



## Was ist Haidong Gumdo ?

**Haidong Gumdo** bedeutet wörtlich übersetzt „der Weg des Schwertes des Ostmeeres“ oder einfach übersetzt „der koreanische Weg des Schwertes“.

Im tieferen Sinn kann es auch als „Das Licht des Schwertes wie die aufgehenden Sonnenstrahlen im östlichen Meer“ beschrieben werden, zurückzuführen auf die Reflektionen der Sonnenstrahlen auf einer Schwertklinge im morgendlichen Sonnenaufgang im östlichen Meer. In alter Zeit waren die Schüler des **Haidong Gumdo** entschlossen, Gerechtigkeit in die Welt zu bringen mit dem „Licht des Schwertes“ – jenes Licht, das hell und brillant funkelt wenn die Sonne am Horizont des östlichen Meeres an der koreanischen Halbinsel majestätisch aufgeht.

해 海  
동 東  
검 劍  
도 道

**HAI** ⇒ Meer oder Sonne

**DONG** ⇒ Osten oder die Sonnenstrahlen im Morgenaufgang

**GUM** ⇒ Schwert

**DO** ⇒ Weg

## Der Ursprung und die Geschichte des Haidong Gumdo

Der Ursprung des **Haidong Gumdo** liegt in der „Koguryo-Dynastie“, die fast 700 Jahre lang bestand (37 v.Chr. bis 668 n.Chr.) und eines der drei alten Königreiche auf der koreanischen Halbinsel bildete („Zeitalter der Drei Königreiche“). Das Königreich Koguryo lag dabei im Norden, angrenzend an die beiden anderen Königreiche „Shilla“ (57 v.Chr. bis 935 n.Chr.) im Südwesten, und „Paekche“ (18 v.Chr. bis 660 n.Chr.) im Südosten. Das vierte Reich „Kaya“ (42 bis 562 n.Chr.) war ein Verbund von Stadtstaaten, wurde jedoch 562 von Shilla erobert.

Im dritten Jahrhundert entwickelte General „Yu Yu“ eine Schwertkampfkunst mit dem Namen „Jang Baek Ryu“ und bildete damit eine neue Einheit aus, genannt „Samurang“ - lange vor der Ritterschaft von Paekche und dem Hwarang-Orden in Shilla. Diese Einheit lebte nach den Tugenden der Loyalität, der Höflichkeit und Redlichkeit sowie der Achtung vor den Eltern. Sie brachte viele gut ausgebildete Kämpfer hervor und festigte so die Machtbasis von Koguryo gegenüber den angrenzenden Nachbarstaaten. Ihre unglaubliche Schlagkraft im Kampf verdankten Sie vor allem ihrer Philosophie, genannt „Il Dang Baek“ („Einer für Hundert“). Die nachfolgenden Generationen der Samurang trugen diese Philosophie voller Stolz weiter, unter anderem auch nach Japan, wo sie uns als „Samurai“ wohl besser bekannt sein dürften. Bis dahin blieben sie praktisch unbesiegt.



Unter der Herrschaft des Königs „Kwanggaeto“ (391 bis 413) erreichte die Koguryo-Dynastie ihren Höhepunkt. Seine militärischen Feldzüge ließen die Grenzen des Reiches auf eine nie zuvor erreichte Größe expandieren. Mit Hilfe seiner loyalen Truppen und den Samurang-Einheiten unterwarf er große Teile des Nordostens von China und die gesamte Mandschurei. An ihren nördlichen Grenzen verloren die beiden Rivalen Shilla und Paekche ebenfalls Land an Koguryo. Sein Nachfolger, König „Changsu“ (413 bis 491), führte das Werk seines Vaters fort und festigte damit die Machtbasis des Reiches, so dass Koguryo zu einem ebenbürtigen Rivalen Chinas emporstieg.

