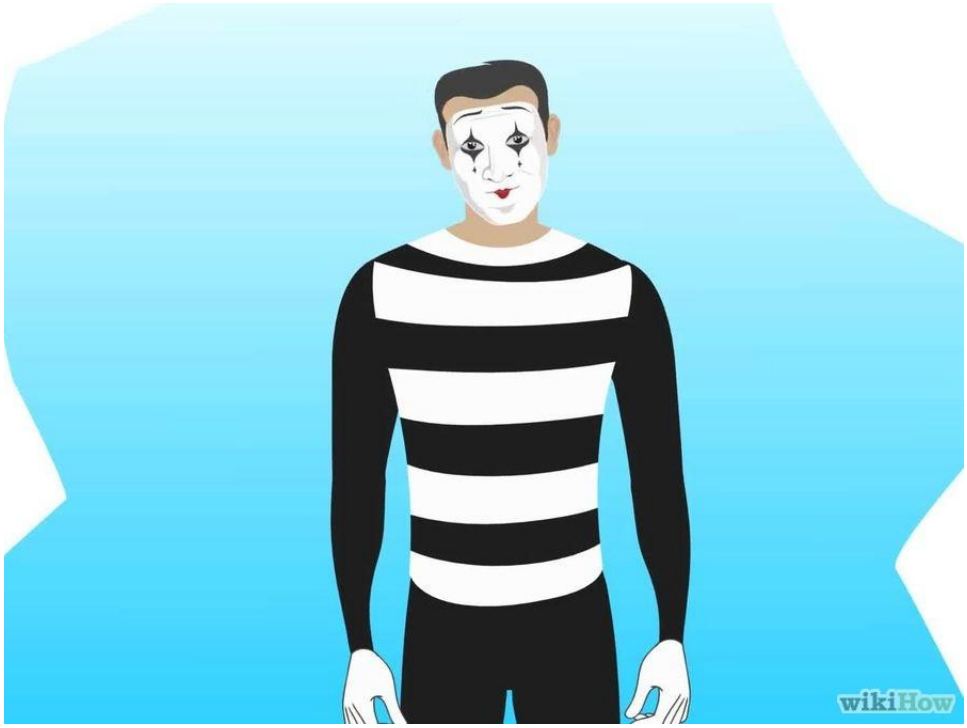
Cómo hacer mímica

métodos: Más Información

La mímica es una de las formas más antiguas de teatro. Los mimos actúan una serie de historias utilizando sólo su cuerpo, sin hablar. Aquí está cómo empezar a ser un mimo.



Paso 1

Viste como un mimo (opcional). Si quieres vestirte como un mimo, inténtalo:

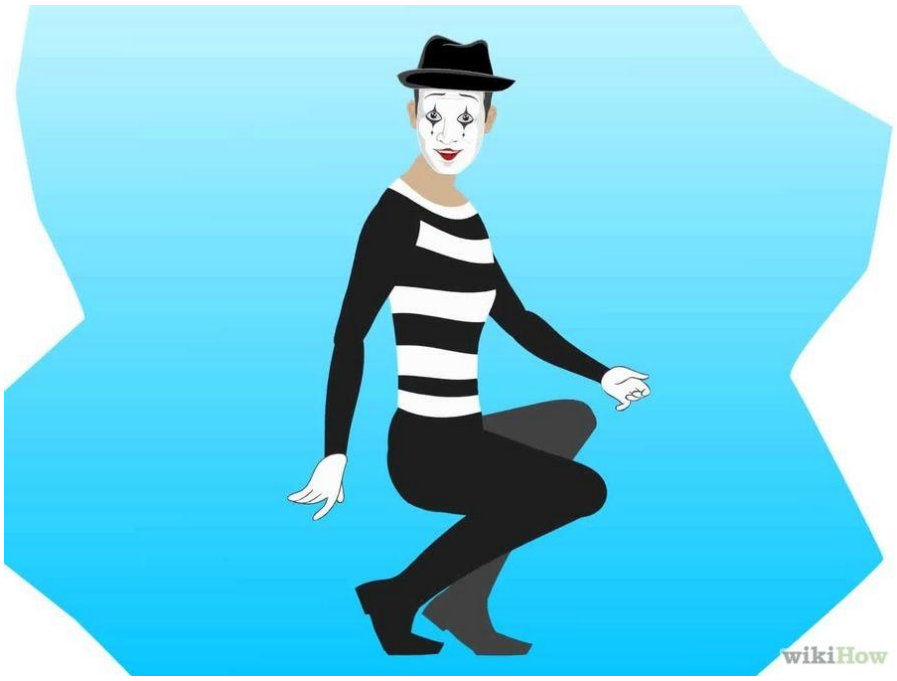
- Utiliza maquillaje de mimo. Un mimo es identificable instantáneamente por su maquillaje—pintura de grasa blanca sobre la cara (pero no en la garganta), delineador de ojos negro espeso con "lágrimas" estilizadas corriendo cerca de la mitad de la mejilla, las cejas obscuras pintadas de negro, y labial negro o rojo obscuro. También puedes poner círculos pequeños de rubor rosa claro para un mimo feliz o niña.

