# 最新写给女朋友的保证书100字(十三篇)

来源：网络 作者：夜幕降临 更新时间：2024-06-30

*每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。写给女朋友的保证书100...*

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**写给女朋友的保证书100字篇一**

下面是给你的保证：如下：

1。要学会成熟稳定，不能冲动任性，不能无理取闹。

2。以后尽可能不惹你生气，要经常与你沟通，增进彼此感情。

3。可以吃醋，但要少吃。(要知道其实吃醋并不酸;没有资格吃醋才更酸呢)

好了，我只能写出这些，我不知道怎么写才好。因为这是第一次，希望你看后满意，保证书的生效日期你看后在定吧!

爱你一生的

日期：

**写给女朋友的保证书100字篇二**

为确保在以后的生活中能够好好对待，做一个让放心且能感觉到幸福的男朋友(升级后为丈夫)，现做出保证如下:

1.以严肃认真的态度对待两个人的爱情，不随便和别的女生联系，做一个让你放心的好男人。

2.不能做任何损害我们之间感情的事情，对你的感情一心一意。

3.大事小情要和你商量，然后在做决定，达成共识后全力落实，如有特殊情况做了临时决定必须事后讲清。

4.以后将家庭财政大权交由你掌握，以防我乱花。

5.每天晚上9点之前要联系你，讲诉一下一天的心得和对你的思念，特殊情况提前通知。

6.要经常给你发短信，而且在每次短信联系的时候要做到有应有答，如有特殊事情会及时通知你。

7.若在你生病或身体不舒服的时候，必须及时地电话联系，耐心的安慰和开导你，促使你尽快康复。

8.如有争吵事件发生，要及时与你心平气的沟通，直到将事情处理好，避免之间产生误会，带来不必要的麻烦。

9.不断的充实自己的应用技能，锻炼身体，使自己在工作和生活方面精神饱满。

10.保证对你非常的宠爱，不让你受到伤害。

11.保证不对你大声呼喊，不指派你做任何你不愿意做的事情。

12.保证不抽烟喝少量酒。

13.保证有时间就在你身边陪你。

14.保证一辈子只爱你一个人。

15.保证记住我们所有重要的日子，并且好好的纪念。

保证人：

时间：20xx年xx月xx日

**写给女朋友的保证书100字篇三**

真正爱一个人是无法说出理由的，因为爱是不需要理由的。我只知道无论何时何地，心情好坏，我都希望和你在一起。真正的感情是两人能在最艰苦中相守，也就是没有丝毫的要求。毕竟，感情必须付出，而不是只想获得。为了能和你心心相悉，共同努力，最终能够共同幸福美满，本人从今天起对天发誓加保证决心努力做到以下的内容：

