutta tämä käsite voidaan määritellä esimerkiksi niin, että minimalistista elämäntyyliä noudattava yksilö pyrkii tietoisilla päätöksillään keskittymään asioihin, jotka ovat hänelle kaikkein merkityksellisimpiä, tavoitteenaan poistaa elämästään kaikki häiriötekijät, jotka estävät häntä keskittymästä näihin asioihin. Minimalismissa tämä näkyy yksilön tietoisuutena omasta kulutuksesta ja siinä, ettei hän tee ”turhia” hankintoja. Minimalisti pyrkii yksinkertaisen ja rauhallisen elämäntilan saavuttamiseen jättämällä pois tarkoituksettomia hankintoja ja olemalla tyytyväinen siihen, mitä hänellä jo on. (Wilson, Bellezza, Campbell, McFerran 2022, 801.)

Toisen selkeän ja tiiviin minimalismin käsitteen määritelmän löysin Miriam Meissnerin minimalismia käsittelevästä tutkimusartikkelista, jossa hän määrittelee minimalismin elämäntyylinä, joka hylkää vakiintuneet ihanteet kulutuksen ja tuottavuuden maksimoinnista ja puoltaa yksinkertaisempaa ja kiireettömämpää elämää (Meissner 2019).

Minimalismi ymmärretään usein myös vastakäsitteenä materialismille ja käsitettä määriteltessä on toisinaan hyvä keino kertoa siitä, mitä määriteltävä käsite ei ainakaan tarkoita. Mielestäni tässä kohtaa on siis hyvä määritellä myös materialismin käsite. Tutkimusartikkelissaan Russel W. Belk määrittelee materialismin uskoksi siitä, että omaisuus tuo onnea. Hän kertoo, että materialismissa aineellinen omaisuus nähdään usein menestyksen ja onnen lähteenä, mikä voi johtaa pakko-ostoksiin, pakkomielteiseen tavaroiden keräämiseen ja siihen, että yksilö keskittyy kapeamielisesti omaisuuden haalimiseen ihmissuhteiden kustannuksella. Artikkelissaan hän toteaa, että materialistiset yksilöt ovat yleensä vähemmän onnellisia ja tyytyväisiä elämäänsä verrattuna vähemmän materialistisiin yksilöihin. (Belk 2001.)

2.2 Minimalismi aiemmassa tutkimuksessa

Jiyun Kang, Cosette M. Joyner-Martinez ja Catherine Johnson (2021) kertovat minimalismia käsittelevässä tutkimusartikkelissaan, että minimalistisen elämäntyylin käsittely on laajalti nähty sellaisena kysymyksenä, jota ovat arvioineet ainoastaan erilaiset toimittajat ja bloggaajat, sekä minimalismista innostuneet sosiaalisen median vaikuttajat, eikä minimalismille näin ollen ole akateemisessa kirjallisuudessa vakiintunut konkreettista määritelmää eikä valtavasti tieteellistä näyttöä sen vaikutuksista. Kangin, Joyner-Martinezin ja Johnsonin mukaan minimalistista elämäntyyliä noudattavat yksilöt sekä vähentävät merkittävästi materiaalista omaisuuttaan että välttävät aineellisten asioiden tarpeetonta kerryttämistä, jolloin he eivät ole ainoastaan omaksuneet kestäväää kulutusta, vaan he omalla varovaisemmalla hankintakäyttäytymisellensä saavat aikaan myös muutosta vallitsevaan tuotantojärjestelmään, joka tällä hetkellä on suunniteltu ruokkimaan ylikulutusta.

Tutkimuksessa, jossa tehtiin syvällisiä puolistrukturoituja haastatteluja itsenä minimalisteiksi määritelleiden henkilöiden kanssa Isossa-Britanniassa vuonna 2019, selvisi monia hyötyjä, joita minimalistisen elämäntavan noudattamisesta voi seurata. Haastateltavat kertoivat minimalistisen elämäntavan noudattamisen myötä kokevansa lisääntyntä fyysistä, ajallista ja henkistä vapautta sekä omaksuneensa parempaa taloudenhallintaa. Haastateltavat arvostivat sitä käytännöllisyyttä, joka syntyi pienemmän tavaramäärän omistamisesta, koska se mahdollisti heille muun muassa vaivattoman matkustamisen ja jopa muuttamisen. Lisäksi haastateltavat olivat havainneet, että ostoksilla olemiseen, siivoamiseen ja erilaisten tavaroiden huoltoon ja ylläpitämiseen käytetty aika vähentyi, mikä johti vapaa-ajan lisääntymiseen. Haastateltavat kertoivat myös yleisen hyvinvointinsa lisääntyneen, koska he kokivat lisääntyntä onnellisuutta ja rauhallisuutta eläessään hyvin järjestetyssä ja sotkuttomassa kotiympäristössä. Esimerkkinä yksi haastatelluista oli sitä mieltä, että aineellisten esineiden karsiminen ja fyysisen tilan tyhjentäminen mahdollistivat henkiseen hyvinvointiin keskittymisen aiempaa paremmin. (Martin-Woodhead 2022.)

Kasey Lloyd ja William Pennington ovat tehneet minimalistisen elämäntyylin hyötyjä kartoittavan tutkimuksen haastatteleamalla minimalistista elämäntyyliä noudattavia ja minimalistiksi identifioituvia ihmisiä. Kaikki heidän haastattelututkimukseensa osallistuneet kertoivat minimalistisen elämäntavan omaksumisen tuoneen mukanaan lukemattomia

hyvinvointietuja. Tutkimuksensa tuloksissa Lloyd ja Pennington identifioivat viisi näihin minimalismin hyvinvointietuihin liittyvää pääteemaa, jotka ovat autonomia, kompetenssi, henkinen tila, tietoisuus ja positiiviset tunteet. (Lloyd & Pennington 2020.) Aiemmassa tutkimuksessa on käsitelty myös minimalistisen elämäntyylin vaikutuksia ympäristöön. Tutkimusartikkelissaan Cristol Lopez-Palafox kirjoittaa minimalismista elämäntapavalintana, jonka taustalla on idea kulutuksen ja jätteen määrän vähentämistä ja ympäristöongelmiin vastaamisesta. Artikkelissaan hän kirjoittaa siitä, kuinka nykyinen kulutuskulttuuri on johtanut liialliseen jätteiden syntymiseen ja saastumiseen. Hän korostaa tarvetta siirtyä kohti kestävämpiä käytäntöjä ja ehdottaa minimalistisen elämäntyylin yleistymisen edistämistä yhdeksi hyväksi ratkaisuksi. (Lopez-Palafox 2020.)

3 Tutkimusasetelma

Tässä luvussa esittelen tutkimuskysymyksiäni ja niiden tarkoitukset, sekä avaan diskurssianalyysin ja retorisen diskurssianalyysin keskeisiä periaatteita ja kerron siitä, miksi nämä menetelmät soveltuvat tähän tutkielmaan. Lisäksi käsittelen tutkimusaineiston keräämiseen ja analyysiprosessiin liittyviä vaiheita ja lopuksi puntaroin tutkielmani tekoon liittyviä eettisiä kysymyksiä.

3.1 Tutkimuskysymykset

Tutkimuskysymyksiäni ovat:

Millaisia minimalistista elämäntyyliä puolustavia diskursseja sosiaalisessa mediassa julkaistusta minimalismia käsittelevästä sisällöstä on muodostettavissa?

Millaisilla retorisilla keinoilla näitä diskursseja pyritään tekemään vakuuttaviksi?

Ensimmäisen tutkimuskysymyksen avulla tarkoitukseni on muodostaa merkittävimmät aineistostani löydettävissä olevat minimalistista elämäntyyliä puolustavat päädiskurssit. Toisella tutkimuskysymyksellä tarkoitukseni on saavuttaa syvempi ymmärrys näistä diskursseista avaamalla ja analysoimalla retorisia keinoja, joilla niitä tehdään vakuuttaviksi.

