

# ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ

## İLAHİYAT FAKÜLTESİ DERGİSİ

Journal of the Faculty of Divinity of Çukurova University

Cilt / Volume: 22 • Sayı / Issue: 1 • Haziran / June 2022 • 18-37

e-ISSN: 2564-6427 • DOI: 10.30627/cuilah.1108824

### MİNİMALİST DEĞERLER VE YAŞAM PRATİKLERİ

*Minimalist Values and Life Practicesses*

#### Feride Esra MUSLU

Yüksek Lisans Öğrencisi, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü,  
Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı, Kütahya, Türkiye  
Master Student., Kütahya Dumlupınar University, School of Graduate Studies,  
Department of Philosophy and Religious Studies, Kütahya, Turkey  
[feridesram.34@gmail.com](mailto:feridesram.34@gmail.com) <https://orcid.org/0000-0002-2910-1775>

#### Ümit AKTI

Dr. Öğr. Üyesi, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, İslami İlimler Fakültesi, Din Bilimleri  
Anabilim Dalı, Kütahya, Türkiye  
Assist. Prof., Kütahya Dumlupınar University, Faculty of Islamic Sciences, Department of  
Religious Sciences, Kütahya, Turkey  
[umitakti@gmail.com](mailto:umitakti@gmail.com) <https://orcid.org/0000-0002-4301-1813>

#### Makale Bilgisi/Article Information

Makale Türü/Article Type: Araştırma Makalesi/Research Article

Geliş Tarihi/ Received: 27.04.2022

Kabul Tarihi/Accepted: 21.06.2022

Yayın Tarihi/Published: 30.06.2022

**İntihal Taraması/Plagiarism Detection:** Bu makale, en az iki hakem tarafından incelendi ve intihal içermediği teyit edildi/This article has been reviewed by at least two referees and scanned via a plagiarism software.

**Etik Beyan/Ethical Statement:** Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve yararlanılan tüm çalışmaların kaynakçada belirtildiği beyan olunur/It is declared that scientific and ethical principles have been followed while carrying out and writing this study and that all the sources used have been properly cited (Feride Esra Muslu-Ümit Aktı)

**Telif/Copyright:** Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi/Published by Çukurova University Faculty of Divinity, 01380, Adana, Turkey. Tüm Hakları saklıdır / All rights reserved.

## MINİMALİST DEĞERLER VE YAŞAM PRATİKLERİ

### *Minimalist Values and Life Practices*

#### Öz

Modern çağın ev-iş-tüketim ekseninde devam eden hayatından bunalan bireylerin bir anlam arayışı içine girdikleri görülür. Tüketime dayalı bir anominin çözümü olarak ortaya çıkan minimalizm, günümüzde popüler bir yaşam felsefesi haline gelmektedir. Kısaca minimalizm, kişinin hayatından fazlalıkları çıkartarak sade bir yaşam sürdürmeyi ifade eder. Kavrama dair akademik çalışmalara bakıldığında, konunun çoğunlukla tüketimle ilgili olarak ele alındığı görülür. Fakat minimalizm bundan daha geniş bir kapsama sahip olup, "maddeye farklı bir yaklaşımla, ona bir değer atfetme" gibi daha subjektif konuları da kapsamaktadır. Bu çalışmada, anomiyeye dönüşen modern hayatın bunalımından çıkmak isteyen bireylerin, çıkış yolu olarak gördükleri minimalist yaklaşımın onların değerleri üzerindeki değişim süreçleri incelenmiştir. Nitel araştırma deseni ve bu desende uygulanan tekniklerden biri olan odak grup görüşmesi tercih edilmiştir. Katılımcılara minimal hayatı tercih etmeden önceki ve sonraki yaşantılarına dair sorulardan elde veriler değerlendirilmiştir. Genel olarak minimalistler, bu düşünce ve yaşam tarzına yöneldikten sonra kendilerini pek çok konuda özgürleştiklerini, ruhsal dinginlik kazanarak stresten kurtulduklarını belirtmişlerdir.

**Anahtar Kavramlar:** Sosyoloji, Değer, Modernizm, Yaşam Felsefesi, Minimalizm.

#### Abstract

It is seen that individuals who are overwhelmed by the life that continues on the axis of home-work-consumption of the modern age are in search of a meaning. Minimalism, which emerged as a solution to a consumption-based anomie, has become a popular life philosophy today. In short, minimalism refers to living a simple life by removing the excess from one's life. When academic studies on the concept are examined, it is seen that it is mostly dealt with consumption. However, minimalism has a broader scope than this, and includes more subjective issues such as "attributing a value to matter with a different approach". In this study, the change processes of the minimalist approach that individuals who want to get out of the crisis of modern life, which has turned into anomie, on their values, which they see as a way out, are examined. Qualitative research design and focus group interview, which is one of the techniques applied in this design, were preferred. The data obtained from the questions about the participants' lives before and after choosing the minimal life were evaluated. In general, minimalists stated that after turning to this way of thinking and lifestyle, they freed themselves in many ways and got rid of stress by gaining mental calmness.

**Keywords:** Sociology, Value, Modernism, Philosophy of Life, Minimalism.

## GİRİŞ

Yaşam felsefeleri, genel olarak bireylerin hayatı anlamlandırma çabalarının bir sonucu olarak ortaya çıkar.<sup>1</sup> “Bir hayat felsefesi olarak” minimalizm, dünyada aşırı tüketim alışkanlığına karşı duruşu temsil eden, oldukça popüler ve globalleşen bir felsefedir.<sup>2</sup>

Günümüz toplum yapısını inceleyen araştırmalarda bireylerin tüketime meyilli bir yaşam tarzı benimsediği görülür.<sup>3</sup> Bocock bu durumla ilgili olarak “reklamlar aracılığıyla, tanınmamış sabun tozlarından arabalara, içecek, sigara, giyim eşyaları ve mutfak araç gereçlerine kadar her şeyde marka imajları yerleştiğini” belirterek tüketimin gittiği yönü açıkça ifade etmiştir.<sup>4</sup> Öyle görünüyor ki ürünlerin markaları, insan statüsünü belirlemede güçlü bir algı oluşturmaktadır.

Minimalizm kavramı literatürde daha çok tüketim bağlamında ele alınsa da kanaatimizce konu sadece tüketimden ibaret değildir. Nitekim minimalizmi hayat felsefesi olarak kabul eden bireyler, maddiyattan ziyade ruhi zenginleşmeyi önemseyen bir bakış açısını hayatlarının merkezine oturmaktadırlar.<sup>5</sup> Bununla birlikte aşırı tüketimin sonucu olarak meydana gelen çevre sorunları da kişileri minimalist bir yaşama sevk eden diğer bir etmendur.<sup>6</sup> Görünürde minimalist düşünce, maddi açıdan bir azalma hedefi oluştursa da aslında eşyadan düşünceye sirayet ederek insanlar arası ilişkilere de etki etmektedir. Dolayısıyla bu düşünce biçimi insanların yaşam biçimlerini, değerlerini, hayat felsefelerini ve inançlarını da etkilemektedir. Bu yönüyle minimalizmin farklı alanlarda incelenmesine ihtiyaç olduğu görülür. Bu çalışmada bu alanlardan bazıları Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulundan alınan onay (29.09.2021-2021/07) çerçevesinde incelenmiştir.

Minimalizm günümüzde bireyin yaşam biçimini yansıtan bir akım olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu düşüncedeki bireyler hayatlarının amacını fark etme, daha az ile yetinme, daha mutlu bir yaşam, zihnini meşgul eden fazlalıklardan kurtulma, yoğun iş hayatının oluşturduğu sorunları farkına varma ve bu doğrultuda çözümler oluşturabilmeyi amaçlamaktadır. Minimalist yaklaşımı benimseyen birey, hayatındaki normalleri tekrar gözden geçirerek kararlı bir şekilde alışık olduğu konfor alanından çıkıp yeni bir düzen, algı ve değer dünyası inşa eder.<sup>7</sup>

Konu değerler dünyasıyla yakından ilişkilidir. Değer kavramına hem toplumsal hem de bireysel olarak bakıldığında kişilik, kimlik, düşünce ve davranışları etkileyen bir kavram olduğu görülür. Öncelikle değerın ne olduğunu ifade etmek gerekirse, bireyin davranışlarının toplumsal kabulü için bir denge unsuru, bazen otoriter bir konumdaki algılar ve bazen de insanların yaşamına rehberlik eden, önem düzeyleri farklı prensipler olduğu söylenebilir. Konuyla ilgili en yaygın tanım ise, değerlerin “belirli davranışların ya da sonuçların kişisel ya da toplumsal olarak kabul edilebilir olup olmadığına işaret eden ve sürekliliği olan inançlar”<sup>8</sup> olduğu şeklindedir. Ancak değerler sadece soyut duygu ve idealleri değil, aynı zamanda bireyin, bir toplumun veya grubun sahip olduğu somut kültür ürünlerini de içerir.<sup>9</sup> Bu nedenle insanlar atalarından kalan bazı objeleri bu değerlerinden dolayı saklarlar.

<sup>1</sup> Meriç Kükrer, “Minimalizm Anlamalı Bir Yaşam Mı?: Dünyada ve Türkiye’de Minimalist Pratikler”, *FLSF Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, (03 Kasım 2021), 322.

<sup>2</sup> Melek Dağ, *Tüketim Kültürü Bağlamında Bir Yaşam Tarzı Olarak Minimalizm* (Konya: Necmettin Erbakan, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2020), 42-45.

<sup>3</sup> Özer Silsüpür, “Popüler ve Tüketim Kültürü Bağlamında Gazetelerin Hafta Sonu Eklerinde Sundukları Yaşam Tarzları”, *İnönü Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi (İNİF E-Dergi)* 1 (2016), 128.

<sup>4</sup> Robert Bocock, *Tüketim, çev. İrem Kutlukder* (Ankara: Dost Kitabevi Yayınları, 1997), 31.

<sup>5</sup> Seda Taş, “Tüketim Karşısı Yaşam Tarzları: Freeganizm, Gönüllü Sadelik ve Minimalizm”, *Toplum ve Kültür Araştırmaları Dergisi* 6 (2020), 40.

<sup>6</sup> Taş, “Tüketim Karşısı Yaşam Tarzları”, 39-41.

<sup>7</sup> Kükrer, “Minimalizm Anlamalı Bir Yaşam Mı?”, 331.

<sup>8</sup> Lyons, S. (2003) An exploration of generational values in life and at work. Unpublished doctoral dissertation, Carleton University, Canada.

<sup>9</sup> Ümit Aktı, “Tarihi Şahsiyetler ve Mekânların Günümüz Kolektif Tasavvurundaki Değeri ve Yeri (Kütahya İli Örneği)”, *İslam Medeniyeti Araştırmaları Dergisi*, (Aralık 2018), 128.

Değerler, yapısı itibariyle her ne kadar toplumun devamlılığını sağlayan araçlar olsa da zamanla değişim göstermeleri de kaçınılmaz bir durumdur. Hatta bu değişim bireylerin kısa denebilecek kendi hayatları içerisinde sığabilecek kadar hızlı gerçekleşir ve kişinin değerler dünyası da değişebilir.<sup>10</sup>

Araştırmada minimalist olmaya karar veren bireyler devam ettikleri yaşam tarzını bırakıp, yenisini oluşturmak istediklerini belirtmişlerdir. Bu süreçte sahip oldukları değerlerini yeniden bir düşünce süzgecinden geçirip değiştirdiklerini ifade etmişlerdir. Özellikle bu düşünce biçimine göre hayatında değişiklik yapanların, yoğun iş hayatı içerisinde gelen kimselerden meydana gelmesi önemli bir tespittir. Görüldüğü kadarıyla ülkemizde henüz tipolojik bir incelemesinin yapılmamış olması, konunun incelenmesi gerekliliğini ortaya koymaktadır.

Araştırmanın problemi minimalist düşüncenin arka planını toplumsal yansımaları ve kendilerini minimalist olarak ifade edenlerin sahip oldukları tecrübe ve değer algıları üzerinden anlamaya çalışmaktır. Böylece minimalizmle ilgili düşünce ve değerlerin, bunu benimseyenlerin yaşam biçimlerine etkisini ve yapısal olarak bir grup oluşumuna imkân verip vermediğini ortaya koymaktır.

