Cenn@d

EBRILL 23 2025 YN CYNNWYS *Y GOLEUAD* A *SEREN CYMRU* RHIF 217

Wythnos Cymorth Cristnogol, 11–17 Mai 2025
Saith diwrnod i wneud gwahaniaeth

Bob mis Mai, mae eglwysi ledled y Deyrnas Unedig a Gweriniaeth Iwerddon yn cynnal amrywiaeth enfawr o ddigwyddiadau codi arian, gan wneud Wythnos Cymorth Cristnogol yn un o'r gweithredoedd mwyaf o dystiolaethu Cristnogol ym Mhrydain ac Iwerddon.

Yn ystod **Wythnos Cymorth Cristnogol (11–17 Mai)** mae **saith diwrnod i wneud gwahaniaeth**. A dyna'n union beth mae ein cefnogwyr anhygoel yng Nghymru yn ei wneud! Trwy gerdded, loncian, beicio, dawnsio, moli, pobi, gwneud, gwerthu, cynnal cwisiau, a llawer mwy! Gall ein brwdfrydedd rymuso camau cadarnhaol yn yr ymgyrch yn erbyn tlodi ac anghyfiawnder.

Mae straeon yr Wythnos eleni yn mynd â ni i Guatemala, gwlad sy'n delio â heriau enfawr. Mae bywoliaeth, traddodiadau a goroesiad y gymuned dan fygythiad oherwydd y sychder eithafol, stormydd enbyd a phlanhigfeydd diwydiannol sy'n meddiannu'r cyflenwad dŵr ac yn datgoedwigo'r tir.

Oherwydd yr argyfwng hinsawdd, mae'r tymhorau sych a glawog, a fyddai ar un adeg yn digwydd ar adegau yr oedd modd eu rhag-weld, yn dwysáu ac yn newid, a does dim patrwm iddynt bellach. O ganlyniad, mae cnydau hanfodol yn methu, gan olygu bod teuluoedd sy'n ffermio, fel teulu Aurelia, yn wynebu newyn a thlodi. Mae Aurelia'n poeni'n fawr faint o gynnyrch y bydd yn rhaid iddi ei fwyta a'i werthu: 'Mae'r newid yn yr hinsawdd yn lladd ein cnydau, a dyma ein bwyd ni.'

Ond mae grym anorchfygol gobaith yn nwylo ffermwyr fel Aurelia, sy'n arwain ei chymuned i oresgyn yr heriau hyn. Pan ddaeth Aurelia o hyd i waith ein partner, Congcoop, cynigiodd ei henw i fynd i'r hyfforddiant amaethyddol arbenigol a oedd ar gael.

Gyda chefnogaeth Congcoop, mae Aurelia wedi dysgu sut i addasu ei dulliau ffermio i'r hinsawdd sy'n newid. Erbyn hyn, mae hi'n

Llun: A. Sheppey/Cymorth Cristnogol

Aurelia a'i chymydog, Sofia, yn malu cacao ag offer wedi'i ddarparu gan Congcoop, un o bartneriaid Cymorth Cristnogol

Aurelia gyda rhai o'i hwyrion: (o'r chwith i'r dde) Daily a Sheny, ill dwy yn 9 oed; Karla, 7 oed; Nestor, 13 oed; ac Andy, 8 oed

Aurelia yn dal y gwrtaith y dysgodd sut i'w wneud gyda chymorth ein partner, Congcoop

Lluniau: A. Sheppey/Cymorth Cristnogol

cynhyrchu gwrtaith, yn adeiladu systemau casglu dŵr glaw ac yn tyfu cnydau sy'n gallu gwrthsefyll yr hinsawdd, fel cacao i wneud cynhyrchion siocled i'w gwerthu mewn marchnad leol.

'Rydw i'n teimlo'n hapus ac yn ddiolchgar iawn pan fydda i'n paratoi siocled,' meddai Aurelia. 'Rydw i'n gwneud cynnyrch coco â'm holl galon! Efallai mai dyna pam mae blas mor dda arnynt!'

Drwy newid y ffordd mae hi'n ffermio, mae Aurelia yn brwydro yn erbyn yr argyfwng hinsawdd ac yn adfer diogelwch bwyd ei theulu. Mae hi hefyd yn arwain ei chymuned drwy rannu'r sgiliau a'r wybodaeth mae hi wedi eu datblygu.

Ar sail ei dygnwch a'i gobaith, mae Aurelia wedi mynd ati i geisio dod o hyd i atebion. Felly, mae'n hanfodol bod ein rhaglen gyda Congcoop yn parhau, fel bod mwy o ffermwyr fel Aurelia yn gallu gwrthsefyll tywydd eithafol yn well a rheoli'r cynhaeaf unwaith eto.

Yn ystod Wythnos Cymorth Cristnogol, mae gan bob un ohonom saith diwrnod i wneud gwahaniaeth, ac mae ein hadnoddau'n ddelfrydol i'ch helpu i gynllunio eich gweithgareddau yn ystod yr wythnos. Mae'r amrywiol adnoddau, sy'n cynnwys ein hamlenni coch cyfarwydd, defosiwn dyddiol, posteri, baneri, trefn gwasanaeth, gweddïau, addoliad i bob oedran, taflen gweithgareddau i blant, taflen deiseb a mwy, ar gael i'w harchebu a'u lawrlwytho. Ewch i caweek.org/Resources i'w gweld.

Gadewch i ni gefnogi ein cymdogion. Bydd eich cyfraniad – boed trwy roi, ymgyrchu neu weddïo – yn dod â ni'n nes at greu byd lle gallwn ni i gyd ffynnu. Gadewch i ni wneud Wythnos Cymorth Cristnogol yn brawf grymus o gariad a gwasanaeth. Am fwy o wybodaeth, ewch i: caweek.org.

Cofiwch hefyd rannu hanes yr Wythnos gyda ni, gan ddefnyddio'r hashnod #WythnosCC25 ar Facebook ac X!

Cofiwch hefyd y medrwch gysylltu â thîm Cymru ar 029 2084 4646 neu cymru@cymorth-cristnogol.org.

Mae gennym saith diwrnod, a gyda'n gilydd byddwn yn gwneud gwahaniaeth.