3.2 Diskurssianalyysi ja retorinen diskurssianalyysi

Diskurssianalyysi on kielenkäytön ja muun merkitysvälitteisen toiminnan tutkimusta, jossa analysoidaan yksityiskohtaisesti sitä, miten sosiaalista todellisuutta tuotetaan erilaisissa sosiaalisissa käytännöissä. Diskurssianalyysiä ei ole mielekästä luonnehtia täysin selkeärajaisena tutkimusmenetelmänä, vaan ennemminkin väljänä teoreettisena viitekehyksenä, joka sallii monenlaisia tarkastelun painopisteitä ja menetelmällisiä sovelluksia. Arja Jokinen, Kirsi Juhila ja Eero Suoninen jakavat diskurssianalyysin teoreettisen viitekehyksen viiteen teoreettiseen lähtöoletukseen, jotka ovat oletus kielenkäytön sosiaalista todellisuutta rakentavasta luonteesta, oletus useiden rinnakkaisten ja keskenään kilpailevien

merkityssysteemien olemassaolosta, oletus merkityksellisen toiminnan kontekstisidonnaisuudesta, oletus toimijoiden kiinnittymisestä merkityssysteemeihin ja oletus kielenkäytön seurauksia tuottavasta luonteesta. (Jokinen, Juhila & Suoninen 2016, 14–21.)

Diskurssianalyttiset menetelmät sopivat välineiksi vastaamaan esittämiini tutkimuskysymyksiin ja valitsemaani aineistoon, koska aineistoni hankintaan ja sen työstämiseen liittyvät piirteet ovat tyypillisiä diskurssianalyttisissä tutkimuksissa. Diskurssianalyysissä aineistot ja niiden analyysi ovat usein selkeästi erotettavissa toisistaan, jonka lisäksi diskurssianalyysin käyttöä suositaan usein sellaisten kulttuuristen aineistojen analysoimisessa, jotka ovat olemassa tutkijasta riippumatta (Jokinen 2016b, 205), kuten tämän tutkielman aineisto. Analysoitavat aineistot ovat diskurssianalyysissä yleensä myös suhteellisen suppeita, mikä johtuu analyysin tarkkuusasteesta ja pyrkimyksestä sanoa ”vähästä mahdollisimman paljon” (Em. 205), joka on minunkin pyrkimykseni tässä tutkielmassa.

Kun olin ensin muodostanut aineistostani minimalismia puolustavat päädiskurssit, analyysini eteni käytännössä retorisen diskurssianalyysin menetelmiä hyödyntäen. Koska diskurssianalyysini aineisto koostuu minimalismia innokkaasti puolustavasta sosiaalisen median videosisällöstä, voidaan aineistosta hahmottuvien diskurssien todeta olevan vaikuttamiseen pyrkiviä, ja täten retorinen diskurssianalyysi sopii hyvin työkaluksi niiden tarkasteluun. Retorinen analyysi on yksi diskurssianalyysin ulottuvuus, jossa tutkija on kiinnostunut tarkastelemaan merkitysten tuottamisen prosesseja siitä näkökulmasta, millä tavoin jotkin todellisuuden versiot pyritään saamaan vakuuttaviksi sekä kannatettaviksi ja miten kuulijat pyritään sitouttamaan niihin (Jokinen 2016a, 273). Retorisessa analyysissä keskitytään usein juuri puolustavien, eli niiden retoristen keinojen analysointiin, joilla puhuja pyrkii vahvistamaan omaa argumentaatiotaan ja vakuuttamaan yleisönsä siitä, että hänen esittämänsä argumentit ovat päteviä. Puolustavaan retoriikkaan keskittyminen on perusteltua mm. siksi, että tämä ratkaisu tekee aihealueen käsittelystä selkeämmän ja siten myös lukijaystävällisemmän. (Jokinen 2016a, 277.) Pyrin siis aineistosta löytyvien diskurssien nimeämisen, kuvailun ja tulkinnan lisäksi hahmottamaan niitä puolustavan retoriikan keinoja, joilla diskursseja tehdään vakuuttaviksi.

Toisinaan retorisissa diskurssianalyttisissä tutkimuksissa rakennetaan vertailuasetelma tarkoituksena analysoida tarkasteltavaa ilmiötä puolustavia ja vastustavia diskursseja ja vertailemaan niiden sisältöjä sekä niiden vaikuttamisen keinoja, mutta retorisessa

diskurssianalyysissä voidaan kuitenkin keskittyä myös analysoimaan ainoastaan ilmiötä puolustavia diskursseja syvemmin (Juhila & Suoninen 2016, 366), joka on menettelytapani tässä tutkielmassa. Tarkoitukseni on siis analysoida ainoastaan minimalistista elämäntyyliä puolustavien diskurssien retoriikkaa, eikä vertailla minimalismia vastustavien ja puolustavien diskurssien vaikuttamisen keinoja. Tämä on aiheellinen rajaus, koska keskittymällä vain tämän yhden vaikutusprosessin retoriikan tarkasteluun, voin tarkemmalla tavalla ymmärtää ja havainnollistaa minimalistisen elämäntavan taustalla olevia syitä (Juhila & Suoninen 2016, 367).

Yksinkertaisesti sanottuna, retoriikka on tapa vakuuttaa yleisö ja saada heidät sitoutumaan tiettyyn näkökulmaan tai argumenttiin. Retorisen analyysin keskiössä on usein retoristen keinojen erittely, eli miten puhuja pyrkii vakuuttamaan kuulijansa argumentin uskottavuudesta tai kannattavuudesta. Diskurssianalyysissä retorista analyysivälineistöä voidaan hyödyntää tutkittaessa, miten erilaisia väitteitä esitetään ja perustellaan, miten tekoja ja asioita luokitellaan ja oikeutetaan, sekä miten tuotetut kuvaukset esitetään itsestään selvinä tosiasioina. (Jokinen 2016b, 207-209.)

Yksi tutkimusmenetelmäni vahvasti liittyvä käsite ja teoreettis-metodologinen viitekehys on sosiaalinen konstruktionismi, koska diskurssianalyysi metodisena lähestymistapana jakaa sosiaalisen konstruktionismin mukaisen kiinnostuksen sen tutkimiseen, kuinka sosiaalinen todellisuus rakentuu kielenkäytössä ja muussa toiminnassa. Sosiaalisen konstruktionismin mukaan tekstejä ja puhetta analysoidessa on oleellista, että ne otetaan tutkimuskohteiksi sellaisenaan. Pyrkimyksenä ei siis ole etsiä mitään muuta todellisuutta niiden takaa, vaan pikemminkin nähdä, että ihmisten käyttämät kielelliset resurssit ovat todellisuuden olennainen osa, jolloin niiden tutkiminen itsessään nähdään tärkeäksi ja haastavaksi tehtäväksi. (Jokinen 2016b, 201–202.) Tutkimuksessani en siis lähde jäsentämään aineistoani minkäänlaisten ulkopuolisten selittävien teorioiden kautta, vaan rakennan olennaiset sisällölliset jäsennykset aineiston analyysini tuloksena.

3.3 YouTube videot aineistona ja analyysiprosessin kuvaus

Sosiaalinen media on tärkeä kanava minimalistisen elämäntyylin markkinoimiseen ja popularisoimiseen, joten somevaikuttajilla on iso rooli minimalistisen elämäntyylin levittämisessä. YouTubesta rajaamani tutkimusaineiston kautta tarkoitukseni on saada

käsitys sosiaalisen median kanavilla käytävästä keskustelusta koskien minimalistista elämäntyyliä. Googlen omistama YouTube on kiistatta yksi suosituimmista sosiaalisen median kanavista, jonka jatkuvasti kasvava moninainen sisältö tarjoaa kaikille mahdollisuuksia uuden tiedon löytämiseen ja analysointiin (Ahmad, Zahid, Shoaib, AlAmri 2017), joten päädyin analysoimaan minimalismista käytävää keskustelua juuri YouTube -videoiden kautta. Lisäksi havaintojeni mukaan YouTubessa julkaistaan minimalismiin liittyen tyypillisesti pidempiä videoita, joissa aiheeseen ehditään monesti pureutumaan paljon syvällisemmin ja yksityiskohtaisemmin kuin esimerkiksi TikTokissa tai Instagramissa julkaistuissa alle minuutin mittaisissa lyhyissä videoissa, joka antaa minulle mahdollisuuden syvällisemmän retorisen analyysin tekemiseen.

