ਸ਼ੇਰ - ਬੱਕਰੀ

ਲੜਕੀਆਂ ਦੀ ਇਹ ਖੇਡ ਬਹੁਤ ਪੁਰਾਣੀ ਖੇਡ ਹੈ। ਇਸ ਖੇਡ ਨੂੰ ਅੱਠ-ਦਸ ਲੜਕੀਆਂ ਰਲ਼ ਕੇ ਖੇਡਦੀਆਂ ਹਨ।

ਲੜਕੀਆਂ ਆਪਣੇ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਨੂੰ ਸ਼ੇਰ ਅਤੇ ਇੱਕ ਨੂੰ ਬੱਕਰੀ ਚੁਣ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਲੜਕੀਆਂ ਇੱਕ ਦੂਜੀ ਦਾ ਹੱਥ ਫੜ੍ਹ ਕੇ ਗੋਲ ਘੇਰਾ ਬਣਾ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਸ਼ੇਰ ਬਣੀ ਲੜਕੀ ਘੇਰੇ ਵਿੱਚ ਖੜ੍ਹੀ ਲੜਕੀ ਨੂੰ ਫੜ੍ਹਨ ਲਈ ਹਮਲਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਘੇਰੇ ਨੂੰ ਤੋੜਨ ਲਈ ਜ਼ੋਰ ਲਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਘੇਰਾ ਪਾਈ ਖੜ੍ਹੀਆਂ ਲੜਕੀਆਂ ਉਸ ਨੂੰ ਰਾਹ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀਆਂ ਪਰ ਦੂਜੀ ਲੜਕੀ ਦੇ ਬਚਾਅ ਲਈ ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ ਤੇ ਘੇਰਾ ਤੋੜ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਛੂਹੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਸ ਦੇ ਛੂਹੇ ਜਾਣ ਤੇ ਖੇਡ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਭੂੰਮਣਾ ਮਖਿਆਲ

ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਦੀ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਗਿਣਤੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਖੇਡਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੁੱਗਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਬੱਚੇ ਸਿਰ

ਦਾਈ ਆ ਜਾਵੇ, ਉਹ ਹੇਠਾਂ ਜ਼ਮੀਨ ਤੇ ਪੈਰਾਂ ਭਾਰ ਬੈਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬਾਕੀ ਬੱਚੇ ਉਸ ਦੇ ਸਿਰ ਤੇ ਇਸ ਤਰਾਂ ਮੁੱਠੀਆਂ ਰੱਖਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਸ਼ਹਿਦ ਦੀਆਂ ਮੱਖੀਆ ਦਾ ਛੱਤਾ ਹੋਵੇ। ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਮਾਮਾ ਤੇ ਦੂਜਾ ਭਾਣਜੀ ਬਣ ਕੇ ਸਲਾਹਾਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਭਾਣਜੀ ਮਾਮੇ ਨੂੰ ਪੁੱਛਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮਖਿਆਲ ਪੱਕ ਗਿਆ ਕਿ ਨਹੀਂ ? ਮਾਮਾ ਅੱਗੋਂ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ 'ਅਜੇ ਕੱਚਾ ਹੈ।' ਕੁੱਝ ਚਿਰ ਪਿੱਛੋਂ ਭਾਣਜੀ ਫਿਰ ਪੁੱਛਦੀ ਹੈ," ਮਾਮਾ, ਮਾਮਾ ਸ਼ਹਿਦ ਪੱਕ ਗਿਆ ਹੈ ਚੋਣ ਚੱਲੀਏ?' ਮਾਮਾ ਕਹਿੰਦਾ 'ਆਓ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ'

ਦੋਵੇਂ ਆ ਕੇ ਛੱਤੇ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਮਾਮਾ ਛੱਤੇ ਵਿੱਚ ਡੱਕਾ ਮਾਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਫੜਨ ਲਈ ਦੌੜਦੇ ਹਨ। ਮਾਮੇ ਅਤੇ ਭਾਣਜੀ ਵਿੱਚੋਂ ਜਿਹੜਾ ਪਹਿਲਾਂ ਫੜਿਆ ਜਾਵੇ, ਉਸ ਦੇ ਸਿਰ ਦਾਈ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਖੇਡ ਫਿਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

-ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਗੁੱਲੀ - ਡੰਡਾ

ਇਹ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਹਰਮਨ ਪਿਆਰੀ ਅਤੇ ਮੰਨੋਰੰਜਕ ਖੇਡ ਹੈ। ਇਹ ਪੰਜਾਬ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋਰ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ

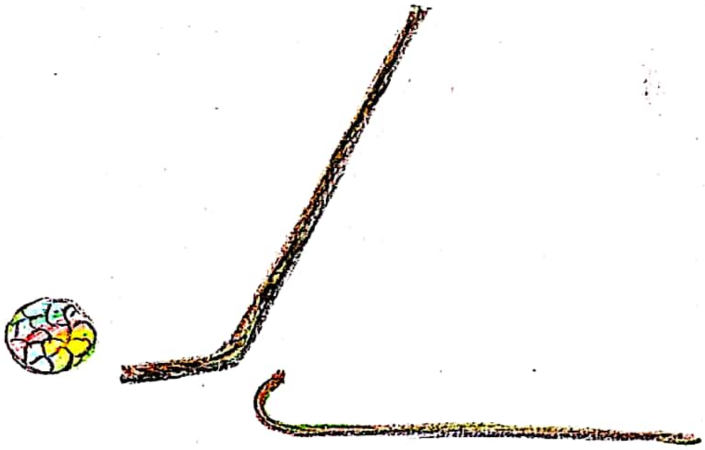
ਖੇਡੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਖਿਡਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਗੁੱਲੀ ਅਤੇ ਡੰਡੇ ਦਾ ਵੀ ਕੋਈ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਮਾਪ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਵਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਖਿਡਾਰੀ ਗੁੱਲੀ ਦੀਆਂ ਡੰਡੇ ਨਾਲ ਬੱਚੀਆਂ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਵੱਧ ਬੱਚੀਆਂ ਪਾਉਣ ਵਾਲ਼ੇ ਦੀ ਵਾਰੀ ਪਹਿਲਾਂ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।

ਵਾਰੀ ਵਾਲ਼ਾ ਖਿਡਾਰੀ ਧਰਤੀ ਤੇ ਗੋਲ ਦਾਇਰਾ ਵਾਹ ਕੇ ਵਿਚਕਾਰ ਜੋ ਖੁੱਤੀ ਪੁੱਟੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਗੁੱਲੀ ਰੱਖ ਕੇ ਰਾਬ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਡੰਡੇ ਨੂੰ ਖੁੱਤੀ ਤੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਵਿਰੋਧੀ ਖਿਡਾਰੀ ਦੂਰ ਗਈ ਗੁੱਲੀ ਨੂੰ ਚੁੱਕ ਕੇ ਡੰਡੇ ਉੱਪਰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਮਾਰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਗੁੱਲੀ ਡੰਡੇ ਤੇ ਲੱਗ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਗੋਲ ਦਾਇਰੇ ਵਿੱਚ ਪੈ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਵਾਰੀ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਖਿਡਾਰੀ ਗੁੱਲੀ ਨੂੰ ਦੂਰ ਸੁੱਟਣ ਲਈ ਡੰਡੇ ਨਾਲ਼ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਗੁੱਲੀ ਨੂੰ ਬੱਘ ਮਾਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਿੱਥੇ ਗੁੱਲੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉੱਥੋਂ ਡੰਡੇ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਫਿਰ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਵਿਰੋਧੀ ਖਿਡਾਰੀ ਬੱਘ ਲੱਗੀ ਗੁੱਲੀ ਨੂੰ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਬੁੱਚ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਵੀ ਵਾਰੀ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਖਿੱਦੋ-ਖੂੰਡੀ



ਖਿੱਦੋ-ਖੂੰਡੀ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪੇਂਡੂ ਇਲਾਕੇ ਦੀਆਂ ਲੋਕ-ਖੇਡਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਵਿਕਸਤ ਖੇਡ ਹਾਕੀ ਹੈ। ਇਸ ਖੇਡ ਲਈ ਇੱਕ ਲੀਰਾਂ ਦੀ ਬਣੀ ਖਿੱਦੋ ਅਤੇ ਲੱਕੜ ਦੀ ਬਣੀ ਖੂੰਡੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਖੂੰਡੀਆਂ ਰੁੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਟਾਹਣੀਆਂ ਤੋਂ ਬਣਾ ਲਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

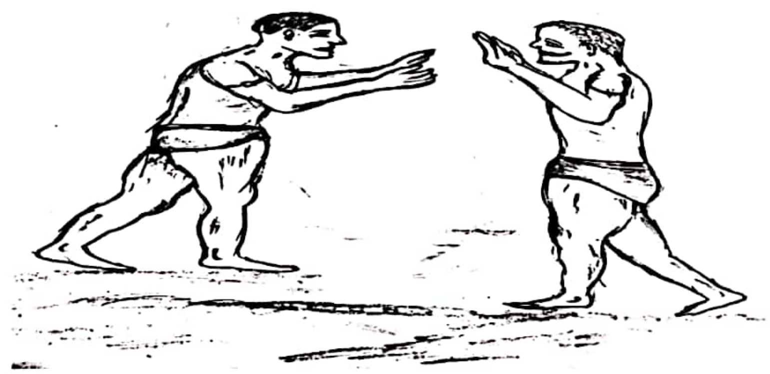
ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਥਾਂ ਨੂੰ ਖੇਡ ਦਾ ਮੈਦਾਨ ਮੰਨ ਕੇ ਦੋ ਟੋਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਖੇਡਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਖੇਡ ਮੈਦਾਨ ਅਤੇ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਦੀ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਗਿਣਤੀ-ਮਿਣਤੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਦੋਹਾਂ ਟੋਲੀਆਂ ਦਾ ਮੁੱਖ ਟੀਚਾ ਹਰ ਹੀਲੇ ਖਿੱਦੋ ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਲਿਜਾ ਕੇ ਗੋਲ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਖਿੱਦੋ ਨੂੰ ਖੂੰਡੀ ਨਾਲ਼ ਟੁੱਲ ਮਾਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਖਿੱਦੋ ਮਿੱਥੇ ਪਾਸਿਓਂ ਮੈਦਾਨ ਤੋਂ ਪਾਰ ਲੰਘ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਗੋਲ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵੱਧ ਗੋਲ ਕਰਨ ਵਾਲ਼ੀ ਟੋਲੀ ਜੇਤੂ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਸੌਂਚੀ-ਪੱਕੀ

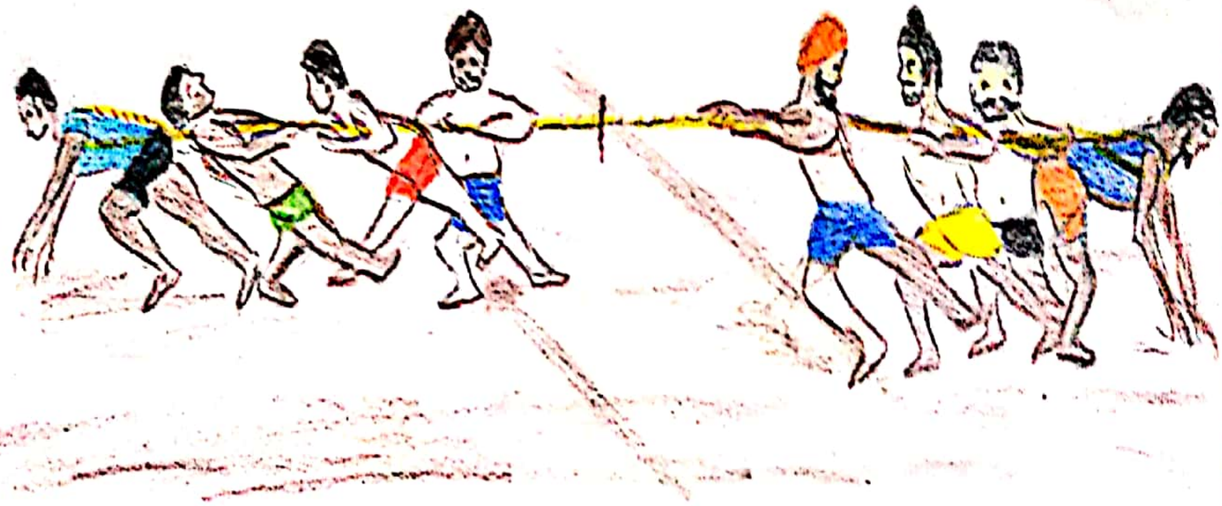


ਇਹ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਮੰਨੀ-ਪ੍ਰਮੰਨੀ ਧੱਕੜ ਖੇਡ ਸੀ। ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਇਹ ਹੁਸੀਨ ਖੇਡ ਬੀਤੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਯਾਦ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਈ ਹੈ। ਇਹ ਖੇਡ ਹਮਲਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਹਮਲਾ ਰੋਕਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨੂੰ ਪਕੇਰਾ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਕੁਸ਼ਤੀ ਵਾਂਗ ਸੌਂਚੀ-ਪੱਕੀ ਨੂੰ ਵੀ ਦੋ ਖਿਡਾਰੀ ਹੀ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਦੋਨੋਂ ਪਹਿਲਵਾਨ ਪਿੰਡੇ ਤੇ ਤੇਲ ਮਲ ਕੇ ਅਖਾੜੇ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਦੀ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ਼ ਤਲ਼ੀ ਮਾਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸਦੀ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਅਵਾਜ਼ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤਲ਼ੀ ਮਾਰਨ ਵਾਲ਼ੇ ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਨੇ ਰੋਕਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਵਿਰੋਧੀ ਖਿਡਾਰੀ ਗੁੱਟ ਫੜ ਕੇ ਰੋਕ ਜਾਂ ਡੇਗ ਲਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਜੇਤੂ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਤਲ਼ੀਆਂ ਮਾਰਨ ਵਾਲ਼ਾ ਜੇਕਰ ਸਹੀ ਸਲਾਮਤ ਵਾਪਸ ਆਪਣੇ ਪਾਸੇ ਆ ਜਾਵੇ ਉਹ ਜੇਤੂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

ਰੱਸਾ - ਕਸ਼ੀ



ਰੱਸਾ -ਕਸ਼ੀ ਇੱਕ ਪੁਰਾਤਨ ਅਤੇ ਹੁਨਰ ਵਾਲ਼ੀ ਖੇਡ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਹਾਣੀ ਖੇਡ ਵੀ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਖੇਡ ਜ਼ੋਰ ਅਜ਼ਮਾਇਸ਼ ਅਤੇ ਖ਼ੁਰਾਕ ਨੂੰ ਹਜ਼ਮ ਕਰਨ ਵਾਲ਼ੀ ਖੇਡ ਹੈ। ਖੇਡ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਦੋ ਟੀਮਾਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ ਵੱਲ ਰੱਸੇ ਨੂੰ ਖਿੱਚਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੋਵੇਂ ਪਾਸੇ ਇੱਕੋ ਜਿੰਨੇ ਖਿਡਾਰੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਰੱਸੇ ਦੇ ਦੋਵੇਂ ਸਿਰਿਆਂ ਤੇ ਬੀਂਡੀ ਪਾ ਕੇ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਖਿਡਾਰੀ ਜੋੜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬਾਕੀ ਖਿਡਾਰੀ ਉਸ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਰਲ਼ਕੇ ਜ਼ੋਰ ਲਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਦਰਸ਼ਕਾਂ ਦਾ ਵੀ ਪੂਰਾ ਜ਼ੋਰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਰੱਸਾ ਖਿੱਚਦਿਆਂ ਜੋ ਟੀਮ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਲੱਗੀ ਰੇਖਾ ਤੋਂ ਲੰਘ ਜਾਵੇ, ਉਹ ਜਿੱਤ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਢੀ

Scanned by CamScanner

ਨੂਣ ਮਿਆਣੀ

ਨੂਣ ਮਿਆਣੀ ਪੰਜਾਬ ਦੀਆ ਬਗੈਰ ਕਿਸੇ ਖ਼ਰਚ ਤੋਂ ਖੇਡੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਬਿੱਲ -ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਾਂ ਜਾਂ ਰੱਖੜਾ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਬਹੁਤ ਦਿਲਚਸਪ ਖੇਡ ਹੈ। ਇਹ ਖੇਡ ਆਮ ਕਰਕੇ ਪਾਲ਼ੀ ਮੁੰਡੇ ਹੀ ਖੇਡਦੇ ਸਨ। ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਖਿਡਾਰੀਆਂ, ਸਮੇਂ, ਸਥਾਨ ਦੀ ਕੋਈ ਗਿਣਤੀ-ਮਿਣਤੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਨਾ ਹੀ ਕਿਸੇ ਸਮਾਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਜ਼ਮੀਨ ਤੇ ਲੀਕਾਂ ਵਾਹ ਕੇ ਚਾਰੇ ਪਾਸੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਾ ਕੇ ਸੜਕ ਬਣਾ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸੜਕ ਦੇ ਇੱਕ ਸਿਰੇ ਤੇ ਮੈਦਾਨ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਇੱਕ ਵਰਗਾਕਾਰ ਸੰਦੂਕ ਬਣਾ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਚਾਰੇ ਪਾਸੇ ਚੌਰਸ ਘੇਰੇ ਅਤੇ ਵਿਚਕਾਰ ਜਿੱਥੇ ਸੜਕਾਂ ਕੱਟਦੀਆਂ ਹਨ, ਉੱਥੇ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਢੇਰੀ ਲਾ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਜਣਾ ਦਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਦੂਜੇ ਭੱਜਦੇ ਹਨ। ਭੱਜਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੇ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਮੁੱਠ ਭਰ ਕੇ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਹੜਾ ਫੜ੍ਹਿਆ ਜਾਵੇ ਉਹ ਮਦੀਨ, ਜੋ ਟੱਪ ਜਾਵੇ ਉਸ ਨੂੰ ਨਰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਦੌੜਣ, ਛੜੱਪਾ ਮਾਰਨ ਤੇ ਝਾਕਾ ਦੇਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਨਰ ਖਿਡਾਰੀ ਸੰਦੂਕ ਦੇ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਖੜ੍ਹ ਕੇ ਮਦੀਨ ਨੂੰ ਪੁੱਛਦੇ ਹਨ – 'ਬਿੱਲ-ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਾਂ,
ਰੋਟੀ ਪੱਕੀ ਏ ਕਿ ਨਾਂ?'