Hoff Adnodau'r Pasg
Tudalen 2

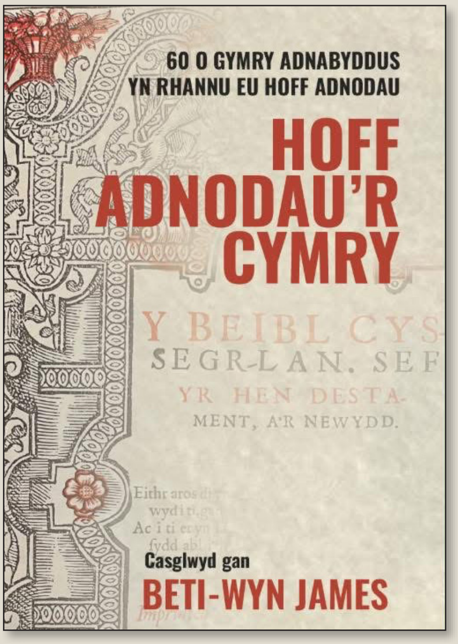
O'r byd a'r betws
Tudalen 4

Casglu pobl ifanc ynghyd yng Ngwent
Tudalen 7

Hoff Adnodau'r Pasg

Ym mis Mawrth cyhoeddwyd y gyfrol *Hoff Adnodau'r Cymry* (gweler hanes y lansiad yn Cenn@d, rhifyn 214, 2 Ebrill, lle mae 60 o Gymry adnabyddus yn dewis eu hoff adnod o'r Beibl.

Pleser yw cael rhannu â chi yn nhymor y Pasg dri chyfraniad o'r trigain a geir yn y gyfrol ddifyr hon a olygwyd gan Beti-Wyn James, sef cyfraniad Beti ei hun, yn ogystal â dewisiadau Ifan Gruffydd, Tregaron, a'r pianydd o Benfro, Meilyr Tomos. Mae'r tri ohonynt wedi dewis adnodau o hanes y Pasg fel eu hoff adnodau. Aeth y gyfrol hon allan o brint o fewn wythnos i'w chyhoeddi, ond mae ail argraffiad ar y gweill, a bydd mwy o gopïau yn y siopau wedi'r Pasg.



Ifan Gruffydd

'*Daeth ofn arnynt, a phlygasant eu hwynebau tua'r ddaear. Meddai'r dynion wrthynt, "Pam yr ydych yn ceisio ymhlith y meirw yr hwn sy'n fyw? Nid yw ef yma; y mae wedi ei gyfodi. Cofiwch fel y llefarodd wrthych tra oedd eto yng Ngalilea."* '

Luc 24:5–6

Mae Ifan yn adnabyddus fel actor a diddanwr. Dechreuodd ddiddanu ac actio gyda Ffermwyr Ifanc Tregaron ac yna fel un o gast Pantomeim Theatr Felinfach yn ystod y saithdegau a dechrau'r wythdegau. Yn 1984 cafodd wahoddiad i gymryd rhan yn y gyfres *Noson Lawen* ar S4C, a dilynwyd hynny gan ei gyfres ei hun, *Ma' Ifan 'Ma*, ynghyd â'r *Noson Lawen* am flynyddoedd lawer.

Bu hefyd yn ysgrifennu ac yn actio mewn cyfresi comedi megis *Y Ferch Drws Nesa*, *Os Byw ac Iach* a *Nyth Cacwn*. Gwnaeth flynyddoedd hefyd o gyfresi radio fel *Pwlffacan* a *Dros Ben Llestri*. Mae Ifan yn awdur wyth o ddramâu byrion a dwy gyfrol. Cafodd ei dderbyn i'r orsedd yn Eisteddfod Genedlaethol Caerdydd ac mae'n aelod ac yn flaenor yng nghapel Bwlchgwynt. Mae'n byw yn Nhregaron gyda'i briod, Dilys.

Ei hoff adnodau

Mae'n rhaid i mi ddewis dwy adnod er mwyn cael y stori yn llawn, achos mae'r ddwy adnod yn dibynnu ar ei gilydd fel efeilliaid. Maen nhw yn eistedd yn gysurus efo'i gilydd ym mhennod 24 o Efengyl Luc, adnodau 5 a 6.

Rhai blynyddoedd yn ôl, wrth i mi ddarllen y bennod yma, sef Pennod yr Atgyfodiad, er i mi ddarllen y bennod hon droeon o'r blaen, y tro yma fe neidiodd y ddwy adnod yma ataf a chefais y teimlad nad oeddwn wedi eu darllen erioed o'r blaen – dyna fe, dyna yw rhamant yr Efengyl, yn ôl rhai.

Roedd y gwragedd wedi dod efo'u peraroglau at y bedd, felly dim ond dod i edrych am gorff marw – heb os, roedd y cyfan ar ben. Roedd y gwragedd yn stad mwyaf negyddol a thywyll eu bywyd ac yn sydyn, wrth iddynt chwilio am gorff Iesu, dyma'r geiriau mwyaf anhygoel a phositif yn cael eu hadrodd wrthynt. Mae'r bumed adnod yn cael ei rhoi iddynt megis cwestiwn, 'Pam yr ydych yn ceisio ymhlith y meirw yr hwn sy'n fyw?'

Wel rwy' i'n gwybod un peth! Dyma'r tro cynta i neb glywed geiriau fel hyn mewn mynwent. Fe allech ddweud bod y gwragedd yn cael cerydd yn y ddwy adnod yma ac mewn geiriau bob dydd mae'r dynion yn dweud wrthynt, 'Beth ydych chi'n ei wneud fan hyn? Dydy e ddim fan hyn, mae e wedi atgyfodi ac mae e wedi gadel – ydych chi ddim yn cofio'r pethe wedodd e?' Roedd e wedi dweud wrthyn nhw y bydde hyn yn digwydd. Na! allwch chi ddim eu beio nhw. Mae hi mor rhwydd colli golwg ar yr ysbrydol a syrthio 'nôl i feddwl mewn ffordd ddynol ar amgylchiadau y mae dyn ynddynt ar y pryd.

Ond yn bwysicach na dim, mae'r ddwy adnod yma yn ein hatgoffa: heb yr atgyfodiad, does dim Efengyl na Christnogaeth, na gobaith o unrhyw fath, a dim ond Iesu ddoe fydde gyda ni a hwnnw wedi hen bydru yn ei fedd.

Ond 'nid yw ef yma', a dyna pam mae gyda ni Iesu ddoe, heddiw ac Iesu yfory. Odyn, mae'r ddwy adnod yma yn WAW! o adnode, yn fy marn i.