YouTubessa on julkaistu todella paljon minimalismiin liittyviä videoita, joten aineisto vaatii tarkempaa rajausta. Diskurssianalyttisen tutkimuksen luonteeseen kuuluu, että analysoitavan aineiston määrälle on mahdoton asettaa täsmällisiä normeja ja aineiston laajuus on kulloiseenkin tutkimustehtävään ja -asetelmaan liittyvä ratkaisu (Juhila & Suoninen 2016, 366). Tähän liittyen myös tämän tutkielman kohdalla on hyödyllistä erottaa toisistaan koko aineistokorpus ja varsinaisesti analysoitava aineisto. Laajemmasta aineistosta eli korpuksesta usein ainoastaan tietyt tapaukset tai osat valikoituvat tutkimusprosessin aikana analyysin fokukseen. (Em. 366.) Avaan seuraavaksi sitä, mistä koko aineistokorpukseni koostuu ja sitä, miten ja millä perusteilla erotan siitä varsinaisesti analysoitavan aineiston.

Ensimmäiseksi minun tuli siis muodostaa itselleni tämä laajempi aineistokorpus, jonka päädyin tekemään siten, että kirjoitin YouTuben vapaamuotoiseen hakupalkkiin hakusanat ”minimalist lifestyle”. Tämän jälkeen lajittelin hakutulokset katselukertojen mukaisesti YouTuben omaa suodatintyökalua hyödyntäen, jolloin hakukone ehdotti kaikki hakusanaani liittyvät videot järjestyksessä alkaen eniten katselukertoja saaneesta videosta. Lisäksi päätin rajata aineistokorpustani vielä sillä tavalla, että otin tarkasteluni kohteeksi edellä mainitsemieni hakutoimenpiteiden myötä ehdotetuista videoista ainoastaan ne, joilla on tutkielmani tekohetkellä yli satatuhatta katselukertaa. Sen myötä aineistokorpukseni koostuu noin 200:sta YouTube- videota. Tämä yhden spesifin hakusanan käyttö ja erityisesti hakutulosten järjestäminen katselukertojen mukaan isoimmasta pienimpään ja vain yli satatuhatta katselukertaa saaneiden videoiden mukaan ottaminen muodostaa minulle systemaattisesti analysoitavissa olevan aineistokorpuksen, koska tällä tavalla se on kiinteä, täsmällinen ja kaikkien muidenkin vapaasti tarkasteltavissa samassa muodossaan.

Seuraavaksi lähdin erottamaan yllä kuvatusta aineistokorpuksesta varsinaisen diskurssianalyysini kohteeksi päätyvää tarkasti analysoitavaa aineistoa. Tein tämän siten, että aluksi kävin koko aineistokorpuksen läpi pintapuolisesti eli tässä tapauksessa siis luin kaikkien siihen sisältyvien YouTube -videoiden otsikot sekä silmäilin niiden pikkukuvakkeiden sisällöt ja mahdolliset tekstit. Tämän jälkeen vielä avasin ja katsoin tarkemmin lävitse ensimmäisen seulontavaiheen jäljiltä parhaimmat ehdokkaat (noin 40 videota), jonka pohjalta päätin mitkä 5-10 videota koko aineistokorpukseni noin 200 videon joukosta ovat sellaisia, joista saan parhaiten vastauksia tutkimuskysymyksiini, jotka soveltuvat parhaiten tutkimusasetelmaani ja, jotka myös edustavat koko aineistokorpuksen sisältöjä hyvin. Ilman näitä vaiheita olisi näillä resursseilla analysoitavan videomateriaalin määrä diskurssianalyysiä varten ollut aivan liian suuri. Tällä tavalla ja näillä perusteilla siis erotin varsinaisen diskurssianalyysini kohteeksi päätyvän tarkemmin analysoitavan aineiston koko aineistokorpuksesta. Luettelo kahdeksasta analyysini kohteeksi valitsemastani YouTube -videoista löytyy tutkielman lopusta lähdeluettelon jälkeen.

3.4 Tutkimusetiikka

Sosiaalisesta mediasta kerättävät aineistot ovat nykyään houkutteleva tutkimuskohde monilla tieteenaloilla, koska ne heijastelevat tehokkaasti ihmisten ajankohtaisia näkemyksiä, käyttäytymistä ja yhteiskunnallisia keskustelunaiheita. Vaikka sosiaalisesta mediasta kerättävät aineistot vaikuttavat usein helposti saatavilla olevilta, on niiden tutkimuskäytössä kuitenkin tehtävä tutkimuseettistä pohdintaa. (Laaksonen 2023.)

Tutkielmassani en itse vaikuta sosiaalisen median aineiston syntyyn omalla toiminnallani, eli käsittelen niin sanottua luonnollista aineistoa. Omani mukaan lukien, sosiaalisen median aineistoille on tyypillistä, että ne ovat usein varsin suuria. (Laaksonen 2023.) Tämän vuoksi rajasinkin lopullisen tutkimusaineistoni hakusanoilla ja muilla yksiselitteisillä kriteereillä. Aineistooni kuuluu videoiden lisäksi myös sisältöä kuvailevaa ja määrittelevää metadataa, kuten esimerkiksi tieto jokaisen tarkasteleman videon keräämien katselukertojen määrästä. Käytän siis metadataa aineiston rajaamisen kriteerinä, koska haluan saada mahdollisimman todenmukaisen käsityksen tutkittavasta asiasta perehtymällä kaikkein eniten näkyvyyttä saaneisiin videojulkaisuihin.

Vaikka käytänkin luonnollista ja avoimesti kaikkien nähtävillä olevaa sosiaalisen median aineistoa, on minun silti täytynyt pohtia tutkimuseettisiä asioita. Sosiaalisesta mediasta kerätyn aineiston tutkimuseettisissä pohdintoissa keskiössä ovat tutkimuksesta mahdollisesti aiheutuvat seuraamukset ja harmit (Franzke ym. 2020). Olen varma siitä, että tutkimuksestani tai sen tuloksista ei aiheudu haittaa tutkittaville, heidän edustamilleen yhteisöille tai verkkopalveluille, eli tutkimukseni tapauksessa siis analyysini kohteena olevien videoiden julkaisijoille, minimalistien yhteisölle tai YouTubeille. Päätelin näin siksi, että tutkielmassani en esimerkiksi kritisoi tai arvostele kenenkään sisällöntuottajan mielipiteiden paikkansapitävyyttä tai pätevyyttä. Muun muassa tämän seikan vuoksi tulin tulokseen, ettei minun ole tarpeellista pyytää analysoimieni videoiden tekijöiltä lupaa tutkimukseni tekemiseen. Tämä pätee myös tapauksissa, joissa alkuperäinen videonjulkaisija on mahdollisesti jäljitettävissä, eli en siis näe, että minun täytyisi muokata aineistolainauksiani niin, ettei alkuperäinen video ja sen tekijä olisi tutkimukseni kautta löydettävissä.

4 Tulokset

Tässä luvussa esittelen aineisto-otteisiin nojaten aineistosta muodostamani minimalistista elämäntyyliä puolustavat päädiskurssit sekä analysoin retorisia keinoja, joilla niissä esitetyjä väitteitä pyritään tekemään vakuuttaviksi. Kaikki otteet ovat peräisin englanninkielisistä YouTube -videoista ja ne ovat itse suomentamiani.

4.1 Stressidiskurssi

Aineistossani somesisällöntuottajien yhtenä keskeisenä tapana perustella minimalistiksi ryhtymisen kannattavuutta ovat väitteet liittyen siihen, että minimalistinen elämäntyylin noudattamisella on stressiä vähentäviä vaikutuksia.