1。每天晚上11点之前要联系你，讲诉一下一天的心得和对你的思念。

2。要经常给你发短信，而且在每次短信联系的时候要做到有应有答，如有特殊事情会及时通知你。

3。在接通你的电话后要仔细听，认真回答，不能随便不接电话或无故挂断，保证手机二十四小时开机，若有不便接听之情况应提前汇报说明。

4。若在你生病或身体不舒服的时候，必须前去探望，如没有条件，要及时地电话联系，耐心的安慰和开导你，促使你尽快康复，

5。如有事件发生，要及时与你心平气的沟通，直到将事情处理好，避免之间产生误会，带来不必要的麻烦。

6。对你提出的意见或建议，应该仔细考虑，认真分析，一旦达成共识就全力去完成。

7。除了工作，还要积极做好为你到来的准备，解决你的后顾之忧。

8。不断的充实自己的应用技能，锻炼身体，使自己在工作和生活方面精神饱满。

9。不能做任何损害我们之间感情的事情，对你的感情一心一意，有始有终。

10。保证对你非常的宠爱，不让你受到伤害。

11。保证不对大声呼喊，不指派你做任何你不愿意做的事情。

12。保证经常陪你逛街。

13。保证不抽烟喝少量酒。

14。保证有时间就在你身边陪你。

15。保证一辈子只爱你一个人。

16。保证在每天的日子说我爱你，直到永远。

17。保证记住我们所有重要的日子，并且好好的纪念。

保证人：

时间：20xx年xx月xx日

**写给女朋友的保证书100字篇四**

1、每天晚上11点之前，讲诉一下一天的心得和对你的思念。

2、在你说的时候要做到有应有答，如有特殊事情会及时通知你。

3、在接通你的电话后要仔细听，认真回答，不能随便不接电话或无故挂断。

4、若在你生病或身体不舒服的时候，尽力前去探望，陪着你。如没有条件，要及时地电话联系，耐心的安慰和开导你，促使你尽快康复。

5、如有事件发生，要及时与你心平气和的沟通，直到将事情处理好，避免之间产生误会，带来不必要的麻烦。

6、对你提出的意见或建议，应该仔细考虑，认真分析，一旦达成共识就全力去完成。

7、做好我的花瓶，解决你的后顾之忧。

8、不能做任何损害我们之间感情的事情，对你的感情一心一意，有始有终

9、从现在开始，我只疼你一个人，宠你，不骗你. 答应你的每一件事情都会做到，对你讲的每一句话都会真心. 不欺负你，骂你，相信你，别人欺负你，我会在第一时间出来帮你. 你开心呢，我就会陪着你开心. 你不开心呢，我就会哄你开心. 永远都觉得你是最漂亮的， 梦里面也都见到你，心里面只有你!

10、从现在开始，你可以不只疼我一个人，不一定要宠我，可以骗我. 答应我的每一件事情不一定都要做到，对我讲的每一句话都不一定要真心. 可以欺负我，骂我，可以不相信我，别人欺负我，你不一定要在第一时间出来帮我。我开心呢，你就不一定要陪着我开心. 我不开心呢，你也不一定要哄我开心. 不用永远都要觉得我是最帅的， 梦里面不一定也要见到我，在你的心里面不一定只要有我!

11、一个人时，想着你，(没有人时亲吻你)，我的心里，只有你，对你的爱延续到天荒地老，海枯石烂;如果我的肉体消失化为尘埃，我的尘埃也将萦绕在你的周围，想着你;如果我有幸升入天堂,我也会化为天使，翱翔在你的身边亲吻你陪着你。永不离弃你。对我来说这份爱情很重要,我也很珍惜，没有一刻不把你想念!之前因为误会的问题导致了一系列的不愉快的发生,这一切没有任何人错,一切的一切都是自己的错, 有句通语,万事之错,先醒己，所以我知道我错了，完全知道我错在哪里了，以前所做的根本不够，因为爱情讲的不是能得到多少回报，而是你真正的有没有对自己所爱的人真心付出全部?所以我知道我做的还远远不够 。我会努力做好。 现在有段真挚的爱情摆在我的面前我要好好珍惜,我不想以后后悔莫及!上天给了我一次与你相遇的机会,我一定要对你说:“我爱你,我要与你手牵手，而那段路程我希望是一光年。

请相信，我是如此的爱你

保证人：

**写给女朋友的保证书100字篇五**

亲爱的:

这两天又惹你不开心了,对不起.想想有时候自己挺不懂事儿,总是把自己思想.情绪没有经过大脑就发泄出来.其实每次惹你生气后,我都对自己说: 是不是做的太过分了,其实我都明白,就是控制不住自己,经过这次事件,我真的不想再这样再有下次了,因为:我怕失去你.失去你.我明明知道我们彼此相爱的很深,但是还是三番两次的让你心烦,给你添乱,宝意识到自己错了......

下面是给你的保证:如下:

1.要学会成熟稳定,不能冲动任性,不能无理取闹.

2.以后尽可能不惹你生气,要经常与你沟通,增进彼此感情.

3.可以吃醋,但要少吃.(要知道其实吃醋并不酸;没有资格吃醋才更酸呢)

好了,我只能写出这些,我不知道怎么写才好.因为这是第一次,希望你看后满意,保证书的生效日期你看后在定吧!

