# 最新给女朋友的检讨保证书500字 给女朋友呢检讨书(19篇)

来源：网络 作者：风华正茂 更新时间：2024-07-09

*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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。给女朋友的检讨保证书500字 给女朋友呢检讨书篇一...*

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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

**给女朋友的检讨保证书500字 给女朋友呢检讨书篇一**

首先，万分感谢亲爱的宝贝能抽出宝贵的睡觉时间，看我的检讨书。深知罪孽深重，深感惭愧，内疚。

这是我向宝贝递交的一份检讨书，以严肃反省我的错误，分析错误危害，提交惩罚建议，提出改正措施，还望伊伊宝贝大人有大量，能原谅我。

20xx年11月22日晚20：30左右，在我和宝贝扣扣密切交谈培养感情时，因为听到宝贝分析了我们的现状之后。导致我心情不佳，说出了好多令宝贝伤心难过又生气的话，致使宝贝伤心痛哭，把我qq删掉。后我又告诉相关人员王妮一些宝贝对我说过肉麻的话，致使伊伊宝贝更加生气。虽然我说那些话，是因为太在乎宝贝，可是我没有及时认识到错误，改正错误。虽然我也一直很痛苦，很难过，但是和宝贝的伤心相比，我这些又能算的了什么，这一切都是我活该，我自作自受。

因为我的种种不该，对宝贝的心情，生活，心理，造成了极大的不良影响。使宝贝彻夜失眠，没胃口吃饭长达两天，心情沉重，甚至痛哭流泪。严重影响到了宝贝的生活和健康，影响到了我们感情的和睦与发展，影响到了社会的和-谐与进步。

经过我长时间的反省，我深刻地认识到了自己的错误，也明白了宝贝在我心中不可取代的地位。作为一名合格的男朋友，我更应该主动积极承担错误的责任，望宝贝能对我进行严厉的惩罚，我该写出一份保质保量的检讨书。为宝贝赔偿精神损失费(香吻一枚，不许不要)。答应宝贝，我愿意被宝贝狠狠的咬一口。

为杜绝此类错误再犯，在此我向宝贝保证：

1.听伊伊宝贝话，不惹宝贝生气让宝贝受委屈。

2.听伊伊宝贝话，对宝贝无条件包容。

3.听伊伊宝贝话，不给宝贝乱发脾气。

4.听伊伊宝贝话，好好学习摄影。好好努力

5.听伊伊宝贝话，不打游戏，少抽烟，少喝酒。

6.听伊伊宝贝话，不沾花惹草。

7.听伊伊宝贝话，不缠宝贝，让宝贝按时休息。

8.听伊伊宝贝话，坚持宝贝永远是对的根本方针!

9.听伊伊宝贝话，死心塌地爱宝贝。

针对这次错误，我做了深刻反省，深刻的感受到了伊伊宝贝对我的真心与爱意。也认识到了错误的根源，明白了错误的危害，提出了惩罚的建议，也制定了整改的措施，非常感谢伊伊宝贝对我的这次深刻的教训，它使在今后的感情道路上找到了方向，对我一生的幸福有着无法言表的巨大意义。

对不起，伊伊，我所犯的错误性质是恶劣的，情节是严重的，我真诚的接受宝贝的批评与惩罚，对于这次错误，我还会进一步深入总结，深刻反省。我会以这次错误作为一面镜子，时常检点自己，批评教育自己。

伊伊宝贝是一个善解人意，善良大度的姑娘，恳请宝贝相信我一定彻底改正错误，认真落实保证事项，原谅我吧，我会争取做一个为宝贝增光添彩好男友。如有不满，请及时批评点出，我会尽快努力改正。

保证人：

日期：20xx年xx月xx日

**给女朋友的检讨保证书500字 给女朋友呢检讨书篇二**

无敌可爱漂亮聪明勤劳勇敢善良真诚的老婆：

针对近期你非常非常忙，我特别特别闲的情况，我要对自己这种可耻的行为向你做出深刻的检讨，老婆永远是对的，如果不对时，请参照上一条：

我每天早上八点二十才上班，中午回来还可以午休，晚上下班吃个饭，吃完还能躺在床上想东想西，相比起你每天日出而作，日落而不得息，一天有五分之四的时间都在辛勤劳作，我真是感到万分惭愧。在你面前，我就是只什么也不是的懒虫，你的光辉而高大的形象把我照得自惭形秽、身影全无，你就是柳州劳动人民的楷模，你的吃苦耐劳、艰苦奋斗是社会主义硕果仅存的金子般的精神，我对你唯有顶礼膜拜加五体投地。在这里，慵懒又无所事事的我要对你说一声：宝贝，你辛苦啦!你的脏衣服臭袜子什么的以后通通扔给我，我包了。

你每天都睡不够，早上都是拖着疲惫的身体去上班;中午好不容易下了班，又没有时间休息，午饭才吃完就又要上班了，有好些回你吃着吃着都睡着了;晚上下了班还得去练车，练完车接着要去健身，健完身还要…你是我所知的除了以外最忙的人了，看你这样我心疼得不得了，你要是瘦了的话我该怎么办，所以，可以的话，我真想替你刷牙、替你洗澡、替你吃饭、替你上厕所呀，好让你多腾出点时间来睡觉，嘎嘎。

最近我老是稀里糊涂的做错事，而倒霉的都是你的电动车，我觉得这样下去不行，不然早晚有一天，你的电动车会坏在我的手里的，而那时，我将会坏在你的手里。所以，为了我能更好更长久的为老婆服务，我要像关心你一样关心它，爱护你一样爱护它，它脏了我给它洗澡，它饿了我给它打气充电，它开心时我骑着它，它不开心时让它骑着我…我还要改掉我奢侈浪费乱花钱的坏毛病，早餐明明吃一个馒头就可以了的我却买了两个，时不时还买些不健康的零食来吃，如果把这些钱省下来，能帮老婆买多少条漂亮裙子，多少双运动鞋哟，我实在是太不会花钱了。以后不管是网上花钱还是用现金都要跟老婆报备才行，还要定期发清单给老婆审查。晚上闲着的时候要多跟老婆学习有用的知识，以便能随时听候老婆调遣，要不折不扣的完成老婆交予的每一项任务，再苦再累也不能有牢骚怨言，对于老婆指出的不足，不能反对，一定要虚心接受并且要做到让老婆满意为止。

保证人：

日期：20xx年xx月xx日

**给女朋友的检讨保证书500字 给女朋友呢检讨书篇三**

亲爱的宝宝：

对不起、我错了，今天又惹你生气了，你这次大概你已经对我失去信心了，大概也没有信心爱我了对吗?但我要告诉你、我真的很在乎你、我不能没有你!但是、没有心的我今晚又再次伤了你!

