Cenn@d

MEDI 10 2025 YN CYNNWYS *Y GOLEUAD* A *SEREN CYMRU* RHIF 237

Cwrs Ieuenctid Haf 2025 – 'Dim ond Iesu'

Deborah Parry o Gaernarfon sy'n rhoi hanes Cwrs Haf Coleg y Bala i'r rhai yn eu harddegau cynnar

Cwrs Ieuenctid 2025, am wledd! Thema eleni oedd 'Iesu'. Gan mai Iesu yw ein prif gymeriad, roedd hyn yn amlwg yn syniad gwych. Fe wnaethon ni ddadbacio gwahanol nodweddion cymeriad Iesu, fel 'Iesu'r mab' a 'Iesu'r buddugol' ac roedd yr ymateb yn hyfryd.

Rwy'n cofio fy nhro cyntaf yn dod i Goleg y Bala pan oeddwn i tua 14 oed. Rwy'n cofio bod gen i gred yn Nuw eisoes, ond nid oedd mor agos â'r hyn yr oeddwn yn ei weld yn yr arweinwyr a hyd yn oed yn rhai o'r ieuenctid. Roeddwn yn ddryslyd, a'r cyfan rwy'n ei gofio oedd fy mod eisiau'r hyn oedd gan yr arweinwyr gydag Iesu. Mae wedi bod yn daith ers hynny a gallaf ddweud yn hyderus, pe na bawn i wedi mynd i'r Cwrs Ieuenctid yn fy arddegau, efallai na fuaswn byth wedi profi'r hiraeth dyfnach yma am Dduw. Rwy'n sôn am hyn oherwydd fy mod i'n meddwl ei fod yn anhygoel sut fues i ar y cwrs fel person ifanc, a bellach dwi wedi cael y profiad o fod yn arweinydd yn 22 oed. Mae wedi arwain at newid calon a phersbectif o'r hyn mae Iesu yn ei olygu i mi ac ystyr byw dros Dduw go iawn yn y byd heddiw. Mae bod yn arweinydd ieuenctid wedi dangos hynny i mi yn glir.

Mae'r profiad o ddod i'r cwrs fel arweinydd eleni wedi bod yn hollol wahanol i ddod yno pan oeddwn i'n fach ac yn swil, wrth gwrs. Byddaf yn onest a dweud fy mod i ychydig yn nerfus gan nad oeddwn yn siŵr beth i'w ddisgwyl. Roeddwn i wedi fy synnu o weld faint o bobl ifanc a ddaeth. Mi wnaeth pawb gymryd rhan yn y gweithgareddau a'r hwyl a chael amser gwych, gan gynnwys yr arweinwyr, a ddangosodd garedigrwydd a gofal arbennig tuag at bawb yn eu grŵp. Roedd y gemau a'r heriau yn amlwg yn llwyddiant mawr gan fod yr ystafelloedd yn llawn bloeddio byddarol a gwên fawr ar wyneb pawb. Mae hynny bob amser yn galonogol, o ystyried faint o weddi a pharatoi a dywalltwyd i mewn i'r Cwrs Ieuenctid eleni.

Bob bore a gyda'r nos byddai neges o'r Beibl. Mae bob amser yng nghefn eich meddwl – sut fyddan nhw'n ymateb? Beth bynnag yr ymateb, yr hyn rydw i wedi'i garu bob amser am y Cwrs Ieuenctid yw bod yr arweinwyr yn gwybod sut i rannu storïau Beiblaidd mewn ffordd sydd yn dal gafael yn y bobl ifanc! Gwnaed hyn trwy ddefnyddio geiriau syml y bydd pobl ifanc heddiw yn eu deall, heb wyrdroi na newid yr efengyl. Yn ail, anogwyd pawb i gymryd rhan. Gwnaed hynny trwy ofyn cwestiynau syml i'n grwpiau bach eu trafod, fel 'Ydych chi'n meddwl bod Iesu yn dda, yn wallgof neu'n ddrwg?' (honiad C. S. Lewis, wrth gwrs)' Sylwais fod llawer o'r bobl ifanc yn hapus i gymryd rhan mewn sgyrsiau am Iesu a'r hyn y mae wedi'i wneud i'n hachub ni ar y groes.

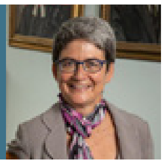
Fy hoff ran am y Cwrs Ieuenctid oedd noson addoli o'r enw 'Dyfnach'. Mae'n amser opsiynol i'r bobl ifanc gyda'r nos – ac mi oedd nifer fawr o'r bobl ifanc yn dewis mynychu ac yn hapus i gymryd rhan ynddo. Fe wnaethon ni ganu a gweddïo gyda'n gilydd. Roedd yna lawer o sgyrsiau, dagrau a hyd yn oed ymatebion i'r efengyl. Roeddwn i'n ddiolchgar am gyfle o'r fath i gynnig gobaith drwy rannu fy ffydd fy hun yn Iesu Grist a chael y cyfle i fod yn ffrind ac yn glust i wrando i rai o'r bobl ifanc. Rwy'n gwybod fy hun pa mor llethol y gall deimlo i rai fod wedi'u hamgylchynu gan lawer o bobl, a dyna lle mae'r arweinwyr yn bwysig. Nid yw fy mhrofiad yn y Cwrs Ieuenctid yn dod i ben nawr, gan fy mod yn gwybod y gallaf barhau i weddïo dros yr ieuenctid a ddaeth i Goleg y Bala, yn union fel y gweddïodd yr arweinwyr drosof i pan oeddwn i yn fy arddegau.

Pynciau Perthnasol – colofn Rosa Hunt
Tudalen 2

Y Comisiwn Brenhinol ar Henebion Cymru
Tudalen 7

O Gefn Gwlad
Tudalen 8

Pynciau Perthnasol – colofn Rosa Hunt
Cloch, croes a chrochan



Bob blwyddyn mae fy ngŵr a minnau'n hoffi mynd am wythnos o gerdded rywle yn y byd. Dechreuon ni flynyddoedd yn ôl yn cerdded llwybr arfordir Cymru, a'r tro cyntaf fe wnaethon ni gario popeth mewn sachau cefn. Ond yn ddiweddar rydyn ni wedi bod yn ymddiried ein hunain i ddwylo cwmni teithio sy'n arbenigo mewn cynllunio teithiau cerdded hyfryd dros Ewrop – ac, yn bwysicach fyth, yn cludo ein bagiau o westy o westy! Eleni, fe wnaeth y cwmni awgrymu taith yng Nghatalonia, yn y mynyddoedd rhwng Sbaen, Andorra a Ffrainc. Felly, dyna ni'n cyrraedd gogledd Sbaen (Ribes de Freser) yn hwyr nos Sul ar ôl siwrne drên hir o Gaerdydd i Figueres.