Beti-Wyn James

'*Aros gyda ni, oherwydd y mae hi'n nosi.*'
Luc 24:29

Un o blant Cwm Tawe yw Beti-Wyn. Bu'n gweinidogaethu yn y Tabernacl, y Barri, am rai blynyddoedd cyn symud i'r gorllewin, a derbyn galwad i fod yn weinidog ar Ofalaeth y Priordy, Cana a

(parhad ar y dudalen nesaf)

Hoff Adnodau'r Pasg

(parhad o dudalen 2)

Bancyfelin. Eleni, ffurfiwyd gofalaeth newydd dan ei gweinidogaeth, sef Gofalaeth Caerfyrddin a Bancyfelin. Mae'n Gyn-lywydd Undeb yr Annibynwyr, yn awdur ac yn gyfrannwr cyson i raglenni radio a theledu. Enillodd radd Meistr o Brifysgol Caerdydd a Choleg Bedyddwyr Cymru am ei hymchwil i effaith Covid 19 ar fywyd yr eglwysi. Mae'n darlledu oedfa ddigidol bob bore Sul ers y cyfnod clo. Hi yw Arwyddfardd presennol Gorsedd Cymru. Mae'n fam i Elin a Sara.

Ei hoff adnod

Mae'r hanes am y ddau yn cerdded y ffordd o Jerwsalem i Emaus, i mi, gyda'r prydferthaf o storïau yn y Testament Newydd. Daw'r Crist Atgyfodedig at y ddau a oedd yn cerdded y ffordd, a hwythau heb ei 'nabod. Ond wrth agosáu at y pentref, meddent wrth Iesu, gan bwyso arno, 'Aros gyda ni, oherwydd y mae hi'n nosi.' Canlyniad yr 'aros' gyda nhw oedd iddynt ddod i 'nabod Iesu dros bryd o fwyd, wrth iddo dorri bara. Na, nid corff mewn bedd oedd Iesu, ond Gwaredwr Atgyfodedig a buddugoliaethus.

Y mae rhai yn honni eu bod wedi cerdded ffordd Damascus, ac wedi dod i adnabyddiaeth o Iesu mewn moment ddramatig, fel Saul gynt. Ond cofiwn fod modd cerdded ffordd Emaus yn ogystal â ffordd Damascus. Ffordd Emaus yw'r ffordd a gerddais i, ac rwy'n gobeithio fy mod yn dal i'w cherdded heddiw wrth geisio byw yn agos at Iesu a dod i adnabyddiaeth ddyfnach ohono o ddydd i ddydd.

Oherwydd fy hoffter o'r stori hon, rwyf wedi cael fy nenu at eraill sy'n rhannu'r un hoffter â mi am yr hanes. Mae'r stori hon wedi ysbrydoli nid yn unig pregethwyr ond hefyd beirdd, cerddorion ac artistiaid. Ymhlith yr artistiaid mae Rembrandt, a beintiodd lun o Iesu yn torri'r bara yn Emaus.

Bu'r sefyllfa echrydus yn Wcráin yn ofid mawr i bawb dros y ddwy flynedd diwethaf. Rydym wedi bod yn ymateb i'r sefyllfa druenus honno mewn gweddi, ac mewn ffyrdd ymarferol hefyd, yn ôl ein gallu. Wrth fodio drwy dudalennau'r we un diwrnod, fe sylweddolais fod un ffordd arall bosib o gefnogi pobl Wcráin, a hynny oedd drwy brynu eu gwaith celf. Llawenydd i mi oedd dod ar draws gwaith yr artist Ivanka Demchuk o Wcráin. Llwyddais i brynu darn o'i gwaith, sef darlun yn dehongli yn ei ffordd ei hun stori'r ddau yn cerdded i Emaus ac yn cwrdd ag Iesu. Mae iddo le parchus ar wal ein 'stafell fwyta. Mae'r darlun yn dweud dau beth wrthyf: yn gyntaf, bod angen cofio'n gyson yn ein gweddïau am Wcráin, Gaza a mannau eraill lle mae rhyfel ofnadwy, ac yn ail, cofio mai Crist byw a buddugoliaethus yw'n Crist ni.

Rheswm arall am y dewis o adnod yw oherwydd bod gen i glip fideo ar fy nghyfrifiadur o'n merched ni, Elin a Sara, yn canu emyn yn rhan o gôr merched Ysgol Gyfun Gymraeg Bro Myrddin ar lan bedd Hedd Wyn. Mae'r datganiad digyfeiliant o'r emyn yn wefreiddiol ac mae'n dal i yrru ias i lawr fy nghefn bob tro y byddaf yn gwrando arno. Yr emyn? 'O aros gyda mi, y mae'n hwyrhau', cyfieithiad Lewis Edwards o'r emyn godidog 'Abide with me'.

Gwahodd Iesu i'w cartref a wnaeth y disgyblion wedi cyrraedd Emaus gan ei bod yn nosi. Gwahodd Iesu i gartref ein calonnau a wna'r Cristion, yn y sicrwydd y bydd ef yn oleuni i ni pan ddaw profiadau o dywyllwch i'n hamgylchynu.

Y daith o Jerwsalem i Emaus. Ond nid ffordd i'w thrafod yw hon, ond ffordd i'w cherdded.

Meilyr Hedd Tomos

"Yn wir, rwy'n dweud wrthyt, heddiw byddi gyda mi ym Mharadwys."
Luc 23:43

Dyn ifanc a gafodd ei eni â Syndrom Down yw Meilyr. Gyda chefnogaeth ei rieni a'i athrawon, cwblhaodd Meilyr ei addysg yn Ysgol y Preseli, a llwyddodd i feistroli'r piano. Mae ei ddawn gerddorol wedi llenwi ei fywyd, ac mae Meilyr wedi rhoi oriau o amser yn diddanu preswylwyr mewn cartrefi gofal yn ardal sir Benfro a thu hwnt. Mae ffyddloniaid pabell Cytûn – Eglwysi Ynghyd yng Nghymru – ar Faes yr Eisteddfod Genedlaethol yn cael y pleser a'r mwynhad o wrando ar Meilyr yn canu'r piano o flwyddyn i flwyddyn, yn ogystal â phabell Cytûn yn y Sioe Amaethyddol. Mae Meilyr wedi codi symiau mawr o arian i elusennau, yn enwedig Cymorth Cristnogol drwy ganu'r piano. Cafodd ei anrhydeddu gan Orsedd Cymru yn Eisteddfod Genedlaethol Rhondda Cynon Taf am ei waith gwirfoddol eang. Mae Meilyr yn byw yn nhref Abergwaun gyda dau arall sydd ag anghenion arbennig. Mae'n hoff o gymdeithasu ac yn canu'r organ yng Nghapel Hermon, Abergwaun, ac yn barod iawn ei gymwynas i gyfeilio mewn capeli eraill yn ôl y galw. Yn ystod y cyfnod clo, daeth yn un o sêr y dudalen Côr-ona ar Facebook drwy ryddhau ffilm o'i hun yn canu'r piano bob dydd drwy'r cyfnod clo, ac y mae'n parhau i wneud o hyd.