爱你一生!

**写给女朋友的保证书100字篇六**

由于本人某某某在过去的一段时间里犯了“吃了碗里看着锅里，老马要吃回头草”的弥天大错。让老婆痛不欲生后，我幡然醒悟，并对我亲爱的老婆做出以下保证：

第一条：保证以后对老婆的权威绝对忠诚，保证身体和心灵不会出现任何形式的背叛，要爱老婆，坚决拥护老婆，服从老婆的领导。

1.1 保证在身体上跟异性以及同性保持一定距离，保证绝对不会出现牵手、拥抱以及各种涉及皮肤接触的亲密行为。如果出门偷看美、痴想美女被老婆发现，自己自觉跪搓衣板(老婆不发话不得起来，然后视求情态度和求情人数及规模另行以其他方式处理)在工作以及生活中的特定场合下，所需要的表示友好的握手除外(握手时间不得超过2秒，超过2秒则按2小时跪搓衣板时间计算，以此类推)。

1.2 保证心无杂念，心里只装着老婆和公司。日常所做的所有事情都要围绕着老婆和公司这个主题展开。坚决做到，一切为了老婆，一切为了公司。老婆心情不好的时候，要以笑脸赔笑，此时站立的高度不得超过老婆的肩膀。(直到老婆的心情阴转晴时某某某方可站直)

1.3 保证不会上qq聊天、不进入交友网站，生活中的一切行为都要首先考虑老婆对这件事情的看法。在确定老婆不会对这件事情持反对意见，并且心里不会产生任何不快的情况下，才可以继续进行。保证对所有的事情做到三思后行，一切行为以老婆的喜怒评优劣，喜则继续，怒则放弃。

1.4 保证删除手机、通讯录以及qq中，除工作关系外所有异性的联络方式。坚决做到，不给不相干的女人发短信息、打电话、写信、发邮件等。(如果不能做到，就伺候老婆洗脚先睡，自己准备一张报纸到离家200米外的车站睡觉。第二天准时上班，不能迟到)

1.5 从根本上杜绝一切让老婆感觉不愉快的事情发生，包括对生活中或者影视剧中，坚决对其它女人不做任何方式的评论，不多看一眼。坚决做到，心存老婆。从根本上树立，“老婆是最好的，其他的不值得一看”的坚定信念。(不得以“穷则独善其身，富则妻妾成群;只要后宫佳丽三千人，铁棒也愿磨成绣花针”的思想腐蚀自己，真正做到穷不倒志，富不癫狂。)

第二条：保以后善待老婆。

2.1 分担家务，做自己力所能及的所有家务。只要在家，就尽量让老婆少做家务，尤其在做饭这件事情上，尽量做到，只要我在家，就不让老婆做饭。

2.2 时时刻刻把老婆挂在心上，只要是老婆应该有的，坚决杜绝偷工减料。要做到，别的女人有的东西，老婆都要有，别的女人没有的东西，老婆喜欢，也要有，尽量的满足老婆的各种物质要求，就算要天上的月亮某某某也要想心思弄到手(是在弄不到假的也可，态度决定问题的重要性。如果实在办不到自己扇自己两巴掌)。

2.3 要做到爱屋及乌，善待老婆的家人及朋友和姐妹，善待老婆喜欢的动物(杜绝再次发生烹食欢欢和乐乐的此类事件)。

2.4 给老婆想要的感觉，每时每刻都要让老婆感觉到实实在在的关怀，细致入微的疼爱。让老婆感受到公主一样的感觉。使老婆在别的女人面前有强烈的优越感。(不得在老婆背后发布强调自己是英雄的不良言论，例如：“明知山有虎，偏向虎山行”的此类话题，如有发生，老婆有权在某某某的朋友兄弟面前加以澄清)

