98. ਹੱਥ ਵਟਾਉਣਾ - ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਵਿਹਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਹੱਥ ਵਟਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

99. ਹੱਥ ਵੱਢ ਦੇਣਾ - ਤੂੰ ਕਚਹਿਰੀ ਵਿੱਚ ਹੱਥ ਵੱਢ ਕੇ ਦੇ ਚੁੱਕਾ ਹੈਂ ਇਸ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਜ਼ਮੀਨ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਦੇਣ ਤੋਂ ਤੂੰ ਮੁੱਕਰ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ।

100. ਹੱਥ ਵਿਖਾਉਣਾ - ਭਾਰਤੀ ਹਰ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਦੁਸ਼ਮਣਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਹੱਥ ਵਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਾਰੇ ਵੇਖਦੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

101. ਹੱਥਾਂ ਦੇ ਤੋਤੇ ਉੱਡਣੇ - ਰਘੁਬੀਰ ਨੇ ਕੇਵਲ ਗੈੱਸ-ਪੇਪਰ ਵਿੱਚੋਂ ਸਵਾਲ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਸਨ, ਜਦੋਂ ਪਰੀਖਿਆ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਸਵਾਲ ਨਾ ਆਇਆ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਦੇ ਤੋਤੇ ਉੱਡ ਗਏ।

102. ਹੱਡਾਂ-ਪੈਰਾਂ ਦਾ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਹੋਣਾ - ਪੇਂਡੂ ਲੋਕ ਚੰਗਾ ਖਾਂਦੇ-ਪੀਂਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਸ਼ਹਿਰੀਆਂ ਨਾਲੋਂ ਹੱਡਾਂ-ਪੈਰਾਂ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

103. ਹੱਥਾਂ-ਪੈਰਾਂ ਦੀ ਪੈਣਾ - ਪਿੰਡ ਦੇ ਨੇੜੇ ਕੋਈ ਡਿਸਪੈਂਸਰੀ ਨਹੀਂ ਸੀ ਇਸ ਲਈ ਬਾਪੂ ਜੀ ਜਦੋਂ ਅਚਾਨਕ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਗਏ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਹੱਥਾਂ-ਪੈਰਾਂ ਦੀ ਪੈ ਗਈ।

104. ਹੱਥੀਂ ਛਾਂਵਾਂ ਕਰਨੀਆਂ - ਅੱਜ ਦੇ ਜੁਗ ਵਿੱਚ ਜਿਸ ਕੋਲ਼ ਧਨ-ਦੌਲਤ ਜਾਂ ਕੋਈ ਵੱਡਾ ਅਹੁਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਹੱਥੀਂ ਛਾਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

105. ਹਨੇਰ ਆਉਣਾ - ਜੇ ਮੁੰਡੇ ਨੇ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦੀ ਕੁੜੀ ਨਾਲ਼ ਵਿਆਹ ਕਰਨ ਦੀ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਹਨੇਰ ਆ ਗਿਆ?

106. ਹਨੇਰ ਪੈ ਜਾਣਾ - ਇੱਕੋ-ਇੱਕ ਕਮਾਊ ਮੈਂਬਰ ਦੇ ਦਿਹਾਂਤ ਨਾਲ਼ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹਨੇਰ ਪੈ ਗਿਆ।

107. ਹਵਾਈ ਕਿਲ੍ਹੇ ਉਸਾਰਨਾ - ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲ਼ੇ ਅੱਗੇ ਲੰਘ ਗਏ, ਕੇਵਲ ਹਵਾਈ ਕਿਲ੍ਹੇ ਉਸਾਰਨ ਵਾਲ਼ੇ ਬੈਠੇ ਰਹਿ ਗਏ।

108. ਹਾਲਤ ਪਤਲੀ ਹੋਣਾ - ਘਰ ਦੀ ਹਾਲਤ ਪਤਲੀ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਉਹ ਇੱਛਾ ਰੱਖਦਾ ਹੋਇਆ ਵੀ ਉਚੇਰੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਨਾ ਕਰ ਸਕਿਆ।

109. ਹਿੱਕ 'ਤੇ ਮੂੰਗ ਦਲ਼ਨਾ - ਧਨੀ ਲੋਕ ਵਿਆਹਾਂ-ਸ਼ਾਦੀਆਂ ਤੇ ਫ਼ਜ਼ੂਲ-ਖ਼ਰਚੀ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ ਧਨ ਦਾ ਵਿਖਾਵਾ ਕਰਕੇ ਨਿਰਧਨਾਂ ਦੀ ਹਿੱਕ 'ਤੇ ਮੂੰਗ ਦਲ਼ਦੇ ਹਨ।

110. ਹਿੰਗ-ਫਟਕੜੀ ਨਾ ਲੱਗਣਾ - ਦੋਹਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੇ ਮੁੰਡੇ ਤੇ ਕੁੜੀ ਦਾ ਬਿਲਕੁਲ ਸਾਦੇ ਢੰਗ ਨਾਲ਼ ਵਿਆਹ ਕੀਤਾ; ਨਾ ਹਿੰਗ ਲੱਗੀ, ਨਾ ਫਟਕੜੀ ਅਤੇ ਸੋਭਾ ਵਾਧੇ ਦੀ ਹੋਈ।

111. ਹੇਠਲੀ ਉੱਤੇ ਕਰ ਦੇਣਾ - ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਦੇਸ ਵਿੱਚ ਘਰੋਗੀ ਜੰਗ ਛਿੜਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਹੇਠਲੀ ਉੱਤੇ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

112. ਹੌਲ਼ਾ ਫੁੱਲ ਹੋਣਾ - ਮੈਂ ਪਰੀਖਿਆ ਦਾ ਆਖ਼ਰੀ ਪਰਚਾ ਦੇ ਕੇ ਹੌਲ਼ਾ ਫੁੱਲ ਹੋ ਗਿਆ।

113. ਹੌਲ਼ਾ ਪੈਣਾ - ਬਾਬਾ ਫ਼ਰੀਦ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਹੈ ਕਿ ਪਰਾਏ ਆਸਰੇ ਰਹਿਣ ਨਾਲ਼ ਬੰਦਾ ਹੌਲ਼ਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

114. ਹੱਡ-ਗੋਡੇ ਰਗੜਨਾ - ਚੰਗਾ ਸਮਾਜ ਉਹ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਬੁਢਾਪੇ ਵਿੱਚ ਹੱਡ-ਗੋਡੇ ਨਾ ਰਗੜਨੇ ਪੈਣ।

