Cenn@d

29 Ebrill 2026

Rhifyn 270

WYTHNOSOLYN CRISTNOGOL CYMRAEG

a noddir gan Eglwys Bresbyteraidd Cymru ac Undeb Bedyddwyr Cymru

UBC BUW

Arweinwyr ffydd yn llofnodi datganiad o undod

Daeth arweinwyr prif gymunedau ffydd Cymru ynghyd yn y Deml Heddwch ym Mharc Cathays, Caerdydd, ddydd Llun, 20 Ebrill, i lofnodi datganiad cyhoeddus o undod wrth inni baratoi ar gyfer etholiadau'r Senedd. Gellir darllen y datganiad ar dudalen Facebook Cytûn. Dyma'r hyn a rannodd Cynan Dafydd Llwyd, Ysgrifennydd Cyffredinol Cytûn, yn y digwyddiad:

'Mae'n fraint sefyll yma heddiw, ac yn anrhydedd arbennig gwneud hynny ochr yn ochr ag arweinwyr Cristnogol, Mwslemaidd ac Iddewig wrth inni gadarnhau ein hymrwymiad cyffredin i heddwch a chyfeillgarwch. Mewn dyddiau a nodweddir gan ryfel, ofn, rhaniadau ac ansicrwydd, mae'r foment hon yn bwysig. Mae'n bwysig am ei bod yn dweud, yn gyhoeddus ac yn eglur, nad oes rhaid i ffydd arwain at amheuaeth na gelyniaeth, ond y gall fod yn rym ar gyfer iacháu, dewrder a gobaith.

'Fel Cristion, rwyf am ddweud yn glir pam fy mod i yma. Rwyf yma oherwydd Iesu Grist. Iesu Grist, yr hwn y mae Cristnogion yn ei ddilyn, yw Tywysog Tangnefedd. Ef yw'r un a'n dysgodd mai'r gorchmynion mwyaf yw caru Duw a charu ein cymydog. Ef yw'r un nad oedd ei gariad byth yn gul nac yn amodol, ond a roddwyd yn rhad i'r rhai a anwybyddwyd, yr estron, y tlawd, y clwyfedig, a'r dieithryn. Fe ddymchwelodd rwystrau gelyniaethus. Croesodd ffiniau yr oedd eraill yn ofni eu croesi. Galwodd ei ddilynwyr nid i dra-arglwyddiaethu, ond i wasanaethu; nid i ennyn casineb, ond i geisio heddwch. Darostyngodd ei hun hyd angau, ie, angau ar groes. Felly, i Gristnogion ac eglwysi, dylai'r diwrnod hwn ein hatgoffa pwy yw ein Harglwydd, ac felly ein hatgoffa o beth y gelwir ni i fod. Tangnefeddwyr.

'Ac i'n ffrindiau Mwslemaidd ac Iddewig, rwyf am ddweud hyn gyda didwylledd a gostyngeiddrwydd: rydym yn sefyll gyda chi mewn ymrwymiad cyffredin i heddwch a chymod. Rydym yn anrhydeddu eich presenoldeb, eich cyfeillgarwch, a'ch tystiolaeth. Gwyddom fod ymddiriedaeth yn cael ei hadeiladu nid yn unig gan eiriau a leferir mewn seremonïau fel hyn, ond gan berthnasoedd, undod, a dewrder a ddangosir dros amser. Rydym wedi ymrwymo i'r gwaith hwnnw.

'Rwyf hefyd am ddweud, yn dyner ond yn ddiamwys, nad yw'r rhai sy'n lapio creulondeb mewn iaith Gristnogol, nac yn gwisgo gwaharddiad mewn symbolau crefyddol, yn siarad dros Gristnogaeth. Nid yw gwleidyddiaeth greulon, boed fel y'i gwelir yn Trump, yn MAGA, yn ralïau Unite the Kingdom, mewn rhai pleidiau gwleidyddol sy'n sefyll yn yr etholiad yma yng Nghymru ymhen tair wythnos, nac yn y rhai sy'n cario croesau fel bathodynnau rhaniadau yn hytrach nag arwyddion o gariad hunanaberthol, yn cynrychioli'r Efengyl a gyhoeddwn. Nid arf ofn yw croes Crist, ond arwydd o gariad sy'n cymodi.

'Felly boed i hyn fod yn fwy na llofnod. Boed iddo fod yn dystiolaeth. Tystiolaeth y gallwn ni yng Nghymru anghytuno'n ddwfn, ac eto barhau i gerdded gyda'n gilydd mewn haelioni a pharch. Tystiolaeth na chaiff casineb y gair olaf. A thystiolaeth fod heddwch yn dal yn bosibl, trwy ras Duw.'

Llanw'n dod i oed yn 2026
Tudalen 2

Diweddariad i Friff Maniffestos Etholiad y Senedd
Tudalen 4

Agor y Llyfr yn y Drenewydd
Tudalen 8

Llanw'n dod i oed yn 2026

LLANW 26
DATHLU'R ATGYFODIAD

Fe ddaeth gŵyl Llanw yn un o uchafbwyntiau'r calendr Cristnogol Cymraeg, gyda llawer ohonom yn ei throi hi at waelod bae Ceredigion yn ôl yr arfer ar ôl y Pasg. Calondid eto i bawb a ddaeth oedd cael ymuno yn yr ŵyl yng Ngwersyll yr Urdd, Llangrannog, o ddydd Llun i ddydd Gwener, 6–10 Ebrill.

