

CAMBIOS PSICOLÓGICOS DERIVADOS DE LA PRÁCTICA
DEL TAE KWON DO O KARATE COREANO

TESINA, JULIO, 1997.

MÉXICO, DISTRITO FEDERAL

RÓMULO PARDO URÍAS

CURRICULUM VITAE

CURRICULUM VITAE

Nombre: Rómulo Pardo Urías.

Fecha de nacimiento: 6 de Diciembre de 1981.

Lugar de nacimiento: Hermosillo, Sonora. México.

Edad: 15 años.

Profesión: Estudiante de Preparatoria.

Domicilio: Calle Juárez Num. 140.

Colonia Centro. C.P. 91000

Xalapa, Veracruz. México.

- 1992. Enero: Ingreso a Moo Duk Kwan Coatepec. Ciudad de Coatepec, Ver.
- 1992. Febrero: Examen de 10º kup.
- 1993. Marzo: Participación en el torneo estatal Poza Rica 1993 en Poza Rica Veracruz. 3er lugar en formas y combate.
- 1993. Abril: Examen de 9º kup.
- 1993. Junio: Examen de 8º kup.
- 1993. Julio: Participación en el Campeonato abierto de Tae Kwon Do, Moo Duk Kwan 2001. Xalapa 1993 en Xalapa, Veracruz. 1er lugar en combate.
- 1993. Diciembre: Examen de 7º kup.
- 1994. Enero: Participación en el torneo regional de Tae Kwon do Veracruz 1994 en el puerto de Veracruz. 1er lugar en formas y combate.
- 1994. Febrero: Examen de 6º kup.
- 1994. Marzo: Participación en el torneo abierto de Tae Kwon Do, Ji Do Kwan Xalapa 1994 en Xalapa, Veracruz. 2º lugar en combate.
- 1994. Abril: Examen de 5º kup.
- 1994. Junio: Examen de 4º kup.
- 1994. Junio: Participación en el torneo estatal ISSSTE-Moo Duk Kwan, en Xalapa, Veracruz. 1er lugar en combate.
- 1994. Octubre: Examen de 3º kup.

- 1994. Noviembre: Participación en el torneo regional abierto Moo Duk Kwan Xalapa 1994 en Xalapa, Veracruz. 2^{do} lugar en formas y 1er lugar en combate.
- 1994. Diciembre: Examen de 2^o kup.
- 1995. Enero: Dual Meet entre las escuelas Moo Duk Kwan Xalapa y Moo Duk Kwan Coatepec, en Xalapa Veracruz. 2^{do} lugar en forma y 1er lugar en combate.
- 1995. Marzo: Participación en el torneo regional de Tae Kwon Do Veracruz 1995, en el puerto de Veracruz, Veracruz. 2^{do} lugar en combate.
- 1995. Abril: Participación en el seminario de técnicas de combate, impartido por el Prof. Miguel Ángel Esquivel en Veracruz, Veracruz.
- 1995. Junio: Examen de 1^o kup.
- 1995. Noviembre: Participación en el torneo regional Moo Duk Kwan Xalapa 1995 en Xalapa, Veracruz. 2^{do} lugar en combate.
- 1996. Julio: Participación en el torneo de formas y combate entre las escuelas Moo Duk Kwan Xalapa, Moo Duk Kwan Coatepec y Xalapa Tegura, en Xalapa, Veracruz. 2^{do} lugar en formas y 1er lugar en combate.
- 1996. Agosto: Examen de Ieby Poom.
- 1996. Agosto: Participación en el torneo de formas entre las escuelas Moo Duk Kwan Xalapa y Moo Duk Kwan Coatepec.
- 1996. Septiembre: Participación en la clínica de alto rendimiento y de técnica táctica, instruida por parte del Prof. Oscar Aguilar, en Xalapa Veracruz.
- 1996. Septiembre: Participación en el campeonato nacional abierto de Tae Kwon Do, Puebla 1996, Copa Independencia, en Puebla, Puebla. 3er lugar en formas y 2^{do} en combate.
- 1996. Octubre: Primer examen parcial.
- 1996. Octubre: Participación en el torneo Moo Duk Kwan Xalapa 1996, 15 aniversario, en Xalapa, Veracruz. 3er lugar en formas y 2^{do} en combate.
- 1996. Noviembre: Participación en el XVII torneo nacional Moo Duk Kwan en el Distrito Federal. Participación en formas y 2^{do} lugar en combate.
- 1996. Diciembre: Participación en el torneo de formas y rompimientos Coatepec 1996, en Coatepec, Veracruz. 1er lugar en formas y 2^{do} lugar en rompimiento.
- 1996. Diciembre: Segundo examen parcial.

- 1997. Febrero: Tercer examen parcial.
- 1997. Marzo: Participación en el torneo abierto de Tae Kwon Do, Moo Duk Kwan Poza Rica, aniversario, en Poza Rica, Veracruz. 3er lugar en formas y 1er lugar en combate. Nombramiento del mejor competidor juvenil.
- 1997. Abril: Cuarto examen parcial.
- 1997. Mayo: Participación en el torneo regional Moo Duk Kwan Cancun XV aniversario en Cancun, Quintana Roo. Participación en formas y 3er lugar en combate.

INTRODUCCIÓN

INTRODUCCIÓN:

Diferencias socioculturales entre Corea y México

Aspectos generales de Corea

Historia y Cultura:

La CULTURA coreana proviene de tribus que emigraron hacia la península de Corea desde Manchuria, Asia Central, Mongolia, y otras regiones de Asia. Esta mezcla de tribus y pueblos, dio las características actuales de la población coreana.

La cultura moderna de Corea, está basada en las ideas del Budismo y la psicología del Confucionismo, básicamente, y además, son la raíz para la producción cultural en Corea. Desde la Segunda Guerra Mundial y especialmente después de la Guerra de Corea en 1950, las ideas modernas han progresado de una manera muy rápida. Sin embargo los pensamientos tradicionalistas siguen teniendo un papel importante dentro de la sociedad.

La cultura coreana proviene de la rama de la cultura china, pero ha conservado una identidad cultural distinta a través de la historia. Antes del periodo llamado de los tres reinos (57a.c. a 668 d.c.) , la cultura coreana estaba influenciada de gran manera por la cultura china, que en lugar de hacerla como ésta, le dio una estampa individual a Corea.¹

En Corea se desarrollan diferencias religiosas entre los hombres y las mujeres, ya que las mujeres prefieren la religión budista, mientras que los hombres, aún estando en la misma familia, prefieren el confucionismo.

El Museo Nacional de Corea que tiene filiales en varias ciudades del país, contiene una amplia colección de objetos artísticos de diferente tipo, en las que se pueden observar, pinturas, cerámica, pergaminos,

¹ *Enciclopedia Británica*. Tomo 10. Editorial Británica. Edición 1980. pp. 526.

estatuas, manuscritos y telas entre otros y que además son considerados tesoros nacionales.²

Filosofía:

La filosofía coreana consiste en buscar la felicidad en la esencia del ser humano, por medio del desarrollo de tres aspectos:

- 1)Físico
- 2)Espiritual
- 3)Mental

El Tae Kwon Do es la herramienta por la cual se debe de lograr una armonía total entre estos tres aspectos. Se realiza una vez que se pierde el miedo, porque el miedo nos ocasiona una inhibición hacia la vida, nos quita la libertad y hace que nosotros se la arrebatemos a los demás. Se necesita el encuentro de uno mismo para que no sólo se desarrollen las aptitudes físicas sino también los valores como el amor, el respeto, la verdad, valentía.

