

## Die Gürtelfarben im Taekwon-Do

### Bedeutung Schüler-Grade

Anmerkung: Der einfacheren Schreibweise wegen wurde die männliche Form gewählt. Natürlich ist auch immer die weibliche Form mitgemeint.

Jeder der zum ersten Mal ein Dojang (Raum für die Wegübung) betritt, dessen Aufmerksamkeit wird sofort auf zwei zuerst ungewöhnliche Details gerichtet. Die erste Auffälligkeit sind natürlich die weissen Trainingsanzüge, im TKD auch Dobok (Kleidung für die Wegübung) genannt. Als nächstes fällt dem Fashion-Interessierten die verschiedenen farbigen und schwarzen Gürtel auf mit denen die Doboks zusammengehalten werden.

Dabei ist noch interessant, dass die Farben offensichtlich einem Farbcode entsprechen, bei dem die helleren Farben wie Weiss oder Gelb, von den Anfängern getragen werden, wobei die etwas dunkleren Farben, wie Rot oder Schwarz von den fortgeschrittenen Schülern oder dem Trainer getragen werden.

Im TKD gibt es 10 Schülerstufen (Kup-Grade) und 9 Meisterstufen (Dan-Grade) Doch was bedeuten nun die verschiedenen Farben?

#### **10.Kup Ship-Kup (Weisser Gurt)**



Weiss ist die Farbe der Reinheit, Unschuld, der Anfang. Physikalisch gesehen ist Weiss die Summe aller Farben des Spektrums. Aber Weiss ist auch die Farbe der Trauer, in Korea tragen die Frauen Weiss bei Beerdigungen.

#### **9.Kup Gu-Kup (Weiss-gelber Gurt)**

Ist eine Zwischenstufe zum Gelben Gurt.

#### **8.Kup Pal-Kup (Gelber Gurt)**



Symbolisiert die Erde, auf der nun der Schüler weiter wachsen soll. Hier wird das Fundament gelegt für ein erfolgreiches Wachsen im TKD. Je besser die Erde(Fundament), desto besser die Pflanze wachsen kann.

In Europa symbolisiert Gelb meist Licht und Leben, es wird dem schöpferischen Prinzip zugeordnet.

## 7. Kup Chil-Kup (Gelb-grüner Gurt)

Zwischenstufe zum Grünen Gurt.

## 6.Kup Yuk-Kup (Grüner Gurt)



Grün ist die Farbe der Pflanzen, der Bäume. Grün ist auch ein Zeichen von Wachstum, der Schüler macht auf seinem Weg jetzt die grössten Fortschritte. Grün ist auch die Farbe des Frühlings, als Symbol der jährlichen Erneuerung. Uraltes Wissen sagt uns, das unser Überleben nur dann gesichert ist, wenn das Grün immer wieder spriesst.

Der Prophet Mohamend soll gesagt haben, das Anschauen des Grünen sei

Gottesdienst. Aus diesem Grund ist Grün die Kultfarbe des Islam. In allen islamischen Ländern, steht die Farbe Grün für die moslemische Religion und wird ausschließlich in religiösem Kontext verwendet.

Grün steht aber auch für das Giftige, das Unreife, die meisten Schüler brechen hier ihren Weg in der Kampfkunst ab.

## 5.Kup O-Kup (Grün-blauer Gurt)

Wieder eine Zwischenstufe.

## 4.Kup Sa-Kup (Blauer Gurt)



Blau versinnbildlicht den Himmel und damit Weite, Unendlichkeit, als Farbe des Wassers steht es symbolisch für die Seele, das Unbewusste und Unbekannte.