Nod taith ein diwrnod cyntaf oedd cyrraedd mynachdy Nuria, 2,000 m (6,600 troedfedd) – yn llawer uwch nag Eryri (1,085 m / 3,560 tr). Mae'n bosib taw 'lle rhwng dau gwm" yw ystyr Nuria, ac mae'n disgrifio'r lle anhysbys a hardd hwn yn berffaith. Does dim modd cyrraedd yno yn y car neu ar fws: rhaid naill ai gerdded neu deithio ar y *rack railway* sy'n dringo ar raddfa o 15%! Ond yna, yn y flwyddyn 700, fe wnaeth dyn o'r enw Gil gyrraedd a ffeindio ogof lle gallai fyw a chysgodi rhag y tywydd. A dyma'r olygfa o ogof Gil:

Rydych chi'n gallu gweld adeilad mawr llwyd ger y llyn o dan yr ogof, a dyna'r mynachdy. Oherwydd, yn syth ar ôl cyrraedd Nuria a setlo i lawr yn ei ogof, y peth cyntaf wnaeth Gil oedd rhannu neges efengyl Iesu Grist â phob teulu oedd yn byw yn yr ardal a phob pererin oedd yn teithio trwy'r mynyddoedd, ac efallai â'i anifeiliaid. Ac er mwyn gwneud hynny, roedd Gil yn defnyddio tri pheth a ddaeth i gynrychioli ei waith a'i fynachdy:

cloch, croes a chrochan!

Roedd y gloch yn bwysig iawn i alw pobl o'r ddau gwm ger y mynachdy i ddod i weddïo a dysgu am Iesu Grist. Doedd dim modd arall o gysylltu â phobl ar y pryd, ac oherwydd bod y lle rhwng y ddau gwm mor gul, roedd pob sain fach yn atsain o gwmpas y lle. Pan oedden ni yno, roedd clychau'r mynachdy'n canu bob awr, gyda thôn wahanol (Angelus, Ave Maria, ayyb) bob awr, ac roeddech chi'n gallu ei chlywed o bell.

Yng nghanol bywyd Gil yr oedd neges croes Iesu, neges maddeuant a chariad Duw, a dyna oedd y trysor mwyaf yr oedd Gil yn gallu ei gynnig i drigolion Vall Nuria.

Ac wedyn – y crochan! Oherwydd i Gil feddwl ei bod hi'n bwysig iddo fe a'i gymuned fwydo'r pererinion oedd yn cyrraedd eu mynachdy yn gorfforol, yn ogystal â bwydo'u heneidiau ag efengyl Iesu Grist. Roedd lletygarwch hael yng nghalon cenhadaeth Gil. Ac fe wnaeth Francis a minnau fwynhau pryd o fwyd enfawr a blasus dros ben yn ffreutur y mynachdy.

Arhosodd Gil yn Nuria am bedair blynedd cyn iddo orfod ffoi oherwydd erledigaeth. Ond, dri chant o flynyddoedd yn ddiweddarach, daeth pererin o'r enw Amadeus i'r lle ac adeiladu'r adeilad cyntaf.

Cloch, croes a chrochan – hoffwn i weld y tri pheth yna ar galon pob eglwys a chapel yng Nghymru. Boed i'n capeli ni fod yn lleoedd amlwg yn ein cymdeithas, lleoedd sy'n anfon neges i alw pobl i ddod atom ni i glywed am gariad Duw – neges sy'n atsain fel cloch yn y cyfryngau cymdeithasol, yn ein gweithle, yn nhafarnau a chlybiau chwaraeon pob tref. Boed i'n capeli ni gyhoeddi neges anhygoel y groes heb gywilydd nac ofn. A boed i'n capeli ni fod yn lleoedd sy'n cynnig lletygarwch hael a diamod i bob pererin blinedig sy'n cyrraedd ein trothwy.

O'r galon

Caredigrwydd yn amlygu tiriondeb Duw

I ble'r aeth caredigrwydd?

Mae cryn newid wedi digwydd o fewn cymdeithas dros y cyfnod diweddar. O edrych yn ôl dros rai degawdau gellir nodi sawl trobwynt neu achos, ond ysgrif arall fyddai honno. Dyma'r newid rwyf am gyfeirio ato: lle cynt yr oedd pwysau cymdeithasol, yn foesol ac i raddau yn grefyddol ei naws, ar i bobl ffrwyno agweddau a gweithredoedd cas, erbyn hyn mae rhyddid i'r unigolyn a 'llais y bobl' fynegi, yn wir i floeddio casineb, drwgdybiaeth a rhagfarn.

Yn naturiol, ceir gwahanol garfanau'n galw am fwy o garedigrwydd, ond yn mynnu cael yr hawl i barddu a barnu'r rhai sydd yr ochr arall i'r rhwyg cymdeithasol.

Gwir y dywed y Salmydd: 'Ond y mae pawb ar gyfeiliorn, ac mor llygredig â'i gilydd; nid oes un a wna ddaioni, nac oes, dim un.' (Salm 14:3)

A'r drwg sydd tu ôl i hyn? 'Dywed yr ynfyd yn ei galon, "Nid oes Duw." Gwnânt weithredoedd llygredig a ffiaidd; nid oes un a wna ddaioni.' (Salmau 14:1)

Cyfeirio at anffyddiaeth ymarferol, ac nid damcaniaethol, y mae'r Salmydd, h.y. rydym yn bihafio'n ynfyd drwy fyw fel pe na bai Duw yn bod. Ac o fyw fel hyn, mae'r gyfraith yn colli ei grym, gan nad oes, yn ein tyb ni, ganlyniad i'n camwedd a'n hanwiredd.

