**Hasan Yalnızoğlu’ndan Çok Konuşulacak Kitap: ‘Öğrenilmiş Duygular’**

Çok yönlü sanatçı **Hasan Yalnızoğlu ‘Öğrenilmiş Duygular’** adlı kitabıyla sevenleriyle buluştu. **Destek Yayınları**’ndan çıkan kitapta kişisel gelişim üzerine deneyimlerini paylaşan **Yalnızoğlu, “Güç, cesaret, disiplin, istikrar, neşe ve mutluluk genetik miraslar değildir. İyi duygular da tıpkı olumsuz duygular gibi sonradan öğrenilir”** diyor.

Yaşam deneyimlerini paylaşan Hasan Yalnızoğlu, kitabında **başarının sırlarını anlatırken, sporun** **yararlarından mizahın iyileştirici gücüne, diyet** **programlarından** **‘Öğrenilmiş Duygular’**a yolculuk yaptırıyor!

Yalnızloğlu’nun yalın bir dille kaleme aldığı kitapta sanatçı, ailesiyle anılarından, Anadolu Ateşi’nde başdansçılığa yükselmesine, Survivor macerasından, oyunculuk kariyerinde elde ettiği başarının sırlarına yer verirken; **Mustafa Kemal Atatürk, Peyami Safa, Yahya Kemal Beyatlı, Zülfü Livaneli, Özdemir Asaf, Aziz Nesin, Yaşar Kemal** gibi önemli şahsiyet ve yazarların özlü sözlerine de yer veriyor.

**Değişimin önemine dikkat çeken Yalnızoğlu, “Değişim Rüzgarları”ndan bahsederken, Peyami Safa’nın “Yaşlanarak değil, yaşayarak tecrübe kazanılır… Zaman insanları değil, armutları olgunlaştırır… “** ünlü sözünü hatırlatıyor…

Hasan Yalnızoğlu kitabının önsüzünde;

**“Herkesin yaşamöyküsü, kocaman kıymetli bir kitaptır…**

**Bazılarının hikayesi mutlu sonla biter. Bazılarınınki ise hayli acıklıdır… Öyleleri vardır ki onların hikayelerinin sonu yoktur… Hiç bitmez… Anlatılır, konuşulur, okunur durur. Yaşamlarımızdaki kırılma noktalarında aldığımız kararlar ve yaptığımız seçimler hikayelerimizi ya sonsuzlaştırır ya da kırıldığı noktada bırakır…**

**“Yaşamak” , kaderi şansa kalmış sarhoş sandallar gibi suda sürüklenmek değildir. Bana göre hayatın en büyük sırrı o sandalın küreklerinin kişinin kendi elinde olduğunun keşfetmesidir!**

**Gerisi derya deniz… “** diyerek mutluluğun birazda insanın kendi elinde olduğuna dikkat çekiyor!

**“Geçmişinle ya da içinde bulunduğun durumla kavga ederek hedeflerine sağlık ve neşeyle yürüyemezsin. Hayatı boyunca yaşadığı hiçbir olumsuzluğu affetmemiş ya da bütün bunları unutmayı tercih etmemiş bir insanı kazanacağı başarılar da mutlu etmeyecektir. Hesap defterlerini sürekli cebinde taşıyan ve her fırsatta hayatla ödeşmek tavrında olanlar, gerçeğe dönüştürdüğü hayalleriyle tatmin bulamazlar.**

**Bağışlamayı ve unutmayı bilmeyen birini hiçbir zafer mutlu etmez.”**

diyerek mutluluğun formülüne değinen **Yalnızoğlu,** dansçılıktan elde ettiği kazaçla nasıl ev sahibi olduğunu da tüm samimiyetiyle anlatıyor.

**Hasan Yalnızoğlu**’nun kaleme aldığı editörlüğünü **Özlem Esmergül’ün** yaptığı **“ÖĞRENİLMİŞ DUYGULAR”** da öfke kontrolü’nden bedene saygı’ya, çalışmanın kutsallığından ilişkilerde aşk yanılgısına cevaplar bulmak mümkün.

**‘ÖĞRENİLMİŞ DUYGULAR’ seçkin kitapçılarda…**

**Destek Yayınları/ Kişisel Gelişim/191syf./14 TL**