

## Miten onnelliseksi?

Hyvinvointioppaan retoriset keinot  
psykofyysiseen hyvinvointiin ohjaamisessa  
Teemu Syrjälän teoksessa *Elinvoimaisen miehen kirja*

Heli Kajansalo

Pro gradu -tutkielma

Filosofian maisteri, Kirjallisuustieteiden tutkinto-ohjelma

Historian, kulttuurin ja taiteiden tutkimuksen laitos

Humanistinen tiedekunta

Turun yliopisto

Toukokuu 2024

Pro gradu –tutkielma

## Filosofian maisterin tutkinto, Kirjallisuustieteiden tutkinto-ohjelma

Heli Kaijansalo

**Miten onnelliseksi? Hyvinvointioppaan retoriset keinot psykofyysiseen hyvinvointiin ohjaamisessa Teemu Syrjälän teoksessa *Elinvoimaisen miehen kirja***

**Sivumäärät:** 87 s

Tutkielmassa tarkastelen *Elinvoimaisen miehen kirjaa* retorisen analyysin näkökulmasta hyödyntäen tekstianalyysiä sekä miestutkimuksen ja feministisen kirjallisuudentutkimuksen menetelmiä. Tutkielmani keskittyy tekstin argumentaatioon, retorisiin strategioihin sekä laajempaan kontekstuaaliseen analyysiin kirjallisuudenlajin, kulttuurisen ja yhteiskunnallisen taustan kautta. Syrjälän teoksen analysoinnissa keskeistä on myös sen suhde mieskuvan rakentumiseen ja maskuliinisuuden mallien välittämiseen ja puhe naisesta. Toinen tutkielman tutkimuskysymys on kokemusasiantuntijakirjallisuuden luotettavuus ja sijoittuminen tietokirjallisuuden lajiin. Tutkimuksen tavoitteena on lisätä ymmärrystä hyvinvointikirjallisuuden vaikutuksista ja herättää lukijaa arvioimaan tiedon luotettavuutta.

Tutkiamani hyvinvointioppaan keskiössä on luonnollisen mieheyden ja elinvoiman tavoittelu, joka rakentuu fyysisestä terveydestä, mielen tasapainosta, ihmissuhteista ja seksuaalisuudesta. Teos käyttää monipuolisesti retorisia keinoja, kuten vertauksia, metaforia ja toistoa, vaikuttaakseen lukijaan ja luodakseen halutun tunnelman. Sisäislukijaa puhutellaan suoraan, mikä toimii retorisena strategiana luoda vuorovaikutteisen suhde tekstin ja lukijan välille. Opas hyödyntää perinteistä sankarin matka -narratiivirakennetta herättääkseen kiinnostusta ja sitoutumista lukijassa. Lisäksi tekstissä käytetään kontrastia, vastakkainasettelua ja intertekstuaalisuutta vahvistamaan argumentteja sukupuolirooleista ja miehisyyden haasteista nykypäivänä. Opas pyrkii vakuuttamaan lukijan tietyn elämäntavan tai terveystyöskyttyymisen tärkeydestä voimakkaiden ilmaisujen, retoristen kysymysten ja muiden keinojen avulla. Retorinen analyysi auttaa ymmärtämään, miten nämä retoriset keinot toimivat oppaan viestintävälineenä ja vaikuttavana motivaattorina.

Tutkimuksen tulosten perusteella havaitaan, että Syrjälän viestintä ylläpitää hegemonista maskuliinisuutta. Vaikka hän korostaa miehisyyden moninaisuutta, tutkielmassa osoitetaan, että hän ohjaa miehiä tiettyihin ahtaisiin maskuliinisuuden malleihin, jotka rajoittavat monien miesten ilmaisua. Lisäksi esiin nousee tarve miesrepresentaation tilalle, jossa maskuliinisuus olisi vähemmän hegemonista ja missä voisi rehellisesti näyttää haavoittuvuutensa. Teoksessa kuvataan sankarin matkaa, jossa Syrjälä asettaa itsensä sankariksi, jakamalla hyvinvointistrategiaansa heimolleen tavoitteena ideaali maskuliininen mies.

Keynote-kirjallisuus ja kokemusasiantuntijuus ovat nousseet tärkeiksi ilmiöiksi tietokirjallisuudessa. Tutkielmassa tuodaan esiin myös kokemusasiantuntijakirjallisuuden luotettavuuden ja roolin kysymys. Lukijan kriittisyys ja kustantajien vastuu nousevat tärkeiksi näkökulmiksi. Lisäksi esitetään tarve jatkotutkimukselle self-help-kirjallisuuden vaikutuksista lukijoihin ja yhteiskuntaan sekä tarpeelle ymmärtää paremmin keynote-kirjallisuuden ominaispiirteitä ja vaikutuksia.

Jatkotutkimusaiheita voisivat myös olla muun muassa vertailuanalyysi eri hyvinvointioppaiden välillä, lukijan reaktioiden ja kokemusten vaikutus oppaan ymmärtämiseen, syvällisempi narratiivinen analyysi sekä kriittinen tarkastelu keynote-kirjallisuudesta.

**Avainsanat:** self-help, kokemusasiantuntijakirjallisuus, keynote-kirjallisuus, retorinen analyysi, kokemusellisuus, miestutkimus

# Sisällysluettelo

<b>1</b>	<b>Johdanto</b>	<b>4</b>
1.1	Tutkimuksen lähdökohdat	4
1.2	Tutkimuskohde ja tutkimuskysymys	8
1.3	Teoreettinen viitekehys ja keskeisiä käsitteitä	9
<b>2</b>	<b>Sankarin matkan narratiivit retorisena strategiana</b>	<b>18</b>
2.1	Interpellaatio, eli lukijan kutsuminen miehuuden ideaaliin	18
2.2	Kerronta ja kokemuksellisuus	23
2.3	Maskuliinisuuden rajankäyntiä – elinvoimainen mies vai ideaalimaskuliini?	26
<b>3</b>	<b>Sukupuolittuneet representaatiot retorisena strategiana</b>	<b>33</b>
3.1	Naispuhetta ja puhetta naisesta	33
3.2	Mies, isyys ja seksuaalisuus	43
3.3	Sisäislukija	48
3.4	Vieraskynän voima	53
<b>4</b>	<b>Hyvinvointioppaan esimerkin voima ja kokemustiedon luotettavuus</b>	<b>71</b>
4.1	Esimerkin voima	71
4.2	Kokemustietokirjan luotettavuus	74
<b>5</b>	<b>Lopuksi</b>	<b>80</b>
	<b>LÄHTEET</b>	<b>84</b>

# 1 Johdanto

## 1.1 Tutkimuksen lähdökohdat

Terveen mielen muovaamiseksi tarvitaan vain vähän kirjallisuutta. (Lucius Annaeus Seneca, n. 4 eaa.–65 jaa.)

Tässä tutkielmassa tarkastelen vuonna 2017 julkaistua kotimaista hyvinvointiopasta ja pohdin, millaisin retorisin keinoin siinä psykofyysistä hyvinvointia tavoittelevaa lukijaa ohjataan. Aineiston analyysissä tarkastelen myös feminiinisten ja maskuliinisten ominaisuuksien representaatioita sekä tiedon perustelun ja jäsentelyn keinoja. Lisäksi tarkastelen kokemusasiantuntijuus- ja keynote-kirjallisuutta tietokirjallisuuden kontekstissa sekä lukijan roolia ko. teosten luotettavuuden arvioijana. Kokemusasiantuntijuus perustuu yksilön omiin kokemuksiin ja näkemyksiin, ja se on saanut lisää näkyvyyttä etenkin hyvinvointioppaiden kautta. Tutkimuksen tavoitteena on lisätä ymmärrystä hyvinvointikirjallisuuden retorisista keinoista ja niiden vaikutuksesta lukijan itsensä muokkaamiseen sekä herättää lukijaa pohtimaan hyvinvointioppaiden tiedon luotettavuutta kriittisesti.

Self-help- eli hyvinvointikirjallisuuden luoja mainitun roomalaisen Senecan elämäntaidolliset esseet opastivat ihmisiä jo vuosituhsia sitten. Esseiden, eräänlaisten ystäville suunnattujen lohdutuskirjeiden, teemoissa pohdiskellaan esimerkiksi, miten olisi järkevintä käyttää aikaansa välttääkseen vahingoittavaa kiirettä, ja johtaako hedonismi välttämättä onnellisuuteen. Stoalaisen mielenhallinnan filosofin esseiden keskeinen elementti on tarpeettomien kielteisten tunteiden haltuunotto. Senecan lähestymistapana on muuttaa lukijan kielteisten tunteiden takana olevat mielikuvat myönteisiksi. Strategiaa voi kutsua terapeutiseksi. Seneca havainnollistaa, miksi ihmisen tulisi kehittää sisäistä viisauttaan saadakseen nauttia rikkaammasta elämästä. Mentaalinen viisaus kehittyy levollisuudessa ja joutilaisuudessa, sekä ajatustenvaihdossa viisaiden ihmisten kanssa, sekä suodattuu lukien ja kirjoittaen, argumentoi Seneca. (Niemi-Pynttari 14.8.2018.)

Self-help ja konsulttikulttuuri piirtyivät kartalle samaan aikaan kerronnallisuuden nousun kanssa 1990-luvulla, kuten myös internet, tosi-TV ja terapiakulttuuri. Taustalla vaikuttaa ihmisoikeusliikkeiden 60- ja 70-lukulainen vaatimus marginalisoitujen ryhmien oman ”äänen” kuuluvuudesta. Kokemustarinoiden välineistyminen seurasi tarinallistumisen teknologia- ja markkinavetoisuutta sosiaalisen median jokamiehenjulkaisun, hyvinvointialan ja tasa-arvonvastaisten liikkeiden ”voicing” -aateita jäljitellen.

Hyvinvointikirjallisuus on globaalisti eniten myyvä kirjallisuuden alalaji ja suuntaus on yhä kasvamaan päin. Brasilialaisen Paulo Coelho'n teoksia on myyty vuoteen 2024 mennessä yli 320 miljoonaa kappaletta<sup>1</sup>, 170 maassa. Japanilaisen ammattijärjestäjä Marie Kondon elämäntähtäystä tavaranhallinnan keinoin voi jo nimittää ideologiaksi. Parempi elämä ja psykofyysinen hyvinvointi ovat monen toiveena ja tavoitteena. Siksi hyvinvointioppaat ovat myös maailmanlaajuinen bisnes. (Kaitasuo 10.4.2018.) Psykologian professori Svend Brinkmannin mukaan terapeutit ja self help -teollisuus ovat ottaneet uskonnon paikan. Hän toteaa itsehoitooppaiden vastaoppaassaan *Pysy lujana - Elämä ilman self-helppiä* (2016), että ”minä” on vallannut Jumalan paikan universumin keskipisteenä. Elämme aikaa, jolloin ihmisen minuus ja sen eri puolet ovat keskiössä. Itseluottamus, itsensä hoitaminen, kehittäminen ja toteuttaminen ovat olemassaolon päämääränä. (Brinkmann 2016, 95.) Hyvinvointioppaat eivät lupaa nopeasti tapahtuvaa onnellisuutta, vaan niiden perustana on oman sisäisen tahdon kuunteleminen ja työskentely sieltä kumpuavien muutostoiveiden toteuttamiseksi. Taustalla on usein ratkaisukeskeisen psykoterapian tekniikoita.

Hyvinvointioppaat ovat nousseet ostetuimpien kirjojen joukkoon ja ovat jatkuvasti korkealla myydyimpien tietokirjojen listalla<sup>2</sup>. Myös isot ja perinteiset kustannustalot ovat ottaneet ne kustannusohjelmiinsa. Vuonna 2010 Sanna Wikströmin ja Pequ Niemisen perustama Hidasta elämää -sivusto on julkaissut huhtikuusta 2016 alkaen samannimistä kirjasarjaa Kustannusosakeyhtiö Otavan kanssa vuoteen 2022 saakka, jonka jälkeen yhteistyö on jatkunut Bazar kustannuksen kanssa. Sarjan kaikki kirjat käsittelevät kokonaisvaltaista hyvinvointia. Huhtikuuhun 2024 mennessä Hidasta elämää -kirjasarjassa on julkaistu 71 teosta, mikä on mittava satsaus myös kustannusyhtiöiltä. Aikaisemmin oppaita ovat julkaisseet hyvinvointikirjallisuuden keskittynyt kustantamo Viisas Elämä Oy, joka julkaisee sekä kotimaista että käännöskirjallisuutta sekä helsinkiläinen erikoiskustantamo Basam Books, filosofian, runojen, kaunokirjallisten klassikkojen, elämäkertojen ja hyvinvointikirjojen julkaisija. Hyvinvointikirjat olivat aikaisempaa laajemmin edustettuina myös Helsingin Kirjamessuilla lokakuussa 2018<sup>3</sup>. Messuilla oli yhteensä noin 50 hyvinvointiin liittyvää ohjelmaa, joissa käsiteltiin enimmäkseen

---

<sup>1</sup> Kirja-verkkosivuston esittely kirjailija Paulo Coelhoista. <https://kirja.fi/collections/paulo-coelho> [haettu 11.4.2024]

<sup>2</sup> Mitä Suomi lukee? Eniten myydyt tietokirjat kesä-heinäkuussa 2018: 1. Erikson Thomas: *Idiootit ympärilläni*. Atena. 2. Takanen Kimmo: *Tunne lukkosi*. WSOY. 3. Torkki Juhana: *Seneca*. Otava. 4. Veitola Maria: *Veitola*. Johnny Kniga. 5. Manson Mark: *Kuinka olla piittaamatta p\*skaakaan*. Atena. [www.kirjakauppaliitto.fi](http://www.kirjakauppaliitto.fi) <https://kirjakauppaliitto.fi/kirja-ala-suomessa/mita-suomi-lukee/> [haettu 31.8.2018]

<sup>3</sup> Helsingin Kirjamessut messulehti 2018. [https://issuu.com/messukeskus/docs/kirja18\\_messulehti\\_issuu](https://issuu.com/messukeskus/docs/kirja18_messulehti_issuu) [haettu 31.8.2018]

henkistä hyvinvointia, mutta myös ruokavalioon, liikuntaan, seksuaalisuuteen ja elämäntilanteeseen liittyviä teemoja.

Hyvinvointioppaita julkaistaan ja myydään eniten Yhdysvalloissa<sup>4</sup>, siten onkin luonnollista, että myös kirjallisuudenlajin tutkimus on enimmäkseen keskittynyt anglo-amerikkalaiseen tuotantoon. Positiivisen psykologian edustajiin lukeutuva psykologian professori ja tietokirjailija Sonja Lyubomirsky Kalifornian (Riverside) yliopistosta on etupäässä tutkinut ihmisten onnellisuutta. Hän on julkaissut itsekin kaksi onnellisuusaiheista hyvinvointiopasta<sup>5</sup>. Teoksisaan Lyubomirsky analysoi onnellisuuden essenssiä perinpohjaisesti ja tarjoaa tieteellisiin tutkimuksiin perustuvan yksityiskohtaisen ohjelman, joka tarkoituksena on lisätä jokapäiväistä onnellisuutta konkreettisten strategioiden avulla. Hannah Elizabeth Benefielin (2020) Master of Arts -tutkielma<sup>6</sup> analysoi feministisellä tutkimusotteella kahden merkittävän naisille suunnatun akateemisen self-help-oppaan retorisia asenteita alalle tulevia kohtaan. Sosiologian professori Eva Illouzin tutkimustyö<sup>7</sup> on paikallistunut pääosin kulttuurin, tunteiden ja viestinnän risteymäkohtiin. Illouzin tutkimuksellisesti keskeinen kohde on tunteiden ja kapitalismin risteymät sekä onnellisuuden utopian vuorovaikutus kulutuksen utopian rinnalla<sup>8</sup>. Globaalisti eniten julkaistaan ja myös tutkitaan rakkaus- ja parisuhdeoppaita. Onhan rakkaus ja parisuhde oletetusti eräs modernin elämän tärkeimmistä perustarpeista. Silmäilemällä BookAuthorityn 100 kaikkien aikojen eniten myytyä self-help-opasta -listaa huomion kiinnittää eroavaisuus Suomen kirjakauppaliiton Mitä Suomi lukee? -listaan sillä, että Yhdysvalloissa listalla enemmistöä edustavat taloudelliseen menestymiseen ja elämän kokonaisvaltaiseen ”kerralla kuntoon” laittavat oppaat, kun taas suomalaisissa oppaissa keskitytään yhden asian korjaamiseen, oli se sitten erosta elävänä selviäminen, parisuhteen kiemurat, lasten kasvatusta, itsetunnon kohotus, ruokavalio tai fyysisen kunnan kohotus.

---

<sup>4</sup> Bookauthorityn 100 kaikkien aikojen eniten myytyä self-help-opasta listalla ensimmäisenä olevaa Jen Sinceron *You Are a Badass. How to Stop Doubting Your Greatness and Start Living an Awesome Life* (2013) on myyty yli 10 miljoonaa kappaletta. <https://bookauthority.org/books/best-selling-self-help-books> [haettu 17.9.2020]

<sup>5</sup> *The how of happiness: A scientific approach to getting the life you want* (2008) ja *The myths of happiness: What should make you happy, but doesn't, what shouldn't make you happy, but does* (2013).

<sup>6</sup> Benefiel, Hannah Elizabeth 2020: *Let Me In! An Examination of Two Guidebooks for Rhetoric and Composition Women & Their Entanglement in the Self-Help Genre*. Master of Arts (M.A.). Rhetoric and Writing. Findlay: University of Findlay.

<sup>7</sup> Hebrew University, Jerusalem, The Faculty of Social Sciences. <https://web.archive.org/web/20120829214833/http://sociology.huji.ac.il/academic%20staff-eng.html#ei> [haettu 30.9.2020]

<sup>8</sup> Illouz, Eva 1997: *Consuming the Romantic Utopia: Love and the Cultural Contradictions of Capitalism*. Berkeley: University of California Press.

Hyvinvointioppaat soveltuvat monen tieteenalan tutkimusaineistoksi, sosiologian ja psykologian lisäksi niistä riittää ammennettavaa myös kulttuurintutkimuksen saralla. Turun ja Helsingin yliopistojen yhteishankkeena on tutkittu millaisia kulttuurisia jäsennyksiä minuudesta ja yhteiskunnallisesta muutoksesta self-help-kirjallisuus tuottaa sosiologian professori Suvi Salmenniemen vuosina 2015–2017 johtamassa Koneen säätiön rahoittamassa hankkeessa *The Puzzle of the Psyche: Therapeutic Knowledge and Selfhood in a Comparative Perspective*. Tampereen yliopiston naistutkimuksen pro gradu -tutkielmassa *Kynnysmatosta supernaiseksi? Postfeminismi ja menestys naisten työelämäoppaissa* Varpu Alasuutari (2012) on tutkinut työelämäoppaita postfeminismin näkökulmasta. Vastaanottotutkimuksista voisi mainita Jyväskylän yliopiston terveystieteiden laitoksessa Lenita Lehtosen (2015) tekemän terveyskasvatuksen pro gradu -tutkielman *Kiitollisuuden harjoittaminen itsehoitomenetelmänä. 28 runoa kiitollisuuden voimasta* ja Itä-Suomen yliopiston yhteiskuntatieteiden laitoksessa Tiina Timperin (2017) sosiaalipsykologian pro gradu -tutkielma *Elämäntaitomenetelmien rooli yksilön elämänmuutostilanteessa*. Omien havaintojeni pohjalta kirjallisuustieteissä ei ole tutkittu hyvinvointioppaiden retorisia keinoja, joten oma intentioni on tarkastella teosta tietokirjallisuuden kehikossa tuottaen uutta tietoa aiheesta.

Oppaita julkaisevat psykologisten asiantuntijoiden lisäksi ns. kokemusasiantuntijat, joilla ei ole varsinaista psykologian tai muun tieteenalan koulutusta, vaan tieto perustuu henkilökohtaisiin oivalluksiin ja elämäkokemukseen. Analysoin tutkimuksessani, miten tätä kokemusperäistä tietoa perustellaan ja jäsennellään. Kokemusasiantuntijuus ja keynote-kirjallisuus ovat nousseet merkittäviksi ilmiöiksi tietokirjallisuuden kentässä. Keynote-kirjallisuus, eli julkisuudesta tuttujen henkilöiden kirjoittama tietokirjallisuus, on saanut jalansijaa markkinoilla. Näiden teosten erityispiirteenä on usein kirjoittajan julkisuusprofiilin hyödyntäminen markkinoinnissa. Tässä tutkielmassa tarkasteluani ohjaa kysymys kokemuskirjallisuuden luotettavuudesta sekä lukijan vastuusta arvioida tietoa ja sen lähteitä. Aloitetuani tutkimuksen paitamalla hyvinvointioppaiden merkityksen osana yhteiskuntamme terapeutista kulttuuria jatkan esittelemällä tarkemmin aineistoni ja lukutapaani. Tämän jälkeen analysoin tutkimuskohteesta esiin nousevia tekstuaalisia strategioita sekä tiedon perustelun ja jäsentelyn keinoja. Lopuksi vedän yhteen tekemäni havainnot, reflektoin tutkimusprosessiani ja pohdin jatkotutkimusintressejäni.

## 1.2 Tutkimuskohde ja tutkimuskysymys

Valitsin tutkielmani kohteeksi tanssija ja hyvinvointiluennoitsija Teemu Syrjälän populaari-psykologisen teoksen *Elinvoimaisen miehen kirja - Matkakertomus nykymiehelle terveydestä, rakkaudesta ja seksuaalisuudesta* (tästä eteenpäin EMK). Teos julkaistiin alkuvuonna 2017. Se lähestyy ihmisen psykofyysistä hyvinvointia ja elämänvoimaa kehotietoisuuden keinoin. Teos on suunnattu erityisesti miehille. Populaaritietokirjallisuus on kirjallisuuden alalaji, joka on suunnattu laajalle yleisölle ja pyrkii esittämään tietoa tai käsittelemään aiheita tavalla, joka on helppotajuista ja viihdyttävää (Mäntynen, Löytty & Henritius 2023, 7).

Tutkimassani teoksessa käytetään pääosin sukupuolidikotomian<sup>9</sup> mukaista jakoa miehiin ja naisiin, joten käytän tässä tutkielmassa itsekkin samoja käsitteitä selkeyden vuoksi tiedostaen kuitenkin, että sukupuolissa on useita variaatioita. Perinteisesti sukupuoli on nähty binäärisenä ja kiinteästi sidoksissa joko mieheyteen tai naiseuteen. Ei-binääriset sukupuolet, kuten muunsukupuoliset ja sukupuolettomat osoittavat, että sukupuoli on monimuotoisempi ilmiö. Feministisen kirjallisuudentutkimuksen näkökulmasta ei-binääristen sukupuolten esiintymisen kirjallisuudessa voi toimia tapana kyseenalaistaa vallitsevia sukupuolinormeja ja tuoda esiin sukupuolen moninaisuutta. Esimerkiksi kirjallisuudentutkija Rita Felskin teoksessa *The Gender of Modernity* (1995) tarkastellaan sukupuolen moninaisuuden esittämistä modernissa kirjallisuudessa ja sen vaikutusta kirjalliseen kulttuuriin. Ei-binääristen sukupuolten läsnäolo kirjallisuudessa voi myös tarjota mahdollisuuksia tutkia sukupuolen rakentumista ja representaatioita eri tavoin. Esimerkiksi filosofi ja teoreetikko Judith Butlerin *Gender Trouble: Feminism and the Subversion of Identity* -teoksessa (1990) tarkastellaan sukupuolen performanssia, mikä voi avata uusia näkökulmia ei-binääristen sukupuolten ymmärtämiseen. Naisen ja miehen käsitteet feministisen kirjallisuudentutkimuksen<sup>10</sup> näkökulmasta ovat monitahoisia ja voivat vaihdella eri aikoina ja kulttuureissa. Feministisessä kirjallisuudentutkimuksessa pyritään usein haastamaan perinteisiä sukupuolirooleja ja -odotuksia sekä tarkastelemaan kirjallisia teoksia sukupuolen, vallan ja identiteetin näkökulmasta.

Hyvinvointioppaisiin sisältyy erilaisia strategioita, narratiiveja ja argumentteja, joilla psykofyysiseen hyvinvointiin pyritään. Luen Syrjälän teoksesta myös, miten retoriset keinot

---

<sup>9</sup> Sukupuolidikotomia on ajattelumalli, jossa sukupuolet nähdään kahtiajakoisesti miehenä ja naisena. Toistensa kautta määräytyvän polariteetin toisessa päässä on mies ja maskuliinisuus, ja toisessa päässä nainen ja feminiinisyys. Nämä sulkevat pois toisensa, eikä ajattelumalli ota huomioon variaatioita sukupuolten välimaastossa. (Apter, Väisälä & Kaimola ym. 2006, 453.)

<sup>10</sup> Tieteen termipankki 14.4.2024: Kirjallisuudentutkimus: feministinen kirjallisuudentutkimus. (Tarkka osoite: [https://tieteentermipankki.fi/wiki/Kirjallisuudentutkimus:feministinen\\_kirjallisuudentutkimus](https://tieteentermipankki.fi/wiki/Kirjallisuudentutkimus:feministinen_kirjallisuudentutkimus).)

poikkeavat toisistaan, kun puhutaan feminiinisydestä ja maskuliinisuudesta. Teos sisältää useita esimerkkejä maskuliinisuudesta ja sen eri ilmenemismuodoista. Tutkin näitä esimerkkejä ja pohdin, millaisia stereotyyppioita ne vahvistavat tai haastavat. Tavoitteenani on selvittää millaisia retorisia keinoja ja strategioita teos käyttää pyrkiessään edistämään psykofyysistä hyvinvointia.

Vaikka teoksessa on paljon kuvitusta, olen valinnut olla analysoimatta sitä tässä tutkielmassa. Useimmat kuvat esittävät luontoympäristöä ja sisältävät joko kirjoittajan tai urospeuran. Eriytyisesti metsässä kuvattu komeasarvinen peurauros ja ihmisuros esiintyvät usein samalla aukeamalla rinnakkain, mikä herättää huomion rinnastuksen tarkoituksellisuudesta. Vaikka olisi ollut mahdollista tarkastella kuvitusta tekstiä tukevana retoriikkana, päätin rajata sen pois tästä tutkielmasta. Kysymys kuvien tarkoituksesta, ovatko ne vain visuaalisesti miellyttäviä kuvituskuvia vai tuovatko ne uusia näkökulmia tekstiin ja ohjaavatko ne lukijaa syventymään tekstiin entistä monipuolisemmin, jäi tutkimukseni ulkopuolelle.

Tutkimuskysymykseni on: Millaisia retorisia keinoja Teemu Syrjälän teos *Elinvoimaisen miehen kirja - Matkakertomus nykymiehelle terveydestä, rakkaudesta ja seksuaalisuudesta* käyttää psykofyysisen hyvinvoinnin edistämiseksi. Millaisia feminiinisiä ja maskuliinisiä representaatioita oppaassa esiintyy ja miten ne eroavat toisistaan? Lisäksi tarkastelen maskuliinisuuden rajankäyntiä teoksessa, eli millaisia stereotyyppioita teos vahvistaa tai haastaa maskuliinisuuden esittämisessä. Tutkielmassani pohdin myös kokemusasiantuntijakirjallisuuden luotettavuutta ja merkitystä nykykirjallisuudessa tietokirjallisuuden lajin kontekstissa.

### 1.3 Teorettinen viitekehys ja keskeisiä käsitteitä

Hyvinvointioppaat sijoittuvat yleiseen tietokirjallisuuden luokkaan<sup>11</sup>, joka pitää sisällään käytännön neuvoja ja ohjeita henkilökohtaiseen kehitykseen, hyvinvointiin ja elämäntaitoihin liittyvissä aiheissa. Näitä kirjoja voidaan myös kutsua itseapu- tai elämäntaito-oppaiksi. Ne tarjoavat neuvoja esimerkiksi stressinhallintaan, ihmissuhteisiin, terveyteen ja onnellisuuteen liittyvissä asioissa. Tämän tyyppisten kirjojen tavoitteena on auttaa lukijoita saavuttamaan tiettyjä tavoitteita tai parantamaan elämänlaatuaan eri osa-alueilla. Ne voivat tarjota konkreettisia harjoituksia, ajatusmalleja tai toimintasuunnitelmia, jotka lukijat voivat ottaa käyttöön omassa arjessaan. Näiden kirjojen sisältö perustuu usein kirjoittajan kokemukseen,

---

<sup>11</sup> Suomen tietokirjailijat ry: Tietokirjallisuuden lajit. Yleinen tietokirjallisuus tai mielipidekirjallisuus. <https://www.suomentietokirjailijat.fi/kirjailijalle/jaseneksi-liittyminen/tietokirjallisuuden-lajit.html> [haettu 1.4.2024]

asiantuntemukseen tietyllä alueella tai tieteelliseen tutkimukseen, ja niissä pyritään yleensä olemaan käytännöllisiä ja tieto on helposti omaksuttavaa. Tällaiset teokset hyödyntävät usein kirjoittajan henkilökohtaista tarinaa tai kokemusta, mikä voi tehdä niistä helpommin lähestyttäviä ja lukijalle samaistuttavia. Toisaalta ne voivat myös perustua vahvasti tiettyihin filosofiin tai psykologisiin teorioihin, joita sovelletaan käytännön tilanteisiin. Kuitenkin niiden yleinen suuntaus on tarjota lukijoille yleistajuisesti käytännöllisiä vinkkejä ja ohjeita omien elämäntaitojen parantamiseen, mikä asemoi ne lähemmäksi populaarikulttuurin ja yleistajuisten kirjallisuuden kategoriaa. Yleistajuisuus voi viitata myös siihen, että kirjallisuudessa käytetään keinoja, jotka ovat tyypillisempiä kaunokirjallisuudelle kuin tietokirjallisuudelle. Näitä keinoja voivat olla esimerkiksi tarinankerronta sekä tarinan fokalisoituminen yksilön näkökulmasta. Lisäksi on huomattu, että argumentaatio muuttuu teoreettisesta enemmän kokemus- ja havaintopohjaiseksi, ja esimerkiksi metaforia käytetään sekä retorisisina että argumentaation välineinä. (Mäntynen, Löytty & Henritius 2023, 7.)

Käytän tutkimastani teoksesta nimitystä “hyvinvointiopas”, koska se keskittyy psykofyysiseen hyvinvointiin, vaikka sitä voisi siis nimittää myös self-help- tai itseapukirjaksi sekä elämäntaitokirjaksi. Mainittu kirjallisuus on sidoksissa terapeutiseen kulttuuriin, jolla tarkoitan psykologisen teorian ja käytännön näkyvyyttä nyky-yhteiskunnassa. Hyvinvointioppaat ovat myös osa terapeutin teknologian ilmiötä, johon liittyy psykologisia, hengellisiä sekä hyvinvointiin ja terveyteen liittyviä käytäntöjä, joilla ihmiset muovaavat ja kehittävät itseään psykofyysisesti. Mindfulness, kehomielihoidot, itsetestaukset ja elämäntaitovalmennukset ovat myös samaa ilmiötä. Nämä teknologiat ovat esillä mediassa, työelämässä ja jokapäiväisessä arjessa muokaten käsitystä siitä, miten käsite hyvä elämä ymmärretään ja miten siihen tulisi pyrkiä. (Salmenniemi ym. 2017, 1.)

Psykofyysisellä hyvinvoinnilla tarkoitan ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia sekä psyykkisesti että fyysisesti. Maailman terveysjärjestö (WHO) määrittelee terveyden tilaksi, jossa on täydellinen fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen hyvinvointi eikä ainoastaan sairauden tai vammien puuttuminen (WHO, 1948). Tämä määritelmä korostaa psykofyysisten tekijöiden yhteyttä ja sitä, että todellinen hyvinvointi vaatii kaikkien näiden osa-alueiden tasapainoa.

Narratiivi on yksi kirjallisuustieteen keskeisistä käsitteistä. Se viittaa tarinankerrontaan tai kertomukseen, joka koostuu joukosta tapahtumia, jotka on järjestetty tietyllä tavalla, jotta syntyy merkityksellinen rakenne. Narratiivit ovat olennaisia tapoja, joilla ihmiset ymmärtävät, käsittelevät ja kommunikoivat kokemuksiaan ja maailmaa ympärillään. Narratiivi

narratologisessa kontekstissa viittaa tarinan rakenteeseen ja kerronnallisiin elementteihin, kuten tapahtumiin, aikaan, tilaan, henkilöhahmoihin ja niiden välisiin suhteisiin. Narratologian avulla voidaan analysoida ja ymmärtää, miten tarinat rakentuvat ja miten ne vaikuttavat lukijaan tai kuulijaan. (Steinby & Lehtimäki 2013, 96–134.) Yksi merkittävimmistä narratologian edustajista on Gérard Genette, joka on vaikuttanut huomattavasti narratologian kehitykseen. Genette esittää narratologian perusluokittelut ja käsitteet teoksessaan *Narrative Discourse: An Essay in Method* (1980). Genette jakaa narratiivin erilaisiin kategorioihin, kuten kerronnan, kerronnan fokuksen ja ajan näkökulmasta. Narratiivi voi olla fiktiivinen tai faktuaalinen, ja se voi sisältää monenlaisia kerronnan keinoja ja tyylejä.

Tässä tutkielmassa tarkastelen narratiivia retorisenä keinona. Peruspohja näkemyksilleni retorisesta vaikuttamisesta tulee Aristoteleen teoksesta *Retoriikka / Runousoppi* (2012)<sup>12</sup>. Hyvinvointioppaissa narratiivi saattaa toimia vakuuttamisen ja motivoimisen välineenä, mikä tulee Aristoteleen retoriikan periaatteista. Aristoteleen mukaan vakuuttamisessa on kolme pääasiallista keinoa: ethos (puhujan uskottavuus), logos (järkiperusteet) ja pathos (tunteisiin vetoaminen). Aristoteleen retoriikassa "ethos" viittaa puhujan uskottavuuteen tai luotettavuuteen, kun taas suomen kielen "eetos" kuvaa samankaltaista käsitettä, puhujan tai kirjoittajan asenteen tai luonteen vakuuttavuutta tai moraalista arvovaltaa. Vaikka sanat ovat kielellisesti erilaisia, niiden merkitykset ovat lähes identtiset, kun puhutaan puhujan tai kirjoittajan uskottavuudesta tai luotettavuudesta argumentoinnissa tai viestinnässä, joten käytän tutkielmassa sanaa eetos synonyymina Aristoteleen ethos-käsitteen kanssa. Aristoteleen retoriikassa "pathos" viittaa tunteisiin vetoamiseen tai tunteelliseen vakuuttamiseen puhuttelevassa viestinnässä, kun taas suomen kielen "paatos" tarkoittaa usein voimakasta, vakuuttavaa ja tunteikasta ilmaisua tai puheen sävyä. (Aristoteles 2012, 198.) Vaikka molemmat käsitteet liittyvät tunteisiin ja vakuuttamiseen, ne ovat erilaisia ja niillä on erilaiset merkitykset ja käytöt, joten käytän sanoja edellä mainitussa merkityksessä. Narratiivi voi vahvistaa kaikkia näitä elementtejä, erityisesti pathosta, mikä auttaa lukijaa samaistumaan ja innostumaan ohjeiden noudattamisesta. Hyvinvointioppaissa narratiivia retorisenä keinona tarkasteltaessa voidaan hyödyntää myös narratologista lähestymistapaa, kuten Gerald Genetten narratologisia käsitteitä. Hyvinvointioppaissa narratiivi voi rakentua perinteisen tarinankerronnan elementtien ympärille, kuten alkutilanne, konflikti ja ratkaisu. Tämä lähestymistapa vetoaa lukijan emotionaalisiin ja psykologisiin

---

<sup>12</sup> Kyse on antiikin aikaisesta teoksesta, vaikka käytänkin uutta painosta. Alkuperäinen teos on julkaistu 300-luvulla eaa.

reaktioihin, kuten Roland Barthes on esittänyt teoksessaan *Image-Music-Text*<sup>13</sup> (1977), missä hän käsittelee tarinan voimaa vaikuttaa ja koskettaa lukijaa. Lisäksi narratiivia tutkiessa voi hyödyntää Walter Fisherin<sup>14</sup> narratiivisen paradigman teoriaa, jossa painotetaan ihmisten taipumusta ymmärtää ja jäsentää kokemuksiaan tarinoiden kautta. Fisherin mukaan ihmiset ovat luonnostaan alttiita hyväksymään tarinoita, jotka he uskovat olevan totta, merkityksellisiä ja relevantteja omalle elämälleen (Fisher 1984). Kun tarkastellaan hyvinvointioppaan narratiivia retorisenä keinona, keskeistä on havainnoida, miten opas rakentaa tarinaa ja millaisia retorisia strategioita se käyttää lukijan vakuuttamiseksi ja ohjeiden sisäistämiseksi.

Argumentaatio ja retoriikka ovat käsitteitä, jotka syntyivät antiikin Kreikassa noin 400-luvulla eaa. Tärkeimpiä retoriikan kehittäjiä olivat Platon ja Aristoteles. Tuolloin retoriikka oli ennen kaikkea puhetaitoa, ja sen keskeisenä tavoitteena oli luoda vakuuttavia argumentteja. Aristoteles määritteli retoriikan taidoksi teoksessaan *Retoriikka*. Hänen retoriikkansa keskittyi erityisesti argumentointikeinoihin, joita kutsutaan pisteiksi. Näitä keinoja ovat aiemmin mainitut ethos, pathos, ja logos. Lisäksi Aristoteles esitti käsitteen enthymema, joka tarkoittaa retorista päätelmää tai päättelyketjua. Nämä käsitteet ovat edelleen olennaisia retoriikan tutkimuksessa ja käytännön sovelluksissa. (Puro 2006, 27, 31–34.) Retoriikka kattaa monipuolisen kentän, joka tutkii erilaisia tapoja vakuuttaa yleisö ja argumentoida tehokkaasti. Se ei ole pelkästään yksi tietty teoria tai menetelmä, vaan pikemminkin laaja-alainen käsite, joka kattaa monenlaisia strategioita ja taitoja, joilla pyritään vaikuttamaan kuulijoihin. Yleisesti retoriikka liittyy siis puhetaidon vakuuttamiseen ja niihin keinoihin, joilla tätä vakuuttavuutta pyritään saavuttamaan. (Mäntynen 2003, 103, 105.) Retoriikkaa voidaan luokitella kolmeen eri tasoon riippuen siitä, millä tavalla kielenkäyttöä tarkastellaan. Näitä ovat puheiden retoriikka, argumentoinnin retoriikka ja kielikuvien eli trooppien retoriikka. Jokainen näistä tasoista käsittelee kielenkäyttöä eri näkökulmasta ja keskittyy erilaisiin retorisiin strategioihin ja taitoihin. (Palonen & Summa 1996, 10.)