Gallu Duw ar waith ydyw

O ystyried hyn, gwelwn o'r newydd ryfeddod yr efengyl: bod Duw, yn Dad, Mab ac Ysbryd Glân, yn dod i mewn i'n byw ni er mewn amlygu caredigrwydd. Mae'r gallu yma ar waith i'n codi ni o'n cyflwr marwol, di-hid, diymadferth yn ysbrydol, ac yn ein gwneud yn fyw gyda Christ, gan ein breintio â'r holl fendithion ysbrydol fydd yn amlygu ei diriondeb i bob oes.

Dyw sefyll o flaen darn o gelfyddyd, ar ben mynydd yn syllu ar fachlud rhyfeddol, neu unrhyw ryfeddod arall y gallwch ei gynnig, yn ddim i'w gymharu â'r olygfa odidog hon. Mae Crist Iesu yn profi ei gariad tuag atom drwy farw drosom er ein bod yn elynion pechadurus iddo (Rhufeiniaid 5:8).

'Rydym ni i gyd wedi crwydro fel defaid, pob un yn troi i'w ffordd ei hun; a rhoes yr ARGLWYDD arno ef ein beiau ni i gyd.' (Eseia 53:6)

Meddwl Crist yw gwir garedigrwydd

'Peidiwch â gwneud dim o gymhellion hunanol nac o ymffrost gwag, ond mewn gostyngeiddrwydd bydded i bob un ohonoch gyfrif y llall yn deilyngach nag ef ei hun. Bydded gofal gan bob un ohonoch, nid am eich buddiannau eich hunain yn unig ond am fuddiannau pobl eraill hefyd. Amlygwch yn eich plith eich hunain yr agwedd meddwl honno sydd, yn wir, yn eiddo i chwi yng Nghrist Iesu.' (Philipiaid 2:3–5)

Myfyriwch ar yr adnodau yma; yn wir, ewch i'w darllen yn eu cyd-destun. Ystyriwch y newid mewn cymdeithas pe bai hyn yn norm, yn hytrach na'r hagrwch presennol. Dyma i chi gymhelliad i gyhoeddi gwaith achubol Iesu os bu un erioed.

O'i grynhoi i'w hanfod, yr hyn yw caredigrwydd yw rhoi rhywun arall o'm blaen fy hun, yn y penderfyniadau bach megis cynnig sedd ar fws, neu yng nghanol argyfwng gwirioneddol, fel y dywed Iesu, 'Does dim cariad mwy na …'

Dyma yw'r 'aberth ysbrydol' beunyddiol yn Rhufeiniaid 12:1–2, a dyma yw gwaith caredig yr Ysbryd ynom yn ein hadnewyddu ar ddelw ein Creawdwr.

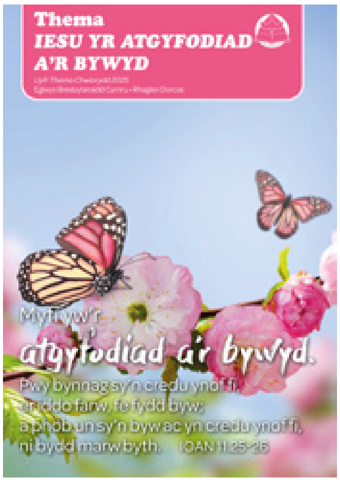
I ble'r aeth caredigrwydd?

Gofyn y mae cymdeithas heddiw: 'I ble'r aeth caredigrwydd?' Wel, gennym ni y mae'r ateb a'r feddyginiaeth. 'Dewch i ni ei roi ar waith, gan ofyn iddo ddechrau ynom ni.

Hywel Rhys Edwards
Rhydaman

'Myfi yw'r atgyfodiad a'r bywyd' – Thema Chwiorydd EBC 2025/26

Yr adnodau a ddewiswyd yn thema ar gyfer Pwyllgor y Chwiorydd ar gyfer 2025/26 yw'r adnodau hyn a geir yn Efengyl Ioan: "Myfi yw'r atgyfodiad a'r bywyd. Pwy bynnag sy'n credu ynof fi, er iddo farw, fe fydd byw; [26] a phob un sy'n byw ac yn credu ynof fi ni bydd marw byth." (Ioan 11:25,26)



Mae'r geiriau i'w cael yng nghanol yr hanes am Iesu yn atgyfodi Lasarus oddi wrth y meirw, stori sy'n gyfarwydd iawn i ni, mae'n debyg. Mae'r stori'n dechrau mewn ffordd eithaf annisgwyl. Mae'r teulu'n anfon neges at Iesu i ddweud bod Lasarus, yr un y mae Iesu yn ei garu, yn sâl. Yn hytrach na rhuthro i Fethania i weld Lasarus, mae Iesu yn dewis aros am ddau ddiwrnod. Mae'n dweud wrth ei ddisgyblion y bydd yr oedi hwn yn cael canlyniadau ysblennydd, sef y bydd Duw a'i Fab yn cael eu gogoneddu.

Efallai y gallwn ddychmygu'r gofid a deimlai'r chwiorydd wrth iddynt aros i Iesu gyrraedd, ac efallai ein bod wedi profi galar tebyg ein hunain pan fydd anwylyd yn marw. Tybed a ydym erioed wedi clywed Iesu yn ein sicrhau: 'Myfi yw'r atgyfodiad a'r bywyd. Pwy bynnag sy'n credu ynof fi, er iddo farw, fe fydd byw'? Ydyn ni erioed wedi clywed Iesu yn gofyn yr un cwestiwn i ni ag a ofynnodd i Martha, 'Ydych chi'n credu hyn?'

Wrth i ni astudio'r ysgrythur hon eleni, rydym yn gobeithio y byddwn ni hefyd yn clywed geiriau Iesu o gysur a gobaith; y byddwn yn cael ein cryfhau yn ein ffydd wrth i ni wynebu'r gofid a'r galar rydym yn anochel yn eu hwynebu ac y bydd geiriau Iesu yn ein herio ac yn ein helpu i ymddiried ynddo wrth i ni aros.

Mae atgyfodiad Lasarus oddi wrth y meirw yn sicr yn dod â gogoniant i Dduw ac i Iesu, fel y cofnodir (adnod 45) bod llawer a welodd y wyrth hon wedyn yn credu yn Iesu. Nid dim ond y wyrth sy'n dod â gogoniant i Dduw. Yn y datganiad a gofnodwyd yn adnodau 25 a 26 mae Iesu yn datgelu ei gymeriad, fel ffynhonnell bywyd a rhoddwr bywyd, ac mae hynny'n ogoneddus hefyd. Ymhellach, mae myfyrio ar hyn yn achosi i ni roi gogoniant i Dduw wrth i ni ystyried pa mor fawr a rhyfeddol oedd atgyfodiad Crist a pha mor anhygoel yw hi fod y rhai sy'n credu ynddo yn etifeddu bywyd tragwyddol.