对不起、也许是我真的变了，变的那么老是自我为事，但是我真的没有伤害你的意思!

九个月了，还记得我们认识到现在的点点滴滴吗?我们的幸福快乐、我们的温存、我们的承诺!能够和你认识那是缘分，我相信缘分、更相信你。因此、你对我的好、对我的理解、对我的等待。我会记得一辈子、然而我对你的只有伤害、伤害还是伤害。真的很抱歉!

经过这么多，我懂得了爱一个人不要在意对方爱不爱自己、因为这样有条件的爱太假了!我已经真心悔过、希望宝贝能够原谅，能够宽恕!谈了这么多、希望你能明白三点：

第一;我犯了这么大的错误我只是一时糊涂、我真心诚意的悔过，我愿意对我做错的事负责!恳求你能够明白、并给我一次机会!

第二;我对你的爱，从始到终一直存在，一直加深!我爱你、无条件的爱!我会用真心证明一切，用时间见证奇迹!不会放弃，坚守誓言!

第三;我对你的说服，对你的疑虑是怕失去你!现在我明白了，两个人恋爱最基本的就是信任!我错了!不该动不动就要离开、两个人相爱、不是小孩过家家!因此这是惹你生气的最终导火索、所以我深刻检讨保证、再也不会用它来伤害你!

回想九个月来，我陪你的日子不超过十天，基本我们的感情都建筑在手机上!是我不够好，没有时间去陪你!我答应你、我会给你一个满意的答复的，希望我可爱的小燕子能真心的开心快乐起来!也许他们都认为我们没有好的未来，但是我会努力。我不会让mama 和jiejie 有任何机会!

夜深人静的时候写这份惹你生气的检讨书之前，以深刻反省!自己也觉得很有必要对自己犯下的错做出最最深刻的检讨及保证、才能在最大的程度上避免再次惹你生气的事情发生!

在你熟睡的时候我用心写了份检讨保证书、也许写的不是很好、但句句都是我的心里话!如果你对这有不满意的地方，告诉我、直到我写到你满意为止!希望看到我写的信的人监督我对你的爱!真心的希望我的宝宝能开心!

保证人：

日期：20xx年xx月xx日

**给女朋友的检讨保证书500字 给女朋友呢检讨书篇四**

亲爱的老婆，其实我一直有意要写份保证书给你的，之所以没有写，是因为在我心里一直想过这样的一个问题，说什么和保证什么其实并不重要，我是一个很实实在在的人，更加注重生活中的实际行动，在我心里认为的是做了再说其实比说了而做不到要好的多，但是随着时间的推移我们到12月12日就相识了六个月，在这半年的时间里我们有过生气，也小吵小闹过，也有过小小的辩论，这些都成为了我们不愉快的经历，回忆一下很多的地方是我做的不够好，如果有份保证我想我能做的更好，一定会让我们远离不快，开心会一直属于你我。在9月4日我曾写过一份保证书，那天你看了说：不够深刻，才写了一张纸，被你打回了重写!事实不光你觉得写的不好，就连我自己也觉得写的太粗糙，根本没有触及到你我灵魂深处。那好，现在我以一颗真诚的心做出我心最最诚恳的保证，并在此宣言为你做到一生一世!!!

保证书

我发誓这一辈子只爱老婆你一个人，对老婆你忠贞不渝，要不就惩罚我出门那啥。。。。。

我发誓一辈子都会好好爱你、照顾你、呵护着你，宠着你，请老婆你一定要给我和你在一起一辈子的机会

我发誓无论发生任何事情，不管谁对谁错，都不能做出对不起老婆你的事情。

不管每天在任何情况下都要主动与你联系，让宝贝你感受到我想你，我心里惦记你

不管任何情况下，发生任何事情，双方都不能以冷战的方式解决问题，而我永远会主动承认错误，然后哄着你，直到你开心为止，如果老婆你还生气，那我心甘情愿做真毛驴儿，老婆你想怎样就怎样，想踢就踢，想骑就骑

保证在老婆你生气训我的时候，我即使有脾气也不发，就是忍着，并且永远都不提起

保证每一次见到你都笑脸相迎，主动给你拥抱并送吻。

在以后共同生活的日子里，我保证每天下班有时间一定做饭给你吃，至少有3个菜，并保证其中有两个是你喜欢吃的，另一个是咱俩都喜欢吃的，同时给你夹菜盛汤，并吃每一顿饭保证都会喂你三口以上。饭后碗筷由我来刷。

我保证所有的衣服由我一个人来洗，如果你觉得我太累了来帮我，那我必须表现出感激不尽的表情，并奖励你：吃雪糕和帮你剥花生皮喂你宝贝，宝贝你可以任选一个

以后保证和你一起共同分担家务，脏活，累活，苦活，臭活，呛活都由我来干，如果我偷懒我要没有任何怨言而接受你的惩罚：背着你学驴叫(时间你来定)，给你端茶倒水，给你端洗脚水并给你按摩臭脚丫子

我保证在闲暇时陪你一起上网，并听从你的指示，以你的喜好为主。我不能有半点怨言。

保证在你生气的时候绝对不会扭头离你而去，而是好好的呆在你身边陪着你跟你说话，直到你开心为止

如果宝贝你生气了跑了，我保证会去追你，我要不追我就是猪

在今后我保证不喝大酒，不吸烟，不赌博，并且我会做的很好

保证不做出让你感觉得色的事情，时刻学会稳重

在任何时刻记着你，有好的事情一定先想着你，做到有福同享，有难我当的原则

当你有困难，在危险的时刻，我发誓我会奋不顾身，挺身而出，随时做出牺牲一切的准备

保证每月可以让你踢打4次，并无任何怨言，如果你有时不愿意出手，那你可以提出其他任何要求来折算，我不会有半点异议。

我发誓在我俩都两鬓斑白，弯腰驼背，依然会手拉着手叫你宝贝，说我爱你!

