I. Природа таэквон-до

Природа таэквон-до основана на 2-х фундаментальных аспектах: практическая ценность и идеологическая ценность.

Практическая ценность таэквон-до основана на движении каждой индивидуальной техники и на принципах управляющих этой техникой.

Идеологическая ценность таэквон-до основана в 3-х идеалах, которые формируют замысел таэквон-до: технический, артистический и философский идеалы.

Современное таэквон-до это метод физического образования и соревнований.

1. Техническая идеология

Техническое выражение таэквон-до первоначально сформировало свою ценность из практических аспектов тренировок. Самозащита голыми руками и физические упражнения для здоровья были основными практическими ценностями таэквон-до.Таким образом технический идеал рассматривался, как практическое приложение тренировок и техники к жизненным условиям человека. Даже если возникают знания о других идеалах таэквон-до технический идеал остается основным элементом тренировок. Технический идеал выражается в "MU SUL" , который описывает его практические ценности.

2. Артистическая идеология

Искусство возникает из состояния разума и души в союзе. И выражается через действие следующее из этого союза. Когда человек посвящает свой разум и душу шлифованию

искусства таэквон-до, то достигаются большие результаты, выходящие за предел практического понимания технического развития. Идеализирование практического замысла осуществляется в стремлении развить полное и совершенное искусство владения таэквон-до в понимании "MU YEH", артистический идеал погружения души в тело с целью совершенства действия.

3. Философская идеология таэквон-до

Понятие "DO" это центральный метафизический замысел, который покрывает общую сферу восточной философии. Философский идеал занятий таэквон-до это реализация отношений между человеком и природой или вселенной, раскрытый через практику, и как жить в гармонии с этой вселенной - это суть "MO DO". Узкое понимание нормативного замысла такого как: "учтивость" и "честь" мало связаны с философским идеалом таэквон-до. Так же этот идеал не находится в технических ценностях тыли и смертельного удара.

II. Природа таэквон-до, как физического образования

Физическое образование это систематизированная попытка интегрировать знания человека, эмоции и желания через физическое действие.

Техническая, артистическая и философская идеология наполнены образовательными ценностями. Развитие физического тела - это сфера техники развития концентрированного духа и достижения гармонии разума и тела равно, как и понимание содействия с природой является сутью философии таэквон-до.

Философская цель совершенствования человека по средствам таэквон-до является целью физического образования. Таким образом, определяя таэквон-до как методологию принципов физического образования, таэквон-до не стало "новой" современной формой физического воспитания, наоборот оно всегда воплощало ценности физического образования.

Основные ценности таэквон-до, которые начали формироваться через технический идеал и начало занятий, которые привели к зрелости, на философской стадии "DO" развивают совершенного человека по средствам режима физических тренировок.

III. Природа таэквон-до, как соревнования

Соревнование в силе это выражение природных инстинктов человека. Исторически соревнования в силе между людьми были обычным делом. Природа развития таэквон-до, как соревновательной формы, основывается на искусстве ее полного выражения. Человек от природы желает доказать, что он превосходит своего противника. Это желание совмещено с ценностями возникающими из попыток развиться технически, Человеческого взаимодействия на тренировке и соревновательной конфронтации всех видов таэквон-до. Такой опыт, занятия вместе, человеческая ответственность, удовольствие и признание привели к понятию соревнования таэквон-до.

Исторически таэквон-до развилось из "НОЕ" (игра) .Таеквондо, как военное искусство, имеет историческую связь с соревнованиями.

Соревновательными идеалами таэквон-до являются мощь, сила, быстрота и аккуратность. Воплощение этих идеалов в тренировке и соревновании дает таэквон-до уникальное определение современного спорта.

IV. Специфический процесс формирования духа таэквон-до

Процесс внутренного формирования

Дух таэквон-до формируется непосредственно из тренировки, которая называется процесс внутренного формирования. Этот процесс можно разделить на 2е под модели: формирование во время курса тренировок и формирование духа, как результат практики.

А: формирование во время практического курса

Правильная тренировка требует полного погружения в процесс тренировки. Для этого нужна сильная сильная концентрация, нуждающаяся в ясном разуме, в упорстве для выхода за пределы личных возможностей, в стремлении превзойти процесс крушений в борьбе с самим собой, и смелость преодоления страха противодействия. Все эти характеристики помогают созданию человеческого стремления и духа через тренировочный процесс.