Retoriikka kirjallisuustieteellisenä terminä viittaa siihen, miten kirjalliset teokset rakentuvat ja toimivat kielen ja retoristen keinojen avulla vakuuttaakseen, vaikuttaakseen ja viihdyttääkseen lukijoitaan. Retoriikka siis viittaa viestinnän ja argumentoinnin taitoon, erityisesti kirjallisessa muodossa. Se tutkii sitä, miten kirjoittajat käyttävät kieltä ja retorisia keinoja. Retoriikkaan

---

<sup>13</sup> Barthes, Roland 1977: *Image-Music-Text*. Essays selected and translated by Stephen Heath. London: Fontana Press.

<sup>14</sup> Fisher, Walter R. 1984: Narration as a human communication paradigm: The case of public moral argument. *Communication Monographs*, 51(1), 1–22. <https://doi.org/10.1080/03637758409390180> [haettu 3.5.2024]

liittyy erilaisia strategioita ja tyylejä, joita kirjoittajat käyttävät tavoitteidensa saavuttamiseksi. Sitä tutkitaan erityisesti kirjallisuudentutkimuksen ja kielitieteen alueella. Esimerkiksi, Wayne C. Boothin teos *The Rhetoric of Fiction*<sup>15</sup> (1991) tarkastelee sitä, miten kirjailijat käyttävät retorisia keinoja vaikuttaakseen lukijoihin ja luodakseen merkityksellisiä kertomuksia. Booth tarkastelee muun muassa kertojan roolia, lukijan reaktioita ja kerronnan moraalista ja emotionaalista vaikutusta. James Phelan jatkaa Boothin työtä korostaen, että kerronta voidaan nähdä retorisenä toimintana, missä joku kertoo toiselle jossain tilanteessa tavoitteenaan vaikuttaa kuulijaan kertomalla tapahtumia. Tämä tulkinta edellyttää, että tekijä on tarkoituksellisesti muotoillut tekstin vaikuttaakseen lukijaan. Tekijän pyrkimykset heijastuvat tekstissä käytetyn kielen, tekniikan, rakenteen, muodon ja dialogin kautta suhteessa tekstin kokonaisuuteen sekä siihen genreen ja konventioihin, joiden mukaan lukija tulkitsee tekstiä. Näin eri lukijat voivat jakaa samankaltaisia kokemuksia tekstin merkityksestä. (Phelan 2005, 18.) Judith Butlerin teos *Gender Trouble: Feminism and the Subversion of Identity* (1990) tarjoaa retorisen analyysin sukupuolen ja identiteetin rakentamisesta kirjallisuudessa ja kulttuurissa. Butler käyttää retorista lähestymistapaa purkaakseen sukupuolen normeja ja osoittaakseen, miten ne ovat sidoksissa retoriseen vallankäyttöön ja kulttuurisiin diskursseihin.

Yhdistän tutkimukseni metodeissa klassiseen retoriikkaan myös retorista kertomusteoriaa, joka korostaa kertomusten merkitystä ja vaikutusta yhteiskunnassa auttaen ymmärtämään, miten kertomukset eivät ainoastaan välitä tietoa, vaan myös muokkaavat ja ohjaavat ajattelua, arvoja ja käyttäytymistä yhteiskunnassa. Se tarkastelee kertomuksen rakentamista ja tulkintaa retorisenä prosessina, jossa kertomuksella on tarkoitus vakuuttaa, vaikuttaa ja viihdyttää. James Phelanin<sup>16</sup> teoria, erityisesti hänen teoksessaan *Narrative as Rhetoric: Technique, Audiences, Ethics, Ideology*<sup>17</sup> (1996) hahmottelee, miten kertomukset toimivat retorisinä välineinä. Phelanin mukaan kertomuksia rakennetaan tietyin retorisin keinoin, kuten toistolla, vertauksilla ja kielikuvilla, jotka auttavat kirjailijoita välittämään viestejä ja luomaan vaikutelmia lukijoilleen. Näiden retoristen strategioiden avulla kirjailijat pyrkivät vakuuttamaan ja vaikuttamaan lukijoiden tunteisiin ja ajatuksiin. Lisäksi Phelan korostaa, että kertomuksilla on aina kohdeyleisö, jonka reaktioihin kirjailija pyrkii vaikuttamaan. Kirjailijat valitsevat retoriset strategiat sen perusteella, millaista vaikutusta he haluavat saavuttaa kohdeyleisöönsä.

---

<sup>15</sup> Booth, Wayne C. 1961/1991: *The Rhetoric of Fiction*. 2. painos. Chicago: University of Chicago Press.

<sup>16</sup> James Phelan on amerikkalainen kirjailija ja narratologian kirjallisuudentutkija. Hän on kolmannen sukupolven uusaristoteelinen kirjallisuuskriitikko, jonka työ perustuu Wayne C. Boothin työhön ja jalostaa sitä keskitettyen kerronnan retorisiin näkökohtiin. <https://english.osu.edu/people/phelan.1> [haettu 4.5.2024]

<sup>17</sup> Phelan, James 1996: *Narrative as Rhetoric: Technique, Audiences, Ethics, Ideology*. Columbus: Ohio State University Press.

Esimerkiksi, jos kirjailija haluaa herättää lukijan myötätuntoa tiettyä hahmoa kohtaan, hän saattaa käyttää retorisia keinoja, kuten kuvailevaa kieltä tai draaman rakenteita, saavuttaakseen tämän tavoitteen. Phelanin teoria tarjoaa siten ymmärryksen siitä, miten kertomukset toimivat retorisina välineinä, ja miten kirjailijat voivat käyttää retorisia strategioita saavuttaakseen haluamansa vaikutuksen lukijoihinsa.

Kirjallisuustieteessä strategia viittaa tekstin argumentaation ja retoriikan tietoihin ja suunnitelmallisiin keinoihin, joilla pyritään vaikuttamaan lukijaan. Se on siis suunnitelma, jonka avulla kirjoittaja pyrkii saavuttamaan tietyn tavoitteen tekstillään. Esimerkiksi kirjoittaja voi käyttää tosiasioita, tilastoja ja asiantuntijoiden lausuntoja vakuuttaakseen lukijan argumenttinsa oikeellisuudesta. Tällöin retorinen tavoite on lisätä argumentin uskottavuutta. (Kakkuri-Knuutila 2013, 233.) Kirjoittaja voi myös käyttää tunteisiin vetoavia keinoja, kuten tarinoita ja esimerkkejä, herättääkseen lukijan sympatiaa tai vihaa sekä kehotuksia ja ohjeita ohjatakseen lukijaa tiettyyn toimintaan. Strategialla tarkoitan tutkimuskohteestani luettavia tekstuaalisia keinoja ja näkemyksiä, joilla tietoisesti pyritään ohjaamaan lukijaa itsetyöskentelyn kautta psykofyysiseen hyvinvointiin. Tarkastelen teoksen strategiaa havainnoiden strategian elementtejä kuten tavoitetta, kohderyhmää, argumentteja ja retorisia keinoja. Eli mitä kirjoittaja pyrkii tekstillään saavuttamaan? Esimerkiksi vakuuttamaan lukijaa jostakin, herättämään tietynlaisia tunteita tai ohjaamaan lukijaa tiettyyn toimintaan. Kenelle teksti on suunnattu? Mitä he tietävät ja uskovat aiheesta? Mitä todisteita ja perusteluja kirjoittaja käyttää tavoitteensa saavuttamiseksi? Millaisia kielikuvia, tyylikeinoja ja muita keinoja kirjoittaja käyttää viestiään tehostamaan?

Tutkin argumentaation retoriikkaa käyttäen käsitettä argumentti tarkoittaen johtopäätöstä, selitystä tai syytä, jolla kirjoittaja perustelee väitettään tai sen tueksi esitettyä ajatuksenjuoksua. Yleisesti argumentoinnissa viitataan auktoriteetteihin, omiin kokemuksiin, ilmiön yleisyyteen, vedotaan tunteisiin tai valikoidaan lähteet ja näkökulma sekä yleistetään vastanäkemyksiä. Argumentointia kielennetään retoriikalla. Retoriset keinot ovat kielen tietoisia tai joskus tiedostamattomia keinoja, joita käytetään viestin tavoitteen saavuttamiseksi, esimerkiksi kielikuvia. (Kakkuri-Knuutila 2013, 258–261.) Kaunokirjallisessa tekstissä käytetään monenlaisia retorisia keinoja tarkoituksena vaikuttaa lukijaan ja luoda tekstiin tietynlainen tunnelma tai vaikutelma. Näitä keinoja ovat muun muassa *vertaus* (kahden eri asian vertaaminen keskenään kuvaannollisen kuvan luomiseksi), *metafora* (yhden asian kuvaaminen toisen asian avulla), *allegoria* (kertomuksellinen ilmaisu, jossa hahmot, tapahtumat tai paikat edustavat symbolisesti jotain toista asiaa tai ajatusta), *kielikuva* (kielen omaperäinen käyttö ilmaisemaan

jotain abstraktia tai monimutkaista asiaa), *henkilöityminen* (elottoman tai abstraktin asian inhimillistäminen), *repetitio* (eli toisto: sanojen, lauseiden tai ajatusten toistaminen korostamiseksi tai vaikutuksen lisäämiseksi), *rytmi ja kieliopilliset keinot* (äänenpaino, sanavalinnat ja lauserakenteet, jotka luovat tekstin rytmisen ja melodisen laadun), *ironia* (sanojen merkityksen tai tarkoituksen tahallinen vääristäminen luodakseen humoristisen tai satiirisen vaikutuksen), *hyperbola* (liioittelu, joka käytetään tehostamaan vaikutusta), *puhuttelu* ja *retoriset kysymykset* (lukijan suoraan puhuttelemine tai retoristen kysymysten käyttäminen herättämään lukijan ajatuksia)<sup>18</sup>. Havainnoin tutkimuskohteestani näitä keinoja. Argumentaatioanalyysi keskittyy argumentin sisältöön ja pyrkii erittelemään sen puhuttelua ja asiasisältöä. Retorinen analyysi laajentaa tarkasteluaan myös argumentin ilmaisullisiin piirteisiin, kuten kielelliseen tyyliin ja vaikuttavuuteen. Retorisessa analyysissä tutkitaan siis itse tekstiä ja sen käyttämiä keinoja vaikuttaa. Tässä analyysissä yhdistyvät sekä argumentin sisällön että sen ilmaisun tarkastelu. (Kakkuri-Knuutila 2013, 234.)

Koska tutkimuskohde on jo otsikossa nimetty nimenomaan “miehille”, on luonnollista ottaa mukaan tutkimukseen työkaluja miestutkimuksen kentältä, erityisesti kun tarkastellaan miehen kirjoittamaa ja miehille suunnattua kirjallisuutta, koska se voi tarjota syvempää ymmärrystä sukupuolen, maskuliinisuuden ja mieheyden moninaisuudesta ja niiden ilmenemisestä kirjallisuudessa. Miestutkimus auttaa tunnistamaan ja analysoimaan miesten kokemuksia, identiteettejä ja rooleja kirjallisuudessa sekä niiden yhteyksiä yhteiskunnallisiin ja kulttuuriin rakenteisiin. Tällainen lähestymistapa voi paljastaa piileviä valtarakenteita, stereotyyppioita ja normeja, jotka vaikuttavat miehiin ja heidän kirjoittamaansa sekä heille suunnattuun kirjallisuuteen. Miestutkimus auttaa myös kriittisesti tarkastelemaan maskuliinisuuden representatioita kirjallisuudessa ja niiden vaikutusta lukijoiden käsityksiin sukupuolesta ja sukupuolirooleista. Lisäksi miestutkimus voi tarjota näkökulmia ja menetelmiä, jotka mahdollistavat monimuotoisten maskuliinisten kokemusten ja äänten esiin tuomisen kirjallisuuden kentässä. Tämä auttaa rikastuttamaan kirjallisuudentutkimuksen keskustelua sukupuolesta ja sukupuolirooleista sekä edistämään tasa-arvoa ja inklusiivisuutta kirjallisuuden arvioinnissa ja analyysissä.

Yhtä tärkeä osa tutkielmani metodologiaa ja sukupuolittuneiden näkökulmien käsittelyä on feministinen kirjallisuudentutkimus, jolla analysoidaan sukupuolen roolia kirjallisuudessa, kuten teksteissä käsiteltyjä sukupuolirooleja, -identiteettejä ja -valtasuhteita. Se tarkastelee

---

<sup>18</sup> Määritelmät: (Haapala 2013, 208–235.)

muuan muassa naishahmojen esittämistä, sukupuoliroolien representaatioita ja naisnäkökulman esiin tuloa kirjallisuudessa. Feministisen kirjallisuudentutkimuksen tavoitteena on laajentaa ja monipuolistaa käsitystä kirjallisuudesta sekä edistää naisten ja vähemmistöjen äänen kuulumista kirjallisessa tuotannossa sekä kiinnittää erityistä huomiota naisten kokemuksiin ääniin ja näkökulmiin kirjallisuudessa.

Feministinen kirjallisuudentutkimus ja miestutkimus ovat molemmat akateemisia aloja, jotka keskittyvät sukupuolen ja sukupuolten välisen tasa-arvon tutkimukseen, mutta niillä on erilaiset painotukset ja lähestymistavat. Feministinen kirjallisuudentutkimus analysoi kirjallisuuden sukupuolittuneita rakenteita ja vallankäyttöä sekä tarkastelee naisten kirjallista tuotantoa ja sen merkitystä kulttuurisessa ja historiallisessa kontekstissa. Miestutkimus puolestaan keskittyy mieheyden, miesten kokemusten ja miesten sosiaalisten roolien tutkimiseen. Se pyrkii pureutumaan perinteisiin käsityksiin miehisyydestä ja miehisistä identiteeteistä sekä analysoimaan niiden vaikutusta yksilöiden ja yhteiskunnan toimintaan. Tutkielmassani ne toimivat yhteistyössä toistensa kanssa tuottaen moniulotteista sukupuolitietoista luentaa tarjoten kriittisen kehyksen sukupuolen merkityksen ymmärtämiseen teksteissä. Feministisen kirjallisuudentutkimuksen näkökulmasta tutkimuskohdetta tulkitessani nojaan muun muassa Rita Felskin, Judith Butlerin, ja Leena-Maija Rossin teorioihin.

Lähilukemisen luentatapani edustaa syvällistä analyysiä tekstistä, jossa lukija keskittyy tarkasti tekstien kerronnallisiin ja poeettisiin piirteisiin sekä kielelliseen ilmaisuun. Lähilukija tutkii tarkasti tekstin luomaa äänensävyä ja näkökulmaa, tarinan ajallista etenemistä, kerrontatapaa tai puhekontekstia, kuvailun tyyliä, metaforia, kielen käyttöä ja ilmaisun tyyllisiä piirteitä. (Kortekallio & Ovaska 2020, 53.) Pohdin esimerkiksi: Millaisen vuorovaikutussuhteen kirjoittaja rakentaa lukijakuntaansa? Kutsuuko hän lukijan lähelle vai pitääkö etäisyyttä? Mitä metaforia ja kuvia tekstissä esiintyy? Miten hahmot ja ympäristöt kuvataan? Millainen on tekstin kieli? (Kortekallio & Ovaska 2020, 53.) Lähilukeminen yhdistää henkilökohtaisen näkökulman ja objektiivisen tarkastelun, affektiivisuuden ja reflektiivisyyden, arvostelukyvyn ja herkkyyden sekä etäisyyden ottamisen ja syventymisen tekstiin ja omaan lukukokemukseen. (Kortekallio & Ovaska 2020, 64–65.) Lukijan lähilukuun vaikuttavat monenlaiset tekijät, kuten kirjoittajan ja lukijan väliset eroavaisuudet ajatus- ja arvomaailmassa, sukupuolisidonnaiset tulkinnat sekä sosio-kulttuurinen tausta. Nämä tekijät voivat vaikuttaa siihen, miten lukija tulkitsee ja ymmärtää tekstin sisällön sekä millaisia merkityksiä hän antaa sille. Tutkielman kirjoittajalle olennaista on näiden seikkojen tiedostaminen ja herkkänä pysyminen erilaisille tulkintamahdollisuuksille tekstin suhteen. Samalla tutkielman tekijä pyrkii tuottamaan

kriittistä ja objektiivista analyysiä ja tulkintaa. On tärkeää ymmärtää, että lukijoiden näkemykset ja tulkinnat voivat vaihdella merkittävästi heidän omien kokemustensa, taustaansa ja arvojensa perusteella. Tämän tiedostaminen auttaa minua tutkielman tekijänä olemaan avoin erilaisille tulkintamahdollisuuksille ja arvioimaan tekstiä eri näkökulmista.

Tässä johdannon alaluvussa olen avannut tutkielmani teoreettista viitekehystä ja keskeisiä käsitteitä. Käytän siis tekstianalyysin keinona lähilukua, jossa keskityn tekstin yksityiskohtiin ja rakenteisiin, sekä laajempaan kontekstuaaliseen analyysiin, jossa tarkastelen tekstin suhdetta tietokirjallisuuden lajin, kulttuurisen ja yhteiskunnallisen kontekstissa. Pysin sukupuolittietoisuuden analyysin avulla tunnistamaan, miten teos rakentaa ja esittää sukupuolten roolia, sekä sisältääkö teos esimerkiksi perinteisen maskuliinisuuden ideoiden purkamista, vaihtoehtoisten maskuliinisuuden mallien tutkimista sekä maskuliinisten haavoittuvuuksien ja rajoitteiden tunnistamista. Lähestyn tutkimaani teosta retorisella analyysillä tarkastellen sen retoristen keinojen, kuten esimerkiksi kielellisten ilmaistapojen, rakenteen ja argumentaation tapoja, sekä retorisia strategioita analysoiden ja tulkiten. Tutkielman kolmas käsittelyluku Sukupuolittuneet representaatiot retorisena strategiana on kokonaisuuden kannalta merkittävin ja se saa tutkielmassa eniten tilaa sivumäärällisestikin.

## 2 Sankarin matkan narratiivit retorisena strategiana

Käsittelen tässä ensimmäisessä käsittelyluvussa sankarin matkan narratiiveja retorisena strategiana keskittyen tekstin retoristen piirteiden analyysiin ja niiden vaikutuksen ymmärtämiseen. Tämän lähestymistavan avulla voidaan analysoida tekstin rakennetta, kieltä, argumentaatiota ja tyyliä sekä selvittää, miten nämä elementit toimivat yhdessä lukijan vakuuttamiseksi tai tunteiden herättämiseksi. Tarkastelen teosta kertomisen ja kokemuksen kehyksessä sekä siinä mielessä formalistisstrukturalistisen kertomuksen teorian kehikon kautta, että erotan tarinan ja kerronnan omiksi aspekteikseen viitaten tarinalla tekstin tapahtumiin ja kerronnalla tapaan, jolla nämä tapahtumat on esitetty (Cohn 2006, 132). Yhdistän tutkimukseni metodeissa myös retorista kertomusteoriaa klassiseen retoriikkaan. Retorinen kertomusteoria eroaa klassisesta retoriikasta siinä, että se keskittyy enemmän kertomusten ja tarinoiden vaikutukseen ja käyttöön retorisisina välineinä, kun taas klassinen retoriikka keskittyy lähinnä puhutun ja kirjoitetun viestinnän taitoihin ja strategioihin, kuten vakuuttamiseen ja vaikuttamiseen. Retorinen kertomusteoria tutkii, miten kertomukset rakentavat merkityksiä, luovat identiteettejä ja vaikuttavat yleisön mielipiteisiin ja tunteisiin. Kun näitä kahta lähestymistapaa yhdistetään kirjallisuuden tutkimuksessa, saadaan monipuolinen näkökulma tekstin analysointiin. Klassinen retoriikka voi auttaa ymmärtämään tekstin rakennetta, argumentaatiota ja tyyliä, kun taas retorinen kertomusteoria voi tarjota syvällisemmän käsityksen siitä, miten kertomus toimii välineenä vakuuttamisessa, identiteetin rakentamisessa ja yleisön tunteisiin vaikuttamisessa. Yhdistämällä nämä lähestymistavat kirjallisuuden tutkimuksessa voidaan saada kattava käsitys tekstin merkityksistä ja vaikutuksista.

### 2.1 Interpellaatio, eli lukijan kutsuminen miehuuden ideaaliin

Tämä kirja on omistettu  
kaikille miehille ja teille  
ihanille naisille, jotka yritätte meitä ymmärtää.  
(EMK 5)

Syrjälä osoittaa teoksen kohderyhmäksi kaikki miehet ja naiset, jotka yrittävät ymmärtää miehiä. Klassisen retoriikan näkökulmasta tämä teksti käyttää apostrofia<sup>19</sup>, retorista keinoa, joka on puhuteltavan osoittaminen. Kirjoittaja puhuttelee suoraan lukijoita (miehiä ja naisia) ja ilmaisee omistuksen heille. Tämä voi luoda läheisyyden tunteen ja sitoutumisen lukijaan.

---

<sup>19</sup> Ks. myös Tieteen termipankki 11.4.2024: Kirjallisuudentutkimus: apostrofi. (Tarkka osoite: <https://tieteentermipankki.fi/wiki/Kirjallisuudentutkimus:apostrofi>.)

Retorisen kertomusteorian näkökulmasta teksti rakentaa kertomuksen vastaanottajista, mies- ja naislukijoista, jotka pyrkivät ymmärtämään toisiaan tai pikemminkin miehistä ja naisista, jotka pyrkivät ymmärtämään näitä miehiä. Tämä kertomus voi vaikuttaa lukijoiden identiteettiin korostaen sukupuolirooleja ja vuorovaikutusta näiden roolien välillä. Tämä kertomus voi myös viestittää ajatusta yhteydestä ja yhteisymmärryksestä sukupuolten välillä. Feministisen luennan kautta tarkasteltuna tämä omistuskirjoitus herättää monia mielenkiintoisia kysymyksiä sukupuolirooleista, valtarakenteista ja sukupuolten välisestä vuorovaikutuksesta. Ensinnäkin teksti osoittaa, että kirjoittaja jakaa yhteiskunnan perinteisen jaottelun miehiin ja naisiin. Tämä voi heijastaa binääristä käsitystä sukupuolesta, joka sulkee pois muut sukupuoli-identiteetit ja -kokemukset. Feministinen lähestymistapa voisi haastaa tätä binääristä käsitystä ja kysyä, miten teksti ottaa huomioon moninaisuuden sukupuolikokemuksissa. Toiseksi omistuskirjoitus vihjaa siihen, että miehet tarvitsevat ymmärrystä ja että naiset ovat niitä, jotka yrittävät ymmärtää heitä. Tämä voi viitata perinteisiin sukupuolirooleihin, joissa naiset nähdään emotionaalisesti ja henkisesti vastuullisina miehiä kohtaan.

Toisaalta, jos tekstiä tarkastelee filosofi Louis Althusserin kehittämän interpellaatio-teorian<sup>20</sup> kautta voi huomata, että teksti kutsuu lukijat ottamaan tietyt roolit ja tunnistamaan itsensä tiettyihin sosiaalisiin ryhmiin. Interpellaatio-teoria perustuu marxilaiseen ajatteluun ja käsittelee tapoja, joilla yksilöt tunnistavat ja omaksuvat sosiaalisia rooleja ja identiteettejä. Sitaatin interpellaation prosessi kutsuu miehet tunnistamaan itsensä miehinä ja naiset tunnistamaan itsensä naisina. Miehet Syrjälä kutsuu ottamaan vastaan omistuksen ja kohderyhmänä olemisen roolin. miehille viitataan ensimmäisessä lauseessa suoraan "kaikille miehille". Heidät kutsutaan olemaan osa tämän kirjan kohdeyleisöä ja tunnistamaan itsensä miehinä, jotka voivat odottaa saavansa jotakin arvoa tai hyötyä tämän kirjan sisällöstä. Naiset Syrjälä kutsuu ottamaan vastaan roolin ihailijoina ja ymmärtäjinä. Heidä puhutellaan "ihanina naisina", mikä antaa viestin siitä, että heidän odotetaan olevan ymmärtäväisiä ja tukevia miehiä kohtaan. Heidä rohkaistaan tunnistamaan itsensä tietynlaisina naisina, jotka pyrkivät ymmärtämään miehiä paremmin.

---

<sup>20</sup> Ranskalainen marxilainen filosofi Louis Althusser kehitti interpellaatio-käsitteen. Hänen merkittäviä teoksiaan ovat esimerkiksi *Ideology and Ideological State Apparatuses* (1970) ja *Lenin and Philosophy and Other Essays* (1968). Interpellaatio-teoria tarjoaa näkökulman yksilön asemaan ja toimintaan yhteiskunnassa, ja se on vaikuttanut laajasti esimerkiksi kulttuurintutkimukseen, sosiologiaan ja poliittiseen teoriaan. Interpellaatio-teoriaa voidaan soveltaa erilaisiin yhteiskunnallisiin ilmiöihin, kuten sukupuoleen, luokkaan ja etnisyyteen. Se auttaa ymmärtämään, miten yksilöt omaksuvat ja sisäistävät kulttuurisia normeja ja arvoja.

Kustantaja kuvailee *Elinvoimaisen miehen kirjan* kertovan kaikki oleelliset seikat, kuinka matkata elinvoimaiseksi mieheksi. Miten mies voi luoda rakkauden, terveyden ja seksuaalisuuden maailmaansa lisää ymmärrystä ja tietoisuutta, ja siten tulla rohkeammaksi mieheksi, rakastavammaksi puoliseksi ja tasapainossa olevaksi isäksi. Kustantaja kuvailee kirjoittajaa lempeäksi ja suvaitsevaksi kokemusasiantuntijaksi, joka kirjoittaa itselleen tärkeistä asioista:

Teemu Syrjälä on pohjoisen kasvatti, jolle luonto, luonnonmukaisuus sekä rakkaus tekemiseen ja ilmentämiseen on elämäntyö. Teemun opiskelun ja tutkimuksen pääpainona on ihmisen kokonaisvaltainen hyvinvointi. Tanssi, luonnollinen liike ja inspiroivat ihmiset ympärillään Teemu auttaa kokoamaan kehon, mielen, seksuaalisuuden ja sielun yhteyden; lempeästi ja suvaitsevaisesti.<sup>21</sup>

Teos jakaantuu neljään osaan. Ensimmäinen osa ”Elämällesi suunta” avaa käsitettä *elinvoimainen* fyysisen, mentaalisen ja emotionaalisen näkökulman kautta, Syrjälän, kirjoittajan, matkaa teoksen parissa sekä miehen (sankarin) matkaa ja elämän suuntaa. Toisessa osassa ”Elinvoimainen mies” paneudutaan ruokavalioon, hormonitoimintaan, uneen, stressin hallintaan ja liikuntaan. Kolmas osa ”Mies, luonto ja merkityksellisen elämän piirteet”, käsittelee merkityksellisen elämän luomista juuri miehenä. Teoksen viimeinen osa ”Parisuhteita, seksuaalisuutta ja kaiken antavaa rakkautta” käsittelee tunteita, parisuhteita ja isyyttä, sekä seksuaalisuutta.

Antropologi, professori Joseph Campbellin (1990) tunnetuksi tekemässä käsitteessä myyttinen ”sankarin matka”<sup>22</sup> sankari suuntaa kohti seikkailua, tulee sieltä takaisin viisastuneena ja voittajana. Samankaltainen juonikuvio on ollut löydettävissä alkukantaisten kulttuurien tarinoista, saduista sekä nykypäivänä tietoisesti kirjoitettuna suurimmasta osasta menestyselokuvien käsikirjoituksissa. Siitä käytetään nimitystä monomyytti, koska se esiintyy Campbellin mukaan kulttuurista toiseen noudattaen säännönmukaista kaavaa. Teosten tarinat kirjoitetaan sankaritarinoiksi, joista implisiittisesti odotetaan otettavan mallia (Rojola 2002, 80). Campbellin mytologian analyysiä voi pitää eräänlaisena universaalina menestystarinan kaavana, joka toistuu varhaiskulttuureista lähtien (Hiltunen 1999, 28). Sankarin matkan kaava löytyy muun muassa monista Disneyn menestyselokuvista, kuten *Leijonakuninkaasta*, *Pienestä merenneidosta* sekä *Kaunottaresta ja hirviöstä* (Hiltunen 1999, 87).

<sup>21</sup> Teoksen esittelyteksti Hidasta elämään puodin sivustolla. (<https://hidastaelamaa.fi/puoti/elinvoimaisen-miehen-kirja/> [haettu 11.4.2024])

<sup>22</sup> Joseph Campbell teki tunnetuksi käsitteen arkkityyppisestä sankarin matkasta (The Hero's Journey) teoksessa *The Hero with a Thousand Faces* (1949), suom. *Sankarin tuhannet kasvot* (1990).

Syrjäläkin samaistaa miehen elämän sankarin matkaan:

Kaikki suuret sankarit kulkevat samankaltaista polkua, myös miehet, jotka haluavat kasvaa todellisiksi miehiksi. Ethän takerru sanaan ”todellinen mies”, jota me kaikki olemme tietysti jo automaattisesti. (EMK 26)

Hänen argumentistaan on luettavissa, että jokainen mies on sankari ja sankaruuteen vaaditaan tie tai matka, jolla kasvetaan ja kehitytään täyteen mittaun. Sankarina ei synnytä, vaan siksi tullaan kokemusten kautta. Tulkitsen tämän niin, että jokaisella on oma suurin potentiaalinsa, johon hän voi yltää, eikä se ole sama kaikilla. Toisille se on pienempää, toisille suurempaa. On jokaisen ihmisen oma valinta, mitä kohti hän kurottaa, mitkä ovat hänen tavoitteensa. Niitä ei voi asettaa, eikä määritellä ulkopuolelta. Sankarin matka on siis perinteinen narratiivinen rakenne, joka keskittyy usein miespuolisen päähenkilön kehitykseen ja kasvuun seikkailunsa aikana. Tämä malli korostaa sankarin henkilökohtaista muutosta ja voittamia koettelemuksia matkansa aikana. Sankarin matka sisältää vaiheita kuten tavallisen maailman esittely, kutsumus seikkailuun, vastahakoisuus, mentorin kohtaaminen, seikkailun alku, huipentuma ja palkinto ja paluu. (Campbell 1949, 23–71.)

Sitaatista havainnoin Syrjälän retorisen ilmaisun pitävän sisällään vakuuttelua ja argumentointia todistaakseen väitteensä siitä, että "todelliset miehet" kulkevat samankaltaista polkua kuin suuret sankarit. Teksti käyttää tarinankerrontaa esittäessään väitteen suurten sankareiden ja "todellisten miesten" samankaltaisesta polusta. Se viittaa implisiittisesti kulttuurisiin myytteihin ja tarinoihin, joissa sankarit kulkevat vaikeuksien kautta kasvaakseen. Syrjälä käyttää rohkeaa ja vakuuttavaa kieltä vakuuttaakseen lukijan siitä, että kaikkien miesten tulisi pyrkiä kasvamaan "todellisiksi miehiksi". Samalla hän käyttää ironiaa<sup>24</sup> ja ilmaisee mahdollisesti epäilyjä vähätellessään käsitettä "todellinen mies". Tekstistä esiin nousevat retoriset keinot, kuten vertauskuvat<sup>25</sup> ja ironia ovat trooppeja<sup>26</sup>, joilla Syrjälä vahvistaa väitteensä. Yhteenvedona voidaan todeta, että teksti käyttää retorisia keinoja vakuuttaakseen lukijan siitä, että miehet voivat kasvaa "todellisiksi miehiksi" seuraamalla suurten sankareiden esimerkkiä, samalla kun teksti kyseenalaistaa ja ironisoi käsitettä "todellinen mies".

---

<sup>24</sup> Ironia, eli sanojen merkityksen tai tarkoituksen tahallinen vääristäminen, jotta saataisiin aikaan humoristinen tai satiirinen vaikutus (Haapala 2013).

<sup>25</sup> Vertaus on kahden eri asian vertaamista keskenään kuvaannollisen kuvan luomiseksi (Haapala 2013).

<sup>26</sup> Trooppi on retorinen keino, jossa kieltä käytetään kuvaannollisesti eli kirjaimellisesta merkityksestä poikkeavalla tavalla, kuten esimerkiksi metafora (yhden asian kuvaaminen toisen asian avulla) ja ironia.

(Tieteen termipankki 1.5.2024: Kirjallisuudentutkimus: trooppi. (Tarkka osoite: <https://tieteentermi-pankki.fi/wiki/Kirjallisuudentutkimus:trooppi>.) [haettu 1.5.2024].)

Edellä mainitun interpellaatio-teorian näkökulmasta Syrjälä kutsuu (mies)lukijan miehuuden ideaaliin ohjaten lukijan kuvittelemaan itsensä osaksi miehuuden ideaalia, joka liittyy sankarilliseen polkuun ja kasvuun "todelliseksi mieheksi". Teksti pyrkii luomaan kuvan siitä, että tämä on toivottava ja saavutettavissa oleva identiteetti. Lisäksi lukija kutsutaan myös sosiaalisen roolin tunnistamiseen tunnistamaan itsensä miehuuden normien ja odotusten mukaiseksi. Syrjälä ehdottaa, että jokaisen miehen tulisi pyrkiä tähän ideaaliin ja sitoutua samaan polkuun kuin suuret sankarit. Lisäksi teksti vahvistaa sukupuolitettuja identiteettejä kutsumalla lukijan hyväksymään ja vahvistamaan perinteisiä miehisyyden malleja ja normeja. Se vihjaa, että "todellisen miehen" käsite on universaali ja että jokainen mies automaattisesti tunnistaa itsensä tähän rooliin. Toisaalta teksti myös haastaa ja kyseenalaistaa käsitettä "todellinen mies" kutsuen lukijan kyseenalaistamaan ja pohtimaan perinteisiä miehisyyden malleja ja normeja. Vaikka se esittää miehuuden ideaalin, se myös kehottaa lukijaa olemaan takertumatta tiettyihin sanoihin ja kyseenalaistamaan niiden merkitystä.

Toisaalta laajemmasta perspektiivistä tarkastellen hyvinvointiopas itsessään voidaan tulkita lukijan matkan metaforana, erityisesti sankarin matkan kehyksessä, joka korostaa henkilökohtaista kasvua ja kehitystä koettelemusten kautta. Tämä tulkintani perustuu siihen, että opas pyrkii ohjaamaan lukijansa kohti parempaa psykofyysistä elämänlaatua samalla tavoin kuin sankarin matka kuljettaa päähenkilönsä kohti voittoa ja henkilökohtaista kasvua. Opas tarjoaa tiekartan kohti terveyttä, hyvinvointia ja kokonaisvaltaista elämänlaatua, joka vastaa sankarin matkan teemoja. Oppaan sisältämät ohjeet ja harjoitukset voivat toimia eräänlaisina koettelemuksina, jotka lukija kohtaa ja voittaa matkallaan kohti parempaa itseään. Tämä prosessi heijastaa sankarin matkan vaiheita, kuten tavallisen maailman esittelyä (nykytilanne), kutsumusta seikkailuun (halu muutokseen), vastahakoisuutta (vaikeudet muutoksen aloittamisessa), mentorin kohtaamista (ohjeet ja tuki oppaalta), seikkailun alkua (muutoksen aloittaminen), huipentumaa (tavoitteiden saavuttaminen) ja palkintoa (parempi elämänlaatu).

Pohdin tässä ensimmäisessä käsittelyluvussa sankarin matkan narratiiveja tarkastellen teosta kertomisen ja kokemuksen kehyksessä. Viitataan Joseph Campbellin "sankarin matkan" käsitteeseen universaalina menestystarinan kaavana. Kirjan omistuskirjoitus luo läheisyyden tunteen lukijaan apostrofin avulla ja korostaa sukupuolirooleja. Havainnoin tekstin kutsuvan lukijat tunnistamaan interpellaatio-teorian näkökulmasta itsensä sukupuolirooleihin perustuen ja ottamaan vastaan tietyt odotukset ja roolit näiden roolien puitteissa. Tämä heijastaa perinteisiä sukupuolinormeja ja odotuksia siitä, miten miesten ja naisten tulisi käyttäytyä ja millaisia rooleja heidän odotetaan ottavan vastaan yhteiskunnassa. Kutsu pyrkii luomaan tunnistamisen ja

osallistumisen tunteen miehuuden ideaaliin, mutta samalla se antaa tilaa kriittiselle ajattelulle ja itseymmärrykselle kehottaessaan lukijaa olemaan takertumatta tiettyihin sanoihin ja kyseenalaistamaan niiden merkitystä. Retorinen kertomusteoria auttaa ymmärtämään, miten teksti rakentaa kertomuksen vastaanottajista.

## 2.2 Kerronta ja kokemuksellisuus

Narratologisen näkökulman mukaan kerronnan ja kokemuksellisuuden välinen suhde ilmenee siinä, miten kirjalliset teokset rakentavat tarinoita ja välittävät lukijoille kokemuksia. Kerronnan keinoin kirjailijat voivat antaa lukijoille mahdollisuuden eläytyä ja kokea tarinan tapahtumat ja henkilöhahmojen tunteet ikään kuin he olisivat osa tarinaa. Toisaalta kokemuksellisuus vaikuttaa siihen, miten tarina rakentuu ja miten lukijat siihen reagoivat. Retorisen analyysin mukaan kokemuksellisuus on kirjallisuudessa strategia, joka pyrkii vaikuttamaan lukijaan tunteiden kautta ja luomaan syvemmän yhteyden tekstin. Tämä toteutuu esimerkiksi välittämällä lukijalle henkilöhahmojen tuntemuksia ja kokemuksia tai käyttämällä kerrontaa, joka herättää tiettyjä tunteita tai elämyksiä lukijassa. (Kakkuri-Knuutila 2008, 233.) Kokemuksellisuuden avulla tekstin luojat voivat saada lukijat eläytymään tarinaan ja sitoutumaan siihen emotionaalisesti (Felski 2008, 45). Felski painottaa, että kokemuksellisuus kirjallisuudessa ei ole yksiuotteinen käsite. Se kattaa laajan kirjon tunteita, ajatuksia ja ruumiillisia reaktioita, joita lukijat kokevat (Felski 2003, 22–23).

Syrjälä luo voimakkaan oletuksen lukijalle, että juuri hän on teoksen minäkertoja, vahvistaen näin omaa kokemusasiantuntijuuttaan. Kokemusasiantuntijuus<sup>27</sup> syntyy usein henkilökohtaisen elämää mullistavan kokemuksen myötä. Tämä kokemus kerryttää tietoa, jota halutaan jakaa muiden kanssa, kun omat vaikeat kokemukset muuttuvat voimavaroiksi. Kun yksikön ensimmäisen persoonan tekijäkertoja kohdistaa katseensa itsensä ulkopuolelle, hän voi tarkastella yhteiskunnallisesti merkittäviä aiheita. Tässä tapauksessa minäkertoja toimii koki-jana, jonka päätehtävänä on esittää lukijalle rajoitettuja tilanteita ja tapahtumia tietystä näkökulmasta omien subjektiivisten tulkintojensa kautta. (Lassila-Merisalo 2023, 175.) Syrjälän teoksen minäkertojan huomio kohdistuu häneen itseensä. Kun minäkertoja keskittyy pääasiassa omaan itseensä, fokalisaatio on voimakkaasti minäkertojan subjektiivinen näkökulma.