- Vestir un disfraz de mimo. Los mimos serios no deben usar más el clásico "disfraz", pero es un disfraz fácilmente reconocible para Halloween o una fiesta. Encuentra una camiseta de rayas horizontales blancas y negras, idealmente con un cuello de bote y mangas de tres cuartos. Utiliza pantalones obscuros, tirantes negros, guantes blancos hasta la muñeca y un sombrero bombín negro para completar el atuendo.

Paso 2

Utiliza tu cuerpo para hablar. Hablar o pronunciar palabras es innecesario durante la mímica. En su lugar, utiliza expresiones faciales, gestos y posturas para hacer la "conversación".

- Utiliza un espejo (o una audiencia) para evaluar cuales movimientos son los más exitosos en reacciones. Un espejo de cuerpo completo es necesario para principiantes, pero toma en cuenta que el espejo es un amigo que tendrás que dejar atrás a la hora de la presentación.
- Una cámara de video, si está disponible, es otra herramienta invaluable.



Paso 3

Comienza con las técnicas básicas de la mímica: Hay algunas lecciones muy básicas con las que la mayoría de los mimos empiezan.

- Cultiva tu imaginación. Utilizando tu imaginación no puedes exagerar en crear ilusiones. Lo más importante para un mimo es creer realmente que la ilusión es real. Naturalmente entre más realista sea la ilusión para el mimo, más realista será para la audiencia. Esto se puede lograr con la práctica. Por ejemplo, imagina que la pared es real. Ve la pared en diferentes colores. Siente la pared en diferentes texturas ej. siéntela áspera, suave, mojada, seca, fría o caliente. Utiliza estas mismas técnicas mientras prácticas "todas" las ilusiones. También encontrarás a tu cuerpo reaccionando naturalmente a la ilusión si estás convencido de que es real.
- Toma ventaja de un punto fijo. Este puede ser más comúnmente conocido como 'pointe fixe', sin embargo, esa es simplemente la palabra en francés de 'punto fijo.' Esta es una idea muy simple: El mimo localiza un punto con su cuerpo, y luego se mantiene inmóvil en el espacio: esta técnica es la base de todas las ilusiones que un mimo puede crear.
- Añade líneas a los puntos fijos. La línea se basa en un Punto Fijo, al principio, al añadir simplemente un segundo punto fijo en el espacio. Lo que hace esta habilidad

técnica única es la dificultad añadida de mantener dos puntos a la misma distancia relativa cada uno. También, la distancia relativa entre dos puntos se vuelve la definición de este 'bloque de construcción'. Como tal, la línea puede llegar a ser 'no fija' siempre y cuando los dos puntos se mantengan firmes en su relación uno con otro. Una buena aplicación de este concepto es la 'pared de mimo'.