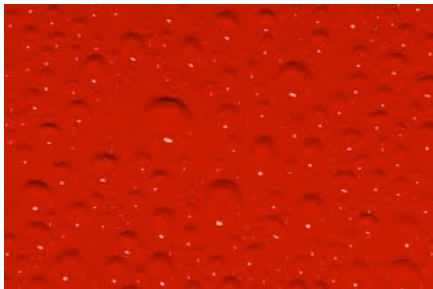
Im TKD wächst nun die Pflanze weiter in Richtung Himmel, genährt durch das beständige Üben, in Form des Wassers. In orientalischen Ländern werden Türen und Fenster Blau gestrichen, um auf diese Weise die guten Geister und Götter (die sich in den meisten Religionen im Himmel oder auf hohen

Bergen jenseits der Wolken befinden) auf sich zu lenken.

## 3.Kup Sam-Kup (Blau-roter Gurt)

Ein Übergang zum nächsten Gurt.

## 2. Kup Yi-Kup (Roter Gurt)



Der rote Gürtel repräsentiert die Sonne, von der schon eine große Kraft ausgeht, dient dem Schüler aber auch als Signal. Er steht nun kurz davor, Meister zu werden, und wird angehalten, sich noch intensiver und ausdauernder mit dem Taekwon-Do zu beschäftigen.

Mit der Farbe Rot, verbinden wir Menschen reife Früchten, Liebe und Flüssigkeit des Lebens, dem

**Blut.** In der Magie kommt diese Farbe bei Ritualen zum Einsatz, welche Gesundheit, Fruchtbarkeit, Liebe, Mut und Kraft zum Ziel haben. Mental steht die Farbe ebenfalls für Leidenschaft, Emotionen, Aggressivität, Entschlossenheit, Durchhaltevermögen und Willensstärke.

## 1.Kup Il-Kup (Rot-schwarzer Gurt)



Zeigt dem Schüler seinen Übergang zum Schwarzen Gurt an.

## 1.Dan Il-Dan (Schwarzer Gurt)



(c) 2010 Tai Chi Gang - Landessportverein

Schwarz und auch der „Schwarze Gürtel“ ist die Farbe der Meister und nur diesen vorbehalten. Schwarz, Symbol für das Weltall, vereinigt alle anderen Farben in sich und ist somit die stärkste aller Farben. Schwarz soll auch die Autorität, das Wissen und die Erfahrung der Meister symbolisieren. Daher dürfen auch nur Dan-Träger Doboks mit einem schwarzen Revers tragen, so wie generell alle Verzierungen am Dobok in Schwarz nur den Meistern zustehen.

Schwarz und Weiß wurden von Anbeginn der Menschheitsgeschichte eine große Bedeutung zugeschrieben, sie verkörpern die Prinzipien Licht und

Finsternis, Gut und Böse, Leben und Tod, die größten menschenbewegenden Gegensätze überhaupt. Beides zusammen ist erst das Sein in seiner Gesamtheit, dieses Weltbild liegt fast allen Religionen zugrunde.

Nun beginnt der Weg des TKD richtig. Der Schüler hat wie ein Kleinkind gelernt zu laufen, nun muss er/sie lernen Körper, Seele und Geist zu vereinen und weiter zu wachsen, aber auf einer höheren Stufe als zuvor.

