

شش سال اول زندگی:

- گریه نکن
- شیطونی نکن
- دست تو دماغت نکن
- تو شلوارت پی پی نکن
- مامانت رو اذیت نکن
- روی دیوار نقاشی نکن
- انگشتت رو تو پریز برق نکن
- دمپایی بابا رو پات نکن
- به خورشید نگاه نکن
- شبها تو جات جیش نکن
- تو کمد مامان فضولی نکن
- با اون پسر بی تربیته بازی نکن
- اسباب بازی ها رو تو دهنهت نکن
- زیر دامن شمسی خانوم رو نگاه نکن
- دماغت رو تو لوله جاروبرقی نکن

۲- دوره ی دبستان:

- موقع رفتن به مدرسه دیر نکن
- پات رو تو جامیزی نکن
- ورقهای دفترت رو پاره نکن
- مدادت رو تو دهنه نکن
- به دخترهای مدرسه بغلی نگاه نکن
- تخته پاک کن رو خیس نکن
- حیاط مدرسه رو کثیف نکن
- با دخترهای شمسوی خانوم ((دختر بازی)) نکن
- دست تو کیف بغل دستیت نکن
- تخته سیاه رو خط خطی نکن
- گچ رو پرت نکن
- انگشت تو کون همکلاسیت نکن
- تو راهرو سرو صدا نکن
- تو کلاس پچ پچ نکن
- ATARI بازی نکن

۳- دوره ی راهنمایی:

- ترقه بازی نکن
- SEGA بازی نکن
- جاهای بدبذ فیلمها رو نگاه نکن
- موقع برگشتن از مدرسه دیر نکن
- تو کوچه فوتبال بازی نکن
- دست تو جیبت نکن
- با مامانت کلکل نکن
- تو کلاس صحبت نکن
- بعد از ظهر سروصدا نکن
- با دختر شمسی خانوم منچ بازی نکن
- اتاقت رو شلوغ نکن
- روی میز بابات کتابها رو ولو نکن
- عکس لختی تماشا نکن
- با بچه‌های بی‌ادب رفت و آمد نکن
- جرّ و بحث نکن

۴- دوره ی دبیرستان:

- با کامپیوتر بازی نکن
- تو حموم معطل نکن

- تقلب نکن
- با دوستان موتورسواری نکن
- عصرها دیر نکن
- با دختر شمسی خانوم صحبت نکن
- با بابات دعوا نکن
- تو کلاس معلّمتون رو مسخره نکن
- تو خیابون دنبال دخترها نکن
- مردم آزاری نکن
- نصف شب سرو صدا نکن
- فیلم سوپر نگاه نکن
- وقت رو با مجله تلف نکن
- چشم چرونی نکن

۵- دوره ی دانشگاه:

- رشته‌ای رو که دوست داری انتخاب نکن
- ۲۴ ساعته چت نکن
- سر کلاس درس غیبت نکن
- با دختر شمسی خانوم دل و قلوه ردّ و بدل نکن
- خیابون‌ها رو متر نکن

- تو سیاست دخالت نکن
- با دخترهای مردم هر کاری دلت خواست نکن
- شب برای شام دیر نکن
- با مأمور پلیس کل کل نکن
- چراغ قرمز رو عشقی رد نکن
- موبایلت رو Reject نکن
- استادت رو اُسگل نکن
- حذف پزشکی نکن
- آستین کوتاه تنت نکن
- همه رو دودره نکن

۶- دوره ی سربازی:

- موهات رو بلند نکن
- روت رو زیاد نکن
- از اوامر سرپیچی نکن
- فرار نکن
- با اسلحه شوخی نکن
- غیبت نکن
- به آینده فکر نکن

- درگیری ایجاد نکن
- به فرمانده بی احترامی نکن
- غیر از خدمت به هیچ چیز دیگری فکر نکن
- با رئیس عقیدتی جرّ و بحث نکن
- اعتراض نکن
- با دختر شمسی خانوم نامه نگاری نکن
- از تلف شدن وقت ناله نکن
- از آشپزخونه دزدی نکن

۷- دوره ی شوهر بودن:

- با زنت شوخی نکن
- زنت رو با دختر شمسی خانوم مقایسه نکن
- با زنت دم به ساعت ... نکن
- به زنت خیانت نکن
- با دوستانت الواتی نکن
- زنت رو انگولک نکن
- تو Orkut خودت رو Single معرفی نکن
- به زنه‌های دیگه نگاه نکن
- موبایلت رو قایم نکن

- از عکسهای قبل از ازدواجت نگهداری نکن
- پولت رو خرج دوستان نکن
- رفتار دوران مجردی رو تکرار نکن
- غیر از زندگی مشترک به هیچ چیز فکر نکن
- ریسک نکن
- بدون اجازه زنت هیچ کاری نکن

۸- دوره ی پدر بودن:

- بچه رو تنبیه نکن
- به بچه بی توجهی نکن
- بچه ت رو با بچه های دیگه مقایسه نکن
- به بچه توهین نکن
- بچه رو از بازی منع نکن
- بچه ت رو به کتک زدن بچه های دختر شمسی خانوم تشویق نکن
- با بچه کل کل نکن
- بچه رو محدود نکن
- بچه رو از جنس مخالف دور نکن
- به مادر بچه بی توجهی نکن
- بچه رو به هیچ چیز مجبور نکن

- آزادی بچه رو محدود نکن
- به حلال زاده بودن بچه شک نکن
- از خواستهای بچه چشم‌پوشی نکن
- جلوی بچه با مادر بچه ... نکن

۹- دوره ی پیری:

- برای بچه‌ها مزاحمت ایجاد نکن
- نوه‌ها رو لوس نکن
- با پیرزن‌های دیگه معاشرت نکن
- به خاطرات فکر نکن
- پولت رو خرج نکن
- هوس جوونی نکن
- غیر از آخرت به هیچ چیز فکر نکن
- با زنت بی‌وفایی نکن
- از رفتن به خانه‌ء سالمندان احساس نارضایتی نکن
- لباس شاد تنت نکن
- به بیوه شدن دختر شمسی خانوم توجه نکن
- تو وصیتنامه، هیچکس رو فراموش نکن
- از گذشته ناله نکن

• به هر کی رسیدی، نصیحت نکن

• به آینده فکر نکن

• ۱۰- دوره ی پس از مرگ!

• حالا دیگه دورهء نکن تموم شد! حالا هر کاری دلت می خواد بکن...

• ...بکن

• ...بکن

• ...بکن

• ...بکن

• ...بکن

• ...بکن

• ...بکن

• ...بکن

• ...بکن

• ...بکن

• ...بکن

• ...بکن

• ...بکن

• ...ولی فقط با روح دختر شمسی خانوم کاری نکن!!!