

Amir Topoljak
Muhammed Gluhić

BORILAČKE VJEŠTINE U KONTEKSTU ISLAMSKJE UMJETNOSTI

Stručni rad

Sažetak

Borilačke vještine dio su tradicije svih naroda, a samim tim i islamske tradicije. U zavisnosti od naroda kojem pripada određena vještina, duhovnost tog naroda bit će uključena i u samu vještinu, kao njen sastavni dio. Cilj ovog rada je dokazati da su borilačke vještine sastavni dio islamske tradicije, umjetnosti i duhovnosti, zatim objasniti na koji način duhovnost mijenja način ponašanja pojedinca, ali i njegovu borilačku tehniku, te ukazati na smjernice mogućeg razvoja borilačkih vještina kod muslimana.

Ključne riječi: borilačke vještine, sunnet, islamska umjetnost, duhovnost, sport

COMBAT SPORTS IN THE CONTEXT OF ISLAMIC ART

Professional work

Abstract

Martial arts are part of tradition all over the world and also they are part of the Islamic tradition. Depending on people who practice martial arts, spirituality of those people also becomes part of martial art. The goal of this paper is to prove that martial arts are part of Islamic tradition, art and spirituality. The goal is also to explain how spirituality can change someone's behavior and his martial art technique and to show possible directions of martial arts development when we talk about Muslims.

Keywords: martial arts, sunnet, Islamic art, spirituality, sport.

1. UVOD

Pitanje duhovnosti nezaobilazna je tema kod svih vrsta ljudskih djelatnosti, mada se sve ne smatraju dijelom umjetnosti, kao što su sport i sportska nadmetanja. Duhovnost u današnjem sportu najčešće se ogleda u osnovnim etičkim načelima sporta (fer-play). Iako se često dešava da se krše pravila psovaka, uvredama, pa čak i fizičkim napadima, ima slučajeva gdje onaj koji gubi čestita protivniku na pobjedi. Takvi primjeri dokaz su duhovne snage samog sportiste, čiji cilj nije pobjeda po svaku cijenu, čak i ako je zaslužena. To je momenat koji sportistu uzdiže na viši duhovni nivo, pa i ako neka sportska disciplina nema duhovnost kao poseban cilj. Pored pojedinaca ili grupa koje svojim ponašanjem uzdižu sport na razinu duhovnosti, postoje sportske discipline koje svojim metodama treninga, ponašanja i utjecaja na pojedinca iskazuju duhovnost kao bitan, pa čak i jedini cilj. Glavna hipoteza ovog rada glasi: *Borilačke vještine su jedan od legitimnih dijelova islamske umjetnosti i islamske prakse (sunnet) Muhammeda, s.a.v.s.* Podhipoteze ovog rada su:

- *Borilačke vještine dostižu duševno-duhovni preobražaj i upoznaju čovjeka sa prirodom stvarnosti,*
- *Borilačke vještine karakterizira uska veza između umjetnosti i znanja,*
- *Borilačke vještine su gotovo uvijek u vezi sa vjerom (religijom), kao i duhovnom i naučnom spoznajom i*

- *Borilačke vještine, u sprezi sa duhovnom spoznajom, daju čovjeku svojstvo nepobjedivosti.*

U tom smislu, već decenijama vode se rasprave o tome da li je karate npr. borilačka vještina ili borilački sport. Razlika između ta dva koncepta jeste u samom pristupu treningu, koji je kod karatea kao vještine usmjeren ka usavršavanju psihofizičkih sposobnosti pojedinca s ciljem pripremanja za realnu borbu na ulici, gdje su odgovarajuća tehnika i duhovne sposobnosti nezaobilazne i nemjerljive, dok je za karate kao sport bitan sportski rezultat, čemu je podređen i sam način treniranja, koji najčešće podrazumijeva izbacivanje iz upotrebe tehnika koje mogu ozbiljno povrijediti protivnika. Taj proces „omekšavanja“ prošle su sve borilačke vještine, čiji cilj je bio da postanu, ili sportske discipline, ili putevi duhovne samorealizacije (npr. Aikido, Shotokai Karate Do i sl.). WTF Tae kwon do se, na primjer, potpuno transformirao u sportsku disciplinu i borilačku vještinu, što je ozvaničeno prihvatanjem tae kwon doa kao sportske discipline od Olimpijskog komiteta 1988. godine na Olimpijadi u Seulu (Južna Koreja). Kung fu je, nasuprot tome, uvijek smatran umjetnošću. Ova tri koncepta (sportski -realni, vještina i duhovni - spoznaja) prisutna su u skoro svim borilačkim vještinama. U zavisnosti od naroda kojem pripada određena vještina, duhovnost tog naroda bit će uključena i u samu vještinu kao njen sastavni dio. Zato je cilj ovog rada dokazati da su borilačke vještine sastavni dio islamske tradicije, umjetnosti i duhovnosti (s obzirom da im je cilj isti), zatim objasniti kako i na koji način duhovnost mijenja način ponašanja pojedinca, ali i njegovu borilačku tehniku, te ukazati na smjernice mogućeg razvoja borilačkih vještina kod muslimana.

