**یک قدم ... برای فـرج**یاحضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان ، مسئول شستن جوراب های پدر و مادرم باشم.

**یک قدم ... برای فـرج**یاحضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان ، نگاهم به چهره پدر و مادر فقط مهربانانه و متواضعانه باشد.

**یک قدم ... برای فـرج**یاحضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان ، در جارو کردن خانه به مادرم کمک کنم.

**یک قدم ... برای فـرج**یاحضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان ، مسئول برق انداختن کفش های پدر و مادرم باشم.

یک قرار زهرایی

یا حضرت زهرا سلام الله علیها !

با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم در ایام نوروز، هر وقت هوس خواندن شعرهای مزخرف و بیهوده کردم، به جای این کار 10 آیه از قرآن بخوانم.

یک قرار زهرایی

یا حضرت زهرا سلام الله علیها !

با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم در ایام نوروز، با صداقت و راستگو باشم.

یک قرار زهرایی

یا حضرت زهرا سلام الله علیها !

با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم در ایام نوروز، حتما دوستان و هم سن هایم را با احترام و مهربانی صدا بزنم.

**یک قدم ... برای فـرج**یاحضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان ،(با مهربانی و تواضع)بهترین کلمات برای صحبت با پدر و مادرم انتخاب کنم.

**یک قدم ... برای فـرج**یاحضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان، هرگز صدایم را بر پدر و مادرم بلند نکنم.

**یک قدم ... برای فـرج**یاحضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان، هر وقت پدر و مادرم تشنه بودند، من به آن ها آب بدهم.

**یک قدم ... برای فـرج**یا حضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان ، روزی 2مرتبه به پدر و مادرم جملات محبت آمیز بگویم.مثل؛«دوستتان دارم، عاشقتان هستم و ...»

**یک قدم ... برای فـرج**یاحضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان ، هرگز پاهایم را مقابل پدر و مادرم دراز نکنم.

**یک قدم ... برای فـرج**یاحضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان ، اگر خدایی ناکرده پدر و مادرم از من ناراحت شدند باید هرکار می توانم انجام دهم تا قلباً از من راضی شوند.مثل بوسیدن پای آن ها

**یک قدم ... برای فـرج**یا حضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان ، اگر پدر و مادرم کاری از من خواستند، به سرعت انجام دهم.

**یک قدم ... برای فـرج**یاحضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان ، در پهن کردن سفره و چیدن ظروف شام به مادرم کمک کنم.