

نقش امید در آیین باران‌خواهی قوم بختیاری

*زهرا میرعلایی

**منیژه کاوه

***حمید رضایی

چکیده

امید انتظاری مثبت درباره‌ی آینده و نگرشی مثبت به رویدادهای علی و معلولی است و به عنوان سپری بین آثار رویدادهای استرس‌زای زندگی و سلامت جسمی، روانی و رفتاری قرار می‌گیرد. افراد امیدوار در رویارویی با شرایط استرس‌زا به صورت فعال‌تری برخورد می‌کنند و از راهبردهای مقابله‌ای بیشتر و بهتری استفاده می‌کنند. برگزاری آیین باران‌خواهی یا طلب باران در اقوام مختلف کشور ما رواج دارد و به شیوه‌های مختلف انجام می‌شود. قوم بختیاری براساس اصالت اندیشه‌ها و باورهای خود، آیین خاصی را برای طلب باران در دوران خشکسالی و کم باران زندگی خود برگزار می‌کنند. از جمله‌ی این آیین، سنگ وارونه کردن، هل هل کوسک، هل هل هلونک، سنگ‌های باران‌زا و دباورن است که با همت قوی اهالی هر منطقه انجام می‌شود. هدف این پژوهش، بررسی نقش امید و امیدواری طبق تحلیل‌های روانشناسی در این آیین است. این پژوهش به شکل بنیادی، بر پایه‌ی مطالعات کتابخانه‌ای- میدانی و به روش توصیفی- تحلیلی انجام شده است. قوم بختیاری آیین باران‌خواهی را برای طلب باران از درگاه خداوند انجام می‌دهند اما نکته‌ی مهم این است که تمامی این آیین تحت تأثیر نیروی امید است، که به اشکال مختلف افراد را برای رسیدن به اهداف خود سوق می‌دهد. نقش روانشناسی امید در آیین ذکر شده، مردم را برای ادامه‌ی زندگی در شرایط بحرانی، به سمت جلو سوق می‌دهد. امید استوار بر پایه‌ی معنویت و اعتقادهای راسخ مردم، که با وجود آن‌ها عجین است، به مردم انگیزه می‌دهد و تا رسیدن به هدف، آن‌ها را همراهی می‌کند.

واژه‌های کلیدی: قوم بختیاری، امید، روانشناسی، ترانه‌های فولکوریک، آیین باران‌خواهی.

* دانش‌آموخته رشته زبان و ادبیات فارسی، پیام نور شهرکرد. شهرکرد، ایران. zahra.miralaei@gmail.com

** استادیار گروه مشاوره و راهنمایی دانشگاه شهرکرد، شهرکرد، ایران. kaveh@sku.ac.ir

***دانشیار گروه زبان و ادبیات فارسی دانشگاه پیام نور، شهرکرد، ایران faanid2003@yahoo.com

۱- مقدمه

بختیاری یکی از بزرگترین اقوام عشایری ایران است، که در نواحی مختلف کشور حضور دارد. از نظر زیست بوم و اقلیم، این قوم بزرگ‌بخش‌های وسیعی از استان خوزستان، چهارمحال و بختیاری، لرستان و اصفهان را به خود اختصاص داده است. در یک تعریف گسترده‌تر قوم لر مساحت قابل توجهی را در نواحی جنوب، مرکزی، غرب و شرق ایران در برمی‌گیرد. فرهنگ عامیانه‌ی این مردم به دلیل سوابق تاریخی و فرهنگی و ادبیات غنی خود جای پژوهش دارد. بخش مهمی از ادبیات عامه و شفاهی آنان را بومی سروده‌ها و اشعار مردمی تشکیل می‌دهد. این سروده‌ها شامل اشعاری است که به مناسبات‌های آیینی، ملی و مذهبی میان مردم رایج است. عامه سروده‌ها به شیوه‌ای گویا و زنده بیانگر احساسات، عواطف، دردها، عقده‌ها، و عقاید مردم هستند. هر ملتی با زمزمه‌ی ترانه‌های محلی بالیده است و در اوج و فرودها و کشمکش‌های زندگی به کمک این ترانه‌ها باری از مشکلات را از دوش خود و دیگران برداشته‌اند (ذوالفقاری، ۱۳۹۵: ۶۱).

مردم بختیاری به داشتن فرهنگ، ادبیات و فولکلر^۱ باشکوه و غنی خود افتخار می‌کنند. این گنجینه ارزنده ریشه در تاریخ هزارساله‌ی ایران زمین دارد. زندگی با تمام مظاهر آن چون تولد، غم، شادی، وصل، هجران و مرگ از کودکی تا سالخوردگی حرف‌های ماندگاری دارد. که به زبان دل، نسل به نسل منتقل گردیده تا به معاصران رسیده است (قنبری عدیوی، ۱۳۹۰: ۷۱).

بختیاری‌ها عمدتاً از قدیم عشایری کوچ رو بوده‌اند که قشلاق آن‌ها غالباً در استان خوزستان و بیلاقشان در استان چهارمحال و بختیاری است. بر این اساس، اقتصاد و به طور کلی زندگی و معیشت آن‌ها وابسته به مراتع و گیاهان بوده تا تغذیه‌ی دام‌های خود را فراهم کرده و چرخ زندگی را بچرخانند. بعد از یک جانشینی باز هم

^۱. Folklore

زندگی‌شان وابسته به زمین و کشاورزی است و همه‌ی این‌ها به بارش باران و برف وابسته است.

این بارش‌ها گهگاه کم و باعث خشکسالی‌هایی می‌شود که همین عاملی برای اختلال در زندگی این مردم است. در این مواقع این قوم که امیدوار به بارش رحمت الهی هستند و هیچ گاه ناامید و مأیوس نمی‌شوند، ترانه‌ها و آداب و رسوم خاصی برای طلب باران برگزار می‌کنند که در این تحقیق به آن می‌پردازیم.

۲- پیشینه پژوهش

نعمت طاووسیگ (۱۳۹۱) در پژوهش خود به رمزگشایی پاره‌های آیین‌های باران‌خواهی ایران پرداخته است. او بیان می‌دارد که ایران از دیرباز گرفتار خشکسالی بوده است، چنانچه داریوش در کتیبه‌ی خود در تخت جمشید از اهورامزدا می‌خواهد که ایران را در برابر خشکسالی و دروغ محافظت کند. از این رو، دور از انتظار نیست که آیین‌های باران‌خواهی از دیرباز در ایران رواج داشته باشد؛ همچنان که بر پایه‌ی گزارش‌های ثبت شده‌ی تا پنجاه سال پیش، آیین‌های باران‌خواهی در بسیاری از مناطق ایران، به گاه خشکسالی برپا می‌شدند و در بسیاری از این مناطق، هنوز هم برپا می‌شوند. از نظر ساختاری کردارهایی که در آیین‌های باران‌خواهی انجام می‌شود، عبارتند از ساخت عروسک یا برگزیدن شخصی و انتساب هویتی نمادین برای او، دسته روی، ریختن آب، خواندن نیایش و آواز درخواست باران، گرفتن هدیه از اهالی، پخت نان یا آش، نشاندار کردن نان یا خوراکی‌ای دیگر، زدن کسی که نشانه در سهم او پیدا می‌شود تا پیدا شدن یک ضامن و انجام برخی کردارهای آیینی دیگر بنا به موقعیت جغرافیایی.