2.METOD RADA

2.1. Borilačke vještine u Kur'anu

S obzirom da islamska tradicija ne razdvaja sveto od profanog, borilačke vještine ili borba kao jedna od strogih obaveza (farz) muslimana spominje se u osnovnim izvorima islama (Kur'anu i u Sunnetu) sa dva aspekta: sa aspekta duhovnog (zikir, ma'rifet i sl.) i sa aspekta profanog (tehnika, izdržljivost i sl.). Tako se u Kur'anu, podstičući vjernike na borbu, kaže: „*O vjernici, kad se s kakvom četom sukobite, smjeli budite i neprestano Allaha spominjite, da biste postigli što želite.*“ (Kur'an, 8:45.) „*O vjernici, Allaha se bojte i nastojte da Mu se umilite i na putu Njegovu se borite, da biste postigli što želite.*“ (Kur'an, 5:35.) „*a, na srca njihova pokrivače da ga ne bi razumjeli, i gluhim ih učinimo. I kad ti spomeneš Gospodara svoga u Kur'anu, Njega Jedinog, oni se preplašeni daju u bijeg.*“ (Kur'an, 17:46.) „*O Vjerovjesniče, bodri vjernike na borbu! Ako vas bude dvadeset izdržljivih, pobijedit će dvije stotine; a ako vas bude stotina, pobijedit će hiljadu onih koji ne vjeruju, zato što su oni ljudi koji ne shvaćaju. Sada vam Allah daje olakšicu; On zna da ste izmoreni: ako vas bude stotina izdržljivih, pobijedit će dvije stotine; a ako vas bude hiljada, pobijedit će, Allahovom voljom, dvije hiljade. A Allah je uz one koji su izdržljivi.*“ (Kur'an, 8: 65-66.)

2.2. Borilačke vještine u Sunnetu Muhammeda, s.a.v.s.

Kao nijedan drugi poslanik, vjerovjesnik ili reformator, Muhammed, s.a.v.s., je mučen i ugnjetavan tokom trinaest godina boravka u Mekki. Sljedećih deset godina provedenih u Medini bio je prisiljen voditi ratove, sve dok cijeli Arapski poluotok nije prihvatio islam. Za cijelo to vrijeme Muhammed, s.a.v.s., nikada nije ispoljio ni najmanji znak želje za osvetom. Naprotiv, koristio je svaku priliku da oživi ljudska srca dobrotom, plemenitošću i iskrenošću, bez obzira o kome se radilo. Prenosi se od Ebu Hammada Ukbe b. Amra r.a., da je rekao: „*Čuo sam Allahova Poslanika s.a.v.s., kako kaže: 'Mnoge ćete zemlje osvojiti, a Allah vam je dovoljan (kao pomagač), pa nemojte da neko od vas zanemari svoje strijele.'*“ (Muslim). Stalnom vježbanju, privrženosti vještini i održavanju visoke razine uvježbanosti Poslanik, s.a.v.s., pridavao je posebnu brigu, govoreći: „*Ko dobro nauči gađanje, a zatim ga ostavi nije naš, zapravo, jako griješi.*“ (Muslim, 214). Rekao je i sljedeće: „*Nema natjecanja nad trčanjem bosim nogama, konjskim trkama i bacanjem koplja.*“ (Muslim, 213). Božiji Poslanik, s.a.v.s., zahtijevao je od boraca da njihova

obučenost u boričkim vještinama dostigne razinu strasti. Rekao je: „*Svaka je strast nevaljala pojava, pohvalna je samo u tri slučaja: kad čovjek lijepo uvježba konja, kad se neko lijepo igra sa svojom suprugom i kad neko dobro gađa lukom i strijelom. Sve je to jako potrebno.*“ (Qal'ahdzi, 2006)

