

1. Citations classées par ordre alphabétique des auteurs.

1. **Amiel-Lapeyre** « *Le fort déverse sa colère sur celui qui la fait naître. Le faible la répand sur plus faible que lui* »
2. **Aretino** « *La colère nous rend aveugle et fou car, avec elle, la raison s'envole.* »
3. **Aristote** « *La colère est nécessaire ; on ne triomphe de rien sans elle, si elle ne remplit l'âme, si elle n'échauffe le cœur ; elle doit donc nous servir, non comme chef, mais comme soldat.* »
4. **Bazin** « *Mais l'indifférence est un état bien plus grave que la colère et c'est là le pire effet de l'interruption de la vie commune.* »
5. **Beaumarchais (de)** « *La colère, chez les bons cœurs, n'est qu'un besoin pressant de pardonner !* »
6. **Ben Jelloun** « *Un homme en colère est un homme qui n'a pas su dire non et éprouve, en plus, le remords de ne pas l'avoir fait.* »
7. **Bohringer (R)** « *La colère, ça fait vivre. Quand t'es plus en colère, t'es foutu.* »
8. **Bouddha** « *Rester en colère, c'est comme saisir un charbon ardent avec l'intention de le jeter sur quelqu'un ; c'est vous qui vous brûlez.* »
9. **Connelly** « *Quand vous supprimez l'espoir, ça laisse un vide. Certains comblent le vide avec la colère et la violence.* »
10. **Couto** « *La colère n'est qu'une manière différente de pleurer.* »
11. **Despain** « *La peur conduit à la colère. La colère à la haine. La haine aux ténèbres.* »
12. **Dryden** « *Prenez garde à la colère d'un homme patient.* »
13. **Epictète** « *Lorsque donc quelqu'un te met en colère, sache que c'est ton jugement qui te met en colère.* »
14. **Escarpit** « *La colère est comme l'alcool : à petites doses et de temps en temps, cela peut rendre service.* »
15. **Escayrol** « *Rage dedans : Colère rentrée.* »
16. **Eschyle** « *La parole apaise la colère.* »
17. **George Sand** « *Ne crois pas que la colère vaincue et la peine endurée soient les ennemis du talent. Loin de l'épuiser, elles le stimulent.* »
18. **Guay** « *On ne se met pas en colère contre ses ennemis. La colère ne vient qu'à ceux qui se disent amis.* »
19. **Guilleaumes** « *Qui peut désaimer sans rage, colère, haine ou peine, n'a pas aimé.* »
20. **Halter** « *La colère est la non-acceptation de l'inacceptable.* »
21. **Hazrat** « *Qui apaise la colère éteint un feu ; qui attise la colère, sera le premier à périr dans les flammes.* »
22. **Høeg** « *La moitié de toute colère est dirigée vers l'intérieur.* »
23. **Hugo** « *La colère peut être folle et absurde ; on peut être irrité à tort ; on n'est indigné que lorsqu'on a raison au fond par quelque côté.* »
24. **Kazantzákis** « *Si le cœur de l'homme ne déborde pas d'amour ou de colère, rien ne peut se faire en ce monde.* »
25. **King** « *L'humour est presque toujours la colère maquillée.* »
26. **Lacroix** « *La colère c'est la violence des faibles.* »
27. **Lamirande (de)** « *La colère repose de l'amertume.* »
28. **Lucas** « *La peur mène à la colère, la colère mène à la haine, la haine mène à la souffrance.* »
29. **Marc-Aurèle** « *La colère et le chagrin nous font beaucoup plus de mal que les choses mêmes dont nous nous plaignons, et qui les font naître.* »
30. **Michaud** « *Une colère justifiée est toujours saine.* »
31. **Montaigne (de)** « *Quand on me contrarie, on éveille mon attention, non pas ma colère : je m'avance vers celui qui me contredit, qui m'instruit.* »
32. **Napoléon Ier** « *Un homme, véritablement homme, ne hait point ; sa colère et sa mauvaise humeur ne vont point au-delà de la minute.* »
33. **Nietzsche** « *La colère vide l'âme de toutes ses ressources, de sorte qu'au fond paraît la lumière.* »
34. **Penn** « *La colère est pour l'âme une espèce de fièvre, que laisse toujours le malade plus faible que quand elle l'a pris.* »
35. **Picard** « *La colère pulvérise les subtilités et écrase l'esprit de finesse. On ne peut à la fois tempêter et peser des œufs de mouche dans des balances de toile d'araignée, pour reprendre la formule de Voltaire.* »

36. **Pigault-Lebrun** « *L'homme qui s'abandonne à la colère, ne sent pas son avilissement : la passion l'aveugle.* »
37. **Pinot Duclos** « *La colère est une haine ouverte et passagère ; la haine, une colère retenue et suivie.* »
38. **Proverbe français** « *La colère est aveugle.* »
39. **Richardson** « *Les hommes coléreux se font à eux-mêmes un lit d'orties.* »
40. **Sénèque** « *La raison veut décider ce qui est juste ; la colère veut qu'on trouve juste ce qu'elle a décidé.* »
41. **Sénèque** « *Si tu ne peux vaincre la colère, elle commence à te vaincre.* »
42. **Shakespeare** « *La colère est pareille à un cheval fougueux ; si on lui lâche la bride, son trop d'ardeur l'a bientôt épuisé.* »
43. **Staël (Mme de)** « *Il ne faut pas se mettre en colère contre les choses : cela ne leur fait absolument rien.* »
44. **Steinbeck** « *Dans l'âme des gens, les raisins de la colère se gonflent et mûrissent, annonçant les vendanges prochaines.* »
45. **Yoda** « *La peur est le chemin vers le côté obscur: la peur mène à la colère, la colère mène à la haine, la haine... mène à la souffrance.* »



2. Livres disponibles à la Maison des Savoirs :

- ◆ **Ces gens qui explosent de colère, de peur ou de tristesse : garder son sang-froid en toutes circonstances** / **Albert J. Bernstein.** - Pocket, 2012 152 BER (*)
- ◆ **Ethique de Nicomaque / Aristote.** - Flammarion, 1992 182 ARI
- ◆ **La grande paix de l'esprit : La vision de l'éveil dans la grande perfection / Sa Sainteté le Dalai-Lama.** - Table ronde, 2008 294 DAL
- ◆ **L'Homme apaisé : "Colère" et "Clémence" / Sénèque.** - Arléa, 1990 182 SEN
- ◆ **L'homme indigné : essai / Jean-François Mattéi.** - Cerf, 2012 170 MAT
- ◆ **Le Monde ; Description du corps humain ; [Traité des] Passions de l'âme ; Anatomica ; Varia / René Descartes .** - Vrin, 1996 190 DES
- ◆ **Mettre fin au conflit / Krishnamurti.** - Presses du Châtelet, 2014 181 KRI
- ◆ **Œuvres complètes. – Contient : « pensées métaphysiques » ; « l' éthique ».../ Spinoza.** - Gallimard, 1992 190 SPI
- ◆ **Petit traité des grandes vertus / André Comte-Sponville.** - PUF, 1995 190 COM
- ◆ **Rhétorique / Aristote.** - Gallimard, 1998 182 ARI

(*) Index de classement des livres de la MDS afin de faciliter les recherches.