

No.2

MEMO[®] TAEKGIK



Ejemplar
Gratuito.

Auxiliar Didáctico

para la Instrucción en la
filo-sofía del
Taekwondo

Nivel: principiante 9º Kup

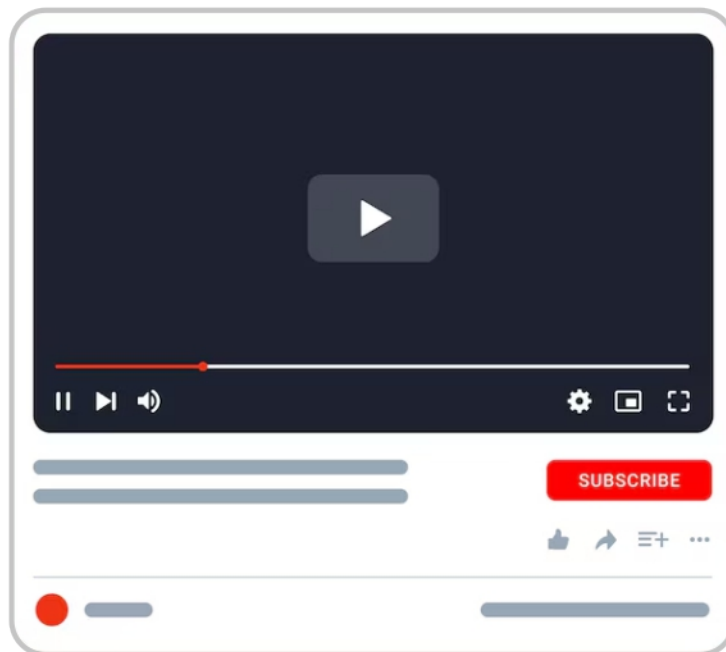
Adquiere el álbum de pegatinas para tus grupos infantiles. (5 a 10 años)

Precio especial para directores de doyang y presidentes de asociación.

BENEFICIOS:

- ✓ Posiciona la identidad visual de tu Doyang
- ✓ Diferencia tu estilo
- ✓ Facilita el seguimiento
- ✓ Disminuye índices de deserción
- ✓ Fomenta la integración
- ✓ Crea un mapa mental
- ✓ Promueve el diálogo intercultural

Costo al público: \$700

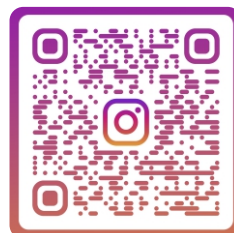


Auxiliar Didáctico

para la Instrucción en la
filo-sofía del
Taekwondo

Nivel: principiante 9º Kup

MEMO[®]
TAEGUK



Indice.

Carta de bienvenida	4
Taekwondo tradicional	6
Actividad 1	10
.El olvido del ser y el pensamiento del cielo	12
Actividad 2	15
Actividad 3	16
El camino a la sabiduría por medio del autocultivo	17
Actividad 4	19
Actividad 5	20
Actividad 6	21
El ascenso en espiral.....	22
Actividad 7	24
Actividad 8	25
Actividad 9	26
El cielo	27
Actividad 10	30
Actividad 11	31
Actividad 12	32
Del trigramas al hexagrama	33
Actividad 13	35
Actividad 14	36
Actividad 15	37
Actividad 16	38
Evaluación Teórica	39
Evaluación Marcial	40

Números anteriores...



Próximos numeros...



Datos personales.

Mi nombre:

.....

Como me gusta que me digan:

.....

Nombre de mi Sabonim:

.....

Nombre de mi Doyang:

.....

Nombre del Presidente de mi
Asociación:

.....

Nombre de mi Asociación:

.....

Fecha en que me inicié en el
Taekwondo:

.....

Cual es mi grado actual:

.....

En caso de pérdida de este libro
comunicarse al:

.....

Fecha:

.....

Yo:



Mi escudo:



Carta de bienvenida

Segunda edición de la revista Memotaeguk.

Juan Manuel Camiro Vargas

PRESIDENTE EDITOR

¡Annyeonghaseyo! / ¡Hola!

En la primera edición de Memotaeguk reflexionamos sobre el gōng (工), esa palabra que en Oriente significa trabajo, pero también disciplina, cultivo y transformación interior. Mientras que en México solemos decir “chambear” con cierto tono de resignación, en Asia el trabajo se entiende como una forma de perfeccionamiento. No es solo hacer, sino hacerse: modelar el carácter, refinar el espíritu y encontrar armonía entre mente y cuerpo.

Hoy, en esta segunda edición, damos continuidad a ese pensamiento y nos proponemos analizar el sentido del Taekwondo tradicional, el camino hacia la sabiduría, La crítica de Martin Heidegger sobre el olvido del ser y otros temas que nos introducirán al Taeguk Il Jang, el primero de los ocho taeguks, símbolo del Cielo y de los comienzos.

Pero hablar de trabajo y de camino hoy no puede desligarse del mundo que habitamos. En las últimas décadas hemos sido testigos del ascenso imparable de China y del desplazamiento del eje económico y cultural del planeta hacia Oriente. Tal como anticiparon Angus Maddison y Karen Ward (HSBC, 2012), la tendencia es clara: China dejará de ser la “fábrica del mundo” para convertirse en el principal proveedor global de tecnología y conocimiento científico. Los cálculos del FMI, Banco Mundial, OCDE, BID, HSBC y McKinsey Group coinciden en que, muy pronto, el gigante asiático será la nación más poderosa del orbe.



Esta transformación no es solo económica: responde a una tesis cultural. Desde que Deng Xiaoping proclamó que “el desarrollo es el principio absoluto”, China consolidó un modelo basado en la continuidad de sus valores milenarios. Mientras en Occidente padecemos el desorden político, el sobregasto burocrático, el asistencialismo y el consumismo, Oriente ha sabido conservar una coherencia entre trabajo, educación y visión de futuro.

El pensamiento especulativo y contradictorio de Occidente ha sustituido a la religión como camino del retorno al paraíso. La fe en la razón y en el progreso ha sido reemplazada por ideologías que prometen redención a través de la política. Así, unos líderes luchan por instaurar un “Estado de bienestar” y la lógica de la justicia —sustentada en el pensamiento clásico e iluminista—, mientras que otros se levantan denunciando el

capitalismo salvaje y señalando a los empresarios como culpables. Pero en ambos casos, el horizonte sigue siendo el mismo: una promesa de salvación que se busca fuera del individuo y no dentro de él.

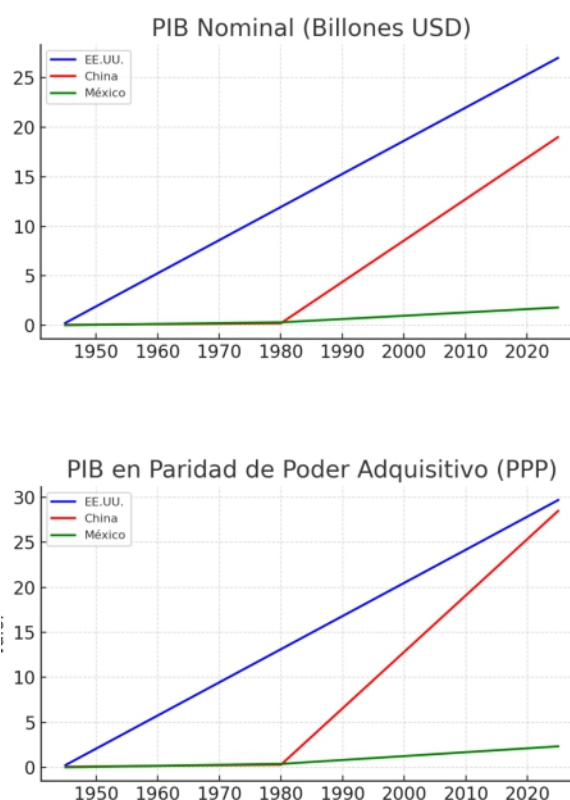
El Mundo, sin embargo, está cambiando. Hemos entrado en una nueva era de tensiones globales, una guerra distinta, donde las armas son los recursos tecnológicos y las cadenas de suministro. Durante la pandemia de COVID-19, el mundo lo comprobó: los fabricantes de automóviles no podían producir vehículos por la escasez de semiconductores, mientras que los productores de chips reorientaron su capacidad hacia las computadoras y dispositivos domésticos. La dependencia quedó al descubierto.

Hoy sabemos que la economía mundial no se sostiene sobre la independencia, sino sobre complejas redes de interdependencia. En estas redes existen innumerables intermediarios y centros de poder invisibles, y el juego que comienza no busca eliminar la interdependencia, sino administrarla estratégicamente. En esta nueva era, la soberanía ya no depende del aislamiento, sino de la cooperación inteligente y de largo plazo.

La pregunta, entonces, ya no es si habrá una nueva crisis, sino si estaremos preparados para ella.

Para los jóvenes practicantes de Taekwondo, este contexto representa una oportunidad extraordinaria.

Comparación económica entre China, EE.UU y México de 1945 al 2025.



A través del arte marcial y de los contenidos de estas revistas, podrán comprender los factores históricos y filosóficos que explican el fenómeno chino y descubrir que el verdadero progreso —personal o civilizatorio— surge de la continuidad entre pensamiento, práctica y virtud.

Así, este segundo tomo te invita a mirar el Taekwondo como un camino ascendente, donde cada paso —como en una montaña— exige esfuerzo, claridad y propósito. No se trata solo de una práctica física, sino de una vía de elevación interior, donde el cuerpo se entrena para que el espíritu se alce. Cada técnica, cada respiración y cada forma son peldaños hacia una conciencia más lúcida, donde la disciplina se convierte en vuelo.

Taekwondo tradicional.

Un rito sin mito.

Cuando un practicante principiante entra por primera vez a un dojang, lo primero que encuentra son protocolos, normas, uniformes y pequeños rituales que abren y cierran la clase. A primera vista todo parece una simple costumbre. Sin embargo, estos gestos codifican una vía de formación que no necesita de un mito épico o teológico para adquirir sentido. En la tradición que inspira al Taekwondo, el rito no requiere un relato trascendente que lo justifique: se sostiene por una lógica de la inmanencia plasmada en los diagramas de la bandera coreana, donde cada gesto expresa un acoplamiento, una fase, una relación.