115. ਹੱਡ ਭੰਨ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ - ਮਜ਼ਦੂਰ ਹੱਡ ਭੰਨ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਫਿਰ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਨਹੀਂ ਚੱਲਦਾ।

116. ਹੱਡਾਂ ਨੂੰ ਰੋਗ ਲਾਉਣਾ - ਉਹਦਾ ਜੁਆਨ ਪੁੱਤਰ ਕੀ ਮਰ ਗਿਆ, ਉਸ ਨੇ ਤਾਂ ਹੱਡਾਂ ਨੂੰ ਰੋਗ ਲਾ ਲਿਆ; ਪੁੱਤਰ ਦੀ ਮੌਤ ਤੋਂ ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ ਆਪ ਵੀ ਚੱਲ ਵੱਸੀ।

117. ਹੱਡਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਪੈਣਾ, ਹੱਥ ਉੱਤੇ ਹੱਥ ਧਰ ਕੇ ਬੈਠਣਾ - ਹੱਥ ਉੱਤੇ ਹੱਥ ਧਰ ਕੇ ਬੈਠਣ ਨਾਲ਼ ਬੰਦਾ ਵੱਡਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਸਗੋਂ ਉਸ ਦੇ ਹੱਡਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

118. **ਹੱਥ ਅੱਡਣਾ** - ਜੇ ਗ਼ਰੀਬ ਆਦਮੀ ਨਸ਼ੇ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਵੇ ਤਾਂ ਉਹਨੂੰ ਛੇਤੀ ਹੀ ਦੂਜਿਆਂ ਅੱਗੇ ਹੱਥ ਅੱਡਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਹੋਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

119. **ਹੱਥ ਹਿਲਾਉਣਾ** - ਹੱਥ ਹਿਲਾਉਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਕਾਮਯਾਬੀ ਹਾਸਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਇਸ ਲਈ ਹੱਥ ਉੱਤੇ ਹੱਥ ਧਰ ਕੇ ਨਾ ਬੈਠੋ।

120. **ਹੱਥ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਰੱਖਣਾ** - ਅੱਜ ਦੀ ਮਹਿੰਗਾਈ ਵਿੱਚ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਦੀ ਕਮਾਈ ਕਰ ਕੇ ਹੱਥ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਨਹੀਂ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ।

121. **ਹੱਥ ਗਰਮ ਹੋਣਾ** - ਦਫ਼ਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਬੇਈਮਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਕਿ ਉਹ ਹੱਥ ਗਰਮ ਹੋਣ 'ਤੇ ਹੀ ਕੰਮ ਕਰਨ। ਇੱਕਾ-ਦੁੱਕਾ ਗ਼ਲਤ ਬੰਦਿਆਂ ਕਾਰਨ ਹੀ ਬਾਕੀ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਬਦਨਾਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

122. **ਹੱਥ ਦਾ ਸੁੱਚਾ ਹੋਣਾ** - ਜਿਹੜਾ ਵਿਅਕਤੀ ਹੱਥ ਦਾ ਸੁੱਚਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਦਾ ਸਾਰੇ ਇਤਬਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ।

123. **ਹੱਥ ਧੋ ਕੇ ਪਿੱਛੇ ਪੈਣਾ** - ਜਿਹੜੇ ਕੰਮ ਨੂੰ ਹੱਥ ਧੋ ਕੇ ਪਿੱਛੇ ਪੈ ਜਾਈਏ ਉਸ ਨੇ ਤਾਂ ਹੋਣਾ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

124. **ਹੱਥ ਨੂੰ ਹੱਥ ਨਾ ਦਿਸਣਾ** - ਮੱਸਿਆ ਦੀ ਕਾਲ਼ੀ ਰਾਤ ਵਿੱਚ ਹੱਥ ਨੂੰ ਹੱਥ ਨਹੀਂ ਦਿਸਦਾ ਪਰ ਦਿਵਾਲ਼ੀ ਵਾਲ਼ੇ ਦਿਨ ਦੀਵਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਇਹੀ ਰਾਤ ਜਗਮਗ-ਜਗਮਗ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

125. **ਹੱਥ ਪੀਲ਼ੇ ਕਰਨਾ** - ਦਾਜ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਕਾਰਨ ਗ਼ਰੀਬ ਆਦਮੀ ਦੀ ਆਪਣੀ ਧੀ ਦੇ ਹੱਥ ਪੀਲ਼ੇ ਕਰਨ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਵਿੱਚ ਨੀਂਦ ਹਰਾਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

126. **ਹੱਥ-ਪੈਰ ਮਾਰਨਾ** - ਆਮ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਰੋਟੀ ਕਮਾਉਣ ਲਈ ਕਈ ਪਾਸੇ ਹੱਥ-ਪੈਰ ਮਾਰਨੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ।

127. **ਹੱਥ ਮਲ਼ਨਾ** - ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੰਮ ਨੂੰ ਸਿਰੇ ਚੜ੍ਹਾਉਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਹੱਥ ਮਲ਼ਨ ਦਾ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ।

128. **ਹੱਥ ਰੰਗਣਾ** - ਬੇਈਮਾਨ ਵਪਾਰੀ ਲੁੜੀਂਦੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਦੀ ਥੁੜ ਪੈਦਾ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਦੂਣੇ-ਤੀਣੇ ਭਾਅ ਵੇਚ ਕੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਰੰਗਦੇ ਹਨ।

129. **ਹੱਥ ਲਮਕਾਉਂਦੇ ਆਉਣਾ** - ਸਾਡੇ ਪਿੰਡ ਦੇ ਕਈ ਗੱਭਰੂ ਵੱਡੀ ਕਮਾਈ ਕਰਨ ਦੀ ਆਸ ਨਾਲ਼ ਵਿਦੇਸ਼ ਗਏ ਪਰ ਉਥੋਂ ਛੇਤੀ ਹੀ ਹੱਥ ਲਮਕਾਉਂਦੇ ਪਰਤ ਆਏ।

130. **ਕੱਖ ਨਾ ਰਹਿਣਾ** - ਕੱਪੜੇ ਦੀ ਦੁਕਾਨ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਕਾਰਨ ਪਿੱਛੇ ਕੱਖ ਵੀ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ।