Jos Henry David Thoreau, Arthur Schopenhauer, Zhuangzi ja Epicurus olisivat vielä elossa, he olisivat todennäköisesti yhtä mieltä siitä, että elämänilon löytäminen simppeleiden ja edullisten huvien kautta olisi paras ratkaisumme. Edullisia nautinnonlähteitä on tarjolla lukemattomia ja ne ovat laajalti kaikkien saatavilla, joten rakentamalla onnellisuutemme sellaisten varaan, vältymme stressiltä, jota koemme, mikäli annamme vain jonkin niukan, kalliin ja vaikeasti saatavilla olevan tyydyttää tarpeemme. Mitä halvemmista huveista tulemme onnellisiksi, sitä vähemmän aikaa ja vaivaa tarvitsemme niiden saavuttamiseen ja sitä enemmän myös nautimme siitä, ettemme kaipaa muuta. Jos tämä ei ole minimalismin perimmäinen aate, niin mikä sitten? (Einzelgänger, 2022). (The Cheaper Your Pleasures, The Richer You'll Be)

Yllä olevassa aineisto-otteessa sisällöntuottaja esittää näkemyksen, jonka mukaan minimalistisessa elämäntyyliässä onnellisuus on saavutettavissa helposti saatavilla olevien resurssien ja nautinnonlähteiden kautta. Tällä hän argumentoi olevan stressiä vähentäviä vaikutuksia siksi, että minimalisti ei joudu jatkuvasti ponnistelemaan yhtä kovasti saavuttaakseen onnellisuutta, eikä myöskään kokemaan riittämättömyyden tai epäonnistumisen tunteita, mikäli hän ei saa hankittua toivomiaan kalliita ja vaikeasti saatavilla olevia asioita. Yllä olevassa otteessa retorisenä keinona käytetään väitteen vahvistamista konsensuksella tai asiantuntijan lausunnolla (Jokinen 2016a, 281). Otteessa mainitut henkilöt Thoreau,

Schopenhauer, Zhuangzi ja Epicurus ovat kaikki laajalti tunnettuja filosofeja historian saatosta. Vetoaminen siihen, että jokin tai jotkin arvovaltaisena pidetyt tahot näkisivät asiat samoin kuin itse, on erityisen tehokas oman argumentoinnin vahvistamisen keino (Jokinen 2016a, 281).

Suuri määrä omaisuutta vaatii riittävästi suojaa. Siksi näemme, että rikkaat ihmiset elävät usein pelossa piilotellen muurien takana aidatuilla asuinalueilla. Mikäli emme omista paljoa, säästämme runsaasti aikaa ja energiaa, kun meidän ei tarvitse huolehtia kaikista kalliista omistamistamme asioista. Maailmasta on helpompi löytää iloa, kun meidän ei tarvitse omistaa sitä, mistä nautimme. Tällä tavalla ajatteli varmasti myös amerikkalainen filosofi Henry David Thoreau, kun hän päätti muuttaa asumaan pieneen mökkiin metsän keskelle. Thoreau valitsi tarkoituksella simppelin elämän, koska hän uskoi, että se voisi johtaa henkiseen kasvuun. Pohjimmiltaan minimalistinen elämä siis lisää tyyneyttä. (Einzelgänger 2021.) (Why Letting Go Is True Wealth | Minimalist Philosophy for Simple Living)

Yllä oleva ote on toisesta saman sisällöntuottajan julkaisemasta videosta, jossa hän pyrkii, samaa retorista keinoa hyödyntäen kuin aiemmassakin otteessa, lisäämään argumenttinsa vakuuttavuutta vetoamalla kuuluisan filosofin ajatteluun. Tässä otteessa puhuja argumentoi, että kun minimalistisen elämäntyylin noudattamisen myötä omistaa vähemmän, niin silloin myös murheet liittyen kaiken omaisuuden ylläpitoon ja suojeluun vähenevät, mikä vähentää stressiä.

4.2 Onnellisuusdiskurssi

Toiseksi merkittäväksi minimalismia puolustavaksi diskurssiksi päädyin aineistoni analysoinnin myötä nimeämään onnellisuusdiskurssin. Onnellisuusdiskurssi rakentuu siitä näkemyksestä, että minimalistisen elämäntyylin noudattamisen väitetään lisäävän yksilön kokemaa onnellisuutta.

Onnellisuutta ei voi ostaa. Yhteiskunta yrittää usein kertoa, että olemme sitä onnellisempia, mitä enemmän meillä on. Avaa vaikka televisio, some tai jokin lehti, niin huomaat. Loputon halu saada aina vain enemmän, tekee olomme kuitenkin vain tyhjäksi ja tyytymättömäksi. Täyteen ahdetut kaapit, autotallit ja varastot toimivat näkyvänä

todisteena jatkuvasta tyytymättömyydestämme. Minimalismi opetti minulle, ettei aitoa onnellisuutta voi ostaa kaupasta, vaan se on löydettävä muualta. (Joshua Becker 2023.) (15 Years, 15 Lessons: My Journey of Becoming Minimalist)

Yllä olevassa otteessa sisällöntuottajan pyrkimyksenä on vakuuttaa katsojat siitä, että minimalistinen elämäntyyli tarjoaa kestävämpää ja syvempää onnellisuutta kuin jatkuvaan omaisuuden kerryttämiseen pohjautuva elämäntapa. Vakuuttavassa retoriikassa kontrastiparin käyttäminen on usein toimiva keino (Jokinen 2016a, 294), jota puhuja yllä olevassa otteessa hyödyntää asettaessaan vastakkain kaksi eroavaa näkökulmaa; yhteiskunnan yleisen näkemyksen ja minimalistisen näkemyksen. Puhuja esittää, että yhteiskunnan yleisen näkemyksen mukaan onnellisuus rakentuu materiaalisen vaurauden varaan ja asettaa tämän vastakkain minimalistisen näkemyksen kanssa, jonka omaksuttuaan hän kertoo hahmottaneensa aidon onnellisuuden löytyvän muualta kuin materiaalisista hankinnoista. Tämän vastakkainasettelun avulla puhuja pyrkii korostamaan oman argumenttinsa voimaa ja vakuuttamaan kuulijan minimalistisen elämäntavan noudattamisen onnellisuutta lisäävistä vaikutuksista.

Keisari Yao kunnioitti erakkoa nimeltä Xu You niin äärimmäisen paljon, että hän oli halukas luovuttamaan valtaistumensa tälle erakolle. Xu You (joka eli yksinäistä ja hiljaista elämää joen rannalla) kuitenkin kieltäytyi kertoen keisarille, ettei hän tarvinnut "kaikkea taivaan alla", ja sanoi: "Kun räätäлилintu rakentaa pesänsä syvälle metsään, se käyttää vain yhtä oksaa." Köyhyydessä elävälle erakolle tarjottiin siis jotain, josta monet voivat vain unelmoida, mutta tarina kertoo, että tästä huolimatta hän päätti jatkaa erakkona asumista yksinäisessä paikassa. Xu You ymmärsi, että vallan mukana tulee suuri vastuu, eikä hän voisi valtakunnan johtajana enää nauttia simppelistä ja rauhallisesta elämästään. Mitä vähemmän omistat, sitä vähemmän voit menettää ja sitä vähemmän murheet painavat sinua. (Einzelgänger 2021.) (Why Letting Go Is True Wealth | Minimalist Philosophy for Simple Living)

Yllä olevassa otteessa sisällöntuottaja pyrkii kertomansa tarinan avulla havainnollistamaan, kuinka minimalistinen elämäntyyli lisää onnellisuutta, koska se vähentää stressiä, vastuuta ja tarpeettomia huolia elämässä. Retorisena keinona hän käyttää tässä siis kertomuksen avulla vakuuttamista (Jokinen 2016a, 287). Tätä keinoa hyödyntäessään videon tekijän tavoitteena on saada asemoitua kuulijat sellaisiksi tapahtumaketjujen todistajiksi, jotka alkavat tekemään

tarpeellisia tulkintoja myös itse, jo ennen kuin väitteen esittäjän on niitä tarpeen suoranaisesti ilmaista. Tällä tavalla videon tekijän saa väitteensä näyttämään yleisön silmissä yllätyksettömältä totuudelta, jota kukin osasi tarinan kulkua seuratessa jo odottaa. (Potter 1996, 117–118, 162-166.) Yllä olevassa otteessa nähdyn kaltaisten tarinoiden kertominen on runsasta Einzelgänger -tilin julkaisemissa minimalismia käsittelevissä videoissa ja tällaisia tarinoita kertomalla, tekijän pyrkimyksenä on väitteidensä tukemisen lisäksi todennäköisesti myös pitää katsojien mielenkiintoa paremmin yllä.

4.3 Vertailudiskurssi

Aineistosta muodostamani vertailudiskurssi koostuu väitteistä, joiden mukaan minimalistisen elämäntyylin noudattaminen auttaa ihmisiä vapautumaan tarpeesta vertailla itseään muihin ja muiden menestykseen.