خلعتبری لیماکی (۱۳۸۵ و ۱۳۸۷) در پژوهش‌های خود به بررسی آیین‌های باران‌خواهی و آفتاب‌خواهی در فرهنگ عامه پرداخته و بیان می‌دارد که آداب و رسوم باران‌خواهی در بیشتر مناطق ایران و به ویژه در مناطق کم باران و خشک و کویری اجرا می‌شود. بیشتر گزارش‌هایی که در این زمینه موجود است، مربوط به این مناطق،

به ویژه بخش هایی از خراسان، اصفهان، فارس و خوزستان است. محقق سپس در این زمینه به چند مورد از آیین‌های باران خواهی به عنوان نمونه اشاره می‌کند و سپس به تجزیه و تحلیل روایت‌های مختلف می‌پردازد. نمونه‌های او عبارتند از آیین چول قرک در سرخس، کاچی پنج تن در اصفهان، رسم کوسه کوسه و گاو روبه در کرمانشاه، تمنای باران در بیرجند. او سپس در مقابل، رسم‌هایی را تحلیل می‌کند که در مقابل باران خواهی قرار می‌گیرد و برای قطع باران خوانده می‌شود؛ که به آیین‌های بند آمدن باران (آفتاب خواهی) معروفند.

ذوالفقاری (۱۳۹۵) در تحقیق خود به بررسی و تحلیل نمایش‌های باران خواهی و باران خوانی در ادبیات عامه ایران پرداخته است. وی بیان می‌دارد که، در میان بومی سرودها اشعاری آیینی به نام باران خواهی است که با حرکات نمایشی همراه است. باران خواهی از آداب و رسوم کهن ایرانی است که ریشه در اعتقادات و باورهای دینی و اسطوره‌ای دارد و یادآور پرستش آناهیتا، الهه‌ی بارندگی و آبیاری است. روش‌های طلب باران یا فردی است یا گروهی که با عروسک، انسان، دعا، شی و حیوان انجام می‌شود. در این مقاله به دو روش عروسک و انسان ناظر بر نمایش‌های کوسه گردی و عروس باران اشاره می‌شود.

۳- امید

امید یک حالت روحی و روانی و برانگیزاننده‌ی انسان به کار و فعالیت است. به طور طبیعی، انگیزه‌ی بشر در کارهای اختیاری امید به نفع یا ترس از زیان است. در واقع، خوف و رجا به منزله‌ی نیروی اجرایی برای حرکت بوده، عامل مستقیم تلاش‌ها و رفتارهای انسانی است. امید نعمتی برای تداوم زندگی و شجاعتی جاودانه است (داودی، ۱۳۸۳: ۴۶).

امید و یأس از جمله ویژگی‌های بارز انسان هاست. امید افراد را به جست و جوی داشتن فردای بهتر وا می‌دارد. نقش محافظتی و الهام‌بخش هم دارد، و باعث حرکت ما رو به جلو و پرهیز از ایستایی می‌شود، اگر امیدی نبود، پیشینیان ما هیچ

وقت خطر ترک کردن غارها و ایجاد شهرهای بزرگ را به جان نمی‌خریدند و هنوز هم ما در آرزوی نور و گرما بودیم. اگر امید نبود ما تاکنون هیچ پیشرفتی نمی‌کردیم. در ادبیات غنی ما جملات و ضرب‌المثل‌هایی وجود دارند که به نقش مهم و کلیدی امید در زندگی اشاره دارند. از جمله اینکه پایان شب سیه سپید است، از این ستون تا آن ستون فرج است، خدا بزرگ است و خدا گر ز حکمت ببندد دری ز رحمت گشاید در دیگری.

ما برای پیشرفت، نیاز به تصور واقعیت‌های جایگزین را داریم، واقعیت‌های که نیکوتر از واقعیت حاضر باشند، ما نیاز داریم که باور کنیم این تصورات قابل دسترسی هستند. این ایمان انگیزه‌ای برای دستیابی به اهدافمان می‌شود. امید، انسان را به حرکت وامی‌دارد تا به هدف خویش برسد.

۳-۱- نظریه‌های امید در روان‌شناسی

امید^۱ جزء سازه‌های روان‌شناسی مثبت‌گرا است. روان‌شناسی مثبت اصطلاحی است که همانند یک چتر، مطالعه هیجان‌های مثبت، ویژگی‌های شخصیتی مثبت و روابط سالم را در بر می‌گیرد. در حقیقت "حرکت روانشناسی مثبت" بر مطالعه نقش قابلیت‌ها و توانایی‌های بشر مخصوصاً در زمینه‌های بالینی تأکید کرده‌اند. هدف این رویکردها شناسایی سازه‌ها و شیوه‌هایی است که در نهایت باعث بهزیستی انسان می‌گردد، از این رو عواملی که سبب سازگاری هر چه بیشتر افراد با فشارها و تهدیدهای زندگی می‌گردد، بنیادی‌ترین سازه‌های مورد پژوهش در این رویکرد می‌باشند. در روان‌شناسی مثبت هیجان‌ها و سازه‌های مختلفی مورد بررسی و تأکید قرار گرفته‌اند. یکی از مهمترین آنها امید است (سلیگمن، استن، پارک و پترسون، ۲۰۰۵: ۴۱۱).

^۱. hope

بررسی علمی امید در انسان قدمتی کوتاه دارد و دوران ابتدایی خود را می‌گذارند (اسنایدر^۱، ۱۹۹۴: ۱۱). اسنایدر برای اولین بار، نظریه‌ی امید را مطرح کرد و آن را متشکل از قدرت اراده، قدرت راهیابی، داشتن هدف و تشخیص موانع دانست (درودی، ۱۳۸۹: ۳۲). امید توانایی طراحی گذرگاه‌هایی به سوی هدف‌های مطلوب، علیرغم وجود موانع، و انگیزش برای استفاده از این گذرگاه‌ها است. امید یعنی انتظار مثبت برای دستیابی به اهداف.

امید یکی از اجزاء داشتن هدف و معنا است و به عنوان داشتن دید مثبت به آینده و توانایی ایجاد گذرگاه‌هایی برای رسیدن به اهداف و آرزوها تعریف شده است (جانسون^۲، ۱۹۹۸: ۱۷). اسنایدر و همکاران (۱۹۹۱: ۵۷۲) بر این باورند که امید پیش‌بینی‌کننده تنظیم اهداف و دستیابی به آنها است.

از نظر اسنایدر (۱۹۹۴: ۱۱ و ۱۹۹۵: ۳۸) امید یک هیجان انفعالی نیست که تنها در لحظات تاریک زندگی پدیدار می‌شود، بلکه فرایندی شناختی است که افراد به وسیله آن، فعالانه اهداف خود را دنبال می‌کنند. از نظر او امید فرایندی است که طی آن افراد (۱) اهداف خود را تعیین می‌کنند، (۲) راهکارهایی برای رسیدن به اهداف خلق می‌کنند و (۳) انگیزه لازم برای به اجرا درآوردن این راهکارها را ایجاد کرده و در طول مسیر حفظ می‌کنند.

