

**Zeitschrift:** L'ami du patois : trimestriel romand  
**Band:** 30 (2003)  
**Heft:** 122

**Artikel:** Fôchè vèré ! = Si c'était vrai !  
**Autor:** Laguièr, Andri / Lagger, André  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-244586>

### **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:** 09.04.2026

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



## Pages valaisannes

### Fôchè vèré !

Le moman prèjein yè h'ôn pon.  
Tsârze-lo pâ di grâvè dè yèr  
È dè la zèr dè dèman, don !  
Véc lo zor dè ouéc ein eintchièr.

Contèinta-tè pâ quiè d'éhrè.  
Léiva lè j'ouès vèr lè sômbè.  
La vià, y tè fâ la véivré !  
Tô vèré pâ mi lè cômbe.

Atein pâ quiè tô fôchè mor  
Por aprèsseyè lè tchioûjè.  
T'â pâ bèjouén d'ôn gran èfor  
Po côcâ lè zèintè roujè.

Ôra, chèr tozò lo bonour.  
Tô châ prou anvoueu lo troâ :  
Yén ou piès, tot ou fon dou cour.  
Tè cohè tchioûja d'afroâ.

Pachâ âran, yè damâzo.  
T'â tot dein lè man po rousséc  
A rèindrè bo lo voyâzo.  
Tsâ bén rôtenâ è âzéc.

Fôri vrèman bén d'obèéc  
A stéc conchè; yè lé môn chouèt.  
Deu-lo mi lèc a ôn améc.  
Ouârda-lo pâ com'ôn chècrèt.

Mai 2000

Andri Laguièr

### Si c'était vrai !

*Le moment présent est un pont.  
Ne le charge pas des regrets d'hier  
Et de la peur de demain.  
Vis l'aujourd'hui en plénitude.*

*Ne te contente pas d'exister.  
Lève les yeux vers les sommets.  
La vie, il te faut la vivre !  
Tu ne verras plus les combes.*

*N'attends pas que tu sois mort  
Pour apprécier les choses.  
Tu n'as pas besoin d'un grand effort  
Pour admirer les jolies roses.*

*Maintenant, choisis toujours le bonheur.  
Tu sais bien où le trouver :  
Dans la poitrine, au tréfonds de ton coeur.  
Il ne te coûte rien d'essayer.*

*Il est dommage de passer à côté.  
Tu as tout dans les mains pour réussir  
A embellir le voyage.  
Il suffit de bien réfléchir et d'agir.*

*Il serait vraiment bien d'obéir  
A ce conseil ; tel est mon souhait.  
Transmets-le à un ami.  
Ne le garde pas comme un secret.*

Mai 2000

André Lagger

*"Tu es heureux dans la mesure  
où tu as décidé de l'être"*