“¡Oh desprecio, oh rencor, oh furia, oh rabia! La vida está de soles diademada…” - **Porfirio Barba Jacob**

“¡Qué tristeza, qué angustia y qué cólera me produce este aislamiento que uno sufre por el mero hecho de ser latino!” - **Rosa Chacel**

“¿No nos lastiman aquéllos a quienes amamos y respetamos más que aquéllos a quienes odiamos y tememos?” - **John Katzenbach**

“Amo la rabia de perderte, tu ausencia en el caballo de los días, tu sombra y la idea de tu sombra” - **César Moro**

“Bien, tú eliges. ¿Estarás a su lado en esta hora de necesidad, o prefieres llevarte tu ira a la tumba?” - **Steve Alten**

“Contra la ira, dilación” - **Séneca**

“Cuando la cólera sale de madre, no la retiene lengua de padre” - Anónimo

“El exceso de cólera engendra la locura” - Epicteto de Frigia

“El mérito autentico es, pudiendo hacer daño, no hacerlo” - **Siro**

“El odio es la cólera de los débiles” - Alphonse Daudet

“El pasado no puede hacerte daño, no a menos que se lo permitas” - **Alan Moore**

“El perdón es sólo empujar a un lado continuamente los recuerdos amargos, hasta que el tiempo alivia la herida y la rabia” - **Veronica Roth**

“El que airado procura hacer daño, no se guarda del que le puede suceder” - **Séneca**

“El que domina su cólera domina su peor enemigo” - **Confucio**

“Ella veía la ira acumulada, pero estaba convencida de que existía igual cantidad de amor si ella hubiera tenido la capacidad de activarlo…” - **Camilla Läckberg**

“En ninguno es la ira más peligrosa que en el que a otros castiga” - **Séneca**

“Es sabio dirigir tu cólera hacia los problemas, no hacia la gente; para centrar tus energías en las respuestas y no en excusas” - **W. Ward**

“Habéis sido esclavos durante mucho tiempo, estado sumidos en la oscuridad, la luz del sol hace daño a los ojos” - **L. García**

“Herir a un oponente es herirte a ti mismo, el arte de la paz es controlar la agresión sin producir daños” - **Morihei Ueshiba**

“La cólera da ingenio a los hombres apagados, pero los deja en la pobreza” - Isabel I

“La cólera de los imbéciles devasta hoy la tierra” - **Georges Bernanos**

“La cólera es orgullosa y necesita palabras altaneras; el abatimiento se expresa con términos menos altivos” - **Nicolás Boileau**

“La cólera es una ráfaga de viento que apaga la lámpara de la inteligencia” - **Robert Ingersoll**

“La cólera es una ráfaga de viento que apaga la lámpara de la inteligencia” - Robert Green Ingersoll

“La cólera no nos permite saber lo que hacemos y menos aún lo que decimos” - Arthur Schopenhauer

“La cólera refleja la debilidad, así como la aflicción: ambas son heridas, capitulaciones” - **Laurent Gounelle**

“La experiencia me ha enseñado que la mejor forma de protegerte es hacer creer a tus enemigos que no pueden hacerte daño” - **Patrick Rothfuss**

“La furia con que el mundo actual busca el placer prueba que carece de él” - **Ángel Ganivet**

“La furia fundida con la frialdad...” - **John Katzenbach**

“La ira altera la visión, envenena la sangre: es la causa de enfermedades y de decisiones que conducen al desastre” - **Florence Scovel**

“La ira es nuestro enemigo ya que se haya en nuestra mente, hiere y destruye, aniquila nuestras propias fuerzas y energías” - **Dalai Lama**

“La ira es una locura de corta duración” - **Quinto Horacio Flaco**

“La ira impulsiva siempre se mete en problemas” - **Rick Warren**

“La ira nace del temor, y es un sentimiento de debilidad o inferioridad; si posee coraje o determinación, cada vez será menor” - **Dalai Lama**

“La ira, si no es refrenada, es frecuentemente más dañina para nosotros que la injuria que la provoca” - **Séneca**

“La perfección del que imparte órdenes es ser pacífico; del que combate, carecer de cólera; del que quiere vencer, no luchar…” - Lao-tsé

