

БОЛЬШАЯ КНИГА ЦИТАТ СТЕПУХЭМА

“Я НЕ ИЩУ
ЛЁГКИХ ПУТЕЙ.
Я ИДУ ТАМ, ГДЕ
НЕТ ПУТЕЙ.”

“НЕ НУЖНО БЫТЬ
ЛУЧШЕ ДРУГИХ.
НУЖНО БЫТЬ ЛУЧШЕ,
ЧЕМ ВЧЕРА.”

“ЭТО ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ —
1 СЕНТЯБРЯ.
ЗНАКОМ С ДЖЕЙСОНОМ,
ОН КЛАССНЫЙ ПАРЕНЬ.”

“Я НЕ ОШИБАЮСЬ.
ЭТО ПРОСТО ТАК
НАЗЫВАЕТСЯ —
ЖИЗНЕННЫЙ ОПЫТ.”

“Я НЕ ТРЕНИРУЮСЬ
РАДИ ТОГО, ЧТОБЫ
ТОЛЬКО ХОРОШО
ВЫГЛЯДЕТЬ.”

1000
МЕМНЫХ “ЦИТАТ”
НАРОДНОГО ТВОРЧЕСТВА

★ В. ЖДАНОВ ★



Вас. Жданов

Большая книга цитат Стетхэма

«Автор»

2026

Жданов В.

Большая книга цитат Стетхэма / В. Жданов — «Автор», 2026

«Делай, как надо. Как не надо, не делай.» Сборник из 1000 мемных «цитат Джейсона Стетхэма» — псевдофилософских фраз, приписываемых актёру народным творчеством рунета.

© Жданов В., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава 1. Общие и псевдофилософские	5
Глава 2. Жизненные мемы	8
Глава 3. Любовь и отношения	11
Конец ознакомительного фрагмента.	13

Вас. Жданов

Большая книга цитат Стетхэма

Глава 1. Общие и псевдофилософские

Цитаты 1–100

1. Запомни: всего одна ошибка – и ты ошибся.
2. Делай, как надо. Как не надо, не делай.
3. Работа — это не волк. Работа — ворк. А волк — это гулять.
4. Сила — не в бабках. Ведь бабки — уже старые.
5. Если ты смелый, ловкий и очень сексуальный — иди домой, ты пьян.
6. Настоящий мужчина, как ковёр тёти Зины — с каждым годом лысеет.
7. Мама учила не ругаться матом, но жизнь научила не ругаться матом при маме.
8. Если тебе где-то не рады в рваных носках, то и в целых туда идти не стоит.
9. Жизнь – не сахар, в этом вся соль.
10. Хмели сумели — и ты сможешь.
11. Не каждый может взвалить на себя груз ответственности, а я навалил груз на детской площадке.
12. Если обидели — не обижайся, если ударили — не ударяйся.
13. Однажды мне стало лень обходить гору, так что я прошёл насквозь.
14. Иногда мне так лень ставить чайник, что я просто иду за пивом.
15. Пацаны, запомните: лучше один раз взяться за ум, чем потом всю жизнь хвататься за голову.
16. Жизнь нужно прожить так, чтобы внуки находили мемы с тобой и гордились.
17. Кто рано встаёт — тому весь день спать хочется.
18. Чтобы быть богатым, нужно всего лишь не быть бедным.
19. Если нет, то нет, а если да, то да.
20. Я живу, как карта ляжет. А она всё падает и падает.
21. В жизни всегда есть две дороги: одна — первая, а другая — вторая.
22. Слово — не воробей. Вообще ничто не воробей, кроме самого воробья.
23. Взял нож — режь, взял дошик — ешь.
24. Настоящий мужик не тот, кто не плачет, а тот, кто плачет без соплей.
25. Если заблудился в лесу — иди домой.
26. Порядок на районе гарантирую.
27. Я два раза, два раза не повторяю, повторяю.
28. Если заблудился в себе — зарегистрируйся заново.
29. Тот, кто знает... знает.
30. Живи в своё удовольствие, но не забывай про тех, кто рядом.
31. Теория — это когда вы знаете всё, но ничего не работает. Практика — это когда всё работает, но никто не знает почему.
32. Когда безупречно сочетаются теория и практика — ничего не работает и никто не знает почему.
33. Сейчас модно быть добрым — но мало кто тянет такую роскошь.
34. Сегодня люди стали гораздо дешевле, чем то, что на них надето.
35. Будь самим собой, имей свою точку зрения, умей постоять за себя и за своих близких.
36. Быть воином — самый эффективный способ жизни.
37. В любом процессе важна не скорость, а удовольствие.

