

2023年抽烟检讨书女朋友(通用14篇)

抽烟检讨书女朋友篇一

亲爱的女朋友：

您好！

我很早的时候就答应过你要戒烟的，我知道你并不喜欢我抽烟，从自己抽烟开始我就知道这个东西对我的坏处，抽烟不管怎么说都是对我的身体和健康百害而无一利的，我也知道自己承诺过的事情就应该要去做到，所以自己在今天还偷偷的背着你抽烟，还被你发现我感到非常的抱歉，也非常后悔自己的做法，我知道自己今天让你伤心了，也让你难过了，我向你道歉，对不起，宝贝。

我知道你生气的并不是因为我戒不掉烟，而更多的是因为我自己对你承诺过的事情并没有做到，你当时肯定在心里想，既然做不到就不要去承诺啊，是吧，其实不是这样子的，宝贝，我自己是很想戒烟的，我知道自己抽烟并不是一个很好的习惯，我也是想过要把烟戒掉的，但是我毕竟也抽了这么多年的烟了，想要戒烟也需要一定的时间，这也是一个需要循序渐进的事情，难道不是吗？今天抽烟主要是因为自己工作上的压力有点大，我也不想因为自己的坏心情而影响到你，更不希望自己把负面的情绪带给你，其实并不是不愿意跟你说，我作为一个男人，我应该去承担这些，不应该有任何的问题就去找你诉说，我也希望自己在你的心里是一个强大的表现，所以我选择自己去承担这一切，也并不是你说的根本不在乎你，没有把你当成是一个女朋友，你对我的心我都明白，要怪也只能怪我自己太粗心了吧，总觉得自己的做法对你是好的，但是往往总是因为这样而带给你不好的情绪，是我自己考虑不够周到，我感到非常的抱歉，更是对于自己

的抽烟这件事向你道歉，我也已经了解到自己的做法是不周到的。

我也保证，我知道你可能不愿意去相信我的保证了，但是我还是希望你可以相信我，我以后一定会有什么事都第一时间跟你说，不会让你再担心我了，更不会因为我自己觉得好的就强加在你的身上，我自己承诺过的事情就一定会做到，戒烟这个事情也是，但是我们不能急好吗，我一定会特别的控制住自己的，你看，从我自己跟你说要戒烟起，我就一直没有抽，直到今天是第一根，所以我一定会做到的，请你相信我，还有就是，不要再难过了好吗，我知道错了宝贝，在未来不管怎么样，对你的大大小小的承诺我都会一一的做到，相信我宝贝。

检讨人□xx

xx月xx日

抽烟检讨书女朋友篇二

亲爱的xxx□

你好！

还记得上次在你的要求之下我已经做过不会再抽烟的口头承诺了，但是我之前抽烟的做法明显是在违反了过去的承诺并令你的信任全部打了水漂，在你最初生气的时候我并没有将这件事情放在心上以至于造成了这样一个严重的后果，在这里我先向你说一声抱歉并企求你能够看在我认错态度还算诚恳的情况下原谅我这一次抽烟的行为。

我明白这么久以来你劝我戒烟也是为了我将来的身体健康着想，在最初的那几天我一直都在严格克制自己想要抽烟的念头保证不违反不在抽烟的承诺，但是你也应该明白当一个人

的欲望得不到满足的时候总会忍不住和身边的朋友进行抱怨，后来便有一个游戏中的好友出了一个让我背着你偷偷抽烟的馊主意，当时的我并没有意识到这个陷阱是生活给我的诸多考验之一，总而言之我就这样在其他人的.教唆与自制力低下的综合原因之下辜负了你对我的信任，虽然说我抽烟的的时候的确有种长久以来的期待得到满足的充实感，但是当我看到你在门边看着我抽烟的时候不免感到心虚和慌乱。

