

Cenn@d

MAWRTH 16 2022 YN CYNNWYS Y GOLEUAD A SEREN CYMRU RHIF 55

Cymru'n Cefnogi – Gwynos a Gweddi

Yn rhifyn yr wythnos diwethaf o *Cenn@d*, cyfeiriwyd at ymgyrchoedd codi arian a chasglu nwyddau i gefnogi ffoaduriaid Wcráin. Ar hyd a lled Cymru yn ogystal daeth tyrfaoedd ynghyd i gynnal gwynosau a chyrddau gweddi awyr agored. Lansiodd apêl DEC (Disasters Emergency Committee) hefyd, ac yn y llun isod gwelir cynrychiolwyr o'r prif asiantaethau dyngarol, gan gynnwys Cymorth Cristnogol, Cafod, Tearfund, Oxfam, Achub y Plant a'r Groes Goch, yn sefyll mewn undod o flaen y Senedd yng Nghaerdydd. Dyma ddetholiad o wynosau a gynhaliwyd mewn pentrefi, trefi a dinasoedd ar hyd a lled Cymru.



CYMRU'N CYDSEFYLL AG WCRÁIN



Lansio apêl DEC



Caernarfon



Tal-y-bont



Llandysul



Aberystwyth



Caerdydd



Llangefni



Bangor



Pwllheli



Yr Wyddgrug



Caerfyrddin

Gŵyl Llanw yn ôl ar gyfer 2022
Tudalen 2

Mynd yn Wyrdd(ach) dros y Grawys
Tudalen 3

Taith las drwy Geredigion
Tudalen 7

Gŵyl Llanw yn ôl ar gyfer 2022

Gŵyl Gristnogol i bob oed gafodd ei sefydlu yn 2008 yw Llanw. Roedd oddeutu 60 o bobl yn yr ŵyl gyntaf, ac mae wedi tyfu bellach i fod yn ŵyl y mae oddeutu 300 yn ei mwynhau bob blwyddyn. Mae'n ŵyl symudol ac wedi ei chynnal yn Llangrannog, Ceinewydd, Dinbych-y-pysgod, Cricieth a Chydeweli.

Ffocws yr ŵyl yw dathlu'r atgyfodiad wrth i Gristnogion ddod at ei gilydd i glywed pregethau, anerchiadau a seminarau Beiblaidd, a mwynhau addoliad egnïol a chyfoes.

Beth sy'n digwydd yn Llanw 2022?

Cynhelir oedfa nos Lun, bore Mawrth a nos Fawrth yng Nghanolfan Medrus, Aberystwyth. Bydd yna ddewis o ddarlith neu sgysiau byr a phanel, a chyfle hefyd i gymdeithasu dros baneidiau lu a phrynhawn o hwyl gyda'n gilydd ar draeth Aberystwyth ar y dydd Mawrth.

Plant ac ieuencid

Bydd darpariaeth lawn ar gyfer y plant ar y nos Lun, bore Mawrth a nos Fawrth, a darpariaeth i'r ieuencid ar y bore Mawrth. Mae'n ŵyl deuluol ar gyfer holl deulu Crist. Gall unigolyn rhwng 14 a 17 mlwydd oed fynychu'r ŵyl heb ei rieni os bydd capel neu warchodwr yn gyfrifol amdano/amdani.

Cynhelir prif ddigwyddiadau Llanw eleni yng Nghanolfan Medrus, Aberystwyth, ar gampws y Brifysgol. Mae seddau ar gyfer 300 o bobl yn y neuadd, ac mae yna adnoddau ar gyfer darparu te a choffi, yn ogystal â maes parcio.

Amserlen Llanw 2022

Nos Lun – 18 Ebrill

6.30 pm: Dathliad gyda neges gan Stuart Bell

Dydd Mawrth – 19 Ebrill

10 am: Oedfa deulu gyda Martyn a Meilyr Geraint

11.30 am: Cyfres o sgysiau byr yn arddull 'TED talks' gan Anna Mari, Lydia Power a Cynan Llwyd neu ddarlith hanes gan Jonathan Thomas

1.30 pm: Cyfarfod ar y traeth – picnic a gemau

6 pm: Cyfarfod Blyneddol Llanw

6.30 pm: Dathliad gyda neges gan Jonathan Thomas

Gwaith Plant 4–11 oed: Nos Lun, bore a nos Fawrth

Gwaith Ieuencid 11–15 oed: Bore Mawrth

Cymraeg fydd iaith holl weithgaredd a chyfarfodydd Llanw. Bydd offer cyfieithu ar gael yn y prif oedfaon.

Siaradwyr Llanw 2022

Stuart Bell

Mae Stuart Bell bellach wedi ymddeol yn dilyn cyfnod o weinidogaethu o dan eneniad yr Ysbryd yn eglwysi Sant Mihangel a'r Santes Fair yn Aberystwyth. Mae wedi annerch yn Llanw yn y gorffennol, ac mae'n pregethu'n gyson mewn eglwysi a chapeli.

Anna Mari

Yn wreiddiol o Bontypridd, bu'n gweithio am gyfnod yn India cyn dychwelyd i Gymru a gweithio yng nghanolfan Ffald y Brenin. Teimlodd alwad i ogledd Cymru ac mae bellach wedi ymgartrefu yn ardal y Bala, lle mae hi'n parhau â'i gweinidogaeth weddi.

Jonathan Thomas

Yn wreiddiol o Frynaman ac wedi treulio cyfnod yn arwain eglwys yn Rhydaman, ef bellach yw gweinidog Eglwys Cornerstone, y Fenni. Roedd yn un o brif siaradwyr cyntaf Llanw, ac mae'n awdur toreithiog, gan gynnwys llyfr diweddar ar Thomas Charles.

Lydia Power

Ar ôl cyfnod yn byw yng Nghaerdydd, mae hi bellach wedi dychwelyd at ei gwreiddiau yn ardal Cydeweli, Sir Gâr. Bu'n gweithio i'r eglwys leol ac yn astudio mewn coleg Beiblaidd cyn ymgymhwyso fel cyfrifydd siartredig.

Cynan Llwyd

Yn wreiddiol o Aberystwyth ond bellach wedi ymgartrefu yng Nghaerdydd, lle mae'n un o arweinwyr Angor Grangetown. Ef yw Cyfarwyddwr Tearfund yng Nghymru a chyn hynny bu'n gweithio i Gymorth Cristnogol.

Martyn a Meilyr Geraint

Tad a mab â phrofiad helaeth o wasanaethu eglwysi a gweinidogaethu, yn arbennig ymhlith plant a theuluoedd. Meilyr hefyd yw un o sylfaenwyr Adlais, y gymuned o gerddorion sydd â'u calon ar gyflwyno emynau cyfoes gwreiddiol Cymraeg i eglwysi Cymru.

Llety?

Oherwydd amgylchiadau'r pandemig, penderfynodd swyddogion Llanw i beidio â chynnal gŵyl breswyl eleni, felly nid ydym yn trefnu llety i bawb. Mae croeso i bobl ddod am y diwrnod neu drefnu llety eu hunain yn yr ardal.