## **Bedeutung Dan-Grade**

Der erste Schritt ist geschafft und der Weg in die Meisterränge ist entscheidend kürzer geworden. Meistens dauert der Weg vom ersten Training bis hin zum ersten schwarzen Gürtel, dem Il-Dan, zwischen 5 und 7 Jahren. Während zu Beginn des Trainings der schwarze Gürtel oft als ultimatives Ziel angesehen wird, so lernt man auf dem Weg dahin, dass dieser gerade mal den ersten Schritt auf dem Weg zum Meister ist. Der Weg ist das Ziel, nicht der Gürtel. Spätestens mit Erreichen des Il-Dan sollte ein Taekwondoka "Taekwon-Do" als Weg erkannt haben...Im Taekwon-Do kann man immer neue Aspekte erkennen, erlernen und verstehen. Auch kann er jederzeit seine Techniken weiter perfektionieren und ausbilden. Taekwon-Do ist eine Kunst, welche den Übenden ein Leben lang begleitet, nicht nur im Dojang während des Trainings, sondern auch sehr bald außerhalb im täglichen Leben. Der Schüler kommt anfangs nur sehr mühsam voran, weil er völlig neue Bewegungen erlernt und lange braucht, die Grundtechniken umzusetzen. Hat er dies geschafft, geht es schnell zum nächsten Schritt, und wieder dauert es eine geraume Zeit, diesen auch zu meistern. Es geht immer weiter so, und meistens wird es nicht einfacher, eine neue Stufe zu erreichen, und es gibt meist längere Durststrecken. Diese Zeiträume geben einem das Gefühl, auf der Stelle zu treten, da man sein Vorankommen selbst nicht ohne großen Aufwand objektiv beurteilen kann. Aber das stete Üben bringt einen weiter, und schon sehr bald gilt es viele neue Facetten der Kunst zu erkennen und zu erforschen.

## ***Das Dan-System im Taekwon-Do International Switzerland***

### **MU-SA (Krieger)**

**Davon sind vier Grade als technische Meistergrade definiert.**

Die Dan-Grade 1.-4.Dan werden als Technische oder Krieger-Grade (Mu-Sa) angesehen. Hier beginnt der Weg des Taekwon-Do mit der Vervollkommnung seiner körperlichen Fähigkeiten, bis der Dan-Träger ein Experte des Taekwon-Do ist.

- 1. DAN – Il dan (일단): (Grad des Suchenden nach dem Weg)**
- 2. DAN - Yi dan (이단): (Grad des Schülers am Anfang des Weges)**
- 3. DAN - Sam dan (삼단): (Grad des anerkannten Schülers)**
- 4. DAN - Sa dan (사단): (Grad des technischen Experten)**

## 1. DAN - Il Dan → Jokyo-nim (Assistenz-Instruktor)



Hier beginnt der Weg des Budo (korea. Mudo), und dies ist nicht mit der Meisterschaft in einer Budo-Disziplin zu verwechseln. Dieser Grad berechtigt zum Tragen des schwarzen Gürtels und ist der erste Meistergrad. Man nennt ihn auch Grad des Suchenden. Dieser Dan-Grad ist derjenige, der als "Suchender nach dem Weg" bezeichnet wird. Er hat in mehrjähriger Taekwon-Do-Praxis sein in der inneren Haltung sichtbar gewordenenes Potential entwickelt, und er erkennt

zunehmend, dass hinter der körperlichen Übung ein Weg zu höherem als der reinen Beherrschung der Technik steht. Aber er ist doch noch ein "Suchender", weil er nur Vorahnungen von all dem haben kann. Sein Interesse, in der Verbindung von Geist und Technik eine Herausforderung zu sehen, seine Bereitschaft, sich auf mehr einzulassen, zeichnen den ersten Schwarzgurt aus. Dennoch besteht gerade jetzt die Gefahr, dass sein Geist sich ausruht und zufrieden ist, mit dem, was er glaubt, schon erreicht zu haben.

## 2. DAN – Yi-Dan → Kyosa-nim (Instruktor)



Der Schüler steht noch am Anfang des Weges und hat nun die Bedingungen des Weges durch seine rechte Haltung verstanden. Er hat sich noch nicht endgültig entschlossen, den Weg mit all seinen Hindernissen zu gehen, weiß aber, worauf es ankommt. Dieser Dan-Grad wird als der Grad des "Schülers am Anfang des Weges" verstanden. Er weiß bereits mehr, worauf es ankommt und seine innere Haltung bezeugt dies. Seine intensive Taekwon-Do-Praxis und

sein Studium des Weges befähigen ihn, über den vordergründigen Kampfkunst-Kontext im Dojang hinaus die Kunst des Taekwon-Do zu verstehen, sogar zunehmend auf weitere Lebenssituationen zu übertragen. Am Anfang des Weges angelangt, erkennt er, was auf ihn wartet, aber er weiß auch, wie schwer es noch wird. Der 2. Dan läuft Gefahr, diesen Anforderungen auszuweichen, sich nicht mehr als Schüler zu begreifen und sein Verständnis zu überschätzen. Auch mag ihn sein gutes technisches Können verleiten, sich zu profilieren. Wenn er diese Hürde nicht nimmt, vergibt er sich damit die Chance, wirklich weiterzukommen.

