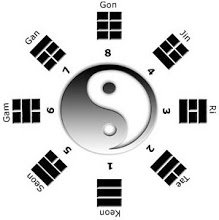
http://significadodelospoomsaetkd.blogspot.mx/



Poomsae Taegeuk

Los Poomsae tienen su origen en el libro “I Ching”, (oráculo Chino). El I Ching tiene 64 hexagramas, una combinación de ocho series de tres líneas, cerradas o partidas. Las series de tres líneas se llaman trigramas. Las líneas cerradas representan Yang, las abiertas Ying. En lenguaje Chino, la unidad de Ying y Yang se llama “taichi”. En lenguaje Coreano, la unidad se llama Tae-geuk. Esto explica el término Poomse Taeguk. Los ocho trigramas juntos se llaman Pal-gwe, de ahí el término Poomse Palgwe. Cada Poomse lleva asociado un trigrama que resume su significado.

Los Taegeuk, son el espíritu del Taekwondo, en ellos se representa la filosofía oriental, el Todo Infinito. “El libro de los cambios” explica que los 8 “Gwe” son el origen del mundo: Keon, Tae, Ri, Jin, Seon, Gam, Gan y Gon, que representan cielo, lago, fuego, trueno, viento, agua, montaña y tierra. También representan los ocho puntos y direcciones: Sur, Sureste, Este, Noreste, Suroeste, Oeste, Noroeste y Norte.

TAEGEUK 1 JANG

TAEGEUK IL JANG representa el símbolo de “Keon”, uno de los 8(pal) gwe (símbolos de adivinación), que significa “cielo y luz”.“Keon” simboliza el comienzo de la creación de todas las cosas en el universo, el Taegeuk 1 Jang tiene el mismo significado en el entrenamiento del Taekwondo. Este poomsae se caracteriza por su facilidad en la práctica, y consiste en gran parte en caminar y realizar las acciones básicas, tales como arae-makki, momtong-makki, momtong-jireugi, y ap-chagi.

KEON = Cielo y Luz (Poderoso, Masculino, Yang Puro).

Simbolo = Cielo - Sur - Padre

El primer Taeguk es el principio de todos los Poomses. El trigrama asociado represanta Yang (cielo, ligero), por lo tanto, este Poomsae debería ser ejecutado con la grandeza del Cielo.

TAEGEUK 2 JANG

TAEGEUK I JANG simboliza el “Tae”, uno de los 8 símbolos de adivinación que significa firmeza interior y suavidad exterior. Un nuevo movimiento en el desarrollo de este Taegeuk es olgul-makki. Las acciones ap-chagi aparecen con mayor frecuencia que en el Taegeuk 1 Jang.

TAE = Alegre y Sereno (Amable, Firme)

Simbolo = Lago - SurEste - Hija Menor

En las profundidades del lago hay tesoros y misterios. Los movimientos de este Taegeuk deberían ejecutarse sabiendo que el ser humano tiene limitaciones, pero que puede superar estas limitaciones. Esto debería conducir a un sentimiento de júbilo, sabiendo que podemos controlar nuestro futuro.

TAEGEUK 3 JANG

TAEGEUK SAM JANG simboliza el "Ri", uno de los 8 símbolos de adivinación, que significa "calor y brillo". Esto tiene por objeto motivar a los aprendices a albergar un sentido de justicia y fervor por el entrenamiento. Al cumplir satisfactoriamente con este poomsae los aprendices son ascendidos al siguiente grado. Las nuevas acciones son sonnal-mok-chigi y sonnal-makki, y la posición dwit-kubi. Este poomsae se caracteriza por sucesivos makki y chigi, y continuos jireugis. El énfasis recae sobre los contraataques al chigi del oponente.

RI = Fuego y Sol (Variedad, Pasión como Fuego)

Simbolo = Fuego - Este - Hija Segunda

El fuego contiene gran cantidad de energía. El fuego ayudaba al hombre a sobrevivir, pero por otra parte tenía algunos catastróficos resultados. Este Taegeuk debería ejecutarse rítmicamente, con algunos estallidos de energía.

TAEGUK 4 JANG

TAEGUK SAH JANG simboliza el "Jin", uno de los 8 símbolos de adivinación, que representa el trueno como símbolo de gran poder y dignidad. Las nuevas técnicas son sonnal-momtong-makki, pyon-son-kkeut-jireugi, jebipoom-mok-chigi, yop-chagi, momtong- bakkat-makki, deung-jumeok-olgul-apchigi y las técnicas mikkeurombal [deslizando el pie]. Se caracteriza por los numerosos movimientos de preparación para el kyorugi y por muchos dwit-kubi.

