

Taekwondo - Tugenden

Taekwondo ist eine koreanische Kampfkunst, bei der Arme und Beine mittels Schlägen und Tritten zur Abwehr und für den Angriff eingesetzt werden. Taekwondo eignet sich hervorragend zur mentalen und physischen Ausbildung zur Ausgeglichenheit und Ausdauer. Taekwondo fördert und stärkt das Selbstvertrauen, betont die Toleranz und muss als Einheit körperlicher und geistiger Erziehung verstanden werden. Taekwondo formt den Menschen. Er lernt viele Attribute (Tugenden) des Lebens, wie z.B.:

Bescheidenheit

겸손

kyom son

Bescheidenheit ist der Anfang aller Vernunft.

Prahle nicht mit den erlernten Fähigkeiten und nutze sie nicht zur Einschüchterung anderer. Sei stolz auf Dein erlerntes, verwechsle Stolz jedoch nicht mit dem Gefühl, etwas Besseres zu sein!

Es ist besser, hohe Grundsätze zu haben, die man befolgt, als noch höhere, die man außer Acht lässt!

Fordere keine Anerkennung! Zeige was und man wird Dich kennen!

Respekt

Die Nationalität und die Fahne, die Eltern und der Lehrer einer jeden Person sind mit dem größten Respekt zu behandeln.

Der Gütige lässt die Art, wie er einen geliebten Menschen behandelt, auch den Ungeliebten zuteil werden!

Rücksichtnahme

Nehme Rücksicht auf andere, denn nur so können sie aus Deinem Erlernten lernen und Du aus ihren Erfahrungen!

Wer in seinem Tun nur an den eigenen Vorteil denkt, der wird sich viele Feinde machen!

Höflichkeit

예의

jä ui

Behandle JEDEN Mitmenschen mit Respekt und achte ihn und seine Leistungen!

Treue

Die Nichtzusammenarbeit mit dem Schlechten gehört ebenso zu unseren Pflichten, wie die Zusammenarbeit mit dem Guten!

Hilfsbereitschaft

Verschließe nicht die Augen vor denen, die Deine Hilfe benötigen!

Ausdauer - Durchhaltevermögen

Lass Dich nicht bei einer anspruchsvollen Aufgabe entmutigen! Gib niemals auf!

Geduld

인내

ae

Wenn Du in den kleinen Dingen nicht geduldig bist, bringst Du die großen Vorhaben zum Scheitern!

Taekwondo - Tugenden

Gerechtigkeit

정의

tschong ui

Verwende Ausbildung und erlernte Fähigkeiten dazu, Ungerechtigkeit zu bekämpfen.

Ehrgefühl

열치

jom tschi

Sei fest in Deinem Vertrauen und liebe das Lernen - diesen guten Weg befolge bis zum Schluss! Sei stolz auf das, was Du erreicht hast!

Unerschrockenheit

Lerne, Deine Furcht zu beherrschen und lasse nicht zu, dass sie Dich beherrscht!

Selbstbeherrschung

Ein Kampfkünstler sollte niemals seine Beherrschung verlieren. Alle Fähigkeiten, die er in einer bestimmten Zeit erlernt, sind nichts wert, wenn er keine Kontrolle über seine Emotionen hat. Selbstdisziplin fällt nicht selbst vom Himmel, wie Regen oder Schnee.

Selbstkritik

Prüfe Dich selbst, erkenne Deine Fehler und lerne aus diesen! Einen Fehler begangen haben und ihn nicht korrigieren: Erst das ist ein Fehler!
Wer sich seiner Fehler schämt, macht sie zu Verbrechen!

Unermüdlichkeit

백절불굴

back zul bul gul

Strebe danach, eigene Schwäche zu überwinden und der Taekwondo Kunst und sich selbst Ehre zu machen. Jederzeit.

Disziplin

Verwechsle Disziplin nicht mit übermäßiger Strenge! Disziplin bedeutet, dem Gegenüberstehenden mit Respekt behandeln und sich an die aufgestellten Regeln zu halten.

Beim Training bedeutet dies:

- Trage zum Training einen sauberen Dobok und verbeuge Dich beim Betreten des Dojang; dies ist das Zeichen, dass Du den Alltag abgestreift hast und Dich nun gänzlich auf das folgende Training konzentrierst
- Verbeuge Dich vor der Fahne und vor dem Meister vor und nach dem Training; damit zeigst Du Deine Achtung, Deinen Respekt gegenüber dem Meister
- Verbeuge Dich vor jeder Übung vor Deinem Trainingspartner; so zeigst Du Deinen Respekt gegenüber Deinem Partner
- Betrete den Trainingsraum still, wenn Du zu spät zum Training erscheinst; so störst Du nicht den bereits stattfindenden Trainingsablauf
- Störe das Training nicht durch Unaufmerksamkeit oder Rücksichtslosigkeit

Im täglichen Leben bedeutet dies:

- Halte Dich an die Regeln der Moral
- Erfülle Deine Aufgaben (Beruf, Schule, Haushalt....) nach Deinen besten Möglichkeiten
- Lass Dich nicht "gehen", wenn Du glaubst, an eine Grenze angekommen zu sein
- respektiere Deine Mitmenschen

Taekwondo - Tugenden

Ehrlichkeit

Was bei der Jugend wie Grausamkeit aussieht, ist meistens Ehrlichkeit!
Ein Mensch muss seine Existenz auf Aufrichtigkeit erbauen. Denn der Unaufrichtige fristet seine Existenz nur durch glückliche Zufälle!

Fairness

Übervorteile weder Dich noch andere! Halte Dich an die Regeln, ob im Wettkampf oder im täglichen Leben!

Mut

Jeder vermiedene Kampf ist ein gewonnener Kampf.

Konzentrationsfähigkeit

Dinge wahrzunehmen ist der Keim der Intelligenz.