En este sentido, puede hablarse del Taekwondo tradicional como un rito sin mito, no como forma vacía, sino como forma plena de sentido inmanente: no hay historia de dioses ni héroes que legitime el saludo o la reverencia, sino una forma de estar en el mundo que se encarna en esos gestos. El mito aquí no falta: se transforma. El diagrama sustituye al drama; la repetición, al espectáculo; la relación, al personaje.

En Corea, el Taekwondo se concibió como camino de desarrollo humano. Dos principios expresan ese horizonte:

- **Hongik Ingan**
("vivir para el beneficio de la humanidad")
- **Jaese Ihwa**
("educar y gobernar en conformidad con el principio del Cielo").



Estos ideales no surgieron como fórmulas patrióticas modernas, sino como herencias de una antigua cosmología que vinculaba el orden político con el orden del mundo. El Jaese Ihwa deriva, en última instancia, de la noción china de:

- **Tianxia**
"Todo lo que está bajo el Cielo"

que concebía el gobierno como una extensión del equilibrio cósmico. Según esa visión, el poder legítimo no provenía de la fuerza ni del linaje, el poder legítimo no emana de un proceso de elecciones democráticas sino de la virtud que armoniza lo humano con lo celeste. Gobernar "según el Cielo" es mantener la coherencia entre la conducta del gobernante y la estructura moral del universo.

En la tradición coreana, esa herencia se transformó en una ética educativa: Jaese Ihwa (coreano) no exaltaba la expansión imperial, como el Tianxia (Chino) original, sino la responsabilidad de armonizar la vida social mediante la educación, el ejemplo y la virtud. Así, el gobernante ideal se convertía en maestro y el maestro en mediador del orden cósmico. Este principio sobrevivió en el arte marcial como pedagogía del carácter: cada movimiento, cada saludo y cada combate son microcosmos donde se encarna la tarea de educar y gobernar el propio cuerpo conforme a una ley natural y moral.

Con el tiempo, el auge olímpico y la exportación mundial empujaron al arte hacia el rendimiento y el espectáculo; sin embargo, los ritos permanecen como huellas de una racionalidad más profunda. Lo decisivo es aprender a leerlos.

Para ello, conviene retroceder un paso y mirar el suelo cultural que nutre a Corea. En China —y desde allí a la península coreana— la imagen fundamental del mundo no nace de una “Palabra revelada” ni de una epopeya de dioses y héroes, sino de una intuición gráfico-relacional: el Taiji, el juego complementario del yin y el yang.

Yin y yang no son “bien y mal” ni fuerzas enemigas: nombran polaridades que se co-pertenenecen y se transforman mutuamente (sombra y luz, reposo y movimiento, tierra y cielo, interior y exterior). Nada es fijo: todo se mueve por acoplamientos y des-acoplamientos, por predominancias que nunca anulan al opuesto. Esta dinámica quedó diagramada en el I Ching, “Clásico de los Cambios”, cuyo núcleo más antiguo es el Zhouyi (“Cambios de la casa Zhou”). El texto consiste en líneas enteras y partidas que, combinadas, forman trigramas y hexagramas para figurar situaciones del cambio.

el Cielo está arriba...



...la Tierra está abajo

Durante la dinastía Han (siglo II a. C.) el texto fue envuelto por diez comentarios tradicionales; entre ellos, el llamado “Gran Comentario” (también “Sentencias anejas”), atribuido por la tradición a Confucio, fijó la lectura filosófica del libro. Bajo el emperador Jing de Han, el I Ching quedó canonizado como clásico: ya no era un manual adivinatorio aislado, sino fundamento de estudio y de gobierno.

Lo decisivo del “Gran Comentario” es que convierte una práctica de trazos en una visión total de la realidad. En lugar de arrancar de un relato dramático del origen, comienza con una constatación que parece banal y, sin embargo, organiza el mundo: **“el Cielo está arriba, la Tierra está abajo”**. No inventa una historia, ordena una relación de lo evidente. Desde ese gesto, el texto afirma que lo primero no es una causa ni un héroe, sino la relación que hace sitio a las cosas: alto y bajo, iniciador y receptivo, claro y oscuro.

De allí se desprenden tres rasgos que marcaron la representación china de la realidad durante siglos:

1. Primacía de la inmanencia.

No se apela a una trascendencia que intervenga desde fuera: el *I Ching* busca la coherencia interna de los procesos. El mundo se entiende por cómo se acopla y se transforma, no por un “más allá” que lo manda.

2. Pensamiento diagramático.

El sentido se figura con líneas y combinaciones; no hace falta un mito para explicar, basta el diagrama para mostrar. El libro no dramatiza: muestra tendencias, fases, pasajes.

3. Moralidad inscrita en la naturaleza.

Al decir “arriba/abajo”, “cielo/tierra”, el texto no impone desde fuera una ley: exhibe que la realidad misma establece diferencias de función y de nivel. La ética surge de la forma del mundo, no de un mandato exterior.

Así se constituyó una base conceptual alternativa a la occidental: en lugar de una cosmogonía con personajes, una lógica de correlaciones; en vez de “verdad” como correspondencia con una Palabra divina o con una teoría, adecuación a la evidencia de los procesos.

Comparar estos marcos aclara el contraste. Occidente tendió a narrar el origen en clave épica o revelada. Entre los relatos más influyentes pueden mencionarse: el Génesis bíblico con su creación “de la nada” por la Palabra de Dios; la Teogonía de Hesíodo, que ordena el surgimiento de mundo y dioses a partir del Caos; el Timeo de Platón, que introduce a un Demiurgo que ordena la

“Verdad”



“Adecuación a la Evidencia”



materia; y, en la Antigüedad tardía, las Metamorfosis de Ovidio, que abren con una escena de separación del caos hacia un cosmos ordenado. La ciencia moderna, por su parte, propone otra narrativa: la del Big Bang. Según los datos cosmológicos, el universo observable se expande desde un estado extremadamente denso y caliente hace unos 13.8 mil millones de años. No hay intención ni un “porqué” moral inscrito en la explosión inicial; hay leyes físico-matemáticas, evolución de estructuras, surgimiento de galaxias, estrellas, planetas y, tarde o temprano, vida.

Frente a estas narrativas que comienzan con una palabra, un estallido o un dios, el I Ching comienza con una relación. Por eso no necesita un mito fundacional. El sentido no viene del pasado, sino del modo en que las cosas se enlazan ahora. Y esa lógica relacional es la que sobrevive en el dojang, incluso cuando no se la narra: está allí, en cada gesto que repite una forma del mundo.

En este marco, el Taekwondo no es un arte que haya perdido su sentido, sino un arte que guarda ese sentido en su forma. Las reverencias, el orden de la clase, el saludo, la manera de anudar el dobok conservan disciplina, pero si el practicante no los comprende como ejercicios de inserción en una lógica del yin-yang —el ritmo del esfuerzo y el reposo, del ataque y la retirada, de la firmeza y la flexibilidad—, esos ritos corren el riesgo de volverse automáticos.

Pero si se los lee con el lente del I Ching, reaparece su dimensión formativa. El “Gran Comentario” en el contexto del dojang es participación en un orden de relaciones, no mera etiqueta.

Lo mismo puede decirse de los principios fundantes. Hongik Ingan y Jaese Ihwa suelen citarse como emblemas identitarios: “beneficio de la humanidad” y “educar según el Cielo”. Pero, en clave moderna, pueden fácilmente convertirse en lemas vacíos si se desligan de la lógica relacional que los sostiene. En lugar de pensarlos como mandatos exteriores o como consignas de marketing espiritual, pueden recuperarse como configuraciones diagramáticas de acción: Hongik Ingan como el gesto que abre hacia el otro, Jaese Ihwa como el acto que ordena la relación justa.

Sin embargo, la sociedad contemporánea tiende a despojar de sentido estas formas simbólicas. El filósofo Byung-Chul Han ha señalado que vivimos en sociedades sin ritos, donde la aceleración, la productividad y el consumo sustituyen los espacios de repetición significativa. Los ritos —dice Han— no son costumbres vacías, sino “técnicas simbólicas de permanencia” que otorgan estabilidad y comunión. Su desaparición produce individuos agotados, aislados y desorientados, incapaces de situar su existencia en un ritmo compartido. En lugar de formar vínculos, acumulamos experiencias; en lugar de habitar el tiempo, lo consumimos.

Desde esta perspectiva, el Taekwondo tradicional aparece como una resistencia cultural frente a esa pérdida: en sus gestos aún habita una forma de temporalidad distinta, una pedagogía del cuerpo que recuerda que no todo debe ser nuevo para ser vivo. Practicar el rito sin mito no es repetir mecánicamente el pasado, sino recuperar la posibilidad de sentido en la relación, en la disciplina y en la atención. Allí donde la modernidad ha hecho del cuerpo un instrumento de rendimiento, el dojang puede volver a ser un espacio de re-ligación, una pequeña ceremonia de la presencia.

El reto del Taekwondo contemporáneo no consiste en inventar nuevos símbolos, sino en reconectar los existentes con la lógica viva de la inmanencia. En ello se juega su verdadera dimensión filosófica: la de un arte que, en tiempos de sociedades sin ritos, aún enseña a respirar, a saludar y a moverse en armonía con el Cielo y la Tierra.



Byung-Chul Han

El filósofo coreano ha advertido que la modernidad erosiona los rituales: los reemplaza por experiencias fugaces, utilitarias y medibles.

Cuando el Taekwondo se vuelve puro rendimiento, los ritos quedan como cáscara y los principios como eslogan. Pero si se los entiende como formas vivas, se reactivan. Recuperar su sentido no implica volver a contar viejos mitos, sino aprender a leer diagramas: leer la práctica como ejercitación del equilibrio, no como simple preparación para competir; comprender la cortesía como forma de la relación justa, no como sumisión; entender el espíritu indomable como perseverancia en el proceso, no como terquedad.

Actividad 1

Actividad de comprensión lectora

Instrucciones:

Lee cada pregunta y selecciona la opción correcta que mejor responde según el contenido del ensayo.

