

# O treinamento para tornar-se uma atriz: dos exercícios à criação de um espetáculo

## The training to become an actress: from the exercises to the performance creation

*Entrevista com Roberta Carreri*<sup>1</sup>

*Por: Marilyn Clara Nunes*<sup>2</sup>

*e Lúcia Regina Vieira Romano*<sup>3</sup>

## Resumo

Nesta entrevista, Roberta Carreri, atriz do grupo Odin Teatret, partindo de sua perspectiva pessoal, debruça-se sobre o treinamento da atriz e do ator, apresentando como este lhe foi transmitido no grupo, a transformação que sofreu ao longo dos anos, a influência da cultura asiática que teve através do contato com mestras e mestres do Japão, Índia e Bali; e, a relação do treinamento com a criação de um espetáculo.

**Palavras-chave:** formação de atriz e ator; interculturalidade; Transmissão; Treinamento

## Abstract

In this interview, Roberta Carreri, actress of Odin Teatret group, based in her personal perspective, focuses on the actress and actor's training, presenting how it was transmitted to her in the group; the transformation it has suffered over the years; the Asian influence she had through the contact with masters from Japan, India and Bali; the training relationship with a performance's creation.

**Keywords:** Actress and Actor's formation; Interculturalism; Training; Transmission

ISSN: 1414.5731  
E-ISSN: 2358.6958

---

<sup>1</sup> Entrevista realizada na sede do grupo Odin Teatret, em Holstebro, Dinamarca, no dia 22 de fevereiro de 2016, de forma oral e com registro audiovisual. A entrevista ocorreu em italiano, havendo a sua tradução para o português realizada pela entrevistadora.

<sup>2</sup> Marilyn Clara Nunes é mestre em Artes (bolsista CAPES) pelo Instituto de Artes Universidade Estadual Paulista Julio de Mesquita Filho – UNESP. É ainda atriz e colaboradora do Nordisk Teaterlaboratorium, tradutora do livro Uma atriz e suas personagens: histórias submersas do Odin Teatret, de Julia Varley. Desde 2009 realiza sua formação junto ao grupo Odin Teatret, criando diversos espetáculos solos com direção de Julia Varley. Email: marilynclara@gmail.com.

<sup>3</sup> Lúcia Regina Vieira Romano é bacharel em teoria do teatro pela ECA – USP, Mestre em Comunicação e Semiótica pela PUC – SP e doutora pela ECA/USP, professora do Instituto de Artes da Universidade Estadual Paulista Julio de Mesquita Filho – UNESP. Atriz fundadora dos grupos Barca de Dionisos e teatro da Vertigem, atua como interprete e produtora na Cia Livre de teatro.



Marilyn Nunes e Roberta Carreri. Foto: Flávia Coelho (2016)

**Roberta Carreri** é atriz, professora, escritora e coordenadora. Ela nasceu em 1953 em Milão, Itália, onde se formou em Design de Publicidade, e depois, estudou História da Arte na Universidade Estadual de Milão. Carreri entrou para o Odin Teatret em 1974, tendo participado da maior parte dos espetáculos do grupo desde então, incluindo o seu espetáculo solo *Judith* e duo *Sal*. Ela tem participado das sessões da ISTA (Escola Internacional de Antropologia Teatral) desde o seu início, em 1980, quando teve contato com técnicas de atuação do Japão, Índia, Bali e China, o que influenciou o seu trabalho como atriz e professora. De 1980 a 1986 Carreri estudou com mestres(as) japoneses(as) como Katsuko Azuma (Nihon Buyo dançarino), Natsu Nakajima e Kazuo Ohno (dançarinos de Butoh). Além disso, oferece oficinas para atrizes e atores de todo o mundo e apresenta, na demonstração de trabalho *Pegadas na Neve*, a sua autobiografia profissional. Ela organiza o festival *Odin Week*, que ocorre anualmente em Holstebro, Dinamarca. Também o livro *Rastros: treinamento e história de uma atriz do Odin Teatret* é de sua autoria, no qual apresenta seu percurso como atriz, o seu treinamento e espetáculos.

A entrevista com a atriz Roberta Carreri compõe a minha dissertação de mestrado, orientado pela Profa. Dra. Lúcia Regina Vieira Romano, onde apresento, de forma prática, através de uma demonstração de trabalho, e também em formato de texto escrito, princípios de desenvolvimento da presença e criação cênica, trabalho proveniente de todo o treinamento que recebi das atrizes e atores do Odin Teatret, ao longo de anos. Nesta entrevista, Carreri debruça-se, partindo de sua perspectiva pessoal, sobre o treinamento da atriz e do ator, apresentando como este lhe foi transmitido, a sua transformação ao longo dos anos, além de abordar a relação do treino com a criação de espetáculos.

