

# EK BALAM

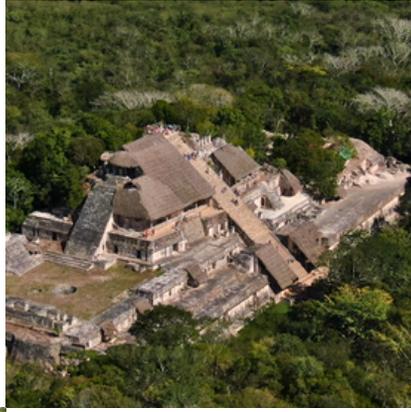
## MAYAN TRADITIONS



# 03

L'Acropoli di Ek Balam è il cuore del sito: una struttura imponente che combina storia, arte e viste spettacolari.

---



# 07

Il cenote Chichikán è un'oasi sotterranea di bellezza naturale, ideale per nuotare, rilassarsi e connettersi con l'essenza sacra del mondo maya.

---

# 09

Il mais, il cacao e la gomma naturale non solo nutrivano il popolo maya, ma facevano parte essenziale dei loro rituali, credenze e vita quotidiana.

---



# 15

Uayma, un angolo di storia e colore nel cuore dello Yucatán.

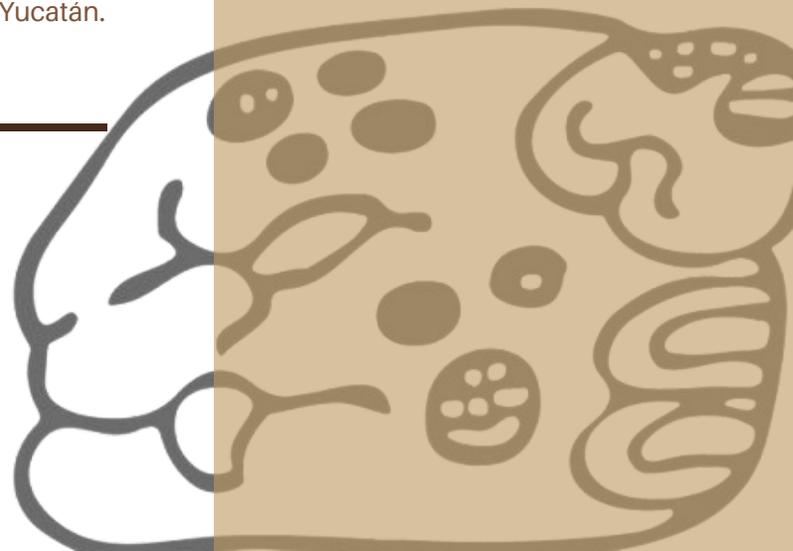
---

# Indice

- 03 Ek Balam
- 04 Le attrazioni principali di Ek Balam
- 05 Sak Xok Naah
- 06 Palazzo Ovale
- 07 Cenote Chichikan
- 09 Tradizioni Maya
- 10 Mais
- 11 Gomma naturale
- 12 Cacao
- 13 Miele
- 14 Amaca
- 15 Uaymal
- 17 Ringraziamenti



EK BALAM  
MAYAN TRADITIONS





# EK BALAM

Questo nome nella lingua maya yucateca è formato dalle parole "ek", che significa "nero" e anche "stella del mattino" o "stella", e "balam", che significa "giaguaro." Può essere tradotto come "giaguaro nero" o "giaguaro oscuro." Tuttavia, alcuni parlanti maya lo traducono anche come "giaguaro stella del mattino."

Ha un'estensione di circa 12 chilometri quadrati, lungo i quali sono state scoperte circa 45 strutture.



# LE ATTRAZIONI PRINCIPALI DI EK BALAM

## ACROPOLI

L'Acropoli di Ek Balam è la struttura più monumentale del sito e una delle gemme dell'architettura maya. Con 160 metri di lunghezza, 68 di larghezza e 32 di altezza, questo grande palazzo fu la residenza e la tomba del governante Ukit Kan Lek Tok', che guidò la città durante il suo periodo di massimo splendore. All'interno sono state scoperte camere funerarie, offerte e geroglifici che raccontano parte della sua storia.

