

curraicealam airson sàr-mhathais:
eòlas creideimh agus moraltachd
prionnsapalan agus cleachdadh

www.gaidhlig.ltscotland.org.uk



Eòlas creideimh agus moraltachd Prionnsapalan agus cleachdadh

Carson a tha eòlas creideimh agus moraltachd cudromach do chlann agus do dhaoine òga uile?¹ Dè tha clann agus daoine òga a' coileanadh tro ionnsachadh ann an eòlas creideimh agus moraltachd?

Tha Alba na dùthaich sa bheil raon farsaing de chreideasan am measg an t-sluaigh bho na diofar mheuran den chreideamh Chrìosdail, air an riochdachadh air feadh na dùthcha, maille ri prìomh chreideamhan eile an t-saoghail, agus ri creideasan nach eil traidiseanta. Tha a leithid sin de dh'iomadachd na shaidhbhreas do Alba, mar chùl-raon gluasadach agus smaoineachail dhan chloinn agus do dhaoine òga, airson an creideasan agus an luachan fhèin a thoirt air adhart.

Tha eòlas creideimh agus moraltachd a' toirt comas dhan chloinn agus do dhaoine òga prìomh chreideamhan an t-saoghail a rannsachadh, maille ri seallaidhean a tha neo-eisimeileach an lùib creideas sam bith, agus beachdachadh air na dùbhlain a tha air an cruthachadh le na creideasan agus le na luachan sin. Tha sin a' cur taic riutha ann a bhith a' toirt air adhart, agus a' meòrachadh air, an luachan agus an comas air breithneachadh moralta. Tro mhothachadh agus tuigse mu luach gach neach fa leth ann an coimhearsnachd eadar-mheasgte a thoirt air adhart, tha eòlas creideimh agus moraltachd a' ciallachadh a bhith cunntachail do dhaoine eile. Bidh am mothachadh agus an tuigse a' cuideachadh le bhith a' cur bacadh air claon-bhreith agus do-ghiùlan, nuair a bhios clann agus daoine òga a' smaoineachadh air cùisean mar gràin-creideimh agus leth-bhreith ann an dòigh nas farsainge.

'S e pròiseas a th' ann an eòlas creideimh agus moraltachd far a bheil clann agus daoine òga a' dol an sàs ann a bhith a' sireadh brìgh, luach agus adhbhar nam beatha. Airson seo a dhèanamh, tha feum air rannsachadh chreideasan agus luachan, agus air sgrùdadh mu mar a tha na creideasan agus na luachan sin gan cur an cèill.

Togail a' Churraicealaim 1

Feumaidh clann agus daoine òga a bhith mothachail gu bheil creideasan agus luachan bunaitich do theaghlaihean, agus do bhrìgh a' chomainn shòisealta ann an coimhearsnachdan, ionadail agus cruinneil. Tha luach gnèitheach ann an ionnsachadh *mu* chreideamh cho math ri ionnsachadh *bho* chreideamh, nuair a bhios clann agus daoine òga a' toirt air adhart an tuigse mu iomadachd nar coimhearsnachd agus mun dleastanasan fhèin ann. Tha sgilean meòrachaidh, smaoineachadh breithneachail agus àrd tuigse mu chreideasan agus luachan dhaoine eile uile cudromach ann an cuideachadh leis a' phròiseas seo.

Tha ionnsachadh tro eòlas creideimh agus moraltachd a' toirt comas dhan chloinn agus do dhaoine òga:

- creideamh aithneachadh mar fhollaiseachadh cudromach air eòlasan daonna
- ionnsachadh mu, agus bho, chreideasan, luachan, chleachdaidhean agus thraidiseanan Crìosdaidheachd agus chreideamhan an t-saoghail, air an taghadh airson sgrùdadh, maille ri traidiseanan eile agus beachdan a tha neo-eisimeileach bho chreideamh sam bith
- eòlas agus tuigse mu chreideamhan a rannsachadh agus a thoirt air adhart, ag aithneachadh an àite aig Crìosdaidheachd ann an Alba
- freagairtean, a rannsachadh agus a thuigsinn, as urrainn do bheachdan creideamhach agus neo-chreideamhach a thairgsinn do cheistean mu nàdar agus mu bhrìgh na beatha
- iomadachd creideimh agus cudromachd creideimh sa choimhearsnachd aithneachadh agus a thuigsinn
- spèis do dhaoine eile agus tuigse mu chreideasan agus mu chleachdaidhean, a tha eadar-dhealichte bhon fheadhainn aca fhèin, a leasachadh
- luachan mar gliocas, ceartas, co-fhaireachdainn agus treibhdhireas a rannsachadh agus a stèidheachadh, agus a dhol an sàs ann an leasachadh agus ann am meòrachadh air an luachan moralta fhèin
- an creideasan, an seasamh, an luachan agus an cleachdaidhean a leasachadh tro mheòrachadh, tro rannsachadh agus tro smaoineachadh breithneachail
- sgilean meòrachaidh, lèirsinn, is smaoineachadh breithneachail a thoirt air adhart agus co-dhùnadh a dhèanamh mu dhòigh giùlain
- diofar deimhinneach a dhèanamh don t-saoghal le bhith a' cur an creideasan agus an luachan an gnìomh
- bun-stèidh làidir a shuidheachadh airson ionnsachadh fad-beatha, airson tuilleadh ionnsachaidh agus airson beatha inbheach.

Mar sin, tha eòlas creideimh agus moraltachd na phàirt cudromach de bheatha ionnsachaidh gach pàiste agus gach duine òg.

¹ Tha suidheachadh reachdail aig eòlas creideimh ann am foghlam na h-Alba, co-cheangailte ri sgoiltean ach chan eil ann an ionadan ro-sgoile.

Ciamar a tha eòlasan agus builean eòlas creideimh agus moraltachd air an eagrachadh?

Tha cothroman anns na h-eòlasan agus na builean airson pearsanachadh agus roghainn, airson doimhneachd agus meòrachadh.

Tha na h-eòlasan agus na builean air an eagrachadh ann an trì dòighean, airson comas a thoirt do luchd-teagaisg ionnsachadh mu, agus tro, Chrìosdaidheachd a phlanadh, a thuilleadh air creideamhan eile an t-saoghail a tha air an taghadh airson an ionnsachadh, agus airson planadh mu adhartas chreideasan agus luachan. Airson nam prìomh chreideamhan, tha na loidhnichean adhartais a' gabhail a-steach Creideasan, Luachan agus ceistean, agus Cleachdaidhean is traidiseanan.

Chan eil na h-eòlasan agus na builean co-cheangailte ri adhartas chreideasan agus luachan le clann agus le daoine òga a' cruthachadh suidheachadh air leth airson planadh. Bu chòir dhaibh a bhith ceangailte ri na h-eòlasan agus ri na builean airson Crìosdaidheachd agus creideamhan an t-saoghail, a tha air an taghadh airson ionnsachadh.

Tha builean na ceathramh ìre air an dealbhadh airson a bhith faisg air ìre 4 den SCQF.

Carson a tha cuideam air Crìosdaidheachd ann an curraicealam eòlas creideimh agus moraltachd?

Aig àm planaidh airson eòlas creideimh agus moraltachd, bidh sgoiltean a' beachdachadh air na coimhearsnachdan agus air na suidheachaidhean sa bheil a' chlann agus na daoine òga a' còmhnaidh agus ag ionnsachadh. Tron ionnsachadh ann an eòlas creideimh agus moraltachd, bidh clann agus daoine òga uile a' toirt air adhart tuigse mu Chrìosdaidheachd, a tha air eachdraidh agus traidiseanan na h-Alba a dheilbh, agus a tha fhathast a' toirt buaidh air a' bheatha nàiseanta. Cuideachd, 's e prìonnsapal bunaiteach a th' ann gum bi clann agus daoine òga air feadh Alba a' beachdachadh air raon de chreideamhan agus de bheachdan, ge air bith ciod an suidheachadh fhèin no suidheachadh ionadail. Gu dearbha, cumaidh na h-eòlasan agus na builean air adhart gu cloinn agus gu daoine òga, mar a bhios iad a' fàs, a' leudachadh an ionnsachaidh gu fada seachad air an t-suidheachadh ionadail gu suidheachaidhean nàiseanta agus eadar-nàiseanta.

Dè tha a' comharrachadh ionnsachadh agus teagasg èifeachdach ann an eòlas creideimh agus moraltachd?