بر اساس مفهوم‌سازی اسنایدر (۲۰۰۲: ۴۸) امید یک ساختار شناختی انگیزشی است که از تعامل سه مؤلفه اصلی هدف، عامل (کارگزار) و گذرگاه تشکیل شده است. موفقیت در دستیابی به اهداف هیجان‌های مثبت و شکست در آن هیجان‌های منفی ایجاد می‌کند. افراد امیدوار در زندگی، عامل و گذرگاه‌های بیشتری برای دنبال کردن اهداف خود دارند و وقتی با مانع برخورد می‌کنند می‌توانند انگیزه خود را حفظ کرده و از گذرگاه‌های جانشین استفاده کنند. اما افراد ناامید به دلیل این که، عامل و گذرگاه

^۱. Snyder

^۲. Johenson

های کمی دارند در برخورد با موانع به راحتی انگیزه خود را از دست می‌دهند و دچار هیجان‌های منفی می‌شوند که این امر به نوبه خود منجر به افسردگی می‌شود. در واقع ناامیدی مؤلفه اصلی افسردگی است. به عبارتی دیگر، مؤلفه عامل یا کارگزار یعنی تصمیم‌گیری هدفمند در زندگی است. یعنی یک باور شخصی است که باعث می‌شود فرد احساس کند که می‌تواند برای نیل به اهداف خود مسیرهای مختلفی را امتحان کرده و تحمل نماید. همچنین وقتی وی با مانعی در یک مسیر مواجه شود هرگز ناامید نشده و از حرکت باز نایستد. این بعد، جزء انگیزشی نظریه اسنایدر است که انرژی روانی را برای استفاده از گذرگاه تأمین می‌کند. تفکر گذرگاهی مربوط به توانایی عملی فرد برای غلبه بر موانع و شناخت راه‌های مختلف برای وصول به هدف است. یعنی فرد راه‌های مؤثر برای رسیدن به اهداف مورد نظرش را درمی‌یابد و با انرژی روانی که از مؤلفه کارگزار دریافت می‌کند ناامید نشده، حرکت نموده و مسیرهای مختلفی را برای رسیدن به هدف امتحان می‌کند تا در نهایت موفق شود.

مفهوم امید از نظر نووتنی^۱ (۱۹۸۹) نیروی زندگی پویا و بلند؛ از نظر بلند و دارلینگتون^۲ (۲۰۰۲) اهمیت حمایت شدن از سوی دیگران، از نظر هاملستین و روث^۳ (۲۰۰۲) برقراری ارتباط نزدیک با ارزش‌های شخصی و اهداف و از نظر هاقتون^۴ (۲۰۰۷) توان دنبال کردن فعالیتهای روزانه و متحرک‌های نگهداشتن خود است (به نقل از شرانک^۵ و همکاران، ۲۰۰۴: ۴۲۴).

امید ترکیب نوعی عزم درونی - جهش ایمان - با رویدادهای بیرونی است که ما آرزو داریم رخ بدهند (والش، ۲۰۰۶: ۶۰). امید نقش اکسیژن روانی را برای بشر ایفا می‌کند، که وجود آن برای بقا و مبارزه با چالش‌ها در زندگی ضروری است. امید یکی

1. Nowotny

2. Bland & Darlington

3. Hammelstein & Roth

4. Houghton

5. Schrank

از پیش‌بینی کننده‌های تاب‌آوری است (تُسائی و پاترسون^۱، ۲۰۰۶: ۱۴۸؛ گیلسیپی، ۲۰۰۷: ۵۵).

پس از طرح نظریه امید از جانب اسنایدر و همکاران (۱۹۹۱)، برنامه‌های درمانی به خصوصی نیز برای درمان انواع اختلالات روانی از جمله افسردگی، براساس آن پایه ریزی شده و اثربخشی آنها در تحقیقات مختلف مورد بررسی قرار گرفته است و این روند همچنان ادامه دارد. امید درمانی در پاسخ به درخواست متخصصان بالینی برای کاربرد منظم اصول نظریه امید در بافت درمانی، ایجاد شد (قاسمی و همکاران، ۱۳۸۸، ۲۳). نظریه امید و امید درمانی در روان‌شناسی، نظریه‌ای شناختی - رفتاری است؛ چرا که مراجع از طریق آگاهی و شناخت خویشتن، به اصلاح رفتارهای خود برای رسیدن به اهداف می‌پردازد (پرچم و محققیان، ۱۳۹۰: ۱۰۴). امید درمانی بر این هدف استوار است که به درمانجویان کمک کند تا هدف‌های روشنی را فرمول‌بندی کنند، گذرگاه‌های متعددی را برای رسیدن به آنها بسازند، خود را برای دنبال کردن اهداف برانگیزند، و موانع را به صورت چالش‌هایی برای غلبه بر آنها از نو چارچوب‌بندی کنند (کار، ترجمه پاشا شریفی و نجفی زند، ۱۳۸۵: ۱۴۵).

۴- ترانه‌ها و فولکلورها

ترانه^۲ در لغت به معنی خرد، تر و تازه، جوان، خوش صورت و صاحب جمال است. (داد، ۱۳۸۳: ۱۲۸). گاهی نیز ترانه و دوبیتی و رباعی‌های مردمی و فهلویات را به سخنان عاطفی و احساسی برخاسته از فرهنگ عامه و انسان پاک دل و صاف و صادق روستایی و عشایری یا چوپانان و کشاورزان یکی می‌دانند. گویا پی از اسلام، دوبیتی‌ها محلی را که قهلویت^۳ نیز نامیده می‌شده آمد، ترانه خوانده‌اند (همان: ۱۲۹).

1. Tusaie & Patterson

2. Song

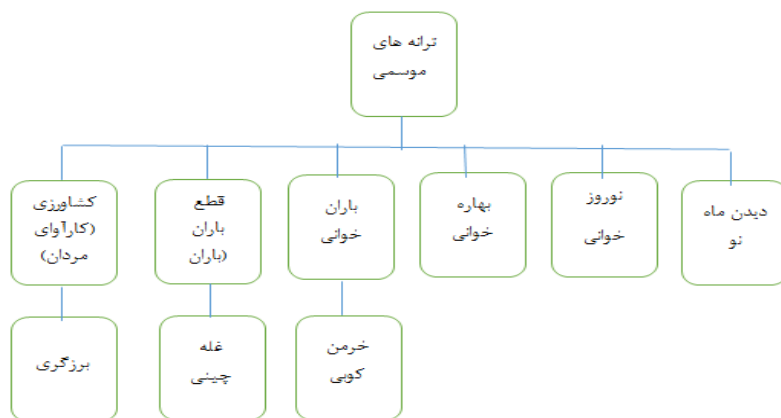
3. Pahlavi- Bullad

آنچه در افواه و تقسیم‌بندی خود مردم وجود دارد، گونه‌های ترانه را در فرهنگ شفاهی بختیاری‌ها نشان می‌دهد، با استفاده از همین شیوه، گونه‌های معروف ترانه عامه‌ی بختیاری را بیان کرده و یک تقسیم‌بندی برای این ژانر مردمی گویشوران بختیاری ارائه می‌نماییم؛ یادآوری این نکته ضروری است که ترانه در بختیاری تنها به تعداد ابیات محدود و مشخص اطلاق نمی‌شود.

الف) ترانه‌های موسمی؛

ب) ترانه‌های غیرموسمی؛

منظور از قید «موسم» (میسْم^۱) در ترانه‌های مردمی بختیاری زمان و فصل مشخصی است که این ترانه‌ها صرفاً در همان موعد و زمان خوانده می‌شوند. ترانه‌های موسمی نیز بر اساس جدول زیر قابل تفکیک هستند (قنبری عدیوی، ۱۳۹۰، ۱۵۳).



مضامین برخی از این اشعار، اخلاق و پند و اندرز است؛ برخی شاد است و در مراسم عروسی خوانده می‌شود؛ برخی را هنگام کار (دوشیدن گاو، مشک زدن و لالایی برای بچه‌ها) می‌خوانند و برخی به صورت ادعیه است.