Oltre alle dimensioni, si distingue per i rilievi in stucco finemente conservati, con figure mitologiche e simboli dell'oltretomba maya. La cosa migliore è che si può ancora salire fino alla cima, da cui si gode una vista spettacolare della giungla e dell'intero complesso archeologico.





## SAK XOK NAAH

Sak Xok Naah, che significa "La casa bianca della lettura," è una stanza situata al quarto livello dell'Acropoli di Ek Balam. In questo ambiente furono deposti i resti del governante Ukit Kan Lek Tok', accompagnati da un'eccezionale offerta di oltre 7.000 pezzi di conchiglie e chioccioline, che riflettono l'importanza e il potere del sovrano.

La facciata di Sak Xok Naah è particolarmente suggestiva per la grande maschera di stucco che rappresenta il Mostro della Terra con la bocca aperta, un simbolo maya che rappresenta l'ingresso all'oltretomba e la connessione tra il mondo terreno e quello spirituale, evidenziando il valore rituale e simbolico del luogo.





## PALAZZO OVALE

Il Palazzo Ovale è una struttura significativa di Ek Balam per la sua pianta ellittica insolita, poco comune nell'architettura maya. Si trova vicino all'ingresso principale dell'area fortificata e si pensa che abbia avuto funzioni cerimoniali, astronomiche o residenziali, possibilmente legate a rituali solari o al controllo dell'accesso all'area sacra della città.

Anche se non è alto come l'Acropoli, il Palazzo Ovale offre un'esperienza unica: è ancora possibile salire fino alla cima, rendendolo un ottimo punto per scattare foto panoramiche con una vista privilegiata del sito archeologico e della giungla circostante.