Vertailu pilaa ilon. Vertailu on asia, joka vaikuttaa olevan sisäänrakennettuna ihmisten luonteeseen ja yksi asia, jonka olen oppinut elettyäni minimalistista elämäntyyliä 15 vuoden ajan, on se, että vaikka emme vertailisi materialistista omaisuuttamme naapureidemme omaisuuteen, niin löydämme kyllä silti jotain muuta mitä vertailla. Minimalismi ei siis automaattisesti poista taipumustamme kaikkeen vertailuun, mutta minimalismin ansiosta minulla on nyt ainakin yksi asia vähemmän, mitä vertailen, jonka myötä olen oppinut tekemään enemmän yhteistyötä ja kannustamaan muita vertailemisen sijasta. (Joshua Becker 2023.) (15 Years, 15 Lessons: My Journey of Becoming Minimalist)

Yllä olevassa otteessa sisällöntuottaja pyrkii omakohtaisen kokemukseensa vedoten vakuuttamaan katsojat siitä, että vaikka vertailun tarve voi olla sisäänrakennettuna ihmisiin, niin minimalistinen elämäntapa tarjoaa oivan mahdollisuuden ja oppimisalustan tämän tiedostamiseen ja sen myötä kasvaneeseen kykyyn siirtyä kohti vähemmän vertailevaa asennetta. Retorisena vakuuttamisen keinona puhuja käyttää tässä otteessa liittoutumisasteen säätelyä (Jokinen 2016a, 281). Retoriikkaa analysoidessa on toisinaan oleellista katsoa sitä, mikä on puhujan liittoutumisen aste hänen esittämäänsä väitteeseen, eli sitoutuuko puhuja väitteeseensä, vai etäännyttääkö hän itsensä siitä. Se, jos puhuja ei esitä väitettä omissa nimissään, vaan pyrkii toimimaan ainoastaan argumentin välittäjänä ikään kuin vain raportoiden jotain yleisesti tiedettyä tai jonkun toisen sanomaa, on tapa tuottaa neutraalisuutta

ja välttää selitysvelvolliseksi joutumista. (Potter 1996, 142–149.) Yllä olevassa otteessa puhuja kuitenkin nimenomaan sitoutuu esittämäänsä väitteeseen ja asettuu tiukasti sanojensa taakse kertoen hänen omakohtaisista kokemuksistaan ja näkemyksistään aiheeseen liittyen, mikä on toisinaan tehokas kuulijoiden vakuuttamisen ja argumentoinnin vahvistamisen keino.

Yksi mahtavista minimalismin hyödyistä on se, että se voi auttaa meitä pääsemään eroon taipumuksestamme vertailla omia tavaroitamme toisten tavaroihin. Kalliiden tavaroiden osteleminen korkeamman sosiaalisen statuksen ja muiden mukana pysymisen toivossa on todella uuvuttavaa. Itselleni se on ollut erittäin vapauttava tunne, kun tiedän että minulla on kaikki mitä tarvitsen, eikä minun tarvitse enää yrittää pysyä sen mukana, mitä muut ostavat. (Simple Happy Zen 2020.) (MINIMALIST LIVING » 25 Benefits of Minimalism)

Yllä olevassa otteessa myös toinen sisällöntuottaja kertoo minimalistisen elämäntyylin omaksumisen myötä päässeensä eroon tarpeesta vertailla omia tavaroitaan muiden tavaroihin, jonka hän kertoo johtaneen vapautuneempaan elämään ilman jatkuvaa kilpailua ja stressiä ulkoisten odotusten täyttämisestä. Tässä otteessa on käytössä sama vakuuttamisen keino kuin aikaisemmassakin otteessa. Monesti kuulijoiden luottamuksen saa heräämään, kun tunnustaa omat intressinsä ja sidoksensa rehdisti. Puhuja, joka ilmaisee sitoumuksensa avoimesti, antaa usein itsestään vilpittömän ja objektiivisen kuvan. Usein puhujan on siis mahdollista saada lisää painoarvoa sanomalleen vetoamalla nimenomaan siihen, että kertoo asiasta omaan käytännön kokemukseen perustuen. (Jokinen 2016a, 279.)

4.4 Vapausdiskurssi

Vapausdiskurssin alaisuuteen lukeutuville minimalismia puolustaville väitteille on ominaista se, että minimalistisen elämäntyylin noudattamisen vakuutetaan monin eri tavoin tuovan lisää vapautta elämään.

Aina kun teemme valintoja siitä, mitä ostamme, meidän olisi viisasta pohtia, mitä nuo hankinnat oikeasti maksavat meille. Amerikkalaisella filosofilla Henry David Thoreauilla on yksinkertainen sääntö tähän liittyen, jota nyt lainaan: "Minkä tahansa hinta on se elämän määrä, jonka vaihdamme siihen." Joten aina kun haluat jotain, sinun

tulisi ensimmäiseksi kysyä itseltäsi, minkä määrän elämää olet valmis vaihtamaan pois saadaksesi sen, eli kuinka monta tuntia työtä tämä hankinta vaatii sinulta? Hankintoja, jotka vaativat vain pienen määrän elämää vaihdossa, voidaan pitää edullisina ja vastaavasti hankintoja, jotka vaativat suuren määrän elämää, voidaan pitää kalliina. Mikäli tyytyisimme edullisempiin hankintoihin, saavuttaisimme myös helpommin yltäkylläisen elämän. (Einzelgänger 2021.) (The Less You Want, The More You Have | Minimalist Philosophy for Living in Abundance)

Vapauden käsite voi tarkoittaa eri ihmisille monia eri asioita, mutta jotkut voivat kokea olevansa sitä vapaampia mitä enemmän heillä on vapaa-aikaa ja mitä vähemmän heidän on tehtävä palkkatöitä. Yllä olevassa otteessa sisällöntuottajan voi tulkita argumentoivan minimalismin vapautta lisäävien vaikutusten puolesta siten, että minimalistisen elämäntyylin omaksumisen myötä vähempään tyytyvän yksilön elämä on vapaampaa kuin kalliita asioita tavoittelevan yksilön. Tämän ajattelutavan voi otteen pohjalta tulkita olevan peräisin siitä ajatuksesta, että minimalistit eivät joutuisi käyttämään yhtä paljon aikaa elämästään työskentelyyn, vaan saisi käyttää rajallista aikaansa itse valitsemiensa asioiden tekemiseen, joista aidosti pitää. Yllä olevassa otteessa sisällöntuottaja käyttää väitteidensä vakuuttamisen keinona konsensuksella ja asiantuntijan lausunnolla vahvistamista (Jokinen 2016a, 281). Otteessa sisällöntuottaja tuo suoralla sitaatilla kuuluisan filosofin äänen tukemaan omaa argumentaatiotaan. Suorat sitaatit ovat tehokkaita vakuuttamisen keinoja, kun argumentin esittäjän pyrkimyksenä on osoittaa, ettei hän ole yksin väitteensä kanssa, vaan joku muukin näkee asian samalla tavoin (Em. 281).

Minimalistit ovat ihmisiä, jotka kääntävät selkensä ylikulutukselle ja pidättäytyvät hankkimasta mitään tarpeetonta. Sen lisäksi, että minimalismi on nykypäivän elämäntapatrendi, se on konsepti, jota ihmiset ovat harjoittaneet jo vuosisatoja. Yksinkertaisuudessa ja paljouden puuttumisessa piilee vapauden tunne, jota monet filosofit ja ajattelijat ovat kokeneet kautta aikojen. He näkivät, ettei omaisuus määrittele keitä me olemme, ja että jatkuva ulkoisten asioiden tavoittelu estää meitä kokemasta elämää täysin mitoin. (Einzelgänger 2021.) (Why Letting Go Is True Wealth | Minimalist Philosophy for Simple Living)

Tässä otteessa puhuja perustelee minimalismin vapautta lisäävää vaikutusta argumentoimalla, että minimalistista elämäntyyliä noudattava yksilö on vapautunut jatkuvasta tarpeesta tavoitella

aina vain lisää ja parempaa materiaa. Retorinen keino, jota puhuja tässä otteessa hyödyntää on nimeltään ”tosiasiat puhuvat puolestaan”. Tätä retorista keinoa hyödyntäessään puhujan pyrkimyksenä on asettaa faktat puhumaan puolestaan ja saada asiat näyttämään hänen omista tulkinnoistaan riippumattomilta tosiasioilta. (Jokinen 2016a, 283.) Puhuja pyrkii aiheen historialliseen kontekstiin vedoten luomaan kuulijoille käsityksen, että minimalismin vapautta lisäävä vaikutus ei ole vain hänen itsensä tekaisema väite vaan tosiasia, jonka monet filosofit ovat useiden vuosisatojen saatossa todenneet.