由于这次是我抽烟在先违反了以往的承诺导致此刻我的内心十分慌乱，说实话在当初发现你在门边看着我抽烟的时候真是令我惭愧到不知道应该怎么办才好，我真的十分害怕你会因为我抽烟而不再和我主动说话，而且现在你一言不发的样子已经令慌乱的我感到有些不知所措了，既有心想要上前向你解释自己这次吸烟的原因又不知道应该要从何说起，说到底还是因为抽烟导致的心虚让过去那个能够冷静面对一切的自己变得慌乱了。

以后在生活中还请监督我是否有着任何做得不够好的地方并提出来，我一定会尊重你的意愿改正自己所有的错误并成为一个最为完美的人，这次我抽烟的事情只是我在成长道路中尚且不算成熟的一个表现，我觉得自己在以后的生活中一定会发挥自己最好的一面令你笑口常开。

检讨人□xx

20xx年x月x日

抽烟检讨书女朋友篇三

宝贝：

您好！

我这次又犯下了如此错误的事，我的内心也是有万分的难过，

我这一次由于我对自己的管理不到位，没有禁住诱惑而抽烟会让你这样的伤心。我知道这一切都是我的过错，在我向你做完了这么多保证之后，我竟然还是没有控制住自己对烟的渴望。

在我会回家后被你发现我抽过烟之后，我甚至还向您辩解，我还想着要用欺骗来蒙混过关，这是我极大的错误。我本来就知宝贝你是非常的明察秋毫，我还试图去挑战你，这就是我个人的无知。现在我知道自己错了。之前我不是跟您说了嘛，我晚上会去和同事吃饭，在席间大家就开始抽烟，大家都知道我在戒烟，他们就是想要逗我，然而我的自制力实在不足，这才在他们的怂恿之下抽了一支，尽管我已经嚼过口香糖来去味了，但还是被你知道了，我这次真的是犯下了很大的错误。

宝贝不让我抽烟本来也是为我好，毕竟烟这个东西实在是一点都不好，太伤害身体了，曾经的我还向着宝贝保证我绝对会离烟远远的，就这么几天的时间我就全忘记了，还在这件事情上犯错，我简直是太坏了，我是应该要好好检讨我自己，更加要将我自己说出的话铭记在心。这一次我又做出伤害宝贝的事，让我的内心非常的不安，我想来想去都没有办法来弥补这次的错误。可能我再向宝贝做出承诺都完全没有可信度了，但是我还是想要让宝贝相信我的决心，为了让你也生活得安心健康，我定是会尽量戒掉这一坏习惯的，但是请一定给我更多的时间。

从我们在一起到如今我都是没有忘记过宝贝任何的话语，我都会尽量去满足你想要的一切，并且包括让我戒烟的事情。可能我的`结果并不好，但是我相信我的态度你还是有看在眼里的吧，近期我也只是抽了这一次，其他时间是完全没有碰过烟的，请宝贝一定要信任于我。我已经让自己在戒烟的道路上缓慢的前行了，不管中途的我会出现什么样的困难，我都坚信自己是可以到达终点的。

最后，请宝贝一定要相信我是爱你的，你说的话我都是我尽量去做到，也希望你可以给我更多一点的时间，让我成为你心中所期待的模样，我会不断让自己变得更好来与你相配。这一次的抽烟事件，我已经好好反思自己了，我知晓我还需要在自制力方面对我我进行控制，这样才能让我有更多不断成长的机会。我会让宝贝看见我的变化，更是可以让宝贝明白未来的我会更加爱你和珍惜你！

检讨人□xx

20xx年x月x日

抽烟检讨书女朋友篇四

尊敬的xx□

一开始学着抽烟是为了好玩，到了后来就慢慢上瘾了。

我知道吸烟对我们的身体不好，尤其是对肺和心脏不好。老婆明文规定限制吸烟数量。我也知道不让我抽烟是为了我好。我犯下的错误非常严重，我感到自己对不起老婆对我的关爱事后，我冷静的想了很久，感到非常后