131. **ਕਈ ਪੱਤਣਾਂ ਦਾ ਪਾਣੀ ਪੀਤਾ ਹੋਣਾ** - ਜਿਸ ਨੇ ਕਈ ਪੱਤਣਾਂ ਦਾ ਪਾਣੀ ਪੀਤਾ ਹੁੰਦਾ, ਉਹ ਕਿਸੇ ਤੋਂ ਧੋਖਾ ਨਹੀਂ ਖਾਂਦਾ।

132. **ਕੱਖ ਭੰਨ ਕੇ ਦੂਹਰਾ ਨਾ ਕਰਨਾ** - ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿਹਲੇ ਬੈਠ ਕੇ ਖਾਣ ਦੀ ਆਦਤ ਹੋਵੇ, ਉਹ ਕੱਖ ਭੰਨ ਕੇ ਦੂਹਰਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।

133. **ਕੱਖਾਂ ਤੋਂ ਹੌਲਾ ਹੋਣਾ** - ਰਮਨ ਨੇ ਇਕਰਾਰ ਪੂਰਾ ਨਾ ਕਰਨ ’ਤੇ ਮੈਨੂੰ ਅਜਿਹੀ ਝਾੜ ਪਾਈ ਕਿ ਮੈਂ ਕੱਖਾਂ ਤੋਂ ਹੌਲ਼ਾ ਹੋ ਗਿਆ।

134. **ਕੱਚਾ ਕਰਨਾ** - ਰਵੀ ਨੇ ਰਾਜੂ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਕਰਤੂਤਾਂ ਦਾ ਭਾਂਡਾ ਸਾਰਿਆਂ ਸਾਹਮਣੇ ਭੰਨ ਕੇ ਉਸ ਕੱਚਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ।

135. **ਕੱਚੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਖੇਡੇ ਹੋਣਾ** - ਮੈਂ ਕੱਚੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਨਹੀਂ ਖੇਡਿਆ ਹੋਇਆ, ਤੇਰੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਚਲਾਕੀਆਂ ਸਮਝਦਾ ਹਾਂ।

136. **ਕੱਛਾਂ ਮਾਰਨਾ** - ਸੁਮਨ ਪੇਪਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚੋਂ ਪਹਿਲਾ ਸਥਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਕੇ ਕੱਛਾਂ ਮਾਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

137. **ਕਦਮਾਂ ਹੇਠ ਅੱਖਾਂ ਵਿਛਾਉਣਾ** - ਸਿਆਣੇ ਅਤੇ ਹੋਣਹਾਰ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਕਦਮਾਂ ਹੇਠ ਅੱਖਾਂ ਵਿਛਾਉਂਦੇ ਹਨ।

138. **ਕੱਪੜਿਆਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋਣਾ** - ਮੇਰੇ ਕੋਲ਼ੋਂ ਖ਼ਰੀਆਂ-ਖ਼ਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਸੁਣ ਕੇ ਉਹ ਕੱਪੜਿਆਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋ ਗਿਆ।

139. **ਕਬਰ ਕਿਨਾਰੇ ਹੋਣਾ** - ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਦੀ ਔਲਾਦ ਕਬਰ ਕਿਨਾਰੇ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਆਪ ਵੱਖ ਰਹਿਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

140. ਕਬਰਾਂ ਦੇ ਮੁਰਦੇ ਪੁੱਟਣਾ - ਮੇਰੇ ਗੁਆਂਢ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਸਕੇ ਭਰਾ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਝਗੜ ਕੇ ਕਬਰਾਂ ਦੇ ਮੁਰਦੇ ਪੁੱਟਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਭੇਤ ਜੱਗ ਜਾਹਰ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਏ।

141. ਕਮਰ ਕੱਸੇ ਕਰਨਾ - ਯੁੱਗ ਦਾ ਐਲਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹੀ ਫ਼ੌਜ ਨੇ ਕਮਰ ਕੱਸੇ ਕਰ ਲਏ।

142. ਕਰਮਾਂ ਨੂੰ ਰੋਣਾ - ਵਿਧਵਾ ਔਰਤ ਵਿਚਾਰੀ ਆਪਣੇ ਕਰਮਾਂ ਨੂੰ ਰੋਂਦੀ ਦਿਨ ਕੱਟ ਰਹੀ ਹੈ।

143. ਕੱਲਰ ਦਾ ਕੰਵਲ ਹੋਣਾ - ਸ੍ਰੀ ਲਾਲ ਬਹਾਦਰ ਸ਼ਾਸਤਰੀ ਕੱਲਰ ਦੇ ਕੰਵਲ ਸਨ, ਉਹ ਗ਼ਰੀਬ ਘਰ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋਏ, ਪਰ ਦੇਸ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਬਣ ਗਏ।

144. ਕਲੇਜਾ ਕੰਬ ਜਾਣਾ - ਅਚਾਨਕ ਰਾਹ ਵਿੱਚ ਸੱਪ ਅੱਗੇ ਆਇਆ ਦੇਖ ਮੇਰਾ ਕਲੇਜਾ ਕੰਬ ਗਿਆ।

145. ਕਲੇਜਾ ਫੜ ਕੇ ਬਹਿ ਜਾਣਾ - ਆਪਣੇ ਪੁੱਤਰ ਦੀ ਮੌਤ ਦੀ ਖ਼ਬਰ ਸੁਣ ਕੇ ਮਾਂ ਕਲੇਜਾ ਫੜ ਕੇ ਬਹਿ ਗਈ।

146. ਕਲੇਜਾ ਵਿੰਨਿਆ ਜਾਣਾ - ਭਾਰੀ ਮੀਂਹ ਨਾਲ਼ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋਈ ਫ਼ਸਲ ਦੇਖ ਕੇ ਕਿਸਾਨ ਦਾ ਕਲੇਜਾ ਵਿੰਨਿਆ ਗਿਆ।

147. ਕਲੇਜੇ ਭਾਂਬੜ ਬਲ਼ਨਾ - ਗੁਆਂਢੀ ਮੁਲਕ ਨੇ ਧੋਖੇ ਨਾਲ਼ ਹਮਲਾ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਦੋ ਜੁਆਨ ਸ਼ਹੀਦ ਕਰ ਦਿੱਤੇ, ਇਸ ਖ਼ਬਰ ਨੂੰ ਸੁਣਦਿਆਂ ਦੇਸਵਾਸੀਆਂ ਦੇ ਕਲੇਜੇ ਭਾਂਬੜ ਬਲ਼ਨ ਲੱਗੇ।