La bandera de Corea llamada Taegukki, es el símbolo más claro del pensamiento y la filosofía coreana. Además en ella se encuentran los símbolos para representar los elementos que conforman a la nación coreana: el pueblo, el gobierno y el territorio.

El territorio esta representado por el fondo blanco de la bandera. El pueblo esta representado por el Ying-Yang que se encuentra en el centro de la bandera y que significa, la dualidad de los elementos del universo, y la armonía que existe en su constante movimiento. Y en las líneas de la bandera se representan los elementos:

- 1) En las líneas de la parte superior izquierda se representa al cielo.
- 2) En las líneas de la parte inferior derecha se representa la tierra.
- 3) En las líneas de la parte inferior izquierda se representa al fuego.
- 4) En las líneas de la parte superior derecha se representa al agua.

² *Enciclopedia Hispánica*. Tomo 4. Editorial Británica. Edición 1994-1995. pp. 294.

Sociedad:

La población total de Corea en 1991 fue de 43,246,000 habitantes, con una densidad de 435.8 personas por km². El 50.39% de la población es de sexo masculino y el 49.61% restante es de sexo femenino. La sociedad coreana esta conformada en su mayoría por jóvenes y adultos de 15 a 44 años, que representan el 52.2% de la población total. Después vienen los niños de menos de 15 años, que representan el 27.3%. Luego los adultos de 45 a 74 años que representan el 19.1%. Y por ultimo los adultos de más de 74 años que representan el 1.4%.³

La mayoría de los niños coreanos pasan por seis años de primaria que es obligatoria. Una gran parte de ellos sigue algún tipo de instrucción secundaria, y casi la mitad de los graduados de secundaria, emprenden una carrera superior. El porcentaje de personas mayores de 15 años alfabetizadas en 1981 era del 92.7% de la población total.

Las actividades económicas más importantes en Corea son: la industria textil, la industria metalúrgica, la agricultura y la minería, aunque también hay ganadería y pesca. Corea tiene una ganancia total anual de 90,497,000 dólares y la renta per cápita es de 2,090 dólares anuales.

Aspectos generales de México

Historia y Cultura:

La sociedad mexicana actual, es el resultado de un mestizaje de étnias y culturas de diferentes lugares del planeta. Este mestizaje se desarrolló durante los siglos de historia de este territorio, y las étnias y culturas que se mezclaron fueron las indígenas propias de México y la española y europeas que provenía de España, Portugal, Francia, Holanda, Bélgica, etc. Por ejemplo, la población española estaba y está dividida en diferentes naciones étnicas y además no era totalmente pura pues estaban mestizados con árabes, judíos, latinos

³ *Enciclopedia Hispánica*. Datapedia y atlas. Editorial Británica. Edición 1994-1995. pp.36.

y romanos, celtas, etc. Por tal motivo el mestizaje en la actual sociedad mexicana se manifiesta claramente.

En la actualidad, el desarrollo de la sociedad mexicana marcha al ritmo de las sociedades occidentales. Las ideas culturales de este país son capitalistas, ya que por el desarrollo de México al ritmo de occidente, se adoptaron las ideas capitalistas por varios países sub desarrollados, para tratar de alcanzar el mismo desarrollo. Estas ideas traen consigo las propuestas neo- liberales del mundo occidental actual, mismas que fueron establecidas al terminar la Revolución Francesa. Estas ideas capitalistas consisten:

- 1) En la acumulación de capital.
- 2) En la adquisición de propiedades privadas.
- 3) En diferenciar las clases sociales por la cantidad de bienes y capital acumulado.

Esto quiere decir, que la cultura mexicana, tiene rasgos europeos y norteamericanos, sin llegar a tener una identidad distintiva ni individual, sino por lo contrario, se asemeja mucho a la cultura neo-liberal norteamericana.

Sin embargo, México tiene una gran riqueza cultural, de mucho tiempo antes del descubrimiento y conquista realizada por los españoles. Las diferentes culturas que evolucionaron en las distintas regiones de México, lograron alcanzar niveles de desarrollo equivalentes a las grandes culturas, aunque diferentes a los que existían en el continente europeo. Estas culturas, tenían diferencias notables, pero tenían una esencia integradora dentro de una gran área cuñltural conocida o llamada Mesoamérica.

Casi todas las culturas, ofrecían un tributo a los dioses, para tener una buena cosecha, una buena vida, para procrear hijos, etc. Tenían dioses específicos para cada actividad, acontecimiento o fenómeno. Los dioses eran concebidos como una unidad hombre-dios.

Debemos mencionar que México fue conquistado por lo españoles, y que una conquista abarca tres aspectos:

- 1) Conquista física: territorio, población y medio ambiente.
- 2) Conquista ideológica: costumbres y cultura.
- 3) Conquista religiosa: religión, mitos y leyendas.

Esto significa que los españoles, impusieron sus costumbres, su religión y su cultura a los pueblos indígenas, por lo tanto se debió de

haber terminado con las costumbres, la religión y la cultura indígena. Aunque suponemos que casi se destruyeron por completo, sabemos que los aspectos básicos de las costumbres, la religión y la cultura indígena permanecieron de alguna manera ocultos aún cuando se lograron mestizar para dar origen a la cultura mexicana. De esta manera la cultura mexicana ha tenido un desarrollo cultural muy cambiante, pero que se ha ido mezclando para formar una cultura extensa a pesar de conservar diferencias regionales y culturales.

La religión oficial en México es la católica apostólica romana, y es aceptada por la mayoría de la población. La intervención de la iglesia en la cultura, ha tratado desde el siglo XVI de hacer desaparecer los restos culturales y la religiosidad de los grupos indígenas.

En conclusión, la cultura mexicana es el resultado de un mestizaje de diferentes culturas. Los diversos tipos de pensamientos ideológicos que hay en México, han sido adquiridos principalmente, por corrientes externas. Estos pensamientos han tenido su auge, pero no llegaron a influenciar por completo a toda la población.

Filosofía:

En las antiguas culturas mesoamericanas, la filosofía sobre la corporeidad, es decir, en relación al cuerpo, podemos entenderla a través del interesante mito referente a Quetzalcóatl, rey-divinidad tolteca. En los relatos de las fuentes más antiguas, se presenta el mito en un primer momento en el cual Quetzalcóatl es ingenuo y bondadoso y vivía en ignorancia de su propio cuerpo. En ese entonces habitaba en un aposento oscuro y custodiado, dedicándose a la oración, la penitencia y el ayuno. Evidentemente, en una actitud de disciplina de ascesis en el sentido de la mortificación de la carne para el sacrificio de los dioses. Esta fase parece semejante a la del mundo original de la tradición judeo-cristiana. Ese mundo primario-infantil que vivimos sin pensarlo, sin conscientizarlo, sin tener sobre él ideas preconcebidas. Se trata del símbolo de la inconsciencia del hombre sobre su cuerpo. En esta situación se logra actuar de acuerdo a los dictados de la naturaleza

para estar en armonía consigo mismo y con el cosmos. Quetzalcóatl envejece en esa ingenuidad.

