

"Veselo srce podarja zdravje, potr duh pa suši kosti." Sveto Pismo, Pregovori 17,22

"Ne umreš od tega od česar si bolehal; umreš od tistega od česar si živel." Michel Eyquem de Montaigne

"Povej mi kaj ješ, in povedal ti bom, kaj si." Anthelme B. Savarin

"S svojim telesom bomo usklajeni le, če ga bomo imeli resnično radi in ga spoštovali. S sovražnikom se namreč ne moremo dobro sporazumevati." dr. Horriet Lerner

"Zdravje je največje bogastvo." Nemški pregovor

"Zdravje ne odtehtajo vsi zakladi sveta." Poljski pregovor

"Obstaja samo eno zdravilo zoper velike skrbi: drobne radosti." Karl Heinrich Waggerl

"Kdor se redno smeji in dosti giblje si zdravje zagotovi." Božidar Eržen

"Telesna, umska in duhovna raven delujejo v medsebojni povezavi. Spodbujajte telo, kolikor hočete. Toda dokler ne boste prenovili tudi stanje uma in duha, ne boste spoznali zdravega življenja in vitalnosti." Greg Anderson

"Eno jabolko na dan odžene zdravnika stran." Angleški pregovor

"Če nimaš zdravnika, naj bodo tvoji zdravniki vedra duša, počitek in zmerno življenje." Latinski pregovor

"Zmernost je eden najboljših zdravnikov." Julius Langbehn