148 ਕਾਇਆ ਪਲਟ ਦੇਣਾ - ਨਵੀਂ ਸਿੱਖਿਆ ਨੀਤੀ ਨੇ ਸਾਡੀ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲ਼ੀ ਦੀ ਕਾਇਆ ਪਲਟ ਦਿੱਤੀ।

149. ਕਾਂਜੀ ਘੋਲ਼ਨਾ - ਸਾਡੇ ਘਰ ਵਿਆਹ ਦੀਆਂ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਸਮੇਂ ਗੁਆਂਢੀ ਨੇ ਜਾਇਦਾਦ ਦੇ ਝਗੜੇ ਦੀ ਗੱਲ ਛੇੜ ਕੇ ਕਾਂਜੀ ਘੋਲ਼ ਦਿੱਤੀ।

150. ਕਾਰਾ ਹੋ ਜਾਣਾ - ਜੇਕਰ ਸੜਕ ਆਵਾਜਾਈ ਦੌਰਾਨ ਸਾਵਧਾਨੀ ਨਾ ਵਰਤੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕੋਈ ਕਾਰਾ ਹੋ ਜਾਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

151. ਕਾਲ਼ਜੇ ਛੁਰੀਆਂ ਮਾਰਨਾ - ਨੂੰਹ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੇਰੀ ਸੱਸ ਮੇਰੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਨਿੰਦਿਆ ਕਰ ਕੇ ਹਰ ਸਮੇਂ ਮੇਰੇ ਕਾਲ਼ਜੇ ਛੁਰੀਆਂ ਮਾਰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

152. ਕਾਂਵਾਂ-ਰੌਲ਼ੀ ਪਾਉਣਾ - ਅਧਿਆਪਕ ਦੇ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਂਦਿਆਂ ਹੀ ਬੱਚੇ ਕਾਂਵਾਂ ਰੌਲ਼ੀ ਪਾਉਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ।

153. ਕੀਤੀ-ਕਰਾਈ ਖੂਹ 'ਚ ਪੈਣਾ - ਮੀਂਹ ਨਾਲ਼ ਕਿਸਾਨ ਦੀ ਬੀਜੀ ਫ਼ਸਲ ਕਰੰਡ ਹੋ ਕੇ ਕੀਤੀ-ਕਰਾਈ ਖੂਹ ਵਿੱਚ ਪੈ ਗਈ।

154. ਕੁੱਜੇ ਵਿੱਚ ਸਮੁੰਦਰ ਬੰਦ ਕਰਨਾ - ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਚੌਦਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਮੂਲ-ਮੰਤਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਰਹੱਸਵਾਦੀ ਫ਼ਿਲਾਸਫ਼ੀ ਦਾ ਨਿਚੋੜ ਪੇਸ਼ ਕਰਦਿਆਂ ਕੁੱਜੇ ਵਿੱਚ ਸਮੁੰਦਰ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ।

155. ਕੁੱਤੇ ਦੀ ਮੌਤ ਮਰਨਾ - ਬੁਰੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲ਼ੇ ਵਿਅਕਤੀ ਅੰਤ ਕੁੱਤੇ ਦੀ ਮੌਤ ਮਰਦੇ ਹਨ।

156. ਕੁੱਬੇ ਨੂੰ ਲੱਤ ਰਾਸ ਆਉਣਾ - ਜਦੋਂ ਹੁਕਮਰਾਨ ਪਾਰਟੀ ਵਿਰੋਧੀ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਲੀਡਰਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਜੇਲ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁੱਟਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਨਾਇਕ ਬਣ ਕੇ ਬਾਹਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੁੱਬੇ ਦੇ ਲੱਤ ਰਾਸ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

157. ਕੋਠੇ ਜਿੱਡੀ ਹੋ ਜਾਣਾ - ਜਦੋਂ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਨੂੰ ਧੀ ਕੋਠੇ ਜਿੱਡੀ ਨਜ਼ਰ ਆਉਣ ਲੱਗ ਪਵੇ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਦੇ ਵਿਆਹ ਦੀ ਫ਼ਿਕਰ ਸਤਾਉਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।

158. ਕੌੜਾ ਘੁੱਟ ਭਰਨਾ - ਹੜ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨ ਹੋਏ ਨੁਕਸਾਨ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਪਰ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੇ ਕੌੜਾ ਘੁੱਟ ਭਰ ਲਿਆ।

159. ਕੰਘਾ ਹੋ ਜਾਣਾ - ਸੁਰਜੀਤ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਕਾਰੋਬਾਰ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹਾ ਘਾਟਾ ਪਿਆ ਕਿ ਉਸ ਦਾ ਕੰਘਾ ਹੋ ਗਿਆ।

160. ਕੰਡ ਲਾਉਣਾ - ਸਾਡੀ ਹਾਕੀ ਦੀ ਟੀਮ ਨੇ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਵਧੀਆ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦਿਆਂ ਵਿਰੋਧੀ ਟੀਮ ਦੀ ਕੰਡ ਲਾ ਦਿੱਤੀ।

161. ਕੰਡੇ ਬੀਜਣਾ - ਗੁਆਂਢੀ ਨੇ ਮੇਰੇ ਰਾਹ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਕੰਡੇ ਬੀਜੇ ਪਰ ਮੈਂ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋ ਗਿਆ।

162. **ਕੰਧਾਂ ਨਾਲ਼ ਗੱਲਾਂ ਕਰਨੀਆਂ -** ਮਾਨਸਿਕ ਪੱਖੋਂ ਬਿਮਾਰ ਆਦਮੀ ਅਕਸਰ ਇਕੱਲਾ ਬੈਠਾ ਕੰਧਾਂ ਨਾਲ਼ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

163. **ਕੰਨ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣੇ -** ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਜੰਗਲ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘ ਰਹੇ ਸੀ, ਤਾਂ ਝਾੜੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹਿਲ-ਜੁਲ ਦੇਖ ਕੇ ਅਸੀਂ ਕੰਨ ਖੜ੍ਹੇ ਕਰ ਲਏ।

164. **ਕੰਨ 'ਤੇ ਜੂੰ ਨਾ ਸਰਕਣੀ -** ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਸ਼ਰਾਰਤੀ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਮਝਾਇਆ ਕਿ ਉਹ ਸ਼ਰਾਰਤਾਂ ਛੱਡ ਕੇ ਪੜ੍ਹਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੇ ਪਰ ਉਸ ਦੇ ਕੰਨ 'ਤੇ ਜੂੰ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸਰਕੀ।

