

NOTE D'INTENTION DE *PRĀNA*

21 ans, premier contrat signé dans une société audiovisuelle du deuxième arrondissement de Paris. J'ai découvert avec joie mes missions d'assistante de producteur. Ingénue, j'ai constitué avec passion mes dossiers de production, trimé à la bonne distribution en salle d'un film cannois en travaillant une cinquantaine d'heures par semaine. À cela, s'est ajoutée la découverte des lois difficiles qui régissent le monde du travail. Dans un métier passion avec un patron quelque peu envahissant, j'ai dû apprendre à allier volonté de bien faire et capacité à dire non. Malheureusement, toute la bonne volonté du monde est parfois insuffisante, mon premier contrat pro s'est soldé par un échec cuisant. Sept mois plus tard, j'ai été arrêté pendant un trimestre par mon psychiatre. Incapable d'y retourner, j'ai démissionné pour burn-out. Xena est une ébauche de mon moi, qui tente de trouver un équilibre dans ce monde délirant, effréné et malgré tout merveilleux quand il est apprivoisé. La recherche de sens et d'équilibre dans le monde du travail est une pierre angulaire des décennies à venir puisque c'est un mal en pleine croissance.

Pour trouver mon équilibre, j'ai usé de toutes les techniques possibles et imaginables. Thérapie psychanalytique, thérapie cognitive et comportementale, psycho bio acupuncture, kinésiologie, hypnose, course à pied et enfin Yoga et méditation qui auront eu raison de moi. Ces deux dernières disciplines font dorénavant partie intégrante de mon quotidien. Le yoga, une pratique trendy, dont l'engouement semble ne jamais tarir, est malheureusement aujourd'hui porté par des valeurs mercantiles en contradiction avec son essence même. Le yoga n'est ni une thérapie ni une gymnastique. C'est une philosophie qui permet de retrouver l'essentiel dans un monde bouleversé. Prāna dans l'ancienne tradition du yoga est l'énergie vitale qui existe dans toute chose. Cette énergie qui nous relie à l'univers tout entier, constitue une force sous-jacente de notre bien-être physique, mental et spirituel.

Ma mini-série a pour objectif de mettre en lumière les dérives liées à la violence au travail, tout en explorant l'appel croissant au bien-être. Cet appel, qui a donné naissance à de nouvelles méthodes de soin et à une multitude d'ouvrages sur le développement personnel, est aujourd'hui perçu comme une véritable nécessité. De plus en plus d'individus ressentent le besoin d'être accompagnés, guidés, dans leur quête d'une sérénité. *Prāna* incarne également cette mise en scène des limites franchies dans le cadre professionnel, illustrant l'urgence de dire « stop » pour retrouver son espace personnel.

Vendredi soir, 21 h 30, Xena se détend devant un match de M.M.A. Le téléphone sonne : Guillaume, son patron, a besoin d'aide pour boucler un dossier de toute urgence. Petit problème, Xena est déjà en week-end et ça depuis 17 h 30. Malgré l'insistance, Xena refuse de répondre. Elle débute à la place, une séance de méditation un peu spéciale : un programme immersif qui a vocation de l'accompagner dans la lutte contre ses démons et l'affirmation de sa personne. Accompagnée par une femme âgée – son guru, elle doit trouver en elle, les ressources nécessaires pour mettre un terme définitif aux abus de son patron. Définitif et radical.

L'esthétique de *Prāna* mêle diverses inspirations à une mise en scène aseptisée, où chaque espace est conçu dans une approche minimaliste et géométrique. Lignes pures, compositions symétriques et surfaces épurées construisent un univers froid et structuré, où l'ordre apparent masque une tension latente. Ces décors, quasi-cliniques, sont volontairement dépouillés, renforçant une sensation d'isolement et de vide.

Récemment, la série *Severance* m'a profondément marquée par sa manière de manipuler le temps à travers des outils technologiques issus de différentes époques. Bien que son intrigue se déroule aux alentours des années 2020, l'entreprise Lumon, à la pointe de l'innovation, fait travailler ses employés sur des ordinateurs datant de plusieurs décennies. Dans cette même veine, Xena, notre héroïne, regarde la télévision sur un écran cathodique, utilise un téléphone à fil et travaille sur un vieil ordinateur, brouillant ainsi les repères temporels. Ce contraste entre des objets d'un autre temps et des espaces futuristes est renforcé par un travail approfondi sur la lumière et les ombres. Inspiré du clair-obscur, je souhaite jouer avec des sources lumineuses tranchées, où des faisceaux nets découpent l'espace et projettent des ombres marquées. Ce jeu de contraste accentue le sentiment d'inquiétante étrangeté des lieux, enveloppant certains personnages dans une obscurité partielle tout en exposant brutalement d'autres, renforçant l'idée d'une dualité constante entre contrôle et chaos.

Le film *American Psycho*, célèbre pour ses éclaboussures de sang et son yuppie totalement dérangé, Patrick Bateman, a également influencé l'esthétique de *Prâna*. Ici, la violence surgit brutalement, souillant ces espaces ordonnés et impeccables. À l'image de ce film culte des années 2000, le sang gicle et tranche avec la rigueur visuelle ambiante.

Titulaire d'une licence en Pratique et Esthétique du Cinéma à l'université Paris 1 Panthéon-Sorbonne, j'ai poursuivi en 2021 par un master spécialisé en production audiovisuelle. Dans ce cadre, j'ai écrit ma première mini-série de 20 épisodes de 2 minutes, une expérience qui a ravivé ma passion pour le genre sériel. Depuis l'enfance, les séries rythment mon quotidien – ces récits qui nous accompagnent chaque soir en rentrant de l'école – et tissent un lien unique avec des personnages qui grandissent et évoluent avec nous. Désireuse d'explorer cet univers plus en profondeur, j'ai intégré le Master 2 Métiers du Scénario et de la Direction Littéraire à Sorbonne Université. En alternance chez Canal+ International, je me suis formée à l'écriture de formats sériels pendant un an. Aujourd'hui, je souhaite faire de cette passion mon métier et devenir scénariste de série.