2.5 在生活的细节方面，尽量做到多沟通、勤沟通，尽量减少因生活琐事产生的摩擦。所有不涉及原则问题的事情，原则上都要对老婆忍让。不在气头上和老婆争一时长短，坚决做到骂瘫不还口，打残不还手。如果持有不同意见，尽量在事后平静的时候，通过负荆请罪的方式加以讨论。(坚决贯彻老婆永远是对的，就算老婆错了也要以救火的速度参详上一句话)

2.6 努力工作，尽最大的努力给老婆优越的生活。

第三条：保证老婆在恋爱生活中的主体地位。

3.1 在恋爱生活中，遵循男主外，女主内的生活轨迹，家里的一切大小事务由老婆作主。老婆有权利控制整个家庭的财政大权。坚持收入全部上缴制度。不涂改账本，不在衣柜、袜子、枕头、鞋垫、内裤桌子角等等位置里藏钱。不过，每月可以申请领取50元零花(85岁之前由老婆代为管理)。按月按时的把收入交给老婆掌管，再由老婆统筹分配。

3.2 家里的装修、布置以及一切跟生活有关的事宜，全权由老婆处理。某某某不得岔嘴，老婆如果提出异议，某某某必须在3秒钟内作出正确反应(超过三秒钟就一个星期不准说话)，如实说出内心想法，供老婆参考。

以上保证书是我某某某在自愿、开心、经过深思熟虑的前提下写的，以上条款保证执行。如果有一条没有做到，任由亲爱的老婆处置。

特此保证!敬礼!90度鞠躬!再鞠躬!再再再鞠躬180度鞠躬!!!

保证人签字、盖章、手印：

年 月 日

**写给女朋友的保证书100字篇七**

：

对不起，是我伤了你的心，请原谅我，我会一辈子疼你爱你作为补偿!我不好，我检讨;我不对，我有罪;是我错，我该过。亲爱的，请你原谅我.虽然我常常惹你生气，但这并不是我的本意。我是多么的爱你，爱到连生命都可以舍弃。

什么样的话语都代替不了我愧疚的心情，我该怎样才能得到你原谅呢?也许是缘分，我们都不愿伤害最不愿伤害的人，但还是发生了，相信我，因为我爱你，让我们彼此好好珍惜!我的无心伤害，伤的是你，痛的是我。无心让我伤害了你。我的心里也不好受!希望你能理解，可以给我一个改过的机会!重新开始接受我!想起我们曾经有过的甜蜜，所有的气都烟消云散了。这就是真正的亲密无间，任何东西都无法割断我们彼此的爱。

都是我乱说惹的祸，对不起，我再也不乱说了，请你原谅我。我是一个笨蛋，但是请相信我，我并不是有意的。能原谅我吗?亲爱的!一颗傻傻的心，在痴痴的等着你的原谅!所有的理由和解释都是苍白无力的，我选择在沉默中等待你的原谅。也许是我不懂的事太多，是我的错，一切已经慢慢的错过，可我依然期待你的谅解和呵护!

若是因为我爱你而使你忧心或伤心，那么什么话语都代替不了我愧疚的心情，对不起，我该怎样的对待你呢?男人如果得不到女人.的谅解。就算膝下有黄金又能怎样。我跪下来表示百分之百的赔罪!我知道你很生气。而且你每次生气我都好害怕。理解我，好么?原谅我，好么?您别跟我一般见识!昨天得罪了你，迁怒了你，那我今天来道歉，好让明天你我仍同在一把雨伞下。虽然我没和你见面，但我心里一直都惦记着你，我一直都没忘记和你在一起的时光是那么快乐。我此时此刻不知道该做什么，看不到你的信息，听不到你的声音。如此的宁静!我的心快碎了!.