保证此书解释权利是你说的算，我不做任何辩解，听从照做。

。。。。。。。。。。。。。。老婆你可以再补充

老婆等你审批盖章，生效日期为你盖章以后

**给女朋友的检讨保证书500字 给女朋友呢检讨书篇五**

亲爱的老婆大人：

遵照您的旨意，我保证今后不再喝酒，从即日起实施戒酒活动。 我怀着十二万分的愧疚以及十二万分的懊悔给您写下这份保证书 。 曾经我是一个很听话的人，可是近来我犯了个严重的错误，我对于我这次犯的错误感到很惭愧，我不应该因为了联络感情而去喝酒，我明明知道你不让我喝酒，讨厌我喝酒，但是我还是喝了，虽只喝了两瓶酒，但还是真不应该的。可是我觉得有的时候喝点小酒联络一下感情是应该的。所以每次我在喝酒与不喝酒之间挣扎着，所以在决定要喝酒之前我仍一枚硬币，如果是正面，那亲爱的你会体谅我，如果是反面，那我还是宁愿放弃所有朋友伙计们的感情都不要喝酒。老天爷跟我开了个“黑色幽默”。世上最痛苦的事莫过于此，如果亲爱的再给我一次机会的话，我将会说三个字，那就是我错了，如果非要在着三个字上加一个期限的话，那将是一万年。

20xx年9月到今天，将近20xx年的反省时间，我已经深刻认识到问题的严重性，说实在的，我并非好酒之人，只是身在职场，难免经常会有这样或那样的应酬，于是这两年喝酒的场合也就逐渐多了起来。我这个人酒量不敢说在男人们面前大显身手，至少在一帮不会好酒的朋友们面前我还是数的着的。但身体素质慢慢有所下降，抵抗能力明显不行，持续时间明显不撑时候，这酒量也就每况愈下。加之我的性格较为直爽，酒桌上从不作假，而且总担心自己喝少了人家喝多了对不住人家，喝到最后往往是人家意思意思我喝干啦。如此一来，我几乎是每喝必多，只是酒多的程度轻重不同而已。 每次喝完酒回来你就开始给我上课，轻者破马张飞、满嘴都是往坏的假设;重者摔手机砸桌子，背着姥姥奶奶满嘴跑火车。说心里话，即使我能理解你刀子嘴豆腐心的想法，也难接受你“泼妇”般的乱摔东西，你懂得我其实挺小气的，很珍惜很爱护家里的锅碗瓢盆的，连菜根、剩饭、都舍不得扔的人。你在心疼我的同时总会责怪我不干人事，说我不知道爱惜自己的身体，这样喝酒，万一把身体喝坏了怎么办，一个上有老下有小的人老在外面喝酒，是多么的危险?总之，每次气得你从希望到绝望，每次都会苦口婆心地劝我少喝酒，并会不怨其烦地给我列举很多可怕例子跟条件，说你再喝一杯我就喝一瓶，再喝就咋整咋整的，硬是把喝酒说得一无是处，直到我说我从此再也不喝了。

记得是高中复读时就学会喝酒了，那时候，我拎起来一瓶酒我都有胆喝酒，细细想来，真是佩服自己。那时候还是一帮亲同学把我整醉的，算了，好勇不提当年为了，今年38岁了，在酒场里都混了十多个年头，不简单，我踏入社会参加工作，我看，也该跟酒场告别了。我正在努力……

作为一个社会人，我可能微不足道。但在爱人、你的眼里，我是那么的重要，我的一举一动都牵扯着他们的喜怒哀乐。这些年来，我原本就无法陪伴在父母身边，这已经是很大的不孝了，我怎能再一而再地让你们伤心呢，所以我决心把酒戒掉，不为别的，只为了给你们一个宽慰，少让你们操心而已。

这次行动要实行一把手亲自抓，负总责。为此，特成立戒酒行动小组。由我亲爱的你马艳梅担任组长，女儿航航担任总监，被监督成员就是我。监督人员是所有看到此篇文章的朋友。这次行动要以xx大精神为指导，从政治角度，充分认识这次戒酒行动的重要性。如果在发现喝酒，媳妇艳梅说要把我从组织家里开除出去。

总之，我一定要解放思想，实事求是，与实惧进，开拓创新，把戒酒行动进行到底。

保证人:

xx年xx月xx日

**给女朋友的检讨保证书500字 给女朋友呢检讨书篇六**

亲爱的：

今天，我怀着无比沉痛和万分复杂的心情在此提笔写下这封保证书!

曾经，那些一个人在黑暗角落伤心的曰子已离我远去，如今，我又将一群人一起喝酒的生活撇弃!不是我不热爱生活，而是生活抛弃了我!那些瓶瓶罐罐天昏地暗的生活，我已厌倦。看透了“酒肉穿肠过，佛祖心中留”的人生哲理，回过头来，觉得佛海无边回头是岸才该是结局!为此我感到无以论比的悲伤!为了不让历史的悲剧重演，洗新革面重新做人!写下这悲壮的保证书，为戒酒，为生活。原谅我那些不管天高地厚海阔天空哼着离歌、死了都要爱的曰子再也找不回来!如同我昨曰死去的生命，在苍茫中陨落。

从今天开始，我要苟且的活回来，已梦千年，一梦将醒的我要向全世界呐喊：“我吴瑶戒酒了!”说过的话，走过的路，浪费的青春已不再需要酒精来回忆!沉痛的感谢这么多年来陪我喝过的兄弟战友亲戚朋友，是你们让我达到了一个境界后而大彻大悟!长江后浪推前浪，前浪只能死在沙滩上，也许选择死在沙滩上才是最好的结局!愿主保佑你们，也让耶稣保佑我。成功的摆脱，彻底的离去!