2.3. Islamska umjetnost i estetika

U evropskom smislu umjetnost (u najširem smislu riječi) jeste specifična ljudska djelatnost koja u sebi nosi elemente osjetilnosti, a uključuje *kreativni momenat*, samo sačinjeno djelo i njegovo doživljavanje. Umjetnost je svaka sposobnost estetskog izražavanja određenih osjećaja, misli, doživljaja pomoću govorne ili pisane riječi, pomoću instrumenata ili ljudskog glasa, boje, mimike, linije i drugih elemenata. Umjetnost je sačinjavanje nečega s osjećajem ljepote. Riječ *estetika* potječe od grčke riječi *aestetos*, što znači osjećajni, opažajni. Estetika je filozofska disciplina koja ispituje lijepo, odnosno vrijedno u umjetnosti, a po nekima i u prirodi. Ona istražuje bitne uvjete i kriterije, posmatranje, opći smisao, značenje i bit umjetnosti. Pojmovi umjetnost i estetika preuzeti su u muslimansku misao, koja se bavi umjetnošću i estetikom, u 20. stoljeću. Umjetnost se u arapskom jeziku označava riječju „*al-fenn*“ (sintagma „*al-fenul-islam*“), dok se pojam *estetika* označava sintagmom „*usul al-džemal*“ ili češće upotrebljavanom sintagmom „*husnul-džemal*“, što znači „*pravila ljepote*“.

Islamska umjetnost je posebna forma islamske kulture koja je zasnovana na razumijevanju i intuiciji *tevhida*, odnosno Božije jednoće, transcendentnosti i neizrecivosti. Islamska umjetnost stoga je bitna (suštinska), anikonična, znakovna i simbolička. Islamska umjetnost nastoji nadići formu, probiti formu, stići do *tevhida*. Sve što postoji, a što nas oduševljava, djelo je Uzvišenog Allaha. Smisao islamske umjetnosti jeste obožavanje Allaha, dž.š. Bilo koja slika koja nas vodi zaboravu Allaha, dž.š., je zabranjena (*haram*). Islamska estetika, kao i islamska umjetnost, počiva na načelu *tevhida*. Ona ga stavlja na same osnove njene biti: „*Allah je lijep i voli ljepotu.*“ (Muslim, 91). Temeljna obilježja islamske umjetnosti su: kaligrafija, arabeska, zikr, učenje Kur'ana, iluminacija, arhitektura. Arhitektura je promišljeno oblikovanje prostora. Džamija predstavlja prazan prostor (našu svijest ništa ne zaokuplja osim Uzvišeni Allah), zato što u džamiji sve zove Uzvišenom Allahu. Umjetnost treba biti kristalizacija najuzvišenijih duhovnih moći, vrijednosti, *kvintesencija* (sama bit vjerovanja).

Postoji važna, često nedovoljno uočena razlika između ratničkih vještina i proste tuče. Razliku ne čine sposobnosti ili poznavanje posebnih zahvata. Izvor svih ratničkih vještina jeste u zamisli da one predstavljaju dio sveobuhvatnog obučavanja čiji je krajnji cilj *korjenit preobražaj samog bića, onoga ko se posvetio vježbanju*. Često je ovaj korijen zanemaren, omalovažen ili potpuno odbačen. Uprkos tome, duhovnost je srce ratničkih vještina (Belić, 1989). Najčešće arapske riječi za pojam umjetnosti, poput riječi *sina'ah* i *fenn*, ne označavaju samo umjetnost u savremenom značenju tog pojma na Zapadu, već i ispravne i valjane postupke. Štaviše, islam uvijek naglašava usku vezu između umjetnosti i znanja, kao što je tradicionalno bilo potvrđeno u islamskom svijetu kroz djelovanje brojnih vodećih umjetnika i zanatlija, koji su uvijek iznova naglašavali da umjetnost proizlazi iz spoja tehnike, umijeća (*fenn*) i mudrosti (*hikma*) (Nasr, 46). Boričke vještine, a posebno one u islamu, uvijek su sadržavale ove tri komponente, koje ih, s obzirom na način i potrebno vrijeme treniranja, kao i na njihov cilj, ubrajaju u umjetnosti kao takve. Pored toga, majstor boričkih vještina mogao je biti samo onaj ko je dobro poznao medicinu, književnost, kaligrafiju, religiju, astronomiju i druge znanosti svoga vremena. Takvi su bili samuraji i ninđe u Japanu, zatim monasi manastira Shaolin u Kini, a posebno muslimanski borci, kako u početku islama, tako i kasnije.