悔。我深刻的认识到事情的严重性。往小了说是我自己吸烟，对自己

身体有害

往大了说是给环境造成了污染，我深深懊悔不已。深刻

检讨。

以后我一定端正态度，

改正抽烟的坏习惯，

提高对自身的.要求，

加强自我约束，严格遵守家庭的纪律。

如今，犯了大错，我深深懊悔不已。我会以这次违纪事件作为一面镜子时时检点自己，批评和教育自己，自觉接受监督。我要知羞而警醒，

知羞而奋进，

亡羊补牢、

化羞耻为动力，

努力维护和老婆的安定团结。

俗话说：

再一再二不再三。

真心的希望老婆能够给我一个改正错误的

机会

！

检讨人□xx

20xx年x月x日

抽烟检讨书女朋友篇五

亲爱的老婆：

你好！

这世上最最最美的小仙女，对不起，我又惹您生气了，时隔4个月16天，我又吸烟了，而且是在家里抽的，老婆我错了，我下次再也不敢了，你就再原谅我这次呗，我把我的烟全给你上交，绝不留一点，悉数上交，保证再也不碰烟一下，别人递给我的烟我也一概不接，坚决抵制抽烟，内心的信念要鉴定，决不能再有任何的动摇，时刻记住老婆给我的教训，下不为例，仅此一次。这不仅是一份跟老婆你道歉的检讨书，这还是我跟你保证绝对不抽烟的保证书！我一直都知道老婆你特别不喜欢烟味，每次只要有人在你旁边抽烟了，你都会掩鼻扇风，强烈排斥烟味，我约会的时候，我只要吸了一根烟，你就会离我两米远，不让我牵着你，因为我手上有烟味，不跟我接吻，因为嘴巴里有烟味，不让我抱你，因为衣服上有烟味。

但是我也是抽了三四年的烟民了，想戒哪有那么简单，但是我也在慢慢的努力呀，我在认识你之前我都是两天一包烟，爱情的力量真的伟大，我每次一想抽烟了，我怕就去想你，渐渐的我成功的变成了三天一包烟，四天一包烟，再到后面的`一天三根烟。就在四个月前，我还开心的告诉你我戒烟成功了，你开心的不得了，直接甩给我一百块钱零花钱，跟你在一起后我哪里经过这么大面额的钱啊，每天就5块钱零花钱，这次一下就一百，可把我激动坏了，拉着我去游乐场玩了一天，还给我买了好多好看的衣服，唉，多好的媳妇啊，我为了你不抽烟怎么了，但是我就在昨天我又抽烟了，我很惭愧，今天跟领导出去谈生意，对方老板递给了我一根烟，你知道这是什么烟吗？十块钱一根，不是一包，领导递烟不可能不接，以往我都是在饭后直接扔了，但是这次我真的舍不得扔，这么好的烟，于是我一回到家我就把它藏起来了，昨天晚上

等你睡着后，我偷偷来到厨房拧开煤气灶，点燃的烟。

家里根本没有任何的打火机，早被你全扔了，依稀还记得你刚搬过来，收拾房子的世界，你整整找出来八十多个打火机，我实在没想到我居然有一天要沦落到用煤气点烟。后来我抽完我就去刷了牙，洗了澡。保证自己身上一点味道都没有。但是今天早上你就气鼓鼓的把我踹醒，质问我是不是又抽烟了，我当时就觉得天崩地裂了，完了又被老婆发现了，我其实收尾工作做得很好，烟头烟灰都已经扔马桶冲下去了，但是我忘了一点，我在厨房抽的烟，那时候窗户又是紧闭的，一个晚上气味都没散去，再加上你鼻子这么灵，一下子就闻到了。

老婆你别生气了，生气会长皱纹的哦，你就再原谅我这次吧，昨天晚上我一共拿了三根烟回来，一根在课堂的花盆内，还有一根在厨房的油烟机上，我都说，不是连警察叔叔都说了吗？坦白从宽抗拒从严，我坦白，我都坦白，最最最亲爱的老婆你就别生我气了，晚上我们去吃东安鸡，我请客！

