

最新抽烟被老婆抓检讨书(汇总9篇)

提纲是指为准备写作或演讲所作的关键词条和主要观点的概括性写法。总之，编写一个完美的提纲需要作者不断思考和调整，以达到清晰凝练、有条不紊的写作效果。以下是小编为大家收集的提纲范文，希望能够给大家提供一些写作思路和参考。

抽烟被老婆抓检讨书篇一

亲爱的老婆大人：

还在生我的气吗？老婆大人，我给你写这封偷偷抽烟的检讨书，更多的是想让老婆大人你明白，偷偷抽烟这件事是我不对，不是老婆大人你不对，希望老婆大人不要因为这件我偷偷抽烟的事情，气得茶不思饭不想的。

老婆你知道吗？因为这次的疫情，我们公司已经进行了大裁员了，就连我们组那个最厉害的人也被裁掉了，当然，领导的意思是以他的能力能够比我们更快地找到工作，所以才先裁掉了他，可仔细想想这如今每个公司的大裁员行动，我真是挺担心的，要知道我们家在这座一线城市的所有物质生活都是靠这高薪的工作每月供着的，若是忽然裁员，那起码也得让我俩好几个月生活的不如从前自在，一想到这些，我就压力山大了，之前也不想告诉老婆你，想着别让老婆你担心，别让你也跟着我有压力，可事到如今，老婆你因为我的那点烟味儿冲回了家，我真不能再瞒下去了。

回家来吧！我明天就去爸妈那把你接回来，我们一起继续努力把日子过好，好不好？

此致

敬礼！

检讨人□xx

20xx年xx月xx日

抽烟被老婆抓检讨书篇二

亲爱的老婆：

亚里士多得说：我们没一个人都是由自己一再重复的行为所铸造的，因而优秀不是一种行为，而是一种习惯。这种习惯就是优良习惯，它的对立面就是陋习，正所谓人无完人，世界上哪个人没犯过错呢？哪个人曾经没有过陋习呢？最重要的就是能够知错而改，才能善莫大焉。

饭后一只烟，赛过活神仙。抽烟的人几乎把这句话当成了吸烟的理由，他们之所以会抽烟，就是因为养成了习惯，无论是陋习还是良习。对人都有着顽强的附着力，所以俗话说：积习难改。抽烟也是一种习惯，所以我今天才会抽烟的。

刚抽烟的时候记得是五年级，是几个在外混的人教我抽的，当时年少无知，又由于好奇，我便也跟着他们抽，之后几年来都是断断续续的抽，初中时几乎没抽什么，但到了高一，天意让我遇到了你还有王梦那厮，结果我又开始抽烟了，开始时抽烟更是肆无忌惮，一天下来，没有10多根，也有7.8根，而现在，几乎每天不知道是否能抽到一根，随着时间的推移，烟量也慢慢减少了。

吸烟，损害健康之物也！烟中含有大量尼古丁，吸烟过量会得肺病，肺结核，还会导致死的早，每个烟盒上都会写着吸烟有害健康六个大字，可见我亲爱的中华人民共和国，亲爱的党中央，亲爱的总理对我们是多么的关心，我这样做实在对不起亲爱的中华人民共和国，亲爱的党中央，亲爱的总理，还有我亲爱的老婆大人，这样做实在有愧于心啊！

老婆严禁吾抽烟之事，实乃关心吾之健康，吾之幸福啊！虽然别人说，吾被管得太严，但我不这样想，吾想你这样做是为了吾之健康，吾之未来，实乃吾之幸福啊！人生在世，知己难逢，但一好的老婆更加难求，想到此处，感叹曰：人生原来如此的光明，世界原来如此的阳媚！

老婆大人要吾戒烟之事，吾今后一定谨记于心，一定要这句话看得比吾之座右铭还重要！就算这个陋习再难改，我也要改掉，记得李嘉诚说过这样一段话：栽种思想，成就行为，栽种习惯，成就性格，栽种性格，成就命运。为了吾的未来，不！我们的未来，吾一定要改掉陋习，努力学习！