---

<sup>27</sup> Määritelmä: Koko a - Koulutetut Kokemusasiantuntijat ry.

Syrjälän strategia näyttää olevan herättää lukijansa ajattelemaan esimerkin kautta kertomalla tarinoita, joihin voi samaistua. Hän myös ohjaa lukijaa reflektoimaan lukemaansa.

– – toivon sinun suhtautuvan seuraaviin sivuihin avoimin mielin, tarkastellen mitä niillä on tarjottavana. Mikäli jokin ajatus herättää sinussa vastareaktion tai epämiellyttävän tunteen siitä, miten väärässä olen ja en tiedä mitään mistä puhun, pyri tarkastelemaan tuota reaktiota.  
(EMK 20)

Tämä lainaus osoittaa vahvaa retorista otetta, erityisesti Aristoteleen retoriikan kolmesta osatekijästä: eetos, pathos ja logos. Syrjälä pyrkii rakentamaan vakuuttavaa "luottamuksen ja uskottavuuden" etiikkaa, kun hän kehottaa lukijaa suhtautumaan avoimin mielin ja tarkastelemaan sivuja objektiivisesti. Hän pyrkii vakuuttamaan lukijan siitä, että ymmärtää sisäislukijaa ja haluaa synnyttää luottamusta (eetos). Tekstissä pyritään herättämään lukijassa tunteita, erityisesti empatiaa ja myötätuntoa, kehottamalla häntä tarkastelemaan omia reaktioitaan ja tunteitaan. Pyrkimys saada lukija tuntemaan, että hänen reaktionsa ovat hyväksyttäviä ja että häntä kannustetaan itsetutkiskeluun (pathos). Vaikka lainaus ei suoranaisesti tarjoa loogista argumenttia, siinä viitataan järkeen ja järkevään päättelyyn pyytämällä lukijaa tarkastelemaan ajatuksiaan kriittisesti ja perustelemaan niitä. Tämä vahvistaa Syrjälän pyrkimystä luoda rakentavaa keskustelua ja dialogia (logos). Retorisen kertomusteorian näkökulmasta kirjoittaja pyrkii asettamaan itsensä ja lukijansa tarinan puitteisiin, jossa lukija kutsutaan osallistumaan dialogiin ja kehittymään henkisesti. Lopuksi retorisia keinoja voidaan tunnistaa kutsuva ja kannustava sävy, joka pyrkii luomaan yhteyden lukijaan, sekä kiinnostuksen herättäminen omien reaktioiden ja tunteiden tarkasteluun.

Syrjälä käyttää kasvuun vaadittavan kivun metaforana<sup>28</sup> munakasta. ”Kasvu on kuin rikkoisi munan, mutta päällisin puolin rikkovan toimenpiteen jälkeen syntyy kuitenkin munakas.”  
(EMK 28) Ihminen ei kehity mukavuusalueellaan, vaan siihen tarvitaan aina hieman epämu-  
kavuutta, kipuakin. Kasvu vaatii myös valintoja ja luopumista, päätösten tekemistä ja vastuunottoa omasta elämästä.

Mikäli hyväksymme  
mieheksi kasvamisen matkan

---

<sup>28</sup> Metafora eli kielikuva, on ”trooppi, jossa sana tai lause viittaa johonkin muuhun kuin suoraan ja kirjaimelliseen merkitykseensä”. Se on monitulkintainen sekä epäsuora tapa kuvata asioita. Metaforassa tapahtuu merkityksen siirtoa, jossa tavallinen sanamuoto irrotetaan alkuperäisestä merkityksestään ja liitetään uuteen kontekstiin. Metaforan olemuksesta on erilaisia teorioita. Yksi vanhimmista ja tunnetuimmista käsityksistä, joka juontaa juurensa Aristoteleeseen, on se, että metafora on vertaus ilman suoraa ilmaisua "kuin"-sanalla. Toisin sanoen se on tiivistetty ja pelkistetty vertaus. Tieteen termipankki 4.5.2024: Kirjallisuudentutkimus: metafora. (Tarkka osoite: <https://tieteentermipankki.fi/wiki/Kirjallisuudentutkimus:metafora.>)

— mitä monet eivät tee —  
 kohtaamme monenlaisia haasteita,  
 uudelleen järjestämistä, jopa  
 persoonan kuolemista ja  
 uudelleen syntymistä. Ne auttavat meitä  
 pääsemään maagiseen maailmaan,  
 jossa olemme sankareita,  
 tässä tapauksessa elämme sitä miehistä  
 potentiaalia, joka meissä on.  
 (EMK 29)

Tässä Syrjälä käyttää taas retorisenä keinona kuvata miesten kasvamista matkana haasteineen. Vertauskuvallinen kieli kuvaa miesten kehitystä sankarimatkana kohti "maagista maailmaa", jossa heistä tulee sankareita. Tämä luo mielikuvan matkasta kohti kypsyyttä ja täyttymystä, mikä voi inspiroida ja innostaa lukijaa. Lisäksi hän käyttää kuvallista kieltä ja symboliikkaa<sup>29</sup> luomaan mielikuvia uudestisyntymisestä ja transformaatiosta. Puhuminen "persoonan kuolemasta ja uudelleensyntymisestä" viittaa syvälliseen muutokseen ja kasvuun, mikä voi herättää voimakkaita tunteita ja resonoida lukijan kanssa.

Teksti on asemoitu säkeittäin todennäköisesti tavoitteena korostaa jokaisen säkeen itsenäistä merkitystä ja tuoda esiin jokaisen väitteen erillisyyttä. Tämä saattaa auttaa lukijaa hahmottamaan tekstin rakenteen selkeämmin ja antaa tilaa jokaiselle väitteelle erikseen. Säkeittäin asemoiminen voi myös korostaa tekstin runollista tai retorista luonnetta, mikä voi vahvistaa sen vaikuttavuutta ja lukijan sitoutumista. Retorinen keino, jota tässä käytetään, on fragmentaatio eli jakaminen osiin. Fragmentaatio voi tehdä tekstin merkityksen hahmottamisesta helpompaa ja korostaa jokaisen osan itsenäistä tärkeyttä.

Miestutkimuksen näkökulmasta Syrjälä avaa keskustelua miesten kasvamisen ja identiteetin kehityksen haasteista. Hän viittaa siihen, että miehenä kasvaminen on prosessi, johon liittyy monenlaisia vaikeuksia, uudelleenjärjestelyjä ja jopa oman persoonan kuolemaa ja uudelleensyntymistä. Tämä voi kuvastaa perinteisten maskuliinisten normien ja odotusten kohtaamia haasteita ja niihin liittyviä henkilökohtaisia konflikteja ja sisäisiä taisteluita. Feministisen luen-  
 nan näkökulmasta voidaan tulkita kriittisesti, korostaen sitä, miten perinteinen maskuliinisuuden malli asettaa miehille paineita ja rajoituksia. Se voi myös avata keskustelua siitä,

---

<sup>29</sup> Symboliikka on tapa käyttää symboleja, eli merkkejä tai kuvia, jotka edustavat abstrakteja käsitteitä, ideoita tai ajatuksia. Kirjoittajalla voi olla myös oma yksityinen symboliikka. Symboli on käsite, joka kuvaa asiaa tai esinettä, joka edustaa tai symboloi jotakin muuta käsitettä tai ideaa. Runoudessa on vuosisatojen ajan käytetty konventionaalisia symboleja ilmaisemaan tiettyjä ajatuksia tai tunteita. (Haapala 2013, 209–210.) Esimerkiksi sydän toimii usein symbolina rakkaudelle, myötätunnolle ja intohimoille.

miten miehisyyttä rakennetaan ja ylläpidetään yhteiskunnassa, ja miten tämä vaikuttaa miesten kokemuksiin ja hyvinvointiin.

FT Maria Mäkelän Kertomuksen vaarat -tutkimusryhmän mukaan kertomuksen muodossa kirjoitettu teksti on tehokas tapa välittää kokemuksellista ja yksityiskohtaista tietoa. On kuitenkin tärkeää huomata, että yksilön kokemus saattaa olla subjektiivinen eikä aina täysin faktojen tarkistettavissa. Siksi kertomukseen valitut yksityiskohdat eivät välttämättä ole yleisesti pätevää tietoa, vaan ne heijastavat yksilön näkökulmaa ja kokemusta. (Mäkelä, Björninen, Karttunen, Nurminen, Raipola, & Rantanen 2020, 64.) Kerronnan kokemuksellisuus on yksi teoksen strategioista, jonka päämääränä kokemustiedon korostamisen lisäksi on kertojan tarkoitus yhdistää oman kokemuksen merkityksellisyys esittämiskontekstin kanssa, jolloin kokemustiedon esikuvallinen luonne vahvistaa varsinaista argumenttia, tuoden tekstiin inhimillisen tajunnan kuvauksen (ks. Fludernik 2010, 19–20).

Tässä alaluvussa havainnoin Syrjälän hyödyntävän retorisia keinoja vakuuttaakseen lukijan mieheyden käsitteestä. Kerronnan ja kokemuksellisuuden välisen suhteen kautta Syrjälä pyrkii vaikuttamaan lukijaan tunteiden kautta ja luomaan syvemmän yhteyden tekstiin. Kokemusasiantuntijuus rakentuu minäkertojan henkilökohtaisten kokemusten kautta, ja tämä kokemus jaetaan lukijalle tarinan kautta. Retorinen analyysi osoittaa Syrjälän rakentavan vahvaa eetosta, pathosta ja logosta, pyrkien vakuuttamaan lukijan luottamuksen ja uskottavuuden avulla sekä herättämään tunteita ja ohjaamaan järkevään päättelyyn. Kertomuksen muodolla ja symboliikalla hän pyrkii inspiroimaan lukijaa kasvamaan ja kehittymään miehenä. Miestutkimuksen näkökulmasta hän avaa keskustelua miesten kasvun haasteista ja identiteetin kehityksestä samalla kun feministisen kirjallisuudentutkimuksen näkökulmasta voi havaita perinteisen maskuliinisuuden kehyksen luovan paineita ja rajoituksia yksilöille.

### **2.3 Maskuliinisuuden rajankäyntiä – elinvoimainen mies vai ideaalimaskuliini?**

Tämän kirjan kirjoittamiseen olen lainannut ajatuksia psykologiasta, antropologiasta, filosofeilta, ravitsemuksen ja liikkumisen ammattilaisilta, biologiasta, esoteerisista näkökulmista, uskonnoista, tieteestä, omista kokemuksistani, tuhansista artikkeleista ja haastatteluista, nettiradioista, seminaareista, kirjoista, sekä käydyistä keskusteluista. (EMK 13)

*Elinvoimaisen miehen kirjan* kerronta pohjautuu tekijänsä omakohtaisiin kokemuksiin sekä niiden tulkintoihin, joita hän vahvistaa viittauksilla maailmankirjallisuuden suuriin tarinoihin

ja tarinankertoihin, luoden näin vahvistavia merkitysverkostoja<sup>30</sup> lukijoilleen. Seuraavaksi lähdän hahmottamaan, mitä luonnollisen mieheyden kokonaiskompositio Syrjälälle tarkoittaa, ja miten se saavutetaan? Syrjälä kokee löytäneensä *luonnollisen* elämäntyylin ja haluaa puhua vahvasti sen puolesta. (EMK, takakansi) Syrjälän lukijaa ohjaavassa strategiassa olennaisimpana elementtinä on kokonaisuus, joka koostuu terveydestä, miehisyydestä, parisuhteesta ja seksuaalisuudesta. ”Kirjassa tarkastelen sitä, mitä miehen tulee tietää tässä ajassa tullakseen kokonaiseksi.” (EMK 11) Syrjälä näkee ihmissuhteiden, seksuaalisuuden ja parisuhteiden olevan terveyden kulmakiviä, joiden tukena fyysiset osatekijät toimivat. Kirjan pyrkimyksenä on tarjota kokonaiskuva, erityisesti miehistä. (EMK 12–13) Tämä on kiinnostava tavoite, sillä sukupuolta tuotetaan niin arjen toiminnoissa kuin kulttuurisissa esityksissä, joten se näyttäytyy ilmiönä kulttuurisesti ja sosiaalisesti (ks. Juvonen ym. 2010, 14; Rossi 2010, 21). Syrjälä näkee itsensä lukijan mentorina, jonka tavoitteena on ohjata mies kasvumatkalle. ”*Elinvoimaisen miehen kirja* toimii alustana omalle matkallesi ja sydämestäni toivon, että se voi auttaa sinua kasvamaan ja kehittymään.” (EMK 13) Hän näkee kasvun tapahtuvan avautumalla kollektiivisesti, yhdessä muiden kanssa. ”Avataan, avarrutaan ja kasvetaan yhdessä. Näin voimme lentää hieman pidemmälle.” (EMK 21)

*Elinvoimaisuus* on keskeinen käsite, joka toistuu läpi teoksen, joten on syytä kartoittaa, miten kirjoittaja sen määrittelee. Syrjälälle se tarkoittaa fyysistä, mentaalista ja emotionaalista vahvuutta, joka vaikuttaa positiivisesti elämään ja mahdollistaa merkityksellisen työn tekemisen. Fyysinen elinvoimaisuus heijastaa kehollista hyvinvointia, mentaalinen selkeää ajattelua ja kykyä ratkaista haastavia tilanteita, kun taas emotionaalinen elinvoimaisuus ilmenee hyvänä mielialana ja kykynä käsitellä erilaisia tunteita. Elinvoimaisessa mieheissä yhdistyvät innostuneisuus, voima, terveys, vastuullisuus, huumori, läsnäolo ja selkeys, jotka kaikki voivat auttaa häntä valitsemallaan tiellä. (EMK 18–19) Syrjälä kannustaa lukijaa jakamaan ja pohtimaan, mitä voisi antaa yhteisölle. Hän ehdottaa omien tavoitteiden ja unelmien selvittämistä kirjoittamalla ja pohdiskelemalla kysymyksiä: Mitä haluan? Miksi haluan sitä? Miten voisin saavuttaa tavoitteet? Tekojen motiivit ovat avain onnistumiseen, sillä merkitykselliset tavoitteet tarjoavat mahdollisuuden menestykseen. (EMK 32–38) Teksti hyödyntää retorista keinoa innostaa ja ohjata lukijaa omien tavoitteiden ja unelmien selvittämiseen. Syrjälä käyttää

---

<sup>30</sup> Merkitysverkosto viittaa ajatukseen siitä, että kirjalliset tekstit eivät ole itsenäisiä tai suljettuja, vaan ne ovat osa laajempaa verkostoa, joka sisältää monenlaisia merkityksiä ja vuorovaikutuksia muiden tekstien, kulttuuristen käytäntöjen ja historiallisten tapahtumien kanssa. Tämä käsite korostaa tekstin monitulkintaisuutta ja vuorovaikutusta ympäröivän maailman kanssa. Termi "merkitysverkosto" on peräisin Roland Barthesilta, ranskalaiselta kirjallisuudentutkijalta ja filosofilta. Barthes, Roland 1975: *The Pleasure of the Text*. Trans. Richard Miller. New York: Hill and Wang.

kysymyksiä tehokeinona herättää lukijan ajattelemaan omia toiveitaan ja motiivejaan. Hän korostaa merkityksellisten tavoitteiden tärkeyttä ja kannustaa lukijaa käyttämään aikaa itsensä tutkimiseen ja omien unelmiensa selvittämiseen. Teksti pyrkii vakuuttamaan lukijan omien pohdintojen ja tavoitteiden merkityksestä elämänhallinnassa ja menestyksessä.

Ruokavaliolla on suuri merkitys ihmisen hyvinvoinnille. Syrjälä suosittelee elinvoimaiselle miehelle terveellistä ruokavaliota, joka sisältää perinteisin menetelmin valmistettuja ainesosia, kuten luomu- ja lähituotteita, vähän käsiteltyjä materiaaleja ja monipuolisen ravintoainekoostumuksen. Ohjeet perustuvat hänen ja asiakkaidensa kokemuksiin toimivasta ruokavaliosta. (EMK 46–47) Ruokavaliiohjeet tuntuvat varsin triviaaleilta hiukankin aiheeseen perehtyneelle, joten oletan Syrjälän oletuslukijan olevan ensimmäisiä kertoja aiheeseen tarttuvan, yleisiä ja helposti lähestyttäviä ohjeita kaipaavan henkilön.

– – aamu/päivä panostetaan rasva- ja proteiinipitoiseen kokonaisuuteen ja illalla sekä liikkumisen jälkeen taas yhdistellään hiilihydraatteja ja proteiineja. – – Yksinkertaisimmillaan riittää, kun syö puhdasta ruokaa ja korvaa ne ruoat, joiden tietää olevan itselleen haitallisia, paremmilla vaihtoehdoilla.

(EMK 58–59)

Kirjoittaja pyrkii vakuuttamaan lukijansa terveellisen ruokavalion tärkeydestä ja oikeista valinnoista sen suhteen. Hän käyttää vakuuttelussaan argumentteja, jotka perustuvat kokemukseen ja käytäntöön, tavoitellen uskottavuutta ja luotettavuutta. Käytetty kieli on selkeää ja suoraviivaista, mikä tekee ohjeista helposti lähestyttäviä.

Syrjälä painottaa, että hormonit ovat elintärkeitä elimistön toiminnoille, kuten lisääntymisen säätelyssä, kasvussa, kehityksessä sekä energian tuotannossa ja varastoinnissa. Erityisesti maskuliinisuuteen liittyvä testosteroni on keskeinen hormoni. Syrjälä ohjaa lukijaa vaikuttamaan testosteronitasoihin stressinhallinnalla, liikunnalla, terveillä elämäntavoilla, levolla, seksillä/masturboinnilla sekä kylmähoidolla. Hän suosittelee myös kehotietoista lähestymistapaa, kuten luonnollisen ryhdikkään kehon asennon ylläpitämistä, uskoen kehon ja mielen yhteyteen liikkeen tuoman tunnetilan kautta. (EMK 68–71)

PALJON EI PUHUTA SIITÄ,  
 KUINKA FYYSISELLÄ ASIOILLA ON  
 VAIKUTUS MIELEEN JA TOISIN PÄIN.  
 SE KUINKA KANNAMME ITSEÄMME,  
 ILMENEE MYÖS FYSIOLOGISESTI.  
 SISÄINEN TUNTEEMME ON MYÖS  
 MEIDÄN TULEVA OLOTILAMME.

(EMK 73)

Tekstissä käytetään retorisia keinoja vakuuttamaan lukija hormonien merkityksestä ja niiden vaikutuksesta maskuliinisuuteen. Suuret kirjaimet sitaatissa lisäävät ilmaisun voimakkuutta ja painokkuutta, mikä vahvistaa viestin merkitystä vastaanottajalle. Teksti on asemoitu säkeittäin, eli käytetty retorisisena keinona fragmentaatiota. Tekstin alkupuolella korostetaan hormonien tärkeyttä monissa elimistön toiminnoissa, mikä herättää lukijassa kiinnostusta aiheeseen. Syrjälä käyttää vakuuttavia termejä, kuten "terveet elämäntavat" ja "luonnollisella ryhdikällä kehon asennolla", jotka luovat kuvaa helppokäyttöisistä ja tehokkaista keinoista vaikuttaa testosteronitasoihin. Lisäksi Syrjälä vihjaa yllättävillä ja epäsovinnaisilla keinoilla, kuten seksillä/masturboinnilla ja kylmähoidolla, mikä lisää lukijan uteliaisuutta ja saa hänet jatkamaan lukemista. Teksti pyrkii siis vakuuttamaan lukijan testosteronitasojen merkityksestä maskuliinisuuden kannalta ja antamaan selkeitä ohjeita niiden tasapainottamiseen, mikä tekee siitä tehokkaan retorisen välineen lukijan vakuuttamiseksi ja ohjaamiseksi.

Syrjälä näkee luonnossa oleskelun keinona itsensä nollaamiseen ja miehelle tarpeelle tutkia maailmaa ja kokea vapautta sekä voimaa. Hän kehottaa seuraamaan luonnon rytmejä tasapainon saavuttamiseksi ja tarjoaa käytännön esimerkkejä.

Mikäli olet pitkän linjan salimies, ehkä olisi aika tutustua joogaan tai rauhoittavaan liikkeeseen. Mikäli olet joogahihhuli, ehkä olisi syytä tutustua rautoihin tai ylämäkijuoksuihin. Jos taas olet vakavasti otettava tiedemies, ehkä olisi aika hypätä tuntemattomaan ilonpitoon, kuten vaikka tanssiin. (EMK 111)

Kirjoittaja rakentaa kuvaa luonnossa oleskelun olennaisuudesta miesten elämässä, korostaen sen vaikutusta vapauden, voiman ja rohkeuden kokemiseen. Mieheyttä ja maskuliinisuutta kuvataan luonnossa oleskelun kautta, korostaen sen merkitystä miehisen identiteetin rakentumisessa. Tällainen kuvaus liittyy perinteiseen miehenmalliin, jossa miehisyyttä on perinteisesti arvostettu maskuliinisenä ja vahvana, ja luonto nähdään miehen hallitsemana ja valtana. Tämä retorinen strategia myös pyrkii vakuuttamaan lukijan luonnon positiivisista vaikutuksista, kuten sen kyvystä auttaa tasapainon saavuttamisessa. Lisäksi hän olettaa, että "salimies" on kiinnostunut vain voimaharjoittelusta ja että "joogahihhuli" keskittyy vain rauhoittavaan liikuntaan. Lisäksi hän vihjaa, että "tiedemies" ei osaa nauttia elämästä tai harrastaa fyysistä aktiiviteettia. Tällainen ajattelu vahvistaa stereotyyppioita siitä, millainen miesten tulisi olla ja mitä heidän odotetaan tekevän, eikä ota huomioon yksilöllistä vaihtelua ja monimuotoisuutta miesten joukossa.

Sukupuolentutkija ja miesaktivisti Arto Jokinen tarkastelee sukupuolidiskursseja erilaisina positioina, joihin asettuminen rakentaa maskuliinisuutta tai feminiinisyttä. Maskuliinisuutta

ilmaisevat positiot myös kuvaavat asioita, joita pidetään miehekkäinä ja arvostetaan mieskategorian kannalta merkittävänä. ”Maskuliininen subjekti rakentuu siis positioon asettumalla. Asettuminen on hetkellistä ja tilannesidonnaista. Subjekti on jatkuvassa purkautumisen ja rakentumisen tilassa siirtyessään positioista toiseen.” (Jokinen 2010, 136.)

En aio kertoa sinulle, mikä on oikea tapa elää, syödä, juoda, liikkua, olla parisuh-teessa tai ajatella. Annan sinulle oman tarinani ja näkemykseni, josta sinä saat poi-mia ne ajatukset, jotka resonoiivat sinussa. Koska tarinat ja määritelmät ovat aina omiamme, sinun on syytä määritellä, mikä on todellinen mies sinulle. (EMK 28)

Syrjälä jättää positioon asettumisen lukijansa harkinnan ja arvojen varaan, mutta teoksen läh-tökohtainen asetelma kuitenkin on, että sisäislukija etsii juuri Syrjälän mielipidettä ja tukea omaan maskuliinisuuteensa. Näen pyrkimyksen tavoitteen idealisoituna maskuliinisubjektina, jota Syrjälä itsekin on tavoitellut ja tavoittelee, tiettyä ihannetta, jota kohti hän ohjaa myös lu-kijaansa.

FM, kulttuurikriitikko Juhani Brander ei näe maskuliinisuutta luontaisena tilana, vaan synny-tettyinä ja kulttuurisena performanssina, johon miehet (tahtomattaan) osallistuvat ja jota todis-tavat erilaisilla suoritteilla ja rituaaleilla. Hän viittaa hegemoniseen maskuliinisuuteen<sup>32</sup>, ku-vitteelliseen rakennelmaan, joka tuottaa, muokkaa ja hyväksyttää tietynlaista miehisyyttä ja

– – johon kuuluvia piirteitä ovat muun muassa rationaalisuus, heteroseksuaali-suus, empatiakyvyttömyys, alttius väkivaltaan, naisten esineellistäminen, tuntei-den patoaminen, vallan tavoittelu, menestyksen pakkovaade, yleinen kovuus, fyysisen voiman ja urheilevan miesruumiin varaukseton ihailu, kulttuurivihamieli-syys, tunteiden hallinta sekä kanansiipien syönti (Brander 2020, 9–10).

Arto Jokinen täsmentää hegemonisen maskuliinisuuden liittyvän määrättyssä historiallisessa paikassa ja ajassa ilmenevää hallitsevassa asemassa olevaa kulttuurisesti ihannoitua masku-liinisuutta arvoineen ja aatteineen:

Yhteiskunnassa poliittista, taloudellista, sosiaalista ja uskonnollista valtaa käyt-tävä ryhmä miehiä muodostaa johtavan luokan, vaikka he eivät yleensä ole hege-monisen maskuliinisuuden ”mannekiineja”. Hegemoninen maskuliinisuus sisältää myös ideakuvan, ihanteen, joka ilmentää tai symbolisoi sitä. Symboli voi olla fik-tiivinen tai faktuaalinen, mutta idealisoituna se on lähempänä tarua kuin totta. (Jokinen 2010, 131.)

---

<sup>32</sup> ”Hegemonisen maskuliinisuuden käsitteessä toinen keskeinen termi, ”hegemonia”, tulee Antonio Gramscilta. Alun perin käsite viittasi hallitsemiseen ja ylivaltaan valtioiden välisissä suhteissa. Marxilaisessa teoriassa termin käyttö laajeni käsittämään yhteiskuntaluokkien väliset suhteet, ja sillä viitattiin hallitsevan luokan johtoasemaan ja valtaan.” (Jokinen 2010, 131.)

On tärkeää kontekstualisoida hegemonista maskuliinisuutta, jotta ymmärretään sen moninaisuus ja vaihtelu eri kulttuureissa ja yhteiskunnissa. Ilmiön tai termin ymmärtäminen Suomessa voi poiketa muista maailman osista, sillä se riippuu paikallisista historiallisista, kulttuurisista ja sosiaalisista tekijöistä. Esimerkiksi Suomessa hegemonisen maskuliinisuuden merkitys ja ilmentymät voivat olla erilaisia kuin vaikkapa Yhdysvalloissa tai Aasiassa. Tästä syystä on tärkeää tutkia ja analysoida hegemonista maskuliinisuutta eri konteksteissa ymmärtääksemme sen monimutkaisuuden ja paikalliset vaikutukset. Lisäksi on tärkeää huomioida, miten hegemoninen maskuliinisuus ilmenee eri aikakausina ja miten se voi muuttua ajan myötä sekä eri yhteiskunnallisissa ja kulttuurisissa olosuhteissa.

Syrjälän maskuliinipuheessa korostuu maskuliinisen kehon ikonisuuden palvominen ja ideaalin miehisyyden jalostaminen. Syrjälän ideaali maskuliinisubjekti ei nähdäkseni ole toksinen, vaan ennemminkin ideaali, useille tavoittamaton alfauroksen mallivalos, jonka keho on urheilullinen ja tehokas, mieli rationaalinen ja hallittu. Idealisoidussa maskuliinisessa kehonkuvassa ei ole ylipainoa, koska se nähdään heikkoutena, sillä miehen tulee hallita kehoaan (Brander 2020, 121). Hegemonisen maskuliinisuuden murros tuo hyväksytyksi malliksi myös toisenlaisia, realistisempia maskuliinisuuksia. Tätä vaatii jo länsimainen yhdenvertainen sivistynyt yhteiskuntakäsitys, tai kuten Brander näkee:

Kukkahattutäti minussa sanoo, että vasta, kun maskuliinisuuden hallitulle areenalle marssii sekalainen, ei-fyysisesti tarkkarajainen joukko miehiä, olemme päässeet länsimaisessa sivilisaatiokäsityksessä harppauksen eteenpäin. Ujous, herkkyys, hintelyys, epäatleettisuus, lihavuus, huono kaukonäkö ja kulttuuriharrastukset eivät enää ole kriminalisoituja ominaisuuksia. (Brander 2020, 184.)

*Elinvoimaisen miehen kirja* sulkee ulkopuolelleen epäatleettisuuden nostamalla esiin ideaalin maskuliinisuuden ja siten jättämällä pois sen vaihtoehdon, että voisi olla myös valinta olla tavoittelematta ikonista atleettista kehoa ja hallittua mieltä. Jokisen mukaan hegemonisella maskuliinisuudella on kyky manipuloida näkemyksiä siitä, mikä on normaalia ja luonnollista. Ujoutta, herkkyyttä, hintelyyttä tai ylipainoisuutta ei pidetä kulttuurillisesti maskuliinisina ominaisuuksina. Hän toteaa, ettei enemmistö miehistä solahda täysin ja sujuvasti hegemonisen maskuliinisuuden lokeroon, vaan osittain. Silti he tukevat sitä, koska hegemonia tuntuu luonnolliselta tilalta. Termi edustaa käsitystä siitä, mikä on tavanomaista, normaalia ja järkevää. Toki syynä usein tiedostamattomalle tukemiselle on myös se, että hegemonia tarjoilee heille sukupuolittuneita etuuksia, kuten paremman palkan ja urakehityksen naisiin verrattuna. (Jokinen 2010, 132.) Syrjälä käyttää vakuuttamista retorisenä keinona saadakseen lukijan ymmärtämään näkemystensä tärkeyden miehen elämässä. Hän rakentaa kuvaa erilaisista arvoista

ja ominaisuuksista, jotka hän uskoo olevan keskeisiä miehisyyden ja hyvinvoinnin kannalta käyttäen vahvoja ilmaisuja kuten "ota vastuu", "hengitä maahan asti" ja "luota heimoon", luodakseen vaikutelman näiden asioiden kiistattomasta merkityksestä. Lisäksi teksti sisältää toistoja<sup>33</sup>, kun samoja teemoja toistetaan eri sanoin useaan otteeseen, mikä vahvistaa niiden painoarvoa lukijan mielessä.

Edellä olen tarkastellut Syrjälän esittämiä näkemyksiä maskuliinisuudesta ja niiden rajankäyntiä ideaalimaskuliinisuuden kanssa. Kirjan keskiössä on luonnollisen mieheyden ja elinvoiman tavoittelu, joka rakentuu fyysisestä terveydestä, mielen tasapainosta, ihmisuhteista ja seksuaalisuudesta. Teoksen miespuheessa korostuu maskuliinisuuden ideaalikuva, joka sulkee pois vaihtoehtoiset maskuliinisuuden muodot. Kriittisesti tarkastellen Syrjälän näkemykset tukevat hegemonista maskuliinisuutta, joka määrittelee normin siitä, mikä on hyväksyttävää ja mikä ei. Toisenlaiset maskuliinisuuden muodot jäävät marginaaliin, mikä heikentää teoksen monimuotoisuutta ja sukupuolitietoisuutta. Analyysissä tunnistetut retoriset keinot voidaan tiivistää viittauksiin, merkitysverkostojen rakentamiseen, ideaalimaskuliinisuuden, testosteronin ja luonnon merkityksen korostamiseen, kysymysten ja pohdintojen käyttöön ja käytännön ohjeiden antamiseen. Seuraavaksi lähden tutkimaan, keitä ovat ne naiset, joita miehet eivät koskaan täysin ymmärrä? Millaisen miehen vastapolariteetin, naisen, Syrjälä representoi teoksessaan?

---

<sup>33</sup> Repetitio eli toisto: Sanojen, lauseiden tai ajatusten toistaminen korostamiseksi tai vaikutuksen lisäämiseksi. Sillä painotetaan tavallisesti jonkin idean tai havainnon merkitystä ja usein samalla korostetaan teemaa. Tieteen termipankki 8.5.2024: Kirjallisuudentutkimus: toisto. (Tarkka osoite: <https://tieteentermipankki.fi/wiki/Kirjallisuudentutkimus:toisto>.) Hosiaislouma, Yrjö 2003: *Kirjallisuuden sanakirja*. Helsinki: WSOY.

### 3 Sukupuolittuneet representaatiot retorisisena strategiana

Kun tarkastellaan retorisia keinoja naisen ja miehen roolien kuvaamisessa, voidaan havaita useita strategioita. Naisen roolia saatetaan kuvata lempeänä ja herkkänä, kun taas miehen roolia voidaan korostaa voimakkaana ja dominoivana. Tällaiset representaatiot heijastavat perinteisiä sukupuolirooleja, joissa naiset nähdään usein passiivisina ja miehet aktiivisina. (Butler 1990, 22–25.) Lisäksi tekstissä saatetaan käyttää henkilöitymistä ja kielikuvia korostaakseen tiettyjä ominaisuuksia ja piirteitä. Esimerkiksi naisen roolia voidaan kuvata pehmeillä ja herkillä adjektiiveilla, kun taas miehen roolia voidaan kuvata voimakkailla ja vahvoilla ilmaisuilla. Tällaiset retoriset keinot voivat vahvistaa stereotyyppisiä käsityksiä sukupuolistereotyyppioista ja vahvistaa niitä. (Felski 1989, 40–42.) Perinteisiä sukupuolirooleja ja stereotyyppioita heijastavien retoristen keinojen käyttö naisen ja miehen roolien kuvauksessa saattaa vaikuttaa lukijan tulkintaan ja ymmärrykseen tekstistä.

#### 3.1 Naispuhetta ja puhetta naisesta

Rehellisesti puhuen: emmehän me koskaan ymmärrä naisia täysin. Voimme vain tehdä parhaamme ymmärtääksemme. Tärkeintä on olla läsnä luottamusta luoden, yhteyttä kasaten, rakkautta lisäten. (EMK 145)

Syrjälä käsittelee miesnäkökulmasta ikuisuusaihetta naisten ymmärtämisestä ja pyrkii herättämään ajatuksia sekä tarjoamaan näkökulmia ymmärryksen ja läsnäolon merkityksestä ihmissuhteissa. Butlerin (1990) mukaan naisten ymmärtäminen on kulttuurisesti ikuisuuskyseminen miehille<sup>34</sup> osittain siksi, että yhteiskuntamme on pitkään rakentunut sukupuolirooleille ja stereotyyppioille, jotka asettavat naiset ja miehet erilaisiin asemiin. Näiden stereotyyppioiden vuoksi miehet voivat kokea naisten käyttäytymisen ja ajattelutapojen ymmärtämisen haastavaksi. Lisäksi, kun patriarkaaliset rakenteet ovat hallinneet yhteiskuntaa, naisten ääni ja kokemukset ovat usein jääneet vähemmälle huomiolle, mikä vaikeuttaa naisten todellisen ymmärtämisen mahdollisuutta. Feministisessä tulkinnassa teksti avaa mahdollisuuden pohtia sukupuolirooleja ja niiden vaikutusta ihmissuhteisiin. Aluksi on tärkeää huomata, että tekstin alkuasetelma, "Rehellisesti puhuen: emmehän me koskaan ymmärrä naisia täysin", viittaa stereotyyppiseen

---

<sup>34</sup> Judith Butler käsittelee teoksessaan *Gender Trouble: Feminism and the Subversion of Identity* (1990) sukupuolen ja identiteetin monimutkaisia kysymyksiä kriittisesti ja korostaa, kuinka yhteiskunnan rakenteet vaikuttavat siihen, miten sukupuoli ja sukupuoliero ymmärretään ja ilmaistaan. Butlerin ajatukset auttavat selittämään, miksi naisten ymmärtäminen voi olla kulttuurisesti vaikeaa miehille, kun yhteiskunta luo ja vahvistaa sukupuolistereotyyppioita ja -rooleja.

näkemykseen naisten mysteerillisyydestä ja vaikeudesta ymmärtää heitä. Tämä heijastaa pitkään vallinneita kulttuurisia asenteita ja ennakkoluuloja, jotka ovat osaltaan vahvistaneet sukupuolirooleja ja epätasa-arvoa. Feministinen kirjallisuudentutkimus ehdottaisi, että naisten ymmärtäminen ei ole niinkään naisten ominaisuuksien mysteerin ratkaisemista vaan pikemminkin naisten oman äänen ja kokemuksen kuulemistä. Siten luenta tarjoaa mahdollisuuden kyseenalaistaa perinteisiä sukupuolirooleja ja korostaa tasa-arvoisia ihmissuhteita, joissa molemmat osapuolet ovat aktiivisesti sitoutuneet toistensa kunnioittamiseen ja ymmärtämiseen.

Retorisesta näkökulmasta tarkasteltaessa huomio kiinnittyy erityisesti tunteelliseen vetovoimaan ja kerronnallisiin elementteihin. Teksti aloittaa vahvalla retorisella kysymyksellä: "Rehellisesti puhuen: emmehän me koskaan ymmärrä naisia täysin." Tämä kysymys herättää lukijan mielenkiinnon ja houkuttelee hänet pohtimaan tekstissä esitettyä väitettä. Kysymys asettaa perustan tekstille ja valmistelee lukijaa sisäistämään myöhemmin esitettävät väitteet ja argumentit. Syrjälä käyttää tässäkin esimerkissä pathosta ja paatosta eli vahvaa tunnekieltä ja tunteisiin vetoavaa sanastoa, kuten "luottamus", "läsnäolo", "yhteys" ja "rakkaus". Nämä sanat herättävät lukijassa positiivisia tunteita ja luovat myönteisen ilmapiirin, joka tukee tekstissä esitettyä viestiä ymmärryksen ja läheisyyden tärkeydestä ihmissuhteissa. Teksti hyödyntää toistoa ja rytmitystä luodakseen kerronnallista vaikutusta<sup>35</sup>. Lause "Tärkeintä on olla läsnä luottamusta luoden, yhteyttä kasaten, rakkautta lisäten" toistaa samaa rakennetta kolmessa peräkkäisessä lauseessa, mikä vahvistaa tekstissä esitettyä viestiä ja tekee siitä helposti muistettavan ja vaikuttavan. Retorisen kertomusteorian näkökulmasta teksti voidaan nähdä yksinkertaisena kertomuksena ihmissuhteiden monimutkaisuudesta ja siitä, miten yrittää ymmärtää toista ihmistä parhaansa mukaan. Kertomus perustuu henkilökohtaiseen kokemukseen ja tuntemukseen, mikä tekee siitä helposti lähestyttävän ja samaistuttavan lukijalle. Yhteenvetona, teksti on tehokas retorinen esitys, joka käyttää tunnekieltä ja kerronnallisia elementtejä luodakseen vaikuttavan viestin ymmärryksen ja läsnäolon tärkeydestä ihmissuhteissa. Yllä olevassa sitaatissa Syrjälä myös rakentaa miesten välistä nuotiopiirihenkeä me-puheellaan, joka toistuu pitkin teosta. Me-retoriikka on tekstissä käytettävä retorinen keino, joilla luodaan

---

<sup>35</sup> Toistoa ja rytmitystä retorisisina keinoina voidaan tarkastella esimerkiksi aristoteelisen retoriikan näkökulmasta. Aristoteles käsittelee retoriikassa toistoa ”*anaphora*” ja rytmitystä ”*rhythm*” osana puhetekniikkaa, joka vaikuttaa kuulijan tunteisiin ja vakuuttavuuteen. Toistolla tiettyjä sanoja, lauseita tai rakenteita korostetaan ja vahvistetaan, mikä voi tehdä tekstistä vaikuttavamman ja helpommin muistettavan. Rytmitys puolestaan liittyy tekstin sävyyn ja virtaukseen, joka syntyy sanojen ja lauseiden järjestelystä sekä niiden painotuksesta ja rytmistä. Hyvin suunniteltu rytmitys voi lisätä tekstin vetovoimaa ja luoda lukijalle miellyttävän ja vaikuttavan lukukokemuksen.

vuorovaikutusta kirjoittajan ja käyttäjän välille<sup>36</sup>. Kiteytettynä Syrjälän sanoma voisi kuulua jotenkin näin: *Me miehet, omassa voimassamme, heimomme keskellä turvassa, olemme maailman ja etenkin naisten tukipilareita*. Jos mies on omavoimainen yhteiskunnan tukipilari, minkä roolin Syrjälä teoksessaan vastavoimasta, naisesta piirtää?