ਮਦੀਨ ਖਿਡਾਰੀ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਂਹ ਅਤੇ ਫਿਰ ਪੁੱਛਣ ਤੇ ਹਾਂ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਦੋਨੋਂ ਪਾਸਿਓਂ ਖਿਡਾਰੀ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਲਈ ਦੌੜਦੇ ਹਨ। ਜੋ ਛੂਹਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਸਨੂੰ ਫੜਨ ਵਾਲ਼ੇ ਨੂੰ ਕੰਧੇੜੀ ਚੁੱਕ ਕੇ ਹੂਟੇ ਦੇਣੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਖੇਡ ਦੁਬਾਰਾ ਫਿਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

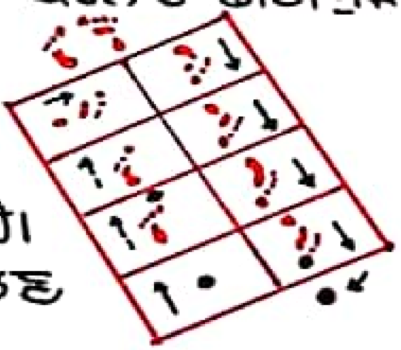
ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਢੀ

Scanned by CamScanner

ਪੀਚੋ ਬੱਕਰੀ

ਪੀਚੋ ਬੱਕਰੀ ਪੰਜਾਬੀ ਕੁੜੀਆਂ ਦੀ ਇੱਕ ਪੁਰਾਤਨ ਖੇਡ ਹੈ। ਕੁੜੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਖੇਡ ਸਭ ਤੋਂ ਹਰਮਨ-ਪਿਆਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਖੇਡ ਨੂੰ ਘਾਨਾ, ਸਟਾਪੂ, ਡੀਟੀ ਪਾੜਾ, ਸਮੁੰਦਰ ਪਟੜਾ, ਅਤੇ ਅੱਡੀ ਟੱਪਾ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕੁੜੀਆਂ ਆਮ ਕਰਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਘਰ ਦੇ ਕੱਚੇ ਵਿਹੜੇ ਵਿੱਚ ਧਰਤੀ ਤੇ ਅੱਠ ਜਾਂ ਦਸ ਖਾਨੇ ਵਾਹ ਕੇ ਖੇਡਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਖੇਡ ਨੂੰ ਖੇਡਣ ਲਈ ਇੱਕ ਡੀਟੀ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਡੀਟੀ ਕਿਸੇ ਘੜੇ ਦੀ ਠੀਕਰੀ ਨੂੰ ਗੋਲ਼ ਕਰਕੇ ਬਣਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਖੇਡ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਸਮੇਂ ਇਸ ਦੇ ਨਿਯਮ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰ ਲਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕੁੜੀਆਂ ਇੱਕ ਦੂਜੀ ਦਾ ਹੱਥ ਫੜ ਕੇ ਖੇਡਣ ਲਈ ਪੁੱਗਦੀਆਂ ਹਨ। ਵਾਰੀ ਵਾਲ਼ੀ ਕੁੜੀ ਡੀਟੀ ਨੂੰ ਸਿਰ ਦੇ ਉੱਤੋਂ ਦੀ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਬਣੇ ਖਾਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸੁੱਟਦੀ ਹੈ। ਡੀਟੀ ਦਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਖਾਨੇ ਦੀ ਲਕੀਰ ਨੂੰ ਛੋਹਣ ਤੇ ਵਾਰੀ ਕੱਟੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਵਾਰੀ ਵਾਲ਼ੀ ਕੁੜੀ ਫਿਰ ਇੱਕ ਲੱਤ ਦੇ ਭਾਰ ਤੇ ਡੀਟੀ ਨੂੰ ਠੋਕਰਾਂ ਮਾਰਦੀ ਹੋਈ ਖਾਨਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਟੀਚਾ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਤੇ ਡੀਟੀ ਮੁੜ ਦੂਜੇ ਖਾਨੇ ਵਿੱਚ ਸੁੱਟੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਾਰੀ ਵਾਰੀ ਸਾਰੇ ਖਾਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸੁੱਟਣ ਤੇ ਅਖੀਰ ਖਾਨਾ ਡੁੱਕਣ ਦੀ ਵਾਰੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਖਾਨੇ ਵਿੱਚ ਖਾਨਾ ਡੁੱਕ ਕੇ ਖੇਡਣ ਵਾਲ਼ੀ ਕੁੜੀ ਸਾਹ ਲੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।



ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੁੜੀਆਂ ਸੀਮਤ ਸਾਧਨਾ ਨਾਲ਼ ਵੀ ਬਹੁਤ ਸੁੰਦਰ ਖੇਡ ਸਿਰਜ ਕੇ ਆਪਣਾ ਮੰਨੋਰੰਜਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਨਛੱਤਰ ਸਿੰਘ ਸੇਖੋਂ

Scanned by CamScanner

ਕੂਕਾਂ – ਕਾਂਗੜੇ

ਇਹ ਪੰਜਾਬੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਰਵਾਇਤੀ ਖੇਡ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਮੁੰਡੇ ਕੁੜੀਆਂ ਰਲ਼ ਕੇ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਪਿੰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਅਜੇ ਵੀ ਬੱਚੇ ਇਸ ਨੂੰ ਖੇਡਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਦੋ ਟੋਲੀਆਂ ਖੇਡਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਜਿੱਥੇ ਲੁਕਾਉਣ ਅਤੇ ਖੋਜਣ ਦੀ ਰੁਚੀ ਜਗਾ-ਉਂਦੀ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਗਿਣਤੀ ਕਰਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਵੀ ਕਰਵਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਖੇਡ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਖਿਡਾਰੀ ਦੋ ਟੋਲੀਆ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਟੋਲੀਆਂ ਜਿਸ ਗਲੀ ਵਿੱਚ ਖੇਡਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਦੋ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਸਾਰੇ ਹੀ ਖਿਡਾਰੀ ਇੱਕ ਥਾਂ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਕੇ 'ਕੂਕਾਂ ਕਾਂਗੜੇ' ਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਦੇ ਕੇ ਫੁਰਤੀ ਨਾਲ਼ ਜਾ ਕੇ ਆਪਣੇ-ਆਪਣੇ ਮੱਲੇ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਲੁਕਵੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ ਤੇ ਕੋਲੇ ਜਾਂ ਸਲੇਟੀਆਂ ਨਾਲ਼ ਲਕੀਰਾਂ ਮਾਰਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਟੋਲੀ ਲੁਕਵੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਉੱਤੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਕੀਰਾ ਮਾਰਦੀ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਇੱਕ ਖਿਡਾਰੀ ਜਦ 'ਕੂਕਾਂ ਕਾਂਗੜੇ' ਦੀ ਅਵਾਜ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਦੋਵਾਂ ਪਾਸਿਆਂ ਦੇ ਖਿਡਾਰੀ ਵਾਪਸ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਖੇਡ ਦੇ ਦੂਜੇ ਪੜਾਅ ਵਿੱਚ ਵਿਰੋਧੀ ਟੀਮ ਦੂਜੀ ਟੀਮ ਵੱਲੋਂ ਮਾਰੀਆਂ ਲਕੀਰਾਂ ਤੇ ਕਾਂਟੇ ਫੇਰ ਕੇ ਮਿੱਥੇ ਸਮੇਂ ਤੇ ਵਾਪਸ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਖਿਡਾਰੀ ਆਪਣੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਲਕੀਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਨੇ। ਜੋ ਲਕੀਰਾਂ ਕੱਟਣੋਂ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀਆਂ ਨੇ, ਜਿਸ ਟੋਲੀ ਦੀਆਂ ਵੱਧ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਉਹ ਟੋਲੀ ਜਿੱਤ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੇਖੋਂ

Scanned by CamScanner

ਪੀਲ੍ਹ ਪਲਾਂਗੜਾ ਜਾਂ ਡੰਡਾ ਡੁੱਕ

ਇਸ ਖੇਡ ਰਾਹੀਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਲਚਕੀਲੇਪਨ, ਦਿਮਾਗ ਦੀ ਚੁਸਤੀ ਅਤੇ ਝਕਾਨੀ ਦੇਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਖੇਡ ਆਮ ਕਰਕੇ ਛੋਟੇ ਕੱਦ ਦੇ ਲਚਕੀਲੇ ਰੁੱਖਾਂ ਹੇਠ ਖੇਡੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

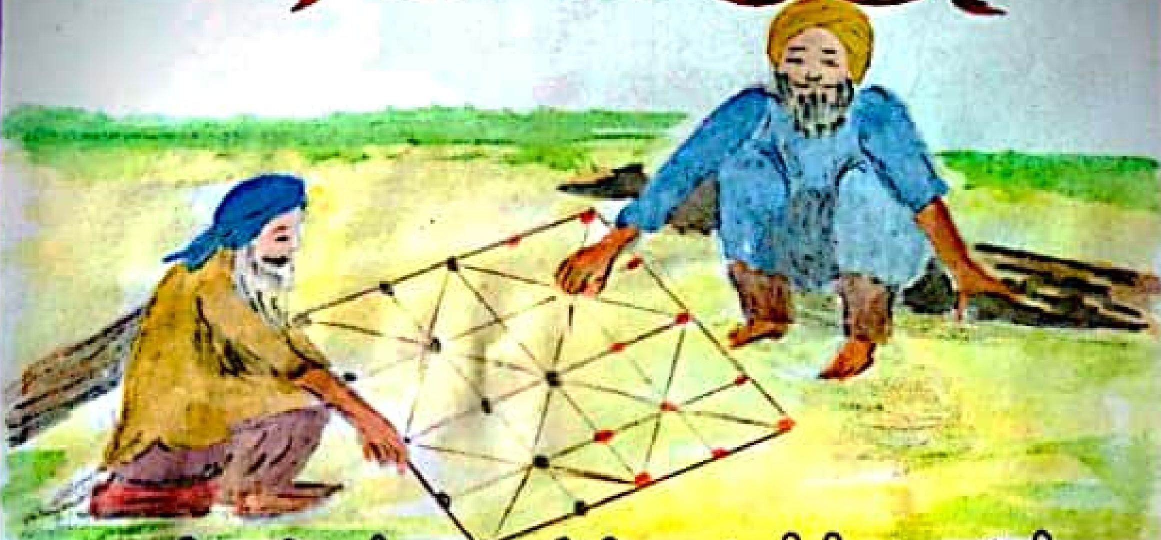
ਬੱਚੇ ਰੁੱਖਾਂ ਹੇਠ ਇੱਕ ਗੋਲ ਦਾਇਰਾ ਵਾਹ ਕੇ ਉਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਡੰਡਾ ਰੱਖ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਖੇਡ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਹ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਪੁੱਗਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਬੱਚਾ ਡੰਡੇ ਨੂੰ ਲੱਤ ਹੇਠੋਂ ਦੀ ਕੱਢ ਕੇ ਦੂਰ ਵਗਾਹ ਮਾਰਦਾ ਹੈ। ਦਾਈ ਵਾਲ਼ਾ ਬੱਚਾ ਛੇਤੀ-ਛੇਤੀ ਡੰਡਾ ਚੁੱਕ ਕੇ ਲਿਆ ਕੇ ਦਾਇਰੇ ਵਿੱਚ ਰੱਖ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਇੰਨੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਬਾਕੀ ਬੱਚੇ ਰੁੱਖਾਂ ਤੇ ਚੜ੍ਹ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਕੁੱਝ ਟਾਹਣੀਆਂ ਨਾਲ਼ ਲਮਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਦਾਈ ਵਾਲ਼ਾ ਬੱਚਾ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਫੜਨ ਲਈ ਦੌੜਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਉਸ ਨੂੰ ਝਕਾਨੀਆਂ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਦਾਅ ਬਚਾ ਕੇ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਡੰਡਾ ਡੁੱਕ ਲਵੇ ਤਾਂ ਦਾਈ ਦੇਣ ਵਾਲ਼ੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਵਾਰੀ ਦੇਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਪਹਿਲਾਂ ਫੜਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਵਾਰੀ ਉਸ ਸਿਰ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

— ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਬਾਰਾਂ ਟਾਹਣੀ



ਇਸ ਖੇਡ ਨੂੰ ਬਾਰਾਂ ਗੀਟੀ, ਬਾਰਾਂ ਬੀਟੀ ਜਾਂ ਬਾਰਾਂ ਬੀਕਰ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।ਇਹ ਬੈਠੇ ਬਠਾਏ ਖੇਡਣ ਵਾਲ਼ੀ ਖੇਡ ਹੈ। ਇਸ ਖੇਡ ਨੂੰ ਦੋ ਖਿਡਾਰੀ ਆਹਮੋ ਸਾਹਮਣੇ ਬੈਠ ਕੇ ਖੇਡਦੇ ਹਨ।ਇਹ ਇੱਕ ਦਿਮਾਗੀ ਖੇਡ ਹੈ। ਇਸ ਖੇਡ ਲਈ ਧਰਤੀ ਤੇ ਲੀਕਾਂ ਮਾਰ ਕੇ ਡੱਬੇ ਬਣਾ ਲਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਦੋਨੋ ਖਿਡਾਰੀ ਇੱਕ ਖ਼ਾਸ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਬਾਰਾਂ-ਬਾਰਾਂ ਗੀਟੀਆਂ ਵੰਡ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਦੋਵੇਂ ਖਿਡਾਰੀ ਆਹਮੋਂ ਸਾਹਮਣੇ ਬੈਠ ਕੇ ਡੱਬਿਆਂ ਦੇ ਘੁਰਿਆਂ ਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਗੀਟੀਆਂ ਰੱਖ ਕੇ ਚਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਆਪਣੀ ਸਮਝ, ਤੇਜ਼ ਬੁੱਧੀ ਤੇ ਸੂਝ ਨਾਲ਼ ਦੂਜੇ ਖਿਡਾਰੀ ਦੀ ਗੀਟੀ ਉਪਰੋਂ ਆਪਣੀ ਗੀਟੀ ਟਪਾ ਕੇ ਖਾਲੀ ਘੁਰਾ ਮਲਦਿਆਂ ਗੀਟੀ ਕੱਟਦੇ ਹਨ। ਆਖਰ ਤੇ ਜਿਸ ਦੀ ਗੀਟੀ ਬਚ ਜਾਵੇ ਉਹ ਖਿਡਾਰੀ ਜੇਤੂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਕਬੱਡੀ

ਇਹ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਮੁੱਖ ਖੇਡ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਮਾਂ ਖੇਡ ਦਾ ਦਰਜਾ ਹਾਸਲ ਹੈ। ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਕਈ ਖੇਡਾਂ ਦੇ ਗੁਣ ਰਲ਼ੇ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੁਸ਼ਤੀ, ਅਥਲੈਟਿਕਸ ਤੇ ਜਿਮਨਾਸਟਿਕ ਵੀ ਹੈ। ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ

ਜਵਾਨ ਗੱਭਰੂਆਂ ਤੱਕ ਟੋਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਖੇਡੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਦੋਹਾਂ ਟੀਮਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਖਿਡਾਰੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁੱਝ ਧਾਵੀ ਤੇ ਕੁੱਝ ਜਾਫੀ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਦੋਵੇਂ ਟੀਮਾਂ ਖੇਡ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਟਾਸ ਕਰਕੇ ਆਪਣਾ ਪਾਸਾ ਮੱਲ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਮੈਦਾਨ ਦੇ ਅੱਧ ਵਿਚਕਾਰ ਵੰਡ ਕਰਕੇ ਦੋ ਢੇਰੀਆਂ ਲਾ ਕੇ ਪਾਲ਼ਾ ਬਣਾ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਰੈਫ਼ਰੀ ਵੱਲੋਂ ਸੀਟੀ ਮਾਰਨ ਤੇ ਇੱਕ ਧਿਰ ਦਾ ਖਿਡਾਰੀ ਕੌਡੀ-ਕੌਡੀ (ਕਬੱਡੀ) ਕਰਦਾ ਵਿਰੋਧੀ ਧਿਰ ਵੱਲ ਵਧਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਹੱਥ ਲਾ ਕੇ ਬਿਨਾ ਸਾਹ ਤੋੜੇ ਵਾਪਸ ਮੁੜਦਾ ਹੈ। ਵਿਰੋਧੀ ਜਾਫੀ ਉਸ ਨੂੰ ਫੁਰਤੀ ਨਾਲ਼ ਪਕੜਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਉਹ ਬਿਨਾਂ ਸਾਹ ਤੋੜੇ ਵਾਪਸ ਆਪਣੇ ਪਾਲ਼ੇ ਤੇ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਜਿੰਨੇ ਵਿਰੋਧੀ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਛੋਹਿਆ ਸੀ, ਉਨੇ ਅੰਕ ਉਸ ਦੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਉਹ ਫੜਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਅੰਕ ਵਿਰੋਧੀ ਟੀਮ ਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਦੂਜੀ ਟੀਮ ਦਾ ਖਿਡਾਰੀ ਧਾਵਾ ਬੋਲਦਾ ਹੈ।

ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਜੋ ਟੀਮ ਵੱਧ ਅੰਕ (ਪੇਂਟ) (ਪੁਆਇੰਟ) ਲੈ ਜਾਵੇ ਉਹ ਜੇਤੂ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

-ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਮੁੰਗਲੀਆਂ ਫੇਰਨਾ

ਪੰਜਾਬੀ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਕਸਰਤ ਕਰਨ ਦੇ ਦੇਸੀ ਢੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁੰਗਲੀਆਂ ਫੇਰਨਾ ਇੱਕ ਮਹਬੂਲ ਕਸਰਤ ਤੇ ਖੇਡ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ

ਸੀ। ਆਮ ਕਰਕੇ ਭਲਵਾਨਾਂ ਦੇ ਅਖਾੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਹਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਮੁੰਗਲੀ ਇੱਕ ਭਾਰੀ ਲੱਕੜ ਜੋ ਥੱਲਿਓਂ ਮੋਟੀ ਅਤੇ ਉੱਪਰੋਂ ਮੁੱਠ ਵਿੱਚ ਘੁੱਟੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਘੋਟਣੇ ਵਾਂਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮੁੰਗਲੀਆਂ ਦੇ ਜੋੜੇ ਨੂੰ ਮੁਘਦਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਵਾਨ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਮੁੰਗਲੀਆਂ ਨੂੰ ਹੱਥਾਂ ਵਿੱਚ ਫੜ ਕੇ ਕਦੇ ਪਿੱਠ, ਕਦੇ ਛਾਤੀ ਮੂਹਰੇ ਤੇ ਕਦੇ ਮੋਢਿਆਂ ਦੇ ਅੱਗੇ-ਪਿੱਛੇ, ਆਸੇ ਪਾਸੇ ਘੁਮਾ ਕੇ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਰਤੱਬ ਕਰਿਆ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਮੇਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਗੱਭਰੂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਢੰਗਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਮੁੰਗਲੀਆਂ ਫੇਰਦੇ ਦਰਸ਼ਕਾਂ ਤੋਂ ਇਨਾਮ ਲੈਂਦੇ ਸਨ। ਹੁਣ ਮੁੰਗਲੀਆਂ ਫੇਰਨ ਦੀ ਖੇਡ ਖਤਮ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

ਪਿੱਠੂ ਗਰਮ

ਮੁੰਡਿਆਂ ਦੇ ਖੇਡਣ ਵਾਲ਼ੀ ਇਸ ਖੇਡ ਨੂੰ ਪਿੱਠੂ ਭੰਨ ਅਤੇ ਪਿਠੂ ਗੋਰੀਏ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਿੰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਇਸ ਨੂੰ ਬੜੇ ਹੀ ਚਾਅ ਨਾਲ਼ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਪੰਜ -ਛੇ ਡਿੱਕਰੀਆਂ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਖੇਡ ਦੇ ਵਿੱਚ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਖਿਡਾਰੀ ਦੋ ਇੱਕੋ ਜਿਹੀਆਂ ਟੋਲੀਆਂ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਖੇਡ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਡਿੱਕਰੀਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਜਿਹੇ ਗੋਲ਼ ਘੇਰੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਦੂਜੀ ਉੱਪਰ ਚਿਣ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਟੋਲੀ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਰੀ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਟੋਲੀ ਦਾ ਇੱਕ ਖਿਡਾਰੀ ਡਿੱਕਰੀਆਂ ਤੋਂ ਸੱਤ-ਅੱਠ ਫ਼ੁੱਟ ਦੂਰ ਬਣੇ ਪਾਲ਼ੇ ਤੋਂ ਡਿੱਕਰੀਆਂ ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਲਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਵਿਰੋਧੀ ਖਿਡਾਰੀ ਗੇਂਦ ਨੂੰ ਬੁੱਚਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਖਿਡਾਰੀ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਵਾਰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਜ਼ਰੂਰ ਲਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਲੱਗ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਡਿੱਕਰੀਆਂ ਖਿੱਲਰ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਲਾਉਣ ਵਾਲ਼ੇ ਦੀ ਟੀਮ ਆਸੇ-ਪਾਸੇ ਵੱਲ ਖਿੰਡ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਵਿਰੋਧੀ ਖਿਡਾਰੀ ਗੇਂਦ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪਿੱਠ ਤੇ ਮਾਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਹੀ ਪਹਿਲੀ ਟੋਲੀ ਵਿੱਚੋਂ ਜੇ ਕੋਈ ਡਿੱਕਰੀਆਂ ਚਿਣ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਵਾਰੀ ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜੇ ਗੇਂਦ ਲੱਗ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਵਾਰੀ ਵਿਰੋਧੀ ਟੀਮ ਦੀ।

-ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

ਕੋਟਲਾ ਛਪਾਕੀ

ਇਸ ਖੇਡ ਨੂੰ ਕਾਜ਼ੀ ਕੋਟਲੇ ਦੀ ਮਾਰ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਖੇਡ ਨੂੰ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਬੜੇ ਚਾਅ ਨਾਲ਼ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਖੇਡ ਲਈ ਕੱਪੜੇ ਦਾ ਇੱਕ ਵਟਿਆ ਹੋਇਆ ਕੋਟਲਾ ਹੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਖੇਡ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਬੱਚੇ ਪੁੱਗਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਸਿਰ ਦਾਈ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬਾਕੀ ਬੱਚੇ ਇੱਕ ਗੋਲ਼ ਦਾਇਰੇ ਵਿੱਚ ਨੀਵੀਂ ਪਾ ਕੇ ਬੈਠ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਵਾਰੀ ਵਾਲ਼ਾ ਬੱਚਾ ਕੋਟਲੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਝੱਗੇ ਵਿੱਚ ਲੁਕਾ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਦੁਆਲ਼ੇ ਘੁੰਮਦਿਆਂ ਗਾਉਂਦਾ ਹੈ:

'ਕੋਟਲ ਛਪਾਕੀ ਜੁੰਮੇ ਰਾਤ ਆਈ ਏ' ਦੂਜੇ ਬੱਚੇ ਅੱਗੋਂ ਕਹਿੰਦੇ ਨੇ:

'ਜਿਹੜਾ ਅੱਗੇ ਪਿੱਛੇ ਝਾਕੇ, ਉਹਦੀ ਸ਼ਾਮਤ ਆਈ ਏ।'

ਕੋਟਲੇ ਵਾਲ਼ਾ ਬੱਚਾ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਮਗਰ ਚੁੱਪ-ਚੁਪੀਤੇ ਕੋਟਲਾ ਰੱਖ ਕੇ ਚੱਕਰ ਪੂਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਚੱਕਰ ਪੂਰਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੂਜਾ ਬੱਚਾ ਕੋਟਲਾ ਚੁੱਕ ਲਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਦਾਈ ਵਾਲ਼ੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਮਗਰ ਕੋਟਲਾ ਮਾਰਨ ਦੌੜਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦਾਈ ਵਾਲ਼ੇ ਨੇ ਉਸ ਦੇ ਸਥਾਨ ਤੇ ਆ ਬੈਠਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਦਾਈ ਵਾਲ਼ਾ ਚੱਕਰ ਪੂਰਾ ਆਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਕੋਟਲਾ ਚੁੱਕ ਕੇ ਉਸ ਦੇ ਮਾਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਚੱਕਰ ਪੂਰਾ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਦਾਈ ਬਦਲ ਕੇ ਦੂਜੇ ਦੇ ਸਿਰ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

-ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਚੌਪੜ

ਇਸ ਖੇਡ ਨੂੰ ਸੂਝਵਾਨ ਗੱਭਰੂ ਜਾਂ ਵਡੇਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਆਦਮੀ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਖੇਡ ਅਨੰਦਮਈ ਤੇ ਰੋਚਕ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਦਰਸ਼ਕ ਇਸ ਦਾ ਖ਼ੂਬ ਅਨੰਦ ਮਾਣਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਬੁੱਧੀ ਤੋਂ ਕੰਮ ਲੈ ਕੇ ਬਾਜ਼ੀ ਨੂੰ ਲੰਮਾ ਸਮਾਂ ਚਾਲੂ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਚਾਰ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਖੇਡੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਖਿਡਾਰੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋਣ ਤਾਂ ਚਾਰ ਟੋਲੀਆਂ ਬਣਾ ਕੇ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਖੇਡ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਜ਼ਮੀਨ ਤੇ ਲੀਕਾਂ ਵਾਹ ਕੇ ਖੇਡਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸ਼ੌਕੀਨ ਲੋਕ ਕੱਪੜੇ ਦੇ ਚਾਰ ਪੱਟ ਜੋੜ ਕੇ ਧਾਗੇ ਨਾਲ਼ ਡੱਬੇ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਖੇਡ ਲੁੱਡੋ ਨਾਲ਼ ਕਾਫ਼ੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਪਰ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਹੈ। ਹਰ ਖਿਡਾਰੀ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੀਆਂ ਗੋਟੀਆਂ ਦੂਜੇ ਖਿਡਾਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੁੱਗ ਜਾਣ। ਇਸ ਖੇਡ ਨਾਲ਼ ਚੁਕੰਨੇ ਰਹਿਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਅੰਨ੍ਹਾ ਝੋਟਾ

ਪੰਜਾਬ ਦੀਆਂ ਪੁਰਾਤਨ ਖੇਡਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਹ ਬਹੁਤ ਹੀ ਹਰਮਨਪਿਆਰੀ ਖੇਡ ਹੈ। ਆਮ ਕਰਕੇ ਕੁੜੀਆਂ ਇਹ ਖੇਡ

ਖੇਡਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁੱਝ ਕੁੜੀਆਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਹੋ ਕੇ ਪੁੱਗਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਵਾਰੀ ਦੇਣ ਵਾਲ਼ੀ ਕੁੜੀ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਤੇ ਪੱਟੀ ਬੰਨ੍ਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਅੰਨ੍ਹਾ ਝੋਟਾ ਬਣਾ ਕੇ ਇੱਕ ਕੁੜੀ ਦੂਜੀਆਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛਦੀ ਹੈ, " ਅੰਨ੍ਹਾ ਝੋਟਾ ਲੈ ਲੋ, ਅੰਨ੍ਹਾ ਝੋਟਾ।' ਕੁੜੀਆਂ ਕਹਿੰਦੀਆਂ : 'ਕਿੰਨੇ ਦਾ ?' ਉਹ ਕਹਿੰਦੀ : 'ਲੱਖ ਦਾ' ਤਾਂ ਬਾਕੀ ਕੁੜੀਆਂ 'ਇਹ ਤਾਂ ਕਾਣੀ ਕੌਡੀ ਦਾ ਵੀ ਨਹੀਂ' ਕਹਿ ਕੇ ਉਸ ਦੇ ਆਲ਼ੇ - ਦੁਆਲ਼ੇ ਭੱਜਦੀਆਂ ਹਨ। ਅੰਨ੍ਹਾ ਝੋਟਾ ਬਣੀ ੜੀ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਅਵਾਜ਼ਾ ਦਾ ਪਿੱਛਾ ਕਰਦੀ ਹੋਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਫੜਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜਿਹੜੀ ਕੁੜੀ ਫੜੀ ਜਾਵੇ ਉਸ ਨੂੰ ਅੰਨ੍ਹਾ ਝੋਟਾ ਬਣ ਕੇ ਵਾਰੀ ਦੇਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਥਾਲ਼

ਪੰਜਾਬੀ ਕੁੜੀਆਂ ਦੀ ਹਰਮਨ-ਪਿਆਰੀ ਖੇਡ ਹੈ ਥਾਲ਼। ਇਹ ਖੇਡ ਦੋ ਕੁੜੀਆਂ ਜਾਂ ਜੋਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਖੇਡੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਕੁੜੀ ਇੱਕ ਹੱਥ ਨਾਲ਼ ਖਿੱਦੋ ਨੂੰ ਜ਼ਮੀਨ ਤੇ ਮਾਰ ਕੇ ਬੁੜਕਾਉਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਫਿਰ ਉਸ ਨੂੰ ਹੱਥ ਦੀ ਤਲੀ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਬਾਰ ਬਾਰ ਬੜਕਾਉਂਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਥਾਲ਼ ਦੇ ਬੋਲ ਵੀ ਗਾਉਂਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਕ ਥਾਲ / ਗੀਤ ਦੇ ਬੋਲ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣ ਤੇ ਇੱਕ ਬਾਜ਼ੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਥਾਲ਼ਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨਾਲ਼ੋ-ਨਾਲ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਥਾਲ਼ ਗਾਉਂਦਿਆਂ ਖਿੱਦੋ ਰੁੜ੍ਹ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਵਾਰੀ ਜਾਂਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਕੁੜੀ ਨੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਥਾਲ਼ ਪਾਏ ਹੋਣ ਉਹ ਜੇਤੂ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਥਾਲ:

ਛੀ ਛੀ ਜੀਵੇ ਮਾਂ,
ਖੱਖੜੀਆਂ ਖਰਬੂਜੇ ਖਾ,
ਖਾਂਦੀ ਖਾਂਦੀ ਕਾਬਲ ਜਾ,
ਕਾਬਲੋਂ ਆਂਦੀ ਗੋਰੀ ਗਾਂ,
ਗੋਰੀ ਗਾਂ ਗੁਲਾਬੀ ਵੱਛਾ,
ਮਾਰੇ ਸਿੰਗ ਤੁੜਾਵੇ ਰੱਸਾ ....
ਆਲ ਮਾਲ
ਹੋਇਆ ਪੂਰਾ ਥਾਲ।

ਦੱਸ ਦੱਸ ਦੱਸ,
ਮੇਰੀ ਡੱਬੀ ਦੇ ਵਿੱਚ ਨੱਥ,
ਕਦੀ ਲਾਹਵਾਂ ਕਦੀ ਪਾਵਾਂ,
ਕਦੀ ਪੇਕਿਆਂ ਨੂੰ ਜਾਵਾਂ,
ਸਹੁਰੇ ਪੈਰੀਂ ਜੁੱਤੀ,
ਜੀਵੇ ਕਾਲ਼ੀ ਕੁੱਤੀ,
ਕੁੱਤੀ ਦੇ ਕਤੂਰੇ,
ਮੇਰੇ ਸੱਭੇ ਥਾਲ ਪੂਰੇ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