痛定思痛，我决心：戒酒!!!下决心的主要理由是我要喝酒出了事，后果很严重：

1、我的老爸老妈会缺人照料的，他们更会很伤心，我还打算做他们最孝顺的儿子，我还是他们最可靠的依靠。

2、我舍不得我的老婆大人，我总觉得我们很有夫妻缘的，我怎么舍得离她而去呢，我决不能让她有候补老公的。初步把我的结婚时间定在20xx年1月14号，日子多么的好啊20xx14是爱你一生一世的意思，希望你能给我机会能把我们的幸福继续下去，现在说这个有点早、只是自己的完美打算。

3、我还没结婚，当然没有孩子，我一定把自己爱的结晶培养成人成才。综上所述我向酒瓶发誓：我再喝你，你就打我!!!

此保证书自20xx年03月12日起执行。欢迎各位亲朋好友给予监督。

年月日

**给女朋友的检讨保证书500字 给女朋友呢检讨书篇七**

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：

**给女朋友的检讨保证书500字 给女朋友呢检讨书篇八**

亲爱的宝宝：

起、我错了，又惹你生气了，你这次大概你对我失去信心了，大概也信心爱我了对吗?但我要告诉你、我真的很在乎你、我你!、心的我今晚又伤了你!

起、也许是我真的变了，变的那么老是自我为事，我真的伤害你的意思!

九个月了，还记得认识到现在的点点滴滴吗?的幸福快乐、的温存、的承诺!能够和你认识那是缘分，我相信缘分、更相信你。、你对我的好、对我的理解、对我的等待。我会记得一辈子、然而我对你的伤害、伤害伤害。真的很抱歉!

这么多，我懂得了爱人不要在意对方爱不爱、有条件的爱太假了!我真心悔过、希望宝贝能够原谅，能够宽恕!谈了这么多、希望你能明白三点：

我犯了这么大的错误我只是一时糊涂、我真心诚意的悔过，我愿意对我做错的事!恳求你能够明白、并给我一次机会!;我对你的爱，从始到终一直，一直!我爱你、无条件的爱!我会用真心证明一切，用见证奇迹!不会放弃，坚守誓言!

我对你的说服，对你的疑虑是怕失去你!现在我明白了，两个人恋爱最的信任!我错了!不该动不动就要离开、两个人相爱、小孩过家家!这是惹你生气的导火索、我检讨、再也不会用它来伤害你!

回想九个月来，我陪你的日子不超过十天，的感情都建筑在手机上!是我好，去陪你!我答应你、我会给你满意的答复的，希望我可爱的小燕子能真心的开心快乐起来!也许都好的未来，我会努力。我不会让mama 和jiejie 有任何机会!

夜深人静的时候写这份惹你生气的检讨书之前，以反省!也觉得很有必要对犯下的错最最的检讨及、才能在最大的程度上惹你生气的事情!

在你熟睡的时候我用心写了份检讨书、也许写的、但句句我的心里话!你对这有不满意的地方，告诉我、直到我写到你满意为止!希望看到我写的信的人监督我对你的爱!真心的希望我的宝宝能开心!

保证人：

日期：20xx年xx月xx日

**给女朋友的检讨保证书500字 给女朋友呢检讨书篇九**

亲爱的：

今天，我怀着无比沉痛和万分复杂的心情在此提笔写下这封保证书!

曾经，那些一个人在黑暗角落伤心的曰子已离我远去，如今，我又将一群人一起喝酒的生活撇弃!不是我不热爱生活，而是生活抛弃了我!那些瓶瓶罐罐天昏地暗的生活，我已厌倦。看透了“酒肉穿肠过，佛祖心中留”的人生哲理，回过头来，觉得佛海无边回头是岸才该是结局!为此我感到无以论比的悲伤!为了不让历史的悲剧重演，洗新革面重新做人!写下这悲壮的保证书，为戒酒，为生活。原谅我那些不管天高地厚海阔天空哼着离歌、死了都要爱的曰子再也找不回来!如同我昨曰死去的生命，在苍茫中陨落。

从今天开始，我要苟且的活回来，已梦千年，一梦将醒的我要向全世界呐喊：“我吴瑶戒酒了!”说过的话，走过的路，浪费的青春已不再需要酒精来回忆!沉痛的感谢这么多年来陪我喝过的兄弟战友亲戚朋友，是你们让我达到了一个境界后而大彻大悟!长江后浪推前浪，前浪只能死在沙滩上，也许选择死在沙滩上才是最好的结局!愿主保佑你们，也让耶稣保佑我。成功的摆脱，彻底的离去!

痛定思痛，我决心：戒酒!!!下决心的主要理由是我要喝酒出了事，后果很严重：

1、我的老爸老妈会缺人照料的，他们更会很伤心，我还打算做他们最孝顺的儿子，我还是他们最可靠的依靠。

2、我舍不得我的老婆大人，我总觉得我们很有夫妻缘的，我怎么舍得离她而去呢，我决不能让她有候补老公的。初步把我的结婚时间定在20xx年1月14号，日子多么的好啊20xx14是爱你一生一世的意思，希望你能给我机会能把我们的幸福继续下去，现在说这个有点早、只是自己的完美打算。

3、我还没结婚，当然没有孩子，我一定把自己爱的结晶培养成人成才。综上所述我向酒瓶发誓：我再喝你，你就打我!!!