Olen koonnut seuraavaan muutamia havaintoja Syrjälän naispuheesta:

- Naisten voimaantuminen, jopa yli tasa-arvon, ”perheiden pääksi” on tehnyt miehistä jopa tarpeettomia. Syrjälän strategiana on löytää uudenlainen miehinen tulokulma, säilyttäen miehen aktiivisena, perheen suojelijana:

Naiset ovat tähän päivään tultaessa vahvistaneet omaa rooliaan, ja miehistä on monessa mielessä tullut hyödyttömiä. Naiset pärjäävät omillaan, voivat hankkia elannon, ravinnon ja hoitaa siinä samalla myös perheen. Yksi miehisyiden symboleista on menettänyt merkityksensä. – – Onko länsimaissa tasa-arvoa vai onko naisesta tullut huomaamatta ”perheen pää”? – – Harmittomat heitot, kuten ”en tiedä, pitää kysyä vaimolta”, ”nainen näyttää kaapin paikan”, ”pitää kysyä johtajalta” viittaavat omalla hassulla tavallaan siihen, että meidän miesten päätösvalta on pienentynyt, ainakin jossain parisuhteissa. – – Jos mies passivoituu, olemme vaarallisilla vesillä. Olemme menettämässä yhtä ominaista kykyämme, olla aktiivinen, pitää perhe (parisuhte) suojeluksessa. En tarkoita tällä perheen / kumppanin hallitsemista niin kuin vuosikymmeniä sitten oli tapana. (EMK 24–25)

Tässä Syrjälä käyttää retorisenä keinona kontrastia ja vastakkainasettelua<sup>37</sup> vahvistaakseen argumenttiaan sukupuoliroolien muutoksesta ja miehisyiden haasteista nykypäivänä. Tekstin alussa esitetään väite naisten vahvistuneesta roolista ja samalla vihjataan miehisyiden heikentymisestä. Toisto ja kysymysten esittäminen herättävät lukijassa pohdintaa ja asettavat lukijan pohtimaan sukupuolten välistä tasa-arvoa. Lisäksi tekstissä käytetään ironiaa, esimerkiksi viitattaessa ”harmittomiin heittoihin”, mikä korostaa miehisyiden heikentymisen paradoksia. Kirjoittaja pyrkii herättämään tietoisuutta ja keskustelua miehisyiden uudelleen määrittelystä

<sup>36</sup> Tieteen termipankki 11.3.2024: Viestintä: me-asette. (Tarkka osoite: <https://tieteentermipankki.fi/wiki/Viestintä:me-asette>.)

<sup>37</sup> Kontrasti ja vastakkainasettelu, eli antiteesit, ovat retorisia keinoja, joita käytetään argumentaation vahvistamiseen ja huomion kiinnittämiseen. Ne perustuvat ideoiden tai käsitteiden vastakohtien esittämiseen samassa yhteydessä. Kontrasti korostaa eroja kahden tai useamman asian välillä, kun taas vastakkainasettelu asettaa ne suoraan vastakkain. Aristoteleen mukaan vastakkainasettelu voi vahvistaa puhujan argumenttia esittämällä vaihtoehdoisen näkökulman tai vastustajan väitteen. Tämä auttaa korostamaan oman argumentin ylivoimaisuutta tai paremmuutta. Vastakohta, vastaväite, kontrasti ja vastakkainasettelu ovat kaikki käsitteitä, jotka viittaavat kahden asian tai idean vastakkaisten puolten esittämiseen samanaikaisesti. Tämä tekniikka, tunnettu myös nimellä antiteesi, on yleisesti käytetty retoriikassa ja lyriikassa. Tieteen termipankki 8.5.2024: Kirjallisuudentutkimus: antiteesi. (Tarkka osoite: <https://tieteentermipankki.fi/wiki/Kirjallisuudentutkimus:antiteesi>.) Hosiaislouma, Yrjö 2003: *Kirjallisuuden sanakirja*. Helsinki: WSOY.

nykyaikana. Hän hyödyntää narratiivista rakennetta luodakseen kerronnallisen kehyksen miesten ja naisten välisen vallan dynamiikalle. Retorisen kertomusteorian valossa teksti luo yhteisen tarinan, joka rakentaa ymmärrystä nykyaikaisesta sukupuolten välisestä suhteesta ja sen muutoksesta. Naisen yhteiskunnallisen roolin muutoksen voi nähdä mahdollisuutena toisenlaiseen perhe- ja parisuhdemalliin, sekä miehen uudelleenlaiseen potentiaaliin kasvamisena päästämällä irti egon valtapeleistä. Brander toivottaa tämän muutoksen erittäin tervetulleeksi:

Kiistatta maskuliinisuus on (luojan kiitos) murroksessa. Jopa entinen presidenttimme Tarja Halonen on ottanut teemaan kantaa toteamalla, että kulttuurimme tarvitsee kipeästi uusia miehen malleja. Mutta niin se vain on, että uutta syntyy vasta kun vanha kuolee. Tällä kertaa suruliputukselle ei ole tarvetta. (Brander 2020, 12.)

Vaikka teos on suunnattu miehille, on Syrjälän mukaan ”naisten hyvä ymmärtää tämä”:

Mikäli nainen pystyy luottamaan, päästämään irti ja tukemaan hallitsemisen sijaan, hypätään koviin sfääreihin, jossa kaikki on mahdollista. – Lopulta tullaan siihen pisteeseen, missä kumpikaan ei tarvitse toista, vaan valitsee toisen elämänsä. Silloin tullaan jännään tilaan, jossa edelleen on haasteita, mutta täysin uudenlainen kyky mennä eri reittiä uusiin päämääriin. (EMK 124–125)

Tekstissä käytetään retorisia keinoja mm. toistoa ja kontrastia korostamaan kahden eritilanteen välistä eroa sekä luomaan vaikutelmaa muutoksesta. Lisäksi tekstissä on käytetty vahvaa kielikuvaa, kuten "hypätään koviin sfääreihin", mikä vahvistaa retorista vaikuttavuutta ja herättää lukijassa mielikuvia voimakkaasta muutoksesta. Lisäksi maininta "jännästä tilasta" viittaa uuteen, tuntemattomaan vaiheeseen suhteessa, jossa on haasteita mutta myös mahdollisuuksia. Motiiveina<sup>38</sup> tässä tekstissä voidaan nähdä vapautuminen ja itsenäistyminen sekä tasa-vertaisen suhteen ideaali. Symbolisesti "kovat sfäärit" voivat edustaa henkilökohtaista kasvua ja saavutuksia, kun taas "jännä tila" voi viitata suhteen dynamiikan muutokseen ja uusiin haasteisiin. Teksti kannustaa lukijaa harkitsemaan perinteisten sukupuoliroolien ylittämistä ja tasa-arvoisen kumppanuuden tavoittelua.

---

<sup>38</sup> Retorisessa analyysissä motiivi viittaa toistuvaan teemaan, symboliin tai käsitteeseen, jota käytetään vahvistamaan argumentaatiota tai vaikuttamaan kuulijaan tai lukijaan. Motiivi voi olla konkreettinen tai abstrakti elementti, joka toistuu puheessa tai tekstissä tietyllä tavalla. Motiivin käyttö retorisisessa analyysissä voi auttaa vahvistamaan puhujan tai kirjoittajan argumenttia luomalla emotionaalista tai symbolista merkitystä. Se voi myös auttaa ylläpitämään yhtenäisyyttä ja johdonmukaisuutta puheessa tai tekstissä. Motiivi on myös toistuva kielellinen elementti, joka kantaa kaunokirjallisen tekstin keskeistä teemaa ja rakennetta. Motiivin muoto vaihtelee tekstin lajityypin mukaan, ja se voi olla esimerkiksi kuva, hahmo, tilanne, symboli tai esine. Motiivi toistuu ja muuntuu tekstissä tuoden sille johdonmukaisuutta ja syvyyttä. Motiiveille on ominaista niiden universaalisuus ja ajattomuus, ja ne auttavat rakentamaan tekstin merkityksiä ja yhtenäisyyttä. Tieteen termipankki 8.5.2024: Kirjallisuudentutkimus: motiivi. (Tarkka osoite: <https://tieteentermipankki.fi/wiki/Kirjallisuudentutkimus:motiivi>.) Hosiailuoma, Yrjö 2003: *Kirjallisuuden sanakirja*. Helsinki: WSOY.

- Miehen tulee ottaa oma voimansa takaisin naisilta, koska nainen edustaa miehelle äitiä:

Meidän miesten täytyy jättää äitimme taaksemme ja löytää oma voimamme. – – Äidillä tarkoitan sitä jatkuvaa hyväksyntää, jota ehkä haemme naisilta. – – Mikäli en ole vielä irtaantunut [vanhemmista], odotan aina kumppaniltani äidillistä hyväksyntää, enkä silloin täysin luota omiin jalkoihini ja voimaani. – – Mikäli haen seksiä tai muuta kumppaniltani asenteella ”oisko mahdollista / voitaisko mitenkään, ellei sulla oo parempaa tekemistä”, on hyvä katsoa peiliin ja nousta omaan voimaansa.” (EMK 148)

Syrjälä käyttää retorisia keinoja ja kielellisiä tehokeinoja korostamaan miesten tarvetta irrottautua äidillisestä hyväksynnästä ja löytää oma voima. Hän käyttää sanaa "äiti" tässä yhteydessä allegorisesti<sup>39</sup> symboloimaan jatkuvaa hyväksyntää, jota miehet ehkä hakevat naisilta elämässään. Sana "äiti" viittaa tässä enemmän emotionaaliseen ja turvallisuuden tunteeseen kuin biologiseen äitiin. Tekstin kontekstissa "äidillä" on merkitys jäämisen ja riippuvuuden symbolina, kun taas "oman voiman löytäminen" edustaa itsenäisyyttä ja vahvuutta. Ensimmäinen lause, "Meidän miesten täytyy jättää äitimme taaksemme ja löytää oma voimamme", sisältää myös kontrastin äidin ja oman voiman välillä, mikä vahvistaa retorista vaikuttavuutta ja herättää ajatuksen kasvusta ja itsenäistymisestä. Lisäksi toisto "äidillä tarkoitan jatkuvaa hyväksyntää" korostaa tärkeää aihetta äidillisestä roolista ja sen vaikutuksesta miehen itsenäisyyteen. Kielellisissä tehokeinoissa käytetään voimakkaita ilmaisuja, kuten "jättää äitimme taaksemme" ja "löytää oma voimamme", jotka luovat vahvan mielikuvan kasvusta ja itsenäistymisestä. Lisäksi ilmaisu "nousta omaan voimaansa" viittaa voimakkaaseen toimijuuteen ja itsetuntemukseen. Metonymia<sup>40</sup> lauseessa "omilla jaloillaan ja voimallaan" viittaa fyysiseen kykyyn ja voimaan, mutta sitä käytetään kuvaamaan laajemmin henkistä vahvuutta ja itsevarmuutta. Kirjoittaja ei siis tarkoita kirjaimellisesti jalkojaan tai fyysistä voimaansa, vaan pikemminkin kykyään selviytyä ja luottaa itseensä erilaisissa tilanteissa. Tämä metonyminen ilmaisu lisää ilmaisun kuvainnollisuutta ja syvyyttä, antaen sille emotionaalista sävyä ja merkitystä. Tekstin motiiveina voidaan nähdä kasvuprosessi, itsenäistyminen ja henkilökohtainen vastuunotto omasta elämästä. Symbolisesti äiti voi edustaa menneisyyden kaipuuta ja turvaa, kun taas oma voima viittaa tulevaisuuden mahdollisuuksiin ja itsenäisyyteen. Teksti

<sup>39</sup> Allegoria on kertomuksellinen ilmaisu, jossa hahmot, tapahtumat tai paikat edustavat symbolisesti jotain toista asiaa tai ajatusta. Allegoria on symbolien avulla rakennettu vertauskuvallinen kertomus tai esitys, jossa on usein monia kerroksia merkityksiä. Tämä merkityksenmuodostus liittyy läheisesti tekstin rakenteeseen ja juoneen. (Haapala 2013, 211.)

<sup>40</sup> Metonymiassa käytetään jonkin toisen asiaan läheisesti liittyvän osan nimeä ilmaisemaan koko asiaa (Haapala 2013, 220). Metonymia on siis retorinen keino, jossa yksi asia tai käsite korvataan toisella, joka liittyy siihen tiiviisti tai kuvaannollisesti.

kannustaa lukijaa irrottautumaan riippuvuudesta äidillisestä hyväksynnästä ja ottamaan vastuun omasta voimastaan ja elämästään.

Lisäksi argumentti, joka kannustaa miehiä olemaan antamatta valtaa naisille, implisiittisesti vahvistaa mahdollisesti tiedostamatonta patriarkaalista asennetta, eli näkemystä siitä, että miehille kuuluu sukupuolensa vuoksi enemmän valtaa etuoikeutena. Brander näkee patriarkaatin ajatusrakennelmana, joka pitää sisällään monimutkaiset vallan ja luvallisuuden verkoston. Se on kuitenkin luonteeltaan eksklusiivista, valikoivaa, joka torjuu enimmäns osan miehistä ulkopuolelle tai alistaa heitä lukuisilla alistusmekanismeilla.

En siis kiellä patriarkaatin olemassaoloa, mutta kiellän sen, että miehet kollektiivisena joukkona olisivat siitä tietoisia ja kyseenalaistamatta adaptoisivat sen malleja ja toimintaohjeita. Tällainen syvyysnäkö on monella miehellä plus miinus nolla. Voidaan tietenkin ajatella, että kyseessä on niin vahva ja syvä rakenne, että sen säännöt ovat näkymättömiä ja että miehet ovat ehdollistuneet niihin.  
(Brander 2020, 111.)

- Miehen tulee käyttäytyä kunnioittavasti ja tukien naista kohtaan, etenkin silloin, kun tämä haastaa häntä:

– – tämä ei tarkoita pakottamista, alistamista tai toisen manipulointia, koska voin käyttää omaa voimaani ja toinen voi silti kieltäytyä. – – **Oikealla lailla voimaantunut mies on naiselle turvallinen ja pystyy häntä tukemaan.** – – Näitä haasteita tulee sitä enemmän, mitä vahvempia olemme. Jollemme pysty kohtaamaan haasteita, vaan alamme esimerkiksi syyttää kumppaniamme, olemme jo epäonnistuneet koetuksessa ja menettäneet kunnioituksen.  
(EMK 148–148)

Syrjälä korostaa voiman käsitettä suhteessa ihmissuhteisiin ja sen merkitystä kumppanuuden dynamiikassa. Aristoteelisen retoriikan näkökulmasta rakentaa eetosta, tekstin puhujaan liittyvää vakuuttavuutta, korostamalla voiman käsitteen positiivisia ulottuvuuksia. Puhuja esiintyy voimaantuneena, kykenevänä tarjoamaan tukea kumppanilleen ja luomaan turvallisen ympäristön. Tämä vahvistaa hänen asemaansa luotettavana ja pätevänä neuvonantajana ihmissuhteissa. Toiseksi teksti herättää lukijassa tunneperäisiä reaktioita (pathos) käsittelemällä ihmisten välisiä suhteita, haavoittuvuutta ja haasteita korostaen, että voiman oikea käyttö voi auttaa ratkaisemaan konflikteja ja ylläpitämään kunnioitusta suhteessa. Samalla varoitetaan siitä, että voiman väärinkäyttö voi johtaa suhteen epäonnistumiseen ja kunnioituksen menettämiseen. Teksti myös hyödyntää logosta eli järkeilyä, kun se argumentoi, että voiman oikea käyttö on avainasemassa ihmissuhteiden toimivuuden kannalta. Teksti tarjoaa perusteluja ja esimerkkejä siitä, miten voiman väärinkäyttö voi vaikuttaa suhteen laatuun ja dynamiikkaan.

Retorisen kertomusteorian näkökulmasta teksti rakentaa tarinan voiman käytöstä ihmissuhteissa ja sen seurauksista, tarjoten lukijalle opetuksia ja näkökulmia. Lopuksi teksti käyttää kontrastia ja vastakkainasettelua korostaakseen voiman oikean ja vääränlaisen käytön eroa ihmissuhteissa. Tämä auttaa korostamaan tekstissä esitettyjä opetuksia ja varoituksia.

Jos tekstiä tulkitaan miestutkimuksen ja feministisen näkökulman kautta, huomataan, että tekstissä korostetaan voiman käsitettä miehissä kontekstissa. Voima kuvataan turvallisuuden ja tukemisen lähteenä, ja "oikealla lailla voimaantunut mies" nähdään positiivisena esikuvana, joka pystyy tarjoamaan tukea naiselleen. Tämä heijastaa perinteistä maskuliinista ideologiaa, jossa miehen rooliin kuuluu olla vahva ja suojella heikompa osapuolta. Toisaalta tekstissä korostetaan myös väkivallattomuuden ja kunnioituksen merkitystä ihmissuhteissa. Vaikka teksti ei nimenomaisesti viittaa sukupuolirooleihin tässä yhteydessä, voidaan ajatella, että perinteiset odotukset maskuliinisuudesta ja feminiinisyydestä voivat vaikuttaa siihen, miten haasteisiin suhtaudutaan. Esimerkiksi miehen odotetaan usein olevan vahva ja ratkaisukeinen, kun taas naisen odotetaan olevan empaattinen ja huomaavainen.

- Nainen tarvitsee miehen tukea ja haluaa, että hänet ”otetaan”:

Voimme nousta *askeleen ylemmäs*<sup>41</sup>, ottaa asiat vastaan ja vastata niihin kunnioituksella säilyttäen oman voimamme ilman alistumista, voimaamme menettämättä. Voimme tukea kumppaniamme, kun hän *heittelehtii avomerellä ilman majakkaa*. – – Olisiko syy siinä<sup>42</sup>, että heidän [naisten] omasta elämästään puuttuu vahva maskuliininen voima, joka ”ottaa heidät, milloin haluaa”? Voisiko olla, että naiset janoavat, tietoisesti tai tiedostamattaan, tällaisia miehiä, jotka ovat vahvan päättäviä, erittäin maskuliinisia kaikilla osa-alueilla. (EMK 149)

Esimerkissä käytetään retorista strategiaa, joka perustuu voiman ja alistumisen teemoihin sekä sukupuolirooleihin liittyviin käsityksiin. Syrjälä käyttää retorisia keinoja vakuuttaakseen lukijan omasta voimastaan ja sen säilyttämisestä ilman alistumista, samalla korostaen perinteisiä maskuliinisia ominaisuuksia, kuten päättäväisyyttä ja voimaa, jotka hän olettaa olevan houkuttelevia naisille. Retorisena keinona hän käyttää kontrastia ja vastakkainasettelua, jossa toisaalta korostetaan voiman säilyttämistä ilman alistumista ja toisaalta kuvataan vahvan maskuliinisen voiman kaipuuta naisissa. Tämä kontrasti synnyttää tekstissä jännitteen ja herättää lukijan huomion. Lisäksi tekstissä hyödynnetään metaforia, kuten "nousta askeleen ylemmäs" ja "heittelehtii avomerellä ilman majakkaa", jotka kuvastavat henkistä kehitystä ja

<sup>41</sup> Kursivoinnit tutkielman tekijän.

<sup>42</sup> Fifty Shades of Grey -elokuvan suosioon.

turvattomuuden tunnetta. Nämä kuvaukset luovat emotionaalista vaikutusta ja auttavat lukijaa hahmottamaan kirjoittajan näkemyksiä.

Miestutkimuksen näkökulmasta tekstiä voidaan tulkita sukupuolten välisen valtasuhteen ja maskuliinisuuden konstruktion kautta. Teksti viittaa voiman käsitteeseen sekä sen säilyttämiseen ilman alistumista. Miestutkimus korostaa, että voimaan ja valtaan liittyvät käsitykset eivät ole neutraaleja tai staattisia, vaan ne muotoutuvat ja välittyvät sosiaalisen kontekstin ja kulttuuristen odotusten kautta. Tekstin maininta "vahvasta maskuliinisesta voimasta" heijastelee perinteisiä maskuliinisuuden ihanteita, jotka liittyvät fyysiseen voimaan, päätöksentekokykyyn ja dominoivaan käyttäytymiseen. Lisäksi tekstissä vihjataan siihen, että naiset kaipaavat "vahvan päättäväisiä, erittäin maskuliinisia" miehiä, mikä voi heijastaa perinteisiä sukupuolirooleja ja odotuksia miehille olla vallitsevassa asemassa suhteissa. Miestutkimus haastaa näitä perinteisiä käsityksiä sukupuolirooleista ja korostaa, että maskuliinisuus ei ole yksiselitteinen tai universaali ominaisuus, vaan se voi ilmentyä monin eri tavoin riippuen sosiaalisesta ja kulttuurisesta kontekstista. Feministisen kirjallisuudentutkimuksen näkökulmasta tekstin voi tulkita heijastavan perinteisiä sukupuolirooleja ja niiden kyseenalaistamista. Se tuo esiin kysymyksen siitä, miten vallitsevat maskuliiniset ihanteet vaikuttavat naisten odotuksiin ja kaipauksiin kumppanuudessa. Syrjälän naispuheessa nainen näyttää edustavan äitiä, ja pyrkii lähökohtaisesti kontrolloimaan ja hallitsemaan miehiä, joten miehen tulee ottaa oma voimansa takaisin naiselta ja tarjota tälle tästä voimaantuneesta positioistaan vankkumatonta tukea ja kunnioitusta. Lisäksi Syrjälä argumentoi, että mitä vahvempana mies näyttäytyy, tulee todennäköisemmäksi, että nainen haastaa tätä ja mies joutuu koetukseen ja kamppailemaan vasta-voimaansa vastaan.

Syrjälän teoria ei ota huomioon Newtonin vastavoiman lakia<sup>43</sup>, eli vaikka ajassa on käynnissä miesten henkisen kasvun kausi, vastaava ilmiö on meneillään myös naisten parissa, jopa voimakkaammin. Näin ollen voimaantuneiden miesten vastavoima eli Syrjälän viestinnässä naiset eivät ole enää samassa positiossa kuin aikaisemmin eikä täten enää tukea ja hallintaa tarvitsemassa tai vastaanottamassa, saati sitten odottamassa "otetuksi tulemista". Vaikka Syrjälä korostaa, ettei oman voiman ottaminen tarkoita muiden pakottamista, näen tässä sanomassa väärinymmärryksen vaaran. Se saattaa näyttäytyä valtataisteluun ja perinteisen perhemallin

---

<sup>43</sup> Newtonin III laki voimasta ja vastavoimasta: Kun kaksi kappaletta on vuorovaikutuksessa, jokaisella voimalla on myös vastavoima. Kun A kappale vaikuttaa B kappaleeseen tietyllä voimalla, niin myös B kappale vaikuttaa yhtäläisellä voimalla A kappaleeseen, mutta voima on vastakkaissuuntainen. [peda.net https://peda.net/kotka/perusopetus/langinkosken-koulu/oppiaineet2/fysiikka/9-luokka/vl/v/4-newtonin-lait/newtonin-lait](https://peda.net/kotka/perusopetus/langinkosken-koulu/oppiaineet2/fysiikka/9-luokka/vl/v/4-newtonin-lait/newtonin-lait) [haettu 28.1.2020]

kannustamiselta, hegemonisen maskuliinisuuden ylläpitämiseltä ja siihen liittyvän rakenteellisen valtasuhdevääristymän pönkittämiseltä.

Judith Butler ovat käsitellyt sukupuolen ja vallan kysymyksiä teoksissaan, kuten *Gender Trouble* (1990), ja tuonut esiin, miten sukupuoli ja identiteetti rakentuvat ja miten ne vaikuttavat yhteiskunnallisiin suhteisiin. FT Leena-Maija Rossi siteeraa historioitsija Joan Scottia määritellessään sukupuolen valtasuhteita tarkasteltaessa merkitykseltään ensisijaiseksi sekä seksuaalisuuden osaltaan sukupuoleen liitännäisenä valtasuhteen erityispiirteenä (Rossi 2010, 22). Filosofi ja historioitsija Michael Foucault on vaikuttanut suuresti feministiseen ja queer-tutkimukseen esimerkiksi siten, että seksuaalisuus on alettu nähdä etenkin erilaisten rakenteellisten tai diskursiivisten valtarakenteiden rajaamana tai mahdollistamana (Rossi 2010, 22–23). Feministitutkijat ovat kiinnostuneita ruumiillisuuden saamista merkityksistä yhteiskunnassa ja kulttuurissa (Rossi 2010, 24). Jokinen näkee, että miesten valta jakaantuu maskuliinisuuksien kesken hierarkkisesti, paikallisesti ja ajallisesti liittäen miehiä yhteen. Paikka sosiaalisissa suhteissa määrittää mahdollisuutta vallan käyttämiseen, joten yksittäisen miehen asema vaihtelee. Hänen kokemuksensa vallasta voi vaihdella sen käyttäjästä, kuten patriarkalisena perheenisänä, sen käytön objektiksi, kuten työntekijän asemassa. (Jokinen 2010, 133.) Jokinen määrittelee maskuliinisuuden siten suhteelliseksi, muuttuvaksi ja rakenteelliseksi konstruktioksi. Vaikka vain harva mies pääsee hegemoniseen asemaan, silti iso enemmistö kannattelee hegemonista todellisuustulkintaa samalla marginalisoiden ja alistaen muunlaiset maskuliinisuudet. Hegemonia edustaa ja sisältää normatiivisimpana maskuliinisuutena yhteiskunnallista toimi- ja arvovaltaa ollen säätelyjärjestelmä, joka hierarkisoi miehet suhteessa toisiinsa. Tukemalla tätä rakennetta mies saa statuksen hyväksyttynä miehenä homososiaalisesti, vaikkei pääsisikään hallitsevaan asemaan. Jokinen kritisoi hegemonisen maskuliinisuuden käsitettä sosiaalisena rakenteena, joka häivyttää subjektin, eikä selitä, miksi heteromiehet luovat ja oikeuttavat valtapositiotaan. Reaaliset miehet eivät tätä positiota saavuta, joten on ongelmallista operoida miehiä sellaisilla määritteillä, joihin heillä ei ole mahdollisuutta todellisessa elämässä. Hän näkee mallin hyödylliseksi makrotasolla, mutta ongelmallisena mikrotasolla, missä miehet yksilötasolla toteuttavat identiteettiään. (Jokinen 2010, 136.)

Jos tarkastelee Syrjälän argumentteja oman voiman ottamisesta, voi ne tulkita myös egolähtöisenä voimaantumisenä. Uskontotieteilijä Paul Heelasin mukaan uushenkisyydessä vallalla on näkemys, että tie sisäiseen viisauteen käy luopumalla egon vallasta (Heelas 1996, 18–19). Näin ollen Syrjälän näkemyserot poikkeavat hieman ainakin vieraskynä Kirsi Rannon näkemyksistä koskien parisuhdetta.

Tunteensa Syrjälä kehottaa miehiä vapauttamaan toisten miesten keskuudessa tai vasta sitten kun tunnetila on laantunut. Tämän hän näkee vahvistavan maskuliinista voimaa (EMK 147). Tulkitsen tunteiden hallinnan näyttäytyvän Syrjälän puheessa miehisyyttä jalostavana elementtinä, jossa haavoittuvuutta ei näytetä kuin toisille miehille, heimolle, ja silloinkin halliten, mieskulttuurin sisäisiä lainalaisuuksia vahvistaen. Sillä ”Haavoittunut, haavoitettu mies on *ei-mies*, vähän vähemmän kuin *oikea mies*” (Brander 2020, 40). Itkeminen tai haavoittuvaisuuden näyttäminen alentaisi maskuliinisuuden arvoa. Toisaalta Syrjälän omakohtainen kokemus itkemisestä on oman isän kuoleman yhteydessä (EMK 164). Isänsä itkua hän muistelee todistaneensa kerran elämässään. Se ei silti tarkoita, ettei tunteita olisi, ne ovat vain syvemmällä ja miesten ilmaisutavat ovat erilaisia kuin naisilla. (EMK 165) Syrjälä näkee miehen ilmaisevan tunteitaan puutteellisten tunnetaitojen takia, pidättelyn jälkeen joko räjähdysmäisesti vihalla, ärtymyksellä tai masentumalla tai sitten vetäytymällä, koska kokee kyvyttömyyttä tilanteen edessä. Siksi miehet tarvitsevat hänen mukaansa urheilutapahtumia, joissa voi purkaa tunteitaan hyväksytysti, normien mukaisesti (EMK 166). Tunnetaitoja voi myös oppia aikuisenakin, vaikkei niitä olisi lapsuudessa ja nuoruudessa kertynyt.

Me miehet pystymme kasvamaan, me pystymme olemaan rehellisiä ja näyttämään myös oman haavoittuvaisuutemme, mikäli haluamme. Tämä on valinta, ei sen kummempaa – –. Se on jatkuva valinta olla rakastava, avoin, antelias sekä halua nähdä parasta kumppanissa tai muissa ihmisissä.  
(EMK 167–169)

Tässä tekstissä esiintyy useita retorisia keinoja ja rakenteita, jotka pyrkivät vakuuttamaan lukijan tai kuulijan tekstin viestin todenperäisyydestä ja tärkeydestä: toisto, pathos, eetos, valinta-retoriikka ja rakenteen symmetria. Tekstissä toistuu ilmaisu ”me pystymme”, mikä korostaa tekstin keskeistä viestiä siitä, että miehet kykenevät kasvuun ja rehellisyyteen. Toistojen avulla teksti alleviivaa tätä ajatusta ja pyrkii vakuuttamaan lukijan tai kuulijan sen totuudesta. Teksti pyrkii paatoksella herättämään lukijassa tai kuulijassa tunteita, erityisesti myötätuntoa ja hyväksyntää. Tekstissä rakennetaan eetoksella kirjoittajan uskottavuutta ja luotettavuutta. Hän esittää itsensä osana miesten ryhmää, joka on valmis kasvamaan ja olemaan rehellinen. Tämä luo vaikutelman siitä, että kirjoittaja tai puhuja puhuu omasta kokemuksestaan ja jakaa samat arvot kuin kohdeyleisönsä. Valinta-retoriikka korostaa valintojen merkitystä elämässä. Kirjoittaja esittää rakkauden, avoimuuden ja anteliaisuuden valintana, joka on tehtävä jatkuvasti. Tämä kannustaa lukijaa tai kuulijaa pohtimaan omia valintojaan ja sitoutumaan näihin arvoihin. Teksti päättyy symmetrisesti korostamalla jatkuvaa valintaa olla

rakastava, avoin ja antelias. Rakenteen symmetria antaa tekstille rytmisyyttä ja selkeyttä sekä korostaa viestin tärkeyttä ja pysyvyyttä.

### 3.2 Mies, isyys ja seksuaalisuus

Syrjälä korostaa isyyden merkitystä miehen geneettisenä tarkoituksena ja perheen tukipilarina. Hän varoittaa isyyden riskeistä, kuten testosteronitasojen laskusta, mutta näkee myös isyyden mahdollisuutena henkiseen kasvuun. Hän kannustaa miehiä kasvuun omilla ehdoillaan, olettaen naisen hyväksyvän perinteisen roolinsa. Syrjälän näkemykset eivät ota huomioon tilanteita, joissa nainen haluaa toteuttaa omia tavoitteitaan, ja mies osallistuu enemmän kodinhoitoon. Isyyden rooli näyttäytyy Syrjälän maailmassa miehen tärkeimpänä tehtävänä ja naisen rooli perinteisenä ja passiivisena. (EMK 178–188) Syrjälän näkemykset isyydestä heijastelevat perinteistä maskuliinisuuden käsitystä, jossa miehelle annetaan rooli perheen elättäjänä ja suojelijana, kun taas naisen odotetaan ottavan päävastuu kodin ja lasten hoidosta.

Miestutkimuksellisesta näkökulmasta voidaan tarkastella Syrjälän korostusta miehen geneettisestä tarkoituksesta isänä sekä hänen käsitystään isyyden merkityksestä miehen henkisen kasvun välineenä. Tässä kontekstissa Syrjälä asettaa isyyden miehen identiteetin ja tarkoituksen kannalta keskeiseen asemaan, mikä kuvastaa perinteistä sukupuoliroolien jakoa. Feministisestä näkökulmasta tarkasteltuna Syrjälän tekstissä voi havaita perinteisten sukupuoliroolien vahvistamista ja niiden kyseenalaistamista jättämistä. Isyyden roolin määrittelyssä naiselle annetaan perinteisesti odotettu hoiva- ja hoitovastuu, kun taas miehelle korostetaan elämän tehtävän merkitystä ja läsnäolon tärkeyttä. Tämä voi heijastaa yhteiskunnassa vallitsevia normeja ja odotuksia sukupuolirooleista, jotka rajoittavat sekä miesten että naisten mahdollisuuksia toteuttaa itseään vapaasti ilman sukupuolittuneita odotuksia.

Esitän, että Syrjälä, ehkä tiedostamattaan, ylläpitää hegemonista maskuliinisuutta retoriikallaan. Vaikka hän argumentoi, että miehistä ja miehisydestä on moneksi, niin silti hän tuuppii miehiä tietynlaiseen, mieskuvaltaan ahtaaseen lokeroon, jonka itse kokee maskuliiniseksi. Kaikki miehet eivät mahdu maskuliinisuuden ideaaliin, eikä heidän äänensä tule nytkään kuulluksi, vaan jää hegemonisen maskuliinisuuden tukahduttamaksi. Yhteiskunnassa tarvittaisiin enemmänkin hegemonisesta maskuliinisuudesta riisuttua tilaa ja haavoittuvaisuutensa radikaalin rehellisesti näyttäviä puolisoita ja perheenisia. Lapsuudessa opitut mallit muovaavat sosiaalista ymmärrystä maskuliinisuudesta. Maskuliinit subjektit muokkaantuvat vuorovaikutuksessa naisten ja feminiinisyyksien rinnalla, joten äidit, siskot, tyttöystävät, ystävät ja puoliset ovat merkittäviä maskuliinisuuden konstruoinnissa. (Jokinen 2010, 134.)

PYRKIMYKSENI ON NOSTAA  
MIESTEN OMAA VOIMAA, JOKA TUKEE MYÖS  
HÄNEN KUMPPANINSA SÄTEILYÄ. (EMK 199)

Syrjälä ei tarkoita voimalla alistamista.

”– – tarkoitus on nostaa miesten omaa voimaa, jonka he voivat kantaa takaisin maailmaan palvelen omaa yhteisöään ja omaa kumppaniaan. – –tarkoitus on voimaannuttaa, palauttaa rehellisyys ja löytää meidän miehinen voimamme. (EMK 199)

Suuret kirjaimet ylemmässä sitaatissa lisäävät ilmaisun voimakkuutta ja painokkuutta, mikä vahvistaa viestin merkitystä vastaanottajalle. Syrjälä ilmaisee selvästi, että hänen tarkoituksensa on korottaa miesten omaa voimaa, joka vaikuttaa myös heidän kumppaneihinsa. Tämä pyrkimys näyttää olevan keskeinen viestin ydin koko tutkimuskohteessa. Teksti heijastelee retorisen kertomusteorian periaatteita puhujan aseman ja tarkoituksen korostamisella. Syrjälä pyrkii vakuuttamaan vastaanottajansa siitä, että hänen pyrkimyksensä ovat aidosti hyödyllisiä ja tärkeitä, ja että hänellä on tarvittavat välineet ja voimavara käsitellä näitä asioita. Lisäksi tekstissä esiintyy pathos eli tunteisiin vetoaminen, kun korostetaan voimaannuttamisen, rehellisyyden ja miehisen voiman merkitystä.

Miestutkimuksen näkökulmasta miehen voiman ja sen rakentavan käytön merkitys korostuu. Teksti kannustaa miehiä ottamaan vastuuta omasta voimastaan ja käyttämään sitä positiivisesti, ei alistamiseen tai manipulointiin vaan sekä itsensä että kumppaninsa tukemiseen. Tämä heijastaa miestutkimuksen pyrkimystä tarkastella mieheyttä moniulotteisesti ja edistää terveitä maskuliinisuuden malleja. Feministisen kirjallisuudentutkimuksen näkökulmasta tekstin voi tulkita kannustavan miehiä pohtimaan perinteisiä sukupuolirooleja ja -odotuksia. Se korostaa avoimuutta, haavoittuvuuden näyttämistä ja rehellisyyttä miehenä olemisen mahdollisuuksina. Tulkitsen tekstiä myös siten, että miehillä on Syrjälän mukaan ihan omanlaistaan voimaa, joka on niin arvokasta, että se palvelee yhteisöä ja kumppania, saaden tämän säteilemään. Täten mies on *antaja* ja nainen *vastaanottaja*. Nimetty pyrkimys kuvastaa nähdäkseni vahvasti traditionaalista sukupuolidikotomian mukaista roolitusta.

Syrjälä näkee seksuaalisuuden suurimpana mahdollisuutena ihmisenä kasvamiseen, niin terveyden, mentaalisuuden kuin sielullisen avautumisenkin kannalta.

MIKÄLI PYSTYMME LUOMAAN SYVEMMÄN  
YHTEYDEN OMAAN OLEMISEEMME,  
LUOMME SYVEMPÄÄ YHTEYTTÄ MYÖS  
YMPÄRÖIVÄÄN MAAILMAAMME, LUONTOON

## JA KOKO MAAPALLOON. (EMK 209)

Syrjälä korostaa yhteyden merkitystä oman itsen ja ympäröivän maailman välillä. Retorisena keinona tekstissä käytetään kontrastia, jossa verrataan syvää yhteyttä omaan olemiseen ja sitä kautta syntyvää yhteyttä ympäröivään maailmaan. Kontrasti auttaa korostamaan tekstissä esitettyä väitettä ja herättämään lukijan huomion. Tekstissä pyritään myös eettisen vakuuttamisen strategiaan, kun tekstissä viitataan syvemmän yhteyden luomisen positiivisiin vaikutuksiin. Eetoksen kautta teksti pyrkii herättämään lukijassa myönteisiä tunteita ja ajatuksia yhteyden luomisen tärkeydestä. Retorisen kertomusteorian näkökulmasta voidaan tulkita, että teksti rakentaa narratiivia yhteyden merkityksestä omalle itselle ja laajemmalle maailmalle. Tämä narratiivi voi innostaa lukijaa pohtimaan omaa suhdettaan itseensä ja ympäristöönsä sekä kannustaa toimimaan yhteyden luomisen hyväksi.