Yn ôl ein harfer, mae llyfryn wedi'i gynhyrchu ar y thema ac mae ar gael yn rhad ac am ddim gan Bwyllgor y Chwiorydd (cysylltwch ag: eirian.roberts@ebcpcw.cymru). Mae'n cynnwys astudiaethau Beiblaidd, gwasanaeth llawn, tystiolaethau, newyddion am ein prosiectau cenhadol a'n gwaith yng Nghymru, syniadau crefftwaith a chymorth ar gyfer defosiwn personol. Mae croeso i chi ofyn am gopïau i'w rhannu ac at ddefnydd personol. Gweddïwch gyda ni y bydd y llyfr thema a'r thema yn ffynhonnell bendith ac anogaeth ac yn dod â gogoniant i Dduw.

Sarah Morris

Annwyl eglwysi Cymru,

Rydym yn dyst i'r trais dinistriol sy'n gwaethygu yn Gaza a'r Llain Orllewinol, a phenderfyniad diweddaraf Israel i lansio ymosodiad newydd ar Ddinas Gaza sydd yn bygwth dadleoli cannoedd ar filoedd o bobl yn orfodol. Mae lleisiau arweinwyr eglwysig Palestinaidd dros undod a therfyn ar y gwrthdaro yn atseinio ar draws yr eglwysi yn fyd-eang, gan ein hannog i ymateb yn glir a chadarn a gyda thosturi.

Credwn fod **tystiolaeth Gristnogol weladwy ac unedig** yn y foment hynod ddifrifol hon yn angenrheidiol —tystiolaeth sydd yn adlewyrchu ein hymrwymiad cytûn dros heddwch, cymod, ac urddas i holl bobl Duw.

Mae anogaeth ar eglwysi ar draws Prydain i weddïo dros heddwch, ddydd Sul 21ain Medi, sydd yn cyd-fynd â Diwrnod Heddwch Byd y Cenhedloedd Unedig, a'r alwad fyd-eang i weddïo gan Gyngor Eglwysi'r Byd. Datblygwyd y cynlluniau hyn mewn cydweithrediad agos rhwng asiantaethau Cristnogol Prydeinig gan gynnwys Cymorth Cristnogol, CAFOD, Tearfund, Embrace the Middle East, Amos Trust, Sabeel-Kairos, Y Crynwyr ym Mhrydain, All We Can, Reconciling Leaders Network, Difference, Friends of the Holy Land, USPG, a'r Centre for Missionaries from the Majority World.

Ddydd Sul, 21 Medi, gall eich ennyd o weddi gynnwys cyfnod o dawelwch; neu weddi gan Archesgob Hosam o Jerwsalem (isod); neu ymuno â'r weithred #YmprydioDrosGaza. Gall eich gweddïau ganolbwyntio ar un neu fwy o'r materion isod:

- Cadoediad llawn uniongyrchol yn Gaza
- Mynediad llawn i gymorth dyngarol
- Diwedd ar drais yn Israel a Phalestina
- Rhyddhau gwystlon Israel a'r Palestiniaid sydd wedi'u cadw yn annheg
- Proses heddwch ystyrlon.

Gwyddom fod ymdrechion asiantaethau dyngarol yn mynd ran o'r ffordd yn unig. **Mae arweinyddiaeth eglwysi yn hanfodol**. Mae angen eich cefnogaeth i ysgogi'r ymateb ar y raddfa y mae'r argyfwng hwn yn ei fynnu. Felly rydym yn eich gwahodd i:

- Rannu'r alwad hon i weddïo yn eang gyda chyd-weithwyr ac eglwysi
- Annog eich eglwysi i ystyried beth arall y gellir ei wneud i sefyll dros heddwch
- Ymuno ag arweinwyr ffydd eraill mewn tystiolaeth gyhoeddus, gan atseinio'r alwad am gyfiawnder a chymod. **Yma yng Nghymru**, hoffwn estyn gwahoddiad i chi ymuno mewn **moment o dystiolaeth a gweddi gyhoeddus o flaen y Senedd ym Mae Caerdydd ddydd Mercher, 24 Medi, am 12.30 o'r gloch**. Byddwn yn cydsefyll mewn undod heddychlon mewn gweithred #LlinellGochDrosGaza #RedLineCymru: Red Line for Gaza

Fel yr ymatebodd arweinwyr eglwysi Cymru 100 mlynedd yn ôl trwy Apêl Heddwch yr Eglwysi yn 1925, gadewch i ni eto, gan mlynedd yn ddiweddarach, sefyll dros heddwch, yn enw Iesu Grist, Tywysog Tangnefedd.

Mewn ffydd a gobaith,

Mari McNeill
Pennaeth Cymorth Cristnogol Cymru

Dr. Cynan Llwyd
Ysgrifennydd Cyffredinol
Cytûn: Eglwysi Ynghyd yng Nghymru

Dad Grasol, daeth dy Fab bendigedig, Iesu Grist, o'r nefoedd i fod yn fara'r gwirionedd sy'n rhoi bywyd i'r byd:

Yn dy drugaredd, dyro fwyd i bawb yn Gaza a thu hwnt sy'n dioddef o newyn er mwyn iddynt dderbyn bara materol i fwydo eu cyrff a bara nefol i gynnal eu heneidiau.

Trwy rym dy Ysbryd, tyrd â'r rhyfel creulon hwn i ben ar frys gyda rhyddhad i'r holl garcharorion, gofal meddygol i'r clwyfedig, cysur i'r rhai sydd wedi colli anwyliaid. Agor lwybr i greu heddwch cyfiawn a pharhaol yma yn y wlad lle bu dy Fab, ein Harglwydd Iesu Grist ei hun, yn gweini yn ystod ei fywyd daearol.

Yr hwn sy'n byw ac yn teyrnasu gyda thi a'r Ysbryd Sanctaidd, un Duw, yn awr a hyd byth.