I'r rhai ohonom sydd wedi bod ynglŷn â'r ŵyl o'i dechrau, mae'n wych meddwl ei bod wedi tyfu cymaint, ei bod yn dal i fynd, a bod cymaint o bobl, yn deuluoedd a phlant a phobl ifanc, wedi eu bendithio ynddi o'r dechrau yn 2008. Cyn hynny, i ŵyl fawr Gristnogol Spring Harvest yn Minehead neu Skegness y byddem yn mynd fel teuluoedd, ond fe ddaeth y weledigaeth i gynnal gŵyl Gymraeg ein hunain.

Bu Meirion Morris a'i wraig, Sarah, ynghlwm â dechrau'r ŵyl ddeunaw mlynedd yn ôl ac â'i threfnu oddi ar hynny. Talwyd teyrnged i'r ddau ohonyn nhw yn ystod yr ŵyl, pan drosglwyddodd Meirion gadeiryddiaeth y pwyllgor trefnu gweithgar i Sian Wyn Rees. Ymatebodd Sarah â'r geiriau: 'Mae wedi bod yn gymaint o fraint cael bod ynglŷn â threfniadau Llanw dros y blynyddoedd a diolchwn i'r Arglwydd am yr holl fendithion sydd wedi dod inni i gyd trwyddi.'

Thema'r prif anerchiadau oedd geiriau Iesu i Ioan ar ynys Patmos: 'Paid ag ofni; myfi yw'r cyntaf a'r olaf, a'r Un byw; bûm farw, ac wele, yr wyf yn fyw byth bythoedd, ac y mae gennyf allweddau Marwolaeth a Hades.'

Mewn byd o ofnau a newid fe gafwyd geiriau o anogaeth gan Gwilym Jeffs, Jonathan Thomas a Rhys Llwyd ar sail geiriau Iesu i Ioan a'i eglwys ynghanol byd ansicr y ganrif gyntaf. Cafwyd oedfaon wedyn yn y nos yn cael eu harwain gyda mawl gan gerddorion o eglwysi hyd a lled Cymru a sylw i'r hyn oedd Duw yn ei wneud yng Nghymru dan arweiniad Lois Franks a Gwynedd Jones, Anna Huws a Deb Stammers ac oedfa deuluol a llawer o hwyl yng nghwmni Cameron Jones o Goleg y Bala a'r ieuenctid sy'n rhan o fudiad 'Cenhadon i Gymru'.

Ond nid oedfaon a chyfarfodydd mawr yn unig oedd yno: mae Llanw yn ŵyl i Gristnogion Cymraeg ond mae pwyslais mawr ar gynnwys y rhai sy'n dysgu Cymraeg a rhai sy'n ddi-Gymraeg. Roedd cyfieithiad yn digwydd ym mhob sesiwn ac roedd grŵp WhatsApp i ddysgwyr a oedd yn rhoi geirfa a fyddai'n cael eu defnyddio ym mhob sesiwn. Mae Llanw yn darparu sesiynau yn arbennig i blant o bob oed. Roedd hefyd sesiynau i blant ag anghenion arbennig a llawer mwy!

Holwyd rhai am eu hargraffiadau o'r ŵyl – rhai wedi bod yno ers yn gynnar yn ei hanes, fel Maggie Hughes o Gaernarfon; eraill yn newydd i'r ŵyl, fel Faith Owen a'i gŵr, Keiff, a Ceinwen Thomas wedi tyfu i fyny yn ei mynychu o flwyddyn i flwyddyn.

Gallwch gael blas o'r hyn ddigwyddodd yno wrth ddilyn y ddolen hon i safle Facebook Gŵyl Llanw, lle darlledwyd y prif anerchiadau'n fyw: https://www.facebook.com/llanw

Gol. HP-D

'Roedd popeth am ein Llanw cyntaf erioed yn hollol wych: y lleoliad, y tywydd, y bwyd, yr oedfaon, y pregethu, y gweithgareddau ... ond, wrth gwrs, y peth gorau am Llanw ydy'r bobl. Treulio amser efo chi, teulu gorjys Duw, oedd y peth mwya' gwerthfawr a chofiadwy i ni yr wythnos yma. 'Dan ni mor, mor ddiolchgar am y teimlad gwirioneddol o gysylltiad, undod, amynedd a didwylledd sydd rhyngom ni, ac er nad oedden ni wedi bod o'r blaen, roedden ni'n teimlo'n gartrefol iawn yno.'

Faith Owen, Pen-y-cae, Rhos

'Mwynheais yr wythnos yn fawr. Roedd pwyslais mawr ar wrando llais Duw yr wythnos hon. Cawson ni ein harwain i addoli gan fod yn hollol agored i waith yr Ysbryd Glân drwy'r sesiynau i gyd. Roedd y pregethau'n ymarferol ac yn pwyntio ein llygaid at yr Iesu byw, sydd a phŵer dros bob her a phob arweinydd gwleidyddol. Y prif argraff arnaf i oedd bod pobl o bob oed yn hynod o awyddus i weld yr eglwys yn cryfhau yng Nghymru.'

Ceinwen Thomas, y Bala

‘Dwi newydd ddod yn ôl o Llanw yng Nghanolfan yr Urdd, Llangrannog. Mae’r lle yn arbennig o braf ar Lwybr yr Arfordir, gyda golygfeydd hyfryd o’r môr. Roedd hi mor galonogol i weld cymaint o bobl ifanc sydd mor frwdfrydig am eu ffydd.