**Roberta, o Odin Teatret é muito conhecido pelo seu trabalho voltado para o treinamento da atriz e do ator. Para você, qual a importância do treinamento?**

Para mim, o treinamento sempre foi importante, porque me permitiu descobrir um outro modo de estar presente, um modo de encontrar uma presença que não é cotidiana, mas cênica. Não apenas isso, mas também através de todo o *training* com acrobacias, consegui conquistar uma grande confiança em meu corpo.

No primeiro momento, foi como se o treinamento fosse um modo de romper barreiras, para romper limites e fazer adentrar novas possibilidades. Mas isto de romper limites, que no início era para encontrar esta presença cênica, da qual falei, continua a ser válido no decorrer dos anos, mas para conseguir romper os próprios automatismos e os próprios clichês, e encontrar novas formas de expressão. [...].

Eu falo, frequentemente, do treinamento enquanto um jardim privado do ator, onde ele pode cultivar todas as suas ideias, as próprias obsessões, os próprios sonhos. E isto é extremamente importante quando se trabalha há muitos anos com o mesmo diretor, porque se deve continuar a surpreender e estimular o diretor, para ser também surpreendido e estimulado por ele; também para poder continuar a fazer espetáculos que o permitem crescer e não repetir o mesmo padrão, a cada vez. Nesse sentido o treinamento sempre foi muito importante para mim.

**Você inicia dizendo que o treinamento é para encontrar a presença cênica. Se pudesse descrever, na prática, como ocorre para você, como trabalha com a sua postura, com o seu caminhar... o trabalho basilar da sua presença cênica, como seria?**

Em cena, nem sempre eu estou sentada como estou agora. Mas é claro que estar sentada assim [relaxada] envia uma mensagem muito diferente de estar sentada assim [colocando-se ereta]. Eu tenho esta teoria de que existe esta "cobra", este músculo invisível que corre paralelamente à espinha dorsal, que não é a espinha dorsal, mas um músculo invisível que parte dos olhos e termina no cóccix. Quando eu trabalho com a cobra, começo por perceber as diversas partes da cobra, a cauda da cobra, o ventre da cobra, o peito da cobra, a nuca da cobra, os olhos, que são a testa da cobra, e, a língua da cobra, que é o olhar, e que pode ser forte ou pode ser doce. Se estou sentada, não olho apenas com os olhos, mas com toda a cobra: a cauda vai para a esquerda, ou vai a frente, e isso reverbera sobre o resto da cobra. Assim posso olhar de um modo ativo. Para mim, esta é a base da presença. Posso também escolher estar completamente relaxada, mas é uma escolha. Então, nesse caso, eu parto daquilo que chamo de cobra. Esta é uma linguagem que eu desenvolvi buscando transmitir o que, para mim, é a essência do que aprendi com os mestres japoneses.

**Quando você entrou no grupo, você participou do treinamento coletivo, onde os atores e atrizes veteranos transmitiam para os mais jovens o conhecimento de modo prático, através dos exercícios. Também havia os seminários, com mestres provenientes de muitos países, e que foram a base da Antropologia Teatral. No seu livro *Rastros*, você relata essa transmissão e como essa experiência influenciou o seu treinamento pessoal, a elaboração de seus pró-**

## **prios exercícios. Você lembra que exercícios e princípios foram apreendidos do treinamento coletivo e que se mantiveram no seu treinamento pessoal?**