原谅我吧，知道吗，每天我都如同生活在暴风雨的袭击中。求你许我一个阳光灿烂天吧!过去的已经成为事实 但是事实毕竟已经过去 重要的是从过去中看到未来 希望我们的未来不是梦 !喜欢手被你握在掌心的那种感觉。想和你深爱到老，牵手一生。原谅我曾经的任性和刁蛮。爱你…

生气就是用别人的错误来惩罚自己不值得。如果你懂我，我不需要说什么。如果你不懂我，我更不需要说什么。

保证人：

x年xx月xx日

**写给女朋友的保证书100字篇八**

遵照你的圣旨，我立刻，马上，并且非常迅速的对自己做出了深刻的检讨，以下是我对自己的种种恶果的分析以及日后的悔改，请大人批阅!

保证书若有不当之处，可以协商并且改正，老婆永远是对的。

我惹你生气了，我真的好后悔，但是每次气一来，就被怒火冲昏了头脑，在以后我会学着改掉这点坏习惯，我可能真的没想到，需要给对方留一些空间，在以后的日子里我会慢慢纠正自己，在也不让你生气了，不管你需要我怎么样，我都会努力的做到最好，

对于你的观点，我只能做出接受或者执行，不能存在讲理由的过程，没有任何商量的余地，更不能反对或者反抗，这1点我做的非常的差，我发脾气小心眼不理你的行为进行检讨，我错了!

我严重的忽略了你的心是非常容易受伤的，因为你在与到我之前已经被伤到过，对于这点，我觉得自己真的不是东西，在也不了。

在一些时候我总是一味的去要求你对我好，要求你为我改这为我改那，自己却每次说会为你改掉坏毛病而失言，我既然自己都没办法做到，我又有什么能力要求你跟我一样，其实你已经为我付出了好多好多，我还要怎么样呢?我无法离开你，没有你我会很伤心很难过很痛苦，失去你，我会很后悔，如果真的到了那个时候我应该怎么办呢，连我自己都不敢去想，我现在唯一能做的就是改变自己!

经过上面对自己深刻的分析，自我检讨后，我决定在以后的日子里，好好疼你，任何时候都不能让自己放纵自己的情趣，不能只顾及到自己的感受，而忽视了你的感情，甚至说更应该去去顾及你的感受，对自己说的话，做的事负责，学会不去伤害对方，学会宽容。这篇保证书不只是给你看，也是给自己看，让自己时刻记住这一天，再以后有气有火，先把自己写的保证书读一遍，亲爱的，我真的知道错了，请原谅我吧，我以后会学会以和平的心态去面对，如果还有什么没写出来的错误，或者是写错的地方，请指出，无论如何我以后都不会对你不理不才，大吼大叫，我是猪，大猪头，你就别跟我在生气了，为了我们共同的理想你就原谅我这1次吧，我保证以后在也不犯同样的错无了，为了弥补我的过错，以后你说1，我不说2，你叫我向东走，我肯定不会向西走，你说滚，我肯定不敢爬，以后你叫我怎么样，我就怎么样!

过去的日子，我没有好好的珍惜，我相信在以后的日子里，我会听你的话，因为你是我的唯一，以下是我的保证书：

1：首先以要关心，爱护，体贴亲爱的为主。

2：不管做任何事，每天向亲爱的汇报。

3：不做对不起你的事，再面对在强大的勾引诱惑的情况下也绝对不能对不起你，就算忍不住割了小jj也不能做错事，嘿嘿。

4：不和亲爱的吵架，如果有时候小吵一下，我也要让着你。

5：每天起床和睡觉时都要心里默念10遍亲爱的，我爱你。

6：不管去那里都要即使象你汇报，保持联系，绝对不能不接老婆电话，不回老婆短信(除没听到以外，出门在外，难免会没注意到)。

7：任何时候都不能欺骗你。

8：不准把你弄哭。

9：你不开心的时候，要想办法逗你笑。

10：你生气了，随时往我身上发火。

请亲爱的，在今后的生活中监督我。

本次保证书最终解释权归亲爱的你所有。

本保证自20xx年3月25日起开始试行，以后如有补充，亲爱的有随时添加的权力!

