

**Leonella CARDARELLI**  
**Significato ed evoluzione delle danze nel mondo**

Il ballo, che oggi va tanto di moda soprattutto tra i giovani, prima di essere una moda o una tendenza è un'espressione naturale del corpo e dell'arte. Alexandra e Roby ci ricordano infatti che "quello che molte persone hanno dimenticato è che il ballo nasce con l'uomo primitivo che con la danza esorcizzava attraverso il movimento le proprie paure ancestrali, vedi le danze tribali, alle quali si associano quelle praticate allo scopo di rendere omaggio alle divinità adorate. Il nostro essere, la nostra mente, il nostro animo si esprimono attraverso il corpo, che è la nostra porta verso il mondo esterno, è la nostra parte materiale, il mezzo con il quale manifestiamo le nostre passioni, soddisfiamo i nostri desideri, i nostri bisogni, percepiamo noi stessi e gli altri, attraverso il quale ci realizziamo. La nostra esistenza sulla terra è imprescindibile dal nostro corpo. In questo contesto il ballo con la sua gestualità diventa linguaggio con il quale possiamo esprimere le nostre emozioni, senza utilizzare la parola, ma attraverso la musica, diventando sempre più spesso terapeutico e liberatorio."

Nell'arco della storia il ballo è diventato pian piano un'arte, una vera e propria disciplina, dove le evoluzioni dei ballerini si trasformano in vere e proprie performance (citato in [http://www.energialatina.org/energia\\_latina\\_objettivi.htm](http://www.energialatina.org/energia_latina_objettivi.htm)).

Il ballo è quindi un'arte, un'espressione del corpo e l'espressione della cultura di un popolo. Enzo Conte ([www.enzoconte.it/](http://www.enzoconte.it/)) e Bruno Ferrari sostengono infatti che l'uomo è come balla: il ballo come espressione della personalità. Il ballo però è intriso di molteplici significati legati agli déi, alla guarigione, alle credenze popolari e al contatto con il divino.

Esistono due principali tipi di danza: la danza di partecipazione (che consiste in un insieme di movimenti codificati eseguiti in determinate situazioni sociali) e le danze di presentazione che essendo per il pubblico rappresentano significativamente una forma di arte. Ciascun tipo di danza predilige alcuni movimenti piuttosto che altri. Questa preferenza corrisponde allo stile di un ballo. Vediamo insieme in che modo la danza si è evoluta ed ha avuto significato nei vari popoli e contesti storici.

### **DANZE SCIAMANICHE (TRANCE DANCE)**

Wilbert Alix sostiene che "sciamanesimo è un termine generico che comprende i principi spirituali esistenti in tutte le culture del mondo prima di cinquemila anni fa" (citato in [www.trancedance.com](http://www.trancedance.com)). L'obiettivo delle danze sciamaniche è la guarigione e la connessione con il nostro spirito. Gli antichi infatti vedevano la natura e tutto ciò che essa comprendeva come una manifestazione del divino. Di riflesso mimare la natura era considerato un modo per collegarsi alle divinità. Fu questa l'origine della danza. Anche in parti geografiche diverse ogni cultura ha conosciuto un tipo di danza basata sul mimare gli animali e gli elementi della natura. Gli sciamani in qualsiasi parte del mondo adoravano il pulsare del pianeta, che manifesta la sua forza con l'acqua, l'aria, il fuoco e la terra. Con le danze gli sciamani