Bu chòir do dh'ionnsachadh a bhith leanailteach, adhartach agus brìoghmhor, agus bu chòir a bhith a' planadh air a shon agus ga theagasg ann an dòighean a tha a' brosnachadh luchd-ionnsachaidh airson gun aithnich iad gu bheil an t-eòlas, na sgilean agus na beachdan a tha air an comharrachadh ceangailte ri chèile ann an dòigh a tha do-fhuasgailte. Chan urrainn na rùintean sin a bhith air an coileanadh ach tro theasgag agus tro ionnsachadh a tha àrd-ghnèitheach, agus tro shuidheachadh a tha taiceil airson ionnsachadh a stèidheachadh. Tha dleastanas cudromach air luchd-teagaisg uile ann a bhith a' cumadh agus ag adhartachadh feallsanachd in-ghabhalach agus spèis do gach neach fa leth.

Ann am planadh agus teagasg eòlas creideimh agus moraltachd, bidh cothrom aig luchd-teagaisg:

- cunntas mothachail a bhith aca mu, agus luach a chur air, an creideamh nan coimhearsnachdan ionadail fhèin, a' cleachdadh cho-theacsan buntainneach air a bheil daoine òga eòlach
- clann agus daoine òga a bhrosnachadh tro ghnìomhan airson com-pàirteachadh ann an seirbheis do chàch;
- comas a thoirt air adhart, tro eòlas, tro thuigse, tro beachdachadh agus tro dheasbairreachd làidir, airson creideasan dhaoine eile a thuigsinn
- a bhith a' tarraing air measgachadh de dhòighean obrach, a' gabhail a-steach ionnsachadh gnìomhach agus cluiche aig a bheil amas agus a tha air a phlanadh
- a bhith a' toirt air adhart sgilean ceasnachaidh agus air smaoineachadh breithneachail a bhrosnachadh;
- a bhith a' toirt air adhart sgilean airson fuasgladh cheistean a chruthachadh
- ùine fhighhe a-steach airson meòrachadh pearsanta, beachdachadh is deasbairreachd ann an doimhneachd a bhrosnachadh
- ùine a sholarachadh airson ionnsachadh co-obrachail agus neo-eisimeileach
- beachdachadh mun chùl-raon creideimh, mu shuidheachadh 's mu ìre adhartais na cloinne agus nan daoine òga, agus mun comas air dèiligeadh ri beachdan iomadh-fhillte
- aithneachadh agus togail a dhèanamh air an raon chudromach mu cheanglaichean eadar cuspairean agus ionnsachadh ann an eòlas creideimh agus moraltachd agus roinnean eile den churraicealam
- teicneòlas a chleachdadh gu freagarrach agus gu mac-meanmhainneach
- togail air prìonnsapalan Measadh agus Ionnsachadh.

Bidh modhan de obair ghnìomhach, a' gabhail a-steach ionnsachadh co-obrachail, a' brosnachadh chloinne agus dhaoine òga airson am beachdan, an eòlasan agus an dùbhlain moralta a dheasbad agus a cho-roinneadh ann an caochladh dhòighean. Bidh sin a thuilleadh air a bhith a' leasachadh sgilean beatha agus obrach, a leithid conaltradh, ag obair còmhla ri daoine eile agus a' fuasgladh cheistean.

Bidh luchd-teagaisg a' dèanamh cinnteach gun dèilig iad ri clann agus ri daoine òga an taobh a-staigh creideamh sam bith ann an dòigh mhothachail. Ged a bhios cuid airson bruidhinn mun creideamh, bidh feadhainn eile nach bi. Cha bu chòir do luchd-teagaisg a bhith den bheachd gum bu chòir pàiste no neach òg sam bith a bhith deiseil airson fiosrachadh a thoirt seachad.

Faodaidh beachdan a tha neo-eisimeileach bho chreideamh cràbhach a bhith air an deasbad an taobh a-staigh nam modhan ionnsachaidh agus teagaisg, a thathar a' cleachdadh airson Crìosdaidheachd agus creideamhan an t-saoghail a sgrùdadh. Tha eòlasan agus builean ann an leasachadh chreideasan agus luachan a' cur taic ri adhartas tuigse a tha nas fharsaing, agus a tha a' drùdhadh air ionnsachadh agus teagasg.