^۱. Meysom

فولکلورها در حقیقت ادبیات شفاهی یک ملت هستند. با توجه به این که قسم اعظمی از ادبیات بختیاری (به علت مشکلات ناشی از محرومیت از تحصیل، صعب العبور بودن جاده‌ها، نبودن معلم و...) سینه به سینه منتقل شده است، همهی آنها به عنوان فولکلور محسوب می‌شود. متأسفانه بسیاری از این ذخایر با ارزش، با گذشت زمان به فراموشی سپرده شده است. با جمع‌آوری این ذخایر فرهنگی می‌توان به ارزش‌ها و فضیلت‌های هر ملت دست یافت.

۵- بررسی آداب و ترانه‌های باران خوانی و باران خواهی

در اینجا چند رسم مهم و غالب در بین بختیاری‌ها آورده شده است که برای طلب باران خوانده می‌شوند و از پرس و جوی میدانی محقق از ریش سفیدان این قوم به دست آمده‌اند. سپس در ادامه به بررسی نقش امید در این رسوم و ترانه‌ها پرداخته خواهد شد و سعی می‌شود که زوایای پنهان آنها مشخص گردد.

۵-۱- سنگ وارونه کردن

برخی بختیاری‌ها از دیرباز در مسیر کوچ، بویژه در منطقه قشلاق، به انجام امور کشاورزی می‌پردازند. این کشتزارها قاعدتاً به صورت دیم کشت می‌شوند و نیاز فراوان به آب دارند. در مواقع خشکسالی، بسیاری از این کشتزارها خشک می‌شوند و مایحتاج اولیه آنها به خطر می‌افتد بنابراین نسبت به آمدن و نیامدن باران حساسیت زیادی دارند و اگر مدتی باران نبارد بر زبان هر بختیاری دعایی به نام دعای باران تکرار می‌شود.

دعا نویسان با نوشتن این دعا آمیدی در دل‌های مردم ایجاد می‌کنند. بعد عده‌ای به امام زاده آقا سید می‌روند تا علم بلند کنند. در نزدیکی امام زاده سنگی است که آن را وارونه کرده و علمی که مربوط به امام زاده می‌باشد بر روی سنگی بر پا می‌کنند. آنان بر این باورند که پس از دو سه روز باران خواهد آمد و تا سنگ وارونه است باران خواهد بارید و برای بند آمدن کافی است که سنگ را به حالت اولیه برگردانند، اما عمدتاً آنان را بی‌بهره نمی‌گذارد و باران خواهد بارید. (سید احمد موسوی، میانکوه)

۵-۱-۱- تحلیل و بررسی آیین سنگ وارونه کردن

همان‌طور که در مقدمه ذکر گردید امید یک حالت روحی و روانی و برانگیزاننده‌ی انسان به کار و فعالیت است. (داودی، ۱۳۸۳: ۴۶). در این آیین، مردم تحت تاثیر نیروی امید، دست به اقداماتی می‌زنند که تا حد بسیار زیادی نسبت به آینده خوش بین شده و ایمان به نتیجه‌ی امیدشان، در آنها انگیزه‌ی هر چه بهتر برگزار کردن این آیین را به وجود می‌آورد.

آن‌ها تنها به ضرب المثل پایان شب سیه، سپید است اکتفا نکرده و سعی می‌کنند تا در کنار صبر و انتظار، با عمل به اعتقادات خویش، به درگاه خداوند توسط واسطه‌هایی چون امامزاده‌ها، امیدوار به نزول رحمت او باشند. آن‌ها با تصور واقعیت جایگزین (بارش باران) که نیکوتر از واقعیت حاضر است، باور دارند که این تصورات قابل دسترسی هستند. در این آیین در درجه‌ی اول ایمان بسیار قوی به یاری و استجابات خداوند و سپس امید به پذیرش ادعیه‌ی خود، مردم را به حرکت واداشته تا به هدف خویشان برسند. آن‌ها حتی برای قطع شدن باران هم بر اعتقاد خود استوارند.

آن‌ها می‌دانند که تکه سنگ و علم، خود قادر به استجابتی نیستند اما اینها را واسطه قرار می‌دهند تا به نیرویی عظیم‌تر دست یابند و مسیر امیدواری خود را هموارتر کنند. نقشی که امام زاده‌ها در کسب آرامش و امیدواری انسان‌های سرزمین ما دارند انکارناپذیر است، چه بسیار افرادی که در هیاهوی زندگی خود، مأیوس از همه جا به این پایگاه‌های امید و آرامش پناه آورده و در فضای روحانی و ملکوتی با خداوند مهربان درد دل و عقده‌گشایی کرده و زندگی شیرین و پرامید خود را دوباره آغاز کرده‌اند. این مکان‌های مقدس که پل ارتباطی بین زمین و آسمان و انسان و خدا به شمار می‌روند، همیشه و در همه حال پذیرای انسان‌های دل‌داده و امیدوار به رحمت پروردگار هستند.

۵-۲- هل هله کوسک

عشایری که دسترسی به امامزاده آقاسید (جهت انجام رسم سنگ وارونه کردن) را ندارند برای ریزش باران رسم دیگری دارند، ایشان کوسه را به کمک می‌گیرند، مراسمی را بر پا می‌کنند به نام هل هله کوسه^۱. هل هله کوسه در ایل بختیاری چنین آغاز می‌شود که چون باران نبارد، جوانان بختیاری دور هم جمع شده و یک نفر را به اسم کوسه انتخاب می‌کنند، کوسه باید حتما قوی و نیرومند باشد، بعد کلاه زرد کوچکی را به عنوان گوش‌هایش می‌بندند و سپس زنگوله‌ای بند دار به کمر او آویزان می‌کنند و در حالی که سربند در دست یکی از جوانان ایل است همراه او راه می‌افتند و به سوی چادرها می‌روند و با آواز می‌خوانند:

هل هل هلونک خدا بزَن بارونک hal hal haloonak khoda bezan baroonak

هر که به کوسه چیزی نده هرکه خبر کوسه نده

hark e be koose chizi nade hark e khabar koose nade

dele kadbanoose besoozne

دل کدبانوسه بسوزنه

افرادی که صدای آواز را می‌شنوند از چادرها بیرون آمده و با ریختن آب به سر و روی کوسه وارد ماجرا می‌شوند. صاحب هر چادر مقداری قند با آرد به آن‌ها می‌دهد. بالاخره یک نفر حاضر می‌شود که ضامن کوسه شود و اسم سه کچل از ایل را می‌برد، که ضامن کوسه می‌شوند. کوسه قول می‌دهد در دو سه روز آینده باران ببارد آنان هم رضایت می‌دهند و کوسه را آزاد می‌کنند. در پایان این مراسم زنان ایل با درست کردن

^۱. Hal hale kuse

حلو از آرد و قندهای بدست آمده و فرستادن حلو به چادرها ریزش باران را جشن می‌گیرند (صنوبر ممبینی، ایذه).

۵-۲-۱- تحلیل و بررسی نقش امید در آیین هل هله کوسک

امید، انسان را به حرکت وا می‌دارد تا به هدف خویش برسد، به وضوح می‌توان وجه عملی این جمله را در این آیین مشاهده کرد. گروهی از مردم به صورت دسته جمعی و هماهنگ با هم، حرکت به سوی هدف که بارش باران است را آغاز می‌کنند و تا رسیدن به آن، حرکت‌های خود را ادامه می‌دهند. در روانشناسی مثبت، عواملی که سبب سازگاری هرچه بیشتر افراد با فشارها و تهدیدهای زندگی می‌گردد، با یکی از مهم‌ترین هیجان‌ها و سازه‌ها که امید نام دارد قابل کنترل هستند. (سلیگمن، استن، پارک و پترسون، ۲۰۰۵، ۴۱۱). قدرت اراده‌ی مردم در این آیین و نیز داشتن هدف خود مؤلفه‌های امید هستند. امید انتظار مثبت برای دستیابی به هدف است. همان طور که این مردم با صبری شیرین آمیخته به نمایش و آوازخوانی و حلو، آن را طی می‌کنند تا در نهایت رسیدن به هدف خود را جشن بگیرند. با وجودی که می‌دانند نزول باران تنها به اراده‌ی خداوند بستگی دارد اما دعا و درخواست را از خود دریغ نمی‌کنند و آن را پلی برای رسیدن به استجابت می‌دانند.