Nachdem die „Sui-Dynastie“ (589 bis 618) unter „Yang-Ti“ den chinesischen Thron bestieg, verfolgten sie die Absicht das chinesische Reich wieder zu vereinen, was auch die Provinzen einschloss, die Koguryo erobert hatte. Nach erfolgreichen Kriegszügen gegen die nördlichen Nomadenstämme griff im Jahre 612 eine unglaubliche Armee von über einer Million Soldaten die Grenzen des Koguryo-Reiches an. Allein 300.000 Mann brachen sich durch den Verteidigungsgürtel der Koguryo-Verteidigung, um ins Herz des Reiches vorzustoßen. Ihr Ziel war die Hauptstadt „Pyongyang“. Doch unter der Führung



des berühmten General „Ulchi Mundok“, einem geschickten Kriegsstrategen, wurden die angreifenden Truppen durch die zahlenmäßig unterlegenen Samurang zurückgeworfen. Ein Hinterhalt am Fluss „Salsu“ wurde der Sui-Armee zum Verhängnis. Man sagt, dass nur 2.700 der ehemals 300.000 Soldaten der Sui die Schlacht überlebten. Zwar erfolgten noch einige Versuche der Sui Koguryo einzuverleiben, scheiterten jedoch allesamt. Die Dynastie der Sui ging, durch die vielen Kriege gegen Koguryo geschwächt, unter.

Nach dem Fall der Sui kam die „Tang-Dynastie“ (618 bis 947) an die Macht. Wie ihr Vorgänger verfolgten auch sie das alte Ziel das chinesische Reich zu einen. Unter dem Tang-Herrscher „Tai-Tsung“ folgte 644 ein groß angelegter Invasionsversuch gegen das Koguryo-Reich, doch es erging ihnen nicht viel besser als den Sui. Einer der Kommandeure des Koguryo-Reiches war General „Yang Man-Chun“. Unter seinem Kommando vernichteten die Samurang 600.000 Soldaten der Tang in der „Schlacht von An-Shih“. Die nachfolgenden Invasionsversuche 648 und 655 wurden, wie die vorherigen, erfolgreich zurückgeworfen. Mit der Niederlage der chinesischen Invasionsarmeen wurden die Vorherrschaftspläne Chinas über ganz Korea zunichte gemacht. Die Siege des Koguryo-Reiches über China fand Einzug in die Analen der Koreaner und der Erhaltung ihrer Souveränität gegenüber dem Hegemoniestreben ihres großen Nachbarn.

Erst als das kleinere Shilla-Königreich ein Bündnis mit Tang-Herrscher „Kao-Tsung“ einging, wurde im Jahre 668 die koreanische Halbinsel, mit Unterstützung der Tang-Truppen, vereinigt. Die Ära der Samurang fand damit sein Ende, denn sie wurden nicht weiter von den neuen Herrschern unterstützt und versanken in die Bedeutungslosigkeit. Zu dieser Zeit kehrten einige der Samurang zum Berg „Paektu“ zurück um die traditionellen Kriegskünste im Geheimen weiter auszuüben.

Es ist nur den traditionsbewussten Meistern zu verdanken, das die Kunst des **Haidong Gumdo** die Jahrhunderte überdauerte. Auch wenn diese Kampfkunst nur in abgelegenen Orten gelehrt wurde, so hörte die Tradition der Weitergabe des Wissens vom Meister zum Schüler nicht auf. Selbst heute gibt es noch Meister, deren Lebensinhalt es ist zurückgezogen in den Bergen Koreas traditionelle koreanische Kampfkünste zu trainieren und zu pflegen.

Der Geschichtsgelehrte „Sul Bong“ führte die Tradition der Samurang weiter und eröffnete eine Trainingshalle in den Bergen von Paektu, in der er neue Schüler in der alten Kriegskunst ausbildete. Die Besten von ihnen wurden als „Haidong Mussa“ bezeichnet. Jene Haidong Mussa wurden hinausgesandt um weitere Trainingshallen zu eröffnen und um das Wissen und die Kunst der Samurang fortzuführen.

Meister „Jang Baek-San“ konnte die Kunst des **Haidong Gumdo** bis in die heutige Zeit erhalten. Er unterrichtete sie in den Bergen von „Kwanak“ in der Nähe von „Seoul“, der heutigen Hauptstadt Koreas. Im Jahre 1961 wurde „Kim Jeong-Ho“ mit 8 Jahren ein Schüler von Meister Jang und erlernte die traditionelle Kampfkunst des **Haidong Gumdo**. 1983 eröffnete, der nun mittlerweile herangereifte Meister Kim, in Anyang seine erste Schule und gründete im Jahr darauf die **Korea Haidong Gumdo Association** mit Sitz in Seoul. Schon früh sah er das Potenzial des **Haidong Gumdo** und fand, das man es dem Ausland nicht vorenthalten sollte. Heute ist Großmeister Kim Jeong-Ho Präsident der **World Haidong Gumdo Federation**, die 1996 gegründet wurde und ihren Hauptsitz in Gwangju, in der Provinz Kyonggi-Do hat. Der Erfolg ließ nicht lange auf sich warten und innerhalb der kurzen Zeit von knapp 20 Jahren schaffte es der Präsident des **Haidong Gumdo** Weltverbandes die Schwertkampfkunst weit über die Grenzen von Korea populär und bekannt zu machen.