Os cionn gach nì, 's e an neach-teagaisg a tha a' sònrachadh a' bhrosnachaidh agus an dùbhlain a tha cudromach airson ar rùintean do dhaoine òga uile a choileanadh.

Ciamar a phlanas mi airson raon freagarrach de chreideamhan, ach aig an aon àm a' gabhail a-steach beachdan a tha neo-eisimeileach mu chreideas creideimh?

A thuilleadh air sgrùdadh Crìosdaidheachd, feumaidh co-dhùnaidhean a bhith dèante mu na creideamhan a bhithear a' taghadh airson sgrùdadh, airson doimhneachd tuigse a thoirt air adhart. Tha e cudromach cuimhneachadh air suidheachaidhean ionadail agus air dùilean coimhearsnachd, agus pàrantan a thoirt a-steach an lùib cho-dhùnaidhean. Tha e cudromach nach bithear a' dol ro dhomhainn ann an cus chreideamhan, gun cus thaobhan a sheachnadh, nì a dh'fhaodadh a bhith dùbhlanaich. Le seo san amharc, dh'fhaodadh gum biodh e freagarrach ann am mòran de bhun-sgoiltean amas air dà chreideamh saoghail aig a' char as motha, a thuilleadh air Crìosdaidheachd. Ach, ged a bhithear a' sgrùdadh aon chreideamh, no barrachd air aon, ann an doimhneachd, dh'fhaodadh gum bi luchd-teagaisg ag iarraidh smaoinichadh air nithean co-cheangailte ri creideamhan eile, a tha air an taghadh gu cùramach, 's dòcha ann an suidheachadh ionnsachadh eadar-chuspaireil.

Glè thrì, bidh co-theacsa mu sgrùdadh chreideamhan an t-saoghail a' gabhail a-steach Crìosdaidheachd, a' stiùireadh luchd-teagaisg gu puingean freagarrach far am faodar bruidhinn mu smuaintean a tha neo-eisimeileach bho chreideas, bho luachan, chleachdaidhean agus thraidiseanan creideimh. 'S e eisimpleir dealbhach de sin, an cothrom a tha ceangailte ri bhith a' rannsachadh luachan moralta creideimh no freagairt do chùis shòisealta, agus rannsachadh mu luachan moralta roghainn no co-rèireachd, a tha neo-eisimeileach bho chreideas creideimh.

Ciamar a bhios na h-eòlasan agus na builean a' toirt taic do chlann mu an creideasan agus an luachan fhèin a thoirt air adhart?

Tha na pròiseasan co-cheangailte ris a' bheachd-smuain, 'sireadh pearsanta', fhathast mar phrìomh phàirt de theagasg agus de ionnsachadh ann an eòlas creideimh agus moraltachd: feumaidh clann agus daoine òga ionnsachadh bho chreideasan creideimh cho math ri ionnsachadh mun deidhinn. Bu chòir don t-suidheachadh ionnsachaidh a bhith a' brosnachadh adhartas air na creideasan agus na luachan aig a' phàiste no aig an duine òg fhèin, a thuilleadh air a bhith a' toirt air adhart eòlais agus tuigse mu luachan, mu chleachdaidhean agus mu thraidiseanan. Gabhaidh seo a choileanadh tro bheachdachadh agus tro mheòrachadh air, agus freagairt do, na dùbhlain a tha air an taisbeanadh le creideasan agus le luachan creideimh, agus leothasan a tha a' tighinn bho bheachdan a tha neo-eisimeileach bho chreideas creideimh.

Bu chòir do phàiste no do dhuine òg a bhith a' rannsachadh a chreideasan agus a luachan leasaichte fhèin tron phròiseas ionnsachaidh ann an eòlas creideimh agus moraltachd. Bu chòir don rannsachadh seo a bhith san ionnsachadh agus san teagasg air fad, a' gabhail a-steach làn chunntas de fhiosrachadh, de aois agus de ìre a' phàiste agus an duine òg. Tha eòlas agus tuigse nam pàirt cudromach den mheòrachadh agus den rannsachadh seo ach chan iad na h-aon phàirtean. Dh'fhaodadh neach-ionnsachaidh a bhith a' faireachdainn agus a' cur an cèill mothachadh mu iongnadh, ag aithneachadh phàtrain agus òrdugh san t-saoghal, a' ceasnachadh bhunan gu làidir, a' meòrachadh air dàimhean agus luachan, agus a' tòiseachadh air smaoinichadh mu cheistean deireannach co-cheangailte ri brìgh, luach agus adhbhar sa bheatha. Feumaidh am pròiseas ionnsachaidh seo aithneachadh, agus tòiseachadh bho, shuidheachadh tùsail an duine òg.