在这个无月的晚上，天地为证，日月为鉴，吾今后一定改掉这个坏毛病，坚决戒烟努力戒烟，最后再不抽烟！！（咦？无月的晚上，怎么还会日月为鉴？？）为了吾之美好的未来，吾会用阿波罗的阳光照亮吾之理想，用雅典娜之智慧来改装吾之头脑，用吾之承诺来打造吾之良习，断送吾之陋习！

检讨人□xxx

xx年xx月xx日

抽烟被老婆抓检讨书篇三

尊敬的老婆：

您好！

我怀着忐忑不安的心情，在这里进行深刻的反省。上周以来本人只顾个人享乐混迹在深圳，不关心和照顾老婆，还多次抽烟，导致老婆很是生气，疲惫不堪，心情沉重。这是个人不成熟的行为，不知轻重。

首先，我给你道歉，诚挚的道歉！惹你生气了！我知道，你

很生气，应该是相当、相当的生气！我也知道，我的做法性质很恶劣，后果也很严重！所以，我内心很自责。总结这次我所犯的错误，主要有以下几个原因：

- 1、我的思想警惕性不高，对老婆的事竟充耳不闻，太过随意；
- 2、过于放纵自己，放松了对自己的高标准、严要求，经常作；
- 3、没把老婆放到应有的位置和高度，这是很严重的政治问题。

从这几天的情况看我没有关心老婆大人的饮食问题、没有关心老婆的头疼、胃疼等身体问题，并且还在老婆非常急切想来接机的心情下泼冷水，错误十分明显。因此，鉴于以上所犯的错误，以及为了确保社会进步、人民团结、国家安全、地球和平、宇宙河蟹，今后我要尽量减少作错事的动机和手段，多陪陪老婆，多关心老婆，力争做个好老公。以下是本人痛定思痛的整改措施：

- 2、把老婆放到应有的位置和高度，争取和珠穆朗玛峰一样高，或者更高；
- 3、每天晚上向老婆大人汇报一次思想动态，让老婆及时掌握我的思想动向；

最后更老婆强调一次我以后都戒烟，坚决不再抽烟了！

检讨人□xxx

20xx年x月x日

抽烟被老婆抓检讨书篇四

亲爱的老婆同志：

我错了！我真的错了！我现在才发现忤逆你的话是多么的错误！我不该不听你的话抽烟我应该乖乖的听话！所以我觉得我以后一定要听你话为主导方针，确切实际的表示你的思想。所以经过今晚我深思熟虑之后遵照您的旨意，我在家里里反省了一小时零七秒，喝了一瓶茉莉清茶，上了一次厕所，没有抽烟，以上事实相当准确。如有不信，可以亲自问我。

一、坚定戒烟决心不动摇，何时何地何种情况，都不放弃戒烟的信念，多想想吸烟的危害，少想或不想吸烟的快乐。二、从心理上对香烟产生抵触。决不找任何借口吸烟，即使再苦再累，也不重蹈覆辙，掉入深渊。从点滴做起，从每时每刻做起，时刻对香烟的警惕。