38. Лег пораньше, встал попозже — вот и весь секрет продуктивности.
39. Жизнь — как кардио: чем дольше терпишь, тем больше толку.
40. Лучше быть один, чем с кем попало.
41. Отношения как костёр: затухают, если не закинуть палку.
42. Я, как носок, никак не могу найти себе пару.
43. Загадочная женщина загадит жизнь любому.
44. От комплиментов до алиментов — много приятных моментов.
45. Чай кипит — жизнь горит.
46. Если у тебя есть мечта, ты должен за неё биться.
47. Если у тебя есть страсть, добивайся её, а не сиди на берегу и не смотри, как другие плавают.
48. Я буду мужиком, пока по земле ещё ходят настоящие женщины.
49. Женщина должна пахнуть счастьем, а не сигаретами и пивом.
50. Если тебе тяжело, значит ты поднимаешь что-то стоящее.
51. Не спеши, а то успеешь.
52. Красиво делай — красиво будет.
53. Если за дело взялся — делай красиво.
54. Не злите меня, и так трупы прятать некуда.
55. Всегда есть два выхода: один — через дверь, второй — через окно. Я предпочитаю через результат.
56. Если закрыть глаза, становится темно. Проверено.
57. Сиди ровно, думай криво.
58. Настоящий друг не тот, кто вытащит из беды, а тот, кто в неё с тобой не залезет.
59. Когда я молчу, это не значит, что мне нечего сказать. Это значит, что мне есть что промолчать.
60. Чтобы не уставать, делай вид, что устал ещё сильнее.
61. Я не грубый — я честный. Просто иногда правда звучит как хамство.
62. Секрет успеха прост: делай, что должен, и не ной.
63. Деньги любят счёт, а я люблю деньги, так что считаем вместе.
64. Иногда достаточно просто лечь спать, чтобы понять, что всё не так уж плохо.
65. Если тебе где-то не рады, значит, ты пришёл не туда или не с тем настроением.
66. Если ты идёшь вперёд и тебе легко — значит, ты идёшь под горку.
67. Пацан сказал — пацан напомним.
68. Лучше промолчать и показаться умным, чем сказать и развеять все сомнения.
69. Никогда не сдавайся. Даже если все вокруг уже сдались, сдай их обратно.
70. Пока ты спишь, кто-то качает пресс. Но это точно не я.
71. Красивая жизнь даётся не тем, кто красиво живёт, а тем, кто грамотно страдает.
72. Если хочешь нормального будущего — перестань вести себя, как прошлое.
73. Характер — это когда ты делаешь шаг вперёд, даже когда весь мир тянет назад.
74. Я редко улыбаюсь, потому что моя серьёзность тоже кому-то нужна.
75. Лучшее доказательство — результат. Всё остальное — оправдания.
76. Судьба — не приговор, всегда можно подать апелляцию.
77. Бей точно, говори коротко, думай долго.
78. Марианскую впадину знаешь? Я упал.
79. Остановку знаешь? Я остановил.
80. Если долго смотреть в бездну, можно увидеть там свой будильник.
81. Не трать время на тех, кто не тратит его на тебя.
82. Глаза не боятся — боится будильник.
83. Лень — это искусство отдыхать, не успев устать.