La versión simbólica de la Teoría del Cuerpo Humano se centra en un hecho psicológico fundamental: somos cuerpos ignorantes de serlo, hasta que los demás, otros humanos, nos devuelven una imagen, la percibida por ellos; a partir de entonces tenemos un cuerpo. A Quetzalcóatl viejo se lo otorgó un dios joven conocido como el espejo humeante Tezcatlipoca, quien brinda la imagen de anciano al rey-sacerdote. Así, en este sentido, el aprendizaje social del cuerpo supone un extrañamiento: estamos fuera de nosotros, vivimos en la opinión de alguien más, somos ajenos. El proceso continua y esa opinión ajena se introyecta en nosotros y la interpretación de los otros se vuelve nuestra propia interpretación. Llega entonces la inquietud, el miedo, la incertidumbre, al sentirnos expuestos al juicio social, al juicio de los otros. Quedamos presos, limitados a la concepción sobre el cuerpo establecida por la cultura. Desde ese momento de consciencia quedamos cautivos frente a un espejo engañoso semejante al espejo de la magia lunar de los hechiceros del pasado prehispánico. ¿Cómo reconocernos y llegar a entender la corporeidad desde nosotros mismos? En el mundo occidental no se resuelve. Es por eso que la aportación de las disciplinas marciales orientales como el Tae Kwon Do han llegado a cumplir un papel determinante en las sociedades occidentales como la nuestra.

Sociedad:

La población total de México en 1991 fue de 83,151,000 habitantes, con una densidad de 42,3 habitantes por km². El 49.15% de la población total es de sexo masculino, y el 50.85% restante es de sexo femenino. La sociedad mexicana esta formada por jóvenes y adultos de 15 a 44 años que representan el 49.1% de la población total. Luego vienen los niños menores de 15 años que representan el 35.8% de la población total. Después siguen los adultos de 45 a 74 años que representan el 13.8%. Y por ultimo las adultos mayores de 74 años que representan el 1.3%.

La educación primaria en México consta de 6 años y es obligatoria, al igual que la educación secundaria que consta de 3 años. Después viene la educación preparatoria que también son 3 años. Y si se

continúan los estudios, se puede estudiar una carrera superior. En 1990 el porcentaje de alfabetización era del 87.3% de la población total.

La principal actividad económica en México es la agricultura, pero también se desarrolla la industria de la metalurgia, la minería, la industria petrolera, entre otras. México tiene una ganancia total anual de 170,053,000,000 dólares y la renta per cápita es de 1990 dólares anuales.⁴

Diferencias socioculturales entre Corea y México:

Se pueden observar varias diferencias entre los dos países, pero la más grande debe de ser, que México fue conquistado, y que Corea no. Esto significa que Corea pudo desarrollar una identidad individual y libre como nación y que México debió someterse a una identidad ajena hasta el momento en que se liberó de España y después de su independencia intentó desarrollar su propia identidad pero como una nación mestizada y occidentalizada.

Otra diferencia importante, es la ubicación geográfica limítrofe de México con Estados Unidos de Norteamérica . Esto determina su economía y las ideas que tuvieron contacto con ambos países. Por ejemplo, México tuvo mucho contacto con las ideas capitalistas antes de que Corea tuviera contacto con ellas. Por lo contrario Corea tuvo mayor contacto con las principales ideas asiáticas y el contacto con ideas occidentales se dio hasta este siglo.

La más clara evidencia de la diferencia sociocultural entre Corea y México, es que en Corea se pudo desarrollar el Tae Kwon Do, como principal herramienta para alcanzar los propósitos de la filosofía coreana. En México no se ve un desarrollo concreto para encontrar la meta auténtica de la nación mexicana. Esto refleja la diferencia de poder sociocultural entre México y Corea.

Para nuestros tiempos, el Tae Kwon Do, ya ha sido introducido a México, pero no se puede comparar, con los deportes y disciplinas que se practicaban en México, antes de su llegada. Me refiero a que el Tae Kwon Do tiene siglos de historia durante los cuales se ha perfeccionado, mientras que los deportes practicados en México, son estrictamente competitivos y para el desarrollo básicamente

⁴ *Enciclopedia Hispánica*. Datapedia y atlas. Editorial Británica. Edición 1994-1995. pp. 107.

físico de los individuos, tienen una historia más tardía y contemporánea.

También en la religión se puede observar una gran diferencia. Los coreanos adoptaron las religiones asiáticas del budismo y el confucionismo. Estas religiones no tienen a un dios en particular como la religión católica, sino que se dirigen más hacia lo que puede lograr el hombre por sus propios medios y no por la ayuda de un ser divino, suprahumano. Por lo contrario en México se adoptó la religión católica, que se basa en la creencia de un ser todo poderoso que es capaz de salvar a toda persona que crea en él.

Se puede concluir en que las diferencias socioculturales entre Corea y México, son determinadas por: su religión, su ubicación geográfica, sus raíces culturales, los tipos de mestizajes y los acontecimientos ocurridos a lo largo de la historia de cada una de las dos naciones.

En el primer capítulo de esta tesis se hace una recopilación e investigación, acerca de la aplicación y desarrollo del Tae Kwon Do en nuestro país, aplicando las diferentes experiencias de algunos Taekwondoines y la mía propia y utilizando además los diferentes elementos que necesito el Tae Kwon Do para establecerse en nuestro país.

CAPITULO I

EL

TAE KWON DO

Temas:

A) El Tae Kwon Do.

- 1. Historia.***
- 2. Concepto.***
- 3. Filosofía.***

A) El Tae Kwon Do

1. Historia del Tae Kwon Do:

Siempre se ha creído que todas las artes marciales provienen de las enseñanzas del monje budista Bodhidharma (siglo IV d.c.), y que sus discípulos chinos fueron los que se encargaron de propagarlas a Corea y posteriormente a Japón. Sin embargo hay pruebas de que el Tae Kwon Do surgió 500 años antes de esta difusión, en la península de Corea.

Hace 1300 años aproximadamente, la actual península de Corea estaba dividida en tres reinos: Kokuryo, al norte de la península, Paekche al sudoeste de la península y Shilla al sudeste de la península. El primer reino en fundarse fue el de Kokuryo y que además era el que tenía mayor extensión territorial. Posteriormente surgieron los reinos de Paekche y Shilla.⁵

El reino de Shilla era el más pequeño de los tres, por lo que sufría constantemente ataques e invasiones, por parte de los otros dos reinos. Fue entonces cuando el rey de Shilla, Ching Heung decidió formar un grupo de guerreros para defender al reino de los constantes ataques e invasiones. Estos guerreros eran llamados Hwa Rang y eran hijos de nobles. Estaban instruidos en las artes, la danza, la literatura, la ciencia y en un sistema de combate sin armas, en el cual se utilizaban los puños y las piernas. Dicho sistema de combate se llamaba Soo Bak o también Tae Kyon.