Minimalizmle ilgili mevcut çalışmalar konunun daha çok maddi yönleri olan tüketim, sanat ve mimari ile ilgilidir. Minimalizm yakın zamanların bir düşünce ve yaşam tarzı olması sebebiyle kavramın henüz tanım ve çerçevesinin tam olarak çizildiğini söylemek zordur. Minimalizmle ilgili demografik nitelikli herhangi bir araştırmaya henüz rastlanamamıştır. Özellikle sosyoloji ve din sosyolojisi alanında minimalizmin kavramsal çerçevesi ve minimalist hayat biçimleriyle ilgili çalışmalar da bulunmamaktadır. Araştırmada görüş ve düşüncelerine başvurduğumuz minimalistlerin paylaşmış oldukları bilgi ve düşünceler yapılacak yeni araştırmaları destekler mahiyettedir.

Araştırmanın yöntemi olarak nitel araştırma yöntemlerinden odak grup görüşmesi ve doküman analizi tercih edildi. Araştırmada öncelikle nitel veri analiziyle minimalizm ve benzer kavramlar açıklanmaya çalışıldı. Kendilerini minimalist olarak ifade edenlerden bir odak grup oluşturularak yapılan görüşmelerle araştırma verileri zenginleştirildi. Tamamen gönüllülük esasıyla, katılımcıların kendilerini rahat bir şekilde ifade edebilecekleri bir ortam oluşturuldu. Ardından odak gruptaki kendisini minimalist olarak nitelendiren kişilerin minimalizm hakkındaki görüşleri tespit edilmek üzere önce anket, ardından açık uçlu sorularla bir odak grup görüşmesi yapıldı. Daha sonra odak gruba yöneltilen sorulardan elde edilen cevaplar analiz edildi.

Odak grup en az iki yıldır minimalist yaklaşımı tercih eden ve sosyal medyadaki profillerinde “minimalizm” etiketi bulunan farklı mesleklere mensup gönüllü bireylerden oluşturuldu. Katılımcı görüşmeleri görüntülü olarak online platformdan gerçekleştirildi. Bu görüşmeyle onların yaşam ortamları, değer algılarındaki farklılık ve değişimlerin anlaşılması hedeflendi. Saha uygulaması 02 Ekim 2021 ile 24 Kasım 2021 aylarında tamamlanmıştır.

Verilerin toplanabilmesi için katılımcılar, sosyal medya araçları aracılığıyla tespit edilerek araştırma hakkında yeterince bilgilendirildi. Katılımcıların konuyla ilgili farkındalıklarının üst düzeyde olması nedeniyle uzun bir ikna süreci gerekmedi ve izinleri doğrultusunda veriler çalışmamız için kullanıldı. Odak grup görüşmesi pandemi koşullarından ve katılımcıların farklı yerlerde yaşıyor olmasından dolayı online görüntülü görüşme biçiminde yapıldı. Görüşme sonunda katılımcılar araştırmaya katıldıkları için memnuniyetlerini ifade ettiler.

Odak grup sayısı sınırlı olduğundan ve daha çok veriler doğrudan görüşme yoluyla elde edildiğinden, analiz için herhangi bir veri analiz programı kullanılmamıştır. Katılımcılara yöneltilen sorular dört gruptan oluşmaktadır. İlk grupta katılımcılarla ilgili demografik bilgiler, ikincisinde kişilerin kendi hayatlarındaki deneyimlerini içeren bireysel minimalizm süreçleri,

<sup>10</sup> F. Ayşe Balci - Tuğba Yanpar Yelken, “İlköğretim Öğretmenlerinin ‘Değer’ Kavramına Yükledikleri Anlamlar”, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 39 (2010), 81-90.

üçüncü grupta minimalizm kavramını ne kadar tanıdıklarına dair benzer ve zıt kavramların bilgisine yönelik sorular ve son olarak minimalizm ve diğer toplumsal olgu ve ilişkilerin tespit edilmeye çalışıldığı, minimalizmin felsefi boyutu, inanç ilişkisi ve sosyal medyadaki algısını irdeleyen sorulardan meydana gelmektedir.

## 1. LİTERATÜR

Minimalizm ilk olarak sanat ve mimari alanlarında kendini göstermiş bir terimdir. Sanat çalışmalarına bakıldığında minimalist duruşuyla ön plana çıkan Kazimir Malevich (ö.1935), minimal eser fikrini anlatmak için şöyle der: “Sanat, artık dine ve devlete hizmet etmek istemiyor, (...) Sanat, artık yaşam biçimi tarihini resimlemek istemiyor; artık nesnelere ilgili bir şey yapmak istemiyor; o, artık yalnızca kendisi için ve nesnelere olmaksızın var olabileceğine inanıyor.”<sup>11</sup> “Sanat sanat içindir.” fikrini çağrıştıran<sup>12</sup> bu bakış açısıyla sanatta minimalizm, “bir fikri, en az sayıda renk, valör, çizgi ve benzeri tasarım öğelere indirgemeye çalışmak”<sup>13</sup> veya “doğal haliyle, dışarıdan müdahalenin olmadığı ya da en aza indirilmiş şekilde yapılan çalışmalar”<sup>14</sup> şeklinde de tanımlanır.

“Less is more”<sup>15</sup> azın, çoktan fazla olduğuna ifade eden sloganıyla 1960’larda New York’ta ortaya çıkan minimalizm, gerçek manada 1900’lü yıllarda mimari alanda etkilerini göstermiştir. Minimalizm, eserlerinde görülen ilk etkiler sebebiyle kurucusu kabul edilen mimar Ludwig Mies van der Rohe (ö.1969), “Fakirlik, yoksunluk, eksiklik değildir, minimalizm; aksine bilinçli bir tercihtir. Zor olanı seçmektir, azla çok yapmaktır.”<sup>16</sup> demektedir. İlk temsilcisi sayılan Kazimir Malevich (ö.1935), “Siyah Kare” adlı eseri ile minimalizme dikkat çekmiştir.<sup>17</sup>

Sinema alanında “Minimal Sanat” terimi, 1961 yılında Richard Wollheim (ö.2003) tarafından tanım olarak “içeriği en aza indirgenmiş sanat” şeklinde yapılmıştır. Aynı zamanda 1965 yılında sanat eleştirmeni olan Barbara Ellen Rose’un (ö. 2020) “Art in America” dergisinde yayımladığı “ABC Art” yazısında, dönem içerisindeki yeniliklerin beraberinde getirdiği etkiler sebebiyle sanatta da karşılık bulan “minimum” kavramından bahseder.<sup>18</sup>

Mimari alanda minimalizm sadece gerekli unsurların kullanılmasıyla mükemmel düzlem, zarif aydınlatma ve üç boyutlu objelerin olmamasından kaynaklanan boşluklar arasındaki denge ve bağ ile tarif edilmektedir. Basit geometrik formlar, süslemesiz öğeler, sade malzemeler, yapıların tekrarı ve düzeni ile olabildiğince doğal ışıkla aydınlatma ve temiz bir görünüm elde etmeyi amaçlarlar. İlk olarak Japon geleneğinde ortaya çıkan bu kavram Zen Felsefesine dayandırılmaktadır. Estetik olarak boş ve açık alanı kabul eden Zen Felsefesi,<sup>19</sup> iç duvarları kaldırarak her şeyin en temel düzeyde olmasını amaçlar. Basit ama kaliteli formların, bireyin yaşamında iç zenginliğine sebep olacağını iddia eder.<sup>20</sup>

Minimalizmle ilgili Türkiye’deki çalışmalardan kısaca bahsetmek gerekirse, Pelin Özdoğru “Minimalizm ve Sinema” isimli 2004 yılında minimalist yönetmenler ve sinemadaki yansımalarına dair bir kitap yayımlamıştır. 2019 yılında Nilgün Köksalan, “Minimalist Tüketim” başlıklı makalesinde konuyu minimalizm ile tüketim arasındaki ilişkiyi irdeleyerek araştırmıştır.

<sup>11</sup> H. E. Giderer, *Kavramsal Sanat*, Anadolu Sanat, (Eskişehir: Anadolu Üniversitesi GSF Yayınları), 1995; Barış Aydın, *Bir Kavram Olarak Postminimalizm* (Ankara: Gazi Üniversitesi, Güzel Sanatlar Enstitüsü, Sanatta Yeterlik Tezi, 2019), 38.

<sup>12</sup> Pelin Özdoğru, *Minimalizm ve Sinema* (Türk Sinema Araştırmaları, 2004), 48.

<sup>13</sup> Aydın, *Bir Kavram Olarak Postminimalizm*, 20; Özdoğru, *Minimalizm ve Sinema*, 47.

<sup>14</sup> Özdoğru, *Minimalizm ve Sinema*, 64.

<sup>15</sup> Az çoktur.

<sup>16</sup> Aylin Beyoğlu, “Sanat Eğitiminde Bir Kavram Olarak Mekânın Teknolojik Gelişmelerle Sanatçıların Yapıtlarındaki Başkalaşımı”, *Pamukkale University Journal of Education* 41 (2017), 50.

<sup>17</sup> Dipnot Sanat, “Kazimir Malevich ve ‘Sıfır Biçim’ / Kazimir Malevich and ‘Zero Form’”, 3 Temmuz 2021.

<sup>18</sup> Özdoğru, *Minimalizm ve Sinema*, 47.

<sup>19</sup> Zen Felsefesi: Budizm’in Japonya’da kendini gösterdiği felsefesidir. En belirgin özellikleri aydınlanma yaşamak için meditasyona yönelirler. 20.yy’ın ortalarına doğru Batı’da da etkileri görülmeye başlanmıştır.

<sup>20</sup> Ayşe Betül Gök-tBora Bingöl, “Zen Bahçeleri”, *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi* 1 (2016), 86.

Tüketim kavramına, çeşitlerine, tüketim kültürüne, minimalizm ve minimalist tüketim anlayışına değinmiştir.<sup>21</sup>

2019 yılında yüksek lisans tezi olarak Doğan Zafer Akbulak'ın "Günümüz Tüketim Toplumunda Minimalizm ve Mikro Evler" başlıklı çalışmasında iç mimarlık anabilim dalında resim, heykel, tiyatro, sinema, müzik, edebiyat gibi alanlarda minimalist etkiyi inceleyerek, minimalist zihniyet ürünü olan mikro ev tanımlaması yapmıştır.<sup>22</sup>

Sanatta yeterlik tezi olarak Barış Aydın tarafından 2019 yılında "Bir Kavram Olarak Postminimalizm" adıyla yayımlanan çalışmasında minimalizm, minimalist sanatçılar, kavramsal sanat ve postminimalizm başlıklarına değinmiştir.<sup>23</sup>

Bu araştırmada ele alınan konuya en yakın çalışma Melek Dağ tarafından 2020 yılında yapılmış yüksek lisans tezi olup ancak konu sadece tüketim bağlamında ele alınmıştır.<sup>24</sup> Müellif tüketim, tüketim toplum teorileri, tüketim çeşitleri, minimalizm, Türkiye'de minimalist yaşam, sosyal medya, alışveriş ve moda gibi başlıklarla konuyu incelemiştir. Bu da minimalizmin oldukça yeni ve güncel bir çalışma alanına sahip olduğunu göstermektedir.

2020 yılında Seda Taş tarafından hazırlanan "Tüketim Karşıtı Yaşam Tarzları: Freeganizm, Gönüllü Sadelik ve Minimalizm" başlıklı makalesinin de zikredilmesi gerekir.<sup>25</sup>

Buraya kadar adı geçen çalışmalardan da anlaşılacağı gibi minimalizmle ilgili çalışmalar tüketim kavramına, tüketim çeşitlerine, tüketim kültürüne, minimalizm ve minimalist tüketim anlayışına, resim, heykel, tiyatro, sinema, müzik, edebiyat gibi güzel sanatlar alanlarında minimalist bakış açısının reel yaşam ve sosyal medyadaki yerine değinmektedir. Yapmış olduğumuz bu araştırma da minimalizmle ilgili yukarıda ifade edilen alanlar dışında, literatüre farklı bir bakış açısı ile önemli bir katkı sağlayacaktır.

