









## Die Formen der Schüler

Diagramm	Taeguk
	<b>taeguk il jang</b> <b>Symbol: keon (chin. yang; Himmel)</b> (schöpferisch, stark) Diese Form symbolisiert sowohl den Ursprung allen Seins (das Universum), als auch den Beginn der Taekwondo-Entwicklung des Schülers.
	<b>taeguk i jang</b> <b>Symbol: tae (See)</b> (heiter, reflektierend) Mit Frohsinn und guter Laune vermag der Mensch Großes zu leisten. Denn ein solcher Geist ist innerlich gefestigt und strahlt Ruhe aus. Eine solch kraftvolle Persönlichkeit kann seinen Mitmenschen Mut und Zuversicht bringen.
	<b>taeguk sam jang</b> - <b>Symbol: ree (Feuer)</b> (hell, formend) Feuer und Sonne spenden Licht, Wärme, Hoffnung und Zuversicht in der Dunkelheit. Aber Feuer kann auch zerstören, Sonne kann verbrennen. Es lehrt uns, daß wir unsere durch das Feuer symbolisierte Leidenschaft im Zaum halten und in fruchtbare Bahnen lenken sollen.
	<b>taeguk sa jang</b> <b>Symbol: jin (Donner/Blitz)</b> (bewegend, erregend) Grollender Donner und unerwartet schnell zuckende Blitze flößen Angst und Furcht ein. Sprachlos stehen wir vor dieser Naturgewalt mit der hoffnungsvollen Ahnung, daß danach der blaue Himmel scheint und die Sonne wieder lacht. Daraus zeigt sich, daß wir im Angesicht von Gefahr, ruhig und zielstrebig handeln sollen.
	<b>taeguk oh jang</b> <b>Symbol: son (Wind)</b> (Holz; sanft eindringend) Trotz alles zerstörender Stürme und Tornados, ist die eigentliche Natur des Windes sanft. Wind verteilt den Samen über fruchtbaren Boden- Wind symbolisiert eine demütige Geisteshaltung
	<b>taeguk yuk jang</b> <b>Symbol: kam (Wasser)</b> (dunkel, formlos) Das lebensnotwendige Wasser ist flüssig und formlos, es behält daher immer seine Beschaffenheit. Es umfließt Hindernisse und kann mit stetiger Beharrlichkeit selbst härteste Felsen formen. Diese Vorstellung lehrt uns, daß wir Mühsal und Schwierigkeiten mit Selbstvertrauen überwinden können.
	<b>taeguk chil jang</b> <b>Symbol: kan (Berg)</b> (ruhend, stillhaltend) Der Standfestigkeit eines Berges gleich soll unser Handeln sein. Anhalten wenn es geboten ist und fortfahren wenn es nötig ist, so erreichen wir ausgeglichen unser Ziel.
	<b>taeguk pal jang</b> <b>Symbol: kon (chin. yin; Erde)</b> (empfangend, nährend) Die Erde verkörpert die schöpferische Kraft des Himmels. Alle Dinge entstehen aus ihr, erhalten Nahrung und Fruchtbarkeit, und gehen um den Kreislauf zu schließen, zu ihr zurück. Diese Poomsae beendet die acht Trigramme und ist die letzte SchülerPoomsae.

## Die Formen der Meister

Diagramm	Poomsae
	<b>Koryo (Korea)</b> (30 Bewegungen) Koryo ist der Name einer Dynastie (918 - 1392 n. Chr.), aus dessen Name sich das Wort Korea abgeleitet hat. Poomsae Koryo spiegelt in ihren Bewegungen die geistige Haltung des "Koryo Volkes" wieder, das mit Überzeugung und starkem Willen einem mächtigen Gegner widerstand.
	<b>Keumgang</b> (27 Bewegungen) Mit dem Wort Keumgang sind im Koreanischen viele Begriffe verbunden. So bedeutet das Wort selbst, zu fest um zerbrochen zu werden. Kungang ist aber auch die Bezeichnung der Buddhistischen Mönche für die Beendigung aller Seelenpein durch Weisheit und Tugend. Der größte Berg Koreas, sowie ein Diamant wird Keumgang genannt. Entsprechend den Bedeutungen ist Kungang eine Bewegungsform, die auf geistiger Kraft basiert, mit der Erhabenheit eines Berges und der Härte eines Diamanten vergleichbar.
	<b>Taebaek</b> (26 Bewegungen) Die Sage über die Gründung Koreas berichtet, dass um 2334 v.Chr. der legendäre Tangun auf dem Berg Taebaek, der heute Baekdu heißt, das Volk Koreas gründete. Poomse Taebaek demonstriert nicht nur Genauigkeit und Schnelligkeit, sondern auch Strenge und Entschlossenheit.
	<b>Pyongwon (Ebene)</b> (25 Bewegungen) Der Lebensraum des menschlichen Seins ist die Ebene. Weite und fruchtbare Ebenen geben uns Nahrung. Eine große und offene Ebene erstreckt sich endlos und gibt so dem Betrachter ein Gefühl der Erhabenheit. Die Ebene mit ihrem Überfluß und der grenzenlosen Weite findet ihre Versinnbildlichung in der Poomse Pyongwon.
	<b>Sipjin (Zehn)</b> (31 Bewegungen) Die Poomse Sipjin steht für das dezimale System. Die Zahl 10 ist Symbolfigur für endlose Entwicklung und Wachstum. Wachstum ist nur bei einer systematischen und geregelten Ordnung wirkungsvoll. Die Eigenart der Poomse Sipjin liegt in höchstem Abwechslungsreichtum und der geordneten Disziplin des dezimalen Systems. Das Diagramm dieser Form ist das chin. Zeichen für 10.
	<b>Jitae</b> (28 Bewegungen) Gemäß dem fernöstlichen Glauben, kommt alles aus der Erde hervor, und kehrt wieder in sie zurück. Die Erde ist Beginn und Ende des Lebens. Lebewesen und Natur formen und verändern sie fortdauernd. Poomse Jitae vereinigt diese Eigenschaften in ihren Bewegungen.
	<b>Chonkwon (Himmel)</b> (27 Bewegungen) In der alten Zeit wurde der Himmel als Herrscher über das Universum und die Menschen verehrt. Man dachte der Himmel habe die Natur erschaffen. Chonkwon ist durchdrungen von Bewegungen, die voll Frömmigkeit und Vitalität sind, wie ein Mensch, der in den Himmel blickt, oder wie ein Adler, der in den Himmel emporsteigt.
	<b>Hansu (Wasser)</b> (27 Bewegungen) Wasser bildet Seen und Flüsse, angefangen mit einem einzelnen Tropfen. Es ist still, aber auch wild und passt sich jeder Form an. Die Eigenschaften des Wassers, sind typisch für diese Poomse.
	<b>Ilyeo (Einheit)</b> (23 Bewegungen) Im Buddhismus nennt man den Zustand der geistigen Ausbildung, in dem Körper und Geist zu einer Einheit verschmelzen, Ilyeo. Es ist die Aufgabe des Lernenden diesen Zustand zu suchen und eine Konzentration zu erreichen, in der es möglich ist, Übungen durchzuführen, und das weltliche abzulegen.