cercavano di ottenere coraggio, compassione, di prevedere il futuro tramite visioni o di guarire. Danzare era un po' come pregare o rendere omaggio. Ma in che modo avveniva la guarigione? Tramite tamburi e percussioni l'individuo cadeva in uno stato di trance e in quello stato si collegava ai poteri di guarigione dello spirito. La Trance dance è un tipo di danza sciamanica che oltre ad inglobare gli elementi sciamanici ufficiali quali percussioni, suoni di guarigione e tecniche respiratorie fa uso altresì di una benda o bandana con cui si coprono gli occhi al fine di concentrarsi sul viaggio interiore. Questo utilizzo della benda è volto ad eliminare le distrazioni visive e a favorire una visione interiore anziché esteriore. Non a caso nei tempi antichi questi rituali si svolgevano di notte perché l'oscurità favoriva la concentrazione. Così, danzando nell'oscurità, si scoprono realtà parallele in cui troviamo soluzioni ai nostri problemi. Le danze sciamaniche erano diffuse non solo tra i nativi americani e gli africani ma anche in Cina. In Cina le danze sciamaniche si praticano ancora oggi al fine di migliorare la salute, esse sono incluse negli esercizi di Qigong. Durante la dinastia Zhou (1028 – 221 a.C.) c'era un rituale popolare per il Capodanno denominato "Il grande Esorcismo" (Da No). Uno sciamano indossava una pelle d'orso sulla testa, con quattro occhi d'oro, come per guardare nelle quattro direzioni. Danzando attraverso il villaggio, seguito da una processione di abitanti che indossavano maschere rappresentanti i vari animali dello zodiaco cinese (topo, gallo, maiale...) cacciava via pestilenze e spiriti maligni. In Cina esistono molte rappresentazioni delle danze sciamaniche e l'uomo saggio in lingua taoista veniva raffigurato come uno sciamano danzante coperto di piume. Queste danze, successivamente, diedero l'impressione di conferire salute e longevità e vennero integrate nel Qigong come danze terapeutiche.

Tra le culture native americane ed afroamericane è diffusa anche la danza sacra, che è una danza per la trasformazione. Oltre alla danza, alle percussioni, ai suoni e alle nenie, la danza sacra comprende l'uso di maschere. Con la danza sacra si svuota la mente, si trasforma il proprio essere e la propria immagine al fine di risolvere problemi e guarire.

Oltre che in Cina anche qui in Occidente lo sciamanesimo vive ancora, nascosto dietro altri nomi o altre vesti. Ad esempio il jazz, con i suoi ritmi ipnotici e pulsanti, è nato in parte da radici sciamaniche. La Trance dance è anch'essa una forma di neosciamanesimo così come lo è il Circolo dei tamburi: suonare il tamburo tutti insieme per favorire la trasformazione dell'essere.

## DANZE AFRICANE

La danza africana è l'elemento collante di uno stato immenso come l'Africa. In Africa esistono moltissime etnie con stili, culture e colori differenti ma la danza accomuna tutti questi popoli. Ogni etnia ha una sua danza, ad esempio in Senegal si balla il *sabar*, nella Costa d'Avorio si balla lo *zaouli*, nel Mali si danza il *sounou*. Tramite le danze si distinguono le etnie. "La danza e la musica, per noi africani sono la vita" spiega Doudou N'Diaye Rose jr., famoso ballerino senegalese e maestro di danza. "Sono un mezzo di comunicazione, di conoscenza e di scambio. Ogni cosa, dal momento in cui siamo nel ventre materno, passa attraverso

l'esperienza del corpo. L'Occidente invece ha problemi con il corpo perché il sistema sociale individualistico porta i bambini a crescere soli, a scuola come in famiglia. In Africa non è così: i bambini sono abituati a crescere con gli altri, a condividerne gioie e dolori, a partecipare attivamente agli eventi sociali." In Africa la danza è il principale mezzo di comunicazione con il quale si trasmettono sentimenti ed emozioni. "La danza non è però una 'questione di sangue' - continua Doudou - "come molti continuano a sostenere usando frasi fatte, ma di cultura. Gli africani non nascono con il cromosoma 'danza'. Il ritmo non è né africano né italiano né americano; non appartiene alla cultura di nessun popolo ma è universale poiché il ritmo originario è il battito del nostro cuore."

È vero: la cultura africana favorisce lo sviluppo del ritmo già da bambini, perché fin da piccolissimi vivono incollati alla schiena della mamma e così partecipano alla vita del villaggio e vengono cullati dai ritmi che la regolano. "In ogni caso" afferma Alphonse Tiérou, coreografo e ricercatore ivoriano nonché per diversi anni consulente all'Unesco per la ricerca sulla danza in Africa "in tutti i villaggi africani ci sono persone che non danzano mai, che non sono capaci di 'mettere un piede davanti all'altro', che non sanno danzare affatto."