Los Hwa Rang desarrollaron una perfecta armonía entre su cuerpo, su mente y su espíritu, lo que los hizo alcanzar un nivel de paz y seguridad, por lo cual obtuvieron grandes y numerosas victorias sobre sus enemigos. Gracias a estas victorias, hacia el año 918 d.c., unificaron todo el territorio y formaron el reino de Koryo.

Fue entonces cuando también se estableció la filosofía del Soo Bak, ya que esta filosofía dice que el Tae Kwon Do sirve para encontrar la armonía entre nuestro cuerpo, nuestro espíritu y nuestra mente, para conocernos a nosotros mismos y perder el miedo que nos limita y que hace que limitemos a los demás.

⁵ Chun Richard. *Tae Kwon Do el arte marcial coreano*. México. 1992. pp. 25

Una clara muestra del reconocimiento que alcanzaron estos guerreros, son los relieves grabados en la cueva Suck- Kool Am, que data del siglo VI d.c.

En el año 1392 d.c. comenzó el reinado de la dinastía Yi fundada por Yi Sung Kye. Con ésto se popularizó el Soo Bak entre el pueblo y se convirtió en el deporte nacional. Además, se volvió un requisito necesario para que un guerrero pudiera tener un puesto militar importante.

Hacia el año 1790, el rey Chongjo de la dinastía Yi, ordenó que se publicara en la recién nacida imprenta coreana el libro “Muye dobo tongji”, en el cual se hacia un estudio del Soo Bak con las muestras e ilustraciones de sus técnicas.

Este libro ocasionó que el publico se interesara cada vez más y con mayor fuerza por el Soo Bak, por lo que se convirtió en el deporte nacional de todas las clases sociales.

Durante la segunda mitad del reinado de la dinastía Yi, el Soo Bak perdió auge como disciplina, debido a la posición pacifista del reinado. Sin embargo no se extinguió, porque se siguió practicando por la gente más joven como una actividad recreativa.

A fines del siglo XIX, Corea tuvo una serie de conflictos con Japón y China. Dichos conflictos originaron la invasión de Corea por parte de los japoneses. Esta invasión, ocasionó la prohibición de cualquier practica de Soo Bak o Tae Kyon. Sin embargo, dos monjes, organizaron reuniones totalmente secretas en los templos budistas, para continuar con la práctica del Soo Bak. Estos dos monjes eran: Hi Han Li Dong y Song Duk Ki.⁶

Cuando se terminó la Segunda Guerra Mundial en 1945, los japoneses desocuparon Corea y el Tae Kyon, recuperó su popularidad entre los habitantes coreanos. Gracias a ésto se fundaron Kwans (escuelas) que habían surgido aisladas entre si, debido a la influencia de otras culturas, lo que originó que tuvieran variaciones pero que en esencia eran lo mismo.

El primer Kwan en impartir sus técnicas fue Chung Do Kwan, dirigido por el maestro Won Kook Lee. Después otros maestros impartieron sus enseñanzas, y fueron apareciendo de la siguiente manera:

⁶ Y. H. Park. *Tae Kwon Do para niños*. Selector. México 1994. pp. 18.

- 1) Ki Wang que enseñaba Moo Duk Kwan.
- 2) Sung Sin Chun que enseñaba Yun Moo Kwan.
- 3) Posteriormente Ji Do Kwan.⁷

En el año de 1950 comenzó la guerra civil de Corea, situación que no afectó al Tae Kwon Do, si no que lo impulsó y lo fortaleció. Esto se dio más en Corea del Sur, hasta que en 1955, se declaró al Tae Kwon Do el deporte nacional de Corea.

El 16 de septiembre de 1961, se inauguró la Asociación de Tae Kwon Do de Corea, y el 25 de julio del mismo año, se afilió a la Asociación de Deporte Amateur de Corea. Por tal motivo, fue incluido como deporte oficial en las competencias del XXIII torneo atlético nacional anual.

El 30 de noviembre de 1972, se instituyó el Kukkiwon como la Meca mundial de Tae Kwon Do, por lo que se organizó el primer campeonato mundial de Tae Kwon Do el 25 de mayo de 1973. En este campeonato participaron los países de Austria, Canadá, China, Francia, Alemania Federal, Hong Kong, Japón, Costa de Marfil, Malasia, México, Filipinas, Singapur, Khmer, Uganda, E.U.A. y Corea. Ese mismo año se inauguró la Federación Mundial de Tae Kwon Do, teniendo como presidente al Dr. Un-Young Kim.

Durante las olimpiadas de 1988 de Seúl en Corea, el Tae Kwon Do fue considerado como un deporte de exhibición, y en los juegos panamericanos como deporte oficial. Para las olimpiadas del año 2000 en Sydney, Australia, el Tae Kwon Do será un deporte oficial.⁸

2. *Concepto de Tae Kwon Do:*

El Tae Kwon Do es un arte marcial coreano, cuyo significado es: “el camino del pie y el puño”. Y el concepto de arte marcial significa: “la virtud o habilidad de hacer la guerra”. Este es el significado que se le da, por su etimología latina que es:

Arte: proviene de artis y significa virtud o habilidad de hacer algo.

⁷ Ibidem. pp. 19-21

⁸ Ibidem. pp. 20.

Marcial: proviene de *martialis*, que conceptualiza lo relativo a la guerra.

En el Tae Kwon Do, se mezclan los movimientos del Karate y las formas circulares del Kung Fu, con las técnicas de pateo únicas de los coreanos.

En el Tae Kwon Do, no solamente se desarrollan los elementos físicos para la defensa sin armas, si no que también se desarrolla el dominio de la mente, en busca del auto control, la coordinación y el equilibrio de la persona consigo mismo y con los demás.

Aquella persona que entiende practicando lo que es el Tae Kwon Do, tiene la capacidad de cambiar al mundo, con la fuerza y la serenidad que obtiene por medio del Tae Kwon Do.

El Tae Kwon Do, no da la solución de los problemas, pero si da los elementos para encontrar las respuestas correctas para estos problemas. Además, el Tae Kwon Do nos hace perder el miedo y al lograrlo dejamos de limitarnos y de limitar a quienes nos rodean. Esto significa que ya no se busca el dominio, sino la armonía con el universo.

3. Filosofía del Tae Kwon Do:

La filosofía del Tae Kwon Do está fundamentada en el pensamiento y filosofía coreana, la cual busca la felicidad en la esencia del humano, a través del desarrollo físico, mental y espiritual. El Tae Kwon Do no es solamente saber patear ni saber golpear, si no que es encontrar la perfecta armonía entre el cuerpo, la mente y el espíritu, por medio del conocimiento de nosotros mismos. Esto ocasiona que perdamos el miedo que nos impide hacer y dejar hacer a los demás cualquier cosa.⁹

⁹ Chun Richard. *Tae Kwon Do el arte marcial coreano*. México. 1992. pp. 19-30.

CAPITULO II

APLICACIÓN ***Y DESARROLLO*** ***DEL*** ***TAE KWON DO***

Temas:

A) Aplicación y desarrollo del Tae Kwon Do en México.