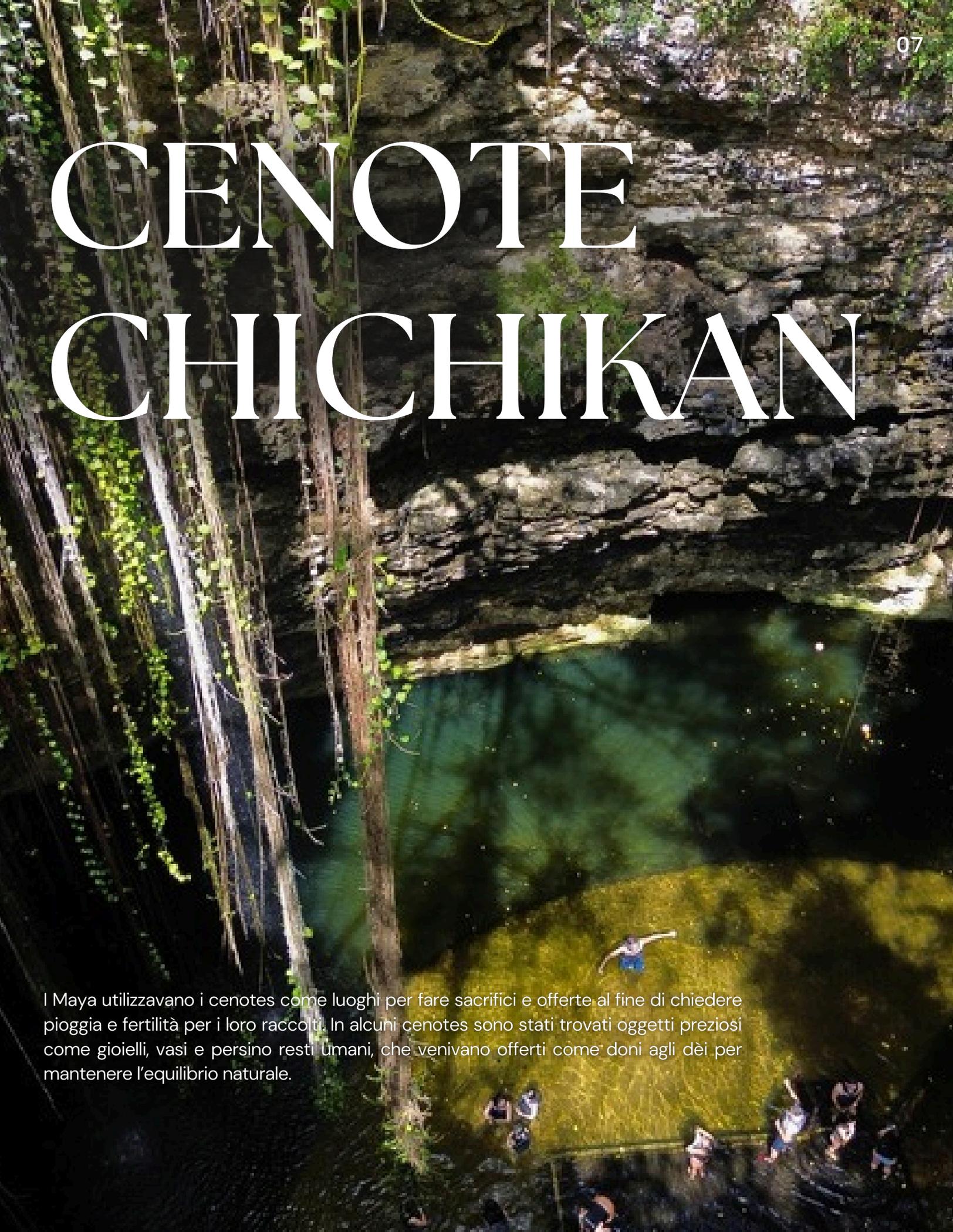
## ARCO MAYA

Si tratta di una volta unica formata dall'unione di quattro volte che sostengono un tetto pesante. Si pensa che fosse l'ingresso principale alla città, riservato all'élite e protetto da grandi mura di pietra.



# CENOTE CHICHIKAN

I Maya utilizzavano i cenotes come luoghi per fare sacrifici e offerte al fine di chiedere pioggia e fertilità per i loro raccolti. In alcuni cenotes sono stati trovati oggetti preziosi come gioielli, vasi e persino resti umani, che venivano offerti come doni agli dèi per mantenere l'equilibrio naturale.

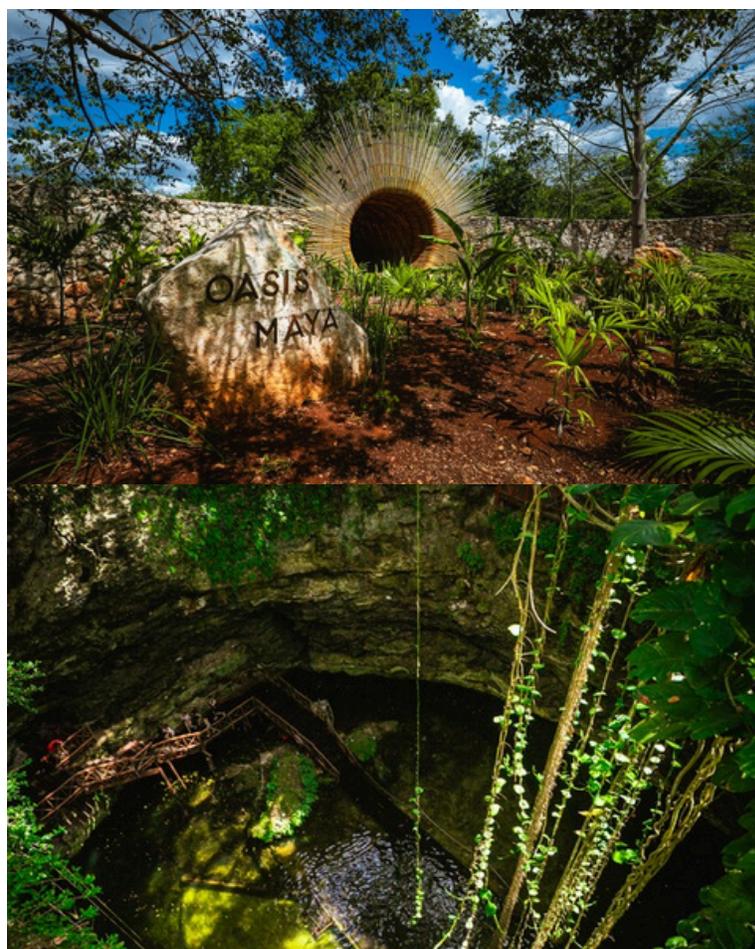




Lasciati meravigliare da questo impressionante cenote aperto, circondato da imponenti pareti di pietra calcarea che rivelano la forza della natura e il passare del tempo. Per accedervi, scenderai di 24 metri sottoterra attraverso scale di legno perfettamente integrate nell'ambiente, che ti porteranno in un mondo sotterraneo di bellezza unica.