ਚੋਰ-ਸਿਪਾਹੀ

ਚੋਰ-ਸਿਪਾਹੀ ਖੇਡ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਨਪਸੰਦ ਖੇਡ ਹੈ। ਇਸ ਖੇਡ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਟੋਲੀਆਂ ਬਣਾ ਕੇ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਦੋ

ਬਰਾਬਰ ਟੋਲੀਆਂ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਟੋਲੀ ਚੋਰ ਅਤੇ ਦੂਜੀ ਟੋਲੀ ਸਿਪਾਹੀ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਚੋਰ ਟੋਲੀ ਦੇ ਖਿਡਾਰੀ ਭੱਜ ਕੇ ਲੁਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਿਪਾਹੀ ਟੋਲੀ ਵਾਲ਼ੇ ਇਕ ਖਾਸ ਨਿਸਚਿਤ ਗਿਣਤੀ ਤੱਕ ਗਿਣਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਫਿਰ ਚੋਰ ਟੋਲੀ ਦੇ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਲਈ ਨਿੱਕਲ ਤੁਰਦੇ ਹਨ।

ਚੋਰ ਟੋਲੀ ਵਾਲ਼ੇ ਔਖੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਲੁਕਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਛੇਤੀ ਫੜੇ, ਨਾ ਜਾ ਸਕਣ। ਸਿਪਾਹੀ ਟੋਲੀ ਵਾਲੇ ਚੋਰਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭ ਲੱਭ ਕੇ ਪਕੜਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਵਾਸਤੇ ਚੋਰੀ ਨਾ ਕਰਨ ਦਾ ਅਹਿਦ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ।

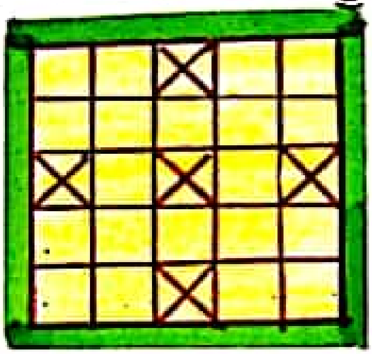
ਬੱਚੇ ਬੜੇ ਨਾਟਕੀ ਢੰਗ ਨਾਲ਼ ਦੋਹਾਂ ਧਿਰਾਂ ਦਾ ਪਾਤਰ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਸਾਰੇ ਚੋਰ ਪਕੜੇ ਜਾਣ ਤੇ ਵਾਰੀ ਦੂਜੀ ਟੋਲੀ ਸਿਰ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

–ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਚੈਨਾ (ਅੱਡਾ-ਖੱਡਾ)

ਇਹ ਖੇਡ ਪੱਛਮੀ ਪੰਜਾਬ ਅਤੇ ਪੂਰਬੀ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਕੁੱਝ ਸਰਹੱਦੀ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਖੇਡੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਖੇਡ ਨੂੰ ਚਾਰ-ਚਾਰ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਜਾਂ ਦੋ-ਦੋ ਜਾਂ ਇਕੱਲੇ ਇਕੱਲੇ, ਕੁੱਲ ਚਾਰ ਟੀਮਾਂ ਖੇਡਦੀਆਂ ਹਨ। ਜ਼ਮੀਨ ਤੇ ਵਰਗ ਅਕਾਰ ਦੇ 25 ਖਾਨੇ ਬਣਾ ਲਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਚਿੱਤਰ ਅਨੁਸਾਰ ਡੱਬਿਆਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਕਾਂਟੇ ਮਾਰ ਲਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਹਰੇਕ ਟੀਮ ਕੋਲ ਚਾਰ-ਚਾਰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰੰਗਾਂ ਦੀਆਂ ਗੋਟੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਿੱਪੀਆਂ, ਕੌਡੀਆਂ ਜਾਂ ਕਾਨਿਆਂ ਦੀਆਂ ਚਾਲਾਂ ਬਣਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਖੇਡ ਲੁੱਡੋ ਨਾਲ ਮਿਲਦੀ ਜੁਲਦੀ ਹੈ। ਚਾਲ ਚੱਲਣ ਵੇਲੇ ਚਲ ਵਾਲੀਆਂ ਕੌਡੀਆਂ ਨੂੰ ਉੱਪਰੋਂ ਸੁੱਟਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਚਾਰੋਂ ਕੌਡੀਆਂ ਪੁੱਠੀਆਂ ਤਾਂ ਅੱਠ ਅੰਕ, ਜੇ ਚਾਰੋਂ ਸਿੱਧੀਆਂ ਤਾਂ ਚਾਰ ਅੰਕ। ਜਿੰਨੀਆਂ ਪੁੱਠੀਆਂ ਉਨੇ ਅੰਕ। ਚਾਰੇ ਗੋਟੀਆਂ ਨੂੰ ਦੋਨਾਂ ਪਾਸਿਓਂ ਘੁੰਮਦੇ ਹੋਏ ਵਿਚਕਾਲੇ ਕਾਂਟੇ ਵਾਲੇ ਖਾਨੇ ਤੱਕ ਪੁੱਜਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਘੇਰੇ ਤੇ ਬਣੇ ਖਾਨੇ ਵਿੱਚ ਪਈ ਗੀਟੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਰਸਤੇ ਵਿੱਚ ਜੇਕਰ ਗੀਟੀ ਮਾਰੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਬਦਲੇ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਗੋਟੀਆਂ ਮਾਰ ਕੇ ਛੁਡਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਾਰੀ ਖੇਡ ਨੂੰ ਚੈਨਾ ਜਾਂ ਅੱਡਾ ਖੱਡਾ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਲਕੀਰਾਂ ਨੂੰ ਐਰਾ ਗੈਰਾ, ਨੱਥੂ ਖੈਰਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।



—ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

ਭੰਡਾ - ਭੰਡਾਰੀਆ

ਖੇਡ ਭੰਡਾ - ਭੰਡਾਰੀਆ ਜੋ ਅੱਜਕੱਲ ਅਲੋਪ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿਸੇ ਜ਼ਮਾਨੇ ਵਿੱਚ ਕੁੜੀਆਂ ਦੀ ਹਰਮਨ ਪਿਆਰੀ ਖੇਡ ਸੀ। ਛੋਟੀਆਂ - ਛੋਟੀਆਂ ਕੁੜੀਆਂ ਰਲ਼ ਕੇ ਇਹ ਖੇਡ ਖੇਡਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਖੇਡ ਲਈ ਕੋਈ ਵੀ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਕੁੜੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਨਹੀ ਹੈ।

ਖੇਡ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਵੇਲ਼ੇ ਕੁੜੀਆਂ ਪੁੱਗਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਿਸ ਸਿਰ ਦਾਈ ਆ ਜਾਵੇ ਉਹ ਉਹ ਪੈਰਾਂ ਭਾਰ ਹੇਠਾਂ ਬੈਠ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬਾਕੀ ਕੁੜੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜੋ ਸਭ ਤੋਂ ਫ਼ੁਰਤੀਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਦੇ ਸਿਰ ਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਮੁੱਠੀਆਂ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਬਾਕੀ ਕੁੜੀਆਂ ਵੀ ਉਸ ਦੇ ਸਿਰ ਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਮੁੱਠੀਆਂ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਾਰੀਆਂ ਉਸ ਤੋਂ ਪੁੱਛਦੀਆਂ ਹਨ,' ਭੰਡਾ ਭੰਡਾਰੀਆ ਕਿਨਾ ਕੁ ਭਾਰ' ਉਹ ਅੱਗੋਂ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ,' ਇੱਕ ਮੁੱਠੀ ਚੁੱਕ ਲੈ ਦੂਜੀ ਤਿਆਰ'। ਹਰ ਵਾਰ ਇਸ ਤਰਾਂ; ਕਹਿੰਦਿਆਂ ਕੁੜੀਆਂ ਮੁੱਠੀਆਂ ਚੁੱਕਦੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਪਿੱਛੇ ਹੱਟਦੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਭ ਤੋਂ ਅਖੀਰ ਤੇ ਫ਼ੁਰਤੀਲੀ ਕੁੜੀ ਮੁੱਠੀ ਚੁੱਕ ਕੇ ਦੌੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਦਾਈ ਦੇਣ ਵਾਲ਼ੀ ਦੂਜੀਆਂ ਕੁੜੀਆਂ ਨੂੰ ਛੂੰਹਦੀ ਹੈ। ਜਿਹੜੀ ਕੁੜੀ ਪਕੜੀ ਜਾਵੇ ਉਸ ਦੇ ਸਿਰ ਦਾਈ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

—ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਊਚ-ਨੀਚ

ਛੂਹਣ-ਛੁਹਾਈ ਦੀ ਇਹ ਖੇਡ ਕੁੜੀਆਂ ਬੜੇ ਚਾਅ ਨਾਲ਼ ਖੇਡਦੀਆਂ ਹਨ। ਖੇਡ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੁੜੀਆਂ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਪੁੱਗਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਿਸ ਕੁੜੀ ਸਿਰ ਵਾਰੀ ਆ ਜਾਵੇ ਉਸ ਨੂੰ ਇੱਕ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਸਥਾਨ ਤੇ ਖੜ੍ਹਾ ਕਰਕੇ ਬਾਕੀ ਕੁੜੀਆਂ ਕੁੱਝ ਦੂਰੀ ਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਖੜ੍ਹ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਬਾਕੀ ਕੁੜੀਆਂ ਵਾਰੀ ਦੇਣ ਵਾਲ਼ੀ ਨੂੰ ਪੁੱਛਦੀਆਂ ਹਨ, 'ਊਚ ਮੰਗੀ ਕਿ ਨੀਚਾ' ਦਾਈ ਵਾਲ਼ੀ ਕੁੜੀ ਜੇਕਰ ਨੀਚ ਕਹੇ ਤਾਂ ਦੂਜੀਆਂ ਕੁੜੀਆਂ ਉੱਚੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਜਾ ਖਲੋਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਉਸ ਨੂੰ ਝਕਾਨੀ ਦੇ ਕੇ ਨੀਵੀਂ ਥਾਂ ਵੱਲ ਦੌੜਦੀਆਂ ਹਨ। ਦਾਈ ਵਾਲ਼ੀ ਲੜਕੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹ ਦੀ ਕੋਸ਼ਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜਿਹੜੀ ਕੁੜੀ ਨੂੰ ਉਹ ਛੂਹ ਲਵੇ, ਵਾਰੀ ਉਸ ਸਿਰ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਬੰਟੇ/ਅਖਰੋਟ (ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਲਾਉਣਾ)

ਬੰਟੇ ਆਮ ਕਰਕੇ ਮੁੰਡੇ ਸਰਦੀਆਂ ਦੀ ਰੁੱਤ ਵਿੱਚ ਹੀ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਖੇਡ ਦੋ ਤੋਂ ਵੱਧ ਖਿਡਾਰੀ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾ ਜ਼ਮੀਨ ਵਿੱਚ ਰਾਬ, ਖੁੱਤੀ (ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ

ਟੋਆ) ਪੁੱਟ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਖਿਡਾਰੀ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਪੁੱਗ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਵਾਰੀ ਲੈਣ ਵਾਲਾ ਖਿਡਾਰੀ ਬਾਕੀ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਕੋਲੋਂ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ-ਦੋ ਬੰਟੇ ਇਕੱਠੇ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਫਿਰ ਸਾਰੇ ਬੰਟੇ ਖੁੱਤੀ ਵੱਲ ਰੋੜ੍ਹਨ ਲਈ ਵਲੇ ਪਾਲੇ ਤੇ ਖੜ੍ਹ ਕੇ ਬੰਟੇ ਰੋੜ੍ਹਦਾ ਹੈ। ਜਿੰਨੇ ਬੰਟੇ ਖੁੱਤੀ ਵਿੱਚ ਪੈ ਜਾਣ ਉਹ ਸਾਰੇ ਉਸ ਦੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਦੂਜੇ ਮੁੰਡਿਆਂ ਦੇ ਕਹਿਣ ਤੇ ਉਹ ਬਾਕੀ ਖਿੰਡੇ ਹੋਏ ਬੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਖਾਸ ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਲਗਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਠੀਕ ਲੱਗ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਬੰਟੇ ਆਪਸ ਵਿੱਚ, ਨਾ ਟਕਰਾਉਣ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਬੰਟੇ ਉਸ ਦੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਨੇ। ਜੇਕਰ ਟਕਰਾ ਜਾਣ (ਠੈਂਕੇ ਹੋ ਜਾਣ) ਜਾਂ ਖੁੱਤੀ ਵਿੱਚ ਪੈ ਜਾਣ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਪੱਲਿਓਂ ਹਰਜਾਨਾ (ਤੇਲਾ) ਦੇਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਮੁੰਡੇ ਵਾਰੀ ਵਾਰੀ ਇਸ ਖੇਡ ਨੂੰ ਖੇਡਦੇ ਹਨ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

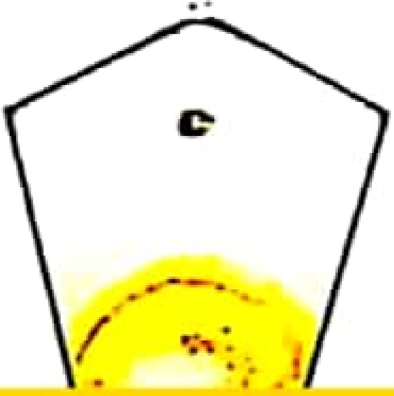
Scanned by CamScanner

ਬੰਟੇ (ਪਿੱਲ ਚੋਟ)

ਪਿੱਲ ਚੋਟ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਮੁੰਡੇ ਰਲ ਕੇ ਦੋ-ਦੋ ਬੰਟੇ ਇਕੱਠੇ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਬੰਟਿਆਂ ਨੂੰ ਖੁੱਤੀ ਕੋਲ ਖੜ੍ਹ ਕੇ ਦੂਰ ਰੋੜ੍ਹ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਬੈਠ ਕੇ ਵੱਡੀ-ਵਿਚਕਾਰਲੀ ਉਂਗਲ ਤੇ ਬੰਟਾ ਚੜ੍ਹਾ ਕੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਰੀ ਲੈਣ ਵਾਲ਼ਾ ਮੁੰਡਾ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਬੰਟਿਆਂ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨੇ ਮਾਰ ਕੇ ਰੋੜ੍ਹਦਾ ਹੋਇਆ ਖੁੱਤੀ ਦੇ ਨੇੜੇ ਕਰਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੌਕਾ ਮਿਲਣ ਤੇ ਜਿੰਨੇ ਬੰਟੇ ਖੁੱਤੀ ਵਿੱਚ ਪਾ ਲਵੇ, ਸਾਰੇ ਲੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਉਸ ਤੋਂ ਖੇਡਦੇ ਸਮੇਂ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਨਾਂ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਵਾਰੀ ਅਗਲੇ ਮੁੰਡੇ ਦੀ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਲਗਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਉਸ ਦਾ ਆਪਣਾ ਬੰਟਾ ਖੁੱਤੀ ਵਿੱਚ ਪੈ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਤੇਲਾ ਵੀ ਭਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਾਰੀ ਵੀ ਗਵਾਉਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner



ਬੰਟੇ (ਕੁੰਡਲ, ਕਲੀ-ਜੋਟਾ)

ਕੁੰਡਲ : ਬੰਟਿਆਂ ਦੀ ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਮੁੰਡੇ ਦੋ-ਦੋ ਬੰਟੇ ਇਕੱਠੇ ਕਰਕੇ ਧਰਤੀ ਤੇ ਵਾਹੇ ਇੱਕ ਗੋਲ ਦਾਇਰੇ 'ਚ ਰੱਖ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਸਾਰੇ ਮੁੰਡੇ ਆਪਣਾ-ਆਪਣਾ ਖਾਸ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਵਾਲ਼ਾ ਬੰਟਾ ਇੱਕ ਮੁੰਡੇ ਨੂੰ ਦੇ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਮੁੰਡਾ ਉਹਨਾਂ ਬੰਟਿਆਂ ਦਾ ਕੁੰਡਲ ਤੋਂ ਦੂਰ ਛਾਣਾ ਦੇ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਦੂਰ ਬੰਟੇ ਵਾਲ਼ਾ ਮੁੰਡਾ ਗੋਲ ਦਾਇਰੇ ਵਿਚਲੇ ਬੰਟਿਆਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਵਾਸਤੇ

ਖਿੱਲ-ਚੋਟ ਵਾਂਗ ਬੈਠ ਕੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਲਗਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਉਸ ਦਾ ਬੰਟਾ ਗੋਲ ਦਾਇਰੇ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਪੱਲਿਓਂ ਇੱਕ ਹੋਰ ਬੰਟਾ ਦਾਇਰੇ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਜਿੰਨੇ ਬੰਟੇ ਦਾਇਰੇ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿੱਕਲ ਜਾਣ ਉਸ ਦੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਨੇ। ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਵਾਰੀ ਵਾਰੀ ਇਹ ਚਾਲ ਚੱਲਦੇ ਹਨ।

ਕਲੀ-ਜੋਟਾ : ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਦੋ ਜਣੇ ਆਹਮੋ-ਸਾਹਮਣੇ ਬੈਠ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਜਣਾ ਆਪਣੀ ਝੋਲੀ ਵਿੱਚ ਲੁਕਾ ਕੇ ਰੱਖੇ ਬੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੁੱਝ ਬੰਟੇ ਮੁੱਠੀ ਵਿੱਚ ਲੁਕਾ ਕੇ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਪੁੱਛਦਾ ਹੈ, "ਕਲੀ ਕਿ ਜੋਟਾ।" ਦੂਸਰਾ ਕਲੀ ਜਾਂ ਜੋਟੇ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਦੱਸਦਾ ਹੈ। ਮੁੱਠੀ ਖੁੱਲ੍ਹਣ ਤੇ ਜੇ ਸਹੀ ਬੁੱਝਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਬੰਟੇ ਦੂਸਰੇ ਦੇ ਜੇ ਨਾ ਬੁੱਝਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਫਿਰ ਪਹਿਲੇ ਨੂੰ ਇੱਕ ਬੰਟਾ ਦੇਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਖੇਡ ਨਾਲ ਗਣਿਤਿਕ ਸੰਖਿਆਵਾਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕਲੀ ਟਾਂਕ ਅਤੇ ਜੋਟਾ ਜਿਸਤ ਸੰਖਿਆ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

Scanned by CamScanner

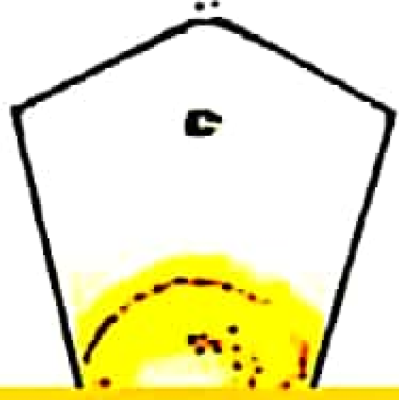
ਤਿੰਨ ਟੰਗੀ ਦੌੜ

ਇਹ ਛੋਟੇ ਮੁੰਡੇ ਕੁੜੀਆਂ ਦੀ ਬੜੀ ਦਿਲਚਸਪ ਖੇਡ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਇਸ ਖੇਡ ਨੂੰ ਬੜੇ ਹੀ ਚਾਅ ਨਾਲ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਖਿਡਾਰੀ ਦੋ-ਦੋ ਦੀਆਂ ਟੋਲੀਆਂ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ

ਇੱਕ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਪਾਲ਼ੇ ਤੇ ਖੜ੍ਹ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਟੋਲੀ ਦੇ ਦੋਹਾਂ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਦੀ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਲੱਤ ਚੁੰਨੀ ਜਾਂ ਸਾਫ਼ੇ ਨਾਲ਼ ਬੰਨ੍ਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਦੂਰ ਸਾਹਮਣੇ ਕੰਧ ਜਾਂ ਰੁੱਖ ਨੂੰ ਹੱਥ ਲਾ ਕੇ ਮੁੜਨ ਦਾ ਟੀਚਾ ਮਿੱਥ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ... ਦੋ ... ਤਿੰਨ ਗਿਣ ਕੇ ਟੀਮਾਂ ਪਾਲ਼ੇ ਤੋਂ ਦੌੜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਵਿੱਚ ਵੱਜਦੇ, ਡਿੱਗਦੇ, ਉੱਠਦੇ ਕਿਲਕਾਰੀ-ਆਂ ਮਾਰਦੇ ਬੱਚੇ ਮਿੱਥੇ ਟੀਚੇ ਤੱਕ ਪੁੱਜਦੇ ਹਨ। ਜਿਹੜੀ ਵੀ ਟੋਲੀ ਮਿੱਥੇ ਟੀਚੇ ਤੱਕ ਪਹਿਲਾਂ ਪੁੱਜ ਜਾਵੇ ਉਹ ਜੇਤੂ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

– [illegible] ਸਿੰਘ ਜੋਸ਼ੀ



ਗੁੱਡੀਆਂ – ਪਟੋਲੇ

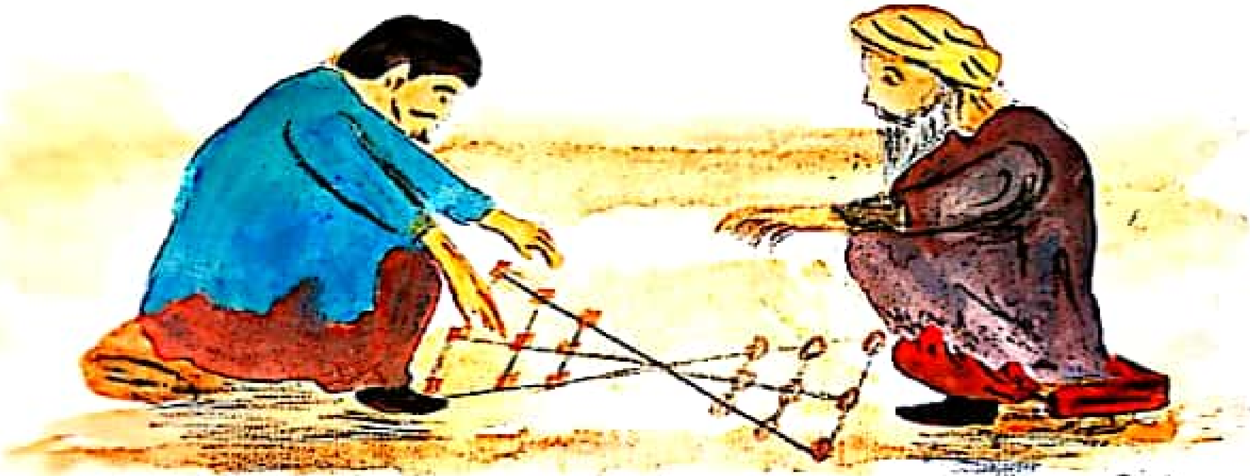
ਗੁੱਡੀਆਂ-ਪਟੋਲੇ ਖੇਡ ਕੁੜੀਆਂ ਬੜੇ ਹੀ ਚਾਅ ਨਾਲ਼ ਖੇਡਦੀਆਂ ਸਨ। ਉਹ ਇਹ ਖੇਡਣ ਵੇਲ਼ੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰੰਗਾਂ ਦੀਆਂ ਲੀਰਾਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਕਰਹੇ. ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਗੁੱਡੀ ਅਤੇ

ਗੁੱਡਾ (ਪੁਤਲੇ) ਬਣਾ ਲੈਂਦੀਆਂ ਸਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬੜੀ ਹੀ ਰੀਝ ਨਾਲ਼ ਸ਼ਿੰਗਾਰਦੀਆਂ ਸਨ। ਕੁੜੀਆਂ ਦੋ ਟੋਲੀਆਂ ਬਣਾ ਕੇ ਗੁੱਡੇ ਅਤੇ ਗੁੱਡੀ ਵਾਲ਼ੇ ਪਾਸੇ ਹੋ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਵਿਆਹ ਕਰਨ ਦੀ ਖੇਡ ਖੇਡਦੀਆਂ ਸਨ। ਉਹ ਆਪਣੀ ਸਮਝ ਅਨੁਸਾਰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇ-ਨਾਤੇ ਨਿਭਾਉਂਦੀਆਂ ਵਿਆਹ ਦੀਆਂ ਰੀਤਾਂ ਸੰਪੂਰਨ ਕਰਦੀਆਂ ਸਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਕਲਪਨਾ ਦੀ ਉਡਾਰੀ ਇਸ ਖੇਡ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਦਿਲਚਸਪ ਬਣਾ ਦਿੰਦੀ ਸੀ।

ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਅਟੇਰਨ



ਇਹ ਖੇਡ ਬਾਰਾਂ ਟਾਹਣੀ ਵਾਂਗ ਧਰਤੀ ਤੇ ਲਕੀਰਾਂ ਵਾਹ ਕੇ ਖੇਡੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਖੇਡ ਦੀ ਸ਼ਕਲ ਜਾਂ ਖ਼ਾਕਾ ਸੂਤ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਅਟੇਰਨ ਵਰਗੀ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਹੀ ਇਸ ਨੂੰ ਅਟੇਰਨ ਖੇਡ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਖੇਡ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵੇਲ਼ੇ ਦੋ ਖਿਡਾਰੀ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਦੋਨਾਂ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਕੋਲ਼ ਨੌ-ਨੌ ਗੀਟੀਆਂ, ਵੱਟੀਆਂ ਜਾਂ ਨਰਦਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਸ ਖੇਡ ਨੂੰ ਖੇਡਣ ਸਮੇਂ ਪਹਿਲੀ ਚਾਲ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਖਾਲੀ ਘਰ ਵਿੱਚ ਨਰਦ ਟਿਕਾਉਣ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਕੇ ਖੇਡਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗੀਟੀ ਜਾਂ ਨਰਦ ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਖਿਡਾਰੀ ਦੀ ਗੀਟੀ ਉੱਪਰੋਂ ਲੰਘਾ ਕੇ ਖਾਲੀ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੋਵੇਂ ਖਿਡਾਰੀ ਆਪਣੀ ਸੂਝ ਨਾਲ਼ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੀਆਂ ਗੀਟੀਆਂ ਕੁੱਟਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਆਖ਼ਰ ਤੇ ਜਿਸ ਖਿਡਾਰੀ ਦੀ ਗੀਟੀ ਬਚ ਜਾਵੇ ਉਹ ਜੇਤੂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

–ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਢੀ

Scanned by CamScanner

ਰੱਬ ਦਾ ਘਰ

ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਜਦੋਂ ਸਲੇਟਾਂ ਤੇ ਸਵਾਲ ਕੱਢਣ ਦਾ ਰਿਵਾਜ ਸੀ, ਉਸ ਸਮੇਂ ਬੱਚੇ ਵਿਹਲੇ ਸਮੇਂ ਸਲੇਟ ਸਲੇਟੀ ਨਾਲ਼ ਇਹ ਖੇਡ ਆਮ ਹੀ ਖੇਡਦੇ ਸਨ। ਇਹ ਖੇਡ ਦੋ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਖੇਡੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਪੁੱਗਣ ਤੋਂ ਪਿੱਛੋਂ ਜਿਸ ਦੀ ਵਾਰੀ ਪਹਿਲਾਂ ਆ ਜਾਵੇ ਉਹ ਸਲੇਟ ਤੇ 1 ਤੋਂ 9 ਤੱਕ ਗਿਣਤੀ ਲਿਖਦਾ ਹੈ। ਸਲੇਟ ਦੀ ਹੇਠਲੀ

ਗੁੱਠ ਵਿੱਚ ਅੰਕ 10 ਨੂੰ ਲਿਖਦਾ ਸੀ। ਇਸ ਨੂੰ ਰੱਬ ਦਾ ਘਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਵਾਰੀ ਵਾਲ਼ੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਰੱਬ ਦੇ ਘਰ ਤੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਖਾਸ ਅੰਕ ਨੂੰ ਮਿਲਾਉਣ ਲਈ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਫਿਰ ਉਸ ਅੰਕ ਤੋਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਅੰਕ ਨੂੰ, ਫਿਰ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਅੰਕ ਨੂੰ ਮਿਲਾਉਣ ਲਈ ਕਹਿੰਦਿਆਂ ਘੁੰਮਣਘੇਰੀ ਵਿੱਚ ਫਸਾਉਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ।

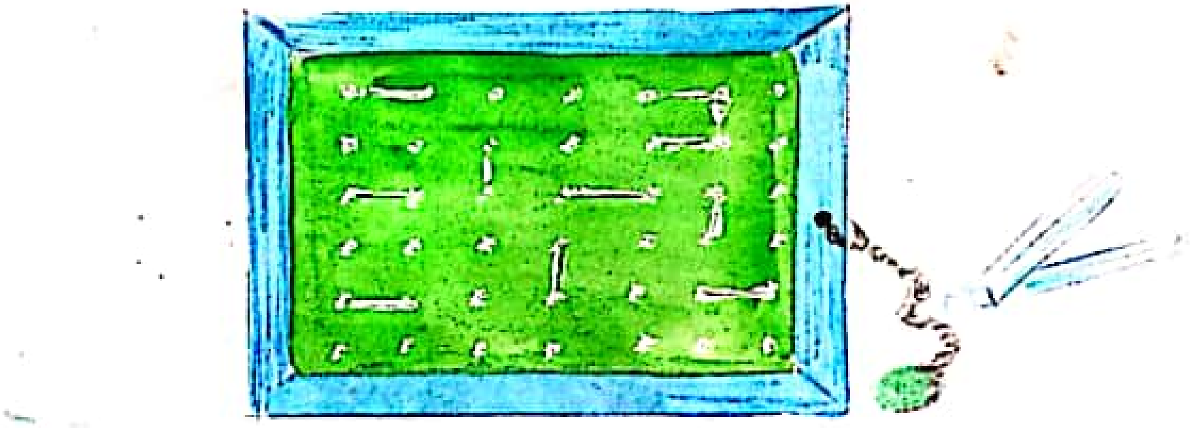
ਮਿਲਾਨ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਜੇਕਰ ਇੱਕ ਲਾਈਨ ਜੇ ਦੂਜੀ ਲਾਈਨ ਨਾਲ ਲੱਗ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਵਾਰੀ ਕੱਟੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਬੱਚੇ ਬੜੀ ਲੈਅ ਅਤੇ ਰਿਦਮ ਨਾਲ਼ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਛੇੜਦੇ ਹੋਏ ਇਹ ਖੇਡ ਖੇਡਦੇ ਸਨ।

ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਜ਼ੀਰੋ ਕਾਂਟਾ

ਸਲੇਟ-ਸਲੇਟੀਆਂ ਦੇ ਜ਼ਮਾਨੇ ਦੀ ਇਹ ਖੇਡ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬੜੀ ਹਰਮਨ ਪਿਆਰੀ ਸੀ। ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ

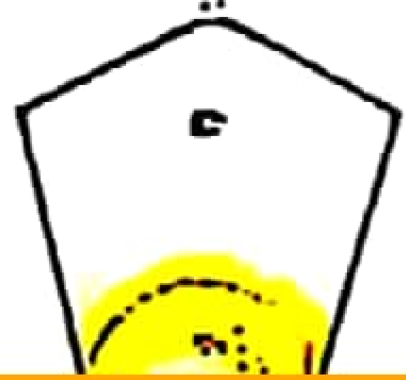


ਬੱਚੇ ਸਲੇਟ ਉੱਤੇ ਬਿੰਦੀਆਂ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਲਕੀਰਾਂ ਵਾਹ ਲੈਂਦੇ ਸਨ। ਬਿੰਦੀਆਂ ਮੋਟੀਆਂ ਅਤੇ ਥੋੜ੍ਹੀ-ਥੋੜ੍ਹੀ ਵਿੱਥ ਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਗਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸਨ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਾਉਣ ਤੇ ਚੌਰਸ ਡੱਬੇ ਬਣ ਜਾਣ।

ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਦੋ ਜਾਂ ਦੋ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੱਚੇ ਖੇਡਦੇ ਸਨ। ਉਹ ਆਪਣੀ ਵਾਰੀ ਆਉਣ ਤੇ ਹਰ ਵਾਰ ਕੋਈ ਵੀ ਦੋ ਬਿੰਦੀਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਾਉਂਦੇ ਜਾਂਦੇ। ਜੋ ਬੱਚਾ ਆਪਣੀ ਵਾਰੀ ਵੇਲੇ ਡੱਬਾ ਪੂਰਾ ਕਰ ਲੈਂਦਾ, ਉਸ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਲਾ ਲੈਂਦਾ। ਜਦ ਸਾਰੇ ਡੱਬੇ ਪੂਰੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਆਪੋ-ਆਪਣੇ ਡੱਬੇ ਗਿਣਦੇ। ਜਿਸ ਦੇ ਡੱਬੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੁੰਦੇ ਉਹ ਜੇਤੂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner



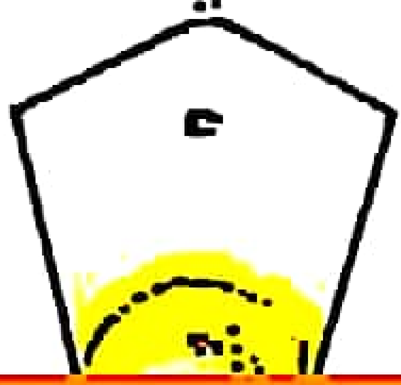
ਸ਼ਬਦ ਪਹੇਲੀ

ਇਹ ਖੇਡ ਬੱਚੇ ਟੋਲੀਆਂ ਬਣਾ ਕੇ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਖੇਡ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ-ਭੰਡਾਰ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਦੋ ਟੋਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਬੈਠ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ

ਆਪਣੀ ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਕਵਿਤਾ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਪਾਠ ਵਿੱਚੋਂ ਪੈਰਾ ਚੁਣਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਟੋਲੀ ਸਲੇਟ ਤੇ ਲੁਕਾ ਕੇ ਸ਼ਬਦ ਲਿਖਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਅੱਖਰ ਬੋਲ ਕੇ ਦੂਜੀ ਟੋਲੀ ਨੂੰ ਬੁੱਝਣ ਲਈ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਦੂਜੀ ਟੋਲੀ ਸ਼ਬਦ ਨਾ ਬੁੱਝੇ ਤਾਂ ਇੱਕ ਨੰਬਰ ਲੈ ਕੇ ਸ਼ਬਦ ਦਸਦਿਆ ਫਿਰ ਸ਼ਬਦ ਹੋਰ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਬਦ ਬੁੱਝ ਲੈਣ ਤੱਕ ਇਹ ਸਿਲਸਿਲਾ ਚੱਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨੰਬਰ ਜੁੜਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸ਼ਬਦ ਬੁੱਝ ਲੈਣ ਤੇ ਵਾਰੀ ਦੂਜੀ ਟੋਲੀ ਕੋਲ ਚਲੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਟੋਲੀ ਦੇ ਨੰਬਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋਣ ਉਹ ਟੋਲੀ ਜਿੱਤ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner



ਬੋਰੀ ਦੌੜ

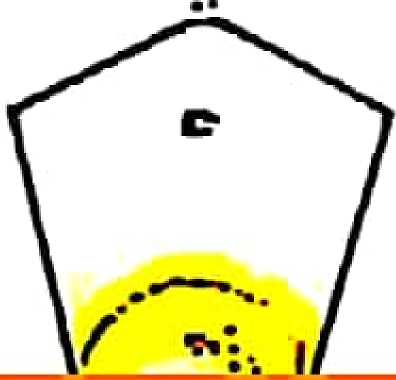
ਇਸ ਖੇਡ ਨੂੰ ਖੇਡਣ ਸਮੇਂ ਹਰ ਬੱਚਾ ਘਰੋਂ ਇੱਕ- ਇੱਕ ਬੋਰੀ ਜਾਂ ਖਾਲੀ ਗੱਟਾ ਲਿਆਉਂਦਾ ਹੈ।

ਆਮ ਦੌੜਾਂ ਵਾਂਗ ਬੱਚੇ ਧਰਤੀ ਤੇ ਪਾਲ਼ਾ ਵਲ਼ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੂਰੀ ਤੇ ਕਿਸੇ ਥਮਲੇ ਜਾਂ ਰੁੱਖ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੱਥ ਲਾਉਣ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਮਿੱਥ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਦੌੜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਹ ਪਾਲ਼ੇ ਤੇ ਖੜ੍ਹ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਬੋਰੀਆਂ ਨੂੰ ਪਜਾਮੇ ਵਾਂਗ ਲੱਤਾਂ ਤੇ ਚੜ੍ਹਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਦੋਵੇਂ ਲੱਤਾਂ ਇੱਕੋ ਬੋਰੀ ਵਿੱਚ ਇਕੱਠੀਆਂ ਪਾ ਕੇ ਦੋਵੇਂ ਕੰਨੀਆਂ ਫੜ ਕੇ ਦੌੜਨ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਵੱਟ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ --- ਦੋ ... ਤਿੰਨ ਗਿਣਦਿਆਂ ਹੀ ਦੌੜ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਟਪੂਸੀਆਂ ਮਾਰਦੇ ਹੋਏ ਮਿੱਥੇ ਹੋਏ ਨਿਸ਼ਾਨੇ ਵੱਲ ਵਧਦੇ ਹਨ। ਜਿਹੜਾ ਬੱਚਾ ਪਹਿਲਾਂ ਪੁੱਜ ਜਾਵੇ ਉਹ ਜੇਤੂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner



ਟਿੱਲਵਾ ਟਿੱਲਵੀ

ਰਾਤ ਦੀ ਰੋਟੀ ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬੱਚੇ ਸੌਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਤਾਂ ਵਡੇਰਿਆਂ ਤੋਂ ਬਾਤਾਂ ਸੁਣਦੇ ਸਨ ਜਾਂ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਖੇਡ ਖੇਡਦੇ ਸਨ।

ਸਾਰੇ ਭੈਣ ਭਰਾ ਰਲ਼ ਕੇ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਬੁਝਾਰਤਾਂ ਪਾਉਂਦੇ ਸਨ। ਉਹ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਗਲੀਂ ਗੁਆਂਢ ਵਿੱਚ ਵੱਸਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੇ ਮੁੰਡੇ (ਟਿੱਲਵੇ) ਅਤੇ ਕੁੜੀਆਂ (ਟਿੱਲਵੀਆਂ) ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਦੇ ਸਨ। ਉਹ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਨਾ ਪੁੱਛਕੇ ਬੁਝਾਰਤਾਂ ਪਾ ਕੇ ਪੁੱਛਦੇ ਸਨ। ਉਹ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੁੱਖੀ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਅੱਖਰ, ਕੋਈ ਖਾਸ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਆਦਿ ਦੱਸਕੇ ਪੁੱਛਦੇ ਸਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਹ ਖੜਮਸਤੀਆਂ ਕਰਦੇ, ਟਿੱਲਵੇ ਟਿੱਲਵੀਆਂ ਬੁੱਝਦੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਕੱਠੀ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮੰਨੋਰੰਜਨ ਕਰਦੇ ਸਨ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

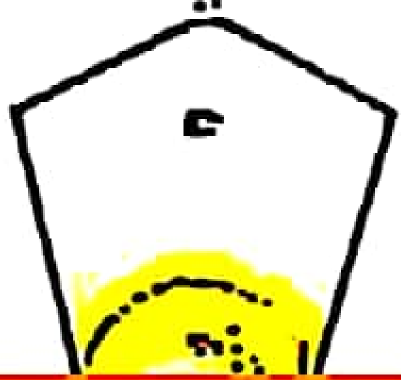
ਬਾਂਦਰ ਕਿੱਲਾ

ਕਸਰਤ ਦੇ ਨਾਲ਼-ਨਾਲ਼ ਇਹ ਖੇਡ ਮੰਨੋਰੰਜਨ ਵੀ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਮੁੰਡੇ ਇੱਕ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਗੋਲ਼ ਚੱਕਰ ਵਾਹ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਉਹ ਵਾਰੀ

-ਵਾਰੀ ਪੁੱਗਦੇ ਹਨ। ਆਖ਼ਰ ਵਿੱਚ ਜਿਹੜੇ ਦੋ ਮੁੰਡੇ ਰਹਿ ਜਾਣ, ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜਿਸ ਸਿਰ ਵਾਰੀ ਆ ਜਾਵੇ ਉਹ ਗੋਲ਼ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਬੈਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੂਜਾ ਮੁੰਡਾ ਰੱਸੀ ਜਾਂ ਪਰਨੇ ਦਾ ਇੱਕ ਲੜ ਆ ਫੜ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਸਰਾ ਉਸ ਨੂੰ ਫੜਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਬਾਕੀ ਮੁੰਡੇ ਆਸੇ ਪਾਸੇ ਥੋੜ੍ਹਾ ਦੂਰ ਖੜ੍ਹ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸ਼ਕਾਨੀਆਂ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਗੋਲ਼ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਬੈਠੇ ਮੁੰਡੇ ਦੇ ਧੱਫੇ ਮਾਰ ਕੇ ਦੌੜਦੇ ਹਨ। ਦੂਸਰਾ ਮੁੰਡਾ ਉਸ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾਲ਼ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਸ਼ ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਇਹਨਾਂ ਦੋਹਾਂ ਮੁੰਡਿਆਂ ਨੇ ਰੱਸੀ ਜਾਂ ਪਰਨੇ ਦਾ ਲੜ ਵੀ ਨਹੀਂ ਛੱਡਣਾ ਹੁੰਦਾ। ਜਿਹੜਾ ਮੁੰਡਾ ਛੂਹਿਆ ਜਾਵੇ ਉਸ ਸਿਰ ਵਾਰੀ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਉਸ ਨੂੰ ਗੋਲ਼ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਬੈਠਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner



ਛਿੱਤਰ ਕਿੱਲਾ

ਪਿੰਡਾਂ ਦੇ ਨਿਆਣੇ ਅਜੇ ਵੀ ਕਿਤੇ ਕਿਤੇ ਇਹ ਖੇਡ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਗੋਲ਼ ਦਾਇਰਾ ਵਾਹ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਨਿਆਣੇ ਆਪਣੇ ਪੈਰਾਂ

ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਹੋਏ ਬੂਟ ਚੱਪਲਾਂ ਆਦਿ ਉਸ ਦਾਇਰੇ ਵਿੱਚ ਰੱਖ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਉਹ ਵਾਰੀ ਵਾਰੀ ਪੁੱਗਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਬੱਚੇ ਸਿਰ ਵਾਰੀ ਆ ਜਾਵੇ ਉਹ ਛਿੱਤਰਾਂ ਦੀ ਰਾਖੀ ਲਈ ਗੋਲ਼ ਦਾਇਰੇ ਵਿੱਚ ਖੜ੍ਹ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਬੱਚੇ ਰੌਲਾ ਪਾਉਂਦੇ, ਸੀਟੀਆਂ ਮਾਰਦੇ ਉਸ ਨੂੰ ਝਾਕੇ ਦਿੰਦੇ ਦਾਇਰੇ ਵਿੱਚੋਂ ਛਿੱਤਰ ਚੁੱਕਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵੇਲ਼ੇ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਛੂਹਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਵਾਰੀ ਉਸ ਸਿਰ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਜਦ ਸਾਰੇ ਛਿੱਤਰ ਚੁੱਕੇ ਜਾਣ ਤਾਂ ਵਾਰੀ ਵਾਲ਼ੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਤੋਂ ਅੱਖ ਬਚਾ ਕੇ ਅਚਾਨਕ ਨਿਸਚਿਤ ਕੀਤੇ ਸਥਾਨ ਨੂੰ ਹੱਥ ਲਾਉਣ ਲਈ ਦੌੜਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਬੱਚੇ ਉਸ ਉੱਤੇ ਛਿੱਤਰਾਂ ਦੀ ਬਰਸਾਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਉਸ ਦੇ ਮਗਰ ਦੌੜਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਪੂਰੀ ਹੋਣ 'ਤੇ ਫਿਰ ਪੁੱਗ ਕੇ ਦੂਜੀ ਵਾਰੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

- ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

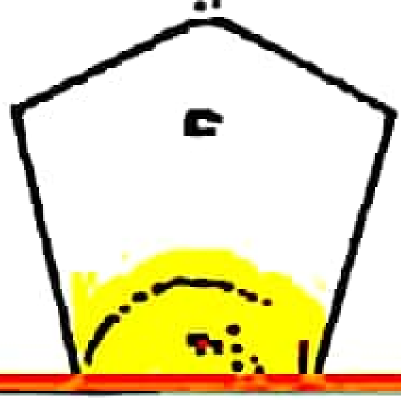
ਰੁਮਾਲ ਚੁੱਕਣਾ

ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਦੋ ਬਰਾਬਰ ਟੋਲੀਆਂ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਉਹ ਧਰਤੀ ਤੇ ਇੱਕ ਗੋਲ਼ ਦਾਇਰਾ ਵਾਹ ਕੇ ਉਸ ਵਿੱਚ

ਇੱਕ ਰੁਮਾਲ ਰੱਖ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਦੋਵੇਂ ਟੋਲੀਆਂ ਉਸ ਦਾਇਰੇ ਤੋਂ ਇੱਕੋ ਜਿੰਨੀ ਦੂਰੀ ਤੇ ਆਪਣੇ ਪਾਲ਼ੇ ਤੇ ਖੜ੍ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇੱਕ ਚੁਸਤ ਫ਼ੁਰਤੀਲਾ ਬੱਚਾ ਨਿਗਰਾਨੀ ਲਈ ਦਾਇਰੇ ਕੋਲ ਖੜ੍ਹ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਇਸ਼ਾਰੇ 'ਤੇ ਦੋਹਾਂ ਪਾਸਿਓਂ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਖਿਡਾਰੀ ਦਾਇਰੇ ਕੋਲ਼ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਦੋਵੇਂ ਖਿਡਾਰੀ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਝਕਾਨੀ ਦਿੰਦਿਆਂ ਰੁਮਾਲ ਚੁੱਕਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜੋ ਵੀ ਤੇਜ਼-ਤਰਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਰੁਮਾਲ ਚੁੱਕ ਕੇ ਆਪਣੇ ਪਾਲ਼ੇ ਵੱਲ ਭੱਜਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਸਰਾ ਉਸ ਨੂੰ ਛੂੰਹਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਛੂਹਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਅੰਕ ਛੂਹਣ ਵਾਲੇ ਦੀ ਟੋਲੀ ਦਾ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਉਹ ਆਪਣਾ ਪਾਲ਼ਾ ਟੱਪ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਅੰਕ ਉਸ ਦੀ ਟੋਲੀ ਦਾ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੋਵਾਂ ਟੋਲੀਆਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਹੀ ਖਿਡਾਰੀ ਇਹ ਖੇਡ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਵੱਧ ਅੰਕ ਲੈਣ ਵਾਲ਼ੀ ਟੋਲੀ ਜੇਤੂ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

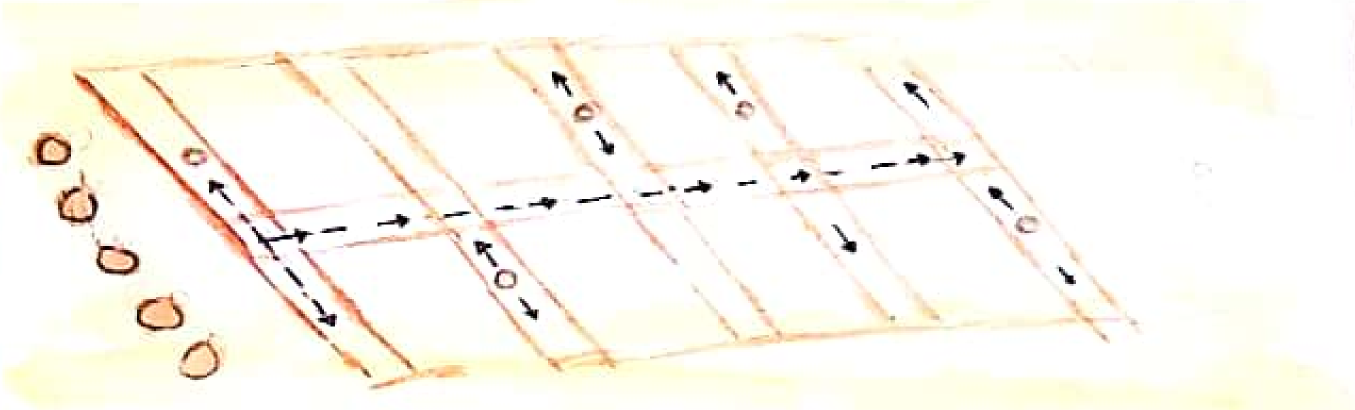
- ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner



ਵਾਂਙੂ (ਫ਼ਰਲਾਂਗ)

ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਦੋਹਾਂ ਟੋਲੀਆਂ ਦੇ ਆਮ ਕਰਕੇ ਪੰਜ-ਪੰਜ ਖਿਡਾਰੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਧਰਤੀ ਲਕੀਰਾਂ ਮਾਰ ਕੇ ਸੜਕਾਂ ਬਣਾ ਕੇ ਮੈਦਾਨ ਤਿਆਰ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਵਾਰੀ ਦੇਣ ਵਾਲ਼ੀ ਟੀਮ



ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਫ਼ੁਰਤੀਲਾ ਖਿਡਾਰੀ ਅੱਗੇ ਵਾਲ਼ੀ ਸੜਕ 'ਤੇ ਖੜ੍ਹ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੀ ਸੜਕ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਵਿਚਕਾਰਲੀ ਸੜਕ 'ਤੇ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦਕਿ ਬਾਕੀ ਖਿਡਾਰੀ ਸਿਰਫ਼ ਉਸੇ ਸੜਕ 'ਤੇ ਹੀ ਦੌੜ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਖੜ੍ਹੇ ਹਨ। ਵਿਰੋਧੀ ਟੋਲੀ ਦੇ ਖਿਡਾਰੀ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਲਈ ਝਕਾਨੀਆਂ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਭੱਜ ਕੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸਾਰਾ ਮੈਦਾਨ ਪਾਰ ਕਰਕੇ ਫਿਰ ਵਾਪਸ ਆਪਣੀ ਥਾਂ ਤੇ ਆਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਮੈਦਾਨ ਪਾਰ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਵੀ ਖਿਡਾਰੀ ਛੂਹਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਵਾਰੀ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਵੀ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਵਾਪਸੀ ਕਰ ਲਵੇ ਤਾਂ ਸਾਰੀ ਹੀ ਟੀਮ ਜੇਤੂ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

- ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਲੰਗੜਾ ਸ਼ੇਰ

ਲੰਗੜਾ ਸ਼ੇਰ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਬੜੀ ਮਨਪਸੰਦ ਖੇਡ ਹੈ। ਉਹ ਨੱਚਦੇ - ਟੱਪਦੇ, ਰੌਲ਼ਾ ਪਾਉਂਦੇ ਖ਼ੂਬ ਮਸਤੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਜ਼ਮੀਨ 'ਤੇ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਸਾਰਾ ਗੋਲ਼ ਚੱਕਰ ਵਾਹ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਉਹ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਪੁੱਗਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਬੱਚੇ ਸਿਰ ਵਾਰੀ ਆ ਜਾਵੇ ਉਹ ਲੰਗੜਾ ਸ਼ੇਰ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਉਸ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਖੜ੍ਹ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਲੰਗੜਾ ਸ਼ੇਰ ਇੱਕ ਲੱਤ 'ਤੇ ਟੱਪਦਾ ਹੋਇਆ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਛੂੰਹਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਚੱਕਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਦੀ ਮਨਾਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੋ ਬੱਚਾ ਛੂਹਿਆ ਜਾਵੇ ਫਿਰ ਉਸ ਨੂੰ ਲੰਗੜਾ ਸ਼ੇਰ ਬਣ ਕੇ ਵਾਰੀ ਦੇਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

- ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਗੀਟੇ

ਗੀਟੇ ਕੁੜੀਆਂ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਪਿਆਰੀ ਖੇਡ ਹੈ। ਇਹ ਦੋ ਜਾਂ ਦੋ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੁੜੀਆਂ ਖੇਡਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁੜੀਆਂ ਬਾਲ ਗੀਤ ਗਾਉਂਦੀਆਂ, ਗੀਟਿਆਂ ਨੂੰ ਉਂਗਲਾਂ ਤੇ ਨਚਾਉਂਦੀਆਂ

ਖ਼ੂਬ ਮੰਨੋਰੰਜਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਖੇਡ ਰਬੜ ਦੀ ਗੇਂਦ ਨਾਲ਼ ਵੀ ਅਤੇ ਗੇਂਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਵੀ ਖੇਡੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕੁੜੀਆਂ ਆਮ ਕਰਕੇ ਪੱਥਰ ਜਾਂ ਪੱਕੀ ਰੋੜੀ ਦੇ ਪੰਜ ਗੀਟੇ ਲੈ ਕੇ ਖੇਡ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਜ਼ਮੀਨ ਤੇ ਪਥੱਲਾ ਮਾਰ ਕੇ ਬੈਠ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇੱਕ ਕੁੜੀ ਗੀਟਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਖੇਡਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਕੁੜੀਆਂ ਉਸ ਦੀ ਵਾਰੀ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਵਾਰੀ ਵਾਲ਼ੀ ਕੁੜੀ ਪੰਜਾਂ ਗੀਟਿਆਂ ਨੂੰ ਵਾਰੀ-ਵਾਰੀ ਹੱਥ ਤੇ ਰੱਖ ਕੇ ਬੁੜਕਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਕਦੇ ਉਂਗਲਾਂ ਵਿੱਚ ਅੜਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਦੇ ਪੁੱਠੇ ਹੱਥ ਉੱਤੇ ਰੱਖ ਕੇ ਬੜਕਾਉਂਦਿਆ ਧਰਤੀ ਤੇ ਡਿੱਗਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕਰਤਬ ਕਰਦਿਆਂ ਜੇਕਰ ਗੀਟੇ ਹੇਠਾਂ ਡਿੱਗ ਪੈਣ ਤਾਂ ਵਾਰੀ ਕੱਟੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

–ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

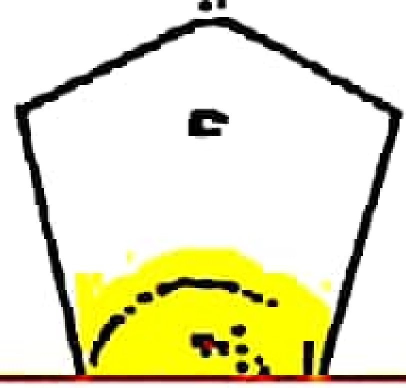
ਨੂਣ ਤੇਲ ਲੱਲ੍ਹੇ

ਇਹ ਖੇਡ ਬੱਚੇ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਥਾਂ ਤੇ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਹ ਖੇਡ ਬੜੀ ਫੁਰਤੀ ਨਾਲ਼ ਖੇਡਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਖਿਡਾਰੀ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਦਸ-

ਬਾਰਾਂ ਫੁੱਟ ਦੀ ਦੂਰੀ ਤੇ ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਟੋਏ ਪੁੱਟਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੱਲ੍ਹੇ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਕੋਲ਼ ਦੇਸੀ ਖੂੰਡੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਖੂੰਡਿਆਂ ਨੂੰ ਲੱਲ੍ਹਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪਾ ਕੇ ਖੜ੍ਹ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਵਾਰੀ ਦੇਣ ਵਾਲ਼ਾ ਖਿਡਾਰੀ ਖਿੱਦੋ (ਗੇਂਦ) ਨੂੰ ਫੜ ਕੇ ਭੱਜਦਾ ਹੋਇਆ ਨੇੜੇ ਦੇ ਕਿਸੇ ਖਿਡਾਰੀ ਦੇ ਮਾਰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਖਿੱਦੋ ਉਸ ਦੇ ਵੱਜ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਵਾਰੀ ਉਸ ਸਿਰ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਖਿੱਦੋ ਵਾਲ਼ਾ ਖਿਡਾਰੀ ਉਸ ਦਾ ਖੂੰਡਾ ਅਤੇ ਲੱਲ੍ਹਾ ਮੱਲ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਖਿੱਦੋ ਨਾ ਵੱਜੇ ਤਾਂ ਦੂਜੇ ਖਿਡਾਰੀ ਆਪਣੇ ਲੱਲ੍ਹੇ, ਛੱਡ ਕੇ ਖਿੱਦੋ ਦੇ ਟੁੱਲ ਮਾਰਦੇ ਹਨ। ਵਾਰੀ ਵਾਲ਼ਾ ਖਿਡਾਰੀ ਕਦੇ ਖਿੱਦੋ ਨੂੰ ਫੜਨ ਲਈ ਦੌੜਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਦੇ ਲੱਲ੍ਹਾ ਮੱਲਣ ਲਈ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਕਿਸੇ ਦਾ ਲੱਲ੍ਹਾ ਮੱਲ ਲਵੇ ਤਾਂ ਵਾਰੀ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner



ਸ਼ੱਕਰ ਭਿੱਜੀ (ਘੋੜੀ ਘੜਮੱਸ)

ਇਹ ਖੇਡ ਮੁੰਡੇ ਦੋ ਟੋਲੀਆਂ ਬਣਾ ਕੇ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਦੋਨਾਂ ਟੋਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕੋ ਜਿੰਨੇ ਖਿਡਾਰੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪੁੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਿਸ ਟੋਲੀ ਸਿਰ ਵਾਰੀ ਆ ਜਾਵੇ ਉਸ ਟੋਲੀ ਦੇ ਖਿਡਾਰੀ ਕਿਸੇ ਕੰਧ ਜਾਂ ਦਰਖਤ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਲੈਂਦਿਆਂ ਕੋਡੇ ਹੋਏ ਆਗੂ

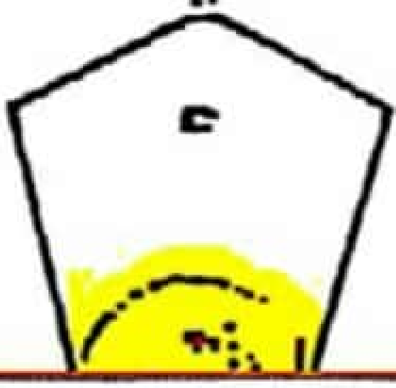
ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਪਿੱਛੇ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਕੋਡੇ ਖੜ੍ਹੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਘੋੜੀਆਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਦੂਜੀ ਟੋਲੀ ਦੇ ਖਿਡਾਰੀ ਵਾਰੀ-ਵਾਰੀ ਦੂਰੋਂ ਭੱਜ ਕੇ ਆਉਂਦੇ ਅਤੇ ਪਲਾਕੀ ਮਾਰ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਉੱਤੇ ਬੈਠਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ੱਕਰ ਦੀਆਂ ਬੋਰੀਆਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਹੇਠਲੀ ਟੋਲੀ ਵਾਲ਼ੇ ਹਿਲਜੁਲ ਕਰਦੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪੈਰ ਜ਼ਮੀਨ ਤੇ ਲਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਨੇ। ਜੇਕਰ ਪਲਾਕੀ ਮਾਰ ਕੇ ਬੈਠਾ ਨਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸ਼ੱਕਰ ਭਿੱਜੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪੈਰ ਜ਼ਮੀਨ ਤੇ ਲੱਗ ਜਾਣ ਤਾਂ ਵਾਰੀ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਹੇਠਲੀ ਟੋਲੀ ਥੱਕ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਪਰਲੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਠਿੱਠ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਪੁੱਛਦੇ ਹਨ -

ਸ਼ੱਕਰ ਭਿੱਜੀ ਕਿ ਨਾਂ ?

ਜੇਕਰ ਹੇਠਲੀ ਟੋਲੀ ਹਾਰ ਮੰਨ ਕੇ ਹਾਂ ਕਹਿ ਦੇਵੇ ਤਾਂ ਵਾਰੀ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

-ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner



ਚਾਰ ਨੁੱਕਰੀ (ਗੁੱਠ ਮੱਲਣੀ)

ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਆਮ ਕਰਕੇ ਪੰਜ ਖਿਡਾਰੀ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਧਰਤੀ ਤੇ ਇੱਕ ਚੌਰਸ ਵੱਡਾ ਸਾਰਾ ਡੱਬਾ ਵਾਹ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਉਹ ਇਸ ਡੱਬੇ ਦੀਆਂ ਚਾਰੋਂ ਨੁੱਕਰਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਖੜ੍ਹਨ ਲਈ ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਘਰ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਉਹ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਪੁੱਗਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਬੱਚੇ ਸਿਰ ਵਾਰੀ ਆ ਜਾਵੇ ਉਹ ਡੱਬੇ ਦੇ ਵਿਚਾਲੇ ਖੜ੍ਹ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਬੱਚੇ ਚਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਨੁੱਕਰਾਂ ਤੇ ਬਣੇ ਘਰ ਮੱਲ ਕੇ ਖੜ੍ਹ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਵਾਰੀ ਦੇਣ ਵਾਲ਼ਾ ਬੱਚਾ ਪੂਰਾ ਚੌਕੰਨਾ ਹੋ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਵੱਲ ਦੇਖਦਾ ਹੈ। ਚਾਰੇ ਕੋਨਿਆਂ ਤੇ ਖੜ੍ਹੇ ਬੱਚੇ ਝਕਾਨੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਕੋਨੇ ਬਦਲਦੇ ਹਨ। ਵਾਰੀ ਵਾਲ਼ੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਇਸੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਨੂੰ ਛੂਹਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਨੱਚਦੇ ਟੱਪਦੇ ਖੂਬ ਅਨੰਦ ਮਾਣਦਿਆਂ ਉਸ ਨੂੰ ਝਕਾਨੀਆਂ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਜਿਹੜਾ ਛੂਹਿਆ ਜਾਵੇ ਵਾਰੀ ਉਸ ਸਿਰ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

-ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਇੱਟ ਖੜੱਕਾ ਜਾਂ ਇੱਟ ਵੱਟਾ

ਪੱਛਮੀ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਇੱਟ ਖੜੱਕਾ ਅਤੇ ਪੂਰਬੀ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਇਸ ਖੇਡ ਨੂੰ ਇੱਟ ਵੱਟਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਸਾਰੇ ਖਿਡਾਰੀ ਇੱਕ ਥਾਂ ਖੜ੍ਹ

ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਉਹ ਆਪਣਾ-ਆਪਣਾ ਵੱਟਾ ਦੂਰ ਵਗਾਹ ਮਾਰਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਖਿਡਾਰੀ ਦਾ ਵੱਟਾ ਸਭ ਤੋਂ ਦੂਰ ਡਿੱਗਿਆ ਹੋਵੇ, ਉਹ ਉੱਥੋਂ ਖੜ੍ਹ ਕੇ ਆਪਣੇ ਵੱਟੇ ਨਾਲ਼ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਵੱਟਿਆਂ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਲਗਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਦੇ ਵੱਟੇ ਨੂੰ ਵੀ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਲੱਗ ਜਾਵੇ, ਉਹ ਉਸ ਨੂੰ ਘੋੜੀ ਬਣਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਵੱਟੇ ਤੱਕ ਹੂਟਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਉੱਥੋਂ ਫਿਰ ਉਹ ਦੁਬਾਰਾ ਵਾਰੀ ਲੈ ਕੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਲਗਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਲੱਗ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਫਿਰ ਹੂਟਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਨਾ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾ ਜੋ ਬੱਚਾ ਘੋੜੀ ਬਣਿਆ ਸੀ ਉਹ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਵਾਰੀ ਲੈ ਕੇ ਖੇਡ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਭਾਬੀ -ਦਿਉਰ

ਤਾਸ਼ ਦੇ 52 ਪੱਤਿਆਂ ਦੀ ਇਹ ਖੇਡ ਬਹੁਤ ਹਾਸੇ-ਖੇਡੇ ਵਾਲ਼ੀ ਹੈ। ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਪੱਤਿਆਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਰਾਸ਼ ਕੇ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਲੜੀਵਾਰ ਇੱਕੋ ਜਿੰਨੇ

ਵੰਡੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੁਕਮ ਦਾ ਯੱਕਾ (ਛੱਬੂ) ਸੁੱਟਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਪੱਤਾ ਸੁੱਟਣ ਵਾਲ਼ੇ ਦੀ ਸਰ/ਵਾਰੀ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਰ ਪੂਰੀ ਹੋਣ ਤੇ ਪਾਸੇ ਰੱਖ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਵਾਰੀ ਵਾਲ਼ਾ ਜਿਸ ਰੰਗ ਦਾ ਪੱਤਾ ਸੁੱਟਦਾ ਹੈ ਬਾਕੀ ਖਿਡਾਰੀ ਵੀ ਉਸੇ ਰੰਗ ਦੇ ਪੱਤੇ ਸੁੱਟ ਕੇ ਸਰ ਪੂਰੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਖਿਡਾਰੀ ਆਪਣੀ ਪੱਤਾ ਸੁੱਟਣ ਦੀ ਪਹਿਲ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸੁੱਟੇ ਗਏ ਪੱਤੇ ਨਾਲ਼ ਦੇ ਰੰਗ ਦਾ ਪੱਤਾ ਅਗਲੇ ਖਿਡਾਰੀ ਕੋਲ਼ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਕੋਲੋਂ ਹੋਰ ਰੰਗ ਦਾ ਵੱਡਾ ਪੱਤਾ ਦੇ ਕੇ ਘੜੂੱਲ ਚਕਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਭਾਵ ਕਿ ਉਸ ਗੇੜ ਦੇ ਸਾਰੇ ਪੱਤੇ ਹੇਠਾ ਪਏ ਪੱਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੱਡੇ ਵਾਲ਼ੇ ਨੂੰ ਚੁੱਕਣੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਸਰਾਂ ਬਣਦੀਆਂ, ਵਾਰੀਆਂ ਚੱਲਦੀਆਂ ਅਤੇ ਪੱਤੇ ਮੁੱਕਣ ਤੇ ਖਿਡਾਰੀ ਵਾਰੀ ਵਾਰੀ ਖੇਡ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋਈ ਜਾਂਦੇ ਨੇ। ਆਖ਼ਰ ਉੱਤੇ ਜਿਸ ਖਿਡਾਰੀ ਕੋਲ਼ ਪੱਤੇ ਬਚ ਜਾਣ ਉਹ ਭਾਬੀ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

- ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਬਰਫ਼ ਪਾਣੀ

ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਗਿਣਤੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਬੱਚੇ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਕੇ ਪੁੱਗਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਬੱਚੇ ਦੂਰ-ਦੂਰ ਜਾ ਖਲੋਂਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਸਿਰ ਵਾਰੀ ਆ ਜਾਵੇ ਉਸ ਨੇ

ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਛੂਹ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ 'ਬਰਫ਼' ਕਹਿਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਛੂਹਿਆ ਜਾਵੇ ਉਹ ਉੱਥੇ ਹੀ ਬਰਫ਼ ਬਣ ਕੇ ਜੰਮ ਕੇ ਇੱਕ ਥਾਂ ਖੜ੍ਹ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਬੱਚੇ 'ਪਾਣੀ' ਬਣੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਨੱਚਦੇ, ਟੱਪਦੇ ਛੂਹੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਭੱਜਦੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਬਰਫ਼ ਬਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਛੂਹ ਕੇ 'ਪਾਣੀ' ਵੀ ਕਹਿਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਉਹ ਬਰਫ਼ ਤੋਂ ਪਾਣੀ ਬਣਾ ਲੈਣ ਤਾਂ ਉਹ ਬੱਚਾ ਫਿਰ ਦੌੜਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਵਾਰੀ ਵਾਲ਼ੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਰਫ਼ ਬਣਾਉਣਾ ਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨੇ ਬਚਦਿਆਂ ਹੋਇ-ਆਂ ਪਾਣੀ ਬਣਾਉਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸ਼ਕਾਨੀਆ ਦਾ ਦੌਰ ਚੱਲਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਬਰਫ਼ ਬਣ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਖੇਡ ਦੁਬਾਰਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਘੜਾਂ ਸਟਾਪੂ

ਇਹ ਖੇਡ ਆਮ ਕਰਕੇ ਪੱਛਮੀਂ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲਹੌਰ, ਕਸੂਰ, ਸ਼ੇਖੂਪੁਰਾ ਅਤੇ ਪੱਛਮੀਂ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਸਰਹੱਦ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਲੱਗਦੇ ਪੂਰਬੀ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਖੇਡੀ

ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕੁੜੀਆਂ ਘੜੇ ਦੇ ਠੀਕਰੇ ਤੋਂ ਗੀਟੀ ਬਣਾ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਜ਼ਮੀਨ'ਤੇ ਘੜੇ ਦੀ ਸ਼ਕਲ ਵਰਗਾ ਸਟਾਪੂ ਵਾਹ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਫਿਰ ਉਹ ਪੁੱਗਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਤੂ ਕੁੜੀ ਆਪਣੀ ਵਾਰੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਉੱਪਰ ਦਿੱਤੇ ਚਿੱਤਰ ਅਨੁਸਾਰ ਗੀਟੀ ਜਾਂ ਡਿੱਕਰੀ ਸੁੱਟ ਕੇ ਇੱਕ ਲੱਤ ਤੇ ਟੱਪਦਿਆਂ ਉਸ ਨੂੰ ਠੁੱਡੇ ਮਾਰ ਕੇ ਸਾਰੇ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਪਾਰ ਕਰਕੇ ਆਖਰ ਤੇ ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਡੱਬੇ ਵਿੱਚ ਲਿਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਖੇਡਦੇ ਸਮੇਂ ਜੇਕਰ ਡਿੱਕਰੀ ਲਕੀਰ ਤੇ ਅਟਕ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਦੋਵੇਂ ਪੈਰ ਜ਼ਮੀਨ ਤੇ ਲੱਗ ਜਾਣ ਤਾਂ ਵਾਰੀ ਕੱਟੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਸਟਾਪੂ ਪੂਰਾ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਵਾਰੀ ਦੂਜੀ ਵਾਰ ਫਿਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

-ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਰੱਸੀ ਟੱਪਣਾ

ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਕੁੜੀਆਂ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਵਿੱਚ ਰੱਸੀ ਦੇ ਦੋਹਾਂ ਸਿਰਿਆਂ ਨੂੰ ਫੜ ਕੇ ਰੱਸੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਉੱਪਰੋਂ ਘੁੰਮਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਰੱਸੀ ਅੰਦਾਜ਼ਨ ਦੋ ਕੁ ਮੀਟਰ ਲੰਬੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਰੱਸੀ

ਘੁੰਮ ਕੇ ਜਦੋਂ ਜ਼ਮੀਨ ਨਾਲ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਫੁਰਤੀ ਨਾਲ ਉਸ ਉੱਤੋਂ ਟੱਪਦੀਆਂ ਹਨ। ਰੱਸੀ ਲਗਾਤਾਰ ਘੁੰਮਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਟੱਪਦੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਬਿਨ੍ਹਾਂ ਰੁੱਕੇ ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨ ਅਤੇ ਥੱਕ ਜਾਣ ਤੱਕ ਉਹ ਰੱਸੀ ਟੱਪਦੀਆਂ ਹਨ। ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਰੱਸੀ ਟੱਪਣ ਵਾਲੀ ਕੁੜੀ ਜੇਤੂ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਈ ਵਾਰ ਦੋ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕੁੜੀਆਂ ਇੱਕ ਰੱਸੀ ਦੇ ਦੋਨੋਂ ਸਿਰਿਆਂ ਨੂੰ ਫੜ ਕੇ ਦੂਰ-ਦੂਰ ਹੋ ਕੇ ਖੜ੍ਹ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਰੱਸੀ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹਾ ਢਿੱਲਾ ਛੱਡਦਿਆਂ ਲਗਾਤਾਰ ਇੱਕੋ ਲੈਅ ਵਿੱਚ ਘੁੰਮਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇੱਕ ਕੁੜੀ ਵਿਚਾਲੇ ਖੜ੍ਹ ਕੇ ਇਸ ਰੱਸੀ ਨੂੰ ਟੱਪਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਅਟਕਣ ਜਾਂ ਰੁਕਣ ਤੇ ਵਾਰੀ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

–ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਲਾਲ ਸਾੜ੍ਹੀ, ਨੀਲੀ ਸਾੜ੍ਹੀ

ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਕੁੜੀਆਂ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਦੋ ਬਰਾਬਰ ਟੋਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡ ਕਰ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਫਿਰ ਦੋਵੇਂ ਟੋਲੀਆਂ ਇੱਕ ਦੂਜੀ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਕੁੱਝ ਵਿੱਥ ਛੱਡ ਕੇ ਬੈਠ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਵਿਰੋਧੀ ਟੋਲੀ

ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਕੁੜੀ ਜਾ ਕੇ ਦੂਜੀ ਟੋਲੀ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਕੁੜੀ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਤੇ ਹੱਥ ਧਰ ਕੇ ਆਪਣੀ ਟੋਲੀ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਿਤ ਕਰਕੇ ਗਾਉਂਦੀ ਹੈ:

'ਲਾਲ ਸਾੜ੍ਹੀ, ਨੀਲੀ ਸਾੜ੍ਹੀ ਆ ਜਾ,
ਮੱਥੇ ਤਿਲਕ ਲਗਾ ਜਾ।
ਛੇਤੀ ਛੇਤੀ ਆਵੀਂ,
ਦੇਰ ਨਾ ਲਗਾਵੀਂ।'

ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਹੀ

ਇਸੇ ਸਮੇਂ ਹੀ ਵਿਰੋਧੀ ਟੋਲੀ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਕੁੜੀ ਆ ਕੇ ਉਸ ਕੁੜੀ ਦੇ ਮੱਥੇ 'ਤੇ ਤਿਲਕ ਲਾ ਕੇ ਅਪੋਛਲੇ ਜਿਹੇ ਆਪਣੀ ਥਾਂ ਤੇ ਵਾਪਸ ਆ ਬੈਠਦੀ ਹੈ। ਹੁਣ ਉਸ ਕੁੜੀ ਨੇ ਅੱਖਾ ਖੋਲ੍ਹਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤਿਲਕ ਲਾਕੇ ਵਾਪਸ ਗਈ ਕੁੜੀ ਨੂੰ ਲੱਭਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਉਹ ਲੱਭ ਲਵੇ ਤਾਂ ਫੜ੍ਹੀ ਗਈ ਕੁੜੀ ਨੂੰ ਦੋਹਾਂ ਟੋਲੀਆਂ ਦੇ ਵਿਚਾਲੇ ਖਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਬਿਠਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਦੂਜੀ ਟੋਲੀ ਇਹੀ ਪ੍ਰੀਕਿਰਿਆ ਦੁਹਰਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੁੜੀ ਨਾ ਬੁੱਝੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਟੋਲੀ ਦੀ ਵਾਰੀ ਬੱਚ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਟੋਲੀ ਦੀਆਂ ਕੁੜੀਆਂ ਆਖ਼ਰ ਤੇ ਬਚ ਜਾਣ ਉਹ ਟੋਲੀ ਜੇਤੂ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

Scanned by CamScanner

ਚਿੜੀ ਉੱਡ, ਕਾਂ ਉੱਡ

ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਦੋ ਬੱਚੇ ਆਹਮਣੇ-ਸਾਹਮਣੇ ਬੈਠ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਬੱਚਾ ਦੂਸਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪੰਛੀਆਂ ਦੇ ਨਾਮ ਲੈ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਉੱਡਣ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਦਾ ਹੈ। ਸਾਹਮਣੇ ਬੈਠੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦੋਵੇਂ ਹੱਥ ਹੇਠਾਂ

ਜ਼ਮੀਨ 'ਤੇ ਰੱਖੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਹਿਲਾ ਬੱਚਾ ਜਦ ਚਿੜੀ ਉੱਡ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਹਮਣੇ ਵਾਲ਼ਾ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਨੂੰ ਉੱਪਰ ਉਠਾ ਕੇ ਇਸ਼ਾਰੇ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਠੀਕ ਉੱਤਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਕਾਂ ਉੱਡ ਕਹਿਣ ਤੇ ਵੀ ਉਹ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੁੱਛਦਿਆਂ ਉਸ ਨੂੰ ਭੁਲੇਖਾ ਦੇਣ ਲਈ ਨਾ ਉੱਡਣ ਵਾਲ਼ੇ ਪੰਛੀ, ਜਾਨਵਰ ਜਾਂ ਵਸਤੂ ਦਾ ਨਾਮ ਵੀ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਬੇਧਿਆਨੀ ਵਿੱਚ ਗ਼ਲਤ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦਿਆਂ ਹੱਥ ਉੱਪਰ ਉਠਾ ਲਵੇ ਤਾਂ ਪੁੱਛਣ ਵਾਲ਼ਾ ਬੱਚਾ ਉਸ ਦੇ ਦੋਵੇਂ ਹੱਥ ਜੋੜ ਕੇ ਉਸ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਤੇ ਮਾਰਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਲੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਇਸ ਕੁੱਟ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਉੱਪਰ ਥੱਲੇ ਝਕਾਨੀਆਂ ਦੇਣੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਵਾਰ ਖ਼ਾਲੀ ਜਾਣ ਤੱਕ ਇਹ ਸਿਲਸਿਲਾ ਚੱਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਮਾਰਨ ਵਾਲ਼ਾ ਉੱਕ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਵਾਰੀ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

- ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਕਾਲ਼ੇ ਕੁੱਜੇ ਕੋਕਲੀ

ਲੁਕਾ-ਛਿਪੀ ਵਰਗੀ ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਆਮ ਕਰਕੇ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਢੱਠੀ ਹੋਈ ਕੰਧ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਖੁੰਢ, ਇੱਟਾਂ ਦੇ ਚੱਠੇ ਆਦਿ ਦੇ ਦੋਵੇਂ ਪਾਸੇ ਓਟ ਜਾਂ ਓਹਲਾ ਲੈ

ਕੇ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਦੋ ਬਰਾਬਰ ਟੋਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਦੀ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਗਿਣਤੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਫਿਰ ਦੋਵੇਂ ਟੋਲੀਆਂ ਦੇ ਖਿਡਾਰੀ ਇੱਕ-ਦੂਜੀ ਟੋਲੀ ਤੋਂ ਉਹਲਾ ਕਰਕੇ ਕੰਧ, ਖੁੰਢ ਜਾਂ ਚੱਠੇ ਆਦਿ ਦੇ ਓਹਲੇ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਨਿੱਕੀਆਂ-ਨਿੱਕੀਆਂ ਢੇਰੀਆਂ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਦੋਵਾਂ ਟੋਲੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਖਿਡਾਰੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ 'ਕਾਲ਼ੇ ਕੁੱਜੇ ਕੋਕਲੀ' ਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਅਵਾਜ਼ ਸੁਣਦਿਆਂ ਹੀ ਦੋਵਾਂ ਟੋਲੀਆਂ ਦੇ ਖਿਡਾਰੀ ਇਕਦਮ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਫਿਰ ਉਹ ਵਿਰੋਧੀ ਟੋਲੀ ਦੀਆਂ ਬਣਾਈਆਂ ਢੇਰੀਆਂ ਗਿਣਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਟੋਲੀ ਵੱਲੋਂ ਵੱਧ ਢੇਰੀਆਂ ਬਣਾਈਆਂ ਹੋਣ ਉਹ ਜੇਤੂ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

– ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner

ਘੋੜਾ ਕਬੱਡੀ

ਇਸ ਖੇਡ ਨੂੰ ਖਿਡਾਰੀ ਦੋ ਟੋਲੀਆਂ ਬਣਾ ਕੇ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਦੋਹਾਂ ਟੋਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਬਰਾਬਰ ਖਿਡਾਰੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਗੋਲ਼ ਚੱਕਰ ਵਲ ਕੇ ਉਸ ਤੋਂ 5 ਕਰਮਾਂ ਦੂਰ (27- 28 ਫੁੱਟ) ਦੂਰ

ਇੱਕ ਪਾਲ਼ਾ ਵਲ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਟੀਮ ਦੇ ਧਾਵੀ ਖਿਡਾਰੀ ਪਾਲ਼ੇ ਤੇ ਖੜ੍ਹ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਖਿਡਾਰੀ ਉਸ ਛੋਟੇ ਜਿਹੇ ਗੋਲ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਬੈਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਘੋੜੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਵਿਰੋਧੀ ਜਾਫ਼ੀ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਘੋੜੀ ਬਣੇ ਖਿਡਾਰੀ ਨੇ ਵਿਰੋਧੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚ ਕੇ ਪਾਲੇ ਤੇ ਪੁੱਜਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਿਰੋਧੀਆਂ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਖੇਡ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੇ ਜਾਫ਼ੀ ਚੌਕੰਨੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਨੇ। ਧਾਵੀ ਕਬੱਡੀ-ਕਬੱਡੀ ਕਰਦਾ ਘੋੜੀ ਨੂੰ ਹੱਥ ਲਾ ਕੇ ਮੁੜਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾਲ਼ ਹੀ ਵਿਰੋਧੀਆਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਦੀ ਵੀ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਜੇਕਰ ਉਸ ਦਾ ਸਾਹ ਟੁੱਟ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਬਾਹਰ ਬੈਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਘੋੜੀ ਬਣਿਆ ਖਿਡਾਰੀ ਝਕਾਨੀ ਦੇ ਕੇ ਪਾਲੇ ਤੇ ਪੁੱਜ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਦੂਜਿਆਂ ਸਿਰ ਬਾਜ਼ੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇ ਫੜਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਵਾਰੀ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸੋਖੀ

Scanned by CamScanner