Eleni rydym yn defnyddio gwasanaeth EventBrite i werthu a rheoli tocynnau. Rydym wedi ceisio cadw pris tocynnau mor rhesymol ag sy'n bosib, ond mae costau sylweddol ynghlwm â chynnal cynhadledd mewn canolfan addas.

Am fwy o wybodaeth ewch i wefan www.llanw.org neu ebostiwch Angharad Clwyd: ymholiadau@llanw.org



Mynd yn Wyrdd(ach) dros y Grawys

Sut gallwn ni ddod yn well am ofalu am y greadigaeth a gwella ein bywydau a bywydau pobl eraill drwy fyw'n iach, yn ecogyfeillgar a chynaliadwy?

Mae cyfnod deugain diwrnod y Grawys cyn y Pasg yn rhoi'r cyfle i ni fyfyrto ar yr arfer o ymprydio ac ymrwymo i roi'r gorau i rywbeth sy'n dod â budd gwirioneddol i natur ac sy'n helpu i fynd i'r afael â newid hinsawdd. Isod mae rhai newidiadau y gallech eu gwneud a fydd yn helpu'r amgylchedd. Cymerwch amser i weddio, i fyfyrto ac ystyried yr opsiynau hyn: dewiswch un neu ddau, neu faint bynnag yr hoffech chi (dydych chi byth yn gwybod, fe allai'r newidiadau fod yn rhai parhaol!).

Byddwch yn rhydd o blastig. Hyd yn oed os na allwch fod yn hollol ddiblastig, anelwch at leihau eich defnydd o blastig o leiaf. Darllenwch flog mis Tom heb blastig [yma](#).

Diffodd y digidol. Chwiliwch am amseroedd neu rannau o'r tŷ sy'n ddi-dechnoleg, gan newid i 'fodd awyren' am yr awr gyntaf yn y bore a'r awr olaf gyda'r nos. Rhowch gynnig ar 'ddiffodd ar ddydd Sul', estyn am eich Beibl yn hytrach na'r un ar eich dyfais / dyfeisiadau ac ysgrifennu rhestr o bethau rydych chi'n eu mwynhau yn yr awyr agored.

Osgoi prynu dillad 'ffasiwn cyflym'. Mae Emily yn myfyrto ar sut y gall ein dillad ddod â ni yn nes at ein cymydog a chael llai o effaith ar natur. Darllenwch ei blog [yma](#).

Prynu llai neu brynu'n ail law. Darllenwch [yma](#) sut y dechreuodd Nic, mam i ddau, gyda newidiadau bach: defnyddio marchnad Facebook ac eBay yn amlach er mwyn buddsoddi mewn dillad a theganau ail law.

Prynwch yn lleol neu mewn swmp. Mae Hannah yn rhannu sut mae dysgu mwy am ein system fwyd wedi effeithio ar yr hyn y mae hi a'i theulu'n dewis ei fwyta. Darllenwch ei blog [yma](#).

Byddwch yn ddiwastraff. Fesul tipyn, ceisiwch leihau eich gwastraff ychydig bob wythnos. Ystyriwch roi anrheg wedi ei wneud gartref yn hytrach na phrynu anrheg, uwchylchu eitemau neu edrych ar eich siop fwyd a gweld pa eitemau y gallech eu prynu mewn ffordd wahanol, gan wario ychydig mwy ar ffrwythau a llysiau rhydd, er enghraifft.

Treuliwch fwy o amser ym mynd natur. Bydd yr adnoddau awyr agored '[Ewch allan dros y Grawys](#)', sy'n rhan o'n hadnoddau Eco-Eglwys, yn eich helpu i gysylltu â Duw fel Creawdwr a dathlu ei greadigaeth mewn gwahanol ffyrdd dros gyfnod y Grawys. Ceir thema wahanol ar gyfer pob wythnos.



Gwahoddwch fywyd gwyllt i mewn i fan gwyrdd eich gardd neu eich eglwys (gyda caniatâd!). Darllenwch awgrymiadau John sut i wneud ein gerddi'n fwy gwyrdd er budd natur [yma](#). Lle bo modd, gwahoddwch ac anogwch eraill yng nghymuned eich eglwys i fod yn rhan o'r daith, er enghraifft, plannu hadau fel rhan o weinidogaeth y plant neu gael grŵp ieuenticid eich eglwys i helpu i adeiladu a stocio cartref draenogod.

Rhowch gynnig ar rysâit neu ddeiet o blanhigion. Dechreuwch drwy goginio pryd fegan neu bryd yn cynnwys planhigion unwaith yr wythnos, a symud ymlaen o hynny. Gydag amser, coginiwch fwy o brydau fegan/llysieuol a cheisiwch ddileu cymaint o gynhyrchion anifeiliaid o'ch diet ag y gallwch. Archwiliwch ryseitiau blasus gyda [dydd Llun di-gig](#).

Tyfu eich llysiau eich hun. P'un ai gardd ynteu sillff ffenestr heulog sydd gennych, darganfyddwch beth allwch chi ei hau a'i dyfu o fis i fis [yma](#).

Newidiwch eich dull o deithio. Beth am gerdded neu feicio ar gyfer negeseuon o ddydd i ddydd, dewis un diwrnod yr wythnos i gerdded, beicio neu fynd ar drafniadaeth gyhoeddus i'r gwaith, os gallwch? Darllenwch sut mae Paul a'i wraig, Tara, yn newid y ffordd maen nhw'n teithio (a mwy!) [yma](#).

Cymerwch gamau at arbed ynni yn eich cartref. O atal drafftiau ar ffenestri a drysau i gyfnod eich bath am gawod, [dyma](#) restr o awgrymiadau sydyn. Efallai y byddwch chi'n synnu faint o'r newidiadau hyn rydych chi wedi'u gwneud yn barod!

Symudwch eich arian. Allech chi roi'r gorau i danwydd ffosil a chefnogi banc sy'n buddsoddi mewn ynni adnewyddadwy? Mae Good with Money yn argymhell rhai dewisiadau moesegol [yma](#) neu, ar gyfer buddsoddiadau pensiwn sy'n helpu i gyflawni'r 17 Nod Datblygu Cynaliadwy a osodwyd gan y Cenhedloedd Unedig yn 2015, mae [Make my Money Matter](#) ar gael.

Ymunwch â'r mudiad dros eglwysi diffosil. Dechreuwch y sgwrs yn eich eglwys leol i wneud ymrwymiad i roi'r gorau i danwydd ffosil. Siaradwch â gweinidog

neu drysorydd eich eglwys, a gofynnwch a allai'r mater gael ei drafod yn eich cyfarfod cyngor eglwys neu Gyngor Plwyf Eglwysig nesaf. Gweler gwefan ymgyrch Bright Now (www.brightnow.or.uk) am ragor o wybodaeth ac arweiniad.