1. ¿Qué significa en el contexto del ensayo que el Taekwondo sea un “rito sin mito”?
 - a) Que sus rituales han perdido completamente su valor.
 - b) Que es un conjunto de prácticas vacías, sin significado.
 - c) Que los gestos rituales se sostienen por una lógica inmanente, no por narraciones épicas.
 - d) Que se ha convertido en una religión moderna oriental.

2. Según el artículo, ¿qué representa el I Ching en la tradición filosófica china?
 - a) Un texto religioso que narra la creación del mundo.
 - b) Una guía moral escrita por Confucio para gobernar.
 - c) Un sistema diagramático que muestra las relaciones y cambios del mundo.
 - d) Un calendario adivinatorio basado en la astrología.

3. ¿Cuál de los siguientes conceptos se contrapone directamente al pensamiento del I Ching según el ensayo?
 - a) Relación y proceso.
 - b) Inmanencia y transformación.
 - c) Palabra revelada y origen trascendente.
 - d) Yin-yang y equilibrio.

4. ¿Qué advertencia hace Byung-Chul Han que se retoma en el texto?
 - a) Que el Taekwondo debería volver a sus raíces mitológicas.
 - b) Que la modernidad erosiona los rituales al sustituirlos por experiencias utilitarias.
 - c) Que el pensamiento oriental debe occidentalizarse.
 - d) Que la práctica marcial es incompatible con la espiritualidad.

5. ¿Qué enseñan Hongik Ingan y Jaese Ihwa dentro de la tradición del Taekwondo?
 - a) A competir con fuerza y honor.
 - b) A ser obediente al maestro sin cuestionar.
 - c) A vivir para el beneficio colectivo y educar en armonía con el cielo.
 - d) A fortalecer el cuerpo y ganar torneos.

6. ¿Cuál es una de las principales diferencias entre la cosmovisión del I Ching y los mitos de origen occidentales?

- a) El I Ching se basa en leyes naturales; el pensamiento occidental en magia.
- b) Occidente privilegia la narración del origen; el I Ching privilegia la relación sin origen.
- c) El I Ching es moralista y religioso; Occidente es secular.
- d) El pensamiento occidental carece de toda dimensión simbólica.

7. ¿Cómo se entiende el saludo en el dojang según la lógica del I Ching?

- a) Como una formalidad sin contenido.
- b) Como un gesto decorativo ligado al nacionalismo.
- c) Como un acto que expresa inserción en una red de relaciones.
- d) Como una obligación impuesta por la autoridad marcial.

8. ¿Qué se propone al practicante principiante al final del ensayo?

- a) Que se enfoque únicamente en la técnica.
- b) Que cuestione todo lo que se enseña en el dojang.
- c) Que repita los rituales sin buscar explicaciones.
- d) Que interprete cada gesto como parte de un proceso relacional y formativo.

Por supuesto. Aquí tienes ****dos preguntas adicionales**** (número 9 y 10) que amplían la evaluación, manteniendo coherencia con el nivel de análisis del texto:

9. ¿Qué función cumple el pensamiento diagramático en la tradición del I Ching según el ensayo?

- a) Sustituye la lógica matemática por narraciones legendarias.
- b) Permite representar dinámicas del mundo sin necesidad de mitos fundacionales.
- c) Sirve únicamente para la adivinación de eventos futuros.
- d) Reemplaza los valores morales por una visión estética.

10. ¿Qué riesgo señala el texto cuando Hongik Ingan y Jaese Ihwa se citan fuera de su contexto original?

- a) Que se impongan como leyes religiosas sobre los practicantes.
- b) Que se conviertan en simples consignas vacías o herramientas de marketing.
- c) Que se interpreten como mitos cristianos adaptados.
- d) Que sean olvidados por completo dentro del entrenamiento.

El olvido del Ser y el pensamiento del Cielo

Martín Heidegger como umbral hacia un diálogo Oriente–Occidente

Martin Heidegger denunció que la tradición occidental, desde Platón hasta la modernidad técnica, ha caído en lo que él llamó el olvido del Ser. El pensamiento occidental, en su afán de objetivar y dominar la realidad, ha reducido el Ser a ente, a algo manipulable, mensurable o representable. El lenguaje se volvió instrumento, y la verdad, correspondencia entre idea y objeto.

En esa reducción, el Ser dejó de ser acontecimiento, presencia velada, misterio que acontece —lo que Heidegger llamó el Ereignis, el acontecer del Ser. La consecuencia: el mundo ya no se revela, se calcula. La vida ya no se habita, se gestiona.

Frente a esta deriva, varios filósofos —desde Mónica Cavallé, Graham Parkes, Eric Nelson o J. L. Mehta, hasta estudios contemporáneos sobre Heidegger y el Advaita Vedānta o el Zen— han visto en el pensamiento oriental una vía de resonancia y contraste. Oriente no olvida el Ser, porque no lo separa de las cosas.

En el Vedānta, Brahman no es un objeto que se piensa, sino la realidad subyacente que se reconoce en todo. En el budismo zen, la vacuidad (śūnyatā) no es la nada, sino la interdependencia de todo lo que existe. Y en el taoísmo, el Dao no se define ni se capta conceptualmente: se sigue, se deja fluir.

En todas estas tradiciones, el pensamiento no busca captar una esencia estática, sino percibir el ritmo del mundo. Oriente piensa el mundo a través de imágenes dinámicas que revelan relaciones más que esencias. La verdad, por tanto, no se encuentra en un concepto, sino en la correspondencia viva entre las cosas, en la armonía del movimiento que las une.



Martin Heidegger
(1889–1976)

Hay un número destacado de estudios comparativos entre el pensamiento de Heidegger y figuras como Lao Tzu, Chuang Tzu, Dōgen, Bashō, Nishida o Nisargadatta. Todos ellos revelan una afinidad profunda entre el “habitar poético” del ser y las vías orientales que conciben la realidad como flujo y no como objeto.

La importancia de la obra de Heidegger radica en haber devuelto al pensamiento occidental la posibilidad de escuchar el ser más allá del dominio técnico y del lenguaje instrumental, invitando a una comprensión más meditativa, silenciosa y abierta del mundo.

Heidegger, en su madurez, intenta precisamente recuperar esa mirada relacional: pensar no sobre el Ser, sino desde el Ser. Su crítica a la metafísica occidental lo conduce a un lenguaje más poético, más cercano al símbolo que al concepto. Por eso su obra ha servido como puente hermenéutico hacia el pensamiento oriental: no como apropiación cultural, sino como reencuentro con un modo más originario de habitar el mundo.

Pero este giro no puede comprenderse sin atender al contexto histórico que lo precede. Heidegger vivió en carne propia la crisis espiritual y cultural de Europa, una crisis que estalló con la Primera Guerra Mundial y alcanzó su paroxismo en la Segunda. En su juventud filosófica, creyó que la ontología fundamental —una nueva comprensión del Ser— podría ser el fundamento para una renovación del mundo occidental. Sin embargo, la devastación bélica, el ascenso del totalitarismo y el fracaso de las ideologías del progreso mostraron que la metafísica moderna, con su pretensión de dominio técnico y su confianza en la razón instrumental, había conducido al hombre a una pérdida de sentido sin precedentes.

La guerra, para Heidegger, no fue solo un conflicto político o militar; fue la expresión visible de un extravío más profundo: el de una civilización que había olvidado su relación originaria con el Ser. En sus escritos posteriores a 1945, el filósofo comprende que la catástrofe no es un accidente, sino el destino lógico de la metafísica occidental. El pensamiento científico-técnico —que culmina en la figura del Gestell, el “armazón” o dispositivo que dispone y controla todo lo existente— es la forma última del olvido del Ser. La humanidad, al creerse dueña del mundo, se convierte en pieza de su propio mecanismo.

Por eso Heidegger abandona el tono sistemático de *Ser y tiempo* y se orienta hacia un pensar más meditativo. La filosofía, dice, no debe ya construir sistemas ni dictar fundamentos, sino aprender a “esperar” y “escuchar” el lenguaje del Ser. Este desplazamiento del pensamiento hacia la apertura, hacia el dejar-ser, aproxima su filosofía tardía al modo en que Oriente concibe el conocimiento como experiencia de unidad y no como conquista de la razón.

El eco de este cambio resonó en múltiples tradiciones filosóficas orientales. Los estudios comparativos han mostrado cómo la noción heideggeriana de “Ereignis” —el acontecer del Ser como apropiación mutua del hombre y el mundo— guarda afinidades con la comprensión vedántica de Brahman como totalidad no-dual, o con la experiencia zen del despertar como reconocimiento de la vacuidad interdependiente de todos los fenómenos. En ambos casos, se trata de un pensar que no busca representar, sino corresponder; no dominar, sino dejar que la realidad se muestre desde sí misma.

Este gesto de Heidegger, nacido del trauma de la guerra y de la intuición de que el pensamiento occidental había llegado a un límite, se convierte así en un punto de inflexión histórico: la posibilidad de un diálogo auténtico entre Oriente y Occidente. No se trata de una simple analogía conceptual, sino de un movimiento de apertura que reconoce que el logos occidental, centrado en la sustancia y la identidad, debe complementarse con un modo de pensar que percibe el mundo como red de relaciones y procesos.

En este sentido, el pensamiento heideggeriano actúa como una bisagra temporal y espiritual: de la metafísica del ente al pensar del Ser, de la técnica al símbolo, de la separación al acontecimiento. Su madurez filosófica, marcada por el reconocimiento del límite y la crisis, se convierte en una preparación para un nuevo modo de habitar la tierra: más atento, más silencioso, más afín al fluir de las cosas.

El diálogo que su obra posibilita con las corrientes orientales no busca sintetizar, sino dejar que resuene la diferencia. El Dao, Brahman, la vacuidad o el Cielo del I Ching no son traducciones del Ser heideggeriano, pero comparten con él la intuición de que la verdad no es una correspondencia lógica, sino un desocultamiento, una manifestación que ocurre en la relación.

Así, el pensamiento que surge de la catástrofe europea encuentra su eco en las sabidurías que desde milenios habían pensado el mundo no como objeto, sino como movimiento. En ambas perspectivas, la tarea del ser humano no es dominar la realidad, sino participar de ella con conciencia y humildad. Pensar desde el Ser —o desde el Dao, o desde el Cielo— es reconocer que lo real no se posee, se acompaña.