- Haz una línea dinámica. Mientras que la línea no aplique fuerza a los puntos, la línea dinámica añade el elemento. Esta es la idea aplicada a 'tirar la cuerda', pero puede ser aplicada prácticamente en cualquier uso de la fuerza en una ilusión. El secreto de este concepto es sincronizar el impacto de una fuerza imaginaria a través del cuerpo. En esa línea dinámica es esencial un entendimiento de física aplicada al cuerpo humano. Esto puede parecer complicado, pero puedes obtener un sentido para esto muy sencillo: Encuentra una pared y coloca tus dos manos en ella a la altura aproximada de los hombros. Empuja suavemente hacia la pared con tus manos. Al empujar trata de sentir en donde se acumula la presión en tu cuerpo. Debes sentir presión en tus manos, por supuesto, pero debes sentir algo de tensión en tus hombros y caderas. Si no puedes sentir nada, incrementa un poco la presión hasta que lo hagas. También prueba con diferentes posiciones y siente como cambian las presiones en tu cuerpo. Las Líneas Dinámicas invocan a la memoria las fuerzas como las del ejercicio anterior para crear ilusiones realistas de fuerzas imaginarias.
- "Manipula" el espacio y la materia. Esta es una frase elegante para "hacer las cosas de la nada". Esta es la técnica más complicada para explicar, porque hace uso de muchos elementos de los tres anteriores. Sirve mejor como un ejemplo de ilusión: driblar una pelota de basquetbol. Utilizando sólo una mano, el mimo imita mucha de la idea detrás de la Línea Dinámica, sin embargo, al utilizar solamente una mano, él utiliza un punto. En lugar de dos puntos, el mimo transforma su punto restante en una forma: una palma redondeada con los dedos suavemente enroscados sobre ella. Esta forma define el 'espacio' donde existe la ilusión y permite al baloncesto, la 'materia', existir en la ilusión. La manipulación del Espacio/Materia puede ser utilizada para crear cualquier número de objetos, personajes, o eventos al utilizar este principio.

Paso 4

Agarra una cuerda. Imagina que tienes una cuerda colgando frente a ti e intenta subirla.

- Deslízate hacia abajo y trepa de nuevo para un mejor efecto. Al llegar a la parte superior, limpia el sudor de tu frente. Subir una cuerda es una ilusión muy difícil si se hace correctamente. Imagina y siente el peso completo de tu cuerpo. Si realmente estás subiendo una cuerda, tus músculos se estirarán y se tensionarán. Tu rostro hará una mueca de esfuerzo doloroso. Secar el sudor de tu frente será una reacción natural. Si nunca has subido a una cuerda de verdad, hazlo con supervisión en un gimnasio acolchado. Haz notas mentales de tus acciones y reacciones, aunque muchas ilusiones pueden no ser realizadas con los movimientos exactos que se utilizan en realidad, la actitud mental (mejor conocida como imaginación) debe ser igual a la realidad. (Ver la primera nota más abajo después de "advertencias" y asegúrate de calentar antes de intentar esta ilusión.)

Paso 5

Imagina que estás en una caja. Si estás en una caja invisible, puedes presionar el aire frente a ti hacia afuera con tus manos, primero tu palma y luego tus dedos. Actúa como si estuvieras tratando de encontrar una salida de esta caja invisible al identificar sus lados y esquinas. Corre una mano a través de los "bordes" de tu caja imaginaria, mientras tratas de encontrar la tapa y la salida. Si quieres, puedes encontrar eventualmente la tapa y abrirla dramáticamente con dos brazos, en un gesto triunfante.

- Subir una escalera. Para mostrar que subes una escalera, toma un peldaño de la escalera imaginaria que sube en el aire. Coloca la planta de un pie en el suelo, como si fueras a ponerlo en el peldaño. Tira hacia abajo de los escalones (¡mantén las manos moviéndose juntas!) a medida que te levantas con tus dedos, y luego vuelve a bajar con el pie opuesto ahora en "un peldaño." Alterna los pies y las manos cada vez que "subes." Mantén tu enfoque hacia arriba, como si estuvieras viendo el lugar al cual estás subiendo. (Si es una escalera alta, mira ocasionalmente hacia abajo para un efecto cómico - inclina tu cabeza lenta y cuidadosamente, sólo lo suficiente para ver hacia abajo, y luego mira hacia adelante con rapidez, ¡con una expresión de alarma!) Haz que tus piernas hagan los mismos movimientos como si tus pies estuvieran subiendo una escalera de verdad.