4.5 Ihmissuhdediskurssi

Yhdeksi minimalismia puolustavaksi diskurssiksi on aineistoni pohjalta aiheellista nimetä ihmissuhdediskurssi. Tämä diskurssi rakentuu väitteistä, joiden mukaan minimalistisen elämäntyylin noudattamisen nähdään auttavan parempien ihmissuhteiden rakentamisessa ja ylläpitämisessä.

Tavaroiden paljous on kaaosta ja kaaos tekee elämän vaikeaksi. Olemme kaikki kuulleet sanonnan, että gramma ennaltaehkäisyä on tehokkaampaa kuin kilo hoitoa ja kun keskustelemme minimalismista, tämä fraasi osuu naulan kantaan. Mikäli pystyt välttymään ajautumasta tilanteeseen, jossa iso osa ajastasi kuluu tarpeettomien tavaroiden ostelemiseen, etsimiseen, siirtelyyn ja siivoamiseen, elämästäsi tulee paljon sujuvampaa ja säästät valtavasti aikaa asioille, joilla todella on merkitystä, eli ihmissuhteille. (Jeff Buoncristiano 2018.) (5 reasons to adopt a MINIMALIST lifestyle.)

Yllä olevassa otteessa minimalismin puolesta puhuva sisällöntuottaja perustelee minimalistisen elämäntyylin ihmissuhteita parantavan vaikutuksen johtuvan siitä, että mikäli elämä ei pyöri tavaroiden ja materian ympärillä, niin aikaa jää enemmän ihmissuhteiden vaalimiseen. Tässä otteessa sisällöntuottaja hyödyntää argumenttinsa vakuuttavuuden vahvistamisen keinona metaforan käyttöä (Jokinen 2016a, 289). Metaforan käytön taustalla on usein pyrkimys tehdä käsittelyssä oleva uusi asia kuulijoille ymmärrettäväksi liittämällä siihen merkityksiä jostakin jo heille entuudestaan tutusta aiheesta (Kakkuri-Knuutila 1998, 259). Yllä olevassa otteessa tämä ilmenee siinä, kun puhuja pyrkii selventämään minimalistisen elämäntyylin noudattamisen ihmissuhteita parantavia vaikutuksia katsojille vertaamalla niitä eri kontekstista peräisin olevaan, hänen mielestään yleisesti tunnettuun sanontaan.

Metaforan käytöstä on kyse myös silloin, kun jotakin asiaa kuvataan käsitteillä, jotka eivät vastaa sen kirjaimellista määritelmää (Jokinen 2016a, 289). Kun puhuja yllä olevassa otteessa vertaa minimalismin etuja sanontaan ”gramma ennaltaehkäisyä on tehokkaampaa kuin kilo hoitoa”, tarkoittaa hän minimalismin aikaa säästävän väitteen kontekstissa ”ennaltaehkäisyllä” minimalististen elämäntapojen noudattamista ja ”hoidolla” puolestaan kaikkea sitä tarpeettomien tavaroiden ostelemiseen, etsimiseen, siirtelyyn ja siivoamiseen haaskattua aikaa, mikäli ei noudata minimalistisia elämäntapoja.

Mikäli olemme ympäröineet itsemme liian monilla ihmisillä tai mikä pahempaa, väärillä ihmisillä, sosiaalisesta elämästämme voi aiheuttaa meille enemmän haittaa kuin hyötyä. Liiallinen määrä ihmissuhteita voi johtaa siihen, ettemme enää erota niitä, joista todella nautimme. Saatamme esimerkiksi kuulua suureen sosiaaliseen piiriin, vaikka sen sisällä olisi vain kourallinen ihmisiä, keiden seurasta aidosti pidämme. Samaan aikaan kaikki ne ihmiset, joista emme pidä, odottavat meidän osallistuvan heidän juhliinsa, vaikka emme edes nauti niistä ja näemme ne vain sosiaalisina velvoitteina. Sosiaalinen minimalismi tarkoittaa sosiaalisten vuorovaikutusten rajaamista siihen, mikä on tarpeellista kunkin tyytyväisyyden kannalta. Yksinkertaistaessamme sosiaalista elämäämme ja olemalla valikoiva sen suhteen, millaisiin sosiaalisiin vuorovaikutustilanteisiin hakeudumme, pystymme välttämään tarpeetonta chit-chattailua erilaisissa sosiaalisissa kokoontumisissa, vaihtaen sen syvällisempiin kahdenkeskisiin keskusteluihin jonkun kanssa. (Einzelgänger 2022.) (How to Simplify Your Life | Minimalist Philosophy)

Tässä otteessa sisällöntuottaja argumentoi minimalistisen elämäntyylin ihmissuhteita parantavien vaikutusten puolesta kertomalla sosiaalisen minimalismin eduista. Puhuja vetoaa siihen, että minimalistisen lähestymistavan soveltaminen myös sosiaalisessa elämässä auttaa karsimaan pois pinnallisia ihmissuhteita, mikä luo paremmat edellytykset todellista iloa ja hyvinvointia edistävien, sekä syvällisempien ja vahvempien ihmissuhteiden rakentamiselle. Argumenttinsa vahvistamisen keinona puhujan voi tässä otteessa tulkita hyödyntävän yksityiskohtilla ja kertomuksilla vakuuttamista (Jokinen 2016a, 287). Puhuja on kehitellyt yksityiskohtaisen kertomuksen liian suuren sosiaalisen piirin mahdollisista haitoista, johon hän todennäköisesti arvelee monen katsojan pystyvän samaistumaan. Tämä voi johtaa siihen, että

erityisesti ne katsojat, jotka tunnistavat itse olevansa kertomuksessa kuvatussa tilanteessa, ottavat nyt puhujan suosituksen sosiaalisesta minimalismista vakavammin.

4.6 Ympäristödiskurssi

Yksi keskeinen minimalismia puolustava diskurssi aineistossani on ympäristödiskurssi, joka perustuu väitteeseen siitä, että minimalismi auttaa säästämään luontoa vähentämällä ylikulutuksesta aiheutuvia ympäristötuhoja.

Yksi tärkeimpiä syitä minimalistiksi ryhtymiseen on se, että ylikulutuksesta aiheutuu valtavaa tuhoa planeetallemme. Pelkästään amerikkalaiset heittävät joka vuosi roskiin keskimäärin 40 kiloa vaatteita henkilöä kohden ja kansakuntana amerikkalaiset hävittävät noin 26 miljoonaa tonnia muovia joka vuosi, eikä Yhdysvallat ei ole ainoa valtio, joka tällä tavalla toimii. National Geographic on raportoinut, että suurin osa ympäristöongelmista, joita tänä päivänä näemme, voidaan linkittää ylikulutukseen. (Cara Nicole 2021.) (How Consumerism Ruins Our Planet and Finances)

Yksi yleinen argumentin vakuuttamisen keino on kvantifiointi eli määrällistäminen (Potter ym. 1991). Tässä otteessa minimalismia puolustava sisällöntuottaja esittää numeerisessa muodossa amerikkalaisten tuottamia jätteiden määriä ja syyttää ylikulutusta niiden suuruudesta ja niiden aiheuttamista ympäristötuhoista. Samalla hän esittää kyseisen ongelman ratkaisuksi minimalistisen elämäntyylin noudattamisen lisääntymistä. Asioiden esittäminen numeerisessa muodossa luo kuulijoille helposti sellaisen mielikuvan, että esitetty väite perustuu selkeästi mitattavissa olevaan ja yksiselitteisen ristiriidattomaan tietoon (Jokinen 2016a, 288–289). Tämä voi siis olla tehokas keino saada katsojat havahtumaan siihen, että minimalistista elämäntyyliä noudattamalla voi todellakin säästää luontoa.