此保证书自20xx年03月12日起执行。欢迎各位亲朋好友给予监督。

年月日

**给女朋友的检讨保证书500字 给女朋友呢检讨书篇十**

一、 关心多一点 疼爱多一点

那次女人说冷的时候，我说女人是不是有病，气温那么高的天怎么会冷?女人吃冷饭，我又说习惯不好。女人冷，不论什么原因，我应该先抱紧她，就算不能给她身体上的温暖，至少会不让她心冷，这之后再去想想女人怎么会感觉冷，是不是真的身体出了问题?是否考虑去看医生?而女人吃冷饭，先不管她是饿还是因为她所说的冷想吃东西取暖，应该做的是劝她不要吃冷饭，她实在饿的话，也该主动为她热饭。当时我却这样说：你这样子如何跟我回北方?尽管只是一句感叹，却伤了女人的心。

周末去逛街回来，女人的脚痛得不得了，可还是坚持逛完了回家。她累，睡了不想起来，我又想不通了，觉得女人都喜欢逛街的，回来休息一会就好了。我在做饭发现她坐在床上仍不想起来的时候，心里恼了，又数落了她，此为心胸狭隘。自己心爱的女人，她不想起床就该让她多休息一会，更何况她还是因为逛街把脚弄疼了。

二、 冲动少一点 脾气少一点

好几次了，因为女人与男性网友聊天，我发怒了。我很在乎一个女人跟男性网友聊天的内容，倘若一牵涉到暧昧的字句，我心里就会隐隐作痛。我宁愿看女人在我面前与一些男性同事或朋友我玩笑聊天，也不想她在网上对着一个我不知道对方的男性网友聊天。第一次，她发a片给一个网友，我生气。不说是a片，就说几句出格的话句，我也会敏感。第二次，她主动与向男网友送上节日祝福，我心里酸酸的。第三次更火，她主动问候男网友生日快乐……后来知道了这是一场误会，但我心里仍仍有种不平衡。女人为什么喜欢与这些男网友聊天?她究竟喜欢和他们聊些什么问题?要是每一次聊天前，女人主动告诉我她会跟他们聊什么，我心里就不会有那么多疑问。

疑问引爆了我的嫉妒心，我常常因此变得冲动，对女人发脾气。其实，我更应该要理智，相信女人聊天会有分寸，我不喜欢的内容让她慢慢去改变。在她聊天的时候，自己能心平气和的询问，而不是冲她发难。应该相信，只要我能控制情绪，心平气和的问她原因，女人肯定也非常乐意接受我的意见。

三、 肚量大一些 心胸广一些

我一直怀疑现在混得差劲是不是因为我的心胸不够广阔。俗话说宰相肚里能撑船，我觉得自己别说撑船了，一点口水都撑不下。尤其是在男女之间的问题上，我敏感得过于神经质。情人节，女人拿出她初中男同学的照片，我心里又嘀咕开了：她还收藏以前男同学的照片?什么意思?她是不是暗恋其中的一个?因为猜疑，我搞砸了我们之间的第一个情人节。在我记忆里，要是初中时就收留异性的照片，一定是对其中一位有好感。

以前一直以为两个人相爱应该从来不会吵架，更以为自己好歹是个知识分子，应该不会看不开世故人情，现在才明白两个人在一起不只是装装清高而爱了，还会因为生活习惯的差异引起争吵。更可怕的是，因为这些差异，我会在乎对方的行为，稍有一点暧昧迹像就会让我发狂。特别是女人见过面的那些网友，我从来不以为他们与女人见面没有别的目的，或许是见面失望了才假心假意的谈谈友情，我不信有哪一个男人与女网友见面是为了想与她结交纯洁的友情。正是这样的想法，让我变得心胸狭窄。为什么我不能肚量大一点呢?换一个角度想，就算你想打我女人的主意，哼，你小子还不够能耐从我手里抢走?

清醒的时候想起来就能心平气和，可真正遇上了我还能如此平静吗?看来肚量大一点，得从平时培养起来。

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：

日期：20xx年xx月xx日

**给女朋友的检讨保证书500字 给女朋友呢检讨书篇十一**

亲爱的：

我怀着十二万分的愧疚以及十二万分的懊悔写下这份保证书。

说实在的，我并非好酒之人，只是身在职场，难免经常会有这样或那样的应酬，于是这两年喝酒的场合也就逐渐多了起来。我这个人酒量不敢说在男人们面前大显身手，至少在一帮不会喝酒的朋友们面前我还是数一的。但身体素质慢慢有所下降，抵抗能力明显不行，这酒量也就每况愈下。加之我的性格较为直爽，酒桌上从不作假，而且总担心自己喝少了人家喝多了对不住人家，喝到最后往往是人家意思意思我喝干。如此一来，我几乎是每喝必醉，只是醉酒的程度轻重不同而已。

每次喝完酒给你打电话，你总会在第一时间分辨出我喝了多少酒，责怪我不知道爱惜自己的身体，这样喝酒，万一把身体喝坏了怎么办，总之，每次你都很生气，你从希望到失望，从失望到伤心，每次你都会苦口婆心地劝我少喝酒，并会不厌其烦地给我列举很多可怕的因为喝酒导致事故的例子。所以我决定，远离酒精，选择快乐运动。我不愿看到你恨铁不成钢的表情，更不愿你一句话都不说的折磨我。

一：我要在每次喝酒前跟同事好友充分解释，即便是他们生气我也要坚持请求他们谅解。理由总是很多，如果是真正的好朋友，我想他们应该会维护我的，如果他们强迫我喝酒，那也就不是好朋友了，既然不是好朋友，我何苦为了他们而失去了你。

二：酒不是什么好东西，烧心伤胃的。喝了自己难受，我更不想在别人的眼里是一个酒鬼的形象，更不希望别人会因此而看不起你。

三：我要洗心革面重新做人，我不要再过晕晕乎乎的日子，因为我要学会珍惜生活珍惜你尊重你。你。四：我要多参加体育运动，不能再放纵自己，不能再让你伤心失望，我要做一个积极上进的好男人。

特此保证，以后坚决远离酒精决心把酒戒掉，不为别的，只为了给你一个宽慰，少让你操心而已。如有违反，今生再无脸见你，从此永不纠缠!男人一诺千金，说到做到，请你看我的行动吧!

希望你监督!