‘Dwi’n cofio rai blynyddoedd yn ôl pan oedd Cristnogion Cymraeg yn teimlo mor ddigalon am ddyfodol capeli Cymraeg. Felly, roedd gweld cymaint o bobl ifanc yn addoli Duw a chlywed am grwpiau newydd yn dechrau eglwysi trwy Gymru yn anhygoel.

‘Roedd sawl cyfarfod lle gwnaeth y siaradwyr ddod â rhywbeth o’r Ysgrythur i ni, weithiau rhywbeth newydd neu ein hatgoffa o rywbeth rydym yn ei wybod ond wedi ei anghofio. “Paid bod ag ofn” oedd y geiriau oedd yn dod sawl tro, neges mor bwysig yn y dyddiau hyn.

‘Mae’n gallu bod yn wythnos flinedig gyda chymaint o bobl o gwmpas a llawer o weithgareddau, ond roedd ystafell weddi lle gallai unrhyw un fynd yno i gael amser tawel i feddwl a gweddïo.

‘Ar ôl y cyfarfod gyda’r nos roedd addoliad ychwanegol yn yr ystafell weddi ac roedd yn hyfryd gweld cymaint o bobl ifanc yn addoli yno ar ôl diwrnod prysur iawn.

‘Roedd yr wythnos yn fendith i fi yn bersonol, a byddwn yn annog unrhyw un i ymuno, hyd yn oed am ddiwrnod y flwyddyn nesaf, i weld beth mae Duw yn ei wneud. Dydy Duw ddim wedi gorffen efo Cymru. Dwi’n edrych ymlaen i weld beth fydd Duw yn ei wneud yn y dyfodol.’

Maggie Hughes, Caernarfon

Un o’r bandiau addoli yn arwain y canu o’r llwyfan

Simeon Baker yn annerch y gynulleidfa

Y tîm prysur o dechnegwyr wrth eu gwaith

Cytûn yn cyhoeddi diweddariad i Friff Manifffestos Etholiad y Senedd 2026

Gan fod y chwe phrif blaid sy'n cystadlu yn etholiad y Senedd ar 7 Mai 2026 wedi cyhoeddi eu manifffestos llawn, mae Cytûn – Eglwysi Ynghyd yng Nghymru wedi rhyddhau Diweddariad i Friff Manifffestos Etholiad y Senedd 2026 — atodiad manwl i'r ddogfen a gyhoeddwyd ym mis Mawrth 2026.

Bwriad y dadansoddiad hwn yw helpu cymunedau ffydd i ymgysylltu ag etholiad y Senedd, gan atgoffa pleidleiswyr y bydd enwau ymgeiswyr annibynnol a phleidiau llai hefyd ar y papur pleidleisio. Roedd y briff gwreiddiol yn seiliedig ar yr awgrymiadau o ran polisïau ac ymrwymiadau'r pleidiau oedd ar gael ar y pryd. Mae'r diweddariad yn adolygu'r manifffestos gorffenedig yn llawn, gyda dadansoddiad economaidd annibynnol — gan gynnwys asesiadau gan y Sefydliad Astudiaethau Cyllidol — i gynnig cymhariaeth fwy manwl a chynhwysfawr o'r hyn y mae pob plaid yn ei addo mewn gwirionedd.

Beth sy'n newydd yn y diweddariad?

Mae'r diweddariad yn archwilio'r chwe phlaid ar draws pum maes polisi blaenoriaeth Cytûn: Iechyd, Addysg, yr Economi, Materion Rhyngwladol a Newid Hinsawdd, a'r Eglwys a'r Dinesydd.

Ar **iechyd**, mae amseroedd aros y GIG yn flaenllaw yn agenda pob plaid. Mae Llafur yn cynnig Cronfa Ysbytai'r Dyfodol o £4 biliwn; mae Plaid Cymru am osod targedau amser aros penodol; byddai'r Ceidwadwyr yn cyhoeddi argyfwng iechyd ar ddod i rym; byddai'r Democratiaid Rhyddfrydol yn buddsoddi £300 miliwn mewn gofal cymdeithasol wedi'i ariannu gan godiad treth incwm o 1c; ac mae'r Gwyrddion yn gosod ataliad ac ymyrraeth gynnar wrth wraidd eu gweledigaeth iechyd. Mae Reform UK yn ymrwymo i leihau amseroedd aros drwy arbedion effeithlonrwydd.

Ar yr **economi**, y gwahaniaeth mwyaf amlwg yw'r un ar drethiant. Mae'r Ceidwadwyr Cymreig yn cynnig toriad o 1c i'r gyfradd sylfaenol o dreth incwm a diddymu'r Dreth Trafodiadau Tir ar brynu cartrefi — ymrwymiadau y mae'r Sefydliad Astudiaethau Cyllidol wedi'u disgrifio fel rhai anodd eu cysoni â chynlluniau gwariant ehangach y blaid. Y Democratiaid Rhyddfrydol yw'r unig blaid sy'n cynnig codi'r dreth. Mae'r Gwyrddion yn cynnig disodli'r dreth gyngor yn gyfan gwbl â Threth Gwerth Tir.