Ymunwch â'r gymuned Eglwysi Eco. Ymrwymwch i weithredu ynglŷn â'r amgylchedd yn y tymor hir yn eich cymuned leol drwy Eco Church neu gynlluniau 'gwyrdd' eraill. Os ydych chi eisoes yn rhan o Eglwys Eco, ceisiwch ddarganfod sut y gallwch chi helpu eich eglwys i gyrraedd y lefel nesaf.

Ble ydwi i'n dechrau?

Rydym i gyd yn wahanol; yr hyn sy'n bwysig yw eich bod yn cymryd y cam gyntaf. Felly, dewiswch newid i'w wneud: byddwch yn dyner gyda chi eich hun ac yn realistig – ond heriwch eich hun hefyd!

Un cam gyntaf posibl fyddai [cyfrifo eich ôl troed carbon](#). Defnyddiwch gyfrifiannell ôl troed carbon Stiwardiaid Hinsawdd ac ystyriwch un (neu ddau) o'r awgrymiadau ar sut y gallwch leihau eich ôl troed. Ar gyfer y Grawys 2022, mae gan Stiwardiaid Hinsawdd her arbennig i'ch helpu i leihau eich ôl troed carbon. Ceir mwy o wybodaeth am eu her [yma](#).

Ac yn olaf, rydyn ni'n dweud ... mwynhewch y greadigaeth! Rydyn ni wedi gwneud rhestr o ffyrdd i fwynhau byd natur [yma](#).

Rhannwch eich taith werdd drwy'r Grawys drwy ein tagio ar gyfryngau cymdeithasol!

Ymddangosodd yr erthygl hon gyntaf ar wefan A Rocha y DU ac fe'i hatgynhyrchir gyda'u caniatâd.

Gellir archwilio adnoddau Eco Eglwys ARocha yma neu gael golwg pellach ar wefan y mudiad amgylcheddol Cristnogol rhyngwladol A Rocha drwy ddilyn y ddolen hon: arocha.org.uk. Mae'r mudiad yn gweithio i ddiogelu ac i adfer y byd naturiol ac wedi ymrwymo i alluogi Cristnogion ac eglwysi yn y DU i ofalu am yr amgylchedd. Yn Saesneg, Ffrangeg, Sbaeneg a Phortiwgeeg y mae gwefan y mudiad ar gael ar hyn o bryd. Bydd Eglwys Bresbyteriaid Cymru yn archwilio ffyrdd o gydweithio â'r mudiad eleni.

Cofio Aled Roberts

Cafodd Aled ei eni yn 1962, pan oedd Harold Macmillan yn brif weinidog. Doedd neb yn gwybod ar y pryd y byddai gwleidyddiaeth yn chwarae rhan mor bwysig yn ei fywyd.

Fel plentyn, aeth i Ysgol Gynradd y Ponciau, cyn symud i fyny'r allt i Ysgol y Grango ac yna i Ysgol Rhiwabon. Llwyddodd i ennill lle ym Mhrifysgol Aberystwyth, lle'r astudiodd y gyfraith. Fe wnaeth Aled hyfforddi fel twrnai ac yna bu'n gweithio i gwmni Jeffrey Morris and Ashton. Pan oedd yn 28 oed, cafodd Aled ei ethol i Gyngor Wrecsam.

Yn 1993 newidiodd bywyd Aled pan briododd Llinos. Roedd y ddau yn dda i'w gilydd. Yn y blynyddoedd i ddilyn trodd y ddau'n bedwar wrth i Osian ac Ifan gael eu geni. Roedd teulu'n bwysig i Aled. Treuliodd lawer Sadwrn, yn ogystal ag ambell noson, yn y gwynt neu'r glaw, neu'r ddau, ar ochr y cae pêl-droed yn gwylio un o'r bechgyn yn chwarae. Ran amlaf, byddai Llinos mewn pentref gwahanol yn gwylio'r mab arall.

Roedd crefydd yn bwysig ym mywyd Aled. Bu'n aelod ffyddlon o Gapel Annibynnol Ebeneser, y Rhos, ac yn chwarae'r organ yno. Roedd y Sul yn amser arbennig ym Mhenllwyn wrth i'r teulu ddod at ei gilydd am ginio.

Un o'r pethau a ddô i'r llawenydd mwyaf i Aled oedd canu. Roedd ganddo staeon dirrif o'i gyfnod yng Nghôr Orpheus y Rhos, ac fe chwarddodd cymaint wrth ddweud y straeon hynny a dynwared acenion y cymeriadau. Roedd wrth ei fodd yn canu gyda Chôr Ger y Ffin a John's Boys efo'i fab Osian, yn enwedig pan fydden nhw'n ennill cystadleuaeth!

Dangosodd Aled fod gwasanaeth cyhoeddus yn gallu bod yn fonheddig. Credai'n gryf ei bod yn bwysig rhoi yn

ôl i'r gymuned a'r wlad yr oedd rhywun yn byw ynddi. Roedd yn cydnabod bod gwasanaethu eraill yn cyfoethogi enaid y rhoddwr. Fe wnaeth cynifer o bwyllgorau elwa o gael Aled yn rhan ohonynt.

Yn 2003 cafodd Aled y fraint o fod yn faer, a Llinos yn faeres, ar Wrecsam, ac roedd y ddau yn llwyddiant mawr oherwydd eu natur gyfeillgar a'u hymroddiad.

Aeth Aled ymlaen i fod yn Arweinydd Cyngor Wrecsam, ac roedd yn hynod effeithiol yn ei swydd. Roedd o'n gallu arwain, ond hefyd yn gallu cydweithio. Roedd o'n dda am ddadlau – a ffraeo hyd yn oed. Ond roedd o'n gwneud hynny mewn ffordd addfwyn. Roedd yn angerddol dros y pethau oedd yn bwysig iddo fo. Un o'r pethau pwysicaf i Aled oedd addysg. Bu'n ffrind da i ysgolion Wrecsam ac yn arbennig i ysgolion Cymraeg Wrecsam, ac roedd wrth ei fodd yn gweld y twf mewn addysg Gymraeg yn yr ardal.

Nid oedd bwysicach achos – i Aled
Na'n hawliau yn ddi-os,
Hybai hwn beunydd beunos
Yr iaith a glywsai'n y Rhos.

Er i bwysigrwydd ei rôl gynyddu, wnaeth yr Aled roedden ni'n ei nabod ddim newid. Dwi'n cofio, adeg wythnos democratiaeth, i mi ei wahodd i ddod i Ysgol Bryn Tabor i siarad â'r Cyngor Ysgol. A dyma fo'n nôl ei ddyddiadur ac yn trefnu i ddod i weld y plant. Roedd y plant wrth eu bodd yn holi Aled oherwydd ei fod yn dangos cymaint o ddiddordeb ynddyn nhw. Ond, wrth gwrs, roedd Aled yn dangos brwdfrydedd ymhob dim roedd o'n ei wneud.