- 1. Principios del Tae Kwon Do.***
- 2. Objetivos del Tae Kwon Do.***
- 3. Medios que utiliza.***

B) Moo Duk Kwan de México.

- 1. Principios de Moo Duk Kwan.***
- 2. Historia de Moo Duk Kwan
de México.***
- 3. Fundador de Moo Duk Kwan
de México.***

C) Experiencias.

- 1. El cuestionario***
- 2. Respuestas y conclusiones***

A) Aplicación y desarrollo del Tae Kwon Do en México

1. Principios del Tae Kwon Do:

El Tae Kwon Do, tiene varios principios importantes para su práctica. Estos principios son necesarios para un Taekwondoin y deben ser respetados en su totalidad por todos y cada uno de ellos.

El respeto a estos principios, establecen una parte importante de la jerarquía del Tae Kwon Do y de la vida misma. Los principios básicos son:

- 1) La perfección del espíritu.
- 2) El respeto a los maestros y a los más grandes.
- 3) La lealtad con los demás.
- 4) La realización personal.
- 5) Vivir siempre en la realidad.
- 6) No ser agresivo.
- 7) Los padres y los hijos deben de estar siempre cerca físicamente y espiritualmente.
- 8) El hombre y la mujer tienen diferentes papeles en la formación de una familia, pero ambos papeles son importantes para la formación de la familia. Esto significa que no son iguales pero que ninguno de los dos es más que el otro.

2. *Objetivo del Tae Kwon Do:*

El objetivo directo del Tae Kwon Do, es establecer una perfecta armonía entre el cuerpo, el alma y la mente del practicante.

También con el Tae Kwon Do se pretende encontrar la felicidad conociendo los recursos y capacidades de cada uno como persona y quitar el miedo, para tener la libertad de hacer lo que sea, sin limitarnos ni limitar a nadie.

Además de esto, otro objetivo del Tae Kwon Do, es crear hombres y mujeres íntegros, capaces de enfrentarse a los retos de la vida.

3. *Medios que utiliza el Tae Kwon Do:*

Para obtener y realizar el objetivo del Tae Kwon Do, se crearon los Pumse. Además de ellos, hay diferentes ejercicios entre los cuáles están los ejercicios básicos, los que estimulan la armonía entre el cuerpo, el alma y la mente.

Con los ejercicios básicos, el Taekwondoin conoce su cuerpo y se prepara para aprender un Pumse, con lo cuál utiliza su mente y estimula su espíritu, adquiriendo un alto grado de concentración ya que un Pumse es meditación en movimiento.

Los Pumse fueron creados por los antiguos maestros, en base a su conocimiento y experiencia, para practicar las técnicas básicas con un orden y una secuencia de defensas y contraataques en dirección de uno o varios atacantes imaginarios.

Cabe mencionar, que cada Pumse tiene un significado, y que los diferentes Pumse que hay contienen una filosofía, lo cual les da una identidad diferente.

El sentido filosófico de los Pumse es ante todo, el auto control, para adquirir la sensibilidad suficiente y así apreciar los movimientos. Esto con el fin de efectuarlos con precisión, fuerza, concentración, equilibrio y velocidad.

Además, cada aspecto del ser humano, es desarrollado por diferentes ejercicios y actividades específicas. Por ejemplo, el espectro físico, es desarrollado con ejercicios y secuencias. El aspecto mental, con la coordinación y el aprendizaje. Y el aspecto mental con la meditación y el grito.

B) Moo Duk Kwan de México

1. Principios de Moo Duk Kwan:

Los principios establecidos por la escuela Moo Duk Kwan, tienen su base en los principios del Tae Kwon Do y en los principios de la vida coreana. A continuación se presentan los principios de Moo Duk Kwan:

- 1) Propiciar el desarrollo humano y ante todo la paz.
- 2) Formar individuos íntegros.
- 3) Trabajar hacia una meta.
- 4) Realizar los propios ideales, dentro de la práctica y de la vida diaria.
- 5) Formar niños, adolescentes y seres humanos seguros, pero primordialmente respetuosos de si mismos y de quienes los rodean.

2. Historia de Moo Duk Kwan de México:

Moo Duk Kwan, fue una de las cinco escuelas de Tae Kwon Do que surgieron después del dominio japonés en Corea.

Moo Duk Kwan, traducido literalmente significa: “ Instituto de Virtud Marcial”.

Moo Duk Kwan y el Tae Kwon Do, llegaron a nuestro país por medio del maestro Dai Won Moon. El maestro Moon, recibió una invitación del entonces maestro y presidente de la Asociación Mexicana de Karate Do, el Dr. Manuel Mandragón, para que visitara México durante las olimpiadas de 1968, impartiendo también un seminario a los alumnos de Karate Do. El maestro Moon radicaba e impartía clases de Tae Kwon Do en E.U.A.

Después de visitar México, el maestro Moon sintió algo especial que no había sentido en E.U.A., por lo que regresó para quedarse en nuestro país en marzo de 1969, comenzando a dar clases en el gimnasio de la Asociación de Karate, en el Distrito Federal, cambiando su nombre por el de “ Asociación Mexicana de Karate Do, Escuela Moo Duk Kwan Karate coreano”.

Las técnicas nuevas de maestro Moon tuvieron un gran éxito por lo que se organizó en noviembre de ese año el 1er. campeonato nacional de Karate, con la participación de las escuelas de Karate Do, Kung Fu, Moo Duk Kwan y Karate Okinawa. Resultando Moo Duk Kwan la escuela triunfadora.

La nueva escuela, a base de trabajo y dedicación siguió dando resultados positivos en los torneos organizados posteriormente, en el país y fuera de él. Hasta que a finales de 1971, fueron otorgadas las dos primeras cintas negras de Moo Duk Kwan a los alumnos Sergio Fonseca y José Luis Olivares.

Cuando se formó la Federación Mundial de Tae Kwon Do en Corea en el año de 1973, Moo Duk Kwan empezó a independizarse de la Asociación de Karate. Hasta que en 1975, el maestro Moon rompió con la sociedad y fundó la escuela Moo Duk Kwan Central, en el Distrito Federal, en la calle de Nuevo León Num. 139. Los directores técnicos del maestro Moon eran los profesores Isaías Dueñas y Ramiro Guzmán.

Desde entonces, Moo Duk Kwan ha formado una identidad independiente, auténtica y distintiva, lo cual ha permitido que ocupe lugares muy importantes en competencias a nivel nacional e internacional. Esto se puede ver en las medallas obtenidas en las olimpiadas de 1988 en Seúl, Corea y de 1992 en Barcelona, España.

3. El fundador de Moo Duk Kwan de México:

El fundador de Moo Duk Kwan de México es el Prof. Dai Won Moon. El Prof. Dai Won Moon nació en Hapduk provincia de Chung Nam, Corea del Sur, el 19 de Enero de 1943. A la edad de 14 años comenzó sus practicas de Tae Soo Do, con el maestro Chun Yong Ha, y a los 16 años obtuvo su cinta negra.