- Haz "la inclinación". Imagina que estás apoyándote contra un poste de luz, pared o un mostrador. Puede sonar fácil, pero requiere mucha fuerza y coordinación para "apoyarte" en nada. El apoyo básico tiene dos partes. Empieza con los pies separados a la distancia de los hombros.
- Para la parte superior: Mantén el brazo separado ligeramente de tu cuerpo, con el codo doblado de manera de que tu antebrazo esté paralelo al suelo y tu mano (la muñeca ligeramente relajada) cerca de tu torso. Ahora levanta tu hombro mientras mueves tu pecho hacia tu codo (¡manteniendo el codo en el mismo punto en el espacio!).
- La parte inferior: al mismo tiempo, dobla tu rodilla ligeramente, llevando tu peso hacia la pierna doblada. El efecto neto debe ser que tu codo permanezca donde está, pero parece como si tu peso se ha establecido en el lugar imaginario donde descansa tu codo. Asegúrate de doblar solamente la pierna debajo de tu brazo levantado.
- Mírate en un espejo, o utiliza una cámara de video para ver qué tan efectiva es la técnica. A veces es más efectivo hacer esta técnica casualmente, con muy poca exageración.
- Para un espectáculo más activo de inclinación, el acto puede incorporar también tropiezos, resbalones y perder el objeto en el que te estás recargando, todo junto.

Paso 6

Enfrentar al viento. Imagina que hay mucho viento y que estás teniendo problemas para mantenerte de pie. Deja que el viento te golpee de un lado al otro. Para una atracción adicional, incluye una lucha con el paraguas que sigue girándose al revés.

Paso 7

Mimo comiendo. Puede ser muy divertido ver a un mimo comer. Imagina que estás consumiendo una hamburguesa o un hot dog muy descuidado, con todos los ingredientes derramándose sobre tu ropa. Accidentalmente lanza un chorro de cátsup a tu ojo. O intenta pelar un plátano y luego deslizarlo sobre la cáscara.

Paso 8

Camina en tu lugar. Uno de los íconos de la mímica es la caminata estacionaria. También es una de las hazañas más demandantes físicamente. Esta caminata invierte el patrón de la caminata real. El pie que "se arrastra" en la caminata del mimo no soporta ningún peso, pero "representa" el pie que soporta el peso en una caminata normal. Es por esto que la pierna debe permanecer derecha en la ilusión - que "parece" que está cargando el peso. Aquí está cómo hacerlo.

- Es muy importante empezar con una buena postura. Debes mantener tu abdomen muy firme ya que será propenso a moverse cuando no estés poniendo atención. Mantén tus hombros arriba y hacia atrás - no te encorves, tu pecho y cuello deben de estar derechos también - no hinchados.
- Para empezar, coloca tu peso completo en la planta de uno de tus pies. Este es tu pie de "avance". Dobla la rodilla sobre el pie un poco hacia adelante mientras haces esto. Con tu otro pie (el pie de "arrastre") coloca los dedos paralelos a los dedos del pie que avanza. Sin embargo, mantén el pie trasero sin que toque el suelo mientras mantienes la planta del pie de arrastre paralelo al piso. Mantén esta pierna perfectamente estirada.
- Con tu pie posterior, baja ligeramente el talón al suelo y estira la pierna. Mientras haces esto, mueve tu pie de arrastre hacia atrás mientras mantienes la planta del pie paralela al suelo y la pierna estirada - debes sentir un estirón intenso a lo largo

de la parte de atrás de tu pierna. Empuja la pierna de arrastre tan lejos hacia atrás como puedas mientras mantienes todas las cualidades anteriores y tu balance.

