

**Zeitschrift:** L'ami du patois : trimestriel romand  
**Band:** 31 (2004)  
**Heft:** 125

**Artikel:** Chèmein dou bonour = Semences du bonheur  
**Autor:** Laguièr, Andri / Lagger, André  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-244693>

#### **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:** 07.01.2026

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

## Chèmein dou bonour

Can tô côquiè lotor dou néc,  
T'é pâ le cholèt a chôfréc.  
Tô vit l'evêr, cri ou fourtén !  
Ourou, tô pou tè mantènén.

Baliè yè rèchivrè, ôn deut.  
Chouir, t'é jiamè ein dèfetseut.  
T'é tra ocôpâ pè l'arzein.  
T'ôbliè dè vêïvrè lo prèjein.

Can tô pout idjiè lo vején,  
Che tô vit qu'yè dein lo bêjouén,  
Tô ôbliè lè malièincôréc  
È mimamein lè maladéc.

Afroûa dè férè plijèc.  
Ché chouir, tô trovèré lijèc.  
Ouârda pâ la râze ou cour.  
Le pèrdôñ : poûrta dou bonour.

Vêïvrè yè lanmâ, partaziè,  
Ahôoutâ l'âtre, cholaziè.  
Fé pâ la moûye, mâ choréc !  
T'aré ôna bréïva d'améc.

Tè lo chouèto ; ari a tueus.  
L'âbro qu'ya dè prèvôntè reus,  
Ya pâ pouire dè l'orâzo.  
Véc avoué fouè è corâzo !

## Semences du bonheur

Quand tu observes autour du nid,  
Tu n'es pas le seul à souffrir.  
Tu vois l'hiver, crois au printemps !  
Heureux, tu peux te maintenir.

Donner c'est recevoir, dit-on.  
Assurément, tu n'es jamais en déficit.  
Tu es trop occupé par l'argent.  
Tu oublies de vivre le présent.

Quand tu peux aider le voisin,  
Si tu vois qu'il est dans le besoin,  
Tu oublies les tracas  
Et même les maladies.

Essaie de faire plaisir.  
Je suis persuadé, tu trouveras le loisir.  
Ne garde pas la rage au coeur.  
Le pardon : porte du bonheur.

Vivre c'est aimer, partager,  
Ecouter l'autre, soulager.  
Ne fais pas la moue, mais souris !  
Tu auras une foule d'amis.

C'est ce que je te souhaite.  
L'arbre qui a de profondes racines,  
Ne craint pas l'orage.  
Vis avec foi et courage !

Janviè 2001 Andri Laguièr Janvier 2001

André Lagger



*"Tu ne trouves pas le bonheur en le cherchant,  
mais en le donnant"*