Con una profondità massima di 8 metri, questo cenote è ideale per esplorare, nuotare o semplicemente rilassarsi. La sua caratteristica più speciale è un'isola naturale centrale, dalla quale puoi camminare, scattare foto incredibili ed entrare facilmente in acqua.

Come tocco finale, una delicata cascata cade dolcemente creando un arcobaleno magico che trasforma il luogo in un scenario da sogno. Uno spettacolo naturale che non puoi perdere!



# TRADIZIONI MAYA



# MAIS

## LA TORTILLA

La tortilla di mais fatta a mano è uno dei pilastri più emblematici della cucina tradizionale messicana. La sua preparazione artigianale, tramandata di generazione in generazione, inizia con il nixtamal: mais cotto con calce che viene macinato per formare un impasto morbido ed elastico.

A differenza delle versioni industriali, ogni tortilla fatta a mano porta il tocco unico di chi la prepara, con una consistenza più spessa, un aroma più profondo e un sapore autentico che collega direttamente alle nostre radici. In molte comunità, questo processo si svolge ancora quotidianamente, mantenendo viva una tradizione ancestrale.

Nella cultura maya e in gran parte della Penisola dello Yucatán, la tortilla è più di un alimento: è un simbolo di identità, sostentamento e lavoro familiare. Viene accompagnata da stufati, usata come cucchiaio e, in alcuni casi, farcita o tostata per piatti tipici.



# GOMMA NATURALE

Nel mondo maya, si estraeva la linfa dall'albero di chicozapote e la si cuoceva in pentole a fuoco lento per farla seccare, ottenendo il "sicte," una gomma morbida che poteva essere masticata per un tempo indefinito. Il sicte veniva inviato agli altopiani del Messico, dove era conosciuto come "tzictli." È qui che nacque il chicle e divenne popolare a livello mondiale.



# CACAO

Il cacao è stato coltivato dai Maya per oltre 2.500 anni. La parola "cacao" deriva dal termine nahuatl "cacahoatl" o "cacahuatl," che significa "succo amaro." Il cioccolato era apprezzato non solo per il suo sapore, ma anche per le sue proprietà stimolanti, e i suoi semi venivano utilizzati come moneta per il commercio.

# MIELE

I Maya praticavano l'apicoltura con l'ape melipona beecheii, un'ape senza pungiglione conosciuta in lingua maya come "xunán kab" o "dama reale." Il loro miele veniva usato come medicina quando miscelato con altre erbe medicinali.

# AMACA

I Maya praticavano una tecnica ancestrale per ricavare fili dalla fibra della pianta di henequén. Questa conoscenza facilitava sicuramente la produzione di fili di henequén adatti per le amache.

# UAYMA

Scopri il villaggio di Uayma, il cui nome in lingua maya significa "qui no".



# EX-CONVENTO DI SANTO DOMINGO

Il tempio e ex convento di Santo Domingo a Uayma, costruito nel 1646 dai francescani con pietre provenienti da templi maya come Chichén Itzá, fu incendiato durante la Guerra delle Caste (1847–1901) e rimase in rovina per oltre un secolo. Nel 2003 iniziò il suo restauro sotto la direzione dell'INAH, che ha riportato alla luce i suoi colori originali e le decorazioni in stucco. Riaperto nel 2004, la sua facciata combina simboli religiosi e colori come il rosso del martirio e il verde della speranza, evidenziando anche l'aquila senza testa, emblema francescano dell'unione cattolica ispano-portoghese.



GET IN TO THE  
MAYAN  
WORLD

**EKINOX**  
T O U R S

Grazie per aver scelto il Messico per vivere  
momenti indimenticabili con la tua famiglia e i tuoi  
amici.

Siamo felici di averti accompagnato nel tuo viaggio  
e speriamo che sia stato piacevole per te quanto lo  
è stato per noi.

*Grazie*

Abbiamo un regalo per te!



Scansiona il codice QR.

Se ti è piaciuto il nostro servizio, aiutaci  
condividendo la  
tua esperienza.



Scansiona il codice QR.



[www.ekinotours.com](http://www.ekinotours.com)