Amen

Y Parchedicaf Ddr. Hosam E. Naoum, Archesgob Anglicanaidd yn Jerwsalem, Awst 2025

Beth am gynnal Gwasanaeth Sul Diogelu eleni?

Mae Sul Diogelu ar 16 TACHWEDD 2025. Neilltuwch eich gwasanaeth i gyd neu ran ohono i ddiogelu, neu dewiswch dyddiad arall!

Mae **SUL DIOGELU** yn ffordd wych o ddangos bod diogelu yn rhan o'n ffydd mewn Duw cyfiawn a chariadus, codi ymwybyddiaeth o ddiogelu a galluogi eglwysi i rannu rhywfaint o'r gwaith da y maent yn ei wneud i ofalu am bobl a'u hamddiffyn.

Hon fydd y bedwaredd flwyddyn i Undeb yr Annibynwyr Cymraeg, Undeb Bedyddwyr Cymru, Eglwys Bresbyteraidd Cymru a'r Panel Diogelu Cydenwadol annog eglwysi i gynnwys Sul Diogelu yn eu calendr eglwysig blynyddol.

Mae Sul Diogelu yn fenter a gychwynwyd gan Thirtyone:eight, elusen ddiogelu Gristnogol sy'n gweithio ac yn ysbrydoli eraill i 'siarad ar ran y bobl sydd heb lais', fel y dywedir yn Llyfr y Diarhebion 31:8, ffynhonnell eu henw.

Yn 2022 a 2023 cynhyrchodd y Panel wasanaeth dwyieithog a ffilm pwrpasol ei hun. Fodd bynnag, yn ystod y blynyddoedd diwethaf rydym yn falch iawn bod Thirtyone:eight wedi cynhyrchu mwy o adnoddau Cymraeg.

Y llynedd ledled y Deyrnas Unedig, cymerodd dros bum mil o eglwysi ran yn y Sul Diogelu. Eleni, gyda'ch help chi, gallwn helpu i godi ymwybyddiaeth a gwneud ein heglwysi yn lleoedd mwy diogel i bawb.

I gymryd rhan, gallwch gofrestru am ddim – https://safeguardingsunday.org. Byddwch yn derbyn canllaw ac adnoddau ar-lein i'ch helpu chi cynnal gwasanaeth cyfan, neu ran o wasanaeth, yn hawdd. Mae'n cynnwys gweddïau, nodiadau pregeth, syniadau am weithgareddau, adnoddau plant a mwy.

Am ragor o wybodaeth? Darllenwch y cwestiynau cyffredin (Saesneg) yma

Neu ewch i wefan y Panel Diogelu Cydenwadol: https://panel.cymru/cy/sul-diogelu

Consurio

Nid sôn yr ydym yma am ysbrydegaeth neu ddewiniaeth, ond am driciau neu ystrywiau. Mae'r Beibl yn gwahardd ysbrydegaeth a dewiniaeth (Lefiticus 19:26–31 a Deuteronomium 18:10-11). Maent yn cyflwyno pobl i nerthoedd ysbrydol drygionus y tu fas i Dduw a all arwain at ganlyniadau twyllodrus, ofnus a chreulon.

Defnyddiai swynwyr yr Aifft driciau, e.e. Exodus 7:11. Gwyrthiau oedd gweithredoedd Aron a Moses ond o bosibl mai ystrywiau oedd gweithredoedd y swynwyr. Rhyfedd beth y gellid ei gyflawni drwy rith!

Gellid defnyddio consuriaeth i ddibenion da neu ddrwg. Ceir consurwyr Cristnogol sy'n defnyddio'r cyfrwng hwn i gyflwyno gwersi Beiblaidd, a gall consurio fod yn ddull dysgu defnyddiol ar gyfer plant ac oedolion fel ei gilydd.

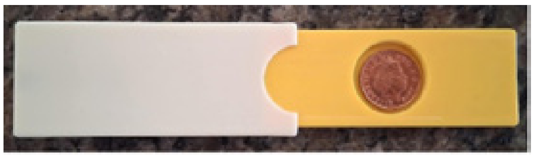
Mae consurio'n creu chwilfrydedd yn y gwyliwr. Cymharol rwydd felly yw cadw sylw'r gwyliwr. Rhaid ymarfer yn ddyfal i fod yn alluog a hyderus.

Rhaid i'r consuriwr lywio'i berfformiad yn ofalus. Mae angen iddo dynnu sylw'r gwyliwr oddi ar yr hyn nad yw am iddo'i weld a chanolbwyntio ar yr hyn y mae am iddo'i weld. Golyga hyn ddefnydd deheuig o'i ddwylo a phwyll wrth iddo siarad.

Gallwch gael gafael ar driciau drwy edrych ar y rhyngrwyd amdanynt. Ceir sawl gwefan yno'n hysbysebu teclynnau consurio. Yno hefyd ceir nifer o fideos yn dangos sut mae gwneud triciau.

Ymhlith y triciau y gellid eu cyflawni i gyflwyno negeseuon Cristnogol y mae torri rhaff a'i hadfer, torri bys a'i wella, a cholli ceiniog a'i darganfod. Mae torri rhaff a'i hadfer yn dysgu bod Duw yn adfer ein perthynas ag Ef; mae torri bys a'i wella'n dangos ein hymddiriedaeth yn Nuw; ac mae colli ceiniog a'i darganfod yn cyflwyno dameg y darn arian colledig.

Dyma enghraifft o dric colli ceiniog a'i darganfod i gyflwyno dameg y darn arian colledig:



Dangoswch y teclyn (fel y gwelir yn y llun) i'r gynulleidfa. Dywedwch fod y darn arian yn werthfawr iawn i chi. Ymhelaethwch ar eich *patter* drwy ddweud eich bod yn edrych ar y geiniog bob nos cyn cysgu am ei bod mor bwysig i chi. Yna gwthiwch hanner melyn y teclyn i mewn i'r hanner gwyn ac wedyn ei dynnu mas. Bydd y geiniog wedi diflannu. Mynegwch eich syndod gan ddweud eich bod wedi edrych ym mhobman yn y tŷ amdani. I'w chael yn ôl, trowch yr hanner melyn rownd a'i wthio i mewn i'r hanner gwyn cyn ei dynnu mas eto. Mynegwch eich rhyddhad a'ch llawenydd o ddod o hyd i'r geiniog.

