**یک قدم ... برای فـرج**یاحضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان ، زمانیکه از کنار نامحرم رد شدم و یا در حال صحبت کردن با او بودم، به چهره اش خیره نشوم.

**یک قدم ... برای فـرج**یاحضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان ، بعد از نمازهایم « تسبیحات حضرت زهرا سلام الله علیها» را بخوانم.

**یک قدم ... برای فـرج**یاحضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان ، در سجاده ، با لباس تمیز و معطر نماز بخوانم. تذکر: خانم ها، معطر امّا نه در مجاورت نامحرم

**یک قدم ... برای فـرج**یاحضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان ، هروقت درحال عصبانی شدن بودم، نفس عمیق بکشم، ذکر«لااله الا الله» را تکرار کنم،بحث و جدال را ادامه ندهم وبه کار دیگری مشغول شوم.

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 ، هنگام وضو گرفتن شیر آب را باز نگذارم.

**یک قدم ... برای فـرج**یاحضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان، هنگام مسواک کردن شیر آب را باز نگذارم.

**یک قدم ... برای فـرج**یاحضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان، هر روز برای سلامتی شما، دعای سلامتی تان را بخوانم. دعای اللهم کن لولیک...

**یک قدم ... برای فـرج**یاحضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان ، هرگز به تصاویر، فیلم ها و صحنه هایی که مورد رضایت شما نیست، نگاه نکنم.

**یک قدم ... برای فـرج**یاحضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان ، فقط پیام های با محتوای خوب و مفید را ارسال کنم و ارسال کننده احادیث اهل بیت علیهم السلام باشم.

**یک قدم ... برای فـرج**یاحضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان ، نمازهایم را با آرامش، قرائت زیبا و باتوجه به معانی جملات بخوانم.

**یک قدم ... برای فـرج**یاحضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان ، هر روز یک نوبت، نمازم را در مسجد و به جماعت بخوانم.

**یک قدم ... برای فـرج**یاحضرت مهدی عجل الله فرجک! با شما عهد می بندم ؛ تلاش کنم از امروز تا 25ماه رمضان ، برای انجام هر کاری ابتدا به نتایج آن فکر کرده و زمانیکه از درست بودن آن اطمینان یافتم، انجام دهم.