2.4. Vrste borilačkih vještina

Postoji više klasifikacija borilačkih vještina. Za ovaj rad, međutim, najbitnija je klasifikacija prema ciljevima i načinu vježbanja, prema kojoj se sve borilačke vještine mogu podijeliti na tri vrste škola:

- *Spoljašnje (tvrde) škole* baziraju se na razvijanju fizičke snage mišića i tetiva putem raznih fizičkih vježbi. Karakteristika ovih škola jeste vanjska manifestacija fizičke snage kroz fizički pokret. Vrhunac dostignuća kod ovih vještina jeste izvođenje pokreta, automatizirano i bez razmišljanja velikom brzinom i snagom. „*Kičmena moždina čuva uspomene često ponovljenih pokreta, pa je dovoljno samo sjećanje kičmene moždine da dođe do izvođenja nekih pokreta koji zahtijevaju brzo usklađivanje*“. „*Primijećeno je da se pod utjecajem treniranja određenih fizičkih vježbi, naročito uspostavljaju brze reakcije u sistemu: čulo-određena mišićna grupa, npr. oko-noga (kod nogometaša), oko-trup (kod boksera)*.“ (Smajić, 2000). Ovoj grupi pripada danas najveći broj škola kung fua, a od nje se razvio i najveći broj okinavljskih i japanskih karate škola. Ove škole mogu se smatrati *tariqatom*.
- *Unutrašnje (mehke) škole* baziraju se na vježbama disanja, te koncentracije i vizualizacije u pokretu, s ciljem da se probudi vitalna energija tijela (*ki*) u tački koja se nalazi malo ispod pupka. Kinezi taj predio zovu "*tan tien*", a Japanci "*tandem*" ili "*hara*". Oduvijek se na Istoku smatralo da je snaga, koja se na taj način razvijala, neuporedivo veća od one koja se može ispoljiti čisto fizičkim vježbanjem (*nei kung* utjecaj vlastitom energijom na protivnikov *ki*). Brze reakcije više nisu: *čulo-određena mišićna grupa*, nego: (*intuicija*) - *određena mišićna grupa*. Ovom sistemu borbe pripadaju danas poznate škole kineskog boksa: *Tai Chi Chuan, Pa Kua Chang, Hsing I* i još neke druge, a od japanskih škola: *Aikido, Nanbudo Karate Do, Shotokai Karate Do*, i dr. Ove škole mogu se smatrati *hakikatom*.
- *Spoljašnje-unutrašnje (tvrdo-mehke) škole* koriste najkarakterističnije tehnike prethodnih škola. Ovaj sistem povezo je snagu, čvrstinu, koncentraciju i vizualizaciju, te specifičan način disanja kojim se pobuđuje *ki*. Najpoznatije škole su: *Wing Chun Kung Fu, Uechi ryu Karate Do, Goju ryu Karate Do, Ninjutsu* i dr. Neke od ovih škola se mogu smatrati *ma'rifetom*, a neke *hakikatom*.