Ei hoff adnod

Y mae Mam a Dad wedi fy nghynorthwyo i ysgrifennu hwn yn ôl beth yr wyf wedi'i ddweud wrthynt.

Mae'r geiriau yn yr adnod rwy wedi ei dewis yn dilyn ymlaen o'r cyfnod pan oeddwn yn blentyn ifanc ac yr oedd cwrdd yng Nghapel Fachendre, Boncath, sir Benfro. Y pregethwr gwadd oedd y diweddar Barch. Gwyn Erfyl. Fe ofynnodd gwestiwn i'r gynulleidfa, 'Pam wnaeth Iesu farw?' Rhoddodd neb eu llaw i fyny ond y fi, ac wedd fy rhieni, Gwyndaf a Heather, yn poeni beth yr oeddwn yn mynd i'w ddweud. Yr wyf yn credu fy mod wedi cael yr ateb yma trwy ras Duw. Fy ymateb oedd, 'Er mwyn i ni gael byw.' Yr oedd ymateb fy rhieni a'r gynulleidfa yn syfrdan fy mod wedi rhoi ateb mor sicr. Yr oedd y Parch. Gwyn Erfyl newydd golli ei wraig a bu fy ymateb yn ysgafnder mawr iddo. Mewn ymateb mae hyn yn rhoi cadarnhad i fi o beth yw ystyr fy ffydd. Yr wyf yn darllen y Beibl yn gyson, fel fy nhad.

Dyfynnwyd o *Hoff Adnodau'r Cymry*, casglwyd gan Beti-Wyn James (Cyhoeddiadau'r Gair, 2025; pris £9.99)

O'r byd a'r betws
Ymgyfoethogwn yng Nghrist, a'i rannu gyda thlodion byd

Ers 2008, bu geiriau'r gwleidyddion yn sôn am lymder economaidd yn britho datganiadau gwleidyddol holl wledydd y byd. Yn ystod y mis diwethaf clywson Arlywydd yr Amerig yn cyffroi wrth feddwl ei fod â'r modd a'r awdurdod i godi tariff ar y nwyddau sydd yn cyrraedd yr Amerig. Ei nod yw gwneud America yn gyfoethocach nag ydyw ar hyn o bryd: 'Make America rich again', fel pe bai'r Unol Daleithiau'n dlawd.

Bydd cri gwleidyddion asgell dde Ewrop yn atseinio yr un dyhead o warchod eu buddiannau eu hunain, heb feddwl am effaith eu polisïau ar wledydd tlotaf y byd. Os yw'r gwleidyddion Ewropeaidd yn credu bod angen iddynt wario canran uwch o'u cyfalaf (GDP) ar amddiffyn, yna pam mae angen i hynny leihau eu cyfraniad i'r Trydydd Byd?

Mae lle i ganmol y modd y bu i Brif Weinidog Prydain ymateb yn ystod y stormydd diplomataidd ym mis Mawrth rhwng Mr Trump a Mr Volodymyr Zelenskyy. Ond prin fod modd canmol ei benderfyniad i dalu am y gwariant uwch ar gynyddu arfau milwrol drwy dorri 'nôl ar y cymhorthdal i'r gwledydd tlotaf yn y byd. Bu cyfraniadau Russell Isaac mewn cyfweliadau radio a theledu yn gymorth i ni deall effaith y dogni gwirion hwn. Dangosodd fod meddylfryd hunanol yr Amerig yn golygu lleihau cymorthdaliadau sylfaenol datblygiad mewn cynifer o wledydd tlawd. Mae llywodraeth Prydain wedi gwisgo dillad ceidwadaeth, a phlygu o flaen delw gerfiedig y syniad o beidio â chodi treth incwm pawb ar draws gwledydd Prydain. Gwir dweud bod llywodraeth Prydain mewn man heriol, heb lawer o le i droi, mewn gwirionedd. Diffyg 'head-room' yw'r term a ddefnyddir, ac ar ôl i Mr Trump godi treth ar y cynnyrch a fewnforir i'w wlad, bydd angen i bob economi ar draws y byd blygu gan fod y nenfydau'n gostwng.

Ochr arall y geiniog yw gofyn a yw'r holl drafodaeth sy'n ymwneud â gofal cymdeithasol yng ngwledydd Prydain yn deg. Bu'r darluniau a welwn o ddinas Birmingham a'r tomennydd o fagiau rwbel, â llygod mawr yn gwledda yn eu plith, yn peri braw gwahanol. Mae perygl cyson fod arf y streic yn medru cael ei ddefnyddio ar gam, ond dyna'r unig arf sydd gan y gweithwyr cyffredin i ddangos bod eu costau byw yn fwy na'u hincwm.

Mae'r wasg a'r cyfryngau yn holi'n gyson beth fydd effaith yr amrywiol elfennau hyn ar boblogaeth gwlad a byd. Mae'r ateb yn amlwg i bawb, sef bod angen i bob gwladwriaeth gydnabod na all chwyddiant barhau i godi heb fod rhywrai yn gyfoethocach ac eraill yn dlotach na'i gilydd. 'Treched y trechaf' yw arwyddair y gwleidyddion asgell dde, a derbyn y bydd y farchnad yn llywio llwyddiant, ac o reidrwydd yn golygu bod y gwannaf yn gwywo. Bydd hyn yn effeithio ar bawb, a hynny'n fuan. Bydd llogau ar fuddsoddiadau'n gostwng, cyflogau'n colli eu gallu i gynnal safonau byw, a chwmnïau o bob math yn methu cynnal lefelau cyfredol eu buddsoddiadau na chyflogi yr un nifer o weithwyr. Byddwn yn siŵr o glywed geiriau fel 'llymder' a 'chaledi economaidd' – 'austerity' yw'r term yn Saesneg – yn amlach nag erioed.

Os bydd diweithdra'n cynyddu a phrisiau nwyddau'n codi, cwmnïau'n cau a threthiant ar gynnydd, beth wedyn?