“La rabia en los seres humanos con frecuencia es una de las trampas del enemigo” - **Gabriel García Márquez**

“La rabia es muy perjudicial para todo el mundo, pero sobre todo para el hombre que la experimenta” - **León Tolstói**

“La razón es quizás el instrumento que te puede hacer más feliz y a su vez hacerte más daño” - **Juan Lobillo**

“La verdad es como el agua fría, que solamente hace daño a los dientes estropeados” - **Nicolae Iorga**

“Las guerras y los arranques de cólera son los recursos de la ignorancia” - **Joseph Campbell**

“Las palabras son médicos de la enfermedad de la cólera” - **Esquilo**

“Lo que empieza en cólera acaba en vergüenza” - **Benjamin Franklin**

“Lo que empieza en cólera acaba en vergüenza” - Benjamin Franklin

“Los daños ya causados eran irremediables, pero al menos no se volverían a cometer” - **Ursula K Le Guin**

“Los recuerdos nos hacen tanto daño tal vez porque los años agranden la emoción” - **Homero Manzi**

“Los recuerdos olvidados hacen daño” - **Gonzalo Torrente Ballester**

“Los tigres de la cólera son más sabios que los caballos del saber” - **William Blake**

“Menores iras, no menores lides” - **Marco Anneo Lucano**

“No acometas obra alguna con la furia de la pasión; equivale a hacerse a la mar en plena borrasca” - **Thomas Fuller**

“No creo que tu capacidad de lucha tenga nada que ver con lo grande que seas. Tiene que ver con cuánta rabia hay en ti” - **Amy Winehouse**

“No os entreguéis por demasiado a la ira; una ira prolongada engendra odio” - **Ovidio**

“No se puede dedicar el alma a acumular intentos, pesa más la rabia que el cemento” - **Shakira**

“No temas que te hagan daño mis fieras desolaciones: como Pedro el Ermitaño, ¡jugarás como los leones!” - **Julio Herrera y Reissig**

“Otra cosa en esta sociedad es lo que te hace daño... Por eso necesitas todas esas porquerías” - **Charles Bukowski**

“Para la cólera y el amor todo lo que se aplaza se pierde” - Pierre Augustin de Beaumarchais

“Para templar el daño, consejo muda el prudente” - **Pedro Calderón De La Barca**

“Pero la ira vuelve sordo, y la desesperación, ciego” - **Laurent Gounelle**

“Recuerdo que el amor era una blanda furia no expresable en palabras” - **Eduardo Lizalde**

“Sabes que siempre trataré de evitar cualquier cosa que te haga daño” - **Diane Setterfield**

“Si hay cosas que no quiero contarte no es por egoísmo, es que no quiero hacerte daño” - **Joe Hill**

“Si me muriera mañana no me importaría el daño. Porque estoy seguro de haber hecho todo” - **Freddie Mercury**

“Si tienes miedo de hacerte daño, aumentas las probabilidades de que eso mismo suceda...” - **Mathias Malzieu**

“Somos más sinceros cuando estamos iracundos que cuando estamos tranquilos” - **Cicerón**

“Ten el valor de la astucia que frená la cólera y espera el momento propio para desencadenarla.” - Gengis Kan

“Tienen que darse cuenta que el miedo no les puede hacer más daño que un sueño” - **William Golding**

“Todas las cosas llegan, le hacen a uno daño y se van” - **Amado Nervo**

“Todos los hombres sabios temen tres cosas: la tormenta en el mar, la noche sin luna y la ira de un hombre apacible” - **Patrick Rothfuss**

“Yo estaba temblando de rabia por haberme lan­zado a hablar, furioso contra mí mismo por haber mostrado mi secreto” - **Juan Carlos Onetti**

“Yo solo, ¡Es increíble lo poco que puede hacer un hombre solo! Robar un poco, hacer un poco de daño, y ahí se acaba todo” - **Herbert George Wells**

“Yo también he sufrido, y entonces me hubiera gustado tener a mano alguien a quien hablar. Es malo tragárselo todo” - **Gonzalo Torrente Ballesters**