检讨人□xx

xx月xx日

抽烟检讨书女朋友篇六

亲爱的xx□

您好！

经过我冷静沉着的反思，发现我有大小罪加起来十余条，基于我所犯的这些错误，在这里我向你做出最最深刻的检查，为了得到您的宽恕还有广大人民群众的宽恕，只要您能消消气，我接受任何（非分手形式）的严格处罚。这样才能让罪恶累累的我有一个改过自新的大好机会。以下是我所犯的罪

恶行径及个人改正意见，请亲爱的同志批阅：

1、再也不抽烟了。

2、以后当我惹你生气时，我会站在你面前给你骂、给你打，我骂不还口，打不还手。当你心情不好时，我会静静的听你倾诉，在一旁开导你，安慰你。

3、你所做的事，所做的一切，都是对的。你说太阳是圆的就是圆的，太阳是方的就是方的。

我错了，我已经恨不得让自己消失在这个地平线上，我真的悔不当初呀！

如果你还愿意听我说句人话，我请求你能原谅我的无知和冲动，原谅我的累累罪行！

我希望你还能做回我的那个恩情，我以后还是那个能陪你笑陪你哭的好劳工。

真挚希望得到你的原谅！

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

抽烟检讨书女朋友篇七

亲爱的宝贝：

你好！

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，确确实实的表示你的思想。

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，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□xxx

20xx年x月x日

抽烟检讨书女朋友篇八

亲爱的女朋友：

还记得上次在你的要求之下我已经做过不会再抽烟的口头承诺了，但是我之前抽烟的做法明显是在违反了过去的承诺并令你的信任全部打了水漂，在你最初生气的时候我并没有将这件事情放在心上以至于造成了这样一个严重的后果，在这里我先向你说一声抱歉并企求你能够看在我认错态度还算诚恳的情况下原谅我这一次抽烟的行为。

我明白这么久以来你劝我戒烟也是为了我将来的身体健康着想，在最初的那几天我一直都在严格克制自己想要抽烟的'念头保证不违反不在抽烟的承诺，但是你也应该明白当一个人的欲望得不到满足的时候总会忍不住和身边的朋友进行抱怨，后来便有一个游戏中的好友出了一个让我背着你偷偷抽烟的馊主意，当时的我并没有意识到这个陷阱是生活给我的诸多考验之一，总而言之我就这样在其他人的教唆与自制力低下的综合原因之下辜负了你对我的信任，虽然说我抽烟的时候的确有种长久以来的期待得到满足的充实感，但是当我看到你在门边看着我抽烟的时候不免感到心虚和慌乱。

由于这次是我抽烟在先违反了以往的承诺导致此刻我的内心十分慌乱，说实话在当初发现你在门边看着我抽烟的时候真是令我惭愧到不知道应该怎么办才好，我真的十分害怕你会因为我抽烟而不再和我主动说话，而且现在你一言不发的样子已经令慌乱的我感到有些不知所措了，既有心想要上前向你解释自己这次吸烟的原因又不知道应该要从何说起，说到底还是因为抽烟导致的心虚让过去那个能够冷静面对一切的自己变得慌乱了。

以后在生活中还请监督我是否有着任何做得不够好的地方并

提出来，我一定会尊重你的意愿改正自己所有的错误并成为一个最为完美的人，这次我抽烟的事情只是我在成长道路中尚且不算成熟的一个表现，我觉得自己在以后的生活中一定会发挥自己最好的一面令你笑口常开。

检讨人□xx

xx月xx日

抽烟检讨书女朋友篇九

亲爱的xx□

您好！

我错了，我真的错了，我惹你生气了，惹你不开心了，我不应该吸烟的，我很后悔，其实你不开心才是最大的不开心，每次你不理我的时候我很伤心，难过，因为我不善于去说甜言蜜语，不知道怎么去哄女孩子开心，我所能做的就只是着急。同样其实我生气用不好的态度对待你的时候，我的心同样的痛和难过，伤着你的同时也在伤害着自己。其实谁愿意生气呢，可能是我太在意你了，有时候你不经意的话或者一个玩笑都会让我压抑万分，让我不知所措，我很害怕，害怕你离开我，因为我不知道我的世界少了你会变成什么样。