## 2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Minimalizm kendine ait felsefe ve pratiği ile mimarlık, sanat, bilim, felsefe ve iktisat gibi farklı alanlarda kullanılan bir kavramdır. Kelime anlamı olarak minimal "bir şey için gerekli asgari düzey"<sup>26</sup>, minimum "bir şey için gerekli en az veya en küçük miktar (derece, nicelik), değişken bir niceliğin, inebildiği en alt basamak, asgari"<sup>27</sup> anlamlarına gelir. Minimalizm ise temel olarak "az olanın aslında çok olduğu" düşüncesine dayalı, Fransızca kökenli bir terim olup bir akım adı olarak kullanılmaktadır. Kavram en yakın anlamıyla ilk defa felsefe alanında Hegel tarafından "Sade ama basit olmayan, yalın ama yayvan olmayan bir güzellik anlayışı" şeklinde kullanmıştır. Kant ise, "akla hem de saf bir akla hitabeden ve sadece saf akıl ile haz alınan bir güzellik" şeklinde ifade eder.<sup>28</sup>

Alternatif bir hayat tarzı olarak minimalizm ilk olarak ABD'de internet üzerinden yayılmaya başlamıştır.<sup>29</sup> Aslında İkinci Dünya Savaşı sonrasında birçok sanat dalında yeni akımların meydana gelmesiyle birlikte minimalist düşünce taraftarları, kendilerini tepkisel bir noktada konumlandırmıştır.<sup>30</sup> Zira minimalizm çok kültürlülük, maksimalist sanat anlayışları ve metalaşmaya tepki olarak ortaya çıkmıştır.<sup>31</sup> Hatta sanatçılar tepkilerini daha fazla belli etmek adına eserlerine isim bile koymayarak onları kimliksizleştirme yoluna gitmişlerdir.<sup>32</sup> Süreç

<sup>21</sup> Nilgün Köksalan, "Minimalist Tüketim", *XI. IBANESS Congress Series, Tekirdağ*, 2019.

<sup>22</sup> Doğan Zafer Akbulak, *Günümüz Tüketim Toplumunda Minimalizm ve Mikro Evler* (İstanbul: Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019).

<sup>23</sup> Aydın, *Bir Kavram Olarak Postminimalizm*.

<sup>24</sup> Dağ, *Tüketim Kültürü Bağlamında Bir Yaşam Tarzı Olarak Minimalizm*.

<sup>25</sup> Taş, "Tüketim Karşıtı Yaşam Tarzları".

<sup>26</sup> TDK, 13 Mayıs 2021, "Minimal".

<sup>27</sup> TDK, 13 Mayıs 2021, "Minimum".

<sup>28</sup> Dağ, *Tüketim Kültürü Bağlamında Bir Yaşam Tarzı Olarak Minimalizm*, 42.

<sup>29</sup> Kükrer, "Minimalizm Anlamı Bir Yaşam Mı?", 321.

<sup>30</sup> İlyas Kaya, *Sinemada Minimalizm ve 2000 Sonrası Türk Sinemasında Minimalist Yaklaşımlar* (Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2011).

<sup>31</sup> Dağ, *Tüketim Kültürü Bağlamında Bir Yaşam Tarzı Olarak Minimalizm*, 43.

<sup>32</sup> Dağ, *Tüketim Kültürü Bağlamında Bir Yaşam Tarzı Olarak Minimalizm*, 44.

içerisinde minimalizm sadece sanatta kalmayıp, 1980’li yılların abartılı yaşamlarına karşı tepkisel bir duruşu da sergilemiştir.

Sanayileşme ve üretimin artması, zamanla tüketim toplumunu ortaya çıkarmıştır. Markalar arası rekabet ve moda akımlarıyla ürünler statü göstergesine dönüşmüştür. İnsanlar bu duygularını tatmin etmek üzere daha fazla ürün elde etmek için sınırları zorlayacak derecede çalışmaya başlamıştır. Bu çerçevede özellikle Batı toplumlarının yaşam tarzı “kazan-tüket” kısır döngüsüne dönüşmüştür.<sup>33</sup> Aşırı tüketim zamanla insanların hayatlarının gayesi haline dönüşerek anomik bir hal almıştır. Çıkış yolu olarak yeni bir arayış içerisinde girenler, hayatlarının tümünü kapsayacak şekilde, tüketimden uzak minimalist düşünceyi bir kurtuluş olarak görmüşlerdir. Çünkü minimalizm kendini “tüketim karşıtı” bir duruşla konumlandırarak, “yeterli ve gerektiği kadar tüketimi” savunur.<sup>34</sup> Minimalizmin “modernizm” ile yaklaşık olarak aynı zamanda ortaya çıkmış olması bu tepkisel durumu da açıklar niteliktedir.<sup>35</sup> Hatta günümüzde modernizme bir tepki olarak ve postmodern düşünceden de destek alarak varlığını sürdürdüğü söylenebilir.<sup>36</sup> Ancak tepkisel bir hareket olarak, görünürlüğü itibarıyla minimalizm, insanların daha yeni yeni dikkatini çekmeye başlamıştır.

Kapitalist ekonominin oluşturduğu tüketim kültürü sonucunda ortaya çıkan istifçilik ve bunun bir kişilik bozukluğuna dönüşmüş hali olan dispozofobi (biriktirme hastalığı) olarak bilinen bazı hastalıklar da meydana gelmiştir.<sup>37</sup> Bireyler kullanmadıkları eşyalar ile bağ kurarak, onları depolar.<sup>38</sup> Bu durum yaşam alanlarının küçültmesine, hayat kalitesinin düşmesine sebep olur.<sup>39</sup> Sonuç olarak istifçilikle minimalizmi birbirinin tam zıttı iki farklı anlayış olarak değerlendirebiliriz. Nitekim istifçiler sosyal alanda, “kendilerini toplumdan soyutlayan, iletişim isteği ve becerileri bulunmayan, yalnız, akrabası olmayan ya da akrabalarıyla ilişki kurmayan, ekonomik anlamda alt gelir grubuna dâhil, orta yaşın üzerinde”<sup>40</sup> özelliklere sahip kimselerdir. Kişilerin yalnızlaşmasıyla birlikte eşyalarla daha güçlü bağlar kurmaları onlarda sağlık sorunlarının ortaya çıkmasına sebep olur.<sup>41</sup> Esasen bu durum aidiyet duygusunun aşırılığı yanında, insanı topluma bağlayan bağların da eşyaya doğru yön değiştirmesiyle bağlantılıdır.

Minimalist yaşamın sürdürülebilir olması, bireyin bu yaşam tarzının felsefi altyapısıyla sadeleşmeyi önce zihninde yapmasını gerektirir. Böylece o sadece eşyalarla değil, çevresindeki sosyal ilişkilerde de sadeleşmeyi sağlar.<sup>42</sup> Diğer taraftan minimalizm, yoga ve meditasyon aracılığıyla zihnin rahatlatılabileceğinden de bahseder.<sup>43</sup> Burada dikkat çekici olan yoga ve meditasyonun dini hüviyetinden çıkarılarak zihinsel rahatlatma egzersizine dönüşmüş olmasıdır.

Muhtevastaki felsefi arka plan ve pratiklerle, minimalistlere göre bu düşünce tüketimin, insanın bizzat kendisini tüketmesine bir karşı duruştur. Böyle düşünüldüğünde kısa sürede unutulup gidecek bir akım olmadığı öngörülebilir. İlerleyen dönemlerde de minimalizmin

<sup>33</sup> Esmâ Mutlu, “Tüketim Kültürü Ve Tüketim Kültürünün Güncel Sanat Pratiklerine Yansıması”, (Kastamonu: Kastamonu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sanatta Yeterlik Tezi, 2021), 55-58.

<sup>34</sup> Köksalan, “Minimalist Tüketim”, 637.

<sup>35</sup> Aydın, *Bir Kavram Olarak Postminimalizm*, 35.

<sup>36</sup> A. Fuat Fırat vd., “Postmodernism, Marketing and The Consumer”, *International Journal of Research in Marketing* 11/4 (1994), 311-316.

<sup>37</sup> David Mataix-Cols vd., “Hoarding Disorder: A New Diagnosis for DSM-V?”, *Depression and Anxiety* 27/6 (2010), 371.

<sup>38</sup> Detaylı bilgi için; TLC kanalındaki “Çöp Evler”, TRT kanalında “Temizlik Hastaları”, (<https://www.tlctv.com.tr/temizlik-avcileri>) ve (<https://www.tlctv.com.tr/ufak-tefek-evler>) gibi programlar konuyu hem Dispozofobisi olanlar hem de Obsesif Kompulsif Bozukluğu olanlar tarafından daha anlaşılır bir şekilde anlatmaktadır.

<sup>39</sup> Yakup Gökdaş, “Postmodern Sanat Bağlamında İletişimsizlik ve ‘Çöp Ev’”, *Atatürk Üniversitesi Güzel Sanatlar Enstitüsü Dergisi Journal of the Fine Arts Institute* 19 (2017), 173-175.

<sup>40</sup> Gökdaş, “Postmodern Sanat Bağlamında İletişimsizlik ve ‘Çöp Ev’”, 174.

<sup>41</sup> Fatih Bal, *Obsesif Kompulsif Bozukluk Kapsamında İstifçilik*, 2019, 311.

<sup>42</sup> Kükrer, “Minimalizm Anlamlı Bir Yaşam Mı?”, 329.

<sup>43</sup> Özge Duman Karaboğa, “Modern Yoganın Toplumsal Sınıf ve Toplumsal Cinsiyet Bağlamında Nitel Analizi”, (2019), 51.

sanat, üretim, mimari yanında teknoloji, medya hatta inançla ilgili konularla alakalı olarak da karşımıza çıkması muhtemeldir.<sup>44</sup>

### 3. MİNİMALİST YAKLAŞIMIN DÜŞÜNSEL ARKA PLANI

Minimalizm yaşam biçimine dair uygulamalar yanında düşünsel bir zemine de sahiptir. Örneğin yoga ya da meditasyon gibi egzersizler, onun düşünsel arka planının yansımalarıdır.<sup>45</sup> Nitekim bu egzersizler, özellikle Budist düşünce ve inanışların ibadet ritüelleri ile örtüşmektedir.<sup>46</sup> Örneğin “Transandantal Meditasyon”<sup>47</sup> içeriği ve sunduğu felsefe itibarıyla önemli ölçüde minimalizmle örtüştüğü söylenebilir. Meditasyon yapacak kişilerin aynı zamanda günlük hayatlarında yeme içme gibi tüketim alışkanlıklarını minimize etmeleri, Budist diyet ilkeleriyle benzerlikler göstermektedir.<sup>48</sup>

### 4. MİNİMALİZMİN FARKLI KÜLTÜR VE İNANÇLARLA BENZERLİKLERİ

Çoğu toplumda, yaşam felsefelerinin dini inanışlar ve onlara ait egzersizleri ile karmaşık bir ilişkisi olduğu görülür. Örneğin, transandantal meditasyon ile minimalizm fikrinin benzerliği bu açıdan dikkat çekicidir.<sup>49</sup> İnanç sistemleri ile minimalizm arasında benzer davranışlar, ritüeller ve fikirler arasında rahatlıkla bir bağ kurulabilir. Minimalizme benzer düşünceleri birbirinden farklı kültür, millet ve inançlarda da görmek mümkündür. Japon kültürü, Budizm, İskandinav kültürü, Tayvan Klasisizmi, Stoa Felsefe Okulu, Janteloven ve Tasavvuf gibi yapıların hepsinde minimalist felsefeyle ilişkilendirilebilecek unsurları bulmak mümkündür.<sup>50</sup>

Doğu dinlerinin geneline bakıldığında hakikate ulaşmak için en önemli konu, kişinin kendisini keşfetmesi olduğu bilinmektedir. Zihinsel çalışmalar ile düşüncelerini yönlendirmeye çalışmaları, doğa ile iç içe vakit geçirmeyi tercih etmeleri bunun için yapılan aktivitelerdendir. Hatta manevi hafifleme için maddi ağırlıklardan kurtulmak gerektiğine inanarak kıyafetsiz dolaşanların bile olduğu kaynaklarda zikredilmektedir.<sup>51</sup> Eşya kullanımını en aza indirmek için sadece su taşı taşıdıkları, hatta bazılarının su tasından bile vazgeçerek onun yerine avuçlarını kullananlardan bahsedilmektedir.<sup>52</sup> Böylece gönüllü olarak kendi öğretilerine sadık ideal bir kişilik profiline ulaşmaya çalışırlar.