Mar a bhios am pàiste no an duine òg ag ionnsachadh agus a' dèanamh adhartas, tha nàdar toinnte cuartail a' phròiseas seo follaiseach: mar sin, tha am frèam de eòlasan agus de builean a' solarachadh chothroman tadhair agus ath-thadhail air cùisean tron bheatha. (Mar sin, mar eisimpleir, chan eil mothachadh air iongnadh idir air a

chuingealachadh ri ìre àraidh sam bith sa bheatha.) Tha leudachadh chreideas agus luachan a' phàiste no an duine òig mar sin air an stèidheachadh san fhrèam, agus bidh gnìomhan buntainneach agus taiceil ri seo a' gabhail àite ann an co-theacsa rannsachadh chreideamhan agus bheachdan a tha neo-eisimeileach bho chreideas creideimh. Aithnichidh luchd-teagaisg nach bi clann uile, sa phròiseas meòrachaidh phearsanta seo, a' gabhail ris bho shealladh creideimh.

Dè na comharran farsaing measaidh a th'aann an eòlas creideimh agus moraltachd?

Bidh measadh ann an eòlas creideimh agus moraltachd a' cuimseachadh air eòlas agus air tuigse chloinne agus dhaoine òga mu chleachdaidhean chreideamh agus thraidiseanan, agus air an sgilean ann a bhith a' toirt fhreagairtean fiosraichte earbsach do chùisean creideimh agus moraltachd.

Faodaidh luchd-teagaisg fianais air adhartas a thional mar phàirt de dh'ionnsachadh chloinne agus dhaoine òga bho latha gu latha mu chleachdaidhean, thraidiseanan, chreideas agus luachan, agus mum freagairtean dhaibh. Bidh cleachdadh gnìomhan measaidh sònraichte nan cuideachadh mar an ceudna, ann am measadh adhartas ann an eòlas, ann an tuigse 's ann an sgilean. Bho na tràth bhliadhnaichean chun nan ìrean as àirde, bidh clann agus daoine òga a' sealltainn an adhartais tro fhreagairtean a tha a' sìor fhàs nas meòrachail mu chreideas, luachan, chleachdaidhean agus thraidiseanan dhaoine eile, mu an sgilean còmhraidh mu chùisean moralta agus am freagairtean pearsanta fhèin. Mar eisimpleir, a bheil clann agus daoine òga a' taisbeanadh gu bheil iad a' leudachadh bheachdan nas fiosraichte, agus seallaidhean nas farsainge, nam meòrachaidhean air cùisean moralta agus beusanta?

Bu chòir do mheasadh an ìre, gun urrainn clann agus daoine òga meòrachadh air an creideas, air na luachan agus air na traidiseanan a tha iad air a bhith a' sgrùdadh, a shealltainn. Bidh modhan measaidh a' gabhail a-steach nach eil an-còmhnaidh 'freagairt ceart' ann, nuair a tha cùisean creideimh agus moraltachd an làthair. Faodaidh clann agus daoine òga an adhartas a shealltainn tro:

- cho math 's a dhèiligeas iad ri ceistean agus ri cùisean
- cho domhainn 's a thèid iad an sàs ann an cùisean creideis agus moraltachd
- an comasan adhartais air smaoinachadh breithneachail
- am mothachadh mu mar is urrainn dhaibh an creideas, an luachan agus am beachdan fhèin a chur an gnìomh agus mar is urrainn dhaibh spèis a nochdadh do dhaoine aig a bheil creideas eadar-dhealaichte.

Bu chòir do mheasadh a bhith a' ceangal ri roinnean eile den churraicealam, an taobh a-staigh agus an taobh a-muigh den t-seòmar-teagaisg, agus cothroman a thairgsinn dhan chloinn agus do dhaoine òga airson iomadachd creideimh a rannasachadh, maille ri buaidh creideimh air beatha dhaoine agus air comainn shòisealta, sa choimhearsnachd ionadail agus chruinneil.