三、不受任何朋友的`蛊惑。在任何时间、任何地点都要忍住。要从，实事求是。相信吸烟是解决不了问题的。吸烟还不如抓紧去解决问题。

四、要发扬不怕苦、不怕累、不怕烟瘾的精神，从上与香烟断绝关系！

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年x月x日

文档为doc格式

抽烟被老婆抓检讨书篇五

尊敬的xxx□

我真的错了！我现在才发现忤逆你的话是多么的错误！我不该不听你的话抽烟。我应该乖乖的听话！

所以经过今晚我深思熟虑之后遵照您的旨意，我在家里里反省了一小时零七秒，喝了一瓶茉莉清茶，上了一次厕所，没有抽烟，以上事实相当准确。如有不信，可以亲自问我。

一、坚定戒烟决心不动摇，何时何地何种情况，都不放弃戒烟的信念，多想想吸烟的危害，少想或不想吸烟的快乐。

二、从心理上对香烟产生抵触。决不找任何借口吸烟，即使再苦再累，也不重蹈覆辙，掉入深渊。从点滴做起，从每时每刻做起，时刻对香烟的警惕。

三、不受任何朋友的蛊惑。在任何时间、任何地点都要忍住。要从，实事求是。相信吸烟是解决不了问题的。吸烟还不如抓紧去解决问题。

四、要发扬不怕苦、不怕累、不怕烟瘾的精神，从上与香烟断绝关系！

宝贝老婆大大你就原来小的这一次错误吧！

检讨人□xxx

xx年xx月xx日

抽烟被老婆抓检讨书篇六

您好！

我错了！我真的错了！我现在才发现忤逆你的话是多么的错误！我不该不听你的话抽烟我应该乖乖的听话！所以我觉得我以后一定要听你话为主导方针，确切实际的表示你的思想。

所以经过今晚我深思熟虑之后遵照您的旨意，我在家里里反省了一小时零七秒，喝了一瓶茉莉清茶，上了一次厕所，没

有抽烟，以上事实相当准确。如有不信，可以亲自问我。

一、坚定戒烟决心不动摇，何时何地何种情况，都不放弃戒烟的信念，多想想吸烟的危害，少想或不想吸烟的快乐。

二、从心理上对香烟产生抵触。决不找任何借口吸烟，即使再苦再累，也不重蹈覆辙，掉入深渊。从点滴做起，从每时每刻做起，时刻对香烟的警惕。

三、不受任何朋友的蛊惑。在任何时间、任何地点都要忍住。要从，实事求是。相信吸烟是解决不了问题的。吸烟还不如抓紧去解决问题。

四、要发扬不怕苦、不怕累、不怕烟瘾的精神，从上与香烟断绝关系！

最后，老婆我真的只能写这么多了，想了那么长时间，尿都想出来了！宝贝老婆大大。你就原来小的这一次错误吧！

此致

敬礼！

检讨人□xx

20xx年xx月xx日

抽烟被老婆抓检讨书篇七

亲爱的老婆：

在最近几天里我犯了个错误，错误性质就是恶劣的，情节就是严重，对老婆的伤害就是巨大，我自己的反思就是深刻的，对错误的认识就是诚恳的，改正错误的态度就是坚决的，希

望得到老婆原谅的想法就是明确的。

这些天经过自己在犯下错误的苦闷和懊悔中的深刻思考和认真查摆问题，努力发掘自身存在的问题和不足，在灵魂深处深刻剖析自己，现在对自己的问题有了较为清晰的认识，以下就是我对错误的深刻认识和诚恳检讨：

我偶尔吸烟的问题由来已久，长期以来，一直麻痹大意，没有把这个严重的错误深刻认识上去，主要的原因有：一就是认识上存在盲区。一直把吸烟当成一个消遣的方式，没有深刻领会它的害处，没有把老婆的话记在心上。存在不正确的价值观念，思想中有资产阶级享乐主义和散漫自由主义的成分。存在不正确的荣辱观念，没有把以老婆高兴为荣，以老婆反对为耻真正的落实下去。二就是具体行动上误区，一直采用避重就轻的办法，以为只要不经常抽，偶尔为之就是无所谓的，现在认识到了，无论从健康的角度还就是老婆对此的态度上，都就是不应该的，犯了这样的错误即伤身体又伤了和老婆的感情真就是得不偿失。三就是改正错误的态度又红灯区，对老婆明确指出我的错误以后，采取敷衍了事，漫不经心的不正确的态度和做法，就是老婆很伤心，没有马上及时反思，认真查摆，把用实际行动去改正错误，没有马上下定决心，排除万难地戒掉陋习。

