

1- چاودځي د ټورو بڼه ښه ښکاري چې څو دډاټ.

2- چاودځي ډاډي کښو ځواي ته لږ غزوي او ډاډي ناوځي يې کان بکښي يا ن سږ شال ميديا به پرستي يې ته به ځواي.

3- ټنگر هڅداري لافاو ځي ځرا به ناوځي کت درا، د سټي ج سټرکون به شو ځني سږ لام ته به ځري.

4- لافاو ځي ځرا گڼه د کات چاو ځي مکه تا ئو به ځري د بټي وو.

5- له ناوځي نزم کان د ځيچن کي تووشي لافاو د ځي.

6- ټنگر هڅداري د کټي به ځي لافاو ويي کان دا ټي مټي ل ځي مځو.

7- کي کړن ځي پدا ويستي گرنه کان پش کار سات.

8- ئاو ځي ځوا د ن ځي به بکښي وو.

9- ئۇو خواردنا نى كى پىويستيان بىگىرمكردن ئو و چىشت لىنان نىپى دا بينيان بكن.

10- پارلى نىختى.

11- دىرمان و پىداويستى فريالگوزارى سىرتاىى.

12- جل و بىرگ پىشاكى پىويست.

13- چراى دىستى.

14- بىگىنامى گرىنگىكان

15- نامادى بى بى چىكىردن.

16- ئۇو شوۋنا نى ديارى بكا ك دىب بچيت.

17- گاكا نى گشت بديلكان ديارى بكا ك تووشى لافا و نا بن.

18- پلان دا بن چى لىگى ئا ئا ما يىيىكا نت بكا يت.

19- تانكى غازى و بنزىنى ئىتەمبىللىكت پى بكارىو.

20- لىگى خىزانىكت باسى پلانكا نى لافا و بكا.

21- بىيار بد لى كو كىدەبنو ئىگىر جيا بوونو.

22- كىسكى پىوئىدار ديارى بكا ك ئىگىر ئىندامانى خىزانىكت جيا بوونو، دىتوانىت پىوئىدپو بكت.

23- دىنيا ب لى ھىموو ئىندامكى خىزانىكت زانىارى و پىوئىدىيىكانى ھىي.

24- موټک و ماټی خټت بپارنن.

25- گواستنن وټی کټلوپټلی بټنرخ و مټبیلیات بټ ئاستټکی بټرتر.

26- ماددټ مټرسیدارټکان (وټک بټیاخ، ټټټ، قټکټر و پټداویستی پاککردنن وټ) دوور بټرنن وټ. بیان
بیا نگوآزرنن وټ بټ شوټنی بټرتر.

27- ئامټرټ کارټبایټکان دا بټټټ.

28- ئټگټر ټټټ بوویت یان لټناو ئاودا وټستاویت دټست لټ هیچ کټرټسټټکی بارگاوی و کارټبای مټدټ.

29- کټلوپټلی دټرنن بټټنټ ناو ماټټوټ یان بټ باشی بیان بټستټ، ئټمټش مټبیلیات و سټټټټی زیټ و
شتټجوټا وټکانی تر دټگرنن وټ.

30- دټرچټی هټوا گټټکټ بټ ژټرنټمینټکان دا بټ بټ گریکردن لټ لافاو.

31- مځگر ناچار بیت نځگر نا شرفېری مځگر.

32- نځگر پښوېست بوو شرفېری بکیت ، ب وریا ییو گشت بک.

33- د نیا ب نځت مېل لکات سوو ت مېنی پښوېستی ه یی.

34- گا پښنیار کراو لکان ب پېی ننمایي ها تووچ یی پ ییو بک.

35- دووړ بک وړو ناوچ کار س تبار لکان . ننگ بوونی ت ګری بکات ل لږگار کردن
یا نځ پراسیږ فریا گوزاری لکانی تر و بتخت م ترسی زیاترو.

36- چاودېری ل لکانی شردراو و زوی و دار ک و توو لکان یان ه لکانی کار با بک.

37- ل شودا وریا بن ک تلک ناسین و م ترسی لکانی لافا و قورستر.

38- ټاگېر ټولټمبولکې وټستا ، وازی لټبھڼڼ ژیا نی خټ گرنګتر بټرچاوبګر.

39- ټاگېر ټاو لټ دټوری ټولټمبولکېت بټرز بوو ، دټسټبټ ټولټمبولکې بټجټبھڼڼ ، بټ خټرایسټرکټوټن بټ سټر زټویید بټرزټکان بټن.

40- هټرګیز بټ ټاگا لافاواوییدټکاندا لټ مټخوټن ، بوټسټ ، بټګټټوټ ، تادووچاری خنګان نټبیتټوټ.

41- لټوانټیډ جټگا و ټاگا ټ شټردرا بټټوټ. تټنھا لټ چټند ټینجټک ټاودا دټتوانیت کټنټرټی ټولټمبولکېتټلټدټست بدټیت.