84. Вчера было тяжело, сегодня будет легче, но не факт.
85. Если хочешь мира — готовь нервы.
86. В жизни, как в кино: главное — не перепутать, кто здесь главный герой.
87. Никогда не поздно начать сначала, если ещё не поздно.
88. Один умный промолчит, двое умных не заметят, трое умных сделают вид, что так и надо.
89. Не будь эгоистом — в первую очередь думай о себе.
90. Пацаны не плачут — у них просто глаза потеют.
91. Бороться надо не с последствиями, а с ленью.
92. Реальность — это то, что не исчезает, когда перестаёшь в неё верить.
93. Настоящий опыт — это шрамы на самоуважении.
94. Лучше быть последним среди лучших, чем первым среди тех, кого потом вырежут.
95. Уважение не раздаётся, как листовки у метро. Его забирают.
96. Нервные клетки не восстанавливаются, поэтому я берегу свои и порчу чужие.
97. Не так страшен чёрт, как его друзья.
98. Мужчина проверяется расстоянием, женщина — временем, а дружба — и тем и другим.
99. Иногда, чтобы всё изменилось, достаточно просто перестать делать глупости.
100. Если жизнь прижала к стенке — сделай вид, что так и планировал.

Глава 2. Жизненные мемы

Цитаты 101–200

101. Школа — не сцепление, можно и кинуть.
102. Если жизнь — это вызов, то я перезвоню.
103. Если тебя обидели незаслуженно, то вернись и заслужи.
104. Пять из шести учёных доказали, что русская рулетка безопасна.
105. А знаете, почему я не служил в армии? Потому что военком начал бегать от меня.
106. Если тебя кинули — поднимайся и кидай в ответ.
107. На ошибках учатся, но я предпочитаю домашнее обучение.
108. У самурая нет цели — я забрал.
109. Единственный, кто тебя поддерживает, — твой позвоночник.
110. Просто будь как моя справка из психушки — потеряйся.
111. Некоторые люди как муравьи — всегда какую-то херню несут.
112. Я по лестнице вверх спустился, а затем вниз поднялся.
113. Бессмысленно осмысливать смысл с неосмысленными мыслями.
114. Узнаёшь? Я мотал.
115. Таранку знаешь? Я протаранил.
116. Когда я родился, папа спросил у акушера: «Мальчик или девочка?» — они ответили: «Мужчина».
117. Когда Александр Грэм Белл изобрёл телефон, у него было два пропущенных звонка от Стэтхэма.
118. На трон не сядешь ничем, кроме задницы.
119. Как говорил мой дед: «Не верь никому». Потом он ещё много чего говорил, но я ему не верил.
120. Я лысый не потому, что у меня нет волос, а потому, что у волос нет меня.
121. Мёртвое море знаете? Так вот, я его убил.
122. Америку открыл не Колумб, а индейцы.
123. Даже если у тебя сейчас тёмная полоса, помни — в любой момент она может окантаться взлётной.
124. Завтра рано вставать — встану послезавтра.
125. Бабки не главное. Главное — их пенсия.
126. Человек меняется по двум причинам: или по первой, или по второй.
127. Базар как вода: чем лучше фильтруешь, тем меньше проблем с почками.
128. Не бойся, когда ты один. Бойся, когда тебя два.
129. Никто тебя так не поймёт, как никто.
130. Если тебя обидели — не обижайся. У тебя ещё всё впереди.
131. Если заблудился не в том районе — становись его хозяином.
132. Хочешь быть умным — начинай с молчания.
133. Последним смеётся не тот, кто смешнее, а тот, кто медленнее соображает.
134. Чай кипит — нервы нет.
135. Не каждому дано быть собой. Некоторым приходится быть кем попало.
136. Если ты по жизни добрый, то готовь крепкие нервы.
137. Молчание — золото, особенно когда нечего сказать по делу.
138. Лучше упасть на диван, чем духом.
139. Любой конец — это просто новый повод начать сначала или лечь поспать.
140. Вся жизнь — это поиск кнопки «отмена».
141. Слышал, что скупой платит дважды, теперь хочу работать у скупого.