Roedd llwyddiant gyrfa Aled yn parhau a chafodd ei ethol yn Aelod Cynulliad dros Ogledd Cymru yn 2011 ar ran y Democratiaid Rhyddfrydol. Bu'n llefarydd addysg yno ar ran ei blaid. Daeth ei allu



Llun: (CC-BY-2.0)

i gyfathrebu'n effeithiol i'r amlwg a bu Aled yn westai rheolaidd ar y radio ac ar y teledu ar raglenni fel *Pawb a'i Farn*. Roedd hi'n fraint gweld meistr wrth ei grefft.

Pan gollodd Aled ei sedd yn y Cynulliad yn 2016, roeddwn i'n meddwl efallai y byddai Aled yn cymryd y cyfle i arafu ryw ychydig. Dim siawns o hynny! Cafodd y fraint o gael ei benodi'n Gomisiynydd yr Iaith Gymraeg yn 2019. Roedd Aled wedi'i gwneud hi, ac roedd pobl ledled Cymru yn adnabod ei angerdd dros yr iaith.

Dyma eiriau Annes Glyn i'n Comisiynydd Iaith,

O'i waith i fyd y Pethe – ein 'Dyn Iaith'
ar dân oedd bob cyfle,
Anwylai hon waeth ymhle
Yn hael, uniawn fel ene.

Rydyn ni wedi colli ffrind i Gymru, ffrind i'r iaith, ffrind i'r fro a ffrind i ni.

Bu Aled yn ffrind mor ffyddlon,
un doeth gyda'i holl gynghorion,
yn driw i'w fro a'i gyfoedion
braint oedd cael bod yn gyfeillion.

Estynnwn ein cydymdeimlad dwys â Llinos, Osian, Ifan, Gladwyn, Nerys a'r teulu cyfan.

(Rhan o deyrnged a draddodwyd gan Kevin Williams yn angladd Aled)

S4C

Dechrau Canu, Dechrau Canmol

Sul, 20 Mawrth, am 7:30yh (ailddarlliedir am 11:30yb y Sul canlynol)

Yr Hen a'r Newydd: Bydd Ryland yn ôl yng nghaffi'r Hedyn Mwstard yn Llanbedr Pont Steffan i ymweld â'u heglwys newydd sbon, a chawn gwrdd ag unigolion sydd wedi bod yn brysur yn rhoi ail fywyd i festri Capel Bryngwenith, Henllan, Ceredigion.

BBC radio cymru

Caniadaeth y Cysegr

Sul, 20 Mawrth, am 7:30yb a 4:30yp

R. Alun Evans sy'n cyflwyno cyfres o emynau ar amrywiol themâu. Ymddiriedaeth sy'n cael ei drafod yn y rhaglen heddiw.

Oedfa Radio Cymru

Sul, 20 Mawrth, am 12:00yp

Gwasanaeth dan ofal Sharon Rees, Pen-rhys

EGLWYS BRESBYTERAIDD CYMRU YSGRIFENNYDD CYFFREDINOL A CHYFARWYDDWR GWEINIDOGAETHAU

Hoffwneich hysbysu arran Bwrdd Gymanfa Gyffredinol y bydd y Parch. Meirion Morris yn ymddeol fel Ysgrifennydd Cyffredinol a Chyfarwyddwr Gweinidogaethau ar 30 Mehefin 2022. Fel Llywydd y Gymanfa Gyffredinol a Chadeirydd y Bwrdd, yr wyf wedi bod yn trafod hyn gyda Meirion am rai misoedd, ac yn naturiol yr ydym am ddymuno'n dda iawn iddo wrth wynebu cyfnod newydd.

Mae Meirion wedi bod yn y swydd am bron i ddeng mlynedd, ac o gynnwys ei gyfnod cyn hynny yn y Swyddfa, mae wedi bod yn un o weithwyr y Bwrdd ers bron i ddeuddeg mlynedd. Mae wedi cyfrannu'n llawn at waith y Gymanfa, a thrwy hynny at

waith y Cyfundeby ganolog. Mewn cyfnod heriol, mae wedi ymroi i'w gyfrifoldebau, fel y gwnaeth pan oedd yn bugeilio ein cynulleidfa oedd yn Nyffryn Aman a Bro Aled. Edrychwn ymlaen at weld beth fydd y bennod nesaf yn ei hanes, ac yn sicr byddwn yn ei gofio yn ein gweddïau.

Ar ein rhan ni i gyd fel Cyfundeby, gwerthfawrogwn yn fawr ei holl waith caled a diflino a'i arweiniad dros y blynyddoedd diwethaf. Ac, wrth gwrs, bydd Meirion yn parhau i wasanaethu'r Eglwys.

*Evan Morgan
Llywydd y Gymanfa Gyffredinol*

Dydd Gweddi'r Byd ym Mhenllyn

Roedd yr adeilad yn gynnes a'r paratoi wedi ei wneud yn barod i groesawu merched Penllyn, Cylch y Bala, i festri Capel Tegid ar gyfer gwasanaeth arbennig, ac yn fwy arbennig eleni gan mai Chwiorydd Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon oedd wedi paratoi gwasanaeth Dydd Gweddi'r Byd 2022. Roedd y thema'n dod o lyfr Jeremia: 'Myfi sy'n gwybod fy mwriadau a drefnaf ar eich cyfer'. Mae'r adnod yn llawn gobaith, gair rydym wedi dal ein gafaél arno yn ystod y ddwy flynedd ddiwethaf; yn symbol o'r gobaith roedd golau ar ffurf canhwyllau a hadau.

Ar 4 Mawrth, mewn saith rhanbarth o'r byd, roedd merched (a dynion) yn dod at ei gilydd i gyd weddi. Eleni roedd gennym fwy o reswm i ddod at ein gilydd a chofio drwy ein gweddïau am ein brodyr a chwiorydd yn Wcráin. Yn rhan o'n harddangosfa roedd baner Wcráin yn dangos undod ac yn arwydd o'n gweddi y bydd gobaith yn disodli anobaith.

Wrth i'r darlleniadau gael eu cyflwyno, roedd y merched yn goleuo saith kannwyll yn eu tro fel symbol o oleuni'n llewyrchu drwy'r tywyllwch a hefyd un gannwyll ar gyfer pob un o saith rhanbarth teulu Dydd Gweddi'r Byd – Affrica, Asia, Gogledd America ac Ynysoedd y Caribî, Ewrop, America Ladin, y Dwyrain Canol ac ardal y Môr Tawel. Dyna fraint: cael cydaddoli â'r un neges i bawb, symud o 'dywyllwch i oleuni' – o feddylfryd negyddol i'r gobaith sicr a welwn yn Nuw ac yng nghynlluniau Duw ar ein cyfer.

Wrth i'r merched gyrraedd y gwasanaeth roedd pob un yn derbyn pecyn bach o

hadau i ddynodi gobaith a photensial. Yn ystod y gwasanaeth roedd cyfle i fyfyrion a gofyn sawl cwestiwn, er enghraifft: Ble mae angen plannu hadau gobaith yn eich bywyd chi? Ble mae angen plannu hadau gobaith yn eich cymuned chi? Ble mae angen plannu hadau gobaith yn eich gwlad?