Efallai y gwêl rhai gwledydd aflonyddwch cymdeithasol yn dod yn amlwg, neu bobl yn methu talu rhent ac yn cynyddu'r ddibyniaeth ar nawdd cymdeithasol. Er mor hawdd yw dychmygu anobaith, ar lefel fyd-eang, beth fydd barn yr eglwysi yn yr holl wledydd?

Clywson rai o'r enwadau efengylaidd eu diwinyddiaeth yn yr Amerig, megis y Southern Baptist Convention, yn hyrwyddo achos Mr Trump, efallai am iddo sefyll yn erbyn erthylu, a hawlio fod 'Duw wedi ei achub' pan saethwyd ef yn un o'i ralïau. Bydd eglwysi mwy rhyddfrydol eu diwinyddiaeth yn siŵr o godi llais yn erbyn yr anghyfiawnderau hyn.

Gobeithio y bydd pob adran o Eglwys Crist yn chwilio am ffyrdd o gryfhau'r ddarpariaeth o fanciau bwyd ac yn cynnig dillad a nwyddau sylfaenol tebyg am ddim i'r sawl a fydd yn gofyn amdanynt. Gobeithio y bydd mwy o bobl yn dod i sylweddoli nad cyfoeth byd a grym cyfalafiaeth yw iachawdwriaeth unrhyw wlad neu unigolyn. Mae mwy i fywyd nag arian. Yr un peth y gall pawb ohonom ei gynnig yw gweddi dros yr hollfyd, a gweddïo y daw mwy o bobl i brofi 'trysor Crist' wrth oddiweddyd y storm sydd o'n blaen. Ymatebodd Iesu i angen y tlodion, yr anghenus a'r unig, ond gwyddai 'nad ar fara'n unig y bydd bob dyn fyw, ond ar bob gair sy'n dod allan o enau Duw'.

Denzil I. John

FFORWM FFYDD
(UNDEB ATHROFA'R BALA)
Cynhelir
Y GYNHADLEDD FLYNYDDOL
Yn Seilo, Eglwys Unedig Llandudno
Dydd Mawrth, Mai 13eg 2025

COFIO R. S. THOMAS (1913-2000)

SIARADWR
Yr Athro Jason Walford Davies
Athro'r Gymraeg a Llên Cymru yn Saesneg
Ysgol Iaith, Diwylliant a'r Celfyddydau
Cyd-gyfarwyddwr Canolfan Ymchwil R. S. Thomas
Prifysgol Bangor
I ddechrau am 9:45yb
Croeso cynnes i bawb

Oedfa Basg Chwiorydd Henaduriaeth Myrddin

Ar bnawn hafaidd ddechrau mis Ebrill daeth Chwiorydd Henaduriaeth Myrddin at ei gilydd i ddathlu buddugoliaeth y Pasg.

Y siaradwraig oedd y Parch. Siân Elin Thomas, a gyflwynodd anerchiad o obaith, sef ein bod ni heddiw yn byw diweddglo gogoneddus hanes y Pasg.

Cyffelybwyd rhwystr y beddfaen i'r gwragedd, wrth iddynt deithio tuag at fedd yr Iesu, â'r cerrig gofid ry'n ni'n eu cario yn ein bywydau. Ond wrth inni ddyfalbarhau ac ymddiried yn yr Arglwydd, mae pob maen yn cilio. A defnyddio dyfyniad y siaradwraig: 'with every stone there's a promise'.

Diolchwyd i bawb am eu cyfraniad gan y Llywydd, Mrs Elizabeth Jackson.

Yn dilyn yr oedfa cafwyd cyfle i gymdeithasu dros de ysgafn.

Elinor Wyn Nicholson

Chwilio'r Pasg yn Llanfair-pwll

Roedd croeso cynnes yn disgwyl pawb a ddaeth i gapel Rhos-y-gad, Llanfair-pwll, fore Sadwrn, 5ed Ebrill, i wneud crefftau, chwarae gemau a dilyn chwilfa ar thema'r Pasg.

Meddai Alun M. Thomas, bugail yr eglwys. am yr achlysur: "Braf gweld bwrlwm yn festri Rhos-y-gad wrth i ni ddathlu neges y Pasg gyda nifer o deuluoedd wedi dod ynghyd. Gweddïwn fendith yr Arglwydd ar y cyfan o'r gweithgaredd dros ŵyl y Pasg wrth inni ymestyn allan gyda neges a gobaith y Pasg."

Oedfa Sul y Mamau – Noddfa, Llanbedr Pont Steffan

Er bod nifer o'r plant a'r bobl ifanc yn absennol, llwyddwyd i gynnal oedfa arbennig wedi ei llunio gan Janet yn Noddfa ar Sul y Mamau. Trwy gyfrwng darlleniadau o'r Beibl, gweddïau, grwpiau canu ac unawdau talwyd diolch haeddiannol i bob mam a dathlwyd dyfodiad y gwanwyn a buddugoliaeth y Pasg.

Croesawyd pawb yn gynnes gan Erin a hi hefyd gyhoeddodd yr emyn cyntaf. Gweddïwyd gan Llinos, darllenwyd rhan o'r gair gan Delyth a'r llefarwyr oedd Tryfan, Siân Jones a Geinor Medi. Bu Lynwen, Flo a Siwan yn adrodd a chyflwynwyd datganiad hyfryd o 'Troyte' ar eiriau'n ymwneud â'r Pasg gan Lowri Elen. Mwynhawyd yn fawr gyfraniad y plant lleiaf ar gân, sef Siwan, Mabli, Flo, Eva, Trystan a Rhodri. Cyhoeddwyd yr emynau olaf gan Nansi a Trystan Bryn. Gwasanaethwyd wrth yr organ gan Delyth a bu hi a Llinos yn cyfeilio i'r plant.

Diolchodd ein Gweinidog i bawb am oedfa ardderchog ac i bawb am wneud eu gwaith yn raenus. Er gwaetha'r problemau, soniodd nad yw'r plant byth yn ein gadael i lawr. Hefyd talodd deyrnged i'r mamau i gyd ac i Janet am lwyddo unwaith eto i drefnu oedfa. Datganodd Janet ei diolch hithau i bawb am gymryd rhan ac i Llinos a'r rhieni i gyd am eu cymorth a'u cefnogaeth. Wrth droi tuag adre roedd pawb yn datgan eu pleser o gael cydaddoli â'r plant a'r bobl ifanc mewn oedfa lawn bendithion.