- Una vez que el pie de arrastre esté tan atrás como pueda, regrésalo a que esté paralelo con tu pie de avance. Trata de levantar el talón de tu pie de arrastre, como un paso natural. Dobla tu pierna mientras vas trayendo el pie de arrastre hacia adelante.
- Ahora toca hacia abajo con la punta de tu pie trasero. Si miras a tus pies, ahora están en reversa exacta de su posición inicial. El pie que "avanza" está ahora en posición de "arrastre" y vice versa.
- ¡La transición del peso entre estos pies es el aspecto más crucial de la ilusión! Debes pasar suavemente el peso de tu antiguo pie de 'avance' a tu nuevo pie de "avance". Al mismo tiempo, debes levantar el pie recién liberado y empezar a arrastrarlo detrás de ti.
- Con toda la actividad en tus pies, ¡no olvides mover tu cuerpo superior! Balancea tus brazos para que el pie de avance siempre esté en oposición de tu mano delantera. También, inhala cuando levantes tu pie de arrastre para llevarlo hacia adelante; exhala mientras deslizas tu pie de arrastre hacia atrás.
- Si no traes tu pie de arrastre de nuevo en paralelo con tu pie de avance, puedes simplemente pasar tu peso a él ¡y comenzar la caminata lunar!

Paso 9

Haz la mímica interesante. Puedes ir por una risa de una sola vez, o puedes tratar de elevar la mímica a una forma de arte mayor. Si creas una historia de tu mimo, estarás involucrando a tu audiencia y proporcionando una resonancia artística real del arte de la mímica. Piensa por adelantado en una "historia" que te gustaría contar. Ten en mente que la mímica puede ser muy hermosa y conmovedora si se hace bien. Para tomar algunos de los consejos anteriores:

- Es un día con mucho viento (mímica de viento/paraguas) y deseas caminar al puesto de hamburguesas donde verás a un amigo que tiene un gato atascado en un árbol. Tu amigo te pide que subas la escalera para rescatar al gato (mímica de escalera). Cuando regresas el gato (mimo sosteniendo un gato retorciéndose y malagradecido), tu amigo te premia con una hamburguesa (mímica de cátsup escurriendo) y justo cuando te vas, fallas al notar una cáscara de plátano en el suelo.
- Si quieres hacer mímica de algo más serio, adopta un estado de ánimo con la ropa, maquillaje e iluminación. Piensa por anticipado en una historia seria. Por ejemplo, puedes querer resaltar la difícil situación de los vagabundos que duermen afuera en el frío durante el invierno. Pinta una cara triste, usa ropa andrajosa y utiliza iluminación tenue. Piensa en una historia que te permita hacer mímica caminando desesperadamente mientras el vagabundo busca un refugio para la noche. El mimo se crea un espacio para dormir debajo de un puente con sólo una cama hecha con una caja de cartón. Haz mímica de que tiemblas y no eres capaz de dormir bien. Proyecta tristeza para reflejar las dificultades de esta persona.

Más Información

- Existen circos y artistas de teatro célebres que han tenido éxito en adoptar y combinar varias disciplinas de la mímica y payasos para grandes efectos. José Grimaldi, el padre del teatro la Pantomima Inglesa a finales de los años 19700's, utilizó mímica cómica y canciones de golpeteos para establecer su legado perdurable.
- 200 años antes de eso, las líneas entre los payasos y los mimos era borrosa, así como en la gran tradición de la comedia del arte y las compañías de repertorio que se esparcieron por toda Europa después de haber sido prohibidas por la Iglesia Romana. Nuestro mimo francés Pierrot tuvo un fuerte linaje cómico en los

personajes de la Comedia italiana de Gian Farina, Peppe nappa y Pedrolino. Una forma de arte que influenció fuertemente los trabajos de Shakespeare, Moliere, y Lope de Vega por nombrar algunos. La popularidad de esta forma de arte ha perdurado por más de trescientos años a través de muchas naciones.

- El siglo 20 también cuenta con muchos artistas que celebraron sus habilidades como payasos mimos. Del área de circo, podemos citar al payaso suizo Grock, los legendarios Lou Jacobs & Otto Griebling de Ringling Bros, así como Leonid Yenigbarov, y Anotoly Nikulyn de la era Soviética del Circo de Moscú. Como payasos, ellos pudieron abrazar a sus audiencias con la pantomima sola.
- Del teatro, la sala de música, cine y televisión, es difícil no caer en el encanto de Bert Williams, Chaplin, Keaton, Stan Laurel, Harpo Marx, Red Skeleton, Marcel Marceau, Georges Carl y Dick Van Dyke. Su influencia puede ser vista fácilmente en la actualidad en célebres artistas del Nuevo Movimiento Vaudeville.
- Penn & Teller, Bill Irwin, David Shiner, Geoff Hoyle, Robin Williams, y John Gilkey son grandes ejemplos para los aspirantes de mimos y payasos. Entre más prácticues tu disciplina, más rápido empezarás a adoptar otras técnicas en mímica y actuación de payaso para provocar la risa.