La danza è un dono come il canto, la pittura o la musica e come tale va "coltivato" attraverso il lavoro continuo. In Africa esistono grandissimi danzatori anche sconosciuti i quali affermano che il ballo è un'arte che si acquisisce solo con l'aiuto di un maestro dopo lunghi anni di lavoro e di pratica e solo allora si può trasmettere alle nuove generazioni. Una danza che è preghiera, seduzione, passione, terapia ma anche divertimento. In Africa si può danzare ovunque: in casa, in stazione, nei campi, nelle fattorie, negli stadi, davanti ai tribunali, nei mercati, nei luoghi di lavoro. "Danzando si bagna la terra destinata alla costruzione dei muri delle case", continua Alphonse Tiérou, "e danzando la terra viene smossa prima della semina; o ancora, danzando vengono battuti i mucchi di riso disposti a piramide e il miglio nei mortai." Alcune di queste danze, classificate come "profane", fanno parte delle cose essenziali della vita. Come tali non è possibile trasmetterle o apprenderle secondo le metodologie delle normali scuole di danza. Per impararle l'allievo deve lasciarsi penetrare, entrare nel linguaggio espresso dalla cultura di quella particolare danza; deve saper cogliere tale cultura, in altre parole deve saper esprimere attraverso la danza ciò che è evidente per gli altri membri della comunità. La danza africana tradizionale "crea" perciò il gruppo, si nutre di esso e lo sostiene, lo conserva a scapito della coppia o del singolo (citato in [http://www.volontariperlosviluppo.it/2002\\_6/02\\_6\\_12.htm](http://www.volontariperlosviluppo.it/2002_6/02_6_12.htm)).

In Africa i canti e le danze accompagnano ogni momento della vita quindi abbiamo una danza per invocare la pioggia, una per accompagnare il defunto nell'aldilà, un'altra per pregare, una per celebrare il matrimonio ecc. Lo stile africano si caratterizza dai seguenti elementi: vibrazione, ondulazione, ritmo dei piedi, camminata, energia della voce, ripetizione del movimento. I movimenti della danza afro sono molto energici ma abbiamo anche dolci movimenti ondulatori con i quali l'individuo diventa consapevole dei propri blocchi e riesce a riequilibrare l'energia del proprio corpo. Caratteristica primaria della danza afro è che si balla a

piedi nudi per avere un contatto più diretto con la Terra, elemento naturale di primaria importanza per gli africani. Per gli africani danzare è come parlare ed ogni passo di danza rappresenta una parola volta a creare un discorso. Per comprendere ed apprezzare la vera essenza della danza africana è necessario conoscere gli elementi culturali dell'Africa stessa come afferma anche Belco Tourè, insegnante maliano che vive a Padova. Per questo motivo non è sempre semplice insegnare un tipo di danza perché la danza è l'espressione della cultura di un popolo. In Italia vi sono molte scuole di danza africana, caraibica e orientale ma difficilmente un occidentale danzerà come un autoctono di questi luoghi e questa è cosa ormai risaputa. C'è anche da dire che in molte scuole di ballo la cultura di questi popoli non viene neanche accennata, trattando la danza come una cosa a sé stante e ciò rappresenta un pesante errore da parte dei maestri di ballo.

Per Alphonse Tiérou "la danza pura, quella vera, originale, svela, demistifica, lascia cadere la maschera. Essa è libertà, indipendenza ed autonomia. È l'astrazione totale dei problemi di origine, di classe sociale, di altezza, di peso, d'età, di sesso, di bellezza o di pigmentazione della pelle, che sono fonte di divisioni e sangue ingiustificato. La funzione fondamentale della danza è di 'trasformare' l'insieme dei corpi, la materia prima per eccellenza, in una pioggia di suoni, scintille, fiamme, gioia e luce, attraverso il genio creatore" (citato in [http://www.volontariperlosviluppo.it/2002\\_6/02\\_6\\_12.htm](http://www.volontariperlosviluppo.it/2002_6/02_6_12.htm)). Questa è una definizione bellissima di danza e credo che rispecchi appieno la sua essenza, non a caso in lingua swahili danzare si dice koucheza, termine che esprime altresì l'idea di piacere, divertimento e distrazione. La danza è e deve essere un piacere.

### **DANZA ORIENTALE (DANZA DEL VENTRE)**

La danza orientale (Raqs sharqi) è detta anche danza della felicità ed anticamente era una danza rituale per propiziare la fertilità della Dea Madre: Madre Terra. La danza del ventre non nasce quindi per essere uno spettacolo che allietà gli uomini bensì come una danza delle donne per le donne che si ricollega ad antichi culti religiosi legati alla madre terra che propiziavano e celebravano la fertilità della terra nelle antiche società matriarcali del Medioriente (Turchia, Grecia, Mesopotamia, Egitto...). Si sostiene che sia una danza che aiuta anche durante il parto, infatti sembra che venisse danzata in cerchio intorno alla partorienta.