Impotenssin Syrjälä liittyy miehen kokemukseen omasta voimasta, kyvykkyydestä ja riittämättömyyden tunteesta:

Koska erektio on miehisyyden ilmentymä, voi miehisyyden heikentyminen tunne-  
maailmassa aiheuttaa myös sen fyysisen toteutumisen tai toteutumattomuuden, eli  
impotenssin. (EMK 216)

Syrjälä käyttää käsitteellistä argumentointia yhdistämällä miehisyyden erektioon ja impotenssin miehisyyden heikkenemiseen tunne-  
maailmassa. Tämä yhteys luodaan implisiittisesti oletuksella, että miehisuus ja seksuaalinen kyvykkyys ovat keskeisiä miehen identiteetille. Toiseksi teksti hyödyntää kausaaliteettia<sup>44</sup> väittäessään, että miehisyyden heikkeneminen tunne-  
maailmassa voi johtaa impotenssiin, mikä vahvistaa argumentin uskottavuutta. Tekstissä on eetoksen tunneperäinen vetovoima, koska se kohdistuu lukijan pelkoihin miehisyyden menettämistä ja seksuaalisesta kyvyttömyydestä. Tällainen strategia pyrkii herättämään lukijassa huolta ja vakuuttamaan hänet argumentin todenperäisyydestä. Feministisen luennan näkökulmasta teksti avaa keskustelua sukupuolittuneista odotuksista ja normeista, jotka liittyvät miehisyyteen ja seksuaalisuuteen. Teksti korostaa miehisyyden kytköstä erektion saavuttamiseen ja ylläpitämiseen, mikä voi viitata perinteiseen käsitykseen miehisestä seksuaalisuudesta ja miehisyydestä yleisemmin. Tällainen käsitys voi perustua patriarkaaliseen kulttuuriin, jossa miehen arvo ja identiteetti liittyvät vahvasti hänen seksuaaliseen suoriutumiskykyynsä. Feministisen lähestymistavan kautta voidaan kriittisesti tarkastella tällaista käsitystä miehisyydestä,

---

<sup>44</sup> Kausaaliteetti on metafysiikan käsitys, jonka mukaan ilmiöiden välillä on syy-seuraussuhde, kun jostain ilmiöstä seuraa säännönmukaisesti jokin tietty toinen ilmiö. Tieteen termipankki 4.5.2024: Filosofia: kausaaliteetti. (Tarkka osoite: <https://tieteentermipankki.fi/wiki/Filosofia:kausaaliteetti>.)

joka asettaa miehet paineen alle ja rajoittaa heidän seksuaalista ilmaisuaan. Teksti viittaa siihen, että miehyyden kokeminen ja identiteetti voivat olla haavoittuvia, jos ne liitetään vahvasti fyysiseen suorituskyykyyn. Tämä voi luoda epärealistisia odotuksia miehille ja aiheuttaa häpeää tai ahdistusta niille, jotka eivät täytä näitä odotuksia.

Syrjälän teos näyttöytyy hänen intentionaan luoda yhdenlainen representaatio 2000-luvun miehestä ja ohjata lukijaa kohti tätä representaatiota teoilla ja valinnoilla (EMK 243–244). Vastaako Syrjälän representoima maskuliinisuus perinteistä suomalaista kulttuurista maskuliinisuutta vai tuoko hän siihen jotain uutta? Arto Jokinen kuvaa kulttuurista maskuliinisuutta käsitteenä, joka tarkoittaa jonkin kulttuurin piirissä yhteistä maskuliinisuuden käsitystä. Heteroseksuaalisuutta, rationaalisuutta ja fyysistä voimaa on Suomessa pidetty maskuliinisenä. Kulttuurinen maskuliinisuus ei ole syntymäoikeus, vaan se tulee ansaita ja myös todistaa esimerkiksi siirtymäriittien kautta, kuten armeijan, autokoulun tai rippikoulun kautta. (Jokinen 2000, 68.) Jokinen näkee representaation yhtenä kulttuurisista käytännöistä, joka on suhteessa todellisuuteen olematta kuitenkaan suoraa heijastetta siitä. Hän näkee kiinnostavana kysymyksenä sen, minkälaista on se maskuliinisuus, jota representaatio tuottaa ja mikä on sen suhde todellisuuteen. Representaatio tuottaa seksuaalisuuden ja sukupuolen kautta erilaisia kategorioita, jotka jakavat ihmisiä. ”Representaatiot kertovat, mitä me ajattelemme, mutta ne vaikuttavat myös siihen, miten me ajattelemme.” (Jokinen 2000, 121–124.) Syrjälä näkee miehen altavastajaan ihmisen evoluutiossa, koska miehen kyky käsitellä tunteitaan ja tarjota emotionaalista tukea kumppanille ei ole kehittynyt odotetulla tavalla nykypäivän yhteiskunnassa. (EMK 245–249)

Niinpä miehet kysyvät kumppaniltaan (äidiltään) lupaa mennä esimerkiksi miesten kanssa oluelle tai treenaamaan. Pahimmillaan miehet pyytävät anellen seksiä, tämä on kaukana siitä miehen voimasta, mitä voimme ilmentää. —

KATKAISE MENTAALISET  
RIIPPUVUUSSUHTEET JA KASVA MIEHEKSI.  
NYT ON HELVETTI SEN AIKA!  
(EMK 249)

Tässä tekstissä Syrjälä käyttää viestin voimakkuuden korostamiseksi ja lukijan vakuuttamiseksi retorista kysymystä, kontrastia, käskyjä ja voimakkaita ilmaisuja, stereotyyppien kritiikkiä ja eetosta. Hän aloittaa retorisella kysymyksellä, joka herättää lukijan mielenkiinnon ja osallistaa hänet tekstiin. ”Niinpä miehet kysyvät kumppaniltaan (äidiltään) lupaa mennä esimerkiksi miesten kanssa oluelle tai treenaamaan” asettaa kyseenalaiseksi miehen roolin ja päätöksentekokyvyn. Kontrasti esiintyy kahden vastakkaisen asian välillä, kuten ”anellen

seksiä" ja "miehen voima". Tämä kontrasti korostaa sitä, miten heikko pyyntö seksistä voi olla verrattuna miehen voimaan ja itsevarmuuteen. Tekstissä käytetään voimakkaita ilmaisuja ja käskyjä, kuten "KATKAISE MENTAALISET RIIPPUVUUSSUHTEET JA KASVA MIEHEKSI. NYT ON HELVETTI SEN AIKA!" Tällaiset ilmaisut luovat voimakkaan ja määrätietoisien sävyn, joka pyrkii vakuuttamaan lukijan ja saamaan hänet toimimaan. Syrjälä pyrkii havainnollistamaan ajatuksensa, että heikon ja riippuvaisen miehen rooli on tulosta hänen mukaansa vääränlaisesta evoluutiosta, jossa miehisuus vahvana ja autonomisena omilla säännöillä ja päätöksillä toimivana yksilönä horjuu. Tekstin eetos pyrkii herättämään lukijassa voimakkaita tunteita ja toimimaan niiden pohjalta. Esimerkiksi ilmaisu "NYT ON HELVETTI SEN AIKA!" pyrkii herättämään lukijassa voimakasta päätöksentekoa ja toimintaa. Pohdin, voiko Syrjälän käyttämä assertiivisuusstrategia<sup>45</sup> kääntyä tai ohjata aggressiivisuuden jämähyyden sijaan. Vaikka assertiivisuus voi olla hyödyllinen kommunikaatiotapa konfliktien ratkaisemisessa ja omien tarpeiden ilmaisemisessa, se voi myös olla ongelmallista, jos sitä käytetään väärin tai liiallisesti. Yksi assertiivisuuden ongelmista on se, että se saattaa vahvistaa aggressiivisia taipumuksia yksilössä. Kun henkilö yrittää olla assertiivinen, mutta ei tunne tarpeeksi sosiaalisia taitoja tai hallitse tunteitaan, hänen viestinsä voi välittyä aggressiivisena tai dominoivana. Syrjälä kannustaa miehiä ottamaan elämänsä hallintaan, kasvamaan rehellisiksi ihmissuhteissa ja välttämään riippuvuutta.

Tässä käsittelyluvussa keskityin miehen ja naisen rooleihin sekä niiden representaatioihin ja retorisiin keinoihin teoksessa. Hyödynsin analyysissäni muun muassa Jokisen ja Rossin käsityksiä maskuliinisuudesta ja sukupuolirooleista. Tavoitteena oli tunnistaa ja purkaa patriarkaalisia rakenteita ja valtasuhteita, jotka voivat vaikuttaa miesten ja heidän kokemustensa esittämiseen kirjallisuudessa. Retorisista keinoista ja rooleista esiin nousi me-asennot, perinteisen maskuliinisuuden kuvaus ja naisen roolin muutos. Syrjälä hyödyntää "me-asetusta" luodakseen yhteyttä kirjoittajan ja lukijan välille, jossa hän kutsuu lukijaa osaksi ryhmää tai yhteisöä. Tätä käytetään rakentamaan yhteisöllisyyden tunnetta ja korostamaan miesten välistä solidaarisuutta. Syrjälä maalaa pääosin kuvaa perinteisestä miehisyydestä, joka nähdään suojelejana ja perheenpäänä, vastaten yhteiskunnan asettamiin odotuksiin. Tätä vastaan hän asettaa muuttuvan naisroolin, joka voi uhatessaan perinteistä miehisyyttä luoda epävarmuutta miesten keskuudessa. Tekstissä havainnoidaan naisten roolin vahvistumista yhteiskunnassa,

---

<sup>45</sup> Assertiivisuudella tarkoitetaan kykyä puolustaa itseään sekä ilmaista tarpeensa ja mielipiteensä tarkoituksenmukaisesti ja suoraan, loukkaamatta silti muita. Finto, Suomalainen asiansasto ja ontologiapalvelu. <http://www.yso.fi/onto/ysa/Y146167> [haettu 5.1.2020]

mikä saattaa aiheuttaa uudenlaisia paineita miehille sopeutua muuttuneeseen tilanteeseen. Femininiiset ja maskuliiniset representaatiot nousivat teoksessa esiin naisen roolin voimistumisena ja miehen vahvuuden korostamisena. Syrjälä korostaa miehen voiman ja vahvuuden merkitystä sekä perheen että yhteiskunnan tukipilarina. Tämä edustaa perinteistä maskuliinisuutta ja ylläpitää hegemonisen maskuliinisuuden ideaalia korostamalla miehen aktiivista roolia suojelijana ja perheenpäänä. Teos tarjoaa hyvinkin tarkkoja sääntöjä ja rajoituksia miehenä olemiselle. Rooli on ehkä hieman avoimempi kuin vanhempimme tai aikaisempien sukupolvien sukupuolinnormien tiukasti määrittelemä miesrooli, mutta kuitenkin se on tietynlainen, rajattu, rooli. Yhteenvetona voidaan todeta, että käsittelyluvun retorinen analyysi osoittaa, miten tekstin rakenteelliset ja sisällölliset retoriset keinot tukevat sen argumentaatiota ja viestin välittämistä lukijalle. Syrjälä käyttää laajaa valikoimaa retorisia strategioita, kuten eetos, pathos ja logos, vakuuttaakseen lukijan. Hän hyödyntää kontrastia, toistoa, kausaliteettia ja muita retorisia keinoja luodakseen vaikuttavan ja vakuuttavan viestin. Symboliset kuvaukset ja kielikuvat rikastuttavat tekstiä ja auttavat lukijaa hahmottamaan kirjoittajan näkemyksiä.

### 3.3 Sisäislukija

Narratologian käsitteenä sisäislukija viittaa lukijan rooliin, joka syntyy tekstin sisäisten elementtien, kuten kerrontatekniikoiden ja rakenteiden, vuorovaikutuksessa. Sisäislukija ei ole vain passiivinen vastaanottaja, vaan aktiivinen tulkitsija, joka rakentaa merkityksiä tekstistä. Kerrontateknisten rakenteiden havainnointi auttaa lukijaa hahmottamaan tekstin sisäisen maailman ja ymmärtämään sen merkityksiä. Yksi keskeinen kerrontatekniikka on näkökulman valinta, joka määrittää, mitä ja miten tarina esitetään. Ensimmäisen persoonan näkökulma sallii lukijan uppoutua henkilöhahmon ajatusmaailmaan ja tunteisiin, kun taas kolmannen persoonan näkökulma voi tarjota laajemman kuvan tapahtumista ja hahmojen välisistä suhteista. (Genette 1980, 186–187.) Lisäksi kertojan luotettavuus ja etäisyys tapahtumiin vaikuttavat siihen, miten lukija suhtautuu tarinaan ja sen henkilöihin (Booth 1991, 31–33).

Seuraavaksi tarkastelen, miten tekstin sisäislukija hahmottuu teoksen kerrontateknisiä rakenteita havainnoimalla. Teoksen temaattis-remaaattinen<sup>46</sup> otsikko *Elinvoimaisen miehen kirja - matkakertomus nykymiehelle terveydestä, rakkaudesta ja seksuaalisuudesta* kertoo kirjan

---

<sup>46</sup> Teoksessa *Seuils* (1987, engl. *Paratexts*) Gérard Genette määrittelee tekstin genreä kuvaavaa teoksen nimeä *remaattiseksi* ja sellaista teoksen nimeä, josta selviää sekä tekstin genre että myös sen keskeinen sisältö *temaattis-remaaattiseksi*.

Tieteen termipankki 12.11.2019: Kirjallisuudentutkimus: otsikko. (Tarkka osoite: <https://tieteentermi-pankki.fi/wiki/Kirjallisuudentutkimus:otsikko>.)

olevan suunnattu miehelle, ja nimenomaan elinvoimaiselle miehelle, sekä pitävän sisällään mahdollisuuden tehdä kehittävä matka kohti parempaa terveyttä, rakkautta ja seksuaalisuutta. Teoksen otsikko myös liittyy sen *Hidasta elämää* -kirjaperheeseen. Tulkitsen otsikon perusteella sisäislukijan olevan esimerkiksi aktiivinen (*elinvoimainen*) ja itsensä kehittämisenestä (*nykymies, matkakertomus*) kokonaisvaltaisesti (*terveys, rakkaus, seksuaalisuus*) kiinnostunut yksilö, jolla jo lähtökohtaisesti on intentio kohti parempaa versiota itsestään ja mahdollisesti allekirjoittaa Syrjälän kanssa samat arvot. Arvoihin vetoaminen on voimakas menetelmä, jos ne ovat samanlaiset, mutta toimimaton, jos arvopohja ei ole sama. Kuten aikaisemmin mainitsin, kirja on omistettu kaikille miehille ja naisille, jotka haluavat oppia ymmärtämään miehiä. Tämä omistuskirjoitus sekä vahvistaa että ravistaa odotushorisonttiani<sup>47</sup> teoksen suhteen samanaikaisesti. Hämmennyn, kun vuonna 2017 julkaistun hyvinvointioppaan sisäislukija, eli teoksen ideaalinen vastaanottaja, on mies, sekä miestä ymmärtämään pyrkivä nainen, toisintään klassista sukupuolinormiajattelua ja heteronormatiivista seksuaalikäsitystä. Syrjälä pidättäytyy mies-nainen-polariteetissa, eikä tuo sukupuolidikotomian ulkopuolista vaihtelua ilmi myöskään sukupuoli-identiteeteistä tai seksuaalisuudesta puhuttaessa. Teoksen sisäislukija on siis tarkemmin ilmaistuna heteromies, jonka sankarin matkan määränpäänä ”on olla *luonnollinen* mies, tasapainoinen isä, rakastava kumppani ja määrätietoinen oman elämänsä kulkija.”

Elinvoimaisen miehen kirja toimii alustana omalle matkallesi ja sydämestäni toivon, että se voi auttaa sinua kasvamaan ja kehittymään. Tarkastelen asioita oman kokemukseni vuoksi miehen ja naisen suhteen kautta, mutta toivon, ettei se sulje pois mahdollisuutta tarkastella miehenä olemista myös muissa konteksteissa.  
(EMK 13)

*Elinvoimainen*<sup>48</sup> viittaa biologiassa lajiin, joka on kantana vakaa ja vahva. *Matkakertomus* taas ohjaa lukijaa odotushorisonttiin, jossa luvassa on matka johonkin tiettyyn päämäärään. *Nykymies* on käsitteenä nähdäkseni horjuva ja hakemassa niin median- kuin kulttuurinkentäsäkin uutta, korkeampaa statusta. Psykologi Tony Dunderfeltin mukaan nykymies eli nykyaikainen mies on jäänyt hieman epävarmuuteen sukupuoliroolien muutoksen myötä. Vaikka perinteiset roolit ovat muuttuneet, uudet sosiaaliset ja psykologiset taidot eivät ole kehittyneet samassa tahdissa. Sekä miehet että naiset ovat tuoneet esiin sekä feminiinisiä että

<sup>47</sup> Vastaanottotutkimuksen uranuurtaja Hans Robert Jauss teki tunnetuksi reseptioestetiikassa keskeisen käsitteen odotushorisontti. Jaussin mukaan lukijalla on odotuksia, jotka liittyvät tiettyyn kirjallisuudenlajiin ja sen konventioihin. Lukija suhteuttaa teosta näiden odotustensa lisäksi myös oman elämäkokemuksensa kautta. Tieteen termipankki 11.4.2024: Kirjallisuudentutkimus: odotushorisontti. (Tarkka osoite: <https://tieteentermi-pankki.fi/wiki/Kirjallisuudentutkimus:odotushorisontti>.)

<sup>48</sup> Kansainvälisen luonnonsuojeluliiton IUCN:n määritelmän mukaan lajit voidaan jakaa hävinneisiin, uhanalaisiin ja elinvoimaisiin kantoihin. Lahti, Kimmo & Rönkä, Antti 2006: *Biologia: Ympäristöekologia*. Helsinki: WSOY oppimateriaalit.

maskuliinisia piirteitä, mutta tämä ei välttämättä ole riittänyt luomaan toimivia ihmissuhteita. Dunderfeltin tekstistä hahmottuu sisäislukija, joka pyrkii ymmärtämään nykyaikaisen miehen kokemusta ja haasteita, joita hän kohtaa perinteisten sukupuoliroolien muuttuessa ja uusien sosiaalisten ja psykologisten taitojen kehittyessä hitaammin. (EMK 190-197) Myös Pequ Niemen kommentoi tätä murrosta ja parisuhdetta *uuden ajan* ihmisten kesken:

Miehenä olemisen tässä ajassa on suuri harjoitus. Maailma muuttuu niin suurella nopeudella, ettei edellisiltä sukupolvilta siirtyvä tieto enää riitä päivittämään nykymiehen sisäistä karttaa ajan tasalle. Elämä tuo eteen monenlaisia haasteita ja kysymyksiä. Miten opin kunnioittamaan omaa luonnollista elämänrytmiäni? Millaisilla arjen valinnoilla saan kehoni ja mieleni tasapainoon? Miten rohkaisen sisälläni asuvaa herkkää pientä poikaa, jotta hänestä kehittyisi vahva ja rakastava mies? Millainen on hyvä parisuhde uuden ajan ihmisten kesken? Pequ Niemenin (EMK 9)

Niemenin tekstin sisäislukija vaikuttaa olevan henkilö, joka pohtii miehenä olemisen monimutkaisuutta nyky-yhteiskunnassa. Hän pyrkii ymmärtämään ja navigoimaan nyky maailman nopeiden muutosten keskellä ja etsimään vastauksia näihin kysymyksiin omassa elämässään. Niemenin käyttää retorisia keinoja herättääkseen lukijan mielenkiinnon ja pohdinnan miehenä olemisen teemoista nykyaikana. Hän pyrkii luomaan yhteyden lukijan ja tekstin välille ja rohkaisemaan syvällistä itsetutkiskelua ja keskustelua aiheesta. Argumentaatiossaan hän esittää useita kysymyksiä, jotka herättävät lukijan mielenkiinnon ja kannustavat pohtimaan miehenä olemisen haasteita käyttäen vakuuttelua ja pohdintaa herättäviä lauseita houkutellessaan lukijan mukaan keskusteluun. Hän käyttää tarinankerrontaa esittämällä kysymyksiä ja huolenaiheita, jotka ovat olennaisia monille miehille nykyaikana. Se luo kuvan monimutkaisesta ja haastavasta miesten elämästä, joka vaatii syvällistä pohdintaa ja itsetutkiskelua. Kielellisessä ilmaisussaan Niemenin käyttää rohkeaa ja rehellistä kieltä ilmaistakseen miehisyiden haasteita ja pohdintoja. Hän pyrkii herättämään empatiaa ja ymmärrystä miehiä kohtaan, jotka kamppailevat näiden kysymysten parissa. Retorisiin keinoihin sisältyy trooppeja, kuten vertauskuvia (elämä on suuri harjoitus, edellisten sukupolvien tieto versus nykymiehen sisäinen kartta) ja metaforia, kuvaamaan miehenä olemisen monimutkaisuutta ja haasteita. Esimerkiksi "sisälläni asuva herkkä pieni poika" voi olla metafora pehmeämmälle ja tunteellisemmälle puolelle miehessä. Teksti pyrkii herättämään lukijassa pohdintaa miehisyiden ja elämänhallinnan teemoista. Se kannustaa lukijaa pohtimaan omia arvojaan, toiveitaan ja pelkojaan miehenä olemisen kontekstissa.

Retorisen kertomusteorian näkökulmasta tämä teksti houkuttelee lukijan mukaan kertomukseen, joka käsittelee miehenä olemisen haasteita ja kysymyksiä nykyajassa. James Phelanin

mukaan narratiivit ovat erityisen tehokkaita, kun ne herättävät lukijassa kysymyksiä ja kiinnostusta (Phelan, 2005). Teksti alkaa vahvalla julistuksella: "Miehenä oleminen tässä ajassa on suuri harjoitus", mikä luo kertomuksellisen aloituksen ja houkuttelee lukijan jatkamaan lukemista. Phelanin ajatuksia noudattaen teksti rakentaa kysymysten ja pohdintojen kautta kertomuksen, joka kuvaa nykymiehen sisäistä kamppailua ja pohdintoja (Phelan, 2007). Kysymykset, kuten "Miten opin kunnioittamaan omaa luonnollista elämänrytmiäni?" ja "Millaisilla arjen valinnoilla saan kehoni ja mieleni tasapainoon?" luovat kertomuksen hahmon, joka kamppailee ympäröivän maailman vaatimusten ja omien sisäisten tunteidensa kanssa. Teksti sisältää myös viittauksen sisäiseen konfliktiin, kun se kysyy: "Miten rohkaisen sisälläni asuvaa herkkää pientä poikaa, jotta hänestä kehittyisi vahva ja rakastava mies?" Tämä viittaus sisäiseen lapsuuteen ja miehenä kasvamiseen tarjoaa syvemmän kerroksen kertomukseen ja lisää lukijan kiinnostusta ja empatiaa (Phelan, 2005). Lopuksi kertomus kysyy: "Millainen on hyvä parisuhde uuden ajan ihmisten kesken?" Tämä viimeinen kysymys avaa tarinan uudelle ulottuvuudelle ja vihjaa mahdollisesta ratkaisusta tai kehityksestä, joka voi tapahtua nykymiehen elämässä.

Syrjälän teos osaltaan luo yhdenlaisen representaation nykymiehestä ja siitä identiteetistä, jota nykymiehen tulisi tavoitella. Syrjälä on suunnannut teoksensa nimenomaan miehille miehen näkökulmasta, koska hän kokee, että miehen ääni on puuttunut hyvinvointioppaiden kentältä. Nähdäkseni Syrjälän teos onkin ensimmäisiä lajissaan julkaisuajankohtanaan ainakin kotimaisen kirjallisuuden puitteissa.

Pitelet käsissäsi erikoista kirjaa. Erikoista siinä mielessä, että on aika saada miehen ääni kuulluksi, terveydessä, seksuaalisuudessa ja rakkauden kentällä. Näistä kaikista on toki ollut kirjoja ennenkin, mutta polullani ja elämässäni olisin kaivannut tämän kaltaista kirjaa jo nuorena. Kirjassa tarkastelen sitä, mitä miehen tulee tietää tässä ajassa tullakseen kokonaiseksi. Koen tärkeäksi asiaksi yhdistää erilaisia aiheita, jotka liittyvät terveyteen, miehisyysyteen, parisuhteisiin ja seksuaalisuuteen. Näitä yhdistäviä kirjoja ei minun polullani ole tullut vastaan. (EMK 11)

Tarkastellessani tekstin suhdetta lukijaan huomioin, että erityisesti vieraskynäpuheenvuorojen kirjoittajat suuntaavat tekstinsä suoraan sisäislukijalle, joko esittämällä lukijalle kysymyksen pohdittavaksi tai antamalla suorita ohjeita:

Miten osaat valita sinulle sopivan ja laadukkaan tuotteen? Opettele lukemaan tuoteselosteista muutama olennainen asia: – – älä osta tuotetta. – – Vältä keinotekoisia makeutusaineita. – – Jos tuote lupaa ikuisen nuoruuden ja parantaa kaikki mahdolliset sairaudet, sinua yritetään huijata.  
Sami Sundvik (EMK 62–64)

Mitä sinä toivoisit näkeväsi, jos saisit mahdollisuuden tavata itsesi vanhuksena? Olisiko aikakoneen oven takana vastassa virkeä ja aktiivinen seniori vai löytäisitkö itsesi huonokuntoisena sängyn pohjalta toivoen, että olisit pitänyt parempaa huolta itsestäsi? – Älä siis ihmettele miksi aktiivinen naapurisi on aina niin positiivinen ja energinen. – Arvosta ainutlaatuista kehoasi ja lääkitse itseäsi päivittäin liikkumalla.

Johannes Hattunen (EMK 100–101)

Jos valinta palvelee pelkoa, tunnet itsesi pieneksi, epäroiväksi ja itsekkääksi ja oma energiakenttäsi sulkeutuu. Jos valintasi taas palvelee rakkautta, tunnet innostusta, laajentumista ja että tekemälläsi valinnalla on suurempi tarkoitus, jolla pysyt auttamaan muitakin. Siitä tunnistat todellisen rakkauden. Syvälle olemukseesi laskeutuu rauha. – Tiedosta, että kaikki on värähtelyä, kaikella mitä päivän aikana teet, mitä ajattelet, mitä tunnet, on vaikutus sekä sinuun itseesi, että ympäristöösi. Opettele pysymään energeettisesti puhtaana. Meditoi.

Kirsi Ranto (EMK 159)

Vieraskynäkirjoittajat saattavat käyttää kysymyksiä retorisisina keinoina monista syistä, mutta yksi keskeinen tekijä voi olla se, että he pyrkivät luomaan henkilökohtaisen ja vuorovaikutteisen yhteyden lukijaan. Vieraskynäkirjoittajat, jotka eivät välttämättä ole lukijalle tuttuja, pyrkivät rakentamaan luottamusta ja sitoutumista lukijaan tekemällä tekstistään osallistavan ja henkilökohtaisen. Kysymykset voivat olla tehokas tapa saada lukijat pohtimaan ja reagoimaan kirjoittajan esittämiin ajatuksiin ja näkökulmiin. Lisäksi vieraskynäkirjoittajat saattavat käyttää kysymyksiä tavoitteenaan herättää lukijoiden kiinnostus ja osallistuminen tekstiin. Kysymysten käyttö retorisisina keinoina voi siis auttaa vieraskynäkirjoittajia saavuttamaan tavoitteensa, olipa se sitten lukijan aktivoiminen, henkilökohtaisen yhteyden luominen tai keskustelun aloittaminen. Näiden tekstien sisäislukija vaikuttaa olevan henkilö, joka pyrkii omaksumaan terveellisiä elämäntapoja ja kehittämään itseään henkisesti ja fyysisesti. Tekstien kirjoittajat kannustavat lukijaa tekemään tietoisia valintoja elämässään ja ohjaavat heitä kohti terveellisiä käytäntöjä sekä henkistä kasvua. Sisäislukijalle korostetaan itsearvostuksen ja terveyden tärkeyttä sekä rohkaistaan häntä olemaan aktiivinen ja vastuullinen omasta hyvinvoinnistaan.

Kirjoittaja ja laulaja Kirsi Ranto ottaa omassa vieraskynäpuheenvuorossaan lukijan tasavertaisena viereensä korostaen kaikkien ihmisten ykseyttä, kirjoittaessaan asioista *me*-muodossa:

Voimme tarkastella rakkautta monista lähtökohdista – kaikilla meillä ihmisillä on vain yksi tarve ja tehtävä – Syvimmältä olemukseltamme olemme itse rakkaus, jota olemme paradoksaalisesti tulleet tähän kehoon ihmettelemään – Luulemme olevamme erillisiä rakkaudesta ja olemme kuin koiria, jotka juoksevat oman häntänsä perässä. Jahtaamme jotakin sellaista, joka on meissä syntymäoikeutena ja jonka koemme parhaiten silloin kun pysähdymme ja lakkaamme jahtaamasta mitään.

– – Mitä syvemmälle olemme hukkuneet materialismiin ja itsekkyyteen, sitä syvemmälle henkiset ja universaalit arvot ovat meiltä unohtuneet.

– – Elämme juuri nyt hyvin voimakkaita transformatiivisia aikoja – – Me kaikki olemme nyt heräämässä aivan uuteen tietoisuuteen – – Meissä herää ”sinä” ja ”minä” -tietoisuuden sijaan ”me” -tietoisuus ja alamme nähdä maapallon ja kaikki ihmiset ykseydestä käsin. (EMK 156–157)

Ranto myös puhuttelee suoraan sisäislukijaansa, tietoista miestä:

Tietoisena miehenä et käytä kenenkään muun energiaa, et manipuloi ketään eikä sinulla ole tarvetta päteä ja todistaa miehisyyttäsi. Seisot omassa voimassasi ja hehkut ympärillesi tasapainoa, levollisuutta ja luottamusta. (EMK 159)

Rannon tekstin sisäislukija vaikuttaa olevan henkilö, joka pyrkii olemaan tietoinen ja eettinen mies omassa elämässään. Hänelle miehisuus ei tarkoita muiden manipulointia tai vallan käyttöä, vaan pikemminkin omassa voimassa seisomista ja ympärilleen levittämistä tasapainoa, levollisuutta ja luottamusta. Sisäislukija näyttää pyrkivän kehittymään kokonaisvaltaisesti ja ymmärtämään miehisyyden merkitystä positiivisena voimana omassa elämässään ja yhteisössään.

Tässä käsittelyluvussa tarkastelin *Elinvoimaisen miehen kirjan* sisäislukijaa ja sitä, miten tekstin sisäislukija hahmottuu teoksen tekstianalyysillä ja kerrontateknisiä rakenteita havainnoimalla. Tekstin sisäislukija kuvautuu korostuneen aktiiviseksi ja itsensä kehittämisestä kiinnostuneeksi mieheksi, joka on valmis pohtimaan kysymyksiä ja noudattamaan ohjeita ja joka haluaa parantaa terveyttään, rakkauttaan ja seksuaalisuuttaan sekä mahdollisesti samaistuu Syrjälän teoksessa esittämiin arvoihin. Lisäksi tarkastelin tekstien suhdetta lukijaan ja huomasin, että Syrjälä ja vieraskynäpuheenvuorojen kirjoittajat puhuttelevat suoraan sisäislukijaa ja kaiken kokemuksiaan, tarjoten neuvoja ja pohdittavaa miehen terveydestä ja hyvinvoinnin kehittämistä. He käyttävät ”me”-muotoa korostaen ykseyttä ja puhuttelevat tietoista miestä.

### 3.4 Vieraskynän voima

*Elinvoimaisen miehen kirjassa* annetaan konkreettisesti puheenvuoro myös vieraskynälle, eli kirjoittajavieraille, jotka tuovat oman näkökulmansa ja asiantuntijuutensa teokseen. Tutkin tässä alaluvussa näiden puheenvuorojen antia teokselle erillisenä osiona. Teos sijoittuu osittain, lähinnä vieraskynäkirjoittajien puheenvuorojen osalta, uushenkisyyden kontekstiin. Uushenkisyys on monimuotoinen ilmiö, joka korostaa henkilökohtaista henkistä kasvua, sisäistä rauhaa, tietoisuuden laajentamista ja yhteyden kokemista korkeampaan tietoisuuteen tai universaaliin energiaan. Se voi sisältää uskonnollisia, filosofisia ja henkisiä näkökulmia sekä

käytäntöjä, kuten meditaatiota, mindfulnessia, reikiä, joogaa ja henkisiä opetuksia. Yksi tunnettu uushenkisen ajattelun edustaja on Eckhart Tolle, jonka teos *The Power of Now*<sup>49</sup> käsittelee läsnäolon voimaa ja henkisen heräämisen merkitystä. Tolle korostaa ego-mielen rauhoittamista ja tietoisuuden lisäämistä hetkessä elämisen kautta. Toinen merkittävä uushenkisen liikkeen edustaja on Deepak Chopra, joka on kirjoittanut lukuisia teoksia henkisestä kasvusta, terveydestä ja tietoisuudesta. Hänen kirjansa *The Seven Spiritual Laws of Success*<sup>50</sup> käsittelee henkisen kasvun periaatteita ja niiden soveltamista menestykseen ja hyvinvointiin. Uushenkisyys ja self-help ovat molemmat kirjallisuuden ja henkisen kehityksen alueita, jotka usein liittyvät toisiinsa ja voivat liukua toistensa välimaastoon. Esimerkiksi mindfulness, itsetuntemuksen kehittäminen ja positiivinen ajattelu ovat yleisiä teemoja sekä uushenkisessä että self-help-kirjallisuudessa, ja monet self-help-teokset sisältävät näitä periaatteita ja harjoituksia. Lisäksi monet self-help-kirjat korostavat henkisen kasvun merkitystä ja pyrkivät auttamaan luki-joita löytämään syvempää merkitystä elämäänsä. Uushenkisyys saattaa usein painottaa hengellisyyttä ja kosmista yhteyttä, kun taas self-help voi olla enemmän maanläheinen ja keskittyä käytännön ratkaisuihin ja menetelmiin. Lisäksi self-help-kirjallisuus voi olla enemmän tieteeseen perustuvaa ja korostaa todistettuja menetelmiä, kun taas uushenkisyys saattaa sisältää enemmän uskonnollisia tai metafysisiä näkökulmia.

Ravintovalmentaja Sami Sundvik kartoittaa ruokavalion täydentämistä ravintolisillä (EMK 60–64). Sundvikin valitseminen teoksen vieraskynäksi herättää kysymyksiä tai ainakin sen tiedon jättäminen julkaisematta, että Sundvik on myös yksi Suomen johtavimman ravintolisävalmistajan, Puhdas+ -brändin luoja ja yrityksen toimitusjohtaja. Sundvikin sidonnaisuus ravintolisäbrändiin saattaa horjuttaa hänen uskottavuuttaan, ilman Sundvikin ravintolisäosaimisen vähättelyä. Vaikka itse tuotemerkkiä ei mainita suoraan puheenvuorossa, ei voi olla huomaamatta Sundvikin sanavalintoja<sup>51</sup> kuten ”Ravintolisän tarkoitus on kai olla **puhdas** ja turvallinen, ei elimistöäsi kuormittava valmiste?” (EMK 62), ”**puhdas** magnesiumsitraatti jauhemuotoisena” (EMK 63), ”Suosittelen jokaista omasta terveydestään kiinnostunutta täydentämään ruokavaliotaan laadukkailla, **puhtailla** ravintolisillä.” (EMK 64). Sundvikin argumentaatio perustuu arvoihin, kuten ”jokainen omasta terveydestään kiinnostunut”, ja tunteisiin, kuten huoliin, kuten esimerkiksi mainittu: ”– huomattavan korkea elohopeataso voi

<sup>49</sup> Tolle, Eckhart 1999: *The Power of Now: A Guide to Spiritual Enlightenment*. Novato: New World Library.

<sup>50</sup> Chopra, Deepak 2015: *The Seven Spiritual Laws of Success. A pocketbook guide to fulfilling your dreams*. San Rafael: Amber-Allen Publishing.

<sup>51</sup> Siteerausten lihavoinnit tutkielman tekijän.

aiheuttaa nuorellakin ihmisellä jopa työkyvyn vievää masennusta” (EMK 62), mutta enimmäkseen pitkälti tietoon ja todistettaviin asioihin, eli mittaustuloksiin:

Teetän asiakkaillani usein punasoluista tehtäviä hivenaine- ja raskasmetallimitauksia. Testien tulokset ovat selkeitä - tähän mennessä olen käynyt läpi noin 250 asiakkaan tulokset, ja näistä vain yhdessä ei ollut merkittäviä hivenainepuutoksia. (EMK 60)

Sundvik rakentaa eetosta kertomalla omasta kokemuksestaan ja asiakasmäärästään, mikä vahvistaa hänen uskottavuuttaan asiantuntijana hivenaine- ja raskasmetallitesteissä. Kielellisesti teksti on suoraviivaista ja informatiivista. Kirjoittaja kuvaa tehneensä useita testejä asiakkailleen ja mainitsee, että tulokset ovat olleet selkeitä. Hän korostaa testattujen asiakkaiden määrää mainiten, että ainoastaan yhden asiakkaan tuloksissa ei ollut merkittäviä hivenainepuutoksia, millä retorisella strategialla pyrkii antamaan vaikutelman testien yleisyydestä ja merkityksestä. Retorisesti hän vetoaa asiantuntijuuteen ja kokemukseen, jotta herättäisi luottamusta ja vakuuttaisi lukijan siitä, että on pätevä ja luotettava ammattilainen alallaan. Tekstissä voidaan nähdä myös implisiittinen pyrkimys vakuuttaa lukija testien tarpeellisuudesta ja tehokkuudesta, sillä kirjoittaja mainitsee ainoastaan yhden asiakkaan, jonka tuloksissa ei ollut merkittäviä hivenainepuutoksia. Tämä vihjaa siihen, että suurimmalla osalla asiakkaista on ollut jonkinasteisia puutteita, mikä voi herättää lukijassa huolta omasta terveydestään ja innostaa harjitsemaan vastaavanlaisten testien suorittamista omalla kohdallaan. Yllä mainitun argumentin ongelmallisuus piilee lukijan kannalta tutkimusotoksen suhteellisessa pienuudessa sekä siinä, että ravinnevajausten mittaustulosten luotettavuutta on vaikea arvioida. Vieraskynäpuheenvuorossa ja Sundvikin nettisivustolla ei kerrota tarkemmin, millaisia mittaustapoja käytetään. Kuningaskuluttaja<sup>52</sup> on kritisoinut hyvinvointiyrittäjien ravintolisäbisneksen lisäbisnestä, eli ravinnevajaustestejä, niiden tulosten luotettavuutta ja tunnemarkkinointia, eli huoliin vetoamisesta. Sundvik käyttää puheenvuorossaan mielipidettään faktana, harjoittaen vasta-argumentointia, vetoamalla todistusvelvollisuuteen ja vähättelemällä:

Monipuolisinkaan ruokavalio ei valitettavasti pysty turvaamaan riittävää ravinteiden saantia, vaikka ravitsemusterapeutti näin tutkimuksiinsa vedoten väittääkin. Olen kysynyt monelta ravitsemusterapeutilta, kuinka monen asiakkaan hivenainemittauksen tulokset heillä väitteidensä tueksi on — vastaus on yleensä ”ei yhdenkään”. (EMK 64)

---

<sup>52</sup> Miettinen Lauri 9.6.2015: *Vitamiinipuutosten pikamittaukset hämmäntävät: neljä mittausta - neljä eri tulosta*. Kuningaskuluttaja. <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2015/06/09/vitamiinipuutosten-pikamittaukset-hammentavat-nelja-mittausta-nelja-eri-tulosta> [haettu 10.11.2019]

Sundvikin nettisivustolta<sup>53</sup> ei löydy tietoa suoritetusta ravitsemusalan tutkinnosta, vaan ainoastaan maininta siitä, että hän toimii ravitsemusalan yrittäjänä ja kokemusasiantuntijana. Vieraskynän info-osio ohjaa lukijan kirjoittajan nettisivustolle, jossa markkinoidaan Sundvikin ravintovalmennuksia, sekä muun muassa Nelonen Median suoratoistopalvelun, Suplan jaksoja, jossa vieraina ovat myös Teemu Syrjälä ja hänen kirjastaan tuttu Johannes Hattunen.