Großmeister Kim, Jeong-Ho trägt nun die ehrenvolle Tradition der Samurang an all jene weiter, die sich körperlich und geistig dieser Herausforderung stellen.



Jagdszene auf einem Gräbmal aus der Koguryo-Zeit  
6. Jahrhundert n. Chr.

## Haidong Gumdo - eine einzigartige Schwertkampfkunst

Der Name **Haidong Gumdo** ist ein neugeschaffenes Wort, das man in historischen Aufzeichnungen nicht in diesem Zusammenhang finden wird. Das Wort „Haidong“ stammt von „Haidong Sungguk Parhae“, was soviel wie „Parhae, das blühende Land im östlichen Meer“ heißt und die historische Bezeichnung für die koreanische Halbinsel in alten chinesischen Aufzeichnungen war. „Gumdo“ setzt sich aus den Worten „Gum“ („Schwert“) und „Do“ („Weg“) zusammen und heißt übersetzt „Weg des Schwertes“. Die Bezeichnung **Haidong Gumdo** wurde ganz bewusst gewählt, um den Ursprung und den Charakter der koreanischen Schwertkampfkunst in seinem Namen wiederzuspiegeln. **Haidong Gumdo** ist keine Neukreation, sondern bezeichnet zusammenfassend die



verschiedenen koreanischen Schwertkampfkünste, die im Laufe der koreanischen Geschichte entstanden sind und im heutigen **Haidong Gumdo** gelehrt werden wie z.B. Ssangsu Gumbop, Yedo Gumbop, Bonguk Gumbop u.a. Das ungeübte Auge würde das koreanische **Haidong Gumdo** wohl für das bekanntere japanische „Kendo“ oder für das weniger bekannte „laido“ halten. Doch sollte von vornherein klargestellt sein, dass sich die Kunst des **Haidong Gumdo** gänzlich von der Art des Kendo und des laido unterscheidet. Das Kendo wird ebenfalls in Korea ausgeübt, unter dem Namen „Kumdo“ (beides heißt "Weg des Schwertes"). Es erhielt Einzug in Korea nach dem Invasionsversuch Japans im Jahre 1592 sowie durch die Besetzung Koreas durch Japan (1910 bis 1945). Während der japanischen Besatzung waren ohnehin nur die japanischen Kampfkünste wie Karate, Judo und Kendo erlaubt.

All diese Schwertkampfkünste entstanden durch die Notwendigkeit des bewaffneten Kampfes in Schlachten und Kriegen. Als diese Art und Weise des Kampfes durch Fortschritte in der Kriegsführung überholt wurde, entstand aus der Kriegskunst die Kampfkunst, die nun das Training des Geistes und des Körpers in den Vordergrund stellte. Dennoch unterscheiden sich die japanischen Künste sehr vom koreanischen **Haidong Gumdo**. Nicht nur in Philosophie und Lehre, sondern vor allem auch in Technik und Bewegung. Während im Kendo die Techniken auf



Eins-zu-Eins-Kampf basieren, wird im **Haidong Gumdo** der gleichzeitige Kampf gegen mehrere Gegner trainiert. Vergleicht man die Bewegungen und Formen des laido und Kendo mit denen des **Haidong Gumdo**, so wirken die Techniken der koreanischen Schwertkampfkunst geschmeidiger, runder und körperbetonter. Die Stellungen werden wesentlich tiefer, die Verteidigungen und Angriffe in alle Himmelsrichtungen ausgeübt.

Zudem ist das **Haidong Gumdo** nicht am freien Wettkampf interessiert wie im Kendo, sondern der perfekte Umgang mit dem Schwert und der Schwertformen stehen im Vordergrund. Damit gleicht es unter diesem Gesichtspunkt eher dem laido.