Yahudilikte minimal fikirlerin izleri görülen topluluklardan biri de mezhepleşme süreci öncesindeki Esseniler’dir. Dünyevileşmeyi reddederek ana akımdan ayrılan bu grup Ölüdeniz civarına yerleşmiştir. Evliliğin bireyleri dini inançlardan uzaklaştırdığını düşünen Esseniler, ömürleri boyunca evlenmeyi tercih etmemişlerdir. Ahiret inancı ile temizlik kavramını bağdaştırmalarından dolayı çok ciddi temizlik ritüelleri bulunmaktadır. Mabet merkezli, münzevi bir yaşamı tercih eden Esseniler, komünal bir yaklaşımla kazançlarını paylaşarak yaşamlarını sürdürmektedirler.<sup>53</sup>

İncil’de Hz. İsa’nın “Mallarınızı satın, sadaka olarak verin. Kendinize eskimeyen keseler, göklerde tükenmeyen bir hazine edinin.”<sup>54</sup> sözü Hıristiyan asketizm anlayışının temelini oluşturur. Dünyadan zevk almanın günah, aileden kalan mirası kendisi için kullanmanın kötü sayıldığı, evlenmek ve çocuk sahibi olmaktan sakınmak gerektiğine inanırlar. Tanrı ile aracısız

<sup>44</sup> Akbulak, *Günümüz Tüketim Toplumunda Minimalizm ve Mikro Evler*.

<sup>45</sup> Serpil Şengün Gürsoy, *Tüketim Toplumu ve Ontolojik Güvenlik Erozyonu Dahilinde Yükselen Akım “Yoga”* (Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2019), 5.

<sup>46</sup> İlknur Uğurlu, *Batı’dan Gelen Doğu Kökenli Akımlar ve Türkiye’deki Faaliyetleri* (Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2011), 21-30.

<sup>47</sup> Uğurlu, *Batı’dan Gelen Doğu Kökenli Akımlar*, 56-74.

<sup>48</sup> Uğurlu, *Batı’dan Gelen Doğu Kökenli Akımlar*, 23.

<sup>49</sup> Vejdi Bilgin, *Din ve Toplum* (İstanbul: Beyan, 2021), 211.

<sup>50</sup> Nihan Ünal, “Minimalizm Felsefesi ve Mekâna Yansımaları”, *Idil Journal of Art and Language* 10/87 (30 Kasım 2021).

<sup>51</sup> Şaban Kuzgun, *Dinler Tarihi*, 2019, d.

<sup>52</sup> Şinasi Gündüz (ed.), *Yaşayan Dünya Dinleri* (İstanbul: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2007), 244-266.

<sup>53</sup> Saime Leyla Gürkan, “Yahudilik”, *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 2013), 43/191.

<sup>54</sup> Kitab-ı Mukaddes (26 Haziran 2021) İncil. Luka: 12: 33.



iletişim kurmak için vasıtalarından kurtulmak fikri doğrultusunda manastırda yaşayarak hakikate ulaşmayı hedeflerler.<sup>55</sup>

Minimalist düşüncenin İslamiyet ile benzerliklerini ifade etmek gerekirse, Hz. Muhammed'in, ümmeti için, "midenin üçte biri yemeğe, üçte biri içeceğe ve diğer üçte biri de (boş kalarak) nefes alıp vermeye ayrılmış olsun."<sup>56</sup> tavsiyesi örnek olarak verilebilir. Ayrıca İslamiyet'teki "zühd" anlayışının, sade yaşam felsefesiyle bağlantıları bulunmaktadır.<sup>57</sup> Tasavvuf anlayışının temelinde ise kendi tabirleri ile mutasavvıf kişiler "bir lokma, bir hırka" ile sade kıyafetler giyerek mütevazı bir hayat yaşamayı, araçları azaltarak amaca yoğunlaşmayı hedeflemişlerdir.<sup>58</sup>

Dinler açısından durum böyleyken, modern topluma geçişle birlikte farklı kuramlar ortaya çıkmıştır. Yirminci yüzyılın en popüler akımlarından biri olan varoluşçu psikoloji geleneğine dayanan "Varoluşçu Psikolojik Danışma Kuramı ve Logoterapi Tekniği" bunlardan biridir.<sup>59</sup> Bu tekniğe ilgi duyanlar, genellikle refah düzeyi yüksek ve normal bir yaşantıya sahip ancak bir anda "anlamsızlık" sorunu ile karşı karşıya kalan bireylerden oluşmaktadır. Logoterapistler özellikle "anlam" kavramı üzerine yoğunlaşır. Böylece bireyi kendi varoluşu üzerine düşündürerek paradoksik ve fobik olaylara karşı düşünce odaklarını değiştirmeyi amaçlar.<sup>60</sup> Bir bakıma bu terapi yöntemiyle kişiyi maddi alanın dışına çıkararak hayatını etkileyecek manevi alanın yeniden inşası yapılmaktadır. Bu bakımdan minimal bir yaşam için onun felsefi alt yapısı olan, manevi alanda da sadeleşme oldukça önemlidir.

## 5. MİNİMALİZME BENZER ANLAYIŞLAR

Minimalist düşünceyle kıyaslandığında yaşam biçimi olarak benzer yaklaşımlar olsa da bunların temelde farklı felsefi fikirlerden kaynaklandığı görülür. Pratik yönüyle minimalizme benzeyen, az ile yetinerek yaşamayı hedefleyen bu yaklaşımlar; Çevreci Yaklaşımlar, Sıfır Atık, Yeşil Tüketim Anlayışı, Freeganizm ve Gönüllü Sadelik olarak tespit edilmiştir. Bu yaklaşımlardan minimalizme benzerliği bakımından gönüllü sadeliğe kısaca değinilebilir.

İlk olarak "gönüllü sadelik" kavramı Gandhi'nin öğrencisi Richard Gregg, tarafından boşa enerji harcamamak ve varlık edinmekten kaçınmak gibi anlamlarda kullanılmıştır. Gregg gönüllü sadeliği "bireyin yaşamında anlamı olamayan eşyalar yığını yok etmesi, aynı zamanda dürüst, sade, samimi bir hayat felsefesini benimsemesi" şeklinde tanımlamaktadır. Kavram sadece Gandhi ve öğrencisiyle sınırlı olmayıp Lao Tzu, Konfüçyüs, Buda, Diyojen ve Tolstoy gibi kişilerin düşünce ve öğretilerinde de yer aldığı görülür.<sup>61</sup> Çevreci akımların 1960'larda popülerleşmesiyle bu kavram yeniden gündeme gelmiştir.<sup>62</sup>

Alternatif tüketim arayışı olarak ortaya çıkan "gönüllü sadelik" kavramı, minimal, sade ve çevreci bir yaşam düzenini geleneksellik üzerinden ifade eder.<sup>63</sup> Minimalizmin ikinci dalgası olarak görülen bu yaklaşım bireyin maddi sıkıntılar sebebiyle yoksul ya da sade bir yaşam sürmesine karşılık, refah düzeyi yükseldiğinde yine sade bir yaşayışa devam etmeyi seçmesi ile alakalıdır. Bireyin refah düzeyinin artmasıyla tüketiminin de doğru orantılı artması beklenirken, o bilinçli ve tepkisel olarak gönüllü sade yaşayış devam ettirir.<sup>64</sup>

<sup>55</sup> Gülen Çetin, "Sosyal Bir Olgu Olarak Hıristiyanlık ve Hinduizmde Asketizm", *Mecmua*, (04 Eylül 2020), 373.

<sup>56</sup> *Diyanet Hadislerle İslam* (İstanbul: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2017), 2/575.; Tirmizi, Zühd, 47.

<sup>57</sup> Semih Ceylan-Kürşat Demirci, "Zühd", *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 2013).

<sup>58</sup> Reşat Öngören, "Tasavvuf", *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 2011).

<sup>59</sup> M. Zeki İlgar-Semra Coşgun İlgar, "Varoluşçu Psikolojik Danışma ve Psikoterapi: Teori ve Pratiği", *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi* 1 (2018), 194.

<sup>60</sup> Ömer Faruk Söylev, *Manevi Bakım ve Danışma Psikolojisi Kavram, Kuram ve Uygulamalar* (Ankara: DİB Yayınları, 2020), 141-144.

<sup>61</sup> Samuel Alexander, "The Voluntary Simplicity Movement: Reimagining The Good Life Beyond Consumer Culture", (ts.), 134-135.

<sup>62</sup> Taş, "Tüketim Karşıtı Yaşam Tarzları", 48.

<sup>63</sup> Nilgün Köksalan-Mustafa Hatipler, "Gönüllü Kölelikten Gönüllü Sadeliğe", (2020), 676.

<sup>64</sup> Yelda Ülker, "Tüketim Karşıtı Bireylerin Çevreci Reklamlara Olan Tutumları", *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*, (2021), 786.

Gönüllü sadeliği benimseyen kişiler genellikle elindekilerin kıymetini bilmeleri ve kullandıkları ürünlerin ömürlerini uzatmaya çalışmalarıyla karakterize olurlar. Bireysel hedefleri “iç dünyada zengin, dış dünyada basit” bir yaşam sürmektir. Ellerinden geldiği kadar doğal ürünlerle geçinmeye çalışırlar. Bu kişiler ekolojik dengenin korunmasını, tüketimin azaltılmasını ve böylelikle üreticilerin de rahatlamasını hedeflerler. Gönüllü sadelik modern toplumun tüketim alışkanlıklarına karşı bireysel bir tepkidir. Hatta gönüllü sadeliğin bir değer sistemi veya bir kültür oluşturduğu da belirtilmektedir.<sup>65</sup> Bu çerçevede bireysel tatmin, maddi olandan ziyade kişisel gelişim ve maneviyata yönelerek sağlanabilir. <sup>66</sup> Gönüllü sadeliğin minimalist düşünceyle arasındaki en belirgin benzerlik, bireylerin vazgeçebilecekleri noktaları belirleyerek asıl vazgeçilmez olanları bulabilmesini sağlamaktır. Her iki yaklaşımda da dışarıdan bakıldığında, kişinin yaşamındaki değişimler rahatlıkla gözlenebilirken, aynı zamanda bir zihin inşası da meydana gelmektedir. İki yaklaşım arasındaki pratikteki görünür benzerlik gönüllü sadelikte refah düzeyinin artmasına rağmen, yaşantının maddi yönden değişmemesi olarak belirginleşirken, minimalizmde ise refah düzeyi belirleyici bir unsur değildir. Alınacak ürünlerin ya da kullanılan eşyaların maliyetinden ziyade sade, az ve uzun ömürlü olması ön plandadır.

## 6. MİNİMALİST DEĞERLERİN YAŞAM PRATİKLERİNE ETKİSİ

Değerin “belli bir şeyi diğerine tercih ettiren etken ya da eğilim”<sup>67</sup> anlamı göz önünde bulundurulduğunda minimalistlerin de hayatlarında seçim yaparlarken kendi oluşturdukları bir değer sistemine göre karar verdikleri görülür. Aşırı tüketim fikrine karşı olmaları değer sistemlerinin önemli bir parçasıdır.<sup>68</sup> İnsani ilişkilerin çıkar ilişkilerine dönüştüğü, insanların statülerini markaların belirlediği, aşırı üretim kaynaklı doğanın zarar gördüğü, kişilerin maddi kazançlarına göre değerlendirildiği modern zamanlarda, minimalistler değerli olanın tüketilenler değil, çevrenin korunması, insana maddi ölçütler dışında, sadece insan olduğu için kıymet verilmesi gerektiğini ifade ederler.<sup>69</sup> Bu bakış açısıyla toplumdaki bazı problemlerin çözülmesi için kutuplaşmadan<sup>70</sup> ziyade farklı fikir ve bakış açılarına saygıyı önemserler.