En busca de superarse y enfrentar nuevos y diferentes retos, el Prof. Moon viajó a E.U.A. el 15 de noviembre de 1962, para estudiar Arquitectura en la Universidad de Commerce, Texas. Al principio tuvo algunos problemas por el idioma, lo que ocasionó que no se desarrollara por completo. Sin embargo esto no fue un gran obstáculo para él y comenzó a enseñar Tae Soo Do en esta universidad a la edad de 20 años.

En Mayo de 1967 se trasladó a Houston, Texas, para abrir una escuela. Ahí conoció a Ramiro y Rubén Guzmán, Moisés Díaz y a Travis Everett.

Durante 1968 y 1969 obtuvo innumerables éxitos en torneos y campeonatos, teniendo como oponentes a: Terry Connor, Pat Burleson, Allen Steen, Joe Lewis, Luis Delgado, Misaki y Chuck Norris.

En 1968, visito México junto con Jack Hwang, por una invitación extendida por el Dr. Manuel Mandragón. Además de eso dio un seminario a los alumnos de Karate Do y fue observador en las olimpiadas de 1968.

En 1969, regresó definitivamente a México y empezó a dar clases en el local de la Asociación de Karate Do. Desde entonces las artes marciales en México tuvieron otra perspectiva, debido a que las técnicas enseñadas por el Prof. Moon eran totalmente distintas y eficientes.

En 1975, se desligó de la Asociación de Karate y formó oficialmente la escuela Moo Duk Kwan que actualmente conocemos. La cual ha dado un gran número de triunfos a nivel nacional e internacional en esta disciplina. Sin embargo el logro más grande del Prof. Moon, es haber creado en casi 300 escuelas y durante 27 años, a hombres y mujeres dispuestos a enfrentarse a la vida y lo que esto implica.

El Prof. Moon en la actualidad es Cinta Negra 8° Dan, y es un claro ejemplo de constancia y dedicación, pero sobre todo de perseverancia en situaciones adversas, para todos aquellos que seguimos su camino en esta escuela de arte marcial que nos enseña a ser como él.

C)Experiencias

1. El cuestionario:

Para conocer mejor la aplicación y desarrollo del Tae Kwon Do en nuestro país, es necesario conocer diferentes experiencias de algunos practicantes. En este caso, las experiencias han sido dadas a conocer por medio de la resolución de un cuestionario. Este cuestionario fue aplicado a tres practicantes de la escuela Moo Duk Kwan.

Además el cuestionario tiene gran utilidad para conocer los diferentes cambios psicológicos efectuados por el Tae Kwon Do, los cuales serán analizados en el capítulo posterior.

A continuación, es mostrado este cuestionario:

- 1) ¿ Por qué motivo empezó a practicar Tae Kwon Do ?
- 2) ¿ Cómo era su vida antes y después del Tae Kwon Do ?
- 3) ¿ Qué le ha dado el Tae Kwon Do ?
- 4) ¿ Qué siente al hacer Tae Kwon Do ?
- 5) ¿ Desde cuándo hace Tae Kwon Do ?
- 6) ¿ Dejó de practicar Tae Kwon Do? ¿ Por qué ?
- 7) ¿ Qué lo motivó a regresar a entrenar ?
- 8) ¿ Le ayudó el Tae Kwon Do a madurar ?
- 9) ¿ Qué opina del Tae Kwon Do en México, como arte marcial y deporte de competencia ?
- 10) ¿ Qué nos puede decir de los triunfos del Tae Kwon Do en nuestro país ?

2. Respuestas y conclusiones:

Este cuestionario fue respondido por las tres siguientes personas:

Prof. Adrián Mendieta Lozada, Cinta negra 5° Dan.

Prof. Santiago Escutia Martínez, Cinta Negra 4° Dan.

Rómulo Pardo Urias, Cinta Roja Ieby Dan.

Estas fueron las respuestas que dió el Prof. Adrian Mendieta Lozada al cuestionario anterior:

- 1) El Prof. Menideta, comenzó a practicar por deseos de hacer una disciplina que ofrecía la oportunidad de desarrollarse física y mentalmente. Además le pareció muy atractiva estéticamente, por los movimientos que contenía.
- 2) Comenta, que después de comenzar a practicar Tae Kwon Do, logró más iniciativa propia, mejor actitud frente a los problemas y mucha seguridad.
- 3) Practica desde 1974.
- 4) El Prof. Mendieta nos comenta, que él siente que actualmente es una gran parte de su vida. -“ Al hacerlo diario, poco o mucho, lleno algo dentro de mí que no es como el alimento que se ingiere”
- 5) - “ El Tae Kwon Do me ha dado la oportunidad en primer lugar de enseñar desde hace muchos años ”-. El Prof. Mendieta, también piensa que el Tae Kwon Do le ha dado la oportunidad de formar parte de una disciplina que se desarrollaba en nuestro país y además, participar en varios lugares para su difusión y crecimiento.
- 6) No ha dejado de practicarlo.
- 7)
- 8) El Prof. Mendieta, considera que sí le ayudó a madurar el Tae Kwon Do. Sobre todo por iniciar una escuela en un Estado de la República del cual no era originario, además de participar en todas las actividades que se han llevado a cabo en muchos años. - “Esto da una mayor responsabilidad y un gran deseo de superación, que uno puede aplicar en diferentes situaciones de la vida ”-.
- 9) “Principalmente el Tae Kwon Do es un arte marcial, entendiéndose esto como toda una disciplina física y mental cuyos aspectos principales son: el conocimiento de técnicas de pies y manos, formas, técnicas de defensa personal, así como principios éticos y filosóficos, asociados con el desarrollo de estas técnicas ”-. El Prof. Mendieta da mucha importancia al Tae Kwon Do como arte marcial, y como deporte de competencia, opina: -

“ Es el conocimiento de algunas técnicas en base a un reglamento, con fines de competencia únicamente ”-.

10) El opina, que los triunfos del Tae Kwon Do como deporte en nuestro país, son muchos y diversos. Sin embargo, señala que los triunfos como arte marcial han sido mayores que los triunfos a nivel deportivo, y dice: “ El Tae Kwon Do lo practican niños, jóvenes y adultos, y ésta es la mayor aportación ”-.

Estas fueron las respuestas que dió Prof. Santiago Escutia Martínez al cuestionario anterior:

1) Comenzó a entrenar por ser un niño problema. Su mamá lo integró al Tae Kwon Do. Al principio no le gustó. Su tío era su Maestro. Era muy costoso, por lo que hizo un trato con su tío para poder entrenar y participar en todos los eventos. Desconocía lo que realmente era el Tae Kwon Do, y tenía un concepto equivocado. -“ En esa época no era Tae Kwon Do sino Karate Coreano ”- afirma textualmente.

2) El, antes de practicar Tae Kwon Do, dedicaba el tiempo al Foot Ball Soccer, en cuanto al aspecto físico. No conocía otros deportes. Además, no conocía su cuerpo. -“ Con el Tae Kwon Do conocí mi cuerpo y dejé de lastimarme tanto ”- comenta. Con el Tae Kwon Do, obtuvo seguridad y ánimo para hacer cosas difíciles, con resultados exitosos.