Ciamar a tha eòlas creideimh agus moraltachd a' cur gu h-iomlan ris a' churraicealam? Ciamar a nì mi ceanglaichean ri roinnean eile den churraicealam?

Tha luachan mar ceartas, gliocas, co-fhaireachdainn agus treibhdhreas an-còmhnaidh gan cur an gnìomh tro gach raon de bheatha na sgoile mar choimhearsnachd. Gabhaidh iad an toirt air adhart tro rannsachadh agus tro chòmhradh mu eòlas creideimh agus moraltachd.

Bu chòir cothroman a thoirt dhan chloinn agus do dhaoine òga a bhith a' gabhail pàirt ann an seirbheis do chàch, agus daoine a choinneachadh a tha a' sealltainn an creideimh tro gnìomh. Ionnsaichidh iad bhuapasan uile anns a bheil brosnachadh, dùbhlàn agus taic.

Tha eòlasan agus builean eòlas creideimh agus moraltachd a' brosnachadh cheanglaichean ri roinnean eile den churraicealam airson eòlas nas doimhne, nas tlachdmhoire agus nas gnìomhaiche a sholarachadh do luchd-ionnsachaidh. Tha eòlasan a' cur gu mòr ri adhartas anns na ceithir comasan a thaobh luchd-ionnsachaidh soirbheachail, daoine misneachail, saoranaich earbsach agus com-pàirtichean èifeachdach, mar a th' air a mhìneachadh ann an *Togail a' Churraicealaim 1*. Tha ceangal làidir aig eòlas creideimh agus moraltachd ri ionnsachadh ceangailte ri saoranachd, iomairt, foghlam eadar-nàiseanta, cruthachalachd agus adhartas seasmhach.

Tha comas aig luchd-cleachdaidh na h-eòlasan agus na builean eagrachadh ann an dòighean a tha eadar-dhealaichte agus cruthachail, airson caochladh eileamaidean ionnsachaidh, a tharraing còmhla, a thuilleadh air ceangal na sgoile ris a' choimhearsnachd fharsaing.

Aithnichidh luchd-teagaisg an comas airson ceanglaichean luachmhor a bhith ann eadar eòlas creideimh is moraltachd agus gach roinn eile den churraicealam. Tha pàirtean de shlàinte agus sunnd a' sealltainn cothroman farsaing airson ionnsachadh mu thaobhan moralta na beatha, a' gabhail a-steach dhàimhean. Bidh clann agus daoine òga a' sgrùdadh chùisean moralta agus beusanta ann an roinnean eile den churraicealam. Tha cuspairean

sòisealta agus saidheans a' tairgsinn chothroman airson eòlas creideimh agus moraltachd a cheangal ri suidheachaidhean cruinneil, agus airson cùisean co-aimsireil moralta agus beusanta a thogail. Tha ealain chruthachail a' solarachadh mheadhanan tro chleasan agus tro cheòl, tro bhith a' cruthachadh obair-ealain phearsanta agus tro bhith a' meòrachadh air obair-ealain dhaoine eile, a' togail mothachadh agus tuigse mu dhiofar bheachdan agus chreideasan, agus ag adhartachadh beachdachadh agus còmhraidh. Bidh ceanglaichean èifeachdach ri Beurla agus ri Gàidhlig a' cur taic ri rannsachadh chreideasan, luachan agus cheistean, tro litearrachd, tro bhàrdachd agus tro dhiofar sheòrsaichean teacsa.

Ciamar a tha eòlas creideimh agus moraltachd ag ullachadh chloinne agus dhaoine òga a thaobh tuigse agus eòlasan air dearbh-aithne agus dualchas cultarach na h-Alba?

Tha na h-eòlasan agus na builean a' gabhail a-steach suidheachadh saidhbhir measgte dualchas chultarach na h-Alba, tro sgeulachdan, tro ìomhaighean, tro cheòl agus tro dhàin Albannach. Mar a bhios luchd-teagaisg a' dèanamh feum de na h-eòlasan agus de na builean, bidh iad a' tarraing air stòras na coimhearsnachd agus suidheachadh na sgoile, airson planadh. An taobh a-staigh chleachdaidhean agus thraidiseanan, gabhaidh seo a dhèanamh nas follaisiche tro thurasan gu àitean adhruidh ionadail, a thuilleadh air tro fhèillean agus tro chomharrachadh.