Dywedwch wrth eich cynulleidfa fod yna stori am fenyw oedd wedi colli darn arian yn y Beibl. Edrychodd yn ddyfal am y darn nes iddi ddod o hyd iddo. Wedi iddi ei gael, mae'n llawenhau gyda'i ffrindiau a'i chymdogion. Pwysleisiwch fod Iesu'n dweud bod yr angylion yn llawenhau *am un pechadur sy'n edifarhau* (Luc 15:10). Eglurwch ein bod ar goll heb Dduw ond ein bod yn werthfawr iawn iddo Ef. Mae'n chwilio'n ddiwyd amdanom ac o droi ato Ef mae'n llawenhau drosom.

Peter Davies

Credo Nicea – Sesiwn Pedwar – Ysbrydoliaeth yr Ysbryd Glân (rhan 2)

Diwygiwyd geiriad y Credo a gytunwyd yn Nicea (325 OC) yng Nghyngor Caergystennin yn 381 OC. Yn gyffredinol, y fersiwn hwn, Credo Nicea-Caergystennin, sydd wedi ei etifeddu gennym ar draws y canrifoedd, yw'r un a ddefnyddir gan y traddodiadau Cristnogol ar draws y byd ac sy'n sail i'r myfyrdodau sy'n dilyn.

Y Triongl Gobaith – Virginia, UDA

Nid yw'r gwaith hwn yn digwydd heb gryn chwys a dagrau; yn aml cawn ein hymestyn mewn ffyrdd anghysurus na fyddem yn eu dewis. Ond fel popeth sy'n werth ei gael, rhaid i ni weithio i'w wneud yn realiti. Yn ein pererindodau ym mhob un o'n hesgobaethau, gwelwn dystiolaeth o waddol sy'n deillio o'r hyn a wnaed yn y gorffennol. Ni allwn ddymuno nad yw yno, ac ni allwn ychwaith ei anwybyddu. Ni allwn eistedd yn ôl yn dawel gan dderbyn manteision y gweithredoedd creulon hyn, heb gydnabod ein dyled, yn aml i fatriarchiaid a phatriarchiaid na wyddom eu henwau. Sail gweinidogaeth y cymod yw cymryd ein hamser a gwneud ymdrech i oedi, cofio a chymodi, a chamu ymlaen tuag at weledigaeth o'r hyn allai ddod i fodolaeth. Wrth i ni ddilyn anogaeth yr Ysbryd Glân yn ein bywyd, gallwn 'addoli a gogoneddu' fel yr ydym yn addo yn y Credo.

Yn ystod y tymor hwn, ble allwch chi fod ynglŷn â 'gweinidogaeth y cymod'? Ble fedrwch chi, gyda chwys a dagrau, helpu i gyflawni breuddwyd Duw ar gyfer y byd clwyfedig a phechadurus hwn? Er bod y Triongl Gobaith yn ymestyn ar draws cyfandiroedd, efallai mai gyda chymydog neu aelod o'ch teulu fydd eich gweinidogaeth chi'n cychwyn. Dechreuwch lle rydych, gadewch i'r Ysbryd Glân eich arwain at gyfanrwydd ac iachâd, a hynny yn eich cyd-destun chi. Buom ynglŷn â'r gwaith hwn ers dyddiau Crist, a fesul bricsen, rydym yn ceisio adeiladu teml sy'n deilwng o'n Harglwydd. Canolbwyntiwch ar y dasg wrth law, a thrwy drawsffurfio'ch rhan chi o'r byd, cewch chi eich trawsffurfio gan yr Ysbryd Glân, yr ydym yn ei anrhydeddu heddiw.

Cwestiynau i fyfyrio arnynt

Sut olwg sydd ar gymod go iawn a pha ran, dybiwch chi, mae'r Ysbryd Glân yn ei chwarae mewn cymod?

Ble mae'r Ysbryd Glân yn eich procio i weithio tuag at iachâd a chyfanrwydd? Meddyliwch am eich bywyd personol, eich eglwys a'ch cymuned.

Gyda phwy y mae angen i chi weithio ar gymod? Sut y gallech dynnu ar rodd yr Ysbryd Glân i'ch galluogi i gymryd y cam cyntaf?

Gweddi

Defnyddiwch y pwyntiau gweddi hyn fel arweiniad i'ch adeg o weddi:

- Gweddïwch dros waith y Triongl Gobaith a'n hesgobaethau, os gwelwch yn dda.
- Gweddïwch am anogaeth yr Ysbryd Glân wrth i chi geisio dwyn cymod i rannau o'r byd sydd wedi eu rhwygo'n enbyd.

Esgyn – menter ieuenctid newydd Undeb Bedyddwyr Cymru

Lansiwyd Esgyn, menter ieuenctid newydd Undeb Bedyddwyr Cymru y llynedd, gyda'r weledigaeth o gasglu pobl ifanc o bob cwr o Gymru i 'ddod ynghyd i dyfu mewn ffydd ac esgyn mewn gobaith ar gyfer genhedlaeth newydd'. Calon Esgyn yw creu cyfle i bobl ifanc ddod at ei gilydd, a meithrin perthnasau, wrth ddarganfod mwy am antur dilyn Iesu.

Mae'r holl gefnogaeth rydym wedi'i derbyn wedi dwyn ffrwyth yn barod, ac mae Esgyn wedi bod yn llwyddiannus o ran nifer y bobl ifanc fu'n mwynhau'r ddau benwythnos cyntaf ym mis Chwefror a mis Tachwedd 2024 (a chyrraedd uchafswm rhifau yn yr ail benwythnos – 48 o bobl ifanc!). Yn ogystal â hynny rydym wedi gweld ffrwyth o ran datblygu perthynas, pobl ifanc yn mynegi awydd i ddychwelyd, a rhai'n dymuno archwilio ffydd ymhellach yn eu heglwysi lleol (gan gynnwys rhai'n cael eu bedyddio!). Felly, eleni, roeddem yn teimlo bod llaw yr Arglwydd yn ein harwain i barhau i dyfu Esgyn, ac yn arwain yr Undeb i fuddsoddi yn yr ieuenctid sydd yn ein heglwysi a'n cymunedau.

Mae'n bleser felly rhannu bod trydydd Penwythnos Ieuenctid Esgyn yn cael ei gynnal ar **21–23 Tachwedd** eleni.