Fysiikkavalmentaja Johannes ”Hatsolo” Hattunen korostaa puheenvuorossaan liikunnan merkitystä terveydessä ja hyvinvoinnissa (EMK 100-101).

Liikkuminen on jokaisen ihmisen velvollisuus. Liiku, jotta voit paremmin ja pysyt terveenä. Liiku, jotta jaksat paremmin ja pysyt nuorekkaana. Liiku, koska se vahvistaa kehosi lisäksi myös mieltäsi. Liiku, koska olet valmis ottamaan vastuun omasta ja läheistesi hyvinvoinnista. Liiku ennen kaikkea itsesi takia!

Itse arvostan ja vaalin kykyäni liikkua. Liikun ja harjoittelen päivittäin, koska haluan pystyä kokemaan ja tekemään asioita myös tulevaisuudessa. Liikkuminen on minulle mahdollisuus oppia uutta, toteuttaa ja tutkia itseäni. Minulle liike on energiaa, vapautta, uuden oppimista, luovuutta, itsensä tutkimista, pysähtymistä, mahdollisuus uudelle alulle, terveyttä, rohkeutta ja tapa nauttia elämästä. (EMK 101)

Hattusen puheenvuoron vaikuttamisen strategiana on motivaatiopuhe liikunnan terveysvaikutuksista. Hänen argumenttinsa korostavat yksilön vastuuta omasta hyvinvoinnista ja liikkuvan elämäntavan monipuolisista vaikutuksista niin fyysisen kuin psyykkisen hyvinvoinnin perustana. Hattunen luottaa myös retorisisista keinoista narratiivin voimaan aloittamalla puheenvuoronsa anekdootilla<sup>55</sup> pyörätuolissa istuvasta vanhuksesta, joka olisi pitänyt itsestään parempaa huolta, jos olisi tiennyt elävänsä 90-vuotiaaksi (EMK 100). Ensimmäisessä sitaatissa esiintyy vahva retorinen pyrkimys vakuuttaa lukija liikunnan tärkeydestä. Teksti käyttää toistoa käyttämällä sanaa ”liiku” useita kertoja peräkkäin eri lauseissa, joka korostaa liikunnan tärkeyttä ja pyrkii vakuuttamaan lukijan toimimaan kirjoittajan toivomalla tavalla sekä kielteisten seurausten välttämistä (”jotta voit paremmin”, ”jotta pysyt terveenä”) ja positiivisia kannustimia (”jotta jaksat paremmin”, ”jotta pysyt nuorekkaana”). Näillä keinoin teksti pyrkii vakuuttamaan lukijan liikunnan hyödyistä sekä fyysiselle että psyykkiselle hyvinvoinnille. Lisäksi teksti vetoaa vastuuntuntoon, mikä viittaa retoriseen strategiaan, jossa lukijaa kehoitetaan toimimaan vastuullisesti tiettyyn asiaan liittyen ja omien valintojen merkitykseen (”koska olet valmis ottamaan vastuun omasta ja läheistesi hyvinvoinnista”). Tämä retorinen strategia

<sup>53</sup> [samisundvik.com](http://samisundvik.com) [haettu 15.6.2023]

<sup>55</sup> Anekdootit ja eksemplumit ovat ikivanhoja tapoja perustella ja vakuuttaa. Ne ovat pieniä, perustavanlaatuisia tarinoita, joita usein esitetään kokoavana kertomustyyppinä. Monika Fludernik tutkii niitä suullisen kerronnan humoristisina ja opettavaisina lyhytmuotoisina tarinoina, jotka rinnastuvat vitseihin. (Nummi 2020, 212–214.)

pyrkii herättämään lukijassa halun ja motivaation liikkua. Toisessa tekstissä esiintyy voimakas retorinen ilmaisu omasta suhteesta liikuntaan ja sen merkitykseen elämässä. Kirjoittaja välittää subjektiivisen kokemuksensa liikunnasta käyttäen runsasta adjektiivien käyttöä ja kuvallista kieltä kertoessaan liikunnan merkityksestä omassa elämässään. Tämä luo syvyyttä ja henkilökohtaisuutta tekstin ilmaisuun. Sitaatti alleviivaa kirjoittajan henkilökohtaista kokemusta ja arvoja liikunnan suhteen. Siinä korostetaan liikkumisen moninaisia positiivisia vaikutuksia, kuten energiaa, vapautta, uuden oppimista, luovuutta ja terveyttä. Tämä retorinen strategia pyrkii innostamaan ja vakuuttamaan lukijan liikunnan monipuolisista ja henkilökohtaisista hyödyistä. Hattusen vieraskynäpuheenvuoron info-osiossa ohjataan lukija tutustumaan kirjoittajan teokseen *Hatsolo - elämä breikkarin silmin* sekä nettisivustoon<sup>56</sup>, jossa markkinoidaan hänen työhyvinvointivalmennuksiaan, koulutuspäiviä, someyhteistyötä ja breakdance-opetusta.

Kirjoittaja, laulaja Kirsi Rannon puheenvuorossa (EMK 156–161) pohditaan rakkautta ihmisen olemuspuolena, kokemuksena, erillisenä itsestä, syntymäoikeutena, tarpeena ja tehtävänä. Muina teemoina nousevat esiin ”me”-tietoisuus, ykseys, sydäntietoisuus ja maskuliini- ja feminiinipolariteettien tasapainottaminen. Ranto uskoo tiedostavien naisten joukkoon liittyvän yhä useampia itsetuntemuksesta ja henkisistä arvoista kiinnostuneita miehiä. Hän visioi naisten ja rakkauden muuttavan maailmaa ja vetävän mukaansa tiedostavat miehet, jonka seurauksena luodaan aivan uudenlainen mies maapallolle.

Tietoinen, itsestään ja läheisistään vastuun ottava mies, joka uskaltaa puhua ja elää sydämestään käsin, eikä enää pelkää sen olevan heikkouden merkki yhteiskunnassamme. Hän omistaa pyhän seksuaalisuutensa, sisäisen rakkautensa ja intohimon kohteensa ja käyttää niitä maailman palvelemiseksi. (EMK 158–159)

Ranto korostaa avoimuutta, tunneperäistä rehellisyyttä ja sydämen äänen kuuntelemista miehyyden vahvuuksina. Keskeinen retorinen keino tässä on eetos eli puhujan uskottavuus ja luotettavuus. Mies kuvataan tietoisena ja vastuullisena yksilönä, mikä vahvistaa hänen uskotavuuttaan ja auktoriteettiaan. Lisäksi tekstissä hyödynnetään pathosta eli tunteisiin vetoamista, kun korostetaan miehen sisäistä rakkautta ja intohimoa, jotka hänen tulisi omistaa ja käyttää maailman hyväksi. Tämä herättää lukijassa myönteisiä tunteita ja kannustaa samaistumaan tekstissä kuvattuun ideaaliin mieheen. Lisäksi käytetään kielellisiä kuvia, kuten "pyhä seksuaalisuus" ja "sisäinen rakkaus", jotka luovat voimakkaita mielikuvia ja lisäävät tekstin

---

<sup>56</sup> [johanneshattunen.com](http://johanneshattunen.com) [haettu 15.6.2023]

vaikuttavuutta. Tekstin motiiveina voidaan nähdä pyrkimys muuttaa perinteisiä sukupuolirooleja ja edistää avoimuutta ja tunneperäistä rehellisyyttä miehisyiden kontekstissa. Ranto argumentoi vahvasti arvoihin ja tunteisiin vedoten. Hän korostaa tiedostavan miehen roolin erityisyyttä oman elämänsä, ihmissuhteidensa ja maailman palvelemisessa. Rannon puheenvuoroa leimaa kauttaaltaan *New Ager*<sup>57</sup>, eli uushenkisyyden termistö ja filosofia. Teo Mäkelä määrittelee *uushenkisyyden* vaihtelevaksi joukoksi henkisyyteen kuuluvia ilmiöitä tai kulttuuriseksi ilmiöksi (Mäkelä 2018, 9). Uushenkisyys pohjaa humanistiseen psykologiaan ja sen vaikutuksesta syntyneisiin populaareihin terapioihin<sup>58</sup>, varhaiskantaan kulttuureihin ja idän uskonnollisiin perinteisiin. Toiminta on keskittynyt yhä enenevässä määrin kaupallisten yritysten tarjoamiin palveluihin, kuten meditaatio-, terapia- ja kehomanipulaatiotekniikoihin, joiden tarkoituksena on vaikuttaa ihmisen fyysiseen terveyteen tai tietoisuuden kasvamiseen. Mukana on myös ruokavalioon, ihmismielen ”salattuihin voimavaroihin” sekä paranormaaleihin kykyihin keskittyviä kursseja ja oppeja. Nykyisin uushenkisyys erotellaan kolmeen suuntaukseen: esoteerinen suuntaus, joka korostaa yliluonnollisen vaikutusta elämään ja sisältää ennustuksia; henkinen suuntaus, joka keskittyy yksilön henkiseen kehitykseen ja itsensä kehittämiseen eri menetelmien avulla; sekä sosiaalinen suuntaus, joka pyrkii henkiseen uudistumiseen ja ekologisemman maailman rakentamiseen.<sup>59</sup>

Tarkastelen seuraavaksi tarkemmin Kirsi Rannon puheenvuoron esittämiä uskomuksia ja narratiiveja uushenkisyyden kontekstissa. Kirkon tutkimuskeskuksen tutkija, FT Kimmo Ketola määrittelee uushenkisyyden uskomusten ja narratiivien keskeisimmiksi piirteiksi: (1) eskatologisen näyn<sup>60</sup> ihmiskunnan ja planeetan tulevaisuudesta, joka on kytkeytynyt (2) yksilön

<sup>57</sup> *New age* nimitys on peräisin jo 1600-luvulta. Vuonna 1932 englantilainen teosofi Alice A. Bailey viittasi läheytävään aikakauteen ”uutena aikana”, joka olisi rauhan, vaurauden ja hyvinvoinnin aikaa. Henkisen merkityksen käsite alkoi saada Yhdysvalloissa 1960–70-lukujen taitteessa. *New age* -liike käsitettä alettiin käyttää 1970-luvun loppupuoliskolla ja merkitys vakiintui 1980-luvulla. 1990-luvulla puhuttiin mieluummin ”uudesta tietoisuudesta”, henkisyydestä ja holismista. Suomalaisessa tutkimuksessa alettiin käyttää termiä uushenkisyys 2000-luvulla. (Mäkelä 2018, 10–11.) *New age* -käsitettä ei käytetä enää 2010-luvulla muuten kuin liikkeen ulkopuolella ja kirjojen tai musiikin genren määrittelyssä (Mäkelä 2018, 36).

<sup>58</sup> Humanistinen psykologia (valtakausi 1950–60-luvuilla Yhdysvalloissa) on humanistisia arvoja (esim. luovuus ja ihmisen ainutlaatuisuus) korostavien psykologien (esim. Abraham Maslow, Carl Rogers ja D. A. Kolb) suuntaus, jonka näkökulmana oli yksilön kokonaisvaltainen tutkimus, luovuus ja henkisen kasvun ihannoiti.

Ko. suuntaus on antanut vaikutteita ns. kokemukselliseen oppimiseen, joka painottaa muun muassa itsetunteen ja itsereflektointia oppimisen välineenä sekä arvoja ja asenteita. Kokemukset ja elämykset ovat keskeisessä osassa oppimisprosessissa. Salovaara, Hanna 6.9.2014: Oppimisen teoriasta tukea tieto- ja viestintäteknikan pedagogiseen käyttöön. Oulun Yliopisto. Suomen virtuaaliyliopisto. [http://tievie oulu.fi/verkkopedagogiikka/luku\\_2/humanistinen\\_psykologia.htm](http://tievie oulu.fi/verkkopedagogiikka/luku_2/humanistinen_psykologia.htm) [haettu 21.11.2019]

<sup>59</sup> Lähde: Uskonnot Suomessa: *New age ja henkisen kasvun yhteisöt*. <http://www.uskonnot.fi/uskonnot/view/?regionId=42> [haettu 21.11.2019]

<sup>60</sup> Eskatologia on kristillinen oppi, joka perustuu pelastukseen eikä tuomioon. Sen mukaan kaikki ei pääty viimeiseen tuomioon. Lähde: Aamenesta öylättiin — kirkon sanasto. Suomen ev.lut. kirkko. <https://evl.fi/sanasto/-/glossary/word/Eskatologia> [haettu 22.11.2019]

tajuntaan ja havaintomekanismeihin sisältyvään muutokseen; sekä (3) yksilölliseen kokemukseen ja elämyksellisyyden painotukseen perustuvaan individualistiseen tieto-oppiin. (Ketola 2004, 418–434.)

Elämme juuri nyt hyvin voimakkaita transformatiivisia aikoja — ja uskon, että tämä kirja on siitä yksi erittäin hyvä esimerkki. Me kaikki olemme nyt heräämässä aivan uuteen tietoisuuteen, mikä on erittäin innostavaa! Syvälle solutasollamme koodatut muistijäljet ovat nyt aktivoitumassa ja alamme taas muistaa todellisen alkuperämme täysvoimaisina ihmisinä, jotka eivät ole enää kenenkään ulkopuolisen talutettavissa eivätkä odota, että joku muu sanoo, miten meidän tulisi elää, mihin uskoa ja miten tulla onnelliseksi. Alamme nyt muistaa, että meissä itsessämme on tuo voima, tuo tietoisuus ja kyky olla onnellisia sisältämme käsin. — Meissä herää ”sinä” ja ”minä” -tietoisuuden sijaan ”me” -tietoisuus ja alamme nähdä maapallon ja kaikki ihmiset ykseydestä käsin. (EMK 157)

Uskon siihen, että aivan uudenlainen mies on nyt syntymässä maapallolle. (EMK 158)

Rannon sanoma on nähdäkseni tulkittavissa eskatologisena visiona ihmisistä, jotka ovat heräämässä uuteen tietoisuuteen, jossa ihminen itsessään on voimansa, tiedon ja onnellisuutensa lähde ja samalla tästä tietoisuudesta käsin palvelee myös kanssaihmisten ja maapallon hyvinvointia. Tiivistettynä tulkitsen Rannon sanoman ”Pelastamalla itsensä voi pelastaa maailman” -tyyppiseksi motoksi. Ranto havainnoi naisten jo astuneen henkisen kasvun polulle ”Naiset ovat lähteneet nyt aktivoimaan omaa feminiinivoimaansa ja jumalattaruudesta puhutaan jo avoimesti” (EMK 158) ja kutsuu puheenvuorossaan myös miehiä mukaan tähän transformatioon. Uskontotieteilijä Paul Heelasin mukaan uushenkisyydessä korostuvat aspektit ovat sisäisyys ja itseen kohdistuva huolenpito. Hän erottelee uushenkisyyden ”pelastusopista” seuraavat elementit: 1) sisäistettyjen roolien ja sosialisointien muokkaamien roolien vuoksi yksilön elämä on toimimatonta; 2) ”ego”, eli sisäistetyt kaavat estävät ihmistä näkemästä omaa todellista sisintä, jumalallista, luontoa; 3) tie sisäiseen viisauteen käy luopumalla egon vallasta. (Heelas 1996, 18–20.)

Syvimmältä olemukseltamme olemme itse rakkaus, jota olemme paradoksaalisesti tulleet tähän kehoon ihmettelemään, kokemaan ja ilmentämään. Luulemme olemamme erillisiä rakkaudesta ja olemme kuin koiria, jotka juoksevat oman häntänsä perässä. Jahtaamme jotakin sellaista, joka on meissä syntymäoikeutena ja jonka koemme parhaiten silloin kun pysähdymme ja lakkaamme jahtaamasta miitään. (EMK 156)

Mitä pidemmälle kehitys on mennyt ja mitä syvemmälle olemme hukkuneet materialismiin ja itsekkyyteen, sitä syvemmälle henkiset ja universaalit arvot ovat meiltä unohtuneet, mutta nimenomaan vain unohtuneet. Tässä ajassa alamme muistaa. (EMK 157)

Rannon häntäänsä jahtaavan koiran ja materialismiin ja itsekkyyteen hukkumisen metaforat ovat heijastumia uushenkisyyden keskeisestä piirteestä, uskomuksesta, että ihmiskunnan ja planeetan tulevaisuus ovat sidoksissa yksilön tajuntaan ja sen havaintomekanismin muutokseen.

Tärkein tehtävämme ihmiskuntana on alkaa kuunnella omaa sisäistä viisauttamme, valita rakkaus. Se on meidän jokaisen henkilökohtainen valinta, jolla otamme itse vastuun omasta onnellisuudestamme ja hyvinvoinnistamme, siirrymme marttyyriin, uhrin ja parantajan rooleista oman elämämme luojaksi, rakkauden lähettilääksi ja alamme nähdä, miten paljon kiittollisuuden aihetta meillä on elämässämme. Siirrymme köyhyys- ja niukkuusajattelusta runsausajatteluun, jossa ymmärrämme, että luomme itse elämämme olosuhteet. Mihin keskitymme, se vahvistuu. (EMK 160)

Uushenkisyyden perunnarratiiveihin FT Kimmo Ketolan määritelmän mukaan kuuluva uskomus individualistisesta tieto-opista, joka perustuu yksilölliseen kokemukseen ja elämyksellisyteen (Ketola 2004, 418). Rannon argumentointi on yhdistettävissä individualistiseen tietoppiin, sillä hän painottaa jokaisen elämänlaadun olevan kiinni omasta valinnasta. Valitsemalla oman sisäisen viisauden äänen seuraamisen, ihminen valitsee rakkauden ja samalla vastuun omasta hyvinvoinnistaan ja luo omilla valinnoillaan runsautta ja oman elämänsä olosuhteet. Myös humanistinen psykologia näkee ihmisen ainutkertaisena olentona, joka itse on vastuussa omasta toiminnastaan ja sen ohjaamisesta. Ketolan mukaan uushenkisyyteen kuuluu halu oppia muista kulttuureista ja rinnastaa tietämykseen mukaan myös menneistä aikakausista ja muualta kuin länsimaisesta maailmankuvasta (Ketola 2004, 418). Myös Ranto viittaa alkuperäiskansojen viisauteen feminiinisten arvojen kunnioittamisesta:

– – feminiinisiä arvoja, lempeyttä, pehmeyttä, intuitiivisuutta, luovuutta ja rakkautta ei juurikaan ole yhteiskunnassamme arvostettu. Toisin on ollut alkuperäiskansojen parissa. Silloin koko elämä on perustunut taivaankappaleiden ja luonnon seuraamiseen ja kaikki toimet on tehty luonnollisessa harmoniassa kaiken olevaisen kanssa. (EMK 156–157)

Psykofyysinen fysioterapeutti, NLP työnohjaaja, kouluttaja Karita Palomäki paneutuu omassa vieraskynäpuheenvuorossaan (EMK 170–175) aiheeseen ”Mies, tunteet ja sisäinen lapsi”. Palomäki kuljettaa lukijan aiheeseen narratiivilla miehestä, joka oli kadottanut yhteytensä sisäiseen lapseensa ja tunteisiinsa. Kertomuksen mies on tunnistettavissa ja yhdistettävissä, mielestäni jo menneen maailman uskomukseen, suomalaisesta miehestä, joka ei puhu eikä pussaa. Palomäki avaa sisäisen lapsen käsitettä ja perinteisiä malleja, jotka on liitetty miehisyyteen. Malliin ei ole kuulunut herkkyys, tunteet tai kehotietoisuus, joten seurauksena on ollut

järjen, logiikan ja ajattelun hallitsema mies. Palomäki yhdistää ahdistusoireet ja pahoinvoinnin aitojen tunteiden kohtaamattomuuteen, josta seuraa tunteiden sisäänpäin kääntymistä ja tunteiden panssaroitumista kehoon. Hän suosittelee miehiä antamaan hoivaa sisällään asuvalle pikkupojalle, jotta pääsee käsiksi aitoon itseensä. Palomäen strategia perustuu pohdintatehtäviin, joita hän antaa lukijalle:

Mitä ajattelet nyt sisäisestä lapsestasi, oletko koskaan kohdannut häntä ja tutustunut häneen? – – Mitä tarpeita hänellä [sisäisellä lapsella] on, kaipaako hän jotakin? – – Onko sinulla, aikuinen mies, lupa olla se kuka olet? – – Kuinka kehosi voi? (EMK 174–175)

Palomäki haluaa johdattaa lukijaansa pohtimaan ja sitä kautta oivaltamaan itseään, ja tunteiden ja terveyden välistä yhteyttä. Tässä sitaatissa käytetään retorista kysymystä herättämään lukijan tai kuulijan ajatuksia ja tunteita. Ensimmäinen kysymys "Mitä ajattelet nyt sisäisestä lapsestasi, oletko koskaan kohdannut häntä ja tutustunut häneen?" pyrkii herättämään itsetutkiskelua ja sisäistä pohdintaa lukijassa. Kysymys viittaa henkilön sisäiseen lapseen, mikä voi tarkoittaa henkistä tai emotionaalista puolta, joka saattaa olla unohduksissa aikuisena. Tämä kysymys käyttää retorista kysymystä herättääkseen lukijan tarkastelemaan omaa suhdettaan itseensä ja omiin tarpeisiinsa. Toinen kysymys "Mitä tarpeita hänellä [sisäisellä lapsella] on, kaipaako hän jotakin?" jatkaa samaa aihetta ja pyrkii herättämään ajatuksia siitä, mitä sisäinen lapsi tarvitsee ja mitä ehkä puuttuu nykyisestä elämästä. Kysymys kannustaa lukijaa reflektoi-  
maan omaa sisäistä maailmaansa ja mahdollisesti tunnistamaan tarpeita, jotka ovat jääneet huomiotta. Kolmas kysymys "Onko sinulla, aikuinen mies, lupa olla se kuka olet?" haastaa perinteisiä sukupuolirooleja ja normeja. Tämä kysymys voi olla erityisen merkityksellinen miehille, koska se kyseenalaistaa odotuksia ja sallii itsereflektion omasta identiteetistä ja roolista yhteiskunnassa. Viimeinen kysymys "Kuinka kehosi voi?" liittyy terveyteen ja hyvinvointiin. Se kannustaa lukijaa kiinnittämään huomiota omaan fyysiseen hyvinvointiinsa ja tutkimaan kehonsa tarpeita ja reaktioita. Kaikki nämä kysymykset luovat tilan itsereflektiolle ja auttavat lukijaa syventämään ymmärrystään itsestään ja omista tarpeistaan.

Psykologi Tony Dunderfelt (EMK 190-197) kartoittaa puheenvuorossaan "Nykyajan parisuhteen haasteita" (heteroseksuaalisen) parisuhteen vaihteita ja haasteita. Dunderfeltin pääasiallinen kiinnostus on omien sanojensa mukaan "rohkaista ihmisiä kohti uudenlaista parisuhdetta". Dunderfelt puhuu nähdäkseen tavallaan tasa-arvoa vastaan, koska hän peräänkuuluttaa sukupuolten välisen eroavaisuuden tuomaa jännitettä:

Tasa-arvo ymmärrettynä sukupuolten samanlaisuutena vähentää intohimoa, joka syntyy maskuliinisen ja feminiinisen erilaisuuden kohtaavasta jännitteestä. Jos nainen ja mies ovat luonteeltaan tai rooleiltaan samanlaisia, niin suhteen alussa koettu vetovoima hälvenee vähitellen. Siitä seuraa ajan myötä seksuaalisen kiinnostuksen loppuminen tai seksi muuttuu rutiinisuorituksiksi. (EMK 192)

Tekstissä käsitellään tasa-arvoa sukupuolten välillä ja sen vaikutusta parisuhteeseen. Retorisina kehyksinä tekstissä ovat eetos, pathos ja logos. Eetos ilmenee kirjoittajan uskottavuutena ja asiantuntemuksena aiheesta, mikä vahvistaa tekstissä esitettyjen väitteiden luotettavuutta. Pathos puolestaan herättää tunteita lukijassa korostaen intohimon vähenemisen vaikutusta suhteessa. Logos näkyy järkeen vetoamisena, kun esitetään loogisia päättelyketjuja sukupuolten samanlaisuuden ja seksuaalisen kiinnostuksen välillä. Dunderfelt hyödyntää myös retorisia keinoja, kuten kontrastia ja vastakkainasettelua, kun vertaillaan maskuliinisen ja feminiinisen erilaisuuden synnyttämää jännitettä tasa-arvon kontekstissa. Lisäksi käytetään esimerkkejä ja kielikuvia, kuten "seksi muuttuu rutiinisuorituksiksi", mikä vahvistaa tekstin vaikuttavuutta ja havainnollistaa väitteitä. Tekstin motiivina voi myös nähdä pyrkimyksen herättää keskustelua sukupuolten välisestä tasa-arvosta ja sen vaikutuksesta ihmissuhteisiin. Nähdäkseni Dunderfelt argumenteissaan implikoi, eli ilmaisee peitetysti, patriarkaalisen ajattelumallin puolesta:

Useimmiten julkisuudessa unohdetaan miehen ja naisen välisen parisuhteen keskeisin asia. Mies **haluaa**<sup>61</sup>, että **nainen säilyttää naisellisuutensa**. – – Yleensä niissä [kirjat, elokuvat, televisiosarjat] kuvataan elämänilonsa hukannutta ressurkaniestä tai kovettunutta machomiestä. – –

Kulttuurissamme löytyy naisille paljon esikuvia itsenäisesti pärjäävistä, fiksuista ja aktiivisista naisista. Televisiossa, elokuvissa ja näytelmissä arvostetaan naista ja naiseutta. Heidän viisauttaan ja taitojaan ylistetään **jopa miesten kustannuksella**. Nykyään näyttää siltä, että **juuri naiset** toimivat parisuhteen kehityksen alkuunpanijana.

He [miehet] passivoituvat, kun nykynainen antaa itsestään vaikutelman, että hän pärjää kaikessa yksin. – –

Miehet **antavat naistensa** tehdä lähes kaikki perheeseen liittyvät asiat lasten hoidosta sisustuspäätöksiin ja lomien järjestelyihin saakka. Pikkuhiljaa **miehisyyden rooli haalistuu**, ja miehet **kadottavat** juuri sen toiminnallisen ja suoraselkäisen maskuliinisuutensa, johon nainen niin usein rakastuu.

He [naiset] ajavat itsensä niin puhki, ettei jää aikaa oman itsen ja **oman miehen huomioimiseen**. (EMK 192)

---

<sup>61</sup> Lihavoinnit tutkielman tekijän.

Tässäkin tekstissä käytetään eetosta, pathosta ja logosta, sekä lisäksi muita retorisia keinoja, kuten kontrastia ja vastakkainasettelua, vertailemalla perinteisiä ja nykyaikaisia sukupuolirooleja sekä niiden vaikutuksia. Esitetään myös esimerkkejä ja kielikuvia, kuten "ressukka-miestä" ja "itsenäisesti pärjäävistä, fiksuista ja aktiivisista naisista", mikä vahvistaa tekstin vaikuttavuutta ja havainnollistaa väitteitä. Dunderfeltin esitys miesten halusta säilyttää naiset "naisellisina" paljastaa hänen patriarkaalisen näkemyksensä naisen roolista objektina ja miesten halun kohteena. Hän viittaa siihen, että naisia arvostetaan jopa miesten kustannuksella, mikä vahvistaa hierarkkista asetelmaa, jossa nainen on alisteinen miehelle. Sanavalinnat, kuten "miehet antavat naistensa", viittaavat siihen, että naisen teoille tarvitaan miehen hyväksyntä ja että nainen on miehelle alisteinen tai hänen omistuksessaan. Dunderfeltin sukupuoliroolikäsitykset näyttävät vanhentuneilta nykypäivänä, sillä ajatus naisen roolista pääasiassa miehen huomioimisessa ei vastaa nykyajan arvoja ja odotuksia. Hänen näkemyksensä miesten passivoitumisesta ja maskuliinisuuden haalistumisesta voidaan epäsuorasti liittää naisten voimaantumiseen, mikä herättää kysymyksen, ovatko miehet todella tahdottomia nukkeja vai tekevätkö he valinnan olla passiivisia. Koen Dunderfeltin näkemykset vanhentuneina mieskeskeisen maailmankuvan representaatioina, jotka eivät sovellu *Elinvoimainen mies* -teoksen kokonaiskompositioon. Dunderfelt ei edes yritä ylittää sukupuolidikotomian raja-aitoja, kuten muut teoksen kirjoittajat edes jollakin tasolla tuntuvat tiedostavan ja tekevän. Lisäksi Dunderfeltin korosteisen maskuliininen diskurssi ei tunnu istuvan henkiseen kehitykseen ja itsetunteemukseen kannustavaan teokseen.

Kirjailija, puhuja Mitra Vasara (EMK 210–213) käsittelee omassa puheenvuorossaan aihetta "Mitä nainen haluaa mieheltä?" Tekstin suhde lukijaan on hyvin suora. Argumentaatio perustuu tunteisiin vetoamiseen ja suoriin, ohjaaviin neuvoihin:

Nainen haluaa tulla rakastetuksi, ymmärretyksi ja kuulluksi. – – Monelle naiselle puhe on tärkeä keino purkaa itseään, kun taas mies näyttää usein tunteensa tekojen kautta. – – Sano hänelle pehmeästi, että sinulla ei ole kokemusta tällaisesta tunteesta, tai että et pysty samaistumaan siihen, mutta kuuntele häntä silti ja pidä häntä sylissäsi. – – Kysy naiselta ystävällisesti, uhkaako jokin häntä. – – Ole selkeä ja lämmin. – – Suorittaminen on turhaa. Nainen ei mittaa, hän tuntee. – – Nainen hakee aitoa kokemusta, mahdollisuutta aueta ja yhteyttä sinuun. – – Älä pelkää keskustella naisesi kanssa avoimesti. (EMK 210–213)

Teksti korostaa kommunikaation merkitystä sukupuolten välisissä suhteissa. Retorisesti teksti käyttää eetos-, pathos- ja logos-keinoja vakuuttaakseen lukijan. Eetos ilmenee kirjoittajan uskottavuutena ja empaattisuutena, mikä vahvistaa tekstin luotettavuutta ja herättää lukijassa myötätuntoa. Pathos puolestaan herättää tunteita korostaen naisen tarvetta tulla ymmärretyksi

ja kuulluksi sekä miehen roolia tämän tarpeen täyttämässä. Logos näkyy järkeen vetoamisena, kun esitetään loogisia argumentteja siitä, miten avoin ja empaattinen kommunikaatio voi vahvistaa parisuhdetta. Vasara käyttää myös kontrastia ja vastakkainasettelua, vertailemalla naisten ja miesten tapoja ilmaista tunteitaan sekä näiden tarpeita kommunikaatiossa. Hän esittää konkreettisia ohjeita ja kehotuksia, kuten "Sano hänelle pehmeästi" ja "Kysy naiselta ystävällisesti", mikä vahvistaa tekstin vaikuttavuutta ja auttaa lukijaa hahmottamaan käytännön toimintamalleja. Vasara puhuttelee suoraan sekä oletettua mies- että naislukijaa, yrittäen ohjata heitä molempia ymmärtämään toistensa erilaista tapaa tuntea ja käyttäytyä. Suurin osa tekstistä on lyhyttä, ytimekästä ja selkeitä neuvoja sisäislukijalle tarjoavaa. Vasara ei aseta lukijaa pohtimaan ja päättämään, vaan antaa napakat neuvonsa yleisenä totuutena ja selkeinä neuvoina, joita on helppo seurata, niin halutessaan. Puhe on suoraa ja selkeää, eikä siinä ole havaittavissa piilomerkityksiä.

Henkinen opas<sup>62</sup>, Aaro Löf, (EMK 220–227) listaa puheenvuorossaan ”Muistilista miehen henkiselle kasvulle” ajatuksiaan itse oppimisestaan asioista, sekä asioista, joita on oivaltanut vertaistuen, sekä saamansa, että antamansa, avulla:

Nämä asiat ovat olleet minulle henkilökohtaisesti avuksi kasvaessani siksi mieheksi, jonka potentiaali minussa on. Pysin palaamaan tämä muistilistan äärelle säännöllisin väliajoin.

1. Miehuus ei ole rooli.
2. Vetäytyminen.
3. Irtaudu naisesta.
4. Tunnista oma pelokkuutesi.
5. Sinun tehtäväsi on olla sinä.
6. Löydä vertaisia rinnallesi.
7. Etsi itsellesi mentori.
8. Arvosta ja palvele naista.
9. Mausta voimasi aina myötätunnolla.
10. Sitoudu sinuun.

(EMK 220–227)

Löf käyttää retorista keinoa, listaa, tehokeinonaan nostaa esiin konkreettisia neuvoja ja ohjeita miehuuden kasvuprosessissa. Ensimmäisen persoonan käyttö ("minulle henkilökohtaisesti avuksi") lisää tekstin luotettavuutta ja uskottavuutta, mikä vahvistaa lukijan sitoutumista ohjeisiin. Listan ensimmäinen kohta "Miehuus ei ole rooli" asettaa perustan miehuuden uudelle määrittelylle, korostaen, että miehuus on enemmän kuin pelkkä ulkoinen rooli tai odotus.

---

<sup>62</sup> [aarlof.com](http://aarlof.com) Kirjoittajan nettisivuilla mainitaan hänen olevan myös kirjailija ja henkinen valmentaja. [haettu 15.10.2019]

Tämä luo pohjan itsenäisyydelle ja autenttisuudelle. Toinen kohta "Vetäytyminen" ja kolmas kohta "Irtaudu naisesta" kannustavat miehiä löytämään oman tilansa ja itsenäisyytensä, mutta samalla varoittavat liiallisesta eristäytymisestä tai riippuvuudesta naisesta. Seuraavat kohdat, kuten "Tunnista oma pelokkuutesi" ja "Sitoudu sinuun", rohkaisevat itsetutkiskeluun ja henkilökohtaiseen kasvuun. Näissä kohdissa pathos eli tunnetason vetovoima on vahva, koska ne koskettavat miehen henkilökohtaista kasvua ja kehitystä. Lopuksi kohdat "Arvosta ja palvele naista" ja "Mausta voimasi aina myötätunnolla" korostavat miehen suhdetta naiseen ja yleistä empatian merkitystä miehuudessa. Näiden kohtien avulla teksti pyrkii vahvistamaan miesten ja naisten välisiä terveitä suhteita ja vähentämään sukupuolten välisiä jännitteitä. Koko listan retorinen tehokeino on toisto ("Pyrin palaamaan tämä muistilistan äärelle säännöllisin väliajoin"), mikä korostaa ohjeiden tärkeyttä ja niiden säännöllistä harkintaa ja soveltamista miehen kasvuprosessissa.

Nostetut aihealueet osittain vetävät yhteen Syrjälän tekstin, mutta tuovat siihen vielä mukaan uusia näkökulmia. Löfin tekstin suhde lukijaan on hyvin *me miehet* -henkinen. Sekä Löf että Syrjälä puhuvat epiteksteissä *heimon* ja vertaistuen puolesta. Heimolla he eivät tarkoita poikavuosien porukkaa, vain aikuisen miehen vertaistukiryhmää, peilejä, jotka auttavat miestä löytämään autenttisen ja vapaan identiteetin. Löf kehottaa lukijaa vapautumaan rooleista, maailmasta ja naisista, löytääkseen aikaa ja tilaa itsetutkistelulle. Tämän voi nähdä ”napanuoran katkaisuna”, eli sen psyykkisen minuuden (egon) hylkäämistä, joka on syntynyt vuorovaikutuksessa äidin kanssa.

Omaan tarinaani on liittynyt vahvasti se, että olen toteuttanut työkseni, ihmissuhteissani ja parisuhteessa sitä emotionaalisen tuen roolia, jonka olen omaksunut suhteessa äitiini. – – Kirjoittaessani tätä tekstiä olen vetäytyneenä Roomaan. Paikkaan, jossa minun ei tarvitse olla kukaan, vaan voin keskittyä kysymään itseltäni, miltä minusta tuntuu, mitä minä haluan, mitä minussa tapahtuu ja mihin olen matkalla ihmisenä. (EMK 220–221)

Tässäkin Löfin sitaatissa retorisenä tehokeinona on omakohtainen kerronta luoden lukijassa empatiaa ja yhteyttä kirjoittajaan. Kirjoittaja tuo esiin henkilökohtaisen tarinansa ja kokemuksensa, mikä vahvistaa tekstin uskottavuutta ja herättää lukijan kiinnostuksen. Kirjoittaja kuvaa vetäytymistään Roomaan, mikä symboloi paikkaa itsenäiselle itsensä tutkiskelulle ja henkilökohtaiselle kasvuille. Tässä käytetään retorista tehokeinoa, kontrastia, kun verrataan vetäytymistä Roomaan ja mahdollisesti hektistä arkiympäristöä. Tämä korostaa kirjoittajan pyrkimystä keskittyä itseensä ja omiin tunteisiinsa. Kysymykset, jotka kirjoittaja esittää itselleen, korostavat sisäistä pohdintaa ja itsetutkiskelua, mikä on tärkeä osa henkilökohtaista kasvua.