保证人：

**写给女朋友的保证书100字篇九**

我爱上了×××，为了表达我的诚意和决心，我特做此爱情保证:

1、 我保证一生只爱×××(如果×××同意我爱别人的话，我也坚决不同意)。

2、 我保证一生都对×××好(这点不可商量，一定做到)。

3、 我保证一生都听×××的话(即使撞上南墙，也不回头)。

4、 我保证，以上三点都能做到。如×××有异议的话，可以再做修改。

5、 凡是老婆安排的家务活，必须尽力做好。男方负责做饭(如果男方做的不好吃，在女方愿意的情况下，可以由女方来做)，每天都要三菜一汤，一个星期内一道菜不可以重复两次以上，并负责收拾碗筷、洗碗、洗衣服。

6、 男方要定期给女方买衣服，具体额度女方自己掌握，不过以一月不超过2024元人民币为限度。

7、 男方每年至少带女方出去旅游一次，安排假期2024公里以上。

8、 男方不得和女方争电视，并且家里只可以同时开一个电视机。

9、 每次节日时，需要买礼物给老婆。

10、 不搞男女平等，绝对维护老婆的领导地位。

11、 经常为老婆寻找风趣、幽默的话题，解除老婆的工作疲劳。

12、 男方每月上缴生活费用为工资的70%，下限3000，上不封顶。家中经济权由老婆掌管。

若男方触犯以上保证书中其中一条，每次给予以1000元的惩罚，若重犯由女方提出，可以适当增加惩罚额度，男方无权反对，也无权提出议案。

我保证，以上的保证都是在我十分清醒的状态下，十分真实的表达了我的情感意愿，也就是说，此保证真实有效(需要公正的话也可以)。

望×××睁大双眼(你的眼睛已经很大了，但肯定还有再大的潜力)，时刻监督!

**写给女朋友的保证书100字篇十**

本人谨以赤诚之心，在此立次誓言：结婚之后，工资奖金全交，剩菜剩饭全包，家务杂货全干，一切以太太的话为最高宗旨，遵循2条原则：第一条，老婆永远是对的;第二条，如果老婆错了，请参照第一条。

在思想上，坚持拥护老婆的绝对领导，坚定不移的走老婆指定的路线，家里老婆是第一位，我是第四位。

在举止上，爱护老婆，保证老婆开心时要陪她开心，不开心时要哄她开心;做文明丈夫，做到“打不还手，骂不还口，打了左手送右手”。

在生活上，陪老婆逛街时不喊累，而且要主动用平时省下来的零用钱付账;锻炼身体，天天向上;严格遵守作息时间，早上按时起床，晚上按时睡觉。节假日认真组织学习厨艺及推拿技术，虚心接受老婆监督，尤其不能跟陌生女人搭话，当然，问路的老太太和五岁以下的小朋友除外。

努力遵守新三从四德：

老婆出门要跟从

老婆命令要服从

老婆讲错要盲从

老婆化妆要等得

老婆花钱要舍得

老婆生气要忍得

老婆生日要记得

其他事宜，由女方提出，可以适当增减，男方无权反对，也无权提出议案。

此结婚保证书自20xx年12月31日生效。有效期：生生世世。

**写给女朋友的保证书100字篇十一**

1、女友永远是对的!

2、我对女友的所有要求只有无条件服从!

3、如果女友错了，那么请参考第一条!

落花有意,流水无情.

从现在开始，我只疼你一个人，宠你，不骗你，答应你的每一件事情都要做到，对你讲的每一句话都是真心，不欺负你，不骂你，永远相信你。别人欺负你，我要在第一时间出来帮你.你开心呢，我会陪着你开心，你不开心呢，我会哄你开心。永远觉得你最漂亮，梦里面也会见到你，在我的心里面只有你!

既然是海了 那就宽广博大 要有包容之心哟

你所做一切都是对的

你是头牛.我就是你头上的角,你想怎么样就怎么样吧.我永远在你头上支持你.我是死东西.,你想怎么顶就怎么顶我永远都是尖尖的.

签名：

日期：年 月 日

**写给女朋友的保证书100字篇十二**

1、女友永远是对的!