### 3. DAN – Sam-Dan → Bu-Sabum-nim (Anwärter Meistergrad)



Grad des anerkannten Weg-Schülers. Er hat sich nun entschlossen, den Weg der Kampfkunst, die er übt, bis an sein Lebensende zu gehen. Der Meister erkennt ihn nun als wahrhaftigen Weg-Schüler an. Man erkennt den wahren Sam-Dan an seiner Haltung in all seinen Handlungen, und nicht nur an seinem technischen Fortschritt. Dieser Dan-Grad ist der Grad des "anerkannten Schülers" und bezeugt die Stufe, auf der der Schüler nun unwiderruflich fest entschlossen ist, den Weg bis ans Lebensende zu gehen. Erst jetzt gibt es keine unüberwindbaren Hürden mehr und nichts, das ihn von seinem weiteren Weg abbringen könnte. Seine Treue gegenüber dem Stil (Kwan), dem Weg (Do), der Schule (Dojang) und dem Lehrer

(Sabum) haben Kopf, Herz und Hand gleichermaßen gestärkt. Taekwon-Do ist ein wesentlicher Teil und alles durchdringender Aspekt seines Lebens geworden. Immer mehr und immer häufiger beginnt er auch, den Meister, der in ihm selber steckt, zu spüren, zum Vorschein zu bringen. Nicht nur seine technische Expertenschaft, sein Wissen und echtes Verstehen, sondern vor allem seine innere Haltung befähigt ihn, eine gewisse Unabhängigkeit und Freiheit, vielleicht sogar eine persönliche Interpretation zu entwickeln.

### 4. DAN – Sa-Dan → Sabum-nim (Meister)



Grad des technischen Experten-Kriegers. Er hat nun die technischen und körperlichen Grenzen erreicht und weiß nun, dass er sich auf einer anderen Ebene des Budo-Weges neuen Herausforderungen stellen muss. Der Sa-Dan identifiziert sich nun vollkommen mit der Kunst, die er seit Jahren übt, indem er die Budo-Philosophie und die Budo-Technik miteinander so verbindet, dass er nun in der Lage ist, Fortschritte in der inneren Perfektion zu suchen und zu finden. Der Sa-Dan ist die Vorstufe zur wahren Meisterschaft. Nun steht er vor dem Tor zur echten Budo-Meisterschaft. Dieser Dan-Grad ist nun endlich der Grad des "technischen Experten". Aber darüber hinaus ist Taekwon-Do nun für ihn ein Lebensprinzip geworden. Er identifiziert sich völlig mit dem Weg. Er hat die Theorie und die Praxis des Taekwon-Do verinnerlicht, er lebt danach. Er ist in jeder Hinsicht kompetent, glaubwürdig und

vorbildlich. Von nun an hat er nicht nur Autorität, sondern er ist Autorität.

## Geistige Meistergrade des Budo

### MA-UM (Geistig)

Die höheren Dan-Grade der Meisterschaft werden auch als "geistige" Meisterschaft angesehen, bei der der Träger eines entsprechenden Dan beginnt, die intellektuellen Hintergründe, Werte und Einsichten, die ein Kampfsport bzw. eine Kampfkunst vermittelt, zu verinnerlichen.