Ar y **Genedl Noddfa** — fframwaith cymorth Cymru i ffoaduriaid a cheiswyr lloches — mae Llafur, Plaid Cymru, y Democratiaid Rhyddfrydol a'r Gwyrddion i gyd yn cefnogi cynnal a datblygu'r polisi, tra mae'r Ceidwadwyr a Reform UK ill dau wedi addo ei ddiddymu. Dylai aelodau fod yn ymwybodol na all y rhan fwyaf o addewidion mewnfudo yn yr etholiad hwn gael eu cyflawni gan y Senedd, gan fod mewnfudo yn fater dan awdurdod San Steffan.

Cyfweliadau ag ymgeiswyr

Mae Cytûn wedi cyhoeddi cyfweliadau â chynrychiolwyr pump o'r chwe phrif blaid, yn archwilio'u safbwyntiau ar faterion o bwys i gymunedau ffydd yng Nghymru. Mae'r cyfweliadau ar gael nawr ar www.cytun.co.uk.

Mae cyfweliad â chynrychiolydd y Democratiaid Rhyddfrydol Cymreig yn cael ei drefnu ar hyn o bryd a bydd yn cael ei gyhoeddi ar y wefan maes o law.

Mae Cytûn yn annog darllenwyr i wrando ar yr holl gyfweliadau fel rhan o'u myfyrdod gweddigar cyn diwrnod y bleidlais ar 7 Mai.

Pwy fydd ar eich papur pleidleisio?

Er bod y chwe phrif blaid — Llafur Cymru, Plaid Cymru, y Ceidwadwyr Cymreig, Democratiaid Rhyddfrydol Cymru, Reform UK, a Phlaid Werdd Cymru — i gyd wedi cyhoeddi manifffestos llawn ac yn cystadlu am seddi ledled Cymru, efallai y bydd pleidleiswyr yn gweld ymgeiswyr o ystod ehangach o safbwyntiau gwleidyddol ar eu papurau pleidleisio. Bydd pleidiau llai ac ymgeiswyr annibynnol yn sefyll mewn etholaethau ar draws Cymru, ac o dan y system gyfrannol newydd mae eu pleidleisiau yn cyfrif go iawn.

Dyma'r etholiad Senedd cyntaf a gynhelir dan system gyfrannol: etholir 96 Aelod ar draws 16 etholaeth chwe-aelod drwy ddull D'Hondt. Nid yw unrhyw blaid sengl yn disgwyl ennill mwyafrif cyffredinol, sy'n golygu y gallai blaenoriaethau pleidiau llai ac ymgeiswyr annibynnol fod yn allweddol wrth lunio Llywodraeth Cymru nesaf.

I ddarganfod pwy sy'n sefyll yn eich etholaeth — gan gynnwys pob ymgeisydd plaid lai ac annibynnol — ewch i whocanivotefor.wales, adnodd annibynnol a di-blaid sy'n rhestru pob ymgeisydd ar y papur pleidleisio yn eich ardal.

Ymgysylltu mewn gweddi ac yn feddylgar

Nid yw Cytûn yn cefnogi unrhyw blaid nac ymgeisydd. Mae'r briffiau hyn yn bodoli i helpu arweinwyr enwadol, cymunedau eglwysig lleol, ac aelodau unigol o'r ffydd i ymgysylltu â'r etholiad hwn yn feddylgar, mewn gweddi, a chydag ymwybyddiaeth dda. Anogir cymunedau ffydd i gynnal neu fynychu digwyddiadau dadleuon cyn 7 Mai, i ddefnyddio'r briff hwn fel sail ar gyfer trafodaeth grŵp, myfyrio neu weddi, ac i annog pob aelod cymwys i arfer eu hawl ddemocrataidd a phleidleisio ar 7 Mai 2026.

Mae fersiwn llawn o'r *Diweddariad i Friff Manifffesto Etholiad y Senedd 2026* ar gael ar www.cytun.co.uk. Am fwy o wybodaeth, cysylltwch â post@cytun.cymru.

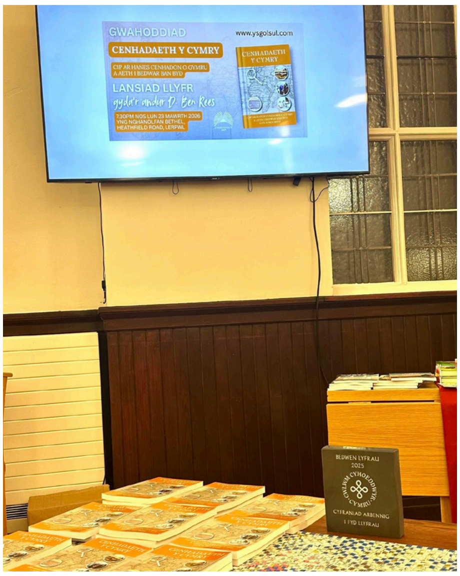
Lansio *Cenhadaeth y Cymru* gan D. Ben Rees

Nos Lun, 23 Mawrth, daeth cynulliad teilwng iawn ynghyd yng nghapel Bethel, Heathfield Road, Lerpwl, ar gyfer lansio'r gyfrol ddiweddaraf o stabl doreithiog D. Ben Rees. Ac yntau newydd cyhoeddi dwy gyfrol arall, un yn ymdrin â Chymry Lerpwl a'r llall yn dilyn hynt afon Teifi, cyfrol bur wahanol oedd hon.

Ers degawdau bu'r awdur yn casglu gwybodaeth am genhadon o Gymru ac yn ymchwilio i'w hanes, a chyhoeddwyd nifer o gyfrolau ganddo ar rai o'r cenhadon hynny. Fodd bynnag, yn y gyfrol unigryw hon, ymgais sydd ganddo i grynhoi stori'r holl genhadon hyn ynghyd. Ceir hanes cenhadon o Gymru a aeth i bob rhan o'r byd, a hynny o bob traddodiad enwadol.

