

**Zeitschrift:** L'ami du patois : trimestriel romand  
**Band:** 32 (2005)  
**Heft:** 128 [i.e. 129]

**Artikel:** Miò véïvrè = Mieux vivre  
**Autor:** Lagger, André / Laguièr, Andri  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-244826>

#### 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

### Miò véïvrè

Dou pachâ, t'é pâ fran contein ?  
Ôblia to chein quié tâ mancâ !  
Côca ein dèvan frantsemein !  
Tô tè chein miò, tâ rèmarcâ ?

T'é tô, le techot dè ta vià.  
Por tô-mîmo, chi ôn améc  
Ein couéc tô pou tozò t'einfia.  
Tô pàchê la vià avoué luéc !

Po poï, fâ dabor oli.  
Tô l'avouè guièlià to lè zor.  
Chein lé, yè miò dè lo chaï.  
Rousséc dèmàndè ôn èfor.

Tâ oûra d'ai dè plijéc.  
Le dolour yein chén la tsèrcâ.  
Dè rôtenâ, tâ to lijéc.  
Chôntro ? mi louén tô di côcâ.

Parein, chèmein dè to j'einfan.  
Einfan, lômiere di parein.  
Lànma ouéc, atein pâ dèman !  
Fé pâ chagniè lo cour po rein !

Le vià yè h'ôn côr pachâzo.  
Tòta charaille ya cha clià.  
Lanmâ bâliè dè corâzo.  
Po véïvrè ourou, véc catchià !

Maï 2002

Andri Laguièr

« Tu vaux ce que vaut ton cœur »

### Mieux vivre

*Tu n'es pas content de ton passé ?  
Oublie tout ce que tu as manqué !  
Regarde en avant franchement !  
Tu te sens mieux, tu as remarqué ?*

*Tu es le tisserand de ta vie.  
Pour toi-même, sois un ami  
En qui tu peux toujours avoir confiance.  
Tu passes ta vie avec lui !*

*Pour pouvoir, il faut tout d'abord vouloir.  
Tu l'entends presque tous les jours.  
Il vaut mieux le savoir.  
Réussir demande un effort.*

*Tu as de la peine à avoir du plaisir.  
La douleur vient sans la chercher.  
Tu as tout le loisir de réfléchir.  
Triste ? plus loin tu dois regarder.*

*Parent, semence de tes enfants.  
Enfant, lumière des parents.  
Aime aujourd'hui, n'attends pas demain !  
Ne fais pas saigner ton cœur pour rien !*

*La vie est un court passage.  
Toute serrure a sa clef.  
Aimer donne du courage.  
"Pour vivre heureux, vis caché "*

Mai 2002

André Lagger