O princípio da câmera lenta, por exemplo, claramente. Mas também todos os princípios das contraposições, que resultaram no trabalho da Iben, quando ela vai ao chão, e sobe novamente. Você faz uma contraposição, quer ir numa direção e outra parte do corpo que ir na direção oposta, e luta para ver qual parte vencerá... Isto é parte de toda a primeira estação do meu treinamento: trabalhar com contraposições, trabalhar em câmera lenta, acrobacia, exercícios físicos que desenvolvi em câmera lenta, como a parada de mão, a parada de mão com apoio no ombro, na cabeça, as pontes... todos estes exercícios que originalmente vieram da yoga, e que depois nós utilizamos no nosso treinamento e, que havíamos chamado de exercícios físicos. Tudo isto foi a base fundamental para eu encontrar a minha inteligência física. Apenas quando alguém faz a vertical sobre os ombros, em câmera lenta, é que se dá conta das microtensões que ela provoca em seu corpo durante o percurso até chegar à posição final. E este é um modo de aprender a pensar com o corpo. Esta é a minha base e claramente se manteve em mim, permanecendo na minha experiência física, no meu *tacit knowledge*. E muito importante era que, por exemplo, no trabalho com acrobacia, eu não estava sozinha, mas Torgeir<sup>4</sup> guiava, e éramos tantos... então havia o ritmo, que não parava, porque era o ritmo com os outros. As pessoas eram atiradas e cada uma devia superar o seu medo. Isto foi extremamente positivo, a acrobacia me ajudou muito.

O que faz parte do treinamento que desenvolvi, um princípio, foi o *leading points*, pontos que conduzem, que são resultados das situações que me fizeram refletir, por exemplo, em: de onde começa um passo? A “cobra” agora começa dos olhos e chega até o calcanhar, estico-me imaginando ser 2 centímetros mais alta e desta posição começo a me mover no espaço. Um passo pode iniciar da cabeça, das costas, dos quadris, do coração, de dentro, da frente...

Depois há todas as inspirações que recebi dos mestres asiáticos, como Sanjukta Panigrahi e I Made Pasek Tempo, e sobretudo dos mestres japoneses: Katzuko Azuma, Natsu Nakajima, Kazuo Ohno... Estes foram grandes mestres para mim, eles me ensinaram a sentir o meu corpo por dentro. E nestes encontros eu tive a oportunidade de prosseguir desenvolvendo o meu treinamento. [pausa] Se você, como espectador, vê em cena algo que te fascina, a partir disso você dança dentro de si. No dia seguinte, na sala de treinamento, pode começar a explorar o que viu. Então os meus mestres tem sido também os meus olhos, que me fazem ver coisas que depois busquei reproduzir ou simplesmente tomei como ideia, como ponto de partida, para começar uma pesquisa. [pausa] Se eu sei me colocar em cena é graças aos primeiros anos de ensinamento da parte do Eugenio [Barba, diretor e fundador do Odin Teatret] e dos atores mais velhos. Os primeiros anos me permitiram, usando uma fala de Eugenio, a “aprender a aprender”. E com aquela base, consegui compreender como uma outra pessoa trabalha em cena e tento usar o seu trabalho como uma inspiração para o meu e, continuar...

---

<sup>4</sup> Ela refere-se a Torgeir Wethal, um dos atores fundadores do Odin Teatret.

## **Eu também quando vejo o trabalho de vocês.**

[Risos mútuos]

**Os seus exercícios derivaram destas experiências: dos aprendidos com o grupo e aqueles aprendidos com os mestres asiáticos. Depois tem as fases do treinamento, que mudam com o passar do tempo... Hoje, se você tivesse que trabalhar a presença cênica com atrizes e atores jovens, através de um exercício, qual seria?**

Todos os exercícios, todos os diversos princípios, são portas de entrada. Porém, não há apenas uma porta para encontrar a presença. Mas se eu devo falar do exercício que mais pertence à mim, e, se eu tivesse meia hora para ensinar algo a alguém, sobre o qual me concentraria seria no da "cobra". Os pontos me ajudam a encontrar aquilo que chamo de "a casa da intenção", o ponto do qual parte a intenção que fica na origem da ação. Quando eu trabalho, me concentro muito sobre o conceito de ação. Ao invés de movimento, a ação, para mim, envolve uma escolha mental. Uma ação tem um objetivo: quer mudar algo no espaço. O movimento pode ser belo, mas não quer mudar nada, exceto talvez estimular, enquanto uma ação tem o objetivo de mudar algo no espaço. E numa ação há uma intenção.

**E a intenção contida na ação também é tema de um workshop seu: "A dança das intenções". Você frequentemente oferece atividades pedagógicas, como workshops e demonstrações de trabalho. Você também transmite seu conhecimento através de livros... Qual a importância do processo de transmissão?**

Na primeira vez que ofereci um *workshop*, experienciei que, transmitindo aquilo que eu sabia, me dei conta de que sabia mais do que aquilo que acreditava saber. Não sabia quanto eu havia efetivamente assimilado do ensinamento dos atores mais antigos do Odin Teatret. Naquele momento, me lembro, havia apenas seis meses que eu estava no Odin, eu tinha um medo terrível de ensinar porque acreditava que os alunos sabiam fazer muito melhor do que eu. Mas isso me traz à cabeça outra coisa: foi o próprio ato de formular a minha experiência que me permitiu a sua apropriação.