Croesawyd pawb i'r lansiad gan weinidog yr eglwys, y Parchg Robert Parry, gan dalu ei deyrnged yntau i weithgarwch Ben Rees yn Lerpwl. Cafwyd defosiwn arbennig gan Dr Pat Williams ac yna anerchiad gan Meirion Evans ar hanes sefydlu Ymddiriedolaeth Gogledd Ddwyrain India/Cymru. Cafodd ei sefydlu yn 2001 wedi rhaglen a ymddangosodd ar y teledu ar waith y cenhadon. Nid oedd y rhaglen yn plesio Ben o gwbl, na chwaith y diweddar Mr Glyn Phillips sef brawd y cenhadwr T. B. Phillips.

Cyfrannodd Mr Glyn Phillips swm sylweddol o arian ar y pryd er mwyn sefydlu ymddiriedolaeth a fyddai yn ymchwilio i hanes yr holl genhadon Cymreig o bob enwad a fu yn yr India.



Meirion Evans, Robert Parry, D. Ben Rees, Aled Davies a Pat Williams

Fe lunwyd dogfen gyfreithiol ar gyfer y fenter a llunwyd pwyllgor o 7 aelod.

Nid oes angen dweud pwy oedd yn cario'r baich a'r prif gyfrifoldeb, sef Ben ei hun. Fe gafodd y gyfrol hardd gyntaf *Llestri Gras a Gobaith* ei lansio yng Nghapel y Morfa, Aberystwyth ar 3 Tachwedd 2001, ac mae llawer cyfrol wedi ei hysgrifennu ers hynny. Wedi anerchiad diddorol fe ddaeth Aled Davies ymlaen ar ran Cyhoeddiadau'r Gair i lansio'r gyfrol yn ffurfiol, gan gyflwyno copi i'r awdur.

Roeddem mor falch o'i weld mewn hwyliau da ac, er gwaethaf heriau iechyd, yn falch iawn ei fod wedi llwyddo i fod yn bresennol. Cafwyd gair gan Ben Rees ei hun yn rhoi ychydig o gefndir y gyfrol, cyn iddo gymryd ei sedd wrth y bwrdd er mwyn arwyddo copïau. Wedi i'r gwerthiant dawelu, braf oedd cael symud i'r neuadd, lle roedd paned a lluniaeth yn disgwyl amdanom.

Mae'r gyfrol bellach ar gael yn y siopau, pris £13.99.

Wythnos Weddi Genedlaethol Eglwys Bresbyteraidd Cymru

Dydd Sul 17eg Mai - Dydd Sadwrn 23ain Mai 2026

DYDD SUL:
Gwasanaeth ar weddi, wedi ei baratoi ar eich cyfer

NOS LUN (7 tan 8):
Cyfarfod gweddi, mewn canolfannau, ar Zoom

NOS FAWRTH, MERCHER A GWENER (7 tan 8):
Cyfarfod gweddi, o'ch cartref, ar Zoom

NOS IAU (7 tan 11):
Cyfarfod gweddi, o'ch cartref, ar Zoom
Ymunwch am 10 munud, awr neu'r 4 awr!

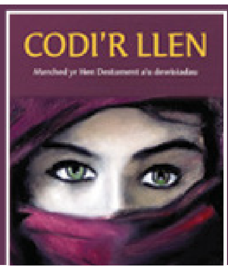
Llawrlwythwch y pecyn adnoddau o:
https://www.ebcpcw.cymru/cy/wythnos-weddi-genedlaethol-2026/

Am fwy o wybodaeth cysylltwch â'r Parchg Owen Griffiths
owen.griffiths@ebcpcw.cymru
07811727540

Linc Zoom:
https://us02web.zoom.us/j/86840505238?pwd=Sho6MhRb5mNbPv2lNjU5RarnqclSiJ.1
ID'r cyfarfod: 868 4050 5238
Cod cysylltu: 259186

Codi'r Llen: merched yr Hen Destament a'u dewisiadau

Maes Llafur i oedolion 2025/26



Codi'r Llen 19

Ymson Jael

Mae'r babell yn dawel, mor dawel fel y gallai rhywun glywed pìn yn disgyn. Oedodd y gwynt tu fas i'r babell, fel pe bai'n gwybod bod rhywbeth ar droed. Ar fy nwylo mae arogl gwlân, llaeth a phridd – pethau arferol, bob dydd, diniwed. Cadw cartref cysurus, paratoi lluniaeth, gofalu – dyna rythm fy mywyd.

Ac eto, tu fas i'r muriau hyn, mae dynion yn colli gwaed er mwyn ennill grym, a hwnnw'n suddo wedyn yn sydyn fel tywod mân. Daeth y brwydro'n agosach, a dechreuodd fy nghalon innau guro'n gyflymach heddiw.

Mae rhywun yn nesáu. Gallaf deimlo rhywbeth yn cyniwair ym mêr fy esgyrn. Pan welaf Sisera, o'r diwedd, yn nrws y babell, synnaf mor fach ydyw. Clywais amdano fel dyn nerthol, arweinydd sy'n ddigon cryf i ladd dynion dirifedi. Ond, y funud hon, heddiw, gwelaf yr ymbil yn ei lygaid am harbwr diogel.