165. **ਕੰਨ ਪਈ ਅਵਾਜ਼ ਸੁਣਾਈ ਨਾ ਦੇਣੀ -** ਮੇਲੇ ਵਿੱਚ ਸ਼ੋਰ ਕਾਰਨ ਕੰਨ ਪਈ ਅਵਾਜ਼ ਵੀ ਸੁਣਾਈ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀ ਸੀ।

166. **ਕੰਨ ਭਰਨਾ -** ਮੇਰੀ ਗੁਆਂਡਣ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪਤੀ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਕੰਨ ਭਰੇ ਕਿ ਉਹ ਬਿਨਾਂ ਸੋਚੇ ਸਾਡੇ ਘਰ ਝਗੜਾ ਕਰਨ ਆ ਗਿਆ।

167. **ਕੰਨ ਵਲ੍ਹੇਟ ਕੇ ਤੁਰਨਾ -** ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਪੁੱਤਰ ਨੂੰ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰ ਬਣਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਮਝਾਇਆ ਪਰ ਉਹ ਕਿਸੇ ਦੀ ਇੱਕ ਨਹੀਂ ਸੁਣਦਾ ਕੰਨ ਵਲ੍ਹੇਟ ਕੇ ਤੁਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

168. **ਕੰਨਾਂ ਤੀਕ ਮੂੰਹ ਪਾਟਣਾ -** ਰਮਨ ਦਾ ਕੰਨਾਂ ਤੀਕ ਮੂੰਹ ਪਾਟਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਬੋਲਣ ਲੱਗਾ ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ ਸੋਚਦਾ।

169. **ਕੰਨਾਂ ਦੇ ਕੱਚੇ ਹੋਣਾ -** ਕੰਨਾਂ ਦੇ ਕੱਚੇ ਵਿਅਕਤੀ ਹਰ ਕਿਸੇ ਉੱਤੇ ਬਹੁਤ ਜਲਦੀ ਭਰੋਸਾ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਪਛਤਾਉਂਦੇ ਹਨ।

170. **ਕੰਨਾਂ ਨੂੰ ਹੱਥ ਲਵਾਉਣੇ -** ਨਵੀਂ ਆਈ ਨੂੰਹ ਨੇ ਆਪਣੇ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਓ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਸੱਸ ਦੇ ਕੰਨਾਂ ਨੂੰ ਹੱਥ ਲਵਾ ਦਿੱਤੇ।

171. **ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਉਂਗਲ਼ੀਆਂ ਦੇਣਾ -** ਮੈਨੂੰ ਝੂਠ ਬੋਲਣ ਵਾਲ਼ੇ ਵਿਅਕਤੀ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਝੂਠ ਬੋਲਦਾ ਦੇਖ ਮੈਂ ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਉਂਗਲ਼ੀਆਂ ਦੇ ਲੈਂਦਾ ਹਾਂ।

172. **ਖੱਟੇ ਪਿਆ ਹੋਣਾ -** ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਸ਼ਹਿਰ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਸਿਆਸਤਦਾਨਾਂ ਦੀ ਸਵਾਰਥੀ ਸੋਚ ਕਾਰਨ ਇਹ ਮਸਲਾ ਖੱਟੇ ਪਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।

173. **ਖ਼ਾਕ ਛਾਣਨਾ -** ਜਗਦੀਪ ਨੌਕਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਥਾਂ-ਥਾਂ ਖ਼ਾਕ ਛਾਣਦਾ ਰਿਹਾ ਪਰ ਉਸ ਦਾ ਕੰਮ ਨਾ ਬਣਿਆ।

174. **ਖ਼ਾਨਿਓਂ ਜਾਣਾ -** ਰਾਹ ਵਿੱਚ ਅਚਾਨਕ ਟੁੱਟਾ ਰਸਤਾ ਆਇਆ ਤਾਂ ਮੇਰੇ ਖ਼ਾਨਿਓਂ ਗਈ।

175. **ਖ਼ਿਆਲੀ ਪੁਲਾਅ ਪਕਾਉਣਾ -** ਸੁਰਿੰਦਰ ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਕੋਈ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਬਸ ਖ਼ਿਆਲੀ ਪੁਲਾਅ ਪਕਾਉਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

176. **ਖਿੱਲੀ ਉਡਾਉਣਾ -** ਸਾਨੂੰ ਅਪਾਹਜ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਖਿੱਲੀ ਨਹੀਂ ਉਡਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ।

177. **ਖੁੰਬ ਠੱਪਣਾ -** ਮੈਂ ਉਸ ਨੂੰ ਖ਼ਰੀਆਂ-ਖ਼ਰੀਆਂ ਸੁਣਾ ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਖੁੰਬ ਠੱਪ ਦਿੱਤੀ।

178. **ਖੂਹ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਖੂਹ ਨੂੰ ਲਾਉਣਾ -** ਮੱਘਰ ਸਿੰਘ ਤੋਂ ਲੜਕੀ ਦੇ ਵਿਆਹ ਲਈ ਸਰਕਾਰੀ ਮੱਦਦ ਵਜੋਂ ਗਿਆਰਾਂ ਹਜ਼ਾਰ ਸ਼ਗਨ ਦੀ ਰਾਸ਼ੀ ਕਢਵਾਉਣ ਲਈ ਅੱਠ ਹਜ਼ਾਰ ਰੁਪਏ ਦੀ ਰਿਸ਼ਵਤ ਮੰਗ ਲਈ, ਇਹ ਤਾਂ ਉਹ ਗੱਲ ਹੋਈ ਖੂਹ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਖੂਹ ਨੂੰ ਲਾਉਣਾ।

179. **ਖ਼ੂਨ ਸਫ਼ੈਦ ਹੋਣਾ -** ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਸਵਾਰਥ ਵਿੱਚ ਆ ਕੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਖ਼ੂਨ ਸਫ਼ੈਦ ਹੋ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਭਰਾ ਭਰਾ ਨੂੰ ਮਾਰ ਦਿੰਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

180. **ਖੇਰੂੰ-ਖੇਰੂੰ ਹੋ ਜਾਣਾ -** ਜੇਕਰ ਰਿਸ਼ਤਿਆ ਵਿੱਚ ਸਵਾਰਥ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਘਰ ਖੇਰੂੰ-ਖੇਰੂੰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

181. **ਖੰਡ-ਖੀਰ ਹੋਣਾ -** ਜੀਤ ਆਪਣੇ ਸਹੁਰੇ ਘਰ ਜਾ ਕੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੀ ਖੰਡ-ਖੀਰ ਹੋਈ ਕਿ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਓਪਰੀ ਨਹੀਂ ਲਗਦੀ।