Minimalismi auttaa vähentämään ympäristöjalanjälkeämme. Tavaroiden valmistaminen vaatii valtavasti resursseja ja niiden mieletön osteleminen vain siksi, että heitämme ne kuitenkin roskiin myöhemmin, on todella tuhlavaista. (Simple Happy Zen 2020.) (MINIMALIST LIVING » 25 Benefits of Minimalism)

Väitteen vakuuttamisen keinona kvantifiointi voi numeerisen vahvistamisen lisäksi olla myös sanallisesti kuvailevaa määrällistämistä. Numeerisessa määrällistämässä kuulijoiden vakuuttamiseen käytetään lukuja, prosentteja tai osuuksia (kuten ensimmäisessä ympäristödiskurssin yhteydessä esittämässäni aineisto-otteessa), kun taas sanallisessa määrällistämässä hyödynnetään erilaisia laatusanoja, kuten esimerkiksi pieni, suuri, marginaalinen tai valtava. (Potter ym. 1991.) Yllä olevassa otteessa toinenkin sisällöntuottaja markkinoi minimalismia sen positiivisten ympäristövaikutusten kautta, mutta vakuuttamisen keinona hän käyttää numeerisen määrällistämisen sijaan sanallista määrällistämistä. Hän käyttää erilaisia laatusanoja painottaen tavaroiden valmistamisen vaativan ”valtavasti” resursseja, kuvaillen tavaroiden ostamista ja myöhemmin pois heittämistä ”mielettömäksi”, sekä luonnehtimalla tällaista toimintaa ”todella” tuhlaavaiseksi. Tällainen ääri-ilmaisujen käyttö on erityisen tehokas määrällistävän vakuuttamisen keino (Pomerantz 1986), koska tällöin yleisölle voi syntyä mielikuva minimalismista varsin tehokkaana keinona säästää ympäristöä.

5 Johtopäätökset

Tässä tutkielmassa muodostin diskurssianalyysini pohjalta kuusi aineistossani esiintyvää minimalistista elämäntyyliä puolustavaa päädiskurssia sekä analysoin retorisia keinoja, joilla niissä esitetyjä väitteitä pyrittiin tekemään vakuuttaviksi. Ensimmäisenä tutkimuskysymyksenäni oli se, että millaisia minimalistista elämäntyyliä puolustavia diskursseja sosiaalisessa mediassa julkaistusta minimalismia käsittelevästä sisällöstä on muodostettavissa. Vastauksena tähän kysymykseen toimii aineistosta muodostamani päädiskurssit, jotka jaottelin stressi-, vapaus-, onnellisuus-, vertailu-, ympäristö- ja ihmissuhdediskurssiin. Nämä kaikki diskurssit rakentuvat pyrkimyksistä perustella someyleisölle sitä, miksi minimalistisen elämäntyylin noudattaminen olisi hyvä ratkaisu.

Tulosluvussa valitsin jokaisen muodostamani päädiskurssin kohdalla käsittelyyn kaksi kyseiseen diskurssiin lukeutuvaa aineisto-otetta, joiden kautta osoitin perustelut tulkinnoilleni. Vaikka asettelin kunkin käsittelyyn valitsemani aineisto-otteen aina vain yhden diskurssin alle, voi osassa otteista silti olla mahdollista tulkita olevan samalla läsnä useampaakin diskurssia. Esimerkiksi onnellisuusdiskurssin yhteydessä käsittelemäni ote, jossa retorisenä keinona käytetään kertomuksen avulla vakuuttamista, menee lähelle myös stressidiskurssia. Aineisto-otteita on yhteensä kaksitoista ja jokaisesta kahdeksasta diskurssianalyysini kohteeksi valitsemastani YouTube -videosta otin käsittelyyn vähintään yhden otteen.

Aiemmissa tutkimuksissa on myös tehty havaintoja ja esitetty näkökantoja, jotka vahvistavat omasta aineistostani muodostamieni minimalistista elämäntyyliä puolustavien diskurssien merkityksellisyttä. Esimerkiksi luvussa 2 esittelemäni Kasey Lloydin ja William Penningtonin tekemän, minimalistisen elämäntyylin hyötyjä kartoittavan haastattelututkimuksen tulokset tukevat oman diskurssianalyysini tuloksia erityisesti stressi-, onnellisuus-, ja vapausdiskurssien osalta. Tutkimuksensa tuloksista kertoessaan Lloyd ja Pennington nimesivät merkittäviksi minimalistisen elämäntyylin noudattamisen myötä ilmeneviksi hyvinvointieduiksi juuri stressin vähenemisen sekä onnellisuuden ja vapauden lisääntymisen. (Lloyd & Pennington 2020.) Aiemmasta tutkimuksesta on löydettävissä tukea myös ympäristödiskurssille. Tämä on todettavissa myös 2 luvussa käsittelemästäni Cristol Lopez-Palafoxin tutkimusartikkelista, jossa hän kirjoittaa siitä, kuinka nykyinen kulutuskulttuuri on johtanut liialliseen jätteiden syntymiseen ja saastumiseen, sekä kertoo minimalismin olevan elämäntapavalinta, jonka

taustalla on idea kulutuksen ja jätteen määrän vähentämistä ja ympäristöongelmiin vastaamisesta (Lopez-Palafox 2020).

Tutkielmani toisena tutkimuskysymyksenä oli se, että millaisilla retorisilla keinoilla näitä minimalistista elämäntyyliä puolustavia diskursseja pyritään tekemään vakuuttaviksi. Vastauksen tähän kysymykseen sain analysoituani käsittelyn kohteeksi valitsemiani aineisto-otteita retorisen diskurssianalyysin keinoin. Tämän tuloksena löysin useita kyseisissä otteissa hyödynnettyjä retorisia keinoja. Niihin lukeutuvat väitteen vahvistaminen konsensuksella tai asiantuntijan lausunnolla, kertomuksen avulla vakuuttaminen, kontrastiparin avulla vakuuttaminen, liittoutumisasteen säätely, ”tosiasioiden puhuminen puolestaan”, metaforien käyttö, yksityiskohdilla ja kertomuksilla vakuuttaminen, sekä kvantifiointi eli numeerinen määrällistäminen ja sanallinen määrällistäminen.

Aineisto-otteista löytämistäni retorisista vakuuttamisen keinoista eniten toistuivat väitteen vahvistaminen konsensuksella tai asiantuntijan lausunnolla, kertomuksen avulla vakuuttaminen sekä liittoutumisasteen säätely. Kahden ensiksi mainitun retorisen vakuuttamisen keinon yleisyyden voi tämän aineiston kohdalla todeta korostuneen erityisesti siksi, että puolet käsittelemistäni aineisto-otteista ovat peräisin Einzelgänger -YouTube tilin julkaisemista videoista, ja hän käyttää näitä keinoja paljon. Kaikissa analyysini kohteina olleista Einzelgängerin julkaisemista videoista esiintyi sitä, että niiden tekijä pyrki vakuuttamaan katsojiansa minimalistisen elämäntyylin kannattavuudesta, osoittamalla, että hänen näkemyksensä aiheeseen liittyen yhtyvät kuuluisten ja arvovaltaisten filosofien (kuten Henry David Thoreau, Arthur Schopenhauer, Zhuangzi ja Epicurus) näkemysten kanssa.

Liittoutumisasteen säätely siten, että väitteen esittäjä asettuu itse selkeästi omien väitteidensä taakse, oli myös yleinen aineisto-otteista löytämäni retorisen vakuuttamisen keino. Tämän retorisen vakuuttamisen keinon yleisyyden voi päätellä johtuvan siitä, että minimalistisen elämäntyylin noudattamisen eduista kertovat somevaikuttajat ovat usein itse varsin innostuneita minimalistisesta elämäntyylistään ja pyrkivät siksi mielellään vahvistamaan argumenttiensa vakuuttavuutta kertomalla katsojille omakohtaisista positiivisista kokemuksistaan aiheeseen liittyen. Sanoisin, että yksi keskeisimmistä johtopäätöksistä, jonka voin tämän retorisen diskurssianalyysini tulosten pohjalta muodostaa, on se, että minimalistisen elämäntyylin etuja käsittelevät sosiaalisen median sisällöntuottajat useimmiten sitoutuvat myös henkilökohtaisesti

esittämiinsä väitteisiin, eivätkä pyri etäännyttämään yhteyttä itsensä ja esittämänsä argumentin välillä.

Aivan tämän tutkielmaprosessin alussa ajatukseni oli, että haluaisin pystyä muodostamaan kaikkein merkittävimmät ja yleisimmät sosiaalisesta mediasta löytyvät minimalistista elämäntyyliä puolustavat diskurssit ja sen pohjalta saada listattua kaikkein tärkeimmät syyt ihmisten minimalistiksi ryhtymisen taustalla. Tämä haave osoittautui pian kuitenkin mahdottomuudeksi, koska sosiaalisessa mediassa on julkaistu niin valtava määrä minimalistisen elämäntyylin etuja käsittelevää sisältöä, etten hyvin rajallisen aineistoni vuoksi voi yleistää analyysini pohjalta muodostamiani diskursseja kaikkein merkittävimmiksi tai yleisimmiksi. Tutkielmaani ja sen tuloksia voi kuitenkin pitää varteenotettavina, koska muodostamani diskurssit olisivat varmasti löydettävissä myös paljon laajemmasta vastaavanlaisesta aineistosta.