Heb feddwl, cyfeiriaf ef i mewn. Mae'n gofyn am ddŵr, ond rhoddaf laeth iddo a charthen dros ei ysgwyddau. Clywaf fy llais fy hun yn diferu fel diliau mêl – yn dweud wrtho nad oes raid iddo ofni. Rwy'n troi fy hun yn hafan.

Mae'n ymddiried ynof yn rhy hawdd oherwydd ei flinder ac yn gofyn imi wylio tu fas i'r babell. Wedi iddo orwedd, af i mewn. Gosodaf gwrlid dros ei gorff a synhwyro'i anadlu araf. Gwyliaf ef yn disgyn i drwmgwsg.

Caeaf fy llygaid, nid i gysgu, ond i feddwl. Mae'r morthwyl ac un o hoelion y babell gen i. Nid cleddyfau mohonynt, ond teimlaf drymder eu pwysau ar fy meddwl. Mae gen i ddewis: fe allaf eu defnyddio neu fe allaf benderfynu gwneud dim. Os na weithredaf nawr, bydd y dyn hwn yn codi eto. Os bydd e'n codi eto, bydd eraill yn disgyn.

Erbyn hyn, mae curiad fy nghalon mor uchel fel na allaf glywed fy meddyliau fy hun. Dwi'n ofni y bydd yn deffro; safaf uwch ei ben yn dawel. Oes, mae gen i ddewis, ond ai dyma'r eiliad i weithredu?

Daw rhyw nerth o rywle ac yn sydyn rwy'n gweld fy nghyfle. Anelaf yr hoelen a daw'r morthwyl i lawr. Mae'r sŵn yn echrydus. Mae'r gwaed yn tasgu. Dechreuaf grynu.

Digwyddodd y peth heb imi gael amser i feddwl, bron fel petai ffawd yn fy meddiannu! Beth ddigwyddodd i mi? Ydw i nawr yn llofrudd? Roeddwn bob amser wedi meddwl bod bywyd wedi'i rannu'n dda neu'n ddrwg. Meddyliais fod llwybrau y gallwn ni i gyd ddewis eu troedio neu beidio â gwneud hynny. Ond nawr rwy'n sylweddoli mor gyflym y gall y llwybrau hynny ddiflannu o dan ein traed. Fe gamais i oddi ar fy llwybr diogel. Does 'na ddim troi 'nôl nawr.

Clywaf y gwynt tu fas yn amgylchynu'r babell eto. Mae'r byd yn anadlu'n ddwfn unwaith yn rhagor ar ôl oedi ennyd. Fe ddaw eraill toc. Arogl marwolaeth fydd yn eu tynnu yma.

Rhoddant enw i'm gweithred. Efallai y byddant yn dweud imi fod yn ddewr, neu efallai'n greulon. Efallai y byddant yn fy nilorni am fod yn forwyn ffawd. Oedd gen i ddewis? Duw a ŵyr! Os oedd, neu os nac oedd, dyma fy ngwirionedd i – y byddaf yn cario'r weithred hon gyda mi weddill fy nyddiau.

Holi

• Gwireddu proffwydoliaeth Debora a wna Jael ('Bydd yr Arglwydd yn trefnu mai gwraig fydd yn delio gyda Sisera.' Barnwyr 4:9). Mae'n weithred dreisgar tu hwnt, ond roedd Sisera, oedd yn gadfridog ym myddin y Brenin Jaban, hefyd yn ddyn treisgar. Beth yw eich ymateb?

• Cymerodd Jael gamau herfeiddiol mewn sefyllfa beryglus. Oes amserau neu sefyllfaoedd sy'n golygu bod yn rhaid cymryd camau anodd i wneud yr hyn a gredir sy'n iawn?

• Nid oedd Jael yn arweinydd fel Debora a Barac; er hynny, chwaraeodd ran flaenllaw yn y stori. A yw hi'n dangos bod gan bersonau cyffredin rôl wrth siapio'r dyfodol i bawb heddiw?

• Mae Jael yn defnyddio'r arfer o gynnig lletygarwch yn strategol. Byddai rhai hefyd yn dweud ei bod wedi bod yn gyfrwys! Beth ddywed hyn wrthym ni am ymddiriedaeth, ffiniau, a doethineb?

• A dychwelyd at y cwestiwn agoriadol ar ôl eich trafodaeth, a welwch chi weithred Jael nawr fel eiliad oedd yn cynnig cyfle? Beth allai 'gweld ein cyfle' olygu yn ein bywydau (eglwysig neu fel unigolion)?

Gweddi

Diolchwn am y straeon o'r Ysgrythur
sy'n ein herio i feddwl.
Pan fyddwn mewn sefyllfa anodd,
gofynnwn am ddoethineb.
Pan wynebwn benderfyniadau
cymhleth, gofynnwn am arweiniad.
Pan nad yw'r llwybr ymlaen yn glir,
gofynnwn am ddirnadaeth,
a gras i weithredu'n gyfiawn.
Pan ddaw eiliadau sy'n cynnig cyfle,
gofynnwn am ddewrder i'w
defnyddio gyda ffydd a hyder ynot Ti.
Amen.