老婆，请你原谅我，我错了，真的错了，我以后再也不吸烟了。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

抽烟检讨书女朋友篇十

亲爱的小仙女：

你好！

我是xxx□就今天抽烟一事，我就一直在自责，跟你在一起之后我就答应你戒掉烟了，我知道你是没有办法容忍我吸烟的，当初戒烟我也是下定决心，对此我很难受这次的事情我也在愧疚，毕竟是亲口答应你的，这种事情让你失望了，还有让你不开心了，不知道该怎么去解释，我一直在反省自己，现在你一直不肯理我其实这就让我更加自责了，我没有控制住自己没有摆好心态，我坚持这么久应该继续坚持下去的，现在我已经戒了好几个月了，一直一来我都没有再次的吸烟，可是就是因为在今天的一念之间我却没控制住。

事情就发生在今天，我约了几个朋友正好都是放假，带上了你一起，我每次去玩那必须要带上你，于是今天我们就一起去玩了，有几个朋友他们都吸烟，我们在玩的时候，几个朋友一直在吸烟，我当时其实是心很痒的，尽管已经戒了好几个月了，但是毕竟我之前还是吸了那么久的烟这么一下控制不住自己也是很正常，我当时就看着朋友吸烟也有一点想吸，我就是这样，戒了这么久的烟可是会在这个时候有烟瘾，看到别人吸烟总是会控制不住自己，不知道这是哪里来的坏习惯，说归说，但是我一直在控制自己，毕竟当时你就在我旁边。

当时我朋友也是看出来，我犯了烟瘾于是就给我递烟，我当时就直接拒绝了，可是就是这样的新行为让我下意识的想要去吸烟，当时真好你就去上了厕所，于是我就趁着这个时间接过了朋友的香烟，几分钟的时间我就吸完了，本以为自己这样不会被你发现，但是身上的烟味终究是瞒不住，我其

实当时是有一点后悔的，不应该在你上厕所的时候偷偷的吸烟，我觉得这很幼稚，我也有一点自责，毕竟我已经很久没有吸烟了，这一次破例了，但是已经没用了，我已经吸烟了，你当时出来的时候就已经知道我吸烟了，但是当时你没说什么，一想起这个我就很感动，也很愧疚，你没有当场就生气，知道我吸烟了，一直到回家，我当时就后悔了，你真的很善解人意，你的大度让我越来越自责。

现在已经是三个小时没有理我，你说让我反省反省，确实我应该好好地检讨自己，这三个小时的时间对于我来讲真的内心骂了自己很多回了，我觉得自己一直后悔是没有用的，于是我就花了一个小时的时间写下这篇检讨，看上去很滑稽，尽管这是多此一举，可我就是为了让自己记住这次的错误。

检讨人□xx

20xx年x月x日

抽烟检讨书女朋友篇十一

亲爱的宝贝：

你好！

亲爱的，这是我第一次给你写检讨书，这是我用心写的，都是真的，我从来没有骗过你，我记得以前你叫我写我就不写，我是个男的耶，我也不怕什么丢脸不丢脸的，反正我是不要脸的，我也不怕他们说一个大男人写着东西，反正我只在乎你的感受。

以前你总说我为什么空间没有写你的日志，呵呵，不是我想写啊！而是我把我们在一起的幸福快乐的每一天都记在心里，我不是不愿写。我是个男的啊，老写这东西会被人笑话的，虽然说我厚脸皮，但是还是害羞啊！呵呵，你肯定想说既然

怕，那这次还写做怎么，反正这次我是不要脸的啊！

亲爱的，我知道我不够体贴你，有时候也不温柔，但我的心是爱你的，我敢写就不怕被笑，虽然我有时候会说一些不好听的话来气你，是因为我在乎你啊！我怕你会离开我啊！我跟你说过那些东西不是我故意留在的，也不是故意给你看，让你生气的，你老不相信我，我知道你为了家里的事都已经很累啊！我确不知道体谅你，我错啦！

