
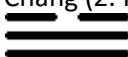


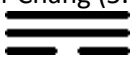
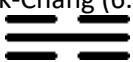



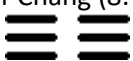
# Die Bedeutung der Poomsaen

Symbol	Element	Bezeichnung	Eigenschaft
Taeguk Il-Chang (1. Poomsae) 	Himmel	Schöpfung	Festigkeit
<p>Das I-Ging Zeichen aus der Yin-Yang-Lehre ist das erste von den 8 Urzeichen. Die drei durchgezogenen Linien haben drei Bedeutungen, die man mit Himmel, sichtbar und aktiv übersetzen kann. Der Himmel bringt Regen und das Licht der Sonne, wodurch letztendlich alles wachsen und leben kann. Durch die Luft können die Lebewesen atmen und somit regt der Himmel das Leben an. Man hat dieses Symbol für Taeguk-il-Chang genommen da es für die Schöpfung oder den Anfang steht. Die ersten Grundelemente die in dieser Form enthalten sind bereiten die Entwicklung (den Weg) des Taekwondo-Sportlers vor. Es ist die Basis zum Entfalten der persönlichen Fähigkeiten, die durch die Form geschaffen wird.</p>			
Taeguk I-Chang (2. Poomsae) 	Wasser (ruhend)	Zerstörung	Frohsinn
<p>Dieses I-Ging Zeichen aus der Yin-Yang-Lehre ist das zweite von den 8 Urzeichen. Es steht für den Frohsinn oder generell das Heitere. Dabei bezieht es sich auf einen fröhlichen Menschen, der innerlich gefestigt ist und durch sein Auftreten den anderen Mitmenschen Mut und Zuversicht gibt. Dabei ist jener kein 'witziger Typ' sondern eher ein Mensch mit großer innerer Kraft, der sich durch Entschlossenheit und Ausgeglichenheit auszeichnet. Alles in allem ist er ruhig, aber kraftvoll in seiner Persönlichkeit. Folglich bedeutet dieses Symbol für Taeguk-ih-Chang eine ruhige Gelassenheit kombiniert mit einem kraftvollen Auftreten durch das neu erlangte Wissen und die neue Fähigkeit. Durch die erreichten Fortschritte aus der bisher noch kurzen Trainingszeit hebt sich nun ein sicheres Auftreten und Frohsinn ab.</p>			
Taeguk Sam-Chang (3. Poomsae) 	Feuer	Verflechtung	Klarheit
<p>Dieses I-Ging Symbol steht für Feuer oder Glanz. Die Benutzung des Feuers ist nur auf die Intelligenz des Menschen zurückzuführen, welches dem Menschen nun nützt. Es erhellt die Dunkelheit, vertreibt die Furcht und gibt Wärme und Geborgenheit. Wenn das Feuer der Sonne am blauen Himmel ist, empfindet der Mensch Hoffnung und Zuversicht. Dagegen zeigt das unkontrollierte Ausbrechen jenes Elementes die zerstörerische Leidenschaft die dieses Besitz. Die Zügelung der Leidenschaft und die tiefe innere Kontrolle die dafür vorhanden sein muss, war der Anlass dies als das Symbol von Taeguk-Sam-Chang zu wählen.</p>			
Taeguk Sa-Chang (4. Poomsae) 	Donner	Erregung	Beweglichkeit
<p>Dieses I-Ging Symbol symbolisiert den Donner oder die Bewegung. Aus der Natur kennt man den Donner und den Blitz die den Menschen Angst machen. Jedoch ist der Donner auch ein Symbol für Macht und Kraft. Der Mensch muss sich auf seine eigenen inneren Kräfte konzentrieren, damit er der Gefahr entgegentreten kann. Man wählte aus diesem Grund das Symbol vom Donner um den kraftvollen und zielstrebigem Charakter der Taeguk-Sa-Chang zu unterstreichen.</p>			

Taeguk Oh-Chang (5. Poomsae) 	Wind	Verringerung	Durchdringlichkeit
<p>Dieses I-Ging Urzeichen steht für den Wind oder durch die Durchdringung. Dabei sind damit nicht nur die gefährlichen Orkane, Tornados oder Hurrikans gemeint, sondern auch die sanften Winde, welche die Blumen bestäuben. Der Wind vereint die schöpferische Macht und die zerstörende Macht in einem Symbol. Diese Bedeutung spiegelt sich ebenfalls in Taeguk-Oh-Chang wieder die aus ruhigen und kraftvollen Bewegungen besteht. Die stark rhythmische Poomse wird immer wieder durch kraftvolle Techniken durchbrochen, welches auf die Natur des Windes zurück zuführen ist.</p>			

Taeguk Yuk-Chang (6. Poomsae) 	Wasser (fließend)	Versenkung	Gefahr
<p>Dieses I-Ging Urzeichen für das Wasser. Das Wassers hat die eine hohe Anpassungsfähigkeit und trotzdem behält es stets seine ursprüngliche Beschaffenheit. Es umfließt Hindernisse, wenn sich seinen Weg ins Tal sucht. Die Philosophie hinter dieser Poomse zeigt, das man Schwierigkeiten mit Selbstvertrauen umgehen und überwinden kann.</p>			

Taeguk Chil-Chang (7. Poomsae) 	Berg	Anwesenheit	Umwandelbarkeit
<p>Dieses I-Ging Symbol bedeutet übersetzt 'oberer Haltepunkt ' und steht bildlich für den Berg. Der stets an der Stelle verweilende Berg ist deshalb das Symbol für Ruhe. Wir müssen unsere Handlungen eindeutig und mit Entschlossenheit durchführen, denn wenn man vorwärts gehen muss, sollte man vorwärts gehen und wenn es ratsamer ist sich zurück zuziehen, so sollte man sich zurück ziehen. Mit der Standfestigkeit des Berges und dessen Ruhe sollte deshalb unser Handeln vollzogen sein. Obgleich Schnelligkeit in ihrer Schönheit besticht, liegt auch in der Ruhe die Ästhetik. Aus diesem Grund findet man in dieser Form auch langsamere Bewegungen und innehaltende Stellungen (Bom-Sogi).</p>			

Taeguk Pal-Chang (8. Poomsae) 	Erde	Ausführung	Hingabe
<p>Das achte Symbol der I-Ging Urzeichen steht für die Erde, als die Quelle allen Lebens. Aus ihr schöpft alles Leben seine Kraft und Energie zum Leben selber. Unbeschrieben schön ist die Vielfalt des Lebens und gleichzeitig unfassbar. Mit dieser letzten Taeguk (Poomse) nimmt der Schüler die letzte Hürde um Meister des Taekwondo zu werden (1.Dan). Auffällig dabei sind die zahlreichen Grundtechniken, verbunden mit neuen Block-, Hand und Fußtechniken die sowohl Neues als auch Altes zu gleich überprüfen.</p>			