انتخاب یک فرد نیرومند و قوی برای کوسه در این مراسم نشان دهنده‌ی این است که مردم قصد دارند تا رسیدن به هدف، نور امید را در دل خود روشن نگه دارند و به مراسم خود هر چند طولانی ادامه دهند. بحث ضمانت نیز خود وجود نیروی امید و ایمان به رسیدن به هدف و استجابت خداوند را چند برابر پررنگ می‌کند. چه عاملی باعث می‌شود که یک نفر ضمانت کند تا سه روز دیگر باران ببارد؟ مگر نه این که سراسر وجودش، امیدواری به مهربانی خداوند است؟ هماهنگی مردم با کوسه و آوازخوانان به این معنی است که همگی در امیدواری به نزول رحمت خداوند شریک هستند. قطره قطره امید آن‌ها روی هم جمع می‌شود تا این که نیرویی عظیم حاصل شود و واقعیت نیکوتر مجسم آن‌ها به وقوع بپیوندد.

۵-۳- هل هل هلونک

مراسم دیگری نیز در بین بختیاری‌ها وجود دارد که چنین است؛ به نام هل هل هلونکه امر خدا بارونکه. هارونکی یا هل هل هل کوسه یا کل الیکوسه همان مراسم کوسه‌گردانی از آیین‌های نمایشی است که در شب هنگام فصل کم باران یا بی‌بارانی به نمایش گذاشته می‌شود. این مراسم توسط مردان اجرا می‌شود. یک نفر را که معمولاً در تمام مراسم کوسه‌گردانی سابقه‌ای دیرینه دارد به عنوان کوسه برمی‌گزینند، (کوسه نمادی از دیو خشک‌سالی است) این مرد نقش اول را به عهده دارد و پیش‌قراول این مراسم است. کوسه را به هیئت دیوی آراسته، صورت او را سیاه نموده و دو شاخ بر سر او آویزان می‌کنند، در حالی که عده زیادی از مردان و جوانان کوسه را فرادارند و در منازل و چادرها می‌روند، این فرا کردن کوسه‌گردانی نشانه‌ای از غلبه مردم بر خشکسالی است و در مسیر و سیاهی شب این آواز را همراه با سر و صدای زنگوله که توسط کوسه نواخته می‌شود می‌خوانند:

hale hale halone	هله هله هلونه
khoda bezan barone	خدا بزَن بارونه
khoda bezan to baron	خدا بزَن تو بارون
si del gele daron	سی دل گله دارون
khoda bezan to baron	خدا بزَن تو بارون
ze raste galeh daron	ز راست غله دارون
	و یا می‌خوانند:
har har haronaki	هار هار هارونکی
khoda bezan baronaki	خدا بزَن بارونکی
si o alal daron	سی او عیال دارون
khoda bezan baronak	خدا بزَن بارونک
gandoma zire khakan	گندما زیر خاکن

az tesneei halakan	از تشنی هلاکن
har har haronaki	هار هار هارونکی
khoda bezan baronaki	خدا بزَن بارونکی
	و یا می‌خوانند:
har har harunak	هار هار هارونک
barun zane bahare	بارون زنه بهاره
ka sozali savare	کا سوزلی سواره
Savare Torke	سوارترکه ماره
har har haronaki	هار هار هارونکی
khoda bezan baronaki	خدا بزَن بارونکی
bongeizane falinaz	بنگ ایزنه فلی ناز
gelun kase sirinaz	قیلون کسه شیریناز
gelun zarde gul guli	قیلون زرد گلگی
miles gere najaf guli	میلِس گره نجفقلی
miles gere daha kone	میلِس گره داحا کنه
bal xoda silesun kone	بل خدا سیلسون کنه
va bandeha siel bekone	و بنده‌ها سیل بکنه
baruna saraha zane	بارون صحراها زنه
ahure siyaha hup lupi	اور سیاهه لپ لپی
barun bezan tun tunuki	بارون بزَن تن تنکی
har har harunaki	هار هار هارونکی

در این حال اهل خانه با کاسه‌ای آرد یا خوارکی یا مقداری پول جلو آمده و هدیه خود را به گروه و در کیسه آن‌ها می‌ریزد که البته اغلب هدیه کاسه آرد است، کیسه بر دوش یکی از همراهان می‌باشد و در همین فاصله عضو دیگر خانه با یک کاسه آب

گروه را غافل گیر می‌کند و به آن‌ها آب می‌پاشد. گروه پس از اینکه تمام خانه‌ها و چادرها را سر زدند از آرد جمع‌آوری شده نان بزرگی می‌پزند، (به این نان گرده می‌گویند) در درون خمیر گرده قبل از پخت یک دانه مهره قرمز رنگ یا ریگ یا تکه چوبی را پنهان می‌کنند به گونه‌ای که پنهان‌کننده هم از جای آن مطلع نباشد. پس از این شروع به تقسیم نان بین اعضاء می‌کنند و چنانچه مهره، ریگ و یا چوب سهم هر کس شد، شروع به کتک‌زدن وی می‌کنند (البته کتک‌زدن بیشتر حالتی نمایشی دارد) پس از این شخصی ریش سفید ضمانت می‌کند که باران بیاید تا آن‌ها دست از زدن بردارند و پس از خواندن نماز و دعا و طلب بخشش، از خداوند می‌خواهد که در مقابل این جمعیت روسفید بماند و باران رحمتش را عطا کند و مردم منتظر می‌مانند تا باران ببارد و در صورتی که باران نبارد فرد ضمانت‌کننده را می‌زنند تا این که یکی ضامن او شود و باز به همین منوال مراسم ادامه می‌یابد تا باران ببارد (ناصر کهیانی، اردل).

۵-۳-۱- تحلیل و بررسی نقش امید در آیین هل هل هلونک

امید توانایی ایجاد گذرگاههایی برای رسیدن به اهداف و آرزوهاست (جانسون^۱، ۱۹۹۸، ۲۶۱). اسنایدر و همکاران (۱۹۹۱، ۵۷۲). گذرگاه مردم در این آیین برای رسیدن به هدف خود، طرح‌ریزی یک نمایش و طی کردن موانع آن می‌باشد. امید پیش‌بینی کننده و تنظیم اهداف و دستیابی به آن‌هاست. آن‌ها هدف خود را از قبل تنظیم نموده، اتفاقات ممکن از جمله طولانی شدن دوره‌ی رسیدن به هدف (نزول باران) و تکرار آیین (چند ضامن) را پیش‌بینی می‌کنند تا در نهایت به هدف خود برسند.

