

# 태권도

## Taekwondo – jalan ja käden tie

*Taekwondo – jalan ja käden tie* on ensimmäinen suomenkielinen, historiallis-filosofinen tietokirja taekwondosta. Kyseessä ei ole käsikirja eri tekniikoiden tai liikesarjojen suoritustavoista eikä kilpaottelun taktiikkaopas. Niiden sijaan teos perehdyttää lukijan laaja-alaisesti lajin historiaan, olemukseen ja periaatteisiin sekä teknisten osa-alueiden keskeisiin piirteisiin.

Kirja jakaantuu kolmeen osaan. Ensimmäiseksi käsitellään Korean niemi-maalla esiintyneiden taistelutaitojen historiaa ja niiden vaikutusta nykyai-kaisen taekwondon kehittymiseen, varhaisten kamppailukoulukuntien syn-ty sekä lajin leviäminen maailmalle ja Suomeen. Toisessa osassa esitellään taekwondon näkyvin puoli eli tekninen perusta. Tässä yhteydessä käydään myös laajasti läpi itsepuolustusta, psykologisesta ja taktisesta näkökulmasta käsin. Itsepuolustus on myös teoksen yleispätevin ja lajiriippumattomin osa, koska tarkastellut asiat ja huomiot eivät ole vain taekwondon yksityisomai-suutta, vaan yleispäteviä kaikissa kamppailutilanteissa.

Kolmannessa osassa pohditaan taekwondon filosofisia ja kasvatuksellisia puolia. Itä-aasialaisten kamppailulajien perinteisiin, joita myös taekwondo edustaa, liittyy ajatus toiminnallisesta liikuntamuodosta elämäntapana tai tienä (*do*). Nämä liikunnalliset traditiot kokevat myös ihmisen henkisen kas-vun ja fyysisen harjoittelun liittyvän kiinteästi yhteen. Toimintaa ei harjoiteta pelkästään välittömän hyödyn vuoksi, vaan tarkoituksena on kehittää per-soonallisuutta ja ihmisen psykofyysistä kokonaisuutta.

Taekwondo saapui Suomeen vuonna 1979. Kirjan tekijä on harjoitellut la-jia yhtäjaksoisesti vuodesta 1987 lähtien saavuttaen ensimmäisen opettaja-asteen (4. dan) vuonna 2009.



Jari Hintsanen

TAEKWONDO – jalan ja käden tie



# 태권도



Jari Hintsanen

## Taekwondo – jalan ja käden tie