Consejos

- Este artículo sólo apunta un estilo específico de mímica - 'estilo de mimo' o 'ilusión mímica'. Existen otros cientos de formas que tienen poco o ningún parecido con Marcel Marceau o Charlie Chaplin.
- Si realmente estás interesado en obtener una carrera en mímica, considera tomar un curso de mímica con una escuela o grupo de arte dramático.
- Los artistas de mímica son conocidos por utilizar maquillaje blanco en la cara con delineador negro en los ojos y otras características faciales para exagerar las emociones. Una camiseta de rayas blancas y negras, guantes blancos y un sombrero negro son también características del disfraz tradicional de un artista de mímica. Este atuendo y maquillaje ha sido una tradición de muchos artistas mimos famosos, incluyendo el legendario Marcel Marceau. Sin embargo, no necesitas vestirte de esta manera; de hecho, es considerado tan cliché por los artistas modernos que la mayoría prefieren evitarlo.

- Un muy buen mimo es muy solicitado en campos como teatro, películas y circos. Piensa en el "Cirque du Soleil" y filmes de ciencia ficción, donde los mimos pueden expresar emociones sin palabras y crear un puente entre nuestras expectativas humanas y aquellas del mundo de los sueños y otras manifestaciones mundanas.
- "Los mimos deben tener cuerpos de gimnastas, mente de actores, y corazón de poetas." - Etienne Decroux, el "padre de la mímica moderna"
- Aunque la mímica pueda parecer caricaturesca, no tengas miedo de la materia más seria. Los mimos más conocidos, incluyendo a Marcel Marceau y Charlie Chaplin, actuaron principalmente como personajes valientes, pero patéticos (Bip y el vagabundo, respectivamente).
- Muchos individuos entrenados para mimos ahora operan bajo el término de "teatro físico" para poder evitar el estigma social que inspiran los mimos a menudo hoy en día. La mayoría de estos artistas no utilizan el vestuario y maquillaje tradicional de mimo.
- La caminata lunar y el breakdance han sido tomados de la mímica.
- El maquillaje blanco utilizado por los mimos es realmente tomado de la tradición de los payasos. Es utilizado en ambos casos para enfatizar las características y expresiones del personaje para que puedan ser vistas claramente a distancia. El maquillaje blanco fue originalmente concebido para expresar un carácter simple e inocente. La tradición del maquillaje de mimo ha venido a utilizar símbolos más estilizados mientras que al mismo tiempo simplificando la gama de color y las líneas.
- En lugar de las caras blancas, los mimos antiguos utilizaban máscaras o maquillaje artístico simple.

Advertencias

- Para evitar lesiones de estiramiento, siempre calienta antes de intentar ejercicios de mímica; la mímica requiere tanta agilidad como el baile o la actuación.
- La mímica puede ser extremadamente agotadora para actuar o practicar. No intentes ejercicios de mímica si tienes problemas para ejercitarte normalmente.
- El antagonismo o el temor hacia los actores de mímica callejera a veces puede salirse de las manos. Nunca hagas una actuación en un lugar público sin un amigo o representante cerca que esté observando la actuación.

- De la misma manera que el anterior, nunca actúes en un lugar público sin un lugar seguro al cual puedas retirarte. (así como un carro, un cuarto para cambiarte o un negocio amistoso - no utilices los baños públicos.)
- No confundas la mímica con la actuación de payaso. Los mimos y los payasos representan distintas hermandades de actuación cómica, y mientras las dos disciplinas parecen estar relacionadas, en el fondo no pueden ser más distintas.

Referencias

- http://es.wikihow.com/hacer-m%C3%ADmica