De ahí que el trigramma Cielo pueda leerse, desde la mirada heideggeriana, como el símbolo de esa energía originaria que todo lo sostiene y que solo puede comprenderse en su relación con los demás trigramas. Su comprensión exige un pensamiento que no aísla, sino que vincula; un pensamiento que, en vez de explicar, escucha; que, en vez de afirmar, deja ser.

Heidegger, marcado por las ruinas de la guerra y por la sombra del olvido del Ser, abrió un sendero que Oriente ya había recorrido desde otro lenguaje: el de las imágenes dinámicas, los símbolos en movimiento, las correspondencias que revelan lo invisible en lo visible. En ese punto, su filosofía y las cosmologías orientales se encuentran: ambas buscan restituir al mundo su carácter de misterio compartido.



Comprender el trigramma Cielo desde este horizonte no es un ejercicio técnico ni místico, sino un acto de correspondencia: percibir cómo el movimiento del Ser se despliega en la trama de las cosas. Y así, más allá de la historia y de las guerras, el pensamiento vuelve a su tarea original: la de custodiar el sentido de la presencia, la de dejar que el mundo, una vez más, pueda respirarse.

En la cosmología del I Ching, Cielo (☰) representa el principio creador, la energía activa y generadora. **Sin embargo, su verdadero significado no se comprende en soledad: el Cielo se revela en su interacción con los otros trigramas.**

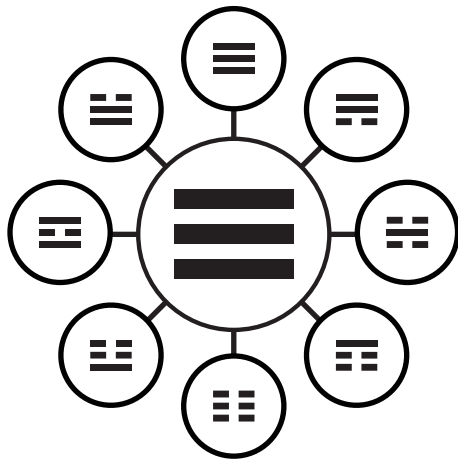
Así como en la naturaleza todo se sostiene en una red de correspondencias, el Cielo solo puede entenderse al observar cómo ejerce su influencia sobre los demás elementos —y cómo estos le responden.

Actividad 2

El Cielo a través de sus relaciones

Instrucciones:

1. Establece las correspondencias entre el peso mexicano y las monedas de los demás países.
2. En tu libreta realiza una gráfica similar colocando a tu figura paterna al centro y a los demás miembros de la familia alrededor.



Actividad 3

El Cielo a través de sus relaciones

El taoísmo nos ofrece una guía ética para pensar estas relaciones de poder.

Dice el Tao Te Ching:

“Los peores gobernantes son odiados,
los que les siguen son temidos,
los que les siguen son admirados,
los que les siguen son desconocidos.”

Esta frase sugiere que **“el poder”** fluye de manera tan natural que se vuelve invisible, como el Cielo que da vida sin apropiársela.

Instrucciones de la actividad:

1. Investiga el significado de los trigramas y califica con una ✓ el tipo de relación de poder que ejerce el Cielo sobre cada uno de estos elementos de acuerdo a la clasificación mencionada en el Tao Te Ching.

Relación de Poder	Odiado	Temido	Admirado	Desconocido
Cielo - Cielo				
Cielo - Lago				
Cielo - Fuego				
Cielo - Trueno				
Cielo - Viento				
Cielo - Agua				
Cielo - Montaña				
Cielo - Tierra				

2. Al gráfico que hiciste en tu libreta correspondiente a la actividad 02 agrega el tipo de relación de poder que guardan los miembros de tu familia con tu figura paterna.

El camino a la sabiduría por medio del autocultivo.

Como enseñamos en la introducción de este libro, el Taekwondo es un camino ascendente. Pero ese ascenso se mide por una jerarquía vertical diferente a la de Occidente. Ascender significa transitar del xiǎorén — el hombre vulgar, dominado por el deseo, la imitación o la fuerza bruta— hacia el jūnzǐ: el hombre noble que cultiva la virtud, la prudencia y el equilibrio.

En la tradición china, desde la dinastía Han hasta el siglo XX, el ideal de formación humana no ha sido el sabio (shèngrén), sino el jūnzǐ. Esto debido a que el sabio representa una sabiduría sin jerarquías, capaz de manifestarse tanto en lo más alto como en lo más bajo: puede hallarse en el campesino que trabaja en silencio o en el gobernante que actúa con rectitud. La sabiduría no se mide por el rango social, sino por la capacidad de armonizar con el Tao.

Sin embargo, en tiempos donde el orden político y moral se volvió prioritario, Corea —heredera del confucianismo chino— privilegió la figura del junzi: el hombre equilibrado y prudente que mantiene la estabilidad del mundo humano. Su misión no era retirarse del mundo para alcanzar la iluminación, sino sostener la armonía de la comunidad mediante la virtud.

El junzi no busca la perfección absoluta, sino la integridad moral. Su aprendizaje consiste en pulir el “yo pequeño” —ese que se guía por la vanidad, la comparación o la competencia— para expandirlo hacia el “yo grande”, donde la acción nace de la armonía con los demás y con el orden del Tao. En este sentido, el ideal del junzi no es ajeno al Taekwondo, que también enseña a transformar la fuerza bruta en fuerza consciente y a dirigir la energía hacia un propósito interior.



En contraste, el pensamiento occidental orientó su ideal formativo hacia la “imitatio Christi”, la imitación de Cristo. Este modelo espiritual, aunque noble en su origen, ha derivado en una multiplicación de interpretaciones, dogmas y fanatismos. Si observamos la amplia diversidad de valores entre un católico, un protestante y un ortodoxo: esta imitación de Cristo termina generando una lucha por el poder, donde cada tradición asume poseer la forma correcta de reproducir el modelo, olvidando que el verdadero camino no consiste en copiarlo, sino en encarnarlo desde la autenticidad del propio ser.

El Taekwondo participa del mismo principio que inspiró a los antiguos sabios de Oriente:

修身.
xiūshēn
(El autocultivo)

Este concepto, central en la filosofía china y coreana, consiste en refinar el yo hasta volverlo transparente al flujo del Tao. El entrenamiento corporal se convierte entonces en una vía de autotransformación

En la tradición confuciana los niveles de desarrollo representa una integración progresiva del yin y el yang, de la acción y la comprensión, de la fuerza y la sabiduría. El Taekwondo, entendido filosóficamente, reproduce este mismo camino. En su etapa inicial, el practicante se mueve por imitación, ejecuta sin entender. Poco a poco, empieza a percibir el ritmo interno de los movimientos; ya no golpea para vencer, sino para encarnar. En ese punto, el cuerpo se vuelve un texto y cada técnica una pregunta.

Por eso se dice que las respuestas son estériles y las preguntas fecundas: porque el verdadero progreso no depende de repetir lo aprendido, sino de preguntarse con humildad qué significa cada gesto. Esa pregunta es la semilla

del junzi dentro de cada practicante. En términos simbólicos, la cinta blanca representa la pureza del inicio, el estado del suren que aún ignora su potencial. La cinta amarilla, en cambio, alude a la tierra fértil donde germina la raíz del aprendizaje. Entre ambas hay un tránsito: el estudiante aprende que no basta con moverse; debe entender el sentido del movimiento. Así como el yin y el yang se contienen mutuamente, el trabajo técnico (gong) y el cultivo interior (xin) no pueden separarse.

El Taekwondo moderno heredó mucho de los modelos confucianos de formación, aunque pocas veces se reconozca. Su estructura jerárquica, su ética del respeto y su énfasis en el perfeccionamiento moral del practicante son ecos del ideal del junzi. Sin embargo, el arte coreano también asimiló influencias taoístas: la búsqueda del equilibrio, la fluidez del movimiento y la unión con el ritmo natural del cuerpo provienen de esa visión que valora lo suave por encima de lo rígido.

En el fondo, toda práctica marcial es un microcosmos del autocultivo. Cada forma, cada examen, cada caída, es un recordatorio de que el verdadero combate ocurre dentro de uno mismo. No se trata de vencer al otro, sino de trascender la ignorancia que habita en nosotros. El practicante que comprende esto deja de entrenar solo para aprobar exámenes: entrena para volverse transparente, para alcanzar la “unidad del Cielo y el ser humano”, ese estado donde la acción fluye sin esfuerzo y el espíritu permanece sereno.

Así, el primer examen de Taekwondo no es un simple trámite técnico: es el primer peldaño en la larga escalera del trabajo consciente que transforma el movimiento en sabiduría. Quien sigue este camino aprende que cada golpe contiene una pregunta, y que cada pregunta abre la puerta al Tao.

Actividad 4

El hombre mediocre.

Instrucciones:

Investiga sobre la postura filosófica (idealista, materialista, monista, dualista etc.) de José Ingenieros en su obra "El hombre mediocre" y realiza un pequeño ensayo contrastando las categorías orientales con las de este autor.



**“El mediocre no tiene voz,
es un eco”**

Actividad 5

La cultura del autocultivo

Instrucciones:

En cada fila, escribe el nombre de la cultura o tradición que corresponde a cada proceso de autocultivo y su ideal humano o meta.