In molti luoghi questa danza è ormai scomparsa ma le zingare egiziane continuano a tramandarla da madre in figlia (perciò oggi si chiama anche danza egiziana). E' una danza che coinvolge tutto il corpo, soprattutto il bacino, da cui ogni movimento inizia e finisce, risveglia l'energia femminile ed aiuta ad eliminare blocchi emotivi ed energetici. Per le donne del Medioriente e del Nordafrica la bellezza esteriore è insignificante se non è coniugata a bellezza interiore, salute ed armonia. E' una danza che esprime fascino e sensualità. Ci sono diversi stili di danza egiziana come il folk, il baladi, lo sharqi (di corte, da cui nasce la moderna danza del ventre), lo zar e il faraonico. Lo stile zar si ricollega alle danze sciamaniche delle civiltà primitive ed ha un carattere prettamente sciamanico, infatti è utilizzata come danza di

guarigione e sovente la si danza in cerchio, al centro del quale vi è la persona da far guarire. Si tratta di un vero rito. Danzare in cerchio ha un significato preciso: danzando in cerchio, tenendosi per mano, le energie rimangono racchiuse in quell'area e l'obiettivo del rito si realizza molto più efficacemente. Qualsiasi rito ha molta più probabilità di avverarsi se lo si compie in gruppo ed in cerchio. Il cerchio è un forte simbolo esoterico e una figura importantissima nella geometria sacra: non ha inizio e non ha fine.

Anche le danze faraoniche avevano una valenza spirituale e sacra poiché servivano a comprendere la realtà spirituale dell'uomo oltre l'apparenza.

## TARANTOLATA

La tarantolata è un fenomeno storico religioso pugliese (precisamente salentino) che ha sempre destato molta curiosità da parte degli antropologi. Il termine tarantolata deriva da "Taranto", città in cui è nato questo rito-ballo esorcizzante. La credenza vuole che il protagonista di questo rito sia una donna (ma talvolta erano anche gli uomini) che viene morsa da un ragno (tarantola o taranta, il cui nome scientifico è *Ischnocolus*) e per liberarsi dal veleno iniettato dal ragno deve sottoporsi al rito. Si tratta di un esorcismo a carattere musicale in quanto la donna guarisce attraverso la musica e la danza (come nelle danze sciamaniche). Il tarantato presentava disturbi molto simili a quelli dell'epilessia, nonché un offuscamento dello stato di coscienza e turbe emotive. Al ritmo della pizzica o tarantella (musica dal ritmo sfrenato) il tarantato danza e canta per molte ore finché cade a terra sfinito: secondo la credenza popolare, infatti, mentre il tarantato consumava le proprie energie nella danza il ragno si consumava e soffriva fino a morire. Alla fine della danza, infatti, il tarantato fa il gesto di schiacciare il ragno.

Questo rituale coniuga sia elementi pagani che cristiani. Quando il tarantato avverte i primi sintomi chiede che vengano i musicisti a casa o nella piazza del paese a suonare la pizzica. Oltre alla pizzica si suonava anche il tamburello, il violino, l'organetto, l'armonica ed altri strumenti. Il tarantato si scatenava quindi in una lunga danza e in questa prima fase si cercava di capire da quale ragno fosse stata morsa la vittima (alcune volte si poteva venir morsi anche da scorpioni, con il termine tarantola si identificavano un pò tutti i ragni velenosi). Nella seconda fase si cercava di individuare il colore del ragno: il tarantato veniva attratto, in modo violento, dalle vesti o dai fazzoletti delle persone circostanti o dagli oggetti e il colore dell'oggetto da cui veniva attratto si riteneva che corrispondesse a quello del ragno. Nella terza fase l'individuo si abbandona a convulsioni, sfoghi, assume atteggiamenti in cui si identifica con la taranta stessa e alla fine fa il gesto di schiacciare simbolicamente il ragno per indicare la sua guarigione.

Il ragno *Ischnocolus* è in realtà innocuo. Si sostiene infatti che dietro il tarantismo popolare ci fosse un bisogno della donna di ricevere maggiori attenzioni dal proprio marito.