2、我对女友的所有要求只有无条件服从!

3、如果女友错了，那么请参考第一条!

落花有意,流水无情.

从现在开始，我只疼你一个人，宠你，不骗你，答应你的每一件事情都要做到，对你讲的每一句话都是真心，不欺负你，不骂你，永远相信你。别人欺负你，我要在第一时间出来帮你.你开心呢，我会陪着你开心，你不开心呢，我会哄你开心。永远觉得你最漂亮，梦里面也会见到你，在我的心里面只有你!

既然是海了 那就宽广博大 要有包容之心哟

你所做一切都是对的

你是头牛.我就是你头上的角,你想怎么样就怎么样吧.我永远在你头上支持你.我是死东西.,你想怎么顶就怎么顶我永远都是尖尖的.

**写给女朋友的保证书100字篇十三**

我特别后悔地那样对待你，以后我一定做到以下保证，请相信我，再给我一次爱你的一次机会，能让我在你面前好好表现一世吧。

1、我再也不打你，不骂你，不跟你争吵了，不跟你辩论。

2、你说每句话，我会全部听了。

3、你随时随地都可以回家看望家人朋友，我不会有半点阻拦。我也不会占用你的空间和时间了呀。

4、每到周末我都会陪你去买衣服，并且东西都由我来提。

5、家中的所有家务活(比如：刷锅，洗碗，做饭，买菜，打扫房间卫生等等)我全都做。

6、我会在你每月危险期来时，我会做八宝饭给你吃，我还买了一本有关这类的药膳书，我会好好学如何做才能让你可口。还买一些补血营养品给你(比如：上周买给你的安利的铁叶绿酸片)。我还会用热手巾敷在你肚子上。在你其他情况，我也会好好照顾你，保护你。

7、每天晚讲一则笑话给你听。你知道我没有一点幽默感，我上周刚买了一本笑话书，这个我可以以后学呀，我会每天晚上逗你开心呀。

8、每天说一段浪漫话给你。我性格内向，你也知道我不怎么说这些话呀，但我已经会改变自己。

9、以后我再也不抽烟，不喝酒。不参加赌。你知道男人在外，怎么能少了这些呀，烟我已经在戒了。我已经忍了一周不抽了。我还要坚持下去。你知道我现在每天很难受呀。

10、你每天上下班，我都会陪同你一起上下班。

11、你说我身体挺不直，我天天在家靠墙1小时，出外身戴“背背佳”，每天还下班上健身房锻炼身体1-2小时。

12、我英语能力差，语音差，我每天晨读英语30分钟，每天都要上网矫正发音。我准备在明年下半年参加等级考试。

13、永远不去洗浴中心，洗头房，以及歌舞厅。

14、我保证每天看一些营养学之类的书，我要好好照顾你身体，不会让你再生病了。你知道我也不喜欢看这些书。以前跟你相处时，也不注意你身体，现在非常后悔。我在9.15买了两本书，一本是《女性疾病药膳》，我以后一定按照这本书上做一些给你吃呀。另外一本是《胃肠病治辽与护理》。当时去你那太没注意你身体了，你的肠炎好了吗?现在我天天在看这两本书，并做了一些笔记。你以前说你身体一年四季冰凉，我给你买的安利的维b族吃了吗，你一定要按照上面的说明使用呀。我一直在找这类书，可是还没有找到，我想我以后一定会找到的呀。有个医生对我说，你那可能是免疫力差导致的，所以我要买一些有关这些的营养品给你，一些有关免疫力的药膳书，以后我就可以按照药膳书的指示给你做一些菜了呀。

15、我以后一定做一个好男人，好男友，好丈夫，好父亲。

16、我每天早上都会对亲你，都会对你“我爱你”。

17、我会给你一生一世的幸福。

以上这些保证，我以后会百分之百做到的呀。并且会到一直到我们老去呀。我说话会守诺言呀。

执行时间：从你来我这里后

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找