Lopullisen analyysini kohteeksi päätyneiden YouTube -videoiden valinta oli myös haastavaa ja joku saattaa ihmetellä, miksi neljä kahdeksasta valitsemastani videosta on samalta sisällöntuottajalta. Videoiden katselukertojen määrä oli yksi seulontaperusteistani aineiston muodostamisvaiheessa ja neljä analyysini kohteeksi valitsemaani Einzelgänger -tilin julkaisemaa YouTube -videota omasivat tutkielmani teon hetkellä yhteenlaskettuna lähes 10 miljoonaa katselukertaa. Ne siis kuuluivat aineistokorpuksestani selkeästi eniten näkyvyyttä saaneiden minimalistisen elämäntyylin etuja käsittelevien videoiden joukkoon. Kyseisten videoiden sisältö on siis voinut vaikuttaa suurem määrään ihmisiä ja päädyin valitsemaan ne analyysini kohteeksi erityisesti siksi, että niillä on voinut olla merkittävä rooli minimalismin liittyvien ajatusten ja käytäntöjen leviämisessä.

Aiempaan minimalistista elämäntyyliä käsittelevään tutkimuskirjallisuuteen perehtyessäni huomasin monissa tieteellisissä teksteissä maininnan siitä, ettei minimalistisen elämäntyylin noudattamisen taustalla olevia syitä ja siitä koituvia hyötyjä ole vielä juurikaan tutkittu tieteellisesti. Tämän tutkielman tekemisen taustalla päällimmäisenä tarkoitukseni onkin ollut olla mukana laajentamassa minimalistista elämäntyyliä käsittelevää tutkimuskirjallisuutta sekä olla mukana lisäämässä tämän yhteiskuntatieteellisesti kiinnostavan tutkimusaiheen näkyvyyttä. Tutkielmani on nyt mukana osoittamassa sitä, että minimalistisen elämäntyylin noudattamisen on mahdollista nähdä auttavan monissa niin henkilökohtaisissa kuin yhteiskunnallisissakin ongelmissa. Sosiaalinen media toimii merkittävänä minimalistisen

elämäntyylin sanomaa levittävänä alustana ja tämän tutkielman tulokset toimivat pienenä näytteenä siitä, miten ihmisiä voidaan kannustaa noudattamaan minimalistista elämäntyyliä sosiaalisessa mediassa. Vaikka aineistoni onkin liian suppea siihen, että tutkielmani tulosten pohjalta voisi nimetä kaikkein merkittävimpiä sosiaalisesta mediasta löytyviä minimalistista elämäntyyliä puolustavia diskursseja, toivon, että tutkielmani inspiroi laajempia tutkimusresursseja omaavia tahoja tekemään tutkimusta tästä aiheesta vielä laajemman aineiston avulla.

Lähteet

Ahmad, Uzair & Zahid, Anam & Shoaib, Muhammad & AlAmri, Atif (2017). HarVis: An integrated social media content analysis framework for YouTube platform. *Information systems*, 69, 25-39.

Belk, Russel. W. (2001) Materialism and you. *Journal of research for consumers*, (1)1, 291-297.

Blackburn, Rebecca & Leviston, Zoe & Walker, Iain, & Schram, Ashley (2024). Could a minimalist lifestyle reduce carbon emissions and improve wellbeing? A review of minimalism and other low consumption lifestyles. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Climate Change*, 15(2).

Franzke, Aline Shakti & Anja Bechmann & Michael Zimmer & Charles Ess & the Association of Internet Researchers (2020) *Internet Research: Ethical Guidelines 3.0*.

Jokinen, Arja (2016a) Vakuuttelevan ja suostuttelevan retoriikan analysoiminen. Teoksessa Jokinen, Arja & Juhila, Kirsi & Suoninen, Eero (2016) *Diskurssianalyysi: teorit, peruskäsitteet ja käyttö*. Tampere: Vastapaino, 273–299.

Jokinen, Arja (2016b) Diskurssianalyysin suhde sukulaistraditioihin. Teoksessa Jokinen, Arja & Juhila, Kirsi & Suoninen, Eero (2016) *Diskurssianalyysi: teorit, peruskäsitteet ja käyttö*. Tampere: Vastapaino, 201–215.

Jokinen, Arja & Juhila, Kirsi & Suoninen, Eero (2016) *Diskurssianalyysi: teorit, peruskäsitteet ja käyttö*. Tampere: Vastapaino.

Juhila, Kirsi & Suoninen, Eero (2016) Kymmenen kysymystä diskurssianalyysistä. Teoksessa Jokinen, Arja & Juhila, Kirsi & Suoninen, Eero (2016) *Diskurssianalyysi: teorit, peruskäsitteet ja käyttö*. Tampere: Vastapaino, 360–375.

Kakkuri-Knuuttila, Marja-Liisa (1998) *Argumentti ja Kritiikki: Lukemisen, keskustelun ja vakuuttamisen taidot*. Helsinki: Gaudeamus.

Kang, Jiyun & Cosette M., Joyner-Martinez & Catherine, Johnson (2021) Minimalism as a sustainable lifestyle: Its behavioral representations and contributions to emotional well-being. *Sustainable Production and Consumption*, 27, 802–813.

Laaksonen, Salla-Maaria. Sosiaalinen media tutkimusaineistona. Tietoarkisto: tuni.fi <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/laadullisen-tutkimuksen-aineistot/sosiaalinen-media-tutkimusaineistona/>. (Viitattu 29.10.2023)

Lloyd, Kasey & Pennington, William. (2020) Towards a theory of minimalism and wellbeing. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 5(3), 121-136.

Lopez Palafox, Cristol (2020) When less is more: Minimalism and the environment. *Environmental and Earth Law Journal (EELJ)*, 10(1).

Martin-Woodhead, Amber (2022) Limited, considered and sustainable consumption: The (non)consumption practices of UK minimalists. *Journal of Consumer Culture*, 22(4), 1012–1031.

Meissner, Miriam (2019) Against accumulation: lifestyle minimalism, de-growth and the present post-ecological condition. *Journal of Cultural Economy*, 12(3), 185-200.

Pomerantz, Anita (1986) Extreme case formulation: A way of legitimizing claims. *Human Studies* 9(2/3), 219-229.

Potter, Jonathan & Wetherell, Margaret & Chitty, Andrew (1991) Quantification Rhetoric – cancer on television. *Discourse & Society* 2(3), 333-365.

Potter, Jonathan (1996) *Representing Reality. Discourse, Rhetoric and Social Construction*. Lontoo: Sage.

Wilson, Anne & Bellezza, Silvia & Campbell, Margaret C. & McFerran, Brent (2022) Consumer Minimalism. *The Journal of consumer research*, 48(5), 796-816.

Luettelo kahdeksasta diskurssianalyysini kohteeksi valitsemastani YouTube videota:

1. Einzelgänger - Why Letting Go Is True Wealth | Minimalist Philosophy for Simple Living (Julkaistu 4.2.2021)
2. Einzelgänger - The Cheaper Your Pleasures, The Richer You'll Be | Minimalist Philosophy (Julkaistu 2.6.2022)
3. Einzelgänger - How to Simplify Your Life | Minimalist Philosophy (Julkaistu 11.8.2022)
4. Einzelgänger - The Less You Want, The More You Have | Minimalist Philosophy for Living in Abundance (Julkaistu 3.6.2021)
5. Cara Nicole - How Consumerism Ruins Our Planet and Finances (Julkaistu 14.9.2021)
6. Simple Happy Zen - MINIMALIST LIVING » 25 Benefits of Minimalism (Julkaistu 13.6.2020)
7. Jeff Buoncristiano - 5 reasons to adopt a MINIMALIST lifestyle. (Julkaistu 4.8.2018)
8. Joshua Becker - 15 Years, 15 Lessons: My Journey of Becoming Minimalist (Julkaistu 24.6.2023)