Minimalizmin yaygınlaşmasında popüler kültürün etkisi görülür.<sup>71</sup> Popüler kültürün en belirleyici değeri kalıcılıktan ziyade çok hızlı tüketim ve değişimdir. İnsanlar bir tüketim yarışı içinde önce aşırı tüketim, sonrasında ise mahrum kalma korkusuyla hayatlarını inşa ederler.<sup>72</sup> Yaşama tatmini sadece maddede arayan ve insanın doğasına aykırı bu süreç, bir süre sonra ruhsal rahatsızlıklara sebep olur. Değerler açısından minimalist düşüncenin tam bu noktada popüler kültüre karşı savaş açtığı söylenebilir. Çünkü söz konusu değerler çerçevesinde şekillenen minimalist yaşam tarzı, kişinin sahip olduğu eşyaları azalttığı ve elinde kalanları da bir düzen içerisinde muhafaza ettiği ve bu şekilde mutlu olmaya çalıştığı bir pratiğe dönüşmüştür. Nitekim minimalist yaşamda hem mimari hem de eşya ve onun yerleşimi açısından sadelik hâkimdir. İhtiyacı kadar kıyafet, aç kalmayacak kadar gıda, kişi sayısına uygun yaşam alanları vb. bu yaşam tarzının temel karakteristiğidir. Söz konusu yaşam tarzı kişinin yeni benimsediği minimalist değerlerle değişen düşünce biçiminden sonra gerçekleşen eylemlerdir.<sup>73</sup> Bu bağlamda minimalizm tüketim eksenli bir yaşam tarzına karşı duruşu ve değerler yapısıyla diğer dini ve kültürel değerlerle etkileşimi kaçınılmazdır. Bu sebeple yapılan çalışma ikisi arasındaki etkileşimi tespit etmek açısından önem arz etmektedir.

<sup>65</sup> Taş, “Tüketim Karşıtı Yaşam Tarzları”, 52; Renata DopieRała, “Minimalism – a New Mode of Consumption?”, *Przeegląd Socjologiczny* 66/4 (2017), 67-83.

<sup>66</sup> Şefika Özdemir, “Tüketim Karşıtı Yeni Yaşam Biçimi Köye Dönüşün Medyada Sunumu: Yeni Köylüler Örneği”, *Erciyes İletişim Dergisi* 7/2 (24 Temmuz 2020), 837.

<sup>67</sup> Geert Hofstede, “Culture’s Recent Consequences: Using Dimension Scores in Theory and Research”, *International Journal of Cross Cultural Management* 1/1 (2001), 11-17; Ali Ulvi Mehmedoğlu, “Din, Dindarlık, Değerler”, *İZÜ Sosyal Bilimler Dergisi* 1/2 (2013), 175.

<sup>68</sup> Ejder Çelik, “Modernleşme Sürecinde Toplumsal Bilincin Dönüşümü ve Eğitim Yönetimine Yansımaları”, *Kalem Uluslararası Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi* 9/2/17 (2019), 526.

<sup>69</sup> Köksalan, “Minimalist Tüketim”.

<sup>70</sup> Kutuplaşma kelimesi burada birbirini anlamaya çalışmayan toplulukları ifade etmek için kullanılmıştır.

<sup>71</sup> İrfan Erdoğan, “Popüler Kültürün Ne Olduğu Üzerine”, *Bilim ve Akıl Aydınlığında Eğitim Dergisi* 5/ (2004), 4.

<sup>72</sup> Ali Arslan, “Medyanın Birey, Toplum ve Kültür Üzerine Etkileri”, *Journal of Human Sciences* 8/1 (2011), 3-5.

<sup>73</sup> Bkz. Marie Kondo-Tiding Up; Marie Kondo, *Derle Topla Rahatla*, çev. Melis Zeren (İstanbul: Epilson Yayıncılık, 2015).

## 7. BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ

Odak grup görüşmesine katılanlar demografik olarak cinsiyet bakımından 3 erkek ve 23 kadın, eğitim düzeyleri % 76'lık bir oranla çoğunluğu lisans mezunu, 23-51 yaş aralığındaki kimselerden meydana gelmektedir. Kadın katılımcıların erkeklere göre sayılarının yüksek olması, örneklemelerin sadece raslantısal seçimlerinden değil, aynı zamanda kadınların daha yüksek oranda minimalist eğilimde olmalarından kaynaklanmaktadır. Katılımcıların %65'inin ekonomik gelir düzeyleri ise aylık ₺ 5.000 ve üzeri, diğerlerinin ise 2000-5000 aralığında bir skalada yer almaktadır. Oransal olarak katılımcıların %88,5'i kadın, %11,5'i ise erkektir. Katılımcıların meslek grupları ise, ev hanımı, öğrenci, yönetici, psikolojik danışman, ekonomist, şehir ve bölge plancısı, barista, satış ve pazarlama uzmanı, öğretmen, elektrik mühendisi, asistan, moda tasarımcısı, tasarımcı, hemşire ve diyetisyen gibi farklılık göstermektedir. Dini inanç olarak, katılımcıların %72'si kendilerini Müslüman olarak belirtirken, %16'sı inanç durumlarını belirtmek istememiş, %12'si ise olmadığını ifade etmişlerdir. Son iki tercihte bulunanların oranları toplamının %28 olduğu düşünülecek olursa bu yaşam tarzını benimseyenlerin değer algıları bakımından oldukça anlamlıdır.

### 7.1. Minimalizme Geçiş Süreci ve Farkındalığı

Katılımcılara kendilerini minimalist olmaya iten sebepler sorulduğunda genel olarak; “eşyaların oluşturduğu stres ve bunalım, psikolojik durum, ekonomik durum, eşyada sadeleşme isteği, istifleme ve tüketimin sonunun olmadığını fark etmeleri, arzulanan huzur, daha çok zaman ve daha ferah alan isteği, doğa dostu bir yaşam sürme isteği, kötü tasarımlar, kalitesiz ürünler, uyumsuz renk kombinasyonları, zamanın verimsizliği sonucu oluşan stres, fayda, sadelik, kendi olma arzusu” şeklinde yanıtlamışlardır.

Minimalizmi tarif etmeleri istenildiğinde genel olarak; “ihtiyaçlar doğrultusunda sürdürülen yaşam, yeterli ve kaliteli olanla yetinme, sade ama basit olmayan, eldekilerin kıymetini bilmek, eşyaya değil hayata ve âna odaklanma, tüketim farkındalığı, az şeyle mutlu olmak, devamlı sadeliği arayan bir yaşam felsefesi, insanın hayattaki varoluş düzeni içerisinde zihinsel ve maddi bakımdan yaratılış amacına uygunluk, az ve özle yetinen bir yaşam felsefesi, gereksiz şeyden kurtularak kaliteli, uzun ömürlü, temiz, basit ve geri dönüştürülebilir bir yaşam, sadelik ve gereklilik, az eşya ve insan ile çok huzur” gibi tanımlamalar yapılmıştır.

Minimalist düşünceye yönelen ve onu bir hayat tarzı olarak benimsemiş katılımcıların yaptığı tanımlamalar ile minimalizm tanımı ve değerleri arasında belirli bir uyum olduğu görülmektedir. Bu da kişilerin genel olarak bilinçli bir şekilde minimalist düşünceyi tercih ettiklerini göstermektedir.

### 7.2. Bireysel Farklılık ve Değişim

Katılımcılara minimalizmi hayatlarında kaç yıldır tecrübe ettikleri sorulduğunda 2 ila 16 yıl aralığında olduğu görülmüştür. Katılımcıların %20'si 4 yıl, %20'si 3 yıl, %15'i 5 yıl, %15'i 2 yıl, %10'u 16 yıl, %10'u 6 yıl, %5'i 10 yıl, %5'i “kendimi bildim bileli” cevaplarını vermiştir.

Katılımcılara özel hayatlarında bir değişime sebep olup olmadığı sorulduğunda; bu soruya olumlu yanıt vermişlerdir. Yaşam mekanlarını başkalarıyla paylaşan katılımcılar kendi odalarında bu yaşam biçimine devam ettiklerini, ortak alanlara ise karışmadıklarını, kendilerini rahatsız eden bazı durumlar olsa da değiştirme gereksinimi duymadıklarını ifade etmişlerdir. Bu duruma eşlerinin veya arkadaşlarının süratli bir şekilde uyum sağladığını, bu durumdan dolayı ilişkilerinde olumsuz bir değişiklik olmadığını söylemişlerdir. Ancak dikkat çekici bir değerlendirme ise, onlar için hediye seçen yakınlarının oldukça zorlandıklarını ifade etmeleridir.

Hayatlarında nelerin değiştiği sorulduğunda katılımcılar; eşyaya kıymet vermemeye, düzenli olmaya, temizliği daha sık ve kısa sürede yapmaya, evlerinde bitki yetiştirmeye başladıklarını ve evlerindeki kalabalığın kalktığını, daha sade olduklarını, aradıklarını daha kolay bulabildiklerini, neyin gerekli neyin gereksiz olduğunu daha rahat görebildiklerini, düşünsel dünyalarına maddi dünyadan daha çok vakit ayırdıklarını ifade etmişlerdir. Ayrıca metaya yani eşyaya bakış açılarının değiştiğini, davranışlar ve ihtiyaçlar arasındaki

uyumsuzluğu fark ettiklerini, doğaya ve insanlığa karşı daha duyarlı bir tüketici olduklarını, eşyalarla kurulan bağın zayıfladığını, kendilerini daha özgür hissettiklerini, önceliklerini ve önem verdikleri şeylerin değiştiğini, nesnelere olan ilişkilerini yeniden gözden geçirdiklerini, kendilerini daha iyi tanıdıklarını, ihtiyaç, istek ve beğenilerini yeniden değerlendirdiklerini, zihnen sadeleşme sağladıklarını ve daha huzurlu olduklarını belirtmişlerdir.

Öncelikler konusunda farkındalıklarının gelişmesiyle harcamalarının azalarak önemli oranda tasarruf ettiklerini, hayır demeyi öğrendiklerini ve minimalizmin hayatlarının altını üstüne getirdiğini ve altının üstünden daha iyi olduğunu gördüklerini, istifleme sorunundan kurtulduklarını, yıllardır televizyon izlemediklerini, her renk ayakkabı, çanta ve kıyafetlerinin bulunmadığını, kafalarının rahat, zaman kaybının az olduğunu, satın alma davranışlarını ve tüketim alışkanlıklarına bakış açılarının değiştiğini ifade etmişlerdir.

### 7.3. Çevrenin Katılımcılarda Gözlemlendiği Değişim

Minimalist bir düşünce ve hayat tarzına yönelen katılımcılara çevrenin tepkileri sorulduğunda; herhangi bir aşırı tepki görmediğini ifade edenler yanında, önemli değişiklikler olduğunu belirtenler de olmuştur. Örneğin elden çıkarmak istedikleri bazı eşyalar için, yakın çevrelerinden bazıları "lazım olur kalsın", bazıları da "fazla eşyalardan temizlenen evlerinin daha düzenli ve huzurlu olduğunu" söylemişlerdir. Bu değerlendirmeyi yapanlar çevrelerinden gelen farklı tepkileri, insanların eşyaya yükledikleri anlamdan kaynaklandığını belirtmişlerdir. Katılımcılardan bazılarının yakın çevresi önce onları psikolojik açıdan rahatsız olduklarını düşünürken, ilerleyen süreçte bu felsefeyi mantıklı bulduklarını ifade etmeleri de kayda değer bir tespittir. Bu soru oransal olarak değerlendirildiğinde, cevaplayanların %50'si olumlu, %25'i ne olumlu ne de olumsuz ve kalan %25'i ise olumsuz tepkiyle karşılaştığı yanıtlarından oluşmaktadır. Minimalist olduktan sonra ilişkilerini değerlendirdiğimiz bu soru neticesinde, bireylerin ilişkilerinde olumsuz bir değişmeden daha çok bir uyum süreci ve bu yaşam tarzını çevrelerine de yansıttıkları söylenebilir.

Katılımcılara minimalist yaşam tarzının hangi açıdan hayatlarına daha çok etki ettiği sorulduğunda, katılımcılar hemen her alanda sadeliği tercih ettiklerini belirtmişlerdir. İhtiyaç dışındaki mutfak eşyalarından kurtulduklarını, oturma odasında ve salonda boşluklar bulunmasından hoşlandıklarını, eşyaların düzenli olmasına önem verdiklerini, aktivite, insanlar ile etkileşim, yemek ve dekorasyon gibi konularda bu yaklaşımı sürdürdüklerini ifade etmişlerdir.

Katılımcılar yaşamlarının her alanında minimalizmi yansıttıklarını ifade etmelerine rağmen, ev dışından başka herhangi bir alanda, mesela iş yerlerinden bahsetmemiş olmaları dikkat çekicidir. Katılımcıların büyük çoğunluğunun kadınlardan oluşması, sonuçların en çok ev ortamıyla ilgili gerçekleşmesini anlamlı kılmıştır.

