

# Le coin lecture de Nath

Blog littéraire , l'envie de partager mes lectures.

*Un grand merci à Actes Sud, la joie de retrouver la plume de Frédérique Deghelt*

## *Sankhara - Frédérique Deghelt*



Actes Sud

Parution : 8 janvier 2020

Domaine français

Pages : 400

Prix : 21.80 €

### *Présentation de l'éditeur*

Sans aucune attirance pour ce genre de pratique et par hasard convaincue par un ami, Hélène qui traverse avec son mari un passage très difficile, part pour onze jours s'enfermer dans le silence d'une méditation Vipassana. De cela, elle ne dit rien à personne. Elle laisse ses

enfants, des jumeaux de 5 ans, en ayant auprès d'eux méticuleusement organisé son absence mais son mari Sébastien ne peut comprendre cet abandon qu'il interprète comme une trahison. Pendant 11 jours Hélène va découvrir le fonctionnement de tout être grâce à son étrange retraite. Sébastien, de son côté, traverse littéralement un chaos, intime et professionnel. Hélène revient le 16 septembre 2001. Ce livre confronte le plus intime au plus politique des engagements humains. Il interroge ce que l'individu peut espérer trouver en lui de ressources et de conscience pour tenter de voir et de dire le monde sans être abusé par la conformité et le pouvoir des médias.