Pan fydd y tywydd wedi cynhesu, rwyf yn edrych ymlaen at weld yr hadau'n egino a derbyn gobaith wrth i Dduw ddangos ei gynlluniau ar fy nghyfer.

Diolch am y fraint o gael bod yn rhan o'r gwasanaeth, a diolch i ferched Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon am ei baratoi. Braff oedd cael dod at ein gilydd unwaith eto, a diolch i ferched Capel Tegid am y croeso.

*Eirian Roberts
Aelod o Gapel y Parc, ger y Bala*

(Bydd rhagor o luniau o'r gwahanol wasanaethau a gynhaliwyd ledled Cymru i nodi'r Dydd Gweddi Byd-eang yn cael eu cyhoeddi yr wythnos nesaf.)

Globaleiddio'r Cymry: John Davies (Tahiti) a Griffith John (Wuhan)

**Llyfrgell Genedlaethol Cymru –
22 Mawrth, digwyddiad ar-lein
am 5:00yh**

Cododd mudiad cenhadol grymus yng Nghymru o tua diwedd y 18fed ganrif ymlaen. Roedd yn rhan o symudiad ehangach y byddai iddo ganlyniadau pellgyrhaeddol, yn grefyddol, yn ddiwylliannol ac yn gymdeithasol, wrth i Gristnogaeth droi o fod yn grefydd i ogledd-orllewin y byd yn bennaf, i fod yn un fyd-eang.

Da'u o genhadon Cymreig amlyca'r 19eg ganrif oedd John Davies (1772–1855) o sir Drefaldwyn a Griffith John (1831–1912) o Abertawe. Bu'r ddau'n genhadon am dros hanner canrif, y naill yn Ynysoedd Môr y De a'r llall yn China.

Mae Wil Aaron wrthi'n paratoi astudiaeth fanwl o fywyd a gwaith John Davies, ac mae John Aaron wedi cyhoeddi llyfr am Griffith John.

Yn y sgwrs hon, wedi'i chadeirio gan Carwyn Graves, bydd y ddau frawd yn tafoli cyfraniadau'r ddau genhadwr, nid lleiaf eu gwaith yn cyfieithu rhannau o'r Beibl i ieithoedd Tahiti a China.

Mae pynciau megis 'trefedigaethedd', 'polyethnigrwydd' a 'globaleiddio' yn cael sylw mawr yn ein dyddiau ni, ac mae ystyried gwaith y ddau genhadwr hyn yn cynnig cyfle heb ei ail i archwilio'r hyn sy'n digwydd pan fydd diwylliannau gwahanol iawn yn cyfarfod.

****Digwyddiad trwy gyfrwng y
Gymraeg – darperir cyfieithu ar y
pryd.****

Gallwch ddarganfod mwy o wybodaeth am y digwyddiad a sut i archebu eich lle ar y ddolen hon:

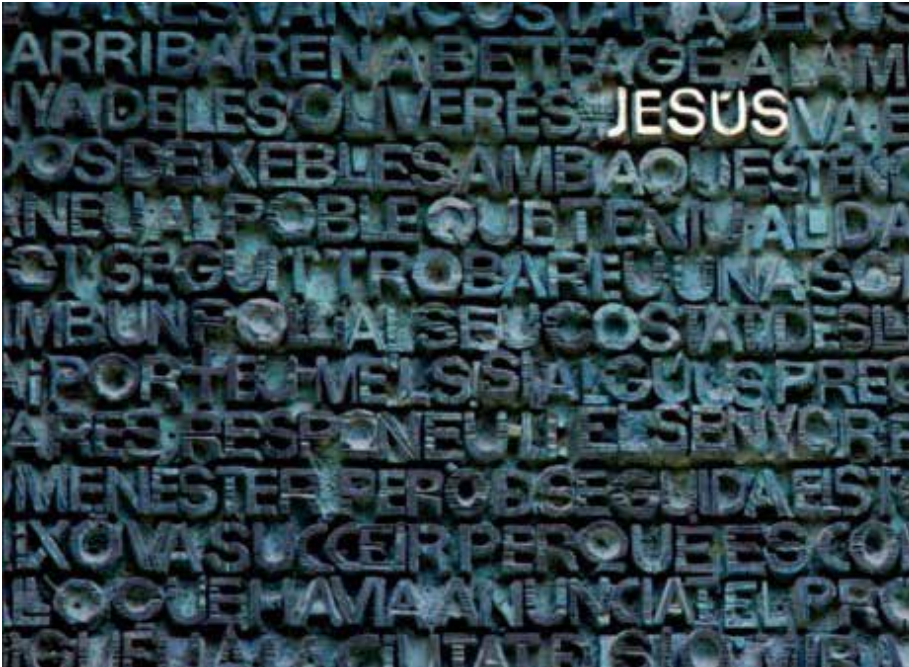
<https://www.ticketsource.co.uk/llgcnlw/t-rexgan>

Myfyrdod y Grawys

Cyfes o chwe astudiaeth gan Gyngor yr Eglwys Ynghyd ym Mhrydain ac Iwerddon (CTBI)

Grawys 3

Darllen Philipiaid 3:17-4:1



Llun gwreiddiol: Larissa S/flickr

Byddwch yn gyd-efelychwyr ohonof fi, gyfeillion, a daliwch sylw ar y rhai sy'n byw yn ôl yr esiampl sydd gennych ynom ni. Oherwydd y mae llawer, yr wyf yn fynych wedi sôn wrthyhych amdanynt, ac yr wyf yn sôn eto yn awr gan wyllo, sydd o ran eu ffordd o fyw yn elynion croes Crist. Distryw yw eu diwedd, y bol yw eu duw, ac yn eu cywilydd y mae eu gogoniant; pobl â'u bryd ar bethau daearol ydynt. Oherwydd yn y nefoedd y mae ein dinasyddiaeth ni, ac oddi yno hefyd yr ydym yn disgwyl Gwaredwr, sef yr Arglwydd Iesu Grist. Bydd ef yn gweddnewid ein corff iselwael ni ac yn ei wneud yn unffurf â'i gorff gogoneddus ef, trwy'r nerth sydd yn ei alluogi i ddwyn pob peth dan ei awdurdod. Am hynny, fy nghyfeillion, anwyliad yr wyf yn hiraethu amdanynt, fy llawenydd a'm coron, safwch yn gadarn fel hyn yn yr Arglwydd, fy nghyfeillion annwyl.

1 Rhywbeth i'w drafod gyda'n gilydd

*Wrth i ni deithio trwy'r Grawys, sut gallwn ni ddangos i eraill mai yn y nefoedd y mae ein dinasyddiaeth ni, a'n bod yn disgwyl Gwaredwr, yr Arglwydd Iesu Grist? Oes modd i ni ddarganfod ffyrdd o fynegi ein gobaith a'n disgwyliad sydd yn gwneud synnwyr i eraill? Sut gallwn ni ddangos llawenydd gobeithiol i bobl?