5. DAN - O dan (오단): (Grad des Wissens)

6. DAN - Yuk dan (육단): (Grad des Wissens)

7. DAN - Chil dan (칠단): (Grad der Reife)

8. DAN - Pal dan (팔단): (Grad der Reife)

9. DAN - Gu dan (구단): (Grad der Reife)

10. DAN – Ship dan (Grad der Reife)→Präsident des WTF, wird im TKD aber normalerweise nicht verliehen.

### 5. DAN – Oh –Dan → Sabum-nim (Meister)



Mensch mit reifem Bewusstsein. Er repräsentiert die Bewegungen, die Kraft, Ausdauer, Gewandtheit, Schnelligkeit und Freiheit. Die Zahl 5 steht auch für die 5 Zweige (Arme, Beine, Kopf), die aus dem Mittelpunkt des Menschen (Rumpf) herauswachsen und in 5 verschiedene Richtungen zeigen. 5 ist die Zahl, die den gesamten Ablauf des Lebens symbolisiert und sich in den fünf verschiedenen Gürtelfarben der Schülergrade zeigt und durch die 5 Wandlungsphasen (Erde- Metall-Wasser-Holz-Feuer) beschrieben wird. Mit dem 5. Dan-Grad überschreitet der Meister die Schwelle zum höheren Wissen. Dieser Grad setzt nicht nur eine entsprechende Budo-Erfahrung, sondern auch Lebenserfahrung voraus.

5. Dan und 6. Dan „Grade des Wissens“. Diese Dan-Grade zeugen von einem hohen Mass an Wissen, Lebenserfahrung, Gefühl und innerer Haltung. Das Taekwon-DO ist nun zu seinem Lebensprinzip geworden. Der "Ma-um" ist nun nicht mehr "Schüler" er ist nun ein wahrer Meister und identifiziert sich völlig mit dem Weg. Er hat Theorie und Praxis des MuDo (Kriegskunst) vollumfänglich verinnerlicht und ist bestrebt auch im Alltag nach diesen Prinzipien zu leben. Er ist in jeder Hinsicht kompetent, glaubwürdig und vorbildlich und kennt die philosophischen Aspekte des Taekwon-Do. Von nun an ist er eine bedeutende Autorität. Er ist nun ein "Taekwon-Do-Meister" mit Herz, Geist, Seele.

## 6. DAN –Yuk-Dan → Kwangjang-nim (Grossmeister)



Bewusstwerdung, Klarheit, Selbsterkenntnis, Schönheit, Harmonie, Vollkommenheit der Technik und auch des Charakters werden mit dem 6. Dan in Verbindung gebracht. Verankerungen von Tradition, Meditation, Konzentration und Intuition sind in ihm enthalten. Dies gilt im Besonderen für die eigene Entwicklung der Persönlichkeit. Es gilt immer noch nach wie vor, sich in allen Budo-Angelegenheiten wie zuvor zu bemühen. Das betrifft sowohl die körperliche Übung wie auch die geistige Übung.

Harmonisch, familienbewusst, friedlich, zuverlässig, ehrlich, tüchtig und idealistisch sind die, nun Kwangjang-nim (Grossmeister), Genannten. Hervorragende Psychologen und Pädagogen in Wort, Schrift und allen Handlungen. Der sechste Dan verlangt von seinem Grossmeister, dass er sehr gewissenhaft und aufmerksam ist, um "Parasiten und Integranten" von sich zu halten, da diese zu viel Substanz kosten würden. Dazu muss er sich und andere gut kennen und fähig sein, aus Erfahrungen zu lernen.

## 7.DAN- Chil-Dan\_→\_Kwangjang-nim



Großmeister des jeweiligen Stils. Bekennung zum Leben, Überwindung von Tod, Zustand des Nicht-Bewegens, Reife, geistige Klarheit in den kosmischen und menschlichen Angelegenheiten. Es ist dem Chil-Dan klar, dass er auch die körperliche Übung nicht allein durch die geistige Übung ersetzen kann und übt daher immer noch täglich alle Techniken seines Systems. Transzendenz im Wesen.