Unwaith eto, bydd y penwythnos yn cael ei gynnal o nos Wener tan amser cinio dydd Sul yng Nghanolfan Summit, Treharris, gyda rhaglen newydd. Mae croeso i bobl ifanc rhwng 11 a 16 oed ymuno â ni, naill ai am y tro cyntaf neu fel rhai'n dychwelyd.

Tybed a oes yna bobl ifanc yn eich capeli a'ch rhwydweithiau a fyddai â diddordeb mewn ymuno â ni ym mis Tachwedd? Rydym yn arbennig eisiau gweld **mwy o siaradwyr ifanc Cymraeg** yn ymuno â ni eleni – a byddem yn gwerthfawrogi eich help yn hyn o beth! Mae ffurflenni archebu ar gael ar ein gwefan yma. **Dyddiad cau: 14 Medi**.

Mae'r Undeb yn awyddus i sicrhau nad yw cyllid yn broblem i unrhyw un, felly mae pris y penwythnos (£95) wedi'i ostwng yn sylweddol o'r pris gwreiddiol (£160), gyda'r opsiwn o fwrsari pellach (i lawr i £50). Byddem hefyd yn gofyn i eglwysi ystyried a allant gynnig cymorth ariannol i bobl ifanc: naill ai drwy ystyried noddi unrhyw bobl ifanc yn eu cymuned, neu eu cyfeirio atom ni i sicrhau eu lle.

Os hoffech gael sgwrs bellach neu os oes gennych unrhyw gwestiynau, anfonwch e-bost yn cynnwys eich ymholiad at: esgyn@ubc.cymru neu ffoniwch Swyddfa UBC (a gofyn am siarad â Sioned neu Simeon).

Sioned Greaves
Ar ran tîm Esgyn

Y Comisiwn Brenhinol ar Henebion Cymru

Rydyn ni'n falch iawn o gyhoeddi bod y Comisiwn Brenhinol wedi derbyn £151,833 mewn cyllid datblygu gan fenter Treftadaeth mewn Angen: Mannau Addoli Cronfa Dreftadaeth y Loteri Genedlaethol i ddechrau gweithio ar Capeli Cymru: Diogelu Treftadaeth Anghydffurfiol Cymru.

Ers bron i dair canrif, mae capeli wedi siapio tirweddau, cymunedau a diwylliant Cymru. O ffydd a gwleidyddiaeth i iaith, cerddoriaeth ac addysg, maen nhw'n adrodd stori ein cenedl ni. Ond heddiw, mae llawer o gapeli'n cau eu drysau – gyda'r risg o golli nid yn unig adeiladau pwysig, ond hefyd archifau, gwrthrychau a thraddodiadau byw.

Dros y 15 mis nesaf, bydd y prosiect yma'n gwneud y canlynol:

- Cynnal arolwg cenedlaethol o gapeli — gweithredol, wedi cau ac wedi'u haddasu
- Mapio eu gwerth pensaernïol, eu cynaliadwyedd a'u statws treftadaeth
- Gweithio gydag enwadau, cynulleidfaoedd, archifau, amgueddfeydd, awdurdodau lleol a gwirfoddolwyr
- Archwilio ffyrdd arloesol ac ymarferol o ddiogelu treftadaeth capeli
- Rhannu canfyddiadau drwy weithdai ac adroddiadau

Bydd y gwaith yma'n paratoi'r ffordd ar gyfer cais grant llawn gwerth £1.25m gan y Loteri Genedlaethol i gyflawni strategaethau tymor hir ar gyfer diogelu'r dreftadaeth unigryw yma.

Dywedodd Susan Fielding, o'r Comisiwn Brenhinol: "Mae capeli anghydffurfiol yn ganolog i hunaniaeth ddiwylliannol Cymru. Diolch i chwaraewyr y Loteri Genedlaethol, fe allwn ni nawr ddatblygu ein cynlluniau fel bod eu gwaddol – yn ffisegol ac yn ddiwylliannol – yn cael ei chofnodi a'i diogelu ond ei bod hefyd yn parhau i fod yn hygyrch ac yn ystyrlon i genedlaethau i ddod."

Mwy o wybodaeth yn ein datganiad i'r wasg: https://zurl.co/Ce62l

Cyfleoedd am Swyddi!

Er mwyn helpu i gyflawni'r prosiect yma, rydyn ni nawr yn recriwtio i ddwy swydd gyffrous newydd ar gyfer y cyfnod datblygu o 15 mis:

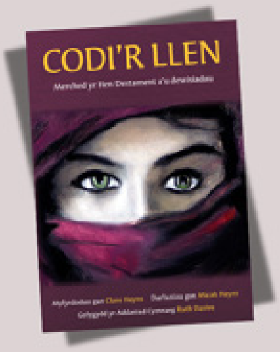
- Rheolwr Datblygu Prosiectau (£35,787–£43,758 | 37 awr/wythnos)
- Swyddog Datblygu Prosiectau (£29,657–£33,748 | 37 awr/wythnos)

Mae hwn yn gyfle unigryw i chwarae rhan ganolog wrth ddiogelu un o dreftadaethau diwylliannol mwyaf nodedig a phwysicaf Cymru.

Dyddiad cau: 5pm 21 Medi 2025

Am fanylion llawn y swydd: https://zurl.co/uZCLl

Codi'r Llen – Maes Llafur yr Oedolion 2025/26



MAES LLAFUR OEDOLION 2025/26

O fis Hydref 2025 ymlaen y maes llafur ar gyfer yr oedolion fydd y gyfrol *Codi'r Llen*, sy'n ein tywys ar daith 40 sesiwn yn edrych ar rai o ferched arwrol yr Hen Destament. Cyhoeddwyd y gyfrol, sy'n gyfieithiad o *Unveiled*, ddwy flynedd yn ôl, ac mae'n dda cael cyfle i'w ddefnyddio fel sail i'n hastudiaethau dros y flwyddyn nesaf. Yn ychwanegol at y gyfrol ei hun, bydd myfyrdod a chyfres o gwestiynau hefyd yn ymddangos bob wythnos yn *Cenn@d* a'r *Tyst*, i'n cyfeirio ar hyd y daith.

O Gefn Gwlad

Moethusrwydd yw anobaith

Sylw ddarllenais i yn rhywle neu un glywais i rywbryd yw'r teitl. Ac fe wnaeth ei gofio imi feddwl!