Ubuntu / Sufismo / Budismo / Grecia clásica / Confucianismo / Mundo Andino / Hinduismo / Psicología Humanista / Cristianismo / Aztecas / Masonería / Civilización Maya / Taoísmo

Cultura o Tradición	Proceso de Autocultivación	Ideal humano o meta del autocultivo
	Xiushen (cultivar el cuerpo)	El Junzi (hombre noble): modelo de integridad moral y equilibrio social.
	Neidan (alquimia interna)	El Sabio (Shengren): quien fluye con el Tao y vive en espontaneidad.
	Bhavana (cultivo mental)	El Buda o ser iluminado: quien despierta a la compasión y la vacuidad.
	Paideia (educación integral)	El Hombre virtuoso (spoudaios): quien realiza su areté racional.
	Metanoia (transformación interior)	El Santo o seguidor de Cristo: quien encarna el amor y la caridad.
	Tallar la piedra bruta	El Iniciado o Maestro : quien pule su piedra interior y se eleva en sabiduría.
	Tazkiyah (purificación del alma)	El Amado de Dios (wali): quien vive en pureza y unión con lo divino.
	Sadhana (práctica espiritual)	El Liberado (mukta): quien alcanza la unión con Brahman.
	In Xochitl In Cuicatl (flor y canto)	El Poeta sabio (tlamatini): quien comunica la verdad mediante la belleza.
	Ubuntu ('Soy porque nosotros somos')	El Hombre comunitario: quien se realiza en la relación con los demás.
	Autorrealización (Maslow)	El Ser autorrealizado: quien desarrolla plenamente sus capacidades humanas.
	Sumak Kawsay (vida buena o armoniosa)	El Runa Kawsay: quien vive en armonía con la Pachamama y la comunidad.
	In Lak'ech ('Yo soy otro tú')	El Ser espejo: quien reconoce en el otro su propia conciencia y humanidad.

Actividad 6

Del hombre vulgar al sabio

Instrucciones:

Realiza un listado de características o atributos que consideras tiene cada personaje.

Al final escribe el nombre de un personaje conocido con el cual puedas asociarlo.

(jūnzǐ)

Hombre noble

Ejemplo:

(shèngrén)

Sabio / Santo

Ejemplo:

(shùrén)

Persona común

Ejemplo:

(xiǎorén)

Hombre vulgar

Ejemplo:

El ascenso en espiral

con la sabiduría al centro

En los capítulos anteriores reflexionamos sobre el camino ascendente del Taekwondo y la tradición del autocultivo (xiūshēn 修身), donde el practicante transita desde el hombre vulgar (xiǎorén) hasta el hombre noble (jūnzǐ), y de allí al sabio (shèngrén). Sin embargo, este modelo —heredado de la antigua cosmología confuciana se apoya en la sintaxis de los hexagramas del I Ching el cual representa el ascenso como una escalera vertical, una trayectoria hacia lo alto.

No obstante, el sabio no se eleva por encima de los demás, sino que se sumerge en sí mismo. Su viaje no apunta a la punta de la montaña sino a su centro, por eso, la figura del shèngrén (聖人) queda fuera del esquema: no porque desaparezca, sino porque se disuelve en el centro de la espiral, allí donde el movimiento cesa y el yin y el yang dejan de alternarse para unirse en silencio. El sabio no ocupa la cima, sino el punto de quietud que sostiene todo movimiento.

El movimiento en espiral

La espiral, expresa simultáneamente el cambio y la continuidad. Cada giro representa un nuevo nivel de integración: no repetición, sino retorno amplificado.

Esta imagen ha sido retomada en la psicología evolutiva contemporánea —particularmente en la teoría de las espirales dinámicas desarrollada por Clare Graves y Don Beck— como símbolo del desarrollo de la conciencia humana.



Desde esta perspectiva, las etapas del crecimiento no son jerarquías cerradas, sino campos de conciencia que se incluyen mutuamente. Cada nivel trasciende e integra al anterior, del mismo modo que el Taekwondo trasciende la mera técnica para volverse camino interior.

Así, la espiral permite tender un puente entre Oriente y Occidente:

- En Oriente, representa el flujo del Tao, el retorno constante al origen.
- En Occidente, simboliza el proceso dialéctico del espíritu que se reconoce a sí mismo.

Ambos coinciden en una intuición profunda: el ascenso espiritual no es una fuga hacia lo alto, sino una profundización hacia adentro.

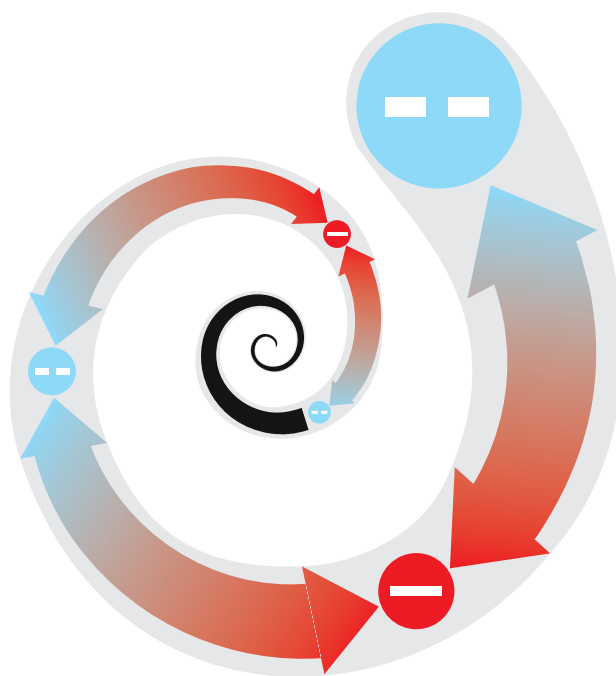
El pensamiento occidental, acostumbrado a la oposición entre cuerpo y alma, materia y espíritu, ha tendido a concebir el ascenso como dominio sobre la materia. De ahí surge la idea del **hombre como medida de todas las cosas: el espíritu se eleva mientras el cuerpo se somete**.

El pensamiento oriental, en cambio, ha visto siempre el cuerpo como manifestación del Tao, no como su negación. En lugar de concebir la materia como obstáculo, la entiende como prolongación del espíritu; de ahí que en Oriente **la naturaleza sea la medida de todas las cosas**.

Sin embargo, ambos caminos pueden encontrarse en la experiencia de la **no-dualidad**, donde la conciencia descubre que lo que percibe como dos —yin y yang, sujeto y objeto, yo y mundo— son expresiones de una misma energía en movimiento.

Del estudio y análisis de los trigramas es posible experimentar como cada transformación contiene su contrario y que el flujo **del yin al yang y del yang al yin** no es una oscilación mecánica, sino un proceso de mutua generación: el yin se condensa para dar lugar al yang, y el yang se disuelve para volver al yin. Solo quien habita la quietud del centro —el punto donde ambos se funden— puede percibir la unidad que sostiene toda polaridad.

Desde esta perspectiva, la espiral no asciende hacia el cielo ni desciende a la tierra: se pliega sobre sí misma, revelando el vacío donde ambos se originan. Ese vacío no es ausencia, sino plenitud dinámica: el lugar donde el monismo y el dualismo dejan de oponerse y se reconocen como dos lenguajes de una misma realidad.



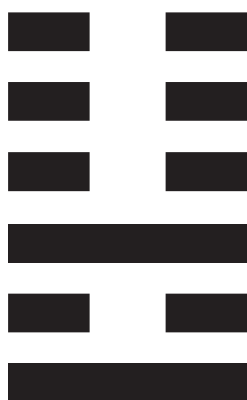
El Taekwondo como espiral viva

En la práctica del Taekwondo, cada poomsae, cada respiración y cada saludo deberían reproducir esta espiral del retorno. El practicante madura cuando deja de mirar hacia arriba, buscando el reconocimiento, grados o jerarquías, y comienza a mirar hacia adentro, buscando profundidad y silencio. En ese instante, el camino deja de ser una escalera para convertirse en una espiral: un movimiento continuo en el que el yin fluye hacia el yang y el yang retorna al yin, integrando acción y contemplación, fuerza y suavidad, cuerpo y espíritu, Oriente y Occidente.

El maestro no enseña a subir, sino a encontrar el centro desde el cual todo sube y baja en armonía. Solo desde ahí, el Taekwondo supera el fetichismo y recupera su sentido original: ser un camino de auto-conocimiento que conduce al equilibrio entre el Cielo, la Tierra y el Ser Humano.

El I Ching es un libro en el cual aparecen personajes como el sabio, el noble y el hombre vulgar. A continuación te presentamos dos hexagramas extraídos del I Ching. Investiga que líneas corresponden a la figura del sabio, del hombre noble y del hombre vulgar.

36. MING Luz herida



Hexagrama 36.

Imagen: "La luz se ha sumergido en la tierra. El hombre noble vela su luz pero sigue brillando." Representa la prudencia del sabio en tiempos de peligro, la capacidad de resistir sin mostrarse

La línea: ____ representa el sabio, herido pero donde su luz brilla tenue mas no extinguida.

Las líneas: ____ y ____ representan hombres vulgares que oprimen al sabio en una convivencia forzada.

40. HSIEH Liberación



Hexagrama 40.

Imagen: "Caen el trueno y la lluvia: la imagen de la liberación. El hombre noble perdona los errores y absuelve el pecado." Representa el alivio posterior al esfuerzo, la purificación y el perdón que restablecen la armonía

La línea: ____ representa al hombre noble en una posición de influencia, el cuál busca desprenderse de las ataduras de los vulgares que lo rodean.