签名：

日期：年 月 日

**给女朋友的检讨保证书500字 给女朋友呢检讨书篇十二**

遵照您的旨意，从昨天晚上一直到现在一直进行深刻的自我反省，期间没有想任何的丫头小妹儿，专心致志，在反省过程中，然后躺床上，面对着天花板，没有玩游戏，没有看网页，以上事实准确无误，请审查。以下是我的检讨报告，不当之处可以协商。

我最近的恶劣行径不仅深深伤害了亲爱的的心，也损害了我在女朋友面前的个人形象，在这感情方面我还存在着不少问题。从今天开始(20xx年3月8日)我下定决心好好改正，争取做一个100%好男人，无论女友有多么的强词夺理，无论怎么对我发脾气我都要学会用平和的心态来面对，不得有大规模反抗，不得有半点心理动作。只得以笑面相对，不得露出半点恶相，更不得有半点恶语相回。

女友永远是对的.也就是秘书长的话就是命令，亲爱的每个月会有那么几天心里低潮期，女友伤心难免心情不好或情绪不稳定，这有可能导致内分泌失调，长此以往会导致皮肤加速变老甚至更年期提前，我不仅是对老婆的身体不负责.还会影响到您对我的信任，这对你我来说是一个巨大的隐患，而我则是这一隐患的罪魁祸首，毫无争议!我错了。

宝贝儿，我错了。。。。我不该惹最可爱的某某生气

从表面上看，这只是一次普通的错误，但是在该事件的背后隐藏着严重的原则性问题，并且此事深深伤害了亲爱的心. 亲爱的，我错了，请你原谅我，对造成这一恶性事件的原因我分析如下:

宝贝儿，我错了。。。。二忽略了女友容易受伤的心

这是除了原则性之外最严重的问题.老婆是我最爱的人，我应该捧在手心呵护倍至，让她时刻感受到温暖.但是我却冲她大喊大叫，这严重伤了宝贝老婆的心，老婆伤心难免心情不好或情绪不稳定，这有可能导致内分泌失调，长此以往会导致皮肤加速变老甚至更年期提前，甚至影响到老婆对我的信任，这对一个团结和睦的家庭来说是一个巨大的隐患宝贝儿，我错了。。。。三不懂得自爱拿别的女人与您做对比我的恶劣行径不仅深深伤害了老婆的感情，也损害了自己在老婆面前的个人形象，造成我家庭地位与无形资产进一步下降与流失.不懂得自爱也就不懂得真正爱别人，不懂得尊重自己爱护自己也就无法从根本上尊重老婆爱护老婆，这涉及到一个人的道德观与品质，这一点我的确存在着问题，这些问题在我犯错误的时候推波助澜.

短短的几天里我还犯了很多很多其他的错误

先是我最不该不够忠诚。最近这几天，我忘记了目前的重心，每天都在想着怎么把工作做好，把今天的问题解决好。宝贝儿这几天估计郁闷坏了，一个人是多么…..孤独。宝贝儿有时候发的信息没看到，有时候在电脑跟前看到那个闪闪的头像也没打开，更严重的是有时候还想着让宝贝儿多体谅我而没有想到其实最应该体谅的是宝贝儿。现在想想是我错了，什么是爱?爱一个人，就应该以她为重心，让她感到安全可靠，让她每天感觉到幸福，而不是让她在孤独的时候一个人度过，也不是让她在烦恼的时候一个人消愁，更不是让爱着的人有不被重视的感觉。。。。。

其次是我最不该不够仁义。在我不够忠诚，重心转移的时候，我又犯了一个错误，不仁义。宝贝儿每天早上、午休喊我起床，每次我看完信息都是乐哈哈的，起床收拾收拾然后努力工作，我什么也不顾了，我又忘掉了一切，忘掉了重心，忘记了宝贝儿可能在想怎么还没起床?怎么还不回信息呢?你让我每晚睡觉前发个信息，还常常对我说不要喝酒抽烟，晚上不能吃东西了，而我每次都是随耳一听，现在想想我好笨，除了宝贝儿谁还会给我说这些!那都是对我的关心，让

我睡个好觉别熬夜，养好胃，有个好身体!哎。。。。我不道德，不仁义!宝贝儿，我错了，真的错了，错的一塌糊涂。。。

再者是我最不该不够大度。以前从来不会在电话里对你大声说话， 也不会在qq里对你有不敬的言语，更不会去大声责怪你。而那天我对着电话给你发脾气了，在qq里说了好多不文明的话，每次因为一件小事就说分手。而你却从未冲动过，都是详细给我解释，哎。。。都是我的无理取闹!但是我也从来没有主动去承认过错误，最后还都是你主动缓解气氛，现在想想我的肚量太狭小了。。。。

最重要的是我最不该欺骗您。每次惹宝贝生气，我都会哄着宝贝儿，向宝贝儿保证：以后都听你的，宠着你，不惹你生气了。到现在我都没有做到，昨天又惹宝贝儿生气了，重心又偏移了，我错了….大错特错了….可能是我不够在乎，可能是我的臭毛病太多 ，也可能是我表达的方式不对。未来的路还会很长，我还会坚守我的信仰继续走下去!我会改掉所有的臭毛病，努力改造自己，让自己成熟起来，我会听你的话，以你为重心，不做你不喜欢的事情， 亲爱的原谅我，好吗?抛开以前所有不开心的事情，我会认真的去珍惜这一切，用心的去经营这段来之不易的感情，争取把一个真实的、满意的我摆在你面前，我一定会做到的!

因此我要做以下几点保证

1、要关心、爱护、体贴亲爱的秘书长大人;

2、任何时候都不能再欺骗女朋友;

3、只要女友问的事情都要一五一十的向女友汇报;

4、不和亲爱的吵架，就算小吵也要让着亲爱的;

5、不管去哪里，办什么事，都要和亲爱的保持联系，不得有擅自私自行动的事情发生;

6、答应女友的事情要认真对待快速完成，不能拖泥带水;

7、 不管任何时候任何地点任何情况下都不得作出对不起女友的事情伤害女友的事情;

8、要热爱女友，坚决拥护爱人，绝对服从秘书长的领导;

9、亲爱的永远是对的，对待亲爱的责怪坚决不解释，不推卸，不赌气，不还嘴， 永远捍卫瑶瑶批评;

10、坚决不在女友面前耍小聪明;

11.女友不开心，要哄女友开心;

12.包容、疼爱、关心照顾好亲爱的瑶瑶;

13. 对女朋友一定要坦诚、信任、宽容、理解;

14、于此同时还要，支持你，包容你，爱护你帮你排忧解难。

以上种种，请亲爱的秘书长大人明鉴。

特别申明：

自本保证书书写之日起已开始生效，永不过期!如果违反任凭秘书长大人处理!另外亲爱的还可根据上月我的表现考核情况作出处罚或奖励，且我不得有任何异议。如若违反围着学校操场跑50圈!或者由亲爱的制定惩罚措施本人无条件服从惩罚，请亲爱的领导监督!