182. **ਗਰਮ ਹੋਣਾ -** ਜਦੋਂ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਕਹਿਣ ਦੇ ਬਾਅਦ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਪੜ੍ਹਨ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਨਾ ਦਿੱਤਾ ਤਾਂ ਅਧਿਆਪਕ ਬੱਚਿਆਂ 'ਤੇ ਗਰਮ ਹੋ ਗਿਆ।

183. **ਗਲ਼ ਪਿਆ ਢੋਲ ਵਜਾਉਣਾ** - ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਕੰਮ ਕਰਨ ਨੂੰ ਦਿਲ ਨਾ ਕਰੇ ਤਾਂ ਗਲ਼ ਪਿਆ ਢੋਲ ਵਜਾਉਣ ਦਾ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

184. **ਗਲ਼ ਪੈ ਜਾਣਾ** - ਬਿਨਾਂ ਗੱਲੋਂ ਗਲ਼ ਪੈਣ ਵਾਲ਼ੇ ਆਦਮੀ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਹੀ ਲਾਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

185. **ਗੱਲ ਪੱਲੇ ਬੰਨ੍ਹਣਾ** - ਜੋ ਬੱਚੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਕਹੀ ਗੱਲ ਪੱਲੇ ਨਾਲ਼ ਬੰਨ੍ਹ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਦਿਨ ਜ਼ਰੂਰ ਕਾਮਯਾਬ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

186. **ਗਲ਼ਾ ਭਰ ਆਉਣਾ** - ਜਦੋਂ ਮੇਰੇ ਵੱਡੇ ਭੈਣ ਵਿਦੇਸ ਜਾਣ ਲਈ ਸਾਥੋਂ ਵਿਦਾ ਹੋਣ ਲੱਗੇ, ਤਾਂ ਮੇਰਾ ਗਲ਼ਾ ਭਰ ਆਇਆ।

187. **ਗਾਹ ਪਾਉਣਾ** - ਬੱਚਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਮੇਰੇ ਕਮਰੇ ਦੇ ਸਮਾਨ ਦਾ ਗਾਹ ਪਾਇਆ ਦੇਖ ਮੈਨੂੰ ਗੁੱਸਾ ਆ ਗਿਆ।

188. **ਗਿੱਲਾ ਪੀਹਣ ਪਾਉਣਾ** - ਸਰਕਾਰੀ ਦਫ਼ਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰਿਸ਼ਵਤ ਦਿੱਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕੰਮ ਦਾ ਗਿੱਲਾ ਪੀਹਣ ਹੀ ਪਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

189. **ਗਿੱਲੇ ਗੋਹੇ ਵਾਂਗ ਧੁਖਣਾ** - ਕੁਝ ਲੋਕ ਗਿੱਲੇ ਗੋਹੇ ਵਾਂਗ ਧੁਖਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਕਿਸੇ ਕੋਲ਼ ਦਿਲ ਦੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਦੱਸਦੇ।

190. **ਗੁੱਡੀ ਚੜ੍ਹਨੀ** - ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਰੋਧੀ ਪਾਰਟੀ ਦੀ ਗੁੱਡੀ ਚੜ੍ਹੀ ਦੇਖ ਕੇ ਸੱਤਾ ਵਿਚਲੀ ਪਾਰਟੀ ਨੂੰ ਚਿੰਤਾ ਛਿੜ ਪਈ।

191. **ਗੁਲਛਰੇ ਉਡਾਉਣਾ** - ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਮਹਿਗਾਈ ਏਨੀ ਹੈ ਕਿ ਗੁਲਛਰੇ ਉਡਾਉਣ ਨਾਲ਼ ਘਰ ਦਾ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

192. **ਗੋਗਲੂਆਂ ਤੋਂ ਮਿੱਟੀ ਝਾੜਨਾ** - ਪੈਸਾ ਕਮਾਉਣ ਲਈ ਗੋਗਲੂਆਂ ਤੋਂ ਮਿੱਟੀ ਝਾੜਨ ਦੀ ਥਾਂ ਸਖ਼ਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

193. **ਗੋਦੜੀ ਵਿੱਚ ਲਾਲ ਹੋਣਾ** - ਪਿਤਾ ਦੀ ਮੌਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੁੱਤਰ ਆਪਣੀ ਵਿਧਵਾ ਮਾਂ ਲਈ ਗੋਦੜੀ ਦਾ ਲਾਲ ਬਣ ਗਿਆ, ਉਸ ਨੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਆਪਣਾ ਛੋਟਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਲਿਆ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋ ਕੇ ਉਸ ਨੇ ਘਰ ਦੀ ਆਰਥਿਕ ਹਾਲਤ ਸੁਧਾਰ ਦਿੱਤੀ।

194. **ਗੰਢ ਭੇਜਣਾ** - ਪੁਰਾਣੇ ਸਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਿਆਹ ਸਮਾਗਮ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਹੱਥ ਵਿਆਹ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ ਗੰਢ ਭੇਜੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ।

195. **ਗੰਢ ਲੈਣਾ** - ਦਰਬਾਰੇ ਨੇ ਰਿਸ਼ਵਤ ਦੇ ਕੇ ਸਰਪੰਚ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪੱਖ ਵਿੱਚ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਗੰਢ ਲਿਆ।

196. **ਘਰੋਂ-ਘਾਟੋਂ ਜਾਣਾ** - ਚਲਾਕੀ ਕਰਨ ਵਾਲ਼ਾ ਮਨੁੱਖ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ, ਉਹ ਘਰੋਂ-ਘਾਟੋਂ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

197. **ਘੋਗਲ਼-ਕੰਨਾ ਬਣਨਾ** - ਕੁਝ ਕੰਮਚੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਕੰਮ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਘੋਗਲ਼-ਕੰਨੇ ਬਣੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

198. **ਘੋਗਾ ਚਿੱਤ ਕਰਨਾ** - ਗ਼ਦਰੀਆਂ ਨੇ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਮੁਖ਼ਬਰ ਕਿਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਦਾ ਘੋਗਾ ਚਿੱਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ।