Постепенно, через длительный процесс тренировок разум занимающегося становится всеобъемлющим и глубоким.

Б: формирование отраженное в результате тренировок

Тренировочный процесс - это вся жизнь. После систематических тренировок по истечению периода времени, тем не менее, человек может достигнуть определенного уровня мастерства в основах техники.

Приобретение настоящих способностей в технике может привести к изменениям в разуме человека. С физическими изменениями и техническими улучшениями человек может чувствовать себя свободно и иметь широкое восприятие в видении окружающего его бытия. Эта сила + сила управления окружающим бытием при помощи духа, приобретенного на тренировках, обеспечивают основы, на которых развивается человек альтруист. Другими словами, это процесс формирования активного положительного духа с тем, чтобы властвовать над окружением, вместо того, чтобы быть поглощенным им.

Мотивы занятия таэквон-до

Начальные мотивы вхождения в тренировочный процесс таэквон-до обычно лежат в

желании поддерживать (сохранять) или улучшать здоровье или собственную защиту. Другими мотивами являются желание развивать дух, развивать прекрасную технику или стремление участвовать в соревнованиях. Эти мотивы являются результатами желаний, которые возникли от отсутствия глубокого понимания основных ценностей таэквон-до. С прогрессированием тренировок более высокие ценности таэквон-до становятся более видимыми, произрастая в конце в значительную цель.

Цели тренировок

Целями тренировок могут быть ценности, которые человек хочет достичь через тренировки. Некоторые из этих ценностей: здоровье, психологическое здоровье, приемы самозащиты, и развитие жизненной философии применяются каждый день в жизни. Процесс наружнего формирования.

Процесс внутренного формирования духа во время тренировок стремиться стать крайне субъективным. Возможно, что формирование духа при этом станет односторонним или даже скаженным. Тогда возникает необходимость внешнего регулирования или дисциплины.

Занятия таэквон-до не является процессом субъективного изучения, проводимого в изолированной среде. Руководство квалифицированного наставника, вместе с традициями и дисциплиной зала занятий, а также отношения старшие-младшие, отношения между партнерами помогают придать занимающемуся правильное направление развития.

Для занимающегося становиться возможным понять систему ценностей философии морали, которую таэквон-до установило за свою долгую историю и человек начинает понимать как применять ее в своей жизни. Такова суть восточной военной морали столь специфично примененной в таэквон-до.

V. Дух таэквон-до

1. Значение духа таэквон-до

Дух и разум - два слова часто смешиваемых при употреблении из-за их подобия. Дух относится к области нематериальных знаний, что систематически устанавливает мышление человека на основе ценностей. Таким образом, дух таэквон-до означает процесс системного мышления занимающего таэквон-до относительно ценностей устанавливаемых на занятиях таэквон-до.

Когда человек достигает высокой способности осознавать относительные достоинства вещей,то действует эффективно и решительно. В этом случае можно говорить, что дух таэквон-до в какой-то мере установлен и воплощен. Дух таэквон-до установлен, когда установиться философия поведения и морали, как следствие слияния трех измерений таэквон-до: техника, артистизм и философия.

2. Техника и дух

Техника - отправной пункт, равно как и конечная цель занятий таэквон-до. Все внутренние ценности таэквон-до возникают из техники, существуют на любой стадии развития в технике и из-за нее. Дух таэквон-до начинается с техники, развивается внутри техники и доходит до совершенства через технику.

Дух развивается соответственно развитию техники тыли и массоги.

Во поединка дух бойцов взаимодействует - противостоит сопернику и пытается его узнать. Этот тип развития достигается погружением духа в технику и зависит от опыта занятий.Во время свирепого поединка и других конфронтаций хладнокровие человека не теряется. Боец и его противник глубокого задействоавны в области разума и не избегают и не боятся действий. Все направлено на исход поединка.

VI. Использование духа таэквон-до на практике

Дух таэквон-до относится к умственным рамкам идеального человека, что и стремиться развить процесс занятий таэквон-до. При занятиях таэквон-до техника, артистизм, философия развивают другие стороны человеческой личности.

Система ценностей таэквон-до построена вокруг 2-х осей - военное искусство и мораль ("DO"). Таеквондо культивирует энергию духа при помощи ритуалов тренировок и через "DO", пытаясь слить их в одно целое. Продукт такого союза называется "CHONG" или правильность. Понятие "CHONG" относится к чистому сердцу и к неустрашимости, к самоконтролю.