



Raptor Dojang

Filozofie



Filozofie a význam tii

Středem lidského těla je pas. V pase je soustředěno centrum energie. Pásek má toto centrum zdůraznit. Horní část obleku Taekwondo (Dobok) představuje Nebe, spodní část představuje Zemi. Na cestě mezi Nebem a Zemí je člověk. Člověk je páskem, stejně jako pásek je člověkem (zjednodušeně, jakou barvu pásku nosím, takový jsem člověk). Z praktického hlediska se pásek využívá k upevnění horní části obleku Taekwondo. Pásek má šest barev: bílou, žlutou, zelenou, modrou, červenou a černou. Bílá a černá barva představuje Jin a Jang, slunce a měsíc, den a noc, začátek a konec. Bílá barva je barva zrození. Černá je pak barvou konce, smrti. Uzel na pásku je umístěn na energetickém bodě celého těla. Tento uzel symbolizuje víru v lidské schopnosti a dovednosti, a lidskou energii. Každý cvičenec by měl mít takové schopnosti a dovednosti (i morální), jakou má barvu pásku. Ke každé barvě pásku přísluší jedna sestava (Poomse), a ta by pro cvičence měla být určující v jeho chování a jednání, jak v tělocvičně (Dojang), tak mimo ní. Protože Taekwondo není jen sportem, ale i cestou životem (Do). A na to je třeba myslet vždy, když si pásek přivazují k svému tělu, neboť v tu dobu mým tělem proudí energie života. Stejně jako ve svém životě svým chováním ovlivňují energii vesmíru.

Filozofie a význam dobok

Když cvičenec začíná cvičit Taekwondo, poprvé si oblékne Dobok. Dobok je oblek, který procházel Koreou celá staletí, je symbolem ducha Koreje. Dobok je bílý a vždy čistý. Čistota symbolizuje čistotu člověka, jeho čistou mysl a zároveň úctu k tradicím a Koreji. Bílá barva je symbolem vše obklopujícího vesmíru. Dobok se skládá z kalhot, vrchního dílu a pásku. Z těchto částí se také skládá tradiční korejské oblečení, které se nazývá Hanbok (Han = člověk). Zde je třeba si uvědomit rozdíl mezi Dobok a Hanbok. Dobok je oblek určený do tělocvičny, na zápasiště a slavnosti Taekwondo. Hanbok je oblek lidu Koreje. Jelikož je Taekwondo součástí Koreje stejně jako Hanbok, dochází k prolnutí jejich významů a smyslů. Někdy je také Dobok nazýván Handobok. Při důkladnějším pozorování Dobok na něm objevíme tři základní znaky filozofie Han. Jsou to kruh, čtverec a trojúhelník. Kruh symbolizuje nebe. Čtverec symbolizuje Zemi, trojúhelník pak člověka. Dobok nižších technických stupňů (10. kup až 1. kup) musí být bílý. Dobok mistrovských stupňů (1. dan až 9. dan) může obsahovat černé pruhy, zejména kolem krku. Cvičenec, který si obléká Dobok, by si měl uvědomit, že si neobléká obyčejný sportovní oblek, ale oblek, kterým k němu promlouvá Korea, historie a duch Taekwondo. To je zavazující okamžik. Člověk, jenž si oblékne Dobok se zavazuje hledat cestu k sobě samému, k druhým a především k míru.

Filozofie a význam poomse

Sestavy neboli Poomse v korejském jazyce, jsou řada obranných a útočných pohybů proti imaginárním protivníkům podle předepsaného vzoru. Studenti se učí pomocí cvičení sestav aplikovat různé techniky taekwondo. Sestavy mají ještě mnoho dalších úloh. Pomáhají k rozvoji a zlepšování koordinace, stability, načasování, dechové kontrole a rytmu, které jsou základem pro zlepšování studentů taekwondo.

Taekwondo WTF používá názvu Poomse, podle vědecké knihy I Ching (Kniha proměn). I Ching má 64 hexagramů, kombinovaných ze dvou sad tří čar, uzavřených nebo otevřených. Sady tří čar se nazývají trigramy. Uzavřené čáry prezentují Jang, otevřené čáry Jin. V čínském jazyce se jednota Jin a Jang nazývá Taich'i. V korejském jazyce se tato jednota nazývá T'ae-guk. Osm trigramů společně se nazývá Pal-gwe.



Poomse Taeguk II Jang - Nebe (Jih, Otec)



První sestava je začátkem všech Poomse. Přiřazený trigram znázorňuje Jang (Nebe, Světlo), proto by cvičení této sestavy mělo vyjadřovat velikost nebe.

