

Āraia ngā whakapokenga kiri



horoia ngā ringaringa



whakāmarokehia
ngā ringaringa



horoia te kanohi
me te tinana

Āraia ngā whakapokenga kiri



tapahia me te horoi
i ngā matikara



āraia ngā
timonga ngārara



horoia me te uhi
i ngā hakahaki

Rapu me te whakamaimoa whakapokenga



tirohia mēnā he
whakapokenga kiri



haere ki te kite
i tētahi nēhi, rata rānei



whakamahia ngā rongoā
e ai ki ngā tohutohu