Il tarantismo era presente in Puglia sin dal Medioevo, ebbe il suo culmine nel XVIII secolo e iniziò a declinare nel secolo successivo. Era diffuso non solo nel Salento ma anche

nelle province di Lecce, Brindisi, Matera, Bari e Taranto. La chiesa, che non approva riti pagani, ha cercato di dare una spiegazione cristiana a questo rito tramite il culto di San Paolo. San Paolo, che secondo la tradizione è sopravvissuto al veleno di un serpente dell'isola di Malta, è stato scelto come protettore di tutti coloro che vengono pizzicati da un animale velenoso. I tarantati venivano sovente condotti nella chiesa di San Paolo a Galatina (LE) a bere l'acqua sacra del pozzo della cappella. Questo tentativo di cristianizzazione però non sortì grandi effetti poiché le donne durante il rituale esibivano anche comportamenti osceni e San Paolo cominciò ad essere associato alla sessualità. Con il passare del tempo il tarantismo si è andato estinguendo ed è sopravvissuto solo in determinate zone salentine. Oggi si celebra la messa esorcismo il 29 giugno nella chiesa di San Paolo a Galatina ma naturalmente si sono estinti molti momenti tradizionali, come la partecipazione contadina collettiva (oggi ci sono solo alcuni curiosi che vengono a vedere) e la durata stessa del rito, che attualmente dura solo pochi minuti anziché molte ore.

## KIIRTAN

Il *kiirtan* è una danza che serve a diffondere amore e a raggiungere stati elevati di coscienza in breve tempo. La tradizione del *kiirtan* risale ai tempi di Shiva e di sua moglie Parvati anche se nel 1971 fu introdotto come pratica spirituale nell'Ananda Marga.

Parvati ideò una danza mistica denominata Lalita Marmika (che significa voce dello spirito interiore) che ha la funzione di accompagnare il canto dei mantra.

La danza del *kiirtan* si pratica nel seguente modo: i praticanti battono a terra l'alluce destro e sinistro in modo alternato ed in modo ritmico, tenendo unite le mani all'altezza del cuore (mai più in basso) oppure in alto. L'alluce va appoggiato vicino al tallone, in segno di umiltà, e non in avanti e le gambe devono essere leggermente piegate in avanti. **Shrii Shrii Anandamurti** ha donato all'umanità il *kiirtan* con il Siddha Mantra Babanam Kevalam, che significa "tutto è infinito amore".

Praticando tutti insieme il *kiirtan* (magari nello stesso momento, anche se in parti geografiche diverse) si emanano nel mondo onde d'amore che aiutano l'umanità ad evolvere (<http://it.groups.yahoo.com/group/ondedamore/>).

La danza del *kiirtan* prepara il corpo alla meditazione e al rilassamento e permette a tutto il corpo di partecipare ad un'attività mistica. Il *kiirtan* può essere quindi definito una meditazione mistica dinamica. Praticato regolarmente è un trattamento energetico che libera il nostro inconscio dai vari blocchi energetici ed emotivi, nonché dalle paure, dall'ansia, dalla vanità donandoci pace e amore.

## DANZA CLASSICA

La danza classica (danza accademica) si è sviluppata dal 1661 quando il re di Francia Luigi XIV fondò a Parigi la prima accademia di danza. La danza, come abbiamo visto, ha origini antichissime, era presente anche presso gli antichi greci all'interno di ceremonie religiose e

sociali. La danza continuò a diffondersi nel Medioevo anche tra le classi sociali elevate che sostituirono movimenti ritenuti poco aristocratici (salti, volteggi e capriole) con movimenti più composti. Nel Medioevo erano praticati due tipi di danze: la danza popolare che si tramandava nelle classi contadine e le danze di isterismo religioso.

La chiesa cristiana tuttavia non approvava pienamente la danza in quanto riteneva fosse un ricordo di manifestazioni pagane.

## DANZE CELTICHE

Sulle danze celtiche non è che si sappia poi molto. Si tratta perlopiù di danze "popolari" ballate in cerchio, per rinforzare l'unità universale. Nelle danze celtiche rientrano le danze scozzesi, irlandesi, bretoni e della Cornovaglia. Lo studioso torinese Duccio Gay, tuttavia, si chiede come mai le danze del Canada e del Quebec non vengono inserite nelle danze celtiche. Le danze celtiche riproducono gli elementi esoterici dell'arte celtica come la croce celtica. La croce è un simbolo esoterico molto anteriore al Cristianesimo: indica le quattro strade dei quattro angoli della Terra (da cui derivano meridiani e paralleli) e dei quattro elementi al centro del quale c'è la dea Madre, punto in cui convergono tutte le forze e tutte le energie. Osservando queste danze si desume infatti che i Celti credevano nelle forze cosmiche. Gli intrecci stanno ad indicare l'eterna evoluzione spirituale dell'umanità, i nodi rappresentano la trama della vita e così via. I Celti rappresentavano con la danza le proprie credenze.