*Yn hanes y Santes Gwenffrewi, fe welwn fod Caradog yn enghraifft benodol o rywun sy'n cyfateb i'r disgrifiad ysgrythurol o elyn Crist. Gwelwn o'r hanes hefyd iddo gael ei ddinistrio, yn ôl pob tebyg, trwy i'r ddaear ei lyncu. Sut mae modd i ni ddefnyddio'r stori i annog pobl sy'n cael anhawster gyda ffydd

ac sy'n teimlo fod barn negyddol pobl eraill yn eu digalonni?

2 Rhywbeth i adfyfrio arno

*Beth ydych chi'n feddwl yw ystyr 'sefyll yn gadarn yn yr Arglwydd' y dyddiau hyn? Sut beth yw cael eich iselhau, eich anwybyddu neu eich gwawdio am fod yn Gristion, neu yn wir am unrhyw beth yn eich bywyd sy'n bwysig i chi?

*Yn hanes y Santes Gwenffrewi, safodd yn gadarn yn ei phenderfyniad i ddilyn Iesu Grist ac ymroi yn llwyr i'w wasanaeth, ond tybiodd Caradog ei fod yn ei bychanu'n llwyr trwy ei dal a'i llofruddio. Beth fyddai barn pobl am ffyrdd y byd petai'r hanes wedi dod i ben ar y pwynt hwnnw? Pa enghreifftiau eraill y medrwch chi feddwl amdanynt lle mae Duw wedi achub cam pobl a ddirodded trwy lynu at eu penderfyniad i ddilyn Iesu Grist?

3 Rhywbeth i'w wneud

*Fe all y darlleniad hwn o'r Ysgrythur am erlid Cristnogion yn yr eglwys fore a'r alwad frys i sefyll yn gadarn yn y ffydd ein hatgoffa fod cymaint o Gristnogion ledled y byd yn dal i gael eu herlid heddiw. Ac y mae pobl yn dal i gael eu poenydio a'u bychanu os gwrthodant wadu Iesu Grist. Un peth y gallwn ei wneud yw chwilio am storiâu yn y newyddion am frodyr a chwiorydd sy'n cael eu herlid fel hyn a gweddio drostynt, neu oleuo kannwyll iddynt. Gallem hefyd ddod i wybod mwy am elusennau a chyrrff sy'n gweithio ar ran Cristnogion dan erledigaeth a'u cefnogi gydag amser, arian, gweithredu neu weddïau.

*Gan ddefnyddio rhai themâu sylfaenol o hanes y Santes Gwenffrewi – trais yn erbyn menywod a dynion, aflonyddu, defnydd erchyll o rym, dwyn gwarth a gorfodaeth – edrychwch o gwmpas eich ardal leol am elusennau, chyrrff a gwasanaethau sy'n ceisio helpu pobl fregus sydd wedi dioddef camdriniaeth neu sydd mewn trafferthion. Dewiswch UN gwasanaeth neu fudiad lleol a dod o hyd i ffordd o roi rhyw fath o gefnogaeth ymarferol iddo, megis rhoi rhoddion o fwyd neu ddillad.

4 Treiddio'n Ddyfnach

*Ar y daith hon yn y Grawys, byddai'n beth da darganfod ffyrdd o ailgysegru ein hunain i'r ffydd Gristnogol. Fe all hynny olygu adfyfrio am ein bedydd ac ailgadarnhau addewidion ein bedydd. Neu fe allwn ystyried gweddio neu ddarllen y Beibl yn fwy rheolaidd neu trwy ddilyn rheol bywyd syml. Dewch o hyd i rywbeth sy'n gweithio i chi ac ymrwymo iddo trwy weddill y Grawys.

*Mae'r Santes Gwenffrewi yn cael ei gwella gan Sant Beuno yn y stori. Sut gall hyn fod yn ddarlun dynol o'r iachâd a'r trawsnewid y sonnir amdano yn y rhan hon o'r Philipiaid? Petaech yn ceisio esbonio i rywun nad yw'n Gristion ystyr nerth Iesu yn yr Ysgrythur, pa fath o stori allech chi ei dweud i ddarlunio hyn?

5 Gweddï

Arglwydd Iesu Grist,
Ailgysegrwn ein bywydau i ti,
wrth i ni geisio sefyll yn gadarn yn dy gariad.
Helpa ni i gadw ein golygon ar addewid d'ogoniant,
ac i helpu'r gwan, y tralodus,
pawb sydd heb gyfeillion, heb rym ac sy'n fregus.
Helpa ni i fod yn dystion i'th gariad trawsnewidiol
a fydd yn y diwedd yn sychu ymaith bob deigrlyn.
Amen.



Santes Gwenffrewi yn siarad â'i chyfarwyddwr ysbrydol Beuno Sant

Llun gwreiddiol: Larissa S/flickr

Taith las drwy Geredigion

Ar 5 Mawrth, cynhaliwyd *las*, sef taith a fu'n ymweld â llefydd yng Ngheredigion sydd wedi rhoi eu henwau i emyn-donau. Yn rhyfedd iawn, fan hufen iâ oedd yn arwain y daith, oedd yn cael ei chyfarch ym mhob man yr aeth iddo gan gantorion fu'n canu'r emyn-dôn oedd yn perthyn i'r lle. Roedd y fan, hithau, yn canu'r dôn hefyd, yn ei dull dihafal hufen-iasaidd ei hun!

Mae'n rhaid neilltuo paragraff i restru'r un deg pedwar man yr ymwelodd y fan â nhw: Llambled, Castellnewydd, Capel Tygwyyd, Llangoedmor, Penparc, Blaencefn, Blaenannerch, Ceinewydd, Llwynycelyn, Pennant, Llanrhystud, Llanbadarn, Gogerddan ac Aberystwyth. Dechreuodd y daith yn Llambled am 10.30yb a gorffen yn Aberystwyth am 8.30yh.

Wedi taro ar y syniad, roeddwn mor falch fy mod wedi cael y cyfle i'w wireddu wrth gydweitho â chantorion o'r ardaloedd hyn. Mawr ddiolch i Gôr Cwmann a ganodd 'Llanbedr'; i Ar ôl Tri am ganu 'Penparc' a 'Blaencefn'; ac i aelodau Capel Blaenannerch a ganodd y dôn i eiriau Dic Jones.

Mae'r rhestr yn parhau! Fe wnes i orfodi 'mrawd, Roger Owen, i ganu 'Ceinewydd' gyda fi, ac fe ymddangosodd Merched Soar yn y dyffryn o flaen y capel i ganu 'Pennant'. Canodd Parti Llanrhystud y dôn ar dir y man lle ganwyd ei chyfansoddwr, David Lewis, sydd ger y Neuadd Goffa (ac ar bwys safle bysys TrawsCymru).

Roedd hi wedi hen nosi wrth i ni gyrraedd Llanbadarn, a'r fan yn cael canu ar ei phen ei hunan tra oedd yr hufen iâ yn cael ei weini. Daeth cynulleidfa i sefyll ger tai gwydr IBERS i wrando ar Jamie Medhurst a minnau'n canu 'Gogerddan', ac roedd yna dyrfa a rhyw 30 aelod o Gôr ABC i'n derbyn ar ben y daith uwchben Traeth y De yn Aberystwyth.