La línea: ____ representa la figura del sabio en una posición de gobernante,

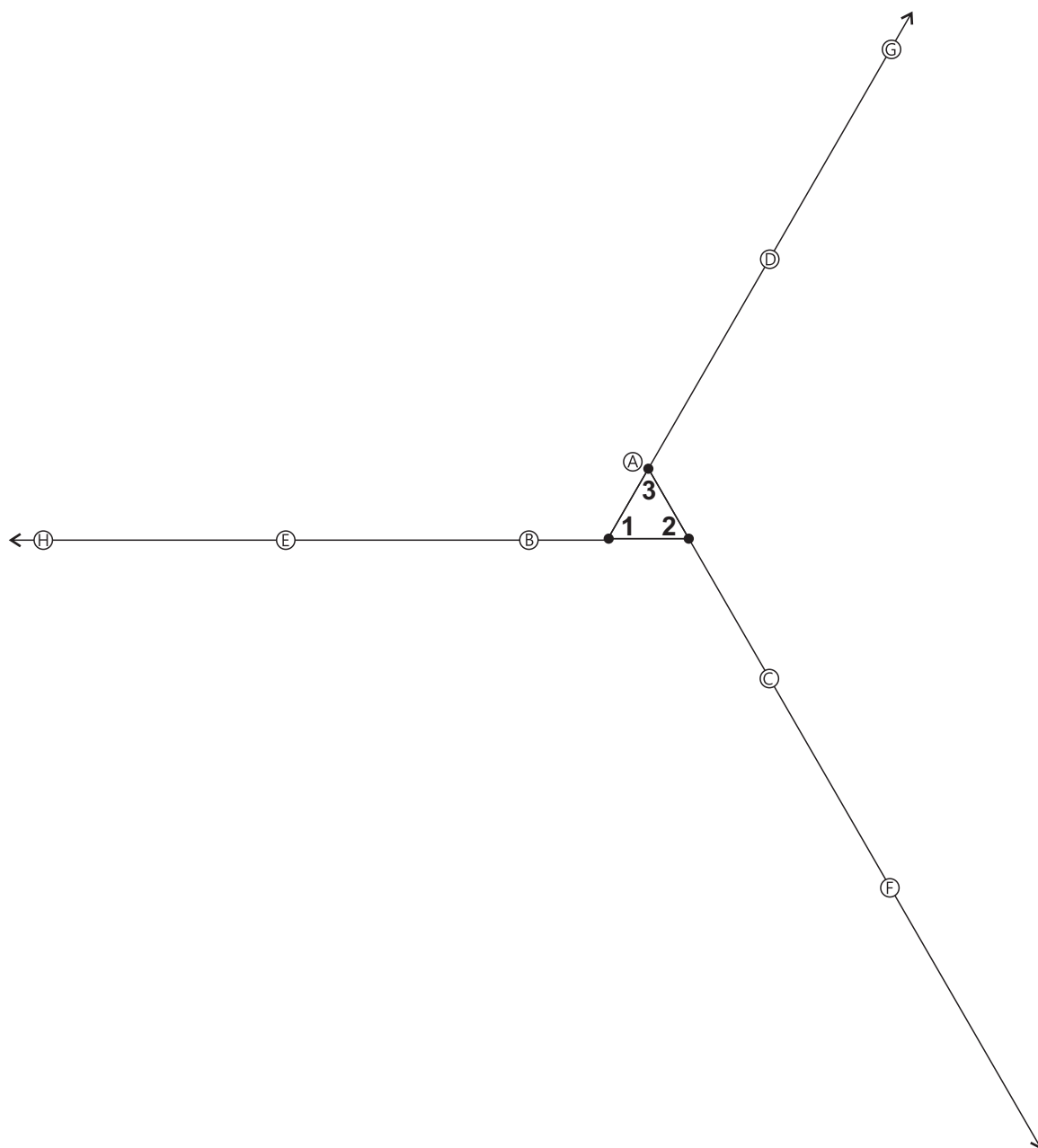
Las líneas: _____ representan la inercia y dependencia de hombres vulgares.

Actividad 8

Elaboración de una espiral

Instrucciones: Inhala y exhala profunda y conscientemente mientras realizas cada trazo con la ayuda de un compás.

1. Coloca la punta del compás en el punto • (1) y traza una circunferencia desde A hasta B
2. Sin perder el ritmo de tu respiración, coloca el compás en el punto (2) y traza del punto B al C.
3. Luego, desde el punto (3), dibuja el arco que une C con D.
4. Vuelve al punto (1) y continúa el trazo de D a E.
5. Cambia al punto (2) para enlazar E con F.
6. Desde el punto (3), completa el arco que va de F a G.
7. Finalmente, regresa al punto (1) y traza del punto G al H.



Actividad 9

Espirales dinámicas.

Instrucciones:

1. Identifica las distintas modalidades de pensamiento según la teoría de las "Espirales Dinámicas"
2. Lee las descripciones de cada nivel.
3. Ubica y colorea el círculo anexo a los siguientes personajes en el nivel que consideres que representa su forma de actuar o pensar.

- | | | |
|--------------------------------------|--|--|
| ☐ Homero Simpson | ☐ Albert Einstein | ☐ Kim Jong-un |
| ☐ El Señor Burns | ☐ Martin Luther King Jr. | ☐ Simone de Beauvoir |
| ☐ Donald Trump | ☐ Greta Thunberg | ☐ Maradona |
| ☐ Adolf Hitler | ☐ Nelson Mandela | ☐ Karl Marx |
| ☐ Mahatma Gandhi | ☐ Buda | ☐ Shakira |
| ☐ Marie Curie | ☐ Jesús de Nazaret | ☐ Osho |
| ☐ Elon Musk | ☐ Steve Jobs | ☐ Maggie Simpson |

Turquesa Holístico
Conciencia global, espiritualidad no dogmática, unidad.

Amarillo Integral
Comprensión sistémica, autonomía, integración de valores.

Verde Comunitario
Empatía, cooperación, igualdad, justicia social.

Naranja Racional
Éxito, progreso, ciencia, competencia, individualismo

Azul Absolutista
Orden, autoridad, moral, religión, obediencia a un sistema.

Rojo Egocéntrico
Dominio, fuerza, orgullo, poder personal, conquista.

Púrpura Tribal
Magia, superstición, pertenencia al grupo, respeto a la tradición.

Beige / Instintivo
Supervivencia, impulso biológico.

El cielo

Filosofía del primer trigramas del I Ching

La filosofía de la cultura coreana representa el cielo mediante tres líneas continuas, superpuestas una sobre otra, formando tres niveles. A esta acumulación de trazos yang se le denomina Keon, y se traduce habitualmente como "Cielo". Pero esta traducción inmediata nos enfrenta a varias preguntas esenciales:

¿A qué cielo se refiere este símbolo?

¿Quién determinó que esta figura representaría el cielo?

¿Por qué esta combinación abstracta de líneas horizontales se asoció con la idea de lo más alto, lo más puro, lo creador?

Estas preguntas, son la puerta de entrada a una forma distinta de pensar.

El símbolo Keon no nos habla de un cielo teológico, ni de un lugar al que se asciende después de la muerte, sino de un principio generador, de una energía que se expande y sostiene el orden del universo.

En China, el Cielo (Cheon, 天) no está separado de la Tierra ni de los seres humanos: forma parte de un sistema de correspondencias dinámicas donde todo lo existente participa del mismo movimiento vital.

El significado del trigramas

Los Trigramas Representan La Realidad Desde El Punto De Vista De Su Ser Constitutivo.



El trigramas Keon (Cheon en China) está compuesto por tres líneas continuas (☰), todas ellas yang, lo que indica su carácter activo, luminoso y expansivo

Cada línea representa un nivel del cosmos y cada nivel representa las capacidades o instancias de lo real, así:

- La línea 3
representa el nivel del Cielo
y es la línea que marca el cumplimiento
- La línea 2
representa el nivel del Hombre
- y la línea 1
representa el nivel de la tierra
y es la línea que representa el fundamento escondido o enterrado.



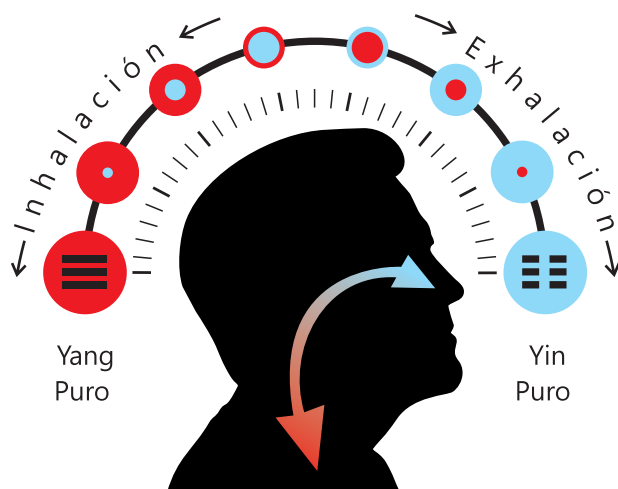
En conjunto, las tres líneas continuas simbolizan el Yang Puro, la plenitud de la acción creativa, el impulso puro del ser antes de cualquier forma.

Al invertir las líneas yang por líneas yin (noción de Cuo) obtenemos su opuesto: Kon (坤), la Tierra, representada por tres líneas discontinuas yin



Mientras Keon es lo creativo, Kon es lo receptivo, Keon es el principio de la creación; Kon es el principio de la concreción.

Estos principios se pueden observar en el fenómeno de la respiración:



De su relación nacen los seis trigramas restantes del I Ching, que expresan los modos intermedios del cambio: agua, fuego, trueno, viento, lago y montaña.

Así, el universo no es una estructura fija, sino una danza continua entre la iniciativa del Cielo y la receptividad de la Tierra.

El origen confuciano del símbolo

El significado de estos trigramas no fue asignado al azar. Su fuente originaria se encuentra en el Shuo Gua Zhuan (說卦傳), o Comentario sobre los Trigramas, uno de los textos conocidos como las **Diez Alas** (Shi Yi, 十翼), atribuidos a Confucio y a sus discípulos. Este comentario, también llamado la "séptima ala" del I Ching, buscó dotar de sentido filosófico y ético a un libro que hasta entonces era empleado principalmente para la adivinación.

En el Shuo Gua Zhuan se establece que Keon representa el Cielo y el principio de la fuerza creativa, mientras Kun representa la Tierra y la virtud de la obediencia. Pero Confucio no interpreta el Cielo como una divinidad personal, sino como una **ley moral del universo**, una medida que rige tanto la naturaleza como la conducta humana. El sabio, al actuar conforme al Cielo, no obedece a un dios externo, sino que sintoniza su interior con el orden del mundo.

De esta manera, el trigramas Keon no es un simple símbolo cosmológico, sino también una imagen ética: el modelo de la nobleza (junzi 君子), del individuo que crea y guía con rectitud, sin violencia, como el Cielo que todo lo cubre sin imponer su peso. La fuerza de Keon es firme pero justa, poderosa pero equilibrada. Su movimiento no destruye, sino que fecunda.

Del texto al cuerpo: el Keon en el Taekwondo

Cada poomsae que el practicante de Taekwondo aprende de aquí en adelante corresponde a uno de los ocho trigramas del I Ching. El primero de ellos, el Taegul Il Jang encarna la energía del Cielo.

Sus movimientos son directos, ascendentes, amplios y llenos de intención. El practicante, al ejecutarlos, no representa al Cielo como algo externo, sino que recrea en su propio cuerpo el impulso del principio creador. Su respiración se alinea con la expansión; su centro energético, con la claridad; su mente, con la serenidad activa.