S4C

Dechrau Canu, Dechrau Canmol
Sul, 27 Ebrill

Dim rhaglen

BBC radio cymru

Caniadaeth y Cysegr
Sul, 27 Ebrill, am 7:30yb a 4:30yp

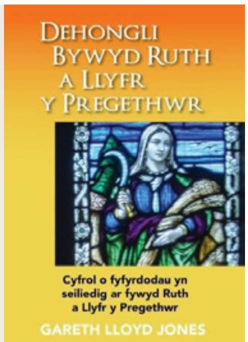
Amrywiaeth o emynau yng nghwmni Manon Ceridwen James, Abergele

Oedfa Radio Cymru
Sul, 27 Ebrill, am 12:00yp

Oedfa dan ofal Elinor Delaney, Llundain

Llyfr y Pregethwr

Yn ystod y tymor hwn byddwn yn astudio Llyfr y Pregethwr gyda'n gilydd dan arweiniad y Parch. Ddr Alun Tudur, gan ddefnyddio cyfrol y diweddar Gareth Lloyd Jones, *Dehongli Bywyd Ruth a Llyfr y Pregethwr* yn ganllaw.



Astudiaeth 9: Cyfeillgarwch

Llyfr y Pregethwr 4:9–12

Nawr mae'r Pregethwr yn dewis pwnc mwy calonogol – hwrê – sef rhinweddau a manteision cyfeillgarwch a chwmnïaeth (4:9–12). Y wers yma yw pwysigrwydd cael ffrind da er mwyn llwyddo, yn enwedig os nad oes ganddo deulu agos.

Manteision partneriaeth
Dyma'r unig dro y mae'r awdur yn barod i gydnabod bod y gweithiwr yn elwa o'i lafur. Ond nid ennill cyflog gwell neu wneud rhagor o elw sydd ganddo dan sylw wrth ddweud fod dau sy'n gweithio gyda'i gilydd 'yn cael tâl da am eu llafur' (Pregethwr 4:9). Byrdwn ei neges yw fod dau sy'n cydweithio yn elwa o'u partneriaeth mewn amrywiol ffyrdd. Yna, cawn dair enghraifft sy'n codi o fywyd bob dydd o fanteision cyfeillgarwch a chydweithio.

Mewn unrhyw fenter ar y cyd ym myd masnach, mae partneriaid ar gael bob amser i gynorthwyo'i gilydd mewn argyfwng. O gymryd y gair fel metaffor, pe bai un 'yn syrthio', hynny yw, yn methu cyflawni ei orchwylion oherwydd salwch neu ddamwain, daw ei gyfaill i'r adwy ac achub y busnes. Mewn undod mae nerth. Mae cymdeithas hefyd ar ei mantais pan fo dau'n cydweithio, oherwydd nid yw'r treialon a enwyd eisoes, sef gormes, eiddigedd, diffyg cysur ac unigrwydd, yn debygol o ymddangos mewn gwir bartneriaeth.

Priodas
Mae mantais amlwg i ddau sy'n gorwedd gyda'i gilydd, gan fod y 'naill yn cadw'r llall yn gynnes' (4:11). Efallai fod yr adnod hon yn idiom sy'n cyfleu gwerth cyfeillgarwch? Yn ôl y Targwm, y cyfieithiad Aramaeg o'r Beibl, cymeradwyo bywyd priodasol fel bwriad Duw ar gyfer dynoliaeth a wna'r testun hwn. Wedi creu gardd Eden a rhoi Adda i weithio ynddi, sylweddolodd yr Arglwydd nad 'da bod dyn ar ei ben ei hun', a phenderfynodd wneud 'ymgeledd cymwys' iddo. 'Dyna pam y bydd dyn yn gadael ei dad a'i fam, ac yn glynu wrth ei wraig, a byddant yn un cnawd' (Genesis 2:18–24).

Heneiddio
Ond esboniad arall ar eiriau'r Pregethwr yw mai cyfeiriad sydd yma at un o'r problemau a ddaw yn sgil henaint. Pan fo'r gwaed yn teneuo, mae'n anos gwrthsefyll oerfel yr oriau mân. O bosibl mai'r stori adnabyddus am y brenin Dafydd yn heneiddio ac yn methu cysgu am ei fod yn oer, 'er pentyrru dillad drosto', yw'r cefndir. Er mwyn iddo gael noson o gwsg, daeth ei weision â merch ifanc brydferth, Abisag y Sunamees, ato i'w 'ymgeleddu a gorwedd' yn ei fynwes i'w gynhesu (1 Brenhinoedd 1:1–3). Mae'r cwestiwn rhethregol ar ddiwedd Llyfr y Pregethwr 4:11 yn pwysleisio un o anfanteision dewis byw heb gydymaith: 'Sut y gall un gadw'n gynnes ar ei ben ei hun?' Wrth gwrs, yn ein cyfnod ni y mae'n haws cadw'n gynnes yn ein tai moethus. Eto, y mae llawer yn ein byd sydd heb ein cyfleusterau ni.

Cliciwch ar y poster uchod er mwyn gweld yr adnoddau sydd ar y wefan, neu ewch i www.gair.cymru

Diogelwch
Mae'r enghraifft olaf yn amserol dros ben. Mae'n debygol iawn bod ymosod a lladrad a thrais lawn cymaint o broblem ar strydoedd Jerwsalem yn oes y Pregethwr ag ydynt yn ein dinasoedd ni heddiw. Ac felly, byddai cwmni cyfaill yn anhepgorol i rywun a fyddai'n mentro mynd i ambell ran o'r ddinas, rhag ofn bod angen wynebu a gwrthsefyll dihiryn. Mae cyfieithiad beibl.net o 4:12 yn gwneud yr ystyr yn gliriach: 'Pan fydd rhywun yn ymosod, mae dau yn fwy tebygol o'i rwystro nag un.'

Mae'r awdur yn crynhoi'r drafodaeth ynghylch manteision partneriaeth trwy ddefnyddio dihareb sy'n cyfeirio at gryfder rhaff deircainc. Wedi dweud fod dau'n well nag un, a bod tri'n well fyth, mae'n bosibl nad yw'n gwneud dim mwy na mynegi'r hyn sy'n gwbl amlwg: mewn argyfwng, po fwyaf y nifer, mwya'r diogelwch.