199. **ਚੱਪਣੀ ਵਿੱਚ ਨੱਕ ਡੋਬ ਕੇ ਮਰਨਾ** - ਬੁੱਢਾ ਬਾਪ ਖੇਤ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸੀ ਅਤੇ ਨੌਜੁਆਨ ਪੁੱਤਰ ਛਾਂ ਵਿੱਚ ਬੈਠਾ ਅਰਾਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਨੌਜੁਆਨ ਲਈ ਚੱਪਣੀ ਵਿੱਚ ਨੱਕ ਡੋਬ ਕੇ ਮਰਨ ਵਾਲ਼ੀ ਗੱਲ ਸੀ।

200. **ਚੜ੍ਹ ਮੱਚਣੀ** - ਪਿਛਲੀ ਸਦੀ ਵਿੱਚ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਹਰ ਥਾਂ ਚੜ੍ਹ ਮੱਚੀ ਹੋਈ ਸੀ।

201. **ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ ਵਿੱਚ ਹੋਣਾ** - ਗੁਰੂ ਦੇ ਸੱਚੇ ਸਿੱਖ ਮੁਸੀਬਤ ਸਮੇਂ ਵੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

202. **ਚੜ੍ਹੀ-ਲੱਥੀ ਦੀ ਨਾ ਹੋਣਾ** - ਘਰ ਵਿੱਚ ਭਾਵੇਂ ਕੁਝ ਵੀ ਹੋਵੇ ਪਰ ਮਨਜੀਤ ਨੂੰ ਚੜ੍ਹੀ ਲੱਥੀ ਦੀ ਕੋਈ ਪਰਵਾਹ ਨਹੀਂ ਹੈ।

203. **ਚਾਂਦੀ ਦੀ ਜੁੱਤੀ ਮਾਰਨਾ** - ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਸਰਕਾਰੀ ਦਫ਼ਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਚਾਂਦੀ ਦੀ ਜੁੱਤੀ ਮਾਰੇ ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

204. **ਚਾਰ ਚੰਨ ਲੱਗ ਜਾਣਾ** - ਮਨਜੀਤ ਦੇ ਉੱਚੇ ਅਹੁਦੇ ਤੇ ਪਹੁੰਚਣ ਨਾਲ਼ ਸਾਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਚਾਰ ਚੰਨ ਲੱਗ ਗਏ।

205. **ਚਾਰੇ ਕੰਨੀਆਂ ਚੂਪਣਾ** - ਕਿਸਾਨ ਦੀ ਫ਼ਸਲ ਦੀ ਸਾਰੀ ਕਮਾਈ ਕਰਜ਼ੇ ਦੀ ਕਿਸ਼ਤ ਵਿੱਚ ਚਲੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਸਾਨ ਚਾਰੇ ਕੰਨੀਆਂ ਚੂਪਦਾ ਘਰ ਮੁੜ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।

206. **ਚਿੱਕੜ ਸੁੱਟਣਾ** - ਤਹਾਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਉੱਪਰ ਚਿੱਕੜ ਸੁੱਟਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਹੇਠ ਸੋਟਾ ਫੇਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

207. **ਚਿਹਰਾ ਉੱਤਰਿਆ ਹੋਣਾ** - ਪੁੱਤਰ ਦਾ ਚਿਹਰਾ ਉੱਤਰਿਆ ਦੇਖ ਮਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਉਦਾਸੀ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

208. **ਚਿਹਰੇ ਉੱਤੇ ਹਵਾਈਆਂ ਉੱਡਣਾ** - ਚੋਰ ਚੋਰੀ ਕਰਦਾ ਫੜਿਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਉੱਤੇ ਹਵਾਈਆਂ ਉੱਡ ਗਈਆਂ।

209. **ਚੰਨ ਚਾੜ੍ਹਨਾ** - ਮੈਂ ਜਾਣ ਗਿਆ ਜੀ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰ ਕੋਈ ਚੰਨ ਚਾੜ੍ਹ ਕੇ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਘਬਰਾਇਆ ਹੋਇਆ ਸੀ।

210. **ਛੱਕੇ ਛੁਡਾਉਣਾ** - ਪਹਿਲੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਿੱਚ ਹੀ ਸਾਡੀ ਟੀਮ ਨੇ ਵਿਰੋਧੀ ਟੀਮ ਦੇ ਛੱਕੇ ਛੁਡਾ ਦਿੱਤੇ।

211. **ਛੱਜ ਵਿੱਚ ਪਾ ਕੇ ਛੱਟਣਾ** - ਨੂੰਹ ਸੱਸ ਇੱਕ ਦੂਜੀ ਨੂੰ ਹਰ ਸਮੇਂ ਛੱਜ ਵਿੱਚ ਪਾ ਕੇ ਛੱਟਦੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।

212. **ਛਾਂਈਂ-ਮਾਂਈਂ ਹੋਣਾ** - ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਪੁਲਿਸ ਆਈ ਦੇਖ ਮੁਲਜ਼ਮ ਪਿੰਡੋਂ ਛਾਂਈਂ-ਮਾਂਈਂ ਹੋ ਗਿਆ, ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਲੱਭਿਆ ਨਹੀਂ।

213. **ਛਿੰਝ ਪਾਉਣੀ** - ਘਰ ਦੇ ਮਸਲਿਆਂ ਨੂੰ ਬੈਠ ਕੇ ਨਿਬੇੜ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਛਿੰਝ ਪਾਉਣੀ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ।

214. **ਛਿੱਲ ਲਾਹੁਣਾ** - ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਹਰ ਕੋਈ ਛਿੱਲ ਲਾਹੁਣ ਲਈ ਬੈਠਾ, ਸਾਨੂੰ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਸਹੀ ਕੀਮਤ ਪਤਾ ਕਰਕੇ ਖ਼ਰੀਦਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

215. **ਜ਼ਹਿਰ ਫੈਲਾਉਣਾ** - ਰਾਜਨੀਤਕ ਲੋਕ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਧਰਮ ਦੇ ਨਾਂ ’ਤੇ ਜ਼ਹਿਰ ਫੈਲਾ ਕੇ ਵੋਟਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

216. **ਜ਼ਖ਼ਮ ਉੱਤੇ ਫਹਿਆ ਧਰਨਾ** - ਦੁਖੀ ਆਦਮੀ ਦੁੱਖਾਂ ਦੇ ਜ਼ਖਮ ਉੱਤੇ ਫਹਿਆ ਧਰਨ ਨਾਲ਼ ਦੁੱਖ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

217. **ਜ਼ਖ਼ਮਾਂ ਉੱਤੇ ਲੂਣ ਛਿੜਕਣਾ** - ਜੇਕਰ ਬੇਸਹਾਰੇ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਨਹੀਂ ਬਣ ਸਕਦੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਮਜ਼ਾਕ ਉਡਾ ਕੇ ਜ਼ਖ਼ਮਾਂ ਉੱਤੇ ਲੂਣ ਵੀ ਨਹੀਂ ਛਿੜਕਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।