### 7.4. Minimalizm ve Kimlik İlişkisi

Minimalizmin katılımcıların kimliklerinin oluşumundaki etkisini tespit etmek üzere sorduğumuz soruya verilen cevaplara bakıldığında %65,4'ünün bu düşünceye ait belirli bir kimlikle ön plana çıkmayı tercih ettikleri görülmüştür. Yeni minimalist kimliklerinin en belirgin özelliklerinin, hayatlarındaki "istek" ve "ihtiyaç" dengesini kurarak israftan kaçınmak, sadelik, kargaşadan uzak huzur ve mutluluk arayışı, zamanı iyi değerlendirme, tercihlerinde güçlü ve kararlılık olduğu belirtilmiştir.

Sosyal kimlik inşası açısından minimalist değerler çerçevesinde bir yaşam tercih edenlerin, benzer deneyimleri yaşayanların, bunları paylaşma ihtiyacı hissettikleri oldukça dikkat çekicidir. Kişiler bireysel kimliklerinden sıyrılarak, minimalist değerler etrafında birleşmektedir. Meydana gelen kolektif şuurlara sosyal bir kimlik inşa etme ve düşüncelerini yayma imkânı sağlamaktadır. Minimalist yaklaşımı benimseyen bireylerin çeşitli video, TV

programları ve belgeseller hazırlayarak sosyal medya kanalları vb. farklı mecralarda toplanarak diğer insanlara ulaşmaya çalıştıkları görülür.<sup>74</sup>

Günümüzde medyanın etki ağına baktığımızda sosyal medya paylaşım araçlarının popülerliği şüphe götürmez bir gerçektir.<sup>75</sup> Sosyal medyada minimalizm içerik olarak, genelde minimalist bireylerin hayatın anlamını bulduğu, kendini gerçekten mutlu hissettiği, psikolojik ve ekonomik rahatlama yaşadığı hususlarla ilgili paylaşımlardan oluşur. Bu paylaşımlar hem bu değerlerin yayılmasında hem de bu değerleri benimseyenler ve henüz bilgi sahibi olmayanlar için olumlu etkiye sahiptir.

### 7.5. Minimalizmde Ritüel Oluşumu

Sosyalleşme süreci içinde, minimalist düşünce ve yaşam biçiminin yayılmasıyla ilgili olarak, katılımcıların %95'i çevresindekilere de bu düşünceden ve hayat tarzından bahsederek, onları etkilemeye çalıştıklarını belirtmişlerdir.

Odak gruba Minimalist düşünceyi benimsemelerinden sonra bununla ilgili günlük bir ritüellerinin olup olmadığı sorulduğunda %42,3'ü düzenli bir ritüelinin olduğunu, %38,5'i ise herhangi bir ritüelinin bulunmadığını belirtmiştir. Soruya olumlu cevap verenlere ritüelin ne olduğunu açıklamaları istendiğinde, ortak bir pratik üzerinde ittifak edememiştir. Ancak dikkat çekici olan, katılımcıların kendilerince minimalizmle bağdaştırdıkları bazı pratikleri bu düşüncenin gereği olarak yapıyor olmalarıdır.

Meditasyonun minimalizm düşünce veya yaşam tarzı için gerekliliği sorulduğunda, katılımcıların %65'i iki kavram arasında bir bağ kurmamış, ancak bunlardan bazıları kendilerine göre meditasyon tanımı (ruhun dinginleşmesi, öze dönmek, zihin sadeliğini korumak vb.) yaptıktan sonra meditasyonun belki yardımcı bir unsur ve spor mahiyetinde olabileceğini belirtmişlerdir. Gerekli olduğunu belirten katılımcıların %35'i ise meditasyonu minimalist yaşam felsefesi için bunun bir ritüel gibi gerekliliğini savunmuştur. Onlara göre kişi kendisine ritüel olarak meditasyon veya istediği başka bir pratiği tercih edebilir, inzivaya çekilebilir veya manevi dünyalarını zenginleştirmek için başka herhangi bir pratiği de yapabilir. Dolayısıyla kendini bir taraftan maddi dünya ile arasına mesafe koyarken diğer yandan manevi yönünü geliştirmeye ve zenginleştirmeye çalışır.

Minimalist düşünce ile ritüeller arasındaki ilişki olduğunu düşünen bazı katılımcıların ise fayda merkezli bir yaklaşım içinde oldukları gözlemlenmiştir. Onlara göre meditasyon minimalizm için bir araçtır. Bu ritüeller insana ruhsal doyum, terapi ve ruh sağlığını koruyucu etkisi, manevi gelişime katkı, farkındalık ve zihin dinginliği gibi faydaları bulunmaktadır.

Benzer bir soru yoga için sorulduğunda katılımcıların %70'i minimalist olmak için yogayı gerekli görmediklerini ifade etmişlerdir. Ancak kalan katılımcıların bir grubu yoganın destekleyici nitelikte olduğunu belirtmiştir. Diğer grup ise, yoganın sağlığa faydalı olabileceğini düşünmekle birlikte, yogadan elde edilecek manevi faydaları, kişinin sahip olduğu inancıyla karşılayabileceğini belirterek gerekli görmemiştir. Buraya kadar elde edilen veriler, söz konusu akımın, insanları mutlu etme yolunda bir alternatif olarak gören<sup>76</sup> düşünceyi desteklediği söylenebilir.

### 7.6. Minimalizm ve Gruplaşma

Minimalizmi benimseyen ve fikirlerini yayma konusunda içerik üreten sanal gruplar mevcut olmakla birlikte katılımcılara minimalist bir gruba üyelikleri olup olmadığı sorulduğunda %90,5'i "hayır"; %9,5'i ise "evet" olarak cevaplandırmıştır. Katılımcıların tamamının minimalizm için grup üyeliğini gerekli görmemesi dikkat çekicidir. Zira aynı yaşam biçimi ve onu dizayn eden benzer ortak değerlere sahip insanları bir araya getirecek henüz bir grup yapısının oluşmaması oldukça anlamdır.

<sup>74</sup> Bkz. (*The Minimalist-belgesel, Tiny House Nation-Tv programı, Tidying Up/Maria Kondo-tv programı.*)

<sup>75</sup> Arslan, "Medyanın Birey, Toplum ve Kültür Üzerine Etkileri", 5.

<sup>76</sup> Uğurlu, *Batı'dan Gelen Doğu Kökenli Akımlar*, 21.

Minimalizm adına akademik, entelektüel ya da benzeri çalışmalar yapıp yapmadıkları sorulduğunda; %35'i herhangi bir çalışmasının bulunmadığını, ancak %65'inin ise sosyal medya araçları için bazı içerikler ürettiklerini ve diğer üretilen içerikleri takip ettiklerini belirtmişlerdir.

### 7.7. Minimalizmle İlgili Torik Bilgi Düzeyi

Katılımcılara minimalizm hakkında ne kadar bilgi sahibi oldukları sorulduğunda %42,3'ü detaylı bir şekilde bilgi sahibi olduklarını, %23,1'i sadece oluşturduğu etkilerinden haberdar olduklarını, %19,2'ü ise nasıl ortaya çıktığı ve tarihçesi konusunda bilgi sahibi olduklarını ifade etmişlerdir.

Okumalarında minimalizme ne düzeyde yer verdikleri sorulduğunda ise, katılımcıların %15,4'ü toplam okumaları içinde 'çok', %53,8'i 'orta', %23,1'i ise daha 'az' okuma yaptıklarını ifade ederken, kalan grup herhangi bir okumalarının olmadığını belirtmiştir.

Katılımcılara minimalizmin hayatlarına nasıl girdiği ile ilgili soruya katılımcılar, medya araçları, kitaplar, kullanılan ürünler ve çevresinin etkisiyle oluşan farkındalık şeklinde cevap vermişlerdir. Bazı katılımcılar ise fark etmeseler de hayatlarında minimalizmin hep var olduğunu belirtmişlerdir. Bu iki sorudan anlaşıldığına göre, bu hayat tarzını tercih edenlerin bir kısmı, önce yaptıkları okumalar ile bir bilinç düzeyine ulaştıktan sonra bu düşünceye göre bir yaşam tarzı oluşturmuşlardır. Diğerlerinin ise, onu önce yaşam tarzı olarak tercih edip daha sonra belli bir bilinç düzeyi oluşturmak için gayret içinde oldukları tespit edilmiştir.

Minimalizm ile bağdaşan üç kavramın ne olabileceği ile ilgili soru için katılımcılar birbirinden farklı olarak, "sadelik, tasarruf, düzen, şık, rahat, şükran, farkındalık, az-basit-öz, mutluluk, ihtiyaç, huzur, temizlik, verimlilik, kanaat, kaliteli, dolaysız, dinginlik, kararlılık, yormayan, gereklilik ve yeterlilik" kelimelerini tercih etmişlerdir. Minimalizme zıt üç kavram sorulduğunda ise yine birbirinden farklı olarak "kalabalık, dağınıklık, israf, düzensizlik, salaş, maksimalist, çok, yetmiyor, karmaşa, satın alma, gereksiz, çok-aşırı-fazla, tüketim, sorumsuzluk, kaos, önyargı, ego, eşya, abartı, kapitalizm, çok amaçlı, baş ağrısı, samimiyetsizlik, özgürlük, lüks, çeşitlilik, tüketme, duyarsız kelimelerini kullanmışlardır.

Birden fazla cevap verebilme seçenekleriyle minimalizmin hangi konularla alakalı olduğu sorusuna, %84,6'sı tüketim alışkanlıkları ve günlük yaşam, %80,8'i felsefe, %69,2'si psikoloji, %65,4'ü sosyoloji, %50'si maneviyat, %42,3'ü din, %3,8'i tasarım, %3,8'i popüler kültür ve sosyal medya etkisi, %3,8'i ekonomi ve ekoloji cevaplarını vermiştir. Elde edilen veriler çerçevesinde, katılımcıların ağırlıklı olarak bu hayat tarzını tüketim alışkanlığı ve günlük hayatı ilgilendiren bir yaklaşım olarak algıladıkları görülür. Yaklaşık oranda düşünsel, dini ve manevi boyutla ilişkilendirmeleri de belirli bir bilinç düzeyine bağlı olarak bu hayat tarzını tercih ettikleri kanaati oluşturmaktadır.

Minimalizmle benzeşen kavramlarla ilgili soruda sunulan seçeneklerden, "Freeganizm" kavramını katılımcıların %55'i duymadığını belirtirken, %45'i genel bir tanım yapmıştır. "Çevrecilik" kavramı sorulduğunda katılımcıların %90'ının çevrecilikle ilgili genel bir bilgi sahibi iken, %10'u kısmen bildiğini, %15'i ise özellikle çevreci olduklarını belirtmiştir. "Gönüllü sadelik" kavramıyla ilgili soruya ise katılımcıların %30'u bunu hiç duymadığını belirtmiş, %70'i ise kavramın minimalizmin Türkçesi veya ona eş değer olarak bilinçli, gönüllü ve istekli sadelik anlamlarına geldiğini ifade etmişlerdir. Aynı zamanda minimalizme kıyasla canlıya daha fazla saygıyı ifade eden genel bir tanım yapanlar da olmuştur. "Maksimalizm" kavramı katılımcıların %20'sinin duymadığını belirtmiştir. %80'i ise genel olarak minimalizm ile zıt bir anlama işaret ederek, sanat ve dekorasyon ile bağlantılı gösterişin ve aşırılığın estetik olarak savunulduğu bir yaklaşım veya kavram olarak tanımlamışlardır.

### 7.8. Minimalizmle İlgili Algı Çeşitliliği

Minimalizmin bir mükemmellik arayışı olup olmadığı sorulduğunda katılımcıların %65'i olumsuz yanıtlamış, %25'i duruma göre değişebileceğini ifade etmiş, %10'u ise mükemmellik arayışı olduğunu belirtmiştir. Mükemmellik arayışı görüşünde olanların, yorumlarından bazıları;

“benim minimalizm anlayışım, evet mükemmellik arayışıdır”, “hep daha yalın daha öz haline ulaşmaya çalışırım.”, “kesinlikle içsel alçakgönüllü bir mükemmellik.”, “minimalizmin farklı yorumları var, biri de mükemmelin peşinde olmak.” şeklinde yorumlamıştır.