Der Anfänger benötigt zum Erlernen von **Haidong Gumdo** einen entsprechenden „Dobok“ (Anzug), das „Mokgum“ (Holzschwert) und die Tasche, wo er sein Schwert verstauen kann. Daneben gibt es noch das „Kagum“ (wörtl. „falsches Schwert“), ein Übungsschwert mit stumpfer Klinge für das Formentraining. Fortgeschrittene Dan-Träger und Meister trainieren mit dem „Jingum“ (wörtl. „echtes Schwert“), das mit äußerster Vorsicht gehandhabt werden muss, da es eine scharfe Klinge besitzt und man sich sehr schnell verletzen kann, sollte man das Schwert nicht beherrschen. Das „Jingum“, was im **Haidong Gumdo** benutzt wird, hat eine einschneidige, geschwungene Klinge und ähnelt dem japanischen „Katana“. Jedoch unterscheidet es sich in Länge, Gewicht und Schwerpunkt vom japanischen Schwert.

Zu den Basistechniken des **Haidong Gumdo** zählen unter anderem das Fechten, Schneiden, Stoßen und Verteidigen mit dem Schwert („Kibondongjak“), das Formentraining („Gumbop“) sowie das Training mit einem Partner („Kyokgum“). Die höheren Techniken sind die Führung und Handhabung des Schwertes durch Zerschneiden von Bambus und Stroh, was höchste Konzentration und Übung erfordert und die Wirksamkeit der Schwerttechniken demonstrieren soll. Doch nicht nur der körperliche Aspekt zählt im Training. Um Geist und Körper in Einklang zu bringen, kommen noch die Meditation und innere Kraftentfaltung des „Kaeun Qigong“ sowie die Atemübungen des „Tanjon Hohup“ hinzu. Dies ermöglicht eine Unterstützung des Körpers und des Geistes mit und durch das Schwert. Es wird eine Gesamtharmonie aller drei Dinge im **Haidong Gumdo** angestrebt und ist heute noch eines der realistischsten Schwertkampfsysteme überhaupt.

## Haidong Gumdo im 21. Jahrhundert

Die Anzahl der Schulen und Anhänger des **Haidong Gumdo** wuchs in den letzten 20 Jahren rapide an. Heute zählt sie zu der am schnellsten wachsenden Kampfkunst der Welt. Allein in Korea wird in über 400 Schulen und Vereinen das **Haidong Gumdo** gelehrt. Die **World Haidong Gumdo Federation** ist damit der größte Verband für Schwertkampfkunst in Korea.

Weltweit trainieren mittlerweile über eine Million Menschen in über 50 Ländern und in knapp 600 Schulen **Haidong Gumdo**. Neben Korea, nehmen vor allem die USA eine führende Rolle ein.

Dabei lernen nicht nur Kinder oder Jugendliche **Haidong Gumdo**, wie jeder wohl vermuten würde. Die meisten Aktiven sind vor allem Ärzte, Rechtsanwälte, Universitätsprofessoren, Manager aus dem Industrie- und Handelsbereich und ältere Personen, die das **Haidong Gumdo** mit Leidenschaft ausüben. Dabei stellt sich **Haidong Gumdo** gegen die Mode der kurzzeitigen Trendsportarten, die man alle paar Monate in den Fitnessstudios kommen und gehen sieht. Es ist zu vielschichtig, als dass man **Haidong Gumdo** in eine kompakte



Form pressen könnte, nur um einen schnelllebigen Trend zu folgen und damit eine alte und ehrwürdige Schwertkampfkunst in die Lächerlichkeit zu ziehen. Nichtsdestotrotz bietet **Haidong Gumdo** all diejenigen Dinge, die in Trendsportarten gesucht wird und natürlich darüber hinaus wesentlich mehr als eine Trendsportart je bieten kann und wird.

Durch Konzentration, Selbstbeherrschung, Disziplin, Präzision der Techniken und Qigong wird vor allem der allgegenwärtige Stress abgebaut. Ziel ist es, einen harmonischen Ausgleich zwischen Körper und Geist zu schaffen und somit die innere Ruhe zu stärken, die hilfreich in allen Lebenslagen sein kann. Das kontinuierliche Training und Wissen um die eigene Kraft lässt ein konsequentes, aber auch besonnenes Handeln jederzeit zu. Man bewahrt selbst in extremen Situationen einen kühlen Kopf.

Doch nicht nur der geistige Aspekt spricht für das Training, sondern auch der körperliche. Durch die Formen und den exakten Bewegungsablauf werden vor allem die Muskulatur in Rücken, Schultern, Armen und in den Beinen trainiert und gestärkt. Verspannungen sowie Rückenschmerzen verschwinden, die Körperhaltung wird gerade. Schritt für Schritt verbessern sich damit die Koordination, Konzentration und nicht zuletzt die Kondition und Körperfitness. Verletzungen sind fast auszuschließen, da nur mit dem Gum ("Schwert") und dem eigenen Körpergewicht trainiert wird. Selbst für ältere Menschen ist **Haidong Gumdo**, gegenüber anderen Kampfkunstarten, hervorragend geeignet. **Haidong Gumdo** verlangt keinen "Spagat" oder "hohe Kicks". Daher sollten sich selbst Anfänger dieser reizvollen Herausforderung stellen.