مردم در دوره‌ی خشکسالی زندگی خود، راهکاری زیبا و شیرین برای غلبه بر آن خلق کرده‌اند و از اجرای نمایش، جمع‌آوری آرد و پختن نان و تقسیم بین خود و

^۱. Johenson

ضمانت افراد مختلف، به عنوان انگیزه‌ی لازم برای به اجرا در آوردن این راهکار استفاده می‌کنند. در متن ترانه‌های خود از گله داران، غله داران و عیال واران نام می‌برند تا نور امید را در دل آن‌ها هم روشن کنند. مراسم خود را در سیاهی شب انجام می‌دهند زیرا معتقدند پایان شب سیه، سپید است. فردی ضامن کوسه می‌شود تا خداوند با بارش باران، آن را در برابر دیگران روسفید کند. افرادی که ضامن می‌شوند را در این آیین می‌توان امیدوارترین مردم نام برد. افراد امیدوار در زندگی، عامل و گذرگاه‌های بیشتری برای دنبال کردن اهداف خود دارند و وقتی با مانع برخورد می‌کنند می‌توانند انگیزه‌ی خود را حفظ کرده و از گذرگاه‌های جانسین استفاده کنند. این بحث در این آیین اتفاق می‌افتد و تکرار ضامن‌ها، امیدواری هرچه بیشتر مردم را نشان می‌دهد.

۵-۴- سنگ‌های باران‌زا

مراسم باران‌خواهی شاهزاده عبدالله آیینی است که در آن باستانیان با تمسک به سنگ‌های باران‌زا یا برده‌های تیشتر از الهه تیشتر تقاضای باران می‌کردند. سنگ‌های باران‌زا سه قطعه بوده‌اند که متاسفانه یک قطعه از آن‌ها توسط دلالان قاچاق به سرقت رفته است. اجرای این مراسم به عهده یکی از خانواده‌های سادات به نام اولاد جلال است که به هنگام خشکسالی متولیان امام زاده‌ها از شهرها و روستاها حتی استان‌های همجوار در روز خاص به امامزاده آمده و از خانواده سادات تقاضای باران‌خواهی می‌کنند.

تقاضای باران با آیین‌های خاصی همچون مراسم قربانی آغشته به خون، دعا و نذورات و اعتقاد راسخ به بارش باران اجرا می‌شود. این برده‌ها از روزگاران باستان نسل به نسل پاسداری شده و در دامنه کوه منار موسوم به شاهزاده عبدالله از توابع بخش اندیکا قرار گرفته‌اند. این برده‌ها تنها برده‌های مرکزی الهه باران در ایران بوده‌اند و ایرانیان از طریق دعا و نیایش از اهورا مزدا خواهان برکت در زمین می‌شدند.

نکته جالب این مراسم وجود فرهنگ‌های مختلف است؛ به طوری که ایدئولوژی زردشتی و میترائیسم و اسلامی در آن آمیخته شده است. یکی از خطرانی که بقایای این میراث معنوی را تهدید می‌کند، سرقت یکی از سه سنگ باران‌زا که نماد سه عنصر باران زایی یعنی باد، باران و طوفان می‌باشد و همچنین کهنسال بودن سید جلال که آخرین متولی مراسم است، چرا که با مرگ او این میراث منحصر به فرد از بین می‌رود و این امر موجب نگرانی اهالی منطقه شده است.

بنا به اعتقاد مردم منطقه با هر بار افراشته شدن سنگ‌ها یکی از افراد خاندان سید جلال می‌میرد. در روز اجرای مراسم یکی از متولیان گاو یا قوچ فربه‌ای را به سمت قربانگاه هدایت می‌کند. سپس سنگ‌ها را با آب غسل داده و رو به قبله می‌افزارد. آنگاه حاضران دو رکعت نماز جماعت به سمت سنگ‌ها می‌خوانند. پس از آن متولی سنگ‌ها، خون قربانی را به پیکر سنگ‌ها آغشته می‌کند. با اتمام مراسم باید سنگ‌ها را از جهت قبله خارج کند چرا که با ماندن طولانی مدت سنگ‌ها در آن حالت، به اعتقاد مردم سیل جاری خواهد شد اندیکا یکی از شهرهای تابع مسجد سلیمان در خوزستان است که در جنوب غربی کشور واقع می‌باشد (ستار ورناصری، مسجد سلیمان).

۵-۴-۱- تحلیل و بررسی نقش امید در آیین سنگ‌های باران‌زا

در این آیین مردم وجود افراد سادات (یک خانواده‌ی خاص) را انگیزه‌ی خود برای امید به بارش باران می‌دانند. نکته‌ی مهم این است که با مرگ افراد این خانواده انگیزه هم برای وصول امید مردم از بین می‌رود. مردم استجابت دعای خود را منوط به وجود این افراد می‌دانند که با نبود آن‌ها دیگر امیدی به هدف خود ندارند و احتمالاً به ناامیدی که مؤلفه‌ی اصلی افسردگی است برسند. مگر این که گذرگاهی دیگر جانشین آن شود. مردم در این آیین یک باور شخصی دارند که باعث می‌شود که احساس کنند می‌توانند برای رسیدن به هدف خود که بارش باران است، مسیرهایی را امتحان کنند. آن مسیرها خانواده‌ی سادات، مراسم قربانی و نذری و دعا است.

این باور شخصی، همان امید است. تفکر گذرگاهی مربوط به توانایی عملی فرد برای غلبه بر موانع و شناخت راه‌های مختلف برای وصول به هدف است (اسنایدر، ۲۰۰۲، ۴۸). تفکری که منشأ نیروی امید در بین این مردم است و آن باران‌زا بودن سه قطعه سنگ و ارتباط معنوی آن‌ها با خانواده‌ی سادات است. تا زمانی که این تفکر در بین مردم و جزء فرهنگ آن‌ها باشد نیروی عظیم امید هم در دل‌های آن‌ها برای بارش باران وجود خواهد داشت. می‌توان گفت اعتقاد به سنگ‌های باران‌زا انرژی روانی مثبت مردم است که باعث می‌شود ناامید نشده، حرکت نموده و مسیری پرهیاهو را برای رسیدن به هدف خود امتحان کنند تا در نهایت موفق شوند.

۵-۵-۵-۵-۵ دا بارون

مراسم دعای باران یا دابارون بیشتر توسط زنان و کودکان اجرا می‌شود و آن هم در فصل بی‌باران در زمستان، بهار و تابستان. در دابارون زنان و دختران و کودکان با کوله بار بر دوش و خورجینی که در آن مقداری نان و مشکی نیمه خشک و تهی از آب و سه قطعه چوب که مربوط به ملار (داربستی که مشکِ دوغ را به آن می‌آویزند) خانه بوده و توسط وریس (veris) به گونه‌ای خاص به کمر بسته و راهی کوه می‌شوند، در طول راه جمعیت در پی دابارون همصدا می‌خوانند. (دا تشنمه، بو گسنمه: مادر تشنه‌ام، پدر گرسنه‌ام) و پس از طی مسافتی دور از آبادی در مکان مناسبی فرود می‌آیند و نماز می‌خوانند و از خدا طلب باران می‌کنند که در این میان یکی از بزرگان و ریش‌سفیدان کهن‌سال در پی آن‌ها آمده و آنان را از رفتن مجدد بازمی‌دارد و به ایشان قول می‌دهد که خداوند باران رحمتش را از بندگان دریغ نمی‌کند و همگی را به خانه بر می‌گرداند (بی بی حکیمه باندری، ایذه).