Literatürde minimalizmle ilgili bazı eleştirilerde, minimalizmin kişiyi bencil bir yaşantıya sürüklediği iddia edilir.<sup>77</sup> Katılımcılara Minimalizm ve bencillik arasındaki ilişki sorulduğunda; %65'i iki kavram arasında bir bağ olmadığını kesin olarak belirtirken %25'i tam emin olamamakla beraber kişiye göre değişebileceğini belirtmiştir. Katılımcıların sadece %10'u bencillikle bir bağ kurarken, kişinin minimalist olmada kendisini öncelemesi ve minimalist yaşamın bazı pratik yönlerinin bireyin kendisini önceleyerek bencilliğe sevk etme imkanının olabileceğini belirtmiştir.

Minimalizme yönelmede cinsiyet faktörünün etkisi sorulduğunda; %35'i cinsiyete göre minimalist olmanın farklılık oluşturmayacağını, %50'si ise cinsiyet farkının etkili olduğunu ve bu akımın kadınlar arasında daha yaygın olduğunu dile getirmiştir. Diğer %15'i ise kararsız kalmıştır.

Minimalizmin kendileri için bir amaç ya da araç olma durumu sorulduğunda, katılımcıların %65'i araç olduğunu, %20'si her ikisinin de olabileceğini, %15'i ise amaç olduğunu belirtmiştir.

Minimalizmin insan psikolojisine yaptığı etkiyle ilgili soruya tüm katılımcılar “olumlu” cevap vermiştir. Özellikle stresi azaltma, huzurlu olma, kendine vakit ayırma, ruhsal dinginlik sağlama, özgürleştirme ve mütevazî olmaya dair etkilerinden bahsetmişlerdir.

Minimalizmin gelecek 10 yıl içerisindeki insanların tercihlerine etkisi üzerindeki tahminleri sorulduğunda, katılımcıların %88,5'i bu akımın daha da yaygınlaşacağı yönünde bir tahminde bulunurken, %11,5'i ise bir ön görüde bulunmamıştır.

### 7.9. Minimalizm ve Medya

Katılımcıların minimalizmin sosyal medyada ve diğer medya platformlarında ne kadar yer edindiğini 5 üzerinden puanlamaları istendiğinde katılımcıların %53,8'lik bir oranla ağırlıklı olarak 3 puan üzerinde yoğunlaştığı görülmüştür. Diğer puanlamalar ise, %19,2si 2 puan, %15,4'ü 1 puan, %7,7'si 4 puan, %3,8'i 5 puan ile değerlendirmişlerdir.

Katılımcıların kendi sosyal medyalarında minimalizmle ilgili paylaşımlarının puanlanması istendiğinde %34,6'sı 4 ve 5 puan, %23,1'i 3 puan, %3,8'i 1 ve 2 puan ile puanlamışlardır. Bu paylaşımlarında katılımcılar, %57,7 Instagram, %26,9 Youtube ve %15,4'i Netflix sosyal medya kanallarını tercih etmişlerdir.

Sosyal medya araçlarının her birinin farklı bir yaş grubuna hitap ettiği dikkate alınacak olursa, dijital yerli olarak isimlendirilen 1980 sonrası doğan kişilerin sosyal medyaya ayak uydurmalarının oldukça kolay olduğu bilinmektedir.<sup>78</sup> Araştırmaya katılanların tercih ettiği sosyal medyalardan birisi olan Instagram'ın 2021 verilerine göre, dünya genelindeki kullanıcılarının %33,8'ini 25-34, %29,3'ünü 18-24 yaş aralığı oluşturmaktadır.<sup>79</sup> Katılımcıların yaş ortalamasının 20-35 (1986-2001 yılları arasında doğan) arasında oldukları dikkate alınır, Instagram sosyal medya aracını tercih eden %63,1 oranındaki katılımcı yaş aralığımızla yukarıdaki verilerin önemli oranda örtüştüğü görülecektir.

### 7.10. Minimalizm ve İnanç İlişkisi

Minimalizm ile dini inanç arasında bir bağ/benzerlik kurmalarına yönelik soruya katılımcıların %35'i ikisi arasında bir ilişki kuramamıştır. %65'i ise, inançların insanı iyi olana

<sup>77</sup> Türk İşi Minimalizm, “Minimalizm Ne Değildir?”, *Türk İşi Minimalizm* (08 Ağustos 2018); Peter Shallard, “Why Minimalism Is Toxic for You and Your Business”, (Erişim 03 Şubat 2022); Hip Digs. “Could Extreme Minimalism Be Selfishness In Disguise? (Erişim 03 Şubat 2022).

<sup>78</sup> Detaylı bilgi için: “Recroadmin, “Dijital 2021 Raporunda Türkiye ve Dünyada İnternet ve Sosyal Medya Kullanımı Karşılaştırması, Ocak 2021”, *Recro Digital* (blog), 23 Nisan 2021.”

<sup>79</sup> Zeo, “2021 İntagram Rehberi: İstatistikler, Algoritmalar ve En Son Güncellemeler”, (07 Aralık 2020).

yönlendirme, mütevazı olma, dünyaya tamah etmeme gibi ahlaki ve manevi ilkelerle minimalizmin pratik ya da felsefi yönü arasında bir benzerlik olabileceği ifade etmişlerdir. İki kavram arasında bağlantı kuranlardan dikkat çeken bir ifade: “Her dinde aşırılığa tepki doğuyor, İslam'da Sofuluk, Hıristiyanlıkta Amışlık, Yahudilikteki Ortodoksluk gibi bazı mezhep ve yaşamlar bunu göstermekte bence. Doğrudan her din ile ilişkili diyemem ama bağdaştığını düşünüyorum.” şeklindedir. Kavramlar arasındaki ilişkiye işaret eden farklı bir görüş ise, minimalizmin inanç sistemlerine kıyasla daha özgür bir alan sağladığından, minimalizmin daha olumlu bir bakış açısına sahip olduğunu ifade etmiştir. Bir başkası ise, dinlerin ve bazı felsefi düşüncelerin esasen minimalizm ve asketizme yönelttiğini söylemiştir.

Minimalizmi bir din ile bağdaştırıp bağdaştırmadıkları sorulduğunda %53,8'i “hayır”, %30,8'i “evet”, %15,4'ü ise “kararsız” cevaplarını vermişlerdir. Soruya olumlu cevap verenlerin bağdaştırdıkları din ile ilgili artan yüzdeler oranlarına göre İslamiyet, Yahudilik, Budizm, Hıristiyanlık, Hinduizm, Şamanlık şeklinde sıralanmıştır.

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Son yıllarda minimalizm bağlamında sade bir yaşam ve meditasyon gibi düşünceye yönelik davranışlar, yoga gibi bedensel hareketlerin dinlerin gölgesinde kalmaması gerektiği fikri ön plana çıkmıştır. Söz konusu pratikler minimalizm gibi akımlar sayesinde insanlar arasında yayılmış ve onların mutluluk arayışlarında motive edici bir işlev görmüştür.

Araştırmada minimalizmle ilgili oldukça farklı konuda veri elde edilmeye çalışıldı. Demografik bakımdan özellikle gelir durumu yüksek kişilerin minimalist olduğu gözlemlenmiştir. Genellikle araştırmaya katılan kadınların minimalist düşünce ve davranışlarda daha çok farkındalık sahibi olduğu, erkeklerin ise davranış itibarıyla minimalist bir yaklaşım gösterebilir bile, düşünsel boyutta farkındalıklarının kadınlara göre daha az olduğu belirlenmiştir. Ayrıca çok farklı meslek gruplarından kişilerin minimalist yaklaşımı benimsemiş olması, minimalist düşüncenin yayılımcı bir potansiyele sahip olduğunu da göstermiştir.

Minimalizm hakkında genel olarak bilgi sahibi olduklarını belirten eden araştırma grubunun, literatür olarak minimalizme benzer ve karşıt kavramları kullanma ve anlamlandırma konusunda aralarında farklılıklar bulunduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların minimalizmi tanımlarken çevreci yaklaşımlar, sıfır atık, yeşil tüketim anlayışı, gönüllü sadelik ve freeganizm gibi benzer kavramlar rahatlıkla sık sık birbirine karıştırdıkları gözlemlenmiştir. Maksimalizm, kapitalizm ve tüketim kavramları gibi karşıt kavramlar hakkında ise yeterli bilgi sahibi olmadıkları tespit edilmiştir.

Minimalizmin ne olduğu hakkında katılımcılardan bazıları için manevi yönüne dikkat çekerken, diğerleri ise tüketim karşıtlığına dikkat çekmişlerdir. Söz konusu yaşam tarzını benimseyenler metaya olan bakış açılarının değiştiğini, özellikle ihtiyaçları ile davranışları arasındaki uyumsuzluğu fark ettiklerini ifade etmişlerdir.

Katılımcılar minimalist düşünmenin başlangıç noktasında, hayatlarını zorlaştırmaya başlayan özellikle fazla eşyadan sıkıldıkları bir zamanda karar verdiklerini ve birçok alışkanlıklarından vazgeçtikleri belirtmişlerdir. Satın alma, tüketme gibi pratik alanlarda görülen değişim, beraberinde onların felsefi ve düşünsel alanlarını da etkilemiştir. Bunun bir kanıtı olarak katılımcıların çoğunun sosyal hayatlarında minimalist kimliklerini ön plana çıkarmaları gösterilebilir.

Bireyler minimalist hayat tarzını benimseyerek bir taraftan düzen ve temizlik konusunda bir davranış değişikliği yaşarken, diğer yandan yoga ve meditasyon gibi uygulamalarla da manevi bir arınma sağlamışlardır. Ancak bu ve benzeri ritüellerin minimalist düşüncenin bir yapıtaşı olmayacağına da altını çizmektedirler. Örneğin meditasyonun kişinin ruhsal ve manevi açıdan gelişiminin bir aracı olarak terapi niteliği taşıdığına dikkat çekilmektedir.

Minimalist yaklaşımın katılımcıları çevresindekilerle etkileşime sokarak sosyalleştirici etkisi de görülmüştür. Bu etki, katılımcıların özellikle yakın çevreleri tarafından ya bu yaklaşımı benimseme veya olumsuz bir tepki göstermeksizin nötr bir tutum olarak tespit edilmiştir.



Minimalist bir hayat tarzını benimseyenler, bu düşünme biçiminin, zihin dünyalarında olumlu etki yaptığını, kendilerini pek çok konuda özgürleştirdiğini, ruhsal dinginlik kazandırdığını, stresi azalttığını, mütevazı bir yaklaşım geliştirmelerine katkı sağladığını belirtmişlerdir. Onların değer dünyalarındaki değişim incelediğinde minimalist düşünce ile inanç sistemleri arasında bazı bağlantılar da görülmüştür. Minimalistler “dini inançlarla açık bir şekilde bağlantı kurmasalar da, bu düşüncenin dünyaya tamah etmeme, insanı iyi olana yönlendirme, mütevazı olmaya teşvik etme, ahlaki ve manevi gelişimi destekleme ve mutluluğa ulaştırma gibi” faydalarından bahsetmektedirler. Nitekim bu yaklaşımın dikkat çeken özelliklerinden biri, farklı inançlara sahip bireylerin, insanın nasıl olması gerektiğine dair bazı ortak değerlere sahip olmalarıdır. Bu tespit çalışmanın problem durumu için oldukça önemli bir çıkarımdır. Böylece minimalist yaklaşım, herhangi bir inanca bağlı kalmaksızın bir ortak değerler sitemi meydana getirme potansiyeline sahip olduğu düşünülebilir. Ayrıca bu düşünceyi benimseyen katılımcıların önemli bir oranda seküler kimselerden meydana gelmesi söz konusu tespiti doğrular niteliktedir. Tespit edebildiğimiz kadarıyla minimalizmin ortaya çıkışında Doğu Dinlerinin belli oranda da olsa etkisi bulunması, daha sonra yapmayı planladığımız çalışma için önemli veriler ihtiva etmektedir.