En este sentido, el Keon no es una simple figura para memorizar ni un nombre ritual. Es una experiencia filosófica encarnada. Al repetir los movimientos, el practicante vuelve al gesto primordial del universo: la expansión luminosa del yang, el nacimiento del movimiento que dará origen al equilibrio.

Así, el poomsae Keon invita a comprender que el verdadero sentido del Cielo no está arriba, sino adentro; no en el espacio físico, sino en la dimensión moral y energética del ser. El Cielo es el impulso creativo que mora en el corazón humano cuando actúa en armonía con el Dao.

Filosofía del signo: cómo Oriente construye significados

A diferencia de la lógica occidental, que tiende a fijar los conceptos en definiciones cerradas, el pensamiento oriental concibe el símbolo como **un proceso relacional**, no como una sustancia.

El trigramas Keon no “significa” el Cielo en sentido unívoco: lo representa a través de su movimiento, de su capacidad de generar, de su fuerza inagotable.

El símbolo no encierra una idea, la despliega.

Por eso, preguntar “por qué tres líneas continuas representan el cielo” es, en realidad, preguntar cómo Oriente piensa el mundo: a través de imágenes dinámicas que revelan relaciones más que esencias. En este sistema, la verdad no se descubre en el concepto, sino en la correspondencia entre las cosas. Cada línea, cada trazo, cada respiración encarna una vibración del cosmos.

Entre el cielo y el hombre

La relación entre el Cielo y el ser humano ha sido, desde Confucio hasta el Taekwondo moderno, el eje del autocultivo.

El hombre no puede controlar el Cielo, pero puede actuar de acuerdo con sus ritmos. El Cielo crea; el hombre imita esa creación con disciplina y virtud.

Así, el Keon no solo representa un principio cósmico, sino también una pedagogía: enseña al practicante a pensar, moverse y decidir con claridad, fuerza y equilibrio.

En la cultura coreana, esta idea tomó forma en el ideal del **Hongik Ingan** (홍익인간) — “beneficiar ampliamente a la humanidad”—, un principio que une el Cielo moral de Confucio con la sabiduría taoísta del flujo y la armonía. Ser humano, en este sentido, es ser puente: entre el Cielo y la Tierra, entre lo invisible y lo visible, entre la intención y el acto.

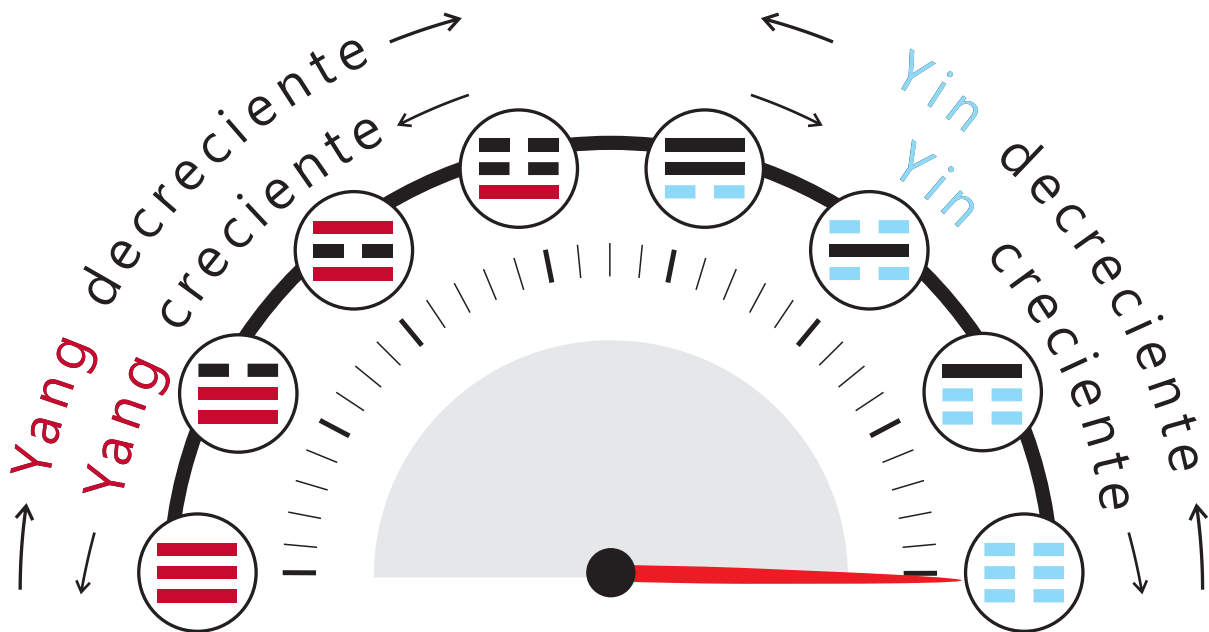
Actividad 10

El yin yang como tacómetro

Instrucciones:

De la relación entre el Yang puro (Cielo) y el Yin puro (Tierra) surgen los seis trigramas restantes del I Ching: lago, fuego, trueno, viento, agua y montaña. Este movimiento puede representarse con un instrumento de medición similar a un tacómetro, donde la aguja se desplaza de un extremo al otro, marcando los momentos de máximo y mínimo equilibrio entre Yin y Yang.

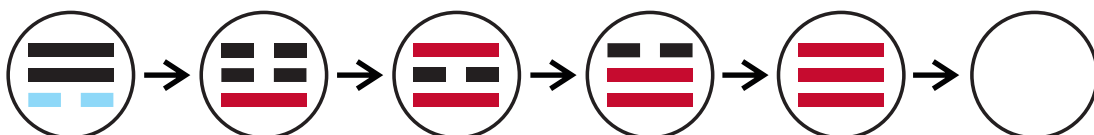
Observa con atención la siguiente imagen y analiza cómo el movimiento de la aguja simboliza el ciclo natural de transformación: el Yang decreciente se convierte en Yin creciente, y el Yin decreciente retorna al Yang creciente. Contesta las preguntas de la parte inferior según tu interpretación del ciclo.



¿En que momento de la ejecución del taeguk il jang se alcanza el punto de mayor concentración del Yang?

- (a) Al inicio de la forma (b) Al preparar cada movimiento (c) Al finalizar la forma
(d) Al momento del grito (e) En todo momento

Dibuja el trígama que corresponde al espacio en blanco en la siguiente la secuencia:



Actividad 11

El poder como fetiche y la reciprocidad como virtud.

Instrucciones:

- Dibuja una pirámide que representa el ascenso occidental del poder (quien sube, domina).
- Señala las diferencias con el modelo de ascenso confuciano del Junzi (quien sube, sostiene a los otros).

Según la lógica Oriental, el libre albedrío opera como la conciencia que regula el flujo entre el yin y el yang, del mismo modo que un conductor equilibra el uso del acelerador y el freno para mantener la dirección, la velocidad y la estabilidad del vehículo.

La tensión entre destino (ming) y naturaleza (xing) se resuelve en la práctica del **autocultivo**: aprender a conocer el "ritmo del Cielo" (天道, tiān dào) para usar la voluntad humana como instrumento de equilibrio, no de imposición.

Instrucciones:

Reflexiona sobre las siguientes situaciones y pregúntate si en ellas tu conciencia acelera (yang) o frena (yin). Escribe tus respuestas y comenta qué efecto tendría modificar ese ritmo.



¿Cómo sé cuándo mi cuerpo necesita frenar (yin) y cuándo acelerar (yang) al comer?

¿Qué representaría fumar desde la lógica del Yin Yang?

¿Qué diferencia hay entre beber alcohol para convivir y beberlo por impulso desde la lógica del yin y el yang?

¿En qué aspectos de mi vida suelo "acelerar" de más?

¿En cuáles suelo "frenar" en exceso?

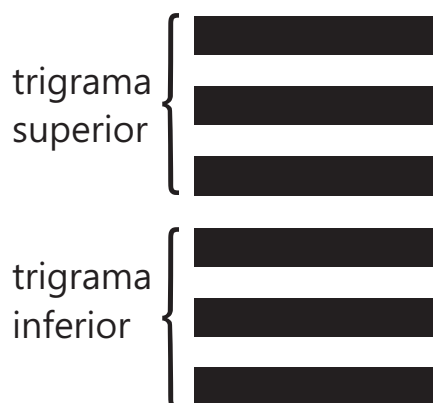
Del trigramas al hexagrama

El sentido del Cielo según Wang Fuzhi

Como hemos visto, en el pensamiento Chino el Cielo no se concibe como un espacio lejano o un reino divino separado de la Tierra, sino como el principio activo del cambio. Representado por tres líneas continuas, el Cielo simboliza la energía pura, la fuerza creativa que da impulso a todos los seres. No se trata, sin embargo, de un poder exterior, sino de una dinámica interior que atraviesa la realidad.

Esta energía celeste no tiene un “arriba” ni un “más allá”, sino un movimiento perpetuo de apertura. Por eso, se dice que el Cielo actúa, mientras la Tierra recibe. En su interacción se produce la danza entre lo que brota y lo que acoge, entre la expansión y la consolidación, entre el impulso y la forma.

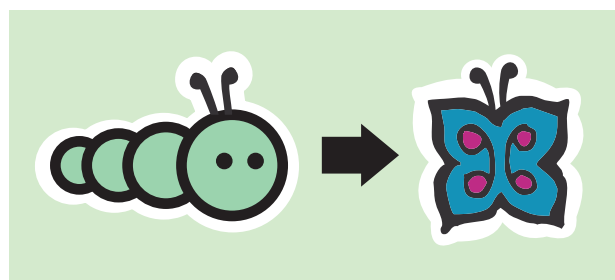
Según el filósofo Neo Confuciano Wang Fuzhi (1619–1692 d.C), comprender esta dinámica es clave para entender cómo un trigramas se convierte en un hexagrama. A primera vista, podría parecer que el hexagrama surge de duplicar el trigramas; sin embargo, Wang Fuzhi aclara que no se trata de una simple repetición, sino de un desdoblamiento.



El trigramas expresa la realidad desde el punto de vista de su ser constitutivo (ti), mientras que el hexagrama la muestra desde el punto de vista de su funcionamiento (yong).