Sposobnost koja se razvija u određenom obliku u većini ratničkih vještina jeste intuitivno predviđanje protivnikovog sljedećeg pokreta. Kod „*tvrdih*“ škola to se čini „*čitanjem*“ nesvjesnih tjelesnih pokreta protivnika (neverbalna komunikacija), dok se kod *unutrašnjih* škola to dešava na unutrašnjem nivou putem intuicije, telepatije i sl. U islamu to je stupanj *tewekula* (aktivnog pouzdanja u Allaha, dž.š.). Druga važna sposobnost jeste, kroz vlastiti duhovni mir, nepobuđivanje nasilnog ponašanja protivnika (npr. *Ninjutsu* i *Tai Chi Chuan*). U svim ratničkim vještinama, kao i u svim školama pokreta, velika pažnja poklanja se podučavanju detalja položaja i pokreta, ali ne zato da bi se postigla određena tačnost zahvata, već zato što majstorova ispravka prije govori učeniku sljedeće: „*Da je tvoj duh u pravom stanju, on bi se ispoljio u tvom kretanju i bio bi ovo*“. Ono što je važno jeste duh koji se može izraziti u beskonačnom broju pokreta, ali podjednako postoji nebrojena količina pokreta koji ga ne izražavaju. Pa čak i naizgled ispravan pokret, ali pokret bez duha, neće biti pravi izraz. Ispravka majstora može ukazivati na taj nedostatak, čak i kada je vanjski oblik naizgled tačan (Belić, 1989). Krajnji cilj vrhunskih majstora borilačkih vještina (*Tai Chi Chuan, Hsing I, Pa Kua Chang* i sl.) i istinskih sufija je potpuna pokornost Bogu, tj. potčinjavanje vlastite volje Božijoj volji. „*Misticizam, ili duhovna kultura, u islamu se predstavlja kao smanjivanje onoga što se zove 'Ja', uz istovremeno povećavanje Božanskog prisustva u nama*.“ (Hamidullah, 97). Za Morihej Uješibu ratnički put je put prihvatanja ljubavi: „*Ratnički put je primanje ljubavi koja stvara, štiti i odgaja sva bića prirode; uvježbavanje ovog puta je prihvatanje i propuštanje ljubavi kroz cijelo naše tijelo i um*“. (Belić, 1989).

O praktičnim posljedicama duhovnog uzdizanja svjedoči poznati *hadis kudsiji*: „Objavio sam rat onome ko bude neprijatelj Mome prijatelju. Najdraže čime Mi se Moj rob može približiti jesu farzovi. Moj rob približava Mi se nafilama, sve dok ga ne zavolim, a kada ga zavolim, Ja postanem njegov sluh kojim čuje, njegov vid kojim vidi, njegova ruka kojom prihvata i njegova noga kojom hodi. Ako Me zamoli, udovoljit ću mu; ako zatraži Moju zaštitu, zaštit ću ga. Ni za šta se ne dvoumim koliko se dvoumim da uzmem dušu vjerniku. On ne želi smrt, a Ja ne želim da ga ožalostim.“ (Buhari i Muslim). Imami Gazali, tumačeći ajet gdje Uzvišeni Allah kaže: „Borite se protiv njih! Allah će ih rukama vašim kazniti“ (Kur'an; 9 : 14.), kaže: „Ako će se oni boriti, kako će Allah Slavljani biti Taj Koji kažnjava pokrećući vjernike; kakvo je onda značenje naredbe njima za borbu? Stvarno značenje ovog ajeta crpi se iz velikog mora otkrovenja bez kojeg ne može vanjsko tumačenje, a ono je da čovjek upozna način vezivanja fizičkih postupaka (ef'al) sa stvorenom moći (potencijalnom energijom) i da shvati način vezivanja (te) moći s Allahovom metafizičkom, nestvorenom, moći tako da mu se otkrije nakon objašnjenja mnogih skrivenih stvari istinitost Njegovih riječi, neka je On uzvišen i slavjen: 'Nisi ti bacio, kad si bacio, nego je Allah bacio.'“ (Kur'an, 8 : 17).

Allahova zaštita Svojih prijatelja rezultira posebnim sposobnostima i samopouzdanjem Njegovih štićenika. Kada je hazreti Alija, r.a., upozoren o namjeri da ga podmuklo ubiju, rekao je: „Doista, nada mnom je čvrst štiti Božiji! Kada dođe dan moj, on će biti skinut s mene i predat će me smrti. Tada, niti će strijela skrenuti u stranu, niti će rana zacijeliti.“ (Ali, 73:61). Govoreći o vezi između Goju ryu karatea, Shinto religije i joge, Gogen Jamaguchi, osnivač japanskog Goju ryu karatea, kaže: „I sam sam bio iznenađen otkrivši koliko su asketizam, religiozna i jogi praksa ujecali na moj karate. Otkrio sam da mogu da se krećem na vrlo misteriozan, ali i prirodan način. I ostvario sam moć opažanja događaja i prije nego što se dese. Živeći religioznom životom otkrio sam da je karate vježbanje zasnovano samo na snazi veoma ograničeno. Ne mogu preporučiti takav način. Sudeći na temelju mojih godina i iskustva, "fizika" je kod mene sada opala, ali osjećam da sam dobio dublje i vrijednije stvari i ne osjećam da ja 'opadam'. Čini mi se kao da sam na uzbrdici kojom zauvijek idem naviše.“ (Sensei , 45). Osnovna načela islamske duhovnosti blisko su povezana sa osnovnim načelima borilačkih vještina, posebno onih koje stavljaju veći akcent na duhovnost, nego na fizičku spremnost. Naravno, i u slučaju duhovnosti treba imati dovoljno opreza, s obzirom da svaka duhovnost ne vodi sreći i duhovnom napretku. Postoje brojni slučajevi zloupotrebe s ciljem stvaranja lažnog autoriteta, moći i slično. U slučaju islama postoji sasvim dovoljan broj znakova (granica) koji u tom smislu mogu pomoći.

