

Die Bedeutung der Formen

Taeguk-il-jang – 1. Poomsae



Das Symbol der ersten Poomsae steht für den Himmel. Dieser spendet Regen, Luft und Sonne, damit alles wachsen und gedeihen kann. Der Beginn bzw. die Schöpfung werden durch diese Poomsae symbolisiert. Bei den Techniken wurde Wert daraufgelegt, dass die wichtigsten Abwehrtechniken in allen drei Körperstufen und der Fauststoß die Hauptmerkmale bilden.

Taeguk-i-jang – 2. Poomsae



Das Diagramm der Taeguk-i-jang bedeutet Fröhlichkeit und Frohsinn. Diese Poomsae symbolisiert also ruhige Gelassenheit neben kraftvollem Auftreten des Sportlers. Ein fröhlicher Mensch ist innerlich gefestigt und gibt seinen Mitmenschen Mut und Zuversicht. Entsprechend kraftvoll und ruhig sind auch die Bewegungsformen ausgelegt. Verstärkt wird dies durch die Kombination zweier Techniken mit anschließender kurzer Pause.

Taeguk-sam-jang – 3. Poomsae



Feuer ist das Zeichen der dritten Poomsae. Der intelligente Mensch hat es geschafft, das Feuer zu zähmen. Das tief in uns schlummernde Feuer soll kontrolliert zu unserem Wohle dienen und nicht sinnlos zerstören. Dem Symbol entsprechend sind die Techniken lebhaft und abwechslungsreich. Durch Dreifachtechniken wird das aufsteigende Feuer und durch die Handkantenschläge die Gefährlichkeit des Feuers verdeutlicht.

Taeguk-sa-jang – 4. Poomsae



In der vierten Poomsae steht der Donner im Vordergrund. Der Donner symbolisiert Kraft und Macht, was in den kraftvollen, zielstrebigem und rhythmischen Bewegungen zum Ausdruck kommt. Taeguk-sa-jang wird deshalb von starken Techniken beherrscht – eine Form, die inneres und äußeres Gleichgewicht verlangt.

Taeguk-oh-jang – 5. Poomsae



Das Symbol der Taeguk-oh-jang steht für Wind, aber auch für das Sanfte. Da Stürme selten vorkommen, ist die eigentliche Natur des Windes sanft und gutartig. Die Ruhe und der Rhythmus der Poomsae werden jedoch an einigen Stellen durch starke Techniken durchbrochen, was die Symbolkraft des Windes unterstreicht.

Taeguk-yuk-jang – 6. Poomsae



In der Taeguk-juk-jang ist das Symbol des Wassers verankert. Ohne Wasser können wir nicht leben. Fließend und nachgiebig sind die Bewegungen in dieser Form, die durch Fußtritte unterbrochen werden. Ausweichende und drehende Bewegungen sind üblich für die 6. Form.

Taeguk-chil-jang – 7. Poomsae



Den soliden, ruhenden Berg symbolisiert das Symbol der Taeguk-chil-jang. Eine ganze Reihe unterschiedlich stabiler Stellungen und kraftvoller und schneller Bewegungen versuchen, das Streben der Menschen nach Stabilität und Sicherheit im Leben zu dokumentieren. Diese Form steht für den notwendigen Halt und die Freiheit der Bewegung.

Taeguk-pal-jang – 8. Poomsae



Das achte und letzte Trigramm beendet die Taeguk-Poomsae. Es symbolisiert die Erde. Dem Wachstum und dem Heranreifen ist die 8. Form gewidmet. Sie ist die letzte Stufe des Schülers auf dem Weg zum Dan-Träger. Hier zeigen sich die Früchte der bisherigen Arbeit. Die Techniken zeigen die Reife sowie die verborgene Kraft, die in Harmonie mit langsamen Passagen zum Ausdruck kommen.

Die Bedeutung der Meisterformen (DAN Formen)

KORYO (Korea - 1. DAN)

Koryo ist der Name einer alten Dynastie (918 bis 1392 n.Chr.) nach der das heutige Korea benannt ist.

Das kulturelle Erbe aus dieser Zeit ist sehr bedeutend. Deshalb entspricht das Diagramm, auf dessen Linien die Bewegungen ablaufen, dem Schriftzeichen für "der Gelehrte".

KUMGANG (Diamant - 2. DAN)

Das Wort selbst bedeutet: zu fest, um zerbrochen zu werden. Für buddhistische Mönche ist es aber auch die Bezeichnung für die Überwindung seelischer Schmerzen durch Weisheit und Tugend. Auch der schönste Berg Koreas wird Kumgang-San genannt.

Die Bewegungsrichtungen folgen daher dem Schriftzeichen für »der Berg«. Entsprechend den Bedeutungen von Kumgang sollen die Bewegungen geistige Kraft und die Härte eines Diamanten ausdrücken.

TAEBAEK (Heiliger Berg - 3. DAN)

Korea wurde der Sage nach vor 4100 Jahren auf dem Berg Baeku gegründet. Dieser Berg trug früher den Namen Taebaek; er ist der größte und erhabenste Berg Koreas.

Diese Poomse demonstriert nicht nur Schnelligkeit und Genauigkeit, sondern auch Strenge und Entschlossenheit.

PYONGWON (Ebene - 4. DAN)

Eine große und offene Ebene erstreckt sich endlos und gibt dem Betrachter das Gefühl majestätischer Freiheit und grenzenloser Weite.

Das Diagramm verläuft dementsprechend auf einer Linie.

Sipjin (Zehn - 5. DAN)

Das Zehnersystem ist eine ständige numerische Wiederholung des Wertes zehn, einhundert, eintausend, eine Million, eine Billion.... Damit ist die Zahl 10 Symbol für grenzenloses Wachstum.

Das Wachstum ist aber nur bei einer systematischen und geregelten Ordnung wirkungsvoll. Das Diagramm dieser Poomse ist das Schriftzeichen für "10". Die Bewegungen sind abwechslungsreich, aber geordnet und diszipliniert.

Jitae (Erde - 6. DAN)

Gemäß dem fernöstlichen Glauben kommt alles Leben aus der Erde hervor und kehrt in sie zurück.

Lebewesen und Naturphänomene ändern und formen sie fortlaufend. Poomsae Jitae vereint diese Eigenschaften der Erde in ihren Bewegungen.

CHONKWON (Himmel - 7. DAN)

In alter Zeit wurde der Himmel als Herrscher über das Universum verehrt. Poomsae Chonkwon ist durchdrungen von Bewegungen, die voll Erhabenheit und Vitalität sind, wie ein in den Himmel aufsteigender Adler.

HANSU (Wasser - 8. DAN)

Wasser wird als der Ursprung des Lebens angesehen. Die Eigenschaften des Wassers - ruhig, wild, flüssig, anpassungsfähig - sind auch typisch für die Bewegungen bei dieser Poomsae.

ILYO (Geist und Einheit - 9. DAN)

Im Buddhismus bezeichnet man den Zustand der geistigen Ausbildung, in dem Geist und Körper zu einer Einheit verschmelzen, Ilyo.

Die höchste Aufgabe des Taekwondoin ist es, diesen Zustand Ilyo zu suchen.

Das Ziel ist eine Disziplin, bei der man mit konzentrierter Aufmerksamkeit bei jeder Bewegung alle weltlichen Gedanken und Dinge abschüttelt.