Bu perchnogion y fan – Dessert Delights o Dregaron – yn gweithio'n galed iawn trwy'r dydd ac roedd y criw ffilmio, oedd yn cofnodi'r digwyddiad, wedi blino'n rhacs erbyn diwedd hefyd. O'r braidd o'n i'n medru cerdded yn iawn y bore wedyn, a'm llais wedi suddo *octave*.



Be' well, ddywedodd rhywun, na hufen iâ ac emyn (cywair llon neu leddf)? O'n i mor falch o weld cantorion yn dod at ei gilydd i ganu, lapo hufen iâ, a chymdeithasu, rhai ohonynt ddim ond newydd ailgychwyn ymarferion ers 2020. Nid oeddwn wedi disgwyl cynulleidfa mewn rhai manau – ond fe gododd pobl ma's ym Mhennant, Llanrhystud, Llanbadarn a Gogerddan, sy'n tystio i gymunedau byw ac agos. Dim ond gyrru trwy Capel Tygwyyd oeddwn i i fod i'w wneud, ond fe alwodd rhai o ffans y fan a gofyn iddi aros yn y gilfan ... ac roedd gwraig wedi dod yno'n unswydd rhag ofon i ni fynd heibo! Pe na baem wedi aros, credaf y byddai wedi'n cwrsu yn ei char.

Mae yna gymaint rwy'n ei gofio o'r diwrnod: oerfel y bore yn Llambled wrth i Barêd Gŵyl Ddewi gerdded ymlaen a'r fan yn dilyn ar ei ôl; machlud gwenfflam Llanrhystud am 6.30yh – mae'r dydd yn mystyn! Tynnu cynulleidfa Pennant o ganol yr heol i sefyll yn fwy diogel ar bwys y capel. 'N fam yn joio hufen iâ, mewn *waffle cone*, wedi iddi weini te, sangwijys a phice ar y maen i ni i gyd. A chanu 'Llwynycelyn', ym maes parco'r Spar, fel teyrnged i bobl Iwcráin.

Mae'r diolchiadau yn sylweddol (gormod i'w nodi yma), ond diolch yn arbennig i Phil Braziel a theulu'r hufen iâ am eu goddefgarwch a'u gwaith caled.

Ffilmwyd y daith gan Pete Telfer (cwmni'r Wladfa Newydd) a Rhys Thwaites Jones; Richard Gott recordiodd y sain.

Noddwyd y daith gan Ganolfan y Celfyddydau, Aberystwyth, a Phrifysgol

Aberystwyth, ac mae *las* yn un o gyfres o brosiectau o dan faner [Cartref a Chynefin](#).

Eddie Ladd

I wrando ar gyfraniad Gôr Cwmann i'r diwrnod, ewch i: <https://www.facebook.com/search/top?q=cor%20cwmann>

'Gogerddan'

Roeddwn yn falch o'r cyfle i fod yn rhan o'r gynulleidfa fach oedd wedi dod ynghyd ar noson loergan, oer, wrth dai gwydr enfawr Sefydliad Ymchwil Amgylcheddol y Brifysgol yng Ngogerddan, ger Penrhyn-coch. Profiad arbennig oedd ymuno ag Eddie Ladd a Jamie Medhurst i gydganu emyn-dôn adnabyddus Joseph Parry i gyfeiliant unigryw fan hufen iâ. Ond yr hyn oedd yn sobri rhywun oedd pa mor drist o berthnasol ydi geiriau emyn J. T. Job i'r sefyllfa sydd ohoni ar hyn o bryd yn Wcráin:

Cofia'r byd, O Feddyg da,
a'i flinderau;
tyrd yn glau, a llwyr iachâ
ei ddoluriau;
cod y bobloedd ar eu traed
i'th was'naethu;
ti a'u prynaist drwy dy waed,
dirion Iesu.

Ein dyhead yw y bydd hi'n bosib i minnau fel pobl symud yn fuan o'r cywair lleddf i'r llon, fel yn yr emyn-dôn, ac y gwelir heddwch yn cael ei orseddu ym mhob cwr o'r ddaear.

Marian B Hughes

Dyma gyfarfod hyfryd iawn

Gweddi

Drindod sanctaidd, yr Hwn wyt ynot dy hun yn un Duw anwahanadwy, yr hwn wyt yn bod mewn cymdeithas ddwyfol berffaith, fe'th geisiwn. Arglwydd Iesu Grist, croesawn di i'n plith drwy dy Ysbryd Glân. Ac yn dy ddyfodiad, a wnei di ogoneddu'r Tad? Crea yn ein plith gymdeithas o'th bobl sy'n gweld dy ogoniant ac yn adlewyrchu amrywiaeth mewn undod creadigol. Amen.

Darlenniad Salm 63:1-8 (neu Salmau Cân Newydd <https://www.bible.com/bible/1364/PSA.63.SCN>)

I bob Cristion ceir yn ein profiad o Dduw 'dymhorau' amrywiol. Cyfeiriwn at ambell brofiad fel 'profiad pen y mynydd' neu weithiau soniwn am gerdded yn y 'dyffryn'. Gallwn gyfeirio at gyfnodau o 'lawnder' neu o 'sychder' ysbrydol.

Yn ystod tymor lle roedd ei enaid yn 'sych' a'i effeithiau ar ei ysbryd a'i gorff (dihoeni) yn ei drallodi ceisiodd y Salmydd Dduw. 'Fel hyn' oedd ei gyflwr pan syllodd ar ogoniant Duw. Ac o'r 'cyfarfod hyfryd' hwn tarddodd lluo o fendithion. Ffyddlondeb Duw oedd ei obaith. Ffyddlondeb ydoedd a ymestynnodd ar hyd ei oes, a'i ddigoni. Ffyddlondeb ydoedd a ddenai ei fyfyrddodau, ac a oedd yn ei gynnal a'i gysgodi. Ac o'r adnabyddiaeth hon y tarddodd ei weddi, ei foliant a'i awydd i orffwys yn yr Arglwydd.

Emyn 484 'Cymer, Iesu, fi fel 'rydwyf'

Darlenniad Esea 55:1-9

Un o'r heriau i gyhoeddwy'r y gair yw perswadio'r rhai nad ydynt yn gosod eu ffydd a'u gobaith yn yr Arglwydd Iesu Grist na all y 'syched' ysbrydol sydd ynddynt gael ei fodloni hebdo. I'r rhai sydd wedi dod i ffydd, mae'r gwrthwyneb yn her fugeiliol. Hynny yw, gall y person a ddaeth i ffydd ddechrau amau ei 'hawl' i fendithion grasol yr Arglwydd. Ym mhresenoldeb Iesu, drwy waith yr Ysbryd Glân, daethom wyneb yn wyneb â'n pechaduruswydd a'n annheilyngdod. Nid amau a wnawn fod gan yr Arglwydd amcanion a bwriadau da tuag at y byd, ond amheuw'n fynych fod gennym ni le i obeithio bod ei gariad yn medru ein cynnwys ni.