犯了这样严重的错误，对不起了组织对我多年的培养，对不起了领导的殷切希望，更对不起了老婆长期以来对我的关心和爱护。我下定决心痛改前非，远离陋习，用实际行动去践行自己的诺言。具体方法上，一就是认真学习有关材料，从科学的角度，深刻认识到吸烟的对自己、对环境的害处，从政治的高度把远离烟草的行动同建设和谐社会，和谐家庭紧密联系起来。二就是在具体行动上，以珍爱生命，远离香烟为口号，真正远离烟草，无论在任何场合，自己都绝对不去沾染，时刻牢记自己的诺言，做到言必信、行必果。在任何情况下得到的香烟，都要第一时间交给老婆，统一保管，具体管理上做到专人、专柜、专锁。

抽烟被老婆抓检讨书篇八

亲爱的老婆：

您好！

我是这次犯下了错误的小可爱，虽然我犯下了错误但是我有一个悔改的心，我最大的优点就是知错就改。这次在厕所偷偷抽烟被你发现了，让你发了那么大的火，看的我也是十分心疼，老婆是用来疼爱的，而我居然让你这次发了这么大的火，实在是大大的不应该。

如果我不抽烟的话你这次就不会生气了，我更不应该躲在厕所偷偷抽。老婆不让我抽烟是为了我好，抽烟有害身体健康，我之前也答应了不会再抽，但这次居然瞒着老婆，偷偷的抽，这次犯下的错误，让我的灵魂感到不安。我不该这样抽烟，更不应该欺骗老婆，这些都是我做得不对的地方，我一定谨记这次的错误下次不会再犯的。

在此的问题上我已经深刻意识到自己的错误了，为了亲爱的老婆不生气也为了自己的身体我一定戒掉抽烟这个坏习惯。我从高中开始学会了抽烟，到现在快十年了，期间也戒过好多次烟，但一直没有彻底戒掉，但这次我是怀揣着来自老婆的期望戒烟的，我一定也必须戒掉。我不能辜负老婆大人对我的期望和信任，不能再一次次的抽烟惹他不开心，让她因为我而生气。在这将近十年的时间里，身边的很多朋友包括父母都给我讲过抽烟的危害，让我戒掉抽烟。但我总是觉得无所谓，没什么大不了的，反正一辈子我也不差哪少活的几年，但现在我明白了。我要戒掉香烟多活几年，这样才能在老婆大人的身边一直陪着她。老婆为了我抽烟的事情，不知道生了多少次气，发过多少次火了。我总是答应下回不再抽，但隔几天忍不住就又开始抽了起来。但现在的我真的明白了，在晚上看到老婆哪心痛的样子，我的心也疼了起来。我实在不忍心再看我亲爱的老婆大人在这么生气了，我一定会戒掉

香烟的。抽烟更多的来说其实是一种习惯，那种嘴巴里有点东西的习惯，我可以在想抽的时候嚼点口香糖，又可以清新口气，又能让自己慢慢的戒掉香烟这种危害身体的东西。

我在这里立下保证，我以后绝对不会再抽一根烟，再也不会让老婆因为我抽烟而生气掉眼泪。争取做一个有着良好生活习惯，爱老婆爱家的老老公，望老婆大人以后监督。如果我在犯下在这种错误我愿意接受来自老婆的任何处罚，我觉得不会有任何的怨言。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年x月x日

抽烟被老婆抓检讨书篇九

亲爱的老婆：

您好！

当抽烟被你发现的那一刻，我当时感到很烦躁：就这么点爱好，你咋管得那么严呀，整天盯着我这点小毛病，你不烦我还烦呢。

当我必须写检讨的'时候，我的心平和了许多，与以前自由自在的时光相比较，我突然觉得，这一份管制，其实是一份深甸甸的爱，我终于明白，你的期望，其实就是让我陪着你慢慢变老，到老了的时候，我还有强健的体魄能陪着你走遍天涯海角！

戒了吧，与你浓浓的爱相比，香烟的诱惑真的很渺小。我坚信，为了你幸福的笑脸，戒烟的代价很小！

亲爱的，请相信我对你的爱！

此致

敬礼！

检讨人：

日期：