Ydi o'n wir i ddechrau? Onid yw anobaith yn bopeth ond moethusrwydd? Yn ein gwneud yn ddigalon, i deimlo nad oes blas ar fyw, ac nad oes yn wir bwrpas i'n bodolaeth? Yn drist iawn, y mae mwy nag erioed o bobl, yn enwedig ymhlith yr ifanc, yn cyflawni hunanladdiad y dyddiau hyn, a llawer rheswm yn cael ei roi am y cynnydd. Yn aml iawn cyflwr meddygol ydi o sy'n gwneud i bobl deimlo nad oes pwrpas mynd ymlaen; a dwi ddim yn meddwl mai'r math yna o anobaith oedd ym meddwl yr un sgrifennodd y geiriau.

A oes yna felly fath arall o anobaith, un sy'n gallu bod yn foethusrwydd? Wel, oes greda i. Meddyliwch am yr ystyriaethau hyn: dyfodol ein heddwch yn y byd yn ddibynnol ar hanner dwsin o unigolion pwerus megis Putin, Trump a Netanyahu, ninnau'n ddiymadferth i wneud dim. Amgylchiadau byw pobol yn ddibynnol ar rymoedd natur, boed gorwyntoedd, daeaergrynfeydd, sychder neu gynhesu byd-eang, ac enwi rhai grymusterau yn unig. Tlodi yn bod oherwydd amgylchiadau economaidd, a phenderfyniadau gwleidyddion dylanwadol fel y rhai a enwais uchod. Beth ydyn ni, unigolion di-rym, ond mân lwch y cloriannau? Does dim y gallwn ni ei wneud.

Dim ond rhai o feddyliau pobl yr anobaith, y ni falle, ni all dorheuluo yn haul dinodedd. Awn ymlaen yn ddihidio, ddiallu, i fyw ein bywydau bach cysurus yn dawel fodlon yn sicrwydd y ffaith fod pob gallu a grym y tu hwnt i ni.

O, oes, y mae yna wirionedd ym mhob un o'r meddyliau hyn, ac maen nhw'n esgus inni wneud dim, sy'n bendant yn foethusrwydd yn y byd sydd ohoni. Ond oni allwn wneud rhywbeth? Gallwn, clywaf rai'n ateb, gallwn weddïo. Ac yma rhaid imi gyfadde mod i'n amheus iawn o'r syniad gaiff ei goleddu gan rai y gall ein gweddïau effeithio ar Dduw – y Bod rhyfeddol hwnnw y credwn sy'n graidd pob bywyd, a bod gweddïo arno yn ddigon. Dydi gweddïo dros heddwch yn Iwcráin a mannau eraill yn y byd lle mae gwrthdaro wedi gwneud yr un rhithyn o wahaniaeth i Dduw, ydi o? Onid yw'n Greawdwr nad yw'n hidio taten be sy'n digwydd i ni ar y ddaear? Beth yw pwrpas yr holl weddïau? Oes pwrpas iddyn nhw? Wel oes, nid i newid na dylanwadu ar Dduw, ond i newid a dylanwadu arnom ni. Does dim angen gweddïau ar Dduw ond mae eu hangen arnon ni. Cael gair boreol efo'r Giaffar fyddai'r Parch. Gwilym Ceiriog Evans – un o hogie Gwyddelwern – yn ei alw, er mwyn rhoi trefn ar ei ddiwrnod. A dyna un peth ddylsai gweddi ei wneud: dylanwadu arnom i wneud yr hyn a allwn, er ei fod yn ymddangos i ni yn ychydig.

Fe gofiaf rywun rywdro yn sôn am Gwm Rhondda yn y dyddiau pan oedd y diwydiant glo yn ei anterth. Dweud yr oedd fod palmentydd strydoedd y cwm, gwlad y mwg a'r pyllau glo, yn lân, er nad oedd y Cyngor yn eu glanhau. Sut hynny, tybed? Wel, am fod perchnogion neu denantiaid pob tŷ yn glanhau'r rhan oedd o flaen eu tŷ arbennig nhw. Siŵr gen i, gan fod y natur ddynol fel y mae hi, fod yna ambell lecyn budur o flaen ambell dŷ, ond ni wnâi hynny ond pwysleisio glendid y gweddill.

Ie, bron pawb yn gwneud ychydig, a'r ychydig yn troi'n llawer. Onid dyna ddylsai fod ein meddylfryd ninnau hefyd, yr ychydig sy'n bosib ac sy'n angenrheidiol yn ein sefyllfaoedd arbennig ni? Nid bod ychydig yn golygu bod yn grintachlyd chwaith. Beth yw pwrpas gweddi dros anffodusion ein byd os mai punt rown ni i Gymorth Cristnogol, cyfraniad na all erbyn hyn dalu am hanner paned o de?

Ond mae punt yn well na dim, wrth gwrs. Cofiwn y dywediad adnabyddus am oleuo cannwyll yn hytrach na melltithio'r tywyllwch. Na, yn bendant, nid i ni, y rhai sy'n coleddu Cristnogaeth, foethusrwydd yr anobaith.

Elfyn Pritchard

Pwyllgor Chwiorydd Henaduriaeth Ceredigion a Gogledd Penfro

Cynhelir cyfarfod agored y chwiorydd yng Nghapel Coed-y-bryn (SA44 5LH), 27 Medi 2025 am 2 o'r gloch

Y siaradwraig wadd fydd Gwen Aeron Down, Aberystwyth. Mae Gwen wedi'i hethol yn un o gyfarwyddwyd CWM (Council for World Mission – Cyngor y Genhadaeth Fyd-eang) am y pedair blynedd nesaf. Bydd yn siarad am waith CWM a'r genhadaeth fyd-eang.

Taer erfynnir am eich cefnogaeth a'ch presenoldeb. Mae'r gwasanaeth yn gyhoeddus ac mae croeso i bawb – yn ddynion a merched.

BBC radio cymru

Radio Cymru
Caniadaeth y Cysegr
Sul, 14 Medi, am 7:30yb a 4:30yp
Amrywiaeth o emynau yng nghwmni Allan Pickard

Oedfa Radio Cymru
Sul, 14 Medi, am 12:00yp
Oedfa dan ofal y Tad Gildas, Llundain

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