我对你是认真的，我从一开始都没有骗过你，那都是过去，我希望你不要想多啦！我心里真的没有第二个啊！心里只有你一个啊！我真的只爱你一个，你不要在生我的气啦！好不好真的没有啊，你相信我好不啊！你老问我喜欢你什么，其实你温柔贤良，勤奋聪颖，是个好女人好老婆，其实是我不好啊！我态度轻狂，举止乖张，老不体谅你的好，是我不好，都是我的错，亲爱的，你就大人有大量，别生气啊！

检讨人□xx

20xx年x月x日

[检讨书范文](#) | [检讨书大全](#) | [检讨书怎么写](#) | [检讨书模板](#) | [检讨书格式](#)

抽烟检讨书女朋友篇十二

亲爱的宝贝：

你好！

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，确确实实的表示你的思想。

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，宝贝老婆大大，你就原来小的这一次错误吧！

检讨人□xx

20xx年x月x日

抽烟检讨书女朋友篇十三

尊敬的老婆：

您好！

前一段时间你一直都在劝我让我戒掉抽烟这个习惯，每天都会监督我，我也知道吸烟这个东西确实是不利于自己的健康，很大程度上来讲吸烟是在慢性自杀，再一个也不利于他人的

健康，当时我就答应你了，我说我会尽力的克制自己，尽快的把吸烟这个坏习惯戒掉，当时我可是下定了决心，当这你的面承诺的事情，作为一个男人就必须说道做到，以前我们两个在家里面经常总是因为我在家里抽烟这件事情跟你闹矛盾，对于这件事情我一直都很苦恼，你也抱怨不已，因为你一直不喜欢我抽烟这个习惯，但是由于长时间以来造成的烟瘾，所以对于香烟我就有了一种依赖，其实我也不想吸烟，但是就是控制不住，这不是说戒烟就戒烟的，算一算已经有三四年的烟龄了，对于吸烟这个东西早就习惯性点在吃完饭后点一支烟，正是因为今天我没有把自己承诺的事情做到，还是没有克制住自己吸烟了，对于这件事我为自己今天在家中吸烟的事情感到羞愧啊，今天你对我发火了，也很生气，尽管我怎么解释怎么去哄你你还是在生气，所以写下这篇检讨书，向你阐述我的犯错经过，用这份懊悔来表示我的决心啊。

事情是这样，距离我戒烟已经有半个月时间了，我也是有半个月没有吸烟了，戒烟的事情进行的很顺利，本以为我能够做到戒烟，但是事实证明我还是不够坚定，今天同时来到我们家我招待了一番，一见面就散烟给我，我当时非常坚定的说我戒烟了，一再推脱同时看到我这样也就没有勉强我了，于是我当时就看着我的同事在一旁吸烟，但是看着我心里那个痒啊，半个月没吸烟的我这个时候心智开始不坚定了，摇摇欲坠，很想在这个时候来一只烟，但是当时还是克制住了自己。

今天中午我们两个吃完午饭的时候，我就感觉到非常难受，因为烟瘾又犯了，而且是和严重，感觉做什么都不得劲一样，煎熬了很久的我在今天吃完饭的时候就爆发了，我很想点一支烟但是因为要戒烟，所以当时家里已经没有烟了，我就很难受我就跟你撒谎说出去买点东西，你当时也没觉得我有什么异样就没说什么，于是我就出去了，我哪是买什么东西啊，我就是出去买烟的，对你撒了谎，亲爱的老婆大人，在这里老公首先向您承认今天对你撒谎的错误，千不该万不该，我

居然对你撒谎。

本以为没事了，当我今天买到烟吸完的时候，内心的很有罪恶感了，回到家中装作没事的人一样，但是你是何等的聪明简直就是智多星下凡，一眼就看出了我的异样，闻了一下就知道我吸烟了，我当时也没解释。