Poomse Taeguk I Jang - Jezero (Jihovýchod, Nejmladší dcera)



V hlubinách jezera jsou poklady a záhady. Pohyby této sestavy by měly být prováděny s vědomím, že člověk má mnoho omezení, ale tyto omezení může překonat. Tato sestava by měla být cvičena pro pocit radosti, a s vědomím, že můžeme kontrolovat svoji budoucnost.

Poomse Taeguk Sam Jang - Oheň (Východ, Druhá dcera)



V ohni je obsažena velká energie. Oheň pomáhat člověku přežít, ale jeho vymknutí se kontrole může mít katastrofální následky. Tato sestava má být cvičena rytmicky s výbuchy energie.

Poomse Taeguk Sa Jang - Hrom (Severovýchod, Prvorozený syn)



Hrom pochází z oblohy a je pohlčován zemí. Hrom je jeden z velmi silných přírodních sil. Tato sestava má být cvičena s touto myšlenkou.

Poomse Taeguk O Jang - Vítr (Jihozápad, Prvorozená dcera)



Víteř je jemná, ale nespoutaná síla, ničící, kdykoliv je možnost. Tato sestava má být cvičena jako vítr. Jemně, ale s vědomím dovednosti ničit cokoliv jednoduchými pohyby.

Poomse Taeguk Yuk Jang - Voda (Západ, Druhý syn)



Voda může pohnout horou. Momenty pohybů v této sestavě mají být cvičeny jako voda. Někdy zůstávají jako voda v jezeře, občas proudí jako voda v řece.

Poomse Taeguk Chil Jang - Hora (Severozápad, Nejmladší syn)



Hory vždy působily majestátně, a to nehladě na jejich výšku. Tato sestava se má cvičit s vědomím, že každý pohyb sestavy je majestátný.

Poomse Taeguk Pal Jang - Země (Sever, Matka)



Složení trigramu tohoto Poomse symbolizuje Jin, konec začátku, v každém dobru je i část zla, i v temnotě je stále trochu světla. Při cvičení této sestavy je třeba si uvědomit, že se jedná o poslední Taeguk, který se učíme. A současně je koncem kruhu, tak jako koncem může být první, druhý, ...

Poomse Koryo



Koryo (Korea) je název staré korejské dynastie. Lidé období Koryo čelili útokům mongolských nájedníků. Jejich duch je přenesen do pohybů Poomse Koryo. Každý pohyb reprezentuje jejich sílu a energii potřebnou ke kontrole Mongolů.

Poomse Keumgang



Podstatou této sestavy je: "Příliš silný bude zničen", nebo diamant. Pohyby této sestavy jsou krásné jako Keumgang - san (korejská hora) a silné jako Keumgang - seok (diamant).

Poomse TaeBaek



Legendární král Dangoon Chosun panoval v TaeBaek, nedaleko největší korejské hory Baekdoo. Baekdoo je symbol Koreje. Podstatou Poomse TaeBaek je lehkost. Každý pohyb této sestavy není pouze precizní a rychlý, ale také rozhodný a tvrdý.

Poomse Pyongwon



Podstatou této sestavy je: rozprostřít se v nekonečno, velikost, majestátnost.

Poomse Sipjin



Sipjin je postaven na desetínách. Sestava vyjadřuje uspořádanost desetinného systému. Dále také značí nekonečnost rozvoje a růstu v systematickém řádu: stabilitu.

Poomse Jitae



Tato sestava je odvozena ze smyslu Země. Všechny věci se rozvíjejí ze Země a také se do ní vracejí. Země je začátek a konec života.

Poomse Cheonkwon



Cheonkwon znamená oblohu. Obloha může být chápána jako vládce vesmíru. To znamená dvě vlastnosti: nekonečnost a hlubokost. Pohyby v této sestavě jsou plné zbožnosti a života.

Poomse Hansoo



Tato sestava je odvozena z přizpůsobivosti vody, z jejího jednoduchého přizpůsobení se přírodě v průběhu času.

Poomse Ilyo



Stav duchovní kultivace v Buddhismu se nazývá Ilyo, což znamená více nebo méně. V Ilyo, tělo a mysl, duch a hmota, já a ty jsme sjednoceni. Konečná idea Taekwondo je nalézt tento stav. Je to disciplína s kterou se zaměřujeme na každou činnost, která opouští všechny materialistické představy, posedlosti a vnější vlivy prostředí.