Sian Meinir

BBC radio cymru S4C

Cyhoeddiadau Radio a Theledu, 3 Mai 2026

Radio Cymru
Caniadaeth y Cysegr
Sul, 3 Mai, am 7:30yb a 4:30yp
Amrywiaeth o emynau yng nghwmni Esyllt Maelor, Morfa Nefyn

Oedfa Radio Cymru
Sul, 3 Mai am 12:00yp
Oedfa dan arweiniad James Tout, Wrecsam

S4C
Dechrau Canu, Dechrau Canmol
Sul, 3 Mai, am 7:30yh
Bydd Nia Roberts yn ein tywys ar daith ddiwylliannol drwy Fro Morgannwg

Prosiect Eg-sgol, Arfon, yn datblygu ac yn cryfhau

Llinos Morris, Cydlynydd Eg-sgol Henaduriaeth Arfon

Mae prosiect Eg-sgol yn mynd o nerth i nerth yn ardal Is-Gwyrfai, Arfon. Nod y gwaith yw meithrin cysylltiad cryfach rhwng yr ysgolion, yr eglwys a'r gymuned, gan gynnig cyfleoedd a phrofiadau ystyrlon i blant mewn cyd-destunau cymdeithasol, i archwilio agweddau allweddol ar Grefydd, Gwerthoedd a Moeseg.

Un o uchafbwyntiau'r tymor diwethaf i mi oedd y Prosiect Heddwch, a gynhaliwyd fel rhan o thema ysgol gyfan ar yr Ail Ryfel Byd Ysgol Bro Llifon, y Groeslon. Cafwyd cyfle i gyflwyno heddwch fel thema ganolog, gan annog y plant i feddwl nid yn unig am hanes rhyfel, ond hefyd am bwysigrwydd heddwch.

Cyflwynwyd y gwaith drwy wasanaeth ysgol gyfan, cyn cydweithio â thri grŵp blwyddyn i greu Ystafell Heddwch ar gyfer digwyddiad agored i'r gymuned. Bu'r plant yn creu gwaith celf arbennig, gan gynnwys Coeden Heddwch enfawr lle gallai ymwelwyr adael eu henwau fel arwydd o gefnogaeth i heddwch byd-eang.

Roedd hefyd le i weddi a myfyrio, a daeth dros gant o bobl o'r gymuned i ymweld â'r ystafell. Rhannodd un nain ar ddiwedd ei hamser yn y stafell pa mor ddwfn oedd effaith yr amser tawel arni, gan ddweud y byddai'n parhau i weddïo dros heddwch. Roedd hynny'n dystiolaeth deimladwy o rym gwaith y plant a chreu gofod i ymdawelu mewn byd swnllyd.

Datblygiad arall gwych fu Profiad y Pasg, a gynhaliwyd rhwng Ysgol Rhostryfan a Chapel Horeb, Rhostryfan. Roedd hwn yn gyfle gwerthfawr i ailgysylltu'r ysgol a'r capel ar ôl rhai blynyddoedd o ddiffyg cyswllt. Daeth 76 o blant i gymryd rhan yn y profiad, gan symud drwy stori'r Pasg gyda 'Mair' mewn modd rhyngweithiol a myfyriol.

Yn ogystal â digwyddiadau penodol, mae Eg-sgol hefyd yn cael ei gynnwys bellach mewn trafodaethau cynllunio strategol o fewn ysgolion lleol. Yn ystod y tymor hwn, bu gwahoddiad i gymryd rhan mewn cyfarfodydd cynllunio gydag Ysgol Bro Llifon wrth iddynt ddatblygu themâu newydd y cwricwlwm. Cafwyd cyfle i gyfrannu syniadau ynghylch sut y gellir plethu Crefydd, Gwerthoedd a Moeseg yn naturiol i'r themâu newydd. Mae cael llais wrth y bwrdd ar y lefel hon yn gam pwysig iawn i'r prosiect.

Maes arall o gefnogaeth fu cynorthwyo Ysgol Bro Llifon i ymateb i ofynion newydd y polisi Addoli ar y Cyd. Rhannwyd syniadau ymarferol gyda'r ysgol ynghylch sut y gall addoliad ddod yn rhan naturiol o fywyd bob dydd. O ganlyniad, crëwyd pecyn newydd o'r enw 'Munud i Feddwl'.

Mae'r pecyn yn cynnwys myfyrdod wythnosol i'w arwain gan athrawon yn y dosbarthiadau, gyda darlleniad byr, munud i feddwl, cyfnod o dawelwch a gweddi barod. Bydd y cynllun yn cael ei dreialu yn ystod y tymor hwn, gyda'r gobaith y bydd yn adnodd defnyddiol a chynaliadwy i'r ysgol.

Er mai cyfnod byr sydd wedi bod ers dechrau'r gwaith, mae wedi bod yn gyfnod byrlymus a chyffrous. Edrychaf ymlaen at weld sut y bydd y gwaith yn datblygu dros y misoedd nesaf.

Agor y Llyfr yn y Drenewydd

Eurwyn Jones, Aber-miwl

Yn ystod cyfnod y Grawys eleni eto, bu tîm Agor y Llyfr lleol yn y Drenewydd yn ddiwyd yn cyflwyno'u sesiynau addysgol i ysgolion cynradd yn nhalgylch y dref. Trwy garedigrwydd swyddogion gweithredol Canolfan y Cilgant (Eglwys Bresbyteraidd Cymru), cynhaliwyd amryw o sesiynau yno wedi eu seilio ar themâu'n gysylltiedig ag Wythnos y Dioddefaint. Treuliwyd yr amser felly'n cwmpasu'r prif ffeithiau perthynol i'r orymdaith i Gaersalem ar Sul y Palmwydd, y Swper Olaf, Gardd Gethsemane a'r treialon, y gwadu a'r bradychu, y croeshoelio a'r atgyfodiad.