Tämä luo pathosta eli tunnetason vetovoimaa, koska lukija voi samaistua kirjoittajan pohdintoihin ja kysymyksiin omasta elämästään. Löfin argumentit heijastavat miehuutta pitkälti mies-nainen-polariteetissa ja erityisesti miehen suhdetta koko elämään, naisiin, jumalaan ja työhön äitisuhteen heijastumana.

Poikalapsi ymmärtää varhain, että äiti ja hän eivät ole samanlaisia tai yhtä, ja hänen itsenäinen identiteettinsä (ego) saa vahva impulssin itsensä määrittämiseen ja itsestä huolehtimiseen. Usein tämä pelokkuus ilmenee etenkin suhteessa naisiin. Tunnistatko sinä itsessäsi sen, että jokin sinussa pelkää naiseuden suuruutta? – – Saatamme olla herkkiä puolustautumaan ja toimintamme esimerkiksi työelämässä sekä harrastuksissa voi kummuta halusta osoittaa itselle, että on kykenevä, vahva ja itsenäinen. (EMK 222–223)

Tässä Löf hyödyntää retorista tehokeinoa, joka pohjautuu vastakkainasetteluun ja kysymyksen muodostamiseen lukijalle. Kirjoittaja käyttää pathos-vaikuttamista herättääkseen lukijan huomion ja herättämään tunnereaktion. Ensimmäinen lause tuo esiin poikalapsen varhaisen kokemuksen äidin ja itsen erilaisuudesta, mikä luo kontrastin ja herättää lukijassa mielenkiintoa jatkoon. Tekstin keskiössä on kysymys, joka haastaa lukijan pohtimaan omaa sisäistä pelkoaan naiseutta kohtaan. Tämä herättää empatiaa ja saa lukijan samaistumaan kirjoittajan esittämään aiheeseen. Samalla se luo mahdollisuuden lukijalle reflektoida omia kokemuksiaan ja tunteitaan. Teksti korostaa pelon ilmenemistä suhteessa naisiin ja tuo esiin sen vaikutukset miehen käyttäytymiseen työelämässä ja harrastuksissa. Tämä luo argumentaatiota, joka vetoaa logos-vaikuttamiseen, koska se perustuu järkeen ja konkreettisiin havaintoihin. Löfin vieraskynä on omakohtainen, me-henkinen, keskeneräisyyden salliva, heimon ja mentorin pariin ohjaava kokemusasiantuntijan puheenvuoro, joka pohjaa myös useisiin miehuutta käsitteleviin narratiiveihin.

Viimeisen vieraskynäpuheenvuoron ottaa henkinen ohjaaja Nanna Valli (EMK 229–239) aiheesta ”Parisuhteen seuraava taso”. Tekstin suhde lukijaan on naisia yhtenäisenä joukkona ”me naiset” puhutteleva, omakohtainen, argumenteiltaan tunteisiin, kokemukseen ja naiset yhteen ryhmään niputtava. Samalla Valli haluaa osoittaa, että asettuessaan uhrin ja altavastajan rooliin nainen asettaa itsensä heikomman sukupuolen positioon:

Minuun sattuu enää harvoin. – – Naiset ulkoistavat oman kipunsa miehiin, ja samalla tajuamattaan ulkoistavat myös oman voimansa. – – Me naiset emme tunnu aina täysin ymmärtävän, että voimaa ei anneta meille vaan meidän on se itse löydettävä omasta sisimmästämmme. – – Ei meidän naisten tarvitse taistella yhtään kehtään vastaan, nousta barrikadeille rintikoitamme polttaen ja miehistä maailmaa

osoitellen. Ottaessamme sotimisasenteen me vain vahvistamme oman uhrin ja altavastaajan rooliamme, joka ei ole totta. (EMK 229)

Teksti käyttää retorisia keinoja herättääkseen lukijassa ajatuksia ja tunteita naisen voimasta ja roolista yhteiskunnassa. Ensimmäinen lause, "Minuun sattuu enää harvoin", välittää viestin itsenäisyydestä ja vahvuudesta, mikä luo eetoksen eli uskottavuuden ja luottamuksen kirjoittajan sanomaan. Tämä luo pohjan tekstin seuraaville väitteille ja argumenteille. Kirjoittaja tuo esiin ajatuksen siitä, miten naiset usein ulkoistavat kipunsa ja voimansa miehiin, mikä heikentää heidän omaa itsemääräämisoikeuttaan ja voimaansa. Tämä retorinen väite herättää lukijassa tunteita ja herättää ajatuksia siitä, miten naiset voivat löytää voimansa sisäisesti sen sijaan, että luottaisivat ulkoisiin tekijöihin. Valli jatkaa argumenttiaan korostaen sitä, että naisilla on voimaa ja valtaa omassa sisimmässään, ja että heidän ei tarvitse taistella ketään vastaan osoittaakseen voimansa. Tässä hän käyttää retorista keinoa, eetosta, vakuuttamaan lukijan näkemyksen oikeutuksesta ja uskottavuudesta. Lopussa kirjoittaja käyttää retorista kontrastia, korostaen sitä, että sotimisasenteen omaksuminen vahvistaa naisten roolia uhrina ja altavastaajana yhteiskunnassa. Tämä herättää lukijassa ajatuksia siitä, miten naiset voivat löytää voimansa ja vaikuttaa yhteiskunnassa ilman, että heidän tarvitsee ottaa taisteluasennetta tai asettua vastakkain miehistä maailmaa vastaan.

Valli vetoaa argumenteissaan asiantuntijoihin, kuten psykiatri David R. Hawkinsin (*The Levels of Consciousness*<sup>63</sup>) tietoisuuden tasoihin, teoreettinen psykologi, kulttuurikriitikko ja systeemiajattelija Ken Wilberin integraaliteoriaan<sup>64</sup> ja kirjailija ja opettaja David Deidan<sup>65</sup> ajatuksiin. Valli tarjoaa työkaluiksi lukijalle maskuliini- ja feminiinienergioita itsensä löytämiseen, naiseuden ja miesten kehityksen tasojen ja parisuhteen polariteetin havainnointia, vetovoimaa värähtelytaajuudesta ja tunnelukoista käsin, sekä parisuhteen tarkastelua ihmissuhteiden kollektiivisen transformoivan evoluution näkökulmasta. Nähdäkseni myös Vallin ajatukset heijastavat FT Kimmo Ketolan määrittelemiä uushenkisyyden uskomuksia ja

---

<sup>63</sup> ”Tietoisuuden tasot alhaisimmasta korkeimpaan ovat: häpeä, syyllisyys, apatia, suru, himo, viha, ylpeys, rohkeus, neutraali, halukkuus, hyväksyntä, ymmärrys, rakkaus, ilo, rauha, valaistuminen.” Hawkins, David R. 2014: *Power vs. Force: The Hidden Determinant of Human Behavior*. Carlsbad: Hay House Inc.

<sup>64</sup> Teoreettinen psykologi Ken Wilberin integraali- tai yhtenäisteoria, ajattelusta ja tietoisuutta koskevasta teoriasta. Julk. 7.8.2016: *Journal of Integral Theory and Practice*. The Integral Institute.

<sup>65</sup> David Deida on Integral Institututen perustajajäseniä. Ym. Ken Wilberin teoria perustuu Deidan teorioihin. (lähde: Deidan nettisivut <https://deida.info/about-david/> [haettu 25.11.2019]. David Deidan lukuisten henkisen kasvun kirjojen keskeisinä teemoina ovat usein sukupuoli ja seksuaalisuus. Viisas Elämä on julkaissut suomeksi David Deidan teokset *Rakkauden alkemia ja sielukas seksi* vuonna 2006 ja *Rakastelun mestariksi — Taivaallisen seksin käsikirja* vuonna 2022.

narratiiveja eskatologisesta ihmiskunnan tulevaisuudesta, joka kytkeytyy yksilön tajunnan muutokseen ja kokemukseen, sekä individualistiseen tieto-oppiin (Ketola 2004, 418–434).

Muutos on käynnissä ja tämän transformaation myötä myös seuraavan eli neljännen tason parisuhteita alkaa muodostua yhä enemmän, sillä vihdoinkin naisen on mahdollista valita täysin oma hyvinvointinsa ja missionsa elämänsä pääfokukseksi ja olla mukana kannustavassa ja voimaannuttavassa naisten yhteisössä, jossa hän voi jakaa negatiivisetkin tunteensa ja saada niiden läpikäymiseen empaattista, mutta tietoista ja eteenpäin vievää näkökulmaa. (EMK 234)

Vallin argumentit poikkeavat Rannon puheenvuorosta siten, että hän korostaa ihmisten veto-voiman perustuvan tunnelukkoihin<sup>66</sup>, yhteisöllisyyteen ja ajatukseen, että muuttamalla itseään nainen muuttaa miehen:

Maskuliinienergia, maskuliininen sydän, on tarkkailija, presenssi ja feminiininen sydän on se, joka muuttaa muotoaan, tanssii, liikkuu. Tarkkailijan sisin siis muuttuu vain sillä, että se muoto, jota hän tarkkailee, muuttuu. Kun kollektiivinen feminiinisyys vahvistuu naisissa, se vahvistuu myös miehissä. – –

Tehdään yhteisöllisyydestä taas normi, jonka myötä sekä naiset, miehet että lapset voivat elää elämää, jossa tuki ja turva on aina lähellä eikä kenenkään tarvitse enää jaksaa yksin. (EMK 238)

Tarkasteltuani näin kaikkia kahdeksaa vieraskynäpuheenvuoroa ja kirjoittajien tapaa luotsata lukijaa kohti psykofyysistä hyvinvointia, jatkan havainnoimalla heitä ryhmänä. Kirjoittajat vaikuttavat taustoiltaan varsin homogeenisiltä, sillä muilla kuin psykologi Tony Dunderfeltillä ja psykofyysinen fysioterapeutti Karita Palomäellä ei ole teoreettista tutkintoa asiantuntijuutensa tueksi. Yhdistäviä ammattinimikkeitä tuntuvat olevat erilaiset puhuja- ja valmentaja-nimikkeet: ravintovalmentaja (Sami Sundvik), fysiikkavalmentaja, tanssija, yrittäjä, puhuja (Johannes Hattunen), kirjoittaja ja laulaja (Kirsi Ranto), psykofyysinen fysioterapeutti, NLP-työnohjaaja, kouluttaja, kirjailija (Karita Palomäki), kirjailija, puhuja, laulaja ja lauluntekijä (Mitra Vasara), mies ja henkinen opas (Aaro Löf), henkinen ohjaaja, bloggaaja ja voimaannuttaja (Nanna Valli).

Vieraskynäpuheenvuorot toistavat Syrjälän visiota tulevaisuuden tavoitetilasta, uudenajan ihmisestä, parisuhteesta ja maailmasta. Jokainen tahollaan ja tavallaan kurkottaa kohti

---

<sup>66</sup> Terapeutti, kouluttaja Kimmo Takalan tunnelukko-teokset perustuvat skeematerapiaan (yhdistää erilaisia terapiamuotoja esim. kognitiivinen, ratkaisukeskeinen, psykodynaaminen terapia: ns. kolmannen sukupolven integrointiivinen terapiamuoto). Lapsuuden selviytymismalleista syntyneet haitalliset toiminta- ja ajattelumallit kuten esimerkiksi alistuminen, hylkääminen, pessimistisyys, uhrautuminen, vaativuus jne. vaikuttavat tunne-elämään tiedostamattomalla tasolla. Takanen, Kimmo 2011: *Vapaudu tunteiden vallasta*. Helsinki: WSOY.

evoluution seuraavaa vaihetta, joka osittain elää vielä visiona ja tavoitteena. Syrjälä korostaa kirjassaan toisten miesten, oman heimon, tärkeyttä miehelle.

Miksi toisten miesten seura auttaa meitä tässä [hyppäämään pois munattomuuden junasta, seisomaan rehellisesti mielipiteiden kanssa]? Tarvitsemme elämäämme miehiä, jotka pystyvät olemaan rehellisiä, hyppäämään paskanjauhannan yli ja tuomaan meille näkyväksi ne asiat, joita meillä ei itsellä ole ”palleja” kohdata. On hyvä, että joku toinen heimolainen voi auttaa meitä näkemään, kuinka voisimme toimia ja katsoa asioita toisin. – –

Mies, joka pystyy rehellisesti sanomaan toiselle miehelle ne asiat, jotka hänellä on syytä kuulla, on rohkea ja luottaa ystävyiden kestävän suoremmatkin sanat. (EMK 136–137)

Alussa Syrjälä vetoaa lukijan tunteisiin korostaen miesten tarvetta saada tukea toisilta miehiltä rehellisen elämän ja mielipiteiden kanssa. Tämä herättää lukijassa empatiaa ja ymmärrystä miesten välisen yhteyden merkityksestä. Hän käyttää myös eetosta vahvistaakseen uskottavuuttaan ja luotettavuuttaan kirjoittajana. Hän korostaa, että miehen, joka pystyy olemaan rehellinen toiselle miehelle, täytyy olla rohkea ja luottaa ystävyiden kestävän suorat sanat. Tämä luo kuvan rohkeasta ja luotettavasta miehestä, mikä vakuuttaa lukijan kirjoittajan sanoman tärkeydestä. Lisäksi teksti hyödyntää retorista toistoa, korostaen miesten välisten suorien sanojen ja rehellisyyden merkitystä. Toisto vahvistaa viestin vaikutusta ja tekee siitä helpommin muistettavan.

Puheenvuoroista on tunnistettavissa, että eri kirjoittajat pyrkivät saamaan lukijan puolelleen eri retoristen strategioiden avulla. Sami Sundvikin puheenvuorossa käytetään asiantuntijuuden varjolla argumentaatiota, joka pohjautuu omiin kokemuksiin ja mittaustuloksiin. Kuitenkin Sundvikin sidonnaisuus ravintolisäbrändiin heikentää hänen uskottavuuttaan, mikä vaikuttaa lukijan suhtautumiseen hänen esittämiinsä väitteisiin. Sundvikin käyttämä retorinen strategia perustuu sekä arvoihin että faktoihin vetoamiseen, mikä pyrkii vakuuttamaan lukijan siitä, että ravintolisien käyttö on perusteltua terveyden kannalta. Johannes Hattusen puheenvuorossa painotetaan liikunnan merkitystä terveydelle ja hyvinvoinnille. Hattunen käyttää retorisenä keinona anekdoottia vanhuksesta pyörätuolissa, mikä herättää tunteita ja korostaa liikunnan tärkeyttä elämänlaadulle. Hattunen myös korostaa yksilön vastuuta omasta hyvinvoinnistaan, mikä pyrkii aktivoimaan lukijan oman vastuuntunnon. Kirsi Rannon puheenvuorossa käytetään vahvaa arvoihin ja tunteisiin vetoavaa argumentaatiota, joka pohjautuu uushenkiseen filosofiaan ja uskomuksiin. Ranto maalaa vision yksilön henkisestä kasvusta ja tietoisuuden muutoksesta, mikä vetoaa lukijan sisäiseen kaipaukseen henkiseen kasvuun ja ykseyteen.

Lukijan puolelleen saamiseksi kirjoittajat käyttävät myös henkilökohtaisia näkökulmia ja kokemuksia. Esimerkiksi psykofyysisen fysioterapeutin ja NLP-työnohjaajan, Karita Palomäen, henkilökohtaiset kokemukset ja suositukset luovat läheisyyden ja empatian tunnelmaa lukijan ja kirjoittajan välille. Toisaalta Dunderfeltin puheenvuoro herättää kritiikkiä sukupuolittuneiden näkemysten vahvistamisesta. Hänen esittämänsä näkemykset perinteisistä sukupuolirooleista ja niiden säilyttämisestä voivat heikentää hänen uskottavuuttaan nykyaikaisen, tasa-arvoon ja yhdenvertaisuuteen pyrkivän yhteiskunnan kontekstissa. Mitra Vasara käyttää suoraa puhuttelua lukijalleen, mikä luo henkilökohtaisen ja osallistavan ilmapiirin. Hän perustaa argumenttinsa tunteisiin vetoamiseen ja antaa suoria neuvoja, mikä voi luoda lukijoilleen selkeyttä ja ohjausta. Vaikka hänen tekstinsä suoruus ja yksinkertaisuus voivat houkutella lukijoita, se saattaa samalla vähentää hänen uskottavuuttaan, jos lukijat kokevat neuvojen olevan liian yleistäviä tai yksipuolisia. Aaro Löf tuo esiin omakohtaisia kokemuksia ja tarjoaa henkilökohtaisen näkökulman aiheeseen, mikä voi tehdä hänen tekstistään lukijalle helpommin lähestyttävän. Hänen puheenvuoronsa korostaa heimon ja vertaistuen merkitystä, mikä voi resonoida lukijoiden kanssa ja herättää yhteisöllisyyden tunteita. Kuitenkin Löfin maskuliinisuuden korostaminen ja naiskuvan yksipuolistaminen voi heikentää hänen uskottavuuttaan etenkin lukijoiden keskuudessa, jotka korostavat sukupuolten välistä tasa-arvoa ja monimuotoisuutta. Nanna Valli käyttää vahvaa retoriikkaa luodakseen yhteyden lukijaan ja herättääkseen tunteita. Hän tarjoaa työkaluja ja konkreettisia neuvoja lukijoilleen, mikä voi lisätä hänen uskottavuuttaan asiantuntijana aiheessa. Vallin tapa niputtaa naiset yhtenäiseksi ryhmäksi ja korostaa uhrin roolia voi kuitenkin herättää kritiikkiä lukijoiden keskuudessa, jotka korostavat yksilöllisyyttä ja itsenäisyyttä.

Yhteenvedona voidaan todeta, että kirjoittajat käyttävät erilaisia retorisia keinoja saadakseen lukijan puolelleen: suora puhuttelu, henkilökohtaiset kokemukset, yhteisöllisyyden korostaminen ja konkreettisten neuvojen tarjoaminen ovat yleisiä strategioita. Kirjoittajien uskottavuutta heikentää sidonnaisuus omaan intressiin tai yritykseen, mikä herättää epäilyksiä esitettyjen väitteiden objektiivisuudesta. Merkille pantavaa feministisen luennan näkökulmasta on vieraskynäkirjoittajien puheenvuorojen sukupuolidikotominen rakenne. Käsiteltävät aiheet ovat selkeän sukupuolittuneita perinteisellä tavalla. Esimerkiksi rakkaudesta, parisuhteista ja perhe-elämästä on valikoitunut kirjoittamaan naisoletetut kirjoittajat. Teoksen puheenvuorojen jako pysyttää miehet ja naiset stereotyyppisissä rooleissa esittäen heidät rooleissa ja käyttäytymismalleissa, jotka heijastavat perinteisiä sukupuoliodotuksia.

## 4 Hyvinvointioppaan esimerkin voima ja kokemustiedon luotettavuus

Tässä käsittelyluvussa jatkan havaintojen tekemistä tutkimuskohteeni argumentaation retorikasta tarkastellen esimerkin eli exemplumin voimaa. Ekseplum esiintyy tarkasti määriteltynä terminä antiikin retoriikassa. Se juontaa juurensa oikeuspuheesta, missä esimerkkiä käytettiin todisteena, ja myöhemmin se levisi muihin puhetyyleihin. Roomalaisilla oli tapana vedota moraaliseen auktoriteettiin, mikä selittää eksemplumin laajaa käyttöä heidän retoriikassaan. (Nummi 2020, 215.) Antiikin kreikkalaisessa ja roomalaisessa kulttuurissa oli siis tapana käyttää opettavia esimerkkejä, erityisesti kertomuksia hyveellisistä henkilöistä, mikä oli olennainen osa kasvatusta. Keskiajalla esimerkit olivat tärkeä osa saarnoja, ja niitä alettiin kerätä myös erillisiin kokoelmiin. Exemplumit ovat löytäneet paikkansa myös kaunokirjallisuudessa.<sup>67</sup>

### 4.1 Esimerkin voima

Merkittävä osa kokemuseräiseen tietoon perustuvien hyvinvointioppaiden argumentointia on nähdäkseni esimerkin voiman (*lat. exemplum*<sup>68</sup>) käyttöä. Retoriikassa esimerkki tarkoittaa kirjoitettuun tai puhuttuun esitykseen sisältyvää kertomusta, jonka tarkoitus on selventää tai opettaa. FT Liisa Saariluoma määrittelee eksemplumin esimerkilliseksi tapaukseksi, jonka tarkoitus on tuoda esiin teema konkreettisella tarinalla. Sille on ominaista erottuminen muun tekstin joukosta erillisenä tarinana. Teeman lisäksi ekseplum argumentoi esitetyn väitteen puolesta. Eksemplumin ominaisuutena on hänen mukaansa myös toimia moraalisesti heijastuen toiminnan tai ominaisuuden luonnetta lukijalle arvottavasti, hyvänä tai pahana esimerkkinä. Moderni individualistinen subjektikäsitys korostaa sekä lukijan että kertomuksen kohteen autonomisuutta ja yksilöllisyyttä. Esimerkki ei toimi enää samoin kuin klassisessa eksemplum-perinteessä, vaan esimerkillisyys vaikuttaa todellisuuden hahmottamisen apuvälineenä sekä esikuvana moraalille toiminnalle. (Saariluoma 2001, 9–12.) Mikko Yrjönsuuri rinnastaa esimerkin esikuvaan, jolloin yksilö on esimerkki, jonka toiminta nähdään mallikelpoisena, esimerkiksi elintapojen ohjaajana. Hän näkee eksemplumin voiman piilevän

<sup>67</sup> Tieteen termipankki 5.5.2024: Kirjallisuudentutkimus: exemplum. (Tarkka osoite: <https://tieteentermipankki.fi/wiki/Kirjallisuudentutkimus:exemplum>.) Hosiailuoma, Yrjö 2003: *Kirjallisuuden sanakirja*. Helsinki: WSOY. Katso myös alaviite <sup>57</sup>.

<sup>68</sup> Retoriikan eksemplumilla oli merkittävä rooli roomalaisessa kirjallisuudessa. Ekseplumia käytettiin sekä kirjallisen vakuuttamisen, että myös laajemman kulttuurisen vaikuttamisen välineenä. Ekseplumin vaikutus ei rajoitu pelkästään esimerkin antamaan sisältöön, vaan myös niihin merkityksiin, mitkä se on saanut yleisöltä eri esittämiskonteksteissa. Hälikkä, Riikka 2001: Rakkauden retoriikkaa: Exemplum Ovidiuksen Heroides-kirjeissä. Teoksessa *Esimerkin voima. Exemplum ja esimerkillisyys antiikin retoriikasta nykypäivän naistenlehtiin*. Toim. Liisa Saariluoma. Turku: Kirja-Aurora.

esimerkkitarinan samaistuttavuudessa. Yksilön elämänhallintaa tavoittelevassa opastuksessa eksemplum-kertomukset toimivat useille erilaisille ihmisille yleisen oivalluksen kautta ja koska ne sisältävät ”lihaa ja verta”, ovat ne myös samaistuttavia, eivätkä jää pelkästään abstrakteiksi säännöiksi. (Yrjönsuuri 2001, 51, 52, 65.) Saariluomakin näkee, että eksemplum-teorian perustana oleva yksityistapauksen esimerkillisyys on säilyttänyt edelleen ajankohtaisuutensa (Saariluoma 2001, 176). Kirjoittaja itse valitsee henkilökohtaiset tarinat ja identiteettinsä osaset, joista hän luo tiedostaen tai tiedostamattaan palapelin palasia. Näistä yksittäisistä, irrallisista palasista lukija koostaa oman tulkintansa kirjoittajasta sekä hänen uskottavuudestaan ja luotettavuudestaan. Saariluoma huomauttaa eksemplumin toimivan myös epäsuorasti sitä kautta, mitä esimerkkitarinan henkilö edustaa ja minkälainen arvostus kulttuurissamme ko. arvoa kohtaan on (Saariluoma 2001, 187).

Syrjälän tapa opastaa lukijaa on avoin, suorasukainen, humoristinen, sekä sisältää affektiivisia elementtejä, kuten kiroilua. Hän puhuttelee sisäislukijaa miehen näkökulmasta, *ukkoina*, käyttäen veli-/heimopuhetta. Tämä palvelee strategiaa, jossa asettuessaan yleisön keskelle ja vierelle, tulee kuulluksi tasavertaisena miehenä, veljenä. Me-henkisellä heimo-/velipuheella kirjoittaja pyrkii luomaan yhteenkuuluvuuden ja solidaarisuuden tunnetta lukijoidensa keskuudessa käyttämällä kieltä ja argumentaatiota, joka korostaa yhteisöllisyyttä ja yhteistä etua. Syrjälän avoimuus omista erehdyksistään ja keskeneräisyydestään tarjoaa lukijalle samaistumisen kautta toimivan mallin. Lukuisat kerrotut esimerkit kokemuksesta luovat lukijalle pohjaa sille mielikuvalle, että hänen valinnoillaan, mieltymyksillään ja triviaaleimmillaankin lausumilla on painoarvoa.

Esipuheessaan Pequ Nieminen, *Hidasta Elämää* -sivuston perustaja kuvailee Syrjälää näin:

On ollut inspiroivaa seurata Teemu Syrjälän kasvutarinaa. Kuinka isänsä kuolemasta toipuvasta ja luontoa rakastavasta kuusamolaispojasta kasvaa karismaattinen valmentaja, luonnollisen elämäntyylin puolestapuhuja ja elinvoimaisen miehisyyden esimerkki. Teemun kiitollinen, sydämellinen ja avoimesti utelias suhtautuminen elämään ja ihmisyyteen on ihailtavaa. Tämä kirja on Teemun elämän välitilinpäätös ja lahja kaikille meille, jotka haluamme elää ja voida luonnollisesti hyvin. (EMK 9)

Niemisen tekstin retorinen strategia perustuu vahvaan henkilökohtaiseen todistukseen ja kunnianosoitukseen päähenkilölle, Teemu Syrjälälle. Ensimmäisenä retorisenä keinona korostuu tunteisiin vetoaminen (pathos), kun teksti kuvaa Syrjälän matkaa isänsä menetyksen jälkeen. Tekstin tavoitteena on herättää lukijassa myötätuntoa ja ihailua hänen rohkeuttansa ja sisua kohtaan vaikeuksien keskellä. Kielellä ja rakenteella pyritään luomaan kuvaa Syrjälästä

inspiroivana hahmona (eetos). Häntä kuvataan karismaattisena valmentajana, luontoa rakastavana ja terveellistä elämäntapaa puolustavana esikuvana. Tämä vahvistaa Syrjälän uskottavuutta ja asiantuntemusta, mikä tekee hänen tarinastaan vaikuttavamman. Nieminen käyttää retorisena strategiana lahjan antamista (logos). Teoksen kuvaillaan olevan välitilinpäätös ja lahja lukijoille, jotka haluavat elää terveellisesti ja luonnollisesti. Tämä pyrkii vakuuttamaan lukijan siitä, että Syrjälän tarina tarjoaa arvokkaita opetuksia ja näkökulmia hyvinvointiin ja elämän laatuun. Syrjälä näyttäytyy Niemisen esipuheessa elämää ja menetyksiä kokeneena miehenä, luonnonlapsena, joka on säilyttänyt menestyksestään huolimatta suhteen sisimpäänsä, aitoon kiinnostukseen muita ihmisiä kohtaan ja suhteen luontoon sekä sisäiseen viisauteen. Maine ja kunnia ei ole niin sanotusti noussut hänelle päähän, vaan Syrjälä kuvataan kiitollisena ja sydämellisenä ihmisenä, joka haluaa jakaa kasvutarinansa kautta keräämäänsä elämänviisautta pyyteettömästi lukijoilleen, jotta nämäkin voisivat elää ja voida hyvin. Kulttuurissamme arvostetaan aitoutta ja nöyryyttä, jollaiseksi kiitollisuuden, sydämellisyyden ja avoimesti ja uteliaasti elämään suhtautumisen voi tulkita. Tämä kaikki on Niemisen mukaan *ihailtavaa*<sup>70</sup> ja *inspiroivaa*, ja tekee Syrjälästä ”luonnollisen elämäntyylin puolestapuhujan ja elinvoimaisen miehisyyden *esimerkin*” (EMK 9). Syrjälän tarina on kasvutarina, sillä hän on oppinut elämässään kohtaamistaan karikoista ja jalostanut ne elämää eteenpäin vieviksi oivaluksiksi. Kokemukset ovat monille tuttuja, joten ne muuttuvat yksilön kokemuksista yleisiksi eli samaistuttaviksi. Syrjälä osoittaa nöyryyttä myös myöntämällä oman keskeneräisyytensä:

En ole valmis mies. Kirjoitan tätä kirjaa juuri siksi, jotta ymmärtäisin mitä on olla mies. Rehellisesti sanottuna en vielä tiedä kuinka se tapahtuu. // Olen joutunut monta kertaa myöntämään itselleni, kuinka vähän tiedän ja kuinka paljon minulla on vielä kasvetta-  
vaa. (EMK 20)

Kirjoittaja herättää lukijassa sympatiaa ja ymmärrystä omalla haavoittuvaisuudellaan ja rehellisyydellään (pathos). Hän myöntää avoimesti olevansa epävarma ja etsivänsä vielä itseään miehenä. Tämä herättää lukijassa tunnereaktion ja samaistumista, sillä moni saattaa kokea samanlaisia tunteita ja ajatuksia omassa elämässään. Hän myös rakentaa omaa uskottavuuttaan ja luotettavuuttaan (ethos) paljastamalla oman epävarmuutensa ja kasvunsa tarpeen. Hän ei esitä olevansa valmis tai täydellinen, mikä tekee hänestä helpommin lähestyttävän ja aitouden tuntuinen puhuja. Tämä tekee hänen kertomuksestaan uskottavamman ja vaikuttavamman lukijan silmissä. Tekstin logoksen puoli rakentuu kirjoittajan oman kokemuksen ja pohdinnan kautta. Hän perustelee kirjan kirjoittamisen tarpeen sillä, että haluaa ymmärtää, mitä

---

<sup>70</sup> Kursivoinnit tutkielman tekijän.

miehisyys todella merkitsee. Tämä argumentaatio perustuu hänen omiin kokemuksiinsa ja pohdintaansa, mikä vahvistaa tekstissä esitettyjä väitteitä ja tekee niistä uskottavampia. Lisäksi tekstin exemplum-näkökulma vahvistaa retorista strategiaa. Kirjoittaja käyttää omaa elämänsä esimerkkinä siitä, miten hän on joutunut myöntämään omat rajoituksensa ja tarpeensa kasvaa.

Käsittelyluvussa tarkastelin tutkimani teoksen argumentaation retoriikkaa erityisesti esimerkin voiman käytön näkökulmasta. Esimerkit toimivat retorisisina välineinä, jotka auttavat lukijoita hahmottamaan ja sisäistämään esitettyjä opetuksia ja neuvoja. Modernissa individualistisessa subjektikäsitelyssä esimerkit eivät toimi enää vain moraalisisina opetuksina vaan myös välineinä todellisuuden hahmottamisessa ja moraalisen toiminnan esikuvina. Teemu Syrjälä käyttää omakohtaisia tarinoita ja identiteettinsä osia, kuten karismaattisuutta ja luonnonläheisyyttä, vahvistaakseen lukijoidensa mielikuvaa hänestä. Hänen tarinansa menetyksestä ja kasvusta herättävät lukijoissa samastumisen tunteita ja tekevät hänestä uskottavan kirjoittajan.

## 4.2 Kokemustietokirjan luotettavuus

Pohdin tässä käsittelyluvussa kriittisesti hyvinvointioppaiden kokemustarinoihin perustuvaa tietoa sekä kokemuskirjallisuutta tietokirjallisuuden lajina. Tampereen yliopiston kirjallisuudentutkimuksen hanke Kertomuksen vaarat – Kokemuspuhe, eksemplumin paluu ja aikalaiskriittinen narratologia (2017–2019) pyrki luomaan aikalaiskriittisiä tutkimusmenetelmiä nykyisten kertomuksen ja tarinoiden tietoteorioiden ja eettisten rajojen havaitsemiseksi, kehittämisen soveltavaa narratologiaa, jonka tarkoituksena on kerryttää kertomusten kriittisen ja analyttisen lukemisen kykyä tarinallistuvassa yhteiskunnassamme. Tutkimusryhmä suosittelee suhtautumaan kriittisesti laajalle ulottuvaan kertomuspuheeseen. Kertomuksen vaarat -tutkimusryhmän olettaut on, että nykykulttuurin tarinallistuneisuutta luonnehtii parhaiten kokemuksellinen kertomuskäsitys, jossa joku kertoo jollekin jostakin tapahtumasta, koska se on tunnetasolla merkityksellistä (ks. Fludernik 2010). Kertomus on voimallinen väline. Sen osoitti hiljattain maailmanlaajuinen seksuaalista ahdistelua vastustava #MeToo -kampanja, jossa valtava massa yksilöiden kokemustarinoita nosti huomion yhteiskunnan rakenteisiin. Kertomuskriittistä lukemista tarvitaan myös siksi, että kaikki emotionaaliset kertomukset eivät ole hyvyyteen pyrkiviä ja niiden tarkoituspäätä voi olla huomiomme suuntaaminen pois suuremmista ongelmista. (Mäkelä, Björninen, Karttunen, Nurminen, Raipola, & Rantanen 2018, 90–93.)

Suomessa on käyty monenlaista keskustelua tietokirjallisuuden eri lajeista. Näkemykset vaihtelevat tutkimukseen perustuvista näkökulmista aina arkiseen ymmärrykseen ja instituutioihin liittyviin käsityksiin asti. Erityisesti kiinnostusta herättää tietokirjallisuuden rajat: Onko esimerkiksi omaelämäkerrallinen tai kokemusperäinen teos tietokirjallisuutta vai ei? Minkälainen tieto voidaan hyväksyä? Kenelle tiedon esittäminen kuuluu? Kuinka tiedon alkuperä voidaan varmistaa? Lisäksi tietokirjan suhde sen lähteinä käytettyyn tutkimukseen on pohdinnan aiheena. Nämä kysymykset ovat osa laajempaa keskustelua tietokirjallisuuden roolista ja merkityksestä niin lukijoiden kuin kirjoittajienkin näkökulmasta. (Mäntynen, Löytty & Henritius 2023, 9.) Tietokirjojen laji on muokkautunut ajan myötä, ja nykyään se kattaa monenlaisia aiheita ja tyylejä. Yksi merkittävä muutos on ollut asiantuntijuuden laajeneminen kokemusasiantuntijuuteen. Se tuo kirjoihin henkilökohtaista näkökulmaa ja autenttisuutta, mikä voi tehdä monimutkaisista aiheista helpommin lähestyttäviä ja ymmärrettäviä lukijoille. Toisinaan tietokirja saattaa nojata enemmänkin kirjoittajan omiin uskomuksiin tai henkilökohtaisiin kokemuksiin. Jos teos pohjautuu pääasiassa kirjoittajan omiin kokemuksiin, sitä tulisi lukea sellaisenaan: se kertoo yhden yksilön näkemyksistä eikä välttämättä edusta yleistettävää tietoa. (Hiidenmaa 2017a, 15,16.) Kerrostunut tieto on siis kirjoittajan omaa tulkintaa teorioista. Kirjallisuudentutkimuksen moderneissa lajiteorioissa korostetaan lajin roolia tulkinnan välineenä. Kun teosta tarkastellaan suhteessa muihin saman lajin edustajiin, lajinäkökulma muodostaa keskeisen tulkinnallisen kehyksen. Tämä lähestymistapa auttaa ymmärtämään teoksen ominaispiirteitä ja vaikutusta laajemmalla tasolla. (Mäntynen, Löytty, Henritius 2023, 10.) Tietokirjallisuudessa saattaa esiintyä erilaisia tapoja viitata lähteisiin, joko suoraan tekstissä tai loppuviitteissä. Tekijä voi myös sisällyttää laajan luettelon lähteistä tai suositella lisälukemista. Kuitenkin on tärkeää huomata, että kaikki tällaiset kirjat eivät välttämättä kestä tarkkaa kriittistä arviointia. Kirjoittaja saattaa korostaa tai valikoida lähteitään tai viitata niihin tarkoituksenmukaisesti. (Hiidenmaa 2017c, 54.)

"Tietokirjallisuudellisuus" on termi, jota käytetään kuvaamaan teoksen ominaisuutta tai piirrettä, joka tekee siitä tietokirjallisen. Tämä tarkoittaa, että teoksessa käsitellään ja esitetään faktoihin perustuvaa tietoa jostakin aiheesta tai aihepiiristä. Tietokirjallisuudellisuuteen liittyy tarkkuus ja luotettavuus tiedon esittämisessä sekä usein myös lähteiden selvä viittaaminen. Tietokirjallisuudellisuus voi ilmetä eri muodoissa riippuen teoksen aiheesta ja tyyllilajista. Se voi sisältää esimerkiksi historiallisia faktoja, tieteellistä tutkimustietoa, filosofisia pohdintoja tai käytännön neuvoja. Olennainen osa tietokirjallisuudellisuutta on myös se, että teksti pyrkii välittämään tietoa lukijalle ymmärrettävässä ja selkeässä muodossa. Yleensä

tietokirjallisuudellisuutta arvioidessa tarkastellaan teoksen sisältöä, lähteiden käyttöä, kirjoittajan asiantuntemusta ja kykyä esittää tietoa selkeästi ja havainnollisesti. Tietokirjallisuudellisuus on siis olennainen osa sitä, mitä pidetään laadukkaana ja luotettavana tietokirjana. (Mäntynen, Löytty, Henritius 2023, 10–13.) Tietokirjamainen ulkoasu voi vaikuttaa lukijan uskotavuuskäsityksiin. Lukijalta vaaditaan kriittisyyttä ns. tietokirjakategorian eri variaatioita kohtaan. Kaikki tietokirjat eivät ole teoreettisten asiantuntijoiden laatimia. Siksi nähdäkseni vauhdilla kasvavassa kokemusasiantuntijoiden tietokirjallisuudessa vastuu siirtyy osittain kustantajalta lukijalle. Jää lukijan pohdittavaksi, miten luotettavasta tiedosta on kysymys.