42- لټوانټیډ ټولټمبولکېت سټرټاوبکټوټت بټیډ ټولټمبولکېکان دټتوانن بټھټی کټمټر لټ ۲ پټ ټاوټوټسټرټا و بکټون.

43- بټ ټولټمبولکېل بټ دټوری بټرټسټټکاندا مټټن ، سوټانټوټ و بټ ټاگا یټکی تردا سټلامټرټ.

44- دوور بکټوټرټوټ لټو شوټنا نټی کټ پټشټر لافاویان لټ ها تووټ و هټوټ مټدان ټو شوټنا نټ پټیاندا تټپټرن.

45- دوور بکټو ل هټټکاني کارټبا و وایټری کارټبا و کټټی بارگاویټکان.

46- دټټټټټ شوټټکټټټ بکټ، نټگټر پټت وایټ مټترسیت لټسټر یان نامټزگاریت کرایت بټ نټوټټو کارټ بکټیت.

47- خټرا مامټټ بکټ وخټت زگار بکټ نټک کټلوپټټکانت.

48- پټش نټوټی بټهټی بټرزیوونټوټی ناوټو هټراسان بیت،خټت زووتر بټټ بټ شوټټکټی سلټلامټ.

49- پټویستټ خټرانټکان تټنها یټک نټټټمبټل بټکاربټنن بټ نټوټی لټیټکتر جیا نټبنټوټ و ټټرټباغی کټمبکټټوټ.

50- پټش ټټټټټ خزمټتگوزاری ناو و غاز و کارټبا بکوژټنټرټوټ بټ دټنیایی زیاتری ماټټکانتان.

51- ماټټکټت پارټزراو بکټ هټموو دټرگا و پټنجټرټکان قوفټ بکټ.

52- ئۆلگەر ئاراستى شۈبھىسىدىكى دىيارىكراۋ كراي بىلەن ئۈرۈمچى.

53- هرگز هـو مـد بـناو ئاوى ژاودا بـنـان يان مـلا بـکـن لـبـر ئـو مـترسى زـرى تـيـادا يـ.

54- ئىگىلىك ئاۋى ئازادلىق سۈرۈۋى پاۋىنىلىق پىلىكلىك ئىتلىۋىلىق بولىستىق و بىلىكلىكلىكى تىردا بىلىق.

55- ئىككىر بىر خەرائى بىجۇت، ئاۋ بىر قوۋى ۶ ئىنج دىتوانىت لى پىكانت بتخات خوارىۋى.

56- ئاگادار بىخەتەر ئاۋى لافودا دىن و دىخنىن

57- ھەرگىز ئۆگەنمەنمەن يارى بىلەن دۆرى ئاۋى بىلەن، ئاۋىنى مەنھەكەن ۋە ئوۋبارەكەن بىلەن
 ۋەلىيان نىزىك نەپەنەن.

58- ننگر کڙک کٽوٽ ناو ناوی لافاو ۽ یان گیری خوارد ۽ یو ۽ نندی بگرن ۽ بگری شارسټا نیو ۽.

59- بـا گـيرخـوار دـو بـن و بـزگـار کـردنـيـان کـر سـي گـونـجـا و بـکار بـنن ئـگـر دـتـوانـيت شـتـک فـ
بـدـيـتـبـقـور بـا نـيـيـکـکـ کـ يـارمـتـي بـدات لـ دـست پـ گـيـشتن و سـلامـتـي ، واک تـايـي يـدـگـ، يـان
پـتـکـيـبـهـهـنـر. يـان 5 رـاهـيـيـکـي دـاري پـتـو.

60- بـخـرايـي پـيـوـنـدي بـکـن بـ (115-125) و پـيـوـنـدي بـکـن بـ يـارمـتـي و هـا و کـاريـتان و
زـانـيار شـو بـنـي دـروست بـن.

61- چـا و بـکـن تـا سـلامـت دـين بـ گـگـا نـو بـ شـو بـنـکـا نـتان.

62- مـگـگـا نـو بـ نا و چـ لـا فـا و ا و يـکـان تـا و بـکـو مـيري و بـرگـري شـارستـاني ئـما زـ بـو دـکـن کـ
سـلـا تـنـو شـو بـا نـ.

63- ئـگـر بـيـنا يـک لـا فـا و بـرکـو تـبو و پـشـچـو و نـ ژـو و رـو بـ پـشـکـين بـکـن بـ سـلامـتـي خـتـان و مـال
و مـالـکـا نـتان.

64- ئـگـر بـيـنا يـک هـشـتا بـرکـو تـي لـا فـا و بـو يـان بـ ئـا و ي لـا فـا و دـورـ دـرا و بـو و هـرگـيز مـچـ
نـا و بـيـنا کـو.