'Nid fy meddyliau i yw eich meddyliau chwi,' medd yr Arglwydd. Trwy ei air cyflawna ei holl amcanion. Caiff y rhai sydd wedi gwrandao ar ei lais eu cynnwys yn yr addewid am Arglwydd a ddaw o

dras Dafydd ac a fydd yn ei dro yn dyst, yn arweinydd ac yn gyfarwyddwr i'w bobl. Mor helaeth fydd awdurdod y gwas dwyfol hwn nes bod cenhedloedd nad oeddynt yn 'dy adnabod' yn rhedeg ato. Cyfamod tragwyddol yw hwn, ac fe gredwn ni mai Iesu Grist ei hun yw cyflawniad eithaf a ffocws gweithgarwch Duw yn y byd, ac i dragwyddoldeb hefyd.

Nid yw meddyliau grasol yr Arglwydd yn dibynnu ar ein haeddiant ni. I'r sychedig, y newynog, y rhai sydd wedi treulio'u holl fywyd yn rhedeg ar ôl pethau daeareol i ddigoni eu syched, estynnir gwahoddiad. Yn wir, ein hunig gymhwyster o gael ein derbyn ganddo yw ein hadnabyddiaeth o'n hangen! I'r rhai sy'n derbyn y gwahoddiad estynnir 'danteithion' a bywyd.

Estynnir y gwahoddiad hwn heddiw. Heddiw yw dydd gras!

Bydd y Cristion gwannaf yn rhyfeddu at gariad yr Arglwydd tuag atom. Daeth yr Arglwydd yn agos atom ond nid yw'n ein gadael lle yr oeddem. Ceisiwn ef tra gellir ei gael. Ni pheidia'r 'ceisiwch' o wahoddiad a ddaw gan yr Arglwydd ac ni pheidia ein 'galw' arno tra byddwn fyw. Cawn ein galw i adael llwybrau drygionus a bwriadau ofer. Bob dydd, dysgw'n cymaint yw gafael 'pethau' arnom ac mewn gwirionedd yr unig arwydd ein bod wedi ei geisio 'ddoe' yw ein bod yn ei geisio bob 'heddiw' o'n hoes. O'i drugaredd derbyniwn faddeuant helaeth.

Emyn 237 'O dewch i'r dyfroedd'

Darlenniad Corinthiaid 10:1-13

Gan ddilyn llwybrau esboniadol cyfarwydd i feddwl Rabiniaid ei gyfnod, ceisiodd Paul egluro i gynulleidfa, oedd ar y cyfan yn genedl-ddynion, berthnasedd yr Ysgrifurau Iddewig i'w bywydau yng Nghorinth. Crist, meddai, yw'r canolbwynt a'r allwedd sy'n agor ein deall i ddirnad cyfoeth dirgelwch yr Ysgrifurau. Ef oedd y 'ddiod', y 'bwyd ysbrydol', y 'graig', y 'cwmwl' a brofodd y rhai a welodd iachawdwriaeth Duw yn yr Exodus. Ond, drwy anffyddlondeb ac eilunaddoliaeth ac anfoesoldeb, cawsant eu 'gwasgaru' a methu cyrraedd pen draw'r Exodus.

Roedd yr Ysgrifurau felly hefyd yn 'esiamplo' i ni, i'n rhybuddio rhag chwenychu pethau drwg, fel y gwnaethant hwy'.

Bedair gwaith y mae Paul yn rhybuddio rhag eilunaddoliaeth, rhag anfoesoldeb, rhag gosod Crist ar brawf, a rhag meithrin ysbryd grwgnachlyd (adn. 7, 8, 9, 10). Ni all unrhyw un ymfrostio gan y gall pob un ohonom lithro i'r maglau yma'n rhwydd. Er nad ydym yn addoli eilunod neu ddelwau o ryw 'dduw' neu'i gilydd, pwy ohonom sy'n ddieuog o geisio creu 'duw' diogel, cysurus o'n dychymyg ein hunain, 'bod' sy'n cytuno â'n daliadau ni?

Roedd hefyd yn wir, meddai, y deuai treialon ac anawsterau a phrawf ar eu ffydd. Mor werthfawr yw'r addewid cysurlawn yn adn. 13. I bawb sy'n wynebu oriau tywyll prawf ar eu henaid, eu ffydd, a'u hysbryd, tybed a oes yna addewid mor werthfawr â hwn?

Nid oes dim sy'n ddychmygus am y treialon a ddaw i'n rhan. Daw'r prawf atom mewn amryw ffyrdd ac ym mhob ergyd darganfyddwn ddyfnder ein ffydd a'n hymlyniad wrth yr Arglwydd Iesu. Er i ni wegian ni chawn ein trechu gan y prawf. Addawodd Arglwydd Dduw, sy'n 'ffyddlon' bob amser i'w enw, ei air, a'i bobl, y caent nerth i ymgynnal, ynghyd â'r sicrwydd na fydd unrhyw brawf a ddaw i'n rhan y tu hwnt i'n gallu i barhau i sefyll ynddo (adn. 13).

Medrwn, ac fe ddylem, gydymdeimlo â ffrind, neu rywun a garwn, pan fyddant yn wynebu'r treialon sy'n dod i'w rhan. Y gwir, fodd bynnag, yw hyn: ni fedrwn yn y pen draw rannu hanfod eu gofid, eu poenau, a'u hofnau. Mae'r prawf bob amser yn bersonol, yn unigol. Ac yn bersonol ac yn unigol y mae'r Arglwydd yn gweini ei ras. Ef yw'r un sy'n 'cryfhau' o'm mewn ei waith drwy ras'.

Gweddi

Dduw'r cyfamod o ras, cyfamod a seiliwyd ac a weithredwyd yn dy Fab Iesu Grist, a thrwyddo, diolchwn y bu iddo fod yn ffyddlon hyd angau'r groes. Diolch yn awr y 'paham y'm gadewaist' dy fod ar waith yn cymodi'r byd â thi dy hun. Yn sychedig, yn wrthryfelgar, yn ein gwendid, trown atat gan weddio y profwn dy fod, hyd yn oed yn ein treialon, yn Dduw sy'n arbed yn helaeth. Amen.

Emyn 483 'Mi glywaf dyner lais'

RWJ

Cyhoeddir Cenn@d ar y cyd gan Eglwys Bresbyteraidd Cymru ac Undeb Bedyddwyr Cymru. Oni nodir yn wahanol, nid yw barn cyfranwyr Cenn@d yn cynrychioli barn swyddogol Eglwys Bresbyteraidd Cymru nac Undeb Bedyddwyr Cymru. Gallwch anfon eich cyfraniadau / gohebiaethau / ymholiadau at:

watcyn@cennad.cymru | huw@cennad.cymru | aled@ysgolsul.com

www.cennad.cymru | [f CennadCymru](https://www.facebook.com/CennadCymru) | [t @CennadCymru](https://twitter.com/CennadCymru)