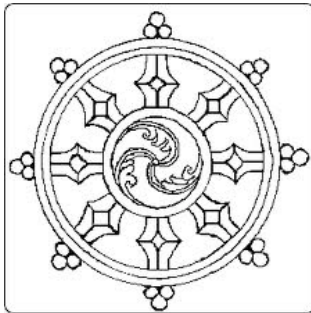
## 8.DAN- Pal-Dan → Kuksun-nim (Haupt-Großmeister) des jeweiligen Stils.



Auch der Kuksun-nim weiß um die technische Übung bis ins hohe Alter. "Wer rastet, der rostet". Im Budo gibt es kein vorzeitiges Pensionsrecht oder Ruhestand, denn die Übung geht bis ins hohe Alter, ja bis zum Lebensende. Der Weg hat kein Anfang und kein Ende, er ist ein Kreis.



## 9.DAN – Gu-Dan → Do-Ju-nim (Führer des Weges)



Für den Do-Ju-nim sind all sein Verhalten und seine Handlungen Ausdruck von Einklang zwischen Innen und Außen und in Harmonie mit den kosmischen Kräften. Er hat das Satori jpn. (Koreanisch= Oh)(wörtl. Verstehen; *gemeint ist die Erkenntnis vom universellen Wesen des Daseins*) gemeistert und öffnet jenen das Tor zu den Budo-Geheimnissen, die über jede Form der Technik hinausgewachsen sind, als Ideal.



Auf dem Schwertweg sollte die innere Haltung die gleiche sein wie sonst. Ob im Alltag, ob im Kampf, unverändert bewahre man sich einen offenen, geraden Sinn, sei weder übermäßig angespannt noch nachlässig und achte sorgsam darauf, dass zur Vermeidung von Einseitigkeit das Herz in der Mitte bleibe, dass es ruhig schlage und sein Schlag für keinen Augenblick aussetze. In stillen Zeiten sollte das Herz nicht stillehalten, in Zeiten der Hast sollte das Herz nicht in Hast verfallen, also dass das Herz nicht vom Leib und der Leib nicht vom Herz fortgezogen werde. Das

Herz erfordert Bedacht, der Leib bedarf dessen nicht; das Herz sollte an nichts einen Mangel, doch auch keinen Überfluß haben. Nach außen mag das Herz schwach erscheinen, wenn es nur stark ist in der Tiefe; man halte sich daher so, dass einem niemand ins Herz zu schauen vermag.

Wer klein ist von Gestalt, muß in seinem Herzen ausnahmslos alles von den Großen wissen, wer groß ist von Gestalt, muß sich gut auskennen in den Kleinen; denn ob einer groß ist oder klein, wichtig ist, dass er ein Herz besitzt, das sich nicht zur Bevorzugung des Eigenen verleiten lässt. Wie das Herz im Inneren ungetrübt sein soll und offen, so strebe man nach umfassender Weisheit. Sowohl die Weisheit als auch das Herz unermüdlich zu vervollkommen, das ist die Aufgabe. Hat man es dann geschafft, die Weisheit zu schärfen, Recht und Unrecht im Reich zu unterscheiden, an jeder Sache Gut und Böse zu erkennen, Erfahrungen zu sammeln in allen Künsten und Fertigkeiten wie in den verschiedenen Wegen, und lässt sich von den Menschen in dieser Welt in keiner Weise mehr täuschen, so konzentriere man sich ganz auf die Weisheit der Kampfkunst. In ihr ist vieles anders als sonst. Für den Augenblick, in dem einen die hunderttausend Dinge des Schlachtfeldes bedrängen, braucht es das äußerste an Schwertverstand, braucht es ein nicht zu erschütterndes Herz. Was zu üben ist.

**Miyamoto MUSASHI**