Cyflwynwyd crynodeb o hanes gorfodi Iesu Grist i sefyll ei brawf chwe gwaith: sef gerbron Annas (y cyn-archoffeiriad), Caiaffas (yr archoffeiriad cyfredol), Cyngor y Sanhedrin, Pilat (y llywodraethwr Rhufeinig), Herod (rheolwr Galilea), a Philat (am yr eilwaith), pryd y condemniwyd Iesu i gael ei groeshoelio, er gwaethaf y datganiad swyddogol ei fod yn ddieuog.

Rhoddwyd cyfle i grwpiau o blant o'r ysgolion a gynrychiolid yn y gweithgareddau i fwynhau cymryd rhan mewn tasgau dysgu cyfranogol, yn archwilio amryw ffeithiau hanesyddol, yn ymgyfarwyddo ag arferion a defodau'r oes a fu yng Ngwlad Canaan, a chael hwyl mewn gweithdai creadigol, wrth droi eu dwylo tuag at amryw fathau o waith crefft perthnasol, ymarferol a difyr.

Y ddwy ysgol gyfagos a fanteisiodd eleni ar y cyfle i gymryd rhan yn y bwrlwm uchod, oedd Ysgol Penygloddfa ac Ysgol y Santes Fair ym Mhlas Dolerw. Gwnaed y cyfan yn bosibl dan gyfarwyddyd hyderus a chyda gofal ac ymrwymiad selog y staff goruchwylio canlynol, sy'n aelodau cyflawn o dîm Agor y Llyfr yn ardal y Drenewydd, sef Jonathan a Clare David, David a Lilian Peate, Miara a Rebecca Lalbiaksangi, Robert a Sheila Wyatt, Eurwyn a Lyn Jones, Lucy Owen, Sharon Harrington ac Eirlys Williams.

Cyflwyno hanes y Bedd Gwag yng Nghanolfan y Cilgant

Drwy bob un o'r tymhorau addysgol bydd aelodau dewisol o'r tîm hwn (yn dibynnu ar union gymeriadau'r hanes y bwriedir ei bortreadu) yn ymweld yn rheolaidd â'r ysgolion cynradd canlynol: Aber-miwl, Arddlîn yn ardal Llanymynech, Cegidfa (*Guilsfield*), Ffordun (*Forden*), a Threfaldwyn (*Montgomery*). Eu gorchwyl yw cyflwyno perfformiadau dramatig, lled fyr, o rai o brif storïau'r Beibl, gan gynnwys adrannau o'r Hen Destament yn ogystal â'r Testament Newydd. Yr amcan yw hybu ymwybyddiaeth plant ysgolion cynradd ein cynefin am rai o'r straeon enwocaf ynghyd â'r digwyddiadau mwyaf adnabyddus ac allweddol o bwys i'r ffydd Gristionogol, fel y'u cofnodir yn y Beibl.

Mae holl aelodau gwirfoddol y tîm Agor y Llyfr egnïol hwn wedi eu trwyddedu'n gyfreithiol i weithio mewn ysgolion cynradd, ac mae'r tîm ei hun wedi ei gofrestru'n swyddogol ymhlith cannoedd o brosiectau cyffelyb eraill, sydd yn ymroi i'r cyfryw weithgaredd ledled Prydain, dan awenau Cymdeithas y Beibl yn Llundain. Teg yw dweud bod tîm ymroddgar y Drenewydd yn mwynhau derbyniad a chroeso diffuant i'w holl weithgareddau, ym mhob un o'r ysgolion yr ymwelir â hwy yn gyson gydol y flwyddyn.

Cyflwyno hanes Joseff yn yr Aifft
yn Ysgol Gynradd Aber-miwl

Er mai drwy gyfrwng yr iaith Saesneg y cyflwynir holl weithgareddau'r tîm penodol uchod, sy'n gwasanaethu yng nghyffiniau'r Drenewydd, dylid nodi bod tîm arall Agor y Llyfr yn gweithredu drwy gyfrwng yr iaith Gymraeg, sy'n dra gweithgar gydag Ysgol Gynradd Gymraeg y Trallwng. Mae tîm gwahanol eto yn yr ardal honno, sy'n mynychu Ysgol Gynradd Trewern, i gyflwyno sesiynau Agor y Llyfr drwy gyfrwng y Saesneg, ac mae'r posibilrwydd wedi cael ei ystyried o arbrofi yn yr ysgol honno gyda chyflwyniadau dwyieithog. Boed i'r brwdfrydedd gwresog hwn wir barhau i ffynnu yn ein bro.

Anfonwch eich cyfraniadau at y golygyddion: Aled Davies: aled@ysgolsul.com
Huw Powell-Davies: huw@cennad.cymru
Tîm Golygyddol: Aled Davies, Huw Powell-Davies a Marian Beech Hughes (golygydd iaith)
Gwefan: www.cennad.cymru | Facebook: CennadCymru | X: @CennadCymru
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 yr enwadau hyn.*

Os ydych yn poeni am unigolyn neu sefyllfa ac angen cyngor diogelu, cysylltwch â'r Panel Diogelu Cydenwadol **www.panel.cymru ar 01745 817584 neu 07957 510346** yn ystod oriau swyddfa neu **Thirtyone:eight ar 0303 0031111** am gyngor tu allan i oriau swyddfa.