3. ZAKLJUČAK

S obzirom da svaka umjetnost, a posebno islamska, podrazumijeva specifičnu ljudsku djelatnost koja sadrži kreativni momenat, samo sačinjeno djelo i njegovo doživljavanje i sačinjavanje s osjećajem ljepote, borilačke vještine s pravom se mogu smatrati dijelom islamske umjetnosti, jer njihov razvoj i tok neizostavno sadrži ljepotu, doživljavanje i oplemenjivanje onoga ko ih vježba. Drugi momenat, koji ih svrstava u red umjetnosti, jeste njihova sposobnost transcendencije, tj. nadilaženja materijalnog i prodiranje u suštinu samog postojanja, a to je temeljni princip islamske umjetnosti (princip tevhida). Svaka, pa čak i „najtvrd“ borilačka vještina, u sebi nosi elemente duhovnosti, bez kojih ona ne bi bila moguća, kao što su: koncentracija, odbacivanje svega suvišnog iz vlastitih misli, kao i poseban borbeni duh, koji nalaže postizanje savršene kontrole tijela, emocija i misli, bez obzira na opasnost kojoj je borac izložen. Druge, „mekše“, ali ne i slabije, borilačke vještine transcendiraju prostor i vrijeme, i stižu u carstvo duhovne spoznaje, do te mjere da svako suprotstavljanje napadu silom smatraju zabranjenim. Njihov je cilj, kroz razne vrste manevara, neutralizirati protivnikov napad, a da se protivnik ne povrijedi. Vrhunac tih nastojanja predstavljaju kineski *Tai Chi Chuan* i japanski *Aikido*. Za *Aikido* se kaže da je to vještina ljubavi. One to, međutim, nikada ne bi postigle da u svoje temelje nisu uključile

duhovnost. Zbog stalnih ratova predislamski Arapi su imali razvijenu borilačke tehnike na nivou uvjetnih refleksa. Bili su majstori borilačkih vještina svoga vremena. Nedostajala im je samo duhovna nadgradnja za postizanje druga dva stepena u borilačkim vještinama, a to im je pružio islam. Na isti način, današnji muslimani bi trebali istražiti moderne borilačke vještine i prilagoditi ih načelima islamske etike i islamske umjetnosti.

4. LITERATURA

1. Ali ibn Ebi Talib, (1994). *Nahg al-balaga (Staza rječitosti)*. Zagreb: Mešihat Islamske zajednice Zagreb.
2. Belić, W. Z. (1989). *Hod kroz bespuće ili Put moći*. Beograd: Samostalno izdanje
3. El-Gazali, Ebu Hamid. (1989). *Izbavljenje od zablude*. Sarajevo: Starješinstvo Islamske zajednice Sarajevo.
4. El-Gazali, Ebu Hamid. (1997). *Tajne učenja Kur'ana*. Travnik: Odbor Islamske zajednice Travnik.
5. El-Mubarekfuri, Safijjurr Rahman. (1998.) *Zapečaćeni dženetski napitak*. Sarajevo: Visoki saudijski komitet za pomoć Bosni i Hercegovini
6. Hamidullah, Muhammed. *Muhammed, a.s., knjiga 1, život*. Zagreb: Mešihat Islamske zajednice Zagreb.
7. Korkut, Besim. (1991). *Kur'an s prevodom*. Medina:
8. Nasr, S.H. (1998). *Vodič mladom muslimanu u modernom svijetu*. Sarajevo:
9. Rewwas, Qal'ahdži Muhammed. (2006). *Ličnost posljednjeg Allahovog Poslanika*. Sarajevo-Zenica: El-Kalem
10. Smajić, Meho. (2000). *Osnovi tjelesnog odgoja*. Sarajevo: FFK.
11. Uešiba, K. (1973). *AIKIDO*. Tokio: Hozansha Publication.