## Darum Haidong Gumdo !

- **Haidong Gumdo** ist eine familien- und generationenfreundliche Kampfkunst, die von Menschen unterschiedlichen Alters gemeinsam trainiert werden kann.
- **Haidong Gumdo** ist eine traditionelle Kampfkunst, die den Ruhm des alten koreanischen Koguryo Königreiches widerspiegelt.
- **Haidong Gumdo** schult die Selbstverteidigung. Man lernt, in extremen Situationen besonnen und überlegt zu handeln, um so Gefahren von sich und anderen abzuwenden.
- **Haidong Gumdo** beinhaltet vor allem Übungen mit dem Schwert, die Konzentration und Aufmerksamkeit erfordern und so konzentriertes und aufmerksames Handeln der Schüler schulen.
- **Haidong Gumdo** hilft sich selbst zu überwinden, Stress abzubauen und sich durch hartes Training zu verbessern.
- **Haidong Gumdo** stärkt den Geist. Beständiges Training hilft die Ideale dieser Kampfkunst zu verstehen.
- **Haidong Gumdo** trainiert den gesamten Körper durch seine verschiedenen Techniken.
- **Haidong Gumdo** verbessert die körperliche Ausdauer, den Gleichgewichtssinn und die Reaktionsschnelligkeit des Menschen.
- **Haidong Gumdo** fördert Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein.
- **Haidong Gumdo** verbessert Selbstbeherrschung, Disziplin und Respekt.
- **Haidong Gumdo** kombiniert Atemübungen und Meditation mit körperlichem Training und hilft Körper und Geist vollkommen zu beherrschen.
- **Haidong Gumdo** kann von Menschen jeden Alters und Geschlechts ausgeübt werden.
- **Haidong Gumdo** ist eine internationale Kampfkunst, die in über 50 Ländern von mehr als einer Million Menschen trainiert wird.



## Haidong Gumdo in Deutschland

Seit Anfang 2003 gibt es den **Deutschen Haidong Gumdo Bund**, einzig anerkannter Vertreter der **World Haidong Gumdo Federation** in Deutschland. Präsident ist Großmeister Lee Keun-Tae, Träger des 10ten Dan. Der **Deutsche Haidong Gumdo Bund** hat es sich zum Ziel gesetzt, das **Haidong Gumdo** in Deutschland einzuführen und zu verbreiten.

Sollten auch Sie Interesse an **Haidong Gumdo** haben und wünschen diese faszinierende Schwertkampfkunst zu erlernen, so bieten wir Ihnen:

- Gruppentraining
- Personal Training
- Privat und Einzeltraining
- Einsteiger- und Anfängerseminare
- Weiterbildungskurse und Lehrgänge
- Demonstrationen und Vorführungen
- Trainerausbildungen und Schulungen
- und vieles mehr !

Wenn Sie mehr Informationen zu **Haidong Gumdo** und unserem Angebot wünschen, so wenden Sie sich bitte unverbindlich an:

**DEUTSCHER HAIDONG GUMDO BUND**  
**GERMAN HAIDONG GUMDO ASSOCIATION**  
Bereich Presse und Information

Meister Lee, Nosan  
eMail: [info@haidong-gumdo.de](mailto:info@haidong-gumdo.de)

oder direkt an das Hauptzentrum in Hannover oder an eine lizenzierte **Haidong Gumdo** Schwertkampfkunstschule in Ihrer Nähe !

---

**DEUTSCHER HAIDONG GUMDO BUND**  
**GERMAN HAIDONG GUMDO ASSOCIATION**

Präsident  
**Großmeister Lee, Keun-Tae 10.Dan**

Hauptzentrum Hannover

Ihmeplatz 8 H • 30449 Hannover • Deutschland  
Tel.: 0511/44 13 43, 44 12 68 • Fax: 0511/44 59 95

<http://www.haidong-gumdo.de> • eMail: [hauptzentrum@haidong-gumdo.de](mailto:hauptzentrum@haidong-gumdo.de)

