

# Daniel Duclos trace le chemin du bonheur

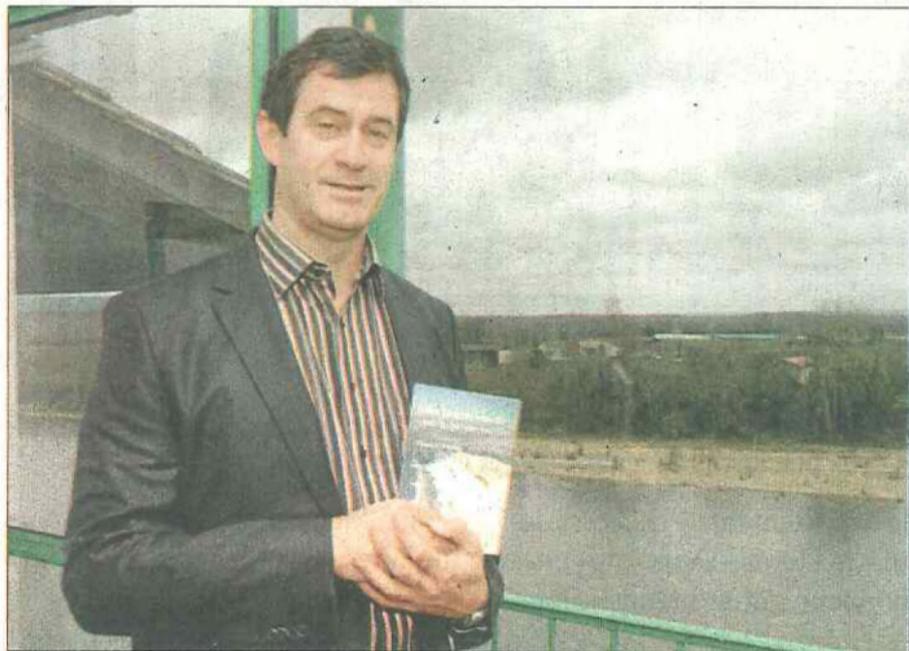


Photo Le Républicain: B. P.

sée positive» publié aux Editions Terre des Graves. Il est diffusé nationalement et est édité à 6.000 exemplaires

## ► «Plus loin dans la théorie»

Il le présentera lors d'une conférence publique le 10 mars à 19h à La Manoque de Tonneins (entrée libre). «En 2001, j'avais écrit un premier livre sur la pensée positive, dit-il. Cette fois je vais plus loin dans la théorie, j'ai évolué et acquis par l'expérience une meilleure compréhension des choses.»

Cela fait 25 ans que ce chef d'entreprise tonneinquois, président du directoire du groupe Acces Industrie, étudie cette quête du

bonheur par l'épanouissement personnel. «Cela passe par trois piliers: l'étude, la méditation et le pouvoir du mantra ou l'autosuggestion que j'avais développé dans le premier ouvrage.»

Son message est: «Soyez votre propre maître, votre propre lumière». Plutôt qu'un guide philosophique ou spirituel, il s'agit pour l'auteur de présenter «des outils utilisables dans la vie quotidienne avec un peu de théorie pour comprendre. L'idée de partager ces outils peut paraître prétentieuse mais on m'a souvent demandé comment par exemple gérer le stress, la peur, la colère...». Il développe l'idée que «c'est notre intérieur qui conditionne

l'extérieur. Notre société a tendance à cultiver l'insatisfaction permanente. Je préconise de cultiver la satisfaction de ce que nous avons et de nous concentrer sur les choses positives que l'on a pour ne pas créer un climat de souffrance, de manque. Je n'ai pas de message universel, je m'adresse simplement aux gens que ça intéresse.» Daniel Duclos explique aussi qu'il met en pratique ces clés dans sa vie professionnelle: «Dans les crises que j'ai traversées, notamment en 2002 où elle était féroce, la pensée positive m'a permis de sauver l'entreprise. C'est cela qui me permet de rester énergique et de gérer le mental dans ce que je fais.»

Daniel Duclos: «Les clés du bonheur, c'est d'abord arrêter les clés du malheur.»

Daniel Duclos a présenté mardi 22 février son second livre sur le développement personnel: «Bonheur et réussite par la pen-