

**Zeitschrift:** L'ami du patois : trimestriel romand  
**Band:** 28 (2000)  
**Heft:** 109

**Artikel:** Lo mériou = Le miroir  
**Autor:** Laguièr, Andri / Lagger, André  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-244227>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 15.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## Pages valaisannes

### Le miroir

#### Lo mériou

Le môndo yè fran ôn mériou.  
Tô fé la mouye ou choréc :  
Tô tè vi chôntrou ou zoyou.  
Chèr lo bo cholè, pâ lo chéc !

Côrè lèc dè hléc quié vi nir !  
Yè bôn quiè po décoraziè.  
Yè h'ôn malâdo, ôncô pir ;  
Ou pâ ouaréc, eincoraziè.

Ôblia lè croué zor, lè soussi.  
Tè fât èhrèirè ou prèjein.  
Le vià yè bèla, deu mèrsi.  
Tô rèchi chein quié t'eind'atein.

Le zoué dè véivré chè ouâgnè.  
Pâ fâta d'atsètâ lo gran.  
D'éhrè dou bôn lâ, tô gagnè.  
Chi comein lè petéc j'einfan.

Mimo che d'ôn tè djiôn borchâ,  
Po t'ocôpâ dè to j'einfan,  
Sacrefeye ôna corchâ.  
Pach'avoué lour dè vré moman.

Le bonour yein pâ dou dèfoura.  
Yè lé can chè totsôn dô cour.  
L'améc aréivè a l'oura,  
Dè yâzo po panâ lè pliour.

*Le monde est semblable à un miroir.  
Tu fais la grimace ou tu souris :  
Tu te vois triste ou joyeux.  
Choisis le beau soleil, pas le vent !*

*Fuis le pessimiste !  
Il ne fait que décourager.  
Il est pire encore qu'un malade  
Qui ne veut pas guérir, encourager.*

*Oublie les mauvais jours, les soucis.  
Il te faut écrire au présent.  
La vie est belle, dis merci.  
Tu reçois ce que tu en attends.*

*La joie de vivre se sème.  
Il n'est pas nécessaire d'acheter le grain.  
Tu gagnes à être de bonne humeur.  
Imite les petits enfants.*

*Même si certains te traitent d'imbécile,  
Pour t'occuper de tes enfants,  
Sacrifie un instant.  
Passe avec eux des moments vrais.*

*Le bonheur ne vient pas de l'extérieur.  
Il est là quand deux coeurs se touchent.  
L'ami arrive à l'heure,  
Parfois pour sécher les pleurs.*

Avreu 1998

Andri Laguièr

Avril 1998

André Lager

"C'est notre intérieur qui construit  
notre extérieur"