

Il mimo: un uso speciale dei muscoli

Nella storia dell'uomo è sempre esistita una specie di professionista della comunicazione senza parole: quella del **mimo** (dal greco, significa "imitare").

Il mimo è colui che si serve del proprio corpo per imitare la realtà, ovvero per rappresentarla attraverso i gesti.

Già nell'antichità quella del mimo era una vera e propria arte, che si è andata via via affinando fino ai giorni nostri.

Imitare la realtà significa ripetere i gesti e simulare la posizione di tutto ciò che ci circonda, dagli uomini agli animali, agli oggetti: provate ad imitare ciò che volete, vi aiuterà a dominare meglio il vostro corpo, a "sentire" le varie parti che si muovono nello spazio; aumenterà la conoscenza dello **schema corporeo**, di quello **motorio** e della propriocettività, che è la "sensazione" del proprio corpo e la coscienza delle sensazioni interne ed esterne.

Il mimo si serve di **tutto il corpo** per esprimere sensazioni (freddo, caldo, rumore assordante) e sentimenti (amore, odio, paura), per descrivere avvenimenti reali o fantastici, per comunicare esperienze o idee senza ricorrere alle parole.

L'attività del mimare porta allo sviluppo di movimenti particolari, ad immaginare situazioni ed ambienti, a rappresentare scene ed avvenimenti sia reali che di fantasia. Dall'imitazione della realtà si passa quindi alla espressione di stati d'animo, di concetti, di valori da trasmettere.

Mimare è una comunicazione corporea fondamentale per attivare la fantasia, l'ideazione, l'immaginazione e quindi per sviluppare le nostre capacità intellettive e creative.



Tre espressioni del grande mimo Marcel Marceau.