Keynote-kirjallisuus on termi, jolla viitataan julkisuudesta tuttujen henkilöiden kirjoittamaan tietokirjallisuuteen. Esimerkkejä tällaisista kirjailijoista ovat esimerkiksi Michelle Obama, Elon Musk ja Oprah Winfrey. Tämän tyyppisille teoksille on tyypillistä, että ne keskittyvät rajattuun aiheeseen ja hyödyntävät kirjoittajan julkista profilia markkinoinnissa. Helsingin kirjamesujen ohjelmajohtaja Ronja Salmi<sup>71</sup> (25.10.2022) pohtii kolumnissaan julkisuudesta tuttujen ja medianäkyvien kirjoittajien positiota kirjallisuuden kentällä. Salmi nimittää julkisuuden henkilöiden rajatusta aiheesta kirjoittamaa kirjallisuutta *keynote-kirjallisuudeksi*. Lukijalle syntyy mielikuva kirjoittajan asiantuntijuudesta, kun hän esiintyy perinteisen median sivuilla, sosiaalisessa mediassa ja mahdollisesti pitää podcastia. Kirja tuo lisää näkyvyyttä ja toimii sisäänheittäjänä muihin palveluihin. ”Keynote-kirjallisuudessa kirjan tehtävänä on toimia sisäänheittotuotteena”, Salmi kirjoittaa. Kun kirja itsessään on vain osa markkinointistrategiaa, jonka tavoitteena on mahdollisesti saavuttaa kaupallisia yhteistöitä ja näkyvyyttä valmentajana, saattaa laatutavoitteet jäädä muiden intressien jalkoihin. Näin ollen keynote-kirjallisuus hyödyntää tietokirjallisuuden arvovaltaa ja arvostusta. Lukijan on kuitenkin oltava kriittinen ja pohdittava, luottaako hän kirjoittajan asiantuntijuuteen. Kustantajalle julkisuudesta tuttu kirjoittaja tarkoittaa luonnollisesti pienempiä markkinointikustannuksia. Mediasta tutun, pidetyn hahmon, kokemus kiinnostaa lukijoita. Häntä ei tarvitse erikseen myydä ja tehdä tutuksi lukijoille.

Kirjallisuussosiologiaa tutkinut valtiotieteiden tohtori Maaria Linko tuo esiin, että sosiaalisen median massiivinen suosio on muuttanut ajankohtaisten aiheiden julkisuuden dynamiikkaa merkittävästi. Nykyään yhä useammat ihmiset osallistuvat erilaisten asioiden kommentointiin ja arviointiin sosiaalisessa mediassa, mikä vaikuttaa erityisesti nuorempien sukupolvien suhteeseen mediaan. Yleisön tai käyttäjien rooli nykyään sisältää valikoijan, jakelijan ja

---

<sup>71</sup> Toimittaja, kirjailija Ronja Salmi toimi Helsingin kirjamesujen ohjelmajohtajana 2018–2021.

kommentoijan tehtävät, ja tätä aktiivista toimintaa kutsutaan sosiaaliseksi kuratoinniksi. (Linko 2016, 211–212.) Sosiaalinen kuratointi vähentää kustantamon markkinointitarvetta, koska se antaa yleisölle ja käyttäjille mahdollisuuden jakaa ja suositella kirjoja ja muita sisältöjä omien verkostojensa kautta. Tällainen suositusten jakaminen ja kommentointi lisää kirjan näkyvyyttä ja kiinnostusta ilman suoraa markkinointipanostusta kustantamolta.

Tarkastelemalla *Elinvoimaisen miehen kirja* teokseen liittyviä epitekstejä<sup>72</sup>, kuten teokseen liittyviä haastatteluja ja arvosteluja huomaa, että Syrjälä on itse onnistunut luomaan oman heimon, ja hänellä on paljon yhteistyötä muun muassa kirjansa ”vieraskynien” kanssa. Yhteistyöhön liittyy molemminpuolista markkinointia, jota esiintyy myös tutkielman kohteena olevassa kirjassa. Vieraskynäpuheenvuorojen info-osioissa markkinoidaan kirjoittajien kirjoja, blogeja, valmennuksia, retriittejä jne. Teoksen kirjoittajien korostainen kokemusasiantuntijuus liittyy subjektiivisuuteen, koska kokemuksessa on nähdäkseni kysymys omakohtaisesta tulkinnasta. Teoksen päälle liimautuvasta markkinointiyhteistyöstä kirjoittajan ja kirjoittajavieraiden kesken herää kuitenkin pohdintoja, muuttuuko tietokirjan luonne, jos se toimii markkinointiyhteistyön näkyvänä alustana? Lukijana pohdin myös, nakertaako markkinointiyhteistyö kirjan uskottavuutta ja miten minun tulisi suhtautua tähän ”keskinäisen kehun -kerhoon”? Osin kyse saattaa toki olla myös kustantajan valinnasta tai ohjauksesta, sillä osa kirjoittajista toimii samassa hyvinvoinnin verkkomediassa ”Hidasta elämää” -sivustolla, kuin Syrjäläkin.

Kirjoittaja on vastuussa omasta tekstistään, mutta teoksen kokonaisuudesta on vastuussa myös muita tahoja, kuten kustannustoimittaja ja kustantamo (Hiidenmaa 2017b, 39). Kustantaja toki vastaa viime kädessä julkaisemastaan teoksesta, mutta kuten syksyllä 2018 tietokirjamaailmaa puhuttanut lääkäri<sup>73</sup> Antti Heikkilän teos *Lääkkeetön elämä*<sup>74</sup> osoitti, kustantaja myös olettaa, että kirjan kirjoittaja vastaa omasta asiantuntijuudestaan. Mediakeskustelu kirjan ympärillä johtui siitä, että kirjan väitteitä pidettiin lääketieteellisessä yhteisössä paikkaansa pitämättöminä<sup>75</sup>. Mediahuomio johti osaltaan kirjan poisvedon markkinoilta, muun muassa Prismoista ja Citymarketeista. Heikkilä on julkaissut myös 14 tietokirjaa oman Rasalas-Kustannus Oy:nsä kautta. ”Mä kirjoitan omasta kokemuksestäni virallista käsitystä vastaan. Se

<sup>72</sup> Etäisempi (epiteksti), joka liittyy teokseen, kuten kirjeet, käsikirjoitukset, haastattelut, tekstistä esitetyt kommentit jne. Genette, Gérard 1987: *Seuils* (engl. *Paratexts*).

<sup>73</sup> Antti Heikkilä on koulutukseltaan kirurgian, ortopedian ja traumatologian erikoislääkäri. Rasalas-Kustannus Oy. <https://www.rasalas.fi/kirjailijat/> [haettu 28.1.2020]

<sup>74</sup> Heikkilä, Antti 2018: *Lääkkeetön elämä*. Helsinki: Otava.

<sup>75</sup> Blencowe, Annette; Natri, Santtu & Terävä, Hanna 20.12.2018: S-ryhmä ja Kesko vetävät lääkäri Antti Heikkilän kohukirjan pois myynnistä – Heikkilä Ylelle: Ei kirjoja pitäisi marketeissa myydäkään. YLE Uutiset. <https://yle.fi/uutiset/3-10564561> [haettu 28.1.2020]

aiheuttaa ristiriitoja", Heikkilä toteaa Talouselämän haastattelussa<sup>76</sup>. Mikäli lääketieteellisen koulutuksenkin saanut kirjailija perustaa näkemyksensä ”omaan kokemukenttäänsä” ja julkaisee itse omat kirjansa, on lukijalle haastavaa, mihin tietokirjaan voi luottaa. Heikkilän teoksen sekä SKS:n julkaiseman *Saamelaisten mytologia*<sup>77</sup> -teoksen sisältämät virheet saivat myös Suomen tietokirjailijat ry:n toiminnanjohtaja Jukka-Pekka Pietiläisen kommentoimaan asiaa YLE Uutisille<sup>78</sup>. Hän mielestään kirjailija vastaa pääasiallisesti kirjansa sisällön todenperäisyydestä ja virheettömyydestä. Kustantaja voi puolestaan pyytää valmiista teoksesta arvioita teoksen luotettavuudesta asiantuntijoilta, jolloin virheiden korjaaminen ei luonnollisesti onnistu kuin vasta mahdolliseen uuteen painokseen. Pietiläinen pitää keskustelua tietokirjallisuuden luotettavuudesta erittäin tärkeänä. Hän kuitenkin muistuttaa, että Suomessa julkaistaan 6000<sup>79</sup> tietokirjaa vuodessa. ”Toivoisin, että suurelle yleisölle ei tästä syntyisi sellaista kuvaa, että tietokirjallisuus ei ylipäätään olisi luotettavaa”, Pietiläinen sanoi Ylen aamu-tv:n lähetyksessä.

Kotimaisessa hyvinvointikirjallisuudessa kirja on usein osa palvelukokonaisuutta, johon kuuluvat teoksen aihealueeseen liittyvät kurssit, luentotilaisuudet ja tapahtumat. Tietokirjan asema ”pelkkänä” kirjana on nähdäkseni muuttanut luonnettaan kokemusasiantuntijuuden myötä. Syrjälän kotisivuilla mainitaan, että hänen palvelukokonaisuuteensa kuuluvat luennot, työpajat, koulutukset, sekä yksilö- ja ryhmävalmennus. Aiheina ovat ravinto, liikkuminen, luonnonmukainen hyvinvointi, rentoutuminen, tanssi, kehon avaus, tavoitteellisuus, esiintymisvalmennus, kehon energettinen tasapainottaminen ja seksuaalisuus. Syrjälä järjestää miesten ja naisten viikonloppuja ja retiriittejä, kirjoittaa *Hidasta elämää* -sivustolle, tekee videosarjaa YouTubeen, sekä haastatteluja *Tarkastelussa ihminen* -sarjaan. Useat kotimaiset hyvinvointivalmentajat ovat julkaisseet teemoistaan myös tietokirjan, joten se osaltaan tukee tekijänsä asiantuntijan positiota mediassa ja lukijan silmissä. Suomi on pieni markkina-alue ja

---

<sup>76</sup> Talouselämä 30.1.2004: Tohtori Heikkilä ja tirisevä pihvi. <https://www.talouselama.fi/uutiset/tohtori-heikkilaja-tiriseva-pihvi/bfa7d903-74bf-34ea-b574-f914354ab55c> [haettu 28.1.2020]

<sup>77</sup> Pentikäinen, Juha & Pulkkinen, Risto 2018: *Saamelaisten mytologia*. Helsinki: Suomalainen kirjallisuuden seura.

<sup>78</sup> Koponen, Jarmo 20.12.2018: Tietokirjailijat huolissaan keskustelusta: "Toivoisin, että suurelle yleisölle ei syntyisi sellaista kuvaa, että tietokirjallisuus ylipäätään ei olisi luotettavaa". YLE Uutiset. <https://yle.fi/uutiset/3-10564397> [haettu 1.2.2020]

<sup>79</sup> ”Vuonna 2021 Suomessa julkaistiin yhteensä 6 443 kotimaista painettua tietokirjaa. Suomen tietokirjailijat ry. <https://www.suomentietokirjailijat.fi/yhdistys/40-faktaa-tietokirjallisuudesta.html#fakta38> [haettu 14.4.2024]

usein samat hyvinvointivalmentajat esiintyvät ohjelmistossa eri hyvinvointimessuilla<sup>80</sup> ja tapahtumissa, sekä tekevät yhteistyötä keskenään.

Kulttuuri on nykyään entistä enemmän monimediallista, ja kirjallisuuden muotoja ohjataan yhä enemmän myös muilla medioilla kuin pelkästään kirjallisilla sääntelymekanismeilla (Rojola 2002, 73). Self-help-kulttuurissa onkin kapea-alaista nähdä kirjailija vain kirjailijana, sillä samat self-help-kulttuurin kuluttajat kuluttavat kaikkia tuotteita, joten on hyödyllistä tuottaa samasta sisällöstä erilaisia julkaisumuotoja, kirjoja, blogikirjoituksia, kursseja ja webinaareja. Näin kokemusasiantuntijakirjailija saa levitettyä tuotantoaan erilaisista tuotteista innostuville kuluttajille. Toisaalta kuluttaja voi kirjan ostamalla, kuuntelemalla äänikirjapalvelusta tai lainaamalla kirjastosta saada tuntuman self-help-tuottajan sisältöön ja sen jälkeen päättää osallistumisestaan hintavampaan kurssiin tai webinaariin. Kokemusasiantuntijuuteen perustuva tietokirjallisuus on kasvava trendi. On toki tärkeää muistaa, että samalla tavalla kuin tavallinen kaunokirjallisuuden harrastaja nauttii romaanien lukemisesta, monet self-helpin kuluttajat lukevat paljon oppaita. He eivät siis välttämättä ole epätoivoisia uhreja, jotka lankeavat turhien oppaiden ansaan, vaan pikemminkin he ovat kuin kaloja vedessä self-help-tekstien keskellä. He ovat valikoivia, kriittisiä ja tietoisia populaarikulttuurin kuluttajia ja lukijoita, jotka osaa- vat arvioida ja valita lukemansa materiaalin huolellisesti. (Hämäläinen 2015, 84.) Myös kirjallisuudentutkijan on siis hyvä muistaa, että siinä, missä kriittisyyden merkitystä itseapu- tai elämäntaito-oppaiden äärellä ei voi korostaa liikaa, ei ole syytä tuomita koko kirjallisuudenla- jia epäluotettavana.

Tässä alaluvussa tarkastelin kokemustietokirjan luotettavuutta. Keskeisinä huomioina olivat kokemusasiantuntijan vastuu, keynote-kirjallisuus ja tietokirjan mahdolliset virheet. Tietokirjallisuuden eri lajien keskustelussa on kiinnitetty huomiota tietokirjallisuuden rajoihin ja siihen, millainen tieto voidaan hyväksyä ja kenelle tiedon esittäminen kuuluu. Erityisesti kiinnostusta herättävät kysymykset tietokirjojen suhteesta lähteisiin sekä asiantuntijuuden laajen- tumisesta perinteisestä akateemisesta asiantuntemuksesta myös kokemusasiantuntijuuteen. Kokemusasiantuntijuus tuo tietokirjoihin henkilökohtaista näkökulmaa ja autenttisuutta, mutta samalla se voi haastaa lukijan arvioimaan tietojen luotettavuutta. Tietokirjallisuuden arvioin- nissa keskeistä on teoksen sisällön tarkkuus, luotettavuus ja kyky välittää tietoa ymmärrettä- västi.

---

<sup>80</sup> Pohjois-Euroopan suurin hyvinvointitapahtuma I love me Helsingin Messukeskuksessa houkutteli 56 200 kä- vijää lokakuussa 2023.

## 5 Lopuksi

Olen hyödyntänyt tutkielmassani tekstianalyysia sekä miestutkimuksellista ja feminististä kirjallisuudentutkimusta. Tekstianalyysini lähestymistapa on retorisen analyysin lähiluku, jossa keskityn tekstin yksityiskohtiin ja rakenteisiin kuten argumentaatioon ja strategiaan, sekä laajempaan kontekstuaaliseen analyysiin, jossa tarkastelen tekstiä kirjallisuudenlajin, kulttuurisen sekä yhteiskunnallisen kontekstissa. Tämä pitää sisällään kokemusasiantuntijuuden, kerrotonnallisuuden ja self-helpin suhteen tietokirjallisuuden lajissa. Yhdistän lukutavassani klassista retoriikkaa retoriseen kertomusteoriaan. Tarkastelen tekstin argumentaatiota ja retorisia strategioita pohtien muun muassa sitä, miten kirjoittaja ohjaa lukijaa psykofyysiseen hyvinvointiin sekä rakentaa miesten ja maskuliinisuuksien kuvauksia. Feministinen ja miestutkimuksellinen luenta sopii hyvin Teemu Syrjälän *Elinvoimaisen miehen kirjan* analysoimiseen, koska se on nimetty suunnatuksi juuri miesyleisölle representoiden mieheyttä ja sisältäen maskuliinisuuden rajankäyntiä sekä siinä esiintyy paljon naispuhetta. Teos lähestyy eri sukupuolia enimmäkseen sukupuolidikotomian kautta erillistäten sukupuolet toisistaan sekä jättää huomioimatta ne henkilöt, jotka eivät tunne kuuluvansa selkeästi nais- tai mieskategoriaan sukupuolensa suhteen. Teoksen mieskuva pysyy pääosin heteronormatiivisessa maskuliinikäsitksessä.

Hyvinvointiopas, *Elinvoimaisen miehen kirja*, kertoo yksilön matkasta kohti parempaa terveyttä ja hyvinvointia tarjoten samalla neuvoja ja käytännön vinkkejä elämänlaadun kohentamiseksi. Teos käyttää runsaasti retorisia keinoja, kuten vertauksia, metaforia, toistoa ja muita, tavoitteenaan vaikuttaa lukijaan ja luoda tekstiin haluttu tunnelma tai vaikutelma. Se hyödyntää myös lukijoiden puhuttelua lähentäen siten tekstin ja lukijan välistä suhdetta. Teoksessa esiintyy usein matkan motiivi ja perinteinen sankarin matka -narratiivirakenne, joka keskittyy miehisen päähenkilön kehitykseen ja kasvuun seikkailunsa aikana. Tämä narratiivinen rakenne yhdistettynä tarinankerronnan keinoihin herättää lukijan kiinnostuksen ja sitoutumisen. Kirjassa esitellään tarinoita ja kuvauksia ihmisten elämästä ennen ja jälkeen hyvinvointitavoitteiden saavuttamisen, mikä antaa lukijalle mahdollisuuden samaistua ja innostua omasta potentiaalisesta muutoksestaan. Lisäksi teos käyttää retorisia keinoja, kuten metaforia ja rytmitystä, sekä "me-retoriikkaa" luodakseen vuorovaikutusta kirjoittajan ja lukijan välille. Se hyödyntää myös kontrastia, vastakkainasettelua ja intertekstuaalisuutta vahvistamaan argumentteja sukupuolirooleista ja miehisyyden haasteista nykypäivänä. Tekstissä käytetään voimakkaita ilmaisuja, retorisia kysymyksiä ja muita keinoja vakuuttamaan lukija tietyn

elämäntavan tai terveyskäyttäytymisen tärkeydestä. Retorinen analyysi auttaa ymmärtämään, miten nämä retoriset keinot toimivat oppaan viestintävälineenä ja vaikuttavana motivaatorina.

Havaintojeni mukaan Syrjälän tekstit ylläpitävät hegemonista maskuliinisuutta, vaikka hän saattaa olla siitä tiedostamaton. Vaikka hän korostaa miehisyyden moninaisuutta, havaitsin, että hän ohjaa miehiä tiettyihin ahtaisiin maskuliinisuuden malleihin, jotka rajoittavat monien miesten ilmaisua. Tutkielmassa todetaan myös, että kaikki miehet eivät sovi tähän hegemonisen maskuliinisuuden ideaaliin, mikä johtaa heidän äänensä poissulkemiseen. Lisäksi esiin nousee tarve miesrepresentaation tilalle, jossa maskuliinisuus olisi vähemmän hegemonista ja missä voisi rehellisesti näyttää haavoittuvuutensa. Teemu Syrjälä pitäytyy siis loppujen lopuksi kautta *Elinvoimaisen miehen kirjan* heteronormatiivisessa maskuliinikäsityksessään ja johdattaa lukijaansa toteuttamaan miehisyyden ideaalia palvomalla kyseenalaistamatta maskuliinisen kehon ikonisuutta. Koska maskuliinisuus on tila, jota tehdään ja kulttuurisesti ylläpidetään osittain tiedostamattomalla performanssilla, olisi ihan tervettä pysähtyä pohtimaan, mitä se pitää sisällään. Maskuliininen subjektiivisuus on ehdollistumista ja eksklusiivista. Jo pienet pojat päiväkodin pihaleikeissä tiedostavat, mitä maskuliinisuuteen kuuluu. Maskuliinisuutta suoritetaan ja performoidaan nimenomaan toisille miehille hakien homososiaalista hyväksyntää. Miehisyyttä tuottavissa rakenteissa saattaa piillä myös toksista maskuliinisuutta, jota soisi tarkasteltavan kriittisesti ja purkaen. Sukupuolinormit kapeuttavat ja kahlitsevat molempien sukupuolien elämää ahtaudellaan ja sitovuudellaan. Campbellin luomassa teoriassa monomyytistä, arkkityyppisessä sankarin matkassa, kuvataan yksilön sisäistä muutosprosessia sekä sen kautta saatua tärkeitä tietoja, jota jaetaan yhteisölle tavoitteena hyvinvoinnin lisääminen yhteisössä. Syrjälä on asettanut itsensä sankariksi, joka jakaa hyvinvointistrategiaansa heimolleen, tavoitteena ideaali maskuliininen mies, jota kaikkien tulisi tavoitella. Tämä tutkielma tuo uutta tietoa hyvinvointioppaan retorisisista keinoista. Tutkimus hyödyntää retoriikan analyysia, miestutkimuksen metodologiaa ja feminististä kirjallisuudentutkimusta ja tarjoaa uusia näkökulmia self-help-kirjallisuuden tutkimukseen.

Tutkielmani nostaa esiin myös pohdinnan kokemusasiantuntijoiden julkaisemien tietokirjojen luotettavuudesta. Niissä lukijan kriittisyys on ensiarvoisen tärkeää ja on hyvä huomioda, että kokemusasiantuntijan tietoon pohjautuva tietokirja voi olla puolueellinen ja sisältää virheitä. Kriittinen tarkastelu keynote-kirjallisuudesta ja kustantajan vastuusta on myös tervetullutta kirjallisuuden kentälle. Keynote-kirjallisuudessa kannattaa olla tarkkana ja tiedostaa, että kaupallinen hyöty voi mennä tieteellisen tiedon edelle. Vastuu ei tietystikään pidä jäädä

yksinomaan lukijalle, vaan myös kustantajien tulisi panostaa asiantuntija-arvioiden käyttöön tietokirjojen luotettavuuden parantamiseksi. On myös huomioitava, että monet self-helpin käyttäjät lukevat oppaita samalla intohimolla kuin kaunokirjallisuuden harrastajat nauttivat romaaneista. He eivät ole epätoivoisia uhreja, vaan taitavia ja valikoivia kuluttajia, jotka osavat arvioida ja valita lukemansa materiaalin huolellisesti. Keynote-kirjallisuuden tutkimusta tarvittaisiin tulevaisuudessa. Lajin ominaispiirteiden tutkimuksen tulokset voisivat auttaa ymmärtämään paremmin tämän uudenlaisen tietokirjallisuuden tyyllilajin ominaispiirteitä, vaikutuksia ja merkitystä. Tutkimuksen tulokset voisivat olla hyödyllisiä lukijoille, kustantajille ja kirjoittajille, jotka haluavat ymmärtää keynote-kirjallisuuden roolia tietokirjallisuuden kentässä.

Palatakseni alun Senecan sitaattiin ”terveen mielen muovaamiseksi tarvitaan vain vähän kirjallisuutta (Lucius Annaeus Seneca, n. 4 eaa.–65 jaa.). Miksi mieltä täytyy muokata, jos se lähtökohtaisesti on jo terve? Ideaalia ei voi monistaa, eikä tarvitse korjata itseään tai tulla muuksi. Self-help bisnekseltä lähtisi leipä, jos jokainen näkisi oman itsensä arvon ja sallisi itsensä olla sellainen kuin on. Näkisi sen arvon, mitä itselle on annettu syntymälahjana ja pikemminkin kultivoisi sitä, eli itsensä parhaita puolia sen sijaan, että tavoittelisi ideaalia, joka on nimensä mukaan ideaali, eli ei kenenkään todellinen olemus sellaisenaan, pysyvänä olotilana. Oma viisautta kuunnellen sen sijaan, että etsisi itsensä asiantuntijuutta ulkopuolelta, ehkä brändätyltä hyvinvointivalmentajalta? Ideaalin tavoittelu on inhimillisyyden yläpuolelle asettumista. Itsensä kehittäminen ja itsensä arvostaminen eivät ole toistensa vastakohtia, vaan askelia toisiaan kohti.

Teoksessa on runsaasti kuvitusta. Olen kuitenkin rajannut tästä tutkielmasta pois kuva-aineiston analyysin. Lähestulkoon kaikki kuvat ovat luontoympäristössä; useimmissa on mukana teoksen kirjoittaja tai urospeura. Komeasarvinen peurauros ja ihmisuros on kuvattu metsässä, ja kuvat esiintyvät välillä jopa samalla aukeamalla rinnakkain, joten rinnastuksen tarkoituksellisuus on silmiinpistävää. Kuvituksesta olisi voinut havainnoida muun muassa sitä, onko kuva-aineisto tekstin sanomaa tukevaa vai onko kuvien tarkoitus olla vain visuaalisesti miellyttäviä ns. kuvituskuvia. Samalla voisi tarkastella, tuovatko kuvat mukanaan tekstin suhteen uutta lukupintaa, eli uusia näkökulmia tekstin tulkintaan ja ohjaavatko ne lukijaa syventymään tekstiin entistäkin monipuolisemmin.

Tässä tutkielmassa olen tarkastellut *Elinvoimaisen miehen kirjaa* tietokirjallisuuden kontekstissa. Mahdollisissa jatkotutkimuksissa näkisin hedelmällisenä rajata tutkimuksen ja

tulkinnallisen kehyksen muihin saman lajin edustajiin, eli tarkastella ja vertailla hyvinvointioppaita ja niiden argumentaatiota keskenään. Vertailuanalyysillä voitaisiin saada parempi käsitys siitä, kuinka yleistettävissä tai ainutlaatuisia tutkimuksen löydökset ovat.

Olen rajannut myös lukijan reaktioiden ja kokemusten analyysin tutkielman ulkopuolelle. Tutkimusta voisi jatkaa ja laajentaa affektisuuntautuneella luennalla ottaen huomioon lukijan reaktioiden ja kokemusten mahdolliset vaikutukset hyvinvointioppaan ymmärtämiseen. Jatko-tutkimuksessa voisi tarkastella, miten lukijoiden identifikaatio hyvinvointioppaan esitettyjen maskuliinisuuden mallien kanssa vaikuttaa heidän käsityksiinsä omasta miehisyydestään. Voisi tutkia, miten lukijoiden tunnekokemukset, kuten myötätunto tai vastustus, vaikuttavat heidän suhtautumiseensa oppaan esittämiin ajatuksiin ja käytäntöihin tai arvioida, miten oppaan esittämät arvot ja asenteet resonoivat lukijoiden kanssa ja millaisia muutoksia tai vahvistuksia nämä voivat tuoda heidän omiin arvoihinsa ja asenteisiinsa tai miten lukijat omaksuvat ja soveltavat oppaan neuvoja omassa elämässään ja miten tämä vaikuttaa heidän käsityksiinsä mieheydestä ja maskuliinisuudesta. Myös syvällisempi narratiivinen analyysi, miten self-help-oppaan narratiiviset valinnat vaikuttavat lukijoiden identifikaatioon ja tunnekokemuksiin sekä miten nämä elementit vuorovaikuttavat keskenään saattaisi olla kiinnostavaa ja voisivat tarjota lisää tietoa hyvinvointioppaiden vaikutuksista ja merkityksistä lukijoilleen sekä avata uusia näkökulmia mieheyden ja maskuliinisuuden ymmärtämiseen nykypäivänä. Lisäksi ne voisivat tuoda esiin tuloksia lukijoiden moninaisuudesta ja erilaisista tulkintatavoista.

## LÄHTEET

- EMK = Syrjälä, Teemu 2017: *Elinvoimaisen miehen kirja. Matkakertomus nykymiehelle terveydestä, rakkaudesta ja seksuaalisuudesta*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.
- Alasuutari, Varpu 2012: *Kynnysmatosta supernaiseksi? Postfeminismi ja menestys naisten työelämäoppaissa*. Pro gradu -tutkielma. Naistutkimus. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Apter, Dan; Väisälä, Leena & Kaimola, Kari ym. (Toim.) 2006: *Seksuaalisuus*. Helsinki: Duodecim.
- Aristoteles 2012: *Teokset IX, Retoriikka, Runousoppi*. Suom. Paavo Hohti & Päivi Myllykoski, selitykset laatinut Juha Sihvola. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Barthes, Roland 1975: *The Pleasure of the Text*. Trans. Richard Miller. New York: Hill and Wang.
- Booth, Wayne Clayson 1961/1991: *The rhetoric of fiction*. Chicago: University of Chicago Press.
- Brander, Juhani 2020: *Miehen kuolema. Pohdintoja maskuliinisuudesta*. Helsinki: WSOY.
- Brinkmann, Svend 2014/2016: *Pysy lujana. Elämä ilman self-helpiä*. Suom. Heikki Eskelinen. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Butler, Judith 1990: *Gender trouble: Feminism and the subversion of identity*. New York: Routledge.
- Campbell, Joseph 1949/1996: *Sankarin tuhannet kasvot*. Suom. Hannes Virrankoski. Helsinki: Otava.
- Cohn, Dorrit 1999/2006: *Fiktio mieli*. Suom. Paula Korhonen, Markku Lehtimäki, Kai Mikkonen & Sanna Palomäki. Helsinki: Gaudeamus.
- Felski, Rita 1989: *Beyond feminist aesthetics: Feminist literature and social change*. Cambridge: Harvard University Press.
- Felski, Rita 1995: *The Gender of Modernity*. Cambridge: Harvard University Press.
- Felski, Rita 2003: *Literature after Feminism*. Chicago: University of Chicago Press.
- Felski, Rita 2008: *Uses of Literature*. New Jersey: Wiley-Blackwell.
- Fludernik, Monika 2010: Luonnollinen narratologia ja kognitiiviset parametrit. Teoksessa *Luonnolliset ja luonnottomat kertomukset*. Toim. Mari Hatavara, Markku Lehtimäki & Pekka Tammi. Helsinki: Gaudeamus.

- Genette, Gérard 1980: *Narrative Discourse: An Essay in Method*. Trans. Jane E. Lewin. Ithaca: Cornell University Press.
- Haapala, Vesa 2013: Lyriikan kuvallisuus. Teoksessa *Johdatus kirjallisuusanalyysiin*. Toim. Aino Mäkikalli ja Liisa Steinby. Tietolipas 238. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 208–235.
- Heelas, Paul 1996: *The New Age Movement. The Celebration of the Self and the Sacralization of Modernity*. Oxford: Blackwell.
- Hiidenmaa, Pirjo 2017a: Mitä on tietokirjallisuus ja miksi se on kiehtova osa kulttuuria? Teoksessa *T niin kuin tietokirjallisuus*. Toim. Pirjo Hiidenmaa. Helsinki: Äidinkielen opettajain liitto, 9–21.
- Hiidenmaa, Pirjo 2017b: Gutenbergistä Googleen. Teoksessa *T niin kuin tietokirjallisuus*. Toim. Pirjo Hiidenmaa. Helsinki: Äidinkielen opettajain liitto, 25–49.
- Hiidenmaa, Pirjo 2017c: T niin kuin tietokirjallisuus: aiheet, lajit ja luokitukset. Teoksessa *T niin kuin tietokirjallisuus*. Toim. Pirjo Hiidenmaa. Helsinki: Äidinkielen opettajain liitto, 51–76.
- Hiltunen, Ari 1999/2010: *Aristoteles Hollywoodissa. Menestystarinan anatomia*. Helsinki: Gaudeamus.
- Hämäläinen, Nora 2015: Self-help – rakkaus, muutos, talous ja terapia. *Niin & Näin* 1, 80–84.
- Jokinen, Arto 2010: Kriittinen mies – ja maskuliinisuustutkimus. Teoksessa *Käsikirja sukupuoleen*. Toim. Tuija Saresma, Leena-Maija Rossi ja Tuula Juvonen. Tampere: Vastapaino.
- Kaitasuo, Pia 10.4.2018: Self-help -kirjallisuus on maailmanlaajuisesti myyvin kirjallisuuden alalaji – Coelho ja KonMari auttavat autuaiksi. *Kaleva*. <https://www.kaleva.fi/uutiset/kulttuuri/self-help-kirjallisuus-on-maailmanlaajuisesti-myyvin-kirjallisuuden-alalaji-coelho-ja-konmari-auttavat-autuaiksi/790082/> [haettu 19.3.2019].
- Kakkuri-Knuuttila, Marja-Liisa 2013: *Argumentti ja kritiikki. Lukemisen, keskustelun ja vaikkuttamisen taidot*. 9. painos. Helsinki: WSOY.
- Ketola, Kimmo 2003: Uusi kansanomaisen uskonnollisuus. Teoksessa: *Moderni kirkkokansa: suomalaisten uskonnollisuus uudella vuosituhanella*. Toim. Kimmo Kääriäinen, Kati Niemelä & Kimmo Ketola. Tampere: Kirkon tutkimuskeskus.
- Ketola, Kimmo 2004: Uudet uskonnolliset liikkeet. Teoksessa *Uskonnot maailmassa*. Toim. Katja Hyry & Juha Pentikäinen. 5. painos. Helsinki: Werner Söderström.
- Kortekallio, Kaisa & Ovaska, Anna 2020: Lähilukeminen ennen ja nyt: Ruumiillisia, ympäristöllisiä ja poliittisiä näkökulmia. *AVAIN - Kirjallisuudentutkimuksen aikakauslehti*, 17(3), 52–69. <https://doi.org/10.30665/av.95530> [haettu 1.5.2024].

Lassila-Merisalo Maria 2023: Narratiivinen tietokirja faktan ja fiktion rajalla. Teoksessa *Tietokirjallisuuden lajit ja rajat*. Toim. Ida Henritius, Olli Löytty & Anne Mäntynen. Helsinki: Gaudeamus.

Lehtonen, Lenita 2015: *Kiitollisuuden harjoittaminen itsehoitomenetelmänä. 28 runoa kiitollisuuden voimasta*. Pro gradu -tutkielma. Terveyskasvatus. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Linko, Maaria 2016: *Tietokirjallisuuden näkyvyys selailukulttuurissa*. Vuosikerta. 2016, Helsinki: Suomen tietokirjailijat.

Maailman terveysjärjestö (WHO) 1948: Preamble to the Constitution of the World Health Organization.

Mäkelä, Maria 2017: ”Kertomuksen vaarat” -kolumni. <https://kertomuksenvaarat.wordpress.com/2017/08/08/maria-makelan-kolumni-kertomuksen-vaarat/> [haettu 19.3.2019].

Mäkelä, M., Björninen, S., Karttunen, L., Nurminen, M., Raipola, J., & Rantanen, T. 2018: Kertomuksen vaarat: Kokemuspuhe, eksemplumin paluu ja aikalaiskriittinen narratologia. *AVAIN - Kirjallisuudentutkimuksen aikakauslehti*, 2018(1), 90–93. <https://doi.org/10.30665/av.70012> [haettu 6.5.2024]

Mäkelä, Maria; Björninen, Samuli; Nurminen, Matias & Raipola, Juha 2020: Tämä tarina on niin monella tapaa tosi! Lähtökohtia kertomuskäyttöjen hallintaan. Teoksessa *Hallitsematon viestintä*. Toim. Aki-Mauri Huhtinen & Elina Melgin. ProComma academic. Q. Helsinki: ProCom – Viestinnän ammattilaiset ry, 62–77.

Mäkelä, Teo 2018: *New Age: Opas Uushenkisyyteen*. Helsinki: BoD - Books on Demand.

Mäntynen, Anne 2003: *Miten kielestä kerrotaan. Kielijuttujen retoriikka*. Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran Toimituksia 926. Helsinki: SKS.

Mäntynen Anne, Löytty Olli & Henritius Ida 2023: Lähtökohtia tietokirjallisuuden lajien tutkimukseen. Teoksessa *Tietokirjallisuuden lajit ja rajat*. Toim. Ida Henritius, Olli Löytty & Anne Mäntynen. Helsinki: Gaudeamus.

Niemi-Pynttari, Risto 14.8.2018: Seneca: Elämän lyhyydestä. *Maailmankirjat: käänöskirjallisuuden verkkolehti*. <http://www.maailmankirjat.ma-pe.net/seneca-elaman-lyhyydesta/> [haettu 1.10.2018].

Nummi, Jyrki 2020: Huviksi ja hyödyksi. Anekdootti ja eksemplum nykyaikaisessa historiankirjoituksessa. Teoksessa *Kertomuksen keinoin. Tarinallisuus mediassa ja tietokirjallisuudessa*. Toim. Mikko T. Virtanen, Pirjo Hiidenmaa & Jyrki Nummi. Helsinki: Gaudeamus.

Palonen, Kari & Summa, Hilikka 1996: *Pelkkää retoriikkaa*. Tampere: Vastapaino.

Phelan, James 1996: *Narrative as Rhetoric: Technique, Audiences, Ethics, Ideology*. Columbus: Ohio State University Press.

- Phelan, James 2005: *Living to Tell about It: A Rhetoric and Ethics of Character Narration*. Ithaca & London: Cornell University Press.
- Phelan, James 2007: *Experiencing Fiction: Judgments, Progressions, and the Rhetorical Theory of Narrative*. Columbus: The Ohio State University Press.
- Puro, Jukka-Pekka 2006: *Retoriikan historia*. Helsinki: WSOY.
- Rojola, Lea 2002: Läheisyyden löyhkä käy kaupaksi. Teoksessa *Kurittomat kuvitelmat. Johdatus 1990-luvun kotimaiseen kirjallisuuteen*. Toim. Markku Soikkeli. Turku: Turun Yliopisto. Taiteiden tutkimuksen laitos. Sarja A. N:o 50, 69–99.
- Rossi, Leena-Maija 2010: Sukupuoli ja seksuaalisuus, eroista eroihin. Teoksessa *Käsikirja sukupuoleen*. Toim. Tuija Saaresma, Leena-Maija Rossi ja Tuula Juvonen. Tampere: Vastapaino.
- Saariluoma, Liisa 2001: *Esimerkin voima. Exemplum ja esimerkillisyys antiikin retoriikasta nykypäivän naistenlehtiin*. Turku: Kirja-Aurora.
- Salmenniemi, Suvi & Bergoth, Harley & Perheentupa, Inna & Peteri, Virve 2017: Terapeuttiset teknologiat. *Kulttuurintutkimus* 34/1, 1–2.
- Salmenniemi, Suvi & Pessi, Anne Birgitta 2017: ”Herätkää pöljät!”: Minuus, yhteiskunta ja muutos self-help-kirjallisuudessa. *Kulttuurintutkimus* 34/1, 3–14.
- Salmi, Ronja 25.10.2022: Suomessa pääsee asiantuntijaksi kirjoittamalla kirjan –kolumni. *Yle Uutiset*. <https://yle.fi/a/3-12662064> [haettu 12.3.2023].
- Seneca eaa/2018: *Elämän lyhydestä*. Suom. Juhana Torkki, Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.
- Steinby, Liisa ja Lehtimäki, Markku 2013: Kertomisen analyysi. Teoksessa *Johdatus kirjallisuusanalyysiin*. Toim. Aino Mäkikalli ja Liisa Steinby. Tietolipas 238. Helsinki: SKS.
- Syrjälä, Teemu nettisivut, [www.teemusrjala.com](http://www.teemusrjala.com). [haettu 3.10.2018].
- Timperi, Tiina 2017: *Elämäntaitomenetelmien rooli yksilön elämänmuutostilanteessa*. Pro gradu -tutkielma. Sosiaalipsykologia. Joensuu: Itä-Suomen yliopisto.
- Yrjönsuuri, Mikko 2001: Esimerkki filosofisissa kirjoituksissa Aristoteleesta renesanssifilosofiaan. Teoksessa *Esimerkin voima. Exemplum ja esimerkillisyys antiikin retoriikasta nykypäivän naistenlehtiin*. Toim. Liisa Saariluoma. Turku: Kirja-Aurora.