Para mim, sempre foi muito importante o diário de trabalho. Eu escrevo o tempo todo aquilo que faço, o que fazemos e as minhas reflexões. Mas, este momento de transformar em palavras a experiência e colocá-la no papel, este momento é como fazer uma fotografia da experiência e isto me ajuda a recordar. O momento é passageiro. Como fixar o momento? Agora pode-se fixar o momento com uma câmera de vídeo, mas depois não se vai ver todas estas horas de vida gravadas, enquanto que, no momento em que se escreve, há uma síntese que permite o seu retorno veloz, para se confirmar, ou simplesmente porque escrever te ajuda a lembrar.

Assim, o momento em que eu transmito a experiência, não é tanto um processo mecânico, no qual eu me lembro de fazer isso e aquilo. O ensinamento é um momento de osmose de energia e presença, entre mestres e alunos; é uma viagem, diferente de aluno a aluno... eles me obrigam a encontrar a resposta dentro de mim para os seus problemas e isso me faz descobrir novas possibilidades. O momento de ensinar é um momento muito importante para mim, e nisso invisto

muita energia. Quando conduzo um *workshop* realmente uso muita energia para ver. É um grande trabalho do olhar que, para mim, não é apenas ver, é ver ativamente. Isso significa estar todo o tempo a olhar o aluno e a sentir no meu próprio corpo que coisa ela ou ele está fazendo, e a encontrar a palavra certa para ajudá-lo a encontrar aquilo que eu gostaria de encontrar.

### **Este processo de transmissão que você realiza inicia-se com exercícios físicos e chega à criação de espetáculos. Como isso ocorre?**

Quando eu cheguei ao Odin Teatret, trabalhei com o treinamento, no qual Eugenio me dirigia, e, através do qual, ela criava uma linguagem comum de trabalho. Sempre quando Eugenio faz espetáculos pela primeira vez com um ator, gasta muito tempo com ele, porque é na criação de um espetáculo que o processo pedagógico continua a se aprofundar. [...] É estimulante, seja para os atores seja para o diretor, ter esse momento de trabalhar a atuação, este crescimento individual que chega quando o espetáculo também cresce. Depois, com o passar dos anos, o treinamento torna-se importante para encontrar novas ideias, novas inspirações para novos personagens... Agora, durante a preparação de um novo espetáculo, reservamos um espaço de tempo no qual os atores possam, individualmente, trabalhar fisicamente para poder apresentar materiais para Eugenio. [...]

No processo de transmissão eu conduzo seminários curtos nos quais trabalho no treinamento e, depois, conduzo seminários mais longos, de duas, três semanas. Nestes seminários eu trabalho com a criação e direção de materiais. Um exemplo é o *Ninho Vazio*, você viu? [faço sinal positivo com a cabeça]. O *Ninho Vazio*<sup>5</sup>, é a consequência direta de trabalhos de diversos seminários que fiz com duas alunas: começamos com seminários breves, nos quais trabalhei com exercícios de treinamento, e no qual construímos uma forma de linguagem de trabalho comum. Depois, nos seminários mais longos, começamos a trabalhar com o texto, com as cenas, com as composições e, ao final, chegamos a criar o espetáculo, que é uma consequência direta de um processo pedagógico, porque o momento, como posso dizer, último, o momento final, o resultado de um processo pedagógico, é o espetáculo, já que estas pessoas devem se tornar atores ou atrizes.

### **Referências**

BARBA, E; SAVARESE, N. A arte secreta do ator: um dicionário de Antropologia Teatral. São Paulo: É realizações, 2012.

CARRERI, R. Rastros: treinamento e história de uma atriz do Odin Teatret. São Paulo: Perspectiva, 2011.

ROMANO, L. A escrita da atriz: Julia Varley, Iben Nagel Rasmussen e Roberta Carreri. Urdimento, Santa Catarina, v.2, n. 21, p. 98-110, dez/2013.

Recebido em: 28/09/2016

Aprovado em: 06/11/2016

---

<sup>5</sup> Espetáculo com as atrizes Carolina Pizarro e Gulia Varotto, dirigido por Roberta Carreri, que estreou em janeiro de 2016, na sede do Odin Teatret, na Dinamarca.