۵-۵-۵-۱-۵-۵ تحلیل و بررسی نقش امید در آیین دا بارون

وجود مشکلات در خانواده و زندگی، فرصت بهره‌مندی از کانون گرم خانه را از اعضای آن به خصوص مادران می‌گیرد. اگر مهم‌ترین عضو خانواده یعنی زن در برابر تنش‌ها، صبور و امیدوار باشد این بدین معنی است که نگرشی مثبت و باورهایی قوی

در فرهنگ مردم ریشه دوانده است. آیین دابارون توسط زنان و کودکان یعنی قشر حساس در بین همهی افراد انجام می‌گیرد پس امید در آن‌ها به خوبی تقویت شده است. وقتی امید بر فکر و اندیشه‌ی فردی حاکم شود او را بر می‌انگیزد و این انگیزش باعث تلاش و فعالیت برای رسیدن به هدف می‌شود. امیدواران را می‌توان از زندگی پرتکاپو و تلاش‌های پرثمرشان شناخت. نیز کسانی که امید بالایی دارند، توانایی بیشتری برای حل مسائل اجتماعی نسبت به کسانی که دچار امید پایین هستند، دارند (بهار، ۱۳۸۸: ۴۴). در این آیین تلاش و تکاپو در نهایت قدرت خود وجود دارند آن هم توسط زنان و کودکان و سپس امید عمیق مردان به امید آن‌ها می‌پیوندد و نوید محقق شدن هدفشان را به آن‌ها می‌دهد.

خواندن نمار و طلب باران در مکانی دور از آبادی پس از طی مسافتی طولانی، تلاش و جدیت را در نائل شدن به هدف نشان می‌دهد. در بین این مردم، نگاه امیدوارانه به مشکلات و ناملایمات، یک تصویر روشن از آینده ترسیم می‌کند که برای رسیدن به آن باید برنامه‌ریزی داشت و تمام تلاش و همت را صرف رسیدن به هدف کرد.

۵-۶- چهل کچلون

همان طور که در مراسم طلب باران در موقع کمی بارش دست به اجرای مراسم کل الیکوسه یا دابارون می‌زنند، بارش بیش از اندازه، باعث پریشانی مردم می‌شود و احتمال خسارت و جاری شدن سیل آن‌ها را تهدید می‌کند. مردم این بار به مراسمی متوسل می‌شوند که چهل کچلون یا باران‌بند نام دارد. در اینجا کاراکترها دیگر انسان نیستند، بلکه نمادهایی هستند که به صورت چوب روی بند بلندی که جلوی سیاه‌چادر یا خانه کشیده شده است بسته می‌شوند.

در این مراسم شخصی با آراستن جلوی سیاه‌چادر، چهل قطعه چوب را تهیه کرده و روی آن‌ها اسم چهل نفر کچل را می‌نویسد و این چهل تکه چوب را در جایی که از قبل تدارک دیده شده و در زیر باران است یعنی به بندی که جلوی سیاه‌چادر یا خانه

کشیده شده است، می‌بندد. در این موقع با چوبی که در دست دارد به چوب‌های بسته شده می‌زند و می‌گوید:

چهل کچلون وداره/ خدا بارون واداره

kchel kacalon vadare/ khoda baron vadar

در این مراسم تنها یک نفر دست به اجرا می‌زند و مردم تماشاگرانی هستند که از داخل سیاه‌چادر یا خانه مراسم را تماشا می‌کنند و بدین ترتیب اهالی معتقدند که سینه ابرها شکافته شده و ساعتی بعد ریزش باران قطع خواهد شد (ولی میرعلایی، باغملک).

۵-۶-۱- تحلیل بررسی نقش امید در آیین چهل کچلون

امید می‌تواند روند رویارویی با ناملایمات زندگی را آسان کند و صبر و انگیزه را در انسان تقویت کند (چیمیک^۱، ۲۰۰۴: ۴۳۰). در این آیین یک فرد قصد می‌کند با اجرای نمایش ساده، به هدف قطع باران برسد. گاهی تمسک به اشیاء خود انگیزه‌ای بسیار قوی در راه رسیدن به هدف است و از آثار تمسک، آرامش ذهنی، صبوری، کسب آرامش و امیدواری است. آن چنان امیدواری قوی که فرد تا رسیدن به مقصود، تمسک خود را از دست نمی‌دهد و به آن ادامه می‌دهد. مردم با تماشای نمایش و باور او، امید او را تقویت کرده خود نیز امیدوار به حصول نتیجه هستند. به راستی که امید نیروی عظیم اراده است که می‌تواند هم منجر به روی دادن اتفاقی شود و هم روی ندادن یک اتفاق.

۶- نتیجه‌گیری

امید باعث تحرک و تلاش افراد در زندگی می‌شود. تلاشی که مداوم و پیوسته است. فعالیت‌هایی که خلاقانه و پویا هستند و حس شادکامی در میانه‌ی ناملایمات را که خود از آثار امیدواری است به افراد می‌دهد. در آیین‌های باران‌خواهی قوم بختیاری؛ پویایی، خلاقیت، انگیزه و بسیاری مؤلفه‌های دیگر که نشان دهنده‌ی امید و

^۱. Chimick

امیدواری در بین آنان است، به چشم می‌خورد و هر ساله و در تمام دوران زندگی افراد، حضوری پررنگ دارند. اعتقاد آن‌ها بر این است که تأکید و اصرار بر تلاش برای رسیدن به هدف، نتیجه‌ی مثبت را به همراه دارد. باورهای دینی و شخصی، در تقویت امید مردم بختیاری بسیار مؤثر بوده و گذرگاه‌های انگیزشی زیادی را در مسیرهای رسیدن به موفقیت ایجاد می‌کند. مردم بختیاری با داشتن امید، انتظاری مثبت برای آینده دارند. انتظار مثبتی که همانند سپری، مقابل استرس‌ها، تنش‌ها و فشارهای روانی قرار می‌گیرد تا با محافظت از جسم و روح افراد، حس خوشبینانه و شادی و تاب‌آوری راحت تری را ایجاد کند. مردم با امید به خود، زندگی و آینده، برای خود شادی و نشاط می‌آفرینند و لذت‌های دلنشین همراه با کامیابی موفقیت، کسب می‌کنند. بسیار زیباست که افراد شرایط دشوار و بحرانی زندگی را با خلق هیجانات مثبت یعنی شادی و زیرمجموعه‌ی شادی که امید است بگذرانند. در نهایت باید گفت که امید، ریشه‌ی به پاخاستن آیین باران خواهی در قوم بختیاری است و علاوه بر ایجاد انتظار شیرین برای افراد، نشاط و شادی را به همراه می‌آورد.

منابع

- ۱- بهاری، فرشاد، مقایسه تأثیر مشاوره زناشویی متمرکز بر امید و مدل ترکیبی بخشودگی و امید بر تحریف‌های شناختی بین فردی و تعارضات زناشویی زوج‌های مراجع به مراکز مشاوره شهر اصفهان، پایان‌نامه دکتری، گروه مشاوره، اصفهان، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه اصفهان، ۱۳۸۸.
- ۲- پرچم، اعظم. محققیان، زهرا (۱۳۹۰). بررسی تطبیقی راه‌کارهای ایجاد و افزایش امید از دیدگاه روان‌شناسی مثبت نگر و قرآن کریم. معرفت ۲۰ (۱۶۴)، ۹۹-۱۱۳
- ۳- حسینی، مونس (۱۳۸۸). رابطه امید به زندگی و سرسختی روان‌شناختی. فصلنامه اندیشه و رفتار. ۳ (۱۲)، ۶۵-۵۷.
- ۴- خلعتبری لیمایی، مصطفی (۱۳۸۵) از یاد رفته‌ها آیین‌های باران خواهی و بند آمدن باران، فرهنگ مردم