Caiff yr egwyddor o bartneriaeth le amlwg yn y Beibl. Mae pob darlun o'r eglwys yn lluosog ac nid yn unigol, e.e. y winwydden a'r canghennau (Ioan 15:5), y ddafad a'r praidd (Luc 15:1–7), y meini bywiol yn y deml (1 Pedr 2:5). Nid heb gwmni y mae Iesu'n teithio drwy Galilea i bregethu teyrnas Dduw. Mae'n creu cymuned drwy ddewis deuddeg disgybl i ysgwyddo'r gwaith gydag ef, gan roi iddynt hyder yn eu cenhadaeth drwy ddweud: 'Os bydd dau ohonoch yn cytuno ar y ddaear i ofyn am unrhyw beth, fe'i rhoddir iddynt gan fy Nhad, yr hwn sydd yn y nefoedd. Oherwydd lle y mae dau neu dri wedi dod ynghyd yn fy enw i, yr wyf yno yn eu canol' (Mathew 18:19–20).

Be 'dych chi'n feddwl?
1. A yw'r dywediad 'mewn undod mae nerth' yn berthnasol i sefyllfa Cristnogaeth yng Nghymru heddiw?

2. Ym mha ffordd y gallwn ddatblygu'r egwyddor o bartneriaeth fel Cristnogoion yn ein cyd-destun cyfoes? Un o broblemau mawr ein cymdeithas yw unigrwydd.

Casglu pobl ifanc ynghyd yng Ngwent

'Roedd criw o eglwysi gyda ni ar draws Cymanfa Bedyddwyr Gwent oedd â rhai pobl ifanc yn mynychu neu o leia yn gyfarwydd i'r eglwys – ond doedd yr eglwysi ddim o reidrwydd yn gallu cynnal gweinidogaeth pobl ifanc eu hunain,' eglura Tim Moody, un o'r bugeiliaid yn eglwys Moriah Baptist yng Ngwent. 'Ond dyma ni'n meddwl: pam na allwn ni ddod â'r unigolion neu'r grwpiau bach hyn at ei gilydd, i ymgynnull? Felly, dyma ni'n dechrau gwneud hynny, gan greu cyfarfod misol o'r enw "The Gathering" – ac ry'n ni wedi gweld pethau'n tyfu oddi yno.'

Ymgynnull

Mewn noson nodweddiadol, mae tri deg o bobl ifanc bellach yn dod at ei gilydd ar nos Sul unwaith y mis i dreulio amser yn dod i adnabod Iesu'n well mewn awyrgylch anffurfiol. Dim ond rhyw ddwsin o bobl ifanc oedd yna ar y dechrau. Mae'r fformat ei hun yn syml ond yn fwriadol, wedi'i grynhoi yn eu harwyddair: 'Ymgynnull. Cydaddoli. Cydfwyta' (neu 'Gather / Worship / Eat). Fel yr eglura Tim, 'Roedden ni eisiau i bobl ifanc gael lle diogel i fod yn Gristnogion gyda'i gilydd, a chael cyd-destun lle gallen nhw glywed yn uniongyrchol ac mewn ffordd berthnasol iddyn nhw beth mae'n ei olygu i ddilyn Iesu yn eu bywydau.'

Felly, mae cyfweliadau ag arweinwyr, archwiliadau byr o gymeriadau o'r Beibl, yn ogystal â rhai gemau i dorri'r iâ i gyd yn rhan o'r arlwy. Ond. yn anad dim, mae'r nod yn glir yn yr enw – creu'r math o ofod ac amser sy'n fwyfwy anodd i bobl ifanc gael mynediad ato yn ein cymdeithas ni iddynt dyfu fel disgyblion i Iesu gyda'i gilydd.

Diben

Roedd y tîm o bump neu chwech o arweinwyr o eglwysi ar draws Cymanfa Bedyddwyr Gwent bob amser wedi bod yn glir eu bod yn dymuno i hyn fod yn gynhwysol – gan roi lle i leisiau'r bobl ifanc ac eglwysi eraill yn lleol.

I'r perwyl hwnnw, fe wnaethon nhw gynnal arolwg yn ddiweddar o'r hyn yr oedd y bobl ifanc eisiau ei weld o fewn bywyd eglwysig ac o ddigwyddiadau fel The Gathering. Er mawr syndod iddynt, yr ymateb oedd eu bod eisiau rhagor o'r un peth: mwy o amser gyda'i gilydd, mwy o gyfleoedd i gyfarfod, i fwyta gyda'i gilydd ac i ddysgu gyda'i gilydd beth mae'n ei olygu i ddilyn Iesu.

'Mae yna syched enfawr, 'swn i'n dweud, i fod yn rhan o fwrlwm pethau,' meddai Tim. 'Ac rydym wedi ceisio cydnabod hynny dros y flwyddyn ddiwethaf trwy feithrin arweinwyr ifanc o fewn y grŵp a all ddechrau cymryd cyfrifoldeb a chwarae rôl pan fyddwn ni'n dod at ein gilydd.'

Dyfodol

Mewn oes lle mae rhyw ganfyddiad wedi tyfu bod mentrau fel clybiau ieuenctid Cristnogol bellach yn perthyn i oes a fu, cyn dyfodiad y cyfryngau cymdeithasol, efallai fod llais y bobl ifanc eu hunain yn awgrymu fel arall. Fel mae Tim yn nodi, mae twf The Gathering yng Ngwent wedi digwydd ochr yn ochr â'r ymchwydd o ddiddordeb ym mhenwythnosau ieuenctid Esgyn (fydd yn cael eu cynnal am y trydydd tro eleni ar 21–3 Tachwedd).

Mae'r tîm sydd ynghlwm â'r gweithgaredd yn argyhoeddedig y gellid ailadrodd y model syml y maen nhw'n ei ddefnyddio yng Ngwent yn ddigon hawdd mewn mannau eraill. Yr hyn sydd ei angen yw tîm gweddol fychan o sawl eglwys a chefnogaeth y Gymanfa ag ychydig o gyllid yn gefn i'r gwaith – ac, yn anad dim, angerdd dros Iesu a phobl ifanc wedi'i danio gan weddi!

Blodau lu ar Sul y Mamau yn Llundain

Gan adeiladu ar lwyddiant digwyddiad gosod blodau ar ddydd Santes Dwynwen yn Eglwys y Drindod, Cockfosters, yn Llundain, fe ddaeth nifer o aelodau a chyfeillion at ei gilydd yng nghapel Seion, Ealing Green, ar gyfer digwyddiad tebyg cyn Sul y Mamau ddiwedd Mawrth. Diolch i Miriam Watling am drefnu a chynnal y nosweithiau hyn.