218. **ਜਫ਼ਰ ਜਾਲਣੇ** - ਦੇਸ ਨੂੰ ਅਜ਼ਾਦ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਦੇਸ-ਭਗਤਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜਫ਼ਰ ਜਾਲਣੇ ਪਏ।

219. **ਜ਼ਬਾਨ ਨੂੰ ਲਗਾਮ ਦੇਣਾ** - ਫ਼ਜ਼ੂਲ ਦਾ ਬੋਲਣ ਦੀ ਥਾਂ ਜ਼ਬਾਨ ਨੂੰ ਲਗਾਮ ਦੇ ਕੇ ਰੱਖਣਾ ਸਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

220. **ਜ਼ਬਾਨੀ ਜਮ੍ਹਾ-ਖ਼ਰਚ ਕਰਨਾ** - ਜ਼ਬਾਨੀ ਜਮ੍ਹਾ-ਖ਼ਰਚ ਕਰਨ ਦੀ ਥਾਂ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਸੁਣਨਾ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

221. **ਜੜ੍ਹੀਂ ਤੇਲ ਦੇਣਾ** - ਕਪੂਰੇ ਨੇ ਹਰਨਾਮੇ ਕਿਆਂ ਦੇ ਅਜਿਹਾ ਜੜ੍ਹੀਂ ਤੇਲ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਘਰ ਤਬਾਹ ਹੋ ਗਿਆ।

222. **ਜਾਗ ਲੱਗਣਾ** - ਚੰਗੇ ਆਦਮੀਆਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਵਿੱਚ ਬੈਠ ਕੇ ਜਾਗ ਲੱਗਣ ਨਾਲ਼ ਮਨੁੱਖ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਇਨਸਾਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

223. **ਜਾਨ ਸੁੱਕਣਾ** - ਯੁੱਧ ਦੀਆਂ ਖ਼ਬਰਾਂ ਸੁਣ ਕਿ ਹਰ ਦੇਸਵਾਸੀ ਦੀ ਜਾਨ ਸੁੱਕਣ ਲੱਗੀ।

224. **ਜਾਨ ਮਾਰਨਾ** - ਅੱਜ-ਕੱਲ੍ਹ ਦੀ ਮਹਿੰਗਾਈ ਵਿੱਚ ਜਾਨ ਮਾਰ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਨਾਲ਼ ਵੀ ਘਰ ਦਾ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਨਾਲ਼ ਚਲਦਾ ਹੈ।

225. **ਜਿੰਦ ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣਾ** - ਸੱਸ ਦੇ ਬੁਰੇ ਸਲੂਕ ਕਰਕੇ ਮਨਜੀਤ ਦੀ ਜਿੰਦ ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਆਈ ਹੋਈ ਹੈ।

226. **ਜਿਊਂਦੇ ਮਰ ਜਾਣਾ** - ਬਜ਼ੁਰਗ ਆਦਮੀ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਖ਼ਾਨਦਾਨ ਦੀ ਬੇਇੱਜਤੀ ਹੋਈ ਦੇਖ ਜਿਊਂਦੇ ਮਰ ਗਿਆ।

227. **ਜੀਅ ਭਰ ਜਾਣਾ** - ਵਿਆਹ ਵਿੱਚ ਮਠਿਆਈ ਖਾ-ਖਾ ਕੇ ਮੇਰਾ ਤਾਂ ਮਿੱਠੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾ ਤੋਂ ਜੀਅ ਭਰ ਗਿਆ।

228. **ਜਿਊਣਾ ਦੁੱਭਰ ਕਰਨਾ** - ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਕਲੇਸ਼ ਬੰਦੇ ਦਾ ਜਿਊਣਾ ਦੁੱਭਰ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

229. **ਜੀਭ ਗੰਦੀ ਕਰਨਾ** - ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਮੰਦਾ ਬੋਲ ਕੇ ਆਪਣੀ ਜੀਭ ਗੰਦੀ ਕਰਨ ਦਾ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ।

230. **ਜੀਭ ਦੰਦਾਂ ਹੇਠ ਦੇਣਾ** - ਦੁਰਘਟਨਾ ਕਾਰਨ ਸੱਟਾਂ ਲੱਗਣ ਕਰਕੇ ਦਰਦ ਬਹੁਤ ਹੋਇਆ ਪਰ ਮੈਂ ਜੀਭ ਦੰਦਾਂ ਹੇਠ ਦੇ ਲਈ।

231. **ਝੱਗ ਛੱਡਣਾ** - ਗੁੱਸੇ ਵਿੱਚ ਝੱਗ ਛੱਡਣ ਦੀ ਥਾਂ ਸਿਆਣਪ ਨਾਲ਼ ਝਗੜੇ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

232. **ਝੁੱਗਾ ਚੌੜ ਹੋਣਾ** - ਜਗਰਾਜ ਦੀ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਆਦਤ ਕਾਰਨ ਘਰ ਤੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਦਾ ਝੁੱਗਾ ਚੌੜ ਹੋ ਗਿਆ।

233. **ਡੋਲ੍ਹੀ ਚੁੱਕਣਾ -** ਨਰੇਸ਼ ਆਪਣੇ ਅਫ਼ਸਰਾਂ ਨੂੰ ਖ਼ੁਸ਼ ਰੱਖਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਬਹੁਤ ਡੋਲ੍ਹੀ ਚੁੱਕਦਾ ਹੈ।

234. **ਟੱਕਰਾਂ ਮਾਰਨਾ -** ਮੈਨੂੰ ਨੌਕਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਟੱਕਰਾਂ ਮਾਰਨੀਆਂ ਪਈਆਂ।

235. **ਟਕੇ ਵਰਗਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣਾ -** ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਕਮਲ ਤੋਂ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਕਿਤਾਬ ਮੰਗੀ ਤਾਂ ਉਸ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਟਕੇ ਵਰਗਾ ਜਵਾਬ ਦੇ ਦਿੱਤਾ।

236. **ਟੰਗ ਅੜਾਉਣਾ -** ਸਾਨੂੰ ਹਰ ਕਿਸੇ ਦੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਟੰਗ ਅੜਾਉਣ ਦੀ ਥਾਂ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਨਾਲ਼ ਮਤਲਬ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।