## DANZE CARAIBICHE

Le danze caraibiche (da non confondere con i balli latini) sono *salsa*, *bachata*, *merengue*, *reggaeton*, *mambo*, *chachacha*, *rueda de casino*. Sono perlopiù danze di corteggiamento che l'uomo fa per la donna infatti durante il ballo è l'uomo che deve guidare la donna. Il *reggaeton* è un fenomeno molto recente e non è proprio una danza di corteggiamento ma una danza erotica e molto provocante. La *rueda de casino* è una salsa ballata in cerchio, in gruppo, che dà la possibilità di danzare con più partner. Le danze caraibiche negli ultimi dieci anni hanno avuto un successo strepitoso qui in Occidente dove si sono sempre apprezzati i ritmi latini e sudamericani in genere (basti ricordare il successo che ebbero i balli latini di gruppo, tuttora molto apprezzati). Attualmente le danze caraibiche non solo sono un modo per avvicinarsi ad un elemento culturale come il ballo ma sono anche un modo per socializzare, per condividere una passione, per divertirsi e... per ridare valore al corteggiamento!

E come disse una persona più saggia di me... BALLA COME SE NESSUNO TI STESSE GUARDANDO...!

Per la realizzazione di questo articolo ringrazio Danilo Diinabandhu del sito <http://www.liberamenteservo.it/> per i chiarimenti sul *kiirtan*.

**Webgrafia:**

[http://www.energialatina.org/energia\\_latina\\_objettivi.htm](http://www.energialatina.org/energia_latina_objettivi.htm)  
<http://www.danceit.org/origmed.html>  
<http://www.superballo.it/storie/storia/tabella.htm>  
<http://www.enzconte.it>  
[http://www.trancedance.com/index.php?SID=11397613739&page=show\\_article.php&show=23](http://www.trancedance.com/index.php?SID=11397613739&page=show_article.php&show=23)  
[http://www.trancedance.com/index.php?SID=11397613739&page=show\\_article.php&show=25](http://www.trancedance.com/index.php?SID=11397613739&page=show_article.php&show=25)  
<http://www.corpoebenessere.it/QiGong/Storia.asp>  
[http://www.volontariperlosviluppo.it/2002\\_6/02\\_6\\_12.htm](http://www.volontariperlosviluppo.it/2002_6/02_6_12.htm)  
<http://www.danzadance.com/africana.html>  
<http://www.ilmosaicodanza.it/index.php?scuola=Danza+Africana&attivita=31>  
[http://www.lucyinthesky.it/index.html?http://www.lucyinthesky.it/body\\_Interventi\\_La%20Danza%20Egiziana%20o%20Raqs%20Sharqi\\_%20di%20Jivan%20Parvani.html](http://www.lucyinthesky.it/index.html?http://www.lucyinthesky.it/body_Interventi_La%20Danza%20Egiziana%20o%20Raqs%20Sharqi_%20di%20Jivan%20Parvani.html)  
[http://guide.dada.net/danza\\_orientale/interventi/2005/02/199390.shtml](http://guide.dada.net/danza_orientale/interventi/2005/02/199390.shtml)  
[http://guide.dada.net/danza\\_orientale/interventi/2005/02/199386.shtml](http://guide.dada.net/danza_orientale/interventi/2005/02/199386.shtml)  
[http://www.benessere.com/psicologia/arg00/benefici\\_danza.htm](http://www.benessere.com/psicologia/arg00/benefici_danza.htm)  
<http://wikipedia.it/wiki/wiki/Speciale:Search?search=tarantismo>  
<http://www.liberamenteleservo.it>  
<http://it.groups.yahoo.com/group/ondedamore/>  
<http://www.ilrisveglio.org/default.asp?hOMe=True&Pagina=Kiirtan&Indice=1>  
[http://it.wikipedia.org/wiki/Danza\\_classica](http://it.wikipedia.org/wiki/Danza_classica)  
<http://www.associazioneghita.it/danzainerchio.aspx>  
<http://www.irishvillage.it/storiadanza6.htm>