Gwahoddiad

Carem eich gwahodd yn gynnes iawn i fynychu

Darlith Gyhoeddus

sef Darlith Goffa Dr. Pennar Davies a Dr Tudur Jones

Nos Iau, 1 Mai, 2025 am 7:30 o'r gloch
Yng nghapel y Tabernacl,
Yr Ais, Caerdydd, CF10 1AJ

Ym mlwyddyn nodi 1700 ers Cyngor Nicea, testun y ddarlith fydd

"Credo in unum Dominum nostrum, Jesum Christum, filium Dei"
Pwy yw Iesu Grist i ni yng Nghymru heddiw?

Darlithydd Gwadd: Parchedig Ddr Rosa Hunt
Gweinidog Eglwys y Tabernacl, Caerdydd, a chyn gyd-bennaeth Coleg y Bedyddwyr

Croeso cynnes i chi fynychu'r ddarlith.
Bydd hefyd yn cael ei ffrydio'n fyw, a gellir gwylio drwy'r ddolen ar wefan yr Undeb, www.annibynwyr.cymru.
Trefnir y Ddarlith gan Undeb yr Annibynwyr Cymraeg.

Encil 2025 Cristnogaeth 21

‘Ysbryd Galar, Ysbryd Gobaith – Lleisiau a llais mewn byd cythryblus’ oedd y geiriau allweddol ar ddalen flaen y rhaglen a gyflwynwyd i ni yng Nghapel Tabernacl, Dolgellau, fore Sadwrn, Ebrill 5ed, eleni. Yn dilyn hynny, roedd dymuniad am ‘fendith, cyfeillgarwch, amser o lonyddwch ac eiliadau o dangnefedd yng nghwmni ein gilydd’. Ar waelod y ddalen, roedd y dyfyniad o Eseia 10:15, ‘Wrth ddychwelyd a bod yn dawel y byddwch gadwedig, wrth lonyddu a bod yn hyderus y byddwch gadarn.’

Ar ôl taith wanwynol heulog o Aberystwyth i Ddolgellau, braf oedd rhannu paned gyda thua phump ar hugain o ffyddloniaid Cristnogaeth 21, rhai yn hen gydnabod, eraill yn wynebau newydd, cyn cael ein harwain i gapel Salem ar gyfer gweithgareddau defosiynol ac ymarferol yr encil.

Fe’n croesawyd yno gan Anna Vivian Jones, Cadeirydd Cristnogaeth 21, a’n cyflwyno i ofal pedwar arweinydd y dydd, sef Pryderi Llwyd Jones, Gwenan Creunant, Medi James, a Rhidian Griffiths.

Roedd y rhaglen wedi ei rhannu’n gelfydd yn bump sesiwn tua hanner awr o hyd dan y penawdau:

1. Gweithredu a gweddi
2. Galar gelyniaeth
3. Salm ac emyn
4. O’r tawelwch i’r tawelwch
5. Tawelwch cred ac addoli.

Medi James, Pryderi Llwyd Jones, Gwenan Creunant a Rhidian Griffiths

Roedd pob sesiwn wedi ei rhannu’n dair rhan: Gwrando’r Lleisiau (sef detholiad o ddarlleniadau); Tawelwch; Cerddoriaeth.

Roedd y cyfan wedi ei drefnu’n drwyadl i roi i ni’r profiad amheuthun a llesol o wrando: gwrando ar eiriau, gwrando ar dawelwch, gwrando ar gerddoriaeth. Trwy wneud hynny, y gobaith oedd ymwacáu o waddod ein bywydau beunyddiol a derbyn maeth ysbrydol, ond go brin y gallai neb ohonon ni anghofio realiti erchyll ein sefyllfa heddiw.

Daeth cyfle i ni siarad ar ddiwedd y dydd, i fynegi barn a thrafod. Erbyn hynny roedd y tawelwch fel petai wedi gafael ynom i gyd, ond nid i’r graddau ein bod wedi anghofio’r chwerwedd blin sydd o’n cwmpas.

Do, fe fu’n ddiwrnod o ddianc ennyd ac ymgysylltu â ni ein hunain. Llwyddwyd i’n bendithio ag ‘amser o lonyddwch ac eiliadau o dangnefedd yng nghwmni ein gilydd’. Pryd cawn ni hynny eto? Diolch i bawb fu wrthi’n trefnu.

Llinos a Cynog Dafis

Rhedeg ras y SheUltra er budd Apêl Manipur

Roedd yna 1,800 o ferched yn rhedeg ac yn cerdded ym Mhen Llŷn ar 12 Ebrill. Bydd llawer ohonoch yn adnabod rhai ohonynt, mae’n siŵr. Trefnwyd y daith 50km neu 32 millitir yn ofalus gan y mudiad SheUltra sy’n cefnogi elusennau ynglŷn â chancr mewn merched.

Roedd Nan Powell-Davies yn gwneud y daith er mwyn codi arian at Apêl Manipur Eglwys Bresbyteraidd Cymru a gafodd ei lansio fis Gorffennaf diwethaf. Cafodd sylw hefyd ar raglen Heno yr wythnos cynt: https://www.youtube.com/watch?v=9ikbTHmSm0Q

Mae’r apêl yn anelu at gefnogi rhai sydd wedi’u dadleoli o dalaith Manipur yng Ngogledd-ddwyrain India oherwydd gwrthryfel, a’u cartrefi a’u cymunedau wedi eu chwalu.

‘Pan oedd hi’n galed a gwaith codi i fyny ar y daith,’ meddai Nan, ‘byddwn yn cofio am y ffoaduriaid hynny o Manipur y bues i’n ymweld â nhw cyn y Nadolig, oedd wedi colli pob dim – ac yn gwthio fy hun ymlaen.’

Dechreuodd y daith i Nan a’i ffrind Elliw wrth iddi wawrio yn Aber-soch a dod i ben 11 awr a hanner a 32 milltir yn ddiweddarach ar y Maes ym Mhwllheli. Mae Nan yn gobeithio bod yr ymgyrch yma wedi codi oddeutu £8,000 ac wedi chwyddo coffrau’r apêl yn sylweddol. Hoffai ddiolch i bawb sydd wedi ei chefnogi mor hael hyd yma.

Dechrau’r daith ar fore braf yn Aber-soch

Sganiwch neu cliciwch y *QR code* i gyfrannu

Diwedd y daith yn y glaw ar faes Pwllheli. Nan gydag Elliw Iwan fu’n cyd-gerdded â hi.

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:
huw@cennad.cymru | aled@ysgolsul.com
www.cennad.cymru CennadCymru @CennadCymru