我知道自己这次错了，错在对你撒谎，还偷偷吸烟，亲爱的老婆大人，看在我今天这么诚恳，坚定，又懊悔的份上，再给我一次机会呗！

此致

敬礼！

检讨人□xxxx

xx年xx月xx日

抽烟检讨书女朋友篇十四

亲爱的宝贝：

你好！

遵照您的旨意，我在书房里反省了一个小时四十三分零七秒，喝了一杯白开水，上了一次卫生间，没有抽烟，以上事实准确无误，请审查。附上我的检讨报告，不当之处可以协商。

我错了，原谅我吧，我知道，我的行为已经严重地伤害了你多情的心，让你的心灵受到了重创，我不知道应该怎么去弥补我的过失，我不知道怎么才可以挽回我的错误，重新换来你灿烂的笑容？只要你不再生气，我可以付出我的一切。基于我犯的错误，我请求你给予我最严厉的处罚！

我们在一起度过了人生中最快乐的时光，这么久了，我经常招你生气，我今天想对以前我做错的一切向你郑重道歉！具体如下：

1、亲爱的，我不应该每次陪你逛街的时候，总那么不耐烦，到了商场有坐就坐，不能紧紧跟在你的周围，不能及时地对你挑选的商品提供建议。

2、亲爱的，我不应该说话的时候总和你唱反调，虽然大部分都是开玩笑，但还是让你心里很不痛快，我会在以后的日子里，做到老婆说什么干什么，老婆干什么我说什么！言行与老婆保持高度一致。

3、亲爱的，我不应该当你看到喜欢的小宠物时，紧紧拉着你的手，不让你去逗他们！其实他们挺可爱的，我就是怕他们弄脏你的衣服，以后我会极力培养自己的爱心、耐心和童心，跟你一起关爱、关注那些小猫、小狗们！

4、亲爱的，我不应该在跟你打电话的时候还一边玩游戏，以后打电话的时候我绝对专心致志的陪你聊天，绝对不会一心二用！

5、亲爱的，我不应该和你在一起的时候偷偷去抽烟，你是那么讨厌烟味，我还这么不自觉，真是不应该，以后我会慢慢把烟戒掉的。

6、你说我长得不如你漂亮的时候，我不应该顽固抵赖，你说得很对，证据确凿，可以让瞎子作证。

7、刚刚真的是我不对，我不应该把我的快乐建立在了你的痛苦之上，我知道本来你只是身体上受到了创伤，但由于我的无理取闹让你的心灵也受到了很大的伤害，如果时间可以倒流，我一定不会因为你的脸被猫抓伤而取笑你！

在此，我以我的人格起誓，我真的知道错了，你要是实在不信，可以让张屠夫来把我的心挖出来，看看是不是鲜红鲜红的，我发誓我的心只为你跳动，如果为了别人活蹦乱跳叫我喝酒就跟人打架，抽烟就跟人吵嘴，打架就碰上越战回来的大兵，吵嘴就碰上崔永元。

我懊悔的心无法用语言来表达，只好写了这份检查给你，希望你能原谅我。我知道你是一个宽宏大量的人，你的这种美德是我当初决定和你一起牵手的重要因素之一，我相信你能原谅我的，是吗？你是我一生的依靠和所有，今后，我一定好好珍惜你给我的这份关爱和浓浓的情意，将我们的爱情进行到底！我总是在感伤往事的时候模糊自己，天空本可以像你的眼睛一样纯真，可就是被我的无知，牵引出你的泪水，噙在你眼里，氤氲掉了希冀的明媚。年花轰隆的车，踏过一卷陈旧的画册般的公路，把泥泞拧得粉碎，我的一年欢喜和忧伤随着对你的伤害，滑到了消瘦的指间，即将在春节第一声爆竹声里罄涅。我悄无声息的在你被爆竹声震得暂时耳鸣的刹那说我爱你。如果冬天算是很冷，我就把你抱得很暖，如果检讨算是无效，我就把誓言算是有效，守着一厢情愿，相伴昨天到老。

检讨人□xx

20xx年x月x日