最后：亲爱的，我爱你从现在开始希望你不计前嫌，我也不气你，不骂你，不做对不起你的事 。你在我心里是最漂亮的，我的心里只有你。希望善良宽容仁慈有爱的秘书长大人高抬贵手，原谅我，如果亲爱的肯原谅我，我一定谨记您的恩情，努力改正，勇往直前：用实际行动表明我爱你，愿为呵护爱人而奋斗终身的决心!

保证人:

xx年xx月xx日

**给女朋友的检讨保证书500字 给女朋友呢检讨书篇十三**

我保证：

1. 一生一世疼老婆，爱老婆，宠老婆。

2. 不会抛弃老婆，不要老婆。

3. 不凶老婆，不打不骂老婆。

4. 要做到被老婆打不还手，骂不还口。还要微笑的对老婆说：真舒服，老婆声音好甜。

5. 不欺骗老婆，做什么事情都要告诉老婆，让老婆知道。

6. 服从老婆对的话，不做对不起老婆的事情，伤害老婆的事情。

7. 不去鬼混，不去聊拐，别人来聊我，我要把她晾起来。

8. 坚信老婆是最漂亮的。心里只装着可爱美丽的老婆。

9. 出去哪里玩都要带着老婆一起去，老婆不让去，绝不私自出去玩。

10. 心里不得还有别的女人，做梦都要梦到老婆。

11. 对老婆要做到无隐私。

12. 只得对老婆一个人色。

13. 老婆不开心，要哄老婆开心。老婆开心，跟着一起开心。

14. 对老婆的家人朋友要像对自己的家人朋友一样好。

15. 永远包容、疼爱、关心照顾好老婆。

16. 要比以前更加关心.爱护.体贴老婆。

17. 不管做任何事情都向老婆大人汇报。

18. 不做对不起老婆的事，不管任何时候任何情况下都不能对不起老婆。

19 做到有福老婆享，有难我当的夫妻制。

20. 不和老婆吵架，就算打点小仗，小吵一下，我也要让着老婆。

21 老婆生气跑了我要追，不追是小狗。

22 每天早上一醒先想老婆。

23. 不管去哪，都要和老婆经常保持联系。

24. 不能欺骗老婆。

25. 以上解释权归老婆所有，老婆说了算。

26. 以上种种，请老婆大人明鉴。

**给女朋友的检讨保证书500字 给女朋友呢检讨书篇十四**

亲爱的宝贝：

很早以前就为你写点东西，记录以下我们从相知相亲相爱的点点滴滴，但是由于种种原因(自身的懒惰和文笔不好是主要原因)，一直迟迟没有动笔，可是没想到，给你写的第一份情书竟然是检讨书，唉，造化弄人悔之晚矣!虽然这是一封检讨书，但是我相信在我的浓浓爱意下他同样是封优秀的情书。

我们相爱已有一年五个月19天，经过这些天的恋爱，尤其是毕业之后的异地恋生活，我认为我老婆是一位温柔贤良，勤奋聪颖，是不可多得的好老婆，而身为男人的我却显得很不成熟，经常忽视老婆的感受，不注意控制自己的脾气和态度，有时经常对老婆关心不够，老婆对我的几点基本要求，如不许挂电话，每天发短信，遇到误会一定要先解释清楚，等等吧，我都没有做到60分以上，而且举止乖张，态度轻狂，所作所为确有值得商榷之处。以下是我对自己恶劣行径的剖析，请领导批阅：

前几天的事情是我不对。

本来是个小误会，我无意间挂了你的电话，在你暗示(就是晚上故意不接我电话)过后，还没有及时醒悟，查找自己的不当之处，反而在第二天早晨给你打电话时勃然大怒，本来老婆就已经因为我的挂电话而非常生气了，但在本着原谅我的态度接电话的时候，我却毫不领情，说出以后永远不要接我电话的气话!真是应该拖出去打五十大板啊，晚上有出去喝酒，喝酒前因为大男子主义，在要面子的虚荣心下没有给老婆打电话请示，只是发一条短信，这个错误老婆虽然后来没有提到，但是我已经意识到了(建议表扬我一下，已经学会主动查找错误了)。俗话说得好，酒壮人胆，果不其然，几瓶啤酒下肚以后我的胆子壮大了许多，找了个机会给你打了电话，可是宝贝你是多么聪明的人啊，上帝也是如此的宠爱你，你又一次选择没有接我的电话，这时候我已经晕晕乎乎，没有什么理智的思考了，旁边的朋友就提我给你打了电话，也给我说了很多好话\*(看来上帝看在你的面子上也是宠爱我的)，但是，但是最严重，最不能让我原谅自己，最让我惋惜痛恨的事情发生了，我在同事给你打了电话，已经为我铺好路的情况下居然会!我居然会!现在坐在电脑前的我在回忆这件事情的时候身体还在充满悔恨之中颤抖，我多么希望时间可以倒流，让我改变所发生的这一切————我居然冲你大喊起来，居然又一次在大男子主义心理的支配下责备你!愿上帝原谅我的过错吧!

签名：

日期：年 月 日

**给女朋友的检讨保证书500字 给女朋友呢检讨书篇十五**

可爱漂亮并带着点坏坏的女朋友大人：

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!