Grubun önemli bir niteliği olan ortak bir hedefe sahip olmaları bakımından, Minimalist düşünceye sahip bireyleri bir grup oluşturma potansiyeli değerlendirildiğinde, yukarıda ifade edildiği üzere belli bir ortak amaçlarının olduğu görülür. Grubun diğer bir özelliklerinden olan üyeler arasındaki etkileşim, ortak normlara sahip olma gibi özelliklerin de bulunduğu belirtilebilir. Ayrıca bu düşünceye sahip bireylerin minimalist içerikli kaynaklardan düzenli olarak beslenerek ortak hedefler edindikleri, sosyal medya araçlarıyla aralarında belli bir etkileşim sağladıkları, kısmen gruba ait belli normların oluşum aşamasında olduğu söylenebilir. Ancak katılımcılar bir grup aidiyeti belirtmediklerinden somutlaşmış bir grup yapısından söz etmek şu an için zor görünmektedir. Ancak medyada tespit edilen minimalist bloglar, sosyal ağlardaki “nasıl minimalist olunur?” başlıklı dersler, özetle reel ve sosyal alandaki etkileşimler bu düşünceye sahip bireylerin grup teşkil etme potansiyeline sahip olduğu kanaatini güçlendirmektedir. Hatta daha sona yapacağımız çalışmada araştırma örneklemini genişletilerek, bu potansiyelin olasılığı yeniden ele alınabilir. Nitekim minimalistler bu düşüncenin zamanla yaygınlaşacağına dair ortak bir düşünceye sahiptir. Ayrıca katılımcıların eski hayatlarına geri dönmek gibi bir fikirlerinin olmadığı da tespit edilmiştir.

Yaptığımız araştırmada konunun daha geniş bir evren ve örneklem düzeyinde geliştirilmeye müsait olduğu görülmüştür. Türkiye genelini kapsayacak bir evren ve daha çeşitli ve fazla oranda bir örnekleme konu yeniden ele alınabilir. Nitekim bu düşüncenin inanç sistemleriyle olan bağı ve bu bağların bireyler üzerindeki etkisi henüz çalışılmamış konulardır. Başlangıç seviyesi olarak düşündüğümüz bu çalışmanın daha sonraki araştırmalara ışık tutmasını ümit ederiz.

#### KAYNAKÇA

- Akbulak, Doğan Zafer. Günümüz Tüketim Toplumunda Minimalizm ve Mikro Evler. İstanbul: Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019.
- Aktı, Ümit. “Tarihi Şahsiyetler ve Mekânların Günümüz Kolektif Tasavvurundaki Değeri ve Yeri (Kütahya İli Örneği)”. *İslam Medeniyeti Araştırmaları Dergisi*, 3/2 (Aralık 2018), 124-148. <https://doi.org/10.20486/imad.501277>
- Alexander, Samuel. “The Voluntary Simplicity Movement: Reimagining The Good Life Beyond Consumer Culture”, *Journal of Consumer Culture* 12/1 (Nisan 2012), 18. <https://doi.org/10.1177/1469540512444019>
- Arslan, Ali. “Medyanın Birey, Toplum ve Kültür Üzerine Etkileri”. *Journal of Human Sciences* 8/1 (Aralık 2011), 1-12.
- Aydın, Barış. *Bir Kavram Olarak Postminimalizm*, Ankara: Gazi Üniversitesi, Güzel Sanatlar

- Enstitüsü, Sanatta Yeterlik Tezi, 2019.
- Bal, Fatih. "Obsesif Kompulsif Bozukluk Kapsamında İstifçilik", *XI. IBANESS Kongreler Serisi*, 2019.
- Balci, F. Ayşe-Yelken, Tuğba Yanpar. "İlköğretim Öğretmenlerinin 'Değer' Kavramına Yükladıkları Anlamlar" *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 39 (2010), 81-90.
- Beyoğlu, Aylin. "Sanat Eğitiminde Bir Kavram Olarak Mekânın Teknolojik Gelişmelerle Sanatçıların Yapıtlarındaki Başkalaşımı". *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakülte Dergisi* 41 (Ocak 2017), 47-59. <https://doi.org/10.9779/PUJE780>
- Bilgin, Vejdi. *Din ve Toplum*. İstanbul: Beyan Yayınları, 2021.
- Bocock, Robert. *Tüketim*. çev. İrem Kutluk. Ankara: Dost Kitabevi Yayınları, 1997.
- Ceylan, Semih- Demirci, Kürşat. "Zühd". *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi* 44/ 530-533, İstanbul: TDV Yayınları, 2013.
- Çelik, Ejder. "Modernleşme Sürecinde Toplumsal Bilincin Dönüşümü ve Eğitim Yönetimine Yansımaları". *Kalem Uluslararası Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi* 9/2/17 (2019), 522-547. <https://doi.org/10.23863/kalem.2019.138>
- Çetin, Gülen. "Sosyal Bir Olgu Olarak Hıristiyanlık ve Hinduizmde Asketizm". *Mecmua* 10. (Güz 2020) <https://doi.org/10.32579/mecmua.776703>
- Dağ, Melek. *Tüketim Kültürü Bağlamında Bir Yaşam Tarzı Olarak Minimalizm*. Konya: Necmettin Erbakan, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2020.
- Dipnot Sanat. "Kazimir Malevich ve "Sıfır Biçim" / Kazimir Malevich and "Zero Form", Erişim 3 Temmuz 2021. <https://www.dipnotsanat.com/resim/kazimir-malevich-ve-sifir-bicim-kazimir-malevich-and-zero-form/>
- Diyanet Hadislerle İslam. 2 Cilt. İstanbul: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2. Baskı, 2017.
- Duman Karaboğa, Özge. "Modern Yoganın Toplumsal Sınıf ve Toplumsal Cinsiyet Bağlamında Nitel Analizi", Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019.
- Erdoğan, İrfan. "Popüler Kültürün Ne Olduğu Üzerine". *Bilim ve Aklın Aydınlığında Eğitim Dergisi* 5/57, (Ocak 2004), 1-18.
- Fırat, A. Fuat vd. "Postmodernism, Marketing and The Consumer". *International Journal of Research in Marketing* 11/4 (1994), 311-316. [https://doi.org/10.1016/0167-8116\(94\)90009-4](https://doi.org/10.1016/0167-8116(94)90009-4)
- Gök, Ayşe Betül-Bingöl, Bora. "Zen Bahçeleri". *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi* 1 (2016), 84-93.
- Gökdaş, Yakup. "Postmodern Sanat Bağlamında İletişimsizlik ve 'Çöp Ev'". *Atatürk Üniversitesi Güzel Sanatlar Enstitüsü Dergisi Journal of the Fine Arts Institute* 19 (2017), 173-175.
- Gündüz, Şinasi (ed.). *Yaşayan Dünya Dinleri*. 1 Cilt. İstanbul: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2007.
- Gürkan, Saime Leyla. "Yahudilik". *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi*. 43/187-197. İstanbul: TDV Yayınları, 2013.
- Gürsoy, Serpil Şengün. *Tüketim Toplumu ve Ontolojik Güvenlik Erozyonu Dahilinde Yükselen Akım "Yoga"*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2019.
- Hip Diggs. "Could Extreme Minimalism Be Selfishness In Disguise? Erişim 03 Şubat 2022. <https://www.hipdiggs.com/extreme-minimalism/>

- Hofstede, Geert. "Culture's Recent Consequences: Using Dimension Scores in Theory and Research". *International Journal of Cross Cultural Management* 1/1 (2001), 11-17. <https://doi.org/10.1177/147059580111002>
- İlgar, M. Zeki-İlgar, Semra Coşgun. "Varoluşçu Psikolojik Danışma ve Psikoterapi: Teori ve Pratiği". *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi* 1 (2018), 193-220.
- Kaya, İlyas. Sinemada Minimalizm ve 2000 Sonrası Türk Sinemasında Minimalist Yaklaşımlar. Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2011.
- Kitab-ı Mukaddes. 26 Haziran 2021. <https://sahneleme.incil.info/referans/Luka+12:1>
- Kondo, Marie. *Derle Topla Rahatla*. çev. Melis Zeren. İstanbul: Epsilon Yayıncılık, 2015.
- Köksalan, Nilgün-Hatıpler, Mustafa. "Gönüllü Kölelikten Gönüllü Sadeliğe", *XIV. IBANESS İktisat, İşletme ve Yönetim Bilimleri Kongreler Serisi*, Plovdiv, 2020.
- Köksalan, Nilgün. "Minimalist Tüketim". *XI. IBANESS Congress Series*, Tekirdağ, 2019.
- Kuzgun, Şaban. *Dinler Tarihi*, İstanbul: Bilge Kültür Sanat, 2019.
- Kükrcer, Meriç. "Minimalizm Anamlı Bir Yaşam Mı?: Dünyada ve Türkiye'de Minimalist Pratikler". *FLSF Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*. (Haziran 2021) <https://doi.org/10.53844/flsf.955357>
- Mataix-Cols, David vd. "Hoarding Disorder: A New Diagnosis for DSM-V?" *Depression and Anxiety* 27/6 (2010), 556-572. <https://doi.org/10.1002/da.20693>
- Mehmedoğlu, Ali Ulvi. "Din, Dindarlık, Değerler". *İZÜ Sosyal Bilimler Dergisi* 1/2 (2013), 173-189.
- Mutlu, Esmâ. "Tüketim Kültürü Ve Tüketim Kültürünün Güncel Sanat Pratiklerine Yansıması", Kastamonu: Kastamonu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sanatta Yeterlik Tezi, 2021.
- Öngören, Reşat. "Tasavvuf". *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi*. 40/119-126. İstanbul: TDV Yayınları, 2011.
- Özdemir, Şefika. "Tüketim Karşıtı Yeni Yaşam Biçimi Köye Dönüşün Medyada Sunumu: Yeni Köylüler Örneği". *Erciyes İletişim Dergisi* 7/2 (Temmuz 2020), 833-852. <https://doi.org/10.17680/erciyesiletisim.698143>
- Özdoğru, Pelin. *Minimalizm ve Sinema*. Türk Sinema Araştırmaları, İstanbul: Es Yayınları, 2004.
- Peter Shallard. "Why Minimalism Is Toxic for You and Your Business". Erişim 03 Şubat 2022. <https://www.petershallard.com/why-minimalism-is-toxic-for-you-and-your-business/>
- Renata Dopierala. "Minimalism – a New Mode of Consumption?" *Przeegląd Socjologiczny* 66/4 (2017). <https://doi.org/10.26485/PS/2017/66.4/4>
- Silsüpür, Özer. "Popüler ve Tüketim Kültürü Bağlamında Gazetelerin Hafta Sonu Eklerinde Sundukları Yaşam Tarzları". *İnönü Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi (İNİF E-Dergi)* 1 (2016), 122-138.
- Söylev, Ömer Faruk. *Manevi Bakım ve Danışma Psikolojisi Kavram, Kuram ve Uygulamalar*. 1 Cilt. Ankara: DİB Yayınları, 2020.
- Taş, Seda. "Tüketim Karşıtı Yaşam Tarzları: Freeganizm, Gönüllü Sadelik ve Minimalizm". *Toplum ve Kültür Araştırmaları Dergisi* 6 (2020), 38-64.
- TDK, 13 Mayıs 2021. <https://sozluk.gov.tr/?kelime=minimal>
- TDK, 13 Mayıs 2021. <https://sozluk.gov.tr/?kelime=minimum>
- Türk İşi Minimalizm. "Minimalizm Ne Değildir?" Erişim 03 Şubat 2022. [https://www.turkisiminimalizm.com/post/minimalizm\\_ne\\_degildir](https://www.turkisiminimalizm.com/post/minimalizm_ne_degildir)

- Uğurlu, İlknur. Batı'dan Gelen Doğu Kökenli Akımlar ve Türkiye'deki Faaliyetleri. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2011.
- Ülker, Yelda. "Tüketim Karşıtı Bireylerin Çevreci Reklamlara Olan Tutumları". *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*. (Nisan 2021) <https://doi.org/10.18094/josc.877887>
- Ünal, Nihan. "Minimalizm Felsefesi ve Mekâna Yansımaları". *Idil Journal of Art and Language* 10/87 (Kasım 2021). <https://doi.org/10.7816/idil-10-87-03>
- Zeo. "2021 Instagram Rehberi: İstatistikler, Algoritmalar ve En Son Güncellemeler". Erişim 17 Ocak 2022. <https://zeo.org/tr/blog/2021-instagram-rehberi/>