JIN = Valiente (Calma ante el peligro)

Simbolo = Trueno - NorEste - Hijo Mayor

El trueno procede del cielo y es absorbido por la tierra. El trueno es una de las más poderosas fuerzas naturales, rotando, girando. Este Taegeuk debería ejecutarse con esto en la mente.

TAEGEUK 5 JANG

TAEGEUK OH JANG simboliza el "Seon", uno de los 8 símbolos de adivinación, que representa el viento, indicando su fuerza imponente y la calma de acuerdo con su fortaleza y su debilidad. Los nuevos movimientos son me-jumeok-maeryo-chigi, palkup-dollyo-chigi, yop-chagi y yop-jireugi, palkup-pyo-jeok-chigi y algunas posiciones como kkoa-seogi, wen-seogi y oreun-seogi. Se caracteriza por los makkis sucesivos como el area-makki y el momtong-makki, también por el chigi por medio de correr y caer.

SEON = Alternativamente Flexible y Poderoso

Simbolo = Viento - SurOeste - Hija Mayor

El viento es una fuerza amable, pero a veces puede ser furiosa, destruyendo todo en su camino. Este Taegeuk debería ejecutarse como el viento: suavemente, pero sabiendo la capacidad de destrucción masiva con un único movimiento.

TAEGEUK 6 JANG

TAEGEUK YUK JANG simboliza el "Gam", uno de los 8 símbolos de adivinación, que representa el agua, indicando flujo incesante y suavidad. Los nuevos movimientos son han-sonnal-olgul-bakkat-makki, dollyo-chagi, olgul-bakkat-makki y batang-son- momtong-makki además de pyonhi-seogi [en posición elemental]. Se debe tener cuidado al regresar el pie correctamente al suelo después de un dyollyo-chagi y bajar la mano a una distancia igual a la palma de la mano al momento de lanzar un batang-son momtong-makki más bajo que en el caso de palmok-makki.

GAM = Fluido (Amable, Destructivo)

Simbolo = Agua - Oeste - Hijo Segundo

El agua puede mover una montaña. Los movimientos de este Poomsae deberían ejecutarse como agua. A veces permaneciendo calmada como el agua de un lago, a veces creciendo como un río.

TAEGEUK 7 JANG

TAEGEUK CHIL JANG simboliza el "Gan", uno de los 8 símbolos de adivinación, que representa la montaña, indicando firmeza y meditación. Los nuevos movimientos son sonnal-arae-makkki, batangson-kodureo-makki, bo-jumeok-kawi-makki, mureup-chigi, momtong-hecho-makki, jechin-du-jumeok-momtong-jireugi, otkoreo-arae-makki, pyojeok-chigi, yop-jireugi y posiciones como beom-seogi y juchum-seogi. Una suave conexión entre los movimientos es muy importante al momento de entrenar.

GAN = Equilibrio, Movimiento e Inmobilidad (saber dónde y cuando parar)

Simbolo = Montaña - NorOeste - Hijo Menor

Las montañas siempre parecerán majestuosas, no importa el tamaño. Este Poomsae debería ejecutarse con el sentimiento de que todos los movimientos son majestuosos y merecen ser cuidados.

TAEGEUK 8 JANG

TAEGEUK PAL JANG simboliza el "Gon", uno de los 8 símbolos de adivinación, que representa el “Yin” y la tierra, indicando la raíz y el asentamiento, y también el principio y el fin. Este es el último de los 8 poomsaes Taegeuk con el cual los aprendices pueden acceder a experimentar la prueba de promoción de Dan [cinturón negro]. Se hace énfasis en la precisión de los pasos y la diferencia entre salto-patada y dubal-dangsong [salto-patada alternado en el aire].

GON = Fuerte, Concentrado (Respeto, Femenino, Ying Puro)

SIMBOLO = Tierra - Norte - Madre

El trigrama asociado a este Poomse es Yin: el final del principio, la parte malvada de todo lo que es bueno. Incluso en esta oscuridad, hay algo de luz. Ejecutando este Taegeuk, uno debería ser consciente que este es el último que se aprende, que también es el fin de un círculo, y por lo tanto también es el primero, el segundo, etc