3) -“ Me ha dado 26 años de vida diferente ”-. Además el Tae Kwon Do cambió su vida, y afirma que tendría otro tipo de vida sin él, debido a que ya no comete errores de su comportamiento y carácter y de su forma de ser como individuo. Gracias al Tae Kwon Do, comete menos errores porque está en constante alerta y rectifica sus decisiones.

4) El Prof. Escutia Martínez, comenta que cuando hace Tae Kwon Do, siente la proyección de su espíritu y una gran realización personal. Además, al hacer Tae Kwon Do, alcanza sus objetivos en la vida, no todos, pero si los físico-mentales.

5) Practica Tae Kwon Do desde el 14 de Octubre de 1971.

- 6) El Prof. Escutia Martínez, dejó de practicarlo por una fractura en su rodilla. Esta fractura le impidió hacer ejercicio durante 2 años y fue mientras jugaba Basquet Ball, en el 4 semestre de educación Preparatoria.
- 7) El motivo para que el regresara a entrenar, fue la forma de vida que llevaba a raíz de la practica del Tae Kwon Do.
- 8) El Tae Kwon Do, ayudó bastante a madurar al Prof. Escutia Martínez, y aparte, lo ayudó a conocerse personalmente y a tener conocimientos interpersonales.
- 9) Como arte marcial, comenta: -“ Hay desorganización, porque se ha ido perdiendo el respeto por el arte marcial ”-. Sin excluirse de la desorganización concluye: -“ En los inicios del Tae Kwon Do, no había competencias, por lo que había más respeto por el arte marcial ”-.

Y como deporte de competencia dice que se alcanzaron niveles que ya se tenían en nuestro país, en décadas pasadas, por ejemplo: México fue segundo lugar mundial, en el año de 1972. Además comenta que los practicantes desconocen esta información.

- 10) De los logros nos comenta que son buenos para el deporte en México y que hablan de un seguimiento. Sin embargo, dice, que la vida del competidor es muy corta, debido a la falta de apoyo y menciona: -“ La vida del competidor es corta, debido a la falta de apoyo. Los competidores prefieren tener una preparación educativa integral, que un completo desarrollo ”-.

Estas fueron las respuestas que dio Rómulo Pardo Urias al cuestionario anterior:

- 1) Yo comencé a practicar Tae Kwon Do, porque no tenía nada que hacer en las tardes y mi papá me metió de manera autoritaria, para hacer algo.

- 2) Mi vida antes del Tae Kwon Do, carecía de orden y no tenía un objetivo claro. Poco a poco, conforme me fue gustando fui creándome mis propias metas sin que nadie me dijera qué hacer o qué dejar de hacer. Me dió independendia en algún sentido y ahora yo decido casi todo sobre mi vida, porque todavía no soy mayor de

edad para decidir todo. Sin embargo tengo una gran capacidad para ser autosuficiente y responsable frente a las decisiones que debo tomar en mi vida cotidiana, tanto en mis estudios como en la convivencia familiar y con mis amigas y amigos.

3) El Tae Kwon Do contribuyó a conocerme mejor física y mentalmente, y también me ayudó a conocer a las otras personas. Me permitió ver las cosas desde diferentes puntos de vista, para luego aplicar mi criterio en los problemas de la vida, para resolverlos o ayudar a resolverlos. También me dio seguridad y confianza.

4) Cuando hago Tae Kwon Do, me siento muy bien y siento que soy capaz de hacer cualquier cosa. Además siento que siempre hay algo nuevo que aprender y siento la necesidad de aprender lo más que pueda.

5) Practico Tae Kwon Do desde el 19 de Enero de 1992.

6) Dejé de entrenar después de mi primer examen, porque no me gustaba mucho, así que lo abandoné por 11 meses. Después regresé a entrenar, pero sufrí una lesión y lo dejé de nuevo durante 8 meses. Pero después decidí regresar por segunda vez y no lo he dejado.

7) Los principales motivos para que yo regresara a entrenar fueron el apoyo de mis padres. Sin embargo, fue gracias a mi maestro por lo que regresé a entrenar, porque sentí un gran vínculo con él y una gran amistad, confianza y solidaridad, de alumno a maestro.

8) El Tae Kwon Do me ayudó a conocer mejor a la gente y a conocer sus reacciones, para evitar disgustos y malos ratos, haciendo algo desagradable. Además el Tae Kwon Do, me enseñó a encontrar soluciones para los problemas de la vida y para escoger los caminos correctos, que debo elegir, para tener una vida sana, limpia y próspera, pero lo más importante, para tener una vida como yo quiero, con mis metas y mis ideales.

9) Yo pienso que el Tae Kwon Do, como arte marcial ha perdido parte de su integridad, debido a que se está comercializando, y se ve más como deporte de competencia, que como arte marcial. Esto es malo porque se pierde el sentido real del Tae Kwon Do y se pierde

también poco a poco, la filosofía que establece. Estos dos aspectos deben de ser los más importantes para un Taekwondoin.

Como deporte de competencia, pienso que está desorganizado y que hace falta que los competidores mexicanos tengan mayor proyección. Además, estos competidores necesitan más apoyo para continuar sin suspender su vida de competidores sin tener que hacer tantos sacrificios.

10) Yo pienso que los logros obtenidos en esta disciplina por parte de nuestro país, son muy grandes y muy importantes. Yo espero formar parte de los individuos que alcancen estos logros.

Las conclusiones que puedo sacar de estas entrevistas, es que el Tae Kwon Do proporciona a los hombres y las mujeres muchas cualidades y principios. Además, favorece al crecimiento físico y mental y espiritual de las personas. Esto se puede ver en las respuestas anteriores.

CAPITULO III

CAMBIOS PSICOLÓGICOS ***OCASIONADOS POR*** ***EL TAE KWON DO***

Temas:

A) Hipótesis individual.

1. Hipótesis individual.

2. Experiencia propia.

3. Actitud.

4. Autoestima.

5. Carácter.

6. Madurez.

B) Hipótesis general.

1. Hipótesis general.

A) Hipótesis individual:

1. Hipótesis individual:

Basado en mi experiencia propia, puedo decir que los cambios psicológicos ocasionados por el Tae Kwon Do, son en su totalidad positivos, y que ocasionan diferentes reacciones en los siguientes aspectos: actitud, auto estima, carácter y madurez.

A continuación les hablaré sobre mi experiencia en el Tae Kwon Do, y sobre los cambios que ocasionó en mi, en cada uno de los aspectos mencionados anteriormente.

Tomanado en consideración los elementos anteriores y las entrevistas realizadas, plantearé mi hipótesis general sobre los cambios psicológicos que se pueden dar en cualquier Tae Kwon Doin, estableciendo otros factores como: nivel de cultura, educación familiar, nivel socioeconómico, entre otros.

2. Experiencia propia:

Mi experiencia con el Tae Kwon Do, ha sido muy variante. Al principio no me gustaba porque no lo conocía y no sabía que era. Conforme lo fui conociendo, me fue gustando como un deporte, no como una disciplina y mucho menos como un arte. No sentía la necesidad de practicarlo.