检讨书若有不当之处，可以协商并且改正，女朋友永远是对的

20xx年xx月xx日，我惹女朋友生气了，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，我就想看看，到底你所说的在乎我，到底是怎么个在乎法，我只想到了自己，却不断的给你压力，事后我后悔了，但是我知道后悔是没有用的，我只能在以后的日子里慢慢纠正自己，在口中说出，只是有疑问，需要跟你核实，可是在心里，我真的有怀疑，我有90%做错了，不应该怀疑你，但是有10%我觉得是因为你没有跟我讲清楚，你知道我很在乎你，不管你需要我怎么样，我都会努力的做到最好。(还需要你多多监督)

对于女朋友的观点，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，这一点我做的非常的差，我发脾气小心眼不理你甚至把你弄哭的行为进行检讨，我错了!!!

我严重的忽略了女朋友的心是非常容易受伤的，因为女朋友在与到我之前已经被伤到过，我却完全忘记了，你比我小1岁，你又是我最爱的人，我应该把你捧在手心里，让你时刻感受到我对你的爱，但是我却经常对你大吼大叫，这严重伤到宝贝女朋友的心，女朋友我又错了!!

女朋友，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，而忽视了女朋友的感情，甚至说更应该去去顾及女朋友的感受，对自己说的话，做的事负责，学会不去伤害对方，学会宽容。这篇检讨书不只是给你看，也是给自己看，让自己时刻记住这一天，再以后有气有火，先把自己写的检讨书读一遍，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，以后女朋友说1，我不说2，女朋友叫我向东走，我肯定不会向西走，女朋友说滚，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!

亲爱的，我的优点不多，唯一的就只有1颗真心，我爱你，以下是我的保证书

1：首先以要关心，爱护，体贴女朋友为主

2：不管做任何事，每天向女朋友大人汇报当天工作情况以及生活情况

3：不抽烟，少抽烟，不喝酒，少喝酒

4：不做对不起女朋友的是，再面对在强大的勾引诱惑情况下也绝对不能对不起女朋友，就算忍不住割了小jj也不能做错

5：不和女朋友吵架，如果有时候小吵一下，我也要让着女朋友

6：每天起床和睡觉时都要心里默恋10遍女朋友我爱你

7：不管去那里都要即使象女朋友汇报，保持联系，绝对不能不接女朋友电话，不回女朋友短信(除没听到以外，出门在外，难免会没注意到)

8：任何时候都不能欺骗女朋友

9：不准把女朋友气哭

10：女朋友不开心的时候，要想办法逗女朋友笑，女朋友在开心的时候，应该比女朋友更开心

11：对待女朋友所下的任务坚决努力完成

请女朋友大人，在今后的生活中监督我(别考验我，怕怕)如有雷同，纯属巧合·本次检讨书最终解释权归女朋友大人所有。

保证人：

20xx年xx月xx日

**给女朋友的检讨保证书500字 给女朋友呢检讨书篇十六**

亲爱的：

从今天开始再不喝酒了!!以下情况例外：

一，有朋自远方来，得喝!

二，朋友远行，要饯行。得喝!

三，朋友难得相聚，得喝!

四，有亲朋好友的喜事，高兴，得喝!

五，碰到不开心的事，借酒浇愁得喝

六，有人请，要给面子，得喝!

七，请人喝酒，要陪好，得喝!

八，昨天喝醉了，难受死了，今天得透透，得喝!

我保证：除以上八条外，今后再也不喝酒了。

年月日

**给女朋友的检讨保证书500字 给女朋友呢检讨书篇十七**

亲爱的：

从今天开始再不喝酒了!!以下情况例外：

一，有朋自远方来，得喝!

二，朋友远行，要饯行。得喝!

三，朋友难得相聚，得喝!

四，有亲朋好友的喜事，高兴，得喝!

五，碰到不开心的事，借酒浇愁得喝

六，有人请，要给面子，得喝!

七，请人喝酒，要陪好，得喝!

八，昨天喝醉了，难受死了，今天得透透，得喝!

我保证：除以上八条外，今后再也不喝酒了。

年月日

**给女朋友的检讨保证书500字 给女朋友呢检讨书篇十八**

亲爱的未来老婆：

在此我向你保证：

一、绝对不惹你生气，严格按照家里领导的命令，你不在身边的时候一定按照吩咐吃饱饭，睡好觉，把身体养得好好的，

因为我不是一个人，我还是你的

二、不在论坛里泡mm，假如有mm追上门来了也只能看一眼不能看两眼。因为我的眼里只能有你，你是最美的

三、要时刻想着你，要知道你虽然不在身边，可你一直默默的想着我，不能让你只想我，自己还要加倍的想着你

四、不管遇到什么事都要和老婆说，因为不管事情的好与坏，都有老婆的支持，我已不是一个人孤军奋战

五、不乱花，严格的把钱存起来，钱要用在应该用的地方，这是中国人民的优良传统

六、犯了错误不和老婆顶嘴，虚心接受领导的批评和指正，实在想顶嘴的话先亲个再说

以上是我对未来老婆的保证，我会好好的按照上面所列的做，最后说一句：老婆，我爱你!

**给女朋友的检讨保证书500字 给女朋友呢检讨书篇十九**

亲爱的珊珊：

真正爱一个人是无法说出原因的，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，也没有丝毫要求。毕竟，感情必须付出，而不是只想获得;为了我们能将爱情进行到底，经我深思熟虑后，我保证做到以下所说的内容：

一、不能与其他女孩子单独逛街、吃饭、约会等。保证只爱你一个。永远都觉得你最漂亮，做梦都会梦见你。

二、在接听你的电话时，要认真仔细听，认真回答，不能随便不接电话或无故挂断。

三、要不断的学习，充实自己的技能，保证有一个健康的身体，为我们的美满家庭打好基础。

四、答应你的每一件事情，都要做到，对你讲的每一句话，都要真实可靠;不欺骗你，不欺负你，不气你，相信你;只疼你一个，爱你，宠你，保护你：我们不在一起时，要想着你，我们在一起的时侯，要珍惜我们在一起的时间，保证我们过的开心快乐，不和你吵架。一生永远关心你，照顾你，一生永不离弃你，陪着你。

此保证书一式两份，分别有保证人和老婆大人保管。

保证人：韩宪鹏 20xx年7月23日

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