# 初一书信范文：给烟民的一封信

来源：网络 作者：空谷幽兰 更新时间：2025-05-24

*以下是为大家整理的关于初一书信范文：给烟民的一封信的文章，希望大家能够喜欢！亲爱的烟民： 　 　　不知道你是否注意过，在任何一包烟的包装上都印有“吸烟有害健康”几个字。 　 　　不知道你是否留意过，大街小巷无处不是“烟”雾弥漫，娱乐场所内烟...*

以下是为大家整理的关于初一书信范文：给烟民的一封信的文章，希望大家能够喜欢！

亲爱的烟民：

　　不知道你是否注意过，在任何一包烟的包装上都印有“吸烟有害健康”几个字。

　　不知道你是否留意过，大街小巷无处不是“烟”雾弥漫，娱乐场所内烟灰铺天盖地，就连在学校，阴暗的角落里同样会燃起“星星之火”，废弃的“弹壳”随处可见。

　　吸烟的原因千千万，吸烟的后果亦是千千万。

　　亲爱的烟民，请你在刷牙的时候看一看，是不是你那洁白的牙齿依在？尽管你还在用同一种牙膏。

　　亲爱的烟民，请你在脱衣的时候闻一闻，是不是多了刺鼻难闻的气味？即使你还在用同一种洗衣粉。

　　亲爱的烟民，请你抽空到医院去查一查，是不是还是和以前一样健康？虽然你还在用同一种方式锻炼。

　　千万别为了一瞬间的快感，而失去了你最宝贵的健康。每当你吸一口，就有大量的有害物质如潮水般的涌进你的身体，各种疾病将会如雨后春笋般袭来。

　　这似曾相似的画面，让我想起了我的父亲。

　　我的父亲，一个曾经的烟民。12年前，他终究没能忍受的了烟给他带来得痛苦，毅然决定戒烟。从那时，他丢掉了，丢掉的和烟有关的一切。

　　从父亲的口中，我得知了他的经历。

　　那时他吸的很猛，到了吸雪茄的地步。家中犹如仙境一般。烟给他带来了越来越多身体上的问题：咳嗽、咽喉痛、精力不足、记忆力减退……最严重的时候连刷牙都会恶心，反胃。戒烟过程中，他用来抵挡烟瘾的武器就只有口香糖。可那欲望却犹如剪不断的“红绳”一样，紧紧的绑住了父亲。他试图放弃，但他最终凭着他惊人的毅力终于坚持了下来。

　　从父亲的经历，我可以郑重的告诉你：“戒烟才是你的出路！”。这也是我的心声。

　　亲爱的烟民，为了你的亲人、朋友还有自己，放弃那正在吞噬你生命的烟吧！

　　当你戒烟时希望能给你小小帮助。

　　在你下定决心后，你要无时无刻的提醒自己：“世上无难事，只怕有心人。”；在你无事可做时，动起你的双手，让它忙碌起来；在你无法忍受时，想想你背后支持你的人，你不能辜负他们。

　　当你在如洪水般的烟瘾侵袭中坚持下来的时候，成功还会远吗？

　　希望你能够更加的珍爱自己的生命，早日摆脱与烟的纠缠。

此致

　 敬礼

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　某 某 某

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找