Después de varias recaídas físicas y de dejar de entrenar por diversos motivos, mi Maestro, logró hacerme sentir lo especial del Tea Kwon Do, y lo más importante fué que me hizo cambiar mi punto de vista acerca el Tae Kwon Do. Gracias a él, pude apreciar el significado real del Tae Kwon Do, y dejé de mirarlo como solamente un deporte, y lo empecé a mirar como una disciplina y como un arte marcial que yo mismo podía realizar.

Después de este acontecimiento, tuve muchos cambios en mi actitud y comencé a relacionar cada aspecto de mi vida con mi nueva experiencia. Además, mi auto estima fue creciendo y comencé a hacer cosas más productivas y con mayor futuro que las que hacía.

Adquirí poco a poco un carácter más fuerte y aprendí muchas lecciones que posteriormente me sirvieron para reflexionar cada cosa que hacía y para madurarlas sin precipitaciones y menos equivocaciones.

3. Actitud:

El cambio que se da en la actitud, es, como ya mencioné, positivo. Se va adquiriendo mayor responsabilidad y se aprende a respetar y tomar en cuenta todas las cosas de la vida cotidiana.

Se establece una actitud de compromiso con la vida y con las cosas que nos rodean.

Además, se forma una actitud de compañerismo y de comprensión hacia las personas menores. Y se trata de ayudar en lo más posible en cualquier situación.

En la actualidad, la juventud no tiene una meta clara y real, y con la práctica del Tae Kwon Do, se nota también una actitud más centrada hacia algún punto en concreto.

Aunque hay cambios en la actitud al practicar Tae Kwon Do, algunas veces, siguen ocurriendo errores de carácter y se toman actitudes contrarias a las esperadas. Sin embargo, las experiencias hacen que esos errores disminuyan, y que la actitud siempre sea lo más correcta posible.

4. Auto Estima:

La auto estima de un adolescente es muy variable debido a que tiene muchos cambios tanto físicos, como psicológicos, en su vida social, política y cultural. En una persona adulta, la auto estima depende muchas veces de su satisfacción social, económica y profesional.

Con el Tae Kwon Do, la auto estima crece, debido a los diferentes logros obtenidos durante su práctica. Estos logros estimulan los aspectos psico-sociales, que determinan la auto estima. El Tae Kwon Do, elevó mi auto estima y gracias a él, encontré un punto de estabilidad emocional.

5. Carácter:

El cambio que se da en el carácter es paulatino al cambio psicológico que se da desde la niñez, hasta llegar a la etapa adulta. El carácter es algo muy difícil de adquirir, el Tae Kwon Do, favorece la formación de carácter, por las diferentes actividades que desarrolla y por la disciplina que establece.

Al practicar Tae Kwon Do, se empieza a formar un carácter más duro que el de cualquier persona y se aprende a tomar las decisiones correctas para la vida.

6. Madurez:

El Tae Kwon Do, ayuda a que los niños y adolescentes maduren y aprendan a vivir de otra manera, diferente a los niños y adolescentes que no lo practican. El Tae Kwon Do, por medio de la disciplina y de los diferentes retos que pone al practicante, facilita que éste logre desarrollar su propia personalidad y su propio criterio, enseñándolo además a tener diferentes puntos de vista, pero tomando siempre, la mejor decisión para todos.

B) Hipótesis general:

1. Hipótesis general:

Los cambios psicológicos de las personas que practican Tae Kwon Do, como algo más que un simple deporte, son cambios favorables para su crecimiento y su aprendizaje primario. La hipótesis general, queda establecida de la siguiente manera:

“ Si algunos practicantes de Tae Kwon Do, tuvieron y siguen teniendo cambios psicológicos importantes por medio del Tae Kwon Do, entonces es posible que cualquier persona que se proponga practicarlos experimente cambios semejantes, teniendo como base los factores socio-culturales y educativos. Si estos factores no son apoyados de una manera correcta por los diferentes medios existentes como la familia, la escuela, la sociedad, los cambios psicológicos no serán positivos, sino por lo contrario, se podrían estimular conductas de apatía, rebeldía e irresponsabilidad

dentro del Tae Kwon Do ”. Esta hipótesis surge de las respuestas que se obtuvieron en las entrevistas y de mi propia experiencia.

Un aspecto importante a considerar para entender esta hipótesis se refiere a la situación que cada individuo tiene de acuerdo a la clase social a la que pertenece. Cabe señalar que en cada clase social, existen diferencias en cuanto a los factores socio-culturales, educativos y económicos, por lo que la hipótesis varía, en cada uno de los casos

Para concluir con esta hipótesis, es importante señalar, que los cambios psicológicos son permanentes y que poco a poco se van adaptando a cada persona.

Conclusiones

y

Bibliografía

Conclusiones:

La conclusión de esta tesis, es que todos los cambios psicológicos, ocasionados por el Tae Kwon Do, son totalmente positivos, tomando en cuenta los diferentes factores que determinan la personalidad de cada persona. En la actualidad existen una serie de problemas educativos, económicos, políticos y culturales. El Tae Kwon Do ofrece una posibilidad de cambio en los aspectos educativos y culturales, para mejorar las posibilidades de cada individuo y favorecer una actitud diferente, así como a la formación integral de personas, que sean capaces de salir adelante en cualquier situación problemática, encontrando las respuestas correctas a los problemas que enfrentamos en la sociedad actual.

Otra conclusión, es que el Tae Kwon Do es una manera de adquirir satisfacción y sabiduría. Esto significa que el Tae Kwon Do no es solamente un juego o un deporte, sino que es un arte marcial, que tiene historia, principios, filosofía y objetivos, los cuales deben ser conocidos y respetados por cualquier Taekwondoin. Estos conocimientos se deben interiorizar en cada practicante, el cual debe llegar a conocer la raíz y la esencia de lo que está practicando, y así logre entender el sentido y el objetivo que tiene el Tae Kwon Do.

Como última conclusión, el Tae Kwon Do es una respuesta muy clara a las necesidades físicas, mentales y emocionales de cada persona. Gracias al Tae Kwon Do pueden desarrollarse los tres aspectos, necesarios para encontrar la armonía perfecta entre ellos, con el fin de formar personas capaces, optimistas y trabajadoras, para enfrentar el reto de vivir y sobrevivir.

Bibliografía:

Enciclopedia Británica. Tomo 10. Editorial Británica. Edición 1980. pp. 506-527.

Enciclopedia Británica. Tomo 12. Editorial Británica. Edición 1980. pp. 65-77.

Enciclopedia Hispánica. Tomo 4. Editorial Británica. Edición 1994-1995. pp. 294-297.

Enciclopedia Hispánica. Tomo 10. Editorial Británica. Edición 1994. pp. 97-113.

Enciclopedia Hispánica. Datapedia y atlas. Editorial Británica. Edición 1994-1995. pp.36,107.

Y. H. Park. *Tae Kwon Do para niños*. Selector. México 1994. pp. 13-80.

GUZMAN, Ramiro. *Tae Kwon Do, un arte de vida*. pp. 31-217.

RICO BOVIO, Arturo. *Las fronteras del cuerpo. Crítica de la corporeidad*. México, Cuadernos de Joaquín Mortiz, 1990. pp. 141-155.