- El trigramas revela la estructura esencial de la energía
- El hexagrama despliega esa misma energía en su manifestación concreta, en su modo de operar en el mundo.

Podríamos imaginar este paso como el tránsito de una oruga a una mariposa. El trigramas es la forma latente, el estado de potencialidad en reposo; el hexagrama, en cambio, es la mariposa que ha desplegado sus alas y revela el diseño oculto que ya estaba contenido en su interior. No hay ruptura entre ambas etapas: el vuelo no es un abandono de la forma anterior, sino su cumplimiento. Por eso, Wang Fuzhi afirma que “el hexagrama no es sino un trigramas desarrollado”. El movimiento del cambio no añade algo nuevo, sino que hace visible lo que siempre estuvo en proceso de transformarse.



En esta transformación, cada línea del trigramas encuentra su correspondencia en otra línea del hexagrama. No se trata de un añadido externo, sino de una prolongación natural: cada trazo se refleja en un nivel más amplio, revelando que la totalidad no es otra cosa que la profundidad del detalle.

Esta idea encarna uno de los principios más bellos del pensamiento chino: el todo está contenido en cada parte, y cada parte refleja la totalidad.

- **El trigramma inferior** representa el aspecto interior o constitutivo de la realidad —su raíz, su intención, su potencial—,
- **El trigramma superior** simboliza el aspecto exterior o funcional —su manifestación, su relación con el entorno, su acción.

Entre ambos se establece una relación dinámica, semejante a la que une al pensamiento con la palabra o a la intención con el gesto.

El trigramma inferior corresponde a lo estable y esencial; el superior, a lo que actúa y se transforma. Si sólo existiera el primero, habría potencial sin expresión; si sólo existiera el segundo, habría acción sin fundamento. La sabiduría consiste en mantener la correspondencia entre ambos planos, permitiendo que lo interior se exprese y que lo exterior conserve su raíz.

Wang Fuzhi señalaba que esta estructura de seis líneas no describe una jerarquía, sino un ciclo de resonancia. Las líneas inferiores alimentan a las superiores, y éstas devuelven su influencia en un movimiento continuo. Así como el Cielo no es exclusivamente yang ni la Tierra exclusivamente yin, el hexagrama tampoco se divide en dos mundos opuestos, sino en dos niveles de una misma operación. Cada trazo representa una fase del cambio, un momento en que la energía se afirma o se repliega, sin perder coherencia con el conjunto.

En términos pedagógicos, el paso del trigramma al hexagrama marca el momento en que la filosofía se convierte en método. El estudiante ya no sólo contempla los



principios, sino que los ve en acción. Comprende que la teoría sin práctica es estéril y que la práctica sin comprensión es ciega.

Por ello, el I Ching no enseña a mirar el cielo como un destino lejano, sino a reconocer en cada movimiento —una respiración, un paso, un cambio de ánimo— el eco de ese cielo que actúa dentro de nosotros. El verdadero aprendizaje consiste en percibir cómo cada trigramma que habita en nuestro interior se despliega en hexagramas: cómo las ideas se vuelven actos y cómo los actos, al repetirse, generan nuevas ideas.

Así, el sentido del Cielo en el pensamiento de Wang Fuzhi no es el de un principio distante, sino el de una fuerza de actualización constante, un movimiento que impulsa a cada ser a desplegar su propia naturaleza.

Actividad 13

Prosperidad y decadencia.

Instrucciones: Presta atención a las dos imágenes y contesta las preguntas



Imagen 1

Imagen 1.

¿Qué trigramas aparecen en la parte visible del árbol?

R:

¿Qué trigramas aparecen en la parte no visible (sus raíces) del árbol?

R:

¿Cuál es el número y nombre de este hexagrama?

R:

¿Qué representa?

R:



Imagen 2

Imagen 2:

¿Qué trigramas aparecen en la parte visible del árbol?

R:

¿Qué trigramas aparecen en la parte no visible (sus raíces) del árbol?

R:

¿Cuál es el número y nombre de este hexagrama?

R:

¿Qué representa?

R:

Actividad 14

Sonorizando la respiración.

Materiales: Una armónica en cualquier tonalidad
Un metrónomo (físico o app).

Cierra los ojos y busca un lugar cómodo donde puedas meditar. Sentado, con la espalda recta y con ayuda de una armónica para hacer énfasis en los momentos de inhalación y exhalación, repasa mentalmente el Taeguk Il Jang prestando atención a los siguientes aspectos uno a la vez.

1. Visualizando la respiración en donde al Inhalar incrementas el Yang y al exhalar lo vacías. ●

2. Visualizando la respiración en donde al exhalar incrementas el Yin y al inhalar lo vacías. ●



Ajusta tu metrónomo a 60 bpm (un pulso por segundo) después Intenta seguir los siguientes ritmos con el uso de la armónica.

4 beats aspirando , 4 beats soplando , 4 beats aspirando , 4 beats soplando



Inhalando 2, exhalando 2, Inhalando 2, exhalando 2, Inhalando 2, exhalando 2, Inhalando 2, exhalando 2,



Aspirando 4 veces x 1 beat y soplando 4 veces x 1 Beat



Aspirando 4 veces x 1 beat , 4 beats soplando



Actividad 15

Taeguk Il Jang

A continuación se presentan las secuencias de movimientos que representan las líneas del trigramma Cielo correspondientes al Taeguk Il Jang (primer Taeguk). Obsérvalas con atención, analízalas y responde las preguntas que siguen:

¿En que se parecen y que elementos tienen en común?

R:

¿Que línea representa el nivel del Hombre?

R:

¿A que se refieren con que la 3er línea de movimientos marca el cumplimiento?

R:

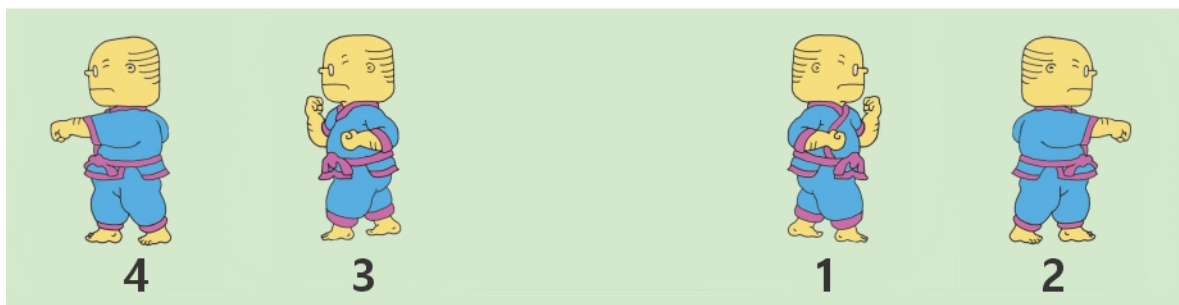
¿Que secuencia representa el fundamento escondido o enterrado?

R:

Línea 3



Línea 2



Línea 1



Instrucciones: Elabora un dibujo del Cielo y sobrepon el hexagrama: 1. CH' IEN / El Cielo
usa la técnica de tu preferencia; crayones, colores, oleo, acuarelas etc.



1.- CH'IEN / El Cielo Lo Creador

El hexagrama se compone de seis líneas llenas. Las líneas llenas corresponden a la potencia original yang que es luminosa, fuerte, espiritual, activa. El hexagrama es uniformemente fuerte de naturaleza y corresponde a una síntesis del poder y la energía. En cuanto que ninguna debilidad está presente en él, tiene como propiedad la fuerza.

Cuando YANG está solo se queda en el mundo de las ideas, ideas fijas y repetitivas. Al ser incapaz de materializar algo nuevo en su mundo porque no tiene con qué, no puede avanzar, salir de esa repetición, se repite y se repite a sí mismo, nunca cambia. Siempre es más, pero de lo mismo. El hexagrama 1 es Espíritu que engendra, que crea lo nuevo, sabe hacia dónde va pero necesita de yin para manifestarse.

Este signo explica la potente acción creadora de la divinidad, que por su poder despierta y desarrolla la naturaleza superior en los hombres.

Evaluación Teórica

Completa los sellos correspondientes a las Actividades del Capítulo de introducción al taekwondo y obtén tu pase para presentar tu primer examen de Taekwondo



Actividad 1



Actividad 2



Actividad 3



Actividad 4



Actividad 5



Actividad 6



Actividad 7



Actividad 8



Actividad 9



Actividad 10



Actividad 11



Actividad 12



Actividad 13



Actividad 14



Actividad 15



Actividad 16

Evaluación Marcial.

Obtén a la mayor cantidad posible de sellos integrando los valores del taekwondo en tus clases

Evaluación Práctica.

Regular

Bueno

Excelente

Cortesía

예의



Integridad

염치



Perseverancia

인내



Autocontrol

극기



Espíritu indomable

백절불굴





Evalúa la continuidad de tus
alumnos (adolescentes y adultos)
con nuestro kit de sellos.

Precio especial para
directores de doyang y
presidentes de asociación.

Incluye:

8 sellos distintos
2 Esponjas (roja y azul)
2 cargadores de tinta



Pedidos: 951-381 4866



En memoria de Carlos Alberto Manzo Rodríguez.

Carlos Manzo fue cobardemente asesinado porque tuvo pretensión de honestidad. Como quien atraviesa el “Hongsalmun”, buscó cruzar el umbral entre la vida cotidiana y el sentido profundo de la existencia. Su paso recuerda que la integridad no se proclama: se vive, aun cuando el mundo parezca rendido ante la mentira.

La continuidad de México está en manos de la juventud. Pero si los honestos se apartan de la política por considerarla corrupta, el poder quedará en manos de quienes la degradan. Participar con conciencia y dignidad es el verdadero acto político: cruzar, como Manzo, el umbral de la indiferencia hacia la acción transformadora.

La raíz de nuestra crisis política también está en la educación. Un sistema que premia la popularidad y el éxito económico sobre la verdad y la reflexión, termina formando ciudadanos dóciles, no pensadores libres. Mientras las aulas repitan la lógica del mercado, la política seguirá siendo espectáculo y no servicio. Recuperar la honestidad —como principio de vida y no como discurso— es la verdadera revolución pendiente.