- ۵- _____، _____ (۱۳۸۷) چول قزک بارون کن (بررسی آیین‌های باران‌خواهی و آفتاب‌خواهی در فرهنگ عامه)، نجوای فرهنگ، ش ۷، ۳۵-۵۱.
- ۶- داد، سیما (۱۳۸۳)، فرهنگ اصطلاحات ادبی، تهران، انتشارات مروارید.
- ۷- داودی، محمد رضا. (۱۳۸۳). امید و نقش تربیتی آن در زندگی انسان. ماهنامه معرفت، ۸۱، ۴۵-۵۱.
- ۸- درودی، حمید. (۱۳۸۹). تاثیر زوج درمانی گروهی امید محور بر رضایت زناشویی زوجهای شوهرمعتاد. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی
- ۹- ذوالفقاری، حسن (۱۳۹۵) بررسی و تحلیل نمایش‌های باران‌خواهی و باران‌خوانی در ادبیات عامیانه ایران، کهن‌نامه ادب پارسی، سال هفتم، ش چهارم، ۸۱-۱۰۹
- ۱۰- ذوالفقاری انارکی، سیما (۱۳۸۱)، گویش بختیاری: بقا یا زوال؟، مجله انسان‌شناسی شماره اول.
- ۱۱- ستوده اصل، نعمت. نشاط دوست، حمید طاهر. کلانتری، مهرداد. طالبی، هوشنگ و خسروی، علیرضا. (۱۳۸۹). ۸-مقایسه دو روش دارودرمانی و امید درمانی بر ابعاد کیفیت زندگی بیماران مبتلا به فشار خون اساسی. مجله روان‌شناسی بالینی. ۲ (۱). ۳۴-۲۷.
- ۱۲- فقیهی، علی‌نقی. (۱۳۸۷). جوان و آرامش روان: مشکلات، مشاوره و درمانگری با نگرش اسلامی، قم: انتشارات پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- ۱۳- قاسمی، افشان. عابدی، احمد و باغبان، ایران. (۱۳۸۸). اثربخشی آموزش گروهی مبتنی بر نظریه امید اسنایدر بر میزان شادکامی سالمندان. دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، ۴۱، ۴۰-۱۷.
- ۱۴- قنبری عدیوی، عباس (۱۳۹۰)، جستاری در فرهنگ و هنر بختیاری، شهرکرد: نیوشه.
- ۱۵- کار، آلن (۱۳۸۵). روان‌شناسی مثبت؛ علم شادمانی و نیرومندی‌های انسان. (ترجمه حسن پاشا شریفی و جعفر نجفی زند). تهران: سخن (تاریخ انتشار اثر به زبان اصلی؟).
- ۱۶- کرمانی، زهرا. خداپناهی، محمد کریم. حیدری، محمود (۱۳۹۰) ویژگی‌های روانسنجی مقیاس امید اسنایدر. روان‌شناسی کاربردی؛ ۵(۳) (۱۹): ۷-۲۳.

۱۷- نامداری، کوروش. مولوی، حسین. ملک‌پور، مختار. کلانتری، مهرداد. (۱۳۸۸). تأثیر آموزش شناختی ارتقای امید بر توانمندی‌های شخصیتی مراجعین افسرده‌خو. روان‌شناسی بالینی، ۱(۳)، ۲۱-۳۴.

۱۸- نعمت طاوسی، مریم (۱۳۹۱) رمزگشایی پاره‌های آیین‌های باران خواهی ایران، مطالعات ایرانی، سال یازدهم، شماره ۲۱، ۲۸-۵۱.

۱۹- هزار جریبی، جعفر؛ آستین افشان، پروانه. (۱۳۸۸). بررسی عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی (با تأکید بر استان تهران). جامعه‌شناسی کاربردی، ۳۳ (۱).

Benzein, E. G. , Berg, A. C. (2005). The level of and relation between hope, hopelessness and fatigue in patients and family members in palliative care. *Palliat Med.* 19(3): 234-40 .

Catherine, C. L. , Bulter, L. , Koopman, L. (2003). Supportive expressive group therapy and distress in patient with metastatic breast cancer. *Journal of Medical Psychology*, 3; 122(13): 52-7 .

Chang, E. C. , & Desimon, S. H. L. (2001). The influence of hope on appraisals, coping, and dysphoria: a test of hope theory. *Journal of social and clinical psychology*, 20(2), 117-129 .

Chimick, W. T. , & Nikolaichak, CH. L. (2004). Exploring the links between depression integrity, and hope in the elderly. *Journal psychiatry*, 49: 428-433 .

Gillespite, B. M. (2007). The predictors of resilience in operating room nurses. Unpublished Dissertation, Griffith University .

Feldman, D. B. & Snyder, C. R. (2005). Hope and the meaningful life: theoretical and empirical associations between goal-directed thinking and life meaning. *Journal of social and clinical psychology*, 24(3): 401-421 .

Herth, K. (2000). Enhancing hope in people with a first recurrence of cancer. *J Adv Nurs.* 32(6): 1431-41 .

Herth, K. A. , Cutcliffe, J. R. (2002). The concept of hope in nursing 3: hope and palliative care nursing. *Br J Nurs.* 7; 11(14): 977-83 .

- Johenson, K. L. (1998). Measuring the spirit and spiritual attributes of resiliency. Unpublished dissertation, University of Utah, Salt Lake City .
- Mazidi M, Ostovar S. (2006). Effects of religion and type of religious internalization on the mental health of Iranian adolescents. *Perceptual and Motor Skills*, 103(1): 301-6 .
- Mascaro, N. , & Rosen, D. H. (2005). Existential meaning's role in the enhancement of hope and prevention of depressive symptoms. *Journal of personality*, 73(4): 985-1014 .
- Meadows, L. A. , Kaslow, N. J. , Thompson, M. P. , & Jurkovic, G. J. (2005). Protective against suicide attempt risk among African American women experiencing intimate partner violence. *American journal of community psychology*, 36(1-2): 106-121 .
- Ong, A. D. Edwards, L. M. , & Bergemen, C. S. (2006). Hope as a source of resilience in later adulthood. *Journal of Personality and Individual Differences*, 41: 1263-1273 .
- Snyder, C. R. (1994). *The psychology of hope: You can get there from here*. 1st ed. New York: Free .
- Snyder, C. R. (1995). Conceptualizing, measuring, and nurturing hope. *Journal of Counseling and Development*, 73, 355-360 .
- Snyder, C. R. (2002). *Hand book of hope*. New York: Academic Press .
- Snyder, C. R. , Harris, C. , Anderson, J. R. , Holleran, S. A. , Irasing, L. M. , Sigmon, S. T. , Yoshinobu, L. , Gibb, J. , Langelle, C. , & Harney, P. (1991). The will and the ways: development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 570-585 .
- Snyder, C. R. , Rand, K. L. (2005). Hopelessness and health. In N. Anderson (Ed.), *Encyclopedia of health and behavior*. Thousand Oaks, CA: Sage; 521-523 .
- Seligman, M. E. P. , Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*. 221-278 .

- Seligman, M. E. P. , Steen, T. A. , Park , N. & Peterson , C. (2005). Positive Psychology Progress: Empirical Validation of Interventions. *American Psychologist*, 60(5): 410–421 .
- Schrank, B. , Stanghellini, G. , & Slade, M. (2008). Hope in psychiatry: a review of the literature. *Acta psychiatrica scandinavica*, 118(6): 421-433 .
- Tusaie, K. , & Patterson, K. (2006). Relationships among trait, situational, and comparative optimism: Clarifying for theoretically consistent and evidence-based intervention to maximise resilience. *Archive of Psychiatric Nursing*, 20(3), 144-150.
- Wang, L. Y. , Chang, P. C. , Shih, F. J. , Sun, C. C. , & Jeng, C. (2006). Self-care behavior, hope, and social support in Taiwanese patients awaiting heart transplantation. *Journal of psychosomatic research*, 67(4): 485-491 .