142. Шаг влево, шаг вправо — два шага.
143. Лучше выпить литр пива, чем не выпить литр пива.
144. И у мужчин, и у женщин бывают тяжёлые моменты в жизни. У мужчин — миссия в ГТА с вертолётником.
145. Я всегда говорю правду, даже когда вру.
146. Если заблудился в лесу — иди домой. Если заблудился в себе — перезагружайся.
147. Когда ты на дне, главное — не копать глубже.
148. Не ищи лёгких путей, ищи короткие.
149. Труд сделал из обезьяны человека, а из лошади — транспорт, из курицы — еду.
150. Чтобы быть крутым, нужно не стоять под тупым углом.
151. Если судьба тебе улыбается — проверь, не оскал ли это.
152. Пока ты доказываешь, что ты прав, время доказывает, что ты один.
153. Не все понимают мои поступки, но и я не нанимался на должность понятного.
154. Хотел как лучше, а получилось как всегда, только хуже.
155. Уважай тех, кто остаётся, когда остальные уходят.
156. Если ты стучишься в закрытую дверь и тебе не открывают — выбей соседнюю.
157. Иногда проще промолчать, чем объяснять, почему ты был прав с самого начала.
158. Не отрезай то, что можно развязать.
159. Глупый учится на своих ошибках, умный — на чужих, а я вообще стараюсь не учиться.
160. Реальность — это то, что приходит без предупреждения.
161. Неважно, кто против тебя, важно, кто рядом.
162. Сильный человек не тот, кто может всё выдержать, а тот, кто может вовремя уйти.
163. Если хочешь изменить мир — начни с лица. Остальное подтянется.
164. Нельзя бесконечно откладывать жизнь на потом — когда-нибудь кончится потом.
165. Главное в драке — не попадать под раздачу своих же ошибок.
166. Нервы — не Wi-Fi, по ним лучше не раздавать.
167. Чтобы понять человека, посмотри, как он ведёт себя, когда ему никто не нужен.
168. Если тебя недооценивают — не мешай им. Это удобно.
169. Никто не обязан быть таким, как ты о нём подумал.
170. Не ленись быть ленивым — это тоже работа.
171. Иногда лучший способ решить проблему — выключить телефон.
172. Чем больше обещаний, тем меньше дел.
173. Люди не меняются, просто иногда перестают притворяться.
174. Запомни: случайных людей не бывает. Бывают случайные встречи и закономерные выводы.
175. Не пытайся понравиться всем — ты же не скидка в магазине.
176. Самое сложное в этой жизни — быть собой, когда все хотят видеть тебя другим.
177. Лучше одна честная ссора, чем десять фальшивых улыбок.
178. Правда не всегда красива, но зато не требует декораций.
179. Если хочешь тишины — выключи не музыку, а людей.
180. Отпуская прошлое, освобождаешь руки для чего-то нового.
181. Не обещай, если не уверен, что сможешь выполнить. Не грози, если не уверен, что сможешь повторить.
182. Иногда один правильный «нет» важнее тысячи неправильных «да».
183. Безошибочных не бывает, но можно быть аккуратно ошибочным.
184. У каждого свои тараканы, мой — с пропуском и формой.
185. Если ты не управляешь характером, им управляют другие.
186. Уважение — валюта, которую не печатают.

187. Добро не всегда возвращается, поэтому делай его без сдачи.
188. Иногда, чтобы увидеть свет в конце туннеля, нужно выключить чужие фонарики.
189. Лучше быть честным злодеем, чем фальшивым святым.
190. Время лечит не всех, некоторых просто забывает.
191. Не путай терпение с безразличием. Иногда я просто выбираю экономичный режим.
192. Мои принципы не обсуждаются, максимум — обновляются.
193. Если хочешь кого-то удивить — сделай, а не рассказывай.
194. Чем меньше объясняешься, тем спокойнее живёшь.
195. Сложнее всего держать удар, когда он от своих.
196. Можно простить человека, но не вернуть прежнее отношение.
197. Не бойся потерять тех, кто не боялся потерять тебя.
198. Не все доживают до мудрости, некоторые застревают в глупости.
199. Счастье любит тишину, поэтому я громко не радуюсь.
200. В конце концов, каждый получает не то, что хотел, а то, что заслужил.

Глава 3. Любовь и отношения

Цитаты 201–300

201. Отношения как костёр: затухают, если не закинуть палку.
202. Я, как носок, никак не могу найти себе пару.
203. Загадочная женщина загадит жизнь любому.
204. От комплиментов до алиментов — много приятных моментов.
205. Если я вдруг стану тебе нужен, то я там же, где и был, когда был не нужен.
206. Раньше я думал, что вечной любви не существует, пока не встретил пиво.
207. Любовь — как Wi-Fi: вокруг полно сетей, но хороших с паролем.
208. Не каждая девушка будет рада книге, где всё крутится вокруг пива, спорта и денег.
209. Любовь с первого взгляда — это нормально. Плохо, когда со второго.
210. Не путай ревность с заботой. Одно лечится разговорами, другое — психиатром.
211. Если девушка молчит — значит, она уже всё сказала, только в своей голове.
212. Не можешь изменить мир? Измени хотя бы жене.
213. Влюблённость — это когда её статус интереснее новостей.
214. Бывшая — это человек, который доказал, что ты можешь лучше.
215. Отношения заканчиваются, когда начинаются отговорки.
216. Любовь — это когда даже её «я обиделась» звучит как музыка. Иногда — как рок.
217. Девушка — не смысл жизни, а украшение к уже имеющемуся смыслу.
218. Если она ушла молча, значит, ты давно всё громко проигнорировал.
219. Лучший комплимент девушке — соответствовать её ожиданиям, а не её фотографиям.
220. Любовь — это когда ты знаешь все её недостатки и всё равно считаешь их особенностями.
221. Не каждая «я занята» значит действительно занята. Иногда это значит «занята без тебя».
222. Гордость парня — порядочность его девушки.
223. Если она не просит, а молча терпит, — это не сила, это её запас до последнего «всё».
224. Самое страшное в ссоре — не крик, а тишина после «делай как знаешь».
225. Не обещай ей вечность, пообещай хотя бы присутствие здесь и сейчас.
226. Любовь — это когда тебе уже всё равно, кто прав, лишь бы вы были вместе.
227. Сложнее всего не найти человека, а не потерять себя рядом с ним.
228. Если мужчина любит, он решает проблемы. Если только говорит — он сам проблема.
229. Отношения — это не там, где без ссор, а там, где после них всё ещё вдвоём.
230. Бывшие возвращаются не потому, что поняли, что любят, а потому, что поняли, что там было не так уж плохо.
231. Возвращать стоит только тех, кто ушёл по нашей вине. Остальных — пусть возвращает их совесть.
232. Любовь — это когда отключён интернет, а вам всё равно есть о чём молчать вдвоём.
233. Не все, кто пишут «доброе утро», хотят, чтобы оно у тебя было. Некоторые просто проверяют связь.
234. Самые крепкие отношения строятся не на «без тебя не могу», а на «с тобой лучше, чем без тебя».
235. Если она рядом в трудные моменты, то в лёгкие позаботься, чтобы ей было рядом не скучно.
236. Любовь — это когда вместо «куда ты пропал?» она пишет «как ты?